

原 著

中学生の学校生活スキルに及ぼす自己受容の効果

米川 和雄*

Effect of Self-Acceptance on School-Life Skills among Junior High School Students

Kazuo Yonekawa*

Abstract

The purpose of this study was to examine effect of self-acceptance (SA) on school-life skills (SLS) among junior high school students. Two hundred and sixty five students were given questionnaires on Self- Acceptance Scale and School-Life Skill Scale. Factor analysis identified three factors in SA: life self, personality self and representation self. Multi-regression analysis revealed that SLS was positively affected by SA including life self and personality self, immediately, but almost representation self, and that the total score and the almost scores of subscales of girls' SLS, and the effects of girls' SA on SLS were higher than boys'. These results suggest that the SA is an important factor for students to develop productive behavior as the SLS in junior high school, although taking an appropriate SA such as the life self and the personality self is required to improve their behavior, and that the higher effects of girls' SA on SLS is related to girls' higher SLS than boys'.

キーワード：自己受容 (self-acceptance), 学校生活スキル (school-life skills), 中学生 (junior high school students)
(Key words)

要 旨

本研究は、自己受容と学校生活スキルとの因果関係を仮定し、どのような自己受容の側面が、より学校生活スキルを促進するかを明らかにすることを目的とした。対象は、中学生265名で自己受容と学校生活スキルの調査用紙の回答を求めた。因子分析の結果、自己受容は、生活的自己、性格的自己、表象的自己が定められた。重回帰分析の結果として、男女ともに生活的自己と性格的自己の自己受容が学校生活スキルに影響を与えており、表象的自己の自己受容は、ほぼその直接的な効果が認められなかった。また男子よりも女子の学校

生活スキルのほうが高く、学校生活スキルに対する自己受容の影響も高かった。これらのことより自己受容が生徒の行動を促進させる重要な因子であり、目的となる行動を捉えた自己受容の促進が必要であるということが示唆された。また男子に比べ女子の学校生活スキルに対する自己受容の影響の高さが女子の学校生活スキルを高めているということが示唆された。

問題と目的

現在、学校における問題として、非行・校内暴力、いじめ、不登校、学級崩壊などがある（大崎,

* 久米大学大学院心理学研究科 (Graduate School of Psychology, Kurume University)
NPO法人エンパワーメント (Non-Profit Organization EMPOWERMENT)
受稿2008.3.27 受理2008.8.5

2005)。とくに中学校での犯罪（警察庁, 2005）、校内暴力・いじめ（文科省, 2007a）、そして不登校（文科省, 2007b）における件数や割合は高い。平成20年度から、教育と福祉を繋ぐ専門職であるスクールソーシャルワーカーの配置が、全国141ヶ所で進められている。学校支援には、スクールカウンセラー、養護教諭、校医、特別支援教育コーディネーター等の様々な専門職が関わっているが、新たにスクールソーシャルワーカーを配置することからも、これまでに児童・生徒の様々な諸問題を予防するための効果的な資源が認められているとは言いがたいだろう。予防への効果的な資源の特定は、ヒューマン・ケアを行う援助職にとって重要な視点と思われる。

さて、児童・生徒の諸問題の要因として、対人関係に関わるスキル（戸ヶ崎・岡安・坂野, 1997）や学習に関わるスキル（神藤, 1998）の乏しさが指摘されており、これらのスキルを含んでいる学校生活スキルの育成が求められている（飯田・石隈, 2006）。

学校生活スキル（飯田・石隈, 2002a; 石隈, 2004）は、ソーシャルスキルやアサーション（廣岡・廣岡, 2004）という“対人関係に関わるスキル”と健康を維持するスキル、進路の方向性を検討するスキルや学習に関わるスキル等の学校生活における“生活に関わるスキル”を包括している。飯田・石隈（2002a）は、学校生活スキルについて、「①学習される、②学習面、社会面、進路面、健康面の領域で、中学生が抱える発達課題・教育課題の解決を促進する、③学校適応において個人の目標達成に有効である、④学校という場面で受容される、⑤学校で教育できる」行動と定義している。本研究では、より捉えやすい解釈として、学校生活スキルを「学校生活をよりよくする行動」と定義する。

学校生活スキルの先行研究では、中学生の学校ストレス軽減（飯田・石隈, 2006）や学業成績、

自己効力感（飯田・石隈, 2002b）との関連性が指摘されており、石隈の先行研究（2004）では、小学生の対人関係に関わるスキルを伸ばす介入効果検討にも用いられている。このように様々な要因と関連している学校生活スキルは、予防的ケアの検討にも有効な指標であると考えられる。

一方、臨床活動において、諸問題を呈する生徒には、自己受容の乏しさが見受けられる。カウンセリングの一つの目的でもある自己受容（ロージアズ, 1966b）は、自己を好きになること、認めることが、また自己のよい面も悪い面もそのまま受け容れること（ロージアズ, 1966a）とされ、その作用として、自己に対するネガティブな態度の減少とポジティブな態度の増加が指摘されている（ロージアズ, 1966b）。つまり自己受容の効果は、最終的に、自己を肯定的に受けとめていくことと考えられる。沢崎（1993）は、自己受容の捉え方について、“ある対象に対して認知的に肯定的であっても否定的であっても、それをどのように受容しているか”という点に注目している。このときの認知的に肯定的または否定的に捉えているかどうかを理解することが自己理解で、それが肯定的であろうと否定的であろうと、“それでよい”と受けとめることが自己受容であると推察する。このようなことから本研究では、自己受容を「自己を理解し、肯定的に受けとめること」と定義する。

自己受容は、人間的な成熟（オールポート, 1968; マズロー, 1987）に関わると言及されており、人間的な側面の成長を目指す児童・生徒において、重要な指標になると思われる。自己受容の先行研究では、精神的健康（沢崎, 1993）、良好な対人関係や能動的行動（板津, 1994; 1995）との関連性の報告があり、対人関係における同様の報告に廣實（2002a; 2002b; 2002c）の一連の研究がある。このようなことから、自己を理解し肯定的に受けとめることで、能動的な行動が生起され

ると予測される。つまり、学校生活スキルが、行動であるならば、自己受容が、学校生活スキルを促進させる要因になると思われる。

自己受容と学校生活スキルに関わる因果関係について、廣實（2002c）は、自己受容が対人関係に関わるスキルを高め、対人関係に関わるスキルが自己受容を高めるという自己受容と対人関係の円環的な関係を示唆している。このような考えからすれば、本研究は、円環的な関係の一部分を示す研究となる。しかし、自己受容と対人関係に関わるスキルの因果関係については、心理的な要因が行動を生起させるという考え方（Rappaport, 1985）や、自己受容が行動を規定する要因であるという指摘（宮沢, 1978）があり、先行研究においても、同様の因果関係を捉えていることが多い。そのため、本研究においても、自己受容を説明変数、学校生活スキルを目的変数とする因果関係を仮定する。但し、このような因果関係が前述の先行研究においても指摘されてきたが、中学生の学校生活スキルに着目した研究は、わずかである。

また自己受容と言えど、自己の人生的な広い意味の受容から性格的な受容といったいくつかの側面があり（沢崎, 1993）、自己受容のどの側面を促進することが、より行動を促進させるかという研究は不十分である。そのため、自己受容の側面と学校生活スキルとの関係性を証明することの意義はあるだろう。さらに自己受容の有効性が証明できれば、臨床活動における生徒の行動変容への示唆を与えるものとなるだろう。つまり自己受容を一つの目的とする援助職における生徒のカウンセリング等の活動が、生徒の学校生活をよりよくする行動に貢献するという意義を示すことにもなる。

そこで本研究は、「“自己を理解し肯定的に受けとめる”ことで、“学校生活をよりよくする行動”を促進させる」という仮説から、どのような自己受容の側面が、学校生活スキルを促進させるかを

明らかにすることを目的とする。

方 法

1. 調査対象と手続き

調査は、2006年6月から7月にかけて、学校担当者より担任に渡され、留め置きにて行われた。東京都内中学校2校の313名に配布された。無回答と欠損を除いた265名（平均年齢 13.25 ± 0.97 ）を対象とした（有効回答率84.7%）。性別は、男子163名、女子102名で、学年は、1年生86名、2年生93名、3年生86名であった。2校とも中高一貫校であり、東京都の郊外にある。一校においては、本調査後、調査結果を活かして、介入を試みることを予定している。

倫理的な配慮として、生徒には、個人名の特定がないこと、調査協力の有無に関わらず、成績には影響がないこと、答えたくない質問は、飛ばしてよいことを伝えている。

2. 調査内容

(1) 自己受容測定尺度

沢崎（1993）が作成した尺度で、「身体的自己（身体面や外見）」、「精神的自己（パーソナリティに関わるもの）」、「社会的自己（社会生活に関わるもの）」、「役割的自己（家族としての役割に関わるもの）」、「全体的自己（過去から現在までの自己に関わるもの）」の下位尺度からなる。35項目で、「それではまったくいやだ、気に入らない（1）」から「それでまったくよい、そのままでよい（5）」までの5件法で評価する。本研究では、対象が中学生ということもあり、質問1「職業（学生・主婦・無職などの場合を含む）」を「生徒」に、質問12「性的能力（魅力）」を「魅力」に訂正している。

(2) 学校生活スキル尺度

石隈（2004）が作成した尺度で、進路決定スキ

ル（自己の進路を決定するスキル）、相談スキル（困ったときに人に相談するスキル）、集団活動スキル（集団活動におけるスキル）、健康維持スキル（健康を維持するためのスキル）、自己学習スキル（学習に関わるスキル）、コミュニケーションスキル（対人関係に関わるスキル）の下位尺度からなる。51項目で、「まったくあてはまらない（1）」から「とてもよくあてはまる（4）」までの4件法で評価する。

3. 統計学的解析

統計学的解析は、Windows for SPSS (14.0J) の統計ソフトを用いた。まず自己受容測定尺度において因子分析を行った。次に各指標間の性差についてt検定を行った。そして自己受容と学校生活スキルとの相関分析と、自己受容を説明変数、学校生活スキルを目的変数とする重回帰分析を行った。

結果

1. 自己受容の因子分析とt検定

自己受容測定尺度による中学生を対象とした先行研究がないため、因子構造の再検討を行った。重み付けのない最小二乗法にて因子分析を行い、スクリーピロットにより判断し、3因子とした。さらに因子負荷0.40以下の4項目を削除し、再度因子分析（プロマックス回転）を行ったところ、最終的にTable 1のような結果が得られた。第1因子は「家族」「兄弟・一人っ子としての自分」「親に対する子どもとしての自分」等の自己の家庭生活に関わる項目と「職業（学生）」「人間関係」「経済状態」等の自己の社会生活に関わる項目が多いので、第1因子は“生活的自己”、第2因子は「積極性」「明るさ」「責任感」等の自己の性格に関わる項目が多いので、第2因子は“性格的自己”、第3因子は「体つき」「魅力」「知性（学力）」等の自己の表象に関わる項目が多いので、第3因

Table 1 自己受容測定尺度の因子分析
(重みなし最小二乗法・プロマックス回転) 結果

項目	因子			共通性
	I	II	III	
I 生活的自己 $\alpha=.89$				
13 家族	.970	-.272	-.170	.554
14 住居	.880	-.151	-.310	.428
10 職業（学生）	.599	-.025	.073	.401
17 地位・立場	.573	-.001	.185	.500
16 生き方	.568	.175	.055	.536
15 人間関係	.527	.138	.076	.461
1 年齢	.500	.078	.028	.327
33 兄弟・一人っ子としての自分	.482	.233	-.014	.416
2 性別	.473	.043	-.003	.249
11 経済状態	.468	-.101	.216	.320
31 男または女としての自分	.424	.216	.092	.428
32 親に対する子どもとしての自分	.419	.093	.207	.415
35 現在の自分	.405	.307	.085	.502
II 性格的自己 $\alpha=.89$				
21 積極性	-.202	.847	-.075	.483
28 思いやり	.083	.785	-.160	.549
27 決断力	-.150	.699	.023	.395
25 指導力	-.074	.672	.044	.430
30 やる気	-.025	.661	.109	.519
22 協調性	.096	.643	-.019	.483
20 明るさ	.087	.614	-.012	.442
18 やさしさ	.263	.547	.017	.570
29 責任感	.180	.520	-.002	.420
26 のんきさ	-.127	.495	-.026	.169
19 まじめさ	.170	.399	.174	.434
III 表象的自己 $\alpha=.85$				
6 体つき	.057	-.242	.889	.620
8 運動能力	-.251	.121	.851	.617
3 体力	-.269	.081	.744	.420
5 顔立ち	.298	-.110	.614	.588
12 魅力	.208	.006	.503	.439
7 知性（学力）	.079	.035	.432	.262
9 服装	.307	.034	.414	.466
累積寄与率 (%)	36.59	44.09	49.73	

因子相関行列	
因子	
I	.634
II	.652

子は“表象的自己”と解釈し命名した。 α 係数は、0.85~0.89であった。また下位尺度ごとの項目総得点間の相関は0.60~0.64の値を示した。

沢崎(1994)における大学生653名(男女含)の自己受容測定尺度の合計の平均値は 114.30 ± 20.49 である。本研究結果(男女含)では、合計値 113.38 ± 22.21 であった。対象年齢は異なるもののほぼ同様の値を示した。また男女別に平均値を算出しt検定を行った結果をTable 2に示した。生活的自己は、女子よりも男子のほうが有意な傾向で高く、性格的自己は性差がなく、表象的自己は、女子よりも男子のほうが有意に高かった。

先行研究(沢崎, 1994)とは、下位尺度が異なるため、各項目における比較をすると(Tableに示していない)、31項目中25項目の有意または有意差なしの一致が認められた。生活的自己に含まれる項目は、性差が先行研究(8項目)より本研究(4項目)のほうが少なく、先行研究とのずれは4項目だった。性格的自己に含まれる項目は、性差が先行研究(3項目)でも本研究(1項目)でも少なく、先行研究とのずれは2項目だけだった。表象的自己においては、7項目の内1項目のみ性差がなく、先行研究と本研究は同一の性差数を示した。さらにそこに含まれる項目のほとんどが、男子のほうが女子よりも高い結果を示していた。

因子数においては、本研究では、先行研究(沢崎, 1993)の5因子と異なり、3因子に確定された。先行研究の身体的自己の受容に含まれる項目のほとんどが表象的自己に含まれ、精神的自己の受容に含まれる項目のほとんどが性格的自己に含まれた。但し、先行研究の社会的自己、役割的自己と全体的自己に含まれる項目は、生活的自己に含まれた。

2. 学校生活スキルの結果とt検定

石隈(2004)における中学生891名(男女含)

の学校生活スキルの平均値は、自己学習スキル 21.30 ± 4.38 、進路決定スキル 31.80 ± 7.11 、集団活動スキル 24.41 ± 4.21 、コミュニケーションスキル 13.83 ± 3.07 、相談スキル 21.83 ± 5.49 、健康維持スキル 19.71 ± 4.24 、合計値132.88(標準偏差なし)である。本研究結果(男女含む)では、自己学習スキル 20.12 ± 5.17 、進路決定スキル 30.38 ± 6.86 、集団活動スキル 22.00 ± 3.99 、コミュニケーションスキル 19.17 ± 4.01 、相談スキル 20.25 ± 5.42 、健康維持スキル 20.48 ± 4.65 、合計値 132.39 ± 22.05 であり、コミュニケーションスキルが高いものの石隈(2004)とほぼ同様の値を示した。

性差について、学校生活スキルの合計と下位尺度である相談スキル、集団活動スキル、自己学習スキルとコミュニケーションスキルにおいて、男子よりも女子のほうが有意に高かった。

Table 2 自己受容と学校生活スキルの性差におけるt検定の結果

	男子(N=163)	女子(N=102)	t
	M±SD	M±SD	
自己受容合計			
(35-175)	114.99 ± 19.59	110.81 ± 25.76	1.40
生活的 (13-65)	45.91 ± 8.25	43.75 ± 11.01	1.70†
性格的 (11-55)	35.83 ± 7.12	36.25 ± 9.29	0.38
表象的 (7-35)	20.59 ± 4.88	18.82 ± 5.62	3.36**
学校生活スキル合計			
(51-204)	129.58 ± 20.67	136.89 ± 23.46	2.66**
進路決定 (12-48)	30.18 ± 6.70	30.69 ± 7.12	0.58
相談 (8-32)	19.06 ± 4.84	22.16 ± 5.77	4.52**
集団活動 (8-32)	21.36 ± 3.77	23.03 ± 4.12	3.38**
健康維持 (8-32)	20.72 ± 4.34	20.09 ± 5.10	1.07
自己学習 (8-32)	19.61 ± 4.87	20.92 ± 5.54	2.02*
コミュニケーション (7-28)	18.64 ± 3.85	20.01 ± 4.13	2.74**

カッコ内は得点の最小値と最大値

† p<.10, *p<.05 **p<.01

以上のことより、自己受容の性差に比べ、学校生活スキルの性差が認められたことから、性別を分けて以後の分析を行った。

3. 自己受容と学校生活スキルとの相関分析 及び重回帰分析

自己受容と学校生活スキルとの相関分析の結果をTable 3に示した。男女共に自己受容の合計値 ($r=.24\sim.65$)、またはその下位尺度 ($r=.25\sim.27$)と学校生活スキルとの相関は、女子の表象的自己の受容と進路決定スキル以外に認められた ($p<.05\sim.001$)。進路決定スキルを除く自己受容と学校生活スキルの下位尺度間においては、それぞれ男子 ($r=.28\sim.51$) よりも女子 ($r=.35\sim.60$) のほうに高い相関が認められた ($p<.001$)。

次にTable 4とTable 5に重回帰分析の結果を示した。結果より、男女共に重決定係数は、自己受容の合計値 ($R^2=.32\sim.41$) またはその下位尺度 ($R^2=.33\sim.45$) から学校生活スキル合計値に対して有意であった ($p<.001$)。さらに自己受容の合計値 ($R^2=.06\sim.34$) またはその下位尺度 ($R^2=.10\sim.36$) から学校生活スキルの下位尺度に対しても有意であった ($p<.05\sim.001$)。しかし、女子の進路決定スキルに対する重決定係数は、自己受容合計値では.06、自己受容下位尺度では.10と

他と比べて低値を示した。進路決定スキルにおいては、女子のほうが男子よりも低かったが、それ以外においては、女子のほうが高かった。

次に標準偏回帰係数 (β)について、男女共に自己受容の合計値は、学校生活スキル合計値及び下位尺度に影響を与えていた ($\beta=.24\sim.65$, $p<.05\sim.001$)。自己受容の下位尺度から学校生活スキル合計値に対して、男女共に生活的自己と性格的自己の受容の影響が認められ ($\beta=.20\sim.43$, $p<.05\sim.001$)、表象的自己の受容の影響は認められなかった。

男子の自己受容の下位尺度から学校生活スキルの下位尺度に対して、生活的自己の受容が、コミュニケーションスキル以外に影響を与え ($\beta=.20\sim.43$, $p<.05\sim.001$)、とくに健康維持スキルには、他と比べて高い影響を与えていた ($\beta=.43$, $p<.001$)。性格的自己は、集団活動スキル ($\beta=.27$, $p<.01$) とコミュニケーションスキル ($\beta=.34$, $p<.001$) のみに影響を与え、表象的自己の受容は、自己学習スキル ($\beta=.25$, $p<.01$) のみに影響を与えていた。

女子の自己受容の下位尺度から学校生活スキルの下位尺度に対して、生活的自己の受容は、進路決定スキルとコミュニケーションスキル以外に影響を与え ($\beta=.28\sim.62$, $p<.05\sim p<.001$)、男子と

Table 3 自己受容と学校生活スキルの相関分析の結果

	学校生活 スキル合計	進路決定	相談	集団活動	健康維持	自己学習	コミニ ケーション	
男子	自己受容合計	.56***	.34***	.38***	.45***	.51***	.42***	.41***
	生活的	.53***	.37***	.34***	.39***	.51***	.40***	.34***
	性格的	.47***	.28***	.32***	.41***	.39***	.31***	.42***
	表象的	.43***	.28***	.28***	.30***	.35***	.41***	.29***
女子	自己受容合計	.65***	.24*	.58***	.55***	.54***	.53***	.50***
	生活的	.62***	.25*	.55***	.50***	.60***	.50***	.43***
	性格的	.61***	.27***	.52***	.54***	.41***	.51***	.53***
	表象的	.45***	.10	.47***	.36***	.39***	.35***	.38***

* $p < .05$, *** $p < .001$

Table 4 自己受容と学校生活スキルの重回帰分析の結果（男子）

	学校生活 スキル合計 β	進路決定 β	相談 β	集団活動 β	健康維持 β	自己学習 β	コ ミュニ ケーション β
自己受容合計	.56***	.34***	.38***	.45***	.51***	.42***	.41***
R ²	.32***	.12***	.14***	.20***	.26***	.17***	.17***
生活的	.35***	.28**	.20*	.22*	.43***	.24*	.14
性格的	.20*	.06	.16	.27**	.11	.02	.34***
表象的	.11	.08	.06	.01	.03	.25**	.01
R ²	.33***	.14***	.14***	.20***	.27***	.20***	.19***

† p<.10, * p<.05, ** p<.01, *** p<.001

Table 5 自己受容と学校生活スキルの重回帰分析の結果（女子）

	学校生活 スキル合計 β	進路決定 β	相談 β	集団活動 β	健康維持 β	自己学習 β	コ ミュニ ケーション β
自己受容合計	.65***	.24*	.58**	.55***	.54***	.53***	.50***
R ²	.41***	.06*	.34***	.30***	.30***	.28***	.25***
生活的	.43***	.22	.33*	.28*	.62***	.35***	.12
性格的	.36***	.25 †	.23 †	.40***	.01	.34**	.44***
表象的	-.08	-.20	.11	-.08	-.04	-.11	.01
R ²	.45***	.10*	.35***	.33***	.36***	.31***	.29***

† p<.10, * p<.05, ** p<.01, *** p<.001

同様に健康維持スキルに最も影響を与えていた ($\beta=.62$, p<.001)。性格的自己の受容は、集団活動スキル、自己学習スキルとコミュニケーションスキルに有意な影響を与え ($\beta=.34\sim.44$, p<.01~p<.001)、進路決定スキルと相談スキルには有意な傾向を示した ($\beta=.23\sim.25$, p<.10)。表象的自己の受容は、どの学校生活スキルにも影響を与えていなかった。

なお重回帰分析において、男子 (VIF=1.79~1.82)、女子 (VIF=2.09~2.34) 共に多重共線性は認められなかった。

考 察

1. 自己受容の因子について

本研究では、自己受容について、生活的自己、性格的自己と表象的自己という3つの因子が認められた。 α 係数や下位尺度ごとの項目総得点間の相関より、ほぼ内的整合性が示されたと考えられる。沢崎（1993）の先行研究においては、5因子とされ、その中でも社会的自己、役割的自己及び全体的自己の受容に含まれる項目が、社会生活と家庭生活という側面から生活的自己の受容に含まれた。このようなことから、本研究では、よりまとめられた因子数に確定されたが、社会生活と家庭生活を同様の因子として扱うことの妥当性について、今後、検討する必要があるだろう。

2. 自己受容と学校生活スキルの性差について

自己受容の合計値において、先行研究（沢崎, 1994）では、女子よりも男子のほうが高かったが、本研究結果では、性差は認められなかった。但し、31項目中25項目が先行研究と同様に有意な差または有意差なしを示したことから、ある程度、先行研究と同様の性別特徴であったと考えられる。

とくに「体つき」「服装」等の身体的・容姿的側面が含まれていた表象的自己の受容は、女子よりも男子のほうが高かった。宮沢（1978）の中学生における研究においても、身体的・容姿的側面の受容の性差が同様に認められている。中学生においては、女子の身体や容姿の発達的な変化が著しいことから、男子よりも表象的自己の受容が低いと推測される。田崎（2007）は、男性よりも女性のほうが身体への否定的なイメージを持ち、そのようなイメージを持つ場合、自尊感情が低いことを報告しており、女子は、表象的自己の受容がしづらいと考えられる。なお、身体的・容姿的側面の女子の低さについては、同様の報告が多い（伊藤, 1991; 宮沢, 1978; 渋谷・伊藤, 2004）。

学校生活スキル合計値において、石隈（2004）の先行研究と同様の値を示し、さらに性差においても飯田・石隈（2002; 2006）と同様に男子よりも女子のほうが高かった。対人関係に関わるスキルにおいては、男子よりも女子のほうが高いと提及されており（菊池・堀毛, 1994）、学校生活スキルにおいての集団活動スキル（「苦手なクラスメートともつき合える」等）とコミュニケーションスキル（「自分の感情を表現する方法を知っている」等）は対人関係に関わるスキルであることから、本研究結果が一般的な男女の特徴を示したと考えられる。

3. 自己受容と学校生活スキルとの相関分析・重回帰分析

相関分析の結果では、女子の表象的自己の受容

と進路決定スキル以外の自己受容と学校生活スキルとの相関関係が認められた。板津（1994; 1995）は、自己受容と行動との関連性を報告しており、本研究もその報告を支持したと考えられる。

重回帰分析の結果では、男女共に自己受容合計値が学校生活スキル合計値と下位尺度に影響を与えており、自己受容が行動を規定する要因であるという宮沢（1978）の指摘を支持した。つまり“自己を理解し、肯定的に受けとめる”ことで、“学校生活をよりよくする行動”を促進させるという仮説を支持したと言えよう。但し、男女共に、表象的自己の受容においては、ほぼ影響が認められなかったことから、目的となる学校生活スキルに応じて生活的自己または性格的自己の受容に焦点を当てていく必要がある。

1) 性差について

自己受容から女子の進路決定スキルに対しては、特に重決定係数が低いことから、自己受容以外の要因を用いる検討をする必要があるだろう。また男子においても女子ほどではないが進路決定スキルに対する自己受容の影響は、他のスキルよりも低かった。

進路決定スキルは“自分のつきたい職業につくために、どうしたらよいのか調べることができる”等の情報収集的な項目がいくつかあり、自己を肯定的に受けとめても、収集方法そのものが分からなければ、その行動を行うことが難しいのかもしれない。この点は“進路について、だれかに相談することができる”という項目のある相談スキルの影響のほうが進路決定スキルよりも高く示されていたことからも考えられる。とくに女子は高く示された。

中学校において、男子よりも女子の相談件数のほうが多いという報告（KSSWA, 2006）があり、相談スキルに対する自己受容の影響が男子よりも女子のほうが大きいことから、自己受容が相談行動に対して、影響しているのかもしれない。同様

に男子よりも女子のほうが、自己受容の学校生活スキルに対する影響は進路決定スキルを除いた全ての下位尺度において高かった。このような影響の高さが、女子の自己受容の低さを転じさせ、学校生活スキルを男子よりも高めさせているのかもしれない。つまり自己受容が、学校生活スキルの高低に影響を与える要因であると推測される。

2) 生活的自己と性格的自己の受容による 学校生活スキルへの影響

男女共に生活的自己と性格的自己の受容が、学校生活スキル合計値に影響を与えていた。また両自己受容の特徴として、集団活動スキルに影響を与えるという点があるが、生活的自己の受容は相談スキル、健康維持スキルと自己学習スキルという日常生活に関わる行動に影響を与え、性格的自己の受容は集団活動スキルとコミュニケーションスキルという対人関係に関わる行動に影響を与えていた。集団活動スキルに対して、生活的自己よりも性格的自己の受容のほうが、やや高い影響を与えていた。これまでの先行研究（廣實, 2002a; 2002b; 2002c; 板津, 1994; 1995）では、主として、自己受容と対人関係に関わるスキルとの関連性が報告されており、自己受容と生活に関わるスキルとの関連性を示した本研究結果は、自己受容のより広範囲な効果や関連性を示したと考えられる。

3) 生活的自己の受容の特徴

生活的自己の受容は、家庭生活や社会生活に関わる項目が多かった。そのため家庭や学校における様々な諸問題によって、生活的自己の側面である“人間関係”や“現在の自己”等について自己受容できない場合、学校の日常生活に関わる行動に影響を与え、学校生活における活動を低下させると推測される。そのため、生徒が、どのようにそれらを認知しているかを理解し、結果として、肯定的に受けとめていくような援助職の関わりが必要であろう。なお援助職は、本人の自己受容を促進できるように諸問題を生み出す家庭的・社

会的環境に対しても関わっていくことは言うまでもない。生活的自己の受容を低下させるのは、生徒のみによる要因だけではない。

男子においては、生活的自己の受容によって、進路決定を行う方向へ進むことが示された。現在、学校卒業後に通学も仕事もしておらず、職業訓練も受けていないニートへの対策が、文部科学省や厚生労働省等にて実施されているが、本研究結果から、自己受容の促進が、ニートの予防的な対処になる可能性が考えられる。ニートの状態にある者（社会経済生産性本部, 2007）は、それまでに学校でのいじめ、不登校の経験を持つものが多いと報告されており、“人間関係”や“現在の自己”等を含む生活的自己の受容ができているかどうかの検討は、重要な示唆を与える可能性がある。この点については、さらなる調査が求められる。

また男女共に生活的自己の受容は、健康維持スキルに最も大きい影響を与えていた。生活的自己には、“家族” “親に対する子どもとしての自分”という家庭生活に関わる項目があり、虐待のような家族状態の不安定さが、自己受容を損なわせ、健康維持を止めるという指摘（米沢, 2002）から、家庭生活に関わる自己受容と健康維持の強い結びつきが考えられる。また貧困家庭による子どもの発達の阻害（Fraser, 1996）や親の態度による子どもの登校の差が指摘されている（Berger, 1961）。このことから、生活的自己の受容に含まれる家庭的な“経済状態”や“人間関係”による自己学習スキルの影響も推測される。一方で、クラスや学校における“人間関係”や“地位・立場”も関係してくるだろう。そのため、健康維持スキルや自己学習スキルが、不足している生徒に対しては、それらのスキルが欠如しているという見方から、生活的自己の受容の促進を試みるのではなく、家庭的・学校的な背景を捉えて、促進していくことが求められるだろう。但し、この点については、更なる精査が必要である。

4) 性格的自己の特徴

性格的自己の受容は、男女共に集団活動スキルやコミュニケーションスキルに影響を与えており、主として、対人関係に関わる行動を促進していた。Cowger (1994)、ラップ (2001) や Rappaport (1985) は、クライアントの“自主的な行動”のために、クライアントにその長所や個性を自己理解させることを指摘している。“思いやり”“指導力”という性格に関わる項目は、それ自体が長所や個性と捉えられることから、それを自己受容することが、“自主的な行動”を伴い、集団活動スキルやコミュニケーションスキルに影響を与えると推測される。

女子においては、性格的自己が自己学習スキルに影響を与えていた。つまり自己の性格的な側面を受容することにより、学習行動にもよい影響を与えると考えられる。このことから、女子の学習力低下には、性格的自己の受容の低下が関連しているかもしれない。

5) 表象的自己の受容の特徴

表象的自己の受容について、生活的自己や性格的自己の受容と比較して、男女共に学校生活スキルに対して、有効的な影響が認められなかった。男子において、自己学習スキルに影響を与える程度であった。そのため、生活的自己を促進しても自己学習スキルの促進されない場合は、表象的自己の促進を検討する必要があるだろう。

しかし、全体として、表象的自己以外の自己受容を捉えていくことのほうが、様々な学校生活スキルをより効果的に高められると考える。言い換えば、学校生活スキルを促進させるためには、その目的となる行動に合わせた生活的自己や性格的自己といった受容に焦点を当てる必要がある。つまり、すべての自己受容が、直接的に効果的な因子になるということではないことが考えられる。この点について、板津 (1994) は、自己受容尺度の合計得点が、単に高いだけでは、必ずしも心理

的・社会的に良好な状況にあるとは言い難いと指摘していることをある程度支持する。また、有意でないものの女子の表象的自己の受容が、学校生活スキルに対して負の影響を与えていたことは、Pilisuk (1963) の自己受容が、脅威に対して、肯定的作用と否定的作用の相反する結果を示した研究と類似する。この点については、今後さらなる精査が求められる。

なお、自己受容の各因子の関連性が認められていることからも、その促進において、上記の指摘のように実務における明確な振り分けをすることは難しいかもしれない。そのため、生徒に関わる場合、様々な自己受容を促進させながらも、生活的自己及び性格的自己の受容の促進を意識的に行っていくという関わりが、直接的・間接的に生活的自己や性格的自己の受容を促進させ、学校生活をよりよくする行動を促進させることに貢献すると考える。

4. 今後の課題

本研究において、自己受容と学校生活スキルの因果関係が認められたが、自己受容の各因子間の関連性も認められており、共分散構造分析等を用いたモデルの検討も今後求められるだろう。また自己受容や学校生活スキルに関する要因には、健康状態やソーシャルサポート等の様々な要因が考えられる。そのため、今後の研究においては、様々な要因を含めた上で、自己受容の効果を捉えていく必要がある。さらに調査対象においても、地域性や中高一貫校という学校の特性があり、結果の般化においては、留意が必要である。本研究結果を活かした介入の実施等も含め、今後の課題にしたい。

とはいっても本研究によって、自己受容が生徒の行動を促進させる要因になると示唆されたことは、自己受容を目的の一つとするヒューマンケアの援助職が、生徒の学校生活をよりよくする行動に貢

献しているということを示すことになるだろう。

まとめ

本研究では、“自己を理解し、肯定的に受けとめる”ことで、“学校生活をよりよくする行動”を促進させるという仮説から、自己受容と学校生活スキルとの因果関係を仮定し、どのような自己受容の側面が、より学校生活スキルを促進させるかを明らかにすることを目的とした。

結果として、自己受容の生活的自己及び性格的自己が、学校生活スキルに対して一部を除き、影響を与えており、ある程度、仮説が支持された。但し自己受容の各側面における効果の違いがあることから、目的となる行動に合わせた自己受容を促進させる必要がある。そのため全ての自己受容が、直接的に行動を促進させるわけではないことが示唆された。また男子よりも女子のほうが、学校生活スキルに対する自己受容の影響が高かった。このような影響の違いが、男子よりも女子の学校生活スキルを高めていると推測された。今後、結果の般化のためにさらなる精査が必要である。

文 献

- オルポート, G. W. 1968 人格心理学（上）. 今田恵（監訳）入谷敏男（訳）誠信書房
- (Allport, G. W. 1961 Pattern and Growth in Personality.
New York: Holt, Rinehart and Winston.)
- Berger, S. 1961 Casewrok with the Nonattendant School Child. Social Work, 6(1), 105-110.
- Cowger, C. D. 1994 Assessing Client Strengths: Clinical Assessment for Client Empowerment. Social Work, 39, 262-268.
- Fraser, M. W. 1996 Aggressive Behavior in Childhood and Early Adolescence: An Ecological-Developmental Perspective on Youth Violence. Social Work, 41(4), 347-361.
- 廣岡雅子・廣岡秀一 2004 中学生のコミュニケーション能力を高めるアサーショントレーニングの効果—授業での実践的研究—. 三重大学教育学部研究紀要, 55, 75-90.
- 廣實優子 2002a 現代青年における交友関係の特徴及び性差—親友との親密度・満足度、自己受容性、社会的スキルとの関連性—. 日本青年心理学会大会発表論文集, 10, 34-35.
- 廣實優子 2002 b 大学生の自己受容性、社会的スキルと友人関係との関連性. 日本教育心理学会総会発表論文集, 44, 286.
- 廣實優子 2002 c 大学生の自己受容性と社会的スキルの関連性. 日本心理学会第65回大会発表論文集, 32.
- 飯田順子・石隈利紀 2002a 中学生の学校生活スキルに関する研究：学校生スキル尺度（中学生版）の開発. 教育心理学研究, 50, 225-236.
- 飯田順子・石隈利紀 2002b 中学生の学校生活スキルと学校における活動状況との関連—自己効力感と学業成績に焦点を当てて. 教育相談研究, 40, 13-23.
- 飯田順子・石隈利紀 2006 中学生の学校生活スキルと学校ストレスの関連. カウンセリング研究, 39, 132-142.
- 石隈利紀 2004 学校生活適応のための指導・援助の在り方 平成14・15年度. 茨城県教育研修センター
- 板津裕己 1994 自己受容と対人態度との関わりについて. 教育心理学研究, 42(1), 86-94.
- 板津裕己 1995 自己受容性と生きる姿勢, Hoplessnessとの関わりについて. カウンセリング研究, 28, 37-46.
- 伊藤美奈子 1991 自己受容尺度作成と青年期自己受容の発達的变化—2次元から見た自己受容発達プロセス—. 発達心理学研究, 2(2), 70-77.
- KSSWA：香川スクールソーシャルワーカー協会 2006 SSW実践活動報告 香川スクールソーシャルワーカー協会, 3, 46-47.
- 加藤隆勝 1977 青年期における自己意識の構造. 心理学モノグラフ 日本心理学会
- 菊池章夫・堀毛一也 1994 社会的スキルの心理学—100のリストとその理論—. 川島書店
- 警察庁 2005 少年非行等の概要（平成17年1月～12月）.

- マズロー, A. H. 1987 人間性の心理学. 小口忠彦 (訳) 産業能率大学出版部
(Maslow, A. H. 1970 Motivation and Personality, 2nd ed. Harper & Row)
- 宮沢秀次 1978 青年期における自己受容性の一研究 名古屋大學教育學部教育心理学科紀要, 25, 105-117.
- 文部科学省 2007a 平成18年度 児童生徒の問題行動等生徒指導上の諸問題に関する調査.
- 文部科学省 2007b 平成18年度 生徒指導上の諸問題の現状(不登校)について (8月速報値).
- 大崎広行 2005 スクールカウンセリングの限界を超えて～日本における学校ソーシャルワーク実践の展望～. 宮城学院女子大学発達科学研究, 5, 53-62.
- ラップ, C. A. 2001 精神障害のためのケースマネジメント. 江畠敬介 (監訳) 第3版 金剛出版
(Rapp, C. A. 1998 The Strengths Model: Case Management with People Suffering From Severe and Persistent Mental Illness. Oxford: Oxford University Press, inc.)
- Rappaport, J. 1985 The Power of Empowerment Language. Social Policy, 16, 15-21.
- ロージアズ, C. R. 1966a 第2章 カウンセリング関係における洞察の発展. 伊藤博(編訳) ロージアズ全集4 岩崎学術出版社, pp.11-36.
- (Rogers, C.R. 1944 The development of insight in a counseling relationship. the Journal of Consulting Psychology, 8, 331-341.)
- ロージアズ, C. R. 1966b 第5章 セラピィにおける方向と終極点. 伊藤博(編訳) ロージアズ全集4 岩崎学術出版社, pp.71-115.
- (Rogers, C.R. 1953 Some Directions and End Points in Therapy. Mowrer, O. H. (Ed.), Psychotherapy. New York: Ronald Press, pp.44-68.)
- 沢崎達夫 1993 自己受容に関する研究 (1) 一新しい自己受容測定尺度の青年期における信頼性と妥当性の検討一. カウンセリング研究, 26, 29-37.
- 沢崎達夫 1994 自己受容に関する研究 (2) 一男女大学生における自己受容の様相を中心として一. カウンセリング研究, 27, 46-52.
- 渋谷郁子・伊藤裕子 2004 中学生の自己開示ー自己受容との関連でー. カウンセリング研究, 37(3), 52-61.
- 神藤貴昭 1998 中学生の学業ストレッサーと対処法略がストレス反応および自己成長感・学習意欲に与える影響. 教育心理学研究, 46(4), 442-451.
- 高井範子 1999 対人関係性の視点による生き方態度の発達的研究 教育心理学研究, 47, 317-327.
- 田崎慎治 2007 大学生における修身願望と主観的健康感、および食行動の関連. 健康心理学研究, 20(1), 56-63.
- 戸ヶ崎泰子・岡安孝弘・坂野雄二 1997 中学生の社会的スキルと学校ストレスとの関係. 健康心理学研究, 10(1), 23-32.
- 安松昭子・濱野恵一 2002 自己受容と社会問題解決能力に関する研究. ノートルダム清心女子大学児童臨床研究所年報, 15, 83-96.
- 米沢宏 2002 「いい子」が危ない—機能不全の家庭に育つ子どもたち. 河合洋・山登敬之(編) 子どもの精神障害 日本評論社, pp.189-206.
- 財団法人社会経済生産性本部 2007 ニートの状態にある若者の実態及び支援策に関する調査研究