

題目

「大学生に対する自己肯定化演習（2）—授業内実践課題の効果検証—」

著者

吉澤寛之*・西川和夫* *岐阜聖徳学園大学

分類

実験研究

掲載誌

2008年 日本パーソナリティ心理学会第17回大会発表論文集 pp. 84—85

問題および目的

授業を欠席し留年を重ねる、行事やクラブ活動に参加しない、友人関係を避ける、引きこもるなど大学生活への適応困難を示す学生に、強い劣等感、低い自己評価や低い自尊感情など、自己を否定的に認知する傾向が見られる。本研究は自己意識の肯定化が学生の大学適応を改善する可能性に注目し、通常の授業を妨げない程度の簡略な課題演習により、自己意識を肯定的な方向に変化させることを試みた。一連発表（2）の本報告は、演習効果の実証結果を提示する。

方法

実験群：大学生123名、統制群：大学生113名。平均演習参加回数5.73回。

実施方法：実験群に対して15回の授業のうち、1回目に肯定的な自己意識を持つことの意義と自己肯定化促進演習課題の実施について説明。2回目から8回にわたり、課題の説明に2分、課題遂行に8分を充てて各回異なる課題を実施した。

演習課題：課題1)から5)までは、自己の肯定的側面に意識を向ける課題、6)から8)は自己が他者にとって有意義な存在であると認知する課題である。

効果測定：実験群、統制群とも授業の初期と終期に自尊感情尺度（山本他2001）、IUE（西川2007）の下位尺度ICP、INP、IAC、UNPを実施した。実験群および統制群の事前事後尺度得点の変化を比較し、効果測定の指標とした。

結果および考察

統計解析：事前・事後テスト×実験・統制群を独立変数、各尺度得点を従属変数とする2要因混合計画の分散分析を行った。

自尊感情尺度得点の変化：事後テストにおいて実験群の得点(M=12.36, SD=3.90)が統制群(M=10.34, SD=4.55)より有意に高い(F(1, 152)=8.85, p<.01)。また実験群では、事後テストにおいて得点が有意に上昇した(事前M=10.46, SD=4.16) (F(1, 152)=29.05, p<.01)。

ICP得点の変化：実験群の事後テスト得点が有意に上昇した(事前M=10.25, SD=2.95、事後M=10.87, SD=3.06) (F(1, 152)=4.05, p<.05)。

INP得点の変化：事後テストにおいて実験群の得点(M=10.65, SD=3.42)が統制群(M=9.31, SD=3.59)より有意に高い(F(1, 152)=5.62, p<.05)。また実験群

では、事後テストにおいて得点が有意に上昇した（事前 $M=9.82$, $SD=3.58$ ）
（ $F(1, 152)=6.88$, $p<.01$ ）。

IAC 得点の変化：実験群において事後テストの得点（ $M=9.49$, $SD=4.42$ ）（事前
 $M=10.35$, $SD=3.78$ ）が有意に低下した（ $F(1, 152)=6.25$, $P<.05$ ）。

UNP 得点の変化：事後テストにおける実験群の得点（ $M=12.06$, $SD=2.82$ ）が統制群
（ $M=10.88$, $SD=2.92$ ）より有意に高かった（ $F(1, 152)=6.56$, $p<.05$ ）。

考察：自己肯定化課題演習を経験することで、実験に参加した学生の自尊感情が有意に
高くなり、肯定的な自己意識を持ちやすくなったことがうかがえる。ICP 得点の上昇
は、自己向上意識や理想志向という積極的な自己目標感が高まったことを示し、INP
得点の上昇は、自己ケアや自己尊重という肯定的な自己対処意識の向上を示している。
IAC 得点の低下は、不安や劣等感というような自己否定的自我機能が低減・改善され
たことを示唆する。UNP 得点の上昇は、肯定的で親密な対他者意識が向上したことを
示している。演習参加回数と自己肯定化の程度に直線的關係は認められなかった。演
習課題個々の内容より、肯定的側面への意識焦点化の構えが優位に作用したことが推
測される。

（要約者：西川和夫）