

# 大学生における情動への評価に関する研究<sup>i</sup>

— 被共感経験との関連に着目して —

稗 田 紀 子<sup>ii</sup>・重 橋 のぞみ

Studies on Evaluation of Emotion in University Students  
— Focus on the Relationship with the Experiences to be Empathized —

Noriko Hieda・Nozomi Jyubashi

## 【問題と目的】

情動は「個人を適応にも不適応にも導きうる両刃の剣のようなもの（奥村，2008）」である。その中でも奥村（2008）が提唱した情動への評価とは「自己が経験した情動に対する肯定・否定の価値づけを伴う評価」のことであり、「情動がシグナルとして適応的に機能するか否かに重要な役割を担っている」といえる。

下田・石津・樫村（2014）は「感情の表出は人間関係を破壊するリスクを有し、感情の抑制は人間関係の維持にはたらくと見れば、感情抑制と関連する感情への否定的評価は一見適応的なものに見える」一方で、「自身が抱く感情への否定的な評価は、自身の感情を十分に体験する機会を損ねたり、その後の感情の処理を妨げる要因にもなりうる」ことを主張している。先行研究においても、情動への否定的評価がアレキシサイミアの下位尺度である言語化困難および認識困難と正の関連を持つこと（奥村，2008）、また情動への否定的評価をすることにより精神的な不健康をもたらすこと（樫村，2010）が明らかとなっている。したがって、どのような情動に対しても大切なものと評価し、丁寧に扱うことで、適切な表出や抑制ができ、過剰適応や心身症の予防の一助となると考える。

本研究では、情動の中でも悲しみと怒りを取り上げ、情動への評価を「自己が経験した悲しみと怒りという二つの情動に対する肯定・否定の価値づけを伴う評価」と定義する。

奥村（2012）によれば「情動は自己の中だけで経験されるものではなく、他者との関係性の中で経験され、表出や抑制がなされる」ものであり「情動への評価も、他者との関係性によって異なってくる」とされている。他者との関係性の指標として愛着を取り上げた先行研究では、安定型の人ほどどのような情動に対しても否定的な評価をせず、適切に処理や活用が出来る一方で、回避型や両価型の人にはネガティブ情動に対して否定的な評価をし、適切な処理や活用に関がらないこと（坂上・菅沼，2001）

が明らかとなっている。また奥村（2012）も「情動への否定的評価の背景には、自己の情動に対して拒否的であったり、一貫した対応をしてくれない対象との関係性があるのかもしれない」と指摘している。しかしながら内田（2014）は「IWM そのものが、児童期以降の様々な人との出会いを通じ、変容しうるものであること」を示唆している。したがって、情動への評価も変容しうるものと考えられ、回避型および両価型の人や奥村（2012）が指摘するような対象との関係性を持ち、ネガティブ情動に対して否定的な評価をしている人であっても、養育者以外の重要な他者との出会いを通して、情動への否定的評価をする程度が低くなると考える。このように、情動への評価が変化し、適切な表出や抑制が行えるようになることは、子どもの心理的安定を促すと考えられる。

子ども達の多くが養育者の次に会える関係性は、先生や友人である。半澤・渡部（2008）は、日常的な相談・援助は、問題が深刻になるのを防いだり、その人の支えになったりし、専門的な治療を受けた人にとっても、その後の生活における身近な人とのかかわりは大変重要なものであると主張している。浦（1999）も情緒的サポートは家族成員や友人など親密な他者から供給されるのが望ましいと述べている。また國田・山本（2013）は「実際に子ども達に接する保育者や小学校教諭は、子どもの自己表現をより肯定的に捉えられるよう、配慮していく必要がある」ことを指摘している。したがって、子どもが適応的に過ごす上で、養育者以外の周りの大人や友人の関わりも大きく影響していると考えられる。

また、情動への評価に影響を与える要因として、被共感経験があると考えられる。山本（2007）は、共感を「一方的なものではなく、相手との相互のコミュニケーションによって成り立つもの」とし、共感される側にも注目する必要があること、「共感されるという経験は自己の信頼感・安定感へとつながる」ことを指摘している。また心理療法においても一般的な発達においても“わかってもらえる”（被共有）経験と“わかってもらえない”（被不全）経験を通して自己受容・理解をしていき、他者受

i 本論文は、2017年福岡女学院大学人文科学研究科臨床心理学専攻修士論文を加筆修正したものである。

ii 元福岡女学院大学人文科学研究科臨床心理学専攻大学院生

容・理解にも繋がっていくと主張している。これらのことより、被共有経験と被不全経験の二軸から被共感経験を捉えること、また、共感経験に対する本人の主観的効果の実感（共感されることの効果）も重要になるであろう。

これらの問題に対し、稗田・重橋（2019）は小学校高学年時（回想）と大学生時（実施時）の情動への評価の変化を検討している。その結果、4つの群が抽出され、子どもから青年期にかけて情動への評価のパターンが変化する群があることが示された。また、群ごとに共感体験に特徴がある可能性が示唆された。表1は、4つの群の情動への評価の変化および共有体験の特徴である。しかし、共感の質について検討することが出来ず、共感されることに対するイメージなどが各群によってどのように違うのかについて疑問が残された。

そこで本研究では、共感の質に着目し、稗田・重橋（2019）で得られた4つの群によって、共感されることに対するイメージや自身が共感される時に望む効果・態度に違いがあるのかを検討し、各群の特徴をより明確にすることを目的として研究を行う。特に、情動への評価が否定的な3群と4群に着目する。なお、大切な他者については、「養育者を含む身の周りの大人や友人のこと」と定義する。

【方法】

**調査対象・調査時期** 2017年11月に福岡県内のF大学の女子学生36名を対象に質問紙調査を行った。

**手続き** 大学で行われている講義にて質問紙を配布し、同意を得て実施した。回答後、多くの場合その場で回収したが、一部はボックスを設け、後日研究者が回収した。

**倫理的配慮** 本研究は、本学倫理委員会の審査にて承認を得て行った。内容は、調査協力者の負担にならないよ

う質問量・質問項目を選定し、与える影響について十分に検討を行った上で実施している。回答は任意であり途中で回答を辞退しても構わないこと、無記名であり個人が特定されることはなく、研究以外の目的で使用されないことなどを質問紙に明記し、口頭でも説明を行った。これらの内容を十分に説明した上で、同意を得た協力者のみに調査を依頼した。

**質問紙の構成** 質問紙は、(1) フェイスシート、(2) 情動への評価、(3) 共感されることの効果、(4) 共感されたと思った時の大切な他者の態度、(5) 自由記述で構成される。

(1) **フェイスシート** 調査への同意と、自分だけが分かるニックネームについて回答を求めた。

(2) **情動への評価** 小学校高学年（4年生以上）の頃の想起を求め、その時の自身の悲しみと怒りに対する感じ方・考え方について尋ねた。項目内容は、稗田・重橋（2019）にて用いた情動への評価から、それぞれ因子負荷量が高い2項目ずつの計6項目を使用した。「他者懸念因子（9項目）」は、「情けないと思うことがある」「罪悪感を感じる」を用いた。「負担感因子（6項目）」は、「きついと感じる」「嫌だと思う」を用いた。「必要性因子（7項目）」は、「あった方がいいと思う」「あってもいいと思う」を用いた。現在（大学生）の自身の悲しみと怒りに対する感じ方・考え方についても、過去（小学校高学年）の調査と同様に回答を求めた。過去に対する質問は、語尾を過去形に変更し「非常に当てはまる（6点）」から「全く当てはまらない（1点）」までの6件法で回答を求めた。また、稗田・重橋（2019）と同様に、過去と現在どちらも悲しみと怒りを分けずに「悲しみや怒り」として項目を書き換えた。

(3) **共感されることの効果** 稗田・重橋（2019）で用いた共感されることの効果である「自省と自己受容」と「支え」、「明確化」を挙げ、自身が大切な他者から共感

表1 幼少期と大学生の情報への評価の変化パターンと共有体験の関係

| 群  | 人数 | 情動への評価の変化                     |  | 共有体験の特徴  |
|----|----|-------------------------------|--|--|
|    |    | 小学生                           | 大学生  |  |
| 1群 | 41 | 情動を肯定的にも否定的にも捉えず、比較的自由に表現していた | 情動をさらに肯定的に捉えている                              | 共有型が多く、大切な他者の割合も多い。様々な人と関わり、わかってもらえた経験が多く、共感の効果を感じている。わかってもらえなかった経験が少ない。   |
| 2群 | 23 | 情動を肯定的に捉えていた                  | 情動を非常に肯定的に捉えている                              | 共有型が多く、大切な他者として母親を一番多く挙げている。家庭内でわかってもらえた経験が多く、青年期においてもその基盤が情動を大切にすることに繋がっていると考えられる。                                      |
| 3群 | 14 | 情動を非常に肯定的にも否定的にも捉えていた         | 非常に繊細で敏感。周囲を気にし、情動を非常に否定的に捉え、肯定的に捉えられなくなっている | わかってもらえた経験が多ければ、情動を否定的に捉えることは少なくなるが、肯定的に捉えることも少なくなっており、アンビバレントである。わかってもらえた経験が自身の情動に必要なだと捉えておらず、他者への不信が考えられる。             |
| 4群 | 34 | 情動を肯定的にも否定的にも捉えていた            | 情動を肯定的に捉えられなくなっている                           | 「共有不全型」の人数が最も多い。1群と同様に、大切な他者として母親と友人を挙げており、様々な人と関わっているが、共感されることの効果を感じていない人が多い。共感されても、わかってもらえた経験として効果を実感することに繋がらない可能性がある。 |

出典：稗田・重橋（2019より）

される時にそれぞれの効果をどの程度望むかについて尋ねた。各因子を「自分を見つめたり、自己受容する」、「支えを感じる」、「明確になる」と調査協力者の理解が進むよう言葉を換え、因子負荷量の高い順から2項目を例に挙げ説明した。各項目について「望む(4点)」から「望まない(1点)」までの4件法で回答を求めた。

(4) **共感されたと思った時の大切な他者の態度** 自身が大切な他者から共感されたと思った時に、その人がどのような態度でいることが多いかについて尋ねた。項目内容は、藤原・三宅・濱口(2014)の改訂版聴く行動スキル尺度の「会話への言語的応答因子(7項目)」、「アイコンタクト因子(4項目)」、「前傾姿勢因子(4項目)」、「うなずき・あいづち因子(5項目)」、「遮らずに聴く因子(5項目)」からそれぞれ3項目ずつの計15項目を使用した(表2)。望む態度について「〇〇してくれる」など授受表現に変更して用い「よく当てはまる(5点)」から「全く当てはまらない(1点)」までの5件法で回答を求めた。

(5) **自由記述** 共感されることに対して肯定的なイメージが強く、否定的なイメージについて記入し難い面があると考えられる。したがって「共感には肯定的な側面を持っていますが、使い方によっては否定的な側面も生むものです」という一文を加えた上で、大切な他者から共感されることに対する肯定的および否定的なイメージについて自由記述を求めた。また(4)に関連させ、自身が大切な他者から共感される時にどのような態度でいて欲しいかについても、自由記述にて回答を求めた。

**【結果】**

**1) 因子分析結果 聴く行動スキル尺度の因子構造および信頼性**

藤原・三宅・濱口(2014)の因子構造を用いて分析し

た。先行研究における第1因子は「私の話を聞いて、わからなかったところを質問してくれる」などから構成される「会話の言語的応答」である。第2因子は「私の話を聞くときには、話している私の方を向いてくれる」などから構成される「アイコンタクト」である。第3因子は「私の話を聞いているときは、からだを前のめりにしてくれる」などから構成される「前傾姿勢」である。第4因子は「私の話を聞きながら、「うんうん」、「へえ〜」などの相づちを打ってくれる」などから構成される「うなずき・あいづち」である。第5因子は「私の話を遮って話し始めることなく、聞いてくれる」などから構成される「遮らずに聴く」である。聴く行動スキル尺度の信頼性を確認するため、Cronbachの $\alpha$ 係数を算出したところ「会話への言語的応答」得点は.58、「アイコンタクト」得点は.86、「前傾姿勢」得点は.91、「うなずき・あいづち」得点は.74、「遮らずに聴く」得点は.70であり、一部低い値も見られたが許容範囲であると考えられた。したがって本研究では、先行研究から得られたものと同じ5因子を用い、各因子の合計を項目数で割った値をそれぞれの合成変数として使用した。

**2) 各群における「共感されることに望む効果」の差の検討**

各群の大切な他者から共感される時に望む効果を比較するため、情動への評価の4つの群を独立変数、「望む効果」を従属変数として、一要因の分散分析を行った。その結果、有意差は見られなかった( $F(3, 32)=1.02, n.s.$ )。

次に、「望む効果」の各因子の合計を項目数で割った値をそれぞれの合成変数として、情動への評価の4つの群を独立変数、共感されることの効果の「内省と自己受容」「支え」「明確化」を従属変数として、一要因の分散分析を行った。その結果、いずれの因子も有意差は見られなかった(順に $F(3, 32)=.49, n.s.$ ;  $F(3, 32)=.52,$

**表2 聴く行動スキル尺度の項目**

|    |   |
|----|---|
| 1  | 私の話を聞いて、わからなかったところを質問してくれる              |
| 2  | 私の話を聞くときには、話している私の方を向いてくれる              |
| 3  | 私の話を聞いているときは、からだを前のめりにしてくれる             |
| 4  | 私の話を聞きながら、「うんうん」、「へえ〜」などの相づちを打ってくれる     |
| 5  | 私の話を遮って話し始めることなく、聞いてくれる                 |
| 6  | 私の話を聞いているだけではなく、時には思ったことや感じたことを私に伝えてくれる |
| 7  | 私が話しかけたときには、私の顔を見ながら話を聞いてくれる            |
| 8  | 私の話を聞いているときには、私の方に身を乗り出してくれる            |
| 9  | 私の話を聞きながら、「そうなんだ」、「本当に?!」などの短い言葉をかけてくれる |
| 10 | 私が話してる最中には口をはさまず聞いてくれる                  |
| 11 | 私の話が長くなると、「それってこういうこと?」と私に確認してくれる       |
| 12 | 私の話を聞くときには、私の方を見てくれる                    |
| 13 | 私の話を聞いているときには、私の方へからだを少し傾けてくれる          |
| 14 | 私の話を聞くとき、頷いてくれることが多い                    |
| 15 | 私が真剣な話をしている時にふざけて笑ってしまうことなく、聞いてくれる      |

n.s.;  $F(3, 32) = 1.62$ , n.s.)。各群における共感される時に望む効果の平均値と標準偏差を表3に示す。

### 3) 各群と「共感されたと感じた時の大切な他者の態度」の関連

#### 各群による「望む態度」の比較

各群の大切な他者から共感される時に望む態度を比較するため、情動への評価の4つの群を独立変数、「望む態度」を従属変数として、一要因の分散分析を行った。その結果、有意差は見られなかった ( $F(3, 32) = .80$ , n.s.)。

次に、「望む態度」の各因子の合計を項目数で割った値をそれぞれの合成変数として、情動への評価の4つの群を独立変数、共感されることの態度の「会話への言語的応答」「アイコンタクト」「前傾姿勢」「うなずきとあいづち」「遮らずに聴く」を従属変数として、一要因の分散分析を行った。その結果、いずれの因子も有意差は見られなかった (順に  $F(3, 32) = .96$ , n.s.;  $F(3, 32) = .26$ , n.s.;  $F(3, 32) = .30$ , n.s.;  $F(3, 32) = .52$ , n.s.;  $F(3, 32) = .12$ , n.s.)。各群における共感される時に望む態度の平均値と標準偏差を表4に示す。

### 4) 各群による共感されることに対する肯定的・否定的イメージおよび大切な他者に望む態度

群による共感されることに対する「肯定的・否定的イメージ」の違いを検討するため、群別に記入複数・記入有・記入無の3種類に分類した。記述が2つ以上見られた場合に記入複数、記述が1つ見られた場合に記入有、記述が1つも見られなかった場合に記入無とした。「大切な他者に望む態度」についても同様に分類を行った。群別の割合を示したものが表5である。

共感されることに対する肯定的なイメージに関しては、どの群も記入複数および記入有で構成されていたが、3群のみ記入無があった。否定的なイメージに関しては、どの群も記入有および記入無で構成されていたが、4群のみ記入複数が見られた。

「大切な他者に望む態度」に関しては、どの群も記入複数および記入有で構成されていたが、1群および3群では記入無が見られた。

また、共感されることに対する「肯定的・否定的イメージ」および「大切な他者に望む態度」の自由記述(抜粋)を表6に示す。内容は調査協力者が記入した内容を言文通りに記載しており、群の特徴を表す記述については文字の下に下線を引いている。

表3 各群における共感される時に望む効果の平均値とSD

|           | 1群(N=7)        | 2群(N=11)       | 3群(N=9)        | 4群(N=9)        |
|-----------|----------------|----------------|----------------|----------------|
| 「望む効果」    | 3.29<br>(0.56) | 3.61<br>(0.49) | 3.33<br>(0.41) | 3.52<br>(0.34) |
| 『内省と自己受容』 | 3.14<br>(0.90) | 3.45<br>(0.93) | 3.11<br>(0.78) | 3.44<br>(0.53) |
| 『支え』      | 3.71<br>(0.49) | 3.82<br>(0.41) | 3.56<br>(0.53) | 3.67<br>(0.50) |
| 『明確化』     | 3.00<br>(0.58) | 3.55<br>(0.52) | 3.33<br>(0.50) | 3.44<br>(0.53) |

表4 各群における共感される時に望む態度の平均値とSD

|             | 1群(N=7)        | 2群(N=11)       | 3群(N=9)        | 4群(N=9)        |
|-------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
| 「望む態度」      | 1.09<br>(0.14) | 1.11<br>(0.12) | 1.08<br>(0.09) | 1.09<br>(0.19) |
| 『会話への言語的応答』 | 3.95<br>(0.49) | 4.33<br>(0.44) | 3.96<br>(0.81) | 4.17<br>(0.24) |
| 『アイコンタクト』   | 4.24<br>(0.79) | 4.56<br>(0.47) | 4.38<br>(0.63) | 4.33<br>(0.47) |
| 『前傾姿勢』      | 3.95<br>(0.62) | 4.33<br>(0.41) | 3.63<br>(1.23) | 4.00<br>(0.00) |
| 『うなずきとあいづち』 | 4.24<br>(0.81) | 4.41<br>(0.43) | 3.92<br>(0.83) | 3.50<br>(0.71) |
| 『遮らずに聴く』    | 3.90<br>(0.69) | 4.04<br>(0.35) | 3.92<br>(0.83) | 3.83<br>(0.24) |

【考察】

自身が望む共感されることの効果

分散分析結果より、群による差が見られなかった。このことから、どの群であっても、共感されることによる効果を望む程度に差はなく、その効果を同様に望んでいることが明らかとなった。

自身が望む大切な他者の態度

分散分析結果より、望む効果と同様に群による差がないことが明らかとなった。この理由としては、改訂版聴く行動スキル尺度（藤原・三宅ら，2014）の項目のような態度が共感されたと思える経験に繋がっており、どの群においても認識しやすいからだと考えられる。

一方、大切な他者に望む態度の自由記述の割合を群別に比較した結果、1群は記入無があり、4つの群の中で最も望む態度に明確な記載がないことが明らかになった（表5）。2群と4群は記述が多く、特に2群においては記入複数の割合の多さから、望む態度について様々なことを記述していたことがわかる。3群も記入無が見られたが、記入複数と記入有が多くの割合を占めており、大切な他者に望む態度があるといえる。

自由記述の内容（表6）から、4つの群の共通点として「受容的な態度でいてほしい」など、受容的な態度に関する記述が挙げられる。これは稗田・重橋（2019）で示された、まずは「わかってもらえた経験」が重要であることと一致する結果である。群別の比較では、1群は

相づちなど、「聞いていることを確認出来る態度でいてほしい」「話を最後まで聞いて欲しい」といった記述が見られた。これより、相づちとともに、遮らずに聴いて貰うことを望む群であると推測される。2群は「聞きたいという意志が見える態度」「他にしていることをやめて、私に向き合ってほしい」といった記述が見られた。これより、否定せず親身に自身と向き合ってくれているということが分かる態度でいて欲しい群であると思われる。アドバイスなどは必要なく、自身の考えを受け入れて貰うことに焦点が当たっている。一方、3群は「スマホなどさきわらずに真剣に聞いて欲しい」「変に指摘せず、つらかったね、悲しかったねなどの共感だけでいい」といった記述が見られた。ひたすら傾聴し、共感されることを望んでいる群であると思われる。4群は「目を見て聞いて欲しい」「うなづきながら聞いてほしい」といった記述が見られた。つまり、目を見て、相づちをしながら聴いて欲しい群であると思われる。

以上の自由記述の結果から、1群と2群より3群と4群の方が「このようにして欲しい」という具体的なニーズがあり、大切な他者に強く望むものがあることが特徴的であった。

各群の共感されることに対する肯定的・否定的なイメージの違い

共感されることに対する肯定的なイメージの割合から、どの群も肯定的なイメージを持ち、記入複数および記入有で構成されていることがわかる（表5）。つまり、

表5 各群の共感されることに対する肯定・否定イメージおよび他者に望む態度の記載割合 ( )内は度数

|    | 肯定的イメージ |         |         | 否定的イメージ |         |         | 大切な他者に望む態度 |         |         |
|----|---------|---------|---------|---------|---------|---------|------------|---------|---------|
|    | 記入複数    | 記入有     | 記入無     | 記入複数    | 記入有     | 記入無     | 記入複数       | 記入有     | 記入無     |
| 1群 | 29% (2) | 71% (5) | 0% (0)  | 0% (0)  | 43% (3) | 57% (4) | 28% (2)    | 43% (3) | 29% (2) |
| 2群 | 36% (4) | 64% (7) | 0% (0)  | 0% (0)  | 64% (7) | 36% (4) | 64% (7)    | 36% (4) | 0% (0)  |
| 3群 | 37% (3) | 50% (4) | 13% (1) | 0% (0)  | 44% (4) | 56% (5) | 11% (1)    | 78% (7) | 11% (1) |
| 4群 | 44% (4) | 56% (5) | 0% (0)  | 11% (1) | 33% (3) | 56% (5) | 11% (1)    | 89% (8) | 0% (0)  |

表6 各群における共感されることに対するイメージと大切な他者に望む態度の自由記述

| 群  | 肯定イメージ  | 否定イメージ   | 大切な他者に望む態度   |
|----|---|--|--|
| 1群 | <ul style="list-style-type: none"> <li>自分がその場にいることを許されている感じ</li> <li>一緒に居ても良いんだと思う</li> <li>自分を理解してもらっているという安心感がある</li> <li>自分を分かってもらえる感がある/親しみを感ずやすい</li> <li>自分が認められたように感じる事が出来る</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>踏み込んで欲しくないと思う</li> <li>無関心</li> <li>何も考えてくれない</li> <li>※記入なし4名</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>相づちなど、ちゃんと聞いていることを確認出来る態度でいてほしい</li> <li>携帯をいじらない/聞いて声かけしてくれる</li> <li>真剣に話している時は真剣に/あまり否定されるばかりは嫌だ</li> <li>話を最後まで聞いて欲しい</li> <li>※記入なし2名</li> </ul>               |
| 2群 | <ul style="list-style-type: none"> <li>自分が正しいと思える</li> <li>理解しようとしてくれる人がいてよかった</li> <li>信頼されている/認めてくれている</li> <li>自分と同じことを思っていてうれしい</li> <li>音中を押してもらえ/受け入れてもらっている</li> </ul>                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>気を遣わせてる</li> <li>本当に分かってもらえているのだろうか</li> <li>同情されている気がして嫌になる</li> <li>共感されすぎた場合、思っていることをそのまま言っても貰えない仲/壁を感じる</li> <li>※記入なし4名</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>聞きたいという意志が見える態度/目を見る/体を向ける</li> <li>うなづいてほしい/相づちをうってほしい</li> <li>自分の顔を見ながら、真剣に話を聞いてくれたら嬉しい</li> <li>ぶざけしないで親身になって聞いてほしい</li> <li>私に向き合ってほしい/時間を気にしないでほしい</li> </ul> |
| 3群 | <ul style="list-style-type: none"> <li>自分のことを考えてくれている/大切に思ってくれているイメージ</li> <li>自分は受け入れられていると感じ、あなたかくなるようなイメージ</li> <li>心があたたかくなり、ホッとする</li> <li>一人ではないと感じ、嬉しくなる</li> <li>※記入なし1名</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>自分が他者に甘えている気持ちになり、自立できていないように思う</li> <li>こんなにつらい気持ちも簡単に分かってほしくない</li> <li>気持ちに合わせさせてくれる</li> <li>※記入なし5名</li> </ul>                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>途中で話をささげず、最後までままでいってから意見してほしい</li> <li>スマホなどさきわらずに真剣に聞いて欲しい</li> <li>ただ話をきいてうなづいてほしい/その時だけは携帯とかふれず自分の話をきいてほしい</li> <li>※記入なし1名</li> </ul>                           |
| 4群 | <ul style="list-style-type: none"> <li>当たってたとあって、ものすごく安心する</li> <li>安心する</li> <li>受け入れてもらえたように感じる/大切にされていると思う</li> <li>自分のことをきちんと考えてくれている嬉しい</li> </ul>                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>自分の考え方は違うとらえ方をされてしまう可能性がある</li> <li>絶対共感しないといけないプレッシャー/本当は意見が違っても否定しただけでダメなかんじがする</li> <li>※記入なし5名</li> </ul>                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>目を見て聞いて欲しい</li> <li>顔を見て、適切なあいづちをうってほしい</li> <li>何かしながらではなく自分の方を向いてほしい</li> <li>真剣に目を見て話を聞いてほしい</li> </ul>  |

情動への評価の仕方が異なっているにもかかわらず、多くの人が共感されることに対して肯定的なイメージを持っているといえる。一方、3群では記入無が見られ、共感されることに対して肯定的なイメージが持てない人も一部存在することが明らかになった。

自由記述の内容(表6)から、4つの群の共通点として「受容されている感じ」などの記述が挙げられる。これは稗田・重橋(2019)の結果とも通じ、どの群においても大切な他者から共感して受け入れて貰うことが重要で、このことが共感されることに対する肯定的なイメージに繋がっていると考えられる。群別の比較から、1群は「一緒に居ても良いんだと思う」「自分を分かってもらえる感がある」といった記述がある。上記したように、受け入れて貰えることで安定する群だと考えられる。2群は「自分が正しいと思える」「背中を押してもらえる」といった記述がある。これより、自身の気持ちについて正しいと思っているが、あと一押しを求めており、共感されることで背中を押して貰うことに繋がる群であると推測される。3群は「大切に思ってくれているイメージ」「あたたかくなるようなイメージ」といった記述が見られ、気持ちに焦点が当てられている。共感されることで他者の温かさを感じる群であると思われる。4群は「安心する」「守られた気持ち」といった記述が見られた。枠に守られて安心したいという思いがあり、共感されることでそれらが満たされる群であると推測される。

共感されることに対する否定的なイメージの割合から、どの群も否定的なイメージを持つことが明らかになった(表5)。2群以外は半分以上に記入無があるものの、否定的なイメージを記述している人が多く存在していた。また、4群は記入複数の人もいた。これより、共感には肯定的に捉えられる一方で、否定的なイメージも持ち得ることが示唆された。「共感とは治療場面において、最も基本的で重要なセラピスト(治療者)の機能である(角田, 1992)」と主張されているように、臨床場面においても共感することは重要である。本研究はその質やクライアントに合わせた共感的理解が大切であることを改めて示唆しているといえる。

さらに自由記述の内容から、1群は否定的なイメージを持ちにくく、共感されることを肯定的に受け入れられる群であると考えられる。2群は「気を遣わせてる」「共感されすぎた場合、思っていることをそのまま言っただけで貰えない仲」といった記述が特徴である。これより、他者に目が向きやすく、相手のことを気にしたり、本当のことを言っただけで欲しいと思う群といえる。2群は否定的なイメージを持ちやすい群であるが、その内容は必ずしも共感されることに対して否定的ではない。むしろ、共感されることによって大切な他者をより意識する内容であり、このことから他者をより意識する群だと考えられる。3群は「こんなにつらいキモチを簡単に分かっ

てくれない」といった記述があり、アンビバレントな捉え方をすることが表1とも一致する。4群は「自分の考え方とは違ったらえ方をされてしまう可能性がある」等の記述があり、防衛的で、他者とのすれ違いに敏感である群と考えられる。

#### 各群の特徴

本研究および表1(稗田・重橋, 2019)を合わせ、各群にラベルを付けた。特徴を以下に述べる。

1群は「素直な情動への評価をする群」であると考えられる。小学生の頃より「わかっただけで貰えなかった経験」が少ないため、青年期である現在、自身に湧き起こる情動に対して肯定的に捉えられるようになってきている。また、大切な他者からの共感や受容的な態度を素直に受け止めた上で、自身を見つめ自己受容することに繋がられる群である。

2群は「肯定的な情動への評価をする群」である。自身に湧き起こる情動を非常に肯定的に捉え、どのような情動も大切に出来ていると考えられる。小学生の頃から「わかっただけで貰えた経験」が多く、大切な他者から共感された時に望む態度を返されており、共感されることによって、自身を見つめ自己受容することに繋がられて来たと考えられる。

3群は「アンビバレントな情動への評価をする群」である。自身に湧き起こる情動を否定的に捉え、肯定的に捉えることが難しい。大切な他者から「わかっただけで貰えた経験」を素直に受け入れられる部分と簡単にはわかって欲しくない部分の両方を持ち合わせている。他者を信頼したい気持ちと信頼出来ない様子が窺え、人間関係でのつまずきを経験している群である可能性が示唆される。

4群は「消極的な情動への評価をする群」である。情動への評価に消極的であり、肯定的に捉えることが難しい。青年期の現在、望む共感の効果や態度が得られず、共感されることの効果に繋がった経験が少ないと考えられるだろう。人間関係におけるすれ違いを4つの群の中で最も多く経験しており、そこでのつまずきは3群同様によく見られる群であると考えられる。

#### まとめと今後に向けて

「素直な情動への評価をする群(1群)」および「肯定的な情動への評価をする群(2群)」は、過去から現在にかけて情動への肯定的評価が高く変化する群である(表1)。また、大切な他者から共感された時に望む態度を返されており、共感されることによって、自身を見つめ自己受容することに繋がられて来たと考えられる。國田・山本(2013)は、保育・教育現場において「自己表現と自己抑制は次元上の両極端と捉えられやすく、子どもの自己表現は我慢の足りなさの表れと捉えられている」ことを明らかにし「実際に子ども達に接する保育者や小学校教諭は、子どもの自己表現をより肯定的に捉えられるよう、配慮していく必要がある」と主張した。1群と2群に見られるように、大切な他者から「わかっただけ

らえた経験”は、自身に湧き起こる情動を大切に出来たり、自己受容出来たりすることに繋がっており、非常に重要であるといえる。保育・教育現場に限らず子ども達と出会う大人が、自己表現をする子ども達に対し、わかろうとする態度を示したり、共感したりすることが大切であると思われる。

一方「アンビバレントな情動への評価をする群（3群）」および、「消極的な情動への評価をする群（4群）」は、過去から現在にかけて情動への肯定的評価が低く変化する群である（表1）。過去から現在にかけて、アンビバレントさを抱えていたり“わかってもらえなかった経験”を多くしていたりする。これらのことから、不適応的な情動への評価をする2つの群であるといえ、心理臨床場面においてもクライアントとして出会うことが多いと思われる。藤井・谷口（2012）は「情動への評価は自分がかもっている情動に対する構え、自身のこころへの態度と言い換えることができる」と主張した。その上で「心理療法では自らの情動を受け容れられるよう、セラピストがクライアントの情動を受け容れるという作業を行っていくため、そもそもクライアントが自分の情動に対してどのような評価をしているかを理解することは大切な点と言える」と指摘している。また奥村（2012）は、情動への評価と対象との関係性がセラピストとの関係にも同様に持ち込まれる可能性を推測した上で「セラピスト自身が関係性の中に現れる情動をどのように評価するのかということが、クライアント自身の情動への評価の変化にも重要な意味を持つ」ことを示唆している。したがって、専門家として3群や4群の人達に出会った際は、アセスメントの一つとしてクライアントがどのような情動への評価をしているのかについて考えることが重要であると思われる。3群と4群の人達が専門家から望む態度や効果を得られ、共感されることによって自身を見つめ、自己受容が出来た場合、適応的な情動への評価へと移行する変化が見られるのではないだろうか。

本研究では、共感される側にも注目し検討を行った。その結果、群によって受け取り方に差があることやニーズが異なることが明らかとなった。したがって今後も、共感する側だけでなく、共感される側の視点も取り入れて研究する必要があることが示唆された。

本研究では、情動への否定的評価の「他者懸念」と「負担感」を分けずに検討したが、奥村（2008）は「他者の目を意識しているか、それとも自身の中で経験されてい

るものか」という質的な違いに着目し、「両者を区別して論じることに有用性がある」と示唆しており、今後は区別して検討する必要があるだろう。また、望む態度や効果が情動への肯定的評価の変容にどのような影響を与えるかについても検討が必要だと考える。さらに、心理面接において3群や4群の人達が共感され、自己受容する中でどのように変化するかについて、心理支援を通じて考えることも大切な視点であろう。

## 引用文献

- 藤原健志・三宅拓人・濱口佳和（2014）. 改訂版聴くスキル尺度の大学生への適用の検討 筑波大学心理学研究, 47, 65-75.
- 藤井昌志・谷口麻起子（2012）. 感情特性と情動への評価の関連について 聖泉論叢, 20, 11-23.
- 半澤歩・渡部玲二郎（2008）. 日常的な相談場面における「共感されること」の効果 茨城大学教育学部紀要 教育科学, 57, 207-219.
- 稗田紀子・重橋のぞみ（2019）. 大学生における情動への評価に関する研究—被共感経験との関連に着目して— 日本心理臨床学会第38回大会発表論文集, 352.
- 角田豊（1992）. 共感 氏原寛・小川捷之・東山紘久・村瀬孝雄・山中康裕（編）心理臨床大事典 培風館.
- 櫻村正美（2010）. 小・中学生における感情に対する評価の検討 日本心理学会第74回大会発表論文集, 926.
- 國田祥子・山本あゆみ（2013）. 子どもの自己表現と自己抑制の関係について 中国学園紀要, 13, 131-140.
- 奥村弥生（2008）. 情動への評価と情動認識困難・言語化困難との関連 教育心理学研究, 56, 403-413.
- 奥村弥生（2012）. 情動への評価と愛着との関連 山梨英和大学紀要, 11, 18-26.
- 坂上裕子・菅沼真樹（2001）. 愛着と情動制御—対人様式としての愛着と個別情動に対する意識的態度との関連— 教育心理学研究, 49, 156-166.
- 下田芳幸・石津憲一郎・櫻村正美（2014）. 中学生における感情への評価と学校適応感の関連性についての検討 心理学研究, 84, 6, 576-584.
- 浦光博（1999）. ソーシャルサポート 中島義明・安藤清志・子安増生・坂野雄二・繁栞算男・立花政夫・箱田裕司（編）心理学辞典, 有斐閣.
- 内田利広（2014）. 内的作業モデルの児童期から青年期における変容: 重要な他者という観点から 京都教育大学紀要, 125, 117-130.
- 山本翔太（2007）. 共感経験と被共感経験の関連 立教大学臨床心理学研究, 1, 53-63.

