

## カウンセリングにおける適応の指標

—— Self-discrepancyの視点から ——

林 潔・板津 裕己\*

### 目 的

カウンセリング・心理療法の基本的な機能として、二つの方向がみられる。一つは来談者のパーソナリティへのかかわりである。また一つは、当面する課題に対する来談者の基本的なコーピング様式を修正する試みである。本研究は、前者の視点から、その取り組みの一つについて検討する。

来談者のパーソナリティの問題として、本研究では自己内葛藤をとりあげた。この自己内葛藤をもたらす条件の一つが、Self-discrepancyである。

Self-discrepancyは、異なる自己（自分自身へのとらえ方・観点）についての差異状況に着目している。そして、その測定方法であるSelf-differential法は、Semantic-differential法（SD法）を母体としている。SD法は、反対語からなる多段階形容詞対を用いて、①ある概念の意味空間内の位置に関する不確実性を除去しながら真の位置をつきとめること、②人びとの間で一致した外延的意味をもつある対象に関して、その内延的意味の個人差を見いだそうとする。そして、特に後者の目的に着目し、自己概念を測定するために工夫したものがSelf-differential法である。理想の自己と現在の自己について評定し、その差異点を適応状態指標にあてる（例えば、自己受容度にあてる）。我が国では、長島・藤原・原野・斎藤（1966）が6因子（外向性、強靱性、情緒安定性、敏感性、緊張性と認知性）・47形容詞対からなる尺度を作成した。彼らの尺度は、今日まで、広く自己概念研究に用いられてきた。

自己内葛藤をもたらす条件としてのSelf-discrepancyは、以下の2つの視点から理解される。一つは、Self-discrepancyは防衛機制の結果もたらされる反応であるという理解である。自己概念と経験についてのRogers（1957）の捉え方がその例である。わが国のカウンセリング<sup>注1</sup>における自己についての研究は、この視点から始まった（山本、他、1962；沢田、他、1963）。他方の視点は、自己内葛藤は、自己を構成する要因の分離という認識で理解するものである。いずれの立場をとるかで、Self-discrepancyと適応との意味づけは相違する。

\*高崎健康福祉大学短期大学部

Kiyoshi HAYASHI, Hiromi ITATSU : A Study of a Factor that Indicate to Client's Adjustment State in Counselling Process : On the Point of View Self-Discrepancy

すなわち、前者の視点に立てば、Self-discrepancyは自我の防衛、特に抑圧の結果もたらされるものゆえ、好ましい現象としては理解されない。しかし、後者では、このような自己内葛藤はすべて否定的にとらえられるわけではない。たとえば、自己の構成要因の一つとして、現実自己、理想自己の概念がある。確かに、人は時には現実自己と理想自己との対立に圧倒され、無力感に陥る。その一方で、両者の対立を弁証法的に発展させることによって、成長の契機となる。この場合、両者の対立は防衛機制を基礎に論じられるような負の機能のみを意味していない。

後者の理解の下に、Trehurb (1959)、Heilizer (1961) やWorell&Worell (1965) は、EPPSを用いて自己内葛藤を測定した。Trehurbは、葛藤は個人内の自己の分離と定義し、その強さは個人内に生じる相反する2あるいはそれ以上の欲求の強さから導き出されるという仮説のもとに、精神分裂病（統合失調症）と神経症者群と大学生群とを対比して、自己分離得点に差があることを見いだした。Heilizerは、EPPSの15特性について自我分離の生じやすいグループを明らかにした。またWorellらは、Trehurbらの自己分離度の測定法とは別に、願望が実際行動場面で満たされた状況になるほど葛藤を感じない安定した状態になることを指摘している。

現実自己と理想自己については、両者の差異が少ないほど好ましいという認識がある。しかし、このことについて北村（1977）は、異常者の場合両者の差を示さない可能性を指摘している。Block&Thomas（1955）も差異がないことを適応の指標にし得るか否かを指摘している。このような指摘もあって、現実自己、理想自己の差異点が適応の指標になり得るかについて疑問ももたれてきた。

本研究は後者すなわち、Self-discrepancyは自己を構成する要因の分離という視点の理解に基づく。すなわちSelf-discrepancyを、意識水準における現実自己と理想自己の差異とし、その機能について、現実自己と理想自己の両者の関連性と併せて、両者の差異の程度を、適応に関連する一つの条件として設定した。そして特に過度に高い、または過度に低いSelf-discrepancyは、適応上の問題の背景を形成するという仮説を検討する。

理想的自己像を把握する能力については、発達段階による影響が指摘されている（北村、1977；柏木、1978）。本研究の場合は女子学生を対象とした仮説検討である。

## 方 法

### a. 尺 度

本研究で用いた尺度は、以下のとおりである。

1. 自己概念尺度（小原，1988）：22項目からなる7段階形容詞対。現在の自己、理想自己について自己評定しSelf-discrepancyの度合いを測定する。本尺度は、尺度作成の段階で臨床例との比較のもとで社会的適応の方向性が検討されている。そして、各項目とも、

社会的に望ましい方向に向かって1点から7点までが与えられる。すなわち、現実自己得点も理想自己得点についても、社会的に望ましいと考えられる良好な受検者の方が高得点になる。

本研究では、この現実自己、理想自己の2種類の自己得点と2自己得点の差異点（現実自己得点と理想自己得点の差の絶対値<sup>注2</sup>）を測定指標とした。さらに、差異点では、差異点、2自己得点が一致した項目頻度（以下、差異点0頻度と記す）、2自己得点が大極に評価された項目の頻度（以下、差異点6頻度と記す）も分析観点に加えた<sup>注3</sup>。

また以下の尺度の結果を社会的適応の指標とした。

2. 生き方尺度（板津，1992，以下，LASと記す）：5因子37項目からなる5件法の尺度（以下，LASと記す。構成因子名は，Table 1を参照のこと）。各項目について積極的な生き方であると考えられる方向に1点から5点が与えられる。構成因子と合計点は，積極的な生き方である人ほど高い得点を得ることになる。
3. コンフリクト尺度（浜，1969，以下，CSと記す）：30項目の2件法の尺度。各項目について「はい」と回答した場合を1点として，その合計点を算出した。得点が高い方が葛藤状態が強いとみなされる。
4. Beck Depression Inventory（林・瀧本，1991，以下，BDIと記す）：抑うつ傾向の測定する21項目の4件法の尺度。各項目について0点から3点があたえられ，その合計点を指標とした。この尺度では，高得点を得る人の方が抑うつ的であるとみなされる。

#### b. 受検者と調査年月

これらの尺度を，首都圏と北海道の1大学，2短期大学の女子学生253人を対象として実施した。調査は2000年5月と9月に集団形式にて実施した。

## 結 果

自己概念尺度とLASの下位尺度と合計点，CS，BDI各尺度合計点間の相関関係は，Table 1のとおりであった。自己概念の各指標とLASの下位尺度得点および合計点との間に有意水準に達する正あるいは負の相関関係が認められた。CSとBDIについては，理想自己得点を除く自己概念指標との間で相関関係が認められた。ここで確認された関係は，現実自己得点，理想自己得点と差異点0頻度では，これらの3指標が共に高得点にある人の方が社会適応的である。逆に，差異点や差異点6頻度については，差異点が大きくなるとか，差異点6出現頻度が高い人の方が社会的に望ましい状態とはいえないというものであった。

現実自己得点や理想自己得点との間に見出されたLAS，CS，BDIとの相関関係にどのような差があるのかを確認するために，「現実自己得点とLAS合計点の相関値」と「理想自己得点とLAS合計点の相関値」の差を検定するといった観点から，LAS，CSとBDI各得点の間の相関値について相関値の差を検定をおこなった（Table2）。ここでは，生き方尺度

の第5因子（他者尊重）を除いて有意差が認められた。そして、これらの有意差は、いずれも現実自己得点の方がより高い相関関係を得ていたことに起因するものであった。

現実自己得点、理想自己得点、差異点それぞれを5段階評価の分類基準に従い、上位から約7%、約24%、約38%、約24%、約7%に分類する（実際には、上位と下位双方から、約7%、約24%というようにグループ分けをした）5群、5群別の1・2群（約31%）、3群、4・5群（約31%）の3群に分けた各群の諸得点は、Appendix 1のとおりであった（ここで、5群別では得点の低い群から順に1群から5群とした。また3群別では、同様に、得点の低い群から順にⅠ群からⅢ群とした。）。現実自己得点においては、得点の高い群になるに従って、LASの得点には漸増傾向が、CSとBDI得点では漸減傾向が見られた。理想自己得点においては、LASの各指標では5群、3群別ともに漸増傾向が見られる一方で、CSとBDIでは、5群別の場合は第3群、3群別では第2群、すなわち中位の群が最も得点が低かった。また、差異点0頻度、差異点6頻度についても、現実自己得点などと同様の方法で3群に分けた。これについても群別のLAS、CS、BDI得点は、Appendix 2のとおりであった（なお、差異点6頻度については、出現頻度分布の関係から3群に分類することが困難であるため2群に分類して統計処理をおこなった。）。

Table 1 自己得点とLAS, CS, BDI得点の相関関係

	Fac.1 <sup>a</sup>	Fac.2 <sup>b</sup>	LAS			尺度合計点	CS得点	BDI得点
			Fac.3 <sup>c</sup>	Fac.4 <sup>d</sup>	Fac.5 <sup>e</sup>			
現実自己得点	.504**	.464**	.459**	.462**	.167**	.571**	-.593**	-.597**
理想自己得点	.213**	.152*	.260**	.085	.102	.232**	-.115	-.038
差異点	-.296**	-.310**	-.234**	-.334**	-.072	-.346***	.456**	.521**
差異点0頻度	.277**	.293**	.286**	.287**	.126*	.353**	-.319**	-.319**
差異点6頻度	-.172*	-.063	-.098	-.288**	-.092	-.179*	.309**	.378**

\*p&lt;.05 \*\*p&lt;.01 n=253

a. 能動的実践態度 b. 自己の創造・開発 c. 自他共存  
d. こだわりのなさ・執着心のなさ e. 他者尊重

Table 2 現実自己得点と理想自己得点のLAS, CS, BDI得点との相関値の差の検定

(t値)

Fac.1	Fac.2	LAS			Fac.5	尺度合計点	CS得点	BDI得点
		Fac.3	Fac.4	Fac.5				
5.03**	3.61**	5.32**	3.00**	2.00	5.72**	3.54**	9.21**	

\*p&lt;.05, \*\*p&lt;.01, df=253

現実自己、理想自己、差異点のそれぞれの結果と、LAS, CS, BDI得点との関係について分散分析をおこなったところTable 3のような結果を得た。ここでは、多くの対でそれぞれの観点での構成群間に有意差が確認された。しかし、現実自己得点や差異点と比べて理想自己得点での構成群間差は弱い有意水準に至らないものが見られた。

Table 1にて、現実自己得点や理想自己得点だけでなく、これら2観点の自己得点の差異点も適応指標として有効であることが見出された。この差異点は、適応指標として有効とされながらも、その一方で、問題の項でも述べたように、適応指標としての限界や問題点が指摘されてきている。このような差異点の適応指標として限界が指摘される原因として、差異点の大小のみに着目して、大小に至る理由（特に、差異点小になる個人的な背景）を無視してきたことが考えられる。そこで、ここでは、例えば、差異点が小になる場合、現実自己得点も理想自己得点も高得点である場合、いずれも得点の中位である場合、いずれの得点も低得点であった場合というように3パターンに分類して適応指標との関連を検討した。そこで、前述した3群別分類の観点をを用いて、現実自己得点、理想自己得点、差異点について、それぞれの得点の上位、下位それぞれ約31%を高得点群、低得点群とし、それ以外を中得点群とした。これら3つのタイプと3つの得点のレベルとを組み合わせさせた9群の群別のLAS, CS, BDI得点の平均値と標準偏差を示したものがTable 4である。また、Table 5とTable 6は、差異点が小になる背景としての現実自己得点や理想自己得点を3群に分類した群別の3適応指標尺度得点を示したものである。ここでは、例えば、差異点が小になる3グループの適応指標得点に差がありそうな結果が得られた。

Table 3 自己概念構成下位概念間のLAS, CS, BDI得点差の検定結果

(ANOVA, t-test)

	LAS					尺度合計点	CS得点	BDI得点	df
	Fac.1	Fac.2	Fac.3	Fac.4	Fac.5				
ANOVA									
現実自己得点5群別	18.13**	17.22**	14.63**	17.18**	3.12*	28.13**	31.64**	33.04**	4.248
現実自己得点3群別	33.03**	28.80**	24.73**	34.16**	5.28**	52.14**	60.87**	52.42**	2.250
理想自己得点5群別	4.63**	1.48	4.86**	1.54	1.97	3.94**	2.85*	1.98	4.248
理想自己得点3群別	3.77*	1.73	7.31**	0.42	3.16*	5.03**	4.24*	1.90	2.250
差異点5群別	8.16**	7.88**	2.98*	6.46**	1.36	8.56**	20.91**	25.37**	4.248
差異点3群別	11.05**	12.05**	5.68**	7.76**	1.44	15.37**	31.25**	38.93**	2.250
差異点0頻度3群別	12.11**	16.73**	12.97**	13.17**	2.02	22.30**	17.54**	16.97**	2.250
t-test									
差異点6頻度2群別	2.74**	1.01	1.79 <sup>1)</sup>	4.76**	1.24 <sup>2)</sup>	2.87**	5.12**	5.50** <sup>2)</sup>	251

1) df=53, 2) df=54 (以上, Welch's method)

\*p<.05, \*\*p<.01, 両側検定

Table 4 現実自己得点と理想自己得点の差異点小となる3群のLAS, CS, BDI得点

	LAS					尺度合計点	CS得点	BDI得点
	Fac.1	Fac.2	Fac.3	Fac.4	Fac.5			
現実自己得点低得点－理想自己得点低得点	n=36							
M	22.23	23.69	19.28	10.86	13.50	81.39	18.14	20.03
S D	5.53	5.66	3.77	2.82	3.23	12.19	3.62	7.19
現実自己得点中位－理想自己得点中位	n=30							
M	25.03	25.70	22.07	12.17	14.90	90.63	14.73	14.73
S D	4.48	4.94	3.62	3.01	1.99	11.85	3.56	3.56
現実自己得点高得点－理想自己得点高得点	n=29							
M	29.03	31.14	24.93	14.72	15.62	105.00	12.34	9.66
S D	4.14	4.92	2.69	3.33	2.70	10.20	2.81	4.79

Table 5 差異点小となる現実自己得点条件3群別のLAS, CS, BDI得点

	LAS					尺度合計点	CS得点	BDI得点
	Fac.1	Fac.2	Fac.3	Fac.4	Fac.5			
差異点小－現実自己得点低得点	n=5							
M	24.60	24.00	21.80	11.00	15.00	87.20	18.40	17.60
S D	4.34	5.79	3.49	1.58	3.39	8.23	4.72	6.77
差異点小－現実自己得点中位	n=23							
M	25.21	27.13	21.44	12.48	14.57	91.22	14.17	11.30
S D	4.67	4.63	2.73	2.48	2.06	10.47	3.86	6.72
差異点小－現実自己得点高得点	n=53							
M	28.74	30.40	24.30	14.70	15.66	103.47	12.43	9.92
S D	4.02	5.08	3.14	3.59	2.30	10.93	2.83	5.57

Table 6 差異点小となる理想自己得点条件3群別のLAS, CS, BDI得点

	LAS					尺度合計点	CS得点	BDI得点
	Fac.1	Fac.2	Fac.3	Fac.4	Fac.5			
差異点－理想自己得点								
差異点小－理想自己得点低得点	n=31							
M	25.19	27.19	21.77	12.94	14.87	92.45	15.06	12.29
S D	4.62	4.94	3.08	2.98	2.09	10.81	3.96	7.69
差異点小－理想自己得点中位	n=36							
M	28.44	28.97	23.56	14.08	15.94	100.89	12.31	9.78
S D	3.48	5.05	2.85	3.54	2.29	10.56	3.05	4.78
差異点小－理想自己得点高得点	n=14							
M	30.07	33.50	26.21	15.21	14.64	108.57	11.93	10.07
S D	4.67	4.34	2.83	3.70	2.65	12.11	2.23	5.37

現実自己と理想自己の差異点が小になる場合は、前述したように現実自己得点と理想自己得点が、それぞれ高得点－高得点，中得点－中得点，低得点－低得点の3つのパターンが考えられる。Table 7は、これらの3パターン・グループの平均点について分散分析をおこなった結果である。3尺度のいずれの指標とも群間差が認められた。その群間差は、高得点－高得点グループ，中得点－中得点グループ，低得点－低得点グループの順に社会的に望ましい得点を得ていることに起因するものであった。このような結果は、同じ差異点小になるグループといえども、その意味内容によって社会適応度に差があることを示すものといえるだろう。

Table 8とTable 9は、差異点と現実自己得点各3群別のLAS, CS, BDI得点，差異点と理想自己得点各3群別のLAS, CS, BDI得点の群間差の有無を確認した結果である。これらでも多くの指標について群間差が認められた。そして、そのいずれにおいても、現実自己得点や理想自己得点が高いグループの方が社会的に望ましい得点を得ていたことに起因するものであった。ここでも、Table 5での結果と同じように、差異点が小であっても、それが現実自己得点の高低，理想自己得点の高低といった観点で分類すると、群間に差が見出されること、すなわち、その内容いかんで社会適応度に差があることを示すものであった。

Table 7 現実自己得点と理想自己得点差異点小の構成3群のLAS, CS, BDI得点 (ANOVA)

	LAS					合計点	CS得点	BDI得点
	Fac.1	Fac.2	Fac.3	Fac.4	Fac.5			
F値	15.11**	16.43**	21.22**	12.70**	4.98**	32.87**	23.58**	27.48**
df	2.92	2.92	2.92	2.92	2.92	2.92	2.92	2.92

\*p<.05, \*\*p<.01, 両側検定

Table 8 差異点と現実自己得点各3群別のLAS, CS, BDI得点 (ANOVA)

	LAS					合計点	CS得点	BDI得点
	Fac.1	Fac.2	Fac.3	Fac.4	Fac.5			
F値	6.56**	5.94**	7.43**	5.69**	1.75	13.35**	8.33**	3.72*
df	2.78	2.78	2.78	2.78	2.78	2.78	2.78	2.78

\*p<.05, \*\*p<.01, 両側検定

Table 9 差異点と理想自己得点各3群別のLAS, CS, BDI得点 (ANOVA)

	LAS					合計点	CS得点	BDI得点
	Fac.1	Fac.2	Fac.3	Fac.4	Fac.5			
F値	8.05**	7.74**	10.80**	2.27	2.45**	11.03**	6.90**	1.45
df	2.78	2.78	2.78	2.78	2.78	2.78	2.78	2.78

\*p<.05, \*\*p<.01, 両側検定

## 考 察

本研究では、現実自己得点と理想自己得点の差異点と適応指標として用いたBDI、その他の尺度との間に有意な相関が認められた。そして、LASの第5因子を除いて、いずれも理想自己得点との相関関係よりも現実自己得点との相関関係の方が有意に高いという結果を得た。後者の結果からは、理想自己像をあえて問わずに、現実自己像を問うことで適応状況を把握できるのではないかという考え方が提案できるだろう。さらに、現実自己像の評価はイメージ上、すでに理想自己像との対比の上でおこなわれているのではないかと推察される。

また、現実自己と理想自己との差異点を5群別に分類して検討した結果、差異点が最小になる群の3尺度の得点が必ずしも適応的なものではなかった。このことから、現実自己と理想自己の差異点が小さいことが必ずしも良好な状態をあらわすものでないといえる。また差異点が最大になる群では、3尺度の得点がいずれも適応的とはいえない傾向を示している。この傾向は、LASよりも、BDIやCSとの関連で顕著である。これらのことから、過度に高いか低いSelf-discrepancyは、適応の問題の背景を形成するという先の仮説は成立したといえる。

LASの合計点と下位尺度得点、CS、BDI得点ともに、一様に高得点—高得点のパターンが最も適応的で、中得点—中得点、低得点—低得点群の順に適応度が弱まっていく。従来の自己概念研究では、これら3群をひとくくりに差異点小群としていた。ここでの結果から、差異点が小になる3パターンを分類することなく、1つのグループにまとめていたことが、差異点を適応の指標とする限界をもたらしていたのではないかと推測される。すなわち、同じ差異点小であっても、現実自己得点が高得点であるのか、あるいは、低得点であるのか、差異点を社会的適応の指標として用いる際に重要な条件になるのではなかろうか。そして、この現実自己得点の水準も考慮してSelf-discrepancyの水準によって受検者個々の適応状態を検討していく必要があると考えられる。すなわち、これまでの諸研究では、差異点のみに着目していたために、現実自己得点と理想自己得点との差異点から予測される社会的適応性には限界があったのではなかろうか。しかし、これに差異点が導き出された背景をあわせて考慮することで、受検者の差異点から予測できる社会的適応度の精度が高まる可能性があるかもしれない。なお、被検者が女子学生に限定されている点が本研究の限界である。今後とも継続的にこの仮説を検証していく必要がある。しかし、本研究の結果は、現実自己得点と理想自己得点の差異に着目して実証研究をおこなう際には、差異点の背景の条件を考慮すると、個人的特徴がより一層把握できるのではないかと期待を示唆するものといえるだろう。

現実自己、理想自己は、ともにその人の思考の領域に存在するものである。そして、人が思考する内容は、単に思考することにとどまらず、思考する内容の方向に自分自身を方



向づけるという機能をも果たしている。理想自己が現実自己についての情報収集の際の準拠のの一つとして機能するという遠藤（1987）の指摘、および、理想自己も現実自己の一種とみなされる側面があるという北村の指摘がある。本研究では、第1に現実自己得点の方が理想自己の得点よりも適応指標との関連性が明らかになった。また第2に同じ差異点群に含まれる場合であっても、その人の現実自己、理想自己の得点のレベル次第で適応度が異なることが明確になった。これらの結果は、現実自己と理想自己との差異点のみを適応指標とする研究の限界を示すものと言えるかもしれない。たとえば、Table 4からは、ある程度の内的葛藤を自覚しているからCSが高く、LASやBDIの得点にも反映していることが読みとれる。また、適応的に生きている人々は、日常的に自己に関する情報を選択的に認知し、自己を肯定的なものとしてとらえられるように現実を再構成する傾向がある（遠藤，1985）。このように、自己認知が心理的健康と結びついており、自己高揚的な認知をしている人々は、心理的により健康な生活を送っている（外山・櫻井，2000）。健康な自己は、自己についての認識の正確性とpositive幻想（遠藤，1985）との統合としての自己認知であると理解される。

「正確な」現実認知からの適度のバイアスは、適応の原動力になる可能性がある。しかし、バイアスが過度になった場合は、現実とは大きく離れた理想自己を基準として現実自己を認知するために、この分離のためにより否定的な自己認知に傾きやすい。また、現実自己と理想自己の両者のバイアスが大きいことは、自己客観視がうまくいかないことを示唆する。この現象の一つが、現実と願望との混同である。このことは、不適応をもたらす非合理的信念（irrational belief）は、現実と願望の混同であるというRational Emotive Behavior TherapyのEllis（1975）の論理に通じる。また、人間の創造性は適度の不安から生じる緊張によって実現する傾向があるが、あまりに激しい不安の時、あるいは、不安が欠如しているときには、人間の行動は創造的な方向には進めない（岡堂・矢吹，1976）という指摘にもつながる。

来談者のパーソナリティにかかわる援助の際の着眼点として、1. 現実自己－理想自己の分離の度合いを把握すること、2. それと併せて、差異を生じさせている現実自己像、理想自己像の水準を把握することがあげられる。そして、このような来談者の自己像の把握も、カウンセリング、心理療法の適応の指標の一つであること、また、これらを念頭においてカウンセリングや心理療法を進めていくことが必要であると考えられる。

注1：心理療法と区別した意味でのカウンセリング。

2：差異点の算出方法はこの算出式以外のものもある。算出方法について比較検討した報告に佐野（1977）がある。

3：差異点0とは、各質問項目について、現実自己得点と理想自己得点が7段階評定のどの位置であっても、同じ評価段階に評価された場合を指す。受検者において、現実

自己と理想自己の評価が一致していることを意味する。差異点0頻度は、このように2自己評価が一致した項目数である。今回使用した自己概念尺度の質問項目での現実自己と理想自己とが一致している項目総数になる。

差異点6は、現実自己得点と理想自己得点が、7と1、あるいは、1と7のように完全に両極端の評定段階に回答された場合を指す（現実自己と理想自己評価の相違する方向は考慮しない）。差異点6頻度は、このように2自己評価が乖離した項目の総数である。今回使用した自己概念尺度の質問項目での現実自己と理想自己とが全く背反している項目総数になる。

### 参考文献

- Beck, A. T. 1976 *Cognitive therapy and the emotional disorders*. (大野裕訳 1990 認知療法 岩崎学術出版社)
- Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F., & Emery, G. 1979 *Cognitive therapy of depression*. (坂野雄二監訳 1992 うつ病の認知療法 岩崎学術出版社)
- Block, J., & Thomas, H. 1955 Is satisfaction with self a measure of adjustment? *Journal of Abnormal Psychology*, 51, 254-259.
- Boldero, J., & Francis, J. 2000 The relation between self-discrepancies and emotion : The moderating roles of self-guide importance, location relevance, and social self-domain centrality. *Journal of Personality & Social Psychology*, 78, 38-52.
- 遠藤由美 1987 特性情報の処理における理想自己 心理学研究, 58, 289-294.
- 遠藤由美 1995 精神的健康の指標としての自己をめぐる議論 社会心理学研究, 11, 134-144.
- Ellis, A., & Harper, R.A. 1975 *A new guide to rational living*. (国分康孝・伊藤順康訳 1981 論理療法 川島書店)
- 浜治世 1969 前田嘉明編 動機と情緒の測定 講座心理学5 動機と情緒 東京大学出版会
- 林 潔・瀧本孝雄 1991 Beck Depression Inventory (1978年版) の検討とDepression とSelf-efficacyとの関連についての一考察 白梅学園短期大学紀要, 27, 43-52.
- Heilizer, F. 1961 A note on the scoring of ego disjunction. *Journal of Abnormal Psychology*, 63, 438-439.
- Heilizer, F. 1961 A scale of compatibility and incompatibility of pairs of needs. *Psychological Report*, 9, 565-572.
- Higgins, E.T. 1987 Self Discrepancy : A theory relating self and affect. *Psychological Review*, 94, 319-340.
- Higgins, E.T. 1999 When do self-discrepancies have specific relations to emotions? : The second-

- generation question of Tangney, Niedenthal, Covert, and Barlow (1998). *Journal of Personality & Social Psychology*, 77, 1313-1317.
- 板津裕己 1992 生き方の研究—尺度向性と自己態度との関わりについて— カウンセリング研究, 25, 85-93.
- 板津裕己 1994 自己受容性研究の発展 (1) —評定法を中心とした自己受容性測定法の整理— 駒沢社会学研究, 26, 1-30.
- 板津裕己 2001 自己受容性と自己概念—原田信一教授古希記念論文集— 現代社会福祉学の理論と実践, みずほ, 292-308.
- 柏木恵子 1978 パーソナリティの心理学—安部北夫・島田一男監修— 現代教育心理学—ブレーン出版
- 北村晴朗 1977 新版自我の心理—誠信書房
- 溝上慎一 1999 自己の基礎理論—金子書房
- 長島貞夫・藤原喜悦・原野広太郎・斎藤耕二・堀洋道 1966 自我と適応との関係についての研究 (1) —Self-differential作成の試み— 東京教育大学教育学部紀要, 12, 84-91.
- 小原ゆかり 1988 神経症者の意味構造—自己概念を中心として— 日本応用心理学会第55回大会発表論文集, 74.
- 岡堂哲雄・矢吹省司 1976 ロールシャッハ・テスト入門—日本文化科学社
- Rogers, C.R. 1957 The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. *Journal of Consulting Psychology*, 21, 95-103.
- 佐治守夫 1961 人格心理学におけるひとつの問題—心理的自己について— 相良守次編— 現代心理学の諸問題— 誠信書房
- 佐野竹彦 1977 現実自己と理想自己の差異の測定法について—愛知教育大学研究報告(教育科学), 26, 139-148.
- 沢田慶輔・玉井美枝子・林潔・江川寿子・神保信一・宇留田きく・小石川節子 1963 カウンセリング過程の内容分析に関する研究Ⅲ—教育心理学年報, 2, 85.
- 外山美樹・櫻井茂男 2000 自己認知と精神的健康の関係—教育心理学研究, 43, 454-461.
- Trehub, A. 1959 Ego disjunction and psychopathology, *Journal of Abnormal Psychology*, 58, 191-194.
- 山本和郎・多田昌顕・野村東助・渡部淳・越智浩二郎・村瀬孝雄・堀越清 1962 カウンセリング過程の内容分析的研究第1報, 教育心理学年報, 1, 94.

## Appendix 1 現実自己得点, 理想自己得点, 差異点各構成下位群別のLAS, CS, BDI得点

			LAS					尺度合計点	CS得点	BDI得点
			Fac.1	Fac.2	Fac.3	Fac.4	Fac.5			
現実自己得点5群 別										
1群	n=19	M	20.53	22.58	19.42	10.11	14.47	79.16	19.53	27.32
		S D	5.91	5.34	3.99	3.45	3.34	12.97	3.41	8.39
2群	n=63	M	22.90	24.49	20.38	10.98	14.37	84.75	17.70	19.31
		S D	5.32	5.56	4.14	2.65	3.17	13.51	3.35	7.39
3群	n=90	M	25.19	26.40	22.17	12.29	14.68	91.34	15.59	14.39
		S D	5.07	5.03	3.90	2.97	2.46	12.98	3.52	6.68
4群	n=62	M	28.10	29.26	23.63	14.69	15.94	101.58	12.44	9.89
		S D	3.60	4.56	2.63	3.42	2.29	8.75	3.08	5.39
5群	n=19	M	30.16	32.95	26.16	15.05	14.95	108.00	12.11	10.26
		S D	4.31	4.36	2.59	3.66	2.55	12.11	2.62	5.28
現実自己得点3群 別										
I 群	n=82	M	22.35	24.05	20.16	10.78	14.39	83.45	18.12	21.16
		S D	5.52	5.54	4.10	2.86	3.19	13.52	3.43	8.31
II 群	n=90	M	25.19	26.40	22.17	12.29	14.68	91.34	15.59	14.39
		S D	5.07	5.03	3.90	2.97	2.46	12.98	3.52	6.98
III 群	n=81	M	28.58	30.12	24.22	14.78	15.70	103.09	12.36	9.98
		S D	3.83	4.76	2.82	3.46	2.37	9.95	2.96	5.33
理想自己得点5群 別										
1群	n=15	M	22.40	25.80	20.20	11.07	14.33	84.73	17.67	19.47
		S D	4.73	5.91	3.55	2.34	2.50	11.62	4.08	7.47
2群	n=67	M	24.48	26.01	21.13	12.60	14.28	89.49	15.96	15.01
		S D	5.46	5.40	4.12	3.31	2.71	14.04	3.82	7.65
3群	n=94	M	25.57	26.90	22.28	12.80	15.18	93.37	14.51	13.85
		S D	4.90	5.21	3.58	3.69	2.43	13.40	3.98	7.30
4群	n=65	M	25.65	27.22	22.95	12.35	15.42	94.26	15.65	16.40
		S D	5.89	6.42	4.09	3.53	3.10	16.12	4.11	9.35
5群	n=12	M	30.67	30.00	25.42	14.25	14.33	103.58	14.58	14.33
		S D	4.70	5.29	3.90	3.44	2.99	13.86	4.17	12.21
理想自己得点3群 別										
I 群	n=82	M	24.10	25.98	20.96	12.32	14.29	88.62	16.27	15.83
		S D	5.37	5.46	4.02	3.20	2.66	13.69	3.90	7.77
II 群	n=94	M	25.57	26.90	22.28	12.80	15.18	93.37	14.51	13.85
		S D	4.90	5.21	3.58	3.69	2.43	13.40	3.98	7.30
III 群	n=77	M	26.43	27.65	23.33	12.65	15.25	95.71	15.48	16.08
		S D	5.98	6.31	4.13	3.56	3.09	16.07	4.11	9.78

			Fac.1	Fac.2	LAS		Fac.4	Fac.5	尺度合計点	CS得点	BDI得点
					Fac.3						
差異点5群 別											
1群	n=21	M	26.23	27.81	22.95	14.00	14.76	96.19	15.19	11.95	
		S D	5.60	5.78	3.43	3.52	2.17	13.69	4.07	8.00	
2群	n=60	M	27.92	29.52	23.47	13.78	15.50	99.97	12.63	10.38	
		S D	4.05	5.11	3.26	3.42	2.37	11.70	3.15	5.44	
3群	n=87	M	25.02	26.60	21.94	12.70	14.86	91.87	15.01	13.97	
		S D	4.88	5.08	3.57	3.31	2.60	12.98	3.84	7.00	
4群	n=67	M	24.43	25.64	21.45	11.60	14.40	88.58	17.12	18.87	
		S D	5.88	6.01	4.66	3.42	3.15	15.78	3.40	7.17	
5群	n=18	M	20.83	22.28	20.78	10.22	15.28	81.56	20.00	26.94	
		S D	6.59	4.46	5.08	2.67	3.34	15.37	2.61	9.75	
差異点3群 別											
I 群	n=81	M	27.48	29.07	23.33	13.31	15.31	98.99	13.30	10.79	
		S D	4.53	5.31	3.29	3.42	2.33	12.27	3.57	6.19	
II 群	n=87	M	25.02	26.60	21.94	12.70	14.86	91.87	15.01	13.97	
		S D	4.88	5.08	3.57	3.31	2.60	12.98	3.84	7.00	
III 群	n=85	M	23.67	24.93	21.31	11.31	14.59	87.09	17.73	20.58	
		S D	6.18	5.86	4.73	3.31	3.19	15.87	3.45	8.41	

Appendix 2 差異点0, 差異点6の場合と各構成下位群別のLAS, CS, BDI得点

			Fac.1	Fac.2	LAS		Fac.4	Fac.5	尺度合計点	CS得点	BDI得点
					Fac.3						
差異点0頻度3群 別											
1群	n=73	M	23.81	25.44	21.02	11.59	14.45	87.60	16.53	17.79	
		S D	5.42	5.50	4.17	3.10	3.10	13.55	4.01	9.04	
2群	n=82	M	24.30	25.14	21.37	11.88	14.87	88.40	16.55	17.15	
		S D	5.30	5.10	3.91	3.28	2.73	13.83	3.44	7.26	
3群	n=98	M	27.39	29.28	23.71	13.95	15.30	99.69	13.53	11.56	
		S D	5.03	5.40	3.43	3.53	2.41	13.12	3.88	7.27	
差異点6頻度2群 別											
1群	n=209	M	25.78	27.00	22.35	13.06	15.03	93.74	14.80	13.73	
		S D	5.20	5.51	3.75	3.40	2.60	13.88	3.86	7.34	
2群	n=44	M	23.32	26.05	21.32	10.41	14.36	86.86	18.09	22.00	
		S D	6.23	6.32	4.97	3.05	3.34	16.57	3.84	9.27	

はやし きよし (心理学)  
 いたつ ひろみ (心理学)