

発達 10-PC 26

自伝的記憶と性格特性との関連

- YGおよび自己受容、自己の短所に対する認識に基づいて -

○伊藤美奈子 神谷俊次
(お茶の水女子大学) (南山大学)

心理療法家による自己分析、優れた業績を挙げた人物の伝記などを見ると、幼少の頃の不快な出来事を克服してきたという記述が散見される。不幸や不遇な出来事、困難に直面したときに、それをどう乗り越えてきたかがその人の生き方に影響するものと思われる。伊藤・神谷(1997 日心)は、個人的エピソードと信頼感の関係を分析し、不快エピソードに対する認知は信頼感の程度と関連しているが、快エピソードに対する認知とは関連していないことを明らかにしている。そこで本研究では、想起された不快エピソードに対する認知と、より一般的な性格特性ならびに自己受容や自分の短所の受容との関連についての検討を目的とした。

【方法】 被験者 大学生91名。手続き

①エピソードの記述：これまでに経験した不快なエピソードの生起時期、内容、感情を簡潔に記述したうえで現在そのエピソードをどの程度はつきり思い出せるか(鮮明度)、不快な感情がどの程度残っているか(不快感持続)、いい思い出に変化しているか(不快感昇華)、自分の考え方に影響を及ぼしているか(影響度)、自分にとって必要な出来事であったか(意義)を3段階で評定させた。②YG性格検査 ③自己受容尺度 宮沢(1988)の27項目から成る自己受容尺度。④短所の認識 自分の短所を5つまで記述させ、各短所に対して変えられると思うか(可変感)、変える努力をしたか(努力度)、短所を受け入れているか(受容度)を尋ねた。

【結果と考察】 ①不快エピソード5得点・想起数(回答されたエピソード数)と性格特性・自己受容との関連 YG得点については12下位因子を因子分析した結果、〈情緒不安定〉〈活動性〉の2因子が抽出された。まずこの2得点と不快エピソード5得点の相関を調べたところ(表1)、〈情緒不安定〉は〔影響度〕と正、〔不快昇華〕と負の関連傾向

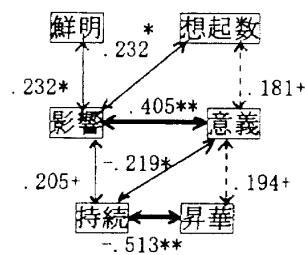


図1 不快エピソード得点および想起数の内部相関

があり、〈活動性〉は〔不快持続〕と負の相関傾向が見られた。自己受容も〔不快持続〕との間に負の相関が有意であったが、想起数との間に関連は見られなかった。つまり情緒不安定なものは不快な思い出に影響されやすく快化しにくいのに対し、活動的で自己受容できているものは不快な記憶を長く持ち続けないという特徴があるといえる。

②不快エピソード5得点・想起数の内部相関

不快なエピソードに影響度を認めているものほどその記憶を重視し、内容の鮮明度や不快感は持続する傾向にある(図1)。一方、不快な感情に意義を認めているほど不快感は持続せず昇華されやすい。また不快エピソードを多く想起したもののほど影響度や意義を強く認めるという結果になった。

③短所に関する3得点内部相関と他得点との関連

短所に対して可変感を持つほど不快エピソードを忘却しやすいだけでなくそれを快化する傾向にある(表2)。また〈情緒不安定〉は、〔努力度〕とは正、〔受容度〕とは負の相関関係にあった。短所を変えようと努力しているほど、それを受容できないほど情緒不安定な傾向があるが、一方努力を続けている間は不快感を昇華できないことも示唆された。また短所を受容しているほど、過去のできごとに対する不快感を持ち続けることなく、そのできごとに影響を受けているという認識は弱い。他方、具体的な短所に対する受容と自己受容とは別の側面をとらえる指標であることが示唆された。

表1 不快エピソード5得点と性格特性・自己受容との関連

	YG検査結果		自己受容
	情緒不安定	活動性	合計点
鮮明度	.179	.140	.087
影響度	.387**	-.076	-.022
不快持続	.172	-.189+	-.222*
不快昇華	-.198+	.080	.209
意義	.082	.076	.099

表2 欠点に関する3得点と、YG2得点・不快エピソード5得点との相関

	YG検査結果		不快エピソードに関する諸変数				
	情緒不安定	外向性	鮮明度	影響度	不快持続	昇華	意義
可変感	-.084	-.080	-.217+	.064	-.192	.215+	-.008
努力度	.244*	-.038	.131	.174	-.005	-.253*	.105
受容度	-.393**	.083	.178	-.209+	-.288*	-.042	-.012