

中学生における学業への劣等感と自己受容との関連

後藤 知紀*・白井 祐浩**

Relationship between Inferiority complex and Self-acceptance in Junior High School students

GOTO Kazuki・SHIRAI Masahiro

要約

本研究では、劣等感が持つとされる動機づけ機能（ポジティブ機能）を引き出す要因を明らかにすることを目的として、中学生を対象に質問紙調査を実施した。具体的には、中学生の学業における劣等感をバネに変え、学習意欲を高めるための要因として自己受容に着目し、劣等感や自己受容の程度によって学習意欲の程度やコーピングの選択に違いがあるのかどうか、劣等感とコーピング、コーピングと学習意欲はどのように関連しているのかを検討した。その結果、自己受容が高い場合は劣等感の程度に左右されることなく学習意欲が高い水準で保たれることが示された。また、劣等感が高い場合はより多様なコーピングを選択しやすいことが明らかとなり、その中でも劣等感と自己受容どちらも高い場合はより建設的なコーピングを選択しやすいことが示された。これらの結果から、中学生における学業への劣等感をバネとして学習意欲に繋げる上では、自己受容が重要な役割を担っている可能性が示された。

Keywords：中学生，劣等感，コーピング，自己受容

I 問題・目的

「劣等感」はAdler,A.によって提唱され、心理臨床の現場や学校教育現場など、あらゆる領域において重要なテーマの一つとなっている。

高坂（2009a）は、劣等感の感情の内容について検討し、「不満感情」、「悲哀感情」、「自責感情」、「敵意感情」の4種類が劣等感の具体的感情であることを示している。一方で、自己の劣性を認知した際にはこれら4種類の否定的な感情だけでなく「自己肯定感情」や「憧憬感情」といった肯定的な感情も生起することを明らかにしている。

また、劣等感を感じることによる影響については、中島ら（1999）が、劣等感は心理的安定を求めて逃避行動などを生起させ、過度なものはときに神経症まで引き起こすことがあると報告している。しかしその一方で、劣等感克服などポジティブな達成行動を引き起こす動機づけ機能（以下、ポジティブ機能と略記）も有している

可能性がある（山田・水野，2011）との指摘もある。

後藤（2019）は、山田・水野（2011）の指摘を踏まえ、中学生を対象とした研究において、劣等感のポジティブ機能を引き出し得る要因として自己効力感を取り上げ、劣等感を感じていても自己効力感があれば学習意欲は高まるのではないかとという視点で調査をしている。その結果、自己効力感は劣等感のポジティブ機能を引き出す要因としてはそれほど重要ではないことが示唆された。そして、ポジティブ機能を引き出す要因は未だ明らかにされていないのが現状である。

この点に関して、ポジティブ機能とは異なるが、高坂（2008b）は劣等感の解決という視点から検討を行っている。成人を対象に容姿・容貌に対する劣等感の解決方法について調査した結果、時間が経過することで容姿・容貌の重要度が低下し、結果として劣等感が解決したという回答が最も多く、次いで他者から承認や受容をしてもらったことによる解決や、容姿を改善するために努力し克服したという解決方法が多いことを

* NPO 法人心音サランセンター ** 志學館大学

明らかにしている。努力し克服することによって劣等感が低減するというのは容易に想像ができ、時間の経過に伴い重要度が低下することで劣等感が低減するというのも、劣等感是自己の重要領域と関係している(高坂, 2008a) ことから想像に難くない。また、他者からの承認や受容によって劣等感が低減することに関しては、落合(1989)の研究においても同様の効果が明らかにされており、劣等感の解消に他者の存在が強く関係していることがわかっている。高坂(2012)も劣等感の解決に関しては他者からの承認や受容が有効であることを主張している。しかし、受容という点に関していえば他者からの受容だけでなく、自己による受容(自己受容)もある。

山田・岡本(2006)によると、自己受容はRogers, C.R.の創始した来談者中心療法において、自己実現傾向を前提として十分に機能する人間を目指すセラピーの中で、非常に重要なものとして位置づけられている。また、山田・岡本(2006)は自己受容について、能力や外見など個人の持つ属性に対する自分自身の判断による受容(自己による自己受容)と、他者に受容されていると感じることによって達成される自己受容(他者を通しての自己受容)とがあることを示しており、青年が自己受容に至る過程の中では受容してくれる他者の存在が大きな意味を持つことを指摘している。この指摘を踏まえると、落合(1989)や高坂(2008b)によって示されている、他者からの受容が劣等感を低減させるという指摘は、他者から受容されることを通して自己受容ができるようになった結果、劣等感が低減したという可能性も考えられる。そこで、本研究では劣等感と自己受容との関連について検討することとした。

以上のことを踏まえ、本研究では劣等感のポジティブ機能を引き出し得る要因として自己受容に焦点を当て、劣等感と自己受容との関連を検討する。劣等感には容姿や性格、運動能力など様々な領域に関するものがあるが、冒頭でも述べたように劣等感は学校教育現場でも重要なテーマとなっていること、青年期前期にあたる中学生は学業成績に関して劣等感を抱きやすい(高坂, 2008a) ことから、中学生を対象とし、学業面における劣等感に限定して検討を行う。その際、学業面における劣等感のポジティブ機能については後藤(2019)同様、「学習意欲を高めること」とし、学習意欲との関連が明らかにされている対処方略(コーピング)も取り上げる。

コーピングに関しては、これまで多くの研究者によって様々なコーピングが示されてきたが、劣等感に関するコーピングについては、高坂(2009a)が自由記述

をもとに、容姿・容貌に対する劣性を認知したときの反応行動を分類しており、「他者回避」、「直接的努力」、「他者攻撃」、「気晴らし」、「放置」、「賞賛・承認希求」、「代理補償」の7種類があるとしている。本研究では、高坂(2009a)が示したコーピングを用いて検討を行う。

以上をまとめると、本研究では、中学生の学業に関する劣等感と自己受容の程度を測り、それぞれの程度によって学業における嫌なことに対するコーピングに違いがあるのかどうかを検討する。そして、各コーピングと学習意欲との関連を検討することによって、中学生にとって非常に大きな役割を占める学業に対する意欲に、劣等感及び自己受容がどのように影響しているのかを明らかにする。

なお、本研究における各概念の定義については、劣等感が高坂(2008a)同様「自分が人と比べて劣っていると感じる」と定義し、自己受容は伊藤(1991)同様「ありのままの自己を受け入れること」、学習意欲は塩見(1994)同様「学習を促進させる、あるいは学習へと駆り立てる内なる力のこと」と定義する。

以下の仮説を検証する。

仮説 1

劣等感、自己受容いずれも高い群が最も学習意欲は高い。

仮説 2

劣等感、自己受容いずれも高い群は「直接努力」を行いやすく、劣等感が高く、自己受容が低い群は「放置」を行いやすい。

仮説 3

「直接努力」は学習意欲を高め、「放置」は学習意欲を低下させる。

Ⅱ 方法

1. 調査対象者

A県内の公立中学校に通う1, 2年生689名を対象に質問紙調査を実施した。このうち回答に不備のあった95名を除き、594名(男子294名, 女子275名, 性別未回答25名, 平均年齢13.14歳, 標準偏差0.70歳)を分析対象とした。

2. 調査時期

2020年10月下旬～11月下旬

3. 調査内容

(1) フェイスシート

学年、年齢、性別の記入を求めた。性別に関しては

回答したくない場合は未記入で構わないものとした。

(2) 劣等感に関する項目

高坂(2009a)の感情項目をもとに17項目を作成し、「まったく感じない」～「とても感じる」の5件法で回答を求めた。

(3) コーピングに関する項目

高坂(2009a)の反応行動項目をもとに18項目を作成した。高坂(2009a)では、容姿・容貌に対する劣性を認知したときの反応行動として7因子が見出されているが、その中の「他者回避」因子は「たくさんの人がいる場所を避ける」や「人から見られないようにおとなしくする」といった項目で構成されており、容姿・容貌に関する劣等感ならではの反応行動であると思われたことから、本研究では「他者回避」因子を除外し、その他の6つの因子に関する項目で質問項目を作成した。

質問は「まったくしない」～「いつもする」の5件法で回答を求めた。

(4) 自己受容に関する項目

伊藤(1991)の自己受容尺度の感覚次元尺度をもとに10項目を作成し、「嫌い」～「好き」の5件法で回答を求めた。

(5) 学習意欲に関する項目

内藤ら(1987)の学校環境適応尺度の学習意欲下位尺度のうち3項目を使用し、「あてはまらない」～「あてはまる」の5件法で回答を求めた。

4. 倫理的配慮

本研究は『志學館大学における人を対象とする研究に関する研究審査』の承認を得て行われた。

III 結果

1. 確認的因子分析結果

(1) 感情尺度

感情尺度について、最尤法・プロマックス回転による因子分析を行ったところ、4因子が得られた($\alpha = .83$)。高坂(2009a)では6因子が認められていたが、本研究では4因子に分類された。内容をみると第1因子は高坂(2009a)の「不満感情」、「悲哀感情」、「自責感情」の各項目が含まれており、自己に対する否定的な感情であることから「自己否定感情」と命名した。第2因子は高坂(2009a)の「敵意感情」と同じ項目で構成されており、「自己否定感情」とは対照的に、他者に対する否定的な感情と捉えられることから「他者否定感情」と命名した。第3因子は高坂(2009a)の「憧憬感情」と同じ項目で構成されており、他者に

対する肯定的な感情と捉えられることから「他者肯定感情」と命名した。第4因子についても、高坂(2009a)の「自己肯定感情」と同じ項目で構成されていることが確認され、内容も自己肯定的な感情であることから「自己肯定感情」と命名した。

(2) 反応行動尺度

最尤法・プロマックス回転による因子分析を行ったところ、6因子が得られた($\alpha = .75$)。各因子は高坂(2009a)の6因子と同じ項目で構成されていることが認められた。因子名は第1因子「賞賛・承認希求」、第2因子「代理補償」、第3因子「他者攻撃」、第4因子「直接努力」、第5因子「放置」、第6因子「気晴らし」である。なお、「学習成績が良くなるよう工夫・努力する」の項目は、第5因子「放置」に対して-.49の因子負荷を示したが、高坂(2009a)では本研究の第4因子にあたる「直接努力」因子に含まれていること、そして本研究でも「直接努力」に対して.36とある程度の因子負荷を示していることを踏まえ、第4因子「直接努力」に含めた。

(3) 自己受容尺度

最尤法・プロマックス回転による因子分析を行ったところ、2因子が得られた($\alpha = .91$)。伊藤(1991)では、「生き方」、「性格」、「家庭」、「学校」、「身体能力」の5領域があることを想定しているが、本研究では自己受容を全人的なものとして捉えることから総合得点を取り扱うこととし、因子の命名は行わなかった。

(4) 学習意欲尺度

学習意欲尺度について、主因子法・プロマックス回転による因子分析を行ったところ、1因子が得られた($\alpha = .81$)。

2. 各尺度の記述統計

本研究で使用した各変数の記述統計量を表1に示した。全ての尺度において5件法で回答を求め、いずれも得点が高いほど、それぞれの特徴が高いことを示している。なお、劣等感合計とは、高坂(2012)が主張する劣等感の具体的な感情に当てはまる「自己否定感情」得点と「他者否定感情」得点を合計したものである。

表1 本研究で使用した変数の記述統計量

尺度名	<i>M</i>	<i>SD</i>
感情尺度		
自己否定感情	23.70	7.76
他者否定感情	4.63	2.30
他者肯定感情	10.76	3.12
自己肯定感情	6.45	2.71
劣等感合計	28.32	8.79
反応行動尺度		
賞賛・承認希求	5.08	2.32
代理補償	7.45	3.07
他者攻撃	3.63	1.32
直接努力	9.51	2.86
放置	6.02	2.48
気晴らし	8.04	2.73
自己受容尺度	30.79	8.25
学習意欲尺度	8.89	3.30

注) 劣等感合計は自己否定感情得点と他者否定感情得点の合計

3. 劣等感と自己受容による学習意欲の違い

まず、劣等感と自己受容の程度によって学習意欲得点に差があるかどうかを検討するために二要因分散分析を行った(表2)。

表2 劣等感得点2群と自己受容得点2群の学習意欲得点と分散分析結果(標準偏差)

	劣等感高		劣等感低		主効果		交互作用
	自己受容高	自己受容低	自己受容高	自己受容低	劣等感	自己受容	
学習意欲	9.53 (3.00)	8.72 (3.20)	9.52 (3.41)	7.48 (3.21)	5.44*	28.71***	5.3*

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

注) 表中の主効果と交互作用の値は、*F*値を示す。

分析の結果、交互作用がみられた($F = (1, 590) = 5.34$, $p < .05$)ため単純主効果検定を行った結果、①劣等感が低い人よりも高い人の方が学習意欲は高く($p < .05$)、②自己受容が低い人よりも高い人の方が学習意欲は高い($p < .001$)こと、③劣等感が低い場合には、自己受容が低い人よりも高い人の方が学習意欲は高く($p < .001$)、④劣等感が高い場合には、自己受容が低い人よりも高い人の方が学習意欲は高い($p < .05$)こと、さらに、⑤自己受容が低い場合には、劣等感が低い人よりも高い人の方が学習意欲は高い($p < .01$)ことが示された。

4. 劣等感と自己受容によるコーピングの違い

次に、劣等感と自己受容の程度によってコーピングの選択に違いがあるかどうかを検討するために二要因分散分析を行った(表3)。

表3 劣等感得点2群と自己受容得点2群のコーピング得点と分析の結果(標準偏差)

	劣等感高		劣等感低		主効果		交互作用
	自己受容高	自己受容低	自己受容高	自己受容低	劣等感	自己受容	
賞賛・承認希求	6.06 (2.51)	5.06 (2.44)	4.74 (1.94)	4.36 (1.96)	29.74***	13.89***	2.8†
代理補償	8.26 (2.89)	7.46 (3.22)	7.46 (3.28)	6.46 (2.43)	13.02***	12.85***	.17
他者攻撃	3.84 (1.71)	3.86 (1.44)	3.28 (.73)	3.52 (1.12)	17.44***	1.38	1.01
直接努力	10.24 (2.49)	9.65 (2.81)	9.48 (3.05)	8.42 (2.79)	18.55***	12.67***	1.07
放置	6.09 (2.17)	6.16 (2.60)	5.57 (2.55)	6.36 (2.52)	.59	4.44*	3.15†
気晴らし	8.78 (2.48)	8.27 (2.88)	7.63 (2.74)	7.33 (2.55)	22.11***	3.27†	.21

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

注) 表中の主効果と交互作用の値は、*F*値を示す。

分析の結果、「賞賛・承認希求」、「代理補償」、「直接努力」において劣等感及び自己受容の主効果がみられた。いずれにおいても得点が低い人よりも高い人の方がそれぞれのコーピングを選択しやすいことが明らかとなった。「他者攻撃」、「気晴らし」においては劣等感の主効果のみがみられ、どちらも劣等感が低い人よりも高い人の方が選択しやすいことが示された。また、仮説2に関する「放置」においては有意傾向な交互作用がみられたため、単純主効果検定を行った。その結果、劣等感が低い場合、自己受容が高い人よりも低い人の方が「放置」を選択しやすく($p < .01$)、自己受容が高い場合、劣等感が低い人よりも高い人の方が「放置」を選択しやすい傾向($p < .10$)があることが明らかとなった。

5. 自己受容得点による分類

次に、自己受容の程度によって感情とコーピングとの間、コーピングと学習意欲との間にそれぞれどのような関連がみられるのかを検討するために、分析対象者を2群に分類した。自己受容得点の高低(平均値分割, 30.79点)によって分類し、31点以上であれば高群、それに満たない場合は低群とした(表4)。

表4 各群の記述統計量

	自己受容低群 (n=289)		自己受容高群 (n=305)	
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
賞賛・承認希求	4.77	2.28	5.37	2.32
代理補償	7.05	2.95	7.84	3.12
他者攻撃	3.72	1.33	3.55	1.32
直接努力	9.15	2.86	9.84	2.82
放置	6.24	2.56	5.82	2.39
気晴らし	7.89	2.78	8.18	2.67
学習意欲	8.21	3.25	9.53	3.21

6. 自己受容の程度ごとの感情とコーピングの関連

自己受容得点で分類した自己受容の低群、高群ごとに感情4種類を説明変数、コーピング6種類を目的変数とした重回帰分析を行った(表5)。

表5 自己受容各群の感情を説明変数、コーピングを目的変数とした重回帰分析

	賞賛・承認希求	代理補償	他者攻撃	直接努力	放置	気晴らし
自己受容低群						
自己否定感情	—	—	-.10 [†]	.12 [†]	—	.13 [†]
他者否定感情	.17**	.11 [†]	.57***	—	—	.16*
他者肯定感情	.17**	.15*	—	.46***	—	—
自己肯定感情	—	—	—	-.12*	.37***	.12*
R^2	.07***	.04***	.32***	.26***	.12***	.06***
自己受容高群						
自己否定感情	.15*	—	—	.15*	.10 [†]	.18**
他者否定感情	.30***	—	.48***	—	—	—
他者肯定感情	.10 [†]	.25***	-.09 [†]	.33***	—	.25***
自己肯定感情	—	.23***	—	-.16**	.45***	.18**
R^2	.15***	.14***	.24***	.18***	.22***	.16***

*** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$, [†] $p < .10$

モデルの有意性は自己受容低群では、賞賛・承認希求 ($F(4, 284) = 6.02, p < .001$), 代理補償 ($F(4, 284) = 4.31, p < .001$), 他者攻撃 ($F(4, 284) = 34.83, p < .001$), 直接努力 ($F(4, 284) = 26.73, p < .001$), 放置 ($F(4, 284) = 11.04, p < .001$), 気晴らし ($F(4, 284) = 5.81, p < .001$) であった。

自己受容高群では、賞賛・承認希求 ($F(4, 300) = 14.46, p < .001$), 代理補償 ($F(4, 300) = 13.62, p < .001$), 他者攻撃 ($F(4, 300) = 24.99, p < .001$), 直接努力 ($F(4, 300) = 17.43, p < .001$), 放置 ($F(4, 300) = 22.42, p < .001$), 気晴らし ($F(4, 300) = 15.95, p < .001$) であった。

次に、 $\beta > |.20|$ の値を示した内容について、以下に説明する。

自己受容低群と高群の両群において、他者否定感情が「他者攻撃」を高めること、他者肯定感情が「直接努力」を高めること、自己肯定感情が「放置」を高めることが共通して示された。

自己受容高群では上記の3つに加え、他者否定感情が「賞賛・承認希求」を高めること、他者肯定感情が「代理補償」、「気晴らし」を高めること、自己肯定感情が「代理補償」を高めることが示された。

7. 自己受容の程度ごとのコーピングと学習意欲との関連

次に、自己受容の低群、高群ごとに、コーピング6種類を説明変数、学習意欲を目的変数とした重回帰分析を行った(表6)。

表6 自己受容高群・低群ごとのコーピングを説明変数、学習意欲を目的変数とした重回帰分析

	学習意欲
自己受容低群	
賞賛・承認希求	—
代理補償	—
他者攻撃	—
直接努力	.43***
放置	-.22***
気晴らし	—
R^2	.26***
自己受容高群	
賞賛・承認希求	—
代理補償	—
他者攻撃	—
直接努力	.36***
放置	-.23***
気晴らし	—
R^2	.24

*** $p < .001$

モデルの有意性は自己受容低群 ($F(6, 282) = 18.04, p < .001$), 自己受容高群 ($F(6, 282) = 16.94, p < .001$) であった。

分析の結果、両群において「直接努力」が学習意欲を高めること、「放置」が学習意欲を低下させることが示された。

8. 自己受容の程度ごとの感情とコーピング及びコーピングと学習意欲との関連

次に、自己受容低群、高群ごとの感情とコーピングとの関連、コーピングと学習意欲との関連の結果をまとめたものを図1、図2に示す。なお、図には $\beta > |.20|$ の値が示された関連のみを示している。

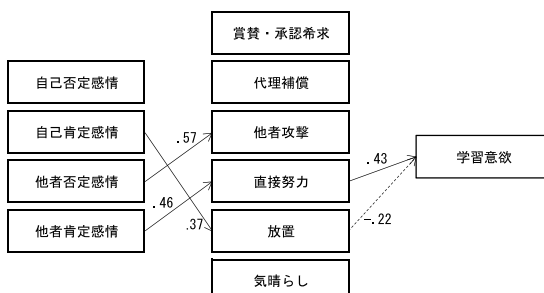


図1 自己受容低群における感情、コーピング及び学習意欲の関連

注) 実線は正の影響、破線は負の影響を示す。

自己受容低群においては、自己肯定感情が「放置」を高め、「放置」が学習意欲を低下させること、他者

肯定感情が「直接努力」を高め、学習意欲を高めることが示された。また、学習意欲との直接の関連はみられなかったものの、「他者攻撃」に対しては他者否定感情が正の影響を与えていることが明らかとなった。

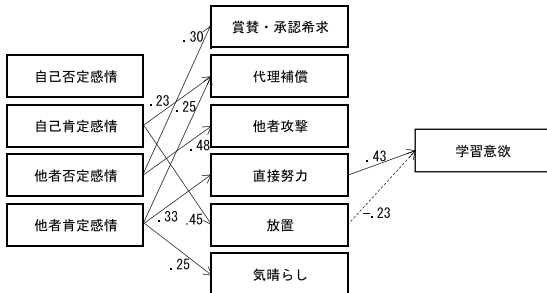


図2 自己受容高群における感情、コーピング及び学習意欲の関連

注) 実線は正の影響、破線は負の影響を示す。

自己受容高群においては、低群同様、自己肯定感情が「放置」を高め、「放置」が学習意欲を低下させること、他者肯定感情が「直接努力」を高め、学習意欲を高めることが示された。また、学習意欲との直接の関連はみられなかったものの、「他者攻撃」に対しては他者否定感情が正の影響を与えていることが明らかとなった。これらに加え、自己肯定感情と「代理補償」の間、他者否定感情と「賞賛・承認希求」の間、他者肯定感情と「代理補償」及び「気晴らし」との間にそれぞれ正の関連が認められた。

IV 考察

1. 学習意欲についての分散分析

二要因分散分析を行った結果、交互作用がみられたため単純主効果検定を行ったところ、①劣等感が低い場合には、自己受容が低い人よりも高い人の方が学習意欲は高く、②劣等感が高い場合には、自己受容が低い人よりも高い人の方が学習意欲は高いこと、③自己受容が低い場合には、劣等感が低い人よりも高い人の方が学習意欲は高いこと、④自己受容が高い場合には、劣等感の高さにより学習意欲に違いはみられないことが示された。

この結果をまとめると、自己受容が高い場合は、劣等感の程度に関わらず学習意欲は高い水準を維持し、自己受容が低い場合は、劣等感が高ければある程度の学習意欲は保たれるが、劣等感が低いと学習意欲は低くなるといえる。

これらの結果から、仮説1「劣等感、自己受容いず

れも高い群が最も学習意欲は高い」は概ね支持された。結果のそれぞれの特徴について考察する。

(1) 自己受容の高さと学習意欲の関係

本研究では、劣等感の高さに関係なく、自己受容が高い場合は学習意欲が高いという結果となった。自己受容の高さが学習意欲と関連していることについては、自己受容と適応との関連が考えられる。堀ら(2007)によると、児童期・青年期には学校やそれに準じる機関で多くの時間を過ごすため、そこに適応できなかった場合、大変な苦痛と困難を経験する可能性が高いことから、学校への適応は児童・青年にとって重要な意味を持つとされている。学校適応の要因には学業に関する側面も含まれており、自己受容の高い者は適応的で、低い者は不適応の傾向にある(川岸, 1972)ことや、中学生の自己受容の高さは学校適応感に影響を与える(福島・佐藤, 2009)との指摘がある。これらを踏まえると、自己受容が高い生徒は学校への適応を目指す中で学業に取り組んでいることが想定される。つまり、学業成績を重要とは認識していないものの、学校生活に十分適応するためには学業への取り組みが欠かせないため、自己受容できていることを動機として、学習意欲が保たれていることが予想される。

(2) 劣等感の高さと学習意欲の関係

また、本研究では劣等感が高いことが学習意欲を高めることが示唆された。劣等感が高いことが学習意欲を高めることについては、山田・水野(2011)や後藤(2019)でも同様の結果が示されており、山田らは、劣等感の存在を認知することは、劣等感の強度が増す反面、達成動機を高めるバネの役割にもなっていると述べている。また、後藤(2019)は、他人と競争し勝つことで自分の存在を他者に認めてもらおうとする青年は劣等感をより感じている(高坂・佐藤, 2008)ことや、中学生は学業成績の悪さに劣等感を感じやすい(高坂, 2008a)ことから、学業成績に関して劣等感を強く感じている人は、他人と競争し勝つことで他者から認めてもらおうとして劣等感を強めている一方、それが動機となって学習意欲を高めている可能性が考えられると述べている。これらのことから、本研究においても同様の結果が確認されたことは理解できるものであった。

つまり、自己受容が高い場合は適応的な状態にあり、自己を見つめて受け入れることができる力を持っているため、劣等感をバネとして学習意欲に繋がられていると考えられる。一方、自己受容が低い場合も、ありのままの自己を受け入れることはできていないもの

の、学業成績を重要視はしており、学業は大事であると認識していることが学習へと向かわせていることが考えられる。このタイプは「学業成績に関しては人よりも劣っている」、「その他の面でも自分のことを受け入れられない」と感じつつも、「学業は重要であるから取り組んでおこう」といったモチベーションとしての学習意欲、すなわち内発的な動機づけとしての学習意欲というよりは、外発的な動機づけの影響が強い学習意欲であると推察される。

いずれにせよ、劣等感が高い場合は学業への関心があるために学習意欲に繋がると考えられる。

(3) 自己受容の程度による劣等感の低さの意味

本研究では、自己受容が高い場合は劣等感が低くても学習意欲は高いが、自己受容が低い場合は劣等感が低いと学習意欲が低いという結果が得られた。同じ劣等感が低い状態であるにもかかわらず、このような結果となったことについて考察する。

そもそも劣等感が低いという状態には、いくつかの原因が考えられる。一つ目は、“学業に対する諦め”の可能性である。劣等感は理想自己と現実自己とのギャップによっても生じる可能性があると考えられるならば、「そもそも自分は勉強ができない」という自己イメージを持ち、「勉強なんかやっても仕方がない、やる意味がない」などと諦めている場合、そもそも理想自己が低い状態にあり、現実自己とのギャップが小さくなるため、結果として劣等感が低くなる可能性がある。二つ目は、“学業を重要視していない”可能性である。青年期は自己の重要領域に劣等感を感じやすい(高坂, 2008a) ことを踏まえると、学業成績を重要視していないが故に劣等感を感じていないということが予想される。学業以外の面で自分が力を発揮できることや重要視していることがある場合、学業成績の重要度は下がり、劣等感を感じにくくなる可能性がある。三つ目は、“自分の学業成績を他者と比較していない”可能性である。劣等感が他者との比較によって生じるものであるならば、比較をしなければ劣等感は生じない。自分自身のことを「ありのままの自分でいい」と思っている場合、学業成績がどうであれ、劣等感を感じにくいと考えられる。四つ目は、“自分の学業成績が他者よりも劣っていると認識していたとしても、その事実から目を逸らさずにいる”可能性である。高坂(2009b) は、自己の否定的側面から目を逸らさずにいる青年は劣等感が低減されるということを示している。つまり、自分の学業成績が他者より劣っていたとしても、その事実と向き合うことで劣等感がそれほど強く感じられていないということが考えられる。

劣等感が低いことのこれら4つの原因という視点から考えてみると、自己受容が低い場合の劣等感の低さは、一つ目の“学業に対する諦め”の可能性が当てはまると考えられる。自己受容が低い人は、自分に自信がないことが勉強に対する自信をも低下させ、「どうせ自分は勉強なんかやっても無駄」という諦めから学業への関心と理想が低く、理想自己と現実自己のギャップが少ないために、劣等感を感じにくい状態にあると推察される。

これに対して自己受容が高いことが“学業面以外にも様々な領域を含んだ総合的な自己を受け入れることができるという状態”であると考えれば、二つ目の“学業を重視していない”可能性、つまり、学業以外で自分を発揮できるものや自信がある一面を持っているために学業の重要度が低く、学業での劣等感が低くなっていることが考えられる。また、自己受容の一側面として「自分はありのままの自分でいい」という感覚を持つとするならば、三つ目の“自分の学業成績を他者と比較していない”ことで劣等感が低くなっている可能性がある。さらに、学業を重視して劣等感を感じていたとしても、ありのままの自己を否認せずに見つめることができ、否定的な側面も含めた自己を受容できている人は、四つ目の“自分の学業成績が他者よりも劣っていると認識していたとしても、その事実から目を逸らさずにいる”ことができるために劣等感を低減させることができていると考えられる。

このように同じ劣等感が低いという状態であっても、自己受容が低い場合は“諦め”というネガティブな意味での劣等感の低さ、自己受容が高い場合は学業の代わりになるものを持っていたり、ありのままの自己を見つめて受け入れたりすることによるポジティブな意味での劣等感の低さという意味合いの違いがあるのではないかと考えられる。そして、“諦め”というネガティブな形での劣等感の低さの場合は当然のことながら学習意欲は低下する一方、ポジティブな形で劣等感が低い場合は学習意欲を維持することが可能であると考えられる。

2. コーピングの選択の違いについての分散分析

続いて、劣等感と自己受容の程度によってコーピングの選択に違いがあるかどうかを検討するために二要因分散分析を行った。その結果、仮説2に関連するものとしては「直接努力」において劣等感、及び自己受容の主効果がみられた。いずれにおいても得点が低い人よりも高い人の方が「直接努力」を選択しやすいことが明らかとなった。また、同じく仮説2に関連する

「放置」において有意傾向な交互作用がみられたため、単純主効果検定を行った結果、劣等感が低い場合、自己受容が高い人よりも低い人の方が「放置」を選択しやすく、自己受容が高い場合、劣等感が低い人よりも高い人の方が「放置」を選択しやすいことが明らかとなった。つまり、①学業成績に関して劣等感をそれほど感じていない場合は、自己受容できている人よりも自己受容できていない人の方が放置しやすく、②自己受容ができている場合は、劣等感を感じていない人よりも、劣等感を感じている人の方が放置しやすい傾向にあることが示された。

この結果は仮説2のうち「劣等感、自己受容いずれも高い群は『直接努力』を行いやすい」を概ね支持し、「劣等感が高く、自己受容が低い群は『放置』を行いやすい」については支持しないものであった。

(1)「直接努力」の主効果

このように劣等感が高い人や自己受容が高い人は「直接努力」を用いることができることが示唆された。これまで述べてきたように、劣等感が高い理由としては、学業成績を重要視していることや、競争心が強いことなどが考えられる。これらが高いために学業成績を向上させようと「直接努力」を選択しやすいことは理解できるものである。

次に、自己受容の高さが「直接努力」を選択させやすくすることについては先述したように、ありのままの自己を受け入れることができている状態というのは、自分に自信を持てている状態であるとも受け取れる。つまり、学業に対する自信を持ち合わせている人は「直接努力」を選択しやすいことが予想される。

(2)「放置」の交互作用

「放置」の交互作用について、①の劣等感を感じていない場合に自己受容が低い人が「放置」を選択しやすいという結果となった理由の一つとして、学業に対する諦めの可能性が考えられる。先述したように、自己受容が低い人における劣等感の低さとして、学業に対する諦めが考えられる。自分の学業に対して諦めの感情を持っている生徒が、学力向上のための努力をしようとせず、「放置」という対処をすることは納得できる結果である。

また、学校への適応は児童・青年にとって重要な意味を持っている（堀ら、2007）ことや、自己受容の高い者は適応的な傾向にある（川岸、1972）こと、中学生の自己受容の高さは学校適応感に影響を与える（福島・佐藤、2009）などの知見を踏まえると、たとえ学業の劣等感（学業に対する重要性とも言える）が低かったとしても、自己受容が高い生徒は学校への適

応を目指す中で学業に取り組むために学習意欲が低下しないことが想定される。つまり、自己受容が高い生徒は、たとえ学業を重要視していなかったとしても「放置」するのではなく、学校適応との関連の中で学業に対して何らかの取り組みを起こそうとしていることが考えられるが、反対に自己受容が低い生徒は学業及び学校適応への関心が低いことを理由とした「放置」を行いやすいことが考えられる。

また、有意傾向な結果ではあったが、②の自己受容が高い場合に、劣等感が低い人よりも高い人の方が「放置」を選択しやすいことについては、上田（1996）が指摘する“上手な諦め”としての自己受容の構えがあることが窺われる。上田は、自己評価が低い人に自己受容的な構えが存在することを明らかにし、“受け入れる”とは、適応的な側面ばかりでなく、受け入れがたい自己を受け入れる“諦め”にこそ、自己受容的な構えの意義があるとの指摘をしている。このことから、自己受容が高い場合に、劣等感が低い人よりも高い人の方が「放置」を選択しやすい傾向にあるという本研究の結果は、“上手な諦め”としての自己受容の構えがあるという上田（1996）の知見を補強するものであると考えられる。

このように“諦め”といっても、劣等感が低い場合に自己受容が低い人は、学業及び学校適応への関心の低さからくる学業の放棄のような意味合いの“諦め”として「放置」を行いやすく、自己受容が高い場合に劣等感が高い人は、「他者より学業成績が低くても現在の自分で大丈夫」といった肯定的な意味合いの“上手な諦め”として「放置」を行いやすい傾向にある可能性が示唆された。

ただし、繰り返しになるが「放置」に関しては有意傾向であり、その中でも劣等感が高い場合に自己受容が低い人よりも高い人のほうが「放置」を選択しやすいことについては有意傾向であったことから解釈には十分留意する必要がある。

3. 感情からコーピングへの影響

4種類の感情を説明変数、6種類のコーピングを目的変数として重回帰分析を行った結果、仮説に関連するものとしては、他者肯定感情が「直接努力」を高めること、自己肯定感情が「放置」を高めることが両群において示された。

他者肯定感情が「直接努力」を高めるという結果については、青年期においては、“あこがれの他者のように変わりたい”という気持ちが強く保たれることが示されており（千島、2016）、Neu（1980）は、憧

懐的妬みは、優れた他者のようになるまで自分を高めようと望む感情であるとしている。これらのことから、青年期にあたる中学生が自分よりも学業成績が優れた他者を見て他者肯定感情、すなわち憧憬感情を抱くことが直接努力に向かわせることも理解できる結果である。

また、自己肯定感情が「放置」を高めるという結果については、菅沼（2013）は、「諦めること」には多様なバリエーションがあり、その一つに「現状の許容」があることを明らかにしている。本研究における自己肯定感情は「(前略)今の学業成績に納得している感じ」や「(前略)自分の学業成績に満足している気持ち」、「(前略)今のままで良いという気持ち」というように現状の許容に相当するものであり、「今の自分でいい」という現状を許容する感情が「放置」というコーピングに繋がったと考えられる。

4. コーピングから学習意欲への影響

次に、6種類のコーピングを説明変数、学習意欲を目的変数とする重回帰分析を行った結果、自己受容低群、高群どちらにおいても「直接努力」が学習意欲を高めること、「放置」が学習意欲を低下させることが示された。

まず、「直接努力」が学習意欲を高めるこの結果は神藤（1998）とも一致する結果であり、これについて神藤は、問題解決的対処を行うことによってストレスを解決できたという体験をし、自分が成長しているという主観的体験をすることで学習意欲が促進されると考察している。

また、「放置」が学習意欲を低下させる結果も神藤（1998）と一致するもので、これについて神藤は、学業上の嫌な経験を避けることは、一時的な解決にはなるが、学習への動機づけを低めるのだらうと述べている。また、菅沼（2013）の「諦めること」に関する指摘を踏まえると、諦めの一つとして放置が行われていることで、学習意欲が低下しているのだらうと推察される。

以上の2点は仮説3を支持する結果であった。

5. 重回帰分析のまとめ

重回帰分析の結果、自己受容が高い人の方が低い人よりも肯定的な感情と建設的なコーピングとの間に多くの関連がみられたことから、自己受容できていることが学習面において良い影響をもたらす可能性が示唆された。「他者攻撃」や「直接努力」、「放置」は自己受容の程度にかかわらず両群に共通の関連が認められ

たが、この他「代理補償」や「気晴らし」など、直接的な努力以外の建設的と思われるコーピングとの関連は自己受容高群にのみ認められた。また、それらのコーピングは自己や他者への肯定的な感情との関連が示されたことから、自己受容できていることが、学業成績に関する劣性を認知した際に否定的な感情のみならず肯定的な感情も随伴して生起させ、それらが建設的なコーピングに結びつくことを通して学習意欲が向上することが考えられた。

V 本研究のまとめ

以上の考察から各タイプの特徴をまとめる。

1. 劣等感が高く自己受容も高い人

このタイプは学習意欲が高いことが明らかとなった。学業を重視していること、あるいは競争心が高いことを理由として劣等感が高くなっていると予想され、自己受容をすることができていることで適応的な状態にあるために、劣等感をバネとして学習意欲を高い水準で保たれていることが窺われる。また、「他者攻撃」のようなネガティブなコーピングを含むものの、その他のポジティブなものを含めた、より多くのコーピングを使い分けている可能性が示された。その中でも、学習意欲の高さを考慮すると「直接努力」を選択しやすいことが予想される。

2. 劣等感が高く自己受容が低い人

このタイプは自己受容が高いタイプよりは学習意欲が低いものの、劣等感、自己受容どちらも低い人よりは高いことが明らかとなった。総合的なありのままの自己を受け入れることができていないものの、学業は重要であるとの認識をしていることで学習に取り組んでいると思われる。つまり、内発的動機づけによる学習意欲というよりは、外発的動機づけによる学習意欲であると考えられる。このタイプは、より多くのコーピングを選択する可能性が示されたが、学習意欲の高さを考慮すると自己受容が高いタイプに比べ、「直接努力」の割合は低い可能性が考えられる。

3. 劣等感が低く自己受容が高い人

このタイプは劣等感、自己受容どちらも高いタイプと同様、学習意欲が高いことが明らかとなった。このタイプの劣等感の低さに関しては、学業以外で自分を発揮できるものや自信がある一面を持っていることで学業の重要度が低いことや、自分の学業成績を他者

と比較していないこと、あるいは、学業を重視して劣等感を感じていたとしても、否定的な側面も含めたありのままの自己を受容できていることで劣等感が低くなっている可能性が示唆された。いずれの理由にせよ、自己受容できていることで劣等感の程度に影響されずに学習意欲を高い水準で保つことができている。このタイプは「賞賛・承認希求」や「直接努力」、「代理補償」といった比較的ポジティブなコーピングを行いやすいことが窺われる。その中でも、学習意欲の高さを考慮すると「直接努力」を選択しやすいことが予想される。

4. 劣等感が低く自己受容も低い人

このタイプは学習意欲が最も低いことが明らかとなった。このタイプの劣等感が低い要因としては、自分に自信がないことが勉強に対する自信をも低下させ、「どうせ自分は勉強なんかやっても無駄」という諦めから学業への関心と理想が低く、理想自己と現実自己のギャップも少ないために、劣等感を感じにくい状態にあると推察される。このタイプは他のタイプと比較して、学業を放棄するという意味合いの諦めとして「放置」を選択しやすく、「放置」をすることによって学習意欲が低下していると考えられる。

これらのことから、劣等感の高さはある程度の学習意欲に繋がるが、自己受容が高いことでより適切なコーピングを行うことができ、より高い学習意欲が達成されることが明らかとなった。つまり、中学生における学業への劣等感をバネとして学習意欲に繋げる上では、自己受容が重要な役割を担っている可能性が示された。

VI 本研究の意義

本研究の結果は、劣等感とはネガティブなものとして捉えられがちである一方、ポジティブな側面も持つ可能性がある（山田・水野，2011）ことや、それについての検討を行った後藤（2019）の知見を補強するものであった。新しく得られた知見としては、劣等感の程度にかかわらず自己受容できていることが、劣等感の持つポジティブ機能をより強く引き出し得る要因の一つである可能性が示されたことである。中学生は学業成績に関して劣等感を抱きやすい（高坂，2008a）ことや、自己受容は心理臨床においても重要な概念である（山田・岡本，2006；春日，2015）ことを踏まえても、自己受容をできていることが中学生の学業成績に関する劣等感をバネに変える要因の一つであることが示されたことは意義あるものだと考えられる。

中学生の自己受容を高めることの重要性が示唆されたわけだが、その点については他者から受容されることを通して自己を受容できるようになる（山田・岡本，2006）という知見を踏まえると、中学生においては同世代の友人や教師、家族から受け入れられる体験（被受容感）、あるいは認めてもらえるような体験が大きな意味を持つと思われる。被受容感とは「他者から大切にされているという実感」とされ（杉山・坂本，2006）、個人レベルでは、その生徒の長所を認めて伝えることや、短所あるいは失敗経験については責めるのではなくフォローする姿勢で接することで体験されることが考えられる。学校や学級といった集団レベルでは、被受容感を育てる心理教育プログラムなどが考案されていることから、その実践が効果的であると思われる。それらを通して生徒らの自己受容を促すことで、学業における劣等感をバネに変えることができるようになると考えられる。

VII 本研究の限界と今後の展望

本研究では中学生を対象とし、劣等感については学業成績に関する劣等感のみを取り上げた。しかし、劣等感とは学業面のみならずあらゆる領域において生じる（高坂，2008a）ことを踏まえると、複数の領域に関する劣等感が同時に生じている可能性も十分に考えられる。そこで、一つの領域に限定するのではなく、他の領域における劣等感も含めた包括的な検討が求められる。

また、劣等感と自己受容との関連をより明確にする必要がある。本研究では自己受容の程度による劣等感の低さについて考察したが、これは推測の域を出ない。自己受容できているが故に劣等感が低い可能性がある一方、劣等感が低いが故に自己受容しやすい状態にある可能性も捨てきれない。そこで、今後は劣等感と自己受容それぞれが、どのような過程を経て増減するのかを明らかにすることでその後の研究に寄与できると考えられる。

付記

本論文を作成するにあたり、丁寧に御指導くださった白井祐浩准教授に心より感謝申し上げます。また、質問紙の作成及び調査の実施に御協力くださった公立中学校2校の諸先生方、生徒の皆さんに深く感謝し御礼申し上げます。

文献

- 千島雄太 (2016). 青年期における自己変容に対する志向性の発達－時間的展望の拡大と分化の観点から－. 青年心理学研究, 27, 129-139.
- 福島亜希・佐藤睦子 (2009). 中学生の学校適応感について：自己受容との関連を中心に. 日本教育心理学会総会発表論文集, 51, 395.
- 後藤知紀 (2019). 学業ストレスへの対処法略と学習意欲の関連. 鹿児島大学教育学部 卒業論文. (未刊行)
- 堀 洋道・櫻井茂男・松井 豊 (2007). 心理測定尺度集Ⅳ－子どもの発達を支える〈対人関係・適応〉－. サイエンス社.
- 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の变化－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, 70-77.
- 春日由美 (2015). 自己受容とその測定に関する一研究. 南九州大学人間発達研究, 5, 19-25.
- 川岸弘枝 (1972). 自己受容と他者受容に関する研究－受容測度の検討を中心として－. 教育心理学研究, 20 (3), 34-42.
- 高坂康雅 (2008a). 自己の重要領域からみた青年期における劣等感の発達の变化. 教育心理学研究, 56 (2), 218-229.
- 高坂康雅 (2008b). 青年期における容姿・容貌に対する劣等感の解決に関する検討. 日本青年心理学会大会発表論文集, 16, 58-61.
- 高坂康雅 (2009a). 青年期における容姿・容貌に対する劣性を認知したときに生じる感情と反応行動との関連. 教育心理学研究, 57 (1), 1-12.
- 高坂康雅 (2009b). 青年期における内省への取り組み方の発達の变化と劣等感との関連. 教育心理学研究, 21, 83-94.
- 高坂康雅 (2012). 劣等感の青年心理学的研究. 風間書房.
- 高坂康雅・佐藤有耕 (2008). 青年期における劣等感と競争心との関連. 筑波大学心理学研究, 35, 41-48.
- 内藤勇次・浅川潔司・高瀬克義・古川雅文・小泉令三 (1987). 高校生用学校環境適応感尺度作成の試み. 兵庫教育大学研究紀要, 7, 135-145.
- 中島義明・安藤清志・子安増生・坂野雄二・繁耕算男・立花政夫・箱田裕司 (1999). 心理学辞典. 有斐閣.
- Neu, J. (1980). Jealous thought. In A. O. Rorty (Eds.). *Explaining emotion*. Berkeley : University of California Press, pp.425-463.
- 落合良行 (1989). 青年期にみられる顔に対する劣等感の分析. 日本教育心理学会第31回総会大会発表論文集, 224.
- 神藤貴昭 (1998). 中学生の学業ストレスと対処方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.
- 塩見邦雄 (1994). こどもの学習意欲をたかめる－日本とアメリカの教育の比較から－. 北大路書房.
- 菅沼慎一郎 (2013). 青年期における「諦める」ことの定義と構造に関する研究. 教育心理学研究, 61 (3), 265-276.
- 杉山 崇・坂本真士 (2006). 抑うつと対人関係要因の研究：被受容感・被拒絶感尺度の作成と抑うつ的自己認知過程の検討. 健康心理学研究, 19 (2), 1-10.
- 上田琢哉 (1996). 自己受容概念の再検討－自己評価の低い人の“上手なあきらめ”として－. 心理学研究, 67 (4), 327-332.
- 山田真行・水野基樹 (2011). 大学生における達成動機と劣等感との関連. 順天堂スポーツ健康科学研究, 2, 150-154.
- 山田みき・岡本祐子 (2006). 現代青年の自己受容－自己による自己受容と他者を通しての自己受容の観点から－. 広島大学大学院教育学研究科紀要, 55, 339-348.