

他者理解尺度の作成と活用実践

青木 万里 (子ども心理学科・准教授)

Development of Understanding Others Scale and Using It in Actual Practice

Mari Aoki

Abstract

This study discusses the development of the Understanding Others scale and its practical usefulness for further research in self-understanding. First, a 33-item Understanding Others scale was constructed for determining some key aspects. Factor analysis indicated four important factors: “degree of present understanding of others,” “need for understanding others,” “degree of acceptance of others,” and “need to analyze others.” The reliability and validity of the scale were satisfactorily confirmed. Second, the Self-Understanding scale (Aoki, 2009) and the Understanding Others scale were studied together in a program for self-other understanding. The difference between the experimental and control groups in the results of a *t-test* was significant and suggested that the scales were valid for measuring self-understanding and the understanding of others. In the future, the self-understanding of students and the understanding of others need to be developed multilaterally; in addition, there is a need to contribute to developmental support for college students.

Key words : understanding others scale, self-understanding, college students

キーワード：他者理解尺度、自己理解、大学生

1 問題と目的

人は成長・発達の過程で、他者との関わりを避けて通ることができない。人は他者との関わりの中で、他者によって映し出された自分に気づき、自己理解を深め、同時に他者理解・相互理解・人間理解を深めていく。筆者は自己理解を「自己の内面のあり様や感情に目を向け、自らについて捉え、自己を知ること」(青木、2009)と定義し、今まで自己理解の視点から学生の発達支援を研究してきた。しかし前述したように、人の発達の過

程には他者からの影響が少なからず存在するため、学生の発達支援および青年期理解には、自己理解のみならず他者理解の視点を合わせた研究を進める必要性を感じてきた。そこで本研究では他者理解に焦点を当て、自己理解とともに他者理解の視点からも研究をすることで、今後の自己理解研究に役立つ知見を得ることを目的とする。

他者理解の定義には、「自分の意識が他者の意識を理解すること」(大東、2006)、「自分以外の他の者の気持ちや立場を知ること、わかること」

(山本、2006) などがある。岩田・岩立 (2006) は「心の理論研究」における他者の心の理解を「他者の (主として認知的な) 心の状態を押し量ったり、他者の行為の予測や説明に際して、その (主として認知的な) 心の状態を考慮することができることである」と説明し、牧野・合原 (2008) は他者理解を「他者の心を認知する能力。Mentalizing」としている。いずれも自分とは違う存在である他者の意識や気持ち、状態、状況などを捉える・推察する意味合いを含んでいるが、本研究では上記の定義を踏まえ、また先の自己理解の定義を鑑みて、他者理解を「他者の内面に目を向け、内的状況や気持ちを捉え、他者を知ること」と定義する。

本研究は以下の手順で進める。(1) 他者理解尺度を作成する。(2) (1) で作成した他者理解尺度と自己理解尺度 (青木、2009) の活用実践を行う。

(1) については他者理解に焦点を当てた尺度開発の報告が見当たらなかったため、他者理解尺度を作成することにした。妥当性の検討では、辻 (1993) の他者意識尺度との関連を調べる。この尺度は、他者への注意の向けやすさや注意を向ける方向を測定するためのものであり、辻は他者意識を意識が現前の他者に直接的に向けられているか、それとも他者の空想的なイメージに向けられているかによって大別し、前者をさらに2つに分けた。1つ目は「他者のちょっとした表情の変化でも見逃さない」など他者の気持ちや感情などの内面情報を敏感に捉え、理解しようとする意識や関心を「内的他者意識」と名づけ、2つ目は「人の外見に気をとられやすい」など他者の化粧や服装、体形、スタイルなどの外面に現れた特徴への注意や関心を「外的他者意識」と名づけた。また後者については「人のことにしばしば思いをめぐらす」などの項目から成り立ち、他者が現前しなくとも持つことができ、他者について考えたり、空想をめぐらせたりしながら、その空想的イメージに注意を焦点づけ、それを追いかける傾向とし「空想的他者意識」と名づけた。辻 (1993) の他者意識では他者へ向ける注意・関心・意識に着目しているが、本研究の他者理解では他者をわかる

こと・知ることに着目している。本研究の他者理解と辻 (1993) の他者意識との関連を考えてみると、他者の内面や内的状況に目を向け捉えようとする点において、現前する他者の外面に影響を受ける外的他者意識よりは、内的他者意識との間により強い相関関係が期待される。また空想的他者意識は他者について考えるという点においては、外的他者意識よりは相関関係が見られそうであるが、本研究の他者理解は他者の内面に着目しているため、内的他者意識ほど強い相関関係は見られないであろうと想定される。

本研究での他者理解は自己理解研究の一環として位置づけられている。したがって (2) では他者理解のみならず自己理解も合わせて、他者理解尺度および自己理解尺度の活用実践を行う。使用尺度には1点から7点までの得点が与えられるが、この場合他者理解得点が高いほど他者理解をしている、自己理解得点が高いほど自己理解をしていることを意味する。手順としては、自己-他者理解プログラム (青木・クスマノ、2008で作成した自己理解を深めるプログラムに他者との関わりを見つめさせるような項目を加え再構成したもの。以下、本稿ではプログラムと記述する) を用いて、プログラムを実施したもの (実験群) とプログラムを実施しなかったもの (統制群) との差を調べる。2群間の比較においては、実験群の方が統制群よりも自己理解得点が高ければプログラム実施により自己理解が促された、他者理解得点が高ければプログラム実施により他者理解が促されたと解釈される。それゆえ2群間に差が見られた場合、その尺度の活用可能性が認められたと想定される。

II 研究1 (他者理解尺度作成)

1. 目的

大学生を対象に各自が他者についてどのように捉えているのか、他者に対する理解度を把握するために、他者の内的傾向に焦点をあてた尺度を作成する。

2. 方法

1) 質問項目の作成：先行研究 (平山、1993；

松浦、2000)、EPPS 性格検査 (Edwards Personal Preference Schedule) の他者認知項目、TEG (東大式エゴグラム) の NP (Nurturing Parent、養育的な親) 項目を参考に質問項目を作成した。内容的妥当性を心理系教員 3 名 (男性教員 2 名、女性教員 1 名) に検討してもらった。結果、逆転項目 1 つを含む全 38 項目からなる質問構成になった。

2) 予備調査: 38 の質問項目それぞれにつき、「全くあてはまらない」から「非常にあてはまる」まで 7 件法 (得点は 1 点から 7 点) で回答を求め、合わせて「答えづらい項目」「読んでいて表現がおかしい項目」の有無を問う予備調査の質問紙を作成した。大学 3 年生および 4 年生の男女 10 名 (男子 8 名、女子 2 名) に実施した。特に質問内容に関して不適切といった指摘はなかった。なお、3 項目について天井効果が見られたが、本調査では被験者数を増やすことで偏りを少なくすることができると考え、全ての項目について調査することにした。

3) 質問紙の作成: 予備調査で作成した 38 項目に、自己理解尺度 (青木、2009) の質問項目を参考にして作った 4 項目と比較検討用の辻 (1993) の他者意識尺度 15 項目 (内的他者意識 7 項目、外的他者意識 4 項目、空想的他者意識 4 項目) を加えた全 57 項目からなる質問紙を作成した。質問紙は回答の偏りを防ぐために、57 項目の種目および質問項目の順序を変えた 4 パターンを用意した。回答は「全くあてはまらない」から「非常にあてはまる」まで 7 件法 (得点は 1 点から 7 点) で求めた。

4) 調査対象者: 大学生 233 名 (男子 93 名、女子 139 名、不明 1 名。平均年齢は 20.45 歳、 $SD = 1.94$) であった。

5) 調査時期: 2008 年 7 月

3. 結果

SPSS を用い、項目分析、因子分析、信頼性の検討、妥当性の検討を行った。

1) 項目分析

平均値、標準偏差、天井効果、床効果を確認し、上位下位分析を行った結果、尺度に使用可能な項

目として 40 項目が残った。

2) 因子分析

因子間に相関関係があると想定されたため、因子の抽出には主因子法のプロマックス回転を用いた。固有値の減衰状態から 4 因子解が妥当であると判断された。因子負荷量が .35 未満もしくは 2 因子以上に負荷している項目を除いたところ、最終的に全 33 項目が他者理解尺度の項目として決定された (表 1)。因子間の相関係数は .168 - .558 であった (表 2)。

第 1 因子は、16 「他者の気持ちがよくわかる」、11 「他者についてよく理解している」などの項目に高い負荷を示した。これらの項目は、現状の他者に対する評価や把握している事柄についての表現が多く、〈現状の他者理解度〉と命名した。第 2 因子は、10 「他者が色々な問題についてどんなふうに感じているかを知りたい」、41 「他者の対人関係の持ち方に関心がある」などの項目に高い負荷を示した。これらの項目は、他者に対して知りたい、好きである、関心があるという欲求表現が多く、〈他者理解欲求〉と命名した。第 3 因子は、29 「自分とは考えが違う他者に対しても、素直に耳を傾けることができる」、26 「自分とは生き方がことなる他者でも受け入れることができる」などの項目に高い負荷を示した。これらの項目は、ありのままの他者を受け入れることに関する表現が多く、〈他者受容度〉と命名した。第 4 因子は、20 「他者の性格について、どうしてそのような性格になったかを調べてみたい」、2 「実際に何をしたらかよりもなぜそうしたかということによって他者を判断したい」などの項目に高い負荷を示した。これらの項目は、他者の性格について考えたい、分析したいという欲求表現が多く、〈他者分析欲求〉と命名した。

3) 信頼性の検討

33 項目全体の信頼性と因子ごとの信頼性を調べるため、クロンバックの α 係数を求めた。尺度全体の α 係数については .901 であった。下位因子の α 係数は .688 - .874 となり、十分な信頼性をもつと判断された (表 3)。

4) 妥当性の検討

基準関連妥当性の中の併存的妥当性を検討した。妥当性の検討にあたり、まず今回作成した他者理解尺度と辻の他者意識尺度の3つの下位尺度についてピアソンの相関係数を算出した。その結果、他者理解得点と辻の3つの他者意識得点間すべてにおいて有意な正の相関が見られたため、さらに他者理解尺度の4つの下位因子得点との相関関係を調べた。その結果、〈他者受容度〉因子得点および〈他者分析欲求〉因子得点と辻の外的他者意識得点との間には相関関係が見られなかったが、他の組み合わせすべてにおいては有意な正の相関関係が見られた(表4)。表4を詳しく見ると、他者理解得点および4つの下位因子得点と辻の内的他者意識得点間、全般的に他の2つの他者意識得点に比べ高い相関を示し、特に他者理解得点と内的他者意識得点は有意に高い相関関係が認められた($r(233)=.605, p<.01$)。一方、外的他者意識得点と他者理解得点および〈現状の他者理解度〉因子得点、〈他者理解欲求〉因子得点との間には予想に反して、低い値ではあるが相関関係が認められた。

4. 考察

他者に対する理解度を把握する他者理解尺度を作成した。因子分析の結果、〈現状の他者理解度〉〈他者理解欲求〉〈他者受容度〉〈他者分析欲求〉の4因子を見出した。信頼性は十分に保証されたが、完全な内容的妥当性の確認は出来なかった。妥当性の検討にあたり辻の3つの下位尺度と少なくとも相関がみられたのは、今回の調査対象者である青年期は他者に対する意識や関心が高い年齢であり、他者を捉えるといったときに内面に目を向けるにとどまらず、他者の立場に自らをおいて想像したり、他者の外面から得られる情報や印象に影響を受けやすいからではないかと考えられる。他者理解得点および4つの下位因子得点と辻の3つの他者意識得点とは、全般的な傾向としては内的他者意識との相関関係が最も高く、次いで空想的他者意識、外的他者意識の順であった。内的他者意識よりも低い相関関係であろうと予想されていた空想的他者意識であるが、〈他者理解欲求〉

因子得点と空想的他者意識得点との間に、予想に反して有意に高い相関関係が認められた($r(233)=.588, p<.01$)。これは、この因子の中の「～予想してみたい」「～想像してみたい」といった質問項目は推察することで他者を理解しようとする解釈されるため、他者に対するイメージや想像力をかきたてて他者を捉えようとする空想的他者意識との間に関連性が見られたのではないかと考えられる。

以上のことから本研究で作成した他者理解尺度と辻(1993)の他者意識尺度との関連は、予想では他者理解は外的他者意識よりも内的他者意識や空想的他者意識との関連が強いとされていたが、この考えはおおむね支持された。

III 研究2 (尺度の活用実践)

1. 目的

自己理解尺度および他者理解尺度の活用実践を行う。プログラム実施の有無により、自己理解尺度における自己理解得点および他者理解尺度における他者理解得点に差があるかどうかを調べる。

2. 方法

1) 尺度質問紙：調査対象者の負担を考慮し、また今後尺度を活用実践してゆく試みの一環として、まず本研究では項目数を減らした尺度質問紙を作成し使用した。研究1で作成した他者理解尺度〈現状の他者理解度〉〈他者理解欲求〉〈他者受容度〉〈他者分析欲求〉の4因子より因子負荷量の高いものから4項目ずつ計16項目を他者理解尺度質問紙(表5)に、また自己理解尺度(青木、2009)〈現状の自己理解度〉〈自分らしさへの欲求〉〈自己理解欲求〉〈自己の情緒把握度〉の4因子より因子負荷量の高いものから4項目ずつ計16項目を自己理解尺度質問紙(表6)として使用した。

2) プログラムの概要：前述したように本研究で使用したプログラムは、自己理解を深めるプログラム(青木・クスマノ、2008)に他者との関わりを見つめさせるような項目を加えて、再構成したものである。プログラムシートの質問項目は、「あなたはどんな時あるいは何をしている時に、

自分らしさを感じますか?」、「自分らしさを一言で表すとどうなりますか?」、「将来、自分らしさを生かしてどんなことをしたいですか?」、「あなたの短所を挙げて下さい」、(シートが役に立ったかどうかの自己評価)、(プログラム全体に関する感想)という今までの項目に、「現在、あなたの人付き合いでは、自分らしさは生かされていますか?」、「あなたは自分の話をすることと、他者の話を聞くことと、どちらのほうが得意ですか?」を加えて作成した。実施手順としては、個人作業として各自がプログラムシートの質問項目に沿って、自分について見つめ考えてシートに記入する。その後2人組になり、先の質問項目への答えを中心に分かち合う。分かち合いでは、相手の短所を聞きそれを長所に読み替えるなどどのように表現できるかを考えて、相手に伝えるということも合わせて行った。2人組での分かち合いの目的は、相手について知ることと各自が自他の理解を深めることであった。筆者は、セッションの時間管理を含め全体の進行役を務め、必要に応じて質問に答える役目をした。所要時間は1時間以内、1セッションのみの実施とした。

3) 調査対象者：大学生164名(うち実験群83名、統制群81名。平均年齢は20.27歳、 $SD=1.22$)であった。筆者の担当している心理学関連科目の受講生に調査への参加を呼びかけた。実験群と統制群については同質のものと考え、偏りのないよう人数調整した上で、ランダムに割り振った。実験群にはプログラムを行った後に尺度質問紙を実施し、統制群には尺度質問紙のみを実施した。

4) 調査時期：2008年11月および2009年1月

3. 結果

1) t 検定

最初に実験群と統制群の間に、自己理解得点および他者理解得点に差があるかを検討するため t 検定を行った。その結果、自己理解得点では統制群よりも実験群の得点が有意に高く ($t(162)=3.59, p<.05$)、他者理解得点では統制群よりも実験群の得点が有意に高く ($t(162)=3.07, p<.05$)、このことからプログラム実施により自己理解と他

者理解が促されることが示された。次に自己理解および他者理解の各下位因子について、実験群と統制群の間に差があるかを検討するため t 検定を行った。その結果、〈現状の自己理解度〉因子については $t(162)=3.69, p<.05$ 、〈自分らしさへの欲求〉因子については $t(162)=1.99, p<.05$ 、〈自己の情緒把握度〉因子については $t(162)=2.40, p<.05$ となり2群間に有意差が認められた。〈自己理解欲求〉因子については $t(162)=1.72, n.s.$ となり2群間に有意差が見られなかった。〈現状の他者理解度〉因子については $t(162)=2.67, p<.05$ 、〈他者分析欲求〉因子については $t(162)=3.28, p<.05$ となり2群間に有意差が認められた。〈他者理解欲求〉因子については $t(162)=.87, n.s.$ 〈他者受容度〉因子については $t(162)=1.87, n.s.$ となり2群間に有意差が見られなかった(表7)。

2) 相関分析①

実験群83人を対象とした相関分析では、自己理解の下位因子間すべてに有意な正の相関が見られた。他者理解の下位因子間については、〈現状の他者理解度〉因子と〈他者理解欲求〉因子、および〈他者分析欲求〉因子において相関が見られなかった(表8)。

3) 相関分析②

統制群81人を対象とした相関分析では、自己理解の下位因子間では、〈現状の自己理解度〉因子と〈自己理解欲求〉因子間、および〈自己理解欲求〉因子と〈自己の情緒把握度〉因子間において相関が見られなかった。他者理解の下位因子間では、〈現状の他者理解度〉因子と〈他者理解欲求〉因子間において相関が見られなかった(表9)。

4. 考察

自己理解尺度および他者理解尺度の活用実践の試みを行い、プログラムの実施有無との関連から調べた。尺度全体についての t 検定の結果、実験群と統制群との間には有意差が認められ、プログラムを実施すると自己理解尺度によって測定された自己理解得点と他者理解尺度によって測定された他者理解得点が高まり、プログラムの実施は自己理解および他者理解を促すことが示された。各

下位因子別に t 検定を行ったところ、〈現状の自己理解度〉因子、〈自分らしさへの欲求〉因子、〈自己の情緒把握度〉因子、〈現状の他者理解度〉因子、〈他者分析欲求〉因子において有意差が認められた。つまりプログラムを実施すると、現状の自己理解と現状の他者理解とに変化は起こるが、自己理解欲求および他者理解欲求、他者受容には変化がもたらされないことが示唆された。また自分らしさや自己情緒、他者分析の変化を明確に反映する尺度であると結論づけられた。

実験群の自己理解については、下位因子間すべてに有意な正の相関が見られた。これは t 検定の結果を鑑みると、プログラムの実施により現状の自己理解、自分らしさへの欲求、自己理解欲求、自己情緒の把握が高まった者ほど、自己に目を向ける傾向が強まり、自己理解が促進されと考えられる。統制群と異なる結果としては、自己理解欲求の高い人ほど現状の自己理解と自己情緒の把握ができていたことが挙げられる。他者理解については、実験群・統制群ともに現状の他者理解と他者理解欲求間には相関が見られなかったため、他者を理解したい気持ちの強さと現状の他者をどのように理解しているかは関係性が低いと解釈される。一方、統制群の現状の他者理解と他者分析欲求との有意な正の相関であるが、これはプログラムの実施にかかわらず、他者分析をしたい人は現状の他者理解にも努めるのではないかと考えられる。但し、このことはプログラム以外に結果に影響を及ぼす要因を排除できなかった可能性を示唆しており、今後の研究で実験群・統制群を設定する際には、プログラム実施前にも尺度質問紙を行い両群が同質であることを確認した上で検討をするなど何らかの要因統制をする必要があると考えられる。

IV 総合考察

1. 尺度について

本研究では、他者理解を「他者の内面に目を向け、内的状況や気持ちを捉え、他者を知ること」と定義し他者理解尺度を作成した結果、他者理解の様相を4側面から捉えることが可能となった。

このことは、今まで多くの研究が他者理解に言及する際に、「他者理解に変化がもたらされた」、「他者理解が深まった」などの記載にとどまりがちであったものを本研究により他者理解における個人内変化をより多角的にとらえることができるようにした点で意義があると考えられる。妥当性の検討においては、他者理解得点および4つの下位因子得点と辻(1993)の内的他者意識得点とは有意に高い相関関係が認められ、外的他者意識得点とは低い相関もしくは相関が見られないという結果であった。このことから本研究で他者理解として扱うものは、他者の外面への注意・関心とはあまり関係がないと考えられ、作成した尺度は他者の外的傾向よりは内的傾向を測定するのに適していると解釈された。しかし妥当性の確認は十分とは言い切れなかったため、今後より精度の高い尺度にするため質問項目の検討を行うなど、さらなる研究の積み重ねが望まれる。

2. プログラムについて

学生の自己形成にあたり自己理解を深めていくことは不可欠(たとえば、鶴田、1999; Narloch、1999)であるが、自己を内省するのみならず他者との関わりも自己理解を深めるのに役立つとの考えから、本研究では個人で行う自己内省と2人組での分かち合いを組み合わせたプログラムを実施した。言い換えれば、プログラムシートの質問項目に沿って自らの考えを整理・記述する「書く」作業とそれをもとに他者と「話し合うこと」の2つの作業から成り立っていた。「書く」という作業は、岡本(1985)が「書くことによって、子どもは自己というものが表現できる存在であることを知ってゆくとともに、さらに自己をいっそうよく理解し、自己を築いてゆく。『書く』ことのもつ自己理解の機能は、自己形成の途上にある子どもや青年においては私たちおとなにおける以上に、はるかに重い役割を果たす」と述べ、書く作業が自己表現や自己理解・自己発見を促進することを指摘している。「話し合うこと」に関しては、自己の視点だけにとらわれず他者の視点に気づく体験が、自己理解さらには他者理解に変化をもたらす、

自己形成に影響を与えることが予想される。榎本(1999)は「対話を通して自己のアイデンティティが形成され強化される」と述べ、杉村(2005)はアイデンティティ形成を「自己の視点に気づき他者の視点を内在化しながら、そこで生じた自己と他者の視点の食い違いを相互調整によって解決する作業である」と説明し、他者との関係性が個人の自己形成を促進すると指摘している。本研究ではプログラムシートの質問項目の分析は行わなかったが、同一の実験群の記述内容の分析(青木、2010)からは、2人組での話し合いを通して他者からの新しい視点を取り入れたこと、一人だと陥りやすい思考の堂々巡りから解放されたこと、自分と他者との相互理解を促進したことなどが挙げられており、プログラム実施が他者によって映し出された自分に気づく体験になり得たことが示されている。この記述内容の結果からも他者の存在が自己理解に影響をもたらすことが考えられ、本研究で用いた書くこと(自己内省)と話し合うこと(他者との分かち合い)を含むプログラムの実施は、他者理解と自己理解に一定の変化をもたらしたと言えよう。

V 今後の課題

本研究のプログラムの特徴は、「自分らしさ」をキーワードに構成されていた自己理解を深めるプログラム(青木・クスマノ、2008)に、他者との関係性において自分らしさをどのように捉えているかの視点を加えたことであった。分析の結果、プログラムは自己理解に変化をもたらすことは確認されたが、他者理解に十分な変化をもたらしたとは言えなかった。1回のみプログラムの実施では自己理解と他者理解を十分に促進させるには限界があると考えられるが、他者について知りたいという気持ちや他者を受け入れる態度を引き出すような質問項目の検討やプログラムの流れを再検討することも考えたい。

今回尺度の活用実践として自己理解尺度(青木、2009)と他者理解尺度の各下位因子から均等に4項目ずつ選び出して使用したが、両尺度の有効性を検討する場合は33項目ある他者理解尺度および

36項目ある自己理解尺度の全項目を使用すること、また将来的に他の既存の尺度と合わせて使用する場合は他者理解尺度と自己理解尺度の全尺度を合わせて因子分析して簡易版を改めて作成したものを活用することも一方法と考えられる。

今回は自己理解と他者理解の各々に分けて変化の様子を見たが、プログラムの実施による効果の検討をする場合は自己理解と他者理解の相関関係を検討していくことも新たな知見を見出し、今後の研究の発展に寄与すると考えられる。

本研究では、大学生を対象にプログラムを実施した。今後は発達の側面および臨床的側面への応用も想定される。自己理解や他者理解は幼児期・児童期から発達するもの(清水、2006;遠藤、1998)であり、発達時期に応じて自己理解4側面と他者理解4側面の変化を検討し、発達時期に応じた特徴が見出されるのか否か、また各時期において個人の自己形成に必要な働きかけは何であるかを見出していくことは意義があると考えられる。また臨床場面においては、個人の心理や性格の把握、対人関係、進路選択などにおいて適切な自己理解にもとづいた自己決定をするために、今回作成した尺度やプログラムを有効に活用していくことが発達支援を円滑に進め、一定の臨床効果をもたらすのではないかと考えられる。

表1 他者理解尺度の因子分析結果（プロマックス回転後の因子パターン）

	因子1	因子2	因子3	因子4
16 他者の気持ちがよくわかる	.884	.045	-.167	-.111
11 他者についてよく理解している	.767	-.058	-.293	.049
9 どうしたら他者の気持ちがなごむかわかる	.754	.052	-.108	.119
7 他者に対する気配りが得意である	.684	.037	-.036	.047
5 他者が疲れているかどうかわかる	.657	-.179	.124	.020
1 他者の長所がすぐわかる	.653	-.091	.062	.146
17 自分と同世代の他者の気持ちがよくわかる	.640	.131	-.198	-.200
14 他者が怒っているかどうかわかる	.584	-.026	.096	.045
32 自分より年上の他者の気持ちがよくわかる	.537	-.203	.054	.115
19 他者が悲しんでいる時にその気持ちがよくわかる	.531	.180	.074	-.140
31 他者が喜んでいる時にその気持ちがよくわかる	.457	.221	.242	-.198
25 自分より年下の他者の気持ちがよくわかる	.421	.047	-.193	.023
10 他者が色々な問題についてどんなふう感じているかを知りたい	-.175	.711	-.045	.144
41 他者の対人関係の持ち方に関心がある	-.058	.694	-.156	.133
38 他者のことがもっと知りたい	-.113	.678	.123	-.088
30 他者の内面に関心がある	-.152	.639	.146	.113
23 他者の話を聞くのが好きである	.055	.552	.243	-.204
3 色々な場合に、他者ならどうふるまうか予想してみたい	.099	.530	-.197	.217
15 他者の立場に立って、もし自分だったらどう感じているかを想像してみたい	.160	.528	-.031	.015
36 他者について深く考えることがある	.033	.493	.070	.151
42 他者の内面をそのまま理解したい	.037	.443	.104	.048
33 他者のことが好きである	.193	.398	.220	-.310
29 自分とは考えが違う他者に対しても、素直に耳を傾けることができる	-.211	-.025	.769	-.096
26 自分とは生き方がことなる他者でも受け入れることができる	-.147	-.120	.685	.115
28 他者の性格や特徴をつかんで人付き合いをしたい	-.089	.258	.462	.068
34 話し合いでは他者の気持ちを尊重するように心がけている	.123	.042	.459	-.015
21 他者は変わることができる	-.144	-.018	.446	.121
40 他者が持っている感じや感覚を大切にしたい	.112	.109	.434	.139
22 他者の特徴を言葉で伝えることができる	.304	-.261	.362	.327
20 他者の性格について、どうしてそのような性格になったかを調べてみたい	-.141	.231	-.051	.713
2 「実際に何をしたか」よりも「なぜそうしたか」ということによって他者を判断したい	.050	-.081	.157	.526
37 他者の感情や動機を分析してみたい	-.085	.335	.025	.504
39 他者のどこに価値があるかを説明できる	.168	-.088	.273	.451

表2 他者理解尺度 因子間相関

	因子1	因子2	因子3
因子1			
因子2	.373		
因子3	.558	.499	
因子4	.222	.343	.168

表3 他者理解尺度 信頼性の検討 (クロンバックの α 係数)

	現状の他者理解度	他者理解欲求	他者受容度	他者分析欲求	全体
α 係数	.874	.845	.721	.688	.901
項目数	12	10	7	4	33

表4 他者理解尺度 妥当性の検討 (ピアソンの相関係数)

	他者理解 得点	現状の他者理解度	他者理解 欲求	他者受容 度	他者分析 欲求	内的他者 意識	外的他者 意識	空想的他 者意識
他者理解得点		.775**	.806**	.743**	.631**	.605**	.230**	.440**
現状の他者理解度			.382**	.451**	.278**	.435**	.168*	.178**
他者理解欲求				.500**	.476**	.541**	.329**	.588**
他者受容度					.409**	.395**	-.008	.202**
他者分析欲求						.442**	.081	.321**
内的他者意識							.314**	.596**
外的他者意識								.414**

** $p < .01$ * $p < .05$

※内的他者意識、外的他者意識、空想的他者意識は辻 (1993) の尺度である。

表5 他者理解尺度の項目

他者理解尺度	
<因子1：現状の他者理解度>	
16	他者の気持ちがよくわかる
11	他者についてよく理解している
9	どうしたら他者の気持ちがなごむかわかる
7	他者に対する気配りが得意である
<因子2：他者理解欲求>	
10	他者が色々な問題についてどんな風に感じているかを知りたい
41	他者の対人関係の持ち方に関心がある
38	他者のことがもっと知りたい
30	他者の内面に関心がある
<因子3：他者受容度>	
29	自分とは考えが違う他者に対しても、素直に耳を傾けることができる
26	自分とは生き方がことなる他者でも受け入れることができる
28	他者の性格や特徴をつかんで人付き合いをしたい
34	話し合いでは他者の気持ちを尊重するように心がけている
<因子4：他者分析欲求>	
20	他者の性格について、どうしてそのような性格になったかを調べてみたい
2	「実際に何をしたか」よりも「なぜそうしたか」ということによって他者を判断したい
37	他者の感情や動機を分析してみたい
39	他者のどこに価値があるかを説明でき

表6 自己理解尺度の項目

自己理解尺度	
<因子1：現状の自己理解度>	
15	自分のどこに価値があるのかを人に説明できる
38	自分がやっていることに対して自信がある
49	自分自身に自信をもっている
24	自分の長所をすぐ言える
<因子2：自分らしさへの欲求>	
20	どんなことにも自分らしく取り組んでみたい
19	自分が持っている感じや感覚を大事にしたい
32	自分の人生においていつも自分らしい決定をしたい
21	自分の納得できる生き方をしたい
<因子3：自己理解欲求>	
5	自分自身について深く考えることがある
6	自分の対人関係の持ち方について考えることがある
7	日頃の自分の姿や特徴に関心がある
17	日頃、自分の存在する意味を自問自答することがある
<因子4：自己の情緒把握度>	
44	自分が怒っているかどうかがわかる
29	自分が楽しんでいるかどうかがわかる
31	物事や人物に対して自分の好き嫌いがあることに気がついている
51	自分にかけている部分をきちんと把握している

表7 t 検定（実験群・統制群別、および自己理解・各下位因子・他者理解・各下位因子別の t 検定）

		N	平均値	標準偏差	t 値
自己理解得点	実験群	83	5.22	.714	3.59*
	統制群	81	4.86	.590	
現状の自己理解度	実験群	83	4.15	1.315	3.69*
	統制群	81	3.47	1.050	
自分らしさへの欲求	実験群	83	5.8	.837	1.99*
	統制群	81	5.56	.761	
自己理解欲求	実験群	83	5.07	1.122	1.72
	統制群	81	4.78	1.043	
自己の情緒把握度	実験群	83	5.86	.658	2.40*
	統制群	81	5.62	.646	
他者理解得点	実験群	83	4.95	.613	3.07*
	統制群	81	4.66	.608	
現状の他者理解度	実験群	83	4.49	.832	2.67*
	統制群	81	4.15	.813	
他者理解欲求	実験群	83	5.19	1.042	0.87
	統制群	81	5.06	.939	
他者受容度	実験群	83	5.3	.703	1.87
	統制群	81	5.1	.663	
他者分析欲求	実験群	83	4.82	.954	3.28*
	統制群	81	4.32	.970	

* $p < .05$

表8 実験群における各下位因子間の相関係数（ピアソンの相関係数）

<自己理解>				
	現状の自己理解度	自分らしさへの欲求	自己理解欲求	自己の情緒把握度
現状の自己理解度		.492**	.302**	.538**
自分らしさへの欲求			.231*	.328**
自己理解欲求				.232*
** $p < .01$	* $p < .05$			
<他者理解>				
	現状の他者理解度	他者理解欲求	他者受容度	他者分析欲求
現状の他者理解度		.01	.366**	.147
他者理解欲求			.257*	.613**
他者受容度				.408**
** $p < .01$	* $p < .05$			

表9 統制群における各下位因子間の相関係数（ピアソンの相関係数）

<自己理解>				
	現状の自己理解度	自分らしさへの欲求	自己理解欲求	自己の情緒把握度
現状の自己理解度		.284*	.151	.327**
自分らしさへの欲求			.322**	.382**
自己理解欲求				.198
** $p < .01$	* $p < .05$			
<他者理解>				
	現状の他者理解度	他者理解欲求	他者受容度	他者分析欲求
現状の他者理解度		.210	.397**	.397**
他者理解欲求			.298**	.396**
他者受容度				.407**
** $p < .01$	* $p < .05$			

引用文献

- 青木万里；クスマノ・ジェリー 2008 学生の自己理解を深める試み—プログラム作成を通して—。上智大学心理学年報, 32, 19-35.
- 青木万里 2009 自己理解尺度の作成とその有効性の検討。学生相談研究, 30 (1), 35-46
- 青木万里 2010 自己理解研究—自己—他者理解プログラムの分析を通して—。國學院大學紀要, 48, 1-15.
- 遠藤利彦 1998 幼児児童の私的日常生活世界に見る「自己と他者の理解」および「心の理論」の発達。科学研究費補助金採択課題・成果概要データベース (<http://kaken.nii.ac.jp/ja/p/09710101>, アクセス日時2010.09.01 17:00)
- 榎本博明 1999 「私」の心理学的探求：物語としての自己の視点から。有斐閣選書, 175-189.
- 平山栄治 1993 エンカウンター・グループにおける参加者の個人過程測定尺度の作成とその検討。心理学研究, 63 (6), 419-424.
- 岩田美保；岩立志津夫 2006 他者の認知的状態と未来の行動の予測に関する実験的検討。千葉大学教育学部研究紀要, 54, 41-47.
- 牧野貴樹；合原一幸 2008 自己観測原理 他者認知の数理的枠組み。第22回人工知能学会全国大会発表論文集, 1-4.
- 松浦光和 2000 ロジャーズ (1970) の考え方に基づい

たエンカウンター・グループ効果測定尺度の構成。人間性心理学研究, 18 (2), 139-151.

- Narloch, R.H. 1999 Development of self-understanding during the college years. Dissertation-Abstracts-International-Section-B-The-Sciences-and-Engineering, 59 (8-B), 4511.
- 岡本夏木 1985 ことばと発達。岩波新書289, 119-135.
- 大東祥孝 2006 他者理解の神経心理学。神経心理学, 22 (1), 2-10.
- 清水由紀 2006 幼児期から成人期までの他者理解の発達過程。科学研究費補助金採択課題・成果概要データベース (<http://kaken.nii.ac.jp/ja/p/17730379>, アクセス日時2010.09.01 17:00)
- 杉村和美 2005 女子青年のアイデンティティ探究—関係性の観点から見た2年間の縦断研究。風間書房, 10-15.
- 辻平治郎 1993 自己意識と他者意識。北大路書房, 149-164.
- 鶴田和美 1999 学生相談の立場から大学教育を考える。学生相談研究, 20 (2), 199-203.
- 山本勝則 2006 看護における「他者理解」。熊本大学社会文化研究, 4, 419-433.

要旨

本研究では自己理解研究に役立つ知見を得るために、(1) 他者理解尺度の作成と (2) 活用実践を行った。

その結果、(1) 33項目からなる他者理解尺度が作成された。因子分析の結果、「現状の他者理解度」「他者理解欲求」「他者受容度」「他者分析欲求」の4因子が抽出され、信頼性と妥当性がおおむね確認された。(2) 自己理解尺度(青木、2009)と他者理解尺度の活用実践を行った。自己-他者理解プログラムを用いて、実験群と統制群について t 検定を行った結果、両群間に有意差が見られ、尺度はともに自己理解と他者理解を測定するものであることが示された。

今後は、これらの尺度を用いて自己理解および他者理解を多角的に把握し、学生の発達支援に有効に活用することが望まれる。

(2010年9月29日受稿)