

## 成人前期の女子大学卒業生における自尊感情の規定要因

西村 純一

(平成 24 年 12 月 20 日査読受理日)

### Determinants of self-esteem among graduates of women's universities in the early stage of adulthood

NISHIMURA, Junichi

(Accepted for publication 20 December 2012)

キーワード：自尊感情，成人前期，女子大学卒業生，規定要因，重回帰分析，キャリア支援

Key words: self-esteem, early stage of adulthood, graduates of women's universities, determinants, multiple regression analysis, career support

#### 問題

セルフ・エスティーム (self-esteem) の定義は、必ずしも統一されているわけではない。ここでは、Guindon (2002) による「セルフ・エスティームとは、自己の態度的、評価的構成要素である。すなわち、外界から能力を認められたりフィードバックをもらったりした結果、培われ、維持されてきたもので、価値があり、受け入れられているという感情から構成されている自己概念に対して下される情動的判断である」を採用する。また、セルフ・エスティームの訳語も必ずしも統一されておらず、「自尊心」「自尊感情」「自己評価」などの用語が使われているが、ここでは自尊感情と訳すこととする。これまでに、自尊感情に関する多くの研究が、自尊感情はやる気に関係し、人生の満足度に影響し、生涯を通じての幸福に大きく関係していることを示している。そうした意味で、本研究では、生涯にわたる女子大学卒業生のキャリア支援を考える上で、自尊感情の変化やその規定要因についての研究が必要になると考えている。とくに、女性のキャリア形成上、不安定な 20 代から 30 代へかけての移行期の自尊感情の変化、そしてその変化に対してどのような要因が影響を及ぼしているか探ることはきわめて重要である。

若い女性は、この時期、人生の役割やライフイベントにおいても大きな変化を経験する。よく七五三現象といわれるが、東京家政大学自己分析研究会 (2012) の調査結果によると、初職継続率は 22-25 歳では 78.4% であるが、20 代後半では 44.2%、30 代前半では 26.3%、30 代後半では 20.4% と低下した。それと対照的に転職率は 22-25 歳では 17.0% であるが、20 代後半では 41.3%、30 代前半では 45.6%、30 代後半では 45.5% と増加した。また、離職率も 22-25 歳では 4.6% であるが、20 代後半では 14.5%、30 代

前半では 28.1%、30 代後半では 34.1% と増加した。この背景には、若い女性の結婚、出産、子育てなどのライフイベントがあると考えられる。本研究では、これらを含めて若い女性をめぐる様々なライフイベントもしくはストレスが女性の自尊感情にどのような影響を及ぼしているか検討する。

若い男性は自立して自主的に行動したいという欲求が原動力になる傾向があるのに対して、若い女性は、他者とのつながりを求める欲求が原動力になる傾向があり、そこに若い女性の大きな特徴の一つがあると考えられる (Gorbett & Kruczek, 2008; Josephs, Murkus, & Tfarodi, 1992)。Josephs, Murkus, & Tfarodi (1992) によると、自尊感情の高い女性は、自尊感情の低い女性よりも他者との連帯感や相互依存関係が強い。若い女性の場合には、自尊感情は「仕事をうまくこなす」ことや「価値ある人間になる」ことだけではなく、「人間関係を育み、維持する」ことに影響を受ける可能性があると考えられる。若い女性の場合には、他者から承認されなかったり、ネガティブなフィードバックを受け取ると、自尊感情が低くなり、既存のネガティブな自尊感情が強化される可能性があるとみられる。本研究では、このような観点から、若い女性をサポートしているとみられる様々な人間関係がその自尊感情とどのように関係しているか検討する。

このほか、自分の生きがいとなっている活動、自分の性格特性をどのようにみているか、人生の決定因についての考え方、人生を生き抜く上で大切な人間力をどうみているか、なども併せて、様々な角度から若い女性の自尊感情の規定要因を検討する。また、人は 30 歳前後、そして 40 ~ 45 歳前後の転換期に再度人生を見直し、自分に適合しなかった、もしくは適合しなくなった構造の改変に取り組むようになるといわれる (Levinson, 1978)。そこで、30 歳前とそれ以降の年代に分けて、自尊感情の規定要因がどの

ように変わってくる可能性があるかについて検討する。

なお、本研究では、自尊感情の測定に当たっては、ローゼンバーグの自尊感情尺度 (Rosenbaerg, 1965) の日本版 (山本・松井・山成, 1982) を使用する。この尺度については、社会的望ましさの影響を受けやすい、大学生の年齢ではネガティブに偏る傾向があるなどの指摘もあるが、もっとも広く使用されている尺度であることは間違いない (Guindon, 2010)。

## 方法

**調査対象者** 本研究は、東京家政大学自己分析研究会が緑窓会 (東京家政大学の同窓会) の協力を得て、2011年3月実施した「女子大卒業者のライフキャリアに関する意識調査」の一環として行われた。本調査の報告は、「家政大卒業生はいまー女子大卒業者のライフキャリアに関する意識調査」(東京家政大学自己分析研究会, 2012) としてまとめられている。この調査では、年代の若いほど回収率が低いと予想されることから、若い年齢層ほど分厚くサンプリングを行うこととした。また、東京家政大学の卒業生全体を反映するようなサンプリングは難しいが、家政学部からは児童学科と栄養学科、文学部からは英語英文学科と心理教育学科、それぞれの学部を特徴づける学科を複数選定した。そして、各年代層から各学科の卒業生をバランスよく抽出することによって、東京家政大学卒業生の全体像に近づけるように配慮した。その結果、卒業年次別・年齢層別サンプリングは、次のように行われた (表1)。

表1 卒業年次別・各年代層サンプリング

平成 6～7 年卒 (卒業後 16～17年、概ね38～39歳)	500名
平成 8～9 年卒 (卒業後 14～15年、概ね36～37歳)	500名
平成 10～11 年卒 (卒業後 12～13年、概ね34～35歳)	500名
平成 12～13 年卒 (卒業後 10～11年、概ね32～33歳)	500名
平成 14～15 年卒 (卒業後 8～9年、概ね30～31歳)	500名
平成 16～17 年卒 (卒業後 6～7年、概ね28～29歳)	500名
平成 18～19 年卒 (卒業後 4～5年、概ね26～27歳)	500名
平成 20 年卒 (卒業後 3年、概ね25歳)	500名
平成 21 年卒 (卒業後 2年、概ね24歳)	500名
平成 22 年卒 (卒業後 1年、概ね23歳)	500名
合計 5,000名	

**調査内容** 「女子大卒業者のライフキャリアに関する意識調査」の調査票のなかから本研究に係る調査項目を、調査票の流れに沿って示す。質問の詳細や調査票の全体については、東京家政大学自己分析研究会 (2012) を参照されたい。

- ・年齢 (歳)
- ・現在の結婚状況 (未婚・既婚)
- ・子どもの有無
- ・親との同・別居状況
- ・初職の正規雇用・非正規雇用の別
- ・現在の仕事の有無
- ・離転職の経験 (初職継続・初職非継続)

- ・これまでの強いストレス体験 (職業上の問題、職場の人間関係の問題、職場の性差別や年齢差別、職場のいじめ・ハラスメント、自分の健康問題、家族の健康問題、経済問題、住居などの生活環境の問題、訴訟などの法律問題、親子関係、友人関係、恋愛関係、結婚問題、夫婦関係、育児問題、育児と仕事の両立問題、離婚問題、その他を含め18項目、多重回答でいくつでも選択可)
- ・精神的につらいときさえになった人 (父親、母親、配偶者、きょうだい、友人女性、友人男性、女性上司、男性上司、同僚女性、同僚男性、先輩女性、先輩男性、先生、専門家 (弁護士・医師など)、恋人、その他、だれもいないを含め17項目、制限回答で3つまで選択可)
- ・生きがいを与えてくれた活動 (仕事、趣味、スポーツ、学習活動、社会活動、自然とのふれあい、配偶者・結婚生活、子ども・親など家族生活、友人など家族以外の人との交流、自分自身の健康づくり、ひとりで気ままに過ごすこと、自分自身の内面の充実、その他、とくにないを含め14項目、制限回答で3つまで選択可)
- ・ローゼンバーグの自尊感情の心理尺度 (少なくとも人並みに価値のある人間である、いろいろと良い素質を持っている、敗北者だと思ふことがある、物事を人並みにはうまくやれる、自分には自慢できるところはあまりない、自分に対して肯定的である、だいたいにおいて自分に満足している、もっと自分自身を尊敬できるようになりたい、自分は全くだめな人間だと思ふことがある、何かにつけて自分は役に立たない人間だと思ふ、以上10項目で、「当てはまる」「やや当てはまる」「どちらとも言えない」「あまり当てはまらない」「当てはまらない」の5段階評定) (堀・山本, 2001)
- ・自分の性格特性 (情緒的に安定、情緒的に不安定、内向的、外向的、新しいものが好き、伝統的なものが好き、仲間でのやるのが好き、ひとりでやるのが好き、計画的に努力する、のんきである、理想を追求する、世話好きである、現実的に判断する、自分の感情を素直に表現する、周囲に合わせようとする、その他を含め16項目、多重回答でいくつでも選択可)
- ・人生の決定要因の評定 (本人の能力によって決まる、本人の努力によって決まる、周囲の環境によって決まる、運によって決まる、の4項目、「当てはまる」「やや当てはまる」「どちらとも言えない」「あまり当てはまらない」「当てはまらない」の5段階評定)
- ・人生を生き抜く上で大切な人間力 (親切、自主・自律、ユーモア、勤勉、誠実、愛する力・愛される力、聡明、チームワーク、希望・楽観、熱意、向学心、平等・公平、勇気、寛大、好奇心・興味、独創性、謙虚、審美心、行動力、思慮深さ・慎重、感謝、礼義、リーダーシップ、その他を含め24項目、制限回答で3つまで選択可)

**調査手続** 前述の調査対象者の選定条件にもとづいて無作為に抽出し、郵送調査を実施した。2011年3月10日に調査票を発送した。調査の締切りは1ヶ月後の4月10日に設定してあったが、3月11日に東日本大震災があり、締切りを5月末まで延期した。有効回答数は1,255であった。無効回答や調査に対する苦情はなかった。調査開始1週間以内に移転先不明や東日本大震災の影響などにより宛先不明として74通が戻ってきた。そのため、これらを差し引くと有効回収率は25.4% (1255/4926) であった。なお、有効回答数の年代別内訳は、22～25歳は285 (22.7%)、26～29歳は245 (19.5%)、30～34歳は332 (26.5%)、30代後半は393 (31.3%) であった。

**データの分析手順** 自尊感情尺度10項目について主因子法により2因子抽出し、バリマックス回転を行った。また、30歳未満と30歳以上に分けて、第1因子と第2因子の因子得点をそれぞれ従属変数とし、年齢、現在の結婚状況(未婚・既婚)、子どもの有無、親との同・別居状況、初職の正規雇用・非正規雇用の別、現在の仕事の有無、離転職の経験(初職継続・初職非継続)、これまでの強いストレス体験(その他除く17項目)、精神的につらいときささえになった人(その他除く16項目)、生きがいを与えてくれた活動(その他を除く12項目)、自分の性格特性(その他を除く15項目)、人生の決定要因(4項目)、人生を生き抜く上で大切な人間力(その他を除く23項目)を独立変数として、ステップワイズ法による重回帰分析を行った。以上の分析には、PASW Statistics ver. 17.0を使用した。

## 結果と考察

**自尊感情尺度の因子構造** これまで行われたローゼンバーグの尺度に関する因子分析の結果によると、概ね2因子抽出されてきた。Kaplan & Pokorny (1969) では、第I因子は自己価値の習慣的防衛の因子、第II因子は一般的な自己概念に対する強い肯定的な感情の因子と名付けられた。Carmines & Ziller (1979) では、第I因子を構成する項目は肯定的な方向で述べられているため積極的自尊感情の因子、第II因子は否定的な方向で述べられているため消極的自尊感情の因子と命名している。

今回の分析に当たっては、得点の高いほど肯定的な意味になるように値の再割り当てを行った。結果(表2)をみると、第I因子は「良い素質をもっている」「人並みに価値ある人間である」「自分に満足している」など肯定的な方向で述べられている項目に負荷が高く、第II因子は、「全くだめな人間だと思ふことがある」「役に立たない人間だと思ふ」「敗北者だと思ふ」などの否定的項目に負荷が高い。この結果はCarmines & Ziller (1979) の結果に類似していると考えられるため、第I因子を自己に対する肯

表2 バリマックス回転後の因子負荷量

項目(* 逆転項目)	因子	
	I	II
いろいろな良い素質を持っている	.819	.086
人並みに価値ある人間である	.761	.149
だいたいにおいて自分に満足している	.586	.492
物事を人並みにはうまくやれる	.578	.260
*自慢できるところがあまりない	.529	.359
自分に対して肯定的である	.510	.466
*自分は全くだめな人間だと思ふことがある	.304	.776
*自分は役に立たない人間だと思ふ	.478	.645
*敗北者だと思ふことがよくある	.317	.506
*もっと自分自身を尊敬できるようになりたい	-.003	.335
寄与率(%)	28.9	20.7
累積寄与率(%)	28.9	49.6

定的自尊感情をもつという意味で積極的自尊感情の因子、第II因子を消極的自尊感情の因子と名付けることにした。なお、消極的自尊感情はややわかりにくいだが、自己に対してそのような否定的評価はしていないという意味であり、その意味ではKaplan & Pokorny (1969) の自己価値の習慣的防衛の因子に近いかもしれない。

なお「自分には自慢できるところはあまりない」は逆転項目で否定的な方向で述べられているにもかかわらず、今回の分析結果では、積極的自尊感情に分類された。これは、日本人の謙譲の美德の価値観からみると「自分には自慢できるところはあまりない」という表現はむしろ好ましい価値ある態度であると受け止められていることを示していると考えられる。自尊感情には、こうした文化的価値観も反映されているとみられる。遠藤・井上・蘭(1992)によれば、「自尊感情は、自分をこれでよいと感じることを意味する。必ずしも自分を他の人々よりよりよいと考えているわけでもなく、また、悪いと感じているわけでもない。自分が究極的に完全であると感じているのではなく、むしろ成長や改善の期待と限界を知っていることを意味している。それに対して、自尊感情が低いということは自己拒否、自己不満足、自己軽蔑を示しており、自分が観察している自己に対して尊敬を欠いていることを意味している」という。

**積極的自尊感情に影響を及ぼす要因** 30歳未満と30歳以上の層に分けて、積極的自尊感情を従属変数、年齢、現在の結婚状況(未婚・既婚)、子どもの有無、親との同・別居状況、初職の正規雇用・非正規雇用の別、現在の仕事の有無、離転職の経験(初職継続・初職非継続)、これまでの強いストレス体験(その他除く17項目)、精神的につらいときささえになった人(その他除く16項目)、生きがいを与えてくれた活動(その他を除く12項目)、自分の性格特性(その他を除く15項目)、人生の決定要因(4項目)、

人生を生き抜く上で大切な人間力(その他を除く23項目)を独立変数として、ステップワイズ法による重回帰分析を行った(表3)。

20代(厳密には22-29歳であるが、以下、簡単に20代と呼ぶ)についてみると、積極的自尊感情を高める方向で影響の大きい順にあげると、「外向的性格」、「情緒的に安定した性格」と「理想を追求する性格」が同順位、「母の支え」「きょうだいの支え」となった。こうしてみると、20代の積極的自尊感情を高める要因としては、性格要因が大きく、次いで人間関係的要因が続いているとみられる。性格的要因のなかでもっとも影響の大きな「外向的な性格」は、自己の能力を積極的にアピールしたり、肯定的なフィードバックを得ていく上で有利であると考えられる。また、「情緒的に安定した性格」は、外向的で活動的であることはそれなりにストレスも多いと予想されるが、情緒的に安定した性格がストレスにうまく対処し、自己肯定感を維持する上で有効に作用していると考えられる。また、「理想を追求する性格」は、自己の成長を促す方向で作用すると考えられる。人間関係的要因のなかでは、20代の女性にとってはやはり「母親の存在」が大きいと考えられる。それに次いでいるのが「きょうだい」である。ただし、

表3 年齢区分別にみた積極的自尊感情の規定要因

予測変数	標準化係数( $\beta$ )と有意確率	
	22-29歳	30-39歳
経済問題がストレス	-.128***	-.107**
結婚問題がストレス		.113**
母親の支え	.113*	
きょうだいの支え	.095*	
子ども・親などの家族生活		.083*
スポーツ		.079*
自分自身の健康づくり		.081*
情緒的に安定した性格	.119**	.154***
情緒的に不安定な性格		-.169***
外向的性格	.266***	
内向的性格		-.136***
理想を追求する	.119**	.168***
世話好きである		.137***
現実的に判断する		.113**
周囲に合わせようとする	-.109*	-.102**
本人の努力で決まる	-.254***	-.147***
運によって決まる		-.068
希望・楽観		.091*
R	.475	.524
R <sup>2</sup>	.226	.274

\*\*\* p<.001 \*\* p<.01 \* p<.05

きょうだい積極的自尊感情を高めるためには、きょうだいの仲がよく、肯定的なフィードバックが得られる状況が前提になってくるであろう。本研究からは、きょうだいの性別の影響はわからない。

他方、20代の積極的自尊感情を低める方向で影響があるとみられるのは、大きな順に「人生は本人の努力で決まる」「経済問題がストレス」「周囲に合わせようとする性格」である。「人生は本人の努力次第である」という考えが積極的自尊感情を低下させてしまうメカニズムについては必ずしも努力の重要性を否定しているわけではないが、ただやみくもに努力しても報われないケースが多いことを実感しているため、「人生は本人の努力次第」という考え方の強い人ほど自尊感情が低下している結果になったのではなからうか。「経済的問題がストレスである」というのは、その背景に、いまの若い人の多くが正規雇用されておらず、経済的自立が困難な状況に置かれているという社会状況の影響があると推測される。「周囲に合わせようとする性格」が積極的自尊感情の低下につながってしまうのは、周囲にあわせようとするあまり、自律性や主体性が失われ、その人らしさも表現されないため、まわりからの評価も得られにくく、自尊感情が低くなることを示唆しているように思われる。

30代についてみると、積極的自尊感情を高める要因は、大きい順に「理想を追求する性格」「情緒的に安定した性格」「世話好きな性格」、「現実的に判断する性格」と「結婚問題がストレス」が同順位、「人生を生き抜く上で希望・楽観が大切」「子ども・親との家族生活が生きがい」「自分自身の健康づくりが生きがい」「スポーツが生きがい」であった。20代でトップであった「外向的性格」が消えている。これは、20代では外向的で活発であることが評価されやすいが、30代では、外面的な行動だけでなく、内面的な成熟が求められることを示しているのかもしれない。ただし、「理想を追求する性格」と「情緒的に安定した性格」は30代も同様であり、成人前期の積極的自尊感情を高め維持する上で、この二つの性格が重要であることを示していると考えられる。20代になかった性格的要因としては、「世話好きな性格」と「現実的に判断する性格」が浮かび上がってきている。「世話好きな性格」は、女性の場合は人間関係を育み、維持するなかで評価されてくる側面が大きい、「世話好きな性格」は人間関係を育くむ上で有利に作用すると考えられる。また、そうした子育てや家族の世話など世話好きな側面が発揮される場面が、20代よりも30代になって増してくることが、背景にあると考えられる。また、「現実的な判断をする性格」が求められる背景としては、30代になると20代以上に問題が複雑化し、理想ばかり追求していることが難しい状況が増えてくると予想される。そうした状況では、現実的な見

極めが重要となり、積極的自尊感情を高める上で、現実的な判断が求められるということであろう。

これらの性格要因に比べると影響は小さいが、「結婚問題がストレス」「人生を生き抜く上で希望・楽観が大切」「子ども・親との家族生活が生きがい」「スポーツが生きがい」「自分自身の健康づくりが生きがい」などの影響が窺われた。「結婚問題のストレス」は常識的には積極的自尊感情を低下させるのではないかと予想されたが、結果は逆であった。なぜ、30代では、結婚問題のストレスが積極的自尊感情を高めることにつながるのか、そのメカニズムはよくはわからないが、20代の結婚問題のストレスとは質的に違ってくるためと推測される。20代の結婚ストレスはいわゆる結婚適齢期よりも遅れることへの不安が大きく、それが自尊感情の低下にもつながる可能性が考えられる。それに対して、30代の場合には、キャリアウーマンで一定の社会的地位も獲得し、積極的自尊感情の高い人の中に独身者が少なからずおり、その女性たちが結婚問題のストレスをかかえているがために、このような相関のかたちで表れてくるのではなかろうか。「人生を生き抜く上で希望・楽観が大切である」とはいうまでもないことであり、そうした人間力が積極的自尊感情を維持する上で有効であることは想像に難くない。「子ども・親などの家族生活」「スポーツ」「自分自身の健康づくり」はいずれも生きがい要因であり、こうした生きがいをもつことは明日に向かって生きる力を高め、積極的自尊感情を高める上で効果があると考えられる。

30代の積極的自尊感情を低める要因としては、大きい順に、「情緒的に不安定な性格」「人生は本人の努力で決まるという考え方」「内向的性格」「経済問題がストレス」「周囲に合わせようとする性格」であった。「情緒的に不安定な性格」はストレスに余裕をもって対処することができず、ストレスの影響を受けやすい。そうした意味で、積極的自尊感情の低下を招きやすい側面があると言える。「内向的な性格」も「外向的な性格」のように社会的で活動的ではないため、他者からの肯定的評価を得ることが少なく、積極的自尊感情は低下しやすい。「人生は本人の努力次第」「経済問題がストレス」「周囲に合わせようとする性格」などは20代と同様の傾向であり、成人前期の積極的自尊感情を低める共通の要因と考えることができよう。

**消極的自尊感情に影響を及ぼす要因** 同様にして、30歳未満と30歳以上の層に分けて、消極的自尊感情の規定要因について分析した(表4)。20代についてみると、消極的自尊感情を高める方向で影響の大きい順にあげると、「情緒的に安定した性格」と「子どもの有無」の二つであった。「情緒的に安定した性格」は成人前期を通じて積極的自尊感情を高める上で重要な役割を果たしていたが、消極的自尊感情を高める上でも重要であることが示された。消

表4 年齢区別にみた消極的自尊感情の規定要因

予測変数	標準化係数( $\beta$ )と有意確率	
	22-29歳	30-39歳
子どもの有無	.160***	.137***
職場のいじめ・ハラスメント		-.128***
夫婦関係がストレス		-.133**
住居など生活環境のストレス	-.127**	
先輩男性の支え	-.110*	
学習活動		-.072*
自然とのふれあい		.082*
友人・家族以外の人との交流	-.121**	
情緒的に安定した性格	.289***	.142***
情緒的に不安定な性格	-.127**	-.187***
内向的性格	-.106*	-.173***
ひとりでやるのが好き	-.126**	
計画的に努力する		.087*
自分の感情を素直に表現できる		.109**
周囲に合わせようとする	-.102*	-.102**
周囲の環境で決まる		.149***
勤勉		-.122**
誠実		.087*
ユーモア	-.133**	
感謝		-.089*
R	.530	.542
R <sup>2</sup>	.281	.294

\*\*\* p<.001 \*\* p<.01 \* p<.05

極的自尊感情を高く維持し、落ち込んだり、うつになったりすることを防止する上で重要と考えられる。「子どもの有無」は、子どもがいる方が消極的自尊感情を高める上で影響が大きいことを意味している。よく母は強しというが、子どもの存在が大きな支えになることを示していると考えられる。

他方、20代の消極的自尊感情を低める方向で影響があるとみられるのは、大きな順に「人生を生き抜く上でユーモアが大切」「情緒的に不安定な性格」「住居などの生活環境のストレス」「ひとりでやるのが好きな性格」「友人・家族以外の人との交流」「先輩男性の支え」「内向的な性格」「周囲に合わせようとする性格」であった。「人生を生き抜く上でユーモアが大切」は消極的自尊感情を低める効果を示しており、ユーモアを求めている若い女性ほど消極的自尊感情が低下しているということを示唆しているかもしれない。「情緒的に不安定な性格」「内向的性格」などはストレスの影響を受けやすく、消極的自尊感情を維持することが困難になりやすいと考えられる。「ひとりでやるのが好きな性格」や「周囲に合わせようとする性格」も他者からの承認や肯定的なフィードバックが得られにくいいため、消

極的自尊感情の維持が困難になるとみられる。「住居などの生活環境のストレス」は日々のストレスがボディブローのように効いてくる可能性があり、消極的自尊感情の低下につながったものと推測される。「友人・家族以外の人との交流が生きがい」は意外な結果であった。若い女性は人間関係を通じてアイデンティティや自尊感情を形成しているとみられ、友人や家族以外の人とのつながりが重要な役割を果たしていると考えられている。しかし、この結果は、消極的自尊感情の低い人ほど、友人や家族以外の人とのつながりを求める傾向があるのかもしれない。また、「先輩男性の支え」の結果も同様に考えられなくもない。

他方、30代についてみると、消極的自尊感情を高める要因は、大きい順に「人生は周囲の環境で決まる」「情緒的に安定した性格」「子どもの有無」「自分の感情を素直に表現できる性格」「計画的に努力する性格」「誠実な性格」「自然とのふれあいが生きがい」であった。「人生は周囲の環境で決まる」という考え方が30代のトップにきたのはなぜなのかよくはわからない。ただ、30代ともなると人生には自分の一存では決められないことが多々あることを認識するようになる結果、このような人生観をもつことによって、日々の生活の問題との折り合いをつけていくということが考えられなくはない。「子どもの有無」は20代の場合と併せて考えると、成人前期の女性の消極的自尊感情を高く維持する上で大きな影響があると考えられる。性格要因についてみると、「情緒的に安定した性格」は20代の結果と合わせ、成人前期の女性の消極的自尊感情を高く維持する上で重要な要因と考えられる。また、「自分の感情を素直に表現できる性格」「計画的に努力する性格」「誠実な性格」は比較的影響は小さいが、30代の女性の消極的自尊感情の維持にとっていずれも重要になると考えられる。とくに「自分の感情を素直に表現できる性格」は精神的健康を維持していく上で大きいと思われる。ほかに「自然とのふれあいが生きがい」があがっているが、30代の女性のストレス解消法として有効であると考えられる。

30代の消極的自尊感情を低める要因としては、大きい順に、「情緒的に不安定な性格」「内向的性格」「夫婦関係がストレス」「職場のいじめ・ハラスメント」「人生を生き抜く上で勤勉が大切」「周囲に合わせようとする性格」「人生を生き抜く上で感謝が大切」「学習活動が生きがい」であった。「情緒的に不安定な性格」「内向的性格」「周囲に合わせようとする性格」は20代と同様の結果であり、成人前期の消極的自尊感情を維持する上で影響が大きいと考えられる。「夫婦関係がストレス」「職場のいじめ・ハラスメント」「人生を生き抜く上で勤勉が大切」「人生を生き抜く上で感謝が大切」「学習活動が生きがい」などの影響は比較的小さいが、30代の女性の消極的自尊感情の維持には重要であると考えられる。とくに「夫婦関係がストレス」

や「職場のいじめ・ハラスメント」は消極的自尊感情の低下にとどまらず、暴力行為につながる恐れもあり、介入が必要となる場合もある。「人生を生き抜く上で勤勉が大切」「人生を生き抜く上で感謝が大切」「学習活動が生きがい」などは、女性の模範ともいえるべき傾向であるが、そうした模範的な傾向の女性に自尊感情の低下がみられるという結果はやや意外性をもって受け止められた。こうした模範的な行動傾向の裏側には、そうしたことへの反動や屈折した感情があるのかもしれない。

### 総合的考察

ローゼンバーグの自尊感情尺度について 東京家政大学自己分析研究会(2012)の調査報告では、ローゼンバーグの自尊感情尺度の本来の得点法で分析を行った。しかし、ローゼンバーグの自尊感情尺度に関しては2因子で構成されているとの研究があり(Carminesら, 1979; Kaplanら, 1969), 本研究でも因子分析を行ってみた。はたして2因子が抽出され、肯定的項目から構成されている因子を積極的自尊感情因子、否定的項目から構成されている因子を消極的自尊感情因子と名付けた。分析結果を総合的にみると、積極的自尊感情尺度は自己の肯定的評価を積極的に行う動機づけに関係していると考えられる。また、消極的自尊感情尺度の方は自己の否定的評価を行うのを回避する自我防衛に関係していると考えられる。ただし、この2因子に関する考察については、個別の面接調査によってさらに明らかにしていく必要がある。

重回帰分析の結果は多くのことを示しているが、以下、いくつかの問題に整理して再検討しておこう。一つは、この分析では、年齢をはじめ、現在の結婚状況、子どもの有無、親との同・別居状況、初職の正規雇用・非正規雇用の別、現在の仕事の有無、離転職の経験などを投入したが、本研究で影響が認められたのは唯一、子どもの有無であった。また、子どもの有無は積極的自尊感情には関係せず、成人前期の女性の消極的自尊感情を高めることに関係していることが明らかになった。子どもをもったことによって自己の肯定的評価が高まるわけではないが、否定的評価を回避する上では有効であることが示された。年齢の影響は、本研究の範囲では認められなかった。これは、20代と30代に分けて分析したため、年齢の影響が小さくなったことが考えられる。22-24歳、26-29歳、30-34歳、35-39歳に分けて、年齢要因の影響を分散分析で検討した結果によると、積極的自尊感情も消極的自尊感情も年齢が高いほど増加する傾向が認められた(西村ら, 2012)。Guindon(2010)によれば、自尊感情は青年期から成人中期にかけて徐々に高まり、安定性を示すようになる。なお、未婚・既婚、親との同居・別居などの影響も認められなかった。また、キャリア関連の初職の正規・非正規、現在の仕事の

有無、離転職の状況などの影響も認められなかった。しかし、この結果をもってこれらの変数が自尊感情と無関係であると結論づけるのは早計であり、サンプルの条件を変えてさらに検討してみる必要がある。

若い女性は、この時期、人生の役割やライフイベントにおいても大きな変化を経験する。本研究では、こうしたライフイベントの影響に関してはストレスの側面から質問しているが、今回その影響が認められたのは、「職場のいじめ・ハラスメント」「経済問題のストレス」「住居などの生活環境の問題のストレス」「結婚問題のストレス」「夫婦問題のストレス」であった。このうち「経済問題のストレス」は成人前期の女性を通じての問題であり、積極的自尊感情の低下につながってくる。また、「結婚問題のストレス」は30代の積極的自尊感情と正の関係があり、やや特異的な現象と推測された。他方、「職場のいじめ・ハラスメント」「夫婦問題のストレス」「住居などの生活環境の問題のストレス」は30代にみられ、とくに「職場のいじめ・ハラスメント」「夫婦問題のストレス」は暴力問題に発展する虞もあり、場合によっては介入の必要性も考えられる。

Guindon (2010) によれば、女性は他者とのポジティブなかたちで結びつくことによって自尊感情が高まる傾向がある。そのような観点から、本研究における人間関係の影響についてみると、積極的自尊感情に影響があったのは「母親」「きょうだい」「先輩男性」のみであった。「母親」と「きょうだい」は積極的自尊感情の高まりにつながっていたが、「先輩男性」はむしろ積極的自尊感情を低下させるものであった。そして、これらの影響は20代に限られ、30代では認められなかった。また、消極的自尊感情においては成人前期を通じてだれの影響も認められなかった。

Guindon (2010) によれば、若い女性の場合には、恋人や配偶者など様々な人間関係の影響が予想されたが、本研究では、意外と少なかった。もとより、本研究の結果をもって一般化することはできず、さらなる検討が必要である。

また、本研究では、若い女性を支える人間関係だけでなく、若い女性に生きがいを与えている活動の面からも自尊感情への影響について検討した。積極的自尊感情の面では、「子ども・親などの家族生活」「スポーツ」「自分自身の健康づくり」などが30代において積極的自尊感情を高める効果があることが示された。また、消極的自尊感情の面では、30代において「自然とのふれあい」の有効性が認められたが、20代において「友人・家族以外の人との交流」、30代において「学習活動」それぞれ逆効果が認められた。一見安らぎや生きがいを与えてくれるような活動でも、義務的なものとなったり、負担となったり、心から楽しめないものになってしまう可能性もあると考えられる。

本研究では、多くの性格要因の影響が認められたが、ここでもう一度整理しておきたい。「情緒的に安定した性格」

は、成人前期を通じて、積極的自尊感情と消極的自尊感情を共に引き上げる効果が認められた。また、「理想を追求する性格」は、成人前期を通じて、積極的自尊感情を高める効果が示された。対照的に、「周囲に合わせようとする性格」は、成人前期を通じて、積極的自尊感情と消極的自尊感情を共に低下させる影響が認められた。また、「内向的性格」は、成人前期を通じて消極的自尊感情を低下させる影響が示された。これらの結果は、「情緒的に安定した性格」「理想を追求する性格」「周囲に合わせようとする性格」「内向的性格」などは成人前期を通じて自尊感情に影響を及ぼすと考えられる。

20代において影響が認められたのは、「外向的性格」の積極的自尊感情を高める効果、「ひとりでのやるのが好き」の消極的自尊感情を低める効果がそれぞれ示された。30代において影響が認められたのは、「情緒的に不安定な性格」と「内向的性格」の積極的自尊感情を低下させる効果、「世話好きな性格」と「現実的判断をする性格」の積極的自尊感情を高める効果、「計画的に努力する性格」と「自分の感情を素直に表現できる性格」の消極的自尊感情を低める効果がそれぞれ示された。これらの結果は、自尊感情に影響する性格要因が発達段階によって適応的に変化することを示唆しているように思われる。

人生の決定因についての考え方や人生を生き抜く上で大切な人間力もそれなりに自尊感情に影響をもつことが示された。「人生は本人の努力で決まる」という人生観は、成人前期を通じて積極的自尊感情を低下させる影響が認められた。努力してもままならない時代状況、社会環境の中でやや屈折した人生観が若い女性のなかにあるように思われる。「人生を生き抜く上で希望・楽観が大切」の積極的自尊感情を高める効果については、積極的自尊感情を維持する上で希望をもつことや楽観的であることが重要であることを示していると考えられる。しかし、「人生は運によって決まる」、「人生を生き抜く上でユーモアが大切」、「人生を生き抜く上で勤勉が大切」や「人生を生き抜く上で感謝が大切」などが自尊感情の低下につながっているという結果は、こうした考え方をしている若い女性ほど自尊感情が低くなっていることを示唆しており、問題である。今後、面接調査などにより、さらに検討していく必要があろう。

## 謝辞

本研究では、東京家政大学自己分析研究会が緑窓会（東京家政大学の同窓会）の協力を得て、2011年3月実施した「女子大卒業生のライフキャリアに関する意識調査」のデータを分析した。本調査の実施にあたってお世話になった東京家政大学緑窓会の事務部の方々、東日本大震災の被災後間もない時期でありながら貴重な回答を寄せていただいた緑窓会の会員の皆様に心より感謝申し上げる次第である。

## 文献

- Carmines, E. G., & Ziller, R. A. 1979 *Reliability and validity assessment*. Beverly Hills: Sage.
- Gorbett, K., & Kruczek, T. 2008 Family factors predicting social self-esteem in young adults. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 16, 58-65.
- Guindon, M. H. 2002 Toward accountability in the use of the self-esteem construct. *Journal of Counseling & Development*, 80, 204-214.
- Guindon, M. H. (Eds.) 2010 *Self-esteem across the lifespan*. New York: Routledge.
- 堀洋道(監修) 山本真理子(編) 2001 心理測定尺度 I サイエンス社
- Josephs, R. A., Murkus, H. R., & Tfarodi, R. W. 1992 Gender and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 391-402.
- Kaplan, H. B., & Pokorny, A. D. 1969 Self-derogation and psychosocial adjustment. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 149, 421-434.
- Levinson, D. J. 1978 *The seasons of a man's life*. New York: Knopf.
- 西村純一・海藤美鈴・村上理代・柿沼里奈 2012 女子大卒業生のキャリア形成と自尊感情 日本教育心理学会第54回大会論文集 p.689
- 東京家政大学自己分析研究会 2012 家政大卒業生はいま—女子大卒業生のライフキャリアに関する意識調査—東京家政大学産業心理研究室
- Rosenberg, M. 1965 *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- 山本真理子・松井 豊・山成由紀子 1982 認知された自己の諸側面の構造 教育心理学研究, 30. 64-68.

## Abstract

In the present study, we investigated factors influencing self-esteem among graduates of women's universities in the early stage of adulthood by conducting a questionnaire survey by mail on approximately 5,000 graduates of women's universities in their 20s and 30s. Responses were obtained from 1,255 subjects. Survey contents included age, marital status, presence or absence of children, work history, stress, interpersonal relationships, source of motivation in life, personality traits, views on life, human qualities valued, and Rosenberg's self-esteem scale (SES).

Factor analysis of responses on the SES revealed two factors. The first factor was named active self-esteem, while the second was named passive self-esteem. Subjects were divided by age into those in their 20s and those in their 30s, and stepwise multiple regression analysis was performed using the factor scores for each factor as dependent variables and items such as age, marital status, presence or absence of children, work history, stress, interpersonal relationships, source of motivation in life, personality traits, views on life, and human qualities valued as independent variables.

The results showed that personalities marked by emotional stability and pursuit of ideals and the presence of children were associated with increases in and maintenance of self-esteem, while personalities marked by a tendency to conform to others, introversion, the view that one's life is determined by one's effort, and stress related to economic problems were associated with decreases in self-esteem. These effects were seen in both subjects in their 20s and those in their 30s. There were also many variables that exerted different effects in the two groups, suggesting that factors affecting self-esteem change adaptively with developmental stage. Contrary to expectations, however, virtually no effects were seen for work history.