

理想自己の様相における年齢による差異の検討 —30歳を基準とした比較—

The difference on features of the ideal self: Comparison of age groups under and over 30.

中 間 玲 子*
NAKAMA Reiko

理想自己の様相は年齢によって異なるのだろうか。これまでの研究から、成人期以降、理想自己と現実自己との関係が好転すること、それは、年齢と共に、理想自己の様相がより現実的なものへと変化するためであることが指摘されているが、この点をめぐる検討は十分になされていない。

本研究は、20代～50代の大学院生（105名；男性34名、女性71名）を対象に質問紙調査を行い、30歳を基準に設定した早期成人期群と成人期群の2群の比較から、理想自己の様相における年齢による差異を検討した。理想自己の様相については、理想自己の水準に関する指標（「理想自己と現実自己のズレ」、「理想自己の実現困難度」の評定）および理想自己への関与の程度に関する指標（「理想的意味合い」、「義務的意味合い」、「理想自己の実現可能性」を感じる程度の評定）からとらえた。また、理想自己の様相に影響を与えると考えられる自己形成意識についても併せて回答を求め、その様相および両者の関係についても検討した。

その結果、理想自己の様相および自己形成意識ともに、年齢による差は見られなかった。ただし、理想自己の指標間の関係、理想自己と自己形成意識との関係において年齢による差が見られた。理想自己の水準と、義務的意味合いおよび自己形成意識との関連は早期成人期群においてのみ有意な負の関係が示され、年齢が若い者は理想自己の水準が低いほどそれを実現することを義務と感じていること、また、自己形成意識が高くなることが明らかにされた。理想的意味合いの指標と自己形成意識との関連は成人期群においてのみ有意な正の関係が示され、年齢が高くなると、自己意識の個人差が理想自己への関与により直接的に反映されると考えられた。

キーワード：理想自己、自己形成意識、成人期

Key words：ideal self, consciousness to self-formation, adulthood

1. 問題と目的

1-1. 自尊感情および自己概念の年齢変化について

一般に、児童期から青年期にかけての時期は、それまでの、また、現在の認知的、身体的、社会的発達の変化を受けて、自己評価が以前よりも低下する時期であることが知られている（Harter, 2006）。それに伴い、自分や自分がこれから作っていかねばならない未来に対する感情も全般的に否定的なものになる（都筑, 2005）。その後、個人の自己への理解や感情は、否定的様相を脱し、安定した肯定的状態へ入っていくという見解が多い。

このことは、自尊感情の値や自己概念の肯定性から検討されてきた。9～90歳の326,641人の男女を対象とした大規模調査として知られる Robins, Trzesniewski, Tracy, Gosling, & Potter (2002) の結果からも支持されている。それは横断的検討であったが、およそ自尊感情の加齢変化の様相として得られた推移は次のようなものであった。児童期（9-12歳）に高く保たれている自尊感情は、青年期初期から中期（13-17歳）において急激

に低下し、後期（18-22歳）においても低い状態におかれる。最低値に達した後、後期青年期および早期成人期（23-29歳）の時期に若干の上昇を見せるが、30代から40代にかけてはそのままの値で一定している。そして、40代から50代にかけての間に、再び上昇を始め、60代まで上昇が続き、60代でピークを迎える。そこから低下が見られ始め、特に70代から80代にかけて、急激に自尊感情は低下する。また、生涯を通して、男性は女性に比べて相対的に高い自尊感情を有していた。つまり、「児童期を通して肥大していた自尊感情は徐々に低下の兆しを見せ始め、青年期においては、自尊感情は低下し続ける。成人期には徐々に上昇し、後期成人期において自尊感情はピークを迎える。そして高齢期には、急激な低下を見せる」ということである。

自己概念を指標としたものではあるが、高校生から成人期までを対象としてその加齢的变化を検討した Hess & Bradshaw (1970) においても、高校3年生、大学1・2年生、35～50歳、55～65歳の4つの年齢群について自

己概念の評定を検討し、高校生から大学生にかけて値は低下し、その後、2つの年齢群を通して上昇を示し、4群のうち、55～65歳において最も得点が高かったことが報告された。

わが国でも、たとえば松岡(2006)は、高校生から86歳までを対象に、ほぼ10歳ごとの群ごとに、自尊感情の値の比較をおこなった。その結果、高校、大学、20代にかけて有意な得点の上昇を見せた後、一定の高い水準で自尊感情が保たれることが示された。若本・無藤(2004)は、30代(プレ中年期)、40代(中年前期)、50～65歳(中年後期)の成人期3群について、自己に対する関心とその評価の発達的変化を、自尊感情および自己への多面的評価の様相から検討した。その結果、自尊感情得点、および、「社会的自己」「内的自己」「身体的自己」「生活的自己」の4側面の自己への評価において、いずれも年代差が有意であり、特に、中年後期は他の群と比べて自尊感情や自己評価が高いことが示された。沢崎(1995)は、20代から50代の成人の自己受容について、身体的自己、精神的自己、社会的自己、役割的自己、全体的自己の5側面から検討した。その結果、年齢が上がるにつれ「精神的自己」と「社会的自己」の側面で自己受容的になる傾向が高いこと、とりわけ30代から40代にかけて自己受容得点が増し、40代から50代にかけてはその上昇率がやや鈍ることが示され、そこから、自己受容は40歳前後に大きく変化する可能性がある指摘している。

以上のように、自己への態度は、成人期において肯定的になることが多く示されており、成人期は安定した肯定的な自己感情が保たれる時期といえる。また、生涯発達の観点においても、概ね、成人中期は経験知と機能的発達、心理的資源の豊かさによって、最も適応的な時期であるとされている(Lachman & Baltes, 1994; Staudinger & Bluck, 2001)。

1-2. 理想自己と現実自己のズレの変化について

このような変化をもたらす要因にはさまざまなものが考えられるが、理想自己と現実自己の関係の変化もその1つとされている。理想自己と現実自己のズレ・一致度は、個人の内的基準と現実の自己知覚との関係をとらえる測度として古くから用いられてきたところであり(Bills, Vance, & McLean, 1951; Rogers, 1951)、適応的な者においては、理想自己と現実自己のズレが小さいことが示されてきた。

ただし、児童期から青年期にかけては、年齢が高くなるにつれ、また、知的成熟が高い者において、両者のズレが大きくなることが示されている(Katz & Zigler, 1967; Katz, Zigler, & Zark, 1975; Zigler, Balla, & Watson, 1972)。理想自己と現実自己のズレの増大は、

自己を分化してとらえることができるようになった結果、必然的に生じる事態でもある。とはいえ、それは適応の観点からはやはり否定的に作用する。特に、その理想が児童期までの万能感をひきずった自己への過剰肯定を反映しているような場合には、青年は、放棄しえない万能感と、現実認識能力との間で苦しむこととなる。山下(1975)は、現実に可能な自分というものを拒否して現実に不可能なこうありたいと思う自分を追い求めるという事態を、青年が陥りやすいあやまちだと述べる。

青年は、自分に対する期待の大きさとそれ故の大きな挫折を経験し、だがそれを乗り越えるためにさらなる期待を抱き、その結果さらなる失望を味わう、という悪循環にはまる場合もある。佐藤(2001)は、大学生を対象とした調査から、自己嫌悪感、自己に対する評価も自己に対する受容も低い者において多く見られるが、その者よりも、自分を高く評価しつつも受容的な自己肯定ができない者において、より高い自己嫌悪感がみられたという結果を示し、「自己嫌悪感をより多く感じている青年とは、自分はすばらしいと高く評価していながら、しかし現在の自分に満足できず、まだこのままではたりないと思っている青年である」と結論づけている。それは、青年期の自己形成を促進する内的な力ともなるが、そのような目標的機能を果たすことができるのは、実現可能性が伴う場合に限られる(水間, 1998)。理想への執着は、いつしかかくあるべきという自己への義務感となり(水間, 2002b)、その場合、苛立ちなどの感情が喚起されることもあろう(Higgins, 1987)。

そのような理想自己と現実自己のズレが、成人期以降、加齢と共に小さくなることが知られている。先に上げた松岡(2006)では、理想自己と現実自己のズレは、高校、大学群において他の群より有意に大きく、65-86歳群では有意に小さいことが報告されている。Bybee & Welis(2002)は、理想自己イメージは青年期から成人前期にかけて一番高く、この傾向は文化を超えて共通していること、また、理想と現実の自己イメージのズレは、青年期において最も大きく、年を重ねるにつれ小さくなることを報告している。Ryff(1991)は、青年(平均年齢19.3歳、年齢のSD=1.46)、成人(平均年齢46.0歳、年齢のSD=8.28)、高齢者(平均年齢73.4歳、年齢のSD=5.62)の3群に対し、現実、過去、未来、理想の観点からwell-beingの項目(自己受容、他者との関係、自律性、環境制能力、人生の目的、人格的成長の下位次元をもつ)に関する自己についての評定をそれぞれ求め、年齢差を検討した。自己受容の指標の結果について述べると、現実および過去の自己への評定は青年においてももっとも低く、高齢者ではもっとも高いのであるが、将来および理想の自己への評定は青年においてももっとも高く、高齢者ではもっとも低いことが報告されている。

この変化を考える上で興味深い知見を示しているのが Cross & Markus (1991) である。そこでは、18~24歳 ($n=69$), 25~39歳 ($n=43$), 40~59歳 ($n=30$), 60~86歳 ($n=31$) の4群において、理想自己の種類や内容、実現可能性の程度の相違が検討された。その結果、18~24歳ではより高い水準の、極端な程に肯定的な自己が理想とされること、25~39歳では現在をよりよくしていくことに焦点が注がれ、より具体的な目標となるような理想自己が抱かれること、40~59歳では大きな変化を望まずに、今の役割や責任を楽しんで遂行していきたいという願う傾向があること、そして60歳以降では、現在の自己の維持がより一層望まれることが明らかにされた。また、それぞれの理想自己を自分が達成できる程度と、実際にそうなる予想される程度を尋ねたところ、前者については18~24歳の群が25~29歳、60歳以降の群よりも有意に高い得点を示していたが、後者についての群間差はみられなかった。これらの結果から、成人期以降においては、理想自己は自分が達成すると強く思わずともそうなることを見込まれるようなものになること、そのように理想自己を作り変えていくことで、人は自己に対する肯定的態度を維持できると結論された。高齢者になると特に、理想を追求するというよりは、現実の自己そのもの、すなわち、現状の維持が理想となることも指摘されている (Frazier, Hooker, Johnson, & Kaus, 2000; Smith & Freud, 2002)

Brandstädter & Renner (1990) の研究は、人生に対してどのように対処するかという観点から人格発達を論じるものであるが、そこでの見解は、Cross & Markus (1991) をより直接的に概念化したものとしてとらえることができる。彼らは理想自己と現実自己のズレを縮める方略として、理想を変えずにそれを追求しようとする対処 (accommodative coping; TGA: Tenacious Goal Achievement) と、現実の自己を肯定的に捉え直し、実現可能なものへと理想自己を調節しようとする対処 (assimilative coping; FGA: Flexible Goal Achievement) とを区別した。そして18~81歳 (平均年齢34.4歳) を対象とした調査においてそれぞれの対処がとられる程度と年齢との関連を検討し、前者は年齢と有意な負の、後者は年齢と有意な正の相関関係を見出した。なお、いずれの対処も、抑うつとは有意な負の相関、人生満足度とは有意な正の相関がみられた。ここから、年齢が上がるにつれて、理想追求型の対処が減少し、理想調節型の対処へと移行し、その過程はより現実肯定的なものとなっていくことが明らかにされた。Brandstädter & Rothermund (2002) は、理想調節型の対処が喪失による心理的衝撃を和らげ、well-being の低下を防ぐと述べている。

しかしながら、50~90歳 (平均年齢70.7歳) を対象とした Muller & Kim (2004) においては、両得点につい

ての年齢差は有意ではなく、また、いずれもが自己受容や幸福感と正の関連を示すことが示されており、Brandstädter & Renner (1990) の見解を否定する結論を得ている。これについては、対象となった年齢層による違いが影響していると考えられる。Brandstädter & Renner (1990) の見解は、成人期における“well-beingの逆説”(The paradox of well-being: 成人期、特に、老年期においても肯定的状態が保持されること; Mroczek & Kolarz, 1998) をめぐる議論とされているが、先に述べたような理想自己の変化からは、むしろ、理想自己が高く想定される青年期を含めた時期から、早期成人期、成人期、老年期にかけての発達をめぐる議論として読み取る方が妥当であるように思われる。この他、30~75歳 (平均年齢50歳) の女性を対象とした Henselmans, Fleer, van Sonderen, Smink, Sanderman, & Ranchor, (2011) においても、年齢との相関はほとんど見られず、また、いずれもが抑うつと負の、統制感とは正の関係にあることが報告されている。ただし、そこで対象とされたのは、一度乳がんの疑いを宣告され、その後、健康と診断された女性であり、より具体的な自体にどう対処するかという方略の相違として論じられている傾向が強かった。そのため、彼女らの見解は、これまでの議論とはやや次元が異なるところのものにとらえてよいだろう。

1-3. 目的

このように、理想自己の様相をめぐっては、成人期以降、現実自己を受容すべく変化することが想定される。だが、理想自己と現実自己のズレや実現可能性を幅広い年齢層にわたって検討した松岡 (2006) を除いては、この問題に関する我が国での研究を見つけないことができなかった。また、松岡 (2006) においては、理想自己と現実自己のズレを減少させる方略の個人差として Brandstädter & Renner (1990) の TGA & FGA 尺度が用いられ、その年齢による差異が検討されているが、理想自己への執着や関与の程度について直接的に検討されたわけではない。

そこで本研究では、成人を対象とし、理想自己の水準やそれへの関与の度合いの側面から、それらが年齢によって変化するか否かについて検討することを目的とする。理想自己の水準については実現困難度から、理想自己への関与の度合いについては、理想自己追求に関する意識を、どの程度そうなりたいと思っているのか (理想的意味合いの強さを感じる程度)、どの程度そうならねばならないと思っているのか (義務的意味合いの強さを感じる程度)、どの程度そうなれると思っているのか (実現可能性を感じる程度) の3点から検討する。あわせて、理想自己と現実自己のズレの値についても検討する。

先行研究をふまえると、理想自己の水準は、年齢が高

い者において低くなると予想される。また、適度に水準を調節された理想自己に対しては各年齢でそれなりの関与がなされると考えられるため、理想自己への関与の度合いにはあまり差異がみられないと予想される。ただし、その場合、水準の低さが理想自己への関与を強めるといふ両者の負の関係が、年齢の高い者でより顕著であると考えられる。達成可能な適切な水準への理想自己の調節は、理想自己への関与が高く、また、年齢が高い者においてより可能となると予想されるからである。

それらに深く関連する自己意識の様相として「自己形成意識」が想定される。自己形成意識とは、未だ実現していない可能性、これからの自分自身の在り方への期待など、自己形成に対する積極的な意識であり、そこには、単に可能性に向かっていこうという態度のみではなく、実際それに向かっていけるか否かという態度の側面も含まれるものである(水間, 1998)。青年においては、自己形成意識の高さが理想自己への関与や、ある条件下においては理想自己の設定水準を高めることが報告されており(水間, 1998, 2002a), 理想自己の様相の変化の背後には、自己形成意識の変化があると予想される。青年は未来指向、成人は現在指向が重要となるという時間的展望の変化についての指摘などをふまえると(白井, 1997), これまで指摘されてきた年齢による理想自己の変化は、自己や生き方についての変化を媒介として現れたものであるかもしれない。

なお、本研究では、上記問題について、30歳までの“若い成人期”(young adult)までは、青年期的心性が維持されている可能性が高い(笠原, 1977), キャリア形成においておよそ30歳が1つの区切りとなるという見解(鈴木, 2002)をふまえ、30歳を基準に成人期を区別し、検討する。

2. 方法

手続き 大学院の講義の一部を用いて、講義担当者が質問調査用紙を配付、調査の目的や講義内での実施の理由、回答後のデータの扱いなどについての説明を伝え、合意を得た後、回答してもらった。回答時間は約20分であった。講義終了時に回収した。調査内容および結果については、翌週の講義において、講義内容と絡め、調査項目の理論的説明および平均値などについてのフィードバックを行った。

質問紙調査用紙の構成 フェイスシートにおいて再度個人情報管理や匿名性の保持などについて文書上の説明を記載し、年齢、性別、学年を尋ねた後、次の項目について回答を求めた。①理想自己の自由記述：個人にとって重要な理想自己を検討の対象とするため、水間(1998)の方法に則り、自由記述の形式で、個人の理想自己(『自分はこうなりたいな』と思う、理想の自分の

イメージ』と表現)を箇条書き形式で記述してもらった。箇条書きの欄は10項目分設け、10個すべて書くよう、教示した。②理想自己の評定：①で記載したそれぞれの理想自己に対して、a. 理想的意味合い(なりたと思う程度)、b. 義務的意味合い(ならねばならないと思う程度)、c.理想自己と現実自己のズレ、d.実現可能性、e.実現困難度の各観点から、7件法で評定を求めた。③水間(1998)の自己形成意識尺度15項目、「あてはまる」から「あてはまらない」までの5件法。

調査対象 22~63歳の成人大学院生107名(男性34名、女性73名、平均年齢31.9歳($SD=10.42$))。対象者の年齢分布は、22~29歳($n=55, 51.9\%$), 30~39歳($n=21, 19.6\%$), 40~49歳($n=22, 20.6\%$), 50~59歳(7名, 6.5%), 60~69歳($n=1, 0.9\%$), 不明($n=1, 0.9\%$)であった。分析の際には、30歳を基準に、対象者を29歳までの早期成人期の群、30歳以上の成人期の群の2群に分けて検討することとした(早期成人期群55名、成人期50名)。年齢不明の者および60歳以上の者については、本研究の分析からは除外した。

調査時期 2011年6月。

3. 結果

3-1. 理想自己の様相における年齢による差異の検討

理想自己に対する評定値について年齢群による差の検定を行ったが、いずれの指標においても有意差は見られなかった(Table 1)。性の要因を組み込んだ二要因分散分析の結果も同様で、いずれの主効果、交互作用ともに有意ではなかった。評定値間の関係はTable 2の通りであった。義務的意味については、理想自己と現実自己のズレおよび理想自己の水準との有意な負の関係が、早期成人期群においてのみ示された。予想とは異なり、年齢が低い者において、理想自己の水準を適切に下げることと義務的意味合いを感じる程度の増加が関連するという結果が得られた。理想的意味合いや実現可能性と理想自己の水準との関係については両群においてほぼ同様であり、理想的意味合いと水準との関係は有意ではなく、実現可能性は水準の高さと有意な負の関係にあることが示された。

3-2. 自己形成意識における年齢による差異の検討

Table 1. 理想自己に対する評定値における年齢群による比較

	早期成人期群	成人期群	t 値
理想的意味	57.5 (7.7)	57.9 (7.5)	$t_{(103)} = .27$
義務的意味	52.6 (9.0)	55.0 (8.9)	$t_{(102)} = 1.33$
実現可能性	53.1 (9.0)	51.4 (8.3)	$t_{(103)} = 1.02$
理想-現実ズレ	39.6 (10.8)	38.3 (9.6)	$t_{(102)} = .61$
実現困難度	38.9 (8.9)	39.2 (9.9)	$t_{(103)} = .17$

Table 2 理想自己の評定値間の関係^{a)}

	理想的意味合い	義務的意味合い	実現可能性	理想-現実のズレ	水準
理想的意味合い		.45** (.59* / .39*)	.28* (.44 / .22)	-.14 (-.30 / -.06)	-.14 (-.06 / -.18)
義務的意味合い	.54*** (.64** / .52**)		.37** (.30 / .43**)	-.35** (-.38 / -.33*)	-.34* (-.42 / -.30)
実現可能性	.26 (.43 / .18)	.31* (.38 / .28)		-.82*** (-.89*** / -.78***)	-.64*** (-.70** / -.61***)
理想-現実のズレ	.04 (.22 / -.18)	-.05 (.19 / -.02)	-.71*** (-.63** / -.76***)		.59*** (.85*** / .46**)
水準	.08 (-.15 / .18)	-.08 (.11 / -.16)	-.62*** (-.58* / -.64***)	.51*** (.33 / .64***)	

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

^{a)} 右上の三角部分が早期成人期群, 左下の三角部分が成人期群における相関係数の値である。括弧内は、左項が男性のみの場合 (早期成人期群 $n=17$, 成人期群 $n=17$), 右項が女性のみの場合 (早期成人期群 $n=38$, 成人期群 $n=33$) における相関係数の値である。

Table 3. 自己形成意識尺度の探索的因子分析結果 (最尤法, プロマックス回転)

	因子パターン行列			
	I	II	III	IV
13. 努力して, 理想の自分に向かっていこうと思う	.80	-.07	.02	.08
12. どんな不幸に出会ってもくじけないだろうと思う	.63	-.08	-.06	-.04
11. 自分の理想に向かってたえず向上していきたい	.62	.05	.01	.30
05. 一度自分で決めたことは途中でいやになってもやり通すよう努力する	.42	.00	.09	-.09
07. 他の人に認められなくても, 自分の目標に向かって努力したい	.28	.10	-.05	.05
06. 人の一生は案外偶然の出来事で決まるものだと思う	-.21	.16	-.07	.04
01. 自分の能力を最大限に伸ばせるよう, いろいろなことをやってみよう	-.04	.98	.06	-.16
04. 新しいことやちがうことをいろいろしてみたい	-.20	.84	.01	.01
14. 自分を向上させていけるよういろいろなことをやってみよう	.33	.67	-.11	.15
02. 将来立派な仕事をしたい	-.09	-.01	.76	.11
15. 将来他の人から尊敬されるような人間になるだろうと思う	.04	-.02	.67	.05
03. 努力さえすればものごとはかなうと思う	.31	.09	.58	-.22
09. 他人にはやれないようなことをやりとげたい	-.30	.06	.14	.80
10. チャンスを逃さなければ, 能力のある人は偉くなれると思う	.15	-.09	-.10	.42
08. 何でも手がけたことには最善を尽くしたい	.23	-.08	.08	.41
	因子相関行列			
	I	.52	.38	.32
	II		.50	.39
	III			.41

Table 4. 自己形成意識および自尊感情における年齢群による比較

	早期成人期群	成人期群	t 値
自己形成意識	54.5 (7.5)	54.7 (7.7)	$t_{(100)} = .11$
努力志向	-.05 (0.81)	.06 (1.04)	$t_{(100)} = .62$
開拓志向	.03 (0.97)	-.03 (0.97)	$t_{(100)} = .31$
成功志向	.08 (0.93)	-.09 (0.84)	$t_{(100)} = 1.00$
オンリーワン志向	.10 (0.89)	-.11 (0.90)	$t_{(100)} = 1.18$

自己形成意識は水間 (1998) では2因子解が採用されていたが, 因子分析 (最尤法, プロマックス回転) を行ったところ, 固有値の推移から1因子あるいは4因子構造とすることが妥当と考えられた。15項目すべての内的一貫性は十分であったことから ($\alpha = .80$), 自己形成意識得点として15項目の単純合計得点を算出するとともに, 4つの因子得点を回帰法によって算出し, それらについても併せて検討することとした。それぞれの因子得点は, 各因子に高い寄与率を示す項目内容から, 「努力志向」因子得点 (「努力して, 理想の自分に向かっていこうと

思う」など), 「開拓志向」因子得点 (「自分の能力を最大限に伸ばせるよう, いろいろなことをやってみよう」など), 「成功志向」因子得点 (「将来立派な仕事をしたい」など), 「オンリーワン志向」因子得点 (「他の人にはやれないようなことをやりとげたい」など) とした (Table 3)。

自己形成意識得点および各因子得点について, 年齢群による得点差を検討したが, いずれも有意ではなかった (Table 4)。性の要因を組み込んだ二要因分散分析の場合も同様で, いずれの主効果, 交互作用ともに有意ではなかった。各得点間の関係は, Table 5の通りであり, 群による違いがやみられた。オンリーワン志向は, 成人期群においては他の得点と中程度以上の相関を示していたが, 早期成人期群においては, 努力志向や開拓志向との関連が弱いものに留まっていた。男女ごとの相関係数の値を見ると, その違いは特に男性における差異を反映したものと考えられるが少ない人数による結果であ

Table 5. 自己形成意識の得点間の関連^{a)}

自己形成意識	因子得点			
	努力志向	開拓志向	成功志向	オンリーワン志向
自己形成意識	.80*** (.90*** / .77***)	.66*** (.38 / .77***)	.85*** (.87*** / .85***)	.57*** (.24 / .66***)
努力志向	.80*** (.82*** / .78***)	.50*** (.36 / .56***)	.52*** (.78*** / .43**)	.28* (.07 / .36*)
開拓志向	.86*** (.93*** / .75***)	.68*** (.73** / .62***)	.57*** (.16 / .74***)	.23 (.00 / .30)
成功志向	.72*** (.77** / .65***)	.39** (.39 / .38*)	.58*** (.73** / .35*)	.41** (.20 / .48**)
オンリーワン志向	.74*** (.89*** / .54**)	.43** (.59* / .22)	.60*** (.85*** / .25)	.58*** (.70** / .41*)

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

^{a)} 右上の三角部分が早期成人期群, 左下の三角部分が成人期群における相関係数の値である。括弧内は, 左項が男性のみの場合 (早期成人期群 $n=17$, 成人期群 $n=17$), 右項が女性の場合 (早期成人期群 $n=38$, 成人期群 $n=33$) における相関係数の値である。

Table 6. 理想自己評定値と自己形成意識の諸得点との関連^{a)}

自己形成意識	因子得点			
	努力志向	開拓志向	成功志向	オンリーワン志向
理想的意味	.15 / .34*	.10 / .40**	.08 / .29*	.15 / .20
義務の意味	.42** / .45**	.29* / .45**	.16 / .25	.43** / .40**
実現可能性	.55*** / .55***	.52*** / .49***	.28* / .40**	.44** / .49***
理想-現実ズレ	-.49*** / -.24	-.41** / -.23	-.18 / -.11	-.40** / -.27
水準	-.42** / -.27	-.31* / -.09	-.11 / -.17	-.43** / -.24

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

^{a)} 上段の左項は早期成人期群, 右項は成人期群における相関係数の値である。下段の括弧内は, 左項が男性のみの場合 (早期成人期群 $n=17$, 成人期群 $n=17$), 右項が女性の場合 (早期成人期群 $n=38$, 成人期群 $n=33$) における相関係数の値である。

るため, ここでは指摘のみにとどめることとする。

3-3. 理想自己の様相と自己形成意識との関連

個人の自己形成意識の違いが理想自己の評定値の違いに反映されるのかを検討するため, 理想自己の評定値と自己形成意識の得点との関連をそれぞれ検討した。

理想自己に対する評定値と自己形成意識の各得点との関連は Table 6 の通りであった。まず, 自己形成意識の高さは, 全体的に, 理想的意味よりも義務の意味を感じる強さ, および, 理想自己の実現可能性を高く感じる程度と有意な関係にあることが示された。理想的意味と自己形成意識との関係は, 成人期群においてのみ, 一部有意な負の関係が示された。また, ズレや水準との関係については, 早期成人期群における負の関係がより強く示された。早期成人期群においては, 自己形成意識が高い者において, 理想自己と現実自己のズレおよび水準が低いことが示された。

4. 考察

4-1. 理想自己の様相と年齢との関連について

本研究の検討から, 理想自己の水準や関与の程度にお

ける年齢による得点差は有意ではなく, 理想自己の様相が年齢によって異なるとはいえないようであった。全体として本研究で検討された理想自己については, 理想的意味, 義務の意味, 実現可能性いずれにおいても高く評定されており, 年齢群を問わず各人が強く関与し, さらに, 目標としうるような理想自己 (水間, 1998) であったことがうかがえた。

その際, 理想自己を義務的なものととらえて関与する程度も強いことが明らかにされたことは特筆すべきである。私たちが個人のものとして抱いている理想自己には, 私たちが経験の中で内在化してきた様々な社会的規範などが大きく影響を及ぼしていると考えられるため, 理想に対して義務的な意味合いを感じることは十分考えられる事態である。理想自己を志向する過程において, いつしかそれが義務になるという変化も想定しうる。だが, それを自分の理想と感ずるか, 自分が果たすべき義務と感ずるかによって, その表象のもつ性質は大きく異なる。

まず, 自律性の点で大きな違いがある。前者の場合は自己決定的な性質を, 後者の場合は他律的で外発的な性質を帯びることとなる。また, Higgins (1987) は, 理想自己は個人が望む理想に照らした「こうありたい」自

己であるのに対し、義務自己は規範意識や他者からの期待に照らした「こうあらねばならない」自己であるとして区別し、両者がもたらす心的機能の差異を生起する感情の差異という点から明らかにしている。この理想自己と義務自己の違いについては、目標を志向する際に両者はまったく異なった機能を果たすこと（小平，2000）、自己評価へ与える影響が異なること（水間，2002b）なども明らかにされている。

理想自己がそれら異なる性質を併せ持つということは興味深い事実であり、これが個人の人格発達においていかなる影響を及ぼすのか、今後さらに検討する価値があると考えられる。それは、個性化の未熟さとも、他者からの期待を自律的に取り入れる独自の自律性の発達の結果ともとらえられる。また、実現可能性との関連は、相対的にみると、理想的意味合いよりも義務的意味合いとの間においての方が強かった。実現できるものは実現しなければならないものとして感じられるのかもしれない。

理想自己の水準についても年齢群による差は見られなかった。これは、青年の特徴として指摘されるような高い水準の理想自己がいずれにおいても見られなかったことによると考えられる。水準に関する2得点の値は、いずれの群においても理論的中点（40点）よりもやや低い値が平均値となっており、本研究の対象となった者たちは、中程度の、いうなれば適度な水準の理想自己に対して強く関与していると理解された。

なお、理想自己の様相について年齢による差が見られなかったことは、松岡（2006）の結果をふまえると妥当な結果ととらえることもできる。そこでは、理想自己と現実自己のズレや TGA & FGA 尺度において年齢による有意差がいくつか報告されているが、それらは青年期群、成人期群、老年期群の間の差異ととらえられるものであった。すなわち、23歳から64歳にかけて区分された4群は成人期群ととらえられるのであるが、その群間差は有意ではなかった。本研究の結果は、これと同様であったと理解することができる。

ただし、水準と義務自己の相関関係については、予想と異なる結果が得られた。成人期群ではなく早期成人期群において、水準の程度と義務的意味を感じる程度との有意な負の関係が示され、早期成人期群において、水準の低い理想自己に対してより強く義務的意味が感じられているという結果となった。実現可能性とあわせて水準が低いことも義務的意味を高めると理解するならば、年齢が若い者においての方が、理想自己の実現に際して外からのプレッシャーをより強く感じていると理解される。同時に、実現すべきものとして比較的容易な理想自己を自らに課していると理解することもできる。その場合、より年齢の若い者において理想自己の調節が適切になされているという先行研究とは逆の結果を示すものと解釈

される。ただし、理想的意味ではなく義務的意味における差異であることから、理想自己形成およびそれへの志向性における個性化の差異としてとらえた方が妥当であるように思われ、前者の解釈の方がより適切ではないかと考える。

4-2. 自己形成意識と年齢との関連について

理想自己の様相の差異をとらえるにあたり、本研究では自己形成意識の様相の差異についても検討した。自己形成意識は年齢と共に低下すると考えられたが、本研究ではそのような結果は得られなかった。合計得点の値をみると、いずれの群においても中点（45点）より10点程度高い値を示しており、程度の差はあれ、年齢によらず多くの者がある程度の自己形成意識を有していることが示された。これは、本研究の調査協力者全員が大学院生であり、目的意識をもって学んでいる状況にある者たちが分析対象となったことも影響しているかもしれない。これについては、他の状況におかれた者との比較において検討することが必要である。

自己形成意識の下位因子得点間の関係には年齢による違いがみられ、成人期群においてはオンリーワン志向は努力志向、開拓志向、成功志向のいずれとも中程度から強い程度の有意な正の関係を示していたが、早期成人期群においては、開拓志向、努力志向との関連はあまり強くなかった。他の人とは違う、独自の自己を形成するという志向性は、成人期群においては自己形成意識における他の因子と強い関係にあるが、早期成人期群においては、分化したものとしてとらえられている可能性が高い。先の結果とあわせて、年齢による個性化の程度の違いを示唆するものと考えられた。

4-3. 自己形成意識と理想自己の様相との関連について

自己形成意識の得点そのものに年齢群による差異はみられなかったが、理想自己への関与および水準との間の関係にはいくつかの相違がみられた。

まず、理想的意味は、成人期群においてのみ、自己形成意識と一部有意な正の関係が指摘された。年齢によらず、自己形成意識が高ければ理想自己への関与は高く保たれると考えられるが、年齢が高い者において、よりその関係が明確に示された。理想的意味の得点に有意差がなかったことをふまえると、この結果からは、年齢が低い場合の自己決定的な理想自己追求は、自らの未熟さや未来志向性などそれを促す年齢独特の要因が関連するが、年齢が高くなると、個人の自己形成意識の高さという要因が自己決定的な理想自己追求と関連することが示唆される。

また、理想自己の水準の2得点（理想自己と現実自己のズレ、理想自己実現の困難度）については、早期成人

期群においてのみ、自己形成意識との有意な負の関連が示された。年齢が低い者においては、理想自己の水準によって自己形成意識が異なるということである。自己形成意識は、未来の自己に対する明るい展望やそれに向かっているという効力感を反映するところである。現在の自己が理想自己に達していないと感じることや、理想自己の実現が困難だと感じることで、理想自己と現実自己との関係を、より肯定的にとらえることができたのかもしれない。その因果は不明であるが、いずれにせよ、そのような自己全体の様相と、理想自己と現実自己との関係の様相とが、若い年齢層においてより密接に結びついていることが示されたといえる。ここからは、そもそも「理想自己」というものが、自己全体にとってどのくらいの重要性をもつのかという点において、年齢による違いがある可能性が示唆される。

本研究では理想自己の水準やそれへの関与の指標からは年齢による差をとらえることができなかったが、この点は、方法論的問題に起因するところもある。本研究においては、理想自己を自由に記述させ、それについての評定を求めるといった方法をとった。これは、個人にとって重要な理想自己を抽出する上では有効であり、理想的意味合いの評定からはこの方法がうまく作用したことが示されたといえる。だが一方で、本研究の目的の下では、それが不利に作用したところもあると思われる。青年期から成人期への発達過程を考えると、さまざまに想定される理想自己の中から特に自分にとって重要なものを選択しうるか、言い方をかえると、自分にとって「重要でない」という選択をすることができるかということが重要な発達の指標となりうる。個人にとっての重要度に分散が生じるような形式で検討することで、今回とらえられなかった差異を抽出しうるかもしれない。

4-4. 本研究の限界と今後の課題

海外における先行研究においては、成人期と老年期など、成人期間においてそれが変化するという報告も見られていたが、本研究では成人期における差異をとらえることができなかった。本研究では対象者が成人期にある大学院生に限定されていたことが大きな限界となっていた。第一に、理想自己の様相の変化は、やはり、理想自己と現実自己の関係がより深刻な問題となる青年期発達の文脈において論じるのが適切であると考えられるため、年齢差の検討としては、もう少し若い年齢層からの比較も必要であろう。第二に、大学院生の立場にある者は、通常、何らかの目的意識をもって生活していると推測される。本研究では、早期成人期か成人期かを問わず、概ね、理想自己への高い関与、ある程度の高い自己形成意

識が示されたのであるが、そこには、対象者の置かれたそのような社会的状況が影響していた可能性が示唆される。異なった立場の者を対象とした調査を行い比較するなど、社会的状況を考慮した検討を行うことで、個人のおかれた状況や自己意識の様相が年齢の効果を相殺するか否かについても今後検討することができると思われる。

だが、本研究を通して、自己の発達を考える上で、理想自己という概念の重要性が改めて認識された。理想自己は、個人が自ら選び取っているものと想定されるのであるが、得点間関係の検討結果からは、それが人格発達における個人の個性化過程とどの程度結びつくものとなっているのかについて疑問が出された。これは日本独自の自己の発達過程の様相にも関連するところであり(高田, 2004)、年齢による理想自己の変化の問題は、その個性化の度合いや重要性の変化など、より広い人格発達の議論から議論しうる問題であると考えられた。

引用文献

- Bills, R. E., Vance, E. L., & McLean, O. S. (1951). An index of adjustment and values. *Journal of Consulting Psychology*, 15, 257-261.
- Brandtstädter, J. & Renner, G. (1990). Tenacious goal pursuit and flexible goal adjustment: Explication and age-related analysis of assimilative and accommodative strategies of coping. *Psychology and Aging*, 5, 58-67.
- Brandtstadter, J. & Rothermund, K. (2002). The life-course dynamics of goal pursuit and goal adjustment: A two-process framework. *Developmental Review*, 22, 117-150.
- Bybee, J. A. & Welis, Y. V. (2002). The development of possible selves during adulthood. In J. Demick, & C. Andreoletti (Eds.), *Handbook of adult development*. New York: Prenum Publishers. pp.257-270.
- Cross, S. & Markus, H. (1991). Possible selves across the lifespan. *Human Development*, 34, 230-255.
- Frazier, L. D., Hooker, K., Johnson, P. N., & Kaus, C. R. (2000). Continuity and change in possible selves in later life: A 5-year longitudinal study. *Basic and Applied Social Psychology*, 22, 237-244.
- Harter, S. (2006) The self. In N. Eisenberg, (Ed.) *Handbook of child psychology, vol.3: Social, emotional, and personality development*. Hoboken, N.J.: J. Wiley, pp.505-570.
- Henselmans, I., Fleer, J., van Sonderen, E., Smink, A., Sanderman, A., & Ranchor, A. V. (2011). Tenacious goal pursuit and flexible goal adjustment scales: A validation study. *Psychology and Aging*, 26, 174-180.
- Hess, A. L., & Bradshaw, H. L. (1970). Positiveness of

- self-concept and ideal self as a function of age. *The Journal of Genetic Psychology*, 117, 57-67.
- Higgins, E. T. (1987). Self-discrepancy: A theory relating self and affect. *Psychological Review*, 94, 319-340.
- 笠原嘉 (1977). 青年期 中公新書
- Katz, P. & Zigler, E. (1967). Self-image disparity: A developmental approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 5, 186-195.
- Katz, P. A., Zigler, E., & Zalk, S. R. (1975). Children's self-image disparity: The effects of age, maladjustment, and action-thought orientation. *Developmental Psychology*, 11, 546-550.
- 小平英志 (2000). 日本人にとって理想自己と義務自己はどのように異なる自己なのか：大学生が記述する属性語とカテゴリーの分析を通して 性格心理学研究, 8, 113-124.
- Lachman, M. E. & Baltes, P. B. (1994). Psychological aging in lifespan perspective. In M. Rutter & D. F. Hay (Eds.), *Development through life: A handbook for clinicians*. Oxford: Blackwell. pp.583-606.
- 松岡弥玲 (2006). 理想自己の生涯発達：意味の変化と調節過程を捉える 教育心理学研究, 54, 45-54.
- 水間玲子 (1998). 理想自己と自己評価及び自己形成意識の関連について 教育心理学研究, 46, 131-141.
- 水間玲子 (2002a). 理想自己を志向することの意味：その肯定性と否定性について 青年心理学研究, 14, 21-39.
- 水間玲子 (2002b). 「理想自己」における理想的意味合いと義務的意味合い 日本発達心理学会第13回大会, 63.
- Mroczek, D. K. & Kolarz, C. M. (1998). The effect of age on positive and negative on happiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 1333-1349.
- Mueller, D. J. & Kim, K. (2004). The tenacious goal pursuit and flexible goal adjustment scales: Examination. *Educational and Psychological Measurement*, 64, 120-142.
- Robins, R. W., Trzesniewski, K. H., Tracy, J. L., Gosling, S. D., & Potter, J. (2002). Global self-esteem across the life span. *Psychology and Aging*, 17, 423-434.
- Rogers, C. R. (1951). Perceptual reorganization in client-centered therapy. In R. R. Blake & G. V. Ramsey (Eds.), *Perception: An approach to personality*. New York: The Ronald Press. pp. 307-327.
- Ryff, C. D. (1991). Possible selves in adulthood and old age: A tale of shifting horizons. *Psychology and Aging*, 6, 286-295.
- 佐藤有耕 (2001). 大学生の自己嫌悪感を高める自己肯定のあり方 教育心理学研究, 49, 347-358.
- 沢崎達夫 (1995). 成人における自己受容の様相と生涯発達の变化 日本教育心理学会第37回総会発表論文集, 97.
- Shirai, T. (1997). Time orientation and identity in adolescence and middle age. *Memoirs of Osaka Kyoiku University, Ser.IV*, 45, 207-226.
- Smith, J., & Freund, A. M. (2002). The dynamics of possible selves in old age. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 57B(6), 492-500.
- Staudinger, U. M. & Bluck, S. (2001). A view on midlife development from life-span theory. In M. E. Lachman (Ed.), *Handbook of midlife development*. New York: John Wiley & Sons, pp.3-39
- 鈴木竜太 (2002). 組織と個人：キャリアの発達と組織コミットメントの変化 白桃書房
- 高田利武 (2004). 「日本人らしさ」の発達社会心理学 ナカニシヤ
- 都筑学 (2005). 小学校から中学校にかけての子どもの「自己」の形成 心理科学, 25, 1-10.
- 若本純子・無藤隆 (2004). 中年期の多次元的自己概念における発達の特徴—自己に対する関心と評価の相互作用という観点から— 教育心理学研究, 52, 382-391.
- 山下栄一 (1975). 自分(自己)とは何か 井上健治・柏木恵子・古沢頼雄(編) 青年心理学 有斐閣, pp.106-144.
- Zigler, E., Balla, D., & Watson, N. (1972). Developmental and experiential determinants of self-image disparity in institutionalized and noninstitutionalized retarded and normal children. *Journal of Personality and Social Psychology*, 23, 81-87.