

論文

# 自尊感情と他者理解の関連 —就労定着と離職予防の要因—

倉田郁也（佐久大学信州短期大学）、益川順子（宇都宮短期大学）

## Relation Between Self-Esteem and Mutual Understanding —Factors of Job Retention and Turnover Prevention—

Ikuya Kurata (Shinshu Junior College at Saku University),

Junko Masukawa (Utsunomiya Junior College)

**Abstract:** [Purpose]: The aim of the present study was to examine the relation between self-esteem and mutual understanding. A hypothesis of this study is that high self-esteem does not relate to good understanding of others partly and low self-esteem does relate to good mutual comprehensions partly. [Method]: Female (n=115, 19.55 years oldSD4.15) at junior colleges completed questionnaires designed to investigate the relation between mutual understanding (1.mature persons, 2.universal flirts, 3.dependant persons, 4.obtrusive persons) and self-esteem (1.self-evaluation/ self-acceptance, 2.self among relations, 3.self-assertion/ self-determination). [Result]: High scorers of the self-esteem inventory are better comprehensions on mature persons. (2.self among relations (F(1,117)=22.86, p<.001), 3.self-assertion/self-determination (F(1,117)=45.30, p<.001)). The low scorers are better understanding of others on universal flirts. (2.self among relations (F(1,117)=10.81, p<.001). 3.self-assertion/self-determination (F(1,117)=8.41, p<.01)). The high scorers are better mutual understanding on obtrusive persons. (F(1,117)=5.37, p<.05). [Consideration]: These results suggest that the hypothesis low self-esteem was still relation with mutual understanding was verified by this study.

**Key words:** self-esteem, mutual understanding, job retention, turnover prevention

### 1. 背景

「介護サービスを提供するための人材の確保として、2020 年代初頭までに追加的に必要となる 25 万人の介護人材の確保に取り組む必要がある。」<sup>1)</sup>

「介護人材の確保に取り組む必要がある」ことは、周知の事実であるが、どうすれば、介護職員が離職せず、就労を継続できるようになり、介護人材を確保できるのだろうか。

筆者が、この問題を解決する一つの案として提案したのが「自尊感情」である。「自尊感情」が対人援助職者の就労を継続させる要因の一つであることを倉田・益川 (2018)<sup>2)</sup> で、明らかにした。

「自尊感情」とは、「自己に対して肯定的な評価を抱いている状態を指す Self-esteem の日本語訳」である（文部科学省、2008）<sup>3)</sup>。

教育現場では、自分に自信が持てず、人間関係に不安を感じている状況が見られるという指摘を受けると、そ

の対策として、子どもの「自尊感情」を高めることが必要と主張されることが少なくない（文部科学省国立教育政策研究所、2015）<sup>4)</sup>。

つまり、「自尊感情」が、人間関係を良好に保つ「妙薬」のように、教育現場で考えられている。

また、倉田・益川 (2018)<sup>2)</sup> の研究でも、肯定的な自己評価の学生は、対人援助の職業に対し、ポジティブな職業イメージを持ち、さらに、ポジティブなストレス対処を駆使しており、対人援助の仕事を継続できる可能性が示唆されている。

はたして、「自尊感情」は、介護職員の就労定着・離職防止問題解決の「万能薬」なのだろうか。

柳澤・杉山 (2013) は、「自尊感情」の高さが、「短所」になるとの研究を報告している。例えば、「自尊心」を測定する尺度（Rosenberg 自尊感情尺度、1965）と、「自己愛」を測定する尺度（Raskin & Hall の自己愛人格目録（NPI）、1979）の間に、高い正の相関が認められる<sup>5)</sup>。

また、心理学辞典（1990）で、「自尊感情」の項目を

調べると、「劣等感の補償として過大な自尊心が示されることがある」<sup>6)</sup>と明記されている。

さらに、「自己評価」の研究に、「ダニング＝クルーガー効果」<sup>7)</sup>がある。この研究は、能力の高い人は、自己を過小評価する傾向にあり、逆に、能力の低い人は、自己を過大評価する傾向を示している。

つまり、「自尊感情」がすべてを解決してくれるとは限らず、「自尊感情」を高めることが、必ずしも、人間関係を良くするとは限らない。ということは、逆もまた真なりで、「自尊感情」の「低さ」が、必ずしも、人間関係に悪影響を及ぼさない、ということも考えられる。つまり、「自尊感情」の「低さ」が、マイノリティへの共感など、対人援助職としての「長所」になるのではないか、との仮説を立てた。

## Ⅱ. 目的

本研究では、「自尊感情」の「高群」が、必ずしも、「他者理解」に関連しないのではないかと、との仮説を立て、「自尊感情」の高い学生と低い学生の特徴を比較し、「自尊感情」の「低い」学生の「長所」を見つけ、対人援助における新しい知見を得ることを目的とした。

## Ⅲ. 方法

対象者は、2017 年 4～5 月、短期大学生 128 名にアンケート調査を実施した。そのうち、有効回答者 119 名（有効回答率 89.84%）と、男性 4 名と少数のため除いた、女性 115 名、平均年齢 19.55 歳、SD4.15 を分析対象者とした。その内訳は、A 短期大学生活科学科 64 名（19.09 歳、SD6.33）と、B 短期大学人間福祉学科 55 名（20.09 歳、SD6.07）である。

アンケートの構成は、フェイスシート、自尊感情測定尺度・東京都版高校生用（22 項目、あてはまる 4～あてはまらない 1 の 4 段階評定、合計得点 88 点）<sup>8)</sup>。そして、筆者が作成した、他者についてどの程度「理解」できるかの質問（他者理解尺度、54 項目、よくわかる 5～よくわからない 1 の 5 段階評定、合計得点 270 点）を使用した。この質問項目は、4 つの下位因子で構成されている。①成熟した人の理解度 20 項目（合計得点 100 点）②八方美人な人の理解度 14 項目（合計得点 70 点）③依存的な人の理解度 12 項目（合計得点 60 点）④自己顕示欲の強い人の理解度 8 項目（40 点）。それぞれの質問項目は、表 1 に示した。この質問項目は、Team

GATHER Project (2015)<sup>9)</sup> の性格分類の特徴から収集した。

統計処理は、spss (ver.17) を使用し、記述統計を行うとともに、一元配置分散分析を行った。

表 1. 他者理解尺度の質問項目

①成熟した人の理解度
初対面でも躊躇せず話しかけられる人 初対面でも、人見知りせず緊張しない人 人の話を聞くのが好きな人 トラブルが起こったときでも、冷静に論理的に考え、対処する人 相手に悪いところがあると思えば、率直に指摘する人 「すごいね」と感心されると俄然やる気が出る人 友人や同僚から打ち明け話をされることが多い人 変わっているといわれるのは嫌じゃない人 仕事はできるほうだし、同期には負けたくないと思っている人 我慢強い人 10 年以上愛用（車・楽器・アクセサリ）しているものがある人 仕事でも趣味でも自分の納得できるようにやりたい人 子どもの頃からずっと続けている趣味がある人 困っている人がいると気になる人 流行のものにはあまり興味が無い人 デートは遠出や贅沢な食事をしなくてもいい人 自分が納得できる仕事であれば長時間労働も苦にはならない人 始めてやることでも自分ならきつとやれと思っている人 あまり根にもつほうではなく、さっぱりとした性格の人 人の世話をするのが好きな人
②八方美人な人の理解度
一人ボッチが苦手な人 勝ち負けにはこだわる人 自分の意見、ポリシーが無い、優柔不断ではっきりしない人 失恋しても立ち直りは早い人 ルールや規律を平気で破る人に腹が立つ人 自分があげた成果について、必ず誰かに評価をして欲しい人 トラブルがあると急激に落ち着かなくなる人 一方的に長い片思いの経験が結構ある人 想定外のことが起きるとパニックを起こしてしまう人 恋人や伴侶には絶対、記念日を忘れて欲しくない人 場の空気を乱さないように気を使っている人 他人の意見に流されやすい人 回りの人が自分のことをどう思っているかが気になる人 仕事より家族や恋人が大切な人
③依存的な人の理解度
「どう思う」と聞いても、あまり自分の意見が無い人 全般的にゲームや勝負事は下手な人 「責任ある仕事」に付きたくない人 スポットライトを浴びたくない人 記念撮影で笑ってたつもりなのに、写真を見ると無表情な人 計画性が無い人 普段から目立たないようにしている人 大勢の人前で話すのは緊張する人 面と向って褒められると、どうしていいかわからない人 会社の引き出しや、バックには必ずお菓子が入っている人 あまり喜怒哀楽の波が無い人 旅行に出るなら一人旅の方が気楽な人
④自己顕示欲の強い人の理解度
飲み会は大好きなので率先して盛り上げる人 飲み会等では端っこの席ではなく、真ん中でみんなに囲まれている人 恋人と過ごす誕生日やクリスマスには、サプライズ演出をしたい人 よく飲み会に誘われる人 テレビや雑誌あるいは友人に進められたものは買ってしまう人 ブランドの服や貴金属が好きな人 車を買うなら高級車の方がいい人 飲み会やカラオケでは、何が何でも目立っておきたい人

#### Ⅳ. 倫理的配慮

宇都宮短期大学の倫理規定に従い、アンケート実施前に、調査内容、匿名性及び調査に協力することによって不利益になることのないこと、研究以外の目的に使用しないこと、アンケートに答えることは強制ではないこと、得られた情報は厳重に管理することを説明し、協力が得られたアンケート用紙の提出をもって、研究への同意を得られたこととした。

#### Ⅴ. 定義

「自尊感情」とは、自分のできることできないことなどすべての要素を包括した意味での自分を他者とのかわり合いを通してかけがえのない存在、価値ある存在としてとらえる気持ちであり、そして、「自己肯定感」とは「自分に対する評価を行う際に、自分のよさを肯定的に認めることである（東京都教職員研修センター、2013）<sup>8)</sup>。

また、「自尊感情」の下位因子の定義<sup>8)</sup>は、「①自己評価・自己受容」とは、「自分のよさを実感し、自分を肯定的に認められることができる」。「②関係の中での自己」とは、「多様な人との関わりを通して、自分が周りの人に役立っていることや周りの人の存在の大きさに気付く」、「③自己主張・自己決定」とは、「今の自分を受け止め、自分の可能性について気付く」である。

本研究では、この東京都教職員研修センター（2013）<sup>8)</sup>の「自尊感情」の定義を採用している。

#### Ⅵ. 結果

##### 1. 自尊感情尺度の得点

自尊感情（合計得点 88 点中）の平均得点は、63.46 点（SD9.06）であった。また、自尊感情尺度の 3 つの下位因子の平均得点は、「①自己評価・自己受容」得点が、21.39 点（SD3.85）、「②関係の中での自己」得点が、

表 2. 自尊感情の平均得点

	平均点	SD
自尊感情得点	63.46	9.06
①自己評価・自己受容得点	21.39	3.85
②関係の中での自己得点	19.98	4.54
③自己主張・自己決定得点	22.08	3.47

19.98 点（SD4.54）、「③自己主張・自己決定」得点が、22.08 点（SD3.47）であった（表 2）。

##### 2. 他者理解の得点

筆者が作成した、「他者理解尺度」の下位因子得点は、以下であった。「①成熟した人の理解度」得点の平均は、73.92 点（SD11.79）、「②八方美人な人の理解度」得点の平均は、50.17 点（SD8.84）、「③依存的な人の理解度」得点の平均は、41.10 点（SD7.49）、「④自己顕示欲の強い人の理解度」得点の平均は、25.53 点（SD5.89）。（表 3）

表 3. 他者理解の平均得点

	平均点	SD
①成熟した人の理解	73.92	11.79
②八方美人な人の理解	50.17	8.84
③依存的な人の理解	41.1	7.49
④自己顕示欲の強い人の理解	25.53	5.89

##### 3. 他者理解と自尊感情の関連（一元配置分散分析）

「自尊感情」の高群と低群は、平均値で分け、「他者理解尺度」得点との間で、一元配置分散分析を実施した。

1) 「他者理解尺度」の下位因子「①成熟した人の理解度」得点は、「自尊感情」の下位因子得点「②関係の中での自己」と「③自己主張・自己決定」の高群と低群で有意差があった。つまり、自尊感情「高群」の方が「低群」より、「①成熟した人」をよく理解していた（表 4）。

「自尊感情②関係の中での自己」と「他者理解①成熟した人」→ ( $F(1,117) = 22.86, p < .001$ )

表 4. 自尊感情「②関係の中での自己」と他者理解「①成熟した人」得点の比較

① 成熟した人	合計		自尊感情の高群			自尊感情の低群			F	
	n	average	SD	n	average	SD	n	average		SD
	119	73.92	11.8	660	78.63	10.83	59	69.14	10.84	22.86 ***
***p.001 **p<.01 *p<.05										

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

「自尊感情③自己主張・自己決定」と「他者理解①成熟した人」→ ( $F(1,117) = 45.30, p < .05$ )（表 5）

表 5. 自尊感情「③自己主張・自己決定」と他者理解「①成熟した人」得点の比較

① 成熟した人	合計		自尊感情の高群			自尊感情の低群			F	
	n	average	SD	n	average	SD	n	average	SD	
	119	73.92	11.8	55	80.62	9.05	64	6.17	10.85	3.92 *

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

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

2) 「他者理解尺度」の下位因子「②八方美人な人の理

解度」得点は、自尊感情の下位因子得点「②関係の中の自己」と「③自己主張・自己決定」の高群と低群で有意差があった。つまり、自尊感情「低群」の方が「高群」より、「②八方美人の人」をよく理解していた。

(表 6)「自尊感情②関係の中での自己」と「他者理解②八方美人の人」→ ( $F(1,117) = 10.81, p < .001$ )

表 6. 自尊感情「②関係の中での自己」と他者理解「②八方美人の人」得点の比較

②八方美人	合計			自尊感情の高群			自尊感情の低群			F
	n	average	SD	n	average	SD	n	average	SD	
	119	41.1	7.49	60	38.95	7.9	59	43.29	6.4	10.81 ***

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

(表 7)「自尊感情③自己主張・自己決定」と「他者理解②八方美人の人」→ ( $F(1,117) = 8.41, p < .001$ )

表 7. 自尊感情「③自己主張・自己決定」と他者理解「②八方美人の人」得点の比較

②八方美人	合計			自尊感情の高群			自尊感情の低群			F
	n	average	SD	n	average	SD	n	average	SD	
	119	41.1	7.49	55	39.02	8.18	64	42.89	6.38	45.3 ***

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

3)「他者理解尺度」の下位因子「③依存的な人の理解度」得点は、自尊感情得点の高群と低群で有意差はなかった。

表 8. 自尊感情と他者理解「③依存的な人」得点の比較

③依存的な人	合計			自尊感情の高群			自尊感情の低群			F
	n	average	SD	n	average	SD	n	average	SD	
	119	41.1	7.49	55	38.87	8.51	64	43.02	5.91	9.72 ns

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

(表 8)「自尊感情」と「他者理解③依存的な人」

→ ( $F(1,117) = 9.72, ns$ )

4)「他者理解尺度」の下位因子「④自己顕示欲の強い人の理解度」得点は、「自尊感情」得点の高群と低群で有意差があった。つまり、「自尊感情」得点「高群」の方が「低群」より、「④自己顕示欲の強い人」をよく理解していた。

(表 9)「自尊感情」と「他者理解④自己顕示欲の強い人」→ ( $F(1,117) = 5.37, p < .05$ )

表 9. 自尊感情と他者理解「④自己顕示欲の強い人」得点の比較

④自己顕示欲	合計			自尊感情の高群			自尊感情の低群			F
	n	average	SD	n	average	SD	n	average	SD	
	119	23.53	5.89	55	24.85	6.06	64	22.39	5.53	5.37 *

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

## VII. 考察

「自尊感情」得点の「高群」は「低群」より、「①成熟した人の理解度」が高かった。これは、「自尊感情」が「高い」と、他者理解ができる・人間関係が良くなるという、先行研究<sup>2)8)</sup>と同様の結果となった。現在の教育現場では、学生の「自尊感情」をどう高めるか、が課題となっている(文部科学省国立教育政策研究所, 2015)<sup>4)</sup>。

また、「自尊感情」得点の「高群」は、「他者理解尺度」の下位因子「④自己顕示欲の強い人の理解度」得点も高かった。これは、「自己顕示欲へ共感」(自分も自己顕示欲が強いという短所)にもつながるという先行研究<sup>5)6)7)</sup>の結果と同じになった。つまり、「自尊感情」の「高群」は、自分自身に対する自己評価が非常に高く(自己顕示欲が強く)、自己顕示欲の弱い人(自己評価の低い人)の「他者理解」にはつながらない可能性が示唆された。

一方、「自尊感情」得点の「低群」は、「他者理解尺度」の下位因子「②八方美人の人の理解度」得点が高かった。これは、「自尊感情」の「低い」学生は、「回りの人が自分のことをどう思っているかが気になる人」「想定外のことが起きるとパニックを起こしてしまう人」「一人ぼっちが苦手な人」「トラブルがあると急激に落ち着かなくなる人」「他人の意見に流されやすい人」「自分の意見、ポリシーが無い、優柔不断ではっきりしない人」「仕事より家族や恋人が大切な人」「自分があげた成果について必ず誰かに評価をして欲しい人」などの理解が、よりできることが示唆された。つまり、「自尊感情」の「低さ」も、多様な他者理解につながることを示唆された。

よって、本研究の仮説、「自尊感情」の「低さ」が「他者理解」の「長所」になり、「自尊感情」の「高さ」が、必ずしも、多様な他者理解に関連しないことは、は支持された。

この結果は、本研究の「背景」で述べた、「介護サービスを提供するための人材の確保として、2020 年代初頭までに追加的に必要となる 25 万人の介護人材の確保に取り組む必要がある。」<sup>1)</sup>に対する、一つの解決策を示していると考えられる。

そもそも、日本の学生は、年齢が上がるほど、「自己肯定感」が下がる傾向にある(文部科学省, 2016)<sup>10)</sup>。つまり、「自尊感情」や「自己肯定感」が「低い」学生が、介護職者として働くことが考えられる状況だからで



あり、「自尊感情」「自己肯定感」が「低い」学生は、対人援助の仕事に向いていない、ということはない、という新しい価値観が、「就労定着と離職予防」のための一つの「解決策」であると考えられる。

本研究の結論として、「介護人材の確保」には、2つのアプローチが考えられる。一つは、「自尊感情」「自己肯定感」を高める工夫。もう一つは、「自尊感情」「自己肯定感」の「低さ」は、対人援助の仕事に有利に働く場面もある、という新しい価値観を共有することである。

## VIII. 本研究の限界

東京都の調査 (2013)<sup>8)</sup>によると、自尊感情や自己肯定感が高い傾向にある学生は、進路の目標が明確で、友人関係も良好である、一方で、学習への意欲や理解度が低い学生や、問題行動が見られる学生は、自尊感情や自己肯定感が低い傾向にある、と報告している。

今回の調査では、「自尊感情」と「他者理解度」について調べたが、進路目標や友人関係、問題行動や学習意欲・理解度との関連については、調べていない。よって、さらなる調査が必要である。

また、同調査 (2013)<sup>8)</sup>によると、自尊感情の3つの観点 (下位因子) がバランスよく備わることで、学校での適応や自己の形成、人との協調性を学ぶことに生かされることが分かっている。

今回の調査では、「自尊感情」得点の「高群」が、「自己顕示欲の強さ」とその理解度の関連がみられたが、「他者理解」が、学校での適応力や協調性とのどのような関連があるかを調べる必要がある。

また、同調査 (2013)<sup>8)</sup>によると、自己肯定の下位因子「①自己評価・自己受容」の観点のみが「高い」場合、「人との関係の中で自己を捉えることができず、学校適応が難しく、人との協調性について困難な状況が考えられる」。

そして、「②関係の中での自己」の観点のみが「高い」場合、「自分の主義・主張がなく、安易に他の人の意見に賛成したり、他の人への依存性が前面に出たりする傾向があり、自我の埋没につながる危険性」がある。

さらに、「③自己主張・自己決定」の観点のみが「高い」場合、「わがままや自己中心的な負の部分が前面に出やすく、教師等と意見の衝突も増える傾向がある」ことが報告されている。

よって、これら「自尊感情」にバランスを欠いた学生に対し、教師の評価や声掛け、友人関係の構築、キャリ

ア教育が、「自尊感情」をバランスよく「高める」ポイントである (東京都教職員研修センター、2013)。今回の調査では、これらのポイントと「他者理解」の関連を調べたい。

最後に、今回の調査では、「他者理解」の質問紙を作成し、その理解度を5段階 (5 よくわかる～1 よくわからない) で、答えてもらったが、回答者の中に「他者の理解について答えているつもりが、自分のことについて答えているように思えた」との意見があり、質問紙のさらなる改良が必要である。

## [文献]

- 1) 厚生労働省 (2018) 「3 福祉・介護人材確保対策等について」 <http://www.mhlw.go.jp/topics/2018/01/dl/tp0115-s01-01-05.pdf> 2018.4.13 閲覧
- 2) 倉田郁也, 益川順子, 「職業イメージ (当事者意識) とストレス対処 (自己評価) の関連—対人援助職の長期就労継続要因 (2) —」 保育と保健, 2018 24 (1) pp52-60
- 3) 文部科学省『中学校学習指導要領解説 特別活動編』 2008 p3
- 4) 文部科学省国立教育政策研究所『「自尊感情」? それとも, 「自己有用感」? 』 2015 p1
- 5) 柳澤美帆, 杉山崇「人の攻撃性と自尊心について—自尊心と自己愛の違いに着目して—」 神奈川大学心理相談センター紀要, 2013 4:49-61
- 6) 心理学辞典「自尊感情」誠信書房 2) 1990
- 7) Kruger, Justin; Dunning, David (1999). "Unskilled and Unaware of It: How Difficulties in Recognizing One's Own Incompetence Lead to Inflated Self-Assessments". *Journal of Personality and Social Psychology* 77(6): 1121-34. doi: 10.1037/0022-3514.77.6.1121.PMID10626367
- 8) 東京都教職員研修センター「自尊感情や自己肯定感に関する研究について」 2013 <http://www.metro.tokyo.jp/INET/OSHIRASE/2013/02/20n2l800.htm> H30.5.16 閲覧
- 9) Team GATHER Project (編集)『類人猿分類公式マニュアル 2.0 人間関係に必要な知恵はすべて類人猿に学んだ』 夜間飛行 2015
- 10) 文部科学省「日本の子供たちの自己肯定感が低い現状について」 第38回教育再生実行会議 (平成28年10月28日) の参考資料2