

対人関係における随伴及び非随伴経験とエゴグラムの関係

－居場所による媒介効果－

豊田弘司

(奈良教育大学 学校教育講座 (教育心理学))

Relationships among Experiences of Contingency and Non-contingency in Interpersonal Relationships and Egogram
－ Mediating effect by *Ibasho* －

Hiroshi TOYOTA

(Department of Psychology, Nara University of Education)

要旨: 大学生及び看護学生を対象にして、対人関係における随伴経験及び非随伴経験量、居場所（自分、友人、母親、父親）への安心感、及びエゴグラム（CP、NP、A、FC、AC）の関係を男女別に検討した。実質的な相関を基にして、パス解析を行った。その結果、男子は随伴経験が友人への安心感、女子は随伴経験が自分と友人の両方の安心感を介して自我状態（NP、FC及びAC）へ影響していることが示された。なお、母親、父親への安心感の影響が、男女によって異なる可能性を予想したが、大学生においてはその違いはなかった。エゴグラムの理想である自我状態の偏りを調整するために、友人への安心感に関する議論とともに、大人の自我状態（A）を優勢にする要因の検討が今後の課題とされた。

キーワード: 対人関係 interpersonal relationship、エゴグラム egogram、随伴経験 experiences of contingency

1. はじめに

大学生におけるコミュニケーション能力の不足が叫ばれて久しいが、今や社会人においても対人関係の能力不足が盛んに議論されている。また、児童・生徒においても、対人関係の基礎となる挨拶や敬語等の社会的な生活習慣が出来ていない者、対人的な感情の制御ができない者の学校適応の悪さも指摘されている（豊田, 2008）。このような状況に対応するために、児童・生徒に対しては、社会的スキルを含めた対人関係の訓練（社会と情動の学習; Social and Emotional Learning; SEL）等（小泉・山田, 2011）の試みが行われている。

古くから、対人関係に関しては多くの理論と技法があるが、交流分析（transactional analysis）もその一つである。武田（1979）によれば、交流分析は、精神分析学を基礎におき、Berne, E.によって1950年代に創始された人格理論・人間関係理論であり、心理療法の一技法である（Berne, 1958）。交流分析では様々な分析を行うが、最初に行われるのが、構造分析（structure analysis）であり、人格の構造を親的自我状態、大人の自我状態、及び子供の自我状態であらわし、各自我状態の偏りについて分析するのである。健全な人格の構造は、親的自我状態、大人の自我状態及び子供の自我状態のバランスがとれていることで、精

神分析学でいう自我に対応する大人の自我状態が、親的自我状態と子供の自我状態の調停をしているとされている。

この自我状態を図示するために、Dusay（1972）がエゴグラム（Egogram）を提唱した。現在では、自我状態を反映させる尺度として開発されている（杉田, 1990）。そこでは、5つの自我状態に対応する尺度が構成されているが、豊田（2003）は、それらに対して以下のような簡単な解説を行っている。

①批判的な親（CP (critical parent)) 尺度 「厳しい父親」尺度といってよい。この尺度の得点が高い人は、他人に対して批判的であり、厳しいが、責任感も強いという特徴がある。まさに、家族から敬遠されがちな、頑固な父親のイメージの人である。

②養育的な親（NP (nurturing parent)) 尺度 「やさしい母親」尺度といえる。この尺度の得点が高い人は、共感性が高く、母親のように、他人を温かく受容し、世話好きな存在である。

③大人の自我（A (adults)) 尺度 「大人としての成熟度」尺度といえる。この尺度の得点が高い人は、理性的、合理的であり、現実的に対応できる人である。したがって、現実への適応という意味では重要である。

④自由な子ども（FC (free child)) 尺度 「子どものような自由奔放さ」の尺度といえる。この尺度の得

点の高い人は、子どものように明るく、自由奔放であり、感性や表現力が豊かである。しかし、感情的、衝動的という面も持っている。

⑤順応した子ども (AC (adapted child)) 尺度 「いい子ちゃん」の尺度といえる。この尺度の得点の高い人は、素直であり、周囲との協調性も高い。周りの期待に応えようとする面が強い故に、自主性が乏しい面もある。

自我状態の偏りが無いことが望ましいので、どの尺度の得点も高いことがよいと言われている。それは、どのような自我状態にもその場の状況に応じて柔軟になれるからである。また、Aの得点を頂点とする山型がよいとも言われている。それは、現実的な対応をする自我を中心にバランスがとれているからである。したがって、エゴグラムは、自我状態を多面的に測定できるという長所があり、一つの特性を測定する尺度とは異なっている。

豊田 (2010) は、対人関係における随伴経験量と NP 及び FC の間に正の相関、非随伴経験量と AC の間に正の相関を見いだしている。随伴経験 (experience of contingency) とは、努力が成果に結びついた経験であり、反対に成果に結びつかない経験を非随伴経験 (experience of non-contingency) と呼ぶ。随伴経験には様々な種類があるが、牧・関口・山田・根建 (2003) は、対人関係における随伴経験尺度を作成して、中学生において、随伴経験の多い生徒は、自己効力感の高いことを明らかにしている。また、豊田 (2006) は、牧ら (2003) の作成した尺度を用いて、大学生における随伴経験量を測定し、随伴経験量が多い者ほど、自尊感情の高いことを示している。さらに、豊田・牧田・木原 (2012) は、随伴経験量と友人への安心感 (安心できる程度) の間の正の相関を見いだしている。すなわち、随伴経験量が多い者ほど、居場所 (「安心できる人」) である友人に対する安心できる程度が高いことを示したのである。それ故、随伴経験量が、友人の安心感を規定することになる。また、豊田・島津 (2006) では、随伴経験量と PU 及び MR との間に正の相関を見いだしている。この結果は、随伴経験量が多い者ほど、EI における PU と MR の能力が高いことを示すものである。したがって、随伴経験量は、EI の水準も規定することになる。

随伴経験の中でも、対人関係における随伴経験は人との交流に関する経験なので、自我構造の指標であるエゴグラムに反映される。豊田 (2010) において、随伴経験量と NP との間に正の相関が認められたのは、人との交流において努力が成果になる経験を積むと、人に対して面倒をみるという養育的な自我状態が形成されやすくなると考えられる。また、FC との間にも正の相関が認められたことは、随伴経験において相手への発信が受け入れられることになるので、自由に自

分の感情を表現できるような自我状態 (FC) になりやすいであろう。さらに、非随伴経験によって、相手からの好意的な返信を求めるために、相手の期待に合わせようとする自我状態 (AC) が助長されるのであろう。

ただし、随伴経験によって相手への信頼感あるいは安心感が高まり、その結果、自我状態が変化していく可能性も考えられる。例えば、友人との間において随伴経験が多ければ、友人への安心感が高まるので (豊田ら, 2012)、その安心感が NP や FC 傾向を高める可能性もある。また、非随伴経験が自分以外の他者 (友人、母親、父親) への安心感を低め、その結果、他者の期待に添うような自我状態 (AC) が助長される。さらに、豊田 (2010) では、調査対象の男子の数が少なかった (49 名) で、性差を検討することができなかった。男子にとって父親、女子にとっては母親が性役割の同一化対象として認識されるので、父親及び母親への安心感は、性によって異なることも考えられる。

そこで、本研究の目的は、随伴経験及び非随伴経験が居場所 (自分、友人、母親、父親) への安心感を介して、自我状態に及ぼす効果を、男女それぞれにおいて検討することである。

2. 方法

2.1. 調査参加者

調査への参加者は、2013 年及び 2014 年に著者の授業を受講した大学生及び看護学校の学生であり、300 名以上の参加者になった。ただし、年齢が 30 歳以上の学生及び下記の調査の一つでも参加していない者、授業を欠席した者を分析から除いた。その結果、253 名 (男性 108, 女性 145) が分析対象となり、これらの参加者の平均年齢は 19 歳 1 か月 (範囲 18 歳 3 か月～29 歳 6 か月) であった。

2.2. 調査内容

2.2.1. 主観的随伴経験尺度

牧ら (2003) による対人関係における随伴経験及び非随伴経験を測定するための尺度を用いた。この尺度は、大学生にも適用されている (豊田, 2006)。対人関係における随伴経験を調べるための 15 項目 (項目例「友人の悩みを聞いてあげたら、感謝された」) と非随伴経験を調べる 15 項目 (「自分は信用していたのに、友人が自分を信用してくれなかった」) からなり、回答は 4 件法 (「全く経験したことがない (1)」「あまり経験したことがない (2)」「少しは経験したことがある (3)」「よく経験したことがある (4)」) が用いられた。

2.2.2. 「居場所」への安心感尺度

豊田 (2009) と同じく、「あなたは、以下の場合どの程度安心できますか?」という質問に対し、「自分一人」「母親」「友人」「父親」と一緒にいる時の4つの場合について、「ほとんど安心できない (1)」から「非常に安心できる (6)」までの6件法で回答を求めた。なお、調査参加者には該当する人物がいない場合は、空欄にするように求めた。それ故、すべての参加者が4つの場合に対する安心できる程度を回答しているわけではない。この調査項目は、授業に関する補足資料とともに、A4判用紙に印刷されていた。

2.2.3. エゴグラムチェックリスト

杉田 (1990) による尺度を用いた。この尺度は、大学生用に表現を修正した簡易版である (豊田, 2003)。上述したCP (項目例「後輩がミスをする、すぐにとがめますか。」、NP (「人から道を聞かれたとき、親切に教えてあげますか。」、A (「感情的というよりも、理性的なほうですか。」、FC (「うれしいときや悲しいときに、顔や動作にすぐ表しますか。」) 及びAC (「あなたは遠慮がちで、消極的なほうですか。」) の各尺度に対応する項目が10項目ずつ、合計50項目から成っており、「はい」「いいえ」の2件法で回答するものであった。なお、原版では、「どちらでもない」という回答も含めた3件法であるが、豊田 (2010) と同じく、回答のしやすさとエゴグラムの特徴が見えやすいように2件法を採用した。それ故、採点は「はい」を2点、「いいえ」を0点としてカウントする。このエゴグラムチェックリストは、A4判用紙に印刷された。

2.3. 調査手続き

2013年4～5月、2014年5月に3週にわたって、週1回開講される著者の授業において授業内容との関連性を説明した上で、集団的に調査が実施された。参加者に対しては、調査は記名方式であるが、提出は任意であり、実施した内容に関するデータは研究発表することもあるが、個人を特定されることはない。また、次週の授業時間の冒頭に調査に関する解説をすることを約束し、協力を依頼した。ただし、エゴグラムチェ

ックリストに関しては、性格の理解に関する演習の意味があるので、直後に解説した方が良いと判断し、直後に解説を行った。第1週にエゴグラムチェックリスト (実施時間は8分)、第2週に主観的随伴経験尺度 (実施時間5分)、第3週に居場所への安心感尺度 (実施時間1分) を実施した。著者が調査者となって、各項目を読み上げ、調査参加者は、項目ごとに回答していった。なお、どの尺度に関しても、調査用紙の提出は任意であったが、尺度実施当日に参加者していた者全員が資料の提供に応じてくれた。また、本研究では、後述するように、随伴・非随伴経験が居場所を介して、エゴグラムに影響するというモデルを想定しているが、調査実施の順序は、エゴグラム、随伴・非随伴経験、居場所の順になっている。このような順になったのは、1回の調査負担を軽減すること、授業内容との関連性を考慮したこと、1回目の調査と3回目の調査で2週間が空くが、調査内容に対する応答がそのような短い期間では変動が少ないと判断したからである。

3. 結果と考察

Table 1には、随伴・非随伴経験、居場所 (自分一人、友人、母親、父親) への安心感、及びエゴグラム (CP、NP、A、FC、AC) の各尺度得点の平均と標準偏差が示されている。どの尺度得点においても性差は認められなかった。また、男女別に尺度得点間の相関係数 (r) がTable 2に示されている。有意な相関係数は、太字で示されている。

3.1. 男子

男子においては、随伴経験量は友人、母親及び父親への各安心感とは正の相関、エゴグラムのNP及びFCとは正の相関、ACとは負の相関が認められた。また、非随伴経験量と自分及び友人への安心感の間に有意な負の相関が認められた。次に、居場所の安心感とエゴグラムの関係においては、自分への安心感とCP、NP及びFCとの間に負の相関、友人への安心感とFCが正の相関、ACと負の相関が認められた。

さらに、随伴経験量とNP、FCの間に正の相関が認

Table 1 随伴・非随伴経験、居場所への安心感、及びエゴグラムにおける平均及び標準偏差

	随伴経験	非随伴経験	居場所への安心感				エゴグラム					
			自分	友人	母親	父親	CP	NP	A	FC	AC	
男子												
<i>M</i>	45.26	29.30	4.30	4.86	4.56	4.13	9.43	15.70	9.35	13.20	12.70	
<i>SD</i>	7.57	6.91	1.25	0.95	0.97	1.32	3.70	3.34	4.15	4.01	4.08	
女子												
<i>M</i>	48.97	28.99	4.19	5.01	5.13	4.28	8.76	16.11	9.37	13.48	11.93	
<i>SD</i>	5.90	6.87	1.19	0.77	1.03	1.32	3.59	3.15	3.73	4.23	4.66	

Table 2 随伴経験、居場所への安心感、及びエゴグラムの関係 (r)

(右上欄には男子、左下欄には女子)

尺度	随伴経験	非随伴経験	居場所への安心感				エゴグラム					
			自分	友人	母親	父親	CP	NP	A	FC	AC	
随伴経験		-.24	.02	.30	.27	.35	.08	.22	.12	.40	-.19	
非随伴経験	-.04		-.20	-.28	-.15	-.15	.11	-.03	.06	.13	.39	
安心感	自分	-.20	-.15		.01	.18	.12	-.20	-.23	.00	-.20	-.04
	友人	.27	-.18	-.11		.25	.39	.10	.05	-.01	.18	-.22
	母親	.41	-.26	-.09	.22		.34	.04	.04	-.09	.03	-.02
	父親	.25	-.08	-.02	.13	.39		.06	.00	-.11	.12	-.13
エゴグラム	CP	.11	.08	-.09	.01	.04	.16		.10	.21	.12	.07
	NP	.24	-.13	-.04	.35	.11	-.11	.25		.07	.16	-.11
	A	.00	-.05	.07	-.08	.01	.11	.06	.09		-.08	-.09
	FC	.30	-.09	-.11	.32	.09	-.01	.13	.27	-.12		-.26
	AC	-.18	.23	-.17	-.05	-.12	-.04	.11	.00	.03	-.33	

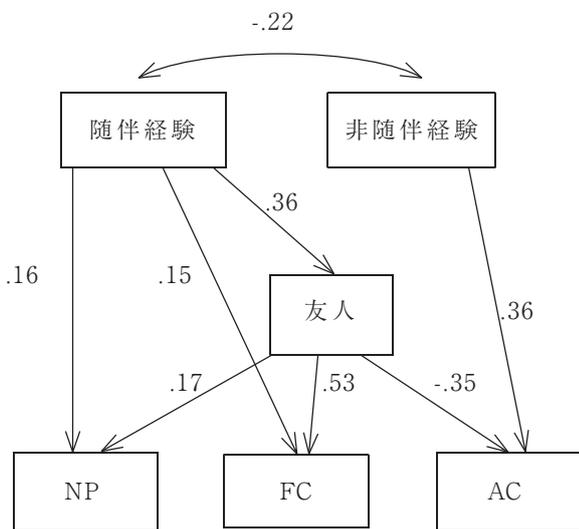


Fig. 1 観測変数間の関係図 (男子)

められた。この結果は、豊田 (2010) の結果と一致している。同じく、随伴経験と AC との間に負の相関があり、非随伴経験量と AC の間に正の相関が認められた。これらの結果も、豊田 (2010) と一致する結果である。豊田 (2010) の男子の参加者数が少なかったが、本研究の結果と一致するものであった。

観測変数間の構造方程式モデリングによる分析を行った。ここでは、随伴・非随伴経験が居場所を介して、エゴグラムに反映するという仮説モデルを設定し、実質的なパスのみを残して、パス解析を行った。その結果が、Fig. 1 に示されている。図中の数値は標準化パス係数であり、誤差は表示していない。自分、母親及び父親への安心感の観測変数がこのモデルに含まれていないのは、これらの変数から NP、FC 及び AC へのパス係数が .10 以下になったため、実質的でないとしたためである。また、エゴグラムの CP 及び A が含ま

れていないのも、上述のすべての観測変数からのパスが見いだせないからである。

このモデルは、男子においては、随伴経験が友人への安心感を高め、そこで規定された友人への安心感が高いほど FC 傾向が高まり、逆に AC 傾向が低下することを示している。ただし、友人という居場所を介してエゴグラムへの影響だけでなく、随伴経験から NP 及び FC、非随伴経験から AC への直接的なパスが認められている。なお、このモデルの適合度の指標である GFI は .989、AGFI は .968 (1 に近いことで適合性を評価)、RMR は 1.352 (0 に近いことで適合性を評価) であった。

3.2. 女子

女子においては、随伴経験量は友人、母親及び父親への各安心感とは正の相関、自分への安心感とは負の相関が認められた。男子では、随伴経験量と自分への安心感が無相関であったのと異なっている。また、随伴経験量は男子と同じく、エゴグラムの NP 及び FC とは正の相関、AC とは負の相関が認められた。一方、非随伴経験量と友人及び母親への安心感の間に有意な負の相関が認められた。男子では自分への安心感との間の負の相関が有意であり、母親への安心感との間の負の相関が有意にならなかった。ただし、非随伴経験と各居場所への相関は男女ともに負の相関が得られており、男女による大きな違いはないと考えられる。次に、居場所の安心感とエゴグラムの関係においては、友人への安心感と NP 及び FC との間に正の相関が認められた。男子では、友人への安心感と FC の間にのみ正の相関があったので、この点は異なっている。また、男子では、友人への安心感と AC との間に負の相関が認められたが、女子ではほぼ無相関であった。

女子においても、男子と同様に、居場所を介したモデルを設け、パス解析を行った。Fig. 2 がその結果で

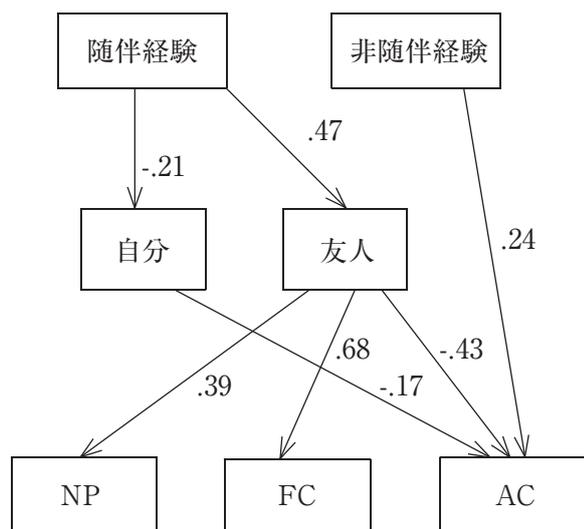


Fig. 2 観測変数間の関係図 (女子)

あるが、Fig. 1と同じく、母親及び父親への安心感がこのモデルに含まれていないのは、NP、FC及びACへのパス係数が.10以上の実質的な値を見いだせなかったからである。また、エゴグラムのCP及びAが含まれていないのも、上述のすべての観測変数からのパスが見いだせなかったからである。なお、このモデルの適合度の指標であるGFIは.989、AGFIは.977、RMRは.980であった。

このモデルで示されているのは、女子においては、随伴経験量によって友人への安心感が規定され、その安心感がNPとFCを高め、ACを低める。また、随伴経験量が自分への安心感を低め、その自分への安心感は、AC傾向を低める傾向にあることがわかる。さらに、非随伴経験量からACへの直接的なパスが認められている。

男女の違いをまとめると、男子は随伴経験が友人への安心感、女子は随伴経験が自分と友人の両方の安心感を介して自我状態（NP、FCもしくはAC）へ影響していることが明らかになった。なお、母親、父親への安心感の影響が、男女によって異なる可能性を予想したが、その違いはなかった。青年期後期の大学生においては、児童期とは異なり、母親や父親の影響は少なくなっているといえよう。

4. 総括的議論

本研究の目的は、随伴及び非随伴経験量が居場所（自分、友人、母親、父親）への安心感を規定し、その安心感が自我状態を決めるという関係を検討することであった。パス解析の結果、男女による違いはあるものの、自分もしくは友人への安心感が介して、随伴及び非随伴経験量が自我状態に反映されることが明らかになった。

エゴグラムにおいては、自我状態の偏りが無いことが理想とされているが（杉田, 1990）、時にその偏りが生じる場合がある。例えば、武田（1979）によれば、危機的場面に遭遇した場合には、強い不安によって、ACが優勢となり、Aが機能しないこともある。このような場合には、本研究から示唆されることは、友人への安心感を高めることである。そのためには、随伴経験量を増やすことが推奨される。随伴経験量を増やすことによって、友人への安心感を高め、ACを抑制することになる。また、武田（1979）によれば、強い不安を知性化して防衛すれば、ACが抑圧され、強直化したA優勢になるという。このようなACの抑圧された事態に対応するにも、友人への安心感の調整が有用になる。

豊田（2009）は、居場所への安心感と孤独感との関係を検討し、友人や恋人への安心感が孤独感を抑制することを明らかにしている。また、豊田・大賀・岡村（2007）やToyota（2008）では、居場所が友人や母親である場合が、自分一人である場合よりも孤独感の低いことを示している。もちろん、居場所としての母親の意義は大きいですが、本研究では母親への安心感が自我状態に与える影響はほとんど認められなかった。これは、調査対象が青年期後期の大学生であり、母親よりも友人による影響の大きさを反映しているのかもしれない。

このように、友人への安心感は、自我状態の偏りを調整するために重要である。しかし、エゴグラムの理想は、上述したような偏りのないこととともに、理性的判断が可能なAが優勢である状態である。本研究では、どの居場所に対する安心感もAとの有意なパスは見いだせなかった。本研究のAの得点を他の得点と比較すると、CP以外の得点よりは明らかに低くなっている。また、豊田（2010）においても、A得点は低い。したがって、大学生が全体的にAが低い傾向にあることは間違いないが、Aはエゴグラム上では適応上重要な自我状態とされているので、Aを高める要因の検討が今後の課題である。

5. 引用文献

- Berne, E. 1958 Transactional analysis: A new and effective method of group therapy. *American Journal of Psychotherapy*, 12, 735-743. (武田, 1979 による)
- Dusay, J.M. 1972 Egogram and constancy hypothesis. *Journal of Transactional Analysis*, 2, 133-137. (デユサー, J. M. 池見西次郎 (監修) 新里里春 (訳) エゴグラム ひと目でわかる性格の自己診断 創元社)
- 小泉令三・山田洋平 2011 社会性と情動の学習

- (SEL-8S) の進め方 小学校編 ミネルヴァ書房
牧郁子・関口由香・山田幸恵・根建金男 2003 主観的随伴経験が中学生の無気力感に及ぼす影響、教育心理学研究, 51, 298-307.
- 杉田峰康 1990 エゴグラムとOKグラム 医師・ナースのための臨床交流分析入門 医歯薬出版 Pp.61-79.
- 武田信子 1979 第9章 交流分析 三谷恵一・菅俊夫編 『医療と看護の心理学』ナカニシヤ出版 Pp.149-164.
- 豊田弘司 2003 教育心理学入門－心理学による教育方法の充実－ 小林出版
- 豊田弘司 2006 大学生の自尊感情と自己効力感に及ぼす随伴・非随伴経験の効果 奈良教育大学教育実践総合センター研究紀要, 15, 7-10.
- 豊田弘司 2008 学業成績の規定要因における発達的变化 奈良教育大学教育実践総合センター研究紀要, 17, 15-21.
- Toyota, H. 2008 Interpersonal communication, emotional intelligence, locus of control and loneliness in Japanese undergraduates. *Refereed Proceedings of the 6th Communication Skills in University of Education Conference*, 42-54.
- 豊田弘司 2009 孤独感に及ぼす居場所（「安心できる人」）の効果－評定尺度による検討－奈良教育大学教育実践総合センター研究紀要, 18, 39-43.
- 豊田弘司 2010 大学生における自我構造、自尊感情及び随伴経験の関係 奈良教育大学教育実践総合センター研究紀要, 19, 1-5.
- 豊田弘司・牧田理紗・木原華子 2012 居場所、情動知能及び随伴経験が孤独感に及ぼす効果 奈良教育大学紀要, 61, 35-41.
- 豊田弘司・大賀香織・岡村季光 2007 居場所（「安心できる人」）と情動知能が孤独感に及ぼす効果 奈良教育大学紀要, 56, 41-45.
- 豊田弘司・島津美野 2006 主観的随伴経験と情動知能が感情に及ぼす影響 奈良教育大学紀要, 55, 27-34.