愛着スタイル、情動知能及び自尊感情の関係

豊田弘司
（奈良教育大学　学校教育講座（教育心理学））

Relationships among Attachment Style, Emotional Intelligence and Self-Esteem

Hiroshi TOYOTA
（Department of Psychology, Nara University of Education）

要旨：大学生を対象として、愛着スタイル、情動知能（EI）及び自尊感情との関係を検討した。安定型得点はEIの３つの尺度得点（情動の表現と命名（EL）、情動の認識と理解（PU）及び情動の制御と調節（MR））及び自尊感情得点と正の相関、両価型得点は負の相関関係が認められた。回避型得点はこれらの尺度得点と無相関であった。また、PU及びMRは自尊感情得点との間に正の相関関係があった。回避型得点がEIの３つの尺度得点及び自尊感情得点と無相関であったので、回避傾向高群と低群におけるEIの尺度得点と自尊感情得点の関係を検討した結果、高群ではMR以外はEIの各尺度得点と自尊感情得点の間に正の相関がないが、低群ではすべてのEI尺度得点と自尊感情得点に正の相関があった。この結果は、高群では人との関わりを避けるのでEIによる自尊感情の違いは小さいが、低群ではその関わりが多いので、EIの違いが自尊感情に反映されると解釈された。

キーワード：　愛着スタイル　attachment style　情動知能　emotional intelligence　自尊感情　self-esteem

１．はじめに

児童・生徒の学校適応において、自分の情動をコントロールする力は重要である。例えば、友人関係において攻撃衝動が喚起した場合でも、その衝動を抑えることができれば、友人とのいさかいに発展することはない。また、自分の情動や気持ちをうまく表現する能力も重要である。例えば、友人の行動によって不快感が喚起された場合に、自分のその不快感をうまく表現することによって、友人の行動が抑制されることも多い。さらに、友人の気持ちや情動を理解できる能力も重要である。例えば、友人の気分が落ち込んでいるとわかれば、適切な言葉かけができ、それが友人関係の発展へとつながるからである。このように、学校適応に関しては、情動を処理する能力が重要な役割を持っている。

Salovey & Mayer（1990）は、情動を扱う個人の能力を情動知能（Emotional Intelligence; EI）と呼んでいる。Goleman（1995）は、EIの水準が社会的成功を予言するという内容の著書を発表し、それがベストセラーになることで注目され、数多くの研究がなされてきた（Mayer & Salovey, 1997; Schutte, Malouff, Hall, Haggerty, Cooper, Golden, & Dornheim, 1998; Matthews, Zeidner, & Roberts, 2002; Wong & Law, 2002; Zeidner, Matthews, & Roberts, 2009; Joseph & Newman, 2010）。EIの影響はビジネスにおける成功に限定されるものではない。例えば、Toyota, Morita & Takšié（2007）は、日本版ESCQ（Emotional Skills & Competence Questionnaire; J-ESCQ）によってEIを測定し、EIによって肯定的な適応の指標である自尊感情（self-esteem）が促進されることを明らかにしている。また、Toyota（2011）は、EIが自己肯定感を高めることも示している。さらに、豊田らの一連の研究（豊田・大賀・岡村, 2007; Toyota, 2008, 2009a）では、適応の否定的面である孤独感がEIによって抑制されることを見いだしている。小学生を対象にした研究（豊田・李・山本, 2011; 豊田・吉田, 2012）でも、EIが学校適応や学業成績を促進することが示されている。最近の研究（豊田・照田, 2013）では、ストレッサーがストレス反応に及ぼす効果がEIによって規定されることを明らかにしている。すなわち、EI水準が高いと、ストレッサーの認識が少なくなり、ストレス反応も減少するのである。このように、EIは適応を促進する効果がある。

ただし、EIが適応に及ぼす効果は、他の要因によって影響される可能性がある。例えば、豊田ら（2007）では、居場所を「安心できる人」と定義し（加藤, 1977）、孤独感との関係を検討した。そして、「安心できる人」が自分である者（自分群）が、母親や友人である者（母親、友人群）よりも孤独感が高いことを明

らかにしたが、EIが高い者では自分群と母親及び友人群との孤独感の水準における違いはなかった。この結果は、EIが適応の指標である孤独感に及ぼす効果が居場所によって異なることを示している。そして、この居場所は、対人関係における随伴経験と非随伴経験量と関係している。随伴経験とは、相手に対する努力が、相手からの成果を伴う経験である。例えば、苦手な人に話しかけたら、仲良くなれたというような経験である。一方、非随伴経験とは、親切でした行動が、誤解されたという経験のように、努力が成果を伴わない経験である。Toyota（2009b）は、居場所とこれらの経験の関係を検討した結果、自分群が母親群や友人群よりも随伴経験量が少なく、反対に非随伴経験量が多いことを示した。この結果は、居場所が対人関係における経験によって規定されることを示している。

Bowlbyの一連の研究（Bowlby, 1969, 1973, 1980, 1988）は、対人関係を規定する概念として、愛着スタイルを提唱している。Bowlby（1973）によれば、人間の発達初期における愛着関係は、養育者の情緒的受容性や要求への反応性によって規定される。それ故、ある特定の個人は養育者（愛着対象）との継続的な相互作用を通してその関係や愛着対象に対する期待を抱き、自分自身に対する主観的な信念・表象を発達させていくことになる。この主観的な信念・表象が内的な作業モデルである。Ainsworth, Blehar, Waters & Wall（1978）は、幼児に母親と見知らぬ人との分離と再会を経験させ、幼児の反応における行動パターンを見いだした。このパターンが愛着スタイルであり、安定型（secure）、回避型（avoidant）及び両価型（ambivalent）に分けられる。そして、この愛着スタイルは、その後の対人関係に反映されるのである（Kobak & Sceery, 1988）。豊田・岡村（2007）は、この愛着スタイルが適応に及ぼす効果を検討している。そこでは、居場所が「自分」である場合には回避型傾向は自分に対する安心できる程度を高めるが、「親」や「友人」である場合にはその程度を低めることが明らかにしている。この結果は、居場所によって愛着スタイルが安心できる程度に及ぼす効果が異なることを示している。それ故、安心できる程度を適応の指標とした場合には、愛着スタイルが適応に及ぼす効果に対して、居場所が調整変数として機能したことになる。

このように、居場所は、EIや愛着スタイルが適応に及ぼす効果に対して調整変数として機能している可能性が指摘できる。しかし、EIが適応に及ぼす効果に対して、愛着スタイルが調整変数として機能する可能性はないのであろうか。というのは、適応の指標である自尊感情を高めるEI水準は、対人関係における随伴経験量によって規定されることが明らかにされており（豊田・島津, 2006）、その対人関係には愛着スタイルの影響が反映されているからである。対人関係において積極的であり、他者との関わりをもつ者はEI水準が自尊感情に反映されるが、他者との関わりを持たない者はEIの水準が自尊感情に反映されないと考えられる。愛着スタイルにおける回避傾向の高い者は対人関係を避ける傾向があるので、EIの適応に対する効果は認められないと予想できる。ただし、この予想を検討する前に、愛着スタイルが自尊感情を直接規定するか否かを検討する必要がある。すなわち、安定、回避及び両価の水準によって自尊感情が異なるのであれば、愛着スタイルが自尊感情に直接影響する要因となる。愛着スタイルが調整変数として機能している可能性を検討するとともに、直接的な影響を検討することは重要である。そこで、本研究の第１の目的は、愛着スタイル、EI及び自尊感情の関係を検討することである。この第１の目的によって、愛着スタイルの安定、両価及び回避のうち、自尊感情に直接影響する愛着スタイルを特定できる。

上述したように、安定及び両価傾向は、対人関係を志向しているが、回避傾向はそれを避けるものである。それ故、回避傾向高群と低群におけるEIと自尊感情の関係を検討した場合、以下のように予想できる。すなわち、回避傾向高群はEIによる自尊感情の違いは小さいが（EIと自尊感情の相関は低い）、回避傾向低群ではEIによる自尊感情の違いは大きいであろう（EIと自尊感情の相関が高い）。この予想を検討するのが本研究の第２の目的である。

２．方　法

２．１．１．調査対象

教員養成大学の大学生123名（男性62名、女性61名）であり、平均年齢は18歳8か月（18歳2か月～ 23歳1か月）であった。

２．１．２．調査内容

J-ESCQ Toyota, Morita & Takšié（2007）によるJ-ESCQを用いた。この尺度は、情動の表現と命名（EL）（例「私は、自分がどのように感じているかを表現することができる。」）、情動の認識と理解（PU）（例「私は、誰かが罪悪感を感じている時には、それに気づく。」）及び情動の制御と調節（MR）（例「私は、不快な感情をおさえて、良い感情を強めようとしている。」）という３つの下位尺度に８項目ずつ計24項目から構成されている。回答は、「いつもそうである（5）」「だいたいそうである（4）」「時々そうである（3）」「めったにそうでない（2）」「決してそうでない（1）」の５件法である。

内的作業モデル尺度　愛着スタイルを測定するために、戸田（1988）によって開発された尺度である。安定（例「私は知り合いができやすい方だ。」）、両価（例「人

Table 1　愛着スタイル、EI及び自尊感情の関係（*r*）（右上欄には男子、左下欄には女子）

		安定型	回避型	両価型	EI			EI合計	自尊感情
					EL	PU	MR		
	安定型		-.25*	-.38**	.38**	.40**	.37**	.54**	.58**
	回避型	-.38*		.02	-.28*	-.04	-.18	-.23	.01
	両価型	-.31*	.29*		-.19	-.20	-.17	-.26*	-.69**
EI	EL	.14	.27*	.04		.76**	.62**	.77**	.09
EI	PU	.52**	-.01	-.26*	.31*		.21	.76**	.38**
EI	MR	.18	.04	-.32*	.31*	.26*		.62**	.35**
EI	EI合計	.39**	.15	-.23	.77**	.72**	.69**		.33**
	自尊感情	.45**	-.01	-.63**	.08	.30*	.25*	.43**	

*p<.05 **p<.01

Table 2　各尺度間の関係（*r*）（男女込み）

	安定	回避	両価	自尊感情
EL	.27**	-.05	-.09	.16
PU	.45**	-.03	-.22*	.33**
MR	.29**	-.09	-.24**	.34**
自尊感情	.55**	-.04	-.67**	-

*p<.05 **p<.01

は本当はいやいやながら私と親しくしてくれているのではないかと思うことがある。」）及び回避尺度（例「人に頼るのは好きでない。」）が各６項目ずつの計18項目からなっている。回答は「非常によくあてはまる（6）」「あてはまる（5）」「ややあてはまる（4）」「あまりあてはまらない（3）」「あてはまらない（2）」「全くあてはまらない（1）」の６件法が用いられている。

自尊感情尺度　自尊感情を測定するために、山本・松井・山成（1982）による尺度を用いた。この尺度は、10項目（例「少なくとも人並みには、価値ある人間である。」「敗北者だと思うことがよくある（逆転項目）。」）で構成され、評定は、「あてはまらない（1）」「ややあてはまらない（2）」「どちらでもない（3）」「ややあてはまる（4）」「あてはまる（5）」の5件法であった。

２．１．３．調査手続

調査対象者の所属する大学において著者の授業が終了後、3週にわたって、集団調査を実施した。第１週は、J-ESCQ、第２週は、内的作業モデル尺度、そして第３週は自尊感情尺度を実施した。実施後、参加者に採点をしてもらい、各尺度の得点を算出してもらって、解説を行った。その後、提出したくない場合は提出しなくていいこと、個人名は決して公表されないこと及び集計データは研究目的で公表されることがあることを説明し、回収を依頼したところ、全員が提出を了承してくれた。調査時間は10分以内であった。

３．結　果

３．１．愛着スタイル、EI及び自尊感情の関係

Table 1には、男女別に、愛着スタイルの各型の得点、自尊感情尺度得点及びJ-ESCQの下位尺度の各得点の相関係数（r）が示されている。男子では、安定型得点とEIの下位尺度得点との間にはすべて正の相関があり、反対に、両価型得点は有意ではないが負の相関があった。女子では、ELとMRとの間は有意でないが、他の相関は安定得点と正の相関がみられる。また、両価型得点はELとの相関は無相関であるが、他の下位尺度とは有意でないものの負の相関が得られている。本研究の目的は、性差を検討することではないので、男女込みにして、各尺度間の相関係数を算出した。その結果が、Table 2に示されている。Table 2を縦にみていくと、安定得点は、EIの各尺度及び自尊感情尺度得点との間に一貫して正の相関がある。その反対に、両価得点はELとの間の無相関を除いて一貫して負の相関が見られた。また、回避得点は一貫して無相関であった。次に、右端のEIの各尺度得点と自尊感情得点との相関では、ELは有意でないが、PUとMRは有意な正の相関が見られた。

３．２．回避傾向によるEIと自尊感情の関係

Table 2に示されているように、安定、回避及び両価尺度の各得点と自尊感情得点の相関係数（*r*）を算出した結果、安定型得点（*r*=.55）及び両価型得点（*r*=-.67）との間には有意な相関があった。しかし、回避型得点と自尊感情得点間に有意な相関係数は得られなかった（*r*=-.04）。第２の目的を検討するために、男女込みにして回避得点によって折半し、回避傾向高群（M=20.64, SD=2.80）と低群（M=13.34, SD=2.91）に分け、群ごとに自尊感情尺度得点とEIの各下位尺度得点との相関係数を算出した。その結果が、Table 3に示されている。回避型傾向高群では自尊感情とEL及びPU間は相関が低かったが（*r*=-.05, .19）、低群では実質的な正の相関があった（*r*=.35, .46）。相関係数の有意差検定を行ったところ、EL得点と自尊感情得点間の*r*については、回避傾向高群と低群間に５%水準で有意差があり、PU得点と自尊感情得点間の*r*では、両群間の差は有意傾向であった。また、EI合計得点と自尊感情得点間の*r*に関しても、両群間の差は有意傾向であった。ただし、MR得点と自尊感情得点間には両群ともに実質的な相関が認められ、両群間のrの有意差はなかった（*r*=.36, .32）。

Table 3　回避傾向によるEI尺度と自尊感情の関係（*r*）

群	回避傾向高			回避傾向低		
	n=58（男31　女27）			n=65（男31　女34）		
尺度	*M*	*SD*	*r*	*M*	*SD*	*r*
EL	26.10	4.99	-.05	25.89	4.64	.35**
PU	24.67	4.75	.19	24.71	4.46	.46**
MR	27.50	3.72	.36**	28.71	4.32	.32*
EI合計	78.28	9.03	.22	79.31	10.35	.49**

*p<.05 **p<.01

Table 4　安定傾向によるEI尺度と自尊感情の関係（*r*）

群	安定傾向高			安定傾向低		
	n=63（男36女27）			n=60（男26女34）		
尺度	*M*	*SD*	*r*	*M*	*SD*	*r*
EL	27.13	4.28	.21	24.80	5.04	.06
PU	26.62	3.88	.13	22.67	4.43	.26*
MR	29.21	3.95	.23	27.02	3.94	-.00
EI合計	82.95	7.99	.30*	74.48	9.57	.15

*p<.05

Table 5　両価傾向によるEI尺度と自尊感情の関係（*r*）

群	両価傾向高			両価傾向低		
	n=63（男28女35）			n=60（男34女26）		
尺度	*M*	*SD*	*r*	*M*	*SD*	*r*
EL	25.63	5.06	.03	26.37	4.50	.28*
PU	24.21	4.44	.34**	25.20	4.71	.32*
MR	27.37	4.21	.25*	28.95	3.80	.31*
EI合計	77.21	9.71	.28*	80.52	9.53	.41**

*p<.05 **p<.01

３．３．安定傾向によるEIと自尊感情の関係

Table 2に示したように、安定と両価型得点は直接的に自尊感情に影響する要因であった。しかし、これらの２つの傾向が回避傾向と同じように、EIが自尊感情に及ぼす効果を調整する変数として機能している可能性もある。そこで、回避傾向による分析と同じように、安定傾向高群（M=24.81, SD=3.25）と低群（M=16.85, SD=2.88）に分け、群ごとに自尊感情尺度得点とEIの各下位尺度得点との相関係数を算出した。その結果が、Table 4に示されている。どの相関係数にも両群間の有意差はなかった。

３．４．両価傾向によるEIと自尊感情の関係

両価傾向高群（M=25.52, SD=3.06）と低群（M=17.57, SD=2.54）に分け、群ごとに自尊感情尺度得点とEIの各下位尺度得点との相関係数を算出した。その結果が、Table 5に示されている。どの相関係数においても両群間に有意差はなかった。

４．考　察

４．１．愛着スタイル、EI及び自尊感情の関係

本研究の第１の目的は、愛着スタイル、EI及び自尊感情の関係を検討することであった。

４．１．１．愛着スタイルとEIの関係

安定型傾向は、EIの各尺度と正の相関があり、安定型傾向が高ければEIが高いことが明らかになった。安定型は対人関係における良好な態度を反映している。EIの各尺度においても対人関係における良好な情動処理の状態を反映しているので、両者の間の関係は理解できよう。一方、両価型傾向は、EL尺度得点とは有意でなかったが、EIの各尺度と負の相関が認められた。両価型傾向は、他者の心情に両面性を認識した対人的態度であるので、消極的な姿勢を反映している。EIの各尺度は相対的には積極的な情動処理状態を反映しているので、この両者の関係が逆になることは予想できる。しかし、強い負の相関が認められなかったのは、他者に対して全面的に否定的な姿勢ではないことが反映されているといえよう。上述した安定でも、両価でも対人的態度としては人を拒否していないという点で共通している。それに対して、回避型については、対人関係を拒否した態度とみなすことができる。対人関係を拒否しているので、そのような態度を継続すれば、他者との交流において情動を処理する機会が少なくなる。それ故、EIとは相関がないという結果はうなづける。人と関わってこそ、EIとの関連性が見いだせるようになるのである。

発達的にいえば、愛着スタイルが形成され、その後、EIが形成されると考えられる。したがって、愛着スタイルの育成はEIの形成によって重要な要因であるといえよう。愛着スタイルは対人的態度の個人差としてとらえることができるが、内的他者意識は、この対人的態度にあたる。内的他者意識とは、相手の心情等、内面情報を理解しようとする意識や関心をさす。豊田・森田・岡村・稲森（2008）は、この内的他者意識がPUと関連のあることを示している。この結果は、他人の情動を知ろうとする姿勢はEIを高める可能性を示唆している。EIの育成は重要な課題であるが、本研究で明らかになった愛着スタイルや内的他者意識等の対人的態度を通して、EIが高まる可能性のあることが示唆される。

４．１．２．愛着スタイルと自尊感情の関係

愛着スタイルと自尊感情の関係については、安定型得点と自尊感情得点が正の相関、両価型得点が自尊感情得点と負の相関を見いだしている。また、回避型得点との相関は、無相関であった。これらの結果は、対人的態度が自尊感情に大きな影響をもつことを示している。先行研究（豊田, 2006; 豊田・島津, 2006）は、対人関係における随伴経験が自己効力感や自尊感情を高めることを明らかにしている。安定型の者はこの随伴経験が多く、反対に、両価型の者は、非随伴経験（人に対する努力が成果とならない経験、例「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」）

が多いと考えられる。本研究では随伴経験及び非随伴経験量を測定していないが、今後、これらの経験量との関係を検討する必要がある。

４．１．３．EIと自尊感情の関係

EI尺度の内、ELと自尊感情得点間の相関は有意でないが、PU及びMRと自尊感情得点間には正の有意な相関が認められた。この結果は、Toyota *et al.*（2007）と一致しており、EIの高い者は自尊感情も高いことが追証されたのである。EIの高い者は、対人関係における情動処理が適切に行われるので、対人関係における随伴経験量が多くなり、その結果、自尊感情も高まるのであろう。Toyota *et al.*（2007）では、EIは、Big five性格尺度における神経質傾向と負の相関、外向性及び開放性と正の相関が得られている。EIが高い者は情緒が安定し、明るく、対人関係に積極的である傾向がうかがえる。したがって、EIの高い者のこのような性格傾向が対人関係における随伴経験を促進しているのかもしれない。今後の課題としては、性格特性と随伴経験量の関係も検討する必要がある。すなわち、随伴経験量が多い人の性格特性を明らかにすることで、随伴経験量を高め、さらに自尊感情を向上させる方向性が明らかになるかもしれない。

４．２．回避傾向によるEIと自尊感情の関係

回避傾向高群は人との関わりを避けるのでEIと自尊感情の相関は低いが、回避傾向低群では人との関わりが多いので、EIと自尊感情の相関が高いと予想し、この予想を検討するのが、本研究の第２の目的であった。両群におけるEIと自尊感情の相関の結果は予想と一致するものであった。すなわち､回避傾向高群では、MRのみが自尊感情との間に正の相関があり、EL、PU及びEI合計得点ともに自尊感情得点との相関は有意でなかった。一方、回避傾向低群では、EL、PU、MR及びEI合計得点がすべて自尊感情得点と有意な正の相関を示したのである。これらの結果は、回避型傾向がEI（ELとPU）の自尊感情に及ぼす効果に調整変数として機能していることを示している。なお、安定傾向及び両価傾向に関しても、回避傾向と同じく、EIが自尊感情に及ぼす効果を調整する変数となる可能性を検討した。しかし、安定傾向高群と低群間、両価傾向高群と低群間にどの相関係数においても有意差がなく、愛着スタイルにおいては、回避傾向のみが調整変数として機能することが明らかになったのである。

本研究では随伴経験の指標を設けていないが、対人関係における随伴経験が自尊感情を高めることが知られている（豊田, 2006; 豊田・島津, 2006）。これを考慮すると、回避傾向高群は人との関わりをもたない可能性が高いので、ELやPUの能力を発揮して他者との関係における随伴経験を得た結果、自尊感情が高まる可能性は少ない。しかし、回避傾向低群では他者との関係においてこれらの能力を駆使して随伴経験を得ているので、その結果、自尊感情が高まる可能性が高いといえよう。特に、ELは全体的に男女ともに自尊感情に影響しないので、回避型傾向の影響がPUよりも大きいといえよう。

５．引用文献

Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. S., & Waters, E., & Wall, S. 1978 *Patterns of attachment: Apsychological study of the Strange Situation*. Hillsdale, New Jersey:Lawrence Erlbaum.

Bowlby, J. 1969 *Attachment and Loss, Vol. 1: Attachment,* New York: Basic Books.

Bowlby, J. 1973 *Attachment and Loss, Vol.2: Separa- tion Anxiety and Anger,* New York: Basic Books.

Bowlby, J. 1980 *Attachment and Loss, Vol. 3: Loss,* New York: Basic Books.

Bowlby, J. 1988 *A Secure Base Parent-Child Attachmentand Healthy Human Development,* New York: Basic Books.

Goleman, D. 1995 *Emotional intelligence*. New York: Bantam Books.（土屋京子訳　1996「EQ: こころの知能指数」講談社）

Joseph, D. L. & Newman, D. A. 2010 Emotional intelligence: An integrative meta-analysis and cascading model. *Journal of Applied Psychology*, **95**, 54-78.

加藤隆勝　1977　青年期における自己意識の構造　心理学モノグラフ　No.14　東京大学出版会

Kobak, R. R. & Sceery, A. 1988 Attachment in late adolescence: working models, affect regulation, and representations of self and others. *Child Development*, **59**, 135-146.

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.

Matthews, G., Zeidner, M., & Roberts, R. D. 2002 *Emotional intelligence: Science and myth*. Cambrige, MA: MIT Press.

Mayer, J. D., & Salovey, P. 1997 What is emotional intelligence? In P. Salovery & D. Sluyter(Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications*. Pp.3-34. New York: Basic Book.

Salovey, P., & Mayer, J. D. 1990 Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, **9**, 185-211.

Schutte, N. S., Malouff, J. M., Hall, L. E., Haggerty, D.J.,Cooper, J. T., Golden, C. J., & Dornheim, L. 1998 Development and validation of a measure of emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, **25**,

167-177.
戸田弘二　1988　青年期後期における基本的対人態度と愛着スタイル：作業仮説（working models）からの検討　日本心理学会第52回大会発表論文集, 27.
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.
Toyota, H. 2008 Interpersonal communication, emotional intelligence, locus of control and loneliness in Japanese undergraduates. In J.Van Rij-Heyligers (Ed.), Intercultural Communications across University Settings-Myths and Realities. Refereed Proceedings of the 6th Communication Skills in University Education Conference. (pp. 42-54). New Zealand: Pearson Education
Toyota, H. 2009a The person who eases your mind "*Ibasyo*" and emotional intelligence in interpersonal adaptation. *Horizons of Psychology*, 18, 23-34.
Toyota, H. 2009b *Ibasyo* (person who eases one's mind) and adaptation. Presented at Cognition symposium: Mind, brain and language. International Conference on Asia-Pacific Psychology. Yonsei University Soul Korea.
Toyota, H. 2011 Differences in relationship between emotional intelligence and self-acceptance as function of gender and *ibasho* (a person who eases the mind) of Japanese undergraduates. *Psychological Topics*, 20, 449-459.
Toyota, H., Morita, T., & Takšié, V. 2007 Development of a Japanese version of the Emotional Skills and Competence Questionnaire. *Perceptual and Motor Skills*, 105, 469-476.
豊田弘司・森田泰介・岡村季光・稲森涼子　2008　大学生における他者意識と情動知能の関係　奈良教育大学教育実践総合センター研究紀要, 17, 29-34.
豊田弘司・岡村季光　2007 「居場所」（安心できる人）を規定する要因：内的作業モデルによる検討 日本教育心理学会第49回総会発表論文集, 126.
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影響　奈良教育大学紀要, 55, 27-34.
豊田弘司・照田恵理　2013 大学生におけるストレッサー、ストレス反応及び情動知能の関係　奈良教育大学紀要, 62, 41-48.
豊田弘司・李　玉然・山本晃輔　2011 日本と中国の子どもにおける学習習慣と情動知能に関する比較研究　奈良教育大学教育実践開発研究センター研究紀要, 20, 13-18.
豊田弘司・吉田真由美　2012　子どもにおける居場所、情動知能及び学校適応　奈良教育大学教育実践開発研究センター研究紀要, 21, 9-17.
山本真理子・松井豊・山成由起子　1982　認知された自己の諸側面　の構造　教育心理学研究, 30, 64-69.
Wong, C. S., & Law, K. S. 2002 The effects of leader and follower emotinal intelligence on performance and attitude: An exploratory study. *The leadership Quarterly*, 13, 243-274.
Zeidner, M., Matthews, G., & Roberts, R. D. 2009 *What we know about emotional intelligence : How it affects learning, work, relationships, and our mental health*. Cambrige, MA: MIT Press.