

共感体験が他者受容に及ぼす影響について

A73128 今井 優里

【研究史】

半澤(2008)の先行研究によると、男性よりも女性の方が被共感経験が高く、被共感体験を独立変数、共感されることの効果の下位尺度得点を従属変数とした二要因の分散分析の結果、全ての下位尺度得点において被共感体験の主効果がみられた。

また、堂野(2009)は、共感経験が多い人ほど、向社会性(愛他性、思いやり)得点は高まることが示されており、小野(2005)は被共感経験(共感された経験)が高いと、共感性も高くなり、正の関係が示されている。

【目的】

この論文は、共感されることの効果尺度の中でも被共感体験に焦点をあて、以下の仮説を検証することを目的とする。先行研究にならい、性差についても検討する。

仮説 1. 「男性よりも女性の方が被共感体験は多い」

仮説 2. 「被共感体験が多い者の方が、少ない者より他者受容が高くなる」

仮説 3. 「被共感体験が多い者の方が、少ない者より共感されることの効果を実感できる」

【方法】

調査対象者は、淑徳大学に在籍する学生 268 名、男性 106 名、女性 162 名であった。調査は平成 22 年 6 月に「臨床心理学概論」の講義と 10 月に「経済学概論」の講義で質問紙によって実施した。質問紙の内容として、半澤(2008)による共感されることの効果尺度と上村(2007)による他者受容尺度を用いた。

辛い気持ちや不安な気持ちなどを身近な人に相談したときに、相手から共感された、理解された、分かってもらえたと感じたことはありますか」と冒頭で尋ね、6 件法で回答を求めた。この項目を被共感体験と名づけ、「低群」「中群」「高群」に分け、共感されることの効果尺度の下位尺度と他者受容尺度への影響を検討した。

【結果】

仮説 1 を検討する為、被共感体験について t 検定を行った結果、平均値は男性(4.24)より女性(4.88)の方が高く、有意差($t(192.3)=4.14, p<.001$)がみられた。

仮説 2 を検討する為、被共感体験と他者受容尺度で分散分析を行った結果、有意差がみられた。高群が最も被共感体験の平均値が高かった。この結果を表 1 にまとめた。

仮説 3 を検討する為、被共感体験と共感されることの効果尺度で分散分析を行った結果「自分に目をむけるようになる」、「相手からの支えを感じる」「自分の気持ち・悩みが明確になる」「悩んでいる自分を受け容れるようになる」の全てに有意差がみられ、高群が最も平均値が高かった。この結果を表 2 にまとめた。

性差では、「相手からの支えを感じる」のみ有意差がみられた。平均値は全て女性の方が高かった。他者受容尺度得点では平均値は女性の方が高かった。

表 1 被共感体験が他者受容に与える影響 (N=低群 38 中群 161 高群 69)

	F	平均値			SD		
		低群	中群	高群	低群	中群	高群
他者受容	3.49*	4.48	4.40	4.63	0.79	0.55	0.56

* $p<.05$

表2 被共感体験が共感の下位尺度に与える影響 (N=低群 38 中群 161 高群 69)

	F	平均値			SD		
		低群	中群	高群	低群	中群	高群
自分に目をむけるようになる	23.6***	3.1	3.3	3.9	1.01	0.63	0.69
相手からの支えを感じる	55.78***	2.8	3.5	4.2	0.94	0.67	0.53
自分の気持ち・悩みが明確になる	27.08***	2.9	3.2	3.9	0.95	0.73	0.65
悩んでいる自分を受け容れるようになる	6.07**	3.1	3.2	3.6	1.05	0.80	0.91

p<.01 *p<.001

【考察】

仮説1 「男性よりも女性の方が被共感体験は多い」については有意差が見られた。「相手からの支えを感じる」は、被共感体験同様、女性の方が男性よりも有意に強く感じていた。これは、私達はみな他者との人間関係を大切だと考え生活をしている。高井(2001)は相手のどのようなところに価値を置くのかについては、男性と女性で違いがあり女性の場合、相手と助け合う関係やお互いの気持ちを察し合い、他者や物事に対する感情を納得の行く形で共有する情緒的に結びついた関係を好む一方、男性の場合は組織内での達成を重視し、交際や共有活動などを通して親密さを感じると述べていることから、このような結果になったのではないかと考える。

仮説2 「被共感体験が多い者の方が、少ない者より他者受容が高くなる」については、被共感体験が増すほど他者への信頼感が増し、自分の意見を批判されることを言われたとしても他者の感情や立場を考え、否定せずに受け容れることが出来るのではないだろうか。

また、被共感体験の多い人は、深刻な問題を抱えた時に、周囲の人への相談を通して、共感されることの効果を体験することが多いのではないだろうか。周囲の人への相談を通して実際に悩みや不安が軽減したり、解決したりした経験を多く持ち、家族や他者を問わずありのままの自分を受け容れてくれる人がいる、信頼し合える人や理解してくれる人がいると考えることで他者への信頼感や援助行動が増し、周囲の人とより良い関係を築くことができ、効果的に共感性を高めることにつながり、他者に対しても共感をより抱きやすくなった為、このような結果になったと考えた。

仮説3 「被共感体験が多い者の方が、少ない者より共感されることの効果を実感できる」については、被共感体験が多いことによって、安心感や自己肯定感が増し、精神面の安定がもたらされ、より効果を実感出来たのではないだろうか。また、周囲に自分を理解してくれる人がいることで強い安心感が生まれ、周囲の環境がより良くなったのではないかと考えた。

【参考・引用文献】

- ・半澤歩 渡部玲二郎(2008)日常的な相談場面における「共感されること」の効果 茨城大学教育学部紀要(教育科学)57号 207-219
- ・上村有平(2007)青年期後期における自己受容と他者受容の関連：個人志向性・社会志向性を指標として 発達心理学研究 第18巻,第2号,132-138
- ・堂野恵子(2009) 直接共感経験及び行い手・受け手のモデリングが高校時から大学時の向社会的性の発達に及ぼす効果 安田女子大学紀要 37, 65-75
- ・小野綾子(2005) 田頭穂積 被共感経験が共感性と向社会的行動に及ぼす影響 心理教育相談センター年報 第13号 55-62