原 著

自己注目が他者へのゆるしおよび
自己へのゆるしへ及ぼす影響^{1,2}

—自尊感情の2側面を媒介として—

沼田 真美 筑波大学大学院人間総合科学研究科³The effects of self-focused attention on forgiveness when mediated by
two dimensions of self-esteem

Mami Numata (Graduate School of Comprehensive Human Sciences, University of Tsukuba)

Previous studies have revealed a correlation between self-focused rumination and the forgiveness of self and others. However, the correlation between self-focused reflection and two dimensions of self-esteem: contingent self-esteem and sense of authenticity has not yet been studied. The purpose of this study was to investigate the effects of self-focused rumination and reflection on the forgiveness of others and on negative and positive forgiveness of self when mediated by contingent self-esteem and sense of authenticity. To test the validity of the model used in this study, structural equation modeling and mediation analysis were used to analyze data collected from 247 undergraduate students. When contingent self-esteem was the mediator, the results showed a correlation between self-focused rumination and both negative and positive forgiveness of self. When a sense of authenticity was the mediator, there was a correlation between self-focused rumination and positive forgiveness of both self and others.

Key words: forgiveness of others, forgiveness of self, rumination, reflection, two dimensions of the self-esteem

日常生活の中で、他者から傷つけられた出来事や、学業上における自己の失敗は、大小の違いはあれ、誰しも経験する出来事であろう。このような出来事の生起に伴い、生じた否定的な認知や感情を変容させようとする概念として、ゆるし (forgiveness) がある。

現在、ゆるしの対象は、他者だけに留まらず、自己へも拡張されている (e.g., Wohl, DeShea, & Wakinney, 2008)。すなわち、自己が他者から被害を受けた後のゆるし (以下、他者へのゆるしとする) だけではなく、ミスなどを犯した自分をゆるす (以下、自己へのゆるしとする) などの現象も扱われている。Wohl et al. (2008) は、他者へのゆるしおよび自己へのゆるしは、いずれも、ゆるしの変容の4段階 (傷つきや

感情にさらされる段階、ゆるしの決断の段階、ゆるしへの働きかけの段階、ゆるしが深まる段階: Enright & Coyle, 1998) に沿って捉えることが可能であると指摘した。このように、自己へのゆるしは、他者へのゆるしとともに、ゆるしの側面の一つであるとの見解が多くみられている (Worthington et al., 2014)。他者へのゆるしおよび自己へのゆるしは、後述の通り、いずれも心理的適応との間に正の関連がみられることから、並列した検討が可能であると考えられる。

他者へのゆるしと自己へのゆるしは、ともに特性

¹ 本研究の一部は、日本パーソナリティ心理学会第23回大会 (2014) で発表された。

² 本論文を作成するにあたり、ご指導を賜りました、松井 豊名誉教授 (筑波大学) に心より御礼申し上げます。また、本論文にご助言を賜りました、今野 裕之教授 (目白大学) に心より御礼申し上げます。

³ 現所属: 大妻女子大学人間関係学部

(Thompson et al., 2005) や、状態 (McCullough, Root, & Cohen, 2006; Wohl et al., 2008) として捉えられてきたが、心身へのアプローチの観点から、主に特性ゆるしの検討が有効であると考えられている (Thompson et al., 2005)。このため、本研究では、他者へのゆるしと自己へのゆるしの特性的側面に着目して検討を進める。

特性としての他者へのゆるしおよび自己へのゆるしは、先に述べたように、いずれも心理的適応との間に正の関連を持つ概念である。これまで、他者への特性ゆるしは、抑うつ傾向と負の関連 (石川・濱口, 2007; Ripley et al., 2018)、神経症傾向と負の関連 (加藤・谷口, 2009)、特性不安と負の関連 (Messay, Dixon, & Rye, 2012)、ストレスと負の関連 (Messay et al., 2012) がみられてきた。また、自己への特性ゆるしは、抑うつ傾向との間に負の関連 (石川・濱口, 2007)、神経症傾向との間に負の関連 (Maltby, Macaskill, & Day, 2001)、反芻との間に負の関連 (Toussaint & Webb, 2005) がみられてきた。これらの関連について、Worthington, Witvliet, Pietrini, & Miller (2007) は、ゆるす傾向が高いほど、心理的適応に対して、継続的な正の影響を及ぼすためであると捉えている。一方、Griffin, Worthington, Lavelock, Wade, & Hoyt (2015) は、精神的に健康な人であるほど、よりゆるしが生じやすく、心理的もしくは社会的な資源を活用できるためにみられる関連であると捉えている。しかし、いずれにおいても、特性ゆるしと心理的適応との関連は一貫している。また、Allemand, Hill, Ghaemmaghami, & Martin (2012) は、他者をゆるしやすい人ほど、人生満足感が高く、楽観的であることを報告している。本研究では、以上の通り、心理的適応に貢献する働きをもつゆるしについて、規定因および心理的過程に着目する。なお、本研究で扱う特性ゆるしに関しては、特定の出来事に対するゆるしの実践を通して、特性としてのゆるしを高める重要性が指摘されている (Enright, 2001)。

本研究におけるゆるしの定義

ゆるしは、知覚した被害の反応を中性的もしくは肯定的に変容させることであり (Thompson et al., 2005)、被害を知覚した人による選択や意識的な努力であるとされてきた (Harris & Thoresen, 2003)。そこで本研究では、特性ゆるしの中核的な性質を踏まえた定義として、「知覚された被害・侵害によって生じた反応を、ネガティブなものからポジティブ、ニュートラルなものに意識的に変化させようとする認知的傾向 (石川・濱口, 2007)」を採用する。なお、同研究では、自己へのゆるしについて、肯定的な変容傾向 (自己への積極的ゆるし傾向) と否定的な反応を維持しないようにする中性的な変容傾向 (自己への消

極的ゆるし傾向) に区別して捉えている。石川・濱口 (2007) は、自己への積極的ゆるし傾向よりも、自己への消極的ゆるし傾向において、より抑うつ傾向や特性不安が予測されることを明らかにした。このため、本研究で扱う変数との関連においても、同様の傾向がみられる可能性が考えられる。そのため、本研究では、石川・濱口 (2007) に沿って、自己へのゆるしを2側面として捉えることとする。

他者および自己へのゆるしと自己注目の2側面との関連

ゆるしを規定する重要な要因として、自己注目の一側面である反芻 (rumination) が挙げられる (McCullough, Bellah, Kilpatrick, & Johnson, 2001)。自己注目は、自己へ注意を向けやすい特性であり、自己への脅威、喪失、不正によって動機づけられた側面を反芻とし、知的好奇心によって動機づけられた側面を省察 (reflection) として、区別されている (Trapnell & Campbell, 1999)。この2側面のうち、反芻と他者へのゆるしおよび自己へのゆるしとの関連について、Berry, Worthington, Parrott, O'Connor, & Wade (2001) は、復讐的な反芻をしやすい人は他者へのゆるしが低いことを明らかにし、Brown & Phillips (2005) は、反芻をしやすい人において、自己へのゆるしが低いことを明らかにした。つまり、反芻をしやすい人において、他者へのゆるしおよび自己へのゆるしは、ともに低いことが確認されてきた。

一方、自己注目の異なる側面である省察と他者へのゆるしおよび自己へのゆるしとの関連を検討した研究はみられない。省察は、自己理解を促進すると指摘される (Trapnell & Campbell, 1999)、反芻との関連を統制すると、抑うつと負の関連がみられることが明らかにされている (Takano & Tanno, 2009)。すなわち、省察を深めることで、知覚された被害に対する否定的な反応以外に、加害者の事情や心情、状況、深刻さなど多角的な気づきが可能になると考えられ、他者へのゆるしおよび自己へのゆるしと正の関連がみられると推測される。このため、自己注目の2側面は他者へのゆるしおよび自己へのゆるしとそれぞれ異なる関連がみられると予測され、省察は他者へのゆるしおよび自己へのゆるしを促進する新たな手掛かりとなると考えられる。そこで本研究では、反芻と省察に着目し、他者へのゆるしおよび自己へのゆるしとの関連を検討する。

他者および自己へのゆるしと自尊感情の2側面との関連

本研究では、反芻および省察と、他者へのゆるしおよび自己へのゆるしとの関連を検討するにあたり、これらの変数間を媒介する変数の一つとして、自尊感情の2側面に着目する。これまで、自尊感情と他者へのゆるしおよび自己へのゆるしとの関連については、

多くの研究が行われてきた。Yao, Chen, Yu, & Sang (2017) は、自尊感情の高さが、他者へのゆるしおよび自己へのゆるしをそれぞれ促進することを明らかにした。また、Greene & Britton (2013) や、石川・濱口 (2007) では、自尊感情の高さと他者へのゆるしおよび自己へのゆるしとの間に正の関連が確認されている。しかし、Brown & Phillips (2005) や Neto & Mullet (2004) では、自尊感情と他者へのゆるしとの間に有意な関連がみられておらず、一貫した結果が得られていない。

以上のような一貫した結果が得られなかった要因の一つとして、先行研究においては、自尊感情の下位側面を考慮していなかったことが考えられる。伊藤・川崎・小玉 (2011) は、自尊感情の一側面である随伴性を、「外的な評価を得たり、内的な価値基準を達成したりすることと自尊感情が連合している程度」とした。自尊感情の随伴的側面は、自己価値の随伴性 (contingent self-esteem: 伊藤・小玉, 2006) として測定され、対置する側面は本来感 (sense of authenticity: 伊藤・小玉, 2005) として測定される⁴。自己価値の随伴性は、外的な基準での査定に依存しており、その基準で高い目標を達成することで得られる (伊藤・小玉, 2006)。一方、本来感は、外的な基準に依存することのない、個人が自分らしくあると感じている程度である (伊藤・小玉, 2005)。このうち、自己価値の随伴性の高い人は、他者から傷つけられた場合には、自分は傷つけられるほど価値がない人間であると考えたり、自己が引き起こした失敗によって、自分の能力が低いと考えるために、自己評価が低下しやすいと考えられる。さらに、自己評価が低下することにより、他者や自己に対する否定的な反応が増幅され、否定的な反応に囚われることによって、ゆるしが生じにくくなると考えられる。Zechmeister, Garcia, Romero, & Vas (2004) は、他者へのゆるしにおいて、深刻な加害に対して、ゆるしが抑制されることを明らかにしているが、心理的過程の詳細に関する言及はみられないため、検討する必要がある。他者へのゆるしおよび自己へのゆるしは、いずれも、ゆるしの変容の4段階 (Enright & Coyle, 1998) に沿って捉えることが可能であるとの指摘 (Wohl et al., 2008) を踏まえると、自己へのゆるしにおいても、深刻な被害において、ゆるしが抑制されると推測される。以上より、自己価値の随伴性の高い人において、他者へのゆるしお

よび自己へのゆるしは抑制されると予測される。

一方、本来感は、自分自身に感じる自分の中核的な本当らしさの感覚の程度である (伊藤・小玉, 2006)。伊藤・小玉 (2006) を踏まえると、本来感は、自己価値の感覚が社会的な成功や失敗に依存しておらず、文脈によって変動することがない。すなわち、本来感の高い人において、他者から傷つけられたり、自己による失敗などの出来事が起こった際にも、自己評価には影響が及ばないと考えられる。そのため、自己価値の随伴性の高い人と比べて、知覚した被害を大きく捉えないため、他者へのゆるしおよび自己へのゆるしが促進されると考えられる。他者へのゆるしおよび自己へのゆるしが、知覚した被害によって生じた否定的な反応の低減や変容させる概念であることを踏まえると、自尊感情下位側面である自己価値の随伴性と本来感に着目することが必要であると考えられる。そのため、本研究では、自己価値の随伴性および本来感に着目し、検討を行う。

自己注目と自尊感情との関連

自己注目と自尊感情との関連に関して、Luyckx et al. (2007) は、自己注目による自己概念への影響を仮定し、反芻が自尊感情に及ぼす影響を検討した。その結果、反芻をしやすい人ほど、自尊感情が低下していた。同様に、関・児玉 (2012) では、反芻をしやすい人ほど、自尊感情が低下していた。また、高野・坂本・丹野 (2012) は、反芻および省察が、生き方や性格、身体に関する自己評価に及ぼす影響について検討した。その結果、反芻をしやすい人ほど自己評価が低下し、省察をしやすい人ほど自己評価が高まることを明らかにした。同様に、新延・今野 (2014) は、反芻および省察による自己評価への影響を検討した結果、反芻をしやすい人ほど、自尊感情が低下し、自己価値の随伴性が高まっていた。一方、省察をしやすい人ほど、自尊感情が高まっていた。以上の結果から、不愉快な考えや自分の失敗について繰り返し自己へ否定的な注意を向ける反芻は、否定的な自己評価に結びつく一方、ものごとの意味や自分の内面への探求について繰り返し自己へ肯定的な注意を向ける省察は、肯定的な自己評価に結びついていた。前者においては、自己注目の対象が自分自身の失敗や不快な側面であるがゆえに、他者による評価を参照しがちで、自己注目に他者による評価が影響を及ぼしやすいと考えられる。後者においては、自己注目の対象が自分自身の内面やものごとの意味への探求といった側面であるがゆえに、他者による評価を参照しにくいと考えられる。そのため、反芻をしやすい人ほど自己評価は揺らぎやすく、自己価値の随伴性が高まり、省察をしやすい人ほど自己評価は安定し、本来感が高まると考えられる。

本研究では、前述の研究 (e.g., 新延・今野, 2014)

⁴ Deci & Ryan (1995) は、自己価値の感覚が外的な基準に依存している随伴性自尊感情と、自己価値の感覚が社会的な成功や失敗に依存せず、自分が自分自身でいられることから自然に得られる本当の自尊感情を区別し、前者を不適応的な自尊感情とし、後者を適応的な自尊感情であると主張した。自己価値の随伴性 (伊藤・小玉, 2006) と本来感 (伊藤・小玉, 2005) は、この主張に基づいて設定された。

に準拠し、自己注目（反芻、省察）をしやすい人ほど、それぞれ自尊感情の2側面（自己価値の随伴性、本来感）に影響をもたらすという心理的過程を仮定する。加えて、反芻をしやすい人ほど、他者へのゆるしおよび自己へのゆるしをいずれも抑制するとの知見（Strelan, 2007）を踏まえ、自己注目（反芻、省察）から自尊感情を媒介し、ゆるしへの影響がみられると推定し、検討する。

本研究の目的

本研究では、自己注目が自尊感情の2側面を媒介し、他者へのゆるしおよび自己へのゆるしに間接的に及ぼす影響と直接的に及ぼす影響を検討することを目的とする。本研究では、Figure 1の仮説モデルに基づき、以下の4つの仮説について検討を行う。

第1に、反芻は、ゆるしの重要な規定要因である（McCullough et al., 2001）ことが立証されている。このため、本研究では、仮説1aとして、「反芻が高いほど、他者へのゆるしおよび自己へのゆるしは低い」を設定する。第2に、反芻をしやすい人ほど、自己価値の随伴性が高まり（新延・今野, 2014）、他者へのゆるしが抑制され（Berry et al., 2001）、自己へのゆるしが抑制されること（Brown & Phillips, 2005）、また、自尊感情の高い人ほど、他者へのゆるしおよび自己へのゆるしが促進される（Yao et al., 2017）ことが確認されている。これらを踏まえ、本研究では、関・兒玉（2012）などに準拠し、仮説1bとして「反芻が高いほど、自己価値の随伴性の高さを媒介し、他者へのゆるし

しおよび自己へのゆるしは低い」を設定する。

第3に、省察は、自己理解を促進することが指摘されている（Trapnell & Campbell, 1999）。このため、本研究では、仮説2aとして、「省察が高いほど、他者へのゆるしおよび自己へのゆるしは低い」を設定する。第4に、省察は、自尊感情を促進し（新延・今野, 2014）、自尊感情は、他者へのゆるしおよび自己へのゆるしを促進すること（Yao et al., 2017）が立証されている。これらを踏まえ、本研究では、省察は本来感を媒介して他者へのゆるしおよび自己へのゆるしに影響を及ぼすと仮定し、仮説2bとして「省察が高いほど、本来感の高さを媒介し、他者へのゆるしおよび自己へのゆるしは低い」を設定する。

方 法

参加協力者 2013年10月に、私立A大学の学生に質問紙を配布し、回答を求めた。各仮説の根拠とした先行研究で確認された効果の中で最も小さいものを想定したところ（ $r=.17$, Yao et al., 2017）、仮説2a, 2bにおいて弱い相関係数が得られると予測された。そこで、必要なサンプルサイズを設定するため、村井（2005）に沿って、相関係数を $r=.17$ 、有意水準を.05、検定力を.80としたうえで、GPOWER（Faul, Erdfelder, Buchner, & Lang, 2009）を用いて調査協力者数を算出したところ、Total sample size = 264となった。実際には、251名から回答が得られ、そのうち、1項目でも不備のあるデータを除いた247名（男性79名、女性168名、平均年齢19.4歳、 $SD=1.28$ ）を

Figure 1. 本研究における仮説モデル
注) 実線は正の影響、破線は負の影響を示す。

分析対象とした。

調査実施方法と倫理的配慮 参加者への倫理的配慮としては、APA論文作成マニュアル (American Psychological Association, 2009 前田・江藤・田中 2011) や、国立B大学の研究倫理委員会倫理規定に準じているかを、心理学を専門とする教員1名が以下の観点を踏まえて検討した。その結果、匿名かつ任意の調査であるため、問題がないことが確認された。具体的には、インフォームド・コンセントを得ること (参加は任意であり、回答の拒否、中止、撤回をした場合でも何ら不利益を受けない)、個人情報に関する守秘義務を徹底すること (研究協力個人を特定できる研究データを開示しない。収集したデータは鍵をかけたロッカーに保管し、研究終了後一定期間経過後、シュレッダーにて破棄する)、利益相反に関わる項目が含まれていないこと (研究計画の内容等が企業等と直接関係がない)、使用したすべての既存尺度に関して、侵襲性が報告されていないこと (先行研究において、研究対象者の身体および精神に生じる障害および負担がみられない) である。大学の講義時間前後に質問紙を配布した際に、参加協力者に対して、匿名かつ任意での回答であること、回答の拒否や中止は自由であり、不利益が生じないことを紙面及び口頭で説明し、同意する場合のみ回答への記入を求めた。

調査内容 今回の調査で使用した質問紙の尺度は以下の5つである。

(a) **ゆるし傾向性尺度** (石川・濱口, 2007) ゆるしの個人差を測定する尺度であり、全23項目からなる。中学生と高校生を対象として開発された尺度であるが、大学生を対象として測定について問題がないか、原著者の確認を得たうえで、使用した。「他者へのゆるし傾向」10項目 (項目例「以前、自分に嫌な事をした相手にも親切にしようと思う」)・「自己への消極的ゆるし傾向」8項目 (項目例「うまくいかないことについて、自分を責め続けてしまう (逆転項目)」)・「自己への積極的ゆるし傾向」5項目 (項目例「失敗しても一生懸命がんばった結果なら、自分をほめるようにしている」) という3つの下位尺度を有

する。4件法 (「1. とてもあてはまらない」から「4. とてもあてはまる」) で回答を求めた。

(b) **本来感尺度** (伊藤・小玉, 2005) 自分らしくいられるという感覚を測定する尺度であり、全7項目からなり、1因子構造である。項目例としては、いつも自分らしくいられる、といった項目によって構成されている。5件法 (「1. とてもあてはまらない」から「5. とてもあてはまる」) で回答を求めた。

(c) **自己価値の随伴性尺度** (伊藤・小玉, 2006) 自己価値の随伴性を測定する尺度であり、全15項目からなり、1因子構造である。項目例としては、自分のことが好きかどうかは、他人からどれだけ好かれ、受け入れられているのかにとても影響を受ける、といった項目によって構成されている。5件法 (「1. とてもあてはまらない」から「5. とてもあてはまる」) で回答を求めた。

(d) **Rumination-Reflection Questionnaire 日本語版** (高野・丹野, 2008: 以下, RRQとする) 自己注目の個人差を測定する尺度であり、全24項目からなる。「反芻」12項目 (自己への脅威・喪失・不正によって動機づけられた自己への注意の向けやすさを測定する。項目例「最近自分が言ったことやしたことについて、頭の中でいつも思い返していると思う」)・「省察」12項目 (知的好奇心によって動機づけられた自己への注意の向けやすさを測定する。項目例「ものごとの本質や意味について深く考えることがとても好きだ」) という2つの下位尺度を有する。5件法 (「1. とてもあてはまらない」から「5. とてもあてはまる」) で回答を求めた。

分析 分析には、IBM SPSS Statistics 22, HAD12.216 (清水・村山・大坊, 2006) を用いた。

結 果

記述統計量と各変数間の相関係数 先行研究に基づき、各尺度について得点化を行った。得られた各下位尺度項目の平均値、標準偏差を算出し、クロンバックの α 係数を確認したところ (Table 1: α s=.83-.86)、すべての下位尺度において、十分な内的一貫性が示された。次に、各下位尺度項目の平均値を尺度得点と

Table 1
各下位尺度の平均値, SD, α 係数および相関係数 ($n=247$)

	<i>M</i>	(<i>SD</i>)	α 係数	2	3	4	5	6	7
1 反芻	3.61	(0.63)	.86	.31**	-.40**	.46**	-.06	-.23**	-.64**
2 省察	3.35	(0.66)	.83		.10	.11	-.03	.15*	-.14*
3 本来感	2.98	(0.80)	.83			-.40**	.22**	.49**	.41**
4 自己価値の随伴性	3.42	(0.61)	.85				-.17**	-.31**	-.54**
5 他者へのゆるし傾向	2.26	(0.51)	.83					.25**	.17**
6 自己への積極的ゆるし傾向	2.72	(0.65)	.83						.38**
7 自己への消極的ゆるし傾向	2.01	(0.61)	.85						

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

し、相関係数を算出した。得られた記述統計量と相関係数を Table 1 に示す。なお、相関分析において、性別ごとに検討を行ったところ、一部性差がみられたが（反芻と自己積極的ゆるし傾向間の相関係数について、男性 $r = -.06$ (*n.s.*)、女性 $r = -.32$ ($p < .01$) であった）、全体の傾向としては、おおむね一致していた。参加協力者の男女比率が一定ではないため、相関分析以降、性差に関する詳細な検討は実施しない。

その結果、反芻は、省察、自己価値の随伴性との間に小-中程度の正の相関 ($r = .31, .46, p < .01$)、また、本来感、自己への積極的ゆるし傾向、自己への消極的ゆるし傾向との間に小-中程度の負の相関 ($r_s = -.23, -.64, p < .01$) がみられた。省察は、自己への積極的ゆるし傾向との間に小程度の正の相関 ($r = .15, p < .05$)、自己への消極的ゆるし傾向との間に小程度の負の相関 ($r = -.14, p < .05$) がみられた。本来感は、他者へのゆるし傾向、自己への積極的ゆるし傾向、自己への消極的ゆるし傾向との間に小程度-中程度の正の相関 ($r_s = .22-.49, p < .01$)、自己価値の随伴性との間に中程度の負の相関 ($r = -.40, p < .01$) がみられた。自己価値の随伴性は、他者へのゆるし傾向、自己への積極的ゆるし傾向、自己への消極的ゆるし傾向との間に小-中程度の負の相関 ($r_s = -.17-.54, p < .01$) がみられた。他者へのゆるし傾向は、自己への積極的ゆるし傾向、自己への消極的ゆるし傾向との間に小程度の正の相関がみられた ($r = .25, .17, p < .01$)。自己への積極的ゆるし傾向は、自己への消極的ゆるし傾向との間に小程度の正の相関 ($r = .38, p < .01$) がみられた。

仮説モデルの検討 設定した仮説モデルに基づき、以下の通り検討を行った。前述の仮説モデルを仮定するにあたり、各変数間の相関係数を確認したところ、省察と本来感との間には、有意な関連はみられなかった。しかし、省察と正の関連を持つ反芻と本来感との間には、中程度の負の関連がみられていた。そこで、反芻を統制したうえで、省察と本来感との関連を確認するために、偏相関分析を行った。その結果、省察と本来感の間には有意な正の値が得られた ($r = .26, p < .01$)。そのため、前述の仮説モデルが仮定されると判断し、構造方程式モデリングを実施した。その際、自己注目の2側面を反映した、省察と反芻間に相関関係を仮定した。また、自己評価の2側面を反映した本来感と自己価値の随伴性間、自己へのゆるし傾向の2側面を反映した、自己への積極的ゆるし傾向と自己への消極的ゆるし傾向間の誤差変数間に共分散を仮定した。各指標の推定値を算出したところ、各指標において得られた適合度は、十分な値とはいえなかった ($\chi^2(11) = 82.86$ ($p < .01$), CFI = .83, GFI = .92, AGFI = .80, RMSEA = .16, AIC = 116.86)。そこで、有意ではなかったパス係数を削除し、Table 2 において中程度の負の関連のみられた反芻と本来感との間にパスを設定し、再度構造方程式モデリングを実施した ($\chi^2(10) = 22.36$ ($p < .05$), CFI = .97, GFI = .98, AGFI = .93, RMSEA = .07, AIC = 58.36)。その結果、適合度が改善し、おおむね十分な値が得られたと判断し、これを最終モデルとした (Figure 2)。

得られた最終モデルにおいて、以下の媒介過程が得られた。まず、省察から、本来感への有意な正のパス

Figure 2. 各ゆるし傾向への構造方程式モデリングの結果

注) 誤差項間の共分散は省略した。実線は正の影響、破線は負の影響を示す (* $p < .05$, ** $p < .01$)。

Table 2
自己注目と各ゆるし傾向間における自尊感情の2側面の媒介分析の結果 ($n=247$)

	間接効果			直接効果		
	β	Z	95% CI	$\beta(x_1 \rightarrow x_2)$	$\beta(x_2 \rightarrow x_3)$	$\beta(x_1 \rightarrow x_3)$
反芻 (x_1)						
本来感 (x_2) $\rightarrow$ 他者へのゆるし傾向 (x_3)	-.10*	-2.86	-.15, -.04	-.41**	.24**	.04
本来感 (x_2) $\rightarrow$ 自己への積極的ゆるし傾向 (x_3)	-.20**	-0.47	-.31, -.13	-.41**	.48**	-.04
自己価値の随伴性 (x_2) $\rightarrow$ 自己への消極的ゆるし傾向 (x_3)	-.14**	-4.10	-.21, -.08	.46**	-.31**	-.49**
自己価値の随伴性 (x_2) $\rightarrow$ 自己への積極的ゆるし傾向 (x_3)	-.12*	-2.80	-.22, -.05	.46**	-.26**	-.12
省察 (x_1)						
本来感 (x_2) $\rightarrow$ 他者へのゆるし傾向 (x_3)	-.02	1.29	-.00, .06	.10	.23**	-.05
本来感 (x_2) $\rightarrow$ 自己への積極的ゆるし傾向 (x_3)	.05	1.36	-.02, .12	.10	.48**	.10

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

($\beta = .25, p < .01$) がみられた。反芻から、本来感への有意な負のパス ($\beta = -.49, p < .01$)、自己価値の随伴性への有意な正のパス ($\beta = .46, p < .01$) がみられた。次に、本来感から、他者へのゆるし傾向への有意な正のパス ($\beta = .23, p < .01$)、自己への積極的ゆるし傾向への有意な正のパス ($\beta = .41, p < .01$) がみられ、自己価値の随伴性から、自己への積極的ゆるし傾向への有意な負のパス ($\beta = -.15, p < .05$)、自己への消極的ゆるし傾向への有意な負のパス ($\beta = -.31, p < .01$) がみられた。また、自己注目からゆるしへの直接的なパスとして、反芻から自己への消極的ゆるし傾向へ有意な負のパス ($\beta = -.49, p < .01$) がみられた。

間接効果の検討 構造方程式モデリングの結果を踏まえ、反芻と省察から、本来感と自己価値の随伴性を媒介した各ゆるし傾向への間接効果の有意性を検討するため、bootstrap法による検定を行った（サンプリング回数2000、信頼区間95%）。その結果、反芻から本来感を媒介して、他者へのゆるし傾向および自己への積極的ゆるし傾向への間接効果が有意となった。反芻から自己価値の随伴性を媒介して、自己への積極的ゆるし傾向および自己への消極的ゆるし傾向への間接効果が有意となった（Table 2）。一方、省察から本来感、他者へのゆるし傾向および自己への積極的ゆるし傾向への間接効果については、いずれも有意な結果は得られなかった。

考 察

本研究の目的は、自己注目と他者へのゆるしおよび自己へのゆるしとの関連と、これらの関連に加えて自尊感情の2側面を媒介した関連について検討することであった。以下で、最終モデルに関する各仮説と検証の結果について考察する。

仮説1aでは、「反芻が高いほど、他者へのゆるしおよび自己へのゆるしは低い」と予測した。その結果、反芻の高さは、自己へのゆるしの一側面である自己への消極的ゆるし傾向の低さと直接的な関連がみら

れた。この結果は、反芻と自己へのゆるしとの関連においてBrown & Phillips (2005) と整合した。反芻は、自己への脅威に基づき自己へ注意を向けやすい特性である。したがって、自己への否定的な着目を繰り返しやすい人ほど、自己への失敗に関する否定的な反応を維持しやすいと推定された。一方、予測とは異なり、反芻と他者へのゆるしの間には、直接的な関連はみられなかった。本研究で用いた他者へのゆるし傾向は、項目例のように、肯定的な変容内容を測定する項目が多く含まれていた。したがって、自己への否定的な着目を繰り返す傾向の強さと、他者への否定的な反応が肯定的に変容する傾向の強さとの間には、影響がみられないことを示したと考えられる。石川・濱口 (2007) は、自己へのゆるしのうち、肯定的な変容傾向と中性的な変容傾向において、後者が抑うつや特性不安とより強い関連がみられることを明らかにしている。この知見を踏まえると、他者へのゆるしにおいても、肯定的な変容傾向と中性的な変容傾向を分けた検討が必要であった可能性が考えられる。

仮説1bでは、「反芻が高いほど、自己価値の随伴性の高さを媒介し、他者へのゆるしおよび自己へのゆるしは低い」と予測した。その結果、反芻が高いほど、自己価値の随伴性の高さを媒介して、自己への積極的ゆるし傾向と自己への消極的ゆるし傾向は低いという関連がみられた。また、反芻が高いほど、本来感の低さを媒介して、他者へのゆるし傾向と自己への積極的ゆるし傾向は低いという関連がみられた。これらの結果は、反芻と他者へのゆるしとの関連においてBerry et al. (2001) と整合し、反芻と自己へのゆるしとの関連においてBrown & Phillips (2005) と整合していた。また、反芻と自己価値の随伴性との関連において新延・今野 (2014) と整合していた。自己価値の随伴性は、自己評価が外的な基準での査定に依存しやすい特性である。したがって、自己への否定的な着目を繰り返しやすい人ほど、自己評価を外的な基準によって定めやすくなるため、自己への失敗そのものが自己評

価を低下させ、自己への否定的な反応を肯定的に変容させることが困難になり、否定的な反応を維持しやすくなると推定された。すなわち、自分自身の価値を他者からの評価や自分の有能さ、魅力に基づき判断する感覚が高いことで、自己の失敗を自己価値と結び付けて考えるために、自己への否定的な捉え方の変容が困難になると推定される。また、本来感とは、外的な基準に依存することのない、個人が自分らしくあると感じている程度である（伊藤・小玉, 2005）。したがって、自己への否定的な着目を繰り返しやすい人ほど、自分らしくあると感じる感覚が揺らぎやすく、他者から傷つけられた出来事や、自己への失敗による否定的な反応を肯定的に変容させることが困難になると推定された。

仮説2aでは、「省察が高いほど、他者へのゆるしおよび自己へのゆるしは低い」と予測した。しかし、最終モデルにおいて、省察から他者へのゆるしおよび自己へのゆるしに対し、いずれも直接的な関連はみられなかった。省察は、項目例のように、ものごとの本質や意味についての探求を好む傾向について測定されていた。したがって、省察をしやすい人において、他者から傷つけられたり、自分自身による失敗に対して、出来事の本質や意味についての探求を行ったとしても、中性的な変容や、肯定的な変容には直接的に結びつかないことが示唆される。

仮説2bでは、「省察が高いほど、本来感の高さを媒介し、他者へのゆるしおよび自己へのゆるしは低い」と予測した。その結果、省察が高いほど、本来感の高さを媒介し、他者へのゆるし傾向と自己への積極的ゆるし傾向は高いという関連がみられた。この結果は、省察と本来感との関連において、新延・今野（2014）と整合した。省察は、知的好奇心に基づき、自己へ注意を向けやすい特性である。したがって、自己への肯定的な着目を繰り返しやすい人ほど、自己評価を内的な基準によって定めやすくなるため、他者から傷つけられた出来事による否定的な反応や自己への失敗による否定的な反応を肯定的に変容させやすくなると推定された。すなわち、自分自身の気持ちを尊重できる感覚や、自分自身の意思に基づき選択する感覚が高いことで、他者から傷つけられた出来事や、自己の失敗を自己価値と結び付けて考えないために、否定的な捉え方を変容させることが可能になると推定される。

以上のように、自己注目と他者へのゆるしおよび自己へのゆるしとの関連の検討にあたり、自尊感情の2側面を踏まえた検討が有効であることが示された。各仮説と検証の結果から、仮説1a、仮説1b、仮説2bはおおむね支持された。

これらの仮説の検証を通して、本研究では、以下の2点が明らかになった。第1に、先行研究において自尊感情と他者へのゆるしとの関連について混乱がみら

れていたが、本研究では、自尊感情の2側面である本来感と随伴性に注目することによって、前者はゆるしの高さと関連すると推定され、後者はゆるしの低さと関連すると推定される結果が得られ、これまでの知見の混乱を整理する手掛かりとなると考えられる。第2に、本研究では、これまで検討されてこなかった省察と他者へのゆるしおよび自己へのゆるしとの関連を検討することによって、ゆるしの促進要因に関する新たな手掛かりが示唆された。

本研究の限界と今後の課題

本研究の限界と今後の課題について、以下の点が考えられる。第1に、本研究では、自己へのゆるしに関して、肯定的な捉え直しと平静な捉え直しについて検討し、反芻はそれぞれに対して異なる影響を及ぼしていた。しかし、他者へのゆるし傾向は、捉え直しの違いには着目していないため、捉え直す方向性の違いについて比較検討を行うことは困難である。他者へのゆるしに関しても同様に、捉えなおす方向性が異なる可能性があり、今後は、この点を踏まえた検討が必要と考えられる。第2に、本研究では、自己注目や自尊感情といった自己概念に関する変数を扱い、他者へのゆるしおよび自己へのゆるしとの関連について検討した。しかし、他者へのゆるしについては、今回用いた自己概念に関する変数だけではなく、他者への捉え方といった他者に関する概念による個人差が影響していたことも考えられる。本研究では、他者に関する変数への着目が不十分であったため、今後は、他者への捉え方に影響を及ぼすと考えられる変数（他者との関係性・他者への敵意など）を用いて検討していくことが必要である。今後は、今回得られた結果の再現性についても確認するとともに、本研究で検討した自尊感情の2側面以外の媒介変数にも着目し、他者へのゆるしおよび自己へのゆるしを促進する有用な手掛かりについて検討を進める必要がある。

引用文献

- Allemand, M., Hill, P. L., Ghaemmaghami, P., & Martin, M. (2012). Forgiveness and subjective well-being in adulthood: The moderating role of future time perspective. *Journal of Research in Personality*, 46, 32-39.
- American Psychological Association (2009). *Publication manual of the American Psychological Association* (6th ed.). Washington DC: American Psychological Association. (アメリカ心理学会 前田 樹海・江藤 裕之・田中 建彦 (訳) (2011). APA論文作成マニュアル 第2版 医学書院)
- Berry, J. W., Worthington, E. L. Jr., Parrott, L. III, O'Connor, L., & Wade, N. G. (2001). Dispositional forgivingness: Development and construct valid-

- ity of the transgression narrative test of forgiveness (TNTF). *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27, 1277-1290.
- Brown, R. P., & Phillips, A. (2005). Letting bygones be bygones: Further evidence for the validity of the tendency to forgive scale. *Personality and Individual Differences*, 38, 627-638.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1995). Human autonomy: The basis for true self-esteem. In M. Kernis (Ed.), *Efficacy, agency, and self-esteem* (pp. 31-49). New York: Plenum Press.
- Enright, R. D. (2001). *Forgiveness is a choice: A step-by-step process for resolving anger and restoring hope*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Enright, R. D., & Coyle, C. T. (1998). Researching the process model of forgiveness within psychological interventions. In E. L. Worthington (Ed.), *Dimensions of forgiveness: Psychological research and theological perspectives* (pp. 139-161). Philadelphia, PA: Templeton Foundation Press.
- Faul, F., Erdfelder, E., Buchner, A., & Lang, A.-G. (2009). Statistical power analyses using G*Power 3.1: Tests for correlation and regression analyses. *Behavior Research Methods*, 41, 1149-1160.
- Greene, D. C., & Britton, P. J. (2013). The influence of forgiveness on lesbian, gay, bisexual, transgender, and Questioning individuals' shame and self-esteem. *Journal of Counseling & Development*, 91, 195-205.
- Griffin, B. J., Worthington, E. L. Jr., Lavelock, C. R., Wade, N. G., & Hoyt, W. T. (2015). Forgiveness and mental health. In L. L. Toussaint, E. L. Jr. Worthington, & D. R. Williams (Eds.), *Forgiveness and health* (pp. 77-90). New York: Springer.
- Harris, A. H. S., & Thoresen, C. E. (2003). Strength-based health psychology: Counseling for total human health. In W. B. Walsh (Ed.), *Counseling psychology and optimal human functioning* (pp. 199-228). London: Lawrence Erlbaum.
- 石川 満佐育・濱口 佳和 (2007). 中学生・高校生におけるゆるし傾向性と外在化問題・内在化問題との関連の検討 教育心理学研究, 55, 526-537.
- 伊藤 正哉・川崎 直樹・小玉 正博 (2011). 自尊感情の3様態——自尊源の随伴性と充足感からの整理—— 心理学研究, 81, 560-568.
- 伊藤 正哉・小玉 正博 (2005). 自分らしくある感覚(本来感)と自尊感情がWell-beingに及ぼす影響の検討 教育心理学研究, 53, 74-85.
- 伊藤 正哉・小玉 正博 (2006). 大学生の主體的な自己形成を支える自己感情の検討 本来感, 自尊感情ならびにその随伴性に注目して 教育心理学研究, 54, 222-232.
- 加藤 司・谷口 弘一 (2009). 許し尺度の作成の試み 教育心理学研究, 57, 158-167.
- Luyckx, K., Soenens, B., Berzonsky, M. D., Smits, I., Goossens, L., & Vansteenkiste, M. (2007). Information-oriented identity processing, identity consolidation, and well-being: The moderating role of autonomy, self-reflection, and self-rumination. *Personality and Social Psychology*, 69, 176-190.
- Maltby, J., Macaskill, A., & Day, L. (2001). Failure to forgive self and others: A replication and extension of the relationship between forgiveness, personality, social desirability and general health. *Personality and Individual Differences*, 30, 881-885.
- McCullough, M. E., Bellah, C. G., Kilpatrick, S. D., & Johnson, J. L. (2001). Vengefulness: Relationships with forgiveness, rumination, well-being, and the Big Five. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27, 601-610.
- McCullough, M. E., Root, L. M., & Cohen, A. D. (2006). Writing about the personal benefits of a transgression facilitates forgiveness. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 74, 887-897.
- Messay, B., Dixon, L., & Rye, M. S. (2012). The relationship between quest religious orientation, forgiveness, and mental health. *Mental Health, Religion, & Culture*, 15, 315-333.
- 村井 潤一郎 (2005). 強調語が発言内容の欺瞞性認知に及ぼす影響 パーソナリティ研究, 14, 92-100.
- Neto, F., & Mullet, E. (2004). Personality, self-esteem, and self-construal as correlates of forgivingness. *European Journal of Personality*, 18, 15-30.
- 新延 知美・今野 裕之 (2014). 自己注目が失敗からの心理的成長に与える影響——自尊感情および自己価値の随伴性を媒介として—— パーソナリティ研究, 23, 57-59.
- Ripley, J. S., Worthington, E. L. Jr., Garthe, R. C., Davis, D. E., Hook, J. N., Reid, C. A., ... Akpalu, B. (2018). Trait forgiveness and dyadic adjustment predict postnatal depression. *Journal of Child and Family Studies*, 27, 2185-2192.
- 関 博美・兒玉 憲一 (2012). 自己注目における省察及び反芻と自己効力感, 自尊感情, 抑うつ感との関連 広島大学大学院心理臨床教育研究センター紀要, 11, 86-96.
- 清水 裕士・村山 綾・大坊 郁夫 (2006). 集団コミュニケーションにおける相互依存性の分析 (1)——コミュニケーションデータへの階層的データ分析の適用—— 電子情報通信学会技術研究報告, 106, 1-6.
- Strelan, P. (2007). Who forgives others, themselves, and situations? The roles of narcissism, guilt, self-esteem, and agreeableness. *Personality and Individual Differences*, 42, 259-269.
- 高野 慶輔・坂本 真士・丹野 義彦 (2012). 機能的・非機能的自己注目と自己受容, 自己開示 パーソナリティ研究, 21, 12-22.
- 高野 慶輔・丹野 義彦 (2008). Rumination-Reflection Questionnaire日本語版作成の試み パーソナリティ研究, 16, 259-261.
- Takano, K., & Tanno, Y. (2009). Self-rumination, self-reflection, and depression: Self-rumination counteracts the adaptive effect of self-reflection. *Behaviour Research and Therapy*, 47, 260-264.

- Thompson, L., Snyder, C. R., Hoffman, L., Michael, S. T., Rasmussen, H., Billings, L. S., ... Roberts, D. E. (2005). Dispositional forgiveness of self, others, and situations. *Journal of Personality*, 73, 313-359.
- Toussaint, L., & Webb, J. R. (2005). Theoretical and empirical connections between forgiveness, mental health, and well-being. In E. L. Worthington (Ed.), *Handbook of forgiveness* (pp. 349-362). New York, NY: Brunner-Routledge.
- Trapnell, P. D., & Campbell, J. D. (1999). Private self-consciousness and the five-factor model of personality: Distinguishing rumination from reflection. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 284-304.
- Wohl, M. J. A., DeShea, L., & Wakinney, L. (2008). Looking within: Measuring state forgiveness and its relationship to psychological well-being. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 4, 1-10.
- Worthington, E. L. Jr., Lavelock, C., Witvliet, C. V., Rye, M. S., Tsang, J., & Toussaint, L. (2014). Measures of forgiveness: Self-report, physiological, chemical, and behavioral indicators. In G. J. Boyle (Ed.), *Measures of personality and social psychological constructs* (pp. 474-502). New York: Academic Press.
- Worthington, E. L. Jr., Witvliet, C. O., Pietrini, P., & Miller, A. J. (2007). Forgiveness, health, and well-being: A review of evidence for emotional versus decisional Forgiveness, dispositional forgivingness, and reduced unforgiveness. *Journal of Behavioral Medicine*, 30, 291-302.
- Yao, S., Chen, J., Yu, X., & Sang, J. (2017). Mediator roles of interpersonal forgiveness and self-forgiveness between self-esteem and subjective well-being. *Current Psychology*, 36, 585-592.
- Zechmeister, J. S., Garcia, S., Romero, C., & Vas, S. N. (2004). Don't apologize unless you mean it: A laboratory investigation of forgiveness and retaliation. *Medical Social Science*, 33, 532-564.

(2018年7月3日受稿, 2019年4月17日受理)