

2022年度 人権問題研究委員会研究プロジェクト

『「自分自身を大事にする」人権教育の開発』研究報告書

文学部臨床心理学科 小正 浩徳（代表）
武田 俊信

はじめに

人権を尊重する文化と差別のない社会づくりを目指すために重要な発想とは、「自分自身を大事にする（自分が受容される）」経験を積むことであると我々は考えている。この「自分自身を大事にする（他者から自分が受容されることと、自身による自己受容）」ことは他者への気遣いの基盤となり、ひいては人権擁護の意識を高め、stigmaの軽減に繋がり、そして、個人の尊厳を大切にする社会、多様な価値観を尊重し、固有性を活かしあう社会を生み出すという連鎖となるものと考えられる。

そこで、本研究プロジェクトでは、大学教育としての「自分自身を大事にする」人権教育を行うにあたり必要となる臨床心理学・精神医学的観点とは何かを明らかにすることを試みた。

「自分自身を大事にする」人権教育では、性・年齢・出自・疾病や障害・犯罪やいじめ加害者や被害者などに対して人が持ちうる偏見や差別、stigmaの軽減・解消を目指す。

そこで、「自分自身を大事にする」という心を臨床心理学的知見の上から育むことが偏見や差別、stigmaの軽減につながるという仮説を設定した。この仮説について検討するために次に示す4つの調査・実践を行った。

まず、「(1) 偏見や差別、stigmaの心理的要因の探索」を実施した。ここでは、一般の人々たちの中にある「しょうがい者に対する偏見」と「自己受容」、「他者受容」、「他者からの受容感」、「自己評価」を明らかにしようと試みた。

次に、周囲からなかなか理解してもらいにくいしょうがいがある者自身の思いを明らかにする試みとして「(2) しょうがい者自身が抱える困難さやそれに伴う周囲からのstigmaに関するオンライン・デプスインタビュー調査」を実施した。

また、人権教育の実践例として「(3) stigmaの軽減を目指した精神医学的ならびに心理社会的教育の実施」を行った。

これらをふまえて「自分自身を大事にする」人権教育開発にむけ、「(4) stigmaの軽減を目指した「自分が大事にされる体験教育」の予備的实践」を行った。

この4つの調査・実践について以下に報告する。

(1) 偏見や差別、stigmaの心理的要因の探索

この研究では、オンラインを用いたアンケート調査をもとに「自分自身を大事にする」人権教育のために必要と考えられる私たちが心理的に持っている「受容感」ならびに「自

己評価」と、偏見や差別、stigmaのうち、「ある対象に対して、すでに偏見や差別の問題は解決しており、彼らが不平を訴えることは不当で、正当化されるべきではないといった態度」（清水ら、2022）という「象徴的偏見」に着目した。

調査対象者

日本全国に居住する20代～70代の男女計600名への調査（各年代の男性50名、女性50名）

方法

株式会社クロス・マーケティングを介したオンラインによるアンケート調査

アンケート調査用紙の構成

①フェイスシート

調査への協力依頼ならびに倫理的配慮、調査への同意と協力を示すチェック欄（はい・いいえの2択式）で構成されている。

②デモグラフィック項目

しょうがい経験について「あなたは精神的なまたは身体的な(もしくは両方に)何らかの障害を抱えていますか?」という質問により、「はい」「抱えたことはない」「過去に抱えたことがある」「回答は控える」の4択にて確認した。なお、質問文内で「障害」と漢字表記したのは、医療における診断に用いられている表記に合わせたためである。加えて、性別、年齢、居住地域、職業、年収に関する質問で構成されている。

③他者ならびに自己に関わる受容感の測定

次に示す2つの尺度を用いた。1つ目は、高井（2001）による「存在感受容尺度」である。この尺度は4因子で構成されているが、本研究の意図とは異なると考えられた「超越力を意識」（質問例：私は何か大きな力（神様、仏様、大自然など）によって生かされているのだと思う）を除いた16項目を用いた。この尺度は高井（2001）にならい「1.全くあてはまらない」から「5.よくあてはまる」の5件法で測定している。2つ目は上村（2007）による「自己・他者受容尺度」である。この尺度は、「自己受容尺度」15項目と「他者受容尺度」13項目の二つの尺度で構成されている。この両尺度の質問のうち因子負荷量が|.50|より高い14項目を用いた。この尺度は上村（2007）にならい「1.全くあてはまらない」から「7.よくあてはまる」の7件法で測定している。

④自己評価の測定

自己評価の測定のために、原田(2015)による「短縮版自己評価尺度」12項目を用いた。「1.全くあてはまらない」から「5.よくあてはまる」の5件法で測定した。

⑤しょうがい者への偏見の測定

しょうがい者への偏見の測定のために清水ら(2022)による「象徴的障害者偏見尺度日本語版」11項目のうちから因子負荷量が|.50|より高い8項目を用いた。この尺度は清水ら(2022)にならい「1.強く反対する」から「7.強く賛成する」の7件法で測定している。

【結果】

調査で用いた「存在感受容尺度」、「自己・他者受容尺度」、「短縮版自己評価尺度」、「象徴的障害者偏見尺度日本語版」は、今回それぞれ質問項目を選択し実施したことから因子構造を確認するために因子分析(最尤法、promax回転)を実施した(付表1~4)。

「存在感受容尺度」は3因子構造が確認された。この三つの因子に対してそれぞれ次のように名称をつけた。一つは「他者から受容・信頼感」とした。これは「私には私を理解してくれる人がいる」「私には心から信頼し合える人がいる」などの6つの質問で構成され、得点が5に近づくほど「他者からの受容・信頼感」を得ていると回答者は感じている。もう一つは「孤独感・疎外感」とした。これは「私は人から拒否されることが多いと感じている」「私は孤独でさびしいと感じている」などの6つの質問で構成され、得点が5に近づくほど「孤独感・疎外感」を回答者は感じている。最後の一つは「感謝・やすらぎ」とした。これは「私は、いろいろな人のおかげで今日までやってこれたのだ、と感謝している」「今までの人生において人にあたたかく包まれている安らぎや喜びを感じたことがある」などの4つの質問で構成され、得点が5に近づくほど周囲に対して「感謝・やすらぎ」を回答者は感じている。

「自己・他者受容尺度」は3因子構造が確認された。この三つの因子に対してそれぞれ次のように名称をつけた。一つは「自己に対する劣等感・不信感」とした。これは「誰といてもどんな時にも、よく劣等感に悩まされる」「どんな時でもどんな人といっても、なんだか自分自身について半信半疑である」などの3つ質問で構成され、得点が7に近づくほど「自己に対する劣等感・不信感」を回答者は感じている。もう一つは「アサーティブ感」とした。これは「人に対していろいろな感情と衝動をもっているけれど、それをごく自然なものとして認められる」、「親しい他人に自分のしたことや考え方を批判されても、無視せずその人の意見をよく聞き理解しようとする」などの5つの質問で構成され、得点が7に近づくほど回答者の「アサーティブ感」は強くなる。最後の一つは「他者に対する非受容性」とした。「親しい他人に自分の意見を批判されると、その人の意見には耳もかさず自

分の意見ばかり押し通す」、「自分に対して何か批判があったり誰かが何かを言ったりすると、それを受け容れることができない」などの4つの質問で構成され、得点が7に近づくほど回答者の「他者に対する非受容性」は強くなる。

「短縮版自己評価尺度」は4因子構造が確認され、この構造は原田（2015）の結果と同じであったため、それと同様にこの四つの因子に対して次のように名称をつけた。一つは「個人基準肯定的自己評価」とした。これは「今の自分が好きである。」「今の自分に、満足している。」「自分のなかに、好きなどころがある。」という質問項目で構成され、得点が5に近づくほど回答者自身が自分のことを肯定的に評価している。もう一つは「社会基準肯定的自己評価」とした。これは「自分のなかには、人からうらやましがられるところがある。」「自分のなかには、人に自慢できるところがある。」「自分には、人には負けないものがある。」という質問項目で構成され、得点が5に近づくほど回答者は周囲の人々との比較の中で自分のことを肯定的に評価している。三つめは「個人基準否定的自己評価」とした。これは「自分のなかに、変えたいところがある。」「自分のだめなところが気になる。」という質問項目で構成され、得点が5に近づくほど回答者自身が自分のことを否定的に評価している。最後は「社会基準否定的自己評価」とした。これは「なにをしても、自分にはかなわないと思う。」「まわりの人はみな、自分よりすぐれていると思う。」「まわりとくらべると、自分はだめな人間だと思う。」という質問項目で構成され、得点が5に近づくほど回答者は周囲の人々との比較の中で自分のことを否定的に評価している。

「象徴的障害者偏見尺度日本語版」は2因子構造が確認された。この二つの因子に対して次のように名称をつけた。一つは「しょうがい者への過少評価」とした。これは「障害者は、意欲的であってもたいてい成功しない」、「障害者は一生懸命努力しても、目標をたいてい達成できない」などの3つの質問で構成され、得点が7に近づくほど回答者はしょうがい者の困り感の原因をしょうがい者自身の努力の欠如としてとらえ「しょうがい者への過少評価」する傾向にある。もう一つは「しょうがい者への理解の無さ」とした。これは「障害者は彼らの社会での状況に不平を言い過ぎである」、「障害者は社会に対して多くのことを求めすぎている」などの3つの質問で構成され、得点が7に近づくほど回答者はしょうがい者に対する差別は既に改善されており、不平をいうしょうがい者は差別とは関係のない原因により低地位にあるという「しょうがい者への理解の無さ」をあらわす。

これら各因子の平均値ならびに標準偏差を性別・年代別、しょうがいの経験有無と性別・年代別について分類した結果を次の表に示す。

表1 性別・年代別の「象徴的障害者偏見尺度日本語版」の結果

	人数	しょうがい者への過少評価		しょうがい者への理解の無さ	
		平均	標準偏差	平均	標準偏差
		男性	300	2.85	1.25
20代	50	2.83	1.15	3.11	1.08
30代	50	3.25	1.33	3.32	1.02
40代	50	3.21	1.47	3.65	1.10
50代	50	2.87	1.16	3.26	1.02
60代	50	2.57	1.08	2.95	0.98
70代	50	2.40	1.05	2.77	1.03
女性	300	2.78	1.15	3.17	1.08
20代	50	3.03	1.27	3.11	1.12
30代	50	2.67	1.20	3.01	1.25
40代	50	2.98	1.07	3.57	1.01
50代	50	2.63	1.16	3.07	0.98
60代	50	2.71	1.07	3.21	0.98
70代	50	2.65	1.13	3.02	1.09
総計	600	2.82	1.20	3.17	1.08

表1は、性別・年代別の「象徴的偏見尺度日本語版」の結果である。

男性内においては、30代の「しょうがい者への過少評価」が、40代の「しょうがい者への理解の無さ」の平均値が高い結果となった。一方で、70代が最も低い結果となった。

女性内においては、「しょうがい者の過少評価」は20代が最も高く、50代が最も低い。そして「しょうがい者への理解の無さ」は40代が最も高く、30代が最も低い結果となった。

表2 性別・年代別の「受容感尺度」結果

	人数	他者からの受容・信頼感		孤独感・疎外感		感謝・やすらぎ	
		平均	標準偏差	平均	標準偏差	平均	標準偏差
男性	300	3.58	1.10	2.20	0.95	3.61	0.89
20代	50	3.44	1.11	2.58	0.99	3.43	0.91
30代	50	3.32	1.32	2.34	1.07	3.42	1.01
40代	50	3.48	1.18	2.34	0.91	3.58	0.85
50代	50	3.36	1.01	2.30	0.87	3.42	0.84
60代	50	3.71	1.08	1.96	0.88	3.75	0.75
70代	50	4.13	0.65	1.66	0.68	4.06	0.85
女性	300	3.75	1.09	2.22	0.97	3.70	0.88
20代	50	3.48	1.23	2.61	1.02	3.42	1.01
30代	50	3.48	1.19	2.56	1.01	3.60	0.85
40代	50	3.69	1.03	2.32	0.89	3.67	0.84
50代	50	4.08	0.92	1.93	0.91	3.74	0.84
60代	50	3.83	0.99	2.17	0.96	3.75	0.86
70代	50	3.94	1.05	1.73	0.71	4.02	0.79
総計	600	3.66	1.10	2.21	0.96	3.65	0.89

表2は、性別・年代別の「受容感尺度」の結果である。

男性では、70代の「他者からの受容・信頼感」と「感謝・やすらぎ」が高く、同時に「孤独感・疎外感」が最も低い結果となった。

女性では、「他者からの受容・信頼感」は50代が最も高く、「感謝・やすらぎ」は70代が最も高い。「孤独感・疎外感」は70代が最も低い結果となった。

表3 性別・年代別の「自己・他者受容尺度」結果

	人数	自己に対する劣等感・不信感		アサーティブ感		他者への非受容性	
		平均	標準偏差	平均	標準偏差	平均	標準偏差
男性	300	2.96	1.35	4.22	1.08	3.13	0.99
20代	50	3.13	1.35	3.66	1.08	3.19	1.00
30代	50	3.40	1.72	4.27	1.13	3.51	1.21
40代	50	3.16	1.31	4.19	0.99	3.15	1.10
50代	50	3.06	1.26	4.06	1.02	3.22	0.94
60代	50	2.52	1.22	4.36	1.03	2.91	0.80
70代	50	2.50	0.96	4.80	0.92	2.84	0.73
女性	300	3.25	1.46	4.22	0.93	3.12	0.90
20代	50	3.89	1.67	3.80	1.01	3.32	0.82
30代	50	3.71	1.55	3.69	0.84	3.16	0.98
40代	50	3.35	1.33	4.22	0.78	3.15	0.83
50代	50	3.26	1.43	4.29	0.78	3.26	0.85
60代	50	2.85	1.19	4.42	0.92	2.98	1.05
70代	50	2.46	1.06	4.87	0.79	2.86	0.83
総計	600	3.11	1.41	4.22	1.01	3.13	0.95

表3は、性別・年代別の「自己・他者受容尺度」の結果である。

男性では、70代の「自己に対する劣等感・不信感」と「他者への非受容性」が最も低い。また、70代の「アサーティブ感」が最も高い結果となった。

女性でも、男性同様70代の「自己に対する劣等感・不信感」と「他者への非受容性」が最も低い。また、70代の「アサーティブ感」が最も高い結果となった。

表4 性別・年代別の「短縮版自己評価尺度」結果

	人数	個人基準肯定的自己評価		個人基準否定的自己評価		社会基準肯定的自己評価		社会基準否定的自己評価	
		平均	標準偏差	平均	標準偏差	平均	標準偏差	平均	標準偏差
男性	300	3.28	0.95	3.57	0.82	3.19	0.90	2.76	0.93
20代	50	3.06	1.00	3.40	0.82	2.92	0.88	3.14	0.80
30代	50	2.97	1.12	3.76	1.03	3.09	1.20	3.07	1.12
40代	50	3.19	1.08	3.69	0.93	3.12	0.98	2.94	0.98
50代	50	3.14	0.75	3.42	0.67	3.03	0.70	2.70	0.77
60代	50	3.52	0.83	3.43	0.63	3.43	0.74	2.37	0.85
70代	50	3.79	0.55	3.72	0.71	3.58	0.61	2.33	0.72
女性	300	3.14	1.02	3.66	0.81	3.03	0.91	3.02	0.95
20代	50	2.67	1.06	3.65	0.98	2.71	1.08	3.38	1.10
30代	50	2.85	1.20	4.03	0.75	2.92	0.97	3.42	0.95
40代	50	2.95	1.04	3.64	0.74	2.88	0.92	3.13	0.93
50代	50	3.24	0.85	3.79	0.63	2.89	0.73	3.09	0.83
60代	50	3.41	0.79	3.46	0.77	3.29	0.78	2.64	0.74
70代	50	3.69	0.81	3.38	0.84	3.49	0.71	2.45	0.72
総計	600	3.21	0.99	3.61	0.82	3.11	0.91	2.89	0.95

表4は性別・年代別の「短縮版自己評価尺度」の結果である。

男性では、「個人基準肯定的自己評価」と「社会基準肯定的自己評価」では70代が最も高い結果となった。「個人基準否定的自己評価」では20代が最も低く、「社会基準否定的自己評価」では70代が最も低い結果となった。

女性では、「個人基準肯定的自己評価」と「社会基準肯定的自己評価」では70代が最も高い結果となった。「個人基準否定的自己評価」と「社会基準否定的自己評価」では70代が最も低い結果となった。

表5 障害経験の有無と性別・年代別の「象徴的障害者偏見尺度日本語版」の結果

	人数	しょうがい者への過少評価		しょうがい者への理解の無さ		人数	しょうがい者への過少評価		しょうがい者への理解の無さ		
		平均	標準偏差	平均	標準偏差		平均	標準偏差	平均	標準偏差	
障害は無い	463	2.78	1.18	3.16	1.06	過去に障害を抱えていたことがある	40	2.79	1.17	3.02	1.18
男性	236	2.80	1.21	3.16	1.07	男性	18	2.80	1.30	3.11	1.25
20代	40	2.80	1.13	3.11	1.06	20代	3	3.11	1.64	2.56	0.69
30代	38	3.06	1.21	3.25	1.10	30代	0	-	-	-	-
40代	37	3.08	1.48	3.50	1.18	40代	4	3.75	1.37	4.42	0.92
50代	41	2.99	1.19	3.37	0.98	50代	4	2.42	0.42	3.17	1.45
60代	41	2.43	1.09	2.87	1.02	60代	3	3.67	0.58	3.33	0.58
70代	39	2.46	1.00	2.87	0.99	70代	4	1.33	0.67	2.00	1.05
女性	227	2.75	1.14	3.16	1.05	女性	22	2.79	1.08	2.94	1.14
20代	35	3.03	1.14	3.23	0.91	20代	6	2.56	0.98	2.61	0.39
30代	33	2.51	1.27	2.91	1.29	30代	9	3.11	1.15	3.11	1.32
40代	41	2.89	1.03	3.52	1.08	40代	2	3.67	0.47	4.00	0.00
50代	39	2.71	1.16	3.01	0.99	50代	1	3.67	-	4.67	-
60代	42	2.71	1.09	3.29	0.89	60代	2	1.83	0.24	1.67	0.47
70代	37	2.66	1.19	2.95	1.09	70代	2	1.67	0.94	2.50	1.65
現在障害を抱えている	72	3.06	1.40	3.25	1.19	回答は控える	25	2.87	1.07	3.43	0.77
男性	38	3.14	1.49	3.25	1.08	男性	8	3.25	0.92	3.54	0.40
20代	7	2.90	1.23	3.33	1.33	20代	0	-	-	-	-
30代	9	4.19	1.56	3.63	0.82	30代	3	2.89	1.35	3.33	0.33
40代	7	3.43	1.72	4.05	0.59	40代	2	3.67	0.94	3.33	0.47
50代	4	2.00	1.28	2.17	0.58	50代	1	3.00	-	3.67	-
60代	5	2.73	0.83	3.20	0.87	60代	1	4.00	-	4.00	-
70代	6	2.61	1.36	2.44	1.15	70代	1	3.00	-	4.00	-
女性	34	2.97	1.32	3.24	1.32	女性	17	2.69	1.11	3.37	0.90
20代	5	3.33	2.36	2.40	2.40	20代	4	3.33	1.36	3.75	1.10
30代	6	2.83	1.01	3.39	1.20	30代	2	2.83	0.24	3.17	1.18
40代	3	3.89	1.84	4.00	0.67	40代	4	2.83	0.88	3.58	0.74
50代	4	2.75	1.37	3.50	0.79	50代	6	1.89	0.96	2.94	0.90
60代	5	2.73	1.09	3.00	1.41	60代	1	4.00	-	4.00	-
70代	11	2.82	0.94	3.33	1.02	70代	0	-	-	-	-
						総計	600	2.82	1.20	3.17	1.08

表5は障害経験の有無と性別・年代別の「象徴的障害者偏見尺度日本語版」の結果である。

「しょうがい者への過少評価」においては、「現在障害を抱えている」者が「障害は無い」者、「過去に障害を抱えていたことがある」者よりも高い平均値を示している。

「しょうがい者への理解の無さ」においても「現在障害を抱えている」者が「障害は無い」者、「過去に障害を抱えていたことがある」者よりも高い平均値を示している。

なお、障害の有無について「回答を控える」者が他の三者よりも「しょうがい者への理解の無さ」が最も高い平均値を示していた。

表6 障害経験の有無と性別・年代別の「受容感尺度」の結果

	人数	他者からの受容・信頼感		孤独感・疎外感		感謝・やすらぎ		人数	他者からの受容・信頼感		孤独感・疎外感		感謝・やすらぎ		
		平均	標準偏差	平均	標準偏差	平均	標準偏差		平均	標準偏差	平均	標準偏差	平均	標準偏差	
障害は無い	463	3.70	1.08	2.13	0.93	3.67	0.87	過去に障害を抱えていたことがある	40	3.60	1.12	2.48	1.01	3.47	0.88
男性	236	3.64	1.07	2.13	0.93	3.64	0.87	男性	18	3.73	1.08	2.28	0.99	3.58	0.96
20代	40	3.43	1.06	2.59	1.02	3.38	0.95	20代	3	4.50	0.50	2.17	0.17	3.67	0.38
30代	38	3.58	1.23	2.12	0.99	3.54	1.00	30代	0	-	-	-	-	-	-
40代	37	3.52	1.22	2.29	0.93	3.61	0.76	40代	4	3.75	1.00	2.63	1.24	3.50	1.14
50代	41	3.36	0.97	2.30	0.81	3.50	0.73	50代	4	2.50	1.19	2.83	1.38	2.56	0.83
60代	41	3.80	1.07	1.86	0.81	3.82	0.73	60代	3	3.89	1.08	2.33	0.58	3.83	0.14
70代	39	4.14	0.68	1.65	0.69	3.98	0.90	70代	4	4.25	0.52	1.42	0.52	4.44	0.83
女性	227	3.76	1.08	2.14	0.93	3.70	0.88	女性	22	3.48	1.16	2.65	1.02	3.38	0.81
20代	35	3.55	1.18	2.54	1.06	3.32	1.04	20代	6	3.33	1.36	2.83	0.67	3.54	0.95
30代	33	3.60	1.30	2.27	0.99	3.64	0.98	30代	9	3.50	1.10	3.06	1.03	3.33	0.50
40代	41	3.67	0.98	2.21	0.84	3.67	0.81	40代	2	3.67	0.47	3.33	0.47	3.25	0.35
50代	39	4.06	0.82	1.96	0.96	3.76	0.80	50代	1	1.00	-	1.17	-	1.75	-
60代	42	3.75	1.00	2.12	0.85	3.74	0.83	60代	2	4.50	0.71	1.33	0.47	3.00	1.41
70代	37	3.92	1.15	1.75	0.73	4.01	0.75	70代	2	3.92	0.12	1.67	0.47	4.38	0.18
現在障害を抱えている	72	3.50	1.21	2.44	1.08	3.66	1.03	回答は控える	25	3.55	1.17	2.43	0.91	3.67	0.74
男性	38	3.25	1.26	2.47	1.07	3.51	1.08	男性	8	2.92	0.94	2.50	0.79	3.25	0.65
20代	7	3.07	1.41	2.69	1.09	3.64	0.93	20代	0	-	-	-	-	-	-
30代	9	2.61	1.43	3.15	1.13	3.00	1.09	30代	3	2.22	1.08	2.72	0.92	3.08	0.52
40代	7	3.17	1.26	2.57	0.60	3.57	1.15	40代	2	3.33	0.94	1.92	1.06	3.25	1.41
50代	4	4.33	0.45	1.58	0.57	3.38	1.60	50代	1	3.00	-	3.00	-	3.50	-
60代	5	3.00	1.23	2.33	1.48	3.25	1.03	60代	1	3.00	-	3.00	-	3.00	-
70代	6	4.00	0.67	1.78	0.76	4.33	0.49	70代	1	4.00	-	2.00	-	3.75	-
女性	34	3.78	1.11	2.41	1.11	3.83	0.97	女性	17	3.85	1.17	2.40	0.98	3.87	0.71
20代	5	3.33	1.55	2.57	1.11	3.85	1.18	20代	4	3.25	1.58	2.92	1.27	3.56	0.90
30代	6	3.17	0.76	3.11	0.57	3.71	0.62	30代	2	2.50	0.00	3.42	0.35	3.63	0.18
40代	3	3.33	2.08	3.17	1.32	2.92	1.13	40代	4	4.13	1.03	2.29	0.77	4.38	0.75
50代	4	4.17	1.11	2.25	0.97	3.69	1.26	50代	6	4.69	0.31	1.69	0.65	3.96	0.56
60代	5	4.43	0.83	2.70	1.67	4.30	0.78	60代	1	2.83	-	3.00	-	3.00	-
70代	11	4.02	0.76	1.67	0.71	3.98	1.00	70代	0	-	-	-	-	-	-
								総計	600	3.66	1.10	2.21	0.96	3.65	0.89

表6は、障害経験の有無と性別・年代別の「受容感尺度」の結果である。

「他者からの受容・信頼感」と「感謝・やすらぎ」においては、「障害は無い」者が「現在障害を抱えている」者、「過去に障害を抱えていたことがある」者よりも高い平均値を示していた。「孤独感・疎外感」では「過去に障害を抱えていたことがある」者が、「障害は無い」者、「現在障害を抱えている」者よりも最も高い平均値を示していた。

表7 障害経験の有無と性別・年代別の「自己・他者受容尺度」の結果

	人数	劣等感・不信感		アサーティブ感		他者への非受容性			人数	劣等感・不信感		アサーティブ感		他者への非受容性	
		平均	標準偏差	平均	標準偏差	平均	標準偏差			平均	標準偏差	平均	標準偏差	平均	標準偏差
障害は無い	463	2.93	1.30	4.23	1.04	3.08	0.94	過去に障害を抱えていたことがある	40	3.84	1.66	4.31	1.01	3.24	0.87
男性	236	2.84	1.29	4.24	1.10	3.10	0.99	男性	18	3.13	1.53	4.60	1.06	3.21	0.94
20代	40	2.99	1.28	3.57	1.14	3.15	1.06	20代	3	4.11	1.84	4.47	0.46	3.17	0.14
30代	38	3.13	1.70	4.45	1.18	3.38	1.27	30代	0	-	-	-	-	-	-
40代	37	3.00	1.22	4.14	0.99	3.20	1.05	40代	4	3.42	2.32	5.00	1.34	3.50	1.77
50代	41	3.07	1.28	4.17	1.01	3.22	0.91	50代	4	3.00	1.19	3.55	1.15	3.25	0.87
60代	41	2.32	1.02	4.39	1.04	2.82	0.75	60代	3	3.33	1.33	4.67	0.64	3.42	0.63
70代	39	2.56	1.01	4.73	0.92	2.86	0.75	70代	4	2.08	0.69	5.30	0.66	2.75	0.65
女性	227	3.02	1.31	4.21	0.97	3.06	0.88	女性	22	4.42	1.55	4.07	0.92	3.26	0.83
20代	35	3.40	1.39	3.82	1.08	3.26	0.73	20代	6	5.11	1.54	3.47	1.03	3.50	0.35
30代	33	3.21	1.51	3.61	0.93	3.02	1.02	30代	9	4.52	1.28	3.96	0.67	3.19	0.90
40代	41	3.21	1.25	4.21	0.84	3.05	0.85	40代	2	5.17	1.18	4.00	0.00	3.75	0.35
50代	39	3.08	1.43	4.31	0.83	3.24	0.84	50代	1	5.67	-	4.40	-	3.75	-
60代	42	2.77	1.09	4.41	0.92	2.85	1.03	60代	2	2.33	1.89	5.20	1.13	3.25	1.77
70代	37	2.49	1.04	4.81	0.81	2.96	0.75	70代	2	2.67	0.47	5.20	0.00	2.13	0.53
現在障害を抱えている	72	3.68	1.67	4.14	0.97	3.27	1.10	回答を控える	25	3.64	1.33	4.18	0.45	3.37	0.77
男性	38	3.61	1.57	3.98	1.03	3.28	1.11	男性	8	3.13	0.89	4.05	0.28	3.25	0.76
20代	7	3.48	1.50	3.80	0.78	3.39	0.89	20代	0	-	-	-	-	-	-
30代	9	4.74	1.38	3.62	0.82	4.25	0.74	30代	3	2.78	1.26	3.87	0.23	3.00	0.90
40代	7	3.90	1.24	4.06	0.84	2.79	1.17	40代	2	3.00	0.47	4.00	0.28	2.75	0.71
50代	4	3.17	1.60	3.35	1.01	2.94	1.55	50代	1	2.67	-	4.40	-	4.00	-
60代	5	3.40	2.13	4.08	1.33	3.10	1.15	60代	1	4.00	-	4.00	-	4.00	-
70代	6	2.17	0.46	4.97	1.16	2.67	0.74	70代	1	4.00	-	4.40	-	3.50	-
女性	34	3.76	1.80	4.32	0.89	3.26	1.11	女性	17	3.88	1.46	4.25	0.50	3.43	0.79
20代	5	5.00	2.27	4.16	0.83	3.00	1.70	20代	4	5.00	1.83	3.70	0.38	3.94	0.24
30代	6	5.00	1.15	3.53	0.53	3.83	0.86	30代	2	4.50	0.71	4.30	0.42	3.38	0.18
40代	3	4.33	2.03	4.20	0.53	3.50	0.87	40代	4	3.08	1.13	4.50	0.12	3.50	0.68
50代	4	4.17	0.79	3.85	0.60	3.75	0.50	50代	6	3.44	1.42	4.47	0.56	2.96	1.07
60代	5	3.53	1.77	4.28	0.99	3.70	0.93	60代	1	4.00	-	4.00	-	4.00	-
70代	11	2.33	1.26	5.04	0.78	2.64	1.05	70代	0	-	-	-	-	-	-
総計	600	3.11	1.41	4.22	1.01	3.13	0.95								

表7は、障害経験の有無と性別・年代別の「自己・他者受容尺度」の結果である。

「劣等感・不信感」については、「過去に障害を抱えていたことがある」者が、「障害は無い」者、「現在障害を抱えている」者よりも高い平均値を示していた。「アサーティブ感」においても、「過去に障害を抱えていたことがある」者が、「障害は無い」者、「現在障害を抱えている」者よりも高い平均値を示していた。「他者への非受容性」については、「現在障害を抱えている」者が、「障害は無い」者、「過去に障害を抱えていたことがある」者よりも高い平均値を示していた。

なお、「回答を控える」者が他の三者よりも「他者への非受容性」が最も高い平均値を示していた。

表8 障害経験の有無と性別・年代別の「短縮版自己評価尺度」の結果

	人数	個人基準肯定的自己評価		個人基準否定的自己評価		社会基準肯定的自己評価		社会基準否定的自己評価		人数	個人基準肯定的自己評価		個人基準否定的自己評価		社会基準肯定的自己評価		社会基準否定的自己評価			
		平均	標準偏差	平均	標準偏差	平均	標準偏差	平均	標準偏差		平均	標準偏差	平均	標準偏差	平均	標準偏差	平均	標準偏差	平均	標準偏差
		個人基準肯定的自己評価		個人基準否定的自己評価		社会基準肯定的自己評価		社会基準否定的自己評価			個人基準肯定的自己評価		個人基準否定的自己評価		社会基準肯定的自己評価		社会基準否定的自己評価			
障害は無い	463	3.31	0.92	3.56	0.80	3.19	0.85	2.79	0.90	40	2.81	1.09	3.98	0.79	2.74	1.01	3.20	1.16		
男性	236	3.31	0.91	3.54	0.78	3.22	0.86	2.68	0.90	18	3.43	0.88	3.75	0.93	3.15	0.86	2.78	1.03		
20代	40	3.16	0.92	3.33	0.81	2.94	0.82	3.02	0.78	3	3.00	0.00	4.17	0.29	2.22	1.35	4.00	1.00		
30代	38	3.11	1.12	3.80	1.00	3.26	1.18	2.91	1.09	0	-	-	-	-	-	-	-	-		
40代	37	3.10	0.99	3.72	0.82	3.09	0.92	2.80	1.03	4	3.25	1.66	3.13	1.31	3.58	0.69	3.25	0.96		
50代	41	3.14	0.79	3.40	0.67	3.02	0.69	2.70	0.73	4	3.17	0.69	3.38	0.85	2.75	0.63	2.42	0.74		
60代	41	3.59	0.78	3.39	0.63	3.46	0.69	2.27	0.79	3	3.56	0.51	3.50	0.50	3.33	0.58	2.67	0.58		
70代	39	3.74	0.58	3.62	0.64	3.55	0.63	2.38	0.77	4	4.08	0.32	4.63	0.48	3.67	0.47	1.83	0.69		
女性	227	3.32	0.95	3.58	0.81	3.16	0.85	2.91	0.89	22	2.30	0.98	4.16	0.62	2.41	1.01	3.55	1.17		
20代	35	2.98	0.95	3.46	1.00	2.86	0.92	3.32	1.01	6	1.83	0.72	4.08	0.58	2.39	1.50	3.61	1.25		
30代	33	3.17	1.21	3.95	0.64	3.13	1.00	3.24	0.84	9	2.37	1.03	4.28	0.75	2.37	0.75	3.78	1.12		
40代	41	3.09	1.00	3.57	0.74	2.96	0.91	3.03	0.90	4	2.13	0.47	4.50	0.71	2.00	1.41	4.17	1.18		
50代	39	3.44	0.77	3.82	0.60	3.03	0.65	2.95	0.80	1	2.00	-	3.50	-	3.33	-	4.67	-		
60代	42	3.43	0.78	3.42	0.78	3.39	0.69	2.60	0.68	6	3.17	0.24	3.75	0.35	2.33	1.41	2.33	0.94		
70代	37	3.77	0.76	3.28	0.89	3.59	0.70	2.41	0.80	2	3.67	0.47	4.25	0.35	2.67	0.47	2.33	0.00		
現在障害を抱えている	72	2.88	1.25	3.81	0.89	2.89	1.09	3.19	1.06	25	2.88	0.67	3.56	0.86	2.83	0.83	3.29	0.73		
男性	38	3.09	1.26	3.74	0.91	3.04	1.15	3.21	1.04	8	3.04	0.55	3.38	1.16	3.25	0.75	3.00	0.36		
20代	7	2.52	1.51	3.50	0.91	3.10	1.03	3.48	0.57	0	-	-	-	-	-	-	-	-		
30代	9	2.41	1.20	3.50	1.25	2.30	1.17	3.78	1.24	3	3.00	0.00	4.00	0.87	3.22	0.69	3.00	0.33		
40代	7	3.81	1.25	4.21	0.64	3.00	1.40	3.52	0.60	4	2.67	0.94	2.50	2.12	3.17	1.65	2.83	0.71		
50代	4	3.17	0.69	3.75	0.65	3.42	0.96	2.92	1.34	1	3.00	-	3.00	-	3.00	-	3.00	-		
60代	5	3.00	1.31	3.80	0.76	3.20	1.30	2.80	1.30	6	1.30	-	3.00	-	3.33	-	3.33	-		
70代	6	3.94	0.44	3.75	0.94	3.72	0.61	2.22	0.17	1	4.00	-	4.00	-	3.67	-	3.00	-		
女性	34	2.64	1.22	3.88	0.88	2.74	1.02	3.18	1.09	17	2.80	0.73	3.65	0.70	2.63	0.82	3.43	0.83		
20代	5	1.67	1.13	4.10	1.02	2.33	1.56	3.00	1.72	4	2.50	1.14	4.13	0.85	2.33	1.31	4.00	0.86		
30代	6	1.89	0.83	4.08	1.36	2.44	0.81	3.78	1.17	2	2.67	0.47	4.00	0.00	3.33	0.00	3.67	1.41		
40代	3	2.11	1.17	4.00	1.00	2.33	1.15	3.89	1.17	4	3.00	0.82	3.63	0.48	2.92	0.32	3.00	0.72		
50代	4	2.08	0.83	4.25	0.50	2.25	0.96	3.75	0.50	6	2.89	0.58	3.33	0.75	2.33	0.76	3.33	0.76		
60代	5	3.47	1.12	3.80	0.84	2.93	1.16	3.07	1.21	6	1.30	-	3.00	-	3.00	-	3.00	-		
70代	11	3.45	1.00	3.55	0.65	3.27	0.66	2.58	0.47	0	-	-	-	-	-	-	-	-		
総計	600	3.21	0.99	3.61	0.82	3.11	0.91	2.89	0.95											

表8は、障害経験の有無と性別・年代別の「短縮版自己評価尺度」の結果である。

「個人基準肯定的自己評価」ならびに「社会基準肯定的自己評価」は、「障害は無い」者が、「現在障害を抱えている」者、「過去に障害を抱えていたことがある」者よりも高い平均値を示していた。「個人基準否定的自己評価」ならびに「社会基準否定的自己評価」では、「過去に障害を抱えていたことがある」者が、「障害は無い」者、「現在障害を抱えている」者よりも高い平均値を示していた。

なお、「回答を控える」者が他の三者よりも「社会基準否定的自己評価」において平均値が高い数値を示していた。

(2) しょうがい者自身が抱える困難さやそれに伴う周囲からの stigma に関するオンライン・デプスインタビュー調査 (2023 年 3 月実施)

【調査内容】 しょうがい者自身、特に社会には周知されているとはいいがたい Sluggish Cognitive Tempo(SCT)がある者へのインタビュー調査を実施し、当事者が周囲から感じる stigma について明らかにしようというものである。

(3) stigma の軽減を目指した精神医学的ならびに心理社会的教育の実施

【結果】 大学の講義において、精神疾患にまつわる精神医学・心理学的見地からレクチャー、発達しょうがい者の家族や、しょうがいではないが偏見に晒されやすいという意味では類似した側面のある LGBT 当事者による講演を行った。講義に参加した大学生への質問紙調査を実施した結果、レクチャーや当事者の講演等は stigma の軽減に有効であることが示唆された。そして、stigma を増加させる要因には、マスメディアによる精神障害を持つ個人が犯した犯罪に対する報道の影響があることが分かった。

(4) stigma の軽減を目指した「自分が大事にされる体験教育」の予備的実践

【結果】 「自分が大事にされる体験教育」の題材として、先行研究をあたったところ

1) アサーショントレーニング

安達 知郎, 安達 奈緒子 (2019) 大学新入生に対するアサーション・トレーニングの効果—適応感とアイデンティティ, 自己受容に注目して— 教育心理学研究 67 (4) pp. 317-329

2) ピアサポートトレーニング/ソーシャルスキルトレーニング

鈴木章昭 (2010) 高等学校における授業を通じた 心理教育的援助サービスについて—生徒同士で支え合う関係づくりを目指して— 神奈川県立総合教育センター長期研究員研究報告 8 pp.85-90

3) 構成的グループエンカウンター

能勢保幸 (2020) 構成的グループエンカウンターが発達課題を抱える生徒の自己肯定感に

4) スクイグル

津上佳奈美,西村喜文(2019) 小学校における臨床心理学的技法を用いた「心の授業」の実践(1)ー描画法(スクイグル)を活用した取り組みー永原学園西九州大学短期大学部紀要 49 pp.7-13

5) リフレーミング・トレーニング

松茂良尚哉(2013) 自他を受容し,自己肯定感を高める道徳の授業の工夫~共感し合う話し合い活動とリフレーミングを通して~ http://www.nahaken-okn.ed.jp/naha-c/ken_pdf/99/721.pdf

6) コンパッション・フォーカスト・セラピー・プログラム

鋤柄のぞみ,石村郁夫,小金井希容子,山口正寛,野村俊明(2015) 自己への思いやりを育成・強化するコンパッション・フォーカスト・セラピー・プログラムの試行 日本医科大学基礎科学紀要 (44) pp.61-77

などが見られた。これらの共通点として、自分自身を含め物事を否定的な側面のみ注目するのではなく、別の見方、新しい見方といった側面を他者から伝えられ、認められるということがあげられる。

そこで予備的实践として、学生の了承・同意のもと、3)、4)を取り入れたワークを行った。その感想を自由記述にてもとめ、その内容をまとめたところ「自分が大事にされる」体験をした学生は「うれしい」(67%)と感じ、「自信がついた」(13%)、「自己肯定感が上がる」(7%)気持ちになっている。また、「視点の違いに気が付いた」(7%)者もいたことが明らかになった。その一方で「申し訳なさ」(7%)も感じる学生もいるため、実施にあたっては慎重に行う必要もあると考えられる。

おわりに

しょうがいを抱えた経験の有無によって、しょうがいに対する偏見ならびに自己への認識に影響を及ぼしている可能性が考えられた。具体的には、しょうがいがないと回答したものよりもしょうがいを抱えているもしくは過去に抱えていた者自身が偏見や自己を否定的に捉えているようである。これはセルフ・スティグマが考えられ、さらなる詳細な検討を行う必要があると考えている。

stigma の低減を目指す教育として、当事者に出会い知識を得ることがその低減に寄与する可能性がある。「自分が大事にされる」予備的実践の結果から、一定の効果がみられた。今後、「自分が大事にされる」ワークのプログラム化とこのワークにより「自分自身を大事にする」ことにつながるかどうかの検討を進めていきたい。そして本研究の仮説である「自分自身を大事にする」という心を臨床心理学的知見の上から育むことが偏見や差別、stigma の軽減につながる」か、どうかを確かめるべく研究に取り組んでいきたいと考える。

文献

- 安達 知郎, 安達 奈緒子 (2019) 大学新生に対するアサーション・トレーニングの効果—適応感とアイデンティティ, 自己受容に注目して— 教育心理学研究 67 (4) pp. 317-329
- 原田宗忠 (2015) 短縮版自己評価感情尺度の作成 愛知教育大学教育臨床総合センター紀要 5 pp.1-10
- 松茂良尚哉 (2013) 自他を受容し, 自己肯定感を高める道德の授業の工夫～共感し合う話し合い活動とリフレーミングを通して～ http://www.nahaken-okn.ed.jp/nahac/ken_pdf/99/721.pdf
- 能勢保幸 (2020) 構成的グループエンカウンターが発達課題を抱える生徒の自己肯定感に及ぼす影響 北方圏学術情報センター年報 12 pp.101-107
- 清水佑輔、ターン有加里ジェシカ、橋本剛明、唐沢かおり (2022) 象徴的障害者偏見尺度日本語版 (SAS-J) の作成 心理学研究 92 (6) pp.532-542
- 鋤柄のぞみ, 石村郁夫, 小金井希容子, 山口正寛, 野村俊明 (2015) 自己への思いやりを育成・強化するコンパッション・フォーカスト・セラピー・プログラムの試行 日本医科大学基礎科学紀要 (44) pp.61-77
- 鈴木章昭 (2010) 高等学校における授業を通じた心理教育的援助サービスについて—生徒同士で支え合う関係づくりを目指して— 神奈川県立総合教育センター長期研究員研究報告 8 pp.85-90
- 高井範子 (2001) 他者からの受容感と生き方態度に関する研究:存在受容感尺度による検討 大阪大学教育学年報 6 pp.245-254
- 津上佳奈美, 西村喜文 (2019) 小学校における臨床心理学的技法を用いた「心の授業」の実践 (1) —描画法 (スクイグル) を活用した取り組み— 永原学園西九州大学短期大学部紀要 49 pp.7-13
- 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 18 (2) pp.132-138

付表1 存在受容感尺度 因子分析結果

因子名	質問文	I	II	III	平均	SD
他者からの受容・信頼感 平均=3.66 SD=1.099 $\alpha = .967$	私には私を理解してくれる人がある。	.961	-.061	.036	3.71	1.172
	私には心から信頼し合える人がある。	.916	.002	-.021	3.61	1.219
	私には私をあたたく見守ってくれる人がある。	.911	-.070	.101	3.78	1.129
	私には私がつらいときや悲しいときに慰めてくれる人がある。	.908	-.016	.026	3.62	1.180
	私には私の個人的問題について話し合える人がある。	.896	.048	-.026	3.57	1.208
	私には家族や他人を問わず、ありのままの自分を受け入れてくれる人がある。	.873	-.066	.031	3.68	1.211
孤独感・疎外感 平均=2.21 SD=0.958 $\alpha = .913$	私は人から拒否されることが多いと感じている。	-.120	.889	.027	2.21	1.112
	私は無視されることが多いと感じている。	-.175	.844	.056	2.15	1.082
	私は孤独でさびしいと感じている。	-.105	.811	-.007	2.26	1.145
	私は誰からも愛されたことがないと感じている。	.032	.748	.093	2.07	1.123
	私の周りには心を許し合える人がほとんどいない。	.309	.709	-.135	2.36	1.256
	私には私の話を真剣に聞いてくれる人はいない。	.346	.660	-.086	2.18	1.162
感謝・やすらぎ 平均=3.65 SD=0.889 $\alpha = .900$	私は、いろいろな人のおかげで今日までやってこれたのだ、と感謝している。	-.061	-.037	.967	3.76	1.025
	私は日常生活のささやかなことにでも感謝の思いがある。	.057	-.060	.765	3.55	0.974
	今までの人生において人にあたたく包まれている安らぎや喜びを感じたことがある。	.181	.097	.671	3.75	1.048
	周囲の人たちはあたたくい心で私に接してくれているように感じている。	.152	.155	.628	3.56	1.001
	因子相関行列	I	II	III		
	I	-	.580	.663		
	II		-	.498		
	III			-		

付表2 自己・他者受容尺度 因子分析結果

因子名	質問文	I	II	III	平均	SD
アサーティブ感 平均=4.22 SD=1.008 $\alpha = .818$	人に対していろいろな感情と衝動をもっているけれど、それをごく自然なものとして認められる。	.783	-.024	.032	4.31	1.281
	親しい他人に自分のしたことや考え方を批判されても、無視せずその人の意見をよく聞き理解しようとする。	.768	.165	-.135	4.34	1.237
	人の物の見方が自分と違って、頭から拒否せずその人の考え方を尊重する。	.724	.162	-.132	4.39	1.237
	たとえほかの人が自分を疑っているときでも、人間として自分の価値を疑わない。	.621	-.155	.135	4.07	1.356
	将来何か問題が起こったとしても、何とか対処していけるという自信がある。	.530	-.347	.150	3.99	1.525
自己に対する劣等感・不信感 平均=3.11 SD=1.414 $\alpha = .887$	どんな時でもどんな人といても、なんだか自分自身について半信半疑である。	-.007	.913	.021	2.99	1.511
	誰といてもどんな時にも、よく劣等感に悩まされる。	-.015	.862	.063	3.04	1.603
	大勢の人たちの中では間違ったことを言うのをおそれるので、たいていあまり話さない。	.053	.694	.114	3.30	1.585
他者に対する非受容性 平均=3.13 SD=0.950 $\alpha = .769$	親しい他人に自分の意見を批判されると、その人の意見には耳もかさず自分の意見ばかり押し通す。	-.028	-.022	.700	2.97	1.185
	他人があとで何か良いことをしてくれるのでなければ、他人のために何かすることにあまり利点があるとは思わない。	.011	.084	.653	3.21	1.267
	自分に対して何か批判があったり誰かが何かを言ったりすると、それを受け容れることができない。	.053	.134	.610	3.41	1.213
	親の考え方は気に入らないので、一方的に非難したり反発したりする。	-.051	.041	.595	2.91	1.275
	因子相関行列	I	II	III		
	I	-	-.231	-.176		
	II		-	.477		
	III			-		

付表3