

劣等感による否定的な影響を緩和させる要因 —感情体験と共感・被共感経験に着目して—

鈴木 秀明¹ 石村 郁夫²

劣等感は、青年にとってひきこもりや非行、自殺といった深刻な影響を与えるとされている。そこで本研究は、劣等感による否定的な影響を緩和させる要因として、感情体験、共感・被共感経験を取り上げ仮説モデルを作成し、モデルの検討を行った。まず、研究1では、劣等感、感情体験、社会適応の関連について検討するために、大学生に対して質問紙調査を行った。調査参加者は、141名（男性56名、女性85名、平均年齢19.93歳、 $SD=0.73$ 歳）であった。共分散構造分析の結果、劣等感を和らげることが、社会適応に対して肯定的な影響を持つことが示された。豊かな感情体験も、社会適応に対して肯定的に働くことが認められた。次に、研究2では、共感・被共感経験が豊かな感情体験を促し、豊かな感情体験が劣等感を和らげることを確認するために、共感・被共感経験、感情体験、劣等感の関連を検討した。調査方法は、研究1と同様に質問紙調査であり、調査参加者は大学生209名（男性73名、女性136名、平均年齢18.91歳、 $SD=1.15$ 歳）であった。共分散構造分析の結果、共感・被共感経験から直接的に劣等感を和らげる影響は示されなかったものの、共感・被共感経験が豊かな感情体験を促進する要因であることは確認された。また、豊かな感情体験は劣等感を和らげる要因であることが示された。研究1、研究2の結果から、劣等感による否定的な影響を緩和させるには、共感経験や被共感経験を積み重ね、豊かな感情体験を体験し、劣等感を和らげることが重要だと示唆された。また、劣等感が和らぐことで、さらに感情体験が豊かになり、そのことにより社会適応が向上することも示された。

キーワード：劣等感、社会適応、豊かな感情体験、共感・被共感経験

問題と目的

青年期は、急激な身体的変化による個人差の発生や、身体的変化に伴う自己概念・価値観の不安定化、受験や就職のような競争による自他の差異の意識化などによって、他者との比較が生じやすい時期である（高坂, 2009）。高田（1999）は、比較を行う理由として劣等感があることを明らかにしており、劣等感には他者より劣った自己の姿を認識し、他者の基準に近づこうとする自己向上の機能が含まれていると示唆している。このように劣等感とは、Adlerが劣等感の補償を概念化して以来、人格形成や適応に向かう動機づけとなる感情であるとされている。しかし、Adler（1932, 高尾訳 1984）は、劣等感が青年にとってポジティブな影響を持つ一方、ひきこもりや非行の原因にもなりうると述べている。また、佐藤・田中（1989）による研究においても、自殺の原因として劣等感が挙げられており、自己嫌悪や劣等感に陥り、自分の存在価値や生きる意味がわからなくなって自殺を考えた者は、高校生の実に44.8%を占めたという。したがって、劣等感とは社会適応に対して肯定的な影響を与えることもあるが、否

定的な影響を多大に与えることもある。そのため、劣等感による否定的な影響を和らげる要因の検討が求められる。

劣等感が社会適応に対して否定的に働く理由としては、劣等感の形成に伴って他者に対して回避的（Dreikurs, 1933, 1950 野田監訳 1996）、依存的（岸見, 2014）、支配的・強迫的（岸見, 2014）な反応をとってしまうことが考えられる。そして、回避的、依存的、強迫的な反応をとる背景には、個人のパーソナリティ特性が関与していると推察される。例えば、高坂（2008）は、すべての青年が劣等感を強く感じるわけではなく、劣等感を強く抱きやすいパーソナリティ特性があることを論じている。したがって、劣等感を感じた際に回避的、依存的、強迫的な反応をとる者には、回避的、依存的、強迫的なパーソナリティ傾向があるものと考えられる。ところで、DSM-5（American Psychiatric Association, 2013 高橋・大野監訳 2014）では、回避性、依存性、強迫性パーソナリティ障害は、すべてC群パーソナリティ障害に含まれる。C群パーソナリティ障害では、感情の抑制が共通しているとされている。したがって、C群パーソナリティ障害の治療では、感情の抑制を和らげ、豊かな感情体験を促すことが重要とする指摘がある。例えば、元永・広瀬（1998）は、回避性パーソナリティ障害を臨床で

1 東京成徳大学大学院

2 東京成徳大学応用心理学部臨床心理学科

扱う際は、“感じることの回避”を心の片隅に持ちながら臨床しなければならないとしている。また、平木(2000)は、依存性パーソナリティ障害である大学生とのカウンセリングを振り返り、大学生活における季節の移り変わり、学期の切れ目、人の入れ替わり、卒業などの変化は不安のもとであるが、そのような不安を体験することが問題解決や自己決断の練習にとって重要であるとしている。そして、強迫性パーソナリティ障害においても、望ましい治療を行うためには知性化を避け、情動的な反応の抑制を解くことが重要とされている(McWilliams, 1994 成田監訳 2005)。以上のことから、劣等感を強く感じてしまう者に対しても同様に、感情の抑制を和らげ、豊かな感情体験を促すことが治療では重要と考えられる。なお、中田(2006)は、自分の感情に向かい合いしみじみと体験するような感情体験のあり方を“豊かな感情体験”とし、“豊かな感情体験”とイラショナル・ビリーフは低い負の相関関係にあることを明らかにした。そして、感情に巻き込まれ混乱したり、逆に過度に抑制するような両極に陥らず、その中間を抱える体験様式の重要性を論じている。以上のことから、劣等感による否定的な影響は、豊かな感情体験を媒介することで緩和すると考えられる。一方で、豊かな感情体験ができることで、劣等感が和らぐとも考えられ、劣等感と感情体験は双方向の関係性にあると想定される。

また、豊かな感情体験を促すものとしては、共感経験と被共感経験が考えられる。山本(2007)は、共感されるという経験は自己の信頼感・安定感へとつながり、そこから他者を理解しようとする能動的な姿勢が生まれ、適切な対人関係の構築に大きな影響を与えている。さらに山本(2007)は、共感の前提条件として、自他の個性を認識することを挙げている。祖父江(2004)は、心理療法においてクライアントはセラピストからの“分離の痛みを理解し、共有しながら、なおかつお互いが別個の存在であることを認めるというパラドキシカルな共感”に支えられながら、自己の体験過程に気づいていくとしている。その上で、山本(2007)は、共感性形成のプロセスは、“わかってもらえる”経験と“わかってもらえない”経験を通して自己受容・理解していき、他者の受容・理解、共感へとつながっていくことを示唆している。このような自他の個性を前提とした共感経験、被共感経験を重ねることで、豊かな感情体験を感じられるようになると思われる。以上の論説をまとめると、次のようなモデルが想定される(Figure 1)。なお、共感・被共感経験は、感情体験を媒介することで劣等感に負の影響を与えると考えられる。そのため、共感・被共感劣等感に対して負の影響を与えていると想定した。

目 的

そこで、本研究では、まず劣等感、感情体験、社会適応の関連を検討する(研究1)。なお、本研究では、社会適応の度合いを測る指標として共同体感覚を用いる。共同体感覚は、アドラー心理学の中心的な概念であり(岸見, 2014), Mosak & Maniaci(1999 坂本監訳 2006)は、共同体感覚を“私たちがお互いに、そして、世界と共に持っている共感的で情緒的な絆”であると述べている。共同体感覚は、社会適応(Lundin, 1989 前田訳 1989)や精神的健康(Manaster & Corsini, 1982 高尾・前田訳 1995)、劣等感との関連が指摘されている。劣等感との関連では、高坂(2011)が共同体感覚と劣等感が負の相関関係にあることを明らかにしており、共同体感覚は劣等感との関係性が深い概念であると考えられる。その上で、研究1では次の通り、3つの仮説を設定する。劣等感劣等感に対して負の影響を与えている(仮説1)。次に、劣等感劣等感に対して負の影響を与えている(仮説2)。そして、感情体験は共同体感覚に対して正の影響を与えていると仮定した(仮説3)。

次に、共感・被共感経験が豊かな感情体験を促し、豊かな感情体験が劣等感を和らげることを検討するために、共感・被共感経験、感情体験、劣等感劣等感との関連を検討する(研究2)。はじめに、共感・被共感経験は感情体験に対して正の影響を与えていると仮定した(仮説4)。次に、共感・被共感経験劣等感に対して負の影響を与えている(仮説5)。そして、感情体験劣等感に対して負の影響を与えていると仮定した(仮説6)。

研究1

方法

調査参加者 A県の大学生141名(男性56名, 女性85名, 平均年齢19.93歳, $SD=0.73$ 歳)であった。

調査内容 質問紙は、年齢・性別の記入欄を設けた上で下記3つの尺度で構成した。(a)感情体験尺度(中田, 2006):感情体験の程度を測定する尺度であり、“感情に対する統制可能感”, “感情に対する尊重性”, “感情の優位性”の3因子で構成される。項目は、“感情に対する統制可能感”が7項目, “感情に対する尊重性”が7項目, “感情の優位性”が3項目の合計17項目である。回答は、「まったくあてはまらない」(0点), 「あまりあてはまらない」(1点), 「ややあてはまる」(2点), 「とてもあてはまる」(3点)の4件法であり, 得点が高いほど感情体験の程度が高いことを意味する。(b)劣等感項目(高坂, 2009):劣等感を測定する尺度であり, “学業成績の悪さ”, “運動能力の低さ”, “異性とのつきあいの苦手さ”, “家庭水準の低さ”, “友達づくりの下手さ”, “性格の悪さ”, “身体的魅力のなさ”, “統率力の欠如”の8因子で構成される。項目は, 1因

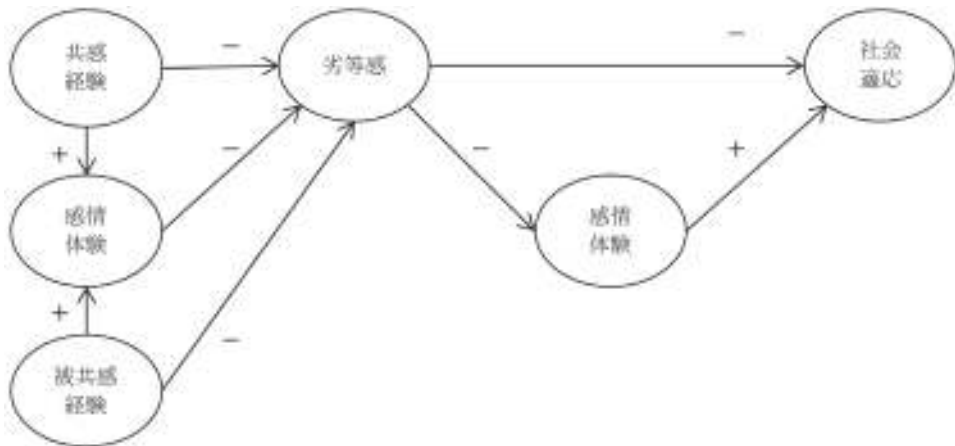


Figure1. 劣等感による否定的な影響を緩和させるモデル（本研究における仮設モデル）
注）+は正，-は負の影響を示している

子につき5項目であり、合計40項目である。「普段どのくらい自分が人とくらべて劣っていると感じますか」という教示のもと、「まったく感じない」(1点)、「あまり感じない」(2点)、「どちらともいえない」(3点)、「やや感じる」(4点)、「とても感じる」(5点)の5件法であり、得点が高いほど劣等感が高いことを意味する。(c) 共同体感覚尺度（高坂,2011）：共同体感覚を測定する尺度であり，“所属感・信頼感”，“自己受容”，“貢献感”の3因子で構成される。項目は，“所属感・信頼感”が11項目，“自己受容”が6項目，“貢献感”が7項目の合計24項目である。「普段のあなたにどの程度あてはまりますか」という教示のもと、「まったくあてはまらない」(1点)、「あまりあてはまらない」(2点)、「どちらともいえない」(3点)、「ややあてはまる」(4点)、「とてもあてはまる」(5点)の5件法であり、得点が高いほど共同体感覚が高いことを意味する。

手続き 2015年11月上旬の講義時間内に質問紙を配布して調査を依頼し、回答終了後その場で回収した。なお、調査への協力は自由意思によること、無記名回答により個人の匿名性は保持されることを文面および口頭で説明した。なお、本研究は、東京成徳大学大学院研究倫理委員会の承認のもとに実施した（承認番号：15-1-27）。

結果と考察

記入漏れがあった9名を除いて、分析対象者は132名（男性52名，女性80名）であった。

各尺度の記述統計量と信頼性係数 各尺度の平均値，標準偏差，最小値，最大値および信頼性係数をTable1に示した。なお，感情体験および共同体感覚については，中田（2006）と高坂（2011）に従い，尺度得点についても算出した。劣等感項目と共同体感覚尺度については，高い信頼性が確認された（ $\alpha = .77 \sim .94$ ）。感情体験の下位尺度については，信頼性が低かった（ $\alpha = .48 \sim .69$ ）。しかしながら，感情体験尺度

Table1 各尺度の記述統計量と信頼性係数

	平均値	標準偏差	最小値	最大値	α
感情体験	28.23	6.27	11	45	.76
感情に対する統制可能感	10.06	3.21	2	18	.64
感情に対する尊重性	13.05	3.22	2	20	.69
感情の優位性	5.11	1.85	0	9	.48
劣等感					
学業成績の悪さ	17.98	5.25	5	25	.94
運動能力の低さ	15.73	5.94	5	25	.94
異性ととのつきあいの苦手さ	15.61	5.68	5	25	.94
家庭水準の低さ	10.02	4.04	5	23	.82
友達づくりの下手さ	14.08	4.83	5	25	.88
性格の悪さ	15.15	4.09	5	25	.77
身体的魅力のなさ	16.72	4.42	5	25	.78
統率力の欠如	16.00	5.03	5	25	.89
共同体感覚	73.20	16.18	27	106	.93
所属感・信頼感	34.42	8.70	13	52	.90
自己受容	16.89	4.83	6	28	.83
貢献感	21.89	5.52	7	35	.90

全体では，高い信頼性を確保していた（ $\alpha = .76$ ）。

各変数間の相関係数 各変数間の相関係数を算出した（Table2）。その結果，感情体験の下位因子と劣等感項目の間には有意な相関が示されなかったものがあつたが，感情体験と全劣等感項目との間には弱い，ないしは中程度の強さの負の相関が示された。感情体験と共同体感覚については，下位因子すべてにおいて正の相関が示された。中でも，感情体験全体と共同体感覚全体の間には，強い正の相関が示された。劣等感と共同体感覚については，全劣等感項目と共同体感覚全体の間で負の相関が見られた。特に，“友だちづくりの下手さ”では，共同体感覚の下位因子である“所属感・信頼感”，“貢献感”において強い負の相関が示された。

共分散構造分析によるモデルの検討 仮説モデル（Figure 1）中の劣等感，感情体験，共同体感覚の関

Table2 各変数間の相関係数

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1 感情体験	—	.81**	.82**	.57**	-.20*	-.26**	-.21*	-.33**	-.39**	-.29**	-.25**	-.48**	.51**	.49**	.41**	.36**
2 感情に対する統制可能感		—	.43**	.24**	-.35**	-.37**	-.17*	-.28**	-.38**	-.35**	-.35**	-.50**	.42**	.39**	.43**	.25**
3 感情に対する尊重性			—	.29**	-.08	-.05	-.06	-.21*	-.21*	-.12	-.15	-.29**	.32**	.28**	.26**	.26**
4 感情の優位性				—	.07	-.15	-.29**	-.27**	-.31**	-.18*	.03	-.25**	.44**	.51**	.18*	.34**
5 学業成績の悪さ					—	.39**	.22*	.25**	.31**	.24**	.52**	.31**	-.20*	-.08	-.32**	-.17
6 運動能力の低さ						—	.26**	.28**	.25**	.28**	.45**	.37**	-.22**	-.16	-.26**	-.18*
7 異性とのつきあいの苦しさ							—	.25**	.53**	.16	.24**	.43**	-.40**	-.41**	-.21*	-.34**
8 家庭水準の低さ								—	.47**	.31**	.33**	.31**	-.32**	-.29**	-.27**	-.23**
9 友達づくりの下手さ									—	.45**	.29**	.54**	-.68**	-.68**	-.38**	-.59**
10 性格の悪さ										—	.43**	.32**	-.42**	-.36**	-.26**	-.43**
11 身体的魅力のなさ											—	.32**	-.25**	-.13	-.36**	-.22*
12 統率力の欠如												—	-.40**	-.36**	-.30**	-.34**
13 共同体感覚													—	.71**	.85**	
14 所属感・信頼感														—	.49**	.71**
15 自己受容															—	.43**
16 貢献感																—

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

連に基づき、最尤法による共分散構造分析を行い、各指標の推定値を算出するとともに、適合度を確認した。その結果、下記のモデルが採択された (Figure 2)。最終的なモデルの適合度指標は、 $\chi^2(68)=146.790$ ($p < .000$), $GFI=.853$, $AGFI=.774$, $CFI=.876$, $RMSEA=.094$ となった。モデル中での各変数の影響関係を見ると、劣等感とは共同体感覚に対して-.61の直接効果、感情体験に対して-.57の直接効果を示した。感情体験は、共同体感覚に対して.25の直接効果を示した。

これらのことから、研究1で設定した仮説1～3はすべて支持された。したがって、劣等感を和らげること

が、社会適応に対して肯定的な影響を持つことが示された。また豊かな感情体験も、社会適応に対して肯定的に働くことが認められた。

研究2

方法

調査参加者 A県の大学生209名 (男性73名, 女性136名, 平均年齢18.91歳, $SD=1.15$ 歳)であった。

調査内容 質問紙は、年齢・性別の記入欄を設けた上で下記3つの尺度で構成した。(a)感情体験尺度 (中田, 2006): 研究1と同様に、中田 (2006) の感情体験尺度を用いる。(b)劣等感項目 (高坂, 2009): 研究

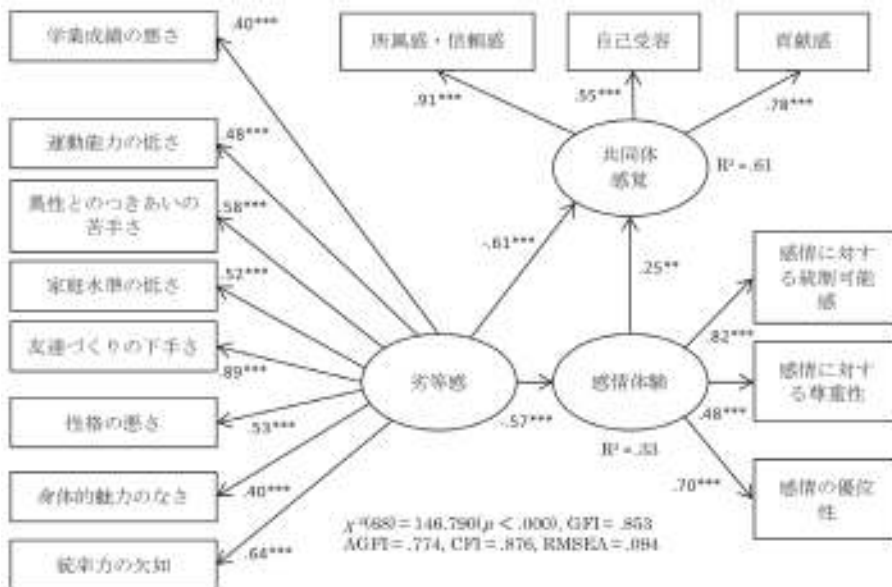


Figure2. 劣等感、感情体験、共同体感覚の関連

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

注) 誤差変数は省略。図の数値は標準化係数を示す。

1と同様に、高坂（2009）の劣等感項目を用いる。（c）共感経験質問紙・被共感経験質問紙（山本，2007）：共感経験と被共感経験の程度を測定する質問紙である。共感経験質問紙は，“共有経験”，“不全経験”の2因子で構成される。項目は，1因子につき14項目であり，合計28項目である。回答は，「まったくくない」（0点），「ほとんどない」（1点），「あまりない」（2点），「どちらともいえない」（3点），「ややそうだ」（4点），「だいたいそうだ」（5点），「いつもそうだ」（6点）の7件法である。被共感経験質問紙は，“被不全経験”，“被共有経験”の2因子で構成される。項目は，“被不全経験”が14項目，“被共有経験”が13項目の合計27項目である。回答は，「まったくくない」（0点），「ほとんどない」（1点），「あまりない」（2点），「どちらともいえない」（3点），「ややそうだ」（4点），「だいたいそうだ」（5点），「いつもそうだ」（6点）の7件法である。

手続き 調査時期および手続きは，研究1と同様である。研究2も研究1と併せて，東京成徳大学大学院研究倫理委員会の承認のもとに実施した（承認番号：15-1-27）。

結果と考察

記入漏れがあった8名を除いて，分析対象者は201名（男性70名，女性131名）であった。

各尺度の記述統計量と信頼性係数 各尺度の平均値，標準偏差，最小値，最大値および信頼性係数をTable3に示した。なお，感情体験については，中田（2006）に従い，尺度得点についても算出した。“感情に対する統制可能感”，劣等感項目全下位尺度，共感経験全下位尺度，被共感経験全下位尺度については，高い信頼性が確認された（ $\alpha=.71 \sim .95$ ）。“感情に対する尊重性”（ $\alpha=.69$ ），“感情の優位性”（ $\alpha=.47$ ）については，低い信頼性が確認された。しかしながら，感情体験尺度全体では，高い信頼性を確保していた（ α

$=.79$ ）。

各変数間の相関係数 各変数間の相関係数を算出した（Table 4）。その結果，感情体験の下位因子と劣等感項目の間には有意な相関が示されないものがあつたが，感情体験と全劣等感項目の間には弱い，ないしは中程度の強さの負の相関が示された。同様に，感情体験の下位因子と共感経験・被共感経験の間には有意な相関が示されないものがあつた。しかし，感情体験と共感経験・被共感経験の間には全てにおいて有意な相関が示され，感情体験と“共有経験”，“被共有経験”の間には正の相関が見られた。一方で，“不全経験”，“被不全経験”の間には負の相関が見られた。共感経験と劣等感項目の間には，“不全経験”が“異性と

Table3 各尺度の記述統計量と信頼性係数

	平均値	標準偏差	最小値	最大値	α
感情体験	28.72	6.33	5	49	.79
感情に対する統制可能感	10.02	3.33	0	21	.71
感情に対する尊重性	13.39	3.06	2	21	.69
感情の優位性	5.31	1.76	0	9	.47
劣等感					
学業成績の悪さ	17.90	5.20	5	25	.94
運動能力の低さ	16.19	5.80	5	25	.92
異性とにつきあいの悪さ	15.95	5.78	5	25	.92
家庭水準の低さ	9.49	3.85	5	20	.79
友達づくりの下手さ	13.96	4.91	5	25	.89
性格の悪さ	14.57	3.99	5	25	.77
身体的魅力のなさ	17.00	4.20	5	25	.75
統率力の欠如	16.61	4.96	5	25	.88
共感体験					
共有経験	50.69	13.00	0	84	.93
不全経験	39.80	13.16	0	84	.95
被共感体験					
被不全経験	39.62	12.66	4	84	.95
被共有経験	45.74	12.03	0	73	.95

Table4 各変数間の相関係数

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1 感情体験	—	.83**	.80**	.63**	-.28**	-.20**	-.15*	-.1*	-.41**	-.27**	-.23**	-.3**	.34**	-.2**	-.18*	.30**
2 感情に対する統制可能感		—	.42**	.38**	-.38**	-.19**	-.17*	-.10	-.40**	-.35**	-.27**	-.41**	.19**	-.15*	-.13	.15*
3 感情に対する尊重性			—	.33**	-.14	-.16*	-.04	-.19**	-.26**	-.16*	-.19**	-.24**	.36**	-.16*	-.11	.30**
4 感情の優位性				—	-.05	-.0	-.17*	-.01	-.26**	-.04	.01	-.22**	.23**	-.33**	-.21**	.27**
5 学業成績の悪さ					—	.34**	.32**	.20**	.40**	.43**	.59**	.42**	.08	.04	.00	.01
6 運動能力の低さ						—	.34**	.0	.40**	.21**	.42**	.37**	.03	.12	-.03	-.08
7 異性とにつきあいの苦手さ							—	.05	.48**	.31**	.30**	.58**	-.09	.19**	.08	-.13
8 家庭水準の低さ								—	.20**	.27**	.23**	.17*	.04	.02	.05	-.14*
9 友達づくりの下手さ									—	.41**	.39**	.55**	-.08	.17*	.06	-.23**
10 性格の悪さ										—	.40**	.34**	.06	.04	.00	-.04
11 身体的魅力のなさ											—	.31**	.13	-.09	-.10	.09
12 統率力の欠如												—	-.12	.19**	.12	-.17*
13 共有経験													—	-.42**	-.29**	.60**
14 不全経験														—	.59**	-.40**
15 被不全経験															—	-.44**
16 被共有経験																—

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

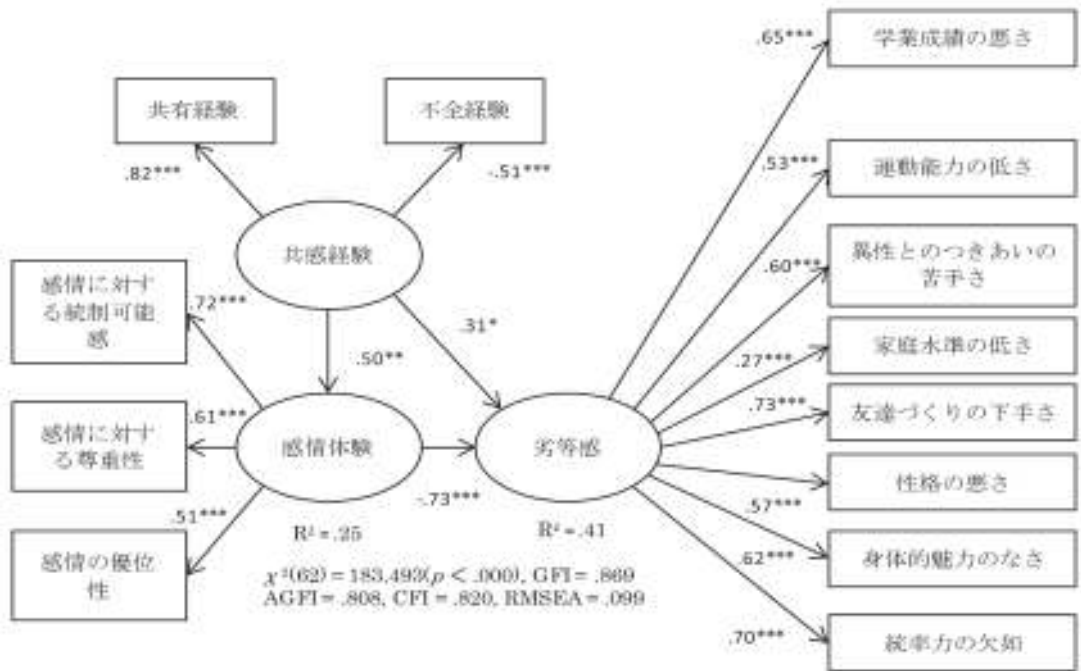


Figure3. 共感経験, 感情体験, 劣等感の関連

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

注) 誤差変数は省略。図の数値は標準化係数を示す。

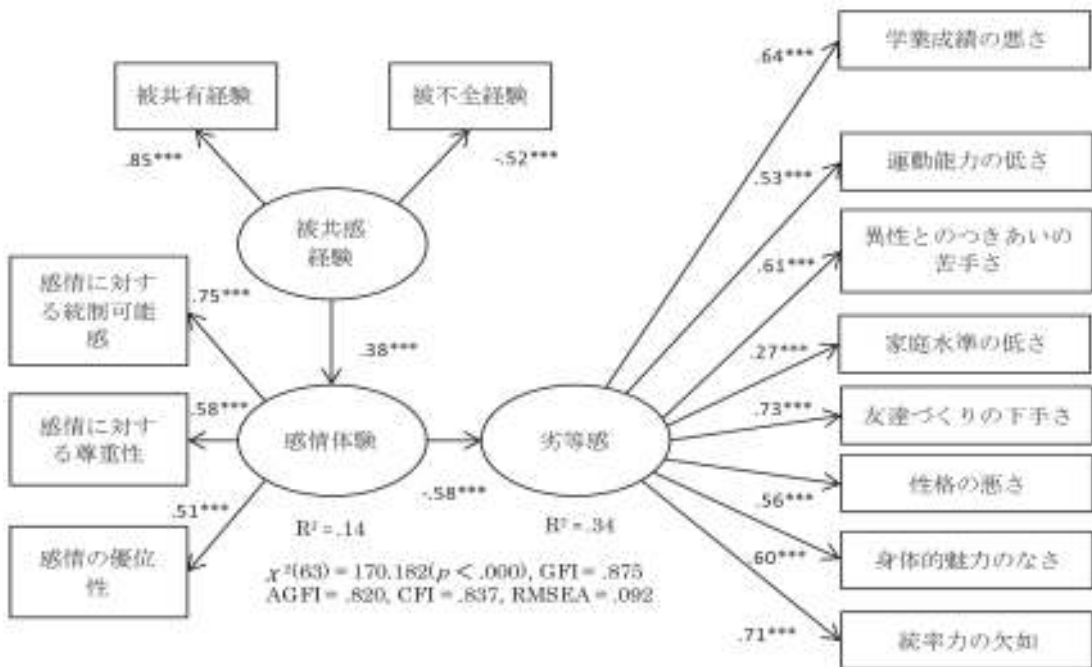


Figure4. 被共感経験, 感情体験, 劣等感の関連

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

注) 誤差変数は省略。図の数値は標準化係数を示す。

のつきあいの苦手さ”, “友達づくりの下手さ”, “統率力の欠如”と弱い正の相関を示した。被共感経験と劣等感項目の間では, “被共有経験”が“家庭水準の低さ”, “友達づくりの下手さ”, “統率力の欠如”と弱い負の相関を示した。

共分散構造分析によるモデルの検討 仮説モデル (Figure 1) 中の共感経験, 感情体験, 劣等感の関連に基づき, 最尤法による共分散構造分析を行い, 各指標の推定値を算出するとともに, 適合度を確認した。その結果, 下記のモデルが採択された (Figure 3)。最終的なモデルの適合度指標は, $\chi^2(62)=183.493$ ($p < .000$), GFI=.869, AGFI=.808, CFI=.820, RMSEA=.099となった。モデル中での各変数の影響関係を見ると, 共感経験は感情体験に対して.50の直接効果, 劣等感に対して.31の直接効果を示した。感情体験は, 劣等感に対して-.73の直接効果を示した。その結果, 共感経験は劣等感に対して, -.06の総合効果を示した。

同様に, 仮説モデル (Figure 1) 中の被共感経験, 感情体験, 劣等感の関連に基づき, 最尤法による共分散構造分析を行い, 各指標の推定値を算出するとともに, 適合度を確認した。その結果, 下記のモデルが採択された (Figure 4)。最終的なモデルの適合度指標は, $\chi^2(63)=170.182$ ($p < .000$), GFI=.875, AGFI=.820, CFI=.837, RMSEA=.092となった。モデル中での各変数の影響関係を見ると, 被共感経験は感情体験に対して.38の直接効果が見られた。被共感経験から劣等感への直接的なパスは示されなかった。感情体験は, 劣等感に対して-.58の直接効果を示した。

これらのことから, 研究2で設定した仮説4, 6は支持された。仮説5については, 共感経験は劣等感に対して負ではなく正の影響を与えていたこと, 被共感経験から劣等感への直接的なパスが示されなかったことから支持されなかった。共感経験が劣等感に対して正の影響を与えたことについては, Interpersonal Sensitivity (以下, IPSとする) という概念が関係している可能性がある。本概念は, Boyce, P. & Parker, G. (1989) がうつ病のリスク要因として臨床観察から提唱した概念であり, “他者に関する過度で極端な気づきと他者の行動および感情への感受性”と定義されている。他者の感情への感受性という点において, IPSと共感とは似た概念であると考えられる。さらに, 江田・日高 (2007) はIPSの特徴を「他者の対人的な行動に関する不適切感や, 誤った解釈」としており, それにより対人的な回避や他者に対する不安を生じるとしている。IPSがうつ病の研究から提唱された概念であること, IPSの特徴に“誤った解釈”があることから, IPSはイラショナル・ビリーフとも関連があると思われる。中田 (2006) は, 豊かな感情体験を“適切な感情”体験とした上で, 過度に不快な感情が引き

起こされたり, あるいは逆に感情が抑え込まれたりする感情体験を“不適切な感情体験”と述べており, イラショナル・ビリーフは適切な感情体験ではなく, 不適切な感情体験を導くと指摘している。以上のことから, 共感経験が劣等感に対して正の影響を与えたのには, IPSのようなパーソナリティが背景として考えられ, IPSの特徴と思われるイラショナル・ビリーフの結果, 不適切な感情体験が生じていることが要因と考えられる。

被共感経験が劣等感に対して影響が示されなかったことには, 共感されることに対する個人の態度が関与しているものと思われる。共感されることを「分かってもらえた」, 「受け入れてもらえた」と肯定的に捉える人もいれば, 「共感される, 優しくされることは, 自分が弱いからだ」と思い, 共感されることを否定的に捉える人もいる。したがって, 肯定的に捉える人は劣等感が和らぐが, 一方で否定的に捉える人は劣等感が高まってしまうと考えられる。そのため, 被共感から劣等感への肯定的な影響と否定的な影響が相殺し, 被共感経験から劣等感への直接的なパスが示されなかったと思われる。

以上のように, 共感・被共感経験から直接的に劣等感を和らげる影響は示されなかったものの, 共感・被共感経験が豊かな感情体験を促進する要因であることは確認された。また, 豊かな感情体験は劣等感を和らげる要因であることが示された。

総合考察

本研究は, 劣等感による否定的な影響を緩和させる要因として感情体験, 共感・被共感経験を取り上げ, 仮説モデル (Figure 1) を作成し, 共分散構造分析による検討を行った。仮説モデルでは, 豊かな感情体験によって劣等感が和らぎ, 劣等感が和らぐことで豊かな感情体験が促進されるという, 劣等感と感情体験が双方向に影響することを想定した。

その上で研究1では, 仮説モデル中の劣等感, 感情体験, 社会適応の関連について検討した。なお, 社会適応の指標としては, 共同体感覚を用いた。その結果, 劣等感が和らぐことで共同体感覚が向上することが示された。また, 劣等感が和らぐことで豊かな感情体験が促進され, 豊かな感情体験が促進されることで共同体感覚が向上することが示された。

次に研究2では, 共感・被共感経験, 感情体験, 劣等感の関連を検討し, 劣等感を和らげる要因として豊かな感情体験が, 豊かな感情体験を促す要因として共感・被共感経験が確認された。

以上のことから, 劣等感による否定的な影響を緩和させるには, 共感経験や被共感経験を積み重ね, 豊かな感情体験を体験し, 劣等感を和らげることが重要だと示唆された。また, 劣等感が和らぐことで, さらに

感情体験が豊かになり、そのことにより社会適応が向上することも示された。したがって、劣等感による否定的な影響を緩和させる要因としては、劣等感を和らげ、社会適応を向上させる“豊かな感情体験”，そして、豊かな感情体験を促す“共感・被共感経験”が重要であることが明らかになった。

今後の課題

本研究では、劣等感による否定的な影響を緩和させる上では、劣等感を和らげることの重要性が示唆された。しかし、Adler(1932, 高尾訳 1984) は、劣等感が青年にとってポジティブな影響も持つと述べており、今後は劣等感のポジティブな面も考慮する必要がある。

また、本研究で採用したモデルは、小塩(2005)によると十分な適合率を有しているとは言えない。今後は、適合率の改善も必要である。

引用文献

- Adler, A. (1932). *What life should mean to you*. Boston, MA : Little, Brown. (アドラー, A. 高尾利数 (訳) (1984). 人生の意味の心理学 春秋社)
- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition*. (米国精神医学会 高橋三郎・大野裕 (監) 染谷俊之・神庭重信・尾崎紀夫・三村将・村井俊哉 (訳) (2014). DSM-5 精神疾患の診断・統計マニュアル 医学書院)
- Boyce, P. & Parker, G. (1989). Development of a scale to a measure interpersonal sensitivity. *Australian and New Zaland Journal of Psychiatry*, 23, 341-351.
- Dreikurs, R. (1950). *Fundamentals of Adlerian psychology*. New York : Greenberg. (Original work published (1933).) (ドライカース, R. 野田俊作 (監訳) (1996). アドラー心理学の基礎 一光社)
- 江田早紀・日高三喜夫 (2007). 対人感受性尺度の作成—因子構造と信頼性, 妥当性の検討— 久留米大学心理学研究, 6, 43-50.
- 平木 典子 (2000). 依存性人格障害とアサーション療法 馬場 禮子・福島 章・水島 恵一 (編) 臨床心理学大系 第19巻 人格障害の心理療法 金子書房 pp.157-175.
- 岸見 一郎 (2014). アドラーを読む—共同体感覚の諸相 アルテ
- 高坂 康雅 (2008). 青年期における劣等感と自己志向的完全主義との関連 パーソナリティ研究, 17 (1), 101-103.
- 高坂 康雅 (2009). 青年期における内省への取り組み方の発達的变化と劣等感との関連 青年心理学研究, 21, 83-94.
- 高坂 康雅 (2009). 青年期における容姿・容貌に対する劣性を認知したときに生じる感情と反応行動との関連 教育心理学研究, 57, 1-12.
- 高坂 康雅 (2011). 共同体感覚尺度の作成 教育心理学研究, 59, 88-99.
- Lundin, R. W. (1989). *Alfred Adler's basic concept and implications*. Muncie, IN : Accelerated Development. (ランディン, R.W. 前田憲一 (訳) (1998). アドラー心理学入門 一光社)
- Manaster, G. J., & Corsini, R. J. (1982). *Individual psychology : Theory and practice*. Denver, CO : F.E. Peacock Publishers. (マナスター, G. J., コルシーニ, R. J. 高尾利数・前田憲一 (訳) (1995). 現代アドラー心理学 春秋社)
- McWilliams, N. (1994). *Psychoanalytic Diagnosis : Understanding Personality Structure in the Clinical Process*. The Guilford Press. New York. (マックウィリアムズ, N. 成田善弘 (監訳) 北村婦美・神谷栄治 (訳) (2005). パーソナリティ障害の診断と治療 創元社)
- Mosak, H. H., & Maniaci, M. P. (1999). *A primer of Adlerian psychology : The analytic-behavioral-cognitive psychology of Alfred Adler*. London : Brunner Mazel. (モサク, H. H., マニアッチ, M. P. 坂本玲子 (監訳) キャラカー京子 (訳) (2006). 現代に生きるアドラー心理学—分析的認知行動心理学を学ぶ— 一光社)
- 元永 拓郎・広瀬 徹也 (1998). 回避性人格障害の心理療法 精神療法, 24, 30-37.
- 中田 (北出) 薫 (2006). イラショナル・ビリーフと感情の体験様式との関連—感情体験尺度作成の試みを通して パーソナリティ研究, 14, 241-253.
- 小塩真司 (2005). 研究事例で学ぶSPSSとAmosによる心理・調査データ解析 東京図書
- 佐藤 文子・田中 弘子 (1989). 死と自殺に対する態度についての心理学的研究—Purpose-in-life-test (PIL) を手がかりに Artes Liberales 岩手大学人文社会科学部紀要, 44, 59-77.
- 祖父江 典人 (2004). 共感の2種「融合としての共感」と「分離としての共感」 心理臨床学研究, 22, 1-11
- 高田 利武 (1999). 日常事象における社会的比較と文化的自己観—横断資料による発達の検討— 実験社会心理学研究, 39, 1-15.
- 山本 翔太 (2007). 共感経験と被共感経験の関連 立教大学臨床心理学研究, 1, 53-63.

Factors in Mitigating the Negative Impact of an Inferiority Complex

—Focusing on Emotional Experience and Experience Empathizing and Being Empathized With—

Hideaki SUZUKI (*Graduate School of Psychology, Tokyo Seitoku University*)

Ikuo ISHIMURA (*Faculty of Applied Psychology, Tokyo Seitoku University*)

Inferiority complexes are considered to have serious consequences for youth, such as social withdrawal, delinquency, and suicide. Accordingly, in this study the authors created a hypothetical model that took emotional experience along with experiences empathizing and being empathized with as factors in mitigating the negative effects of feelings of inferiority, then examined the model. First, in Study 1, a questionnaire survey was conducted on university students with the goal of investigating the connections among feelings of inferiority, emotional experience, and social adaptation. There were 141 participants in the survey, 56 males and 85 females, with an average age of 19.93 years and a standard deviation in age of 0.73 years. In the results of a covariance structural analysis, alleviating feelings of inferiority was shown to have a positive influence on social adaptation. It was also shown that rich emotional experiences work positively to affect social adaptation. Next, in Study 2, the connections between experience empathizing and being empathized with, emotional experiences, and feelings of inferiority were investigated, in order to confirm that experience empathizing and being empathized with does in fact stimulate rich emotional experiences, and rich emotional experiences in turn act to mitigate feelings of inferiority. The survey method was similar to that used in Study 1, a questionnaire survey; survey participants comprised 209 university students, 73 males and 136 females, with an average age of 18.91 years and an age standard deviation of 1.15 years. In the results of a covariance structural analysis, although no effect of experience empathizing or being empathized with directly mitigating feelings of inferiority was shown, it was confirmed that experiences empathizing and being empathized with are factors that promote rich emotional experience. In addition, it was shown that rich emotional experience is a factor in mitigating feelings of inferiority. From the results of Studies 1 and 2, it was suggested that it is important to mitigate feelings of inferiority by accumulating experience empathizing and being empathized with and go through rich emotional experiences in order to mitigate the negative impact of inferiority complexes. In addition, it was shown that as feelings of inferiority are mitigated, emotional experience becomes even richer, and thus social adaptation improves.

Key words: inferiority complex, social adaptation, rich emotional experiences, experience empathizing and being empathized with

Bulletin of Clinical Psychology, Tokyo Seitoku University
2016, Vol. 16, pp. 145-153