

現実自己と理想自己およびそのズレと 適応に関する研究

磯崎 三喜年・黒石 憲洋・丸山 歌織
土居 香央理・鈴木 結花

問題

これまで自己概念について現実自己と理想自己との間のズレ (discrepancy) に着目し、そのズレと適応との関連を扱った研究が多くなされてきた。

自己概念に関してRogers (1951) は、現実自己 (perceived self) と理想自己 (ideal self) の間のズレは、神経症患者の場合、適応の改善に伴って減少するとしている。また、Billes, Vance & McLean (1951) は現実自己と理想自己とのズレを適応指標とする診断検査を開発している。そこでは、自己受容度の高いものは現実自己と理想自己とのズレが小さく、自己受容度の低いものは現実自己と理想自己とのズレが大きくなるとされている。また、斎藤 (1959) は、神経症群は正常群に比べ、現実自己と理想自己との間に大きなズレがあり、神経症群では現実自己が過小評価され理想自己が極めて高く設定される傾向を見い出している。さらに、椎野 (1966) は、現実自己と理想自己とのズレが大きいものは小さいものに比べ、抑うつ性、主観性、服従性が有意に高いとしている。

これらの研究はいずれも、現実自己と理想自己とのズレが大きいと適応性が低いことを示している。しかし、このような一連の研究に対し、遠藤 (1991) は以下のような問題を提起している。1. 現実自己と理想自己とのズレが小

さければ小さいほど良いかという疑問には断定的回答はできない。2. 自己概念を数量的にのみ扱って、その内容や質を問題にしていない。3. 「適応／不適応」の測度が一貫していない。こうした点から、遠藤（1992）は、個人にとっての重要性という次元を加え、現実自己と理想自己とのズレと自尊感情がどのように関わっているかを検討し、個人にとって重要な項目では現実自己と理想自己とのズレと自尊感情得点の間に強い負の相関関係があるのに対し、重要でない項目では相関関係がほとんど無いことを見い出している。つまり、自己概念の諸側面が個人にとってどの程度重要であるか、どのような意味を持つかを考慮すべきであることが示唆される。

内的適応と自尊感情

適応については、これまで、それぞれの研究において用いられている概念がいくぶん異なっている。しかし、一般には、Rogers（1944）をはじめ多くの研究者によって、適応は内的適応として捉えられている。その意味で、本研究でも適応を内的適応として捉えることにする。特に、ここでは内的適応を主観的適応感を持ち得ることとする。その際、他者との比較のうえでの優越感や劣等感を基礎においたものとして適応を捉えるのではなく、ありのままの自分を受け容れ、自分を価値ある人間とみなし、自分を尊敬することと考えることにする。これは、Rogers（1944）の言う自己受容、あるいはRosenberg（1965）のいう自尊感情の概念と非常に近いものである。Rosenberg（1965）は自尊感情について、自分に対して「これでよい」と考えること、すなわち、自分が価値のある人間であると感じ、ありのままの自分を尊敬する程度であるとしている。また、現実自己と理想自己との低い相関は、比較的低い適応水準と結びついた自尊心の低さに基づくものとされている（Rogers & Dymond, 1954）。このように、自尊感情と適応とは密接に対応しており、かつ現実自己と理想自己のズレとも関連のあることが示されている。自尊感情については、山本・松井・山成（1982）の自己概念の諸側面に関する実証的

研究から、自尊感情に関わりの深い自己概念の領域とそうでない領域が明らかにされてきている。

内的適応と自己概念

さて、本研究では、自己概念を内的側面、外的側面を基本軸とした自己についての概念的な認知構造と定義する。そして、上述の研究から、現在の自分をどのように見ているかを示す「現実自己」と、こうありたいと思う自分を示す「理想自己」を想定し、この2つの自己概念間のズレの大小が適応の指標となりうるか、を検討する。従来、現実自己と理想自己とのズレが小さいほど適応的であると考えられている。しかし、遠藤（1992）の指摘のように、個人にとっての重要性という概念を考慮し、それとほぼ同じ意味で、本研究では、関与度の概念（当該の自己の側面が、個人の自己定義にどの程度関わるかの程度：Tesser & Campbell, 1983参照）を用いることにした。ここでは、単に現実自己と理想自己とのズレが小さいほど適応的であるというのではなく、個人が重要だと判断した領域、すなわち関与度の高い領域における現実自己と理想自己とのズレが小さいほど適応的であり、そうではない領域、すなわち関与度の低い領域での現実自己と理想自己とのズレと適応との間にはあまり関連がないだろうと予測する。また、斎藤（1959）は、神経症群では現実自己が過小評価され理想自己が極めて高く設定されているとしている。では、一般の大学生はどうだろうか。大学生のうち相対的に適応の低い群で生じる、現実自己と理想自己のズレは、現実自己が低く評価されているためなのか、あるいは理想自己が高く設定されているためなのか、改めて検討することとした。

目的

本研究では第一に、現実自己と理想自己の間のズレと適応、自尊感情との関連を検討する。第二に、自己概念のどの側面が個人にとって関与度が高い(あるいは低い)のかという視点から、現実自己と理想自己の間のズレと適応との関係を検討する。第三に、現実自己と理想自己のズレは、現実自己が低くみられすぎているために生じるのか、あるいは理想自己が高く設定されているために生じるのか、について適応との関連から検討する。

本研究における仮説は次の3つである。

仮説1. 現実自己と理想自己の間のズレと適応との間に負の関連がある。

仮説2. 現実自己と理想自己の間のズレと適応は関与度を媒介とし、

(a) 自己概念における関与度の高い領域での現実自己と理想自己のズレと適応との間に負の関連がある。

(b) 自己概念における関与度の低い領域では現実自己と理想自己の間のズレと適応との間に関連があまりみられない。

仮説3. 適応が低い群では高い群に比べ、現実自己は低く理想自己は高く設定される傾向がある。

方法

大学生を対象にして現実自己・理想自己に関する認知とそのズレ、および適応の関係を検討するため質問紙調査を行った。

調査対象者 大学生223名(男子82名、女子140名、不明1名)。

調査期間 1998年7月8日から9月11日の約2か月間。

配布方法 質問紙150部に関しては、授業時間において調査を一斉に実施し回収を行った。その他約200部は授業時間外に配布し、回答後、調査者への直接返却を依頼するか、もしくは、学内に設置した回収箱により回収を行った。

調査の実施は、筆者らが分担して行った。

調査内容

(1) 自己概念

自己概念の測定項目を林 (1978)、山本ら (1982) の研究を参考に作成した。項目作成に先立ち先行研究において自己概念がどのように捉えられてきたかを検討した。林 (1978) によれば、性格特性の基本次元として社会的望ましさ、個人的親しみやすさ、活動性など、内的側面を重視する結果が示された。一方、山本ら (1982) によれば、自己概念を構成する基本的側面として、優しさ、知性といった内的側面のみならず、外面的側面 (容貌、学校の評判など) や対人的側面 (社交など) の重要性が示唆された。そこで、本研究では山本ら (1982) の研究を踏まえ、自己概念を内的側面だけではない多面的なものとして捉え、外面的側面・対人的側面を併せた「外的側面」と、従来指摘されてきた「内的側面」の2側面を基本軸として想定した。その上で、林 (1978)、山本ら (1982) の研究を参考に、それぞれの研究で重要だとされている性格特性 (優しさ、勤勉さ、活動性)、遂行・能力 (知的能力、身体的能力、特技) の2領域を内的側面に、外的側面としては山本ら (1982) をもとに、容姿・外見、対人関係、社会的背景の3領域を下位領域として想定し、両側面にそれぞれ18項目ずつ計36項目を選択した (表1参照)。

現実自己：「自分自身のことを思い浮かべてみて下さい。自分自身について普段感じていることを以下の項目で判断してください。」という教示のもと、36項目をランダムに並べ、それぞれ「あてはまる (5)」から「あてはまらない (1)」までの5件法で評定を求めた。

理想自己：「理想の自分を思い浮かべてみて下さい。その理想の自分について以下の項目がどの程度あてはまるか判断してください。」という教示のもと、36項目をランダムに並べ、それぞれ「あてはまる (5)」から「あてはまらない (1)」までの5件法で評定を求めた。

表1 枠組となった自己概念の諸側面と各側面に該当する質問項目

側 面 名			質 問 項 目
内的側面	性格特性	優しさ	4. あたたかい 29. 心が広い 31. 親切だ
		勤勉さ	1. まじめだ 16. しっかりしている 22. 責任感が強い
		活動性	36. 積極的だ 23. 意欲的だ 3. 活動的だ
	遂行・能力	知的能力	24. 勉強ができる 13. 人よりいろいろなことを知っている 19. 頭の回転がはやい
		身体的能力	25. 体力・運動能力がある 6. 得意なスポーツがある 17. 運動が得意だ
		特技	5. 特技がある 14. 得意なことがある 26. 何か技術がある
	外的側面	容姿・外見	10. 顔立ちがよい 34. スタイルがよい 2. 見た目がよい 32. ファッションのセンスがよい 15. 流行に敏感だ 35. オシャレである
対人関係		11. 周りの人とうまくやっている 9. 交際範囲が広い 30. 異性と楽しく話ができる 18. 先輩・後輩とうまくつき合っている 28. 家族との関係がよい 12. 友人に恵まれている	
社会的背景		27. 社会的に評判のよい大学に在籍している 21. 出身校が有名である 33. 家族や知り合いに有名な人がいる 20. 就職にコネがある 7. 家庭が裕福だ 8. 自由に使えるお金が多い	

関与度：「これまでにお答えいただいた項目自体についてお尋ねします。各項目の内容はあなたにとってどの程度重要なものですか。」という教示のもとに、36項目をランダムに並べ、それぞれ「重要だ（5）」から「重要でない（1）」までの5件法で評定を求めた。

(2) 適応

適応を測定する尺度として、Rosenberg (1965) のself-esteem scaleの翻訳版（山本ら、1982）10項目、および伊藤（1991）、宮沢（1980）、Rogers（1944）、Rogers & Dymond（1954）を参考に独自に作成した主観的適応感測定尺度4項目（1. 自分が嫌いではない、2. ありのままの自分を受け入れることができる、3. 自分に自信がない、4. 自分はだめな人間だと思う）の計14項目を用いた。それぞれ「あてはまる（5）」から「あてはまらない（1）」までの5件法で評定を求めた。

結果

現実自己・理想自己・関与度についての質問項目各36項目、内的適応に関する14項目（自尊感情尺度10項目、主観的適応感尺度4項目）に、それぞれ5件法での回答を得た。

理想自己得点から現実自己得点を引いたものをズレ得点とした上で、現実自己得点・理想自己得点・ズレ得点のそれぞれについて平均値と標準偏差を算出した（表2）。全調査対象者（223名）における現実自己得点平均値は3.14（ $SD=.519$ ）、理想自己得点平均値は4.15（ $SD=.569$ ）、ズレ得点平均値は1.02（ $SD=.611$ ）であった。

内的適応に関する14項目への有効回答数は222であった。内的適応尺度での得点平均は55.05（ $SD=7.004$ ）で、Chronbachの α 係数は.79であった。このうち、自尊感情得点平均値は39.25（ $SD=5.013$ ）、主観的適応感得点平均値は15.80

表2. 各尺度における得点平均値・標準偏差

	全体の平均(SD)	n	男性の平均(SD)	n	女性の平均(SD)	n
現実自己得点	3.14 (.519)	223	3.17 (.562)	82	2.77 (.496)	140
高関与項目における現実自己得点	3.38 (.593)	206	3.44 (.670)	72	3.35 (.548)	133
低関与項目における現実自己得点	2.67 (.508)	133	2.68 (.458)	44	2.68 (.527)	88
理想自己得点	4.15 (.569)	223	4.11 (.633)	82	4.18 (.531)	140
高関与項目における理想自己得点	4.57 (.513)	206	4.51 (.567)	72	4.60 (.483)	133
低関与項目における理想自己得点	3.41 (.651)	133	3.44 (.708)	44	3.41 (.616)	88
ズレ得点(理想自己-現実自己)	1.02 (.611)	223	.94 (.623)	82	1.06 (.604)	140
高関与項目におけるズレ得点	1.19 (.682)	206	1.07 (.721)	72	1.25 (.657)	133
低関与項目におけるズレ得点	.74 (.734)	133	.77 (.777)	44	.73 (.721)	88
内的適応得点	55.05 (7.004)	222	55.11 (7.386)	81	55.06 (6.813)	140
自尊感情得点	39.25 (5.013)	222	39.52 (5.220)	81	39.14 (4.901)	140
主観的適応感得点	15.80 (2.496)	222	15.59 (2.756)	81	15.92 (2.345)	140

表3. 内的適応尺度の項目識別力

	項目	相関係数
自尊感情尺度	1. 少なくとも人並みには、価値のある人間である	.5858**
	2. 色々な良い素質をもっている	.6457**
	3. 敗北者だと思ふことがよくある	.3914**
	4. 物事を人並みには、うまくやれる	.4812**
	* 5. 自分には、自慢できるところがあまりない	.2948**
	6. 自分に対して肯定的である	.6871**
	7. だいたいにおいて、自分に満足している	.6778**
	* 8. もっと自分自身を尊敬できるようになりたい	.1658*
	* 9. 自分は全くだめな人間だと思ふことがある	.3516**
	* 10. 何かにつけて、自分は役に立たない人間だと思ふ	.5100**
主観的 適応感尺度	11. 自分が嫌いではない	.6968**
	12. ありのままの自分を受け容れることができる	.5846**
	* 13. 自分に自信がない	.2844**
	* 14. 自分はだめな人間だと思ふ	.6060**

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

* 逆転項目

表4. 自己概念の諸側面の因子分析 (因子負荷量の高い項目)

因子名 (寄与率：%)	項目の概略	因子負荷量
1. 对人的積極性 (9.2)	積極的だ	.794
	活動的だ	.783
	意欲的だ	.615
	交際範囲が広い	.609
	異性と楽しく話ができる	.538
2. 身体的能力 (14.6)	運動が得意だ	.933
	体力・運動能力がある	.833
	得意なスポーツがある	.728
3. ファッションセンス (9.2)	ファッションのセンスがよい	.864
	オシャレである	.790
	流行に敏感だ	.610
4. 優しさ (5.1)	あたたかい	.752
	親切だ	.734
	心が広い	.722
5. 見た目の良さ (4.2)	顔立ちがよい	.949
	見た目がよい	.694
6. 特技 (3.3)	特技がある	.823
	得意なことがある	.633
	何か技術がある	.540
7. 社会的望ましさ (3.3)	まじめだ	.677
	責任感が強い	.599
	しっかりしている	.570
8. 対人関係 (2.7)	周りの人とうまくやっている	.668
	友人に恵まれている	.656
9. 知的能力 (2.3)	人よりいろいろなことを知っている	.700
	頭の回転が速い	.647
10. 社会的背景 (1.9)	家庭が裕福だ	.730
	自由に使えるお金が多い	.581
11. 有名性 (1.8)	出身校が有名である	.471

($SD=2.496$)であった。 α 係数は、前者で.69、後者で.51であった。また、自尊感情得点と主観的適応感得点の相関は、 $r=.71$ ($p<.01$)であった。項目識別力を求めたところ、表3のように、逆転項目ではやや識別力が下がるものの全項目について有意な識別力を持つとの結果を得た。

なお、現実自己得点を用いて各項目を因子分析 (ML, バリマックス回転) した結果、自己概念の11因子を得た (表4)。第1因子は、対人関係における積極性や意欲などを意味する項目に負荷量が高く、“对人的積極性”の因子と解釈される。第2因子は体力や運動能力などの“身体的能力”の因子、第3因子はファッションへの関心の高さを表す“ファッションセンス”の因子、第4因子は人に対する思いやりや寛大さを示す“優しさ”の因子と解釈できる。第5因子は顔立ちやスタイルの良さなど比較的变化しにくい“見た目の良さ”を示す因子であり、第6因子は学業以外での特技や技術の有無に関する“特技”の因子と考えられる。第7因子はまじめさや責任感の強さなどの“社会的望ましさ”の因子、第8因子は周囲の人間との関係が円滑であるかどうかを示す“対人関係”の因子、第9因子は“知的能力”の因子、第10因子は経済的・家族的背景を示す“社会的背景”の因子、第11因子は自分の近隣に有名な他者が存在するかどうかを示す“有名性”の因子と解釈できる。

(1) 仮説1 「現実自己と理想自己の間のズレと適応との間に負の関連がある」について

全調査対象者の内的適応得点とズレ得点との相関は、 $r=-.22$ ($p<.001$)で負の相関がみられた。

内的適応得点の平均値 (55.05) を越える得点を得た者を「高適応群」($n=97$)、平均を下回る得点であった者を「低適応群」($n=125$)とし (表5)、両群間でズレ得点の差を比較し、 t 検定をおこなった。高適応群のズレ得点平均値は、低適応群のそれに比べて有意に小さい ($t=-3.39$, $df=220$, $p<.01$)。

表5. 高適応群と低適応群のズレ得点平均値 (標準偏差)

	高適応群 ($n=97$)	低適応群 ($n=125$)	p
ズレ得点 (SD)	.86 (.539)	1.14 (.641)	**

** $p<.01$

(2) 仮説2 「自己概念における関与度の高い領域での現実自己と理想自己とのズレと適応との間には、負の関連がある。一方、関与度の低い領域での現実自己と理想自己とのズレと適応との間には、関連があまりみられない」について

全調査対象者の自己概念のどのような側面が内的適応に影響しているかを見るために、因子分析によって整理した自己概念の領域(因子)毎にズレ得点を算出し、それと内的適応得点との関係を重回帰分析を用いて分析した。自己概念の各因子毎のズレ得点を説明変数とし、内的適応得点を外的基準とする重回帰分析の結果、“対人的積極性” ($\beta = -.304$, $p < .001$) の因子が有意な説明変数であることが明らかとなった ($R = .304$, $p < .001$)。

次に、各自己概念項目における関与度の高低が、ズレ得点と適応との関係にどのような影響を及ぼすかを検討するため、各自己概念項目への関与度評定値が5または4ならば「高関与項目」、3, 2, 1ならば「低関与項目」と二分して、以下の分析を行った。

全調査対象者の内的適応尺度での得点は、高関与度の項目におけるズレ得点との間に $r = -.29$ ($p < .001$) の負の相関があった。しかし、低関与度の項目との間には有意な相関がみられなかった ($r = -.10$, ns)。

ここでも内的適応得点の平均値を越える得点を得た者を「高適応群」($n=97$)、平均を下回る得点であった者を「低適応群」とし、高関与項目と低関与項目のそれぞれについてズレ得点平均値を算出した(表6)。

表 6. 高適応群と低適応群の高関与・低関与項目におけるズレ得点平均値
(標準偏差)

	高適応群	<i>n</i>	低適応群	<i>n</i>	<i>p</i>
高関与項目におけるズレ得点	.96 (.558)	91	1.37 (.722)	114	***
低関与項目におけるズレ得点	.68 (.753)	60	.78 (.725)	72	<i>ns</i>

*** $p < .001$

高関与項目においては、高適応群 ($n=91$) のズレ得点平均値は低適応群 ($n=114$) よりも小さく、その差は有意であった ($t = -4.56, df=202.79, p < .001$)。しかし、低関与項目では、両群間のズレ得点平均値の差は有意ではなかった ($t = -0.81, df=130, ns$)。

表 7. 高適応群と低適応群の現実自己・理想自己得点平均値
(標準偏差)

	高適応群	<i>n</i>	低適応群	<i>n</i>	<i>p</i>
現実自己全項目	3.41 (.486)	97	2.93 (.442)	125	***
現実自己高関与項目	3.69 (.515)	91	3.14 (.539)	114	***
現実自己低関与項目	2.83 (.531)	60	2.54 (.453)	72	**
理想自己全項目	4.27 (.518)	97	4.06 (.592)	125	**
理想自己高関与項目	4.65 (.412)	91	4.50 (.578)	114	*
理想自己低関与項目	3.51 (.653)	60	3.33 (.645)	72	<i>ns</i>

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

(3) 仮説3 「適応得点が高い者は高い者に比べ、現実自己は低く、逆に理想自己は高く設定される傾向がある」について

内的適応得点に基づく「高適応群」($n=97$)と「低適応群」($n=125$)の現実自己得点、理想自己得点それぞれの平均値を表7に示した。低適応群は高適応群よりも現実自己得点が有意に低かった($t=7.72, df=220, p<.001$)。特に高関与項目についてみると、高適応群($n=91$)と低適応群($n=114$)の現実自己得点平均値の差は.55であり、低適応群の得点が有意に低い($t=7.38, df=203, p<.001$)。低関与項目においても、低適応群($n=72$)は高適応群($n=60$)よりも現実自己得点平均値が低く(両群の差は.29)、その差は有意であった($t=3.36, df=130, p<.01$)。

同様に理想自己得点についてみると、ここでも低適応群の得点が全般的に高適応群より低かった。理想自己項目全体では、低適応群($n=125$)の平均値は高適応群($n=97$)のそれより有意に低い($t=2.74, df=220, p<.01$)。特に高関与項目において、低適応群($n=114$)の理想自己得点は高適応群($n=91$)のそれよりも有意に低かった($t=2.08, df=200.61, p<.05$)。しかし、低関与項目では、低適応群($n=72$)と高適応群($n=60$)の間に有意差はなかった($t=1.59, df=130, ns$)。

考察

全体として、現実自己得点を理想自己得点が上回っていた。これは、現実の自己よりも概してより良い理想自己像をもっていることを示している。また、現実自己得点、理想自己得点のいずれにおいても、高関与項目が低関与項目を上回っていた。これは、関与度の高い項目は「こうなりたい」目標として意識するが、低関与項目については、明確な目標を定めないことがその一因ではないかと思われる。現実自己と理想自己の間のズレ得点は、高関与項目で高くなる傾向が見られたが、これも関与度の高い項目は目標として設

定され、現実自己と理想自己とのズレがはっきり認識されたためではないかと推測される。適応得点については、可能得点範囲（14～70点）からみて、平均55.05点というのはかなり高得点であると考えられ、本研究での調査対象者は総じて適応がよい群であることを示している。また、自尊感情も全体としてかなり高い。

仮説1については、現実自己と理想自己の間のズレ得点と内的適応得点の間に負の相関がみられた。これはズレが大きければ適応が低く、ズレが小さければ適応が高いことを示す。さらに、高適応群と低適応群の2群に分けてズレ得点をみた場合、高適応群でズレ得点が有意に小さく、適応の良い者は現実自己と理想自己の間のズレがより小さいことを表している。このように、仮説1は支持された。これは、従来の研究結果とも符合する。

適応を規定する要因については、「対人的積極性」が強く関与していることが明らかとなり、対人的積極性が高いほど適応的であることが示された。大学生あるいは大学生生活にとって対人的積極性が重要な意味を持つことを示唆している。対人的積極性は、個人が意欲的に生き生きと生活しているかどうかに関わっており、また、このような特質を持っていると社会的サポートも受けやすいことから適応と密接に関わっているものと考えられる。

仮説2 (a) については、予測通り高関与項目でのズレ得点大きいほど適応的ではないことが示された。したがって、仮説2 (a) は支持された。仮説2 (b) については、低関与項目でのズレ得点と適応得点の大小とは相関がないことから、これも支持された。つまり、自己概念を構成する項目のなかでも関与度の高い項目が適応と密接に関連していることが明らかとなった。これは、Tesser & Campbell (1983) と合致しており、遠藤 (1992) の結果とも対応する。

仮説3 について、適応の高い群と低い群にわけ、この2群での現実自己得点と理想自己得点を比較した。その結果、低適応群の方が高適応群よりも現実自己得点は有意に低かった。また、低適応群は高適応群よりも理想自己得点においても有意に低かった。したがって、仮説3の前半は支持され、後半

は支持されなかった。さらに、高関与項目では高適応群と低適応群の差はより広がり、高関与項目が適応とより強く結びついていること、また現実自己が適応と深い関わりを持ち、高関与項目での現実自己の捉え方が適応と強く関わっていることが明らかになった。低適応群の理想自己が高適応群の理想自己より有意に低いことは、斎藤（1959）の考えと異なるが、斎藤（1959）が神経症群を対象としているのに対し、本研究では一般大学生を対象としているため生じた違いとも考えられる。しかも、全体として、相対的に適応の高い群の結果であることは注意しておく必要がある。もちろん、適応の概念についても、内的適応だけでなく、外的適応という視点をどこまで考慮できるかは大きな課題である。同様に、理想自己の捉え方にも、さまざまな視点が考えられる。今後は、これらの点も踏まえ、自己と適応との関連を探ることが求められる。

引用文献

- Billes, R.E., Vance, E. L., & McLean, O. 1951 An index of adjustment and values. *Journal of Consulting Psychology*, 15, 257-261.
- 遠藤由美 1991 理想自己に関する最近の研究動向—自己概念と適応との関連で— 上越教育大学研究紀要, 10, 19-36.
- 遠藤由美 1992 自己認知と自己評価の関係—重みづけをした理想自己と現実自己の差異スコアからの検討—教育心理学研究, 40, 157-163.
- 林文俊 1978 対人認知構造の基本次元についての—考察 名古屋大学教育学部紀要（教育心理学科）, 25, 233-247.
- 伊藤美奈子 1991 自己受容尺度作成と青年期自己受容の発達的变化—2次元から見た自己受容発達プロセス—, 発達心理学研究, 2, 70-77.
- 宮沢秀次 1980 青年期における自己受容性測定スケールの検討 日本教育心理学会第22回総会発表論文集, 516-517.

- Rogers, C. R. 1944. The development of insight in counseling relationship.
Journal of Consulting Psychology, 8, 331-341.
- Rogers, C. R. 1951. *Client-centered therapy*. Boston : Houghton.
- Rogers, C., & Dymond, K. F. 1954. *Psychotherapy and personality change*.
Chicago : University of Chicago Press. (カール・R. ロージャズ、ロザリ
ンド・F. ダイモンド共編 友田不二男訳 1957 人格転換の心理 岩崎
書店)
- Rosenberg, M. 1965. *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ :
Princeton University Press.
- 斎藤久美子 1959 自己意識の分析による人格的適応性の一研究 心理学研
究, 30, 277-285.
- 椎野信治 1966 適応の指標としての自己概念の研究 教育心理学研究,
14, 165-172.
- Tesser, A., & Campbell, J. 1983. Self-definition and self-evaluation maintenance.
In J. Suls & A. Greenwald (Eds.), *Social psychological perspectives on the
self*. Vol. 2. Hillsdale, NJ : Erlbaum.
- 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, 64-68.

The Perceived-Ideal Self Discrepancy and Psychological Adjustment

(English Résumé)

**Mikitoshi Isozaki, Norihiro Kuroishi,
Kaori Maruyama, Kaori Doi, and Yuka Suzuki**

Past research examining the discrepancy between the perceived self and the ideal self indicates that such discrepancy relates to psychological adjustment. The present study examined the relationship between discrepancy and psychological adjustment from the point of relevance to one's self-definition or self-concept that Tesser & Campbell (1983) and Endo (1992) mentioned its importance.

Three hypotheses were tested in the present study: (a) The discrepancy and psychological adjustment are negatively related; (b) A negative relationship between discrepancy and psychological adjustment exists especially with regard to the highly relevant (as compared to less relevant) aspect of the self; and (c) The perceived self is lower whereas the ideal self higher among individuals who are poorly adjusted when compared to those who are better adjusted.

Method

A total of two hundred twenty-three (M=82, F=140, and Unkown=1) undergraduate and graduate students completed the questionnaire.

The questionnaire consists of three parts: (a) demographic questions, (b) the Self-Concept Scale (e. g., "I am proactive."), (c) the Psychological

Adjustment Scale (e. g., "I feel comfortable to accept myself as I am."). The Self-Concept Scale contained the items on the perceived self, the ideal self, and the relevance of each item to the self.

Results and Discussion

1. A statistically significant negative correlation was found between the discrepancy score and the psychological adjustment score ($r = -.22$, $p < .001$). In addition, a statistically significant t-test statistics in the discrepancy score was found between the better adjusted and the poorly adjusted students ($t(220) = -3.39$, $p < .01$). These results show that the smaller discrepancy, the higher psychological adjustment.

2. There was a statistically significant negative correlation between the discrepancy score and the psychological adjustment score on the highly relevant aspect of the self ($r = -.29$, $p < .001$). However, this relationship was not statistically significant on the less relevant aspect of the self ($r = -.10$, ns). These findings imply that the discrepancy especially on the more relevant aspect of the self accounts for more of the total variance as it influences psychological adjustment.

3. The perceived self score among the poorly adjusted individuals was significantly lower than that among the better adjusted ones ($t(220) = 7.72$, $p < .001$). This difference was more clearly shown on the highly relevant aspect of the self. The ideal self score among the poorly adjusted individuals was also significantly lower than that among the better adjusted ones, thus providing partial support for Hypothesis 3 ($t(200.61) = 2.74$, $p < .05$).