

小・中・高校生における自己概念の発達Ⅱ

—自尊感情育成における他者との関係に焦点をあてて—

荻野佳代子

1. はじめに

自己概念 (self-concept) とは、自己の行動に関する知覚やそれに対する態度・感情・評価などを意味している。そして、自己観察だけでなく周囲の人々との相互作用により形成・発達していくものである (松田・松山,1988)。自己概念が包括的、記述的概念であるのに対して自尊感情 (self-esteem) は自己概念の評価的側面かつ感情的側面を表しており、自己概念の一部と考えられる。そして「自分に対する肯定的感情」であり、「自分についてそれなりの能力と良い面をもった大切な存在とする感覚である」 (園田, 2007)。

近年、多くの国際比較調査において日本の子どもたちの自尊感情が低いという結果がほぼ一貫して示されている (園田, 2007)。その理由は、心理学、社会学、様々な立場からの考察が可能であり一元的に解釈することは困難だが、子どもたちと接している現場の感覚からも、閉塞感の強い人間関係に振り回され自分の周囲に起こった出来事を否定的にとらえる子どもたちの姿が感じられる (古荘, 2011)。教育現場においても同様で、子どもの人間関係を築く力が低下しそのことがいじめや不登校などの一因になっていると考えられること、規範意識の低下などの問題も指摘され、社会の一員として公共心や思いやりの心を持った子どもたちの心の育成が課題とされている (東京都, 2012)。

こうした背景から自尊感情の育成について関

心が高まっている。荻野 (2012) では、自尊感情の発達について整理したうえで、学校における児童生徒の自尊感情育成に向け、ジェンダー視点を含めた育成、指導方法を検討することの有用性を論じた。青年期以降、自尊感情には性差がみられ女子の方が低い。それは性別期待を認識する青年期の女子にとって、性別期待が自尊感情に負の影響を与えており、性別期待に沿って関係性を重視することは他者とのコミュニケーションや良い関係づくりに役立つ一方で、他人の反応や評価が気になり抑圧され自尊感情に影響しているためと推測される。そうであるならば、他者の評価により敏感になることが自尊感情の低下を招く、というそのメカニズムがより女子に強く働いているととらえなおし、自尊感情育成における「他者」の影響についてより検討を加えることが有効と考えられる。

よって本論では自己の発達および自尊感情の発達について「他者との関係」に焦点をあてて整理し、自尊感情育成における他者の影響について検討する。特に小・中・高校生において重要な他者といえる親、教師、友人との関係のあり方を中心に検討することを目的とする。

2. 「自己」の二重性

人は「自分」について考えるとき、例えば「自分とは何か」と問いかける自分がいる一方で、「自分とはこういう自分である」と把握される

自分がある。ジェームズ (1992) はこのように自分という存在には「主体としての自分」と「客体としての自分」の両者があり、自己に関する意識の二重性を指摘した。前者は“知る者”としての主我 (I)、後者は“知られる者”としての客我 (Me) である。

一般に主我にあたるものを「自我 (ego)」といい、客我にあたるものを「自己 (self)」という。自我は主体として機能し、自己を知覚したり調整する、すなわち自己全体の統合機能を果たすとともに、現実の中での適応機能も果たす。一方自己は様々な状況や役割の中での自己に関する表象であり、複数の側面を持つ (谷, 2006)。

自己に関する用語や定義はあいまいで研究者によって異なることも多いが Damon & Hart (1982) は、自己を「身体的自己」、「行動的自己」、「社会的自己」、「心理的自己」の4つに区分し、発達のそれぞれ「幼児期と児童期前期」、「児童期中期と後期」、「青年期前期」、「青年期後期」において主に形成されるとしている (Damon & Hart, 1982, 溝上, 2012)。「身体的自己」は身体的特性あるいは物の所有を中心とした自己像であり、他者に関連した能力、すなわち「自分は・・・ができる」といった「行動的自己」から他者との比較・関係性でつくられる自己である。そして「社会的自己」は社会、人格的特徴を指し「心理的自己」は信念の体系、自分自身の思考プロセスを示すものである。

3. 自己の認識と発達

柏木 (1983) は自己の認識について発達の推移に従い大きく分けて「自己知覚」、「自己概念」、「自己評価」の3つに区分している。以下では柏木 (1983) をもとに自己認識の発達について整理する。

生まれたばかりの乳児は、自分を抱く母親の手や授乳のための乳首などの外界と自分との境界を知らない、すなわち漠然とした自他未分化

な状態にある。やがて自分の身体が外界から区分した存在だということを知るのが自己の最初の認識、「自己知覚」である。Damon & Hart (1982) の区分でいう「身体的自己」の発見であろう。生後6か月から1年くらいまでの乳児に盛んにみられる、例えば自分の足をなめるといった自己刺激的運動が自他の分化を促す。

さらに、「鏡像の自己認知」が本格的な自己認識の出発点となる。これは段階を追って成立するが、6か月頃までは鏡に映った自分を完全に他者と思っている行動 (相手をたたき、声をかけるなど) を示すが、その後鏡像と自分の手や足を見比べたり、動かして運動性を確かめる段階を経て1歳ごろには一時的に鏡像を避ける傾向が表れる。この頃、すなわち自分を認知できる前にまず他人を鏡像で認知することが可能になる。その後鼻の頭についている口紅を見たときに鏡像ではなく自分の身体に向けて、これをとろうという動きが出てくる。こうした自己認知を明確に示す反応が起きるのが15ヶ月から22ヶ月頃にかけてである。ここで身体を所有する、客体としての自己が成立したといえる。

このように、自己の認識はその当初より他者への認識と結びついていることがわかる。その後2、3歳の幼児期に入ると「他者との関係」のなかで多様な自己を認識していくようになる。これは感覚的・身体的な「自己知覚」からより内的な面への認知を含む「自己概念」への発達であり、先のDamon & Hart (1982) の分類でいう「行動的自己」や「社会的自己」の認識へと発達する過程ともいえる。

幼児の「自分」の認識は3歳では「名前」や「持ち物 (・・・を持っている)」が主である。2、3歳ごろはいわゆる第一反抗期であるが、自分の所有物を強く意識し、自己主張することで「他者に対する自己」を強く認識するといえる。4、5歳になると「行為」すなわち習慣的な行動や能力 («・・・ができる») を示す行動などが認識の主体となってくる。

その後児童期では、自己概念はより多様な広

がりを見せ、対人関係の持ち方や性格気質など認知的側面が中心となってくる。小学校から中学校にかけて、例えば「私」について記述した数すなわち量には差がないが、質的な変化がみられる。外面的特徴や能力から性格気質といった内面的なものへ移行しそれは同時に“私的自己”から“公的自己”への展開でもある。すなわち自分の経験にだけ根ざしたそれまでの自己像に加えて、他者からどうみられているかを把握したうえでの自己認識となるのである。しかしこのような公的自己の発見は自分に対する不満や批判を生むことになる。

公的自己の発見は、私的な自己に対する感情・不満足をもたらし、続いて“理想の自己”が生じることにもなる。それは児童期から青年期にかけて、「自尊感情」が低下する時期であることと関連するだろう。また「自己評価」について、児童期の最初は他者からの評価より甘い方に偏るが、中学生になるころには自己評価と他者評価の関連が高くなることが指摘されており、自己認識がより他者からの認識・評価に影響されるようになることがわかる。

児童期から青年期にかけて、溝上(2012)は、自己の認識の発達的特徴は「分化(自己への認識が複雑化していくこと)」、「抽象化」、「統合化(個々ばらばらな自己への認識が一つのまとまったものになること)」の3点にまとめられるとしている。

そして青年期は現実自己と理想自己の「ずれ」が広がり、最大となる時期でもある。このずれが思春期および第二反抗期における葛藤につながると考えられるが、またこのずれは知的レベルとも関係していることが指摘されている。現実自己と理想自己のずれは、ロジャーズなど臨床的立場からは不適応の指標として扱われるが、一方で知的成熟の表れとみなすこともできる。青年期の発達課題としての自己概念の形成は、理想自己を志向して現実自己を変革していくことであり、その意味では理想自己と現実自己に適度のずれがあることが望ましいと考えら

れるのである。

4. 自尊感情の発達

以上、自己は他者との関係のなかで発達することが示されてきた。ここでは自尊感情の発達に焦点をあて、他者との関係の視点から整理したい。

岩田(2007)は、2, 3歳の第一反抗期に自尊感情の萌芽が見られると指摘している。自我のめばえにより自立の要求が強くなる。しかし自分で行動したいが思うようにうまくできない場面も多い。そうした出来事を通してうまくできず恥ずかしいといった自尊的な感情を抱き始めるのである。この時期の子どもには、主体性を尊重しつつ親や保育者にも思いがあり、自分の意のままにならないことを伝える関わりが必要である。

幼児期、4歳ごろになると子どもは他者の期待や要求を考慮しながら行動するようになってくる。5, 6歳では他者の心情を察しそれにより自分の行動を調整したり協同的に活動することが可能になる。保育者は行動の規範は伝える一方で過度な干渉を避け自主性を尊重した関わりをすることが大切になる。

児童期、小学校へ入学すると自尊感情は本格的に他者との関わりの中で育まれるようになる。子ども同士の仲間関係や集団における役割行動が自尊感情の形成に大きな役割をもつ。そしてなにより学業成績が自尊感情に大きな影響力を持つ。ローレンス(2008)は、多くの研究で子どもの自尊感情と学力の間には0.6程度の正の相関がみられると指摘しており、もちろん自尊感情以外の要因も学力に影響するが、自尊感情が低いと自分の能力を十分使い切れないことが考えられるのである。さらに学業以外の具体的活動(運動や特別活動など)による他者(親や教師、子ども同士)からの評価が大きな影響をもたらすようになるのである。

そこで自尊感情は大きな脅威を受け多くの研

究が示すように学年の進行とともに低下することになる。例えば古荘(2009)は小学校2年生から中学校3年生まで学年が上がるごとに自尊感情が低下しており、とりわけ小学校4年生から大きな低下がみられるが高校1年生では若干の上昇がみられること、また男女では女子が低いことを示している(男女差については荻野(2012)で取り上げている)。

よって親や教師には、学業など行動の結果に優劣のみで評価をするのではなく、失敗しても努力することが大切など、課題への態度を養いながら成功・成長を実感できる環境を用意し子どもたちを認め励ます関わりが求められる。

中学生になると思春期、第二反抗期を迎える。親や教師からの言葉も相対的・客観的にとらえるようになり、時には批判的になる。一方それは自分に対しても同様で、親からの自立に伴う不安や孤独を感じながら自己を否定的にとらえ他者からの評価により敏感になる。自尊感情は最も低下する時期となるが、こうしたとき、その子どもをありのままに受け止め、思いを共有できる大人や友人の存在が大切といえる。

以上、自尊感情の発達における他者の影響は重要でありかつ発達のその関係性の質も変化することがわかる。以下では、重要な他者である親、教師、友人との関係それぞれについて整理したい。

5. 親の態度と子どもの自尊感情

ローレンス(2008)は、親が民主的な子育てをすること、子どもとの間に温かい関係を作ること、子どもの行動に適度な制限を設けること、母親に自尊感情があることが子どもの自尊感情を高める。一方権威的な子育てや甘やかし、無関心、冷淡であることなどが子どもに低い自尊感情をもたらすとしている。

さらに柏木(1983)は、両親の子どもへのしつけや行動のなかで「暖かさ」の要因が他の要因に比べて最も子どもの自己受容と関連して

いること、さらに両親とりわけ母親の子どもに対する「情緒的支持」や「自律性の尊重」が子どもの高い自己評価と結びついていると指摘している。

また金澤(2007)は、子どもの自尊感情を育むうえで親や教師が接する要点をまとめている。子どもを一人の独立した一人の人間として接したうえで、①自己存在感を育む…子どもの気持ちを受容し話を傾聴すること②達成感を感じさせる…小さなことでも達成したことを認めてほめる。③子どもを信じ失敗を責めない…失敗に否定的な言葉をかけるのではなく、忍耐強く見守る④所属感を持たせる…集団の一員として存在感を持たせる⑤モデルを示す…親が行動・言動のモデルとなって自尊感情を高めるような肯定的な言葉かけをする。これらは先のローレンス(2008)や柏木(1983)の指摘とも共通した、具体的な関わり方を示すものといえるだろう。

6. 教師の関わりと教師自身の自尊感情

児童生徒の自尊感情を高めるうえで重要な点の一つに教師の自尊感情がある。教師は子どもたちにとって大きく影響を及ぼしうる「他者」であり、子どもたちと好ましい関係を持っている教師は子どもの自尊感情に影響を与える。その肯定的な関係に必要な特徴についてローレンス(2008)は、ロジャーズがクライエントとの関係におけるカウンセラーの特徴として挙げた、「受容」、「純粋性」、「共感性」の三点が当てはまるとしている。

「受容」は子どもに対して批判的でなく、子どもの人格をありのままに受け入れることをいう。望ましくないことをした子どもであっても、批判すべきは子どもの「行動」であり子どもの人格は問題としない。望ましくない行為をした子どもに対する受容的なコミュニケーションとして、「あなたメッセージ」例えば「あなたは困った人だ」といった表現は子どもの自尊感

情を低めるが、「私メッセージ」すなわち「こんなに散らかっていたら先生（私）は驚くよね」といった表現であれば自尊感情には影響しにくいという違いがある。

「純粋性」はありのままの自分でいることであるが、それには高い自尊感情を持つことが必要である。他者から拒否されたり否認されることを恐れることなく、自分のありのままの人格を出す、すなわち自己主張を行うのである。これは学習可能で発達しうる特徴である。

「共感性」は「他の人の身になって気持ちをわかること」であるが、それも学習することができるという。人の言葉の背後に潜んでいる感情に耳を傾ける訓練を行うのである。

こうした3つの特徴に加えて教師は、子ども一人一人と日常のコミュニケーションを通して個人的なふれあいをもつこと、子どもが話すことにも寛容であることが必要である。さらに、コミュニケーションにあたっては、非言語的コミュニケーションは無意識的に好悪などの感情が表れやすいので注意を払う。加えて言語的なコミュニケーションでは、「言い含める、非難する、罰する、不安をかきたてる」言葉でなく、「励ます、ほめる、評価する、緊張をとる」言葉を多く用いることが大切である。

一方で、昨今の教師をとりまく環境は非常にストレスフルであり、それが自尊感情の低下を招きやすい。対応が難しい生徒、対立的な保護者などと接することが教師の専門性に対する脅威となり、無力感を感じてしまうのである。教師はストレスマネジメントを身に着けるなどにより、ストレスに上手に対処し、自らの自尊感情を低下させないよう努力することが求められている。

また、教師のストレス対処を個人の責任に帰するのではなく、管理職や学校組織全体で教員を支える視点も必要だろう。有村（2011）は、各教師の授業の「良いところ」に着目して学校でそれを共有することや、各教科以外にも各教師の特性を見極めて役割を与えていくこと、管

理職がカウンセリング的に関わることなどが教師の自尊感情を高めることに貢献すると指摘している。

7. 子ども同士の関係性

最後に、子ども同士の関係性が自尊感情に与える影響およびそれを促す学校での取り組みについて考察したい。

近藤（2010）は子どもの自尊感情を育むうえで必要なのは他者との「体験の共有」と「感情の共有」だという。この二つは少し前までの環境ならば自然と行われていたが、最近の核家族化、地域のつながりの希薄化などによりこうした経験を日常的に行うことが少なくなっている。こうした経験の不足は、他者はもちろん自分自身の感情を確認し感情と一貫した行動をとることが難しくなり、それは自己の一貫性を認識できないことにもつながるのである。よって学校場面では子どもたちが多様な感情を共有すること、かつそれは「向き合う関係」ではなく、少人数で一つのを一緒に見たり行ったりする「協同注視」すなわち「並ぶ関係」を作ることが大切なのだという。

このほか、会沢（2007）は自尊感情を高めるために、子どもの競争の関係でなく協同的な関係を育むこと、伊藤（2011）も自分の意見を伝えたり人の意見を大切にすることや子どもが主体的に活動すること、すなわち相互交流や共同作業が重要としており、両者ともこれらを可能にするうえで学校教育における特別活動が重要であるとしている。もちろん教科学習においてもグループ学習を取り入れるなど様々な取り組みが可能である。互いの良いところをほめることに着目した授業では、ほめることで相手の自尊感情を高めるだけでなく、元気になった相手をみた自分の自尊感情が高まる、という自己と他者の間を循環しながらともに自尊感情が高まっていくことも示されている（伊藤，2011）。

8. まとめ

以上、本論では自己の認識および自尊感情の発達について整理し、出生後早い段階から「他者との関係」の影響を受けていることを明らかにした。とりわけ児童期・青年期において「重要な他者」である、親、教師、友人との関係が自己の形成に果たす役割は大きいといえる。しかしその他者との関係の「質」や自己への影響の与え方については発達段階で異なることも示されている。

よってそれぞれの発達段階を踏まえた子どもとの関わり、およびより良い関係を作るための環境づくりが重要と思われる。とりわけ小・中・高等学校それぞれの学校の果たす役割は大きく、学校でもすでに多くの取り組みがなされているが、今後さらに検討していく必要がある。また本論では、日本の小・中学生の自尊感情が学年を経るごとに低下し、女子にその傾向が強いという点について、考察を深める余地が残されたため、今後のさらなる課題としていきたい。

【参考文献】

会沢信彦 (2007) 「互いを高めあう友だち関係」の中で育つ自尊感情 児童心理,61 (10) 48-52.

有村久春 (2011) 教員の自尊感情向上 教職研修39-7,44-47.

Damon,W.,&Hart,D,(1982) The development of self-understanding from infancy through adolescence. Child Development,53,841-864.

古荘純一 (2009) 日本の子どもの自尊感情はなぜ低いのか 光文社

古荘純一 (2011) 日本の特質と子どもの自尊感情 教職研修39-7,24-27.

伊藤美奈子 (2011) 小学校児童の自尊感情を育む学校経営 教職研修39-7,28-31.

岩田純一 (2007) 自尊感情はどう育つかー乳

幼児期から思春期 児童心理,61 (10) 18-23.

ジェームズ,W.(1992) 今田寛 (訳) 心理学上・下 岩波文庫

James,W. (1892) Psychology: The briefer course. Notre Dame Indiana : University of Notre Dame Press.

金澤広明 (2007) 子どもの自尊感情を育む親・教師児童心理,61 (10) 72-77.

柏木恵子 (1983) 子どもの「自己」の発達 東京大学出版会

近藤卓 (2010) 自尊感情と共有体験の心理学 金子書房

ローレンス,D.(2008) 小林芳郎 (訳) 教室で自尊感情を高める一人格の成長と学力の向上を目指してー田研出版

Lawrence,D.2006 Enhancing self-esteem in the classroom 3rd edition. Sage Publications Ltd.

松田君彦・松山知二 (1988) 児童期における自己概念の発達の研究 鹿児島大学教育学部研究紀要 教育科学編p357-369.

溝上慎一 (2012) 青年心理学における自己論の流れ 梶田叡一・溝上慎一編自己の心理学を学ぶ人のために 世界思想社p148-168.

荻野佳代子 (2012) 小・中・高校生における自己概念の発達ー自尊感情育成におけるジェンダー視点からの考察を含めてー 神奈川大学心理・教育研究論集31,49-56.

園田雅代 (2007) 今の子どもたちは自分に誇りを持っているかー国際比較調査から見る日本の子どもの自尊感情 児童心理,61 (10) 2-11.

谷冬彦 (2006) 青年期の自我と自己 白井利明編よくわかる青年心理学 ミネルヴァ書房p.58-59.

東京都 (2012) 自尊感情や自己肯定感に関する研究 (4年次) 東京都教職員研修センター 紀要第11号p3-p38.