

交流分析における自我状態について

——女子学生における親子の似より感との関わり方——

秋 山 幹 男

On the Ego States of Transactional Analysis (TA)

—Its relationship to the *similarity* between female students and their parents—

Mikio Akiyama

交流分析 (Transactional Analysis 以下 TA) の創始者はエリック・バーン (Eric Berne) である。1950 年代の中ごろから提唱され始めたこの治療法は、人間の行動に関する一つの理論体系に基づいた己を知る方法である。人はすべて 3 つの私を持つとして、それらを自我状態と呼ぶ。バーン (1964) による自我状態の定義とは、「感情および思考、さらにはそれらに関連した一連の行動様式を総合した一つのシステム」なのである (杉田 1985)。

(1) 親の自我状態 ② (Parent ペアレント), (2) 大人の自我状態 ④ (Adult アダルト), (3) 子供の自我状態 ③ (Child チャイルド) という 3 つの自我状態を人は備えているとみる。TA は、4 つの分析を行う。1) 構造分析 2) 交流パターンの分析 3) ゲーム分析 4) 脚本分析がそれである。この度の研究は、まずはこの 1) 構造分析に注目している。3 つの私のうち、②と③はさらに 2 つに分けられる (父親的な②と母親的な②/自由な③と順応した③)。この 5 つの私をもとにして図式化を試みたのが、直弟子のデュセイ (Dusay, J.M., 1977) で、5 つの自我状態が出していると考えられるエネルギーの量を示すエゴグラムを創案した。このエネルギーの配分には人それぞれの偏りがあり、心身のバランスが乱れると、様々な症状や行動異常が生ずると想定している。

親の自我状態 ② ペアレント

実際の親から直接に取り入れた部分であるとされている。

(1) 父親的な部分: 批判的な② (Critical Parent, 略して CP) で、自分の価値観や考え方を正しいと考え、それを譲ろうとしない部分である。良心や理想と深く関連していて、規則を教えたり批判や非難も行う。(2) 母親的な部分: 保護的な② (Nurturing Parent, 略して NP) とされ、親切、思いやり、寛容な態度を現す部分である。

大人の自我状態 ④ アダルト

われわれの人格の中で、事実に基づいて物事を判断しようとする部分である。④は、感情に支配されぬ自由な立場をとり、合理的、生産的、適応的に現実を見つめ判断する。

子供の自我状態 ③ チャイルド

子供時代に、実際に感じたり、行動したりしたことや、それに似た感じや行動である。この③の内容は様々な感情であるといえる。この中には、生来的に身につけている創造性や直観力なども含まれる。(1) 自由な③ (Free Child, 略して FC): 親のしつけの影響を受けていない、持って生まれた自然なところ (私) である。自己中心的、積極的であると共に、好奇心や創造性に満ちあふれている。不快や苦痛は避ける。(2) 順応した③ (Adapted Child, 略して AC):

自分の感情や欲求を抑えて親や大人の期待にそおうと努める部分で、両親の影響のもとに形成されたものである。

杉田（1985）によると、日本では1972年に九州大学心療内科がこの方法を臨床の場に最初に導入したとのことである。その後は、日本交流分析学会の設立にまで至り、心理療法として今では広く普及している。丁度同じ年に本学の短大部幼児教育学科に赴任し、青年心理学・児童心理学・乳幼児心理学演習など発達心理学を担当することになった。西平直喜・藤永保・岡本夏木・鈴木鎮一・清水えみ子・霜山徳爾・平井信義・ピアジェ・河合隼雄・エリクソン・フランクフル・木村敏と、とにかく本を購入し読み耽る毎日であった。授業の準備への焦りと苛立ちのなかで手にしたのが、池見・杉田（1974）のセルフ・コントロール—交流分析の実際—である（これはホッと一息つかせてくれた）。ついで、池見（1963, 1968, 1973）の著書を何度も読みながら、心療内科とは何かも学んでいった。赴任1年目の夏休みには1冊の本を読み、その感想文を学生に求めた。その中に山本周五郎の「さぶ」を取り上げた学生が2名いた。さらに気にいった箇所や、気になる言葉も書き出してもらったのだが、その作品の抜き書きには心を打つ文章が多々あり、その後とうとう新潮文庫の全巻を揃えることとなった。気が滅入ると、いつも池見西次郎か山本周五郎のどちらかの本の頁をめくり続けたことを懐かしく思い出す。以後、TA関連の本は気を付けて購入していった—杉田（1976, 1985）やデューセイ（1977／訳1980新里）他一。

「親子の似より感」研究は、試行錯誤期（1974–1988）を経て、1992年からいよいよ本格的な研究の取り組みに入ることができるようになった。1994年には、念願の現状とパースペクティブをまとめ上げた。それまでに執筆した論文や学会で発表した研究内容に触れ、これからの研究の流れを展望している。その後は、研究発表を済ませているものについて、さらに詳細な分析に着手し、二方向の作業を並行させながら論文化に取り組んできた。一つの方法は、女子青年を対象にした親子の似より感研究が、他の心理的諸要因とどのような関連を見せるのかという蓄積である。他の方向は、親になった方のデータ分析である。若い母親の実父母との似より感が幼児の性格と養育態度にどのような影響をもたらしているのか、壮年期に達した母親（父親）が、学生になった娘の性格をどの様に受け止めているかを、各自の実父母との似より感と絡ませながら追究してきている。分析の作業は、長い時間を掛けてゆっくりとしたペースではあったが着実に仕上がってきている（1995–2004）。前者の方法の中で研究発表を済ませたがまだ論文にまとめていなかったものの一つが、この交流分析で使われているエゴグラムと親子の似より感の関わり方である。1995年の学会発表からすでに10年以上の歳月が流れてしまったが、その後、2000年と2001年に再度調査をし直し、今回これを正式に起こすことができた。じっくりと時間をかけたものだが、予想を上回るよい結果が得られたのである。

学会発表時のエゴグラム・チェックリストは、池見・杉田（1974）のものであった。5つの自我状態について、各々まず50点の位置に置かれた対の記述のうちどちらかを選択し、上の方に書かれた性格的記述が「はい」ならばその上に記載されている6項目を参照しながら、60～100点のいずれかに○を付ける（10点刻み）。50点の位置の下側の方を選択した場合には、下の6項目を参照しながら、40～0点のいずれかに○をしていく方法である。どちらにも決めかねた時は、この位置を50点とするのである。この時のやり方でも、似より感大・中・小群の間には顕著なる差がでてきていた。この度使用した杉田（1985）のチェックリストは、その後改

良が加えられており、より実用的なものになってきている。この50項目を用いて卒論研究をした学生がいる。筆者の1992年の論文「理想自己と現実自己の差からみた自己受容と親子の似より感」からヒントを得た丸山（1994）は、交流分析の自我状態とこの自己受容の関係に着目し、興味のある結果をまとめ上げた。

本研究の目的

人生の第②段階の研究（似よりつつズれる時期）

1. エゴグラムを構成している3つの自我状態（CP, NP, A）で群を構成し、FCとACの出方も取り込みながら5つの自我状態の出現状況を詳しく分析する。
2. 3つの自我状態を組み合わせた8群（または4群）と親子の似より感（区分③で分けた）大・小群との関わり方を追究してみる。

人生の第②段階における特別な体験による場合と

人生の第③段階がもたらす心の変化に関する研究

（自己の内在性の次元でズレを受け入れつつ、自己の

超越性の次元で新しい似よりをも体験していく時期）

3. 「似よることとズれること」の理論（図）をさらに補足・修正してみる。

—ヴィーダマン, F. (Wiedemann, F.) の考え方（1986）をベースにしたその後の発展—

方 法

対 象 者 2000年と2001年に調査した女子学生（3年生）91名のデータをもとにする。学生の年齢構成は、21・22歳が63.7%, 19・20歳33%ついで23・24歳が3.3%。出生順位は、第1子41名、第2子32名、第3子3名、一人っ子2名・第4子1名であった。学生の両親の年齢構成は、父親：50-54歳（45）、45-49歳（24）、55歳以上（15）、40-44歳（5）、不明（2）、母親：45-49歳（51）、50-54歳（24）、44歳以下（11）、55歳以上（2）不明が（3）。

実施年月 1999年と2000年の冬休み直前の授業時に封筒に入れた調査用紙を配布し、2000年と2001年の1月に入って回収させてもらった。

調査内容

〔調査①〕杉田（1985）のエゴグラム・チェック・リスト（中高生用）50項目をもとにして、調査用紙を作成し直した。彼の表はCP, NP, A, FC, ACごとに10項目が一覧表としてまとめられ回答するようになっている。はい、どちらともつかない、いいえに対し各々2, 1, 0点の配点がなされ、それぞれの合計点を出すのである（20点満点）。本研究ではCPからACまでの5項目づつに並べ替え、これを繰り返しながら配列し直したのである。つまり、項目構成の配列の仕方は、CP（1）～AC（5）、CP（6）～AC（10）……CP（46）～AC（50）のようになる（資料1参照：その一部が紹介されている）。

〔調査②〕4つの人格認知因子（F1内向性12項目、F2自己顕示性9項目、F3誠実性14項目、F4明朗性7項目）とその他よりなる48項目の調査用紙を作成。評定の対象は、学生のみた「自分自身」「母親」と「父親」である。対象者ごとに頁をめくりながら同じ項目にチェックをしてもらう。各項目は、5件法で評定（資料2参照）。

データの処理 [1] エゴグラム・チェック・リスト：5つの自我状態を5項目づつに括りながら計50項目を並べたので、CP, NP, A, FC, ACの転記表を作成しその中に得点を書き込み、10項目の合計点を各々ごとに算出した。得点範囲は、20点～0点。本研究では、この自我状態

の内, CP, NP, Aに焦点を当て, この組み合わせによって8つの群を取り出し独立変数として使用した。

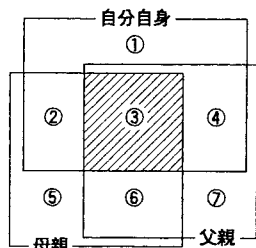


Fig.1 七区分表示図

[2] 1. 「親子の似より感2群の抽出: 4因子42項目を用いて2群に分けた。まず, 5段階を「はい」「?」「いいえ」の3段階に簡素化し直し, 「?」の回答はカウントせず, 「はい」と「いいえ」で回答された項目の数を七区分表示図の中に入れていく。その後, 区分③に納まった項目数の多少で大小の2群に仕分けするのである。

2. 評定対象三者の性格: 4つの因子について因子別得点を出す。因子を構成する項目の得点を加算し, 項目数で割った値である。逆転項目は $(6 - X_i)$ 変換。得点は, 5.00~1.00 の範囲に納まる。

結果と考察

人生の第②段階の研究 (似よりつつズれる時期)

1. 交流分析 (TA) のエゴグラムのうち3つの自我状態で群をつくる: 8群

親の自我状態 ⑨ (批判的な⑨: CP, 保護的な⑨: NP) と大人の自我状態 ⑧ (Adult) の各々の平均値を求め, それ以上を H, それ未満を L として HL 分析に持ち込むと, 三者の組み合わせでは8つの群が出来上がる (CP・NP・Aの順)。これは, これまでの一連の研究である親子の似より感大・小群との関係性を調べるためのものであり, それが本研究のねらいである。

Tab.1 は, 8群の得点の平均 (\bar{X}) と SD の表である。エゴグラムはこの3つの他に, さらに子供の自我状態⑩ (自由な⑩: FC と順応した⑩: AC) がある。心のエネルギーの総量は 100

点 (各々最大得点 20 点 \times 5) である。エゴグラムは, この5つの得点の出具合をグラフにして, そのパターンをみていくのが本来の診断のやり方である。しかしながら, この度は少し大雑把にはなるけれども, 親子の似より感との関連性を調べることを目的としているので, 親の自我状態と大人の自我状態の組み合わせに着目してみた。

HHH, LHH, HLL, LLL の4群の出現率が高く, 91 人のうちの 71.4% を占めている (残りの4群: HHL, LHL, HLH, LLH では合計しても 28.6% にしかない)。そこで, この度の統計的な分析については, 全体の約 3/4 の出現をみせた4群を中心に見ていきたい。群ごとの子供の自我状態⑩ (FC と AC) の HL の出方を表したのが,

Tab.1 8群と全体の5つの自我状態の平均と SD
(単位: 点)

エゴグラム CP・NP・A n			CP	NP	A	FC	AC
HHH	21	\bar{X}	13.9	17.8	13.7	16.0	10.4
		SD	1.5	1.4	1.7	2.9	4.6
LHH	11	\bar{X}	8.2	17.5	13.8	14.5	9.1
		SD	2.2	1.5	1.8	2.7	3.7
HLL	14	\bar{X}	12.6	13.3	9.6	13.4	11.6
		SD	1.7	1.6	1.7	2.9	4.0
LLL	19	\bar{X}	7.7	12.3	8.6	13.7	11.1
		SD	2.0	2.2	1.6	3.5	3.5
HHL	7	\bar{X}	12.4	17.6	10.0	14.1	12.7
		SD	1.0	1.5	1.3	3.7	4.8
LHL	6	\bar{X}	8.2	16.8	9.5	14.3	7.7
		SD	1.8	0.7	0.5	2.0	2.1
HLH	5	\bar{X}	12.8	12.8	14.6	12.4	8.6
		SD	0.7	1.2	1.4	3.3	4.1
LLH	8	\bar{X}	7.5	12.4	14.4	11.0	13.0
		SD	2.1	1.8	2.3	4.8	4.8
全体	91	\bar{X}	10.6	15.1	11.6	14.1	10.7
		SD	3.2	3.0	2.9	3.5	4.3

Tab.2 である。FC (自由な⑩) の出方に特徴をみせたのは HHH と LHH (HHL) で, \bar{X} 以上 (H) の得点を出した人が得点 L の者に比べて大きく上回っている。AC (順応した⑩) では, HLL, (HHL), (LLH) が \bar{X} 以上の得点者を多く出し, 逆に LHH, (LHL) が \bar{X} 未満 (L) の得

点を出す者が多い。4群に絞って結果を読み取ってみると、FC得点の高い学生はHHH, LHHの者で、自由な子供の自我状態を維持していることになる。ここでは、NPとAがHHの場合に影響を与えているとも言える（しかしながら、少人数ではあるが（HHL）の存在者もこの特徴をみせているところから、単にNPの力のみが大きいからだと言えるかもしれない）。一方、AC得点が高いのはHLLであり、低いのはLHHである。三者の自我状態はまったく逆の組み合わせで、順応したCは、CP対NP・Aの出方の違いに影響されているのかもしれない。残りの4群では、（HHL, LLH）対（LHL）が人数は少ないが、同様な結果になった。CPとAの出方に左右されているとは言えまいか。

Tab.2 8群のFCとACの出方
(単位:人)

Cの自我状態 CP・NP・A	n	FC		AC	
		H	L	H	L
HHH	21	18	3	10	11
LHH	11	8	3	2	9
HLL	14	8	6	10	4
LLL	19	12	7	11	8
HHL	7	5	2	6	1
LHL	6	3	3	0	6
HLH	5	2	3	2	3
LLH	8	3	5	6	2

2-1. エゴグラムの自我状態と親子の似より感（群）との関連について

親子の似より感の2群（大・小）は、区分③に入った項目数で分けられている。大群のレンジは31-14個（ \bar{X} 20.6, SD 4.9）、小群のそれは13-0個（ \bar{X} 7.7, SD 3.9）であった。まずは、親子の似より感2群をもとにしてエゴグラムを構成する5つの自我状態の平均とSDを表にしてみたのが、Tab.3である。t検定の結果は、CP, NP, Aともに有意な差がでてきた。FCでは傾向が得られたが、ACでは差がなかった。

Tab.3 エゴグラムと親子の似より感2群における平均とSD
(単位:点)

エゴグラム		親㊟		大人	子供㊟	
親子 の似よ感		CP	NP	A	FC	AC
大群 n=44	\bar{X}	11.5	16.7	12.3	14.9	10.0
	SD	3.2	2.4	2.7	3.5	4.2
小群 n=47	\bar{X}	9.7	13.5	10.9	13.3	11.4
	SD	3.1	2.7	2.9	3.4	4.3
t 検定 (両側)		P<.02	P<.001	P<.05	P<.10	ns

次は、エゴグラムの3つの自我状態（CP, NP, A）ごとに似より感（大・小群）の出現人数をみたものである（Tab.4-1~3）。CPにおいては出現の仕方にあまり大きな違いは見られないが、AついでNPの順にその似より感の大・小群の出方には大きな差が生じてくる。（A: $p < 0.01$, NP: $p < 0.001$ ）。

Tab.4 CP・NP・Aの自我状態からみた親子の似より感2群の出現数

4-1 CPの場合			4-2 NPの場合			4-3 Aの場合 (単位:人)		
CP	親子の似より感		NP	親子の似より感		A	親子の似より感	
	大	小		大	小		大	小
H	26	21	H	33	12	H	28	17
L	18	26	L	11	35	L	16	30
ns			$\chi^2=22.25$ P<.001			$\chi^2=6.86$ P<.01		

続いて、自我状態を2つずつ組み合わせながら似より感2群の出方をみてみよう（CP・NP, CP・A, NP・A）。まず、① CP・NP群であるが、似より感大群の方の人数が多いのはHH群である。次はLH群であるがこの方はそれほどの顕著な差はない。逆に、似より感小群の出方が多かったのは、HLとLL群であった（Tab.5-1）。ここでもやはりNPの自我状態がかなりの

ウェイトを持って似より感2群の出方を左右しているように思える。② CP・A群は、①の場合とよく似た傾向をみせているが、似より感大・小の占める割合の差は少し縮まっている感じである (Tab.5-2)。NP・A群では、HLとLHの出現が逆転している。Aの自我状態よりもNPのそれの方がやはり似より感の群分け(2群)には大きな貢献をしているようである (Tab.5-3)。HH群では似より感大群が、LH, LL群では似より感小群の人数が他の3倍以上の出現となった。総じて、NPの平均得点は高かったが、それでも得点が上位の者(H)と下位のそれ(L)では、大きな差異をみせることが分かってきた。

Tab.5 CP・NP, CP・A, NP・Aからみた自我状態と親子の似より感2群の出現数

5-1 CP・NPの場合				5-2 CP・Aの場合				5-3 NP・Aの場合			
CP・NP	親子の似より感		計	CP・A	親子の似より感		計	NP・A	親子の似より感		計
	大	小			大	小			大	小	
HH	22	6	28	HH	19	7	26	HH	25	7	32
HL	4	15	19	HL	7	14	21	HL	8	5	13
LH	11	6	17	LH	9	10	19	LH	3	10	13
LL	7	20	27	LL	9	16	25	LL	8	25	33

ついでに、NP(保護的な親)と子供の自我状態(FCとAC)を組み合わせた場合の似より感2群の出方をも見ておきたい (Tab.6-1・2)。

Tab.6 NPと子供の自我状態(FC, AC)からみた親子の似より感2群の出現数

6-1 NP・FCの場合				6-2 NP・ACの場合			
NP・FC	親子の似より感		計	NP・AC	親子の似より感		計
	大	小			大	小	
HH	27	7	34	HH	13	5	18
HL	6	5	11	HL	20	7	27
LH	6	19	25	LH	5	24	29
LL	5	16	21	LL	6	11	17

NP・FC群は、NP・A群の特徴と同じような似より感の出方である。これに対し、NP・AC群では、NPがHの場合に似より感大群の出現が多く、これとは逆にNPがLでは似より感小群の人数と相関関係にあるとみられるのだが、LLの出方にはこれまでに比べてその差が縮まってしまっている点が興味深い。

2-2. 3つの自我状態で構成された8群(ないしは4群)と親子の似より感2群との関わり

ここからは、いよいよ3つの自我状態(父親的②と母親的③・大人④)8群(統計処理的には4群)と、親子の似より感2群の関係を詳細に取り上げていきたい。CP, NP, Aの組み合わせの4群において、親子の似より感の群分けをする区分③の平均項目数とSDは、次の通りである。

HHH (21) : \bar{X} 19.0 SD 6.2, HLH (11) : \bar{X} 15.7 SD 6.8,
LHL (14) : \bar{X} 10.1 SD 6.0, LLL (19) : \bar{X} 9.9 SD 7.7

Tab.7 3つの自我状態の組み合わせ8群からみた親子の似より感2群の出現数

7-1 約3/4弱を占める4群の場合				7-2 約1/4強の残り4群の場合			
エゴグラム CP・NP・A	親子の似より感		小計	エゴグラム CP・NP・A	親子の似より感		小計
	大	小			大	小	
HHH	18	3	78.1% 25:7	HHL	4	3	61.5% 8:5
LHH	7	4		LHL	4	2	
HLL	3	11	75.8% 8:25	HLH	1	4	76.9% 3:10
LLL	5	14		LLH	2	6	

Tab.7は、約3/4弱を占める4群と残り1/4強の4群別に、親子の似より感2群の人数の出方を示したものである。共に、面白い差が出てきている。似より感群の出現には、NP・Aの組み合わせの出方がCPの如何に関わらず影響を与えているように思えるのである。HHとLL、HLとLHで差が出てくる。前者の方は大群の者が、後者では小群の学生の出現数が多い。批判的な㊟ではなく保護的な㊟と大人の㊤の組み合わせが、似より感2群の出方を左右しているようだ。対象者が女子学生だからであろうか。男性の親子の似より感については後陣に譲りたい。

2-3. エゴグラムの3つの自我状態と親子の似より感を構成する4因子の因子別得点との関わり方について

2-3-1 親子の似より感を構成している性格項目は、4つの因子で成り立っている。評定対象は、女子学生による自分自身・母親・父親の三者である。これからは、この因子別得点とエゴグラムとの関係性をみてゆくことにする。まずは、一つづつの自我状態からみた3評定対象×4因子別得点の平均値とSDを見てみよう (Tab.8-1~3)。

Tab.8 批判的な㊟ (CP), 保護的な㊟ (NP), 大人の㊤ごとにみた場合

8-1 CP (批判的な㊟) のH・L群別にみた親子の似より感の3評定対象の因子別得点

親子の似り感 エゴグラム CP n			自分自身				母 親				父 親			
			F1	F2	F3	F4	F1	F2	F3	F4	F1	F2	F3	F4
H	47	\bar{X} SD	3.14 0.56	3.23 0.48	3.67 0.43	3.76 0.56	2.71 0.61	2.81 0.68	3.95 0.51	3.71 0.66	2.44 0.61	3.10 0.82	3.95 0.63	3.76 0.64
L	44	\bar{X} SD	3.13 0.54	2.97 0.63	3.19 0.49	3.51 0.74	2.51 0.41	2.62 0.71	3.68 0.42	3.63 0.57	2.39 0.57	2.90 0.85	3.63 0.53	3.64 0.74
t検定 (両側)			ns	P<.10	P<.001	ns	ns	ns	P<.05	ns	ns	ns	P<.05	ns

8-2 NP (保護的な㊟) のH・L群別にみた親子の似より感の3評定対象の因子別得点

親子の似り感 エゴグラムの NP n		自分自身				母 親				父 親				
		F1	F2	F3	F4	F1	F2	F3	F4	F1	F2	F3	F4	
H	45	\bar{X} SD	2.98 0.55	2.97 0.56	3.66 0.38	3.87 0.58	2.58 0.62	2.76 0.74	3.95 0.45	3.84 0.66	2.39 0.59	2.97 0.83	4.01 0.51	3.88 0.68
L	46	\bar{X} SD	3.29 0.51	3.23 0.55	3.21 0.52	3.42 0.66	2.64 0.44	2.69 0.66	3.69 0.49	3.51 0.54	2.44 0.59	3.03 0.84	3.59 0.62	3.53 0.67
t検定		P<.05	P<.10	P<.001	P<.01	ns	ns	P<.05	P<.05	ns	ns	P<.01	P<.05	

8-3 A (大人の自我状態) の H・L 群別にみた親子の似より感の3 評定対象の因子別得点

親子の似り感 エゴグラム A n		自分自身				母 親				父 親				
		F1	F2	F3	F4	F1	F2	F3	F4	F1	F2	F3	F4	
H	45	\bar{X} SD	3.00 0.56	2.93 0.58	3.60 0.47	3.73 0.66	2.60 0.56	2.70 0.78	3.90 0.45	3.72 0.73	2.31 0.64	2.80 0.89	3.94 0.53	3.79 0.71
L	46	\bar{X} SD	3.26 0.51	3.27 0.51	3.27 0.50	3.55 0.66	2.62 0.51	2.74 0.61	3.75 0.51	3.62 0.49	2.52 0.51	3.20 0.73	3.66 0.65	3.61 0.67
t 検定		P<.05	P<.01	P<.01	ns	ns	ns	ns	ns	ns	P<.05	P<.10	ns	

CP: 3つの評定対象とも F3 誠実性に H 群と L 群の間で有意な差がでている (t 検定)。自分自身については、さらに F2 自己顕示性で傾向が見られている。批判的な親の自我状態は、持続性・愛他性で構成される誠実性を規定すると言えるのであろうか。自分自身の F2 自己顕示性の差も面白い。

NP: H 群と L 群で出方に大差をもたらしていたが、この保護的な親の自我状態でもやはり 3 評定対象の F3 誠実性で差をみせ、さらに F4 明朗性でも有意差を出してくる。自分自身については F1 内向性で有意差・F2 自己顕示性で傾向を得た。明朗性も NP によってはっきりと規定されていくのだろう。

A: 大人の自我状態からみた場合には、評定対象「母親」では有意差は出なくなる。F3 誠実性に関しては、自分自身では差が出たが、父親は傾向にダウンする。ここでの特徴は、新たに F2 自己顕示性で自分と父親に有意な差が出ていることだろう。L 群の方が高得点になっている。自分自身には F1 内向性で差があり、同じく L 群の得点は高い。

2-3-2 2つの自我状態を組み合わせた場合は、どのような差を見せるのだろうか。ここでは 4 群で構成されるので読み方は少々複雑になっていく。似より感 2 群でこれまでに差を見せた NP と A に焦点化し、この度は CP・NP と NP・A のみを取り上げたい。2つの自我状態を組み合わせると HH, HL, LH, LL の 4 群ができる (Tab.9-1・2)。

Tab.9 CP・NP, NP・A の各 4 群別にみた親子の似より感の3 評定対象の因子別得点

9-1 CP・NP の場合

親子の似より感 エゴグラム CP・NP n			自分自身				母 親				父 親				
			F1	F2	F3	F4	F1	F2	F3	F4	F1	F2	F3	F4	
HH	28	\bar{X} SD	3.09 0.59	3.19* 0.45	3.76* 0.39	3.94* 0.52	2.71 0.67	2.90 0.69	4.03* 0.44	3.86 0.72	2.43 0.65	3.03 0.88	4.16* ^⑤ 0.51	3.93 0.70	
HL	19	\bar{X} SD	3.21 0.51	3.27* 0.52	3.53* 0.43	3.50 0.53	2.70 0.51	2.69 0.65	3.84 0.58	3.50 0.51	2.46 0.53	3.20 0.71	3.64* 0.67	3.51 0.44	
LH	17	\bar{X} SD	2.79* 0.42	2.60* ^⑤ 0.53	3.51* 0.32	3.76 0.66	2.36 0.42	2.53 0.76	3.82 0.42	3.81 0.54	2.32 0.46	2.88 0.75	3.75* 0.41	3.79 0.64	
LL	27	\bar{X} SD	3.35* 0.49	3.21* 0.57	2.98* ^⑤ 0.46	3.36* 0.74	2.60 0.39	2.68 0.66	3.59* 0.39	3.51 0.56	2.43 0.62	2.91 0.90	3.56* 0.58	3.54 0.79	
一要因分散分析 df (3.87)			F=4.12 P<.01	6.37 P<.001	16.79 P<.001	4.34 P<.01	4.09 P<.01				2.28 P<.10	5.97 P<.001			
テューキー法 * (P<.05 に設定)															

9-2 NP・A の場合

親子の似り感 エゴグラム NP・A n			自分自身				母 親				父 親			
			F1	F2	F3	F4	F1	F2	F3	F4	F1	F2	F3	F4
HH	32	\bar{X} SD	2.91* 0.58	2.93* 0.58	3.70* 0.39	3.93* [Ⓢ] 0.49	2.59 0.60	2.77 0.78	3.99 0.42	3.85 0.71	2.39 0.60	2.92 0.86	4.01* 0.49	3.86 0.70
HL	13	\bar{X} SD	3.15 0.42	3.08 0.52	3.57* 0.37	3.73 0.75	2.54 0.66	2.73 0.63	3.86 0.50	3.80 0.49	2.39 0.56	3.09 0.76	4.01* 0.56	3.92 0.64
LH	13	\bar{X} SD	3.24 0.43	2.95 0.60	3.36 0.55	3.24* 0.76	2.62 0.46	2.52 0.76	3.66 0.45	3.41 0.68	2.12 0.68	2.49* 0.90	3.76 0.56	3.63 0.71
LL	33	\bar{X} SD	3.31* 0.53	3.35* 0.49	3.15* [Ⓢ] 0.50	3.48* 0.61	2.65 0.43	2.75 0.60	3.71 0.51	3.55 0.47	2.57 0.49	3.25* 0.71	3.53* [Ⓢ] 0.63	3.49 0.64
一要因分散分析			F=3.26 P<.05	3.54 P<.02	8.07 P<.001	4.77 P<.01			2.42 P<.10	2.33 P<.10		2.86 P<.05	4.42 P<.01	

CP・NP：HH 群と LL 群では、単独の場合と同じく F3 誠実性で 3 評定対象とも有意差をみせている。その他については母親では差が出ない。自分自身については、F1 内向性で LH<LL, F2 自己顕示性 LH<HH ≒ LL ≒ HL, F3 誠実性は LL の平均得点が高他の 3 群より有意に低くでている。F4 明朗性でも HH>LL と顕著な差を示した。評定対象「父親」の F3 誠実性は、HH 群が高他の 3 群を引き離して有意に高得点である。

NP・A：母親では 1 要因分散分析で F3 と F4 に傾向が出ているけれど、多重比較（テューキー法）を 5% の有意水準にセットしたので群間で差はでてこない。大人の自我状態の特徴であった F2 自己顕示性に差が出ている。しかし、多重比較の結果は自分自身と父親では違ってきている。まず、自分自身では、HH 群<LL 群となり、父親に対しては LH 群<LL 群であった。HH 群とは有意な差が得られていない。F3 誠実性では自分自身についても父親についても HH>LL, さらに父親では HL 群も LL 群に比して有意に高得点である。自分自身では、すべての因子において HH 群と LL 群には有意な差が出ている。補足すると、F4 では LH 群はさらに低得点である。ここでの結果は、親子の似り感のこれまでの蓄積からみて、これまでまとめてきた似り感大・小群の特徴がここでも顕著に表れていると言えようか。

2-3-3 いよいよ 3 つの自我状態（CP・NP・A）を組み合わせた 8 群の因子別得点を検討してみることであった。統計処理ができるのは人数の関係で 4 群のみである。まず、これまでと同様に 1 要因分散分析を試み、ついで多重比較（テューキー法 $p<.05$ に設定）で 4 群間の差を調べた（Tab.10）。

自分自身については、F1～F4 すべてに有意差あり。母親と父親では F3 誠実性で差があった。LLL 群は似り感小群の特徴（F3・F4 共に低得点）を、HHH 群は似り感大群の特徴を見せている。F2 自己顕示性においては、LHH 群のみが有意に他の 3 群に比して低得点である。さらに、F1 では LLL 群と差をみせこれも低い得点であった。LHH 群と HLL 群は F3 誠実性の得点は高く出ているのに、F2 では LHH<HLL である。批判的な父親の心②の低さが自己顕示性を低くさせているのだろうか。HHH, LLL 群の F2 の得点も LHH 群に比べてみんな有意に高いので、そんなに単純なことではないのかもしれない。

この他にも、親子の結びつきとの関わり方、時間軸・空間軸に定位させた自己意識とエゴグラムの関わり方も分析処理を終えているのであるが、紙面の都合でこの度は親子の似り感との関係性だけに留めておきたいと思う。これらのデータも合わせてこの度の研究を全体的に見

Tab.10 CP・NP・Aの組み合わせ4群(8群)別にみた親子の似より感の3評定対象の因子別得点

親子の似よ感 エゴグラムの CP・NP・A n			自分自身				母 親				父 親			
			F1	F2	F3	F4	F1	F2	F3	F4	F1	F2	F3	F4
HHH	21	\bar{X} SD	2.98 0.61	3.17* 0.46	3.82* 0.35	3.93* 0.50	2.66 0.68	2.93 0.75	4.09* 0.38	3.90 0.76	2.42 0.65	2.94 0.88	4.15® 0.44	3.86 0.72
LHH	11	\bar{X} SD	2.77* 0.49	2.46® 0.49	3.49* 0.36	3.92 0.46	2.46 0.35	2.47 0.76	3.80 0.43	3.77 0.60	2.33 0.48	2.89 0.82	3.73 0.48	3.86 0.65
HLL	14	\bar{X} SD	3.21 0.58	3.48* 0.41	3.48* 0.34	3.58 0.52	2.73 0.49	2.83 0.64	3.88 0.59	3.53 0.48	2.61 0.38	3.37 0.64	3.64* 0.64	3.44 0.45
LLL	19	\bar{X} SD	3.38* 0.48	3.25* 0.52	2.91® 0.46	3.41* 0.65	2.59 0.36	2.69 0.56	3.58* 0.40	3.56 0.46	2.54 0.55	3.15 0.75	3.45* 0.62	3.53 0.75
一要因分散分析 (テューキ法 P<.05)			P<.05	P<.001	P<.001	P<.05	P<.01				P<.01			
HHL	7	\bar{X} SD	3.42 0.34	3.27 0.43	3.58 0.46	3.96 0.56	2.87 0.62	2.81 0.47	3.87 0.58	3.73 0.54	2.46 0.65	3.29 0.81	4.20 0.67	4.14 0.60
LHL	6	\bar{X} SD	2.83 0.25	2.85 0.52	3.56 0.22	3.45 0.84	2.17 0.47	2.63 0.76	3.86 0.39	3.88 0.41	2.31 0.41	2.85 0.61	3.79 0.24	3.67 0.60
HLH	5	\bar{X} SD	3.20 0.27	2.71 0.34	3.70 0.58	3.26 0.46	2.60 0.54	2.29 0.50	3.73 0.55	3.43 0.57	2.05 0.67	2.73 0.68	3.67 0.75	3.71 0.32
LLH	8	\bar{X} SD	3.27 0.50	3.10 0.67	3.15 0.42	3.23 0.90	2.63 0.40	2.67 0.86	3.62 0.37	3.39 0.74	2.16 0.68	2.33 0.98	3.82 0.38	3.57 0.87
全体	91	\bar{X} SD	3.14 0.55	3.10 0.57	3.43 0.51	3.64 0.66	2.61 0.54	2.72 0.70	3.82 0.49	3.67 0.62	2.42 0.59	3.00 0.84	3.80 0.61	3.70 0.70

ていくならば、親子の似より感研究は、エゴグラムから得られる親・大人の自我状態の出方とも密接な関わりを見せることがはっきりと確かめられている。これまでに見いだした似より感3群(大・中・小), 2群(大・小)と, MPIやY-G, 現実自己と理想自己の差からみた自己受容, 心理学的健康性, 時間軸・空間軸にそって捉えた自己意識, 親子の結びつきなどの諸結果に, もう一つ新しい証拠を付け加える結果となった。似より感大群の特徴を持つHHH群, 似より感小群の特徴を色濃く持つLLL群の今回の詳細な分析は, この一連の研究にさらに大きな実りをもたらしてくれたと信じたい。

人生の第②段階における特別な体験と人生の第③段階がもたらす心の変化に関する研究

- 自己の内在性の次元でズレを受け入れつつ,
自己の超越性の次元で新しい似よりをも体験していく時期 —

「似よることとズレること」の理論(図)の補足・修正の試み

トランス・パーソナル心理学の現状に新しい視点をもたらすと考えられる, ヴィーダマン, F. (Wiedemann, F., 1986/訳 1999) の「魂のプロセス」をベースにした, その後の筆者の理論的發展を取り上げ, ここに紹介しておきたいと思う。長いこと「潜在下」・「閾値」・「その一瞬」という言葉のこだわりから, この3年間手を付けずにメモを残し続けていた状態が, 彼の本を読み彼の考えに出会う事によって, やっと事が展開し出したという感じである。これからの論述は, 具体的な事例をまとめていきながら, そこに観られる自己実現と自己超越(内在性と超越性)の関わり方だけでは了解のつかないヴィーダマン, F. の唱える「魂のプロセス」について紹介し, 理論(図)の補足・修正を試みてみたい。

彼によると、1980年代半ばのトランス・パーソナル心理学（ウイルバー、K.の「意識のスペクトル」・「アートマン・プロジェクト」に代表される画期的な考え方）は、直線的に捉えられがちになると指摘する。それは、前個一個一超個という論の進め方である。2005年度に初めて岡野（2000）のテキストをもとにトランス・パーソナル心理学の講義を開始したのであるが、一人の学生の指摘はこれに近い意見であった。「私たちのような若い世代にも超個ということはあるのではないのでしょうか。」意識せず直線的な考え方に捕らわれていた筆者は、そうだね！とは返答しなかった。しかし、この事が心に引っかかったまま状態となってしまった。その後、いろいろな作者が人生の第②段階にあった時の自分の出来事を語っている中に、彼女の指摘に該当するものが多々あることに気付いたのである。そこで、再度の読み直しをして、まずは、白井（1986）、和田（1984）、神谷（1966、1997、2006）をここで取り上げてみることにした。

白井は、人生は暮らし向きの実生活だけでは身に付かない。どうしても精神の世界がいる。この二つが相互に作用し合ってその人の人生を紡いでいくのだと、講演を依頼された母校の中学生たちに話しかけている。精神の世界といっても高尚な手に負えないものではなくて、花を見て「美しいなあ」と思うこと、音楽を聴いて痺れることがそれなのだと述べている。彼が堀金小学校の児童（3～6年生）だった時、佐藤校長は毎週の朝礼で北アルプスの常念岳を子どもたちに仰ぎ見せ、「常念を見よ…」を繰り返したという。そうしているうちに子どもたちの心の中にうっすらとしたものではあったが、精神の世界の種が宿ったのだと回想している。旧制中学では先輩・同僚との触れ合い・意見交換でこの世界は大きく花開いていったのだと語っている。

和田は、東京帝大法学部を卒業（昭和4年）するが、17歳の頃から人生について深く悩みはじめ、激しい苦闘の末、28歳の春、死を寸前にして不思議な奇縁に恵まれ、人生の大意を知ったという。伊藤（1989）によれば、「彼（Aさん）が大悟したのは山路に人知れず、ひっそりと咲いている一輪の野の花を見たことによると述べている。真実の生き方に目覚め、正しい幸せ観を抱けるようになったのは、だれかによく思われたい、目立つようになりたい、他より多くの富を得たい…と自分は願っているのに、この野の花はそういうことは一切願わず、ただひとすじに咲いて、そして実を結び黙って死んでいく。それゆえに美しい。……この地球上に生を享けた人のだれもが、互いに扶け合い、補い合って、楽しく、美しく、それぞれの天分を発揮し、ひとすじに生きていくとき、だれもが最高の幸せになる。人の純粋なところがそれを望んでいる。……私は純粋に、良心のままに、真実の生き方をしていこう。そうところに決めたたん、根源的な安らぎが感じられ、嬉しくて嬉しくて、涙が次々にあふれては、流れ落ちたと、述懐している。…」伊藤は、Aさんが最高の生き方を求めたと賛美し、澄んだところになってはじめて、この社会のおぞましさとそのむこうにある真実とが同時に見えてきたのだ、と言う。それ以来、50年もの長い歲月、Aさんは私塾をひらき、若い人たちと寝食を共にする生活を続けてこられた、と著書の始めてで紹介している。二人の出会いは、1960年ごろから長い間「同行教育」の提唱・実行に努められ、伊藤は現在、問主観カウンセリング（どう生きるかを主題に）の実践に取り組んでいる。彼のキーワードは『スピリチュアリティ（spirituality）=魂の働き=こころ』である。

神谷（1997、2006）においては、夫と彼女の青年期の体験を感動的にさりと触れている。仏教的な環境で育った宣郎氏（夫）は、若い頃に肋膜炎をわずらって療養を余儀なくされ、静かな海辺で悩み、瞑想に耽った時に「自分は人間を超えた大自然の力によって生かされている」という宗教的啓示を受けて人生の深い喜びを体験されている。美恵子氏（自身）は、当時は死の病とされた結核にかかり、軽井沢の山荘に一人転地療養を1年以上続けている。孤独な時間

が延々とつづく、そのあり余る時間を猛烈な読書と勉強に費やしている。この療養中に読んだ本は、その後の彼女の一生を心の底で支えたという。マルクス＝アウレリウスの『自省録』もその一つ、「彼の宇宙的視野に立ってみるとき、…… 地上の一生のことは大いなる摂理にまかせておけばいいのだ、と心から思えたとき、おおきな安らぎにつつまれたのであった。」という宗教的変革体験をした。小さな自己を超えた大きな力との出会いを果たし、そこに尽きないエネルギーの源泉を見たのである。与えられた運命を広い心で受け入れることで「新しい生きがいの芽」を発見している。死病との闘いは、精神的独立のために大変よいことだったと言う。二人は、共に学者として31歳の時結婚されている。恵美子氏は、その後ハンセン氏病患者の収容されている長島愛生園の精神科医としても長く通い勤めておられる。

この3人の体験は、人生の第②段階における希有な体験である。授業時に学生が述べた意見を裏付けていると思う。死を前にした「頭の思い」(内山, 1990)を振り切るということは、難しい人生の課題である。これを乗り越えたひとが到達している心は一体どういうものなのだろうか。それは、内山(1990, 2004)のもう一つのキーワード「生(なま)のいのち」ではあるまいか。このいのちにかかわるものがその時浮上してこなければならない。

人生の第③段階に入った人間にとっても、この境地はゆっくりとではあるが開けてくる。40歳代にはいると、大抵の人たちが「生かされている」という実感を持つようになる。それは、さらに年を重ねるにつれて色濃くなっていく。これまでの『似よることとズレること』の理論ではまだまだ不十分であったものが、これらの考え方をプラスすることによって大きな飛躍が生じる。和田(1984)は、不思議なガラス板で喩えをしている。右側からは左側が細大漏らさず透けて見えるが、左側からは右側の様子は全く見えない。従って、左側にいる人はガラスの向こう側には何もないと思っている。ところが、実は右側には「意味」の詰まったいのちが充満しているのだ。このいのちの中からは左側の風景が手に取るようにわかる(p. 193より)。本気で生きることが、幸せ、いのちの本流、出るもので出すものではない、安らぎに通ずるとみている彼がそこには存在する。

鎌田(2000)は、「がんばらない」ことを患者に語りかけている医師である。大事なことは「命の長さ」じゃなくて「生きていくことを喜べる」ということなのだろう、と話す。最終章：“あなたはあなたのままでいい”の中に、「ぼくたちの20世紀は巧みに生きることを子どもたちに教えてきた。本当にそれでよかったのだろうか。よく考え、よく生き、不器用だが手ごたえのある生が見えてくるような気がする。… 他人をうらやまない自分流の生き方…。」と記されてある。そこには彼が体験を通じて学んできた真実が見え隠れする。

ひとつの事実の裏に、たくさんの似ている事実が実在する。

ひとつのよい具体例はたくさんの普遍性をもっているような気がする。

信州の豊かな自然のなかで生きているとき、自然あるいは環境によって生かされている自分を感じる。自分さがしにこだわっていたちっぽけな自分が見えてきた。

物や情報よりも大切なものがあるはずだ。「21世紀、忘れていた魂への心くばりをぼくたちの乾いた心にとり戻したいと思う(p. 285より)。」

「潜在化」・「閾値」・「その一瞬」と言うキーワードが、今静かに混ざり合いつつ息づき始めている。私は私であり続けたいが、同時にまた「共に」ありたい。人生を歩み続ける中で、「共に」の内容は変化し続けていく。似よりつつズレながら『変心』していく自己(私・<私>・≪私≫)。「共に」の変化プロセスとして考えることによって理論的停滞は前進へと導かれた。

ヴィーダマン, F. は、このことを『魂のプロセス』と主張しているのではあるまいか。内在性と超越性だけでは人間の心の有り様を説明しきれない。(また、トランス・パーソナル心理学の最大の強みはその幅広さであるが、最大の欠陥は”規範の欠如”だと彼は言う。) このふたつのこころの世界の間には、自己実現と自己超越の世界を“つないだり”“統合したり”“行き来したりする”ことのできる『魂のプロセス』がいる。それを理論的及び実践的なモデルとして彼は示してくれている(諸富の解説より)。

この諸富の解説に従うと、ヴィーダマン, F. は我々に次のような提案をしているらしい。「人間存在に潜む根本的な葛藤、矛盾、ジレンマをすぐに解消しようとせず、そのまま大切に、二つの極を“つなぎ”“行き来する”プロセスを描くこと。プロセスそれ自体ではなく、二つの対立する極の“つながり”や“往復運動”としてプロセスを描くこと。この点が、従来の心理学におけるプロセスの概念と“魂のプロセス”の異なる点である。」

近年、トランス・パーソナル心理学では、アーノルド・ミンデルが創始したプロセス指向心理学が脚光を浴びているが、ミンデルの“プロセス指向”は、ヴィーダマン, F. の『魂のプロセス』とどのような関係性をもっているのだろうか。興味深いことではある。

2004年11月30日のメモには次のような記述がある。

今の自分とこうなりたい自分が共に私の中にあるならば、自己受容という心の次元では共に発達的に変化することは大いにありうることである。今の自分に不満が生じたり、行きずまって不振に落ち込むと、意欲は減退し情動はマイナス化していってしまう。日常生活もスムーズにいかず停滞気味になる。とにかく心は暗くなってしまうのである。それではいけないと新しい前向きの自分へと変えていこうと努力を始めるのだが、それはまったくゼロ(0)からのスタートという気分になるのであるが、実のところはそうではないような気がしている。ある行動は、一対あるいは複数の心が並行しながら条件づけられ続けてきているのではあるまいか。一つは顕在化しているが、その他は閾値下で息づいてきている。表層に現れている行動が目に見える存在なので、その意味づけのもとにだけ動かされているように見える。しかし、本当は、潜在レベルでもその意味づけや別の意味づけが、静かに進行しているのである。この方は、直接今の自分を表向き支えるものではないので、どちらかといえば表とは逆の意味づけである可能性も高い。だからこそ、苦しみ悩む中で時と場(にぶん)の条件が整うならば一瞬にして表層の心と深層の心は入れ替わることができるのである。

「潜在化」・「閾値」・「その一瞬」の考え方は、この時期にはうまく結びつかなかった。しかし、トランス・パーソナル心理学でウイルバー, K. に出会い、ヴィーダマン, F. の『魂のプロセス』の論考に触れることで、新たな展開が可能になってきた。次に示す図は、これまでの理論(2002)を大きく修正するものとなっている。内在性と超越性にプロセスの3つを絡ませながらいよいよ面白い局面に突入してきた思いがする。

人生の第①段階での私(周りから〇〇だと見られてきた)が、第②段階の<私>となり、その<私>の中から<<私>>への超越が一瞬のあるきっかけで生起する。暮らし向きの実生活を支えている内在性(<私>)はしっかりと維持しつつ、超越性の次元でも新しい似よりを体験していく自己(<<私>>)が存在するようになる。この内在性と超越性は同一線上に生じて置き換わるのではなく、並行しながら、行きつ戻りつしながら自己(<私>と<<私>>)を発達させていく。「今ここ」にこそ永遠が存在し、それは年を重ねるにつれて宇宙意識・大いなるもの(神・仏)と言われているものに近づいていく。たとえそれが実際には適えられるものではないとし

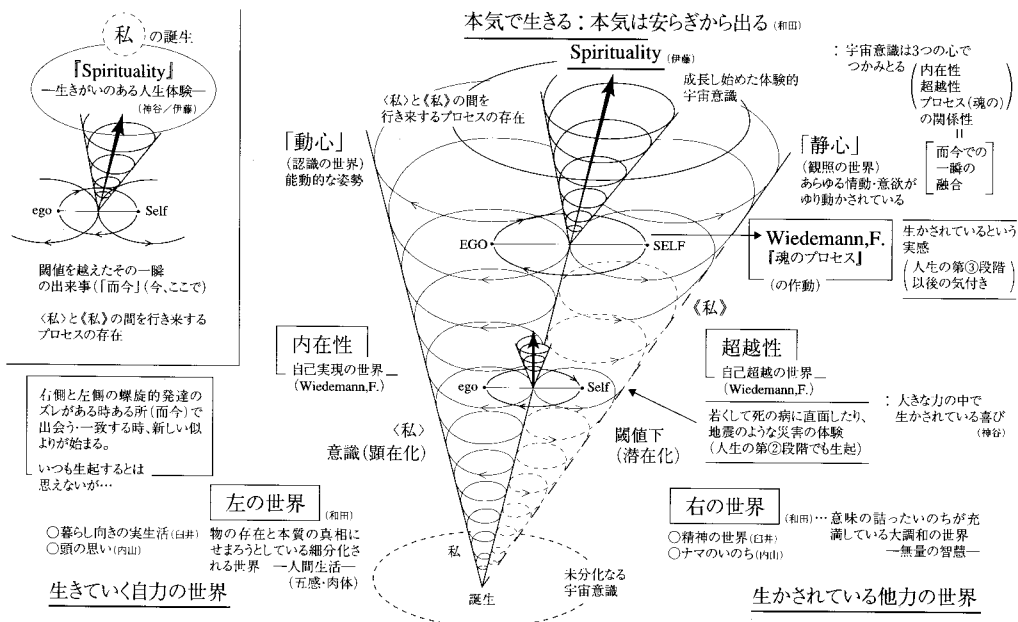


Fig.2 内在性・超越性・魂のプロセスを踏まえた人間としての全体性への螺旋的発達図

でも、人間という生命体はそれを目指して誠実に謙虚に歩み続けることが求められているのではないだろうか。いのちの次元では、どんな人でも大切な存在者であり、自分に科せられている人生課題にできることならば少しでも答えを出す努力をしながら、後輩にバトンタッチしていきたい。そして、自分も生かされていたんだという源泉に立ち至る道行きを迷いながらも辿り続けたいと強く願う。

文 献

- 秋山幹男 1968 回避反応におよぼす消去法の効果 広島大学大学院教育学研究科修士論文抄録 70-74
- 秋山幹男 1974 女子学生における自己と父母の認知について 広島文教女子大学研究紀要 8 23-38
- 秋山幹男 1980 女子学生における自己と父母の認知について (2) —4年間の縦断的研究— 広島文教女子大学研究紀要 15 45-74
- 秋山幹男 1981 女子学生における自己と父母の認知について (3) —タイプ分析の試み— 広島文教女子大学研究紀要 16 61-72
- 秋山幹男・有馬道久 1985 女子学生における自己と父母の認知について (4) —因子別得点をもちいたクラスター分析の試み— 広島文教女子大学研究紀要 20 57-68
- 秋山幹男 1988 女子学生における自己と父母の認知について (5) —三者間の似よりもとづく分析— 広島文教女子大学研究紀要 人文・社会科学編 23 83-102
- 秋山幹男 1992 親子の「似より」と女子学生の性格の関連 広島文教女子大学研究紀要 27 67-88
- 秋山幹男 1993 親子の似よりと自己受容について—女子学生における理想自己と現実自己のズレ— 広島文教教育 (広島文教女子大学教育学会) 7 29-48
- 秋山幹男 1994 教育相談について思うこと—「今、ここで」の大切さとは— 教育相談年報 (広島文教女子大学) 創刊号 32-45
- 秋山幹男 1994 「親子の似より」研究の現状とパースペクティブ 広島文教女子大学研究紀要 29 145-169
- 秋山幹男 1995 親子の似よりと家族イメージ・エゴグラム 日本性格心理学会第4回大会発表論文集 100-101
- 秋山幹男 1995 発達心理学からみた子どもの問題 (公開レクチャー講義録) 広島文教女子大学教育相談センター年報 2 9-27

- 秋山幹男 1997 親子の似より（感）の推移について—女子学生を対象にした4年間— 広島文教女子大学紀要 32 149-163
- 秋山幹男 1998 親と子のかかわり（第4章） 神原雅之・秋山幹男・有馬比呂志編著 心をはぐくむ幼児教育 溪水社 56-74
- 秋山幹男 1998 「内なる他者」を見つめる目 広島文教女子大学紀要 33 103-117
- 秋山幹男 1998 成人女性（母親）の実父母との似より感について—女子学生をもつ母親の性格認知— 日本心理学会第62回大会論文集 37
- 秋山幹男 1998 成人女性のみた夫・自分・娘の性格認知 —実父母との似より感をベースにした分析— 日本性格心理学会第7回大会発表論文集 78-79
- 秋山幹男 1999 女子学生とその両親が捉えた性格の相互認知 —似より感とズレ感をもとにした分析— 広島文教女子大学紀要 34 41-54
- 秋山幹男 1999 母親と娘（学生）の捉えた三者間認知 —「夫-自分-娘」と「父-母-自分」の似より感を中心に— 日本性格心理学会第8回大会発表論文集 88-89
- 秋山幹男 2000 若い母親の養育態度と親子（幼児）の性格認知—実父母との似より感をベースにして 広島文教女子大学紀要 35 113-126
- 秋山幹男 2001 女子学生をもつ父親と母親における「娘・自分・配偶者」の似より感 —実父母との似より感も合わせた性格の世代間伝達について— 日本性格心理学会第10回大会発表論文集 110-111
- 秋山幹男 2001 時間軸と空間軸からみた自己の定位—女子学生の親子の似より感をベースにして 広島文教女子大学紀要 36 63-82
- 秋山幹男 2002 心理学的健康と時間軸にそった自己意識 —女子学生の親子の似より感をベースにして— 広島文教女子大学紀要 37 145-163
- 秋山幹男 2003 発達心理学から見た子どもの問題 藤土圭三・秋山幹男・中丸澄子・小早川久美子編著 地域に生きる心理臨床 北大路書房 235-243
- 秋山幹男 2003 両親の実父母との似より感と家族間の性格のかかわり方 —女子学生とその両親について— 日本心理学会第67回大会発表論文集 60
- 秋山幹男 2003 成人における実父母との似より感—女子学生をもつ母親と父親について— 広島文教女子大学紀要 38 165-182
- 秋山幹男 2004 空からくるエネルギーとは何か 広島文教女子大学心理教育相談センター年報 11 69-80
- 秋山幹男 2004 親子の似より感と結びつき—家族イメージ法を用いた分析— 広島文教女子大学紀要 39 119-137
- バーン, E.・南博訳 1967 人生ゲーム入門 河出書房新社 (Berne, E. 1964 Games people play Grove Press)
- デュセイ, J.M. 新里里春訳 1980 エゴグラム 創元社 (Dusay, J.M. 1977 Egograms: How I see you and you see me Harper & Row, Pub. Inc.)
- 伊藤隆二 1989 こころの時代の教育 慶應通信
- 伊藤隆二 1998 「こころの教育」とカウンセリング 大日本図書
- 伊藤隆二 2003 問主観カウンセリング—「どう生きるか」を主題に— 駿河台出版社
- 池見西次郎 1963 心療内科 中央公論社
- 池見西次郎 1968 自己分析 講談社
- 池見西次郎 1973 続・心療内科 中央公論社
- 池見西次郎・杉田峰康 1974 セルフ・コントロール—交流分析の実際— 創元社
- 池見西次郎・杉田峰康・新里里春 1979 続セルフ・コントロール—交流分析の日本的展開— 創元社
- 神谷恵美子 1966 生きがいについて みすず書房
- 神谷恵美子東京研究会 2006 神谷恵美子の生きがいの育て方 PHP 研究所
- 鎌田 實 2000 がんばらない 集英社
- 丸山幹子 1994 女子青年の自己受容に関する一研究 —交流分析との関係から— (卒業論文・未発表)
- 宮原安春 1997 神谷美恵子聖なる声 講談社
- ミンデル, A.・高岡よし子・伊藤雄二郎訳 1996 プロセス指向心理学 春秋社 (Mindell, A. 1985 River's Way Viking-Penguin-Arkana)
- 岡野守也 2000 トランスパーソナル心理学 青土社
- 杉田峰康 1976 人生ドラマの自己分析—交流分析の実際— 創元社
- 杉田峰康 1985 講座サイコセラピー 第8巻 交流分析 日本文化科学社

- 臼井吉見 1986 自分をつくる 筑摩書房
 内山興正 1990 御いのち抄 柏樹社
 内山興正 2004 自己—ある禅僧の心の遍歴— 大法輪閣 (自己—宗派でない宗教— 1965 柏樹社の復刻)
 和田重正 1984 もう一つの人生観 地湧社
 ヴィーダマン, F. 1986 / 高野雅司訳 1999 魂のプロセス—自己実現と自己超越を結ぶもの— コスモス・ライブラリー (Wiedemann, F. 1986 Between two worlds Theosophical Pub. House)
 ウイルバー, K. 吉福伸逸訳 1986 無境界—自己成長のセラピー論— 平河出版社 (Wilber, K. 1979 No boundary Shambhala Pub. Inc.)
 ウイルバー, K. 大野純一訳 1996 万物の歴史 春秋社 (Wilber, Ken 1996 A brief history of everything Shambhala Pub. Inc.)
 ウイルバー, K. 吉福伸逸・プラブッダ・菅靖彦訳 1997 アートマンプロジェクト—精神発達のトランスパーソナル理論— 春秋社 (Wilber, K. 1980 The Atman project The Theosophical Pub. House)
 山本周五郎 1965 さぶ 新潮社

資 料

資料1.

杉田(1985)の表7エゴグラム・チェック・リスト(中高生用)は、CP, NP, A, FC, ACごとに10項目がまとめられている。これを、次のように並べ替えて調査項目の配列をした。

- (1) あなたは、何ごともキチッとしないと気がすまない方ですか。
- (2) 人から道を聞かれたら、親切に教えてあげますか。
- (3) あなたは、いろいろな本をよく読む方ですか。
- (4) あなたは、おしゃれが好きの方ですか。
- (5) あなたは、人の顔色を見て、行動をとるようなくせがありますか。
- (6) 人が間違ったことをしたとき、なかなか許せませんか。
- (7) 友達や年下の子どもをほめることがよくありますか。
- (8) 何かうまくいかなくても、あまりカッとなりませんか。
- (9) みんなと騒いだり、はしゃいだりするのが好きですか。
- (10) イヤなことをイヤと言わずに、押さえてしまうことが多いですか。
- (11) 自分を責任感の強い人間だと思いますか。
- (12) 他人の世話をするのが好きですか。
- (13) 何か決めるとき、いろいろな人の意見をきいて参考にしますか。
- (14) 「わあ」「すごい」「かわいい！」などの感嘆詞をよく使いますか。
- (15) あなたは、劣等感が強い方ですか。
- (16) 自分の考えをゆずらないで、最後まで押し通しますか。
- (17) 人のわるいところよりも、よいところを見るようにしますか。
- (18) 初めてのことをする場合、よく調べてからしますか。
- (19) あなたは、言いたいことを遠慮なく言うことができますか。
- (20) 何か頼まれると、すぐやらないで引き延ばすくせがありますか。
- (21) あなたは、礼儀、作法について厳しいしつけを受けましたか。
- (22) がっかりしている人がいたら、なぐさめたり、元気づけてやりますか。
- (23) 何かをする場合、自分にとって損か得かよく考えますか。
- (24) うれしいときや悲しいときに、顔や動作に自由に表すことができますか。
- (25) いつも無理をして、人からよく思われようと努めていますか。

以下、5つ単位で各項目が繰り返され、計50項目で構成されている。

- CP : (1), (6), (11), (16), (21), (26), (31), (36), (41), (46)
 NP : (2), (7), (12), (17), (22), (27), (32), (37), (42), (47)
 A : (3), (8), (13), (18), (23), (28), (33), (38), (43), (48)
 FC : (4), (9), (14), (19), (24), (29), (34), (39), (44), (49)
 AC : (5), (10), (15), (20), (25), (30), (35), (40), (45), (50)

交流分析における自我状態について

出典：講座 サイコセラピー 8 交流分析 p. 38-39 表7 を修正して使用した。
日本文化科学社より上記 25 項目の掲載許可を戴く。

資料 2.

- F1. 内向性 (12 項目)：**しょげやすい 臆病な 感傷的な (オセンチな) 意志の弱い 甘えた ロマンチックな 行動力のある (－) 他人を気にする 指導力のある (－) スケールの大きな (－) 内気 服従的な
- F2. 自己顕示性 (9 項目)：**利己的・自己中心的な 支配欲の強い 強がり うぬぼれの強い わがままな ひねくれた 頑固な 虚栄心の強い 粗暴な
- F3. 誠実性 (14 項目)：**礼儀正しい ねばり強い 几帳面な ひたむきな ものを深く考える 包容力のある 正義感の強い 献身的な 親切的な やさしい なげやりなところのある (－) 無責任な (－) あきっぱい (－) 調和のとれた
- F4. 明朗性 (7 項目)：**明るい ユーモアのある 友人の多い さっぱりした 冒険好きな 未来に大きな希望をもつ 孤独な (－)
- その他 (6 項目)：**しつと深い 不安定な 神経質な (線の細い) 疑い深い (不信の) (毎日の生活に) 生きがいを感じる 素直な

—平成 18 年 10 月 20 日 受理—