

大学生における自己嫌悪感に 影響を及ぼす要因

安藤ゼミ 15460201 中西菜緒

目次

第1章 序論

第1節 問題関心

第2節 先行研究

第3節 研究の目的

第2章 予備調査(質問紙)

第1節 予備調査における研究目的

第2節 仮説

第3節 方法

第4節 結果

第5節 考察

第3章 本調査(質問紙)

第1節 目的

第2節 仮説

第3節 方法

第4節 結果

第5節 考察

第4章 全体的考察

第1節 大学生における自己嫌悪感

第2節 本研究の課題

はじめに

○自己嫌悪感とは「自分が、自分で、今の自分がいやだと感じること(佐藤, 1994)」である

⇒自己嫌悪感は、嫌だと感じる主体と感じる対象が同じ感情である

○自己嫌悪感は大学生へと成長するにしたがってそれを感じる要因が分化し(佐藤, 1994)、大学生でもっとも強く感じる感情である(佐藤, 2001a)

目的

○大学生における自己嫌悪感について、どのようなことが影響を与えるのか探る

○自己嫌悪感への対処行動や抑うつとの関連を調べ、自己嫌悪感が具体的にどのような感情であるのか検討する

方法

〈調査日〉

2018年7月11日

〈対象者〉

奈良女子大学の学生

〈調査方法〉

質問紙調査

〈回収率〉

176部(96%)

〈アンケート質問項目〉

I 基本属性

・学年、下宿の有無

II 生活環境に関する質問

・睡眠状況、学業状況など

III 自己嫌悪感尺度についての質問

IV 自己嫌悪感への対処行動についての質問

V 抑うつ自己評価尺度についての質問

VI 自由記述

結果① 自己嫌悪感得点との相関

○自己嫌悪感の規定因と自己嫌悪感の相関分析を行った。

⇒その結果、「学業に費やす時間が十分かどうか」と自己嫌悪感得点に負の相関がみられた。

自己嫌悪感



学業に費やす時間が十分かどうか

結果② 自己嫌悪感への対処行動

○自己嫌悪感への対処行動に関する項目について因子分析した結果、2因子が妥当であると考えた。

⇒それぞれ「改善因子」、「正当化因子」と名付けた。

○正当化因子尺度得点と、自己嫌悪感・抑うつ自己評価得点に負の相関がみられた。

正当化因子尺度



自己嫌悪感
抑うつ自己評価

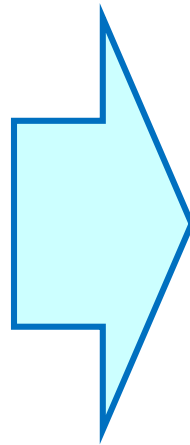
結果③ 自由記述

〈行動〉	・こうすればよかったと思うとき
〈性格〉	・変わりたいと思っているのに変わらない
〈学業〉	・テストの成績が悪い、遅刻をするなど大学での授業に集中できていないとき
〈能力〉	・他人はできているのに自分だけできないとき
〈コミュニケーション〉	・人とうまくコミュニケーションが取れないとき
〈計画性〉	・しなければならぬことを後回しにしてしまうとき
〈容姿〉	・見た目に対して嫌だと思う

考察① 自己嫌悪感に影響を与える要因

テストの成績、学業
に費やす時間が
十分かどうか
⇒学業に関する悩み

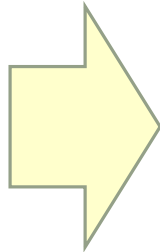
時間を理想通りに
使えたかどうか



自己嫌悪感

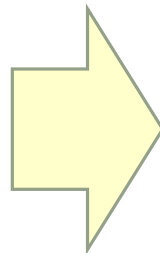
考察② 対処行動からみる自己嫌悪感

自己嫌悪感を感じたとき、「正当化しよう」と対処する



抑うつを感じる程度が低くなる
⇒しかし、正当化する行動から今の自分に満足し、成長のための行動に繋がらない可能性がある

自己嫌悪感を感じたとき、「改善しよう」と対処する



抑うつを感じる程度に影響を与えない
⇒しかし、改善しようとする行動から自分を成長させることに繋がる可能性がある

引用・参考文献

- 佐藤有耕（1994）． 青年期における自己嫌悪感の発達的变化 教育心理学研究, 42(3), 10-17
- 水間玲子(1996)． 自己嫌悪感尺度の作成 教育心理学研究, 44(3), 48-54
- 佐藤有耕(2001a)． 自己嫌悪感とそれに関連する要因の変化でみた青年期から成人期への発達過程 筑波大学心理学研究 23, 133-146.
- 佐藤有耕(2001b)． 大学生の自己嫌悪感を高める自己肯定のあり方 教育心理学研究, 49(3), 347-358
- 元好理恵(2005)． 自己嫌悪感体験尺度作成の試み 大阪大学教育学年報, 10, 145-156
- 片受靖・大貫尚子(2014)． 大学生用ソーシャルサポート尺度の作成と信頼性・妥当性の検討—評価的サポートを含む多因子構造の観点から— 立正大学心理学研究年報, 5, 37-46
- 神川康子「睡眠と心身の健康」(最終閲覧日:2018年2月21日)
- <http://www.hayaoki.jp/gakumon/hokuriku.pdf>
- 島・鹿野・北村・浅井(1985)． 日本語版キャロル抑うつ自己評価尺度 松井豊編著(2001)．『心理測定尺度集Ⅲ』堀洋道監修, サイエンス社, 147-152
- 崔玉芬・久永哲雄・竹澤稔裕(2017)． 友人関係, 睡眠状況, 学業状況が大学生のメンタルヘルスに及ぼす影響—部活, 朝食摂取, 一人暮らしによる検討— 関東学園大学紀要Liberal Arts 第25集, 1-14
- 佐藤有耕(2016)． 青年期の自己嫌悪感 心理学ワールド, 74, 17-20

ご清聴ありがとうございました