

成人女性の自己制御特性と人生の満足度との関連

エゴ・レジリエンスとセルフコントロールとの関連から

○畑 潮¹・小野寺敦子²

(¹エゴレジ研究所・²目白大学大学院心理学研究科)

【目的】 エゴ・レジリエンス (以下 ER) は、「状況に応じて柔軟に自我を調整し、日常的なストレスにうまく対処し適応できる能力」と定義 (Block & Block, 1981) され、発達の各段階を通して良好な適応状況を実現するのに重要なパーソナリティであることが実証されている。ER は、エゴの柔軟な調整による対処能力を示し、満足度の遅延行動 (Funder & Block, 1989) などに現れる自己制御と概念上も強い関係がある。自己制御 (個々の行動プロセスの調整) が複数のパーソナリティの下で機能するとして Gramzow ら (2004) は、Block の理論的観点を踏まえて、ER とエゴ・コントロール (以下 EC ; 衝動、感情、欲望の表出と抑制に関して個人の有する傾向) を組合せ自己制御特性 4 タイプを導出し、個人差の検証をしている。そこで本研究では、EC に代えて類似概念であるセルフコントロール (以下 SC ; 外的強制力がない場面での自発的な自己の行動統制) を取り上げ、ER と SC の組合せから有子成人女性の自己制御特性 4 タイプを導出し、人生の満足度の違いを検証することを目的とする。

【方法】 1) 調査対象者 2018年8月にマクロミル社のモニター登録者のうち、国内在住の40~59歳の有子成人女性を対象とした。回収数は498名(平均年齢=49.44歳, SD=5.87)であった。2) 調査の内容 (1) ER89日本語版尺度 (畑・小野寺, 2013; 14項目4件法), (2) セルフコントロール尺度短縮版 (尾崎ら, 2016; 13項目4件法), (3) 人生の満足度尺度 SWLS 日本語版 (角野, 1994; 5項目4件法)。

【結果】 1) 因子分析 (1) ER は、主成分分析により14項目1成分解 ($\alpha=.87$) を確認し、成分得点を算出した。(2) SC は、最小二乗法により1因子解 ($\alpha=.85$) を確認し、因子得点を算出した。(3) 人生の満足度は、主成分分析により5項目1成分解 ($\alpha=.89$) を確認し、合成得点を算出した。2) 相関分析 ER と SC および人生の満足度の相関係数を算出した。全て01%水準で ER は、SC ($r=.18$), 満足感 ($r=.45$) と有意な正の相関があり、SC と満足度 ($r=.18$) も有意な正の相関があった。3) クラスタ分析と分散分析 ER と SC の成分・因子得点を用いたクラスタ分析 (k-means 法) で4クラスタを導いた。次に、各クラスタの特徴を明らかにするため、得られた4クラスタを独立変数、「ER」「SC」を従属変数とした分散分析を行った。その結果、「ER」「SC」とともに有意な群間差がみられた (ER : $F(3, 494) = 318.67$, SC : $F(3, 494) = 211.52$, ともに $p < .001$)。Figure 1 に各群のプロフィールを示す。LSD 法 (5%水準) による多重比較を行ったところ、「ER」については第1>第4>第3>第2, 「SC」については第3・第1>第4>第2という結果が得られた。第1クラスタは「ER」「SC」がともに正の値で、自己制御は「統制レジリエント」型とした。第2クラスタは「ER」「SC」がともに負で、自己制御は「統制不全非レジリエント」型とした。第3クラスタは「ER」が低く「SC」が高い傾向を示し、自己制御は「統制非レジリエント」型とした。第4クラスタは「ER」は高く「SC」は低い傾向を示し、自己制御は「統制不全レジリエント」型とした。ER が平均より高い自己制御の「レジリエント型」には SC の高い (統制) タイプと低い (統制不全) があり、ER が平均より低い「非レジリエント型」にも SC の高い (統制) タイプと低い (統制不全) があることが確認された。この4タイプで「人生の満足度」が異なるかどうかを検討するために、1要因の分散分析を行った。分散分析の結果、群間差は有意で

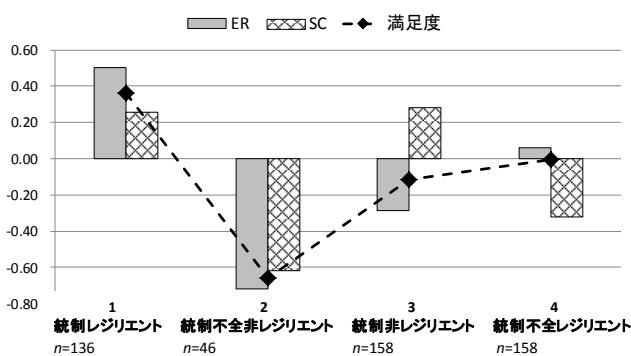


Figure 1 ER・SCによる4クラスタのプロフィール

あった ($F(3, 494) = 32.73$, $p < .001$)。Figure 1 に各群のプロフィールを示す。LSD 法 (5%水準) による多重比較を行ったところ、「人生の満足度」は統制レジリエント>統制不全レジリエント・統制非レジリエント>統制不全非レジリエントという結果が得られた。

【考察】 本研究では、Block の理論を踏まえた Gramzow ら (2004) の結果と同様の4タイプが導出された。成人女性で人生の満足度が最も高い自己制御の「統制レジリエント型」は、SC がやや抑制傾向であることが示された。