

青年期における実存的空虚の受容感と共感性, 自分らしくある感覚との関連 : 人生の意味喪失感の情緒面と認知面に着目して

浦田, 優子

(出版者 / Publisher)

法政大学大学院

(雑誌名 / Journal or Publication Title)

大学院紀要 = Bulletin of graduate studies

(巻 / Volume)

92

(開始ページ / Start Page)

162

(終了ページ / End Page)

169

(発行年 / Year)

2024-03-31

(URL)

<https://doi.org/10.15002/00030819>

青年期における実存的空虚の受容感と共感性, 自分らしくある感覚との関連 — 人生の意味喪失感の情緒面と認知面に着目して —

人間社会研究科 人間福祉専攻
博士後期課程2年 浦田 優子

【要旨】本研究は、大学生と大学院生 247 名に対する質問紙調査の結果から、実存的空虚の情緒的側面と認知的側面に着目し、青年期の実存的空虚と受容感・共感性・自分らしくある感覚との関連について検討したものである。その結果、共感する際に他者視点ではなく、自己視点によって共感を示す傾向が、実存的空虚の情緒面と認知面の両方に影響を与えていることが示唆された。とりわけ被影響性の強さと想像性が情緒的なむなしさと関係しており、実存的空虚の情緒的側面は共感性に広く関係していることが示唆された。また、孤独感や疎外感によって情緒的なむなしさが高まっていることが予想され、実存的空虚の情緒的側面に対して心理的なアプローチをする場合は、疎外感や孤独感を緩和させることが必要であるという示唆が得られた。他方で実存的空虚の認知的側面である還元主義的な考えは、他者から受容されるという体験とそれによって生じる周囲への感謝や安らぎによって変化が生じ得るという示唆が得られた。そのため、実存的空虚の認知的側面に心理的なアプローチをする際には、感謝や安らぎにつながるような受容される体験を意識することが必要であるという示唆が得られた。さらに、情緒的なむなしさと還元主義的な考えが強まるにつれ、自分らしくある感覚に乏しくなることが示唆され、とりわけむなしさという情緒的感情が自分らしくある感覚に負の影響を与えるという示唆が得られた。

問題

青年期は自分独自のアイデンティティを達成することが義務となる (Erikson, 1959. 1980 西平・中島訳 2011)。そしてアイデンティティの形成には、社会のある特定の場所に適所を見つけ、周囲の人々から承認されることが必要となる (Erikson, 1959. 1980 西平・中島訳 2011)。このような青年期には、自己を見つめる過程で自分が生きている意味を問いたり、社会の中で生きて行くうえでの生きがいについて悩むことがある。先行研究 (亀田, 2015) によって、大学生を対象に生きがい感のなさや生きる意味への問いの頻度との関連が検討され、生きる意味への問いの最中にあり問いの頻度が高い人は、生きがい感が低いと報告されている。このことから青年期に人生の意味を考えることは精神的な健康に影響を与えることが予想される。

ここで人生の意味について理論化した人物に Frankl がいる。Frankl (2010 広岡訳 2015) は、自分の人生の意味を見出そうとする努力を意味への意志という言葉で表現した。そして、この意味への意志が満たされないときに感じられる内的空虚の体験、根源的な意味喪失の感情を実存的空虚と呼んだ (Frankl, 1972 山田 (監訳) 2002)。そして、Frankl (2005 山田 (監訳) 2011) は人間をもの化し、物象化し、非人間化する傾向である還元主義によって、生活で感じる実存的空虚が助長されると指摘している。これまで生きる意味に関する実証的な研究には、Frankl の考えに基づいて考案された Purpose in Life test (PIL) を用いたものが多くある。PIL は Frankl の弟子である Crumbaugh & Maholic (1964) によって開発されたテストで、人生の意味や目的をどの程度経験しているかを測るものである。PIL を用いた日本における大学生を対象にした研究では、大学生のひきこもり傾向と人生の意味・目的意識との間に関連があることが示され (草野, 2012)、友人のサポートが直接的に抑うつ傾向を低減するとともに生きがい感を高め、高められた生きがい感が抑うつ傾向を低減する (遠藤・大石, 2015) ということが報告されている。このように PIL を用いて研究が進められている一方で、PIL には還元主義的なニヒリズムが反映されていないという問題点が指摘されている (浦田, 2013)。そのため生活上の気分として感じられるむなしさだけでなく、そのような気分を助長させる還元主義的な考え方にも注目した研究が必要だと考えられる。

さらに人生の意味に関する先行研究では、実存的空虚が対人信頼感と他者の情動や感情に対する共感性との間でおおむねネガティブな相関があること (浦田, 2013) や他者を受容する姿勢を持っている人は、意味志向的態度で生き、常に何かの課題に取り組む姿勢を持ち、自己の存在意識を持つことができている (高井, 1999) ことが示されている。このことから人生に意味を感じながら生きるには他者をどのように捉えるかが重要であると言える。とりわけ周囲からの承認が必要となる青年期には、その重要性がより高まると考えられる。加えて、ありのままの自己を生きる姿勢を持っている人は、人生を主体的に生きることができている (高井, 1999) という報告があり、人生の意味を感じながら生きて行くためには他者性のみならず、

自分らしくいられる感覚も重要であると言える。これらの研究結果から、人生の意味には他者を受け入れたり共感したりする他者性と自分らしくいられているという自己に関する感覚が重要となると考えられる。

以上の先行研究を鑑みると、人生の意味に関して実証的研究を行うには情緒的なむなしさのみならず還元主義的な考え方にも着目する必要があると考えられる。そして、青年期における人生の意味には自己の存在を受け入れられること、他者を受け入れ共感すること、自分らしくいられる感覚を得ることが重要となる。そこで本研究では青年期を対象に、実存的空虚の情緒的側面と認知的側面に着目し、それぞれが受容感、共感性、自分らしくある感覚とどのような関連があるのかを検討することとする。

目的

これまで論じてきたように、青年期は周囲からの承認が必要となる時期であり、他者を受け入れ共感すること、自己の存在を受容されること、自分らしくいられることが人生の意味と関連があると考えられる。しかしながら、共感のあり方が人生の意味へ与える影響は明らかとなっていない。そこで本研究では、実存的空虚を抱えている人たちが持つ他者の心理状態に対する反応傾向を明らかにすることを第一の目的とする。また、自己の存在を受け入れられているという感覚は人生を肯定的に生きて行くために必要となると考えられるが、このような受容感が人生の意味にどのように影響しているのかは明らかとなっていない。そこで、存在を受け入れられている感覚が実存的空虚の情緒面と認知面にどのように影響を与えるかを明らかにすることを第二の目的とする。さらに、青年期はアイデンティティを形成する時期であり、ありのままの自己を生きる姿勢を持つことは、人生を主体的に生きるために重要となる。健康的なアイデンティティを形成していくには、ありのままの自己として自分らしく生きているという感覚が必要となるだろう。しかし、むなしさや還元主義的な考え方が自分らしく生きている感覚にどのように寄与しているかは明らかとなっていない。そこで、実存的空虚がどのように自分らしくいられる感覚に影響を与えているのかを検討することを第三の目的とする。

方法

調査対象者と調査方法 調査対象者は、関東および東海地方の私立大学に通う大学生と大学院生 261 名であった。授業終了後に集団形式で調査を実施した。そのうち、分析に使用するすべての項目に回答していた 247 名（男性 71 名、女性 171 名、答えたくない 3 名；平均年齢 19.54 歳、 $SD=1.48$ ）を分析対象とした。調査時期は 2023 年 6 月であった。

質問紙の構成

本来感尺度 自分らしくある感覚を測るため伊藤・小玉（2005）の本来感尺度を用いた。本来感を「自分自身に感じる自分の中核的な本来らしさの感覚の程度」と操作的に定義し測定する尺度で、「いつも自分らしくいられる」や「いつでも揺るがない『自分』をもっている」などの 7 項目から構成される。「1. あてはまらない」から「5. あてはまる」の 5 件法にて回答を求めた。

多次元共感性尺度 共感性のあり方を調べるため鈴木・木野（2008）の多次元共感性尺度（Multidimensional Empathy Scale : MES）を用いた。他者の心理状態に対する認知と情動の反応傾向をそれぞれ他者指向性—自己指向性の視点から弁別的に測定する尺度で、24 項目からなる。尺度は「被影響性」「他者指向的反応」「想像性」「視点取得」「自己指向的反応」から構成される。「被影響性」は他者の感情や意見に影響されやすい傾向を示し、「まわりの人がそうだとすれば、自分もそうだと思ってくる」や「自分の信念や意見は、友人の意見によって左右されることはない」などの 5 項目からなる。「他者指向的反応」は他者に焦点づけられた情緒的な反応を示し、「悲しんでいる人を見ると、なぐさめてあげたい」や「悩んでいる友達がいても、その悩みを分かち合うことができない」などの 5 項目からなる。「想像性」は自己を架空の人物に投影させる傾向を表し、「面白い物語や小説を読んだ際には、話の中の出来事がもしも自分に起きたらと想像する」や「小説の中の出来事が、自分のことのように感じることはない」などの 5 項目からなる。そして「視点取得」は相手の立場からその他者を理解しようとする認知傾向を表すものであり、「自分と違う考え方の人と話しているとき、その人がどうしてそのように考えているのかをわかろうとする」や「人と対立しても、相手の立場に立つ努力をする」などの 5 項目から構成される。また「自己指向的反応」は他者の心理状態について自己に焦点づけられた情緒反応示すもので「他人の失敗する姿をみると、自分は

そうなりたくないと思う」や「苦しい立場に追い込まれた人を見ると、それが自分の身に起こったことでなくてよかったと心の中で思う」といった内容で4項目から構成されている。質問紙への回答を「1. 全く当てはまらない」から「5. とてもよくあてはまる」の5件法にて求めた。

存在受容感尺度 自分の存在が受け入れられている感覚を測定するため、高井（2001）の存在受容感尺度を用いた。他者からの受容感に焦点を当て、人間存在だけでなく、人知を超越したのものによって受容されている感覚を含めた受容感を測定する尺度で、計19項目からなる。尺度は、「他者からの受容感」「孤独感・疎外感」「超越力を意識」「感謝・安らぎ感」から構成されている。「他者からの受容感」は「私には家族や他人を問わず、ありのままの自分を受け入れてくれる人がいる」や「私には心から信頼し合える人がいる」などの6項目からなる。「孤独感・疎外感」は「私は無視されることが多いと感じている」や「私は人から拒否されることが多いと感じている」といった6項目であり、「超越力を意識」は「私は何か大きな力（神様、仏様、大自然など）によって生かされているのだと思う」や「私は何か大きな力（神様、仏様、大自然など）によって守られていると感じている」などの3項目である。そして、「感謝・安らぎ感」は「私は日常生活のささやかなことにも感謝の思いがある」や「私はいろいろな人のおかげで今までやってこれたのだと感謝している」などの4項目から構成されている。回答は「1. 全く当てはまらない」から「5. よく当てはまる」の5件法にて求めた。

実存的空虚感尺度 人生の意味喪失感を測定するため、浦田（2013）の実存的空虚感尺度（Existential Vacuum Scale: EVS）を用いた。実存的空虚の感情的側面と認知的側面に着目し、日常的に感じられる気分や感情レベルの空虚さを「実存的空虚感」因子、個人のニヒリズム的世界観に関わるものを「実存的空虚観」因子とし、計13項目からなる。「実存的空虚感」因子は「特に悩みがあるわけではないが、どこか毎日が空虚な感じがする」や「友達と笑いあっている、ふとむなし気分になることがある」といった情動的なむなしさに関する8項目であり、「実存的空虚観」因子は『人生の意味』などもとから存在しないと思う」や「今の世界があるのは、単に偶然が重なった結果にすぎないと思う」というような還元主義的な世界観に関する5項目である。「1. 当てはまらない」から「5. 当てはまる」の5件法にて回答を求めた。得点が高いほど、実存的空虚を強く感じているとなるように得点化した。

倫理的配慮

本研究は、法政大学に設置された研究倫理委員会の承認を得て行われた（研倫 220316_2号）。

結果

はじめに各尺度の平均値と標準偏差をTable1に示した。次に実存的空虚、自分らしくある感覚や共感性、存在を受容されている感覚との関連を見るために、それぞれを測定する尺度を用いて、それぞれの因子におけるピアソンの相関係数を算出し、Table2に示した。

Table1 各尺度の平均と標準偏差 (N=247)

	実存的空虚感		多次元共感性						存在受容感			
	実存的空虚感	実存的空虚観	本来感	被影響性	他者指向的反応	想像性	視点取得	自己指向的反応	他者からの受容感	孤独感・疎外感	超越力を意識	感謝・安らぎ感
平均	2.95	3.16	3.17	3.26	3.88	3.76	3.71	3.73	4.07	1.96	2.07	3.88
標準偏差	1.05	0.89	0.70	0.86	0.73	0.81	0.76	0.57	0.95	0.80	1.16	0.82

Table2 実存的空虚尺度と各尺度との相関分析結果 (N=247)

	本来感	多次元共感性						存在受容感			
		被影響性	他者指向的反応	想像性	視点取得	自己指向的反応	他者からの受容感	孤独感・疎外感	超越力を意識	感謝・安らぎ感	
実存的空虚	実存的空虚感	-.45**	.14*	-.21**	.19**	-.10	.20**	-.44**	.52**	-.19**	-.37**
	実存的空虚観	-.29**	-.07	-.34**	.02	-.10	.18**	-.39**	.32**	-.19**	-.39**

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

実存的空虚感を抱いている人の共感性に関する特徴

実存的空虚を抱いている人の共感性について検討した。その結果、Table2に見るように、「実存的空虚感」と「被影響性」との間に弱い正の相関、「他者指向的反応」との間に中程度の負の相関、「想像性」「自己指向的反応」との間に中程度

の正の相関が示された。また、「実存的空虚観」と「他者指向的反応」との間では中程度の負の相関、「自己指向的反応」との間では中程度の正の相関が示された。

次に、共感の仕方が実存的空虚に与える影響を検討するために、重回帰分析（強制投入法）を用いて検討した。多次元共感性尺度の下位尺度を独立変数、実存的空虚尺度の「実存的空虚感」因子を従属変数として重回帰分析を行った結果をTable3に示した。その結果、有意な回帰式が得られ（ $F(5, 246)=8.332$ ）， $p<.001$ ），決定係数は0.147（調整済み $R^2=0.130$ ）であった。「被影響性」「他者指向的反応」「想像性」「自己指向的反応」の標準偏回帰係数が有意であったことから、これら4変数が「実存的空虚感」に関係していると示唆された。

Table3 共感性から実存的空虚感を予測した結果

従属変数：実存的空虚感	偏回帰係数			Bの95%CI	
	非標準化 (B)	β	t (241)	下限	上限
定数	2.065***		3.309	.836	3.294
被影響性	.173*	.142*	2.290	.024	.323
他者指向的反応	-.364***	-2.53***	-3.868	-.549	-.178
想像性	.282***	.219***	3.570	.126	.437
視点取得	-.072	-.052	-.826	-.244	.100
自己指向的反応	.252*	.137*	2.240	.030	.473
R^2 （調整済み R^2 ）.147（.130）					
$F(5, 246)=8.332$ ***					

*** $p<.001$ ，* $p<.05$

また従属変数を「実存的空虚観」因子に変更し重回帰分析を行った結果をTable4に示した。その結果、有意な回帰式が得られ（ $F(5, 246)=8.193$ ）， $p<.001$ ），決定係数は0.145（調整済み $R^2=0.128$ ）であった。「他者指向的反応」と「自己指向的反応」が有意となり、「実存的空虚感観」は「他者指向的反応」から負の影響を受け、「自己指向的反応」から正の影響を受けていることが示唆された。

Table4 共感性から実存的空虚観を予測した結果

従属変数：実存的空虚観	回帰係数			Bの95%CI	
	非標準化 (B)	β	t (241)	下限	上限
定数	3.736***		7.057	2.693	4.778
被影響性	-.036	-.035	-.562	-.163	.090
他者指向的反応	-.405***	-.333***	-5.080	-.562	-.248
想像性	.081	.074	1.209	-.051	.213
視点取得	-.010	-.009	-.135	-.156	.136
自己指向的反応	.225*	.144*	2.361	.037	.423
R^2 （調整済み R^2 ）.145（.128）					
$F(5, 246)=8.193$ ***					

*** $p<.001$ ，* $p<.05$

存在受容感と実存的空虚との関連

他者からの受容感と実存的空虚との関連を検討した。相関分析の結果から、「実存的空虚感」と「実存的空虚観」の両側面において「他者からの受容感」「超越力を意識」「感謝・安らぎ感」との間で負の中程度の相関が示され、「孤独感・疎外

感」との間では正の中程度の相関が示された (Table2)。

また、どのような受容感が実存的空虚に影響を与えるのかを検討するために、重回帰分析 (強制投入法) を行った。存在受容感尺度の下位尺度を独立変数、実存的空虚尺度の「実存的空虚感」因子を従属変数として重回帰分析を行った結果を Table5 に示した。その結果、有意な回帰式が得られ ($F(4, 246)=27.157$), $p<.001$), 決定係数は 0.310 (調整済み $R^2=0.298$) であり、「孤独感・疎外感」のみ標準偏回帰係数が有意であった。このことから「孤独感・疎外感」が情緒的なむなしさに影響を与える可能性が考えられる。

Table5 存在受容感から実存的空虚感を予測した結果

従属変数：実存的空虚感	偏回帰係数			Bの95%CI	
	非標準化 (B)	β	t (242)	下限	上限
定数	3.256***		7.000***	2.34	4.172
他者からの受容感	-.143	-.130	-1.762	-.302	.017
孤独感・疎外感	.503***	.382***	5.771	.331	.675
超越力を意識	-.060	-.066	-1.158	-.162	.042
感謝・安らぎ感	-.151	-.118	-1.739	-.322	.020
R^2 (調整済み R^2) .310 (.298)					
$F=(4, 246)=27.157$ ***					

*** $p<.001$

加えて従属変数を「実存的空虚観」因子として重回帰分析を行った結果を Table6 に示した。Table6 にあるようにその結果、有意な回帰式が得られ ($F(4, 246)=15.584$), $p<.001$), 決定係数は 0.205 (調整済み $R^2=0.192$) であった。「他者からの受容感」と「感謝・安らぎ感」で標準回帰係数が有意となったため、還元主義的な考えによる実存的空虚にはこれら2つの変数が影響していると示唆された。

Table6 存在受容感から実存的空虚観を予測した結果

従属変数：実存的空虚観	回帰係数			Bの95%CI	
	非標準化 (B)	β	t (242)	下限	上限
定数	4.606***		10.891***	3.773	5.439
他者からの受容感	-.166*	-.179*	-2.261	-.311	-.021
孤独感・疎外感	.131	.117	1.650	-.025	.287
超越力を意識	-.039	-.051	-.835	-.132	.053
感謝・安らぎ感	-.244**	-.225**	-3.094	-.400	-.089
R^2 (調整済み R^2) .205 (.192)					
$F(4, 246)=15.584$ ***					

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

実存的空虚と自分らしくある感覚との関連

実存的空虚と自己意識との関連を検討するために、実存的空虚と自分らしくある感覚との関連を検討した。その結果、Table2に見るように、「実存的空虚感」「実存的空虚観」とともに「本来感」との間で負の中程度の相関が示された。

ここで実存的空虚が自分らしくある感覚へ与える影響を検討するために、「本来感」を従属変数とし、「実存的空虚感」と「実存的空虚観」を独立変数として重回帰分析 (強制投入法) を行った (Table7)。その結果、有意な回帰式が得られ ($F(2, 246)=30.943$), $p<.001$), 決定係数は 0.202 (調整済み $R^2=0.196$) であった。「実存的空虚感」のみ標準偏回帰係数が有意と

なったことから、「実存的空虚感」が自分らしくある感覚へ負の影響を与えていることが示唆された。

Table7 実存的空虚から本来感を予測した結果

従属変数：本来感	偏回帰係数			Bの95%CI	
	非標準化 (B)	β	t (244)	下限	上限
定数	4.136***		27.013	3.834	4.437
実存的空虚感	-.276***	-.412***	-5.959	-.367	-.184
実存的空虚観	-.049	-.062	-8.94	-.156	.059
R^2 (調整済み R^2) .202 (.196)					
$F(2, 246)=30.943$ ***					

*** $p < .001$

考察

本研究では青年期を対象に、実存的空虚の情緒的側面と認知的側面に着目し、それぞれが共感性、受容感、自分らしくある感覚とどのような関連があるのかを検討した。

実存的空虚感を抱いている人の共感性に関する特徴

実存的空虚を抱いている人の共感性について検討した。その結果、実存的空虚の情緒的側面と認知的側面の両方において、それぞれの側面が強まることで相手の立場に立って他者を理解しようとする傾向が弱まり、他者に焦点付けられた情緒的な反応に乏しくなるということが示唆された。つまり、むなしさを強く感じたり、還元主義的な考え方を強く持っていたりするときには、相手の立場からその人を理解することが難しくなり、他者の失敗などの他者の心理状態について「自分はそうなりたくない」というような自分に焦点をあてた反応をしやすくなっていると言える。加えて情緒的なむなしさが強まる場合には、他者の感情や意見に影響されやすい傾向がやや強くなり、自己を架空の人物に投影させる傾向が強まるということが示唆された。つまり、むなしさを強く感じるときは他者の影響を受けやすくなっており、物語や小説などの架空の人物に自分を投影させるような想像性が高まっていると言える。このことから、実存的空虚の情緒的側面である情緒的なむなしさは共感性に広く関係していると考えられる。そして実存的空虚を強く抱く人の場合、共感する際に他者視点ではなく自己視点になる傾向があることがうかがえる。

さらに共感性の仕方が実存的空虚へ与える影響を検討した。その結果、他者からの影響されやすさと自己に焦点を当てた共感の仕方が、情緒的なむなしさにやや影響を与えていることが示唆された。さらに、情緒的なむなしさには自己を架空の人物に投影させる傾向が強く正の影響を与え、他者に焦点を当てた共感の仕方は強く負の影響を与えていることが示唆された。そして還元主義的な考えには、自己に焦点を当てた共感のあり方が影響し、他者に焦点を当てた共感のあり方が負の影響を与えていることが示唆された。このことから実存的空虚を抱いている人たちは共感性に乏しいというよりも、特徴的な共感の仕方をしていることがうかがえる。

上記に示したことから、共感する際に他者視点ではなく、自己視点によって共感を示す傾向が実存的空虚の情緒面と認知面の両方に影響を与えていると考えられる。そのため実存的空虚の緩和には自己視点から他者視点へ転換させるような心理的な働きかけが重要であると考えられる。さらに、小説や物語といった架空の人物に自己を投影させる想像性と他者に影響されやすい傾向が情緒的なむなしさに影響を与えていると考えられる。このことから実存的空虚の情緒面を強く感じる人々へは想像性と被影響性の高さを踏まえた心理的な支援が必要と考えられる。

存在受容感と実存的空虚との関連

受容感と実存的空虚との関連を検討した。その結果、情緒的なむなしさと還元主義的な考えが強くなると「他者からの受容感」「超越力を意識」「感謝・安らぎ感」を感じにくくなり、「孤独感・疎外感」を強く感じるようになることが示唆された。つまり、むなしさを抱くにつれ、家族といった具体的な人物だけでなく超越的な存在から守られているという感覚も薄れ、

孤独感を強く感じるようになり、周囲への感謝や生活への安らぎを感じにくくなると言える。そして還元主義的な考え方を強くすることも先と同様に、超越的な存在を含めた他者から守られている感覚を薄れさせ、孤独感と疎外感を高め、周囲への感謝を抱きづらくなると言える。

また、受容感が実存的空虚に与える影響を検討した結果、情緒的なむなしさには「疎外感・孤独感」が影響し、還元主義的な考えには「他者からの受容感」と「感謝・安らぎ感」が影響していることが示唆された。このことから、孤独感や疎外感によって情緒的なむなしさが高まっていることが予想される。また、他者から受け入れられているという感覚や周囲に対する感謝が還元主義的な考え方に影響を与えていることから、他者から受容されるという体験とそれによって生じる周囲への感謝や安らぎが、物事に対する還元主義的な見方に変化を生じさせる可能性があると考えられる。したがって、情緒的なむなしさによって人生の意味喪失感を抱く人には、疎外感や孤独感を緩和させる心理的アプローチが必要であると考えられる。他方で、ニヒリズム的な思考によって人生の意味喪失感を抱く人には、他者から受容されているという感覚を持てるようにし、その感覚が周囲へ感謝や安らぎにつながるような心理的アプローチが必要であると考えられる。

実存的空虚と自分らしくある感覚との関連

実存的空虚と自分らしくある感覚との関連を検討した。その結果、情緒的なむなしさと還元主義的な考えが強まるにつれ、自分らしくある感覚に乏しくなることが示唆された。このことから、実存的空虚の情緒的側面と認知的側面の両方が自分らしくある感覚と関連があり、実存的空虚が高まることによって、自分らしくいられているという感覚が乏しくなると考えられる。さらに実存的空虚が自分らしくある感覚への影響を検討した結果、実存的空虚の情緒的側面である情緒的なむなしさが自分らしくある感覚へ負の影響を与えているという示唆が得られた。このことから、とりわけむなしさという情緒的感情を抱くことが青年期に自分らしくいるという感覚を持つことに影響を与える可能性が考えられる。そのため青年期に自分らしくいられているという感覚を持てるようにするためには、情緒的なむなしさに対する心理的なアプローチが必要であると考えられる。そして、アイデンティティを形成していく青年期に、実存的空虚に対する心理的なアプローチをすることで精神的な健康を促進させる可能性があると考えられる。

本研究の限界

最後に本研究の展望と限界を述べる。本研究で得られた知見は、青年期に抱く実存的空虚に関する今後の研究に寄与すると考えられる。とくに実存的空虚の情緒面と認知面の両方において自己視点から他者視点への転換を促すような心理的支援が重要となるという示唆が得られた。その上でとりわけ実存的空虚の情緒面を強く感じる人たちへは被影響性の高さと自己投影の傾向を踏まえた心理的な支援が必要と考えられる。また、むなしさを強く抱く場合は疎外感や孤独感を和らげ、ニヒリズム的な考えを強く持つ場合は周囲への感謝や安らぎを感じられるようなアプローチが必要である可能性が考えられる。これらの知見は青年期に人生の意味喪失に悩む人たちへの心理的な支援へ寄与するといえるだろう。しかしながら、本研究は実存的空虚の全体像を明らかにしたものではない。人生の意味喪失を抱く場面は一つに限定されることはなく、さまざまな要因が互いに関連し合いながら、少しずつ人生の悩みを克服していくプロセスを展開させていると考えられる。この点に関して、インタビュー調査による質的研究も視野に入れ、どのような事柄が人生の悩みを解決へ導いていくのかを明らかにしていく必要があり、実存的空虚を抱いた後どのようなプロセスを経ることで人間的な成熟へとつながっていくのか、そのプロセスを検討することが望まれる。

引用文献

- Crumbaugh, J. C., & Maholic, L. T. (1964). An experimental study in existentialism: The psychometric approach to Frankl's concept of noogenic neurosis. *Journal of Clinical Psychology*, 20, 200-207.
- 遠藤 伸太郎・大石 和男 (2015) . 大学生における抑うつ傾向の効果的な低減に向けた検討——友人のサポートと生きがい感の観点から—— パーソナリティ研究, 24 (2), 102-111.
- Erikson, E. H. (1959, 1980) *Identity and the Life Cycle*. International Universities Press, W.W. Norton & Company. (エリクソン, E.H. 西平 直・中島 由恵 (訳) (2011). *アイデンティティとライフサイクル* 誠信書房)
- Frankl, V. E. (1972). *Der Wille zum Sinn*. München: R. Piper GmbH & Co. KG. (フランクル, V. E. 山田 邦男 (監訳) 今井 伸和・高根 雅啓・岡本 哲雄・松田 美佳・雨宮 徹 (共訳) (2002). *意味への意志* 春秋社)
- Frankl, V. E. (2005). *Ärztliche seelsorge: Grundlagen der logotherapie und existenzanalyse*. Wien: Deuticke Im Zsolnay Verlag. (フランクル, V. E. 山田 邦男 (監訳) 岡本 哲雄・雨宮 徹・今井 伸和 (訳) (2011). *人間とは何か——実存的療法——* 春秋社)
- Frankl, V. E. (2010). *The feeling of meaninglessness: A challenge to psychotherapy and philosophy*. Milwaukee: Marquette University Press. (フランクル, V. E. 広岡 義之 (訳) (2015) . *虚無感について——心理学と哲学への挑戦——* 青土社)

- 伊藤 正哉・小玉 正博 (2005). 自分らしくある感覚 (本来感) と自尊感情が well-being に及ぼす影響の検討 教育心理学研究, 53(1), 74-85
- 亀田 研 (2015). 青年期における生きる意味への問い 経験尺度の作成——生きがい感, 性格特性, アイデンティティの感覚との関連から—— 青年心理学研究, 26(2), 147-157
- 草野 智洋 (2012). 大学生におけるひきこもり傾向と人生の意味・目的意識との関連 カウンセリング研究, 45(1), 11-19
- 鈴木 有美・木野 和代 (2008). 多次元共感性尺度 (MES) の作成—自己指向・他者指向の弁別に焦点を当てて 教育心理学研究, 56, 487-497
- 高井 範子 (1999). 対人関係性の視点による生き方態度の発達の研究 教育心理学研究, 47, 317-327
- 高井 範子 (2001). 他者からの受容感と生き方態度に関する研究——存在受容感尺度による検討—— 大阪大学教育学年報, 6, 245-254
- 浦田 悠 (2013). 人生の意味の心理学——実存的な問いを生むところ—— 京都大学学術出版会