

自己愛的要求を断れない心理的要因の検討

川原 誠司・菊地 智美

宇都宮大学共同教育学部教育実践紀要 第8号 別刷

2021年8月31日

自己愛的要求を断れない心理的要因の検討[†]

川原 誠司*・菊地 智美**

宇都宮大学共同教育学部*

栃木県庁**

本論文は、大学生を対象に日常生活での他者からの自己愛的要求場面においてどの程度断るか（断れないか）を質問し、それに関わる心理的要因、その結果起きる精神的不健康について質問し、関連性を検討するものである。自己愛的要求を断れないということが「評価過敏」や「不満の抑圧」といった心理的要因と関連していることが示され、また精神的不健康においては「自己嫌悪」に関連していることが示された。

良い人と思われたい（悪い人と見られたくない）という思いが断れないことに強く影響し、しかし、相手の一方向的な要求を引き受けたことによる自己嫌悪も起きるということで、断れない人の不安定な心理状況が浮き彫りになった。本研究の結果は、様々な対人的職業場面にも援用可能だと思われる。

キーワード：自己愛的要求、評価過敏、不満の抑圧

1. 問題と目的

(1) 日常生活で遭遇する他者からの自己愛的要求

対人場面や接客場面などで仕事する人が、相手からの一方向的自己利益のみの要求に晒されることは多い。本研究ではそのようなことを「自己愛的要求」と呼び、相手からのその要求を満たしてもwin-winの状態にはなりにくいものとする。

対人場面や接客場面と述べたが、例えば飲食店などをはじめとした接客業、学校や病院等の対人援助職のような仕事場所などでは「サービス（援助）される側」と「サービス（援助）する側」との問題としてしばしば耳にすることである。しかし、そのような職業的場面だけでなく、会社での職場関係や日常の近所づきあいや学校での友だち関係などの中でもこのようなことが起きている。

例えば、学校という場面1つとっても、「モンスターペアレント」というような保護者とのやりとり

における問題（尾木、2008）、子ども同士でのいじめにおける加害者側の一方向的無理難題といったことにとどまらず、教師においても部活指導や学級指導における生徒への一方向的な命令、同僚教員間のハラスメントやいじめの問題など多岐にわたる。

一方向的な要求という場面を考えたときに、「要求する側」と「要求される側」の両面を考えなければならない。このことは要求される側も悪いという意味では決していない。ただ、要求される側がどのような状況に置かれるかを冷静に考えておかないと、要求に対して効果的な対処ができないからである。

(2) 自己愛的要求をする側の内面

まずは要求する側が心の中に抱える心的状態を考える。まず何よりも、自分の叶えたい欲求があり、しかし、そのための正当な努力を自ら行うことをせず、他者を利用することで叶えようとする。そこには他者の利益はあまり想定されず、仮に他者へ迷惑がかかる状態になったとしても、自分の欲求を満たすことが何よりも優先されている。

DSM-5の自己愛性パーソナリティ障害の診断基準（American Psychiatric Association, 2013）の中に「自分の目的達成のために他者を利用する」「他者の気持ちや欲求や都合を理解しようとしなくていいものがあるが、自己愛的要求をする際にはそ

[†] Seishi KAWAHARA*, Tomomi KIKUCHI**:
A study on psychological factors that cannot be declined narcissistic request

Keywords: narcissistic request, hypersensitivity to evaluation, repression of dissatisfaction

* Cooperative Faculty of Education, Utsunomiya University

** Tochigi Prefectural Office

(連絡先: kawahara@cc.utsunomiya-u.ac.jp)

これらの要素が発露している。そして危険なのは、相手がその欲求を満たしてくれることにより、その自己愛性がさらに増幅してしまうことである。

(3) 自己愛的要求をされる側の内面—なぜ断れないのか—

前節で述べたような自己愛的要求を行う側の論理からすれば、要求された側は何ら義務があるわけでもないし利点があるわけでもない。ただ断ればよいということになる。しかし、実際には引き受けてしまうことが多い。相手からの自己愛的要求に対し、嫌な思いを抱えながらそれを受け入れ、そして受け入れた本人は満足することはなく疲弊してしまう。

なぜ引き受けるのか、つまり断らないのか。それは断ることによって生じるリスクに対しての懸念や恐れがあると考えられる。それは当然相手側が自分自身について与えてくる懸念である。

一つは相手が不機嫌になることを自分が受け入れられないという点である。相手の勝手な要求ではあるが、それを断ることによって相手が不機嫌になり、その様子を自分に向けてくることを避けたいという思いである。相手を不快にさせたくない思いが強いと、要求を受け入れてしまうということである。

また、断ることによって親切でないといった評価をされることを極度に嫌がるという点である。聞き入れないことで、要求する側が自分に向けて良くない評価の言葉を投げかけてくることによって、自分が傷つくことを避けたいということである。

さらに、断ることで何か報復が来るのではないかといった恐れを抱いてしまうという点である。要求する側が対人的な影響力があったり、伝播力があつたりしたときに、断ることで自分に関する否定的な情報を勝手に流されることで不利な立場に置かれたりすることを避けたいということである。

これらによって、本来なら断りたいという思いを抑圧する可能性は高い。しかし、そのことが精神的健康を大きく損ねる可能性もある。したがって、これらの断れない心理的要因について検討し、改善策を考えていくことが重要であろう。

(4) 本研究の目的

以上のことより、本研究では大学生を対象として日常生活で比較的起きやすい相手からの自己愛的要求についての仮想場面を設定する。各々の場面にお

いてそれに対する断り度を調査する。また、要求される側としての回答者の自己愛的要求の断りに関する心理的要因を質問し、さらに経験後の精神的不健康も質問し、それらの関連性を検討する。

2. 方法

関東地方にあるX大学の学生に質問紙調査を実施し、193名（男性100名、女性93名）からの回答を得た。平均年齢は19.9歳（ $SD=1.22$ ）であった。調査時期は2018年11月上旬～11月下旬であった。回答は無記名であり、また、回答については任意であること（途中で止める等かまわないこと）を質問紙の表紙に記載し、配付時に口頭で明瞭に伝えた。

質問紙は以下のようなもので構成されていた。

(1) 自己愛的要求場面と断り度

自己愛的要求場面については、稲垣（2007）が自己愛的甘えとして想定した「屈折の甘え」「配慮の要求」「許容への過度の期待」といった下位概念を考慮しつつ、「依頼内容が引き受け可能な範囲にあること」「相手の自分勝手な依頼であること」「依頼を引き受けても何ら利益はないこと」「依頼を断ったら、相手が不機嫌な態度をとること」の要素を盛り込むようにした。

仮想の場面ではあるが、大学生の日常生活で体験できるような具体的な場面となるように検討し、「授業ノート貸与要求」「旅行計画の急な変更要求」「グループワーク肩代わり要求」「興味のないアプリ登録要求」という4つの場面を設定した。実際に提示した場面の文章はTable1のとおりである。

各場面において、断り度として6～1の6段階を設定し、6のほうに「すぐにはっきりと断るだろう（すぐに断る）」、1のほうに「すぐにすんなり引き受けるだろう（すぐに引き受ける）」と表記した以外は、残りの数字部分は等間隔に並べただけで、各回答者に評定値を相対的に把握してもらう形をとった。ただし6段階の偶数段階にしたので、「断る側」「引き受ける側」ということは意識してもらっている。

(2) 断りに影響を与える心理的要因

次の4つの下位概念で計20項目を作成した。

「自己への率直さ」については、高濱・沢崎（2013）が作成した青年用アサーション権尺度、柴橋（2004）が作成したアサーションの心理的要因尺度の下位尺

度である「率直さへの肯定感」をといたものを参考に5項目作成した。

「不満の抑圧」については、石津（2006）が作成した青年期前期用過剰適応尺度の下位尺度である「自己抑制」より2項目抜粋し、また高橋（2005）が使用した、富永（2000）が作成したストレス対処チェックリストの下位尺度である「感情抑制」より3項目を修正・加筆して、計5項目を作成した。

「スキル不安」については、柴橋（2004）が作成したアサーションの心理的要因尺度の下位尺度である「スキル不安」より3項目を修正・加筆し、またこの尺度内容を参考にして「否定的な気持ちや感情

を相手にうまく表現することが苦手である」「反対意見があったときに相手に的確に伝えられるか自信がない」の2項目を追加し、計5項目を作成した。

「評価過敏」については、菅原（1984）が作成した自意識尺度日本語版の下位尺度である「公的自意識」より2項目、小島・太田・菅原（2003）が作成した賞賛獲得欲求・拒否回避欲求尺度の下位尺度である「拒否回避欲求」より2項目を修正・加筆して作成した。また、石津（2006）が作成した過剰適応尺度の下位尺度である「人から良く思われたい欲求」より1項目を修正・加筆して作成し、計5項目を作成した。

Table1 本研究で使用した自己愛的要求場面

【授業ノート貸与要求場面】

あなたは同じ授業を受けている知人Aから、テストの3日前にノートを貸してほしいと依頼されました。そのテストは持ち込みありのテストで、テストを受けるにあたりノートが必要となります。知人Aは授業を休むことが多く、授業中もスマートフォンをいじるのを見かけるなど、授業態度がよくありません。明日にはノートを返すと言いますが、以前ノートを貸したときには返却がだいぶ遅れたので、今回も約束通りには返してもらえない可能性があります。自分の都合ばかりを優先した依頼なのですが、断るとAは不機嫌になることが予想されます。

【旅行計画の急な変更要求場面】

あなたは複数人の仲間と旅行に行く計画を立てていて、日程調整の役割を担っています。話し合いの結果だいたいの予定が決まってきた頃に、突然メンバーの知人Bから都合が悪いから日程を変更してほしいと依頼されました。知人Bは自分の都合があるからと話し合いには参加せず、「いつでもいいから」と言い、連絡もとらない状態でした。知人Bに変更してほしいと言われた候補日は、あなたの都合の悪い日でした。自分の都合ばかりを優先した依頼なのですが、断るとBは不機嫌になることが予想されます。

【グループワーク肩代わり要求場面】

あなたは授業の一環で、グループで課題に取り組むことになりました。2週間ほど前からメンバーで役割分担をして各自進めていきました。しかし発表の3日前になって、発表資料作り担当の知人Cから全くやっていないので手伝ってほしいと依頼されました。知人Cは空いた時間は遊びに出かけたり、急にアルバイトを入れたりと課題に全く手をつけていませんでした。発表資料は知人Cがこれから頑張って作れば、1人でも発表までに間に合う量です。自分の都合ばかりを優先した依頼なのですが、断るとCは不機嫌になることが予想されます。

【興味のないアプリ登録要求場面】

あなたは知人Dから自分のやっているアプリに登録しないかと強く依頼されました。登録するには連絡先を登録する必要があります。知人Dはアプリの紹介の特典がほしくて声をかけているだけで、そのアプリに登録してもらってあなたと一緒に楽しみたいからといった理由ではありません。あなたはそのアプリにはあまり興味はありません。連絡先を教えると、通知が頻繁にきたり他の登録者にも情報が流れたりする危険性があります。自分の都合ばかりを優先した依頼なのですが、断るとDは不機嫌になることが予想されます。

回答については5～1の5段階を設定し、5のほうが「とてもあてはまる」、1のほうが「全くあてはまらない」とした。

(3) 精神的不健康度

相手から(1)に提示したような自己愛的要求をされた後という条件を付けて、回答者がどのような精神的不健康状態に陥るかを質問した。

次の3つの下位概念で計15項目を作成した。

「自己嫌悪」については、水間(1996)が作成した自己嫌悪尺度より5項目を修正・加筆して作成し、計5項目とした。

「対人疲労感」については、久保(1998)が作成した日本語版バーンアウトより3項目、新名・坂田・矢富・本間(1990)が作成したストレス反応尺度より2項目を修正・加筆して作成し、計5項目を作成した。

「期待の低下」については、桜井(1989)が作成した絶望感尺度より5項目を抜粋し、将来的な絶望になるようにニュアンスを修正して作成した。抜粋した項目の中には表現がかなり強いものもあり、本研究での相応な絶望感の表現に修正した(「今後のことを考えると、楽しくないことばかりだと感じる」といったような表現へ)。計5項目を作成した。

回答については5～1の5段階を設定し、5のほうが「とてもあてはまる」、1のほうが「全くあてはまらない」とした。

3. 結果

(1) 自己愛的要求場面ごとの断り度

断り度について4つの自己愛的要求場面の平均値と標準偏差を算出したところ、断り度の高い順に「興味のないアプリ登録要求場面(以下、アプリ場面と略記)」が $M=5.04$ ($SD=1.18$)、「旅行計画の急な変更要求場面(以下、旅行場面と略記)」が $M=4.47$ ($SD=1.12$)、「授業ノート貸与要求場面(以下、ノート場面と略記)」が $M=4.01$ ($SD=1.29$)、「グループワーク肩代わり要求場面(以下、グループワーク場面)」が $M=3.87$ ($SD=1.45$)となった。

断る度が最も低かったグループワーク場面でもやや断る側のほうに平均値が示されており、全体的に断るほうの回答が多いと感じられる。仮想場面でもあり、実際の生々しい場面に接しているよりは頭の中での判断で回答できているという面もあるかもし

れない。しかし、このような仮想のみの場面においても、断り度が最も高い「アプリ」場面でも断らない側の1～3の評定値に14%が回答しており、一定の断れない群が存在し、断りにくさを抱える人がいることがうかがえる。

(2) 断りに影響を与える心理的要因の尺度構成、項目の平均値と標準偏差

計20項目を探索的因子分析(主因子法・バリマックス回転)したところ、心理的要因は最初に想定した理論的分類に合致したものであったが、項目数については因子負荷量の検討から多少の減となった。最終的にTable2のようにまとめられた。

第1因子は当初の「スキル不安」に関する4項目がまとまった。第2因子は当初の「評価過敏」に関する4項目、第3因子は当初の「自己への率直さ」に関する4項目、第4因子は当初の「不満の抑圧」に関する3項目となった。内的一貫性の α 係数も一定の高さの数値を示したので、各々を心理的要因の尺度として設定する。各因子に含まれる項目の素得点合計を項目数で除したものを後の分析に用いる。

項目ごとの平均値を見てみると、第2因子の「評価過敏」の項目が相対的に高いことが特筆される。5段階評定の中でほとんど3.50を超えており、高得点の傾向にある。つまり、断ることによって相手から悪く言われ、その結果自らの評価が下がるということをかなり気にしていることがうかがえる。

その一方で、第3因子の「自己への率直さ」の項目で3.50に近いものや3.50を超えているものがあり、自らの気持ちを大事にする傾向もある。結果として個々人の中でどちらの要素を重視するかによって要求を断るか否かが決まってくると思われる。

(3) 精神的不健康度の尺度構成

計15項目を探索的因子分析(主因子法・バリマックス回転)したところ、精神的不健康度も最初に想定した解釈どの通りとなったが、項目数については因子負荷量の検討から多少の増減が見られた。最終的にTable3のようにまとめられた。

第1因子は、当初の「自己嫌悪」の5項目に加え、「期待の低下」で用意した「物事がうまくいかない状態がずっと続いてしまうと感じる」の1項目が同因子に含まれる結果となった。物事がうまくいかないというのが、うまくいかない自分の様子に注目さ

Table2 「心理的要因」の因子分析結果, 平均値, 標準偏差

	F1	F2	F3	F4	M	SD
<第1因子; スキル不安 $\alpha=.87$ >						
6. 自分の考えを言おうとしても, どう言ったらうまくいくのかわからなくて困る。	.81	.21	.10	.17	3.10	1.15
13. 自分の気持ちを友人に伝えようとしても具体的にうまく言えない。	.76	.22	-.04	.25	2.74	1.03
11. 反対意見があったときに相手に確に伝えられる自信がない。	.67	.21	-.19	.29	3.11	1.08
18. いやなことがあっても, その場で適切な言葉が浮かばない。	.63	.24	-.05	.27	3.03	1.01
<第2因子; 評価過敏 $\alpha=.86$ >						
14. 周囲から「いい人(良い人)」と見られたいと思う。	.14	.80	-.01	.07	3.83	0.96
20. 周囲の人に, 自分の印象を悪くしないように気づかう。	.15	.78	-.08	.31	3.56	1.01
2. 他者から自分に向けられた評価をととても意識してしまう。	.23	.70	-.06	.07	3.87	0.99
17. 相手に異なる意見を言うとき, 相手から嫌われないか気になる。	.29	.69	-.20	.12	3.45	1.08
<第3因子; 自己への率直さ $\alpha=.76$ >						
16. 自分の気持ちや考えをととても大切に行動している。	-.17	.02	.76	.10	3.45	0.89
15. 自分が納得できないときには, その旨を相手に伝える。	-.01	-.12	.71	-.15	3.31	0.84
12. 他人の意見と違っても, 自分の意見を大事にして振る舞う。	-.15	-.09	.66	.05	3.16	0.90
1. 責任をもち, 正当な理由があれば, 自分の気持ちや考えを優先して動く。	.03	-.04	.53	.03	3.75	0.85
<第4因子; 不満の抑圧 $\alpha=.77$ >						
10. つらいことがあってもそれを自分の心の中にしまい込む。	.24	.15	-.00	.82	3.12	1.06
19. 不満や怒りをため込んでしまう。	.33	.24	-.08	.62	3.11	1.12
8. 苦しんだり悩んだりしても, その気持ちを全く見せないようにと気をつかう。	.20	.08	.11	.57	2.95	0.99
因子寄与	2.52	2.51	1.90	1.79	(寄与率 58.1%)	

れ, その部分への否定的感情が反映したのではと推測する。第2因子は当初の「対人疲労感」の4項目, 第3因子は当初の「期待の低下」の3項目がまとま

た。内的一貫性の α 係数も高かったため, それぞれを心理的要因の尺度として設定する。各因子に含まれる項目の素得点合計を項目数で除したものを後の

Table 3 「精神的不健康度」の因子分析結果, 平均値, 標準偏差

	F1	F2	F3	M	SD
<第1因子; 自己嫌悪 $\alpha=.91$ >					
9. 自分自身を腹立たしく思うことがある。	.85	.18	.17	2.74	1.22
5. 自分自身が全くダメだと思うことがある。	.81	.17	.15	2.72	1.22
1. 自分自身にうんざりすることがある。	.79	.10	.09	2.89	1.19
4. 自分自身をきらいになることがある。	.78	.17	.16	2.79	1.23
10. 自分自身がみじめになることがある。	.70	.27	.36	2.69	1.16
2. 物事がうまくいかない状態がずっと続いてしまうと感じる。	.57	.27	.25	2.95	1.09
<第2因子; 対人疲労感 $\alpha=.88$ >					
7. 周囲の人と, 何も話したくなくなってしまう。	.23	.88	.20	2.41	1.16
8. 他人に会うのがいやで, わずらわしく感じられてしまう。	.11	.85	.28	2.60	1.21
3. 外に出て周りの人と会うのが嫌になってしまう。	.31	.71	.25	2.45	1.18
6. 周りにこまごまとした気配りをすることが面倒になってしまう。	.16	.59	.17	3.26	1.20
<第3因子; 期待の低下 $\alpha=.81$ >					
15. 今後のことを考えると, 楽しくないことばかりだと感じる。	.14	.31	.84	2.25	1.03
13. この先いかなる満足も得られないだろうと感じる。	.30	.20	.70	2.07	0.97
14. 他人に対して優しい気持ちになれなくなってしまう。	.21	.34	.54	2.31	0.97
因子寄与	3.76	2.85	1.97	(寄与率 66.0%)	

Table 4 各場面における断り度の群別の心理的要因の平均値と標準偏差, *t*検定の結果

自己愛的 要求場面	断り度による群分け	<i>n</i>	スキル不安		評価過敏		自己への率直さ		不満の抑圧	
			<i>M</i> (<i>SD</i>)	<i>t</i> 検定	<i>M</i> (<i>SD</i>)	<i>t</i> 検定	<i>M</i> (<i>SD</i>)	<i>t</i> 検定	<i>M</i> (<i>SD</i>)	<i>t</i> 検定
ノート場面	断れる群	125	2.94 (0.88)	<i>t</i> (191)	3.54 (0.93)	<i>t</i> (181.9)	3.41 (0.65)	<i>t</i> (191)	2.91 (0.86)	<i>t</i> (191)
	断れない群	68	3.10 (0.96)	=-1.22	3.93 (0.63)	=-3.44**	3.43 (0.69)	=-0.17	3.33 (0.84)	=-3.27**
旅行場面	断れる群	162	2.97 (0.91)	<i>t</i> (191)	3.63 (0.88)	<i>t</i> (191)	3.41 (0.65)	<i>t</i> (191)	3.02 (0.87)	<i>t</i> (191)
	断れない群	31	3.14 (0.91)	=-0.95	3.94 (0.65)	=-1.89†	3.43 (0.72)	=-0.11	3.25 (0.89)	=-1.30
グループ ワーク場面	断れる群	110	2.91 (0.89)	<i>t</i> (191)	3.60 (0.89)	<i>t</i> (191)	3.42 (0.67)	<i>t</i> (191)	2.89 (0.83)	<i>t</i> (191)
	断れない群	83	3.11 (0.92)	=-1.56	3.77 (0.80)	=-1.34	3.41 (0.66)	=0.17	3.28 (0.89)	=-3.11**
アプリ場面	断れる群	166	2.97 (0.94)	<i>t</i> (43.2)	3.63 (0.85)	<i>t</i> (191)	3.43 (0.67)	<i>t</i> (191)	3.00 (0.85)	<i>t</i> (191)
	断れない群	27	3.18 (0.69)	=-1.39	3.99 (0.81)	=-2.06*	3.30 (0.64)	=1.01	3.46 (0.92)	=-2.57*

** $p < .01$ * $p < .05$ † $p < .10$

分析に用いる。

項目ごとの平均値を見てみると、極めて高い数値は見られず、それほど不健康状態にはならないと多くの回答者が判断している様子がかがえる。第3因子の「期待の低下」については、2.50を割り込

んでいる項目が全てである。ただし一部には非常に不安定になる人もいるということであり、そのような人が自己愛的要求をされたときには精神的な不健康につながりやすいであろう。

Table 5 各場面における断り度の群別の精神的不健康度の平均値と標準偏差, *t*検定の結果

自己愛的 要求場面	断り度による群分け	<i>n</i>	自己嫌悪		対人疲労感		期待の低下	
			<i>M</i> (<i>SD</i>)	<i>t</i> 検定	<i>M</i> (<i>SD</i>)	<i>t</i> 検定	<i>M</i> (<i>SD</i>)	<i>t</i> 検定
ノート場面	断れる群	125	2.68 (1.07)	<i>t</i> (174.8)	2.64 (1.04)	<i>t</i> (191)	2.26 (0.88)	<i>t</i> (191)
	断れない群	68	3.00 (0.78)	=-2.39*	2.76 (0.99)	=-0.76	2.12 (0.77)	=1.15
旅行場面	断れる群	162	2.73 (1.00)	<i>t</i> (191)	2.64 (0.99)	<i>t</i> (38.7)	2.21 (0.84)	<i>t</i> (191)
	断れない群	31	3.16 (0.84)	=-2.23*	2.91 (1.16)	=-1.23	2.22 (0.86)	=-0.02
グループ ワーク場面	断れる群	110	2.79 (1.07)	<i>t</i> (189.5)	2.65 (1.00)	<i>t</i> (191)	2.24 (0.88)	<i>t</i> (191)
	断れない群	83	2.80 (0.88)	=-0.06	2.72 (1.06)	=-0.49	2.18 (0.79)	=0.51
アプリ場面	断れる群	166	2.70 (0.96)	<i>t</i> (191)	2.63 (1.10)	<i>t</i> (191)	2.18 (0.83)	<i>t</i> (191)
	断れない群	27	3.41 (0.94)	=-3.60***	2.97 (1.13)	=-1.60	2.43 (0.91)	=-1.47

*** $p < .001$ * $p < .05$

(4) 心理的要因と場面ごとの断り度との関連

各場面の断り度については量的変数として測定したが、(1)で示したように断り度の分布は偏りが見られ、そのまま積率相関係数を算出するのは難しいと考えた。そこで4以上の断り度の評定をした回答者を「断れる群」、3以下の評定をした回答者を「断れない群」として2群に分け、2群の心理的要因の得点の平均値差の有意性 ($p < .05$) を t 検定で行うこととした。これによって心理的要因が断り度に与える影響を検討する。

Table4に結果を示した。4つの心理的要因の中で「不満の抑圧」と「評価過敏」にのみ有意な群の差が見られた。「不満の抑圧」については「旅行」場面を除く3つの場面で「断れない群」>「断れる群」という結果となった。やはり、断れないときに自分の思いを強く我慢していることがうかがえ、特に断り度の高いアプリ場面において断れない群では3.46と極めて高い抑圧の数値となっている。

また、「評価過敏」においては、「グループワーク」場面を除く3つの場面で「断れない群」>「断れる群」という結果となった（「旅行」場面は $p < .10$ の有意傾向）。評価過敏については(2)で述べたように全体的に数値が高いが、その中でも断れない群についてはほぼ4.00に近い数値があるなど、極めて評価を気にしている様子が見て取れる。

(5) 場面ごとの断り度と精神的不健康度との関連

前項のように断り度を2群に分け、精神的不健康度の得点の平均値差の有意性 ($p < .05$) を t 検定で行った。これによって断り度のありかたが精神的不健康に与える影響を検討する。

Table5に結果を示した。3つの精神的不健康度の中で、「自己嫌悪」のみ「グループワーク」場面を除く3つの場面で「断れない群」>「断れる群」という結果となった。特に、アプリ場面での断れない群の自己嫌悪度は高く、心理的要因と合わせると、「本当は断りたいのに、悪く言われると嫌だから我慢して引き受けただけど、やはりそういうことはしたくなくて強い自己嫌悪に陥る」といった傾向になることがうかがえる。

他でも、断れない群のほうが相対的に平均値が高くなっている箇所はあるが、標準偏差が大きいために t 検定で有意になりにくかったと思われる。

4. 考察

(1) 自己愛的要求に対して留意すべき心理的要因

自己愛的要求の断り度に関連する心理的要因として、「不満の抑圧」や「評価過敏」ということが見られた。これらの心理的要因は、自己愛的要求がなされた際に十分留意すべきことといえる。

「不満の抑圧」をしてしまうと「我慢して引き受けてしまう」ことが多くなり、それが結果的に悪影響になる危険性を孕んでいる。自己愛的要求は一方向的な強さを持つがゆえに「自分さえ我慢すれば」という結論を導く人が引き受けやすいことが分かる。もちろんそれは納得して我慢するわけではなく、「これ以上うるさくならないように」とか「またいろいろ言われぬように」とかという思いであることは言うまでもない。

しかし、このことは要求する側にとっては成功体験になるので、再び同じ要求を出してくることになる。そしてそのことが要求される側にはさらなる我慢を強いる危険性が生じる。

また、「評価過敏」になり自分を悪く言われたくないという思いが強くなると、「文句を言われぬために引き受けて」しまい、それが悪影響になる危険性がある。

以上のことを考えると、俗に言う「人の良い人」「良い人と思われたい人」といった要素がうかがえる。より強く言えば「“悪い”人と思われたくない、言われたくない」ということである。スキル不安との関係が見られなかったのは、断り方が分からないわけではないことを示唆する。それよりは自分に関する評価に過敏な様子が見える。

(2) 断れないことの精神的健康への影響

精神的不健康に関しては「自己嫌悪」のみが有意な結果が出ていた。要求を受け入れてしまった自身にマイナスの思いを抱くということである。要求自体は相手の自己愛的なもので自分を責める筋合いのものではないのだが、要求を断れなかったことでそういう自分を責めてしまうことになる。

このことから、断ったほうがよいことは十分に分かっている様子が見える。しかし、前項の(1)にあるように、自己愛的要求をする側から「悪い」と言われぬように、良くないとは思いつつ引き受けてしまう。要求される側が恐れるのは、自分自身に対する否定的な評価（イメージ）というこ

とになるのであろう。断ったほうがよいことは分かっているが、引き受けざるを得ない、この葛藤が自己嫌悪を生じさせることになるのであろう。

(3) 現実生活や仕事場面への応用へ

今回得られた結果は、日常生活において様々な場面に考慮することができるだろう。

例えば、大学生活のあらゆる場面で対人関係のトラブルがあり得るが、今回のような一方的な要求によって心理的に疲弊している場合がある。アプリ場面と関連するが、金銭等が絡む強引な勧誘といったことも大学内では起きる。「儲かる」などの別の要素で引き受けてしまうことがあるが、そのような中でも「断れない」という心理的要因は依然と大きいように思われる。どのような人がトラブルに巻き込まれるかを考えたときに、本研究のように断ることで自己イメージの低下を恐れている人は注意しておく必要がある。

また、本稿の冒頭の問題と目的でも触れたが、対人場面や接客場面などでも一方的場面は多々見られる。教育場面でのモンスターペアレントと言われるような状況を見ていると、保護者からの要求に「断れない」という教師の姿も垣間見られる。要求された教師が疲弊していくのは今回の研究からすると「良い教師と思われたい」という保護者等の評価を気にすることは想像に難くない。しかし、引き受けてしまったことによって自分自身が自分に否定的な思いを持つという恐れがある。このあたりの「人のよさ」に関する正当な精神的管理を職業教育としてどのようにするかが大事になると思われる。

引用文献

American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders*. (高橋 三郎・大野 裕 (監訳) 染矢 俊幸・神庭 重信・尾崎 紀夫・三村 将・村井 俊哉 (訳) (2014). DSM-5 精神疾患の分類と診断の手引 医学書院)

稲垣 実果 (2007). 自己愛的甘え尺度の作成に関する研究 パーソナリティ研究, 16, 13-24.

石津 憲一郎 (2006). 過剰適応尺度作成の試み 日本カウンセリング学会第39回大会発表論文集, 137.

小島 弥生・太田 恵子・菅原 健介 (2003). 賞賛獲

得欲求・拒否回避欲求尺度作成の試み 性格心理学研究, 11, 86-98.

久保 真人 (1998). ストレスとバーンアウトとの関係 ——バーンアウトはストレスか?—— 産業・組織心理学研究, 12, 5-15.

水間 玲子 (1996). 自己嫌悪感尺度の作成 教育心理学研究, 44, 296-302.

新名 理恵・坂田 成輝・矢富 直美・本間 昭 (1990). 心理的ストレス反応尺度の開発 心身医学, 30, 29-38.

尾木 直樹 (2008). アンケート調査報告「モンスターペアレント」の実相 法政大学キャリアデザイン学部紀要, 5, 99-113.

桜井 茂男 (1989). 児童の絶望感と原因帰属との関係 心理学研究, 60, 304-311.

柴橋 祐子 (2004). 青年期の友人関係における「自己表明」と「他者表明を望む気持ち」の心理的要因 教育心理学研究, 52, 12-23.

菅原 健介 (1984). 自意識尺度 (self-consciousness scale) 日本語版作成の試み 心理学研究, 55, 184-188.

高濱 怜美・沢崎 達夫 (2013). 非主張性尺度と青年用アサーション権尺度の作成 目白大学心理学研究, 9, 65-75.

高橋 恵子 (2005). 大学生の生活習慣とストレスに関する心理学的検討 人間福祉研究, 8, 189-200.

富永 典子 (2000). 子どものストレス対処チェックリスト 兵庫教育大学修士論文 (未公開)

付記

本稿は、第2筆者が第1筆者の指導の下に作成した卒業論文の調査を基にしている。第2筆者の了承を得て、本稿の題名や構成、文章記述等については第1筆者の責任において全て再構成し、第2筆者と協議した上で完成し、投稿資格の都合もあり第1筆者を責任発表者とした。本稿の概要については、日本心理学会第82回大会において発表した。

令和3年4月1日 受理

**A study on psychological factors that cannot be declined
narcissistic request**

Seishi KAWAHARA, Tomomi KIKUCHI