女子大学生の自己受容を測定する(4）：自伝的記憶との関連

メタデータ	言語: jpn
	出版者:
	公開日: 2021-07-28
	キーワード (Ja):
	キーワード (En):
	作成者: 川上, 正浩
	メールアドレス:
	所属:
URL	https://osaka-shoin.repo.nii.ac.jp/records/4548

女子大学生の自己受容を測定する（4）

－自伝的記憶との関連－

川上　正浩
臨床心理学専攻教授

要約
川上（2017，2018，2019）は，女子大学生を対象に複数の自己受容尺度を統合し，“弱みのある自分の受け容れ”，“強みのある自分の受け容れ”，“リセット希求のなさ”，“自己価値の肯定”，“自律性の受け容れ”，“対処能力への自信”の 6 因子に対応する下位尺度を構成する全 17 項目からなるコンパクトな自己受容尺度（SACCS: Self Acceptance Compact and Comprehensive Scale）を提案している。本研究では，自己受容の涵養と，記憶想起における傾向との間に関連が認められるとの仮説を立て，この自己受容尺度と自伝的記憶想起課題における想起傾向との関係について吟味した。その結果，SACCS 下位尺度において，弱みのある自分の受け容れと自伝的記憶の想起におけるネガティブな記憶の想起との間に関連が認められた。すなわち，弱みのある自分の受け容れが高い女子大学生は，ネガティブな自伝的記憶の想起数が少ない傾向が示された。

キーワード：女子大学生，自己受容，自伝的記憶

Ⅰ　問題と目的

自己受容は心理臨床において重要な概念の一つであり（春日，2015），心理的健康の一指標にも数えられている（板津，1995）。川上（2017，2018）は，自己受容を，「良い面も悪い面も含めて，自己のありのままを受け容れ，自己を信頼していること，またそうしようとしていること」としたうえで，「弱みのある自分の受け容れ」「強みのある自分の受け容れ」「リセット希求のなさ」「自己価値の肯定」「自律性の受け容れ」「対処能力への自信」の 6 因子からなる，包括的な自己受容尺度 SACCS（Self Acceptance Compact and Comprehensive Scale）を提案し，大学生の自己受容の測定を目指した。

自己受容が，どのような個人的特性によって支えられているのか，これまでにも検討がなされてきた。たとえば，板津（1995）は，「自己受容性や他者受容性は，自己や他者を感情的にどのように捉えているかをつかもうとしている。これらに対して，自己認知や自己知覚，他者認知や他者知覚などは，自己や他者への認知的接近法と考えられている」（p. 1）としたうえで，個人の，比較的単純な知覚情報処理における特性が，自己受容性とどのように関連しているのかについて検討を行なっている。その結果，自己受容尺度 SASSV（板津，1989，1993）において「情緒不安定」でなく，「自信・自己信頼」が高い個人で，ロッドフレームテストにおける物理的垂直と視覚的垂直とのずれが小さいことが示された。

また，高野ら（2012）は，自己に注意を向けやすい性格特性である自己注目（坂本，1997）に着目し，これと自己受容との関係について検討を行なった。彼らは，Trapnell & Campbell（1999）の理論に基づき，私的自己意識を自己反芻（self－rumination）と自己内省（self－reflection）に分け，それぞれの自己注目と自己受容との関係を

吟味した。自己反芻とは，ネガティブで慢性的な自己注目であり，自己内省は，自己への知的好奇心によって動機づけられた自己注目である。重回帰分析の結果，自己反芻の傾向が高い個人は，生き方，性格，身体といったそれぞれの自己の側面をネガティブに捉え，受け容れることができないのに対し，自己内省の傾向が高い個人は，こうした自己の諸側面を肯定的に捉え，受け容れることができると示された。

SACCS を用いて自己受容を測定した川上（2019）の研究では，仮想的有能感（速水ら，2004）および自己愛的脆弱性（上地・宮下，2009）と SACCS 下位尺度との関連について吟味がなされた。この結果，仮想的有能感に関しては，強みのある自分を受け容れることは，必ずしも仮想的有能感につながるものではないことが示される一方で，仮想的有能感を持つことが，リセット希求を持つことや，自己価値を肯定できないことと関連していることが示された。また自己愛的脆弱性に関しては，自己顕示を不自然に抑制する傾向，および，他者からの承認や賞賛に過敏でそれが得られないと傷つく傾向については，自己受容が低いほど高くなることが示され，不安や抑うつを自分で調節する力が弱く他者にその緩和を期待する傾向についても，概ね自己受容が低いほど高くなることが示された。一方で，自分の強みについて，それを認識し，受け容れているかどうかと自己愛的脆弱性との間には関連が認められなかった。

自己概念が自己受容に影響を及ぼす過程を明らかにしようと，理想自己と現実自己との差異と自己受容との関係を検討した新井（2001）は，理想自己と現実自己との差異が，不合理な信念を媒介にして，自己受容に影響していることを示した。すなわち，理想自己と現実自己の差異増大による自己受容の低下は，論理的必然性のない前提，事実に基づかない前提である（国分，1980）不合理な信念が高いほど顕著であることが，重回帰分析の結果から明らかとなった。このことから新井（2001）は，自己受容という適応状態を作り出すために，理想自己や現実自己といった自己概念や，不合理な信念へのアプローチが自己受容を高めることにとって重要であることを指摘している。

さらに牧・坂井（2009）は，理想自己と現実自己との差異を，個人がどのように「認知」しているかに着目し，理想自己と現実自己とのギャップに対して，「落ち込む」か「気にしない」か「頑張れる」か，という 3 つの選択肢を設定し，調査対象者をこの「認知」により分類した。その結果，理想自己と現実自己とのギャップそのものの高群と低群との間に，自己受容の有意差が認められる一方で，ギャップに対する認知によって「頑張れる」群で自己受容が最も高く，次いで「気にしない」群，「落ち込む」群の順に自己受容が低くなることが示された。

以上のように，個人を特徴づける態度や特性と，自己受容との関連についての吟味がなされてきた。そうした中では，自己概念と自己受容の間には，一定の関連性が認められている。

一方で，こうした自己概念に関わる記憶として，自伝的記憶（autobiographical memory）に関する研究が進められてきた。人が，生活の中で経験した，様々な出来事に関する記憶の総体を自伝的記憶と呼ぶ。自伝的記憶は，一般には「個人が人生において経験したエピソードの記憶」（Baddeley, 1997；Conway，1990）と定義される。しかし，佐藤（1998）も指摘しているように，自伝的記憶は，本人が「経験した」として想起しているエピソードであり，どこまでが実際に経験された内容で，どこからが虚記憶（false memory）であるのかについては，区別が不可能である。したがって，佐藤（1998）が定義しているように，過去の自己に関わる情報の記憶（佐藤，1998）であると考え，論を進める。

自伝的記憶は個人的経験の蓄積であり，それによって自己概念が形成される，とした Conway（1990）を踏まえ，神谷・伊藤（2000）は，自伝的記憶はパーソナリティを解明するための有益な知見を提供するだろう，としている。一方で，たとえば Wilhelm et al.（1997）の研究では，強迫性障害の患者は，健常者に比べて，特定の自伝的

記憶を検索することに困難を覚えることを示している。また，これまでの抑うつに関する研究結果から，抑うつ者が，自伝的記憶の想起に関して，ネガティブな側面を想起しやすいことも論じられている（田上，2017）。本研究において扱う自己受容はパーソナリティではないし，自己受容が低いことが，直接強迫性障害や抑うつにつながるわけではないが，自己に対する態度としての自己受容と自伝的記憶とが関連する可能性は高い。

Klein, & Loftus（1993）は，Tulving（1983）の，エピソード記憶，意味記憶の分類にしたがい，自己についてのエピソード記憶を自伝的記憶，自己についての意味記憶を自己概念（self-concept）とした。エピソード記憶と意味記憶との関係において，エピソード記憶が抽象化され，意味記憶に「昇華」されると考えるならば，自己概念は，自伝的記憶が抽象化され，「昇華」されることによって，形成されると考えられる。さらに，こうして形成された自己概念に対する受容が自己受容であると考えるならば，両者の間に一定の関係が認められると想定することができる。

自伝的記憶研究においては，想起されたそのエピソードが，本人にとって，ポジティブであったか，ネガティブであったか，が取り上げられることが多い（伊藤，2000；神谷，1994，2002；高田，2003；齋藤，1993；齋藤ら，1991；上原，2017；山本，2008；山本・野村，2010）。齋藤（1994）は，小学5年生，中学2年生，高校1年生，大学1年生，40歳代，50歳代，60〜84歳，の7つの調査対象者集団で自伝的記憶想起課題を実施した。その結果，どの年齢層の調査対象者集団においても，想起される自伝的記憶に随伴する感情の比率（快：不快：その他）は，5：3：2，あるいは6：3：1で安定していることが示された。齋藤（1994）はこれを「記憶のホメオスターシス」あるいは，感情比率の安定化傾向と呼んでいる。

また，髙橋・松野（2015，2017）は，自伝的記憶を想起させる課題を用いた調査において，ポジティブな感情を伴った経験を想起することによって，現在の充足感がもたらされたり，ポジティブに意味づけられる出来事を想起することによって，調査対象者が自己受容感を高めようとしたりした可能性を指摘している。このように過去のエピソードとしての自伝的記憶を想起することを通して，現在の自己受容が影響を受けると想定した研究も認められる。こうしたことからも，自己受容の高低と，自伝的記憶の想起過程は関連していると想定される。本研究では，自伝的記憶想起課題において，想起されるエピソードの感情価が，自己受容とどのように関連しているのかについて検討を行う。

自伝的記憶があくまでも自発的に想起されたものである以上，自伝的記憶と自己受容との関連については，双方向的なものであると考えるべきであろう。すなわち，髙橋・松野（2015，2017）が示したように，過去のエピソードである自伝的記憶そのもの，あるいはその想起の積み重ねによって，現在の自己受容が規定される可能性がある一方で，現在の自己受容の高低によって，想起される自伝的記憶としてのエピソードそのものが影響を受けることも十分に考えられる。さらには，個人が有する情報処理のバイアスそのものが，自己受容と自伝的記憶想起の双方に影響を与えている可能性も考えられる。

いずれにしても，こうしたことから，自己受容の高低と，自伝的記憶想起における個人の特性との関連について吟味することは有意義な試みであると考えられる。特に，想起されるエピソードの感情価を吟味し，ポジティブな自伝的記憶を想起する，あるいは，過去の経験について，ポジティブなものを想起しやすい傾向性，また，ネガティブな自伝的記憶を想起する，あるいは，過去の経験について，ネガティブなものを想起しやすい傾向性が，自己受容と関連を示すのかについて検討することは，自己受容に迫るための有効な手段であると考えられる。本研究における研究仮説としては，ポジティブな自伝的記憶を想起しやすい傾向性は，高い自己受容と関連し，ネガティブな自伝的記憶を想起しやすい傾向性は，逆に，低い自己受容と関連することが予想される。先述のよう

に，これらの因果関係については複数の方向性が想定されるが，まずは，これらにいわゆる相関関係が認められるのかについて明らかにしたい。

以上より，本研究では，川上（2018，2019）による自己受容尺度（SACCS: Self Acceptance Compact and Comprehensive Scale）と自伝的記憶想起課題とを同一の調査対象者に実施し，それらの関連について吟味することを目的とする。

Ⅱ　方法

調査時期

調査は 2016 年 5 月から 6 月に実施された。

調査対象者

大阪樟蔭女子大学に所属する大学生 24 名（平均年齢 19.5 歳，SD＝0.58）が調査に参加した。

質問紙の構成

複数の自己受容尺度（藤原・菅原，2010，櫻井，2013，藤川・大本，2015，森下・三原，2015，笹川，2015）を組み合わせ，59 項目からなる自己受容測定尺度（5 件法）が作成された。

自伝的記憶想起課題

自伝的記憶を想起してもらう課題については，「生まれてから高校の終わりまで」の期間に起こった出来事を想起してもらい，それぞれの出来事が，自分にとって，ポジティブな出来事，ネガティブな出来事，ニュートラルな出来事であるかの区別を行うものであった。

手続き

本研究では，調査対象者から自己受容に関する質問紙調査と自伝的課題の両方のデータを取得することが企図された。このため，2016 年度春期に開講された心理学系講義，「認知心理学」内の異なる授業日に，それぞれの課題が約 1 ヶ月の間隔を空けて実施された。

質問紙調査は，講義時間中に担当教員が質問紙を配布し，調査対象者は集団で質問紙調査に参加した。調査対象者には個人のペースでこれらに回答することが求められた。回答所要時間は約 15 分であった。

自伝的課題についても講義時間中に実施された。調査対象者は，「生まれてから高校の終わりまで」の期間に起こった出来事（エピソード）を，どんなことでも良いので，思いつくままに一マスに一項目，記述することが求められた。この際，プライベートな情報であることも踏まえて，本人がその出来事であると認識できるレベルの情報のみを記載すれば良いことも併せて伝えられた。調査対象者は，100 項目分のマスが描かれた質問用紙に，20 分の時間内に，思いつく限りの出来事を記述した。出来事の記述が終わった後，調査対象者には，それぞれの出来事が，自分にとって，ポジティブな出来事（1）であるか，ネガティブな出来事（2）であるか，ニュートラルな出来事（3）であるかの区別を行い，それらに応じて，1，2，3 の数字を，出来事を記入するマスの隣に描かれたマスに記入することが求められた。すべての課題遂行時間は 40 分以内であった。

なお，相関係数については，Cohen（1992）に倣い，$|r|$＝.10 を効果量小，$|r|$＝.30 を効果量中，$|r|$＝.50 を効果量大と判断した。

Ⅲ　結果と考察

質問紙に記載された項目のうち，川上（2017，2018，2019）の分析結果に基づき，「弱みのある自分の受け容れ」，「強みのある自分の受け容れ」，「リセット希求のなさ」，「自己価値の肯定」，「自律性の受け容れ」，「対処能力への自信」の 6 つの下位尺度（合計 17 項目）に対応する，自己受容尺度（表 1），SACCS が構成され，分析に用いられた。

SACCS の 6 つの下位尺度得点（弱みのある自分の受け容れ得点，強みのある自分の受け容れ得点，リセット希求のなさ得点，自己価値の肯定得点，自律性の受け容れ得点，対処能力への自信得点）を個人ごとに該当項目に対する評定点の平均値によって算出した。これらの得点の平均値および標準偏差を表 2 に示した。また，SACCS の下位尺度間相関について表 3 に示した。

SACCS の下位尺度間では，得点は相互に効果量中から大の正の相関を示した。これらの相関係

表 1　SACCS 下位尺度および使用項目

下位尺度	項目
弱みのある自分の受け容れ	現在の自分を受けいれている
	自分の弱いところも自分の一部として認めることができる
	私は平凡かもしれないがそんな自分を好きだと思える
強みのある自分の受け容れ	私は自分の長所がわからない（逆転）
	自分の優れている部分を受けいれている
	私には人に誇るものが何もない（逆転）
リセット希求のなさ	私は自分とは違うだれか別の人になりたい（逆転）
	「今とは違う自分だったらなぁ」と思う（逆転）
	これまでの人生をやり直したい（逆転）
自己価値の肯定	私は生きていても仕方がない（逆転）
	私は生きる価値のない人間である（逆転）
	私は生まれてこない方がよかった（逆転）
自律性の受け容れ	私は自分のことは自分で解決する
	私は困難にぶつかってもそれを克服できる
	私は自分で決めたことには責任をもつ
対処能力への自信	私は将来何が起ころうと自分なりにやっていける
	将来何か問題が起こったとしても，何とか対処していけるという自信がある

数に関しては，川上（2019）と整合的であったが，全体的に川上（2019）と比べて数値が高い傾向であった。

自伝的記憶想起課題については，想起されたエピソードの数を，調査対象者ごとにカウントした。この個数，すなわち想起されたエピソードの総数を TotalN とする。さらに，これらのエピソードについて，ポジティブなもの，ネガティブなもの，ニュートラルなもの，に分類した上で，それぞれの数をカウントした。これらをそれぞれ PosN，NegN，NeutN とした。そのうえで，個人内の PosN，NegN，NeutN それぞれが，個人の TotalN に占める割合を算出し，これを PosP，NegP，NeutP とした。以上を個人の自伝的記憶のスコアとし，これらの得点の平均値および標準偏差を表 4 に示した。さらに，これら相互の相関係数を算出し，表 5 に示した。本研究においても，感情比率の安定化傾向（齋藤，1994）は認められ，ポジティブなエピソードが 54%，ネガティブなエピソードが 32%，ニュートラルなエピソードが 14%となっている。

感情価の比率のデータに関しては，PosP と NegP との間に効果量大の負の相関（$r=-.770$，$p<.01$）が認められ，PosP と NeutP（$r=-.370$，$p<.10$），NegP と NeutP（$r=-.308$，*n.s.*）の間で認められる効果量中の負の相関と比べても極めて高いことが注目される。今回のデータでは，調査対象者数の少なさもあり，NegP と NeutP との相関に関しては，効果量中ではあるが，有意にはならなかった。

最後に，SACCS の下位尺度と，自伝的記憶想起課題におけるスコアとの相関係数を算出し，これを表 6 に示した。TotalN は，弱みのある自分の受け容れ得点のみと，10%水準で有意な負の相関（$r=-.356$）を示し，弱みのある自分の受け容れ得点が低いほど，想起されるエピソードの数が多い傾向が示された。また，PosN は，SACCS のいずれの下位尺度とも有意な相関が認められな

表 2　SACCS 下位尺度の平均値および標準偏差（Max＝5.00）

尺度	平均値	標準偏差
弱みのある自分の受け容れ	3.21	1.18
強みのある自分の受け容れ	3.11	1.27
リセット希求のなさ	2.68	1.28
自己価値の肯定	3.38	1.35
自律性の受け容れ	3.14	1.00
対処能力への自信	3.35	1.29

表 3　SACCS 下位尺度間の相関係数

	弱みのある自分の受け容れ	強みのある自分の受け容れ	リセット希求のなさ	自己価値の肯定	自律性の受け容れ	対処能力への自信
強みのある自分の受け容れ	.721 **	—				
リセット希求のなさ	.618 **	.641 **	—			
自己価値の肯定	.830 **	.600 **	.404 †	—		
自律性の受け容れ	.755 **	.541 **	.541 **	.653 **	—	
対処能力への自信	.760 **	.691 **	.755 **	.704 **	.693 **	—

** $p < .01$, * $p < .05$, † $p < .10$

かった一方で，NegN は，弱みのある自分の受け容れ，自己価値の肯定と，それぞれ 5 %水準（r=−.482），10%水準（r=−.371）の有意な相関を示し，それぞれの自己受容得点が低いほど，想起されるネガティブなエピソードが高いことが示された。このことは，先述の TotalN との弱みのある自分の受け容れとの相関が，ネガティブなエピソードの想起数によって影響されたものである可能性を示唆する。上記以外の SACCS の下位尺度と，自伝的記憶想起課題におけるスコアとの相関は認められなかった。

以上より，本研究で扱われた自己受容の高低と，自伝的記憶想起課題において想起されるエピソードの感情価との間には，自己受容が低い個人に，ネガティブなエピソードを多く想起する傾向が認められたが，ポジティブなエピソードの想起やニュートラルなエピソードの想起に関わる傾向性については，明確な関連が認められなかった。本研究においてもポジティブなエピソードの比率とネガティブなエピソードとの比率とに強い負の相関が認められていることからも，ネガティブなエピソードの相対的な比率が上がることは，ポジティブなエ

表 4　自伝的記憶課題スコアの平均値および標準偏差

自伝的記憶スコア	平均値	標準偏差
TotalN	44.88	21.22
PosN	25.17	15.18
NegN	14.63	9.60
NeutN	5.08	2.96
PosP	.54	0.14
NegP	.32	0.13
NeutP	.14	0.09

表 5　自伝的記憶課題の相関係数

	TotalN	PosN	NegN	NeutN	PosP	NegP	NeutP
PosN	.914 **	—					
NegN	.689 **	.360 †	—				
NeutN	.247	.250	-.158	—			
PosP	.298	.611 **	-.310	.010	—		
NegP	.071	-.285	.733 **	-.411 *	-.770 **	—	
NeutP	-.548 **	-.497 *	-.604 **	.583 **	-.370 †	-.308	—

** $p < .01$, * $p < .05$, † $p < .10$

ピソードの相対的な比率が下がることにつながる。それであるにもかかわらず，本研究においては，ネガティブなエピソードの想起と自己受容の間にのみ相関関係が認められたことは興味深い。想起されるエピソードがネガティブかポジティブか，というよりも，ネガティブなエピソードを想起するかどうか，というところに自己受容の問題が関係していると考えるべきであろう。しかし，問題と目的の部分で両者の因果関係に関して記述した通り，ネガティブなエピソードの積み重ねが，低い自己受容につながっているのか，低い自己受容を有する個人が，より多くのネガティブなエピソードを想起するのか，本研究のパラダイムでは明らかにはできない。しかし，少なくともそうした相関関係自身が存在することは，自己受容について考えていく今後の研究を進めていくに際しては有益な知見であったと言える。

先行研究において，自尊感情に基づき，調査対象者を高自尊感情群と低自尊感情群に分類した遠藤（1999）では，想起された自伝的記憶において，ポジティブ，ネガティブ，ニュートラルの感情比率には，違いが認められなかった。つまり，高自

表 6　SACCS 下位尺度と自伝的記憶課題スコアの相関係数

	TotalN	PosN	NegN	NeutN	PosP	NegP	NeutP
弱みのある自分の受け容れ	-.356 +	-.185	-.482 *	-.043	.122	-.314	.275
強みのある自分の受け容れ	.115	.112	.002	.255	.122	-.151	.053
リセット希求のなさ	-.138	-.115	-.079	-.142	.011	-.060	.071
自己価値の肯定	-.254	-.117	-.371 +	-.015	.188	-.304	.162
自律性の受け容れ	-.222	-.179	-.233	.079	-.063	-.124	.275
対処能力への自信	-.074	-.028	-.126	.020	-.004	-.142	.212

** $p < .01$, * $p < .05$, + $p < .10$

尊感情群で，ポジティブな自伝的記憶をより多く思い出す，あるいは，低自尊感情群で，ネガティブな自伝的記憶をより多く思い出す，という現象は認められなかった。ただし，この研究においては，自尊感情の調査が大学の新入生として入学した直後に行われていることから，劇的環境変化の最中で，通常状態とは異なったものである可能性が示唆されている（遠藤，1999）。このように，研究状況に依存し，様々なデータが得られる可能性は否めないが，こうした知見を積み重ねていくことで，自己受容へのアプローチができるようになっていくと期待される。

さらに，自己受容と自伝的記憶との関連について吟味していくうえでは，自伝的記憶想起における意図性についても，考慮していく必要があるだろう。自伝的記憶の想起には二つの形態があり（雨宮・関口，2006），一つは「クリスマスはどんなふうに過ごしていたの？」と尋ねられることにより，過去のエピソードを意図的に検索し，想起する場合であり，もう一つは，「クリスマスソングを耳にして，過去のクリスマスのエピソードを思い出した」という経験のように，想起しようという意図なしに，過去のエピソードが自動的に想起される場合である。後者のように想起の意図がないにもかかわらず，自伝的記憶が意識に上ってくる現象を自伝的記憶の無意図的想起（involuntary recollection of autobiographical memory）あるいは，不随意記憶（involuntary memory）と呼ぶ（雨宮・関口，2006；Salaman，1982）。

本研究で取り扱ったのは前者の意図的想起に基づく自伝的記憶であったが，自伝的記憶の意図的な想起と無意図的な想起とは，単に想起の形態が異なるというだけでなく，想起される内容やその機能，あるいは想起メカニズム自体が異なる可能性が指摘されている（神谷，2003）。たとえば，Berntsen（1998）は，日誌法に基づく無意図的な想起と，実験室における手がかりによる意図的な想起とを比較し，無意図的想起に基づく自伝的記憶は，意図的なものに比べて，より具体的で，より快の感情価をもつことを示している。さらに，実験室実験における自伝的記憶の無意図的想起を検討した雨宮・関口（2006）においては，特殊性が高いポジティブな手がかり語（刺激語）の方が，ネガティブな手がかり語（刺激語）よりも，自伝的記憶を想起させやすいことが示された。

こうしたことを考えると，自己受容と自伝的記憶の関係においては，無意図的に想起された自伝的記憶が，自己概念の形成に影響し，形成された

自己概念に対しての自己受容に影響している可能性も考えられる。この点についても，今後の検討が必要であると考える。

牧野・田上（1998）が示しているように，自己受容を高めることは，主観的幸福感を高めることにつながる。今後は，教育機関におけるアプローチや一般的な対人関係における配慮，あるいは，生き方の指針と言えるようなものも含めて，個人の自己受容をいかに高めていくのかについて着目した研究が必要となろう。

文献

雨宮有里・関口貴裕（2006）．無意図的に想起された自伝的記憶の感情価に関する実験的検討．心理学研究，**77**，351−359.

新井幸子（2001）．理想自己と現実自己の差異と不合理な信念が自己受容に及ぼす影響．心理学研究，**72**，315−321.

Baddeley, A. D.（1997）. *Human Memory: Theory and practice. revised edition.* Hove: Psychology Press.

Berntsen, D.（1998）. Voluntary and involuntary access to autobiographical memory. *Memory*, **6**, 113−141.

Cohen, J.（1992）. A power primer. *Psychological Bulletin*, **112**, 155−159.

Conway, M. A.（1990）. *Autobiographical memory: An introduction.* Buckingham: Open University Press.

遠藤由美（1999）．自伝的記憶と自己評価．総合研究所所報，**7**，43−54.

藤川順子・大本久美子（2015）．高校生の自己受容・他者受容と親との関わりの関連．大阪教育大学紀要第4部門教育科学，**64**，81−92.

藤原梢・菅原正和（2010）．理想－現実自己の齟齬と自己受容の心理学．岩手大学教育学部附属教育実践総合センター研究紀要，**9**，125−140.

速水敏彦・木野 和代・高木邦子（2004）．仮想的有能感の構成概念妥当性の検討．名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要　心理発達科学，**51**，1−8.

板津裕己（1989）．自己受容尺度短縮版（SASSV）作成の試み．応用心理学研究，**14**，59−65.

板津裕己（1993）．自己受容尺度短縮版（SASSV）作成の試み（増補改訂稿）．未公刊

板津裕己（1995）．自己受容性とものの知覚の関わりについて．駒沢社会学研究：文学部社会学科研究報告，**27**，1−24.

伊藤美加.（2000）．自己関連的情報処理における気分一致効果―自伝想起課題による検討―．心理学研究，**71**，281−288.

神谷俊次（1994）．自伝的記憶の安定性．アカデミア人文・社会科学編，**59**，119−135.

神谷俊次（2002）．自伝的記憶の想起に及ぼす感情の影響．アカデミア自然科学・保健体育編，**10**，1−15.

神谷俊次（2003）．不随意記憶の機能に関する考察―想起状況の分析を通じて―．心理学研究，**74**，444−451.

春日由美（2015）．自己受容とその測定に関する一研究．南九州大学人間発達研究，**5**，19−25.

川上正浩（2017）．女子大学生の自己受容を測定する．大阪樟蔭女子大学大学院人間科学研究科臨床心理学専攻・附属カウンセリングセンター研究紀要，**11**，27−39.

川上正浩（2018）．女子大学生の自己受容を測定する（2）．大阪樟蔭女子大学大学院人間科学研究科臨床心理学専攻・附属カウンセリングセンター研究紀要，**12**，31−39.

川上正浩（2019）．女子大学生の自己受容を測定する（3）．大阪樟蔭女子大学大学院人間科学研究科臨床心理学専攻・附属カウンセリングセンター研究紀要，**13**，25−31.

上地雄一郎・宮下一博（2009）．対人恐怖傾向の要因としての自己愛的脆弱性，自己不一致，自尊感情の関連性．パーソナリティ研究，**17**，280−291.

Klein, S. B., & Loftus, J.（1993）. The mental representation of trait and autobiographical knowledge about the self. In T. K. Srull, &

R. S. Wyer, Jr.（Eds.）, *Advances in Social Cognition. Vol. 5.* Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum, pp. 1−47.

国分康孝（1980）. カウンセリングの理論. 誠信書房.

牧郁子・坂井円香（2009）. PA084 大学生における理想自己-現実自己のギャップの認知が自己受容・対人不安に与える影響. 日本教育心理学会第 51 回総会発表論文集, 84.

牧野由美子・田上不二夫（1998）. 主観的幸福感と自己受容の関係. 心理学研究, **69**, 143−148.

森下正康・三原まどか（2015）. 親しい人との愛着関係が対人不安に与える影響：内的作業モデルと自己受容を媒介として. 発達教育学研究：京都女子大学大学院発達教育学研究科博士後期課程研究紀要, **9**, 31−42.

齋藤洋典（1993）. 自伝的記憶（1）：感情を随伴する事象の想起に及ぼす想起時期の効果. 日本教育心理学会第 35 回総会発表論文集, 182.

齋藤洋典（1994）. 自伝的記憶と感情―記憶のホメオスターシス仮説―. 日本認知科学会第 11 回大会発表論文集, 2−9.

齋藤洋典・中村信次・鬼頭孝通・藤本卓也（1991）. 自伝的記憶（Ⅰ）：連想記憶における想起事象の感情分類. 日本心理学会第 55 回大会発表論文集, 343.

坂本真士（1997）. 自己注目と抑うつの社会心理学. 東京大学出版会.

櫻井英未（2013）. 女子大学生の自己受容および他者受容と精神的健康の関係. 日本女子大学大学院人間社会研究科紀要, **19**, 125−142.

笹川果央理（2015）. 自尊感情が主観的幸福感へ及ぼす影響の検討―自己価値の随伴性から. パーソナリティ研究, **24**, 112−123.

佐藤浩一（1998）.「自伝的記憶」研究に求められる視点. 群馬大学教育学部紀要人文・社会科学編, **47**, 599−618.

高田理孝（2003）. 自伝的記憶の検索メカニズム. 都留文科大学研究紀要, **58**, 27−34.

髙橋美奈・松野隆則（2015）. 自伝的記憶の想起が感情状態・自己肯定感に及ぼす影響. 日本心理学会第 79 回大会発表論文集, 807.

髙橋美奈・松野隆則（2017）. 自伝的記憶の想起が感情状態・自己肯定感に及ぼす影響. 昭和女子大学生活心理研究所紀要, **19**, 59−69.

高野慶輔・坂本真士・丹野義彦（2012）. 機能的・非機能的自己注目と自己受容, 自己開示. パーソナリティ研究, **21**, 12−22.

Salaman, E.（1982）. A collection of moments. In U. Neisser（Ed.）, *Memory observed: Remembering in natural context.* San Francisco: Freeman, pp. 49−63.

田上恭子（2017）. 抑うつにおける記憶バイアスに特性メタ感情が及ぼす影響　～うつ病の予防・再発防止に向けて～. *Total Rehabilitation Research*, **4**, 10−24.

Trapnell, P. D., & Campbell, J. D.（1999）. Private self−consciousness and the Five−Factor Model of personality: distinguishing rumination from reflection. *Journal of Personality and Social Psychology*, **76**, 284−304.

Tulving, E.（1983）. *Elements of episodic memory.* London: Oxford University Press.

上原泉（2017）. 児童期以降の快－不快感情を伴う自伝的記憶：縦断的な事例データによる予備的検討. お茶の水女子大学人文科学研究, **13**, 135−150.

Wilhelm, S., McNally, R. J., Baer, L., & Florin, I.（1997）. Autobiographical memory in obsessive−compulsive disorder. *British Journal of Clinical Psychology*, **36**, 21−31.

山本晃輔（2008）. においによる自伝的記憶の無意図的想起の特性：プルースト現象の日誌法的検討. 認知心理学研究, **6**, 65−73.

山本晃輔・野村幸正（2010）. におい手がかりの命名, 感情喚起度, および快－不快度が自伝的記憶の想起に及ぼす影響. 認知心理学研究, **7**, 127−135.