

周囲の環境と自己肯定感の関係

A4班

1. 序論

- ・日本は先進国の中で自己肯定感が低い
- ・個人の自己肯定感の高さに差がある
- 国単位ではなく個人としても差が出てしまうのはなぜか。

→自己肯定感の高低にはどのようなことが影響しているのか

2. 材料と方法

三高の旧1、2年生139人に「自分に対して自信を持っている」「困ったときでも前向きに取り組む」などの質問22問に「とても当てはまる」「やや当てはまる」「あまり当てはまらない」「ほとんど当てはまらない」の4択のアンケートに答えていただいた。質問の内容は以下の通りである。

- ①自己肯定感の高さを調べ、得点化。(計14問、56点満点)
得点の出し方については以下のようにする。
ほとんど当てはまらない...1点
あまり当てはまらない...2点
やや当てはまる...3点
とても当てはまる...4点

②家庭面、学校面、SNS面の3つについて調べ、①と比較。(計8問)

4. まとめ

- 自己肯定感が低い人の特徴
- ・周りとの関係に執着する
- 自己肯定感が高い人の特徴
- ・親などの周囲との関係が良い
- ・他者との関わりに対して意義を見出している
- 周囲の環境に居場所があると感じていることが自己肯定感の高低に関係している

3. 結果・考察②

○家庭面...問12「自分の親から愛されている(大切にされている)と思う」
問16「家や学校に自分の悩みを相談できる人がいる」より

自分の親から愛されている(大切にされている)と思う



①自分の親から愛されていると思う	
全体の平均	38.97
あまり当てはまらない	30.91
ほとんど当てはまらない	
②家や学校に自分の悩みを相談できる人がいる	
とても当てはまる	39.84
やや当てはまる	
あまり当てはまらない	35.41
ほとんど当てはまらない	
※56点満点	

①→親との関係性は自己肯定感に関係していると考えられる。

②→自己肯定感と周囲の人間関係は関係があると考えられる。

自己肯定感が高い人

...周囲の人間関係が上手くいっており、居場所があると感じている。

3. 結果・考察①

OSNS面

先行研究を行った結果、SNSを使うことによって「他者から認められたい」という欲求が高まり、それが叶わなかった際に更なる自己肯定感の低下に繋がってしまうというデータを得た。

とても当てはまる	38.78
やや当てはまる	39.81
あまり当てはまらない	37.55
ほとんど当てはまらない	39.35

Q1. いいねやコメントの数を気にするか

→結果に法則性が見られない
→自己肯定感の高さとは関連性が低い

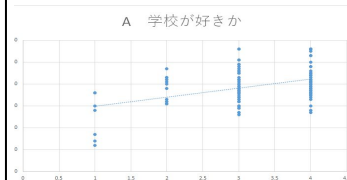
Q2. 返信を早くしなければならぬと焦ることはあるか?

→「とても当てはまる」と答えた人の自己肯定感が低い

→自己肯定感が低い人ほど周りの人との関係に執着する

とても当てはまる	35.57
やや当てはまる	38.95
あまり当てはまらない	38.61
ほとんど当てはまらない	39.38

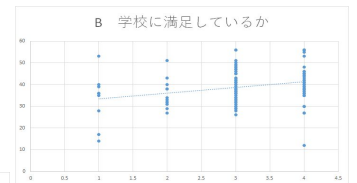
○学校面



QA. 学校が好きか

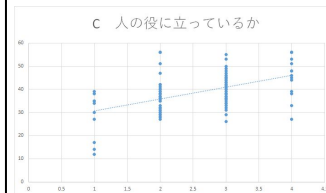
QB. 学校に満足しているか
→自己肯定感が高い人ほど「やや当てはまる」「当てはまる」と回答

平均値	A	B	C
1点	30	34	27
2点	33	36	36
3点	38	38	41
4点	42	42	46



QC. 人の役に立っていると感ずるかどうか

→自己肯定感が高い人ほど「やや当てはまる」「当てはまる」と回答



→その場所に満足感がある人、他者との関わりに対して意義を見出している人ほど自己肯定感が高い。

→居場所感が自己肯定意識に影響していると考えられる。

5. 参考文献

・母子世帯の生活支援に関する研究—母親の自己肯定感を手掛かりに—(子どもユニット客員研究員、旭川大学短期大学部幼児教育学科 清水冬樹)
・自己肯定感を育てる保育(長崎大学教育学部 井口均)・子どもの自己肯定感が低いのは親のせい?(田宮由美)・子どもの自己肯定感の実態とその規定要因に関する研究(熊本大学教育学部 岩永定)・SNSを介したインターネット上での心理的居場所感と well-beingの関連(神戸大学 発達、心理学研究 藤野千種)・当院患者における SNSの利用状況と症状への影響や病理に関する検討(市立室蘭総合病院医誌 高田佳他)・ほめ写プロジェクト 自己肯定感チェックシート(アンケート)