岩手県立大学社会福祉学部紀要　第20巻（2018. 3）47－53

自尊感情の高さおよび変動性と他者からの評価に対する恐れとの関連

澤口友祐・堀内　聡

Relationship between the Level and Stability of Self-esteem and Fear of Evaluation from Others

SAWAGUCHI Yusuke, HORIUCHI Satoshi

本研究では、自尊感情の高さおよび変動性と他者からの否定的な評価に対する恐れ(Fear of Negative Evaluation：FNE）および肯定的な評価に対する恐れ（Fear of Positive Evaluation：FPE）の関連を探索的に検討した。参加者は公立大学に通学する大学生94名であった。16名のデータが欠損値を含んでいたために分析から除外された。結果として、78名のデータが分析対象となった。研究は2016年7月と10月にそれぞれ7日間にわたって行われた。参加者は1週間にわたって夜に状態的な自尊感情を測定する質問紙に回答した。また、参加者は都合に合わせてFNEとFPEを測定する質問紙に回答した。自尊感情が高い大学生は、そうでない大学生と比較して、FNEとFPEが低かった。自尊感情の変動性はFNEにもFPEにも関連しなかった。

キーワード：自尊感情の高さ　自尊感情の変動性　他者からの否定的な評価への恐れ　他者からの肯定的な評価への恐れ

This exploratory study examined the relationship between the level and stability of self-esteem and the fear of negative evaluation (FNE) and fear of positive evaluation (FPE). Participants were 94 college students who attended a public college. Data from 16 students were excluded due to incomplete data; therefore, data from 78 students were subject to the analyses. This study was conducted over 7 consecutive days in both July and October 2016. The participants completed questionnaires assessing the state of their self-esteem every night. Participants also responded to questionnaires assessing FNE and FPE according to their schedule availability. Students reporting high levels of self-esteem showed lower levels of FNE and FPE as compared to those reporting low self-esteem. The stability of self-esteem was not related to FNE and FPE.

Key words: level of self-esteem, stability of self-esteem, fear of negative evaluation, fear of positive evaluation

Ⅰ．はじめに

自尊感情は自己に対する肯定的な評価と定義されている(Baumeister, 1998)。この自尊感情には高さと変動性という二つの次元がある(阿部・今野・松井, 2008; 市村(阿部), 2011; 市村, 2012)。これまで最も研究されてきた次元は、自尊感情の高さである。我が国の自尊感情に関する研究では、山本・松井・山成（1982）が作成した自尊感情尺度が多く用いられている。この尺度の得点は自尊感情の高さを反映する指標である。この尺度は「少なくとも人並みには、価値のある人間で

岩手県立大学社会福祉学部

ある」や「だいたいにおいて、自分に満足している」などの10項目から構成されている。他方、自尊感情の変動性は、短期間における自尊感情の変動のしやすさ（Kernis, Grannemann, & Barclay, 1989）と定義されている。その測定については、同じ参加者に一定期間（例えば7日間）のうち複数回、その日あるいは尺度に回答する際の自尊感情について回答してもらう。そして、算出された自尊感情の標準偏差を自尊感情の変動性の指標として用いる。

自尊感情は個人の適応や精神的健康において必要不可欠なものとされ（中間, 2013）、自尊感情は心理的適応との関連が検討されてきた。たとえば、自尊感情は主観的幸福感（抑うつと不安の低さ、人生に対する満足の高さから構成されている）や心理的well-being（人格的成長、人生における目的、自律性、積極的な他者関係の4つの尺度から構成されている）に対して促進的に影響を与えることが報告されている（伊藤・小玉, 2005）。しかし、1980年代後半から自尊感情の高さが必ずしも心理的適応に関連しないことが報告されている。たとえば、自尊感情が高い者は、低い者と比較して、他者に対する暴力が多いこと（Baumeister, Smart & Boden, 1996）、怒りや敵意が高いこと（Kernis et al., 1989）が明らかになっている。

また、自尊感情の変動性については、自尊感情の変動性が高い者は、低い者と比較して、抑うつや否定的・嫌悪的な事柄を繰り返し考え続ける傾向であるネガティブな反すう傾向が高いことが明らかになっている（阿部他, 2008）。また、Kernis et al. (1989) は自尊感情の高さおよび変動性と怒りや敵意との関連において、自尊感情が高く変動性しやすい群が、他の群と比較して最も怒りや敵意を感じやすいことを報告した。自尊感情の変動性はその高さが心理的不適応に結びつくだけでなく、自尊感情の高さと心理的不適応との関連を修飾する効果がある可能性がある。

ところで、対人領域において良好な心理的適応を実現するためには、他者との関わりの中で生じる不安、恐怖、心配などの否定的な感情や認知が重要な役割を果たす。その一つとして、他者からの評価に対する恐れがある。臨床心理学では、他者からの否定的な評価に対する恐れ(Fear of Negative Evaluation：FNE)と、他者からの肯定的な評価に対する恐れ（Fear of Positive Evaluation：FPE）が知られている。FNEは「他者の評価への心配、否定的な評価への苦痛、評価的な状況からの回避、他者から否定的に評価されるだろうという予測」と定義されている（Watson & Friend, 1969）。一方、FPEは「公の場で好ましく評価されることにまつわる恐怖の感覚」と定義されている（Weeks, Heimberg, & Rodebaugh, 2008）。FNEおよびFPEはいずれも独立して社交不安を増強し、生活の質を下げることが知られている（Weeks et al., 2008）。社交不安とは、他者によって注視されるかもしれない社交状況に関する不安である（American Psychiatric Association, 2013 髙橋・大野訳 2014）。

自尊感情の高さおよび変動性とFNEおよびFPEの関連に着目した研究は非常に少ない。自尊感情の高い者の方が自尊感情の低い者と比較してFNEが低くなることが報告されている（Wei, Zhang, Li, Xue, & Zhang, 2015; Cheng, Zhang, & Ding, 2015）ものの、自尊感情の変動性やFPEは測定されていない。

そこで本研究では、自尊感情の高さおよび変動性とFNEおよびFPEとの関連を探索的に検討することを目的とする。本研究によって、自尊感情の変動性とFNEおよびFPEの関連が明らかになる。また、自尊感情の変動性が自尊感情の高さとFNEおよびFPEとの関連を修飾する可能性を検討することができる。これらの点はまだ検証が進んでいない。そのため、本研究によって自尊感情の変動性がFNEとFPEにどのように関連するのかについて新しい知見が得られるであろう。

Ⅱ．方法

１．参加者

地方公立大学に通学する大学生94名を対象に調査を行った。参加者の募集は、事前に許可が得られた大学のサークル活動の合間と講義の終了後に行った。調査者は本調査の目的や内容を書面と口頭で説明し、同意が得られた参加者に対し調査を実施した。

２．調査時期

2016年7月と10月にそれぞれ7日間にわたって行われた。

３．調査項目

⑴　フェースシート　性別、年齢、学年、学部について回答を求めた。

⑵　自尊感情の高さおよび変動性　自尊感情の高さおよび変動性の測定には、状態自尊感情尺度（阿部・今野, 2007）を用いた。これは尺度に回答する時点の自尊感情を測定する尺度である。「いま、自分は人並みに価

値のある人間であると感じる」や「いま、自分は色々な良い素質があると感じる」などの9項目に対し、「1. あてはまらない」から「5. あてはまる」までの5件法で回答を求めた。なお、本尺度は阿部・今野（2007）によって十分な信頼性と妥当性が確認されている。市村（2012）にならい、同一の参加者に対し1日に1回7日間にわたって状態自尊感情を測定した。そして、7日間の状態自尊感情得点の平均値を自尊感情の高さの指標とした。平均値が高いほど、特性的な自尊感情の値が高いことを示す。また、7日間の状態自尊感情得点の標準偏差を自尊感情の変動性の指標とした。自尊感情の変動性は得点が高いほど自尊感情が不安定であることを示す。

⑶ FNE　FNEの測定には、Fear of Negative Evaluation Scale日本語短縮版（SFNE；笹川他, 2004）を用いた。SFNEは全12項目で構成されている。しかし、順項目の8項目の合計点を算出した場合の方が、12項目の合計点を算出した場合と比較して、妥当性が高くなることが明らかになっている（二瓶他, 印刷中）。そのため、本研究では「他の人が私の欠点に気づくのではないかとしばしば心配する」や「自分がどんな印象を与えているのかいつも気になる」などの8項目に対し、「1. 全くあてはまらない」から「5. 非常にあてはまる」までの5件法で回答を求めた。合計得点が高いほどFNEが高いことを示す。なお、二瓶他（印刷中）によって高い信頼性と妥当性が確認されている。

⑷ FPE　FPEの測定には、Fear of Positive Evaluation Scale 日本語版（FPES；前田・関口・堀内・Weeks・坂野, 2015）を用いた。「権威のある人から賞賛を受けると落ち着かない」や「他の人が私を褒めてくれるとき、たいてい不快に感じる」などの8項目に対し、「0. 全く当てはまらない」から「9. とても当てはまる」までの10件法で回答を求めた。合計得点が高いほどFPEが高いことを示す。なお、前田他（2015）によって高い信頼性と妥当性が確認されている。

4．手続き

参加者には事前に調査の目的、手続き、参加者の権利および謝礼について、書面と口頭で十分に説明した。手続きについては、7日間にわたる調査であり、分析の都合上7日間すべての調査に回答する必要があることを説明した。参加者の権利については、参加は自由であること、回答を拒否しても不利益は被らないこと、個人情報は研究にのみ使用されることを説明した。そして、謝礼については、全ての質問紙に回答した参加者には謝礼として500円分の図書カードを渡すことを説明した。同意が得られた参加者に、フェースシートと7日間分の状態自尊感情尺度が印刷された小冊子（以下、小冊子という）と、SFNEとFPESが印刷された調査票（以下、調査票という）を配布した。調査実施者は調査期間中、毎日参加者のメールアドレスに回答依頼メールを送信した。このメールは19時から20時頃に送信され、就寝までに小冊子に印刷されている質問に回答するよう依頼する内容だった。同一の作業を7日間繰り返した。また、調査票については都合の良い時間に回答するよう求めた。調査終了後、調査実施者はサークル活動の合間と講義の終了後に参加者から小冊子と調査票を回収し、謝礼として500円分の図書カードを手渡した。なお、未回答があったために調査が途中で終了となった5名の参加者には、改めて同意を得た上で後日再調査を実施した。

5．倫理的配慮

本調査は卒業課題研究の一環として行った。担当教員が調査の内容は参加者の生活に特に大きな負荷や心理的なストレスを与えるものではないと判断した。そのため、倫理委員会の承認は得なかった。

6．分析方法

本研究の全ての分析はIBM SPSS Statistics Version 22を用いて行った。はじめに各変数間の相関係数を算出した。次に、自尊感情の高さの平均値を基準に、自尊感情の高さ高群（以下、高さ高群という）と自尊感情の高さ低群（以下、高さ低群という）に分類した。そして、群分けの妥当性を確認するため、対応のないt検定を用いて2つの群の間で自尊感情の高さを比較した。同様に、自尊感情の変動性の平均値を基準に、自尊感情の変動性高群（以下、変動性高群という）と自尊感情の変動性低群（以下、変動性低群という）に分類した。そして、群分けの妥当性を確認するため、対応のないt検定を用いて2つの群の間で自尊感情の変動性を比較した。その後、FNEを従属変数、自尊感情の高さと変動性を独立変数とした二要因分散分析を行った。同様に、FPEを従属変数、自尊感情の高さと変動性を独立変数とした二要因分散分析を行った。

Ⅲ．結果

1．分析対象者

94名の参加者のうち、未回収や記入漏れを除く計78

名(男性14名，女性64名; 平均年齢20.22歳，SD＝2.47)を分析対象者とした。社会福祉学を専攻する学生が57.7%と半数以上を占めていた。

表１　各変数の平均と標準偏差および変数間の相関係数

	1	2	3	4
1. 自尊感情の高さ	－			
2. 自尊感情の変動性	-.12	－		
3. 他者からの否定的な評価に対する恐れ	-.38**	.10	－	
4. 他者からの肯定的な評価に対する恐れ	-.27*	.04	.41**	－
平均	30.62	3.20	26.95	24.35
標準偏差	5.43	1.91	6.42	11.75

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

２．記述統計量

自尊感情の高さおよび変動性とFNEおよびFPEの平均、標準偏差、各変数間の相関係数を算出した（表１）。自尊感情の高さと変動性との間に有意な相関は認められなかった(r = -.12, p = .31)。自尊感情の高さは、FNEとの間に中程度の負の相関（r = -.38, p <.01)、FPEとの間に弱い負の相関（r = -.27, p <.05）を示した。一方で、自尊感情の変動性とFNEとの間には相関は認められなかった（r = .10, p = .39)。同様に、自尊感情の変動性とFPEとの間にも相関は認められなかった(r = .04, p = .70)。

３．群分けの妥当性

対応のないt検定を用いて、高さ高群と高さ低群の間で自尊感情の高さを比較した。その結果、高さ高群と高さ低群の間に有意な差が認められた(t (76) = 11.44, p < .01)。高さ高群は高さ低群と比較して自尊感情の高さが高かった。同様に、対応のないt検定を用いて、変動性高群と変動性低群の間で自尊感情の変動性を比較した。その結果、変動性高群と変動性低群の間に有意な差が認められた（t (33.72) = 9.61, p < .01)。変動性高群は変動性低群と比較して自尊感情の変動性が高かった。

４．自尊感情の高さおよび変動性とFNE

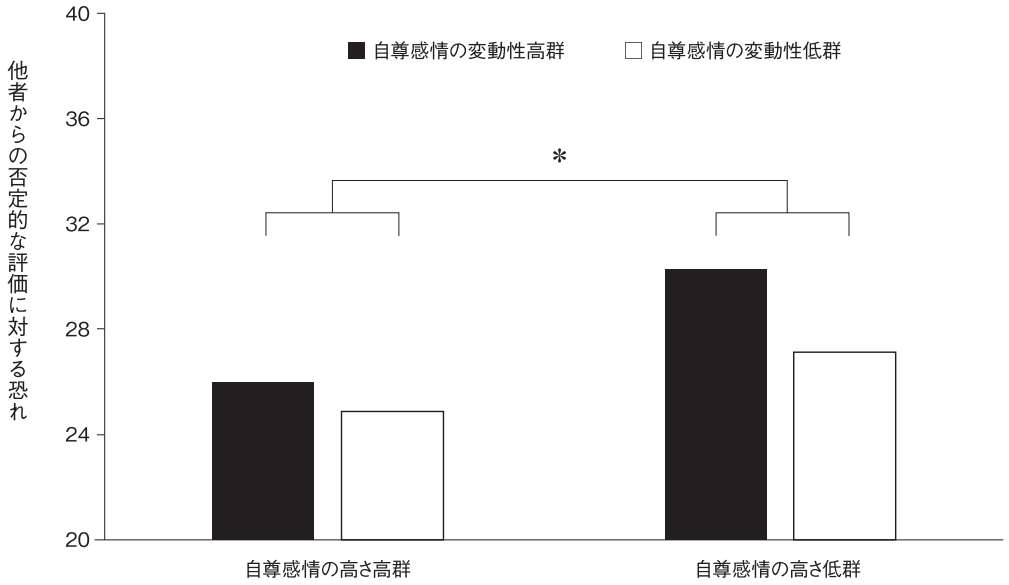
自尊感情の高さおよび変動性がFNEに及ぼす影響を検討するため、FNEを従属変数、自尊感情の高さ（高さ高群・高さ低群）と変動性（変動性高群・変動性低群）を独立変数とする二要因分散分析を行った(図１)。その結果、有意な自尊感情の高さの主効果が認められ、高さ高群は高さ低群と比較してFNEが低くなっていた（F (1, 77) = 4.75, p < .05)。他方、有意な自尊感情の変動性の主効果は認められず、変動性高群と変動性低群の間にFNEの差は認められなかった(F (1, 77) = 2.01, p = .16)。同様に、自尊感情の高さと変動性の有意な交互作用も認められなかった(F (1, 77) = 0.52, p = .47)。

５．自尊感情の高さおよび変動性とFPE

自尊感情の高さおよび変動性がFPEに及ぼす影響を検討するため、FPEを従属変数、自尊感情の高さ（高さ高群・高さ低群）と変動性（変動性高群・変動性低群）を独立変数とする二要因分散分析を行った(図２)。その結果、有意な自尊感情の高さの主効果が認められ、高さ高群は高さ低群と比較してFPEが低くなっていた（F (1, 77) = 4.86, p < .05)。他方、有意な自尊感情の変動性の主効果は認められず、変動性高群と変動性低群の間にFPEの差は認められなかった(F (1, 77) = 0.13, p = .72)。同様に、自尊感情の高さと変動性の有意な交互作用も認められなかった(F (1, 77) = 1.06, p = .31)。

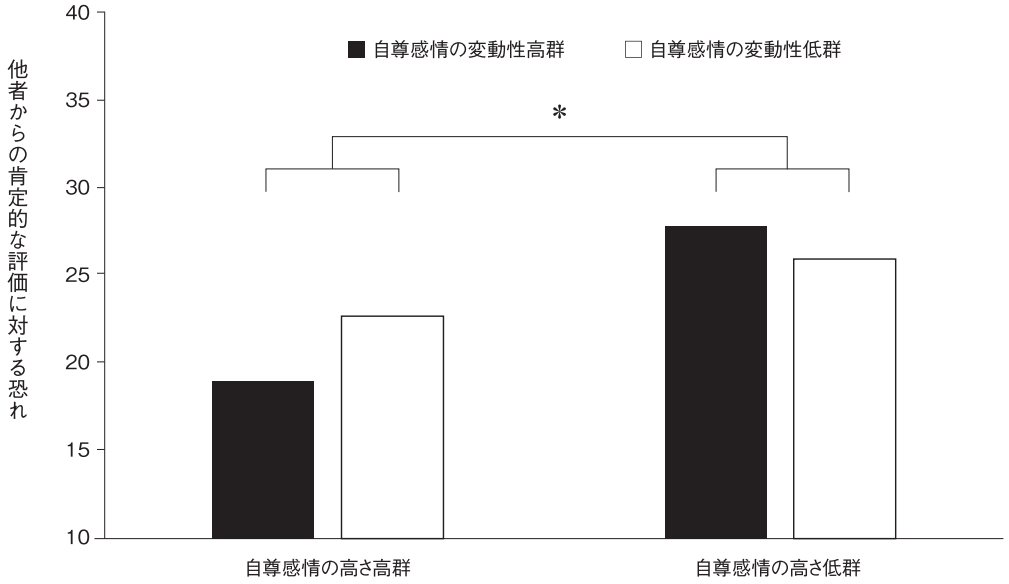
Ⅳ．考察

本研究の目的は、自尊感情の高さおよび変動性とFNEおよびFPEとの関連を検討することであった。自尊感情の高さおよび変動性とFNEとの関連については、分散分析の結果、有意な自尊感情の高さの主効果が認められた。よって、自尊感情の高さが高い者は低い者と比較してFNEが低いことが認められた。この点はWei et al. (2015)やCheng et al. (2015)の報告と矛盾しない。他方、自尊感情の変動性の有意な主効果は認められず、自尊感情の変動性とFNEとの関連は認められなかった。同様に、自尊感情の高さと変動性の有意な交互作用は認められず、自尊感情の変動性は、自尊感情の高さとFNEとの関連を修飾する要因ではないことが



* p<.05

図１　自尊感情の高さ及び変動性と他者からの否定的評価に対する恐れの関連



* p<.05

図２　自尊感情の高さ及び変動性と他者からの肯定的評価に対する恐れの関連

明らかになった。Wei et al. (2015)やCheng et al.（2015）は自尊感情の変動性および自尊感情の高さと変動性の交互作用とFNEとの関連を同時に検討していなかった。本研究の結果によって、自尊感情の変動性がFNEと関連しないこと、自尊感情の変動性が自尊感情の高さとFNEの関連に影響しないことが示された。したがって、Wei et al. (2015)やCheng et al. (2015)の研究を拡張することができた。

また、自尊感情の高さおよび変動性とFPEとの関連について、分散分析の結果、有意な自尊感情の高さの主効果が認められた。よって、自尊感情の高さが高い者は低い者と比較してFPEが低いことが示された。他方、自尊感情の変動性の有意な主効果は認められず、自尊感情の変動性とFPEとの関連は認められなかった。同様に、自尊感情の高さと変動性の有意な交互作用は認められず、自尊感情の変動性は、自尊感情の高さと

FPEとの関連を修飾する要因ではないことが明らかになった。本研究では、自尊感情の高さおよび変動性とFPEの関連を初めて検討した。本研究の結果、自尊感情の変動性はFPEと関連しないこと、自尊感情の変動のしやすさに関わらず、自尊感情の高さが高い者は低い者と比較してFNEおよびFPEが低いことが明らかになった。

本研究の結果、自尊感情の2つの次元のうち、自尊感情の高さのみがFNEおよびFPEの低さと関連し、自尊感情の変動性がその関連を修飾する要因ではないことが明らかになった。最後に、今後の課題として以下の点があげられる。1つ目は、自尊感情の高さおよび変動性の測定法についてである。本研究では日誌法を用いて7日間に渡り回答を依頼した。小冊子には回答した日付を確認するための記入欄があった。しかし、この方法では、例えば尺度への回答のし忘れがあった場合、参加者は前日の状態を思い出して回答している可能性が考えられる。そのため、無効とすべきデータも含まれていた可能性がある。また、参加者の94名中、16名に欠損値が認められたことや、回答のし忘れのため再調査を実施した参加者が5名いたことから、参加者に負担を与えていたことも考えられる。さらに、メールを用いて19時から就寝までの間に回答するよう依頼していたため、「19時から就寝までの間の自尊感情」というように偏りがあったと思われる。市村（2012）は、携帯電話のメール機能とweb機能を用いることで回答の有無の確認が可能であること、参加者への負担を軽減することができること、十分な有効データ数を確保できることを示している。今後は参加者の負担の軽減とデータの精度を高めるため、携帯電話のメール機能とweb機能を用いることも有用であろう。また、回答時間の偏りについては、Kernis et al.（1989）にならいランダムに回答を依頼する必要があるだろう。

2つ目は、自尊感情の変動性の測定手法の妥当性についてである。これまでの自尊感情の変動性に関する研究(Kernis et al., 1989; 市村(阿部), 2011; 市村, 2012)では、同じ参加者に対して一定期間自尊感情を測定し、算出された自尊感情の標準偏差を自尊感情の変動性の指標としている。しかし、この方法で算出された指標が自尊感情の変動のしやすさを的確に表しているかは検証されていない。例えば、自尊感情が影響を受ける出来事の前後で、自尊感情の変動性が高い者は低い者と比較して、実際に自尊感情が変動しやすいかなどは不明である。今後は参加者の自尊感情を実験的に操作した時、自尊感情の変動性が高い者は実際に操作の前後で自尊感情が揺れ動きやすいのか、自尊感情の変動性が低い者は実際に操作の前後で自尊感情が揺れ動きにくいのかを実験的に検討する必要があると考えられる。これらの検討を行うことで、自尊感情の高さおよび変動性の測定手法の質が担保され、より厳密な検討が可能になるだろう。

引用文献

阿部 美帆・今野 裕之　2007　状態自尊感情尺度の開発　パーソナリティ研究, *16*, 36-46.

阿部 美帆・今野 裕之・松井 豊　2008　日誌法を用いた自尊感情の変動性と心理的不適応との関連の検討　筑波大学心理学研究, *35*, 7-15.

American Psychiatric Association.　2013　*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5th ed).* Washington D. C.: American Psychiatric Association.(アメリカ精神医学会. 髙橋 三郎・大野 裕（監訳）　2014　DSM-5 精神疾患の診断・統計マニュアル　医学書院)

Baumeister, R. F.　1998　The self. In D. T. Gilbert, S. T. Fiske, & G. Lindzey (Eds.), *The handbook of social psychology.* 4th ed. Vol. 1. New York: McGraw-Hill.

Baumeister, R. F., Smart, L., & Boden, J. M.　1996　Relation of threatened egotism to violence and aggression: The dark side of high self-esteem. *Psychological Review, 103,* 5-33.

Cheng, G., Zhang, D., & Ding, F.　2015　Self-esteem and fear of negative evaluation as mediators between family socioeconomic status and social anxiety in Chinese emerging adults. *International Journal of Social Psychiatry, 61,* 569-576.

市村(阿部) 美帆　2011　自尊感情の高さと変動性の2側面と自尊感情低下後の回復行動との関連　心理学研究, *82*, 362-369.

市村 美帆　2012　自尊感情の変動性の測定手法に関する検討　パーソナリティ研究, 20, 204-216.

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*, 74-85.

Kernis, M. H., Grannemann, B. D., & Barclay, L. C. 1989 Stability and level of self-esteem as predictors of anger arousal and hostility. *Journal of Personality and Social Psychology, 56,* 1013-1023.

前田 香・関口 真有・堀内 聡・Justin W. Weeks・坂野 雄二 2015 Fear of Positive Evaluation Scale日本語版の信頼性と妥当性の検討 不安症研究, 6, 133-120.

中間 玲子 2013 自尊感情と心理的健康との関連再考―「恩恵享受的自己感」の概念提起― 教育心理学研究, *61*, 374-386.

二瓶 正登・荒井 穂菜美・前田 香・青木 俊太郎・土屋垣内 晶・岩野 卓・冨岡 奈津代・岡村 尚昌・三原 健吾・城月 健太郎・堀内 聡・坂野 雄二 印刷中 Fear of Negative Evaluation Scale日本語短縮版の因子構造，信頼性および妥当性の再検討 不安症研究

笹川 智子・金井 嘉宏・村中 泰子・鈴木 伸一・嶋田洋徳・坂野 雄二 2004 他者からの否定的評価に対する社会的不安測定尺度 (FNE)短縮版作成の試み―項目反応理論による検討― 行動療法研究, *30*, 87-98.

Watson, D., & Friend, R. 1969 Measurement of social-evaluative anxiety. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 33,* 448-457.

Weeks, J. W., Heimberg, R. G., & Rodebaugh, T. L. 2008 The fear of positive evaluation scale: Assessing a proposed cognitive component of social anxiety disorder. *Journal of Anxiety Disorders, 22*, 44-55.

Wei, J., Zhang, C., Li, Y., Xue, S., & Zhang, J. 2015 Psychometric properties of the Chinese version of the Fear of Negative Evaluation Scale-Brief (BFNE) and the BFNE-Straightforward for middle school students. *PLoS ONE*, 10, e0115948.

山本 真理子・松井 豊・山成 由紀子 1982 認知された自己の諸側面の構造 教育心理学研究, *30,* 64-68.