

身体的自己概念に関する研究の動向

筑波大学大学院人間総合科学研究科 佐々木恵理

仁愛大学人間学部 赤澤 淳子

筑波大学人間系 杉江 征

A review of current research on physical self-concept

Eri Sasaki (*Graduate School of Comprehensive Human Sciences, University of Tsukuba, Tsukuba 305-8572, Japan*)

Junko Akazawa (*Faculty of Human Studies, Jin-ai University, Echizen 915-8586, Japan*)

Masashi Sugie (*Faculty of Human Sciences, University of Tsukuba, Tsukuba 305-8572, Japan*)

The purpose of this study is to review current research on physical self-concept as a form of self-concept. Firstly, the study outlines the development of self-concepts with a focus on physical self-concept within children from elementary school ages to the middle years. Secondly, the study reviews current research on scales of physical self-concept. Outside of Japan, some scales of physical self-concept have already been developed, such as the Physical Self-Perception Profile (PSPP) (Fox & Corbin, 1989) and the Physical Self-Description Questionnaire (PSDQ) (Marsh & Richards, 1994). Although there have been attempts to apply these scales to Japanese people, given some issues with them, future study is needed to improve them. Moreover, while some studies have investigated the relationship between physical self-concept and self-esteem, it is also necessary to examine the relationship to psychological well-being which also plays an important role for physical self-concept.

Key words: physical self-concepts, self-esteem, multidimensional hierarchical model, Physical Self-Perception Profile, Physical Self-Description Questionnaire

はじめに 一自己と身体一

古くは、自己・自我 (self) をそのさまざまな勢力領域から特徴づけようとして、身体我 (身体的自己)・物質的自我・社会的自己・精神的自我などさまざまな自我について語られてきた (麻生, 1995)。特に、James (1892) は、自己を「知る主体としての自己 (I)」と「知られる客体の自己 (me)」の側面に分けた。そして、客体の自己とは本人が自分のものであるということのできるすべての総称であり、このような客体の自己を精神的自己 (spiritual me)、社会的自己 (social me)、物質的自己 (material me) の3つの構成要素に分けている。James のい

う物質的自己とは、身体、衣服、家族、財産などであり、もっとも中心的なものは身体であるとされており (榎本, 1998)、身体的自己が自己にとって中心的な役割を果たすといえる。

また、乳児期における自己意識は、主として「身体としての自己」の意識であり (梶田, 1988)、自己の構造の中で身体的自己は最も初期から存在する側面の一つである。それ以降も、児童期から青年期にかけて、自己概念の中心は身体的なものから心理的なものへと移行していくが (榎本, 1998)、身体的自己は生涯を通して自己の一部の側面となり、重要な位置を占める。

本論文では、自己概念の側面の一つである身体的

自己概念に関する研究の動向について概観していくこととする。自己概念の構造の発達変化において身体的自己の位置づけを示すとともに、身体的自己概念の測定に関する研究を整理しそれらが及ぼす影響について検討することで、今後の課題や展望を示唆することが出来ると思われる。

自己概念の発達からみた身体的自己

ここからは、自己概念に関する見解を整理した上で、自己概念の発達について児童期から成人期以降の研究を概観する。自分自身をどのように捉えるかという自己概念は、発達とともに変化していく。その中で、身体領域に関連した自己概念の側面が果たす役割もまた変化していくと考えられる。そこで、自己概念の構造の発達を整理し、各時期の身体的自己の特徴について述べる。

自己概念と自尊感情

自己について用いられている概念や用語、定義に関しては統一の見解といえるものがなく（遠藤, 1992）、研究者によって混同して用いられていることが多い。

榎本（1998）によると「自己概念」は一般的に、認知的、情動的、行動的側面を含む比較的包括的な構成概念であり、「自己評価」や「自尊感情」はとくに自己概念の評価的側面を意味する構成要素であるという意味で異なる。自己概念を一般的に測定しようとする、評価的な側面なしに測ることができない。そのため、自己概念と自尊感情、および自己評価が混同して用いられることも多い。そこで、本論文では、榎本（1998）の考え方に沿い、「自己概念」と「自尊感情」の関係を、「自己概念」の評価的な側面が自尊感情であるものとして捉えていくことにする。

自己概念および自尊感情の構造について、当初その構造は一次元モデルとして検討されてきた。一次元モデルとは、Rosenberg（1965）の self-esteem scale のように、自分自身に対する価値を単純にひとまとめにして捉えるというものであった。その後、一次元モデルでは自尊感情の変化のメカニズムを明確化できない（Fox & Corbin, 1989）という理由から、自尊感情の構成要素を身体的側面や社会的側面、学業的側面などに分類し、自己を多面的な側面から把握しようとする多次元モデル（Mullener & Laired, 1971）や、ピラミッド型の階層構造を仮定する多面的階層モデル（Shavelson, Hubner & Stanton, 1976）へと発展した。Shavelson et al.

（1976）の多面的階層モデルでは、自己概念の性質を（1）組織化もしくは構造化されている、（2）多面的である、（3）階層的である、（4）（一般的自己概念は）安定的である、（5）発達のである、（6）評価的である、（7）他の構成概念と区別することができるという。

現在では、自己を多面的な側面をもつと捉えることが一般的になっているが、その他にも自己概念の構造については、いくつかのモデルが提唱されている。例えば、Bracken（1992）の多次元自己概念モデルは、六つの文脈固有の自己概念がお互いに重なり合う円で表され、六つの円の重なり部分の中心に包括的自己概念が置かれる。また、Brown（1993）のトップダウンモデルや Markus & Wurf（1987）の作動自己概念モデルなども提唱されている。

このように、自己概念の構造を把握するための多面的階層モデルの考えが広まったことで、自己を多様な側面から捉えることを可能とした。このことは、身体的自己においてもより複数の側面から捉えることに貢献したといえる。

児童期の自己概念

児童期とは、一般には幼児期を脱する5、6歳から思春期に入る11、12歳くらいまでを指し、多くの文化で、ちょうど小学校・初等学校の時期にあたる（戸田, 2008）。

幼児期から児童期の自己概念の側面について Table 1 に示した。小学生の自己概念の構造を把握するために、前田（1997）は、Harter（1985）が開発した Self-Perception Profile for Children（SPPC）が日本の児童に適用可能であると判断し、標準化を試みた。小学3年生から6年生を対象に調査したところ、「学業能力」「社会的受容」「運動能力」「身体的外見」「行動」「全体的自己価値」の領域が日本の児童においても確認された。また、運動領域は各学年とも総じて女子より男子の方が高く、身体的外見領域では、3・4年生には性差がなかったが、5・6年生では男子の方が高いという結果が示された。これは、男児と女児に対する社会的期待の違いに由来するためであると考察している（前田, 1997）。

さらに、眞榮城（2005）も、同じく SPPC が世界各国で利用されていることを強調し、小学4年生から6年生を対象に SPPC の二段階の評定方法ではなく、手続きが単純な一段階4件法を用いて検討している。その結果、「学業能力評価」「運動能力評価」「容姿評価」「友人関係評価」の4側面と、この自己評価の4側面の上位概念として想定されている「自己受容感」から構成されることとしている。また、

Table 1
幼児期から児童期の自己概念の側面

著者	桜井	前田・上田	前田	眞榮城	井上
年号	1983	1996	1997	2005	2007a
尺度名	認知された コンピテンス測定尺度	日本版絵画式 自己概念スケール	日本版学童用 自己概念測定尺度	児童期版 自己評価尺度	自己記述質問紙法
対象者	小学3～中学3年生	幼稚園児	小学3～6年生	小学4～6年生	小学3～5年生
因子数	4	4	6	5	7
自己 概念の 側面	Cognitive Competence	認知能力	学業能力	学業能力評価	国語 算数
	Social Competence	仲間の受容	社会的受容	友人関係評価	友人との関係
	Physical Competence	身体能力	運動能力 身体的外見 行動	運動能力評価 容姿評価	身体的能力 身体的外観
		母親の受容			両親との関係
	General Self-Worth		全体的自己価値	自己受容感	一般的自己
特徴	・Harter (1979) の PCSC* ¹ の日本語版を 作成。	・Harter (1979) の PCSCS* ² を使用。	・Harter (1985) の SPPC* ³ を適用。評定 方法は原版とおり2 段階2件法。	・Harter (1985) の SPPCを4件法にし て作成。 ・道徳性に関する自 己評価が確認されな かった。	・Marsh (1988) の SDQ I* ⁴ を改訂。

*1 PCSC: Perceived Competence Scale for Children

*2 PCPCS: Pictorial Scale of Perceived Competence and Social Acceptance for Young Children

*3 SPPC: Self-Perception Profile for Children

*4 SDQ I : Self-Description Questionnaire I

男女ともに「容姿評価」が「自己受容感」に最も影響を及ぼしており、一方、「運動能力評価」は男女ともに「友人関係評価」や「学業能力評価」と比較すると「自己受容感」への影響は低いことが報告されている。

それに対して井上 (2000, 2007a) は, Marsh (1988) の The Self-Description Questionnaire I (SDQ I) を用いて日本の小学生の自己概念の構成要素を分析し, 日本とアメリカの小学生の自己概念の比較を行っている。日本人はアメリカ人に比べて, 外見や友人関係における他者の評価に関する質問の平均値が低い傾向が見られ, その原因として日本人が厳しい評価眼を持っているのか, また肯定的に回答しにくい (自己批判的な) 文化的社会的背景が存在するののかといった考察をしている。

児童期の自己概念については, このように Harter (1985) の SPPC を用いた研究や Marsh (1988) の SDQ を用いた研究が日本においても適用されてき

た。また, これらの尺度の邦訳された因子名こそ様々であるが, おおむね, 学業能力, 友人関係, 運動能力, 容姿の側面が存在することが, 児童期の特徴といえる。この時期は, 自己概念が細かく分化されているわけではなく, 大きなまとまりとして捉えられているため, より一層一つひとつの側面が全体的自己に与える影響は大きいと考えられる。

青年期の自己概念

児童期の自己概念の側面に比べ, 青年期は学校生活や社会生活の中で様々な経験をつみ, 自己の側面が広がる時期でもある。この青年期の自己概念に関する研究は数多く報告されている (例えば, 眞榮城, 2005; 溝上, 2003)。青年期の自己概念の側面について Table 2 に示した。

山本・松井・山成 (1982) は自己認知の各側面が自己評価にどのように影響しているのかを明らかにしている。大学生の自尊感情においては自己の内面

的側面、外見的側面、対人関係側面の自己認知がそれぞれ重要であったが、とくに優しさ、容貌、生き方について自己をどう認知するかが自尊感情を強く規定するという結果を報告している。性役割に関連すると思われる性差も見られ、男子は生き方と知性、女子は優しさと容貌を重視していることが示されている。また、眞榮城（2005）は、男女ともに容姿に対する評価が自己受容感に最も高い影響力を示しており、近年の社会の中では、男子にとっても容

姿評価の重要性が増してきていることを指摘している。このことは、男子高校生のみを対象として男子高校生の自己認知を「ファッション」「積極性」「勤勉さ」「体力・運動」「協調性」「特技」「容姿」の7つの側面に整理した山村（2004）の報告からも解釈される。男子高校生の「容姿」や「ファッション」の外見的側面の認知が自尊感情に影響を与えている点について山村（2004）は、赤面恐怖、自己臭恐怖、醜形恐怖などが男子に生じることからも、自己の容

Table 2
青年期の自己概念の側面

著者	山本・松井・山成	沢崎	吉津	溝上	山村	眞榮城	井上	平松
年号	1982	1993	1996	2001	2004	2005	2007b	2008
尺度名	自己の諸側面	自己受容測定	自己評価尺度	大学生固有の文脈	自己認知	青年期版自己評価尺度	自己概念尺度	自己認知的側面
対象者	大学生	大学生と臨床群	大学生	大学生	男子高校生	大学生	大学生	大学生
因子数	11	5	4	5	7	10	7	6
自己概念の側面	知性		学業	学業 大学受験		学業能力	言語能力 数学 問題解決能力	学業能力
	社交	社会的自己	友人/家族関係			友人関係 異性関係	同性・異性との関係	友人関係
	経済力			アルバイト				
	学校の評判	役割的自己			協調性			
	スポーツ能力	身体的自己			体力・運動	運動能力	身体的能力	運動能力
	容貌				容姿 ファッション	容姿	外見	容姿
	性							
	優しさ	精神的自己			積極性	創造性	精神的価値観	
	生き方			就職あるいは大学院進学				
	まじめさ				勤勉さ	道徳性		品行
	趣味や特技			クラブ・サークル活動	特技			
						母子関係 父子関係	両親との関係 宗教	
		全体的自己	自分自身			自己受容感		自己価値
特徴				・内在的な視点にたつて面接法により作成。		・Neemann & Harter (1986) al. の SPPCS* ¹ を1段階4件法で使用。	・Marsh et al. (1984) の SDQ Ⅲ * ² を使用。	・Harter (1985) の SPPC* ³ を使用。

*1 SPPCS: Self Perception Profile for College Students

*2 SDQ Ⅲ : Self-Description Questionnaire Ⅲ

*3 SPPC: Self Perception Profile for Children

姿などの身体に関する自己認知が適応に及ぼす影響が大きいといえることを指摘し、男子においても外見的側面の重要性を認めている。女子のみならず男子にとっても、外見的側面が適応に影響を与えることが近年の傾向であると考えられる。

また、児童期の自己概念と同様に Harter や Marsh の尺度を日本に適用した研究も報告されている。例えば、Neemann & Harter (1986) の Self-Perception Profile for College Students (SPPCS) の日本語版を使用した研究（眞榮城, 2005）や、Harter (1985) の Self-Perception Profile for Children (SPPC) を大学生に適用した研究（平松, 2008）、Marsh & O'Neil (1984) の Self-Description Questionnaire III (SDQ III) を用いて日本とアメリカの大学生の自己概念を比較した研究（井上, 2007b）などが報告されている。

しかし、これらの研究の方法論は、研究者の視点によって自己概念の領域が設定されており、十分個々の自己の側面を反映できていないという問題点がある。それに対して、溝上 (1997, 2001, 2003) の研究は、内在的視点に立ち青年の自己の世界を取り巻く文脈や意味構造を明らかにしようと試みている点で異なった方法論をとっている。この研究では、面接法から得られたデータに基づく検討を行い「大学受験」「学業」「クラブ・サークル活動」「アルバイト」「就職あるいは大学院進学」の5つが大学生の自己評価にとって重要な要素であるという結果を得ており（溝上, 2001）、日本人独自の青年の自己の特徴が表れ反映された結果が示されている。

以上のように、青年期の自己概念の構造についての研究では、諸外国の方法を日本人に適用し、質的検討が行われてきた。その中で、自己概念の具体的側面と自尊感情や全体的自己価値の関連について検討されており（例えば、眞榮城, 2005；山本, 1999, 2007）、特に青年期においては、男女ともに外見的側面が他の自己の側面に比べて自尊感情との関連が強いと考えられる。

成人期・中高年期の自己概念

Harter や Marsh をはじめとして自己概念を多面的に捉えた発達の検討は、主に児童期から青年期を対象とした研究が多く（例えば、前田, 1997；眞榮城, 2005）、成人期以降を対象とした研究の報告はそれらに比べて少ない。さらに、1990年代半ばまでは成人期の自己は安定して変化することは少ないという見解を指示する研究が多くみられたため（小野寺, 2008）、中・高年期を含む成人期以降の自己概念について、発達の文脈が考慮されていなかった。

た。しかし、近年になり生涯発達という視点が注目を集め、成人期以降の対象とした研究がみられるようになった（例えば、岩本・無藤, 2004, 2006）。

成人期以降の自己概念の側面について Table 3 に整理した。特に、岩本 (2007) は中高年期の自己評価と自尊感情との関連および領域間の関連に注目して発達の特徴を明らかにしている。その中で、中高年期の自己評価を「外見的自己」、「社会的自己」、「内的自己」、「生活的自己（健康）」、「生活的自己（経済）」の5領域と捉え、生活自己の健康面では、女性にのみ、外見および内的領域との関連において年齢段階による有意差が存在したことを報告している。また、岩本 (2007) は中年前期には外見・健康・内面に対する評価が同時に低下するのに対し、プレ中年期では、身体面の衰えの認識は外見の自己評価に焦点化されていると考察している。

このように身体の衰えによって、健康や外見についての自己概念は変化していくと考えられる。初老期以後は、身体的故障も表に出やすく身体的自己を強く意識するようになる（梶田, 1988）。さらに、高齢者自身が健康であると感じるほど自尊感情が高く、高齢者自身が認める健康観が自尊感情に影響を及ぼしており（北村・臼井・筒井, 2004）、身体面の衰えをどう評価するか、また健康についての自己の側面が重要であるといえる。

身体的自己概念に関する研究の動向

身体的自己概念の測定に関する研究

次に、自己概念研究の中でも身体的自己概念に焦点をあてた研究を概観する。特に、身体的側面全般の評価を測定する試みは、運動やスポーツ領域において、多面的階層モデルが使用される中で提案されてきた。

身体的領域における自尊感情の測定尺度の意義を、荒井 (2005) は以下の2点にまとめている。一つは、分化した自己知覚の側面に運動がどのような影響をあたえるのかを調査するためであり、例えば、運動への参加が体調管理に関する肯定的感覚を増強するかどうかを調べるために用いられる。二つめは、自己知覚が、セルフエスティームに影響を与えるのかを調査するためであり、例えば、体調管理が、身体的自己価値とセルフエスティームに影響を与えるかを調べるために用いられるという意義を挙げている。

身体的自己概念を測定する尺度については Table 4 に整理した。身体的自己に対する記述的な側面である身体的自己概念を測定する尺度の代表的なもの

Table 3
成人期以降の自己概念の側面

著者	沢崎	柴田	岩本
年号	1995	2003	2007
尺度名	自己受容	身体的自己概念尺度 (養内, 1999)	自己評価尺度
対象者	20代～50代の成人	40～89歳の成人男女	30～65歳
因子数	5	4	5
自己 概念の 側面	社会的自己		社会的自己 生活的自己 (経済)
	役割的自己		
	身体的自己	運動能力・筋力 体型 倦怠感 元気さ	外見的自己 生活的自己 (健康)
	精神的自己		内的自己
	全体的自己		
特徴		・大学生を対象とした、養内 (1999) の身体的自己概念尺度を成人男女に使用して成人期以降の身体的自己概念を検討。	・プレ中年期、中年前期、中年後期、ポスト中年期という時期による中高年期固有の発達の特徴を検討。

して、Fox & Corbin (1989) の Physical Self-Perception Profile (PSPP) や Marsh & Richards (1994) の Physical Self-Description Questionnaire (PSDQ) がある。

まず、Fox & Corbin (1989) の Physical Self-Perception Profile (PSPP) では、「身体的自己価値」を自尊感情の重要な下位概念として位置づけ、4つの下位領域として「スポーツ有能感」「体調管理」「魅力的なからだ」「身体的強さ」を想定している。PSPP は大学生から中高年の男女までを対象に広く使用されており (Fox, 2000)、自尊感情の多面的階層モデルの妥当性を示している (Fox & Corbin, 1989)。そのため、PSPP の多面的階層性を確証的因子分析によって検証した研究や、身体活動との関連を報告する研究が数多く報告されている (例えば、Kowalski, Crocker, Kowalski, Chad, & Humbert, 2003; Kowalski, Crocker, & Kowalski, 2001; Sonstroem, Harlow, & Josephs, L., 1994)。

一方、Physical Self-Description Questionnaire (PSDQ) を用いた研究も複数存在する (例えば、Marsh, 1996; Marsh & Redmayne, 1994; Marsh & Richards, 1994)。PSDQ は、70項目からなり9つの固有の身体的自己概念 (筋力、肥満度、活動、持久性、スポーツ能力、調整力、健康、外見、柔軟性) と2つの包括的概念 (身体的自己価値と自尊感情) を測定でき、信頼性

や妥当性、因子構造の適合性が示されている (Marsh & Richards, 1994)。また、PSDQ では、妥当性を確認するために同時に PSPP と Richard (1988) の Physical Self Concept Scale (PSC) を測定し、因子構造の妥当性が示されている。また、性差の検討や、文化差の検討も報告されている (Marsh & Jackson, 1986; Guerin, Marsh, & Famose, 2004; Marsh, Asci, & Tomas-Marco, 2002; Marsh, Tomas-Marco, & Asci, 2002)。

PSDQ を用いて精神的健康との関連を示唆する報告も増えている。例えば、韓国人を対象として金・刈谷・鄭・陸・申・宮本 (2006) が、生活スポーツ参加者の身体的自己概念尺度を使用し心理的 well-being との関係について言及している。さらに、アメリカの大学生を対象とした研究では、身体的自己概念と自尊感情の関連をパス解析によって分析している (Nigg, Norman, Rossi, & Benisovich, 2001)。

原版 PSDQ の短所の一つとしては、70項目と項目数が多いことであり、Peart, Marsh, & Richards (2005) は、PSDQ を47項目に短縮した PSDQ-S を作成している。このように PSDQ は、回答方法が容易であることや、文章が複雑でないことから幅広く利用され、身体を多面的に捉えている点で優れていると考えられる。

日本における身体的自己概念に関する研究

次に、国内での研究の動向を概観する。特に、日本においては、運動心理学の分野で身体的自己概念の検討がなされている（例えば、内田・橋本・藤永、

2003a；内田・橋本、2004、2005a）。

内田・橋本・藤永（2003a、2003b）は、PSPPの原版（Fox & Corbin, 1989）に基づき、日本語版の開発を試みている。最終的に、5因子各4項目、合

Table 4
身体的自己概念を測定する尺度の比較

著者	Richard	Fox & Corbin	Marsh & Richard	養内	内田・橋本・藤永
年号	1988	1989	1994	1999	2003a
尺度名	Physical Self Concept Scale	Physical Self Perception Profile	Physical Self Description Questionnaire	身体的自己尺度	日本語版身体的自己知覚プロフィール
略称	PSC	PSPP	PSDQ		PSPP-J
対象者		大学生	高校生	大学生	大学生
因子数	7	5	11	5	5
項目数		30	70	15	20
身体的自己概念の側面	強さ (strength)	強さ (strength)	強さ (strength)	筋力	身体的強さ
	健康 (health)		健康 (health)		
	調整力 (coordination)		調整力 (coordination)		
		スポーツ有能感 (sports competence)	スポーツ有能感 (sports competence)	運動	スポーツ有能感
	外見 (appearance)		外見 (appearance)		
		魅力的なからだ (body attractiveness)			魅力的なからだ
	体格 (build)		肥満 (body fat)	体型	
	活動 (action)	体調管理 (physical condition)	身体活動 (physical activity)	体調	体調管理
			柔軟性 (flexibility)		
			持久力 (endurance)		
		身体的自己価値 * ² (physical self worth)	身体的自己概念 * ³ (grobal physical)	身体全般	身体的自己価値
	満足感 * ¹ (satisfaction)				
			自尊感情 * ⁴ (esteem)		
特徴	・上位概念に「身体的自己価値」を想定。		・9つの固有の身体的自己概念と2つの包括的概念を測定。		・PSPPの日本語版を身体的自己尺度の弱点をふまえて作成。

* PSC, PSPP, PSDQについては、Peart, Marsh, & Richards (2005, Table 4)を参考に作成した。

また、身体的自己尺度、日本語版身体的自己知覚プロフィールについては、原著での表現を使用した。

*¹ PSCの満足感とは、身体的自己についての包括的な感情を表す。

*² PSPPの身体的自己価値とは、身体的自己に対する幸福感、満足感、誇り、尊重、自信などの感情を表す。

*³ PSDQの身体的自己概念とは、身体的自己の包括的な知覚を表す。

*⁴ PSDQの自尊感情とは、(身体的自己に限らない)自己についての包括的な知覚を表す。

計20項目からなる日本語版身体的自己知覚プロフィール (PSPP-J) が作成され、原版とほぼ同様の因子構造が確認された。さらに、PSPP と同等の高い信頼性および妥当性を備えていることが確認され、大学生から中高年まで幅広く PSPP-J の使用が可能であることを報告している。また、身体活動および性差の点から身体的自己知覚の違いを検討しており、その結果、「身体的強さ」を除く身体的自己知覚のすべての因子で男性が女性と比較して高い得点を示し、活動レベルの高い者のほうが、低い者より高い得点を示す傾向を認めている。

PSPP-J では、社会的望ましさの影響を除外するための Harter (1985) の方法論を用いている。他者描写の2つの内容について、自分自身がどちらのグループに近いかをまず選択し、つぎに選択した文章について、「まあまあ当てはまる」か「よく当てはまる」のどちらかに記入する方法をとっている。このことは回答方法が難解であり、教示の文章が長いだけでなく、1項目につき3つの記述を読まなければならないために回答に時間がかかる (内田・橋本・藤永, 2003a) という問題点を残している。

その後、内田・橋本 (2005b) では、自尊感情の多面的階層モデルにおいて、ソーシャル・サポートを自尊感情の関連要因として位置づけ、その規定力を検討している。その結果、ソーシャル・サポートから自尊感情への影響に比べ「身体的自己価値」から自尊感情への影響が大きいことを示している。このことから、自尊感情の向上を検討する際には、ソーシャル・サポートよりも身体的自己知覚がより重要であることを示唆している。

さらに、内田・橋本 (2007) は、運動・スポーツなどの身体活動が、多面的階層モデルにおいてどのように関連するのかを横断的に検討した結果、一つめに身体活動は自尊感情に直接的に関連せずに「身体的自己価値」を介して関連すること、二つめに身体活動が4つの下位領域のうち「スポーツ有能感」「体調管理」「身体的強さ」を介して「身体的自己価値」へと関連することを明らかにしている。身体活動は固有の身体的自己知覚である下位領域と密接に関連しており、身体活動によって下位領域が高められることで「身体的自己価値」が変容し、ひいては自尊感情をも向上させることが示された (内田・橋本, 2007)。

同じく、Fox & Corbin (1989) の PSPP を参考にして、養内 (1999) も、日本語版として身体的自己尺度を作成し、尺度の信頼性および妥当性を検討している。さらに、身体的自己概念を自尊感情や自己効力感との関連について検討したり、多面的階層モ

デルの検討を行っている (養内, 2000, 2002, 2003)。また、新たな視点としては小学生を対象とした通学合宿やキャンプ、高齢者運動教室に通う高齢者を対象として、身体的自己概念や自尊感情について個人内変化に焦点をあてて、少ない事例から考察を行っている研究もある (養内, 2006a, 2006b, 2008)。

このように、身体的自己概念の測定をする中でより身体的自己概念を多面的に捉えることを可能とした (Table 5)。身体的自己概念の側面が細分化されることで、今後自尊感情の関連をふまえて身体的・心理的に介入する際の側面がより明らかになるものと考えられる。

身体的自己概念が精神的健康に与える影響

身体的自己概念が精神的健康や適応に及ぼす影響については、主に自尊感情との関連の検討を中心に研究が行われてきており、日本においては心理的指標への影響の報告は、数少ない。

まず身体的な自己は、他の側面の知覚に比べて自己との関連が強いという指摘が報告されている。例えば、Wichstrom (1995) は、知的能力や社会的能力に関する知覚ではなく、身体的側面に関する知覚が自尊感情とより密接に関連していることを指摘している。また、岩脇 (1999) は、身体的側面に関する知覚の中でも、身体的魅力や外見の自己知覚が極めて重要であることを指摘している。つまり、自己の側面の中でも身体的自己概念は、より自己の中核的な概念であるといえる。

さらに、身体的側面への満足度は生涯を通じて自尊感情と最も密接に関係する因子である (Sonstroem, 1997)。発達的な自己の変化についても概観したが、生涯を通じて自尊感情に関連していく概念であるという意味では、一貫して果たす役割は大きい。

また、日本人を対象とした報告として、内田 (2008) では、大学生を対象に、日本版自己価値の随伴性尺度を作成している。自己価値の随伴性 (Contingency of self-worth : CSW) とは、どのような領域に自尊心や自分自身の価値の見積もりを随伴させるのかについての概念である。その結果、身体的側面に関しては、「外見的魅力」が抽出され、男子に比べ女子のほうが外見的魅力に自分自身の価値の見積もりを随伴する結果が得ている。また、特性自尊心と外見的魅力への随伴性は、負の相関が示され、自分自身の価値の見積もりを外見的魅力へ随伴させることが自尊心には負の影響を与えることが報

Table 5
身体的自己概念の多面性（榎本，1998，p.122，図4.5を基に作成）

著者	Shavelson et al.	Sutherland & Marsh	Franzoi & Shields	Harter	榎本	Fox & Corbin	Marsh & Richards
年号	1976	1982	1984	1985	1987	1989	1994
身体的自己概念の側面	身体的外見 (physical appearance)	身体的外見 (physical appearance)	身体的外見 (physical appearance)	身体的外見 (physical appearance)	外見的側面 (容姿・容貌や 外見の魅力に 関すること)	身体的魅力 (body attractiveness)	外見 (appearance)
							肥満 (body fat)
	身体的能力 (physical ability)	身体的能力 (physical ability)	身体的能力 (physical ability)	運動能力 (athletic competence)		スポーツ能力 (sports competence)	スポーツ能力 (sports competence)
		持久力 (endurance)			機能・体質的 側面 (体質や健康， 運動能力に 関すること)	フィットネス (fitness and exercise)	持久性・ フィットネス (endurance/ fitness)
			体重管理行動 (weight-control behaviors)				健康 (health)
							活動 (activity)
		強さ (strength)				身体的強さ (physical strength)	強さ (strength)
		平衡感覚 (balance)					調和 (coordination)
		柔軟性 (flexibility)					柔軟性 (flexibility)
					性的側面 (性に関する こと)		

* 翻訳については，すべて榎本（1998）での表現を使用した。そのため，本論文での翻訳表現と異なる部分もある。

告されている。この他にも外見的側面や痩身願望と自尊感情の関連が報告されている（例えば，馬場・菅原，2000；眞榮城，2005；田崎・今田，2004）。したがって，青年期においては，身体的自己と自尊感情の関連が強く，特に身体的魅力や外見側面との関連が強いことが明らかになっている。

そして，このように身体的魅力と自尊感情との結びつきが強いことは，一方では，精神的健康に対し負の影響も及ぼしている。例えば，鈴木・伊藤（2001）では，「身体満足度」と「自尊感情」の相関の高さが報告されているが，積極的女性性受容ができないことが自尊感情を低下させ，身体満足度を介して摂食障害傾向を招くことを示唆している。青年期に重要な領域にあたると考えられる身体的側面に関する評価は，自尊感情や抑うつ感に影響を与え，

最終的には，先述した摂食障害傾向などの不適応的行動と結びつくものと考えられる。

以上のように，身体的自己概念が与える影響については，自尊感情との関連の検討が中心に行われてきた。また，心理的指標との関連については，特に身体的魅力や外見的側面からの検討は行われてきたが，健康の側面や体力的な側面など，青年の身体を多面的，総合的に捉え比較を行っている研究が少なく，より青年の身体を網羅し捉えることができる尺度の作成と精神的健康との関連の検討が望まれる。

身体的自己概念に関する研究の課題と展望

これまで身体的自己概念の研究動向を概観してきたが，最後に，今後の課題と展望について述べる。

身体的自己概念は、自己の側面の中でも、自己との関連が強いこと、また生涯を通じて密接に関連していることから、身体的自己概念について検討していくことは意義があると考えられる。

身体的側面全般の評価を測定する試みは、主に海外において、運動やスポーツ領域で、多面的階層モデルが使用される中で提案されてきた。その中でも、Fox & Corbin (1989) の PSPP や Marsh & Richards (1994) の PSDQ が代表的であった。しかしながら、先行研究にみるように、身体的自己に関する検討は英語圏で行われており、日本においては、それらを適用する形でいくつか研究が始まっている段階である。日本における数少ない研究の中では、PSPP を基に養内 (1999) が身体的自己概念尺度を作成しているが、因子構造の信頼性および妥当性は明らかにされていない。また、内田・橋本・藤永 (2003a) は日本版身体的自己知覚プロフィール (PSPP-J) を作成しているが、2段階選択法であり、回答方法が難解である (内田・橋本・藤永, 2003a) という短所がある。今後、測定法の問題点に対する議論を踏まえて、客観的指標の作成が必要である。その際は、身体的自己を外見的側面など、一部の側面から捉えている研究が多く、多面的、総合的に検討することが必要である。人々にとって身体は様々な役割を果たしているため、身体をより広範な領域にわたって多面的に捉える必要があり、それによってそれぞれの時期の身体的自己の特徴を把握することができると考えられる。それらが、それぞれの年代においても適用可能なものになるならば、個人内の発達的変化を確認することに有効であるといえる。

また、身体的自己の多面的階層モデルの実証や自尊感情との関連についての検討はなされてきたが、身体的自己概念が精神的健康や適応との関連についての研究は数少なく、十分な知見は得られていない。Fox (2000) は、身体的自己知覚と自尊感情と平行して、感情調節、抑うつ感、生活満足感のような心理的 well-being の程度を調査する研究が必要であると指摘しており、精神的健康や適応、パーソナリティ特性等との関連を検討することで、より身体的自己がもつ役割が総合的に明らかになるものと考えられる。

さらに、それらを検討する際には、身体的自己の個人内の重要性も考慮する必要がある。身体的側面に関する重要度によって、自尊感情や精神的健康への影響が異なると考えられるため、あわせて身体的自己の重要性を考慮した検討が必要であると考えられる。PSDQ については、重要度や理想自己を考慮した研究も報告されており (Marsh, 1993, 1994,

1995)、今後自己側面の重要度を考慮するような検討が望まれる。

引用文献

- 荒井弘和 (2005). 気持ち良くなる要因: 身体活動と心理的安寧 Biddle, S. J. H., & Mutrie, N. (著) 竹中晃二・橋本公雄 (監訳) 身体活動の健康心理学 大修館書店 pp.164-168.
- 麻生 武 (1995). 身体我 岡本夏木・清水御代明・村井潤一 (監) 発達心理学辞典 ミネルヴァ書房 pp.356-357.
- 馬場安希・菅原健介 (2000). 女子青年における瘦身願望についての研究 教育心理学研究, 48, 267-274.
- Bracken, B. A. (1992). *Multidimensional Self Concept Scale*. Austin, TX: Pro-Ed.
- Brown, J. D. (1993). Self-esteem and self-evaluation: Feeling is believing. In J. Suls (Ed.), *Psychological perspectives on the self*, Vol.4. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum. pp.27-58.
- 遠藤由美 (1992). 個性化された評価基準からの自尊感情再考 遠藤辰雄・井上祥治・蘭 千壽 (編) セルフ・エスティームの心理学—自己価値の探究— ナカニシヤ出版 pp.57-70.
- 榎本博明 (1987). 青年期 (大学生) における自己開示性とその性差について 心理学研究, 58, 91-97.
- 榎本博明 (1998). 「自己」の心理学—自分探しへの誘い— サイエンス社
- Fox, K. R. (2000). Self-esteem, self-perception and exercise. *International Journal of Sport Psychology*, 31, 228-240.
- Fox, K. R., & Corbin, C. B. (1989). The physical self-perception profile: Development and preliminary validation. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11, 408-430.
- Franzoi, S. L., & Shields, S. A. (1984). The Body Esteem Scale: Multidimensional structure and sex differences in a college population. *Journal of Personality Assessment*, 48, 173-178.
- Guerin, F., Marsh, H. W., & Famose, J. P. (2004). Generalizability of the PSDQ and its relationship to physical fitness: The European French connection. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 26, 19-38.
- Harter, S. (1979). *Perceived competence scale for children*. Denver: University of Denver.

- Harter, S. (1985). *Manual for the Self-Perception Profile for Children*. Denver: University of Denver.
- 平松隆円 (2008). SPPC モデルによる大学生の自己概念の検討 佛教大学大学院紀要, **35**, 77-89.
- 井上比呂子 (2000). 日本の小学生の自己概念—教師の評価との関連性について— 日本教育学会研究発表要項, **59**, 44-45.
- 井上比呂子 (2007a). 小学生の自己概念尺度の検討—日米比較を通して— 日本パーソナリティ心理学会大会発表論文集, **16**, 154-155.
- 井上比呂子 (2007b). 自己概念の国際比較—日米の大学生のもつ自己イメージとは— 日本心理学会第71回大会発表論文集, 47.
- 岩本純子 (2007). 中高年期の自己評価における発達の特徴—自尊感情との関連, および領域間の関連に注目して— パーソナリティ研究, **16**, 1-12.
- 岩本純子・無藤 隆 (2004). 中年期の多次的自己概念における発達の特徴—自己に対する関心と評価の交互作用という観点から— 教育心理学研究, **52**, 382-391.
- 岩本純子・無藤 隆 (2006). 中高年期の well-being と危機—老いと自己評価の関連から— 心理学研究, **77**, 227-234.
- 岩脇三良 (1999). 女子学生における身体像と自尊感情 昭和女子大学女性文化研究所紀要, **23**, 1-16.
- James, W. (1892). *Psychology: Briefer course*. New York: Henry Holt. (今田 寛 (訳) (1993). 心理学上・下 岩波書店)
- 梶田毅一 (1988). 自己意識の心理学 (第2版) 東京大学出版
- 金 爽一・刈谷三郎・鄭 智恵・陸 調永・申 範澈・宮本隆信 (2006). 生活スポーツ参加者の身体的自己概念と心理的ウェルビーイング分析 高知大学教育学部研究報告, **66**, 11-22.
- 北村隆子・臼井キミカ・筒井裕子 (2004). 地域サロン参加による高齢者の自尊感情に影響を及ぼす要因 人間看護学研究, **1**, 1-9.
- Kowalski, K. C., Crocker, P. R. E., Kowalski, P. N., Chad, K. E., & Humbert, M. L. (2003). Examining the physical self in adolescent girls over time: Further evidence against the hierarchical model. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, **25**, 5-18.
- Kowalski, N. P., Crocker, P. R. E., & Kowalski, K. C. (2001). Physical self and physical activity relationships in college women: Does social physique anxiety moderate effects? *Research Quarterly for Exercise and Sport*, **72**, 55-62.
- 前田和子 (1997). 小学生の自己概念測定に関する研究—自己評価得点にみられる性差— 茨城県立医療大学紀要, **2**, 113-122.
- 前田和子・上田礼子 (1996). 幼児の自己概念測定に関する予備的研究—Harter Model の日本への適用— 茨城県立医療大学紀要, **1**, 7-15.
- 眞榮城和美 (2005). 自己評価に関する発達心理学的研究—児童期から青年期までの検討— 風間書房
- Markus, H. R., & Wurf, E. (1987). The dynamic self-concept: A social psychological perspective. *Annual Review of Psychology*, **38**, 299-337.
- Marsh, H. W. (1988). Self description questionnaire: A theoretical and empirical basis for the measurement of multiple dimensions of preadolescent self-concept. *A test manual and a research monograph*. San Antonio, TX: Psychological Corporation.
- Marsh, H. W. (1993). Relations between global and specific domains of self: The importance of individual importance, certainty, and ideals. *Journal of Personality and Social Psychology*, **65**, 975-992.
- Marsh, H. W. (1994). The importance of being important: Theoretical models of relations between specific and global components of physical self-concept. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, **16**, 306-325.
- Marsh, H. W. (1995). A Jamesian model of self-investment and self-esteem: Comment on Pelham. *Journal of Personality and Social Psychology*, **69**, 1151-1160.
- Marsh, H. W. (1996). Physical Self-Description Questionnaire: Stability and discriminant validity. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, **67**, 249-264.
- Marsh, H. W., Asci, F. H., & Tomas-Marco, I. (2002). Multitrait-multimethod analyses of two physical self-concept instruments: A cross-cultural perspective. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, **24**, 99-119.
- Marsh, H. W., & Jackson, S. A. (1986). Multidimensional self-concepts, masculinity and femininity as a function of women's involvement in athletics. *Sex Roles*, **15**, 391-415.

- Marsh, H. W., & O'Neil R. (1984). Self-Description Questionnaire III : The construct validity of multidimensional self-concept ratings by late adolescents. *Journal of Educational Measurement*, 21, 153-174.
- Marsh, H. W., & Redmayne, R. S. (1994). A multidimensional physical self -concept and its relation to multiple components of physical fitness. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 16, 45-55.
- Marsh, H. W., & Richards, G. E. (1994). Physical Self-Description Questionnaire : Psychometric properties and a multitrate-multimethod analysis of relations to existing instruments. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 16, 207-305.
- Marsh, H. W., Tomas-Marco, I., & Asci, F. H. (2002). Cross-cultural validity of the physical self-description questionnaire: comparison of factor structures in Australia, Spain and Turkey. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 73, 257-270.
- 蓑内 豊 (1999). 身体的自己尺度の作成 日本体育学会大会号, 50, 334.
- 蓑内 豊 (2000). 身体的自己概念と自尊感情の関連について—身体・運動に対する重要性の影響— 日本体育学会大会号, 51, 185.
- 蓑内 豊 (2002). 運動／スポーツの自己効力感と身体的自己概念, 自尊感情の関係 日本体育学会大会号, 53, 252.
- 蓑内 豊 (2003). 身体的自己概念の多面的階層性モデルの検討—価値概念の導入— 日本体育学会大会号, 54, 273.
- 蓑内 豊 (2006a). 通学合宿への取り組み—大谷地東チャレンジ合宿の実践— 北星学園大学文学部北星論集, 44, 153-161.
- 蓑内 豊 (2006b). 高齢者運動教室参加者の体力, 身体的自己概念, 自尊感情の関係 北海道体育学研究, 41, 1-8.
- 蓑内 豊 (2008). 自尊感情, 身体的自己概念の変容に影響する要因—長期キャンプ指導者としての体験から— 北星学園大学文学部北星論集, 45, 33-40.
- 溝上慎一 (1997). 自己評価の規定要因と SELF-ESTEEM との関係—個性記述的観点を考慮する方法としての外在的視点・内在的視点の関係— 教育心理学研究, 45, 62-70.
- 溝上慎一 (2001). 自己評価を規定する自己とそれに関連する大学生的文脈 溝上慎一 (編) 大学生の自己と生き方—大学生の固有の意味世界に迫る大学生心理学 ナカニシヤ出版 pp.69-96.
- 溝上慎一 (2003). 青年の自己感情とそれを規定する自己の諸相—青年の内在的視点と固有の文脈を考慮して— 京都大学大学院教育学研究科博士学位論文.
- Mullener, N., & Laird, J. D. (1971). Some development changes in the organization of self-evaluations. *Developmental Psychology*, 5, 233-236.
- Nigg, C. R., Norman, G. J., Rossi, J. S., & Benisovich, S. V. (2001). Examining the structure of physical self-description using an American university sample. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 72, 78-83.
- Neemann, J. & Harter, S. (1986). *Manual of the Self-Perception Profile for College Students*. Denver: University of Denver.
- 小野寺敦子 (2008). 成人期における自己の発達 榎本博明・岡田 努・下斗米淳 (監) 榎本博明 (編) 自己心理学2 生涯発達心理学へのアプローチ 金子書房 pp.208-225.
- Peart, N. D., Marsh, H. W., & Richards, G. E. (2005). *The Physical Self Description Questionnaire : Furthering research linking physical self-concept, physical activity and physical education*. Proceeding of the Australian Association for Research in Education Conference. Sydney, Australia.
- Richards, G. E. (1988). *Physical self-concept scale*. Australian Outward Bound Foundation: Sydney.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- 桜井茂男 (1983). 認知されたコンピテンス尺度 (日本語版) の作成 教育心理学研究, 31, 245-249.
- 沢崎達夫 (1993). 自己受容に関する研究 (1) —新しい自己受容測定尺度の青年期における信頼性と妥当性の検討— カウンセリング研究, 26, 29-37.
- 沢崎達夫 (1995). 自己受容に関する研究 (3) —成人期における自己受容の特徴とその発達の变化— カウンセリング研究, 28, 163-173.
- Shavelson, R. J., Hubner, J. J., & Stanton, G. C. (1976). Self-concept : Validation of construct interpretations. *Review of Educational Research*, 46, 407-441.
- 柴田利男 (2003). 中・老年期のボディ・イメージと健康 北星学園大学社会福祉学部北星論集,

- 40, 11-18.
- Sonstroem, R. J. (1997). Physical activity and self-esteem. In W. P. Morgan (Ed.), *Physical activity and mental health*. Washington DC: Taylor & Francis. pp.128-143.
- Sonstroem, R. J., Harlow, L. L., & Josephs, L. (1994). Exercise and self-esteem: Validity of model expansion and exercise associations. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, **16**, 29-42.
- Sutherland, R. B., & Marsh, H. W. (1982). *Physical Ability and Self-Description Scale*. Sydney, Australia: University of Sydney, Faculty of Education.
- 鈴木幹子・伊藤裕子 (2001). 女子青年における女性性受容と摂食障害傾向—自尊感情、身体満足度、異性意識を媒介として— 青年心理学研究, **13**, 31-46.
- 田崎慎治・今田純雄 (2004). 大学生男女における自尊感情と瘦身願望の関係 広島修大論集人文編, **45**, 17-37.
- 戸田まり (2008). 児童期における自己の発達 榎本博明・岡田 努・下斗米淳 (監) 榎本博明 (編) 自己心理学 2 生涯発達心理学へのアプローチ 金子書房 pp.175-188.
- 内田若希・橋本公雄 (2004). 日本語版身体的自己知覚プロフィールにおける回答形式の改訂—改訂版の作成と男女差の検討— スポーツ心理学研究, **31**, 19-28.
- 内田若希・橋本公雄 (2005a). 自尊感情に関する運動心理学研究 体育学研究, **50**(6), 613-628.
- 内田若希・橋本公雄 (2005b). 自尊感情および身体的自己知覚とソーシャルサポートの関連—多面的階層モデルに準拠して— スポーツ心理学研究, **32**, 29-37.
- 内田若希・橋本公雄 (2007). 自尊感情の多面的階層モデルと身体活動の関係 健康心理学研究, **20**, 42-51.
- 内田若希・橋本公雄・藤永 博 (2003a). 日本語版身体的自己知覚プロフィール—尺度の開発と性および身体活動レベルによる差異— スポーツ心理学研究, **30**, 27-39.
- 内田若希・橋本公雄・藤永 博 (2003b). 日本語版身体的自己知覚プロフィールの開発—因子分析モデルの適合度を基準とした項目選択— 日本体育学会大会号, **54**, 292.
- 内田由紀子 (2008). 日本文化における自己価値の随伴性—日本版自己価値の随伴性尺度を用いた検証— 心理学研究, **79**, 250-256.
- Wichstrom, L. (1995). Harter's self-perception profile for adolescents: Reability, validity, and evaluation of the question format. *Journal of Personality Assessment*, **65**, 100-116.
- 山本ちか (1999). 青年期の自尊感情に関する研究 日本青年心理学会大会発表論文集, **7**, 17-18.
- 山本ちか (2007). 高校生の全体的自己価値の検討 日本パーソナリティ心理学会大会発表論文集, **16**, 174-175.
- 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.
- 山村 卓 (2004). 男子高校生の自尊感情に関する研究 早稲田大学大学院教育学研究科紀要別冊, **12**, 193-202.
- 吉津紀久子 (1996). 自己評価尺度を通してみた青年期の自我の諸相 日本青年心理学会大会発表論文集, **4**, 37-38.

(受稿 3月29日: 受理 5月8日)