Tsukuba Psychological Research
2008, **35**, 7-15

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

筑波大学大学院人間総合科学研究科　阿部　美帆

目白大学人間学部　今野　裕之

筑波大学大学院人間総合科学研究科・心理学系　松井　豊

The instability of self-esteem observed with the diary method and psychological maladjustment

Miho Abe (*Graduate School of Comprehensive Human Sciences, Doctoral Program in Psychology, University of Tsukuba, Tsukuba 305-8572, Japan*)
Hiroyuki Konno (*Faculty of Human Sciences, Mejiro University, Tokyo 161-8539, Japan*)
Yutaka Matsui (*Institute of Psychology, Graduate School of Comprehensive Human Sciences, University of Tsukuba, Tsukuba 305-8572, Japan*)

The first purpose of this study is to examine the causes of instability of self-esteem. The second purpose is to examine the relation between level and instability of self-esteem and psychological maladjustment. In this study, university students completed inventories relating to negative rumination, self-consciousness, approval motivation, anthrophobic-tendency, and depression. Instability of self-esteem was observed in real time by employing the diary method. The results indicate that instability of self-esteem is positively correlated with negative rumination, public self-consciousness, and depression. In addition, within the participants with unstable self-esteem, those with low levels of self-esteem tended to worry more about things that they have no control over than those with high self-esteem. Finally, some research problems for investigating the instability of self-esteem in the future are discussed.

Key words: level of self-esteem, instability of self-esteem, diary method

問題と目的

本研究の目的は，自尊感情の変動性をもたらす要因について明らかにし，自尊感情の高さや変動性と心理的不適応の関連を検討することである。

近年の自尊感情に関する研究

自尊感情とは，自己への肯定的評価と定義され（Baumeister, 1998），高い自尊感情を持つことが適応的であるとされてきた。実際に，自尊感情と抑うつや不安との間には負の相関があることが報告されている（Smart & Walsh, 1993; Ciarrochi, Chan & Bajgar, 2001）。しかし一方で，自尊感情と攻撃との間にも正の相関がみられることが報告されており（Kernis, Grannemann & Barclay, 1989），高い自尊感情を持つことの心理的適応への影響については，知見が混乱している。

このような自尊感情研究の問題を解決するために，自尊感情の高さ以外の要因を取り上げ，適応的な自尊感情と不適応的な自尊感情とを区別する研究が行なわれるようになってきた。たとえば，自己価値の感覚が外的な出来事から受ける影響に注目して

いる自己価値の随伴性（contingencies of self-worth; Crocker, Luhtanen, Cooper & Bouvrette, 2003）に関する研究や，自尊感情を潜在的指標と顕在的指標から捉える研究（Bosson, Brown, Zeigler-Hill & Swann, 2003）があげられる。Kernis (2003) は，自尊感情の高さ以外の要因に注目した研究を概観し，適応的な自尊感情とは，自尊感情が防衛的ではなく真に高く，潜在的にも高く，外的な出来事に自己価値の感覚が影響を受けない安定した自尊感情であると理論化している。

一方，近年では自尊感情が変動することを前提とした理論が提出されている。代表的な理論として，自尊感情は他者からの受容や拒否を常に監視するシステムであると主張するソシオメーター理論（sociometer theory; Leary, Tambor, Terdal & Downs, 1995）や，自尊感情は人間の死への不安を緩和するものであるとする存在脅威管理理論（terror management theory; Solomon, Greenberg & Pyszczynski, 1991）があげられる。これらの理論は詳細が多少異なるものの，自尊感情が外からの反応によって揺れ動く点で共通しており（遠藤，1999），自尊感情が変動するものとして捉え直されていると考えられる。

これまでの自尊感情研究においては，自尊感情の特性的な高さが注目されてきたが，近年の自尊感情研究では，自尊感情を変動するものとして捉える傾向がある。そのため，個人の自尊感情の変化のしやすさを表す自尊感情の変動性（stability of self-esteem）の捉え方が注目されている。自尊感情の変動性に関する実証的な検討については，Kernisらの一連の研究において既に行なわれており，自尊感情が不安定な者の心理的特徴や，自尊感情をその高さと変動性の2側面から捉える有効性について分析されてきた。

自尊感情が不安定な者の心理的特徴

自尊感情の変動性に注目した研究（Kernis et al., 1989など）においては，同一対象者に短期間に連続して複数回（4～7日，1日1～2回）自尊感情尺度を実施し算出される個人内標準偏差を自尊感情の変動性の指標としている。これまでに，自尊感情の変動性が高い者，すなわち自尊感情が不安定な者の心理的特徴については，対人的な出来事に対する反応が取り上げられてきた。たとえば，自尊感情が不安定な者は，公的自己意識が高く（Kernis, Grannemann & Barclay, 1992），日々の肯定的・否定的出来事に影響を受けやすい（Greenier, Kernis, McNamara, Waschull, Berry, Herlocker & Abend, 1999）ことや，嫌悪的な対人関係の出来事の自尊感情の脅威となる側面に注目しやすい（Waschull & Kernis, 1996）ことが明らかにされている。自尊感情は他者からの受容や拒否によって変動すること（Leary et al., 1995）から，自尊感情が不安定な者の対人的な出来事に対する特徴的な反応は，自尊感情の変動性をもたらす要因として捉えることができる。

しかし，自尊感情が不安定な者は，特定のネガティブな結果を一般化し，その結果を内的で，安定して，全体的な要因であると考える傾向にある（Kernis, Whisenhunt, Waschull, Greenier, Berry, Herlocker & Anderson, 1998）と報告されており，単に対人的な出来事に注目しやすいといった特徴だけではなく，自尊感情の変動を引き起こす対人的な出来事が生じた後に，その出来事をどのように捉えるのかについても，自尊感情の変動性をもたらす要因として取り上げる必要があると考えられる。また，従来の研究では，自尊感情が不安定な者が，なぜ対人的な出来事に注目しやすいのかについて，その背景となる要因については検討されていない。以上から，自尊感情の変動性をもたらす要因については，未だ検討が不十分であると考えられる。

自尊感情の高さや変動性と心理的不適応との関連

自尊感情の変動性に注目した研究では，自尊感情をその高さと変動性の2側面から捉え，心理的不適応との関連についても検討が行なわれている。たとえば，Kernis, Grannemann & Mathis (1991) は，自尊感情の高さおよび変動性の2側面と抑うつの関連を検討している。その結果，自尊感情の変動性低群においては，自尊感情の高低によって抑うつ得点に差がみられる一方で，自尊感情の変動性高群においては，自尊感情の高低によって抑うつ得点に差がないことが明らかになった。この知見に基づけば，高い自尊感情を持っている者の中には，適応的な者と不適応的な者が混在しており，両者を区別するために，自尊感情をその高さと変動性から捉える必要があると考えられる。ただし，自尊感情の高さや変動性と心理的不適応との関連については，抑うつ以外の心理的不適応に関する検討が不十分であるため，他の心理的不適応についても同様の結果が得られるのか否かを検討する必要がある。

なお，自尊感情の高さや変動性と抑うつとの関連を検討したKernis et al. (1991) は，自尊感情の高さの指標として，2つの指標を用いている。第1の指標は，自尊感情の変動性の測定時に算出される個人内平均値であり，平均的な自尊感情の高さ（状態

平均）である。第２の指標は，複数回の自尊感情尺度の測定後に，改めて行なわれる質問紙調査で測定された特性的な自尊感情の高さ（特性自尊感情）である。Kernis et al.（1991）で得られた自尊感情の高さや変動性と抑うつとの関連は，自尊感情の高さの指標として，状態平均と特性自尊感情を用いた場合のどちらにもみられたが，状態平均を用いた場合の結果の方が明確であった。自尊感情の高さと抑うつとの相関についても，特性自尊感情よりも状態平均の方が高い負の相関を示していた。したがって，ある時点の（短期的な）精神的健康を予測する際には，その時点の自尊感情の高さ（状態平均）の方が有効な予測指標となるが，長期的な精神的健康を予測する際には，特性的な自尊感情の方が有効であると推定される。しかし，自尊感情の高さを示す２つの指標の違いについては，これまで検討されていない。

本研究の目的

本研究では，自尊感情の変動性に関する研究における未検討な課題を検討することを目的とする。

第１の課題は，自尊感情の変動性をもたらす要因について明らかにすることである。自尊感情の低下する出来事が生じた後に，その出来事をどのように捉えるのか，またなぜ対人的な出来事に注目しやすいのかについて，その背景となる要因について検討するために，本研究では２つの変数を取り上げる。第１の変数は，ネガティブな反すうである。ネガティブな反すうは，抑うつの脆弱要因として注目され，「その人にとって，否定的・嫌悪的な事柄（ネガティブなこと）を長い間，何度も繰りかえし考え続けること」と定義される（伊藤・上里，2001）。ネガティブな反すう傾向の高い者は，自尊感情の低下を引き起こすネガティブな出来事を繰り返し考え続けることから，自尊感情の低下を引き起こす出来事が生じた後に，自ら自尊感情の低下を増強させたり，低下状況を維持させるために，自尊感情が不安定になると考えられる。また，第２の変数として，承認欲求を取り上げる。承認欲求は，公的自己意識の高い者が持つ欲求として定義され，賞賛されたい欲求と拒否されたくない欲求の２つの欲求から構成されている（菅原，1986）。自尊感情が不安定な者は，公的自己意識が高いこと（Kernis et al., 1992）を踏まえると，自尊感情が不安定な者は他者から賞賛されたいもしくは拒否されたくないという欲求が高いために，評価される自己に注目しやすくなり，自尊感情が不安定になると考えられる。以上から，自尊感情の不安定な者がネガティブな反すうや承認欲求が高いのか否かについて検討を行なう。

第２の課題は，抑うつ以外の心理的不適応を取り上げ，自尊感情の高さや変動性との関連を検討することである。本研究では，心理的不適応として対人恐怖を取り上げる。対人恐怖は，対人関係の場で働く心理的な力に対して過敏さや緊張を示す事態であり，青年期に出現しやすいものである（穂刈・福田・田中，1996）。前述したように，自尊感情の不安定な者は，対人的な出来事に注目しやすいことから，対人関係において生じる心理的不適応が高い可能性がある。本研究では，対人関係における不安意識とそれに随伴しやすい否定的自己意識に関する６つの下位尺度（自分や他者が気になる悩み・集団に溶け込めない悩み・社会的場面で当惑する悩み・目が気になる悩み・自分を統制できない悩み・生きることに疲れている悩み）から構成されている対人恐怖心性（堀井・小川，1996；1997）を対人恐怖の指標として使用する。自尊感情が不安定な者は，公的自己意識が高いために（Kernis et al., 1992），他者の評価や評価される自己への過剰な意識（自分や他人が気になる悩み）が高いことや，自尊感情が揺れ動きやすいために，自分の感情を統制できない不安（自分を統制できない不安）が高いことが予想される。

なお，日本においては自尊感情の変動性に関する研究が少ないため，短期的な心理的不適応である抑うつ（CES-D）を取り上げ，Kernis et al.（1991）と同様の知見（自尊感情が安定している者では，自尊感情の高低間において抑うつ得点に差がある一方で，自尊感情が不安定な者では，自尊感情の高低間において抑うつ得点に差がない）が再現されるのかどうか検討する。

また，CES-D を用いて測定される抑うつを短期的な心理的不適応として捉え，対人恐怖心性を用いて測定される対人恐怖を長期的な心理的不適応として捉えられる。そこで本研究では，自尊感情の高さの２つの指標と，２つの心理的不適応指標との関連を検討し，状態平均と特性自尊感情の違いについて明らかにする。

以上から，本研究の目的は，以下の３点である。第１に，自尊感情の変動性の規定因を明らかにするために，自尊感情の変動性とネガティブな反すう傾向，公的自己意識・承認欲求との関連を検討する。第２に，自尊感情の高さや変動性と心理的不適応の関連について，対人恐怖を取り上げて検討する。また，心理的不適応として抑うつも取り上げ，先行研究の結果が日本においても再現されるのか検討する。第３に，自尊感情の高さの指標である状態平均

と特性自尊感情の違いについて，心理的不適応との関連から検討する。

方　法

2005年10月～1月，2006年12月に，大学生173名に対して以下の3つの調査を実施した。

第1調査　日誌法を用いた調査

自尊感情の状態平均および変動性の得点は，同一対象者への連続した測定から算出される。測定には，日誌法が用いられることが多い。たとえば，小塩（2001）は，自尊感情の変動性を算出するための測定期間（6日間）の日付および曜日が印刷されている小冊子の質問紙を作成している。対象者に小冊子を配布する際に，毎晩就寝前に記入するように教示し，翌週に回収を行なっている。

本研究では，小塩（2001）を参考に，あらかじめ小冊子になった質問紙を配布し，1日1ページを記入するように教示した。調査は7日間にわたって行なわれた。

質問紙　(a) 状態自尊感情尺度（阿部・今野，2005；2006）：測定時の状態自尊感情を測定するために作成されたものである。本研究では，日誌法では測定時刻を正確に統制することが困難であると考え，教示文および項目文を一部改変（「いま」を「今日」に改変）して使用した。教示文を「これは，あなたの“今日”の自分についての考えを測るためのものです。普段ではなく“今日”の自分についてです」とし，各項目文を「今日の自分は…感じる」とした。9項目，5件法。

第2調査　質問紙調査

第1調査に参加した対象者に対し，第1調査の日誌式質問紙を回収した際に，質問紙調査を実施した。質問紙は以下のとおりである。

質問紙　(a) 自尊感情尺度（山本・松井・山成，1982）：特性自尊感情を測定するために用いた。10項目，5件法。

(b) ネガティブな反すう尺度（伊藤・上里，2001）：ネガティブな反すうを測定する尺度であり，「ネガティブな反すう傾向」「ネガティブな反すうのコントロール不可能性」の2つの下位尺度で構成されている。11項目，6件法。

(c) 日誌式質問紙調査の参加に関する質問：予め日付および曜日が記入されている日誌法では，質問紙への記入を忘れ，翌日に前日のことを思い出して記入された回答や，提出前に数日分まとめて記入された回答がデータの中に含まれている可能性がある。このような回想に基づくデータは，信頼性に欠けると考えられる。

そこで，1週間の記入状況について，「必ず1日1回記入した」「昨晩を思い出して記入した日があった」「まとめて数日分記入した」から，単一回答法で尋ねた。なお，この項目への回答は，研究上必要なものであること，各対象者に何の不利益も生じないことを説明し，正直に回答するように求めた。

第3調査　質問紙調査

第2調査に参加した対象者に対し，第2調査終了後から1ヶ月以内に，再度質問紙調査を実施した。質問紙は以下のとおりである。

質問紙　(a) 自意識尺度（菅原，1984）：自意識の2側面である「私的自意識」と「公的自意識」の下位尺度から構成されている。9項目，5件法。

(b) 賞賛獲得欲求・拒否回避欲求尺度（菅原，1986）：18項目5件法。

(c) 対人恐怖心性尺度（堀井・小川，1996；1997）：対人恐怖的心性が一般人にどの程度みられるのかを測定する尺度であり，「自分や他人が気になる悩み」「集団に溶け込めない悩み」「社会的場面で当惑する悩み」「目が気になる悩み」「自分を統制できない悩み」「生きることに疲れている悩み」の6つの下位尺度で構成されている。30項目，6件法。

(d) CES-D（矢冨，Liang, Krause & Akiyama, 1993）：抑うつを測定するために用いた。20項目，3件法。

結　果

日誌式質問紙調査への参加状況

日誌式質問紙調査への参加状況の結果をTable 1に示す。調査に参加した対象者173名のうち，未記入の日があった者や，測定日の翌日に前日を思い出して記入および数日まとめて記入した者は，109名であった。これらを除く，1日1回の記入を行なっていた55名（男子17名，女子38名）を有効回答者とした。

自尊感情の高さおよび変動性と心理変数の間の相関係数

有効回答者ごとに，7日間の個人内平均値および個人内標準偏差を算出し，それぞれ自尊感情の状態平均（M =29.72，SD =6.65），自尊感情の変動性

(M =4.81, SD =2.19,) の指標とした。なお，自尊感情の変動性の得点のレンジは8.70であり，得点が高いほど自尊感情が不安定であることを示している。自尊感情の状態平均と特性自尊感情 (M = 29.51, SD =8.41) との間には，有意な正の相関がみられた (r =.75 p <.01)。自尊感情の変動性と状態平均および特性自尊感情との間には，有意な相関がみられなかった (r =−.11, −.24 *n.s.*)。

自尊感情の状態平均，特性自尊感情，自尊感情の変動性と各心理変数間の相関係数を算出した (Table 2)。自尊感情の状態平均は，特性自尊感情および賞賛獲得欲求と正の相関を示し，ネガティブな反すう傾向，対人恐怖心性の「集団に溶け込めない悩み」，「社会的場面で当惑する悩み」，「目が気になる悩み」，「自分を統制できない悩み」，「生きていることに疲れている悩み」，抑うつとそれぞれ負の相関を示した。すなわち，自尊感情の状態平均が高い者は，特性自尊感情や賞賛獲得欲求が高く，ネガティブな反すう傾向や，対人恐怖や抑うつが低かった。

Table 1　対象者の回答状況

参加者		173
有効回答		55
無効回答	まとめて記入	23
	未記入あり	9
	振り返り	77
	不明	9

※表中の数値は，すべて人数を示す

特性自尊感情は，状態平均と正の相関を示し，ネガティブな反すう傾向およびコントロール不可能，対人恐怖心性の「自分や他者が気になる悩み」，「集団に溶け込めない悩み」，「社会的場面で当惑する悩み」，「目が気になる悩み」，「自分を統制できない悩み」，「生きていることに疲れている悩み」，抑うつとそれぞれ負の相関を示した。すなわち，特性自尊感情が高い者は，状態平均が高く，ネガティブな反すう傾向や，対人恐怖や抑うつが低かった。

一方で，自尊感情の変動性は，公的自己意識や，ネガティブな反すう傾向および抑うつとそれぞれ正の相関を示した。すなわち，自尊感情が不安定な者は，公的自己意識や，ネガティブな反すう傾向，抑うつが高かった。

自尊感情の高さの指標である状態平均および特性自尊感情と各心理変数との間の相関係数について差の検定を行ったところ，対人恐怖心性の「目が気になる悩み」においてのみ有意であった (t(34) = 2.51 p <.05)。すなわち，対人恐怖心性の「目が気になる悩み」については，状態平均よりも特性自尊感情の方が高い負の相関を示した。

自尊感情の高さと変動性の2要因の分散分析

自尊感情の高さとして状態平均を取り上げ，自尊感情の変動性の各平均値を基準として，状態平均高群・低群，自尊感情の変動性高群・低群に分類した。各心理変数を従属変数として，状態平均（高・低）×自尊感情の変動性（高・低）の2要因の分散

Table 2　自尊感情の各指標と心理変数の相関係数および記述統計量

		状態平均 N =55	特性自尊感情 N =43	自尊感情の変動性 N =55	M	SD
ネガティブな反すう	傾向	−.49**	−.59**	.35**	24.64	8.70
	コントロール不可能	−.22	−.35*	.13	19.84	4.40
公的自己意識		−.15	−.26	.34*	54.11	8.99
私的自己意識		−.11	−.14	−.03	49.35	9.15
賞賛獲得欲求		.32*	.24	.19	16.02	5.01
拒否回避欲求		−.20	−.30	.13	14.25	3.85
対人恐怖	自分や他者が気になる悩み	−.27	−.40*	.22	22.20	6.55
	集団に溶け込めない悩み	−.31*	−.34*	.16	20.30	7.85
	社会的場面で当惑する悩み	−.39**	−.41*	.05	22.48	7.77
	目が気になる悩み	−.31*	−.60**	.10	17.91	8.69
	自分を統制できない悩み	−.33*	−.44**	.17	19.41	7.24
	生きていることに疲れている悩み	−.66*	−.68**	.24	18.65	7.96
抑うつ		−.61**	−.48**	.34*	12.59	7.86

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

Table 3　分散分析結果（F値）

従属変数		主効果 状態平均	主効果 自尊感情の変動性	交互作用	主効果 特性自尊感情	主効果 自尊感情の変動性	交互作用
ネガティブな反すう	傾向	29.24**	1.09	2.11	9.68**	3.46	0.00
	コントロール不可能	5.87*	1.15	0.95	3.20	2.52	0.08
公的自己意識		0.85	1.12	0.76	3.12	1.33	0.78
私的自己意識		2.13	0.00	0.07	0.00	0.30	0.04
賞賛獲得欲求		3.93	2.32	0.45	0.96	1.26	0.22
拒否回避欲求		0.75	0.54	0.54	0.61	0.70	0.00
対人恐怖	自分や他者が気になる悩み	5.70*	0.90	0.20	3.75	1.96	0.40
	集団に溶け込めない悩み	1.78	1.67	0.14	4.01	1.77	0.17
	社会的場面で当惑する悩み	4.19*	0.00	0.35	4.47*	0.00	1.01
	目が気になる悩み	4.28*	0.01	0.07	12.00*	0.03	0.19
	自分を統制できない悩み	0.88	0.24	4.14*	1.72	0.04	2.59
	生きていることに疲れている悩み	15.44**	4.04	0.06	11.32**	6.99*	0.40
抑うつ		5.26	4.18	0.60	5.22*	5.73*	0.03

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

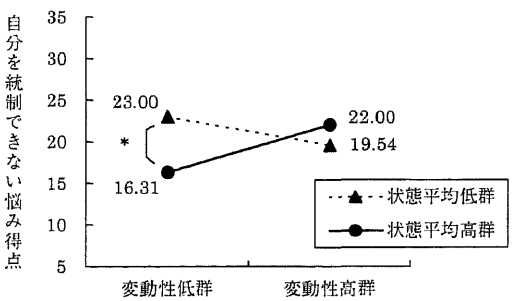

Fig. 1　各群の「自分を統制できない悩み」得点
※*p <.05

分析を行った（Table 3）。その結果，対人恐怖心性の「自分を統制できない悩み」においてのみ，交互作用が有意であった（$F(1, 40)=4.14$ p <.05；Fig. 1）。単純主効果について検討を行なったところ，自尊感情の変動性低群において状態平均の主効果が有意であり（$F(1, 40)=5.31$ p <.05），自尊感情の変動性高群において状態平均の主効果は有意ではなかった（$F(1, 40)=0.51$ *n.s.*）。すなわち，自尊感情が安定している者においては，状態平均の高低によって「自分を統制できない悩み」得点に差があったが，自尊感情が不安定な者においては，状態平均の高低によって「自分を統制できない悩み」得点に差がなかった。

次いで，自尊感情の高さとして特性自尊感情を取り上げ，自尊感情の変動性の各平均値を基準として，特性自尊感情高群・低群，自尊感情の変動性高群・低群に分類した。各心理変数を従属変数として，特性自尊感情（高・低）×自尊感情の変動性（高・低）の2要因の分散分析を行った（Table 3）。その結果，交互作用は有意でなかった。

考　察

本研究の目的は，自尊感情の変動性をもたらす要因について検討し，自尊感情の高さや変動性と心理的不適応の関連を検討することであった。具体的には，以下の3つの目的について，検討を行なった。

自尊感情の変動性をもたらす要因に関する検討

本研究の第1の目的は，自尊感情の変動性をもたらす要因について明らかにすることであった。本研究では，ネガティブな反すうおよび承認欲求を取り上げた。

その結果，自尊感情の変動性とネガティブな反すう傾向との間に関連が示され，自尊感情が不安定な者にはネガティブな出来事を繰り返し考え続ける特徴があることが明らかにされた。自尊感情の低下を引き起こす出来事が生じた後に，そのネガティブな出来事を繰り返し考えることによって，自ら自尊感情の低下を増強させたり，自尊感情の低下状況を維持していると考えられる。

また本研究では，先行研究（Kernis et al., 1992）と同様に自尊感情の変動性と公的自己意識の間に相関が示されたが，承認欲求との間に有意な相関は示

されなかった。自尊感情の変動性と承認欲求の間に関連が示されなかった理由については，十分な説明ができず，今後の検討課題とする。

したがって，自尊感情の変動性は，対人的な出来事に注目しやすいといった特性と，自尊感情の低下を引き起こすネガティブな出来事を繰り返し考え続けるといった特性から，もたらされているものと考えられる。

自尊感情の高さや変動性と心理的不適応との関連

本研究の第２の目的は，抑うつ以外の心理的不適応として，長期的な心理的不適応である対人恐怖を取り上げ，自尊感情の高さや変動性との関連を検討することであった。また，併せて短期的な心理的不適応である抑うつを測定し，先行研究（Kernis et al., 1991）の知見が再現されるのか否かの検討を行った。

その結果，対人恐怖心性の下位尺度である「自分を統制できない悩み」において，自尊感情の状態平均と自尊感情の変動性の交互作用が有意であった。自尊感情の安定している者においては，その時点の自尊感情の高低によって，「自分を統制できない悩み」得点に差がみられたが，自尊感情が不安定な者においては，その時点の自尊感情の高低において差がみられなかった。この交互作用の効果は，Kernis et al.（1991）の抑うつにおいて示された効果と同様のものであった。「自分を統制できない悩み」とは，自らの意志や感情を統制できないことに対する不安や不満感であり，対人意識へのとらわれのなかで生じる自己に対する否定的な問題意識の側面を表している（堀井・小川，1997）。自尊感情が高く安定している者に比べて，自尊感情が不安定な者や自尊感情が低く安定している者は，自分の否定的な側面を過剰に気にしてしまうために，自らの感情を統制できなくなり，現時点の自尊感情が不安定になったり，低く安定したりすると考えられる。

一方，自尊感情の高さや変動性と抑うつとの関連については，Kernis et al.（1991）の知見は再現されなかった。さらに，Kernis et al.（1991）では，自尊感情の変動性と抑うつの間に相関がなかったが，本研究では自尊感情の変動性と抑うつの間に正の相関が示された。これは，自尊感情の変動性の測定時期と抑うつの測定時期が異なっていたためと考えられる。

自尊感情の高さや変動性と抑うつの関連を検討した研究（Kernis et al., 1991）の後に，Kernis et al.（1998）は自尊感情の変動性の測定前後（Time 1 & Time 2）に抑うつを測定し，自尊感情の高さや変動性と抑うつの増加量との関連を検討している。その結果，自尊感情が不安定な者において，日常生活の中で困難（daily hassles）を感じていた者ほど，抑うつ得点が増加していることが示された。本研究では，自尊感情の変動性の測定の数週間後に抑うつを測定しているために，測定された抑うつの得点は，Kernis et al.（1998）のTime 2の抑うつ得点として捉えることができる。そのため，本研究では，自尊感情の変動性と抑うつの測定を同時期に実施したKernis et al.（1991）と同様の知見が得られなかったと考えられる。

また，前述した自尊感情の変動性とネガティブな反すうとの関連を踏まえると，自尊感情が不安定な者はネガティブな出来事を考え続けたために，自尊感情の低下が維持され，その結果抑うつの得点が高くなったと捉えることができる。そのため，Kernis et al.（1991）とは異なり，自尊感情の変動性と抑うつの間に相関が示されたものと考えられる。

以上から，適応的な自尊感情と不適応的な自尊感情を区別するために，自尊感情をその高さと変動性から捉える有効性については，一部確認されたといえる。しかし，抑うつやその他の心理的不適応との関連については，更なる検討が必要であると考えられる。

自尊感情の高さを示す２つの指標の違い

本研究の第３の目的は，自尊感情の高さの２つの指標と，２つの心理的不適応指標との関連を検討し，状態平均と特性自尊感情の違いについて明らかにすることであった。

状態平均および特性自尊感情と各心理変数との間の相関係数を算出したところ，自尊感情の高さの２つの指標と各心理変数との間の相関はほぼ同じ結果であった。ただし，長期的な心理的不適応である対人恐怖の「目が気になる悩み」については，状態平均よりも特性自尊感情の方が有意に高い負の相関を示した。一方で，短期的な心理的不適応である抑うつについては，有意な差がなかったものの，特性自尊感情よりも状態平均の方が高い相関を示した。以上から，自尊感情の高さの指標である２つの指標は，異なるものであると考えられる。

しかし，前述したように，長期的な心理的不適応である対人恐怖心性の「自分を統制できない悩み」において示された自尊感情の高さと変動性の交互作用は，現時点の（短期的な）自尊感情の高さである状態平均を用いた場合にのみ有意であり，特性的な（長期的な）自尊感情の高さである特性自尊感情を

用いた場合には有意ではなかった。したがって，自尊感情の高さを示す2つの指標については異なる可能性があるものの，状態平均がより短期的な心理的不適応と関連し，特性自尊感情がより長期的な心理的不適応と関連するのかについては明確ではない。

短期間の複数回測定から算出される状態平均は，測定期間の自尊感情の平均的な高さであり，期間が限定された明瞭な自尊感情の高さの指標であると考えられる。しかし一方で，1回の質問紙調査で測定される特性自尊感情は，個人の全体的な自尊感情の高さであるのか，調査時点の自尊感情の高さであるのか，不明慮である。今後，自尊感情の高さの2つの指標については，両者を明確に区別して捉え，検討する必要があるであろう。

今後の課題

今後の課題としては，以下の2点があげられる。第1は，自尊感情の状態平均や変動性の測定上の問題点である。本研究では，自尊感情の状態平均および自尊感情の変動性の測定手法に問題点があることが明らかにされた。本研究では日誌法を採用したところ，測定されたデータの中には，翌日に前日のことを思い出して記入されたものや，数日分まとめて記入されたものが含まれていることが明らかになった。1日1回の記入をした有効回答者は，調査に参加した対象者全体の半分以下であり，日誌法は対象者に負担をかけていると考えられる。

また，本研究においては，日誌法では測定時間をコントロールできないことから，状態自尊感情尺度の各項目および教示文を「いま」から「今日」に変更した。そのため，各対象者はその時点ではなく，1日を振り返って記入しており，回想に基づいた回答になっていたと考えられる。したがって，本研究では自尊感情の状態平均および自尊感情の変動性が正確に測定されていない可能性がある。

今後は，対象者に負担が少なく，その時点の自尊感情の高さを正確に測定する手法を開発する必要がある。

第2に，自尊感情の上昇に注目する必要性があげられる。本研究では，ネガティブな出来事を考え続けるといった特徴が，自尊感情の変動性をもたらしていることが明らかになった。しかし，自尊感情が不安定な者は，自尊感情の低下だけではなく，自尊感情の上昇も経験していると考えられる。したがって，自尊感情が不安定な者は，自尊感情の低下を増強させたり維持したりするだけではなく，自尊感情の上昇を増幅させたり維持したりする特徴がある可能性がある。今後は，ポジティブな出来事についても反すうする傾向にあるのか検討する必要がある。

引用文献

阿部美帆・今野裕之（2005）．状態自尊感情尺度の作成の試み　パーソナリティ研究，**14**，125-126.

阿部美帆・今野裕之（2006）．状態自尊感情尺度の開発　パーソナリティ研究，**16**，36-46.

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

Bosson, J.K., Brown, R.P., Zeigler-Hill, V., & Swann, W.B. Jr. (2003). Self-enhancement tendencies among people with high explicit self-esteem: The moderating role of implicit self-esteem. *Self and Identity*, **2**, 169-187.

Ciarrochi, J., Chan, A.Y., & Bajgar, J. (2001). Measuring emotional intelligence in adolescents. *Personality and Individual Differences*, **31**, 1105-1119.

Crocker, J., Luhtanen, R.K., Cooper, M.L., & Bouvrette, A. (2003). Contingencies of Self-Worth in college students: Theory and measurement. *Journal of Personality and Social Psychology*, **85**, 894-908.

Greenier, K.D., Kernis, M.H., McNamara, C.W., Waschull. S.B., Berry, A.J., Herlocker, C.E., & Abend, T.A. (1999). Individual Differences in Reactivity to Daily Events: Examing the Roles of Sability and Level of Self-esteem. *Journal of Personality*, **67**, 185-208.

遠藤由美（1999）．「自尊感情」を関係性からとらえ直す　実験社会心理学研究，**39**，150-167.

穂刈千恵・福田　周・田中康裕（1996）．青年期対人不安の実証的研究の今後－対人恐怖と境界例の関連性をふまえて－　性格心理学研究，**4**，38-46.

堀井俊章・小川捷之（1996）．対人恐怖心性尺度の作成　上智大学心理学年報，**20**，55-65.

堀井俊章・小川捷之（1997）．対人恐怖心性尺度の作成（続報）上智大学心理学年報，**21**，43-51.

伊藤　拓・上里一郎（2001）．ネガティブな反すう尺度作成およびうつ状態との関連性の検討，カウンセリング研究，**34**，31-42.

Kernis, M.H. (2003). Toward a conceptualization of optimal self-esteem. *Psychological Inquiry*, **14**,

1-26.

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.

Kernis M.H., Grannemann, B.D., & Barclay, L.C. (1992). Stability of Self-esteem: Assessment, Correlates, and Excuse Making. *Journal of Personality*, **60**, 621-644.

Kernis, M.H., Grannemann, B.D. & Mathis, L.C. (1991). Stability of Self-esteem as a moderator of the relation between level of self-esteem and depression. *Journal of Personality and Social Psychology*, **61**, 80-84.

Kernis, M.H., Whisenhunt, C.R., Washull, S.B., Greenier, K.D., Berry, A.J., Herlocker, C E., & Anderson, C.A. (1998). Multiple facets of self-esteem and their relations to depressive symptoms. *Personality and Social Psychology Bulletin*, **24**, 657-668.

Leary, M.R., Tambor, E.S., Terdal, S.T., &Downs, D.L. (1995). Self-esteem as an interpersonal monitor: The sociometer hypothesis. *Journal of Personality and Social Psychology*, **68**, 518-530.

小塩真司 (2001). 自己愛傾向が自己像の不安定性, 自尊感情のレベルおよび変動性に及ぼす影響　性格心理学研究, **10**, 35-44.

Solomon, S., Greenberg, J., & Pyszczynski, T. (1991). A terror management theory of social behavior: The psychological functions of self-esteem and culture worldviews. *Advances in experimental social psychology*, **24**, 93-159.

Smart, R.G., & Walsh, G.W. (1993). Predictors of depression in street youth. *Adolescence*, **28**, 41-53.

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.

菅原健介 (1986). 賞賛されたい欲求と拒否されたくない欲求－公的自意識の強い人に見られる2つの欲求について－　心理学研究, **57**, 134-140.

矢富直美・Liang, J., Krause, N., & Akiyama, H. (1993). CES-Dによる日本老人の抑うつ症状の測定－その因子構造における文化差の検討－　社会老年学, **37**, 37-47.

Waschull, S.B., & Kernis, M.H. (1996). Level and stability of self-esteem as predictors of chilidren's intrinsic motivation and reasons for anger. *Personality and Social Psychology Bulletin*, **22**, 4-13.

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.

（受稿9月28日：受理11月8日）