日本の青年の自尊感情（1）

── 仮想的有能感・Rosenbergの自尊感情研究・ソシオメーター理論に焦点を当てて ──

李　裕美

1．はじめに

現代は、移動・通信手段の発展に促進され、グローバル社会とも呼ばれるほど国境を越えた政治・経済活動が行われている国際競争社会である。世界共通語である英語とインターネットといったネットワーク網を武器にすれば、国内でどのようなことであれ可能になっている。このような時代を生きていく、また今後の日本社会の担い手になるであろう青年は、胸を張って国際的な場で活躍することを期待されている。そのためには、自分自身に自信を持ち、前向きな姿勢を保つことが何より大事であろう。

しかしながら、近年、日本の青年の自尊感情が低いと多数の研究から指摘されている（古澤，2000；河地，2005；木野・速水・岡田，2008；佐藤，2009；木野・速水，2009；古荘，2010）。その中のひとつをみてみると、木野・速水（2009）は、日本、韓国、シンガポール（中国系）、カナダ（アジア系）、アメリカ（白人）の大学生の中、日本の大学生が最も自尊感情が低いと報告している（図1）。

このような日本の青年の自尊感情の低さに関しては、長年多様な角度からいくつもの研究がなされてきた。しかし、現代社会を生きている青年の心理的な特徴をとらえたうえで、彼らに必要なものは何かを問う研究は少ない。本研究では、そのような目的を持つ研究の第一歩として、まず青年の自尊感情の低さを「仮想的有能感」という概念を通してみる一連の研究と、自尊感情そのものを関係性からとらえ直す「ソシオメーター理論」を考察することにする。なお、それらを踏まえて、今後の研究の方向性を考えてみたい。

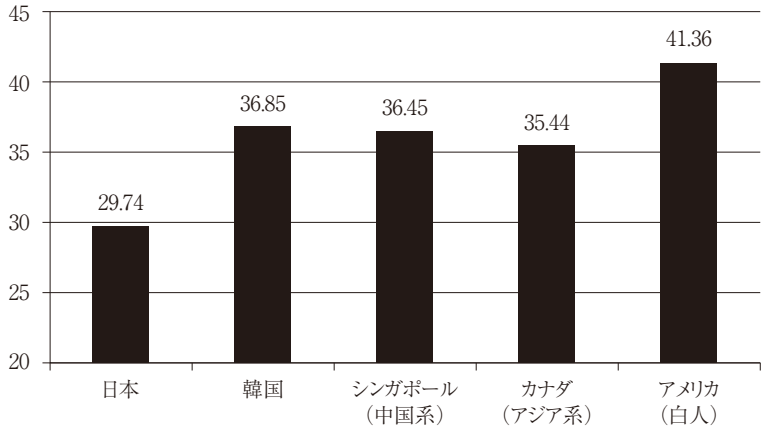

図1　自尊感情の国際比較（木野・速水（2009）の資料に基づき作成）

2．仮想的有能感

仮想的有能感　上述したように日本の青年の自尊感情が低いと指摘されているなか、一方ではそれを乗り越えられるある種の方法を見つけた者がいるとみる見解がある。実際の自尊感情は低いが、常に優れた存在でいたい思いから見つけたある方法を、無意識的に身に付けている人がいるというのである。その方法は「仮想的有能感」である。仮想的有能感（assumed-competence）とは、「自己の直接的なポジティブ経験に関係なく、他者の能力を批判的に評価・軽視する傾向に付随して習慣的に生じる有能さの感覚」（速水・木野・高木，2004；速水，2006）である。自分ではほとんど意識していないのに、他者の評価しがたい言動を観察したときに心の奥底から自然に吐露される、「フン、バカめ、俺の方が有能だ」というような感情を含んだ瞬時の認知である（速水，2006）。

測定方法　仮想的有能感は、無意識的なレベルで働くものなので、直接測定することができない。そのために用いられた尺度はよく知られている Rosenberg（1965）の自尊感情尺度と Hayamizu ら（2004）が考案した他者軽視傾向尺度である。仮想的有能感は熟知しない他者に反映しやすいものであるため、自分の内面を大いに投影させることができるよく知らない人たちに対する態度を問う質問を通して、推測されるのである。これらの尺度による測定から得られた結果を通して、自尊感情は低く他者軽視傾向は高い個人を仮想的有能感が強いと見なすのである（速水・小平，2006；小平・小塩・速水，2007；小塩・西野・速水，2009；松本・山本・速水，2009）。

有能感の４つのタイプ　速水（2006）は、これらを通して有能感のタイプを提案している（図2）。自尊感情も他者軽視傾向も両方高いタイプは「全能型」であり、実在の有能感を覚え、また他人を見下す人たちである。自尊感情は高いが他者軽視傾向は低いタイプは「自尊型」であり、もっとも望ましいと思われるタイプである。自尊感情は低いが他者軽視傾向が高いタイプが「仮想型」として上述したように仮想的有能感がもっとも強いと思われるタイプである。最後に、自尊感情も他者軽視傾向も低いタイプは「萎縮型」である。

3．Rosenberg の自尊感情研究

自尊感情研究　仮想的有能感の強い「仮想型」

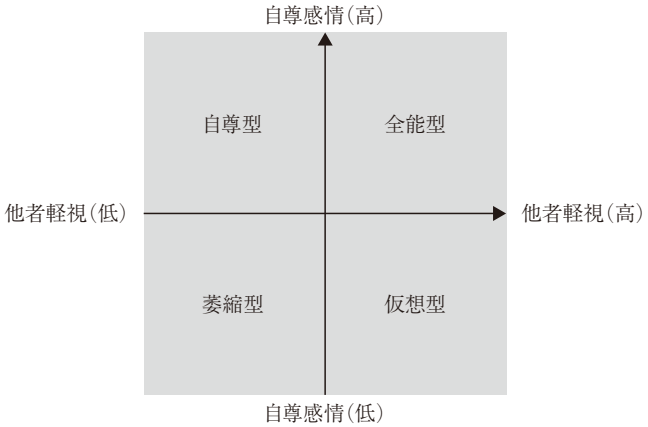

図２　有能感のタイプ（速水・小平（2006）の figure1 より）

と分類される人は、自尊感情は低く他者軽視傾向は高い個人であるが、自尊感情が低いということが何を意味しているのかを考えるために、自尊感情研究について少し述べることにする。自尊感情（self-esteem）とは、「自己に対する評価感情で、自分自身を基本的に価値あるものとする感覚」（遠藤，1999）である。また、自尊感情は、W. James と G. H. Mead、この２人に代表される考えである「測定可能な持続される個人的属性」としてとらえられ、質問紙法を通して測定及び研究がなされている。質問紙も色々あり、その次元や要因もそれぞれ異なるが、近年数多く用いられている代表的な尺度は Rosenberg の自尊感情尺度（1965）である。

２つの内包的意味　Rosenberg は、自尊感情とは「自己に対する肯定的あるいは否定的態度」であり、また２つの内包的意味があるとした。そのひとつは自分を「とてもよい（very good）」と考える態度であり、もうひとつは自分を「これでよい（good enough）」と考える態度である。前者は、他者の基準や社会的基準に照らした比較によるものであり、優越性（superiority）や完全性（perfection）の感情と関連するのである。他方、後者は自分が普通の人であっても、自らが設定した価値基準に照らして自己を受容したり尊敬したりし、また自己を価値のある存在と考える態度である。そのため、他者より優れているとかそうでないという感覚は含まれない。そのなか Rosenberg は後者を自尊感情として採用した。

自己概念　自尊感情と類似した概念として自己概念（self-concept）があげられる。自己概念は、自尊感情とは区別される概念ではあるものの、自己に対する価値評価を含んでいる点や自尊感情と相互変換されうる点などがあるため厳密には区別しがたいという考えもある。Rosenberg は、自己概念を主体としての自己ではなく客体としての自己に対する概念とし、またそれは「対象としての自己にかかわりを持つ人の考えや情動の全体的なもの」と定義される。この定義に含まれる自己は３つの領域に区分される。１つ目は「現存の自己概念（extant self-concept）」であり、人が自分自身をどのようにみているかをあらわす。２つ目の「願望された自己概念（desired self-concept）」は、「現存の自己」が見られたり判断されたりする際の準拠点であり、ほとんど恒常的な性質を持っている。３つ目の「演示自己（presenting-self）」は、他の人が自分自身をある類型の人と考えてほしいという思いや望みであり、また実際にそう考えられるよう努力をする自己である。

尺度　Rosenberg の自尊感情尺度は、主体である自己が客体である自己を評価する内容が５項目、自分が設定した基準に照らして自己を受容する程度を問う内容が５項目、合計 10 項目で構成されている。

４．仮想的有能感と人間関係

自尊感情と仮想的有能感　以上の Rosenberg の自尊感情研究を参考にすれば、仮想的有能感の強い個人は、自尊感情が低いため、自分自身を「これでよい（good enough）」と思っていない傾向にあると考えられる。彼らは、「願望された自己」、つまり、自分が設定した価値基準に照らし「現存の自己」をみれば、自分を受容・尊敬できない、価値のある存在だと思えない傾向にあると推測されうる。しかしながら、他者軽視傾向の高さから、自分を受容していないだけでなく、他者も受容していない傾向にあるとも推測できるかもしれない。要するに、仮想的有能感の強い人は、ポジティブな自己評価ができず、他者に対しても見下す態度を通してネガティブな評価を行っていると言えよう。

仮想的有能感の特徴　より具体的にみてみよう。前述した仮想的有能感の定義を通して、仮想的

有能感にはいくつかの特徴があることがわかる。それは、①自己の直接的なポジティブ経験に関係がない有能感であり、②他者の能力を批判的に評価・軽視する傾向に付随して習慣的に生じる、という特徴である。

経験に基づかない　①の特徴は、仮想的有能感が自分自身が直接経験したポジティブな出来事とは関係がないということである。自尊感情と比較すればより明瞭になろうが、自尊感情は、自分の努力のうえで得られた成功経験や他人に認められた出来事などと深い関連があり、長い時間を通して徐々に形成され、安定するものとなる。特に親の養育態度との関連に関する研究が多い。その反面、仮想的有能感の強い人は自尊感情が低いため、過去のポジティブな自己経験との程遠いことが推測できる。Hayamizu ら（2004）は、過去の成功経験と自尊感情には正の相関関係であることが示され、仮想的有能感と失敗経験には相関がみられなかったという。

他者軽視傾向と自己防衛機制　②の特徴は、仮想的有能感が他者の能力を低く見積もり、軽視することで生じることを表している。詳しくいうと、他者をみて軽視する内在的言動が生じたとき、ほぼ自動的に誇らしい快感を瞬時に感じるのが仮想的有能感である。なお、このような感覚は、自ら認めたくないような性質のものであるので、防衛機制的意味を持つ。そのため、自分自身には意識しがたい感覚と考えられる。社会的比較理論では、人は自分より低い位置にある人を比較対象にし、自分はその人よりは上にあると安心することで自己高揚が生じると指摘されている。これは下方比較という。ただし、他者軽視の対象は自分に近い人である家族や友人ではなく、何の関係もない「他人」である。

仮想的有能感の持つ人の特徴　それでは、以上のような特徴を持つ仮想的有能感の強い人はどのような人物なのだろうか。速水（2006）は、彼自身の一連の研究を通して確実に言えるのが3つあるという。 仮想的有能感の強い人は、①共感性が乏しく、②友人関係が狭い、また③友人関係に不満を持っているという。共感性が乏しいというのは、他者の立場に立って考えてみることや誰かの経験をみて同じ感情を抱くことなどは、あまり経験していないことを意味する。なお、彼らは友達が少ないだけでなく、不満を持っているのである。同様に家族関係についても不満であるというので、色々な出来事や感情を共有したり分かち合える関係が希薄であることがよくわかる。また、Hayamizu ら（2004）の研究から、仮想的有能感は「友だちに無視されたこと」、「先生から注意をうけたこと」、「周りの大人に信用されなかっかこと」といった3つの項目と正の相関関係が認められ、仮想的有能感の高い人のほど、人間関係においてネガティブな経験をよくしているのではないかと推測できる。

希薄化する人間関係　人間関係においてある種の問題を抱えているようにみえる仮想的有能感が生じる背景には、速水（2006）は「希薄化する人間関係」があると、またそのために真の自尊感情も持てないのだと推測している。つまり、親しい人間関係を失い段々孤立することにより、人間関係の本質的な機能である「支え合い」の経験がしづらくなるため、人を競争の対象にしか思えなく、常に勝ち抜こうと先手を打つ姿勢を身に付けるようになるのである。その意味では、他者軽視傾向は自己防衛的でもあると言えよう。なお、自尊感情は、常に支えてくれると信じられる親しい関係の人に認められたりほめられたりするなかで形成されるものであるため、そのような親密な周りの人が少ない社会では真の自尊感情が形成されることを期待しがたいのである。他の見解をみると、岡田（2010）は現代青年の友人関係にはいくつかの特徴的な関わり方があるとし、①見かけ上の円滑な関係を求める群れ傾向、②傷つけあうことを恐れる傾向、③他者に無関心で関係そのもの

から退却する傾向に分類した。また、その背景には「対人関係の希薄化」があると指摘している。

自尊感情と仮想的有能感　自尊感情研究を通してみた仮想的有能感を持つ人とは、ポジティブな自己評価ができず、他者に対しても見下す態度を通してネガティブな評価を行っているようだと前述した。その研究では、人は「自分」のなかに設定した価値基準に照らして「自分」を受容・尊敬する「これでよい（good enough）」感覚を持つのが自尊感情だと主張している。一方、自尊感情の形成には「周り」から受容されている感覚が大きく影響を及ぼすと提唱するソシオメーター理論（Leary & Downs, 1995）があり、近年注目されつつある。

5．ソシオメーター理論

自己と他者の関係性　ソシオメーター理論は、自尊感情を自己と他者の関係性に基づくとみる見解のひとつである。従来の自尊感情研究は、主体である自己が客体である自己をどのように認知するかに基づく見解を重視しているが、ソシオメーター理論を提唱したLeary（1999）は、自尊感情とは他者との関係のなかで自己が受容されている感覚に影響されるものとしている。また、それは受容されているか否かを示す計器であるメーターにより知覚され、受容されるように動機付けたりするシステムとして働くとされる。遠藤（2005）はソシオメーター理論からみた自尊感情は社会的・対人的源泉を持つと指摘し、またその点をソシオメーター理論の特徴だという。

自尊感情　ソシオメーター理論からみた自尊感情とは、「自分と他者との関係を監視する心理的システム」であり、「他者からの受容の程度を示す計器（メーター）」である（Leary, 1999）。つまり、自尊感情が高まるということは、他者から認められているというシグナルであり、逆に自尊感情が低まるということは、他者から認められていないというシグナルである。

自尊感情システム　人はそもそもひとりでは生きられない存在である。人がいるところでは自然に群れが形成され、集団や社会へ発展する。人は一定の集団に所属して、お互い同士で助け合い支え合いつつ生きていくのである。仲間はずれなど集団から排除されることは死を意味する。昔は肉体的な死に直結したかもしれないが、今日では社会的な死を意味するだろう。社会の中で生き延びるためには、属した集団の構成員に仲間として認められることが重要である。このために、他者から受け入れられているのか、あるいは排除されているのかをモニターするシステムが進化してきたのである。これを自尊感情システムという。

自尊感情システムの特徴　自尊感情システムは、①対人的環境をモニターして他者からの受容の脅威となるものがないかどうか常に探している。②脅威となるものが検出された場合には、ネガティブな感情を引き起こすが、これがネガティブな自尊感情である。さらに、自尊感情を高めるために③対人関係に注意を向けるように自分を動機付けるのである（Leary, 1999）。

特性自尊感情か状態自尊感情か　そうすれば一見、自尊感情システムは、比較的安定した「特性自尊感情」と 状況によって変化する「状態自尊感情」の中（阿部・今野, 2007）、状態自尊感情に類似していると思われるかもしれないが、そうでない。遠藤（2005）は、ソシオメーター理論からみた特性自尊感情は、個人が成長・発達する長い間、（知覚された）受容・拒絶された経験が積み重なることによって生じる関係的自己評価であるという。他者から受け入れられたという主観的経験の多い人は特性自尊感情が高いという。実際、他者から受容・拒絶されてきたという信念と特性自尊感情の間には強い

相関関係があると報告されている（Leary, et al., 1995）。

6．今後の課題

ソシオメーター理論の自己と他者との関係性という側面、また長期間に渡り積み重なった受容・拒絶された経験との相関関係を考えると、自己をポジティブに評価できず、他者に対してネガティブな評価をする仮想的有能感の心性をより的確に説明できるのではないだろか。常に、競争社会で勝ち抜くことを強いられている青年は、人間関係が希薄化するなか、受容される経験を多く持たないだろう。そのために自信は持ちにくいのに、負けるわけにもいかないので、先に「他人」の弱点を指摘して自己を防衛しようとする、とみなしてもよいのではないだろうか。それを検討する必要があると考えられる。したがって、被受容感・被拒絶感尺度（杉山・坂本，2006）を用いた実証研究を今後の課題とする。

なお、仮想的有能感の強い人が増えている背景には「希薄化する人間関係」があり、彼らは「円滑な人間関係を促進・維持すること自体が不得手」のようだと推測されている（速水，2006）。 しかし、関連した研究は見当たらないので、仮想的有能感の強い人の社会的スキルはどれほどなのかを検証する必要があると考えられる。そのため、KiSS-18（菊池，1988）を用いて実際に社会的スキルが低いか否か、またそれは仮想的有能感との関連があるのかを検討していきたい。

さらに、今後日本の青年が入城する社会は国際競争社会と呼ばれており、これまで経験したことのない性質の経験や失敗もすることになるだろう。実際にそのような様々な困難に遭った場合は乗り越えていくにこしたことはない。失敗と向き合い、前に向かって進む姿勢が望ましいだろう。しかし、近年の青年心理と関連付けた失敗対処スタイルに関する研究は見当たらない。したがって、実際に青年が失敗を経験した際、どのように対処するのか、またそこに仮想的有能感がどのような影響をしているのかを検討する必要があると考えられる。そのため、近年の青年にとってもっとも現実的な事柄を取り上げた文章完成法テスト（Sentence Completion Test）を作成し、その結果を検討していきたい。

最後に、以上の内容を、日本ともっとも近い国である韓国でも調査を行う。韓国は東アジアの国として日本と文化的な類似点が多いが、その反面異なる点も多い。冒頭に言及した木野・速水（2009）の仮想的有能感の文化比較研究によると、韓国は、全能型が43.2%、自尊型が35.5%、仮想型が13.1%、萎縮型が8.2%である。他方、日本は、萎縮型が34.1%、仮想型が32.9%、自尊型が19.0%、全能型が13.9%である。この近い国から正反対の傾向が得られたことは興味深い。両国の文化比較を通して得られた結果から、共通点と相違点、両方を分析することができるのではないかと期待する。したがって、韓国の青年を対象に同様の調査を行い、両国の文化比較を通して、より精密な考察をしていきたい。

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**（1），36-46.

遠藤由美（1999）．自尊感情　中島義明他編　心理学辞典　Pp.343-344.

遠藤由美（2005）．自尊感情の適応生成機能とモチベーション――「自己制御焦点」を基幹概念として　科学研究費補助金基盤研究（C）（2）研究成果報告書；平成14-16年度.

速水敏彦（2006）．他人を見下す若者たち　講

談社現代新書
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**，1-7.
Hayamizu, T., Kino, K., Takagi, K., & Tan, E. H.（2004）. Assumed-competence based on undervaluing others as a determination of emotions: Focusing on anger and sadness. *Asia Pacific Education Review*, **5**, 127-135.
速水敏彦・小平英志（2006）．仮想的有能感と学習観および動機づけとの関連　パーソナリティ研究，**14**（2），171-180.
古澤頼雄（2000）．青年期における自己有能感――日本人・帰国子女日本人・日系米国人・白系米国人の比較――　東京女子大学比較文化研究所紀要，**61**，25-54.
古荘純一（2010）．日本の子どもの自尊感情はなぜ低いのか――児童精神科医の現場報告――　光文社新書
河地和子（2005）．自信力が学生を変える：大学生意識調査からの提言　平凡社新書
菊池章夫（1988）．思いやりを科学する　川島書店
木野和代・速水敏彦（2009）．仮想的有能間の形成と文化的要因――大学生を対象に――　日本教育心理学会総会発表論文集，**51**，26.
木野和代・速水敏彦・岡田涼（2008）．仮想的有能間の形成と文化的要因――中学生を対象に――　日本教育心理学会総会発表論文集，**50**，245.
小平英志・小塩真司・速水敏彦（2007）．仮想的有能感と日常の対人関係によって生起する感情経験――抑鬱感情と敵意感情のレベルと変動性に注目して――　パーソナリティ研究，**15**（2），217-227.
小塩真司・西野拓朗・速水敏彦（2009）．潜在的・顕在的自尊感情と仮想的有能感の関連　パーソナリティ研究，**17**（3），250-260.
Leary, M., Tamber, E. S., Terdal, S. K., & Downs, D. L.（1995）. Self-esteem as an interpersonal monitor: The sociometer hypothesis. *Journal of Personality and Social Psychology*, **68**, 518-530.
Leary, M. R.（1999）．自尊心のソシオメーター理論　R,M. コワルスキ　M.R. リアリー編著　安藤清志・丹野義彦監訳　臨床社会心理学の進歩――実りあるインターフェイスとめざして　北大路書房
Leary, M. R., & Downs, D.（1995）. Interpersonal functions of the self-esteem motive: The self-esteem system as a sociometer. In M. Kernis（Ed.）, *Efficacy, Agency, and Self-Esteem*. New York: Plenum.
松本麻友子・山本将士・速水敏彦（2009）．高校生における仮想的有能感といじめとの関連　教育心理学研究，**57**，432-441.
岡田努（2010）．青年期の友人関係と自己――現代青年の友人認知と自己の発達――　世界思想社
Rosenberg, M.（1965）. *Society and the adolescent self-image*. Princeton: Princeton University Press.
佐藤淑子（2009）．日本の子どもと自尊心――自己主張をどう育むか――　中公新書
杉山崇・坂本真士（2006）．抑うつと対人関係要因の研究：被受容感・被拒絶感尺度の作成と抑うつ的自己認知過程の検討　健康心理学研究，**19**，2，1-10.

付　記

本論文の作成にあたり、田中俊也教授（関西大学文学部）にご指導を受けました。ここに記して心より感謝致します。なお，小黒明日香さん（関西大学大学院 M1）に日本語の訂正をしていただきました。心より感謝致します。