

自尊感情の安定性－不安定性次元の実証的検討 — くり返し測定時の変動と不安定性の自己評価との比較対照 —

中島 絵美・松野 隆則

Empirical investigation on the stability-instability dimension of self-esteem: Comparison of statistical variability and self-evaluation of instability

Emi NAKASHIMA and Takanori MATSUNO

This empirical study compared research techniques assessing individual differences in the stability-instability dimension of self-esteem. Female graduate and undergraduate students ($N = 91$) participated in a paper-and-pencil questionnaire survey and conducted a once-a-day online self-esteem assessment over one week. In over six days, 72 participants completed the online questionnaire. The measure of state self-esteem's statistical variability (Standard Deviation) over six or more days indicated moderate correlations with the Stability Scale of Self-Esteem (SSSE) assessing the instability of self-esteem. However, self-esteem instability measured by SSSE was not correlated with the level of self-esteem. Nevertheless, the self-esteem level and its instability were partially explainable by two types of Narcissism and significantly predicted interpersonal vulnerability. These results indicated the validity and significance of assessing the stability-instability dimension of self-esteem using psychological assessment scales.

Key words : *self-esteem* (自尊感情), *psychological scale* (心理尺度),
stability-instability dimension (安定性－不安定性次元), *narcissism* (自己愛傾向),
interpersonal vulnerability (対人的傷つきやすさ)

問題

はじめに

自尊感情 (self esteem) は「自分自身を自ら価値のあるものとして感じること」(中間, 2016) と定義される。自尊感情が高い人は、ストレスや不安が低く(宮本, 1992)、動機づけが高く(Kernis, 1995)、また主観的幸福をより強く感じている(Goswick & Jones, 1981) など、自尊感情の高さが心理的適応と関連があることが繰り返し報告されている。一方で、高い自尊感情が他者への批判や攻撃的な行動と関連するなど(Baumeister, Smart, & Boden, 1996)、自尊感情の高さが必ずしも心理的適応と関連しない可能性も指摘されているものの、自尊感情に関する研究はその安定的な側面に着目することがこれまで多かったと言える。

しかしながら近年、このような状況の変化や時間の経過に関して比較的安定した「特性自尊感情」に対して、日常生活における状況に対応して変動する「状態自尊感情」を区別して捉える試みがなされており、後者の測定を目的とした状態自尊感情尺度(阿部・今野, 2007)も開発されている。

本研究は、自尊感情が日々の生活の中でその時々のある出来事に応じて変化する側面に焦点を当て、自尊感情の安定性－不安定性に関する個人差測定の方法論的検討を通じて、個人の自尊感情のあり様と心理的な適応との関連を探究する研究の進展に寄与しようとするものである。

自尊感情の安定性－不安定性

自尊感情の安定性－不安定性に関する先駆的研究としてはKernis, Grannemann, & Barcly (1989)

がある。Kernis et al. (1989) は自尊感情の不安定性を「人の自己評価全体における短期間の揺らぎの大きさに関わる概念」と捉え、不安定さがそもそもの個人の特性の反映である場合、つまりパーソナリティ特性として自尊感情が不安定である場合と、評価的なフィードバックなどによる文脈的な要因から自尊感情が不安定となる場合があると述べている。そして、自尊感情の安定性を測るために Self-Esteem Scale (Rosenberg, 1965) を使用し、7日間測定した結果、自尊感情がかつ不安定な場合に怒りや敵意を表しやすくなることを明らかにした。また、中間・小塩 (2007) は自尊感情の変動性が高い者は、日常生活の出来事からの影響を肯定的にも否定的にも受けやすいことを指摘している。さらに、小川 (2020) も自尊感情の変動性の高さが精神的健康に負の影響を与えることを指摘している。

以上のことから、自尊感情と心理的適応との関連を考える際には、自尊感情の高低だけでなく、安定性－不安定性に着目する必要があると考えられる。

自尊感情の安定性－不安定性の測定方法

自尊感情の安定性－不安定性の測定方法は、くり返し測定による手法と自己評価尺度による手法の二つに大別される。くり返し測定は、同一対象者の自尊感情を短期間に複数回測定して、測定結果の統計的変動を安定性－不安定性の指標とする方法である。一方で、自己評価尺度による測定は、自身の自尊感情の安定性－不安定性に関する記述である質問項目からなる心理尺度に対して評定回答を求める方法である。

くり返し測定に関しては、前述した Kernis et al. (1989) の研究では、対象者にアラームを渡し、1日に1～2回指定された時刻にアラームが鳴る度に自尊感情を測定する方法で7日間に渡って測定を行っている。他にも、阿部・今野・松井 (2008) はあらかじめ7日分の質問紙を冊子にしたものを配布し、1日1回記入させている。また、市村 (2013) は7日間17～19時頃の間各対象者の携帯電話にメールを送信し、回答用 Web ページに誘導して回答を求めている。

このようなくり返し測定によって得られた統計的変動は、自尊感情の不安定性に関する“Gold

Standard” と呼ばれ、最も正確な指標と考えられている (Chabrol, Rousseau, & Challahan, 2006)。しかし、くり返し測定については方法論的問題点も指摘されている (市村, 2012)。例えば、阿部他 (2008) の研究では質問紙を事前にまとめて配布していたが、調査対象者のうち半数以上が測定日の翌日に前日のことを思い出して記入したり数日分をまとめて記入したりするなど記録の正確性が欠けやすい問題が指摘されている。

このような測定上の問題が起こる原因として、調査の負担が大きいことが考えられる。具体的には、一定期間毎日の回答が求められる上、回答のタイミングも指定されているにもかかわらず、携帯電話などを用いたりマインド (市村, 2013) を用いない場合はタイミング自体を自発的に思い出さなければならないという点である。また、質問紙や筆記用具などを常に用意する必要があることも回答の負担を大きくさせる。このようなさまざまな負担が理由で、回収率の低さや回答の不正確さにつながると考えられる。さらに、7日間の測定期間が自尊感情の不安定性を測定するのに妥当であるかという問題もある。例えば、測定した1週間の自尊感情がたまたま安定していた、もしくはたまたま不安定だったという可能性もあるのではないだろうか。

一方で、自尊感情の安定性－不安定性の個人差を測定するもう一つのアプローチとして、自尊感情の安定性－不安定性を記述した質問項目に対する自己評価を求める評定尺度がいくつか開発され、心理的適応との関連が検討されている。Chabrol et al. (2006) は4項目からなる“Instability of Self-Esteem Scale”を作成し、自尊感情の不安定性と抑うつ傾向の関連を報告している。これとは独立して、中澤 (2010) も20項目からなる「自尊感情の安定性尺度」を作成して、自尊感情の不安定性と精神的健康度の低さの関連性を報告している。

不安定性の自己評価とくり返し測定の変動の対応

自己評価尺度による測定はくり返し測定と異なり、回答が一度のみで回答者の負担が少ないことが利点である。しかし、自己評価尺度によって測定される自尊感情の安定性－不安定性はあくまで主観的な評価であり、客観的な安定性－不安定性を反映しているかどうかが問題となる。

小川 (2020) は、自尊感情の変動性の自己評定尺度である P-SEI (知覚された自尊感情の変動性) 尺度 (Howard, 2017) の日本語版を作成し、7日間のくり返し測定との比較を試みている。その結果、P-SEIの尺度得点とくり返し測定の結果 (標準偏差) との間で有意な相関はみられなかった。その理由として、くり返し測定とは異なり P-SEI 尺度は自尊感情の安定性－不安定性の特性的な側面を測定していると考察されている。ここで P-SEI 尺度の項目内容を見ると、「私の自尊感情は不安定だ」「特定の出来事が私の自尊感情を変える」といったように「自尊感情」という単語をそのまま使用している。日本では「自尊感情」という単語がそれほど日常ではなく、調査対象者ごとに異なる理解がなされた結果、くり返し測定との関連が見られなかった可能性が考えられる。そのため、「自尊感情」などの単語の理解で調査対象者ごとの理解のばらつきが発生しにくい研究手法を用いて、くり返し測定と自己評定の関連を検討する必要がある。

自尊感情と自己愛傾向との関連

自尊感情の安定性－不安定性を検討する上では、自尊感情と異同が議論される自己愛にも着目する必要がある。自己愛は「自分が自分を愛すること」(小此木, 1981) と定義されるように、自己に関する肯定的感覚という点で自尊感情と類似の概念と言える。実際、自己愛傾向は自尊感情と正の相関関係にあることが示されている (小塩, 1998)。

また中山・中谷 (2006) は、自己愛を「誇大型」と「過敏型」の2つに分類している。「誇大型」自己愛は他者に影響されにくく、「周囲を気にかけず」自己評価を維持しようとするあり方である。一方で、「過敏型」自己愛は他者に影響されやすく、「周囲を気にかける」ことで自己評価を維持しようとするあり方である。すなわち「誇大型／過敏型」という自己愛のあり方の違いは、自己評価を維持する上で他者からの影響を受けやすさが異なることを意味する。

そこで本研究では、自己愛傾向のなかでも評価過敏性自己愛と誇大性自己愛における個人差と、自尊感情の高低や安定性－不安定性との関連について検討する。

自尊感情の不安定さが対人的傷つきやすさに及ぼす影響

自尊感情の安定性－不安定性を検討する上では、これまで述べてきた測定方法の問題以外にも心理的適応との関連を検討することも重要である。自尊感情の不安定性は特に「傷つきやすさ」と結びついていることが指摘されている (中島, 2019)。自尊感情の安定性－不安定性を左右する要素としては、日常生活における出来事の中でも他者からの影響が重要であると考えられる。

鈴木・小塩 (2002) は、他者からのネガティブなフィードバックに関して精神的健康を害しやすい傾向を「対人的傷つきやすさ」と定義し自己評価尺度を作成し、対人的傷つきやすさの高さが精神的健康の低さと関連することを示している。したがって、自尊感情の不安定性と心理的適応との関連を検討するために、他者からの影響の受けやすさを反映した対人的傷つきやすさを取り上げ、自尊感情の安定性－不安定性に関する各測定方法で得られた指標から説明が可能かどうか検討する。

本研究の目的

以上述べてきたように、自尊感情の安定性－不安定性は心理的適応との関連において重要である一方、その測定方法に関してさまざまな問題が指摘されている。そこで本研究では、自尊感情の安定性－不安定性次元での個人差に関して同一の対象者に自己評価尺度による測定と1週間のくり返し測定を実施して、両者の結果を照合するとともに、自尊感情の安定－不安定性と関連があると考えられる評価過敏性－誇大性自己愛や対人的傷つきやすさとの関係について検討する。これにより、自尊感情の安定性－不安定性の各測定方法の妥当性を検討するとともに、各方法によって測定された個人差が、個人の自尊感情のあり様のどのような側面を捉えているかについて手がかりを得ることが本研究の目的である。

方 法

1. 研究方法の概要

本研究は質問紙調査とオンライン実施のタイムサンプリング調査の2つの調査から構成されている。同一対象者に質問紙調査では自己評価尺度を

実施し、タイムサンプリング調査ではくり返し測定を実施した。本研究における調査結果の分析対象者は、質問紙に回答しており、かつタイムサンプリング調査に参加して6日分以上回答のあった72名とした。調査結果の統計分析にはSPSS 24を使用した。

2. 質問紙調査

調査対象者

関東圏の私立女子大学に在籍する学部2年次から修士2年次までの女子学生121名(平均20.94歳, $SD = 1.97$)に対して調査を実施した。

調査時期・手続き

調査は、2020年1月6日～1月17日に実施した。授業での一斉配布および縁故法により、質問紙と後述するタイムサンプリング調査への参加の同意書を配布・回収した。質問紙表紙に記載されている研究目的および調査倫理に関する説明事項を文書および口頭で伝えた後、質問紙への回答を求めた。回答者のプライバシーに配慮し、回答はいずれも無記名で行われたが、質問紙調査とタイムサンプリング調査の結果を対応づけるために、調査対象者自身の小学校、中学校、高校名をアルファベット表記した際の頭文字、生年月日4桁からなる匿名IDの記入を求めた。また、質問紙調査参加への謝礼としてお菓子(30円相当のビスケット小袋)を配布した。

調査内容

①自尊感情の安定性尺度(中澤, 2010)

自尊感情の高低及び安定性-不安定性を測定するため使用した。全20項目からなり「不安定的側面」と「否定的側面」の2因子で構成されている。各項目について「5:あてはまる」から「1:あてはまらない」の5件法で回答を求めた。

②Instability of Self-Esteem Scale (Chabrol et al., 2006) 日本語訳

自尊感情の安定性-不安定性を測るもう一つの

尺度として、Chabrol et al. (2006) が作成した4項目による尺度を日本語に訳して使用した。項目内容を表1に示す。各項目について「3:よくあてはまる」「2:多少あてはまる」「1:あまりあてはまらない」「0:全くあてはまらない」の4件法で回答を求めた。

③評価過敏性-誇大性自己愛尺度(中山・中谷, 2006)

「評価過敏性」と「誇大性」の2つの下位尺度からなり、計18項目から構成されている。「5:とてもあてはまる」から「1:全くあてはまらない」の5件法で回答を求めた。

④対人的傷つきやすさ尺度(鈴木・小塩, 2002)

全10項目からなる尺度で、1因子で構成されている。「6:いつもそう感じる」から「1:全くそう感じない」の6件法で回答を求めた。

3. タイムサンプリング調査

調査対象者

質問紙調査に回答済みであり、かつタイムサンプリング調査への参加に同意した女子学生91名(平均21.23歳, $SD = 2.20$)に対して調査を実施した。

調査時期・手続き

調査は2020年1月18日～1月24日の連続する7日間で毎日実施した。1日に1回、19時に回答依頼のメールを送信し、回答用Webページ(Google Forms)にてオンラインで回答するよう誘導した。回答依頼のメールは、「メール本文のURLをクリックしていただき、質問に回答してください。回答は本日中にお問い合わせいたします」とした。また、22時まで未回答の対象者にはリマインドメールを送信した。

なお、質問紙調査時に配布した同意書に、調査は1週間毎晩行うこと、回答は当日24時までに行うこと、回答はIDで管理され、個人が特定されることはないということを記載した。また、同意書配布時に上記の内容を口頭でも説明し、参加

表1 Instability of Self-Esteem Scale 日本語訳

1	自分は無価値だと感じる時がある一方で自分には価値があると感じる時がある
2	自分に満足している時がある一方で自分に不満な時がある
3	自分は役立たずだと感じる時がある一方で自分は非常に役立つと感じる時がある
4	自分自身が嫌になる時がある一方で自分が好きになる時がある

を同意した対象者には謝礼として文房具（300円相当のテープのり）を渡した。

調査内容

①状態自尊感情尺度（阿部・今野，2007）

サンプリング時点での自尊感情の高低を測るために使用した。全9項目で、一因子で構成される尺度である。「5：あてはまる」から「1：あてはまらない」の5件法で回答を求めた。

②ライフイベント評価

回答日に対象者が経験したライフイベントのポジティブ／ネガティブ度を測定するため、4項目からなる質問項目を作成した。「今日1日の中で、あなたが経験した出来事についてお聞きします。」と教示後、対人関係とそれ以外の出来事に分けて、「嬉しいこと」と「嫌なこと」の経験について4件法で回答を求めた。ポジティブ項目は「3：非常に嬉しいことがあった」「2：かなり嬉しいことがあった」「1：少し嬉しいことがあった」「0：嬉しいことは全くなかった」とし、ネガティブ項目は「3：非常に嫌なことがあった」「2：かなり嫌なことがあった」「1：少し嫌なことがあった」「0：嫌なことは全くなかった」とした。

結果

1. 質問紙調査における尺度得点

自尊感情の安定性尺度

全20項目について因子分析（主因子法、varimax回転）を行った。2因子が抽出され、因子負荷量が.30に満たないか内容的に整合的な解釈が困難な4項目を除外し、残りの16項目を用いて再度同様の因子分析を行った。16項目での回転後の因子負荷行列を表2に示す。項目7は因子負荷量が小さいが、内容的な妥当性と項目数のバランスから除外せず使用した。

第1・第2因子ともに中澤（2010）の「否定的側面」と「不安定的側面」に対応する項目でまとまっていた。本研究では、構成概念全体を表す名称として「否定的自尊感情」「不安定的自尊感情」とした。各因子の項目得点の平均値を求め下位尺度得点を算出した。「否定的自尊感情」においては肯定的な内容の項目を逆転項目として処理した。信頼性分析の結果、「否定的自尊感情」得点（ $M = 3.09, SD = 1.04$ ）では $\alpha = .933$ 、「不安定的自尊感情」得点（ $M = 3.03, SD = 1.00$ ）では $\alpha = .834$ と、ともに十分な信頼性が得られた。

表2 自尊感情の安定性尺度の因子分析結果（varimax回転後の因子行列）

項目番号	項目内容	因子1	因子2	共通性
第一因子：「否定的自尊感情」（反転） $\alpha = .933$				
15	少なくとも人並みには、価値のある人間である。	.864	.164	.773
17	自分には、自慢できるところがあまりない。	-.863	.018	.746
18	何かにつけて、自分は役に立たない人間だと思う。	-.839	.079	.711
16	物事を人並みにはうまくやれる。	.769	.065	.596
13	自分に対して肯定的である。	.766	.305	.680
12	私は色々な良い素質を持っている。	.756	.259	.638
20	敗北者だと思ふことがある。	-.755	.134	.588
14	だいたいのことにおいて、自分に満足している。	.712	.106	.518
19	自分は全くだめな人間だと思ふことがある。	-.685	.187	.504
第二因子：「不安定的自尊感情」 $\alpha = .834$				
1	自分はできる人間だと思ふ反面、自分に失望していることがある。	.141	.768	.610
3	普段の自分には自信があるのに、消えてしまいたいと思うほど落ち込む時がある。	-.121	.718	.531
5	人の役に立つ人間だと思ふが、それがぐらつくことがある。	.147	.687	.494
4	自分は価値のある人間だという確信を持っているが、それが揺らぐ。	.268	.686	.543
2	自分を好きになったり嫌いになったり定まらない。	-.052	.684	.470
6	自分には才能があると思つた後で、それを否定する考えが頭に浮かぶ。	.003	.678	.459
7	やれる自信のあることをして、急にその自信がなくなることがある。	-.024	.287	.083
負荷量の因子平方和		5.624	3.320	8.944
寄与率(%)		35.148	20.751	55.899

Instability of Self-Esteem Scale 日本語訳

全4項目について因子分析(主因子法)を行った。固有値の推移(2.36, 0.68, 0.55...)から1因子構造と考えられ、全項目において十分な負荷が示されたため、項目すべてを使用した。項目得点の平均値を求め、ISES得点($M = 1.75, SD = 0.61$)とした。信頼性分析の結果、 $\alpha = .766$ であったが項目数の少なさを考慮すると十分な信頼性が得られた。

評価過敏性—誇大性自己愛尺度

全18項目について因子分析(主因子法、varimax回転)を行ったところ、中山・中谷(2006)と同様に「誇大性」「評価過敏性」の2因子構造が得られた。各因子に項目得点の平均値を求め下位尺度得点を算出した。信頼性分析の結果、「誇大性」得点($M = 2.41, SD = .72$)では $\alpha = .865$ 「評価過敏性」得点($M = 3.16, SD = .87$)では $\alpha = .842$ と、概ね十分な信頼性が得られた。

対人的傷つきやすさ尺度

全10項目について因子分析(主因子法)を行った。固有値の推移(6.53, 0.98, 0.55...)から1因子構造と考えられ、全項目において十分な負荷が示されたため、項目すべてを使用した。項目得点の平均値を求め、対人的傷つきやすさ得点($M = 40.47, SD = 10.34$)とした。信頼性分析の結果、 $\alpha = .940$ であり高い信頼性が示された。

2. タイムサンプリング調査

状態自尊感情尺度の指標化

全9項目の合計得点を算出し、各測定日における状態自尊感情得点とした。自尊感情の高低の指標としては、調査期間中の状態自尊感情得点の平均値(以下「レベル」と呼ぶ)を使用した。一方で、自尊感情の安定性—不安定性の指標として調査期間中の状態自尊感情得点の標準偏差(以下「変動性」と呼ぶ)を使用した。自尊感情の「変動性」が極端に大きい($z > 4$)2名を外れ値として除外したため、最終的な分析対象者は70名となった。タイムサンプリング調査で測定された自尊感情の「レベル」および「変動性」について、平均値と標準偏差を表3に示す。

ライフイベント評価の指標化

対人/非対人領域別に、ポジティブ評価得点とネガティブ評価得点の差を算出し、対人イベント評価得点、非対人イベント評価得点とした。また、各領域における調査期間中の評価得点の平均値をライフイベント評価のポジティブ性の指標とし、標準偏差をライフイベント評価のばらつきの指標とした。各指標の平均値と標準偏差を表4に示す。

表3 自尊感情に関する個人差指標の平均値(カッコ内は標準偏差)

状態自尊感情得点平均 “自尊感情の「レベル」”	状態自尊感情得点標準偏差 “自尊感情の「変動性」”
29.14 (8.93)	3.94 (1.99)

表4 ライフイベント評価に関する個人差指標の平均値(カッコ内は標準偏差)

対人イベント 評価平均	対人イベント 評価標準偏差	非対人イベント 評価平均	非対人イベント 評価標準偏差
0.58 (0.57)	0.95 (0.35)	0.49 (0.58)	0.96 (0.40)

3. 分析

自尊感情の安定性尺度と Instability of Self-Esteem Scale の関連

自尊感情の安定性尺度の下位尺度と Instability of Self-Esteem Scale の得点間の関連を検討するために相関係数を算出した(表5)。その結果、「否定的自尊感情」と「不安定的自尊感情」との間では有意な相関がみられなかった($r = -.106, n.s.$)。一方で、「否定的自尊感情」と「ISES」は弱い負の相関を示した($r = -.254, p < .01$)。「不安定的自尊感情」と「ISES」の間にはやや強い正の相関がみられた($r = .695, p < .01$)。

質問紙調査結果とタイムサンプリング調査結果の比較対照

質問紙調査の結果とタイムサンプリング調査における自尊感情の「レベル」や「変動性」との関連を検討するために相関係数を算出した(表6)。その結果、「否定的自尊感情」は、「レベル」との間に強い負の相関を示したが($r = -.832, p < .01$)、「変動性」との間では有意な相関はみられなかった($r = .057, n.s.$)。また「不安定的自尊感情」は「レベル」との間では有意な相関はみられなかったが($r = .135, n.s.$)、「変動性」との間には中程度の正の相関を示した($r = .399, p < .01$)。そして、「ISES」は「レベル」および「変動性」との間にそれぞれ中程度の正の相関を示した($r = .347, p < .01$; $r = .393, p < .01$)。

次に、自尊感情の安定性尺度の下位尺度得点からなる散布図を図1に示す。散布図作成の際は、否定的自尊感情得点を逆転処理し肯定的自尊感情得点を算出した。各ドットに付された数字は、肯定的自尊感情得点と不安定的自尊感情得点を中央値で分割した4象限に対応する。自己評価尺度に関しては、自尊感情が高く不安定的(第1象限)、自尊感情が高く安定的(第2象限)、自尊感情が低く安定的(第3象限)、自尊感情が低く不安定的(第4象限)のそれぞれに対象者がほぼ均等に分布していることが読み取れる。

一方で、タイムサンプリング調査の結果から得られた自尊感情のレベルと変動性からなる散布図を図2に示す。各ドットに付された数字は、図1の4象限に対応している。対象者は散布図の左端の垂直線を一辺とする鋭角三角形の形状に分布しており、特に右下にはほとんど分布が見られない。すなわち、状態自尊感情のくり返し測定において、「変動性」が小さい人は平均「レベル」の高い領域から低い領域にわたり満遍なく存在するが、「変動性」の大きい人は中程度の「レベル」に多く分布し、低い「レベル」にはほとんどいないことが読み取れる。なお、「レベル」と「変動性」に有意な相関は示されなかった($r = .103, n.s.$)。

さらに、タイムサンプリング調査結果から作成した散布図(図2)を象限番号別に分割したもの

表5 自尊感情に関する質問紙尺度間の相関

	自尊感情の安定性尺度		ISES
	否定的自尊感情	不安定的自尊感情	
否定的自尊感情	—	-.106	-.254**
不安定的自尊感情		—	.695**

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

表6 自尊感情の安定性に関する質問紙尺度の得点とくり返し測定による自尊感情のレベル・変動性の相関

	レベル	変動性
否定的自尊感情	-.832**	.057
不安定的自尊感情	.135	.399**
ISES	.347**	.393**

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

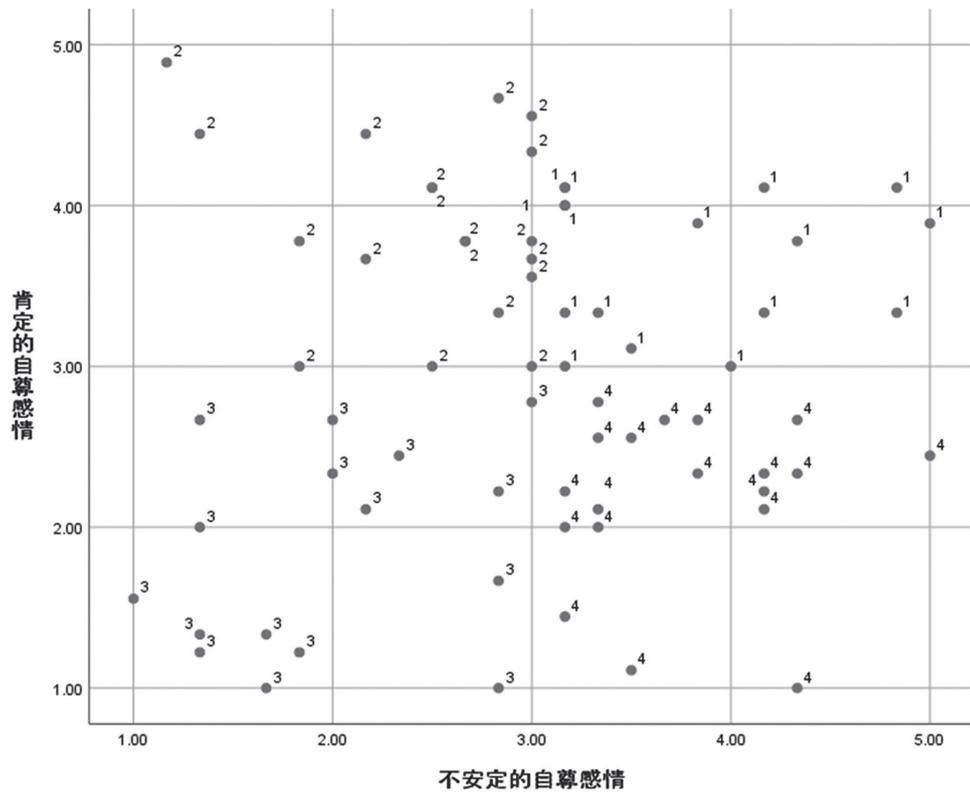


図1 自尊感情の安定性尺度の2つの下位尺度からなる散布図

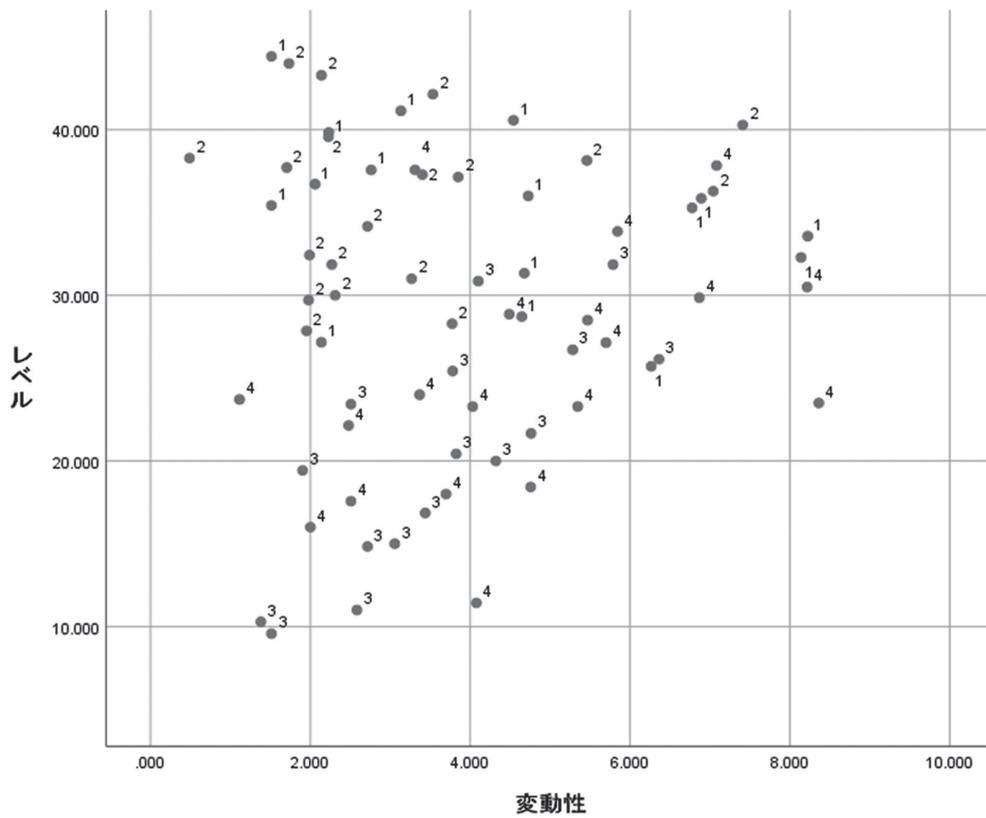


図2 くり返し測定結果から作成した散布図 (各ドットに付された数値は「自尊感情の安定性尺度」の下位尺度得点から構成された二次元空間上の4象限(図1)に対応する)

を図3に示す。質問紙調査結果で自尊感情が安定的(第2・3象限)とされた対象者はタイムサンプリング調査結果でも概ね安定的な結果を示していることが分かる。一方で、質問紙調査結果で不安定的(第1・4象限)とされた対象者は、タイムサンプリング調査結果では反対に安定的な結果を示した例が少なくないことが分かる。すなわち、自尊感情が不安定であると自己評価したものの、くり返し測定による客観的評価では異なる結果を示した対象者が一定数存在する。

ライフイベント評価と状態自尊感情との個人内相関

調査期間中の日々の状態自尊感情がその日のライフイベント評価と連動して変化しているかを確認するために、各領域のポジティブ/ネガティブ評価得点と状態自尊感情との個人内相関を算出した。これらの相関係数についてフィッシャーの z 変換により z 値化し、この z 値について70名の平均を求めて1サンプルの t 検定(検定値=0.00)を行い、個人内相関の有意性について検討した。

これらの結果および z 値化した相関係数の平均

値を逆変換して得られた状態自尊感情と各イベント評価との相関係数を表7に示す。日々の状態自尊感情は、ポジティブな対人/非対人イベント評価との間でそれぞれ中程度の正の相関を示した($r = .388, t(69) = 6.312 (p < .01)$; $r = .407, t(69) = 5.967 (p < .01)$)。また日々の状態自尊感情は、ネガティブな対人イベント評価との間の相関は有意ではなかったが($r = -.113, t(69) = -1.813 (n.s.)$)、ネガティブな非対人イベント評価との間では弱い負の相関を示した($r = -.275, t(69) = -4.56 (p < .01)$)。すなわち、その日に経験した出来事をポジティブに評価しているほど自尊感情は高く、また非対人領域での出来事をネガティブに評価するほど自尊感情は低くなっていた。

自尊感情とライフイベント評価の関連

対人/非対人領域のライフイベント評価のポジティブリティを意味する「イベント評価平均」と評価のばらつきを意味する「イベント評価標準偏差」と、自己評価尺度得点およびくり返し測定の結果との関連を検討するため相関係数を算出した

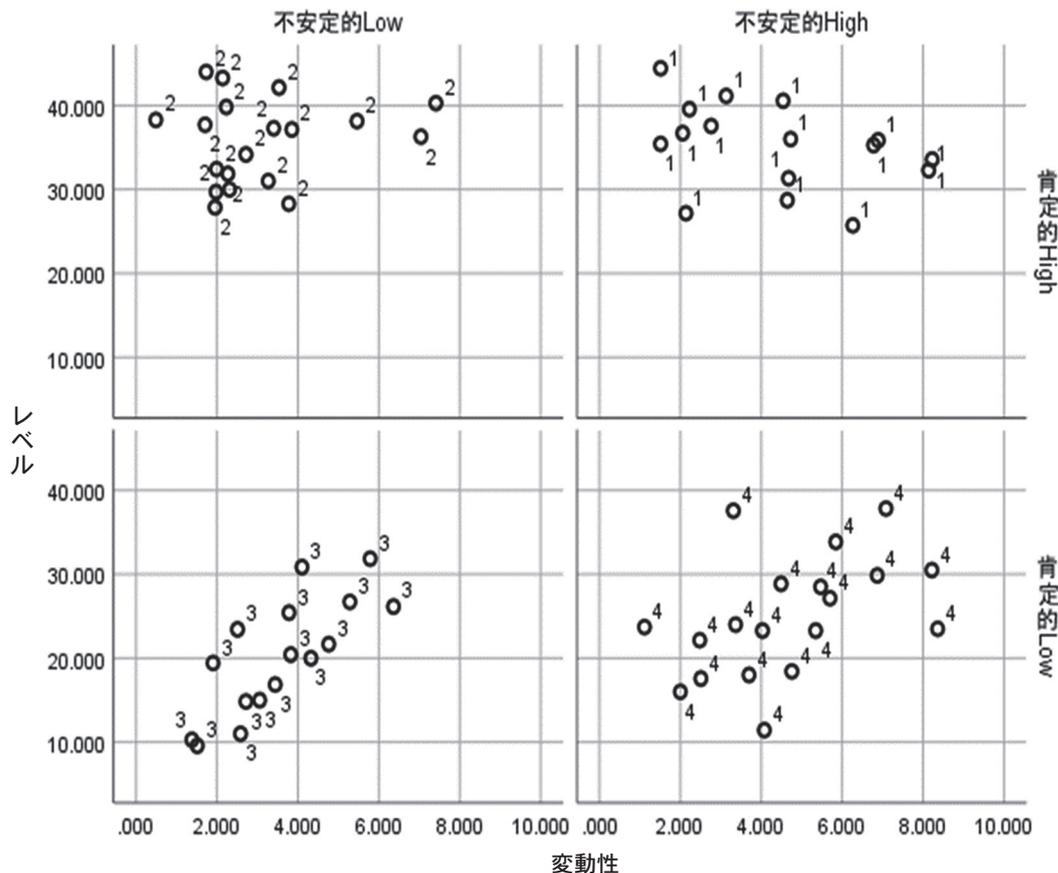


図3 自尊感情の高低と不安定性の二次元に関する質問紙調査結果とタイムサンプリング調査結果との対応

表7 毎日の自尊感情の高さとイベント経験の評価との相関

	イベント種類			
	対人 ポジティブ	非対人 ポジティブ	対人 ネガティブ	非対人 ネガティブ
z 値化された相関係数の平均	0.388	0.407	-0.113	-0.275
1 サンプルの t 検定 (検定値=0)	6.312**	5.967**	-1.813	-4.564**
状態自尊感情とイベント評価との相関 (上記平均の逆変換値)	.37	.39	-.11	-.27

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

表8 自尊感情の自己評価・くり返し測定とライフイベントとの関連

	否定的 自尊感情	不安定的 自尊感情	レベル	変動性
対人イベント評価平均	-.405**	.257*	.482**	.081
非対人イベント評価平均	-.379**	.183	.547**	.123
対人イベント評価標準偏差	.033	.019	-.020	.019
非対人イベント評価標準偏差	.047	.180	.048	.338**

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

(表8)。

自尊感情の「レベル」は「対人イベント評価平均」と中程度の正の相関を、「非対人イベント評価平均」とはやや強い正の相関を示した ($r = .482, p < .01$; $r = .547, p < .01$)。また「否定的自尊感情」は、「対人イベント評価平均」および「非対人イベント評価平均」とそれぞれ中程度の負の相関を示した ($r = -.405, p < .01$; $r = -.379, p < .01$)。したがって、自己評価尺度およびくり返し測定のいずれでも、自尊感情の高さとライフイベント評価のポジティブリティとの関連が見られたと言える。

自尊感情の安定性-不安定性に関しては、自尊感情の「変動性」は「非対人イベント評価標準偏差」とのみ中程度の正の相関を示した ($r = .338, p < .01$)。一方で、「不安定的自尊感情」は「対人イベント評価平均」との間でのみ弱い正の相関を示した ($r = .257, p < .05$)。したがって、くり返し測定においてのみ自尊感情の不安定性とライフイベント評価のばらつきとの関連が見られたと言える。

自尊感情と自己愛傾向との関連

自己愛傾向が自己評価尺度で測定された自尊感情の高低や安定性-不安定性に及ぼす影響を検討するために、評価過敏性-誇大性自己愛尺度の各

下位尺度得点を独立変数、「否定的自尊感情」または「不安定的自尊感情」を従属変数として、強制投入法による重回帰分析を行った。

その結果、「否定的自尊感情」に対する説明率は高く ($R^2 = .604, p < .001$)、「評価過敏性」は中程度の正の影響を ($\beta = .370, p < .001$)、「誇大性」はやや強い負の影響を与えていた ($\beta = -.659, p < .001$)。自己愛傾向は「不安定的自尊感情」に対しても一定以上の説明率を示しており ($R^2 = .368, p < .001$)、「評価過敏性」は中程度の正の影響を ($\beta = .484, p < .001$)、「誇大性」も中程度の正の影響を与えていた ($\beta = .400, p < .001$)。

また、自己愛傾向がくり返し測定での自尊感情の「変動性」に及ぼす影響を検討するために、評価過敏性-誇大性自己愛尺度の各下位尺度得点を独立変数、自尊感情の「変動性」を従属変数として強制投入法による重回帰分析を行ったところ、説明率は小さかった ($R^2 = .132, p < .01$)。ただし、「評価過敏性」のみ「変動性」に有意な正の影響を与えていた ($\beta = .309, p < .01$)。「誇大性」から「変動性」への影響は統計的に有意ではなかった ($\beta = .213, n.s.$)。

自尊感情と対人的傷つきやすさとの関連

自己評価尺度によって測定された自尊感情の高

低と安定性－不安定性が対人的傷つきやすさをどのように説明するか検討するために、自尊感情の安定性尺度の各下位尺度得点を独立変数、「対人的傷つきやすさ」を従属変数とし、強制投入法による重回帰分析を行った。その結果、「対人的傷つきやすさ」に対して一定以上の説明率を示し ($R^2 = .340, p < .001$)、「否定的自尊感情」が中程度の正の影響を ($\beta = .457, p < .001$)、「不安定的自尊感情」も中程度の正の影響を与えていた ($\beta = .414, p < .001$)。

また、タイムサンプリング調査で測定された自尊感情の高低と安定性－不安定性が対人的傷つきやすさをどのように説明するかを検討するために、自尊感情の「レベル」と「変動性」を独立変数、「対人的傷つきやすさ」を従属変数とし、強制投入法による重回帰分析を行った。その結果、「対人的傷つきやすさ」に対する説明率は比較的小さかったものの ($R^2 = .226, p < .001$)、自尊感情の「レベル」は中程度の負の影響を ($\beta = -.405, p < .001$)、自尊感情の「変動性」は中程度の正の影響を与えていた ($\beta = .300, p < .010$)。

考 察

1. 自尊感情の安定性－不安定性次元の測定

自己評価尺度

本研究では自尊感情の不安定性の自己評価を測定するため、自尊感情の安定性尺度およびInstability of Self-Esteem Scale (ISES) を用いた。自尊感情の安定性尺度の下位尺度である「不安定的自尊感情」とISES得点との間に比較的強い正の相関が見られた。質問項目の形式が異なる2つの質問紙尺度間の高い一致は、これらの尺度における個人差が、自尊感情の不安定性の自覚という共通した特性を反映であることを意味する。

また「不安定的自尊感情」と「否定的自尊感情」には有意な相関がみられず、これらを軸とする散布図上で調査対象者は4つの象限に偏り無く布置していた。自尊感情の安定性尺度の2つの下位尺度によって、自尊感情の安定性－不安定性の自覚と自尊感情の高低とが独立した次元として測定されることが確認されたと言えよう。一方、ISES得点が否定的自尊感情得点と弱いながらも有意な負の相関を示したことは、ISESが自尊感

情の安定性－不安定性だけでなく、自尊感情の高さも反映する尺度である可能性を示唆するものである。

くり返し測定

タイムサンプリング調査の結果については、各個人の6～7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（「レベル」）とし、また各個人の6～7日間の状態自尊感情得点の標準偏差を自尊感情の不安定性の指標（「変動性」）として分析に使用した。「レベル」と「変動性」の間に有意な相関はみられず、本研究で使用したタイムサンプリング調査方法によって参加者の約8割について自尊感情の高さと独立して安定性－不安定性次元の測定が可能であった。

ただし、「レベル」と「変動性」を軸とする散布図上で、対象者は三角形に布置しており、自尊感情が極端に高い場合や逆に低い場合には、高い不安定性を示す対象者は存在していなかった。統計学的に、段階評定の合計である尺度得点のくり返し測定結果において上限値や下限値に近い平均を持つ対象の測定値の散布度が小さくなることは自然であり、天井効果・床効果の一種と見なされる。

自己評価尺度とくり返し測定との比較対照

タイムサンプリング調査におけるくり返し測定で示された自尊感情の「変動性」は、自己評価尺度を用いた質問紙調査における「不安定的自尊感情」および「ISES」双方との間に中程度の正の相関を示した。本研究で使用した2つの心理尺度で示された不安定性に対する自己評価は、“Gold Standard”であるくり返し測定時の自尊感情の統計的変動とある程度一致するものであった訳である。

また、「変動性」の元となる日々の自尊感情の変化は当日のライフイベントの評価と連動していたことから、「変動性」は日々の出来事を反映したものであると言える。したがって、自己評価尺度で測定された自尊感情の不安定性は主観的な評価ではあるものの、ある程度の客観性を持つ指標として利用可能であることが示唆された。

しかし一方で、自己評価尺度の結果とくり返し測定の結果はそれほど高い関連を示さなかった。2つの散布図の対応づけから、自尊感情の不安定性尺度において不安定性の高い自己評価をしたにもかかわらずくり返し測定での状態自尊感情得点

の「変動性」が小さかった人が比較的多く存在していたことが確認された。このような不一致が生じた原因として、測定誤差以外にもくり返し測定における測定間隔と測定タイミングの問題が挙げられる。一般的に仕事や学業など主な活動時間帯は日中であると推測されるが、くり返し測定は本調査も含めて1日に1回のみ夜間に測定されることが多い。つまり、自尊感情に変化をもたらす出来事が日中に生じても、夜間までにはもとの自尊感情の水準にまで復帰して結果に反映されない可能性がある。

以上のことから、くり返し測定において測定される自尊感情の不安定性は、自尊感情への影響が比較的長続きするイベントを反映した結果か、イベントを過大に評価するような何らかのパーソナリティ特性を反映した結果に限定されるのかもしれない。

2. 自尊感情の不安定性指標と他の指標との関連 ライフイベント評価との関連

自尊感情の高さとライフイベント評価のポジティブリティとの関連は、自己評価尺度とくり返し測定の双方で検出された。一方で、自尊感情の不安定性とライフイベント評価のばらつきとの関連は、自己評価尺度では検出されず、くり返し測定においてのみ部分的に検出可能であった。したがって、くり返し測定は自己評価と比べて日常の出来事により敏感な指標であることが示唆された。

評価過敏性—誇大性自己愛との関連

自尊感情の不安定性が自己愛の評価過敏性と誇大性傾向から説明可能であるか検討したところ、自己評価尺度に関しては「評価過敏性」自己愛の正の影響と「誇大性」の負の影響が明らかとなった。すなわち、周囲を過剰に気にして自己評価を維持しようとする人は他者からの否定的評価の影響を受けやすく、また自己評価が高過ぎる人も理想と現実のギャップを感じやすくなる結果、いずれにおいても自尊感情の不安定性の自覚が高まると推察される。

一方で、くり返し測定における「変動性」に対する自己愛傾向からの説明率は低く、「評価過敏性」自己愛の正の影響のみ確認された。したがって、1週間という短い調査期間では自己愛の側面のうち、より周囲の出来事に影響されやすい「評

価過敏性」のみ反映されると考えられる。

対人的傷つきやすさとの関連

自尊感情の不安定性と対人的傷つきやすさとの関連を検討したところ、自己評価尺度およびタイムサンプリング調査のいずれの不安定性の指標も対人的傷つきやすさに正の影響を及ぼしていた。したがって、自尊感情の低さとは別に自尊感情の不安定性も対人的な傷つきやすさを高める原因となり得ることが2つの測定方法から示唆されたと言える。中島(2019)においても、自尊感情の低さと独立に自尊感情の不安定性が健康な青年の様々な傷つきやすさに結びついていることが示されており、自己認識の脆弱さの観点から心理的な適応について検討する際に、自尊感情に関しては高低の次元だけでなく安定性—不安定性の次元をも考慮する必要があることが再確認されたと言える。

3. 総合的考察

総括

本研究によって、自己評価尺度を用いた場合でもくり返し測定による場合でも、自尊感情の安定性—不安定性は、自尊感情の高低とは独立した次元として測定可能であることが示唆された。また、自己評価尺度における不安定性は“Gold Standard”とされるくり返し測定で得られた不安定性の指標と中程度の正の相関を示した。したがって、自己評価尺度による測定であっても、自尊感情の不安定性を概ね測定可能であることが示唆されたと言える。

自尊感情の安定性尺度によって測定された自尊感情の不安定性は、「誇大性」と「評価過敏性」という2種類の自己愛傾向からそれぞれ部分的に説明可能であり、自尊感情の不安定性がもたらされる要因の一端が捉えられた。また自尊感情の不安定性は、自尊感情の低さとは独立に「対人的傷つきやすさ」を高める原因となっていることが示され、自尊感情のあり様と心理的適応との関連の検討における重要性が明らかとなった。

自尊感情の安定性—不安定性の測定方法の比較

本研究では自尊感情の安定性—不安定性の自己評価尺度として、自尊感情の安定性尺度とInstability of Self-Esteem Scaleを用いた。Instability of Self-Esteem Scaleは項目数が少なく簡便である

が、自尊感情の高低と独立して安定性－不安定性を測定することが困難であった。Chabrol et al. (2006) では、Rosenberg (1965) の Self-Esteem Scale との間で弱い負の相関が示されており、バックトランスレーション等の訳出手続きを経たうえでの再検討が必要である。

これに対して自尊感情の安定性尺度に関しては、下位尺度の「不安定的自尊感情」は、自尊感情の高低に関する諸指標と有意な相関を示さなかった。もう一方の下位尺度である「否定的自尊感情」の項目内容は、自尊感情の特性的な側面を測定する代表的な尺度である Rosenberg (1965) の Self-Esteem Scale とほとんど重複している。したがって、自尊感情の安定性尺度を用いることで、自尊感情の高低と自尊感情の安定性－不安定性の個人差を独立した次元として測定できる可能性は高いと思われる。さらに、「不安定的自尊感情」は、「評価過敏性」および「誇大性」自己愛傾向や対人的傷つきやすさとの間で、先行研究と一致する関連性を示していた。このような関連性は、くり返し測定においてはほとんど確認されなかった。したがって、自尊感情の不安定性と心理的不適応の関連を検討する場合、自己評価尺度を用いる方が適切である可能性がある。

本研究で実施したタイムサンプリング調査では、スマートフォンの活用により従来と比べて回答の負担が大きく軽減されていたと考えられる。しかしながら、約2割の調査参加者において、7日間の調査期間の中で回答が得られない日が2日以上あった。そもそもタイムサンプリング調査の参加に同意したのが質問紙調査の約4分の3であったことを考え合わせると、くり返し測定による調査コストそのものが大きく、方法論的問題点が十分に解消されているとは言い難い。しかしながら、ライフイベント評価のばらつきと自尊感情の不安定性との結びつきを検出可能であったのは、くり返し測定の「変動性」のみであったことも見逃せない。ライフイベントなどの日々の出来事に関する経時的データを収集して自尊感情との関連を検討する場合、くり返し測定は自己評価尺度を補完する有用な測定方法であることが再確認されたと言える。

課題と展望

本研究の調査対象者は女子学生に限定されてい

たため、本研究で見出された知見が男性においても再現されるかどうか検討が必要である。また、大学生・大学院生を対象としていたことから、青年期の発達課題であるアイデンティティの観点から、青年期特有の自尊感情の変動の影響が混在している可能性がある。したがって、対象者の年齢層を広げ生涯発達上の影響を十分に検証する必要がある。また、調査期間が1週間と比較的短かったことも限界として挙げられる。原田 (2008) は、1ヶ月間隔で3回測定を行うなど自尊感情の中期的な変動を検討している。本研究の知見は短期間の変動に限定されるため、今後はこのような中長期的な測定結果との比較検討が求められる。

以上述べたように、自尊感情の安定性－不安定性をくり返し測定結果の統計的変動によって捉える研究方法には、依然として多くの改善すべき点が残されている。具体的には調査結果の正確性を担保するための手続き上の工夫に加え、1日間の内に生じる短期的な変動を捉えるために測定間隔の短縮化や測定時刻のランダム化などの根本的な改良を試みる必要があると思われる。

自尊感情の安定性－不安定性次元の個人差を、不安定性を自己評価させる心理尺度を用いて測定することの妥当性が本研究によって部分的ではあるが示されたが、自己評価尺度による測定の妥当性に関して更に多くの実証データを積み重ねられる必要があろう。そのような研究の中で、不安定性の自己評価によって測定される自尊感情の安定性－不安定性次元の個人差が、どのような要因から生じるのか、また心理的適応とどのように関連するのかについて、本研究とは異なる側面から明らかにされることが期待される。

付 記

本論文は、第一著者が昭和女子大学大学院生活機構研究科心理学専攻に2020年度に提出した修士論文を再構成したものである。

謝 辞

本研究の趣旨をご理解いただき快く調査にご協力くださった調査参加者の皆様に深く感謝いたします。また論文原稿に対し数多くのご指摘と懇切

なご助言を頂いた匿名の査読者に心より感謝申し上げます。

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.
- Baumeister, Smart, & Boden (1996). Relation of threatened egotism to violence and aggression: The dark side of high self-esteem. *Psychological Review*, 103, 5-33.
- Chabrol, H., Rousseau, A., & Callahan, S. (2006). Preliminary results of a scale assessing instability of self-esteem. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 38, 136-141.
- Goswick, R.A. & Jones, W.H. (1981). Loneliness, self-concept, and adjustment. *Journal of Psychology*, 107, 237-240.
- 原田宗忠 (2008). 青年期における自尊感情の揺れと自己概念との関係 教育心理学研究, 56, 330-340.
- Howard, M.C. (2017). Measuring self-esteem instability through a single-administration scale: Still a fruitless endeavor? *Personality and Individual Differences*, 104, 522-532.
- 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.
- 市村美帆 (2013). 自尊感情の高さと変動性の2側面と自己志向的完全主義との関連 東洋大学21世紀ヒューマン・インタラクシオン・リサーチセンター研究年報, 10, 45-49.
- Kernis M.H., Grannemann, B.D., & Barclary, L.C. (1989). Stability and level of self-esteem as predictors of anger arousal and hostility. *Journal of Psychology*, 56, 1013-1023.
- Kernis, M. (1995). *Efficacy, Agency, and Self-Esteem*. New York: Plenum.
- 宮本正一 (1992). あがり (緊張) 現象 遠藤・井上・蘭 (編) セルフエスティームの心理学—自己価値の探求— ナカニシヤ出版.
- 中間玲子 (編) (2016). 自尊感情の心理学—理解を深める「取扱説明書」 金子書房.
- 中間玲子・小塩真司 (2007). 自尊感情の変動性における日常の出来事と自己の問題 福島大学研究年報, 3, 1-10.
- 中島絵美 (2019). 青年期における傷つきやすさと自尊感情との関連 平成30年度昭和女子大学人間社会学部心理学科卒業論文. (未公開)
- 中山留美子・中谷素之 (2006). 青年期における自己愛の構造と発達の变化の検討 教育心理学研究, 54, 188-198.
- 中澤 清 (2010) 自尊感情の安定性に関する尺度作成の試み 日本パーソナリティ心理学会大会発表論文集, 19, 47.
- 小川翔大 (2020). 知覚された自尊感情の変動性尺度の日本語版作成と信頼性・妥当性の検討 心理学研究, 91, 173-182.
- 小此木啓吾 (1981). 自己愛人間 朝日出版社.
- 小塩真司 (1998). 青年の自己愛傾向と自尊感情, 友人関係のあり方との関連 教育心理学研究, 46, 280-290.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the Adolescent Self-Image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- 鈴木英一郎・小塩真司 (2002). 対人的傷つきやすさ尺度作成の試み—信頼性・妥当性の検討— 日本教育心理学会総会発表論文集, 44, 278.

なかしま えみ (葛飾区総合教育センター)
まつの たかのり (昭和女子大学)