

Title	大学生の自己意識に関する研究： 改訂版自己意識尺度の作成と心理的適応の関連性
Sub Title	Self-consciousness in university students : development of the self-consciousness scale-revised and correlations with psychological adaptation
Author	金子, 智昭(Kaneko, Tomoaki)
Publisher	慶應義塾大学大学院社会学研究科
Publication year	2017
Jtitle	慶應義塾大学大学院社会学研究科紀要：社会学心理学教育学： 人間と社会の探究 (Studies in sociology, psychology and education : inquiries into humans and societies). No.84 (2017. ) ,p.15- 33
JaLC DOI	
Abstract	An individual's self-consciousness increases considerably during adolescence. Furthermore, self-consciousness is known to be closely related to young people's psychological adaptation and self-formation. Therefore, it was considered important to investigate the positive self-consciousness of adolescents. A revised self-consciousness scale was developed by subdividing private self-consciousness and public self-consciousness ; adding to the concept of public and private self-consciousness. Subsequently, its correlations with self-esteem and depression were examined in university student participants (N = 460, 121 men and 339 women). Factor analysis was conducted on 60 items and the Self-Consciousness Scale-Revised consisting of four factors (appearance consciousness, public and private self-consciousness, private self-consciousness, style consciousness) and 29 items was developed. The internal consistency of the scale was confirmed based on coefficient alpha ( $\alpha=.77 \sim .88$ ), itemtotal correlation and good-poor analysis. Furthermore, the factorial validity of the scale was established through confirmatory factor analysis. Gender differences suggested that women had higher appearance consciousness, public and private self-consciousness and style consciousness than males. Furthermore, participants with higher style consciousness had lower self-esteem and higher depression. The excessive consciousness of evaluation by others is considered to cause problems. On the other hand, participants with high public and private self-consciousness showed less depression. It is suggested that self-consciousness in relationships with others might reduce depression. Finally, in the study, the limitations of this study and future directions are discussed.
Notes	論文
Genre	Departmental Bulletin Paper
URL	<a href="https://koara.lib.keio.ac.jp/xoonips/modules/xoonips/detail.php?koara_id=AN0006957X-00000084-0015">https://koara.lib.keio.ac.jp/xoonips/modules/xoonips/detail.php?koara_id=AN0006957X-00000084-0015</a>

慶應義塾大学学術情報リポジトリ(KOARA)に掲載されているコンテンツの著作権は、それぞれの著作者、学会または出版社/発行者に帰属し、その権利は著作権法によって保護されています。引用にあたっては、著作権法を遵守してご利用ください。

The copyrights of content available on the Keio Associated Repository of Academic resources (KOARA) belong to the respective authors, academic societies, or publishers/issuers, and these rights are protected by the Japanese Copyright Act. When quoting the content, please follow the Japanese copyright act.

# 大学生の自己意識に関する研究

—改訂版自己意識尺度の作成と心理的適応の関連性—

## Self-consciousness in university students

—Development of the Self-Consciousness Scale-Revised and correlations  
with psychological adaptation—

金子 智 昭\*

*Tomoaki Kaneko*

An individual's self-consciousness increases considerably during adolescence. Furthermore, self-consciousness is known to be closely related to young people's psychological adaptation and self-formation. Therefore, it was considered important to investigate the positive self-consciousness of adolescents. A revised self-consciousness scale was developed by subdividing private self-consciousness and public self-consciousness; adding to the concept of public and private self-consciousness. Subsequently, its correlations with self-esteem and depression were examined in university student participants (N=460, 121 men and 339 women). Factor analysis was conducted on 60 items and the Self-Consciousness Scale-Revised consisting of four factors (appearance consciousness, public and private self-consciousness, private self-consciousness, style consciousness) and 29 items was developed. The internal consistency of the scale was confirmed based on coefficient alpha ( $\alpha=.77\sim.88$ ), item-total correlation and good-poor analysis. Furthermore, the factorial validity of the scale was established through confirmatory factor analysis. Gender differences suggested that women had higher appearance consciousness, public and private self-consciousness and style consciousness than males. Furthermore, participants with higher style consciousness had lower self-esteem and higher depression. The excessive consciousness of evaluation by others is considered to cause problems. On the other hand, participants with high public and private self-consciousness showed less depression. It is suggested that self-consciousness in relationships with others might reduce depression. Finally, in the study, the limitations of this study and future directions are discussed.

Keywords: self-consciousness, university students, self-esteem, depression, development of scale

キーワード: 自己意識, 大学生, 自尊感情, 抑うつ, 尺度作成

\* 埼玉純真短期大学こども学科助教, 慶應義塾大学大学院社会学研究科教育学専攻後期博士課程3年

## 1. 問題と目的

### 1-1. 青年期における自己意識の重要性

児童期から青年期にかけて、自分自身を客観視する認知能力が発達し、自己記述は具体的な内容から抽象的・人格的な内容へと移行する(山田, 1981; Montemayor & Eisen, 1977)。青年期は、こうした認知機能の発達や身体的変化が著しい時期であり、このことが青年期に特徴的な「自己意識」(self-consciousness)の高まりを促すと考えられる。青年期の自己意識の高まりは、ありたい自分を意味する「理想自己」(ideal self)を掲げさせることで、青年は自分の理想像に向けて自己形成を目指すようになる(榎本, 2012)。その一方、自己意識の高まりは、理想自己と「現実自己」(real self)の差を拡大させて、劣等感や自己嫌悪感などの自己否定性を招く危険性がある(Duval & Wicklund, 1972)。すなわち、青年期は自己意識が高まることで、自己否定的な感情を強く抱く反面、自ら掲げる理想像に向けて自己を追求する時期であると言える。このように、自己意識は青年の心理的適応や自己形成と密接な関係があることから、青年期における望ましい自己意識のあり方を検討することは、青年心理学における重要な課題として捉えることができる。

### 1-2. 私的・公的自己意識に関する先行研究

社会心理学領域における自己意識研究において、自己意識は、身体感覚・感情・動機・思考など自身の内的側面に対する意識である「私的自己意識」(private self-consciousness)と容姿容貌・振る舞いなどの自身の外的側面に対する意識である「公的自己意識」(public self-consciousness)の2側面から捉えられている(菅原, 1984; Fenigstein, Scheier, & Buss, 1975)。私的自己意識と公的自己意識は、国内外を問わず多数の尺度(e.g., 押見・渡辺・石川, 1986; 菅原, 1984; Fenigstein et al., 1975)が作成されている。自己意識の性差や発達差に関して、両自己意識は女性の方が男性よりも高いこと(池田・押見, 1999; 桜井, 1992; 押見ら, 1986; 菅原, 1984)や、両自己意識は中学校・高等学校・大学にかけて上昇し、青年期後期にあたる大学生で最も高くなることが示されている(中間, 2012)。また、自己意識と諸変数との関連研究を概観すると、その多くは自己意識と心理的適応との関連を検証したものである。更に、これまでに検討が為されてきた心理的適応の主な概念として、自尊感情(self-esteem)と抑うつ(depression)の2つを指摘することができる。そこで、以下では、各概念に関する先行研究の知見をまとめる。

#### 1-2-1. 自尊感情との関連

自己意識と自尊感情の関連研究の多くは、両自己意識との間に負の相関を示したものが多いが、相関係数の値は比較的小さく、概して一貫した結果は得られていない。例えば、私的自己意識のみと負の相関(Abram, 1988)、公的自己意識のみと負の相関(山田, 2002; 檜木, 2001; Anderson, Bohon, & Berrigan, 1996)、両自己意識ともに負の相関(Turner, Scheier, Carver, & Ickes, 1978)、両自己意識ともに無相関(池田・押見, 1999; 押見ら, 1986)、という結果が得られている。阿部・今野(2006)は、公的自己意識は自尊感情の変動性(不安定性)と正の相関、自尊感情の状態平均(安定性)と負の相関があることを示している。山田(2002)は、公的自己意識の高い人は理想—現実自己の差異が大きいため、本人がその差異を実感することによって、自尊感情が低下する可能性を示唆している。ま

た、研究数は僅かではあるが、私的自己意識との間に正の相関を示した研究もある。中間（2012）は、中学校・高等学校・大学のすべての学校段階において、公的自己意識は自尊感情と負の相関があるが、私的自己意識は正の相関があることを示している。また、桜井（1999）は、小学校高学年を対象に、公的自己意識は自己価値と負の相関があるが、私的自己意識とは正の相関があることから、児童期における自己の内面への注目視は、大学生の場合とは異なり発達の望ましい可能性を指摘している。以上のように、私的自己意識と自尊感情の関連性は一貫しているとは言い切れず、今後更なる検証が望まれる。

### 1-2-2. 抑うつとの関連

青年期における自己意識の高まりは、抑うつと強く関連する（坂本，1998）。先行研究において、私的自己意識と抑うつとの間に正の相関を示した研究（高野・丹野，2008；Sakamoto, 1998；Smith, Ingram, & Roth, 1985；Ingram & Smith, 1984；Smith & Greenberg, 1981）が多いが、相関係数の値は低いいため自己注目が即座に抑うつへ繋がるとは考えられない（坂本，2005）。そのため、私的自己意識に多角的な観点を導入し、両者の関連性を追証した研究が行われている。例えば、外山・桜井（1999）、Anderson et al.（1996）は、私的自己意識を思考や感情など自己の内的過程に注意を向ける「自己の内的状態の意識」（internal state awareness）と記憶やイメージによって自己を回想・内省する「自己内省」（self-reflectiveness）の2つの概念に区分し、自己内省のみが抑うつと正の相関があることを示した。また、高野・丹野（2008）は、私的自己意識を自己への脅威・喪失・不正によって動機づけられた自己へ注意が向きやすい「反芻」（rumination）と知的好奇心によって動機づけられた自己へ注意が向きやすい「省察」（reflection）の2つの概念に区分し、反芻のみが抑うつと正の相関があることを明らかにした。そして、松浦・亀山・坂本（2011）、田中・佐藤・境泉・坂野（2007）、Sakamoto（1998）は、私的自己意識に自己注目の持続性の要素である「自己投入」（self-preoccupation）の概念を追加し、自己投入は抑うつと正の相関があることを示した。その一方で、私的自己意識のみならず、公的自己意識と抑うつの間にも正の相関を示した研究が報告されている（五十嵐・横田，2011；神田・林，2006；渡辺，2004；外山・桜井，1999；Anderson et al., 1996；坂本，1992；Smith & Greenberg, 1981）。抑うつ的な人は、他者との相互作用場面で過剰に自己について言及することが知られている（坂本，2005）。その点、公的自己意識が高い人は、他者に自己の内面を気づかれていると感じる感覚である「被透視感」（sense of transparency）が高いことから（太幡，2006）、他者から見られる自己を過剰に意識化することで抑うつが生起する可能性が考えられる。以上のように、両自己意識ともに抑うつと正の関連性を示す研究結果が多いことから、今後はポジティブな自己注目のあり方を探ることが課題と言える。

### 1-3. 自己意識の概念構成に関する再検討課題

Fenigstein et al.（1975）は、自己意識の個人差としての自己意識特性に着目し、研究史上で初めて、「自己意識尺度」（self-consciousness scale）を作成した。Fenigstein et al.（1975）は当初、自己意識内容を（a）「過去・現在・未来に対する没頭」（preoccupation with the past, present, and, future behavior）、（b）「内的感情への感受性」（sensitivity to inner feelings）、（c）「ポジティブ・ネガティブな自己属性への認識」（recognition of one's positive and negative attributes）、（d）「内省行動」（introspective behavior）、（e）「自己をイメージ・視覚化する傾向」（a tendency to picture or imagine oneself）、（f）「外

見や振る舞いに対する意識」(awareness of one's physical appearance and presentation), (g)「他者からの評価への関心」(concern over the appraisal of others)の7つの観点から分類していたが、各項目に対する因子分析を行った結果、予想とは異なり、私的自己意識、公的自己意識、社会不安(social anxiety)の3因子が検出された。その後国内において、菅原(1984)は自己意識尺度(Fenigstein et al., 1975)の項目に準ずるものの、社会不安は自己意識とは概念上異なるものと考え、社会不安を除いた私的自己意識と公的自己意識の2下位尺度から構成される自己意識尺度を作成した。国内で尺度開発が為されると、私的自己意識および公的自己意識と諸変数の関連研究が盛んに行われ、現在に至るまでに多数の知見が蓄積されるようになった。しかしその一方で、自己意識の構成概念の問題や課題に関する根本的な議論が為された研究は、非常に少ないように思われる。そこで本研究では、自己意識の構成概念に関する再検討課題として、「私的自己意識と公的自己意識の細分化」と「自己意識の二分説」の2つを提起する。

### 1-3-1. 私的自己意識と公的自己意識の細分化

私的自己意識と公的自己意識の因子構造は、それぞれ2因子として細分化されることが研究結果として示されているが、現在まで1因子もしくは2因子として扱うかどうかに関して明確な結論には至っていない。第一に、私的自己意識に関して、Burnkrant & Page (1984)は、自己意識尺度(Fenigstein et al., 1975)から内的一貫性の低い項目を除いたうえで確認的因子分析を行った結果、自己の内的状態の意識と自己内省の2因子に分かれることを示した。2つの概念間には中程度の相関があるが(Burnkrant & Page, 1984)、個人の心理や行動に及ぼす影響性はそれぞれで異なることが分かっている。例えば、自己内省のみが、「ネガティブな評価に対する恐れ」(fear of negative evaluation)や「適切さに対する関心」(concern for appropriateness)と正の相関(Lennox, Welch, Wolfe, Zimmerman, & Dixon, 1987)、自尊感情およびオプティミズム傾向と負の相関があること(外山・桜井, 1999)が示されている。また、自己内省は不安や抑うつと正の相関、自尊感情と負の相関がある一方で、自己の内的状態の意識は不安や抑うつと負の相関、自尊感情と正の相関があることも報告されている(Anderson et al., 1996)。第二に、公的自己意識に関して、Mittal & Balasubramanian (1987)は、自らの髪型や服装に注意を向ける「外見への意識」(appearance consciousness)と自らの言動や評価に注意を向ける「行動スタイルへの意識」(style consciousness)の2因子に分かれることを示した。私的自己意識の場合と同様に、2つの概念間には中程度の相関があるが(神田・池田・杉山, 1996)、個人の心理や行動に及ぼす影響性はそれぞれで異なる。例えば、行動スタイルへの意識は対人不安と正の関連(辻, 2005; 亀田, 2001)、外見への意識は自己顕示性と正の関連(辻, 2005)がある。

以上のように、一部の研究では、私的自己意識と公的自己意識はそれぞれ2因子に分化することが報告されている。このように、因子分析結果の非一貫性が生じている要因には、(a) 原版の自己意識尺度(Fenigstein et al., 1975)は、前述の通り当初7つの自己意識内容が想定されていたが、因子分析の結果、偶然に、私的自己意識・公的自己意識・社会不安の3因子が導かれたのであり、参考とされたものの尺度自体の再現性が低いため、後の研究での因子分析結果が一貫しないという点(外山・桜井, 1999)、(b) 因子分析を行う前に、自己の内的状態の意識、自己内省、外見への意識、行動スタイルへの意識、それぞれに対応した項目作成が為されていないという点(辻, 2005)、の2点が指摘されている。私的自己意識と公的自己意識の構成概念の細分化は、これまで得られてきた研究結果が、私的自己



意識と公的自己意識の各2次元のどちらの影響によるものか特定することに繋がる可能性がある（外山・桜井，1999）。自己意識尺度が広範囲の心理学領域で扱われていることに鑑みると，自己意識の構成概念の細分化を図ることは，今後の研究を進展させるうえで有益であろう。

### 1-3-2. 自己意識の二分説

現在のところ，自己意識は私的自己意識と公的自己意識の2つに分かれるという二分説は，首肯しやすいものとして受け入れられている（渡辺，2002）。このように，自己意識が私的自己意識と公的自己意識に二分化されるに至った理論的背景として，「単一焦点仮説」が指摘されている（辻，2004a, 1993）。辻（2004a）によると，単一焦点仮説とは，注意は同時に複数の対象には向けられないことを意味する仮説であり，この仮説に従えば，自己への注意は内か外かのいずれかに向かうため，自己意識を特性として扱う場合もまた，私的自己意識と公的自己意識のいずれかに区分されることになる<sup>1</sup>。更に，辻（1993）によると，単一焦点仮説は，Carver & Scheier（1981）の注意の4つの次元（ヴィジリアンス，集中―拡散，選択性，焦点の鋭さ）の「選択性」と「焦点の鋭さ」に起源を辿ることができる。すなわち，単一焦点仮説は，注意対象は，ある時間帯に限定すると一つに選択され，それに鋭く焦点づけることで情報処理が促進されるという考え方に基づいた仮説である。しかしながら，こうした一時点における注意の操作過程を説明する単一焦点仮説を，性格特性（personality trait）である自己意識特性の枠組みに当てはめて，概念の一般化を図ることは論理的に飛躍していると考える。

単一焦点仮説に反する見解として，丹野・坂本（2001）は，私的自己意識と公的自己意識は相互補完的な関係にあり，人は時と場合に応じて二つの自己意識を使い分けており，自己意識のどちらの側面をも意識することは可能であることを，「2人の人間関係における対人認知過程」（Figure 1）において説明している。まず，図中の「見る自己」は意識する主体である「主我」（I）であり，「見られる自己」は意識される客体である「客我」（Me）を意味している。また，「S1→S2」は，自分で自分を認知することを表しており，「私的自己意識」の回路である。そして，「S1→O1」は，自分を中心とした視点（自己中心性）から離れる「視点移動」（脱中心化：相手の立場に立つことや相手の身になること）を表している。最後に，「S1→O1→S2」は，自分が他者，あるいは，内在他者<sup>2</sup>からどのように思われているかの認知を表しており，「公的自己意識」の回路である。このように，私たちは，自分の視点（S1）にも他者の視点（O1）にも即座に自由に移動しながら，社会生活を送っているとされる（丹野・丹野，1988）。従って，私的自己意識と公的自己意識の枠組みに対して，Figure 1の視点移動を伴いながら，私的と公的の両自己意識を調節し，他者や周囲との関係性の中で自己を意識しようとする「公私自己意識」（public and private self-consciousness）の概念を新たに提唱できると考える。公私自己意識は，他者と良好な関係を維持することや相手の期待や意向に寄り添うなど，他者との関係性を構築し，円滑な人間関係を営むうえで重要な視点と考えられる。例えば，他者と会話をする時，自己の内面にある思考や感情に目を向ける（私的自己意識）と同時に，自ら発する言動が相手からどのように受け取られるかも気にかける（公的自己意識）ことで，その場に相応しい言動を選択でき，結果として，他者と円滑な相互交流を図ることができると考える。

公私自己意識を定義するに当たり，Figure 1を参考として，公私自己意識を私的と公的の両自己意識を調節し，他者や周囲との関係性の中で自己を意識することと捉えた。自己を関係性の中で捉えようとする意識は，Markus & Kitayama（1991）の文化的自己観<sup>3</sup>における「相互協調的自己観」（interde-

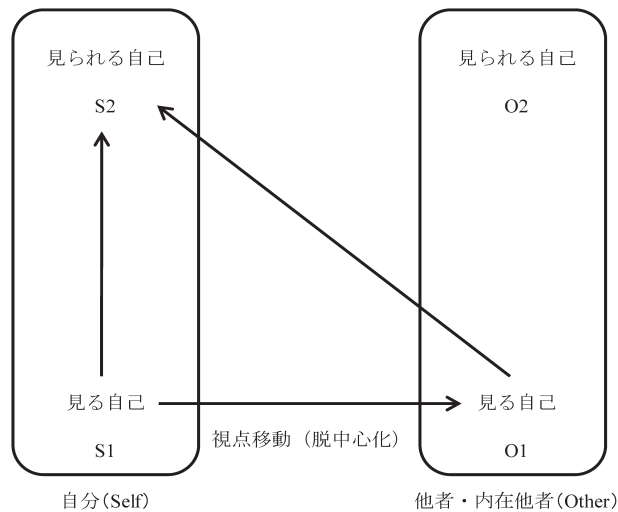


Figure 1. 2人の人間関係における対人認知過程（丹野・坂本，2001より作成）

pendence construal of self) の概念と共通する。相互協調的自己観とは、北米文化に優勢で個人の独自性や達成を重視する「相互独立的自己観」(independence construal of self) に反して、日本を含む東洋文化に優勢な自己観であり、自己を他者や周囲の状況と結びつけた社会的関係の一部として捉え、周囲に合わせるような対人関係の構築を図ろうとする人物像である（内田，2012）。こうした相互協調的自己観を特徴づける特性には、「役割同一性」（社会的にある役割に自らを当てはめ、それに合わせた行動を自発的にする行動傾向）と「情緒的態度」（他者の立場に立ち、思いやりをもって接する行動傾向）の2次元があると指摘されている（北山，1994）。役割同一性と情緒的態度は、いずれも自己を他者や社会的立場からも見つめるという点で、私的と公的の間の視点移動を伴うものと考えられる。そこで本研究では、役割同一性を「社会的役割意識」（社会的に期待される役割や定められた規範の中で自らを意識する傾向）、情緒的態度を「他者への情緒的意識」（他者の立場に立ちながら、自らを省みようと意識する傾向）として対応させ、これら2つの自己意識の観点を定義に反映させることにした。最終的に、公私自己意識を「他者への情緒的態度や社会的役割を重視し、自己を他者や周囲との関係性の中で捉えようとする意識」と定義した。

#### 1-4. 本研究の目的

本研究の目的は、私的自己意識と公的自己意識の構成概念の細分化、および、公私自己意識の概念を加えた「改訂版自己意識尺度」(self-consciousness scale revised) を作成し、心理的適応の指標である自尊感情、抑うつとの関連性を検証することである。

## 2. 方法

### 1. 調査対象者及び手続き

埼玉県の私立A大学人間学部の学生310名と東京都の私立B大学教育学部の学生177名の計487名を対象に、2013年の6月から7月にかけて質問紙調査を行った。質問紙の回答に不備のあった者を除いた

460名が最終的な分析対象となった（有効回答率94.4%）。平均年齢は、19.47歳（SD=1.28）であった。性別は、男性121名（26.3%）、女性339名（73.6%）であった。学年は、1年生164名（男性43名、女性121名）、2年生168名（男性31名、女性137名）、3年生62名（男性20名、女性42名）、4年生66名（男性27名、女性39名）であった。無記名の個人記入形式の質問紙を、大学の講義時間を活用して配布した。講義終了後、調査を実施し回収を行った。実施にあたり、(a) 回答は任意であること、(b) 回答内容はすべて集団データとして扱い、個人情報や回答内容が特定されたり外部に漏れたりすることがないこと、(c) 回答は正しい答えや間違った答えというものはなく成績とは一切関係ないこと、以上の3点を口頭および回答用紙への記載を通して説明し、倫理的配慮を行った。

2. 尺度項目作成に関する手続き

2-1. 自己の内的状態の意識、自己内省、外見への意識、行動スタイルへの意識、の項目選定

原版の自己意識尺度（Fenigstein et al., 1975）は、必ずしも尺度の再現性が高くないという問題点（外山・桜井, 1999）を考慮して、内の一貫性の高い項目を抽出することとした。まず初めに、自己意

Table 1. 自己意識尺度の項目対応表

Fenigstein, Scheier, & Buss (1975) の尺度項目	Burnkrant & Page (1984) の結果	Mittal & Balasubramanian (1987) の結果	押見・渡辺・石川 (1986) の結果
<b>私的自己意識</b>			
1. いつも自分のことを理解しようと努めている (○)	B	B	
2. 概して、自分にはあまり注意を向けられない方である*	—	A	
3. 自分について深く考えることが多い (○)	B	B	
4. 自分自身のことを空想して考えることがしばしばある	B	—	
5. 自分についてを深く考えない*	—	—	
6. 自分の本当の気持ちに注意が向きやすい (○)	A	A	
7. 自分はある時なぜそのようにふるまったのかと考えてしまう (○)	B	B	
8. とくどき、離れたところから自分をながめている感じをもつことがある (○)	B	B	
9. 自分の気持ちの変化に敏感である (○)	A	A	
10. なにかの問題にぶつかったとき、自分の心の動きに注意を向けている (○)	A	A	
<b>公的自己意識</b>			
1. 自分の立ち振る舞いが気になる (○)		D	D
2. 自分を人にどうみせるかに関心がある (○)		D	D
3. 自分が人からどう見られているのか気にする		C	D
4. 人に良い印象を与えようと気にしている (○)		D	D
5. 外出する直前には、鏡で自分の姿を見る (○)		C	C
6. 他の人が自分のことをどう思っているか気にする (○)		D	D
7. 自分の容姿にいつも注意している (○)		C	C

注1) A=自己の内的状態の意識 B=自己内省 C=外見への意識 D=行動スタイルへの意識

注2) ※は、逆転項目を示す。

注3) ( ) 内の○は、代表項目を示す。



識尺度 (Fenigstein et al., 1975) の全 23 項目の中から、社会不安の 6 項目を除き、私的自己意識 10 項目と公的自己意識 7 項目の計 17 項目を抜粋した。次に、これら Fenigstein et al. (1975) の 17 項目を基準に自己意識の因子構造を検討している研究として、確認的因子分析を用いた Mittal & Balasubramanian (1987)、探索的因子分析を用いた押見ら (1986)、内的及び外的一貫性テストを用いた Burnkrant & Page (1984) の 3 つの先行研究を取り上げ、研究結果を比較しながら特に内的一貫性が高い項目を選定することにした (Table 1)。私的自己意識に関しては、Burnkrant & Page (1984) と Mittal & Balasubramanian (1987) の 2 つを参照し、自己の内的状態の意識と自己内省の代表項目を選定した。代表項目の選定基準は、2 つの研究結果の双方で合致する項目とした。具体的な代表項目は、自己の内的状態の意識は、「6. 自分の本当の気持ちに注意が向きやすい」「9. 自分の気持ちの変化に敏感である」「10. なにかの問題にぶつかったとき、自分の心の動きに注意を向けている」の 3 項目であった。自己内省は、「1. いつも自分のことを理解しようと努めている」「3. 自分について深く考えることが多い」「7. 自分はあの時なぜそのようにふるまったのかと考えてしまう」「8. ときどき、離れたところから自分をながめている感じをもつことがある」の 4 項目であった。一方、公的自己意識に関しては、Mittal & Balasubramanian (1987) と押見ら (1986) の 2 つを参照し、私的自己意識と同様の選定基準を設けて、外見への意識と行動スタイルへの意識の代表項目を選定した。具体的な代表項目は、外見への意識は、「5. 外出する直前には、鏡で自分の姿を見る」「7. 自分の容姿にいつも注意している」の 2 項目であった。行動スタイルへの意識は、「1. 自分の立ち振る舞いが気になる」「2. 自分を人にもうみせるかに関心がある」「4. 人に良い印象を与えようと気にしている」「6. 他人が自分のことをどう思っているか気にする」の 4 項目であった。

以上の結果として、自己の内的状態の意識 3 項目、自己内省 4 項目、外見への意識 2 項目、行動スタイルへの意識 4 項目の計 13 項目が代表項目として選定された。

## 2-2. 項目作成

各観点の項目を作成するに当たり、筆者と心理学を専攻とする大学教員 3 名の計 4 名により、(a) 項目が測定概念を適切に反映しているか、(b) 項目表現は分かりやすいか、(c) 項目数は適切で偏りがなやか、の 3 点について、数回の議論を重ねて項目を選定した。

公私自己意識に関する項目は、定義に準じながら、他者への情緒的意識 10 項目、社会的役割意識 10 項目の計 20 項目を作成した。私的自己意識と公的自己意識に関する項目は、選定した代表項目、自己意識尺度 (池田・押見, 1999; 押見ら, 1986; 菅原, 1984) と自己意識・自己内省尺度 (辻, 2004b) の項目を参考にして、自己の内的状態の意識 10 項目、自己内省 10 項目、外見への意識 10 項目、行動スタイルへの意識 10 項目の計 40 項目を作成した。項目作成に当たり、以下 2 点に留意した。第一に、辻 (2005) は探索的因子分析で私的自己意識と公的自己意識が分化しない理由として、自己の内的状態の意識、自己内省、外見への意識、行動スタイルへの意識、のそれぞれが明確に判別できるような項目が作成されていないためと指摘していることを踏まえ、表現内容を工夫した。具体的に、自己の内的状態の意識は、「敏感である」「気づく」「注意が向く」のような思考や感情などの心的活動に対する“気づき”を意味する表現を文末に加えた。一方、自己内省は、自己の内的状態の意識の項目と明確に区別するために、「じっくり」「深く」「何度も」「多方面から」のような“熟考”を意味する表現を文末に加えた。第二の留意点として、津田 (2010) は、従来の自己意識尺度は「自分が他人にどのように思われる

か気になる」という項目のように、“気になる”という侵入思考的でネガティブな表現が使用されているため、結果として、自己意識尺度はネガティブな特性との相関が高くなる傾向を示してしまう危険性を指摘している。そのため、項目作成の段階で、このようなネガティブな印象を与える表現は避けるように留意した。

作成した60項目に対して、筆者と心理学を専門とする大学教員・大学院生・専門学校教員・短期大学教員から構成される研究会員6名、また別日に、心理学を専門とする大学院生4名によって協議を行い、最終的な内容的妥当性を確認した。なお、尺度作成に用いた全60項目の内容は、文末の資料に記載する。

### 3. 調査内容

#### 3-1. 改訂版自己意識尺度の原案項目

他者への情緒的意識10項目、社会的役割意識10項目、自己の内的状態の意識10項目、自己内省10項目、外見への意識10項目、行動スタイルへの意識10項目の計60項目から構成される。教示文は、「次の各項目は、あなたにどの程度あてはまるでしょうか。最も近いものの番号をひとつ選んで、○で囲んでください。」とした。評定は、「あてはまる (5点)」「ややあてはまる (4点)」「どちらともいえない (3点)」「あまりあてはまらない (2点)」「あてはまらない (1点)」の5段階で回答を求めた。

#### 3-2. 自尊感情尺度

自尊感情尺度 (山本・松井・山成, 1982) を用いた。本尺度は、1因子10項目から構成されている。教示文は、「次の特徴のおのおのについて、あなた自身にどの程度あてはまるかお答え下さい。他からどう見られているかではなく、あなた自身をどのように思っているかをありのままにお答え下さい。」とした。評定は、「あてはまる (5点)」「ややあてはまる (4点)」「どちらともいえない (3点)」「あまりあてはまらない (2点)」「あてはまらない (1点)」の5段階で回答を求めた。

#### 3-3. 自己記入式抑うつ尺度

SDS (self-rating depression scale) の日本語版尺度 (福田・小林, 1973) を用いた。SDSは、うつ病のスクリーニングとして活用されており (大平, 2011)、1因子20項目から構成される。下位症状として、主感情2項目、生理的随伴症状8項目、心理的随伴症状10項目に分かれる。教示文は、「最近のあなたの状態についてお聞き致します。次の各項目はあなたにどの程度あてはまるでしょうか。最も近いものひとつに○をつけてください。」とした。

評定は、「いつも (4点)」「しばしば (3点)」「ときどき (2点)」「めったにない (1点)」の5段階で回答を求めた。

## 3. 結果と考察

### 1. 改訂版自己意識尺度の作成

#### 1-1. 改訂版自己意識尺度の因子構造

作成した自己意識に関する60項目に対して、男女別に因子分析 (最尤法, プロマックス回転) を行った結果、性別による因子構造に違いがなかったため、男女込みで同様の因子分析を行った。固有値の減

Table 2. 改訂版自己意識尺度の因子構造 (最尤法・プロマックス回転)

項目内容	F1	F2	F3	F4	$h^2$	Mean	SD
F1: 外見への意識 ( $\alpha = .88$ )							
E: 髪型を気にする	<b>.79</b>	.04	-.06	-.06	.58	3.96	0.99
E: 自分の外見を意識する	<b>.76</b>	-.01	.00	.14	.70	3.95	0.85
E: 自分の体型やスタイルを意識する	<b>.75</b>	.01	-.01	-.03	.69	4.05	1.01
E: 自分の容姿に気をくばる	<b>.73</b>	.00	.06	.04	.65	3.82	0.86
E: 自分の理想の体形やスタイルについて考える	<b>.72</b>	-.03	.00	-.04	.66	4.03	1.02
E: 出かける前に, 自分の服装を鏡で見る	<b>.68</b>	-.02	.01	-.05	.50	4.23	1.03
E: 自分に似合うオシャレを意識する	<b>.57</b>	.15	.05	.00	.52	3.83	0.95
E: 自分の顔立ちや目鼻立ちには, あまり関心がない*	<b>-.57</b>	.12	-.03	-.11	.47	2.31	0.98
F2: 公私自己意識 ( $\alpha = .84$ )							
A: 相手を不快にさせないような接し方を考える	.06	<b>.69</b>	-.09	.10	.57	4.12	0.80
B: 初対面の人に対して, 失礼がないように気をつける	-.07	<b>.66</b>	-.10	.05	.52	4.20	0.75
B: 社会一般の常識に従って, 行動しようとする	.03	<b>.62</b>	-.02	.00	.51	4.12	0.81
B: 目上の人に対して, 言葉づかいに気をつける	-.16	<b>.62</b>	-.03	.00	.39	4.35	0.80
A: 相手の気持ちを察して, それに沿おうとする	.00	<b>.61</b>	.07	.08	.51	3.99	0.75
A: 相手の意向も考慮しながら, 物事を判断しようとする	.01	<b>.57</b>	.13	-.09	.49	4.11	0.76
B: みっともない行動は, 慎むように意識する	.04	<b>.56</b>	-.09	-.04	.40	4.03	0.91
B: 任される仕事に対して, 責任を果たすことを意識する	.00	<b>.55</b>	.04	-.01	.45	4.22	0.76
A: 相手の状況に配慮した振る舞い方を考える	.07	<b>.55</b>	.12	-.13	.46	3.86	0.77
B: 人のプライバシーや権利を守ることを意識する	.03	<b>.54</b>	.04	-.05	.39	3.90	0.84
F3: 私的自己意識 ( $\alpha = .77$ )							
C: 今ここでの感情の変化に注意を向ける	.00	-.02	<b>.66</b>	-.02	.48	3.41	0.95
D: 自分の行動特徴について, 深く分析する	-.10	-.03	<b>.62</b>	.17	.50	3.38	1.03
D: 日ごろ, 自分自身を理解しようと努めている	.07	-.01	<b>.61</b>	-.01	.45	3.45	1.01
D: 自分が認識する物事の本質や意味について, じっくり考える	-.12	.09	<b>.58</b>	-.11	.42	3.33	0.98
C: その時々のお気持ちの動きを感じ取る	.11	.01	<b>.56</b>	-.04	.49	3.74	0.87
D: 自分がどんな人間か, 過去の行動をもとに熟考する	-.02	-.01	<b>.55</b>	.07	.52	3.73	0.97
F4: 行動スタイルへの意識 ( $\alpha = .78$ )							
F: 人から, 自分がどのように思われているのか意識する	-.01	.00	-.05	<b>.81</b>	.57	4.20	0.81
F: 自分についての噂に関心がある	.04	-.13	.00	<b>.72</b>	.50	3.85	1.00
F: 人からの評価は, あまり意識しない*	-.10	.02	.05	<b>-.62</b>	.52	2.03	0.97
F: 自分の振る舞いが, 人からどのように見られているか意識する	.19	.20	.00	<b>.52</b>	.62	4.13	0.83
D: 自分の言動について, 何度も反省する	-.20	.05	.28	<b>.50</b>	.58	3.83	1.06
因子間相関							
F1	—						
F2	.43	—					
F3	.22	.43	—				
F4	.48	.37	.28	—			

注1) A=他者への情緒的意識 B=社会的役割意識 C=自己の内的状態の意識 D=自己内省 E=外見への意識 F=行動スタイルへの意識

注2) ※は逆転項目を示す。

少推移 (12.48, 4.31, 3.27, 2.63, 1.90...) および解釈可能性から, 4因子構造が妥当であると判断した。因子負荷量の絶対値が, (a) .50以上, (b) 複数の因子に .30以上重複しないという基準を設け, それらの基準に合致しない項目を削除しながら, 繰り返し因子分析を行った。最終的に, 計29項目からなる改訂版自己意識尺度が作成された (Table 2)。第1因子は, “髪型を気にする”, “自分の外見を意識する”, “自分の体型やスタイルを意識する” など8項目が高い負荷を示し, 「外見への意識」と命名した。第2

因子は、“相手を不快にさせないような接し方を考える”，“初対面の人に対して，失礼がないように気をつかう”，“社会一般の常識に従って，行動しようとする”など10項目が高い負荷を示し，他者への情緒的意識と社会的役割意識の項目が含まれていたことから，「公私自己意識」と命名した。第3因子は，“今ここでの感情の変化に注意を向ける”，“自分の行動特徴について深く分析する”，“日ごろ，自分自身を理解しようと努めている”など6項目が高い負荷を示し，自己の内的状態の意識と自己内省の項目が含まれていたことから，「私的自己意識」と命名した。第4因子は，“人から，自分がどのように思われているのか意識する”，“自分についての噂に関心がある”，“人からの評価は，あまり意識しない（逆転）”など5項目が高い負荷を示し，「行動スタイルへの意識」と命名した。想定していた6因子（他者への情緒的意識，社会的役割意識，自己の内的状態の意識，自己内省，外見への意識，行動スタイルへの意識）とは異なっていたが，理論的に整合性のある因子構造が検出された。なお，各下位尺度の得点は，各因子に付加する項目得点の総和を，項目数で除したものとした。各下位尺度間の相関係数を算出した結果， $r=.19\sim.44$  ( $p<.01$ ) の正の相関があった。先行研究では，私的自己意識と公的自己意識の間に $r=.23\sim.50$ という相関が得られており（池田・押見，1999；Anderson et al., 1996；Lennox et al., 1987；押見ら，1986；菅原，1984；Turner et al., 1978；Fenigstein et al., 1975），本研究の相関係数の強さと同程度であった。公私自己意識という新たな概念を加えても，各因子は一つの構成概念の基に相互に関連することが示された。

## 1-2. 信頼性および因子的妥当性の検討

### 1-2-1. 信頼性の検討

$\alpha$ 係数，I-T（Item-Total）相関，G-P（Good-Poor）分析，の3つの観点から改訂版自己意識尺度の信頼性を検証した。各下位尺度のCronbachの $\alpha$ 係数を算出したところ，外見への意識は $\alpha=.88$ ，公私自己意識は $\alpha=.84$ ，私的自己意識は $\alpha=.77$ ，評価意識は $\alpha=.78$ であった。I-T相関に関して，各下位尺度得点と項目得点の間の相関係数を算出したところ，29項目すべてにおいて， $r=.61\sim.82$  ( $p<.01$ ) の正の相関が得られた。G-P分析に関して，各下位尺度得点の平均値を基準に，被験者を「高群」と「低群」に分けて，各項目得点の差を $t$ 検定によって求めたところ，29項目すべてにおいて高群の方が低群より0.1%水準で有意に高いことが示された。以上より， $\alpha$ 係数，I-T相関，G-P分析の観点から，改訂版自己意識尺度の信頼性が確認された。

### 1-2-2. 因子的妥当性の検討

探索的因子分析によって検出された4因子（外見への意識，公私自己意識，私的自己意識，行動スタイルへの意識）を潜在変数，各因子の29項目を観測変数とする確認的因子分析を行い，適合度の検定を行った。適合度指標（GFI），修正適合度指標（AGFI），比較適合度指標（CFI），平均二乗誤差平方根（RMSEA）を算出した。モデルの適合度は， $\chi^2=1038.11$ ， $df=376$ ， $p<.001$ ， $GFI=.863$ ， $AGFI=.841$ ， $CFI=.867$ ， $RMSEA=.062$ であった。また，各項目の影響指数は，0.47～0.84であった。GFIは，適合度の目安とされる0.9以上の値に届かなかった。しかし，豊田（1988）は，観測変数が30個以上の複雑なモデルの場合は，GFIを0.9に近づけることが難しくなると指摘している。改訂版自己意識尺度の観測変数は29個であったことから，1自由度当たりの適合度であるRMSEAを参照した。RMSEAは.062であり，モデルの適合度は，おおむね許容される範囲を示した。次に，観測変数の項目数の多さを考慮し

Table 3. 改訂版自己意識尺度得点の2要因分散分析 (性別×学年)

	1年生		2年生		3年生		4年生		分散分析 (F値)		
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	学年差	性差	交互作用
	(n=43)	(n=121)	(n=31)	(n=137)	(n=20)	(n=42)	(n=27)	(n=39)			
外見への意識	3.52 (0.91)	4.05 (0.61)	3.47 (0.95)	4.13 (0.56)	3.75 (0.71)	4.04 (0.74)	3.42 (0.69)	4.12 (0.57)	0.41 <i>n.s.</i>	49.37***	1.13 <i>n.s.</i>
公私自己意識	3.91 (0.71)	4.14 (0.49)	3.92 (0.63)	4.13 (0.46)	3.81 (0.58)	4.12 (0.41)	3.99 (0.54)	4.22 (0.38)	0.74 <i>n.s.</i>	17.93***	0.11 <i>n.s.</i>
私的自己意識	3.41 (0.72)	3.51 (0.64)	3.43 (0.81)	3.44 (0.65)	3.55 (0.57)	3.62 (0.57)	3.37 (0.63)	3.78 (0.63)	1.05 <i>n.s.</i>	3.86 <i>n.s.</i>	1.31 <i>n.s.</i>
行動スタイル への意識	3.94 (0.74)	4.15 (0.64)	3.67 (0.89)	4.01 (0.67)	3.84 (0.61)	4.01 (0.70)	3.74 (0.51)	3.98 (0.67)	1.04 <i>n.s.</i>	8.22**	0.34 <i>n.s.</i>

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$   
 注) ( ) 内は標準偏差を示す。

たうえて検討するために、外山 (2013) を参考に、各因子の負荷量が高い上位4項目を用いて確認的因子分析を行った。その結果、 $\chi^2=236.08$ ,  $df=98$ ,  $p<.001$ ,  $GFI=.939$ ,  $AGFI=.915$ ,  $CFI=.942$ ,  $RMSEA=.055$ であり、適合度は満足できる値が示された。以上より、改訂版自己意識尺度の因子的妥当性が確認された。

### 1-3. 性差および学年差の検討

性差と学年差に関して検討するために、2要因 (性別×学年) の分散分析を行った (Table 3)。有意な差がみられた変数については、TukeyのHSD法による多重比較を行った。改訂版自己意識尺度の下位尺度について、性別と学年による交互作用は有意ではなかった。しかし、外見への意識 ( $F(3, 456)=49.37$ ,  $p<.001$ )、公私自己意識 ( $F(3, 456)=17.93$ ,  $p<.001$ )、行動スタイルへの意識 ( $F(3, 456)=8.22$ ,  $p<.01$ ) に対して、性の主効果があり、いずれも、女性の方が男性よりも高かった。外見への意識・公私自己意識・行動スタイルへの意識の3つは、私的自己意識とは異なり、他者の観点から自己を見つめるという点で共通している。青年期は一般的に他者からの評価に対する意識が強いとされるが、女性は特に、他者の眼差しに関する意識が自己評価の大きな比重を占める (梶田, 1988)。実際、女性は自己の諸側面のうち、優しさや容貌を認知する傾向が高く、他者との関わりの中での自己評価が大きな意味を持つことが示されている (山本ら, 1982)。本研究の結果は、こうした女性の他者に対する関心の強さが反映されたものと考えられる。

### 2. 自己意識と自尊感情、抑うつとの関連

自己意識と自尊感情 ( $M=2.98$ ,  $SD=0.72$ ,  $\alpha=.85$ )、抑うつ ( $M=2.21$ ,  $SD=0.38$ ,  $\alpha=.78$ ) の間のピアソンの相関係数を、性別ごとに算出した (Table 4)。男性において、自尊感情は、行動スタイルへの意識と負の相関 ( $r=-.20$ ,  $p<.05$ ) があつた。また、抑うつは、外見への意識と負の相関 ( $r=-.19$ ,  $p<.05$ )、公私自己意識と負の相関 ( $r=-.20$ ,  $p<.05$ )、行動スタイルへの意識と正の相関 ( $r=.18$ ,  $p<.05$ ) があつた。女性において、自尊感情は、行動スタイルへの意識と負の相関 ( $r=-.28$ ,  $p<.01$ ) があつた。また、抑うつは、公私自己意識と負の相関 ( $r=-.25$ ,  $p<.01$ )、行動スタイルへの意識と正



Table 4. 自己意識と自尊感情、抑うつとの相関係数

	外見への意識		公私自己意識		私的自己意識		行動スタイルへの意識	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
1. 自尊感情	.17	-.03	.09	.05	.04	.03	-.20*	-.28**
2. 抑うつ	-.19*	-.07	-.20*	-.25**	.07	-.01	.18*	.16**

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

の相関 ( $r = .16, p < .01$ ) があった。

行動スタイルへの意識が高い人は、男女ともに、自尊感情が低く、抑うつが高かった。他者からの評価を過剰に意識化することは、心理的適応の悪化に繋がる可能性が示唆された。その一方で、公私自己意識の高い人は、男女ともに抑うつが低いことから、公私自己意識は抑うつ予防における健康的な自己注目である可能性が示唆された。坂本・丹野 (2001)、坂本・森脇・佐々木・河合・丹野 (2001) は、大学生を対象にした自由記述の調査から、健康的な自己注目の特徴の一つに、「客観的視点から自分を眺める」という点を指摘している。公私自己意識の高い人は、他者や周囲との関係性の中で自己を意識するという点で、自己をより客観的な立場から捉えることができるだろう。そのため、公私自己意識と抑うつとの間に負の相関が得られたと考えられる。外見への意識は、男性において抑うつと負の関連があり、自分の髪型・体系・スタイルなどの外見を意識するほど抑うつが低いことが示された。眞榮賊・菅原・酒井・菅原 (2007) は、男性の方が女性よりも容姿に対する自己評価が高く、更に、容姿に対する自己評価は抑うつと負の関連があることを示している。外見への意識が高い男性の中には、容姿への自己評価が高い者も一定数存在するだろう。そのため、外見への意識と抑うつとの間に負の相関が得られたと考えられる。以上、自己意識と自尊感情および抑うつとの関連性について考察してきたが、本研究で得られた相関係数の値は全体的に低かったため、結果の一般化には慎重にならざるをえない。

#### 4. 本研究のまとめと課題

本研究の目的は、私的自己意識と公的自己意識の構成概念の細分化、および、公私自己意識の概念を加えた改訂版自己意識尺度を作成し、自尊感情、抑うつとの関連性を検証することであった。因子分析の結果、外見への意識、公私自己意識、私的自己意識、行動スタイルへの意識の4下位尺度から構成される改訂版自己意識尺度が作成された。これより、従来の自己意識尺度と比較し、より多面的に自己意識を測定できる尺度が作成された。各下位尺度間の相関はいずれも有意な正の相関があり、公私自己意識の概念を加えても、一つの構成概念の基に相互に関連することが示された。また、 $\alpha$ 係数、I-T相関、G-P分析の結果から尺度の高い内的一貫性が確認され、確認的因子分析の結果から尺度の一定の因子的妥当性が示された。性差および学年差の検討では、女性は男性よりも、外見への意識、公私自己意識、行動スタイルへの意識が高いことから、女性は自己を他者の観点から意識する傾向が強いことが示された。自己意識と心理的適応との関連では、行動スタイルへの意識が高い人は、自尊感情が低く、抑うつが高いことから、大学生において他者評価を過剰に意識することの問題性が窺えた。一方、公私自己意識の高い人は抑うつが低いことから、他者や周囲との関係性の中で自己を意識することが抑うつとの低減に繋がる可能性が示唆された。また、男性において外見への意識と抑うつとの間に負の関連が示され、外見への意識が高い者における容姿への自己評価の高さが抑うつとの低さと関連している可能性が考えられた。

本研究の意義は、(a) 自己意識の構成概念を整理し新たな枠組みを提示したことにより自己意識研究の今後の進展の一助となったこと、(b) 自己意識と心理的適応との関連性を示したことで大学生における心理・教育的援助に対する知見を提供したこと、以上の2点である。しかしながら、本研究で残された今後の課題と限界点を以下5点指摘したい。

第一は、サンプルの問題である。本研究の対象者は女性が多く、サンプルの偏りが見られた。そのため、本研究の結果は、女性の特徴による影響を大きく受けた可能性がある。今後は、男性のサンプル数を増やし、男女の比率を考慮したうえで検証する必要がある。また、本研究結果は、大学独自の特徴が反映された可能性も考えられる。本研究の対象者は、関東圏内の大学に在籍し、主に教育分野を専攻する学生であった。今後は、他の地域・専攻分野の学生もサンプルに含めた大規模な調査を実施する必要がある。更に、本研究は、青年期後期の大学生を対象としていたため、自己意識の発達について、青年期の区分をまたいで捉えることができなかった。自己意識の研究は、中学生から大学生を対象とした研究 (e.g., 中間, 2012; 天谷, 2005; 神田ら, 1996) が多いが、小学生対象の研究 (桜井, 1992) も僅かに散見される。従って、今後は児童・生徒へと研究対象を広げて、自己意識の発達差や発達の変化を検証していくこととする。

第二は、改訂版自己意識尺度の信頼性と妥当性の問題がある。信頼性の検討では、高い内的一貫性が確認されたものの、時間的安定性に関しては未検討である。今後、繰り返し用いたとしても、再現性の高い尺度であるか検証していく必要がある。また、妥当性の検討では、高い因子的妥当性が確認されたものの、弁別的妥当性については検討が不十分である。本研究では、項目数を増やすことによる対象者への負担を考慮して用いることができなかったが、自己意識尺度の弁別的妥当性の指標として、セルフモニタリング、内向性-外向性、ユニークネス欲求、親和動機などのパーソナリティ変数が使用されている (池田・押見, 1999; 押見ら, 1986)。今後は、尺度の時間的安定性や弁別的妥当性に関して、詳細に検証していく必要がある。

第三は、探索的因子分析の結果、自己の内的状態の意識と自己内省の2因子が検出されず、自己意識の細分化の研究目的が部分的に達成されなかったことである。Buss (1980) は、私的自己意識を、「身体的事象」「気分・感情」「心的動機」「自己内省」の4領域から整理し、自己の内的状態の意識から自己内省に至るまでの連続体を仮定している。今回の探索的因子分析では、こうした私的自己意識の一次元上の深まりを検出することが難しかったと考えられる。ただし、辻 (2005) は、2回にわたる調査の中で項目表現を修正し、探索的因子分析によって私的自己意識の両側面を検出している。従って、今後は自己の内的状態の意識と自己内省の項目内容を吟味し、より判別力の高い項目を作成したうえで再検討を行う必要がある。

第四は、自己意識と他の変数の関連性を明らかにすることである。自己意識と諸変数の関連研究を相互に関連する領域ごとにまとめると、以下5つの研究領域に集約できる。すなわち、(a) 自尊感情や抑うつなど「心理的適応」に関する研究、(b) 対人不安やシャイネスなど「社会的適応」に関する研究 (e.g., 伊藤・丹野, 2003)、(c) アイデンティティや文化的自己観など「自己形成」に関する研究 (e.g., 金, 2005)、(d) セルフモニタリングや同調性など「社会的認知・行動」に関する研究 (e.g., 土田・福島, 2007)、(e) 内発的動機づけや達成動機など「動機づけ」に関する研究 (e.g., 伊田, 2003)、の5つである。本研究は、そのうち、特に研究知見の蓄積が深い心理的適応 (自尊感情、抑うつ) との関連性を検証したものである。従って、今後はこれら5つの研究領域との接点を踏まえながら、他の変数と

の関連について検証を重ねる必要がある。

第五は、方法論の問題である。本研究で採用した研究法は、量的アプローチである。そのため、本研究結果は、集団における相関関係を表したにすぎず、個人内の力動的变化を捉えたものとは言えない。自己意識研究では、量的アプローチのみならず、「WHY答法」「物語法」「面接法」など個人の内面的変化に迫った質的アプローチも盛んに行われている。今後は、青年の深層心理への理解に向けて、質的な研究手法も取り入れた分析を用いることとする。

#### 謝辞

本調査にご協力頂きました学生の皆様方、また、本研究の執筆にあたり多くのご指導を賜りました早稲田大学の河村茂雄教授、青山学院大学の早坂方志教授、文京学院大学の金子智栄子教授が主催するあやめ研究会のメンバーの方々に対しまして、心より感謝の意を申し上げます。

#### 注

- 1) 単一焦点仮説は、自己意識研究の分析手法においても反映されている。例えば、藤瀬・古川（2005）は、単一焦点仮説を受けて、個人特性として自己意識を捉える場合、尺度得点の平均値を基準に被験者を群分けするのではなく、各被験者の2つの自己意識得点に基づき、高いほうが個人傾向を示すものとして群分けすることが妥当であると指摘している。すなわち、2つの自己意識得点の平均値をもとに、私的自己意識（高群・低群）×公的自己意識（高群・低群）から4群に分割すると、私的自己意識と公的自己意識が共に高い群が見出されることになり、このことは単一焦点仮説に反するのである。
- 2) 丹野・坂本（2001）は、他者一般のイメージが自分の中に内在化された他者のことを、実在する他者と区別して、「内在他者」と呼んでいる。例えば、一般的に私たちが自分の服装や言動がその場に相応しいかを考える場合、周囲に他者が存在しなくても、自分の服装や言動は他者からみて相応しいのだろうかというイメージの中で確かめていることがある。このように、一人である場合の公的自己意識は“内在他者”を通じた自己意識であり、自己の内部で起こる現象として解釈される。
- 3) 文化的自己観とは、「ある文化において歴史的につくりだされ、暗黙のうちに共有されている人の主体の性質についての通念」（北山、1998）である。文化的自己観は、相互独立的自己観と相互協調的自己観の2つから構成される（Markus & Kitayama, 1991）。両自己観はある文化に埋め込まれた社会通念ではあるが、これは必ずしも全ての個人が所属する社会文化の自己観を受け入れていることを意味していない（増田・山岸、2010）。つまり、日本人であれば皆が相互協調的な信念を持っており、欧米人であれば皆が相互独立的な信念を持っているわけではなく、個人は双方の自己観を持っていると考えられている（高田、2000）。従って、個人がどちらの自己観を優勢的に選択するかは、文化からの影響を多大に受けるものの、最終的には個人の裁量に依拠しており（北山・唐澤、1995）、自己観の構築は、個人が培った実体験や社会的価値観と照らし合わせる作業を繰り返しながら行われていくものと理解されている。

#### 引用文献

- 阿部美帆・今野裕之（2006）. 自尊感情の変動性と自己意識の関連 日本パーソナリティ心理学会総会発表論文集第15回, 132-133.
- Abram, D. (1988). Self-consciousness scale for adults and children: Reliability, validity, and theoretical significance. *European Journal of Personality*, 2, 11-37.
- 天谷裕子（2005）. 自己意識と自我体験—「私」への「なぜ」という問い—の関連 パーソナリティ研究, 13, 197-207.
- Anderson, E. M., Bohon, L. M., & Berrigan, L. P. (1996). Factor structure of the private self-consciousness Scale. *Journal of Personality Assessment*, 66, 144-152.
- Burnkrant, R. E., & Page, T. S. Jr. (1984). A modification of the Fenigstein, Scheier, and Buss Self-Consciousness Scale. *Journal of Personality Assessment*, 48, 629-637.

- Buss, A. H. (1980). *Self-consciousness and social anxiety*. San Francisco: Freeman.
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1981). *Attention and self-regulation: A control-theory approach to human behavior*. New York: Springer-Verlag.
- Duval, S., & Wicklund, R. A. (1972). A theory of objective reference self-awareness. *New York: Academic Press*.
- 榎本博明 (2012). 青年心理学 おうふう
- Fenigstein, A., Scheier, M. F., & Buss, A. H. (1975). Public and private self-consciousness: Assessment and theory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, **43**, 522-527.
- 藤瀬文子・古川久敬 (2005). 自尊感情と自己認知との関連性—他者からみられている自己に着目して— 九州大学心理学研究, **6**, 189-197.
- 福田一彦・小林重彦 (1973). 自己評価式抑うつ性尺度の研究精神神経学雑誌, **75**, 673-679.
- 五十嵐愛・横田正夫 (2011). 大学生における抑うつと自我同一性, 公的自己意識との関連 日本大学心理学研究, **32**, 66-72.
- 伊田勝憲 (2003). 心理学系科目における向社会的な学習動機づけ像を探る—自己意識および個人志向性・社会志向性との課題価値の関連— 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), **33**, 37-48.
- 池田善英・押見輝男 (1999). 自己意識尺度オリジナル版の評価 立教大学心理学研究, **41**, 51-61.
- Ingram, R. E., & Smith, T. W. (1984). Depression and internal versus external focus of attention. *Cognitive Therapy and Research*, **8**, 139-152.
- 伊藤由美・丹野義彦 (2003). 対人不安についての素因ストレスモデルの検証—公的自己意識は対人不安の発生にどう関与するのか— パーソナリティ研究, **12**, 32-33.
- 亀田左和子 (2001). 青年期における対人不安性に関する研究—公的自己意識, 一般性自己効力感との関連について— 日本教育心理学会総会発表論文集第43回, 439.
- 神田信彦・池田善英・杉山成 (1996). 中学生の自己意識特性の構造白梅学園短期大学紀要, **32**, 113-125.
- 神田信彦・林潔 (2006). 大学生の抑うつ傾向—自己注目及び時間の展望との関係— 応用心理学研究, **31**, 122.
- 榎木啓二 (2001). 自尊感情と公的自己意識との関連について 日本教育心理学会総会発表論文集第43回, 399.
- 梶田毅一 (1988). 自己意識の心理学 (第2版) 東京大学出版
- 金美鈴 (2005). 韓国と日本の大学生における対人不安と同一性, 公的自己意識, 相互依存的自己との関係 パーソナリティ研究, **14**, 42-53.
- 北山忍 (1994). 文化的自己観と心理的プロセス 社会心理学研究, **10**, 153-167.
- 北山忍 (1998). 自己と感情—文化心理学による問いかけ— 共立出版
- 北山忍・唐澤真弓 (1995). 自己: 文化心理学的視座 実験社会心理学研究, **35**, 133-163.
- Lennox, R., Welch, L., Wolfe, R., Zimmerman, B., & Dixon, W. (1987). Assessment of self-consciousness. *Representative Research in Social Psychology*, **17**, 53-73.
- 眞築城和美・菅原ますみ・酒井厚・菅原健介 (2007). 改訂・自己知覚尺度日本語版の作成—児童版・青年版・大学生版を対象として— 心理学研究, **78**, 182-188.
- Markus, H. R., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, **98**, 224-253.
- 増田貴彦・山岸俊男 (2010). 文化心理学 (上)—心がつくる文化, 文化がつくる心— 倍風館
- 松浦隆信・亀山晶子・坂本真士 (2011). 過度な注意の持続と不安・抑うつとの関連—不安と抑うつの識別を考慮に入れた検討— パーソナリティ研究, **20**, 32-40.
- Mittal, B., & Balasubramanian, S. K. (1987). Testing the dimensionality of the self-consciousness scales. *Journal of Personality Assessment*, **51**, 53-68.
- Montemayor, R., & Eisen, M. (1977). The development of self-conceptions from childhood to adolescence. *Developmental Psychology*, **13**, 314-319.
- 中間玲子 (2012). 青年期の自己意識の発達の变化 (1)—理想自己と自己意識特性との関連— 日本教育心理学会総会発表論文集第54回, 247.
- 大坪天平 (2011) 第9章うつ病樋口輝彦 (編) こころの病気のセルフチェック 日本評論社 pp. 108-122.
- 押見輝男・渡辺狼二・石川直弘 (1986). 自己意識尺度の検討 立教大学心理学研究年報, **28**, 1-15.



- 坂本真士 (1992). 抑鬱尺度と自己意識尺度との相関 日本健康心理学会大会発表論文集第5回, 32-33.
- 坂本真士 (1998). 自己注目と抑うつ—抑うつの発症・維持を説明する3段階モデルの提起 心理学評論, **41**, 283-302.
- Sakamoto, S. (1998). The Preoccupation Scale: Its development and relationship with depression scale. *Journal of Clinical Psychology*, **54**, 645-654.
- 坂本真士 (2005). 第2章抑うつにおける臨床と基礎のインターフェイス 坂本真士・丹野義彦・大野裕 (編) 抑うつの臨床心理学 東京大学出版会 pp. 29-48.
- 坂本真士・丹野義彦 (2001). 健康な自己注目と抑うつの自己注目 (1) 日本臨床心理学会大会発表論文集第20回, 250.
- 坂本真士・森脇愛子・森本幸子・佐々木淳・川合寛子・丹野義彦 (2001). 健康な自己注目と抑うつの自己注目 (2) 日本心理学会大会発表論文集第65回, 507.
- 桜井茂男 (1992). 小学校高学年における自己意識の検討 実験社会心理学研究, **32**, 85-94.
- Smith, T. W., & Greenberg, J. (1981). Depression and self-focused attention. *Motivation and Emotion*, **5**, 323-331.
- Smith, T. W., Ingram, R. E., & Roth, D. L. (1985). Self-focused attention and depression: Self-evaluation, affect, and life stress. *Motivation and Emotion*, **9**, 381-389.
- 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.
- 太幡直也 (2006). 被透視感の強さを規定する要因—自己への注意と他者の視点取得についての検討— 社会心理学研究, **22**, 19-32.
- 高野慶輔・丹野義彦 (2008). Rumination-Reflection Questionnaire日本語版作成の試み パーソナリティ研究, **16**, 259-261.
- 高田利武 (2000). 相互独立の一相互協調的自己観尺度に就いて 奈良大学総合研究科所報, **8**, 145-163.
- 田中誠一・佐藤寛・境泉洋・坂野雄二 (2007). 自己注目と抑うつおよび不安との関連 心理学研究, **78**, 365-371.
- 丹野義彦・丹野ひろみ (1988). 社会心理学的自己認知理論からみた精神分裂病の自己の病理—公的自己意識が私的  
自己意識を侵害する事態について— 群馬大学医療技術短期大学部紀要, **8**, 47-58.
- 丹野義彦・坂本真士 (2001). 自分のころからよむ臨床心理学入門 東京大学出版会
- 外山美樹 (2013). 楽観・悲観席尺度の作成ならびに信頼性・妥当性の検討 心理学研究, **84**, 3.
- 外山美樹・桜井茂男 (1999). 自己意識尺度の因子構造の再検討 筑波大学心理学研究, **21**, 141-147.
- 豊田秀樹 (1998). 共分散構造分析【入門編】朝倉書店 pp. 173-174.
- 土田恭史・福島脩美 (2007). 行動調整におけるセルフモニタリング—認知行動的セルフモニタリング尺度の作成—  
目白大学心理学研究, **3**, 85-93.
- 津田恭充 (2010). 視点別意識尺度の作成とその信頼性・妥当性の検討 カウンセリング研究, **43**, 22-32.
- 辻平治郎 (1993). 自己意識と他者意識 北大路書房
- 辻平治郎 (2004a). 自意識過剰の心理学—バスらの自己意識論— 梶田叡一 (編) 自己意識心理学への招待有斐閣  
ブックス pp. 123-134.
- 辻平治郎 (2004b). 自己意識と自己内省: その心配との関係 甲南女子大学紀要 (人間科学編), **40**, 9-18.
- 辻平治郎 (2005) 森田療法における自己意識・自己内省の概念と測定 梶田叡一 (編) 自己意識研究の現在2 ナカ  
ニシヤ出版 pp. 119-134.
- Turner, R. G., Scheier, M. F., Carver, C. S., & Ickes, W. (1978). Correlates of self-consciousness. *Journal of Personality Assessment*, **42**, 285-289.
- 内田由紀子 (2012). 第1章社会心理学1-2北山忍の文化的自己観 梶田叡一・溝上慎一 (編) 自己の心理学を学ぶ  
人のために 世界思想社 pp. 25-36.
- 渡辺克徳 (2004). 公的自己意識と抑うつの関係について—抑うつに他者の存在は重要か? 関西学院大学臨床教育  
心理学研究, **30**, 33-37.
- 渡辺浪二 (2002). 第5章自己意識 船津衛・安藤清志 (編) 自我・自己の社会心理学 北樹出版 pp. 60-77.
- 山田剛史 (2002). 理想—現実自己不一致における適応的・自己形成的側面に関する研究 神戸大学・発達臨床心理  
学研究, **2**, 23-37.
- 山田ゆかり (1981). 青年期における自己概念 (I) 日本教育心理学会総会発表論文集第23回, 422-423.
- 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.



## 資料

## 改訂版自己意識尺度の原案項目

## 1. 公私自己意識

## 1-1. 他者への情緒的意識 (10項目)

- ・相手の性格に応じて、言動を調節しようとする
- ・親しい人でも、ある一定の秩序をもって接するように意識する
- ・相手の気持ちを察して、それに沿おうとする
- ・相手の意見も考慮しながら、物事を判断しようとする
- ・意見が対立した時、その人の考えと自分の考えとの接点を見出そうとする
- ・苦手な人でも、仲良くなれるような対応を考える
- ・相手が理解しやすいような表現の仕方を心がける
- ・相手を不快にさせないような接し方を考える
- ・相手の状態に配慮した振る舞い方を考える
- ・人からの依頼に対して、自分の状況に合った引き受け方を考える

## 1-2. 社会的役割意識 (10項目)

- ・自分の振る舞いが、社会規範に沿っているのか意識する
- ・社会一般の常識に従って、行動しようとする
- ・悪いことをしてしまった時は、人が見ていなくても恥ずかしくなる
- ・任される仕事に対して、責任を果たすことを意識する
- ・みっともない行動は、慎むように意識する
- ・人のプライバシーや権利を守ることを意識する
- ・時、場所、状況に合わせた服装を心がける
- ・目上の人に対して、言葉づかいに気をつける
- ・初対面の人に対して、失礼がないように気をつかう
- ・礼儀作法が、自分の立場に相応しいものであるのか意識する

## 2. 私的自己意識

## 2-1. 自己の内的状態の意識 (10項目)

- ・自分の本当の気持ちに注意が向きやすい
- ・自分の気持ちの変化には、あまり敏感ではない (※逆転項目)
- ・今ここでの感情の変化に注意を向ける
- ・その時々々の気持ちの動きを感じ取る
- ・自分が本当は何をしたいのか気づく
- ・痛み、発熱、動悸など身体感覚に敏感である
- ・気分が変わると、自分自身でそれを敏感に感じ取る
- ・自分の機嫌には、あまり気づかない (※逆転項目)
- ・体調の変化に気づきやすい

- ・何か問題に直面した時、自分の心が動揺していることに気づく

## 2-2. 自己内省（10項目）

- ・自分の行動特徴について、深く分析する
- ・自分の言動について、何度も反省する
- ・自分は、あの時なぜそのように振る舞ったのか多方面から考える
- ・自分がどんな人間か、過去の行動をもとに熟考する
- ・自分について、深く内省する
- ・自分が認識する物事の本質や意味について、じっくり考える
- ・常に、一步離れたところから自分をながめる習慣をつけている
- ・日ごろ、自分自身を理解しようと努めている
- ・過去にあった場面で、自分がどのように振る舞ったか回想する
- ・自分がこういう人間であればいいなあと空想することが多い

## 3. 公的自己意識

### 3-1. 外見への意識（10項目）

- ・出かける前に、自分の服装を鏡で見る
- ・自分の顔立ちや目鼻立ちには、あまり関心がない（※逆転項目）
- ・自分の容姿に気をくばる
- ・人の目に映る自分の姿には、あまり気をくばらない（※逆転項目）
- ・自分の外見を意識する
- ・髪型を気にする
- ・自分の体形やスタイルを意識する
- ・自分に似合うオシャレを意識する
- ・持ち物に気をつかう
- ・自分の理想の体形やスタイルについて考える

### 3-2. 行動スタイルへの意識（10項目）

- ・自分の行動が人に良い印象を与えているか意識する
- ・人から、自分がどのように思われているのか意識する
- ・世間体など気にならない（※逆転項目）
- ・自分の振る舞いが、人からどのように見られているのか意識する。
- ・人が、自分の発言をどのように受け取ったのか意識する
- ・自分についての噂に関心がある
- ・人からの評価はあまり意識しない（※逆転項目）
- ・初対面の人に、自分の印象を悪くしないようにする
- ・人前で何かをする時、自分のしぐさを意識する
- ・人に見られていると、つい格好をつけてしまう