

# 青年期前期における自己評価と反映的評価のずれ及びずれの 認知と社交不安の関連

The study about the relation among discrepancies between self-evaluation  
and reflected appraisal, recognition the discrepancy and social anxiety in early  
adolescence

山口 雄介<sup>※</sup>  
Yusuke Yamaguchi<sup>※</sup>

## 要旨：

本研究は、自己評価と反映的評価のずれ及びずれの認知と社交不安との関連を検討することを目的として、中学生 528 名を対象に質問紙調査を行った。自己評価と反映的評価のずれの認知は検討が行われていないため、ずれの認知の指標を作成した。その結果、「ずれに対するネガティブな認知」と「ずれへの対処可能性についての認知」の 2 因子が抽出された。次に、自己評価と反映的評価のずれ、ずれの認知、社交不安との相関分析を行ったところ、自己評価と反映的評価のずれと社交不安との相関関係は見出せなかったが、ずれの認知と社交不安には相関関係があることが示された。そして、臨床実践への応用と心理発達の観点から考察された。最後に、今後の課題として、①尺度の項目数を削減せずに調査を実施すること、②自己評価、反映的評価、自己評価と反映的評価のずれ、ずれの認知の測定法の改善、③社交不安障害の臨床群を対象とした研究の 3 点が述べられた。  
キーワード：青年期前期、自己評価と反映的評価のずれ、ずれの認知、社交不安

## I 問題と目的

### 1. 青年期前期における自己概念の発達と社交不安障害

青年期は様々な源泉からもたらされる自己像を一つのまとまった自己概念に統合すること（高田他, 1989）が重要な心理発達の課題の一つであり、特に青年期前期は友人関係の中で自己についての様々な情報を得る時期（梅本, 1990）である。しかし、青年期前期は友人関係の問題（友人とのトラブルやいじめなど）により自己像や自己評価は不安定になりやすく、友人関係の問題を起因として不登校などの臨床的問題が発生するリスクも高い。不登校の背景要因として、社交不安障害は常に念頭に置くべき精神医学的問題であると言われている（近藤, 2014）。社交不安障害とは、「恥ずかしい思いをするかもしれない社会的場面に対する顕著で持続的な恐怖と回避を特徴とする精神疾患」（Kasseler et al., 1994）である。社交不安障害を発症すると、不登校だけでなく友人関係の制限や孤独など生

---

※日本経済大学経済学部経済学科

活上多くの問題が生じてしまう (Kearney, 2005)。社交不安障害のために不登校が改善しないことや友人関係が制限されることなどにより、自己概念の形成が妨げられることが懸念される。しかし、社交不安障害に関する心理発達の観点からの研究は少なく、心理発達の観点からの研究により社交不安障害の心理構造の理解や治療的働きかけの開発に向けた知見がもたらされることが期待されている (相澤, 2014)。そこで、本研究は自己概念の形成の観点から社交不安障害について検討する。なお、本研究の調査対象者は社交不安障害の診断がある者ではなく健常な中学生であるため、社交不安という用語を使用する。また、自己概念については、「自己に関する記述的側面」(榎本, 1998)と位置づけ、「自己の特性、能力、容姿など様々な要素についての自己認識」と定義する。

## 2. 自己評価と反映的評価のずれと社交不安の関係

社交不安が高い者は、スピーチ場面でのパフォーマンスについての自己評価が聴衆による他者評価より低くなると報告されており、このことは「自己評価の歪み」と呼ばれ、社交不安障害の維持要因とされている (Clark & Wells, 1995; Rapee & Heimberg, 1997)。また、社交不安障害に関する先行研究においては、社交不安障害と大うつ病を併発している成人患者において、「拒絶に対する過敏性」の因子の一つである「社会的自己像と真の自己像の不一致」(「もし他の人が本当の私を知ったら、私のことを嫌いになるだろう」などの項目から成る)がうつ症状との関連が強いことや(栗山他, 2014)、健常な大学生において、「社会的自己像と真の自己像の不一致」が社会的スキルを媒介して社交不安症状に影響を及ぼすこと(中村他, 2020)が明らかにされている。一方、社交不安障害と類似した精神疾患である対人恐怖症の研究では、対人恐怖症者は過度に肯定的な自己概念と現実の自己概念とが乖離した自己概念を有していると指摘されている(川崎・小玉, 2007)。それらの先行研究を踏まえると、自己概念の間のずれが問題となることは、社交不安が高い者のパーソナリティの特徴である可能性がある。それらの先行研究は成人患者や大学生を対象としていた。青年期前期は自己意識とともに他者意識も急激に高まり、自分をふりかえるときにも必ず「他者の目」を取り込み、「他者の目」を通して自らを評価するようになると言われているため(伊藤, 2006)、青年期前期は他者評価により心理状態が左右されやすいと考えられる。そのため、他者視点から評価した自己概念と自己概念とのずれがある者は、社交不安が高まるのではないかと予想される。

ここで、他者視点で評価した自己概念を表す概念について整理しておく。他者視点で評価した自己概念は他者評価そのものとは異なり、他者との相互作用を通して形成される他者評価についての認識を意味する。他者評価についての認識は象徴的相互作用論の中で議論されてきた (Cooley, 1902; Mead, 1934)。象徴的相互作用論では、自己は他者との相互作用の中で形成され、自己に対する他者の評価が、その人からどのように評価されていると思うかという「鏡映的自己 (looking-glass self)」(Cooley, 1902)などと呼ばれる自己表象を形成し、続いて、それが現実の自己評価に反映されると捉えられてきた。他者評価についての認識を表す用語は統一されていないが(杉浦, 2011)、他者評価の一側面として捉えた場合は「反映的評価」(reflected appraisal)と呼ぶことが多い (Ichiyama, 1993)。青年期前期が他者評価に影響を受けやすい発達段階であることを踏まえ、本研究では反映的

評価という用語を採用する。そして、本研究では、反映的評価を「自分が重要な他者からどのように見られたり評価されたりしているのかについての主観的なイメージ」（山口，2010）と定義し、自己評価を「自己概念の個々の記述的側面に対する具体的評価」（榎本，1998）と定義する。青年期における自己評価と反映的評価のずれに関する先行研究では、高田ら（1989）が、中学生以上では対人関係に関して、自己評価のほうが反映的評価よりも低いずれ（以下、自己評価<反映的評価のずれと表記する）が「人まえ」への恐怖を規定することを示しているが、社交不安との関連を検討した研究は見当たらない。青年期前期の発達の特徴を踏まえて社交不安を捉えるために自己評価と反映的評価のずれとの関連を検討する必要があると考えられる。なお、川崎・小玉（2007）の対人恐怖症者の自己概念に関する議論を踏まえると、自己評価のほうが反映的評価よりも高いずれ（以下、自己評価>反映的評価のずれと表記する）も含めてずれについて検討する必要があると考えられる。

### 3. 自己評価と反映的評価のずれの認知について

ところで、自己概念の研究においては、理想自己と現実自己のずれと心理的適応との関連についての実証的研究が積み重ねられてきたが、近年、個人がずれをどのように捉えるかを重視する研究が増加している。例えば、理想自己と現実自己のずれがあると「落ち込む」と認知する人は特性シャイネスが高いこと（牧・坂井，2009）や、理想自己と現実自己のずれを大きく感じても、そのずれを受け入れることで自己受容が可能であること（川上・石田，2011）などが指摘されている。それらの研究は、ずれに対する個人の捉え方、つまり、ずれの認知に着目することで、理想自己と現実自己のずれと心理的適応との関連についてのより詳細な検討を可能にしている。また、自己概念間のずれがあってもずれの認知によってその後の心理的適応が変わるとすれば、臨床実践への応用可能性も大きい。しかし、ずれの認知は理想自己と現実自己のずれの研究において着目されている観点であるため、自己評価と反映的評価のずれの認知に関する研究は見当たらない。そこで、新たにずれの認知の指標を作成する必要があると考えられる。

### 4. 目的

以上より、本研究は青年期前期における自己評価と反映的評価のずれと社交不安の関連を検討することを目的とする。また、ずれの認知の指標を作成し、ずれの認知と社交不安との関連も併せて検討する。

## Ⅱ 方法

### 1. 調査時期および調査対象

2013年12月に、A県内の公立中学校1校とB県内の私立中学校1校の中学生に質問紙調査を実施した。学級担任の教師にホームルームの時間を用いて調査票を配布・回収してもらった。618名に質問紙を配布し、回答に不備のない者を集計した結果、528名（1年生男子103名、1年生女子121名、2年生男子110名、2年生女子124名、3年生男子24名、3年生女子46名）であった。回収率は85.4%であった。平均年齢は13.44歳（ $SD=0.83$ ）であった。

### 2. 調査内容

#### （1）フェイス項目

年齢、性別、学年を尋ねた。

#### （2）自己評価と反響的評価のずれ

自己評価は、田中ら（2005）の日本語版自己認識尺度を用いて、学業能力、友人関係、運動能力、容姿、道徳性の5領域について測定した。田中ら（2005）の自己認識尺度を採用した理由は、5領域が中学生にとって身近であり中学生に意識化されやすいと考えられたためと、中学生に実施した際の信頼性と妥当性が十分に検討されているためである。自己認識尺度の項目は、「学校の勉強はうまくいっていると思っている」「スポーツは何でもうまくできる」などから成っており、自己概念についての認識に留まらず、自己概念についての評価を行う項目になっていると考えられたため、自己認識尺度を自己評価の指標とみなして差し支えないと考えた。なお、調査対象校の学校長及び臨床心理士1名と協議した結果、回答者の負担を考慮して項目数を削減することとなり、各領域3項目ずつの計15項目を用いた。回答方法は「あてはまらない」「あまりあてはまらない」「ややあてはまる」「あてはまる」の4件法である。回答に際しては、「＜自分が思う自分＞について考えて○をつけてください」という教示文を提示して回答を求めた。また、＜自分が思う自分＞という表現を理解することが困難な者への配慮としてイラストを添えた（Fig 1.）。



Fig1. 自己評価を説明するイラスト（筆者作成）

反映的評価の測定には自己評価尺度と同様の項目を用いた。「クラスの人たちが自分のことをどう思っているかを想像して、＜クラスの人たちが思う自分＞について考えて○をつけてください」と教示した上で回答を求めた。クラスメイトを想像させたのは、青年期前期は「水平軸」の問題領域（準拠集団での位置づけ等）における自己の否定性が問題となる（溝上・水間, 1997）という知見から、クラスメイトからの評価は青年期前期の自己概念や精神的健康について考慮する上で重要性が高いと考えたためである。回答方法は自己評価と同様の4件法である。また、＜クラスの人たちが思う自分＞という表現を理解することが困難な者への配慮としてイラストを添えた（Fig 2.）。

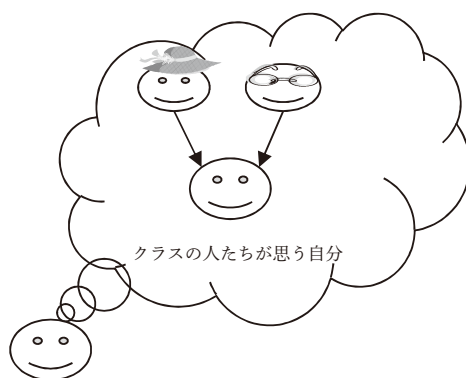


Fig2. 反映的評価を説明するイラスト（筆者作成）

自己評価と反映的評価のずれの算出については、藤瀬・古川（2005）を参考に、項目ごとに自己評価と反映的評価の差を2乗し、その合計点の平方根をずれ得点とした。

### （3）ずれの認知

高田ら（1989）の「ズレが気になるか」という質問項目などを参考に筆者が項目を作成した。項目の作成にあたっては、臨床心理学を専門とする大学教員1名と協議を行った。回答に際しては、「人には、＜自分が思う自分＞と＜クラスの人たちが思う自分＞にずれがあると思うときがあります。ずれがあると思うときというのは、以下の①と②の二つがあります。①＜自分が思う自分＞よりも＜クラスの人たちが思う自分＞のほうが高く評価されていると思うとき、②＜自分が思う自分＞よりも＜クラスの人たちが思う自分＞のほうが低く評価されていると思うとき」と教示した。①は自己評価＜反映的評価のずれ、②は自己評価＞反映的評価のずれに対応する。また、①と②の理解が困難な者への配慮としてイラストも掲載した（Fig 3）。

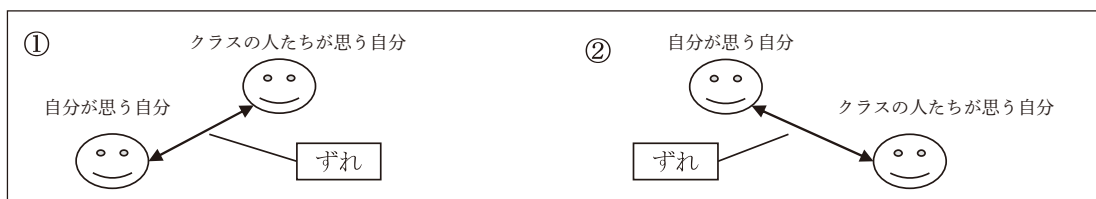


Fig3. 自己評価と反映的評価のずれを説明するイラスト（筆者作成）

上記の教示の次に、「①＜自分が思う自分＞よりも＜クラスの人たちが思う自分＞のほうが高く評価されていると思うとき、あなたがずれがあることをどう思うかについてお尋ねします。以下の文について、あなたがもっともあてはまると思う数字に○をつけてください。」と教示し、項目への回答を求めた。次に、②についても同様に教示した上で回答を求めた。項目数は①と②5項目ずつの計10項目であり、回答方法は「あてはまらない」「あまりあてはまらない」「ややあてはまる」「あてはまる」の4件法である。

#### （4）社交不安

岡島ら（2008）のLiebowitz Social Anxiety Scale for Children and Adolescents（以下、LSAS-CAと表記する）日本語版を用いた。調査対象校の学校長及び臨床心理士1名と協議した結果、回答者の負担を考慮して項目数を削減した。14の社会的場面について、それぞれの場面に対する恐怖・不安感の程度と回避の程度を尋ねた。項目数は計28項目である。回答方法は、恐怖・不安感については「全く感じない」「少しは感じる」「はっきりと感じる」「とても強く感じる」の4件法であり、回避については「全く避けない」「ときどき避ける」「しばしば避ける」「いつも避ける」の4件法である。なお、本調査に際して、尺度作成者から尺度使用の許可を得ている。

### 3. 倫理的配慮

質問票の表紙に、本調査は学業成績と無関係であること、質問紙への回答は任意であり途中で回答を止めてもよいこと、無記名の調査であり結果を教師・保護者・友人などの他者が目にするには無関係なこと、結果は統計的に処理されるため個人が特定されることは無いことについて明記した。それらの注意事項を読んだ上で調査に協力してもよいと思った者のみ回答するよう明記した。

### 4. 分析方法

#### （1）尺度の信頼性の確認

自己評価尺度、反映的評価尺度、社交不安尺度の $\alpha$ 係数を算出した。

#### （2）ずれの認知の指標の作成

ずれの認知の指標を作成するため、ずれの認知の10項目について因子分析を行った。

#### （3）自己評価と反映的評価のずれ及びずれの認知と社交不安との関連の検討



自己評価と反映的評価のずれ、ずれの認知、社交不安（恐怖と不安感）、社交不安（回避）による相関分析を行った。

### Ⅲ 結果

#### 1. 尺度の信頼性の確認

信頼性分析として自己評価、反映的評価、社交不安の各尺度の  $\alpha$  係数を算出した。自己評価については、学業能力は  $\alpha=.64$ 、友人関係は  $\alpha=.67$ 、運動能力は  $\alpha=.92$ 、容姿は  $\alpha=.76$ 、道徳性は  $\alpha=.72$  であった。反映的評価については、学業能力は  $\alpha=.76$ 、友人関係は  $\alpha=.73$ 、運動能力は  $\alpha=.92$ 、容姿は  $\alpha=.76$ 、道徳性は  $\alpha=.80$  であった。社交不安（恐怖と不安感）は  $\alpha=.92$ 、社交不安（回避）は  $\alpha=.90$ 、社交不安全体では  $\alpha=.95$  であった。

#### 2. ずれの認知の指標の作成

ずれの認知の10項目による因子分析の結果、2因子が抽出された（Table1）。第1因子は、ずれの方向に関わらず、ずれに対するネガティブな反応に関する項目が高い因子負荷量を示したと考えられたため、「ずれに対するネガティブな認知」と命名した。「ずれに対するネガティブな認知」に含まれた6項目の合計得点を「ずれに対するネガティブな認知」得点とする。第2因子は、ずれの方向に関わらず、ずれに対処できるかどうかについての評価を表す項目が高い因子負荷量を示したと考えられたため、「ずれへの対処可能性についての認知」と命名した。「ずれへの対処可能性についての認知」に含まれた4項目の合計得点を「ずれへの対処可能性についての認知」得点とする。

Table1 ずれの認知項目の因子分析結果（主因子法・プロマックス回転）

項目内容	F1	F2
<第1因子：ずれに対するネガティブな認知( $\alpha=.84$ )>		
(自己評価>反映的評価のずれ) ずれがあることに抵抗感がある	.79	.06
(自己評価>反映的評価のずれ) ずれがあることが不快だ	.78	.06
(自己評価>反映的評価のずれ) ずれがあることが気になる	.73	-.01
(自己評価<反映的評価のずれ) ずれがあることに抵抗感がある	.66	-.01
(自己評価<反映的評価のずれ) ずれがあることが気になる	.58	-.12
(自己評価<反映的評価のずれ) ずれがあることが不快だ	.58	-.04
<第2因子：ずれへの対処可能性についての認知( $\alpha=.62$ )>		
(自己評価>反映的評価のずれ) ずれはなくすことができると思う	.07	.79
(自己評価<反映的評価のずれ) ずれはなくすことができると思う	.00	.70
(自己評価>反映的評価のずれ) ずれがあることはどうしようもない*	.14	-.33
(自己評価<反映的評価のずれ) ずれがあることはどうしようもない*	.12	-.31
因子間相関	F1	F2
F2	.07	—

\*逆転項目

(筆者作成)

### 3. 自己評価と反映的評価のずれ及びずれの認知と社交不安との関連

自己評価と反映的評価のずれ、「ずれに対するネガティブな認知」、「ずれへの対処可能性についての認知」、社交不安（恐怖と不安感）、社交不安（回避）による相関分析を行った。記述統計量の結果をTable2に、相関分析の結果をTable3に示す。

Table2 記述統計量

	平均値	標準偏差
自己評価と反映的評価のずれ	2.31	1.28
ずれに対するネガティブな認知	13.19	3.93
ずれへの対処可能性についての認知	9.75	2.56
社交不安(恐怖と不安感)	13.70	9.03
社交不安(回避)	15.35	8.92

(筆者作成)

Table3 相関分析の結果

	1	2	3	4	5
1.自己評価と反映的評価のずれ	—	.01	-.08	.08	.08
2.ずれに対するネガティブな認知		—	-.03	.24**	.14*
3.ずれへの対処可能性についての認知			—	-.18**	-.18**
4.社交不安(恐怖と不安感)				—	.75**
5.社交不安(回避)					—

\* $p < .01$  \*\* $p < .001$ 

(筆者作成)

相関分析の結果、自己評価と反映的評価のずれと「ずれに対するネガティブな認知」、「ずれへの対処可能性についての認知」、社交不安（恐怖と不安感）、社交不安（回避）との間の相関は有意ではなかった (*n.s.*)。「ずれに対するネガティブな認知」と社交不安（恐怖と不安感）、社交不安（回避）との間には有意な正の相関がみられた。「ずれへの対処可能性についての認知」と社交不安（恐怖と不安感）、社交不安（回避）の間には有意な負の相関がみられた。

## IV 考察

### 1. ずれの認知について

ずれの認知の指標を作成するため、ずれの認知の10項目について因子分析を行った結果、「ずれに対するネガティブな認知」と「ずれへの対処可能性についての認知」の2因子が抽出された。まず、



両因子に含まれた項目内容を見ると、2つの因子のどちらも、自己評価<反映的評価のずれについての項目と自己評価>反映的評価のずれについての項目が含まれていた。このことから、中学生は自己評価<反映的評価のずれと自己評価>反映的評価のずれに対して同じように認知していることが示された。次に、因子負荷量に着目すると、「ずれに対するネガティブな認知」においては、自己評価>反映的評価のずれについての項目はいずれも.70台であったのに対して、自己評価<反映的評価のずれについての項目はいずれも.50～.60台であった。このことは次のように考えられる。自己評価>反映的評価のずれは自分がクラスメイトから過小評価されていると認識しているということなので、総体的にネガティブ感情が喚起されやすいため、評定のばらつきが生じにくく、因子負荷量が高くまとまったのではないかと考えられる。一方、自己評価<反映的評価のずれはクラスメイトから過大評価されていると認識しているということであるが、過大評価されていることはネガティブな認知によるネガティブな感情だけでなく、良い評価を受けていることによる喜びなどのポジティブな感情も喚起されるのではないかと考えられる。社会心理学の自己過程の研究では、自己評価の低い人が他者から好意的な評価を受けた時、情緒的にはうれしいけれども、認知的には自己評価レベルと一致していないために、不正確なフィードバックであると考え、それを受け入れたいのに素直に受け入れられないという「認知と情緒の板挟み状態」に陥るとされている（Swann et al., 1987）。それを参照すると、調査対象者が評定の際に「認知と情緒の板挟み状態」を想像し、自己評価<反映的評価のずれによるネガティブ感情とポジティブ感情の両方が想定されたために評定にばらつきが生じて因子負荷量が低下したのではないかと考えられる。「ずれへの対処可能性についての認知」においては、「ずれがあることはどうしようもない」の因子負荷量が.30台と低かった。その原因として、項目内容の曖昧さが影響したと考えられる。例えば、「どうしようもない」という場合には、ずれを解消するために対処を試みた後に諦めて「どうしようもない」と思っている場合や、初めからずれが解消するのは無理だと考えて何も対処せずに諦めて「どうしようもない」と思っている場合など、さまざまなパターンが想定される。しかし、本研究では特定の場面を提示したわけではないため、どのような場合を想定するかは回答者に委ねられていた。したがって、「どうしようもない」という表現が回答者に曖昧な印象を与えてしまったために、因子負荷量が低まったと考えられる。

## 2. 自己評価と反映的評価のずれ及びずれの認知と社交不安との関連

自己評価と反映的評価のずれは、「ずれに対するネガティブな認知」、「ずれへの対処可能性についての認知」、社交不安（恐怖と不安感）、社交不安（回避）のいずれとも有意な相関関係がみられなかった。これは本研究の予想とは異なる結果であった。その理由として、本研究の調査対象者においては自己評価と反映的評価のずれが総じて小さかったことが第一に挙げられる。自己評価と反映的評価のずれ得点の平均値は2.31であり、標準偏差は1.28であるため、-1標準偏差では1.03、+1標準偏差では3.69という値となる。つまり、ほとんどの者に自己評価<反映的評価のずれは見られず、自己評価>反映的評価のずれも微小な値であり、調査対象者の自己評価と反映的評価は概ね一致していた。その要因として、第一に調査対象者は学校に登校できている健康な中学生であるため、社交不安が高い者に特

有の自己評価の歪みが生じていないことが考えられる。第二に、調査時期が12月であったのでクラスメイトとの関係が安定しており、生徒間の相互理解があるため、自己評価と反響的評価のずれが生じにくかったと考えられる。もしクラス替えが行われたばかりでクラスメイト間の関係が未形成である4月に調査したならば、自己評価と反響的評価のずれが大きくなるかもしれない。第三の要因として、本調査が取り上げた自己評価の5領域は社交不安との関係が弱い領域であったことも考えられる。本研究では、学業能力、友人関係、運動能力、容姿、道徳性についての自己評価と反響的評価を測定したが、それらの5領域は行動や学業成績などの外的指標によって客観的に知覚されやすい領域である。そのため、クラスメイトとの間で評価が共有されており、自己評価と反響的評価は一致しやすかったのかもしれない。したがって、行動や外的指標により客観的に知覚されにくい内面的な特性に関する領域のほうが、自己評価と反響的評価のずれが生じやすいのかもしれない。

「ずれに対するネガティブな認知」と社交不安（恐怖と不安感）、社交不安（回避）との間には有意な正の相関がみられた。したがって、中学生においては、自己評価と反響的評価のずれに対してネガティブな認知を持つほど、社交不安が高まることが示された。また、本研究の対象者のほとんどは自己評価と反響的評価のずれが無い又は微小であるにもかかわらず、「ずれに対するネガティブな認知」と社交不安との相関が出たことから、中学生は実際のずれではなく、自己評価と反響的評価のずれの発生を予期して、そのずれをネガティブに認知した場合に社交不安が高まるのだと考えられる。一方、「ずれへの対処可能性についての認知」と社交不安（恐怖と不安感）、社交不安（回避）の間には有意な負の相関がみられた。したがって、中学生においては、自己評価と反響的評価のずれを解消できるという認知を持つことが社交不安の低減につながるということが示された。相関係数の値が大きくはないことに留意する必要があるが、本研究によって、自己評価と反響的評価のずれの認知という新たな観点から社交不安についての検討を加えることができたと言えよう。

本研究の知見を臨床実践へ応用するとすれば、自己評価と反響的評価のずれをカウンセリング場面で話題として、「ずれに対するネガティブな認知」を低減する介入や、「ずれへの対処可能性についての認知」の変容を目的とした介入を行うことが有効と考えられる。前者については、まずはクライエントとカウンセラーとが共に自己評価と反響的評価のずれの発生原因について探求することが必要である。自己評価と反響的評価のずれがクライエントの認知的な歪みによって他者評価を受け入れられないために発生しているのか、他者が何らかの意図をもってクライエントに対して不正確な評価を下しているためなのか、他者との相互作用自体が少なく相互理解が無いためであるためなのかなど、様々なずれの発生原因を探求することが必要である。そして、ずれに対するネガティブな認知がカウンセラーによって理解され、両者に共有されることで、クライエントのずれに対する不快感や抵抗感が和らげられるであろう。後者に関しては、自己評価と反響的評価のずれの発生原因を踏まえた上で、ずれへの対処方略について話し合って整理することができれば、クライエントの「ずれへの対処可能性についての認知」が肯定的になり、社交不安が軽減されることが考えられる。対処方略の具体的な内容については、社会的フィードバックへの対処方略の知見が参照できる。下斗米（1990）は、他者から自己概念と不整合なフィードバックを受けた事態への対処方略を「説得」（例．相手の評価が誤りである理由を説明した）、「疎遠化」（例．相手に対しひややかな態度をとった）、「受容」（例．評価された

ところが確かにあると納得した)、「表面的同調」(例. 相手の評価通りの人間を装った)、「評価回避」(例. 相手の評価に軽口(しゃれ)で応じた)、「要素不可」(例. 相手の立場・事情からすれば、そう見られることも仕方がないと思った)、「情報収集」(例. 相手に評価の理由を尋ねた)、「反評価的態度の誇示」(例. 評価と逆の行動・態度をとった)、「比較」(例. 第3者と比較し、その評価の真偽を確認した)の九つに分類している。自己評価と反映的評価のずれは不整合フィードバック事態とは異なるけれども、対人関係の調整によって自己評価と反映的評価のずれの解消を志向する場合には社会的フィードバックへの対処方略の知見が参考になると考えられる。あるいは、「ずれへの対処可能性についての認知」の項目の一つである“ずれがあることはどうしようもない”のように、クライアントがずれの対処を諦めることにより社交不安が軽減される場合もあると考えられる。

以上のように、自己評価と反映的評価のずれの認知が変容することで社交不安が軽減される可能性があることが論じられた。ずれの認知の変容に取り組むことは、“他者からこう思われているけど、実際の私はこうである。だからこうありたいのだ”というような、自己評価と反映的評価のずれを検討しながら自己概念を適切なものへと修正していく能動的な自己概念の形成過程でもある(柏木, 1983)。つまり、中学生が自己評価と反映的評価のずれへの対処に能動的に関与することは、社交不安の軽減と並行して自己概念の形成にも取り組むことであり、青年期の心理発達を促進する意義もあると考えられる。

### 3. まとめと今後の課題

本研究は、中学生を対象に自己評価と反映的評価のずれ及びずれの認知と社交不安との関連を検討することを目的とした質問紙調査を行った。自己評価と反映的評価のずれの認知は検討が行われていないため、まずはずれの認知の指標を作成した。その結果、「ずれに対するネガティブな認知」と「ずれへの対処可能性についての認知」の2因子が抽出された。次に、自己評価と反映的評価のずれ、「ずれに対するネガティブな認知」、「ずれへの対処可能性についての認知」、社交不安についての相関分析を行ったところ、自己評価と反映的評価のずれと社交不安との相関関係は見出せなかったが、ずれの認知と社交不安には相関関係があることが示された。最後に、臨床実践への応用の観点から考察がなされ、自己評価と反映的評価のずれの認知を変容することは社交不安の低減とともに自己概念の形成という心理発達の意義もあることが述べられた。

今後の課題としては、第一に、尺度の項目数を削減せずに調査を実施することが必要である。本研究の自己評価尺度と反映的評価尺度の $\alpha$ 係数の値には田中(2005)より低いものもあった。これは項目数を削減したことや教示を変更したことなどが影響したと考えられる。ずれ得点の基となる尺度の信頼性と妥当性が不十分であれば、ずれ得点の信頼性と妥当性も損なわれる恐れがあるため、今後は項目数を削減せずに尺度を使用することが望ましい。社交不安に関しては、 $\alpha$ 係数は十分な値であったが、項目数を削減したためにLSAS-CAのカットオフポイントを参照できず、調査対象者に社交不安障害と診断されうる者が含まれていたかどうかを判別できなかった。本研究は心理発達の観点から社交不安を検討するという位置づけであったが、臨床的にはカットオフポイントは非常に重要である。

なぜなら、対象者の社交不安の得点がカットオフポイントを超えていた場合は社交不安障害が疑われ、医療機関との連携を視野に入れる必要性が生じるなど、支援方法の決定に関わる重要な情報となるからである。したがって、実際の臨床実践を見据えた上で、尺度の項目数を削減せずに調査することが望ましい。そのためには、項目数が過度に多くならぬように変数を絞った研究計画を立てる必要がある。

第二に、自己評価、反映的評価、自己評価と反映的評価のずれ、ずれの認知の測定法の改善が挙げられる。本研究では、自己評価尺度の項目について2通りの教示を与えて回答を求めることにより自己評価と反映的評価を測定した。しかし、自己評価についても他者評価を踏まえて回答した者がいた可能性が除外できず、自己評価と反映的評価を明瞭に区別して測定できたかどうかは不明である。自己評価の評定理由を尋ねる「WHY答法」(溝上, 1995; 溝上, 1997)のように評定理由の記述を求め、評定理由を基に自己評価と反映的評価を区別した回答が得られたことを確認する必要がある。あるいは、自己評価と反映的評価の質的な差異を検討するために実験的で流動的な対人場面における客観的行動を測定することが提案されているため(志方他, 2017)、行動観察や他者評定も併用する必要があると考えられる。自己評価と反映的評価のずれの認知に関しては、自己評価<反映的評価のずれと自己評価>反映的評価のずれの2種類について予め教示した上で回答を求めたが、対象者によっては2種類のずれの概念と質問項目を理解できぬまま回答した者もいたと考えられる。したがって、項目の理解度を把握する必要があると考えられる。また、ずれに対するポジティブな認知といったずれの認知のバリエーション、高低以外の自己評価と反映的評価のずれのあり方、ずれの発生原因と具体的な対処方略など、自己評価と反映的評価のずれの認知に関しては多くの不明点がある。したがって、今後は質的研究法によりそれらを明らかにする必要があると考えられる。

第三に、社交不安障害の臨床群を対象とした研究が必要だと考えられる。なぜなら、本研究の調査対象者は学校に登校している生徒であり、社交不安障害が不登校の背景要因である(近藤, 2014)ことを鑑みると、社交不安の程度が重篤な者は欠席して本調査に参加できていない可能性があるためである。社交不安障害の臨床群のほうが自己評価と反映的評価のずれは大きい可能性があるため、今後は臨床群を対象とする研究が必要である。

## 謝辞

本論文は第33回日本人間性心理学会大会における口頭発表に大幅な加筆・修正を加えたものです。貴重なご助言をくださった座長の先生やフロアーの先生方に心より感謝申し上げます。また、研究をご指導くださった九州大学大学院人間環境学府の吉良安之教授にも心より感謝申し上げます。



## 文献一覧

- 相澤 直樹 (2014).「子どもの社交不安に関する心理発達の研究について：研究ノート」, 神戸大学大学院人間発達環境学研究科研究紀要, 7 (2), 149-156頁.
- 伊藤 美奈子 (2006).「1. 思春期・青年期の意味」, 伊藤美奈子 (編),『思春期・青年期臨床心理学』, 朝倉書店, 1-12頁.
- 梅本 信章 (1990).「青年期における友人関係の機能について」, 盛岡大学紀要, 9, 47-55頁.
- 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.
- 岡島 義・福原 佑佳子・秋田 久美・坂野 雄二 (2008).「Liebowitz Social Anxiety Scale for Children and Adolescents (LSAS-CA)日本語版の作成」, 児童青年精神医学とその近接領域, 49 (5), 531-540頁.
- 川上 夏季・石田 弓 (2011).「理想自己と現実自己の差異が自己受容に及ぼす影響を緩和する要因—現実自己のメタレベル肯定および差異の認知に対する自己評価の視点から—」, 広島大学心理学研究, 11, 259-277頁.
- 川崎 直樹・小玉 正博 (2007).「対人恐怖傾向と自己愛傾向の共通構造としての自己概念の乖離性及び不安定性の検討」, パーソナリティ研究, 15 (2), 149-160頁.
- 近藤 直司 (2014).「第4章 社交恐怖(社交不安障害)」, 近藤直司 (編著),『不安障害の子どもたち』, 合同出版, 69-86頁.
- 志方 亮介・田中 沙来人・古賀 聡・針塚 進 (2017).「青年期の自己認知と反映的自己認知の差異からみた適応様式の類型と精神的健康との関連」, 九州大学総合臨床心理研究, 9, 19-30頁.
- 下斗米 淳 (1990).「社会的フィードバックへの対処方略の類型化と、その選択に際しての規定因に受け手の感情が及ぼす効果」, 社会心理学研究, 6 (1), 52-61頁.
- 杉浦 祐子 (2011).「日本における反映的自己研究の現状と課題」, 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, 58, 129-135頁.
- 栗山 晴菜・鈴木 伸一・貝谷 久宣・小川 祐子・小関 俊祐・小関 真実・兼子 唯・伊藤 理紗・横山 仁史・伊藤 大輔 (2014).「本邦における拒絶に対する過敏性の特徴の検討：非定型うつ病における所見」, 心身医学, 54 (5), 422-430頁.
- 高田 利武・藤崎 眞知代・森田 由紀子 (1989).「コンピテンスの自己評価と他者評価予想とのずれ—青年期の自己再構成における「人まへ」への恐怖感と自己価値への影響—」, 群馬大学教育学部紀要人文・社会科学編, 39, 277-290頁.
- 田中 真理・和田 美穂・小島 未生 (2005).「児童・思春期における日本語版自己認識尺度の作成に関する研究」, 東北大学大学院教育学研究科研究年報, 54 (1), 315-337頁.
- 中村 美咲子・伊藤 理紗・佐藤 秀樹・小関 俊祐・鈴木 伸一 (2020).「拒絶過敏性と社会的スキルが社交不安症状に及ぼす影響」, 不安症研究, 12 (1), 27-36頁.
- 藤瀬 文子・古川 久敬 (2005).「自尊感情と自己認知との関係性：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頁.
- 牧 郁子・坂井 円香 (2009).「大学生における理想自己-現実自己のギャップの認知が自己受容・対人不安に与える影響」, 日本教育心理学会第51回総会発表論文集, 84頁.
- 溝上 慎一 (1995).「WHY答法による将来の生き方基底因」, 心理学研究, 66, 367-372頁.
- 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頁.
- 溝上 慎一・水間 玲子 (1997).「『自我—自己』からみた青年心理学研究—意義と問題点、今後の課題—」, 京都大学高等教育研究, 3, 25-45頁.
- 山口 雄介 (2010).「児童期後期における自尊感情と自己評価・友人からの反映的評価との関連」, 九州大学心理学研究, 11, 203-211頁.
- Clark, D.M. & Wells, A. (1995). A cognitive model of social phobia. In R.G. Heimberg, M. R. Liebowitz, D.A. Hope, & F.R. Schneier. (Eds.), Social phobia: Diagnosis, assessment, and treatment. New York: Guilford Press, pp. 69-93.
- Cooley, C. H. (1902). *Human nature and social order*. New York : Scribner's.
- Ichiyama, M. A. (1993). The reflected appraisal process in small-group interaction. *Social Psychology Quarterly*, 56, pp. 87-99.
- Kessler, R. C., McGonagle, K. A., Zhao S., Nelson, C.B., Hughes, M., Eshleman, S., Wittchen, H. U., & Kendler, K.S. (1994). Lifetime and 12-month prevalence of DSM-III-R psychiatric disorders in the United States: Results

- from national comorbidity survey. Archives of General Psychiatry, 51, pp. 8-19.
- Kearney, C. A. (2005). *Social anxiety and social phobia in youth: Characteristics, assessment, and psychological treatment*. NY: Springer.
- Mead, G. H. (1934). *Mind, self, and society*. Chicago : University of Chicago Press. (河村望訳 (1995). 『デュースミード著作集 精神・自我・社会』, 人間の科学社).
- Rapee, R.M. & Heimberg, R.G. (1997). A cognitive-behavioral model of anxiety in social phobia. Behaviour Research and Therapy, 35, pp. 741-756.
- Swann, W. B. J., Griffin, J. J. Jr, Predmore, S. C., & Gaines, B. (1987). The cognitive-affective crossfire: When self-consistency confronts self-enhancement. Journal of Personality and Social Psychology, 52, pp. 881-889.