

仮想的有能感と基本的自尊感情・社会的自尊感情との関連 —心理教育的プログラムの探索的検討—

石川祐樹 信州大学大学院教育学研究科学学校教育専攻臨床心理学専修
茅野理恵 信州大学学術研究院教育学系教育科学グループ

概要

本研究では、対人関係において様々な問題との関連が指摘されている仮想的有能感について、基本的自尊感情と社会的自尊感情のバランスとの関連を明らかにし、仮想的有能感を低減させるための心理教育的介入について検討した。仮想的有能感と基本的自尊感情と社会的自尊感情のバランスを検討したところ、基本的自尊感情が低く社会的自尊感情のみが高いタイプの仮想的有能感が高いことが明らかになった。心理教育的介入を行ったところ、基本的自尊感情は高まったが、仮想的有能感の低減には至らなかった。

キーワード：仮想的有能感，基本的自尊感情，社会的自尊感情，心理教育的介入

問題と目的

人は誰しも本能的に他者より“優位”でありたいという感覚を持っている。そして自身の価値が揺らいだり脅かされた際に、自然に自分より下位にいる人の存在を感じて安心したり優越感を得たりしている。私たちは時に自分より低い立場にある人を感じることで「自分は最低ではない」と、精神的な健康を保っている。このような側面を扱う概念として仮想的有能感がある。仮想的有能感とは「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生じる有能さの感覚」(速水・木野・高木, 2004)と定義されている。つまり、自身の実績や実力にかかわらず、他者を過少に評価することで得ようとする自己の有能さの感覚である。

仮想的有能感研究では、仮想的有能感尺度(Hayamizu, Kino, Takagi, & Tan, 2004)とRosenbergの自尊感情尺度の組み合わせで類型化が行われ研究が進められている(速水・小平, 2006; 島, 2012など)。中でも図1(速水・小平, 2006)に示された類型のうち、仮想的有能感の高い群が不適応的であると考えられており、様々な問題との関連が明らかになっている。仮想的有能感といじめについて、松本・山本・速水(2009)は、仮想型・全能型のいじめ加害経験，被害経験が多く、仮想的有能感がいじめに強く関連する可能性を指摘している。また、小平・青木・速水(2008)は、仮想型が友人や教師に対する援助要請の困難

さを抱えていることから、仮想的有能感が適切な対人関係を築く妨げになっていると指摘している。さらに、仮想型は対人関係に関わる出来事に対して、敵意感情、抑うつ感情を経験していることが示されている(小平・小塩・速水, 2007)。このように仮想的有能感の高い個人は様々な困難を抱えている様子が窺える。

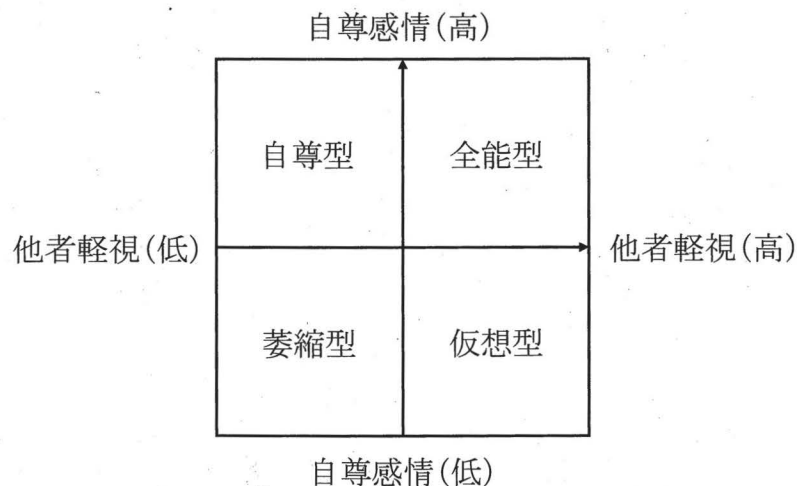


図1 仮想的有能感の4類型(速水・小平, 2006)

自尊感情はウィリアム・ジェームスの「心理学原理」で成功を要求で除したものという定義に端を発し、古くから研究されている。日本では Rosenberg(1965)の定義した自尊感情が多く用いられている。自尊感情には「good enough」と「very good」の2つの意味がある。前者は自己の設定した価値基準に照らして「自分はこれでよい」と受容・肯定する感覚である。一方で、後者は、他者より優れているという認知をし、他者からそう認知されることで得られる優越感のような感覚である。両者の違いは価値基準が自己に照会されているか外界の基準に依拠しているかという違いがあるとされる。Rosenbergは、前者の「good enough」の自尊感情を重要視し尺度を作成している。しかし、尺度項目に「人並みには価値ある人間である」という項目があるように他者との比較を示唆する部分もあるため、包括的な自尊感情尺度であると考えられている。小塩・西野・速水(2009)は、Rosenbergの自尊感情を潜在的自尊感情と顕在的自尊感情に分けて、仮想的有能感との関連を検討し、顕在的自尊感情が低く、潜在的自尊感情の高い個人が最も他者を軽視する傾向があることを明らかにした。近藤(2010)は、基本的自尊感情と社会的自尊感情の2つを定義している。前者は、他者との比較や相対的な評価によるものではない、絶対的に自分はこのままでよい、と思える感情である。一方で後者は他者との比較・優劣によって形成される感情であり、他者より優れていれば高まるとされている。このように自尊感情を2軸から捉える研究が近年増加している。近藤(2010)によると、基本的自尊感情・社会的自

尊感情の研究は、自尊感情を外的基準から形成されるものと外的基準によらない絶対的な自己価値から形成されるものとを区別して扱い、さらにそのバランスについて重要視しているという特徴がある。基本的自尊感情も社会的自尊感情も包括的な自尊感情の一側面であることが想定されており、両者は正の相関を示すことからそれぞれが独立したものではなく、相互に影響しあって形成されている可能性が高く、2つの領域を明確に区別することは難しい。しかし、2軸をバランスからとらえることは自尊感情の性質を明らかにするうえで一定の価値があると考えられる。

よって本研究では、自尊感情について基本的自尊感情・社会的自尊感情のバランスという視点を用いて、仮想的有能感との関連について明らかにすることを目的とする。

研究 I

目的

基本的自尊感情が低く社会的自尊感情が高い群は、自尊感情が他者との相対評価によって形成される社会的自尊感情によって支えられているため、不安定であり、それを補うために見下しを行うため、その他の群と比べ、仮想的有能感が高くなると仮説を立て検証することを目的とした。

方法

調査対象者 中部・関東・九州地方の大学生 331名(男性 183名, 女性 148名, 平均年齢 19.68歳, 標準偏差 3.29)を対象とした。

調査内容 本調査の質問紙には、次の2つの尺度を用いた。一つ目は、Hayamizu et al. (2004)によって作成された仮想的有能感尺度である。質問項目は11項目。教示文は「あなたは普段の生活の中で、以下のように思ったり感じたりすることがどの程度ありますか。例にならい数字に丸をつけてください」であり、「よく思う」「ときどき思う」「どちらとも言えない」「あまり思わない」「全く思わない」の5件法で回答を求めた。二つ目は、近藤(2010)によって作成された基本的自尊感情尺度・社会的自尊感情尺度である。質問項目は18項目。教示文は「次の文章を読んで自分の気持ちに1番ぴったりする答えのところに○をつけてください。」であり、「とてもそう思う」「そう思う」「そう思わない」「全然そう思わない」の4件法で回答を求めた。

手続き 中部地方の被験者については、授業終了後に調査内容等についての説明を行い、同意を得られた者に対し質問紙を配布し実施した。関東・九州地方の被験者についても、調査の実施を依頼した者が、同様の手続きを経て調査を実施した。

調査時期 2016年7月から11月

結果

基本的自尊感情・社会的自尊感情のバランスによる類型化 自尊感情を基本的自尊感情・社会的自尊感情のバランスによって捉えるために、基本的自尊感情尺度・社会的自尊

感情尺度を用いてそれぞれの平均値を基準に高群と低群に分け、基本的自尊感情(高; B, 低; b)と社会的自尊感情(高; S, 低; s)のそれぞれの高低から4群に分類した。その結果, SB型(n=162), Sb型(n=32), sB型(n=80), sb型(n=57)となった(表1, 表2)。

表1 各尺度の記述統計

N=331	平均値	標準偏差	歪度	尖度	最小値	最大値
仮想的有能感	29.34	7.73	0.28	0.20	11.0	55.00
自尊感情	30.21	6.73	-0.21	0.12	10.0	47.00
社会的自尊感情	14.04	3.03	-0.19	-0.08	6.0	22.00
基本的自尊感情	15.51	2.52	-0.50	1.11	6.0	22.00

表2 4類型毎の仮想的有能感得点

SBのバランス	仮想的有能感得点	
	平均値	標準偏差
SB型(n=162)	28.12	7.94
Sb型(n=32)	33.81	7.92
sB型(n=80)	29.11	6.87
sb型(n=57)	30.60	7.31
<i>F</i>	5.64	
<i>f</i>	0.23	
多重比較 (HSD法)	Sb > SB = sB	

基本的自尊感情・社会的自尊感情の類型ごとの仮想的有能感得点との関連 類型化した基本的自尊感情・社会的自尊感情のバランス(SB型, Sb型, sB型, sb型)を独立変数, 仮想的有能感得点を従属変数とし, 1 要因分散分析を行った。その結果, 群の効果は有意だった($F(3, 327) = 5.645, p < .001, effect\ size\ f = .228$)。そこでプールドSDを用いた *t* 検定による多重比較を行った($\alpha = 0.05$, 両側検定)。その結果, Sb型の仮想的有能感得点がSB群より有意に大きく($adjusted\ p < .001$), さらにsB型より有意に大きかった($adjusted\ p < .001$)。また, sb型よりも大きい傾向であった($adjusted\ p = .084$)。SB型と, sB型の平均の差は有意でなかった($adjusted\ p = .340$)が, sb型とは有意傾向であった($adjusted\ p = .070$)。sB型とsb型の平均の差は有意でなかった($adjusted\ p = .311$)。

考察

研究Iでは, 仮想的有能感と基本的自尊感情・社会的自尊感情のバランスとの関連を明らかにすることを目的とした。結果より, 社会的自尊感情が高く, 基本的自尊感情が低い

Sb 群の仮想的有能感が他の群と比べて、高いことが明らかになった。川村・戸田(2015)は、自尊感情の変動性に着目し、自尊感情が脅かされた際に回復・維持の手段として怒りや他者軽視が用いられる可能性について示しているが、本研究の結果も、これを支持するものであると考える。つまり Sb 群は、周囲との相対的な評価によらない安定した基本的自尊感情が低いうえに、周囲との相対評価によって形成される社会的自尊感情のみが高いということは、たとえ全体として自尊感情が高くとも周囲の状況の変化によって揺れ動くという不安定さを抱えており、自尊感情が脅かされ易い状況にある。そのため、結果的に高い自尊感情を維持する方法として他者軽視を行っていると推察される。

Sb 型が他の群と比べ、仮想的有能感が高い傾向にあるということから、たとえ自尊感情が高くともその高さが社会的自尊感情で構成されている場合、不適応的な状態に陥る可能性があるといえる。自尊感情研究の多くは自尊感情の適応的な側面に注目されて進められているが、自尊感情と不適応的なものとの関連を明らかにしている研究も存在する(川村・戸田, 2015)。研究 I の結果からは、自尊感情を高める際に、そのバランスに注意する必要性について言及できる。自尊感情のうち、社会的な側面ばかりを向上させると仮想的有能感の高い全能型へ移行する可能性があるため、基本的自尊感情とのバランスを意識して向上させる必要がある。また現在、自尊感情向上プログラムは、様々開発されているが(橋本・小泉, 2013 ; 堀川・柴山, 2014 など)、自尊感情のどの側面を向上させるプログラムであるかに留意して実施する必要があるだろう。

研究 II

目的

基本的自尊感情の向上に影響を及ぼすと推察される心理教育的プログラムを用いて、基本的自尊感情の向上にアプローチすることで、仮想的有能感の低減がみられるかどうかを検討する。

方法

調査対象者 中部地方の大学生 21 名を対象にプログラムを実施。対象者のうち実施したプログラム(全 3 回)にすべて出席した 16 名(男性 7 名, 女性 9 名, 平均年齢 21.0 歳, 標準偏差 1.94)を分析対象とした。

調査内容 本研究で作成した心理教育プログラムの構成は、堀川・柴山(2015)で作成された心理教育プログラムを参考に作成した。これは否定的な認知に介入することで不安の低減と自尊感情を向上させることを目的に作成されたプログラムであり、自己評価・自己受容の向上に効果があることが明らかになっている。全 6 回で構成されたプログラムのうち、本研究では基本的自尊感情の向上に効果があると推察される否定的な認知への介入と自己受容に焦点を当てた第 3 回・第 4 回・第 5 回のプログラムを実施した。効果指標として、研究 I で用いた仮想的有能感尺度(Hayamizu et al., 2004)と基本的自尊感情・社会的

自尊感情尺度(近藤, 2010)を用いた。

手続き 被験者は、授業の際に募集を行った。心理教育プログラムを実施することについての説明を行った後、参加に同意が得られた者を後日集め実施した。心理教育プログラムは週1回のペースで3回実施し、質問紙による調査はプログラム実施直前(プレテスト)、プログラム実施直後(ポストテスト)、実施1か月後の1月下旬(フォローアップテスト)の3回実施した。プログラムの内容の適当さを検討するため、自由記述形式の振り返りアンケートを毎回プログラム実施後に回答を求めた。

各回とも学習内容の定着を図るため、堀川・柴山(2015)に倣い、ホームワークを課した。

調査時期 2016年12月～2017年1月

結果

心理教育プログラムの効果を検討するため、実施前後における各尺度の尺度得点を算出し分散分析を行った。基本的自尊感情尺度得点において効果は有意だった($F=15.50$, $df1=2$, $df2=30$, $p<.001$, $effect\ size\ f=1.02$, $power=1.000$)。参加者内 t 検定($\alpha=0.05$, 両側検定)を用いた多重比較によると、基本的自尊感情尺度得点は実施直前と実施直後($adjusted\ p<.001$)、実施直後と1か月後($adjusted\ p=.002$)で実施直後が有意に高かった。表3に仮想的有能感尺度、基本的自尊感情・社会的自尊感情尺度の記述統計を示す。

表3 各時期の各尺度の尺度得点と標準偏差

		実施前得点	実施後	1か月後	多重比較
仮想的有能感	平均値	28.13	25.88	26.75	
	標準偏差	5.75	5.98	6.94	
自尊感情	平均値	34.25	34.44	34.19	
	標準偏差	5.80	6.89	5.95	
基本的自尊感情	平均値	16.06	18.38	16.88	実施後>実施前・1か月後
	標準偏差	1.60	2.78	2.47	
社会的自尊感情	平均値	14.69	14.75	15.13	
	標準偏差	3.06	2.63	2.64	

考察

研究Ⅱでは、基本的自尊感情を向上させる心理教育プログラムを実施することで仮想的有能感の低減につながるかどうかを検討することを目的とした。

結果より、基本的自尊感情はプログラム実施前より実施直後が高く、実施直後より実施1か月後が低いという結果が得られた。このことから、今回の心理教育的プログラムの実施により、基本的自尊感情は一時的に高まったものの、その効果は1か月後まで維持されないことが示唆された。本研究において利用したプログラムは、堀川・柴山(2015)の全6回の心理教育的プログラムを参考に一部を改変し3回にかけて実施するという内容であった。そのため、基本的自尊感情の向上には効果が得られたが、複数回にわたってプログラ

ムを実施しなければ効果が維持されない可能性が考えられた。

近藤(2010)は、基本的自尊感情は状況や時間の流れを超えて変化しにくい、あるいは変化が少ないものと主張している。今回の結果は1カ月後の基本的自尊感情得点が低下していたため、この主張に反する結果となった。これは、結果として基本的自尊感情が一時的に高まったが、十分に形成されたとは言い難いと考えられる。実施回数の問題やその内容について精査が必要である。

また基本的自尊感情得点の平均を基準に高群と低群に分類したとき、有意な差はみられなかったものの、基本的自尊感情の高群の基本的自尊感情得点が上昇する個人が低群よりも高群に多い傾向がみられた。このことから、すでに基本的自尊感情が形成されている個人の基本的自尊感情はプログラムの実施により維持・向上されるが、十分に基本的自尊感情が形成されていない個人にはプログラム実施の効果が小さくなるという可能性が示唆された。このことは、心理教育的プログラムを実施した際に、平均的に基本的自尊感情が高まったという結果が得られたとしても、最も援助を必要としている基本的自尊感情が低い個人の基本的自尊感情の向上につながっていない可能性を示唆している。全体の基本的自尊感情の向上を目指すことは有意義ではあるが、最も焦点を当てるべき個人の基本的自尊感情の向上には至っていない可能性があるため、今後検討していく必要がある。

また、仮想的有能感の得点にはついては有意差は見られなかったものの仮想的有能感尺度得点は実施前よりも実施直後に低下しており、1カ月後の調査においても実施前の得点を下回っているという結果が得られた。有意な差が見られなかった理由について、被験者の仮想的有能感得点の低さが考えられる。研究Iで得られた仮想的有能感得点の平均や、他の仮想的有能感研究の尺度得点の平均値と比較して1ポイント以上今回の被験者の仮想的有能感得点の平均値は低い。そのため、低減されなかったのではなく、もともとの仮想的有能感が低く効果が表れなかった可能性がある。今後、被験者数を増やしてさらに検討して行く必要があるだろう。

総合考察

本研究は、仮想的有能感研究において、自尊感情を基本的自尊感情・社会的自尊感情という2つの側面から捉えさらにこのバランスに注目した概念を用いたことで、仮想的有能感と自尊感情のバランスが関連することを明らかにし、基本的自尊感情・社会的自尊感情のバランスによって仮想的有能感を解釈することができる可能性を示した点に意義がある。また、課題は多く残っているが、実際に基本的自尊感情の向上に焦点を当てたプログラムを実施し、仮想的有能感の低減を目指す上で有効な情報を得られたことは、今後の実践研究につながるものである。

今後の課題としては、仮想的有能感と基本的自尊感情・社会的自尊感情がどのように影響しあい関連しているのか明らかにすることはできていないため、この点についてさらな

る検討が必要である。また、近藤(2010)により作成された尺度は、一定の妥当性を示してはいるものの、他の心理的構成概念との関連性など明らかにされていない部分が多く残されている。そのため、これから吟味し知見を積み重ねていく必要があるだろう。

引用文献

- 橋本智恵・小泉令三 (2013). 対人関係能力を育て自尊感情を高めるための社会性と情動の学習プログラム実践—家庭との連携を重視した SEL-8s プログラムの実践— 福岡教育大学紀要, *62*, 155-168.
- 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: Focus 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動機づけとの関連 パーソナリティ研究 *14*, 171-180.
- 堀川綾子・柴山謙二 (2014). 児童の不安低減と自尊感情向上に対する学級規模の心理教育プログラムの効果について 熊本大学教育学部紀要, *63*, 133-140.
- 堀川綾子・柴山謙二 (2015). 児童の不安低減と自尊感情向上に対する学級規模の心理教育プログラムの効果について(2): 認知的側面と身体的側面への働きかけの導入 熊本大学教育学部紀要, *64*, 113-121.
- 川村遼・戸田弘二 (2015). 中学生における自尊感情の変動性と攻撃との関連: 社会的スキルの緩衝効果 北海道心理学研究, *38*, 1-14.
- 小平英志・青木直子・速水敏彦 (2008). 高校生における仮想的有能感と学業に関するコミュニケーション 心理学研究, *79*, 257-262.
- 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体験 パーソナリティ研究, *15*, 217-227.
- 近藤卓 (2010). 自尊感情と共有体験の心理学 理論・測定・実践 金子書房
- 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.
- 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*, 250-260.
- 島義弘 (2012). アタッチメントの内的作業モデルと仮想的有能感の関連 パーソナリティ研究, *21*, 176-182.