

## 大学生における自己愛の測定についての一考察 —森田療法理論の“我執の心理”の観点より—

中 島 俊 介（東筑紫短期大学）、楠 凡 之（北九州市立大学）

### 要 約

本研究は、森田療法理論（森田 1960）に基づいて大学生における「健康な自己愛」を検討するための新たな尺度を作成することを目的とした。

研究1では健康な自己愛の状態を測定するための尺度項目を検討した。その際には、現在の自己愛理論の「2種類の自己愛」の枠組み（中山ら 2006）を参照しながら、これに自己愛の健康性を示す視点として森田療法理論の「自己へのとらわれ（我執）」（北西 2001）の知見を加えて新しい視点からの自己愛尺度の作成を試みた。これを大学生217名に施行し、因子分析を行ったところ、3つの下位概念に対応する3因子が得られた。

研究2では大学生150名を対象として、今回作成した自己愛尺度の信頼性と妥当性を検討した。アルファ係数、再検査信頼性係数などの結果から高い信頼性が確認された。

また、NPI（自己愛人格目録）・シャイネス尺度・自尊心尺度などの関連から妥当性が確認された。以上の結果から、本邦大学生の「健康な自己愛」を検討していくための新しい尺度の信頼性と妥当性が確認されたと考えられる。

キーワード：健康な自己愛，森田療法理論，我執の心理，大学生，

Measurement of narcissism in college students from the perspective of Morita's  
psychology of egotism

Shunsuke Nakashima (Higashichikusi Junior College) Hiroyuki Kusunoki (University of Kitakyushu)

### Abstract

A new scale for examining healthy narcissism in college students based on the Morita Therapy (Morita 1960). In Study 1, items for measuring healthy narcissism were developed with consideration to the two types of narcissism (Nakayama et al. 2006) and the idea of egotism (Kitanishi 2001) in Morita theory as a new perspective on healthy narcissism. The new scale was administered to 217 college students. The results of factor analysis identified three factors corresponding to the three concepts described above. In Study 2, the reliability and validity of the scale was examined by administering the scale to 150 university students. The alpha coefficient and the results of test retest reliability analysis demonstrated the high reliability of the scale. Moreover, the validity of the scale was confirmed by comparing the scores of the scale with the shyness and self-esteem and subscale scores of the Narcissistic Personality Inventory. The possibility of investigating healthy narcissism from a new perspective by using this scale is discussed.

Key words: healthy narcissism, Morita's therapy theory, psychology of egotism, college students

はじめに

自己愛 (narcissism) とは「自分で自分を愛すること」である (小此木 1981)。健康的な自己愛は自己を支え適応的に行動することを可能にする。一方、この自己愛が病的に強い状態とされる自己愛パーソナリティ障害は、米国精神疾患診断マニュアル (DSM-IV, 1994) にも記載が見られるように社会適応に問題が見られるとされている。

もともと病的および幼児的な心の働きとして使われ始めたこの自己愛 (Freud, 1914, 1957) は現代では時代の病理を解明するキーワードになっている。

岡田 (2005) はここ数年に頻発する少年事件を起こした青少年の中に見られる特性の一つを「誇大自己症候群」と呼び、これは一部の青少年だけでなく、社会全体に広がる病理ではないかという危惧を表明している。上地 (2004) も、今日の青少年の引き起こす様々な問題の背後には、自己の存在を認めてもらおうとする彼らの必死のあがきや、自己の価値を認めてもらえないための傷つきが隠れており、これらの問題は「自己愛とその障害」という視点からとらえることができるとしている。

このように、今日の青少年問題の背景には、バーチャル (虚構的) な映像やネット社会の拡大の問題とも相俟った誇大な自己の温存と形成の問題があり、自己愛の問題は、心理臨床の領域だけでなく、教育や子育ての領域においても重要な課題となっている。

それゆえに、今後は健康な自己愛の教育や発達支援、病理の予防にまで踏み込んだ議論や問題提起が必要になってくると考えられる。

ところで、この臨床的概念である自己愛を心理テスト (質問紙) によって量的に測定しようとする試みは古くからなされてきた (Murray, 1938; 細井 1981, 1984; Hendin & Cheek, 1997)。中でももっともよく使用されるのは、ラスキンら (Raskin & Hall, 1979) の自己愛人格目録 (NPI) であり、日本語版 (大石 1987a; 大石・福田・篠置 1987; 宮下・上地 1985) や、その短縮版も作成されている。(小塩 1998, 2002, 2004; 谷 2004)

また、この他にもMMPI (ミネソタ多面人格目録) との関連をみた自己愛尺度NPDS (自己愛性人格障害尺度: Ashby (1978) Ashby, Lee, & Duke (1979) や Raskin & Novacek (1989) の尺度 (MMPI から 42 項目選定) などとも開発されている。

そして、これらの尺度による調査的研究や臨床の積み重ねによって現在では自己愛はいくつかの側面に分類されることが明らかになっている。これまでに分類された領域は適応と不適応の意味から分類したものの (Symonds, 1951; Fromm, 1964; Pulver, 1970; Kernberg, 1975) や、誇大的で自己中心的な自己愛と、それとは対照的である抑制的で引きこもりがちな自己愛というように、いわゆる対照的な二つの側面からとらえようとしたもの (Akhter & Thomson, 1982; Rosenfeld, 1987; Gabbard, 1989, 1994; 相澤 2002)、あるいは多面的に分類しているもの (Bursten, 1973; 小此木 1981; 小塩 2004; 谷 2004a, 2004b) などがある。

このようにその研究者の必要とする視点から様々な自己愛の諸相が分類整理されてきたが、近年の自己愛研究では「2種類の自己愛」、つまり「誇大型」(他の人々の反応を気にかけず、傲慢で自己中心的なタイプ) と「過敏型」(他の人々の反応に過敏で、容易に傷つけられたという感情をもち、羞恥や屈辱を感じやすいタイプ) の2つの視点をもって研究がなされているのが現状である (谷 2007)。

さらに最近では自己愛理論と日本で研究された「甘え」理論 (土井 1971) との関係を論じる (稲垣 2005) など、他の概念を考慮することで誇大性・過敏性を統合的にとらえようとする動きも見られる。谷 (2007) はこれらの自己愛研究の動向から、今後の研究の展望として、自己愛を単純に誇大性・過敏性の二つの視点からとらえるのではなく、より多くの変数を考慮することで自己愛人格を包括的にとらえ、より精緻な自己愛研究がなされることが必要であるとしている。

これらの研究動向と、冒頭に述べた青少年の不健康な自己愛の問題状況を考えあわせて、筆者は、自己愛の病理ではなく、健康的な自己愛を測る尺度が今後の自己愛研究を進めていくうえでは重要な課題となると考えた。

そこで本研究ではまず研究1で健康な自己愛の状態を測定できる新しい自己愛尺度の項目を検討する。その際には、現在の自己愛理論の「2種類の自己愛」という枠組み(中山ら 2006)を参照しながら、これに自己愛の健康性を示す視点として森田療法理論(以下、森田理論という)の「自己へのとらわれ(我執)」(北西 2001)の知見を加えて新たな自己愛尺度の作成を行いたい。そして研究2ではその尺度の信頼性と妥当性を検討する。

## 研究1

### (1) 目的

自己愛が精神的健康や適応とどのような関連をもつのかについては、これまでいくつかの研究がなされている。NPIで測定された自己愛は精神的健康や適応の指標である自尊感情と正の関連があること(Emmons,1984;Rhodewalt, Madrian, & Cheney,1998; Rhodewalt, F.,& Morf, C.C., 1995;小塩,1997,1998)や健康な人格特性(岡田1999)とも関連があることが示唆されている。しかし自己愛は臨床現場では不適応の問題との関連も指摘されており、実際には自己愛と精神的健康や適応との関連は一義的には決まらないものであると考えられている(中山ら 2006)。

こうした知見を受けて中山ら(2006)は自己愛と適応との関連について「誇大型」と「過敏型」の「2種類の自己愛」という理論的枠組みに基づいて中学生・高校生・大学生の自己愛の発達を検討する尺度を作成した(表1)。

この中山らの尺度の理論的背景は、ギャバード(Gabbar, 1994)が指摘しているように「2種類の自己愛」の両者とも、タイプは違うが、「自己評価を維持しようと闘っている」点では共通しているという考え方である。

表1 「評価過敏性-誇大性自己愛尺度」(中山ら 2006)  
(評価過敏性)

- 1・自分の欠点や失敗を少しでも悪く言われると、ひどく動揺する。
  - 2・人といると、馬鹿にされたり軽く扱われはしないかと不安になる。
  - 3・周りの人に自分が変な人に思われているのではないかと不安になる。
  - 4・他人から間違いや欠点を指摘されると、憂うつな気分が続く。
  - 5・他人から間違いや欠点を指摘されると、自分の全てが否定されたように感じる。
  - 6・他の人が私の発言や行動に注目してくれないと、自分が価値のない人間になったような気がする。
  - 7・常にすぐれた人や目上の人に認めてもらえなければ、自信がもてない。
  - 8・人に軽く扱われて、あとですごく腹が立つことがある。
- (誇大性)
- 1・私には持って生まれたすばらしい才能がある。
  - 2・私は他に並ぶ人がいないくらい、特別な存在である。
  - 3・私は、周りの人からもっと高く評価されてもよい人間だと思う。
  - 4・自分はきっと将来成功するのではないかと思う。
  - 5・自分にはどこか、他の人をひきつけるところがあるようだ。
  - 6・自分自身では要領もいし、うまく判断のできるような賢さも備えていると思う。
  - 7・自分の考えや感情の豊かさ、感受性にはかなり自信がある。
  - 8・自分の体を人に自慢したい。
  - 9・私は今まで他の人にはできないような経験をつんできた。
  - 10・私の意見どおりにすれば、もっとものごとがうまく進むのと思う。

すなわち、「過敏型」の自己愛は他者の評価により敏感に反応することで自己価値の低下を未然に防ごうとしているのに対して、「誇大型」の自己愛は他者に頼らずに自己充電のように自己価値を維持しようと企てているのである。しかし両者に共通するのは自己愛の「自己価値の維持機能」である。このように自己価値が低くならないように自己愛は働くという理論的枠組みは大方の支持を得ている考えである。

よって「過敏」「誇大」という二つの自己愛は表現の仕方は異なるけれども価値ある自己を保とうとする点では共通するものである。

この2種類の自己愛によって、中山ら（2006）は青年を「誇大型」「過敏型」「混合型」「低自己愛型」の4つのタイプに分け、それぞれとGHQ（精神的健康調査票）得点との関連から適応の良さに違いがあることを見出ししている。（図1）



図1 中山の研究で想定された4タイプ（中山ら 2006）

ここで注目されるべきは4タイプの健康性の比較結果の順位である。精神的健康調査票（GHQ;中川・大坊 1985）の得点（得点が高いほど不健康とされる）では、「誇大型」,「低自己愛型」<「混合型」<「過敏型」の順で不健康と評価されており、この結果から、評価過敏性の低さが精神的健康性に第一義的に関わっており、誇大性の高低は直接的には精神的健康性に関わるものではないことが示唆されたと考えられる。

従って本研究では中山ら（2006）の尺度の（評価過敏性）の項目を参考にしつつ、「健康な自己愛」を測定するための新たな尺度の作成を行うこととした。

## （2）項目決定の理論的根拠

中山ら（2006）の尺度の（評価過敏性）の項目を見ると、「他人から間違いや欠点を指摘されると、自分の全てが否定されたように感じる」など、自己愛の不健康性によって生じる自己価値の否定的感情を取り扱っていることがわかる（表1）。

それに対して、Higgins（1987）は自己価値に対する否定的感情は二種にわかれるという「自己乖離理論」を提起している。この理論では、いわゆる「理想自己」を以下の二種類に分けている。ひとつは考えられる最高の状態の自分である“理想自己”（自分勝手に描いた夢の自己）であり、もうひとつは自分のまさにこうあって当然という責任と義務に関連する“当為自己”（当然こうあるべき自己）である。そして、現実自己はこの2種類の頭に描いた自己との乖離によって、それぞれ別の種類の否定的感情を持つとされている。すなわち、“理想自己”－現実自己の乖離からは「失意落胆関連感情」が生じ、当為自己－現実自己の乖離からは「動揺関連感情」が生じるとされているのである。（Higgins et al.1990,1994）

このHigginsの理論に基づいて、中山ら（2006）の採用した「評価過敏性」の項目をみると、Higginsのいう2種類の否定的感情が混在している。その理由として、中山ら（2006）の採用した自己愛は「自己価値の維持」という側面を重視した研究であったため、二種類の感情別にわけの必要性がなかったためである

と考えられる。

中山らの尺度の理論的背景はGabbard (1994) が指摘しているように「2種類の自己愛」の両者とも、タイプこそ違おうが「自己評価を維持しようと闘っている」点で共通しているという考えである。しかしながら本研究で問題とする自己愛は後に詳述するように、「自己価値の維持」とは別の視点、「自己価値へのとらわれ」からの尺度作成を目的としている。そこで、本研究では中山らの評価過敏性の項目を失意落胆関連感情(自信がもてない, 憂うつな気分など)を問う項目と動揺関連感情(不安になる, 動揺するなど)を問う項目とに分けて再構成することとした。

さて、中山らの研究で示された「低自己愛型」がGHQ得点上、高い精神的健康性を有したという事実は、「自己価値維持にとらわれていない」という自己愛の健康的な機能であると解釈することも可能であろう。

Erikson (1964) は「知恵とは死に直面しながら、生そのものへ執着のない関心をもつことである」としたが、ここでいう「～へ執着のない関心をもつこと」という態度が知恵ある人の本質的態度であると考えられる。また、これは本邦では自己にとらわれない心や無我・無心というように、執着する心を持たないことが健康であるという伝統的人間観とも一致するものであろう。

そして、この自己に関心をもつものの「自己に執着しない、とらわれない」という側面に注目したとき、森田正馬の創始した神経症の治療理論である森田療法に関する研究(以下森田理論という)は多くの知見を与えてくれる。「自己にとらわれない心理」、つまり「あるがままの心理」は森田理論の中核とされるものである。神経症の症状(現象)を排除されるべきものではなく、“人間性に付随するもの”としてとらえ、排除しないというのは「他の精神療法と比べてコペルニクス的な相違がある(岩井 1984)」とされる。したがって森田の考え方では、自己にとらわれるがゆえに不健康に肥大してしまった自己愛、それも自然な自分であるという事実をまずは受け容れること(あるがままの体得)によって、その自己愛の肥大が徐々に削がれていくとされているのである。

また、森田療法の研究者である北西(2000)は不健康に肥大した自己愛の行き詰まりを「我執の病理」とし、その特徴は自分の思うがままに支配しようとする誇大自己のあり方、あるいは自己に執着する態度であるとした。そして自己にとらわれて肥大した自己愛の状態として、①自分を愛せない、②他者の評価に依存する、③自己を素直に語れない、の3点をあげている(北西 2001)。

この北西(2001)の指摘を受けて、本研究ではこの3つの側面から「自己価値にとらわれない」あるがままの自己を信頼する「健康な自己愛」の状態をとらえる尺度の作成が可能であると考えた。したがって、本研究では、中山ら(2006)の(評価過敏性)の項目をこの北西(2001)の3つの側面に該当させて新たな尺度を作成することを試みた。

### (3) 方法

#### 1 仮説に対する項目設定

まず、北西(2001)の指摘した肥大した自己愛の3つの特徴を健康な自己愛の育っていない3領域とし、これに中山ら(2006)の(評価過敏性)の項目内容を吟味してあてはめた。さらに北西(2001)の我執により肥大した自己愛についての著述を参考にして新たに作成した項目を付け加え、これを「不健康な自己愛・とらわれ尺度」とした。領域ごとの項目を以下にあげる。

##### ① 自分を愛せない領域 「不健康な自己愛」

自己愛は「自己を価値あるものとして体験しようとする心の働き」(上地 2004)であるから、自分を愛せないというこの領域は自己愛の中核的領域である。

人は誰も価値ある体験をしている自己を実現したいと考えている。しかし、それは頭の中で描いた理想自己の姿であって、現実はその簡単に自己価値の体験はできにくく、惨めな挫折や失敗に満ちていたり、

自分を愛せない苦しみや落ち込みを感じることも多い。

不健康な自己愛をもつ人間はこのような現実に耐えられず、しばしば失意を感じて落ち込んだり、過剰に反応してしまうことが頻繁に続くことが予測される。そこで、本研究では中山ら（2006）の評価過敏性の項目のうち、理想の自己との比較で生じる失意落胆関連感情をあらわす以下の5項目がこの領域に該当すると考えた。

- ・常に優れた人や目上の人に認めてもらえなければ、自信がもてない。
- ・他人から間違いや欠点を指摘されると憂うつな気分が続く。
- ・他人から間違いや欠点を指摘されると、自分の全てが否定されたような気がする。
- ・人に軽く扱われて、後ですごく腹が立つことがある。
- ・他の人が私の発言や行動に注目してくれないと、自分が価値のない人間になったような気がする。

また、これらの失意落胆感情項目は北西（2001）の不健康な自己愛の観点からみれば、自己にとらわれているために自尊の欲求が肥大している項目であると考えられる。このために、少しのことで自尊感情が傷つけられたり、阻止されたりすると怒りを感じたりするのである。そしてそんな過敏な自分が嫌いなのである。よって本論文では北西（2001）の論述から、さらに以下の3項目を作成して付け加えた。

- ・自分の欠点が気になり、自分が好きになれない。
- ・些細なことで傷つきやすい。
- ・時折、空虚さや落ち込みを強く感じる。

以上合計 8 項目

## ② 他者の評価に依存する領域 「他者の憶測を気にする」

肥大した自己愛という、うぬぼれが強く自信にあふれている印象を抱くが、内実は異なっており、他者の承認や評価に関する強い関心を持っている状態であると考えられる。日々、こうあるべき自分を頭の中に描いているので、現実の自己との乖離に始終動揺して悩むことが多いのである。そこで、中山ら（2006）の評価過敏性の項目のうち、以下の3項目を動揺関連感情の項目に該当させた。

- ・周りの人に自分が変な人に思われていないかと不安になる。
- ・自分の欠点や失敗を少しでも悪く言われると、ひどく動揺する。
- ・人といると、馬鹿にされたり軽く扱われたりしないかと不安になる。

またこれらの動揺関連感情項目は、北西（2001）の「自己へのとらわれ」の観点から考えると、以下のような心的態度をとっているために動揺すると考えられる。つまり、他者の憶測を過剰に気にするため人前では明るく愛想よく振舞い、緊張している自分を悟られないように元気に振る舞うので、どこか神経がピリピリとはっている。また負けず嫌い而他者に勝りたいし、それを他者から承認してもらいたい欲求が強い。自己がどう見られているかに強い関心を持ち、自己中心的であるから自分の存在が嫌われていないか、今笑ったのは自分のことを笑ったのではないか、などの自己関係づけが過剰に行われ、その結果、動揺しやすいのである。よって本論文では、北西（2001）の指摘を踏まえて次のような3項目をさらに付け加えて第2領域の項目とした。

- ・人が自分のことをどのように見ているか気になる。
- ・自分の存在が他の人に嫌がられているかどうか気になる。
- ・勝ち負けにこだわるほうである。

以上合計 6 項目

③ 自己を素直に語れない領域。「自分を語れない」

この領域は中山ら(2006)の評価過敏性の尺度にはない項目である。

北西(2001)の「自己にとらわれない」という視点から健康な自己愛を考えた場合、健康的な自己愛を持つ人間は世界と自己を信頼して自然に自分を語ることができると考えられる。自分を愛せず、他人の評価に依存してしまう人は素直に自分を語れない人である。自己にとらわれているため、自分の欠点や弱点を人に知られることに恐怖感を持ち、自分の緊張や自分の感情が他人に分からないように、またその場の雰囲気自分のせいでも悪くなったり、人を傷つけないように、とにかく人に合わせようとするために自分を出せないのである。

よって本論文では北西(2001)の論述から次のような5項目を作成した。

- ・人といると気を使い、自分を抑えてしまう。
- ・自分の感情や考えを素直に語れない方である。
- ・怒りを覚えたときそれを押さえ込んでしまうことが多い。
- ・傷つきたくないで自分のほうから身を引いてしまう。
- ・緊張している自分を悟られないように振る舞う。

以上5項目

以上3領域19項目を尺度の分析調査の内容として決定した。

2 調査と分析方法

F県内の私立短期大学保育系の学科1年生217名(男子11名、女子206名)平均年齢18歳9ヶ月(男子18歳8ヶ月、女子18歳10ヶ月)に対して、上記19項目(5段階評定)からなる質問紙を講義時間に集団的に配布し実施した。調査時期は2006年7月25日、27日の発達心理学の授業時間に教科担当者が一斉に実施し、その場で回収された。

その結果を元に項目分析をしたところ、全ての項目において $r = .70$ 以上の相関は認められずまた、度数分布の偏りも認められなかったので各項目は独立していると考えられた。そこで、全項目による因子分析(主因子法・プロマックス回転)を行った。

(4) 結果と考察

表1 因子分析での因子負荷量

	第1因子	第2因子	第3因子
7. 時折、空虚さや落ち込みを強く感じる	.832	-.179	-.141
4. 他人から間違いや欠点を指摘されると憂うつな気分が続く	.815	-.011	-.004
3. 些細なことで傷つきやすい	.795	-.062	.062
5. 他人から間違いや欠点を指摘されると、自分の全てが否定されたように感じる	.776	-.033	.063
6. 人に軽く扱われて、後ですごく腹がたつことがある	.608	.126	-.266
1. 自分の欠点が気になり自分が好きになれない	.515	.148	.088
2. 常に優れた人や目上の人に認めてもらえなければ、自信がもてない	.511	.223	.128
14. 自分の存在が他の人に嫌がられているかどうか気になる	-.133	.952	-.061
10. 人が自分のことをどのように見ているか気になる	.022	.850	-.144
11. 周りの人に自分が変な人に思われていないかと不安になる	-.010	.845	-.051
17. 人といると、馬鹿にされたり軽く扱われたりしないかと不安になる	.017	.559	.282
15. 自分の欠点や失敗を少しでも悪く言われると、ひどく動揺する	.340	.456	.070
18. 怒りを覚えたときそれを押さえ込んでしまうことが多い	-.089	-.256	.888
16. 自分の感情や考えを素直に語れない方である	-.247	.206	.743
19. 傷つきたくないで自分のほうから身を引いてしまう	.172	-.035	.707
9. 人といると気を使い自分を抑えてしまう	.251	.158	.408
	$\alpha = .841$	$\alpha = .839$	$\alpha = .691$

固有値1.0以上の基準（第一因子：6.06第二因子：1.84第三因子：1.26）で三つの因子を抽出した。各因子ごとに0.40以上の因子負荷量を示した項目を表1にあげた。なお、それ以下の因子負荷量を示した以下の3項目は削除した。8.他の人が私の発言や行動に注目してくれないと、自分が価値のない人間になったような気がする。12.緊張している自分を悟られないように振舞う。13.勝ち負けにこだわるほうである。

その結果、最終的に表1の16項目が選定された。第1因子は「不健康な自己愛」、第2因子は「他者の憶測を気にする」、第3因子は「自分を語れない」と命名した。

各因子間の相関は、第一因子-第二因子：.566。第一因子-第三因子：.343。第二因子-第三因子：.459。以上16項目、3側面から健康な自己愛の諸相をとらえられると考え、これを「不健康な自己愛・とらわれ尺度」（以下FNTとする）と名づけた。

研究1の目的は大学生の「健康な自己愛」を測定する尺度を作成することであったが、理論的考察と因子分析により「健康な自己愛」を測定する16項目が選択され、因子構造は三因子構造であることが明らかになり、森田理論に基づいた北西（2001）の我執（とらわれ）の病理が示す不健康な自己愛の3領域と一致する結果となった。

## 研究2

### （1）目的

研究2の目的は研究1で構成されたFNT尺度の信頼性と妥当性を検討することである。基準関連妥当性の検討のために、研究1で得られたFNT尺度の下位尺度得点を用いて関連すると考えられる尺度との相関を検討した。関連の検討は以下の予測1から5に基づいて行われた。

予測1：関連尺度であるNPI-S（巻末資料1）の3側面の一つである「優越感・有能感」は自己愛人格の基礎的な要素であり、“自己の重要性に関する誇大な感覚”とされている（小塩 2004）。例えば「私は、周りの人たちより優れた才能を持っていると思う。」「周りの人たちより有能な人間であると思う。」のように、自己の重要性を強調するこの側面の得点が高すぎると、優れた才能を示せない現実の自己を目の当たりにしたときに無価値感を感じてしまうことが指摘されている（柏瀬 1989）。

森田の「あるがまま」とは否定的な感情を邪魔者として取り除いたり、これをコントロールして高めたりすることをやめ、否定的な自己感情を持ちながらも行動できる心構えを築いていくことを意味している。森田（1960）は過重な価値を得ようとする人は「何事に対しても常に強い予期感情をともなうようになる」と考え、望ましい態度として「価値感情の没却」、つまり有能さや意義づけにこだわらない態度を指導したのである。

よってNPI-Sの3側面の一つ「優越感・有能感」が高いということは森田理論から言えば、価値感情を没却することができず、評価に過敏になる不健康さを示すことになるため、この得点の高さはFNT尺度の3つの下位尺度である「不健康な自己愛」「他者の憶測を気にする」「自分を語れない」の全てに正の相関をもつ（不健康であることを示す）と考えられる。

予測2：関連尺度であるNPI-Sの3側面の一つ「注目・賞賛欲求」は「私はみんなからほめられたいと思っている」「人気者になりたいと思っている」など、常に人の中心にいたいという感情であり、この感情が強いと特権意識や傲慢さ、評価過敏とも関連してくることが予想され、“過剰な賞賛を求め”という不健康さを示す（小塩 2004）とされる。しかし森田は向上発展の欲望はこれを是認して発揮するように努力するのが人間性の自然の発露と考えている。例えば「私は多くの人から尊敬される人間になりたい」「私

は、人々を従わせられるような偉い人間になりたい」などの項目は、森田理論の視点から言えば、向上発展を願う、本来の人間の求める姿であり、自己の本音を素朴に自覚できる健康な自己愛であると考えられる。

よってNPI-Sの3側面の一つである「注目・賞賛欲求」はFNT尺度の3つの下位尺度の「不健康な自己愛」「他者の憶測を気にする」「自分を語れない」の全てに負の相関を示す（健康であることを示す）と考えられる。

予測3：関連尺度であるNPI-Sの3側面の一つ「自己主張性」の項目を見ると「どんなことにも挑戦していくほうだ」「責任をもって決断するほうだ」などの積極的で望ましい行動といえる項目がみられる。これは森田の目指す「自己のあるがままを素直に出す」「純な心」への努力（森田 1960）と考えられ健康的である。しかし、それと同時にこの「自己主張性」の項目には「周りを気にせず自分の好きなように振るまっている」「自分の思う通りに生きてきた」などのように、傍若無人で傲慢な生き方といえる「誇大性」を示す項目が見られる。このため、この得点が過度に高い場合は自己愛人格障害（DSM-IV）の記述の“尊大で傲慢な行動または態度を取る”にあてはまる（小塩 2004）と指摘されている。よって、森田理論の観点からは健康・不健康を示す項目の両方が混在していると考えられ、FNTとは一貫した関連性は見られないと予測される。

予測4：関連尺度の自尊心尺度は自己愛の基本的な内容である自己価値と近いため、第一下位尺度の「不健康な自己愛」との関連が見られると思われるが、しかし、過度の自尊感情の高さはかえって傷つきやすさとなり、社会適応上問題を持つとされている。森田は自己にとられることで、負けず嫌いで勝つことにこだわるようになるとしており、自尊感情の強さによってかえって不適応を起こしやすいと考えた。また、謙虚さとして、低く自己を見積もるほうが望ましいと考える本邦文化の特質も考えて、高すぎない自尊感情を本研究では健康な自己愛と考えている。よってFNT下位尺度の「不健康な自己愛」とは正の相関（不健康である）をもつだろうと予測される。

予測5：シャイネス尺度日本語版（桜井・桜井 1991）を関連尺度としたのは、恥と自己愛の問題は表裏一体の関係にある（岡野 1998）とされるからである。自己愛の傷つきへの恐れと恥への恐れとは関連している。しかし健康的な自己愛は恥を忍んで社会的な行動ができるように自己を励ますものであり、森田理論でも、「行動本位や目的本位」と称して恥ずかしい感情はそのままにして積極的な行動を推奨する。そのように行動していくうちに、恥の感情があるがままに受けとめつつ、その感情に邪魔されずに行動できるようになるのである。すなわち、結果として恥ずかしいという感情が過度に大きくならず適正に調整され、健康な自己愛が機能するのである。以上のような理由から、シャイネス尺度は「不健康な自己愛」「他者の憶測を気にする」「自分を語れない」の全てに正の相関をもつ（不健康である）と考えられる。

## （2）方法

対象：F県内の私立短期大学保育系の学科1年生150名（男子10名、女子140名）平均年齢は18歳6ヶ月（男子18歳6ヶ月、女子18歳7ヶ月）であった。

測度：以下の4つの測定尺度を用いた。

### ①FNT尺度（不健康な自己愛・とらわれ尺度）

研究1で構成したFNT質問紙尺度。「不健康な自己愛」「他者の憶測を気にする」「自分を語れない」の三つの下位尺度からなる16項目。「よく当てはまる」「少し当てはまる」「どちらともいえない」「あまり

当てはまらない」「全く当てはまらない」の5段階評定(1～5点)。(FNT尺度は得点が高いほど不健康な自己愛を示す)

②NPI-S(自己愛人格目録)の短縮版

自己愛研究でもっともよく使われるNPI(自己愛人格目録)の短縮版NPI-S(小塩, 2004)は以下の3側面をもつ尺度である。「優越感・有能感」(例:私は才能に恵まれた人間であると思う、など10項目)「注目・称賛欲求」(例:私はみんなからほめられたいと思っている、など10項目)「自己主張性」(例:私は自分の意見をはっきり言う人間だと思う、など10項目)以上合計30項目。5段階評定(1～5点)。

③自尊心尺度(Self-Esteem Scale)

本研究では、自尊尺度として、ローゼンバーグ(Rosenberg, 1965)のSelf-Esteem Scaleの邦訳版(星野命訳)の10項目を使用した。(資料2)4段階評定(1～4点)。

④シャイネス尺度(Shyness Scale)

本研究では、シャイネス尺度日本語版(桜井・桜井 1991)を用いた。(資料3)21項目5段階評定(1～5点)。

(3) 結果

1 基準関連妥当性の検討

研究1で作成されたFNT尺度と関連尺度との相関を調べたところ以下の結果となった。

予測1はすべて支持された。予測1ではNPI-Sの3側面の一つである「優越感・有能感」はFNT尺度の3つの下位尺度の「不健康な自己愛」「他者の憶測を気にする」「自分を語れない」全てに正の相関をもつと考えたが、予測通りの結果であった(表2)。

予測2ではNPI-Sの3側面の一つ「注目・賞賛欲求」はFNT尺度の3つの下位尺度の「不健康な自己愛」「他者の憶測を気にする」「自分を語れない」の全てに負の相関を示す(健康であることを示す)と考えたが、「自分を語れない」とは相関がみられなかった。

予測3ではNPI-Sの3側面の一つである「自己主張性」はFNT尺度とは関連性はないと予測した。ところが下位尺度の「他者の憶測を気にする」「自分を語れない」とは正の相関(不健康であること)が示された。

予測4では自尊心尺度との関連を見た。高すぎない自尊感情を本研究では健康な自己愛と考え、FNT下位尺度の「不健康な自己愛」に正の相関(不健康である)をもつだろうとの予測は支持された(表2)。

予測5は恥と自己愛の問題は表裏一体の関係にある(岡野 1998)との指摘からシャイネス尺度日本語版(桜井・桜井 1991)との関連を見た。その結果、表2に明らかなように予測通り、健康的な自己愛は恥ずかしい感情はそのままにして積極的な行動を推奨すると考えるFNTの下位尺度の「不健康な自己愛」「他者の憶測を気にする」「自分を語れない」の全てに正の相関をもつ(不健康である)結果となり予測が支持された。

表2 FNT尺度「不健康な自己愛・とらわれ尺度」の下位尺度とその他尺度との相関

	「不健康な自己愛」 尺度	「他者の憶測を 気にする」尺度	「自分を語れな い」尺度
NPI「優越感・有能感」	.188*	.245**	.292**
NPI「注目・賞賛欲求」	-.258**	-.183*	.148
NPI「自己主張性」	.094	.302**	.381**
自尊心尺度	.206*	.087	-.042
シャイネス尺度	.620**	.557**	.587**

\*p<.05 \*\*p<.01

## 2 信頼性の確認

4 か月の間隔をあけて同様のFNT質問紙を実施して、その安定性を見た。その結果「不健康な自己愛・とらわれ」(7項目)  $r = .841$ 、「他者の憶測を気にする」(5項目)  $r = .867$ 、「自分を語れない」(4項目)  $r = .710$ の結果を得て、十分な安定性が確認された。また表3に明らかのように、高いalpha係数が示されており、十分な内的整合性が確認された。以上の結果より、本尺度の高い信頼性が確認された。

表3 信頼性分析 (n=150)

「不健康な自己愛」(7項目)	:	alpha=.842
「他者の憶測を気にする」(5項目)	:	alpha=.872
「自分を語れない」(4項目)	:	alpha=.738

### (4) 考 察

本研究の目的は大学生における「健康な自己愛」を測定する尺度を作成し、その妥当性と信頼性を検討することであった。以下、関連尺度の結果から言えることをまとめた。

#### 1 FNT尺度の信頼性

再テストによる安定性の確認、尺度の内的整合性を示すalpha係数の高さが結果として得られており、尺度としての高い信頼性が認められたと考えられる。

#### 2 FNT尺度の妥当性

##### 1) NPI-Sとの相関から

NPI-Sの「優越感・有能感」側面ではFNT尺度の3つの因子すべてに弱いなし中程度の正の相関が見られ、予測1が支持された。森田理論では他者との優越をもって自己の有能を保持しようとするのは真の「向上心」ではなく、適切な自己愛とはいえないと考える。よってこの結果は自己愛の健康な面との相関を示すものと解釈されるので、FNT3因子のこの側面での妥当性を支持するものと思われる。

次に予測2の結果によって、NPI-Sの「注目・賞賛欲求」との負の相関がFNTの「不健康な自己愛」と「他者の憶測を気にする」で見られ、予測通りの妥当性が確かめられた。人から注目されたい、あるいは人目が気になるという「注目・賞賛欲求」は森田理論では人間本来のもつ「自然で健康な心理や向上心」とみなされており、排除されるべきでない健康な考えと感情であるという見解と一致した結果であると考えられる。ただし、予測2では「自分を語れない」についても正の相関を予測したにもかかわらず、相関は認められなかった。

FNSの「自分を語れない」は「自分の感情や考えを素直に語れないほうである」の項目に示されるように、素直な自己を開示することのためらいや回避を問う項目である。森田理論による「自己を語る」とは利己的な自己主張ではなく、「自己のあるがままを素直に出す」「純な心」への努力であり、誤った考えを正すのではなく、起こる感情への正しい対応を教えようとするものである(田代 2001)。それゆえに、健康な自己愛が育った場合には、他者の評価を気にしながらも、生きる目的のために素直に自己開示できるようになるのである。

ところが、NPI-Sの「注目・賞賛欲求」の項目を見ると、「注目されたい」「尊敬されたい」「ほめられたい」という利己的で目立ちたい欲求を示す項目が混在している。このため“過剰な賞賛を求める”という不健康さを示す(小塩 2004)のである。

競争原理の強く働く現代社会では、注目されたいがためにこのような不健康な自分を語る行動をとる青年も多い。また一方では、そう思うけれども、目立った自己主張ではかえって賞賛されないのではな

いかと恐れて行動を回避する青年もいる。このような両者の意識の混在によって、注目されたいという思いは同じであっても、一定の行動傾向としては現われてこないため、FNSの「自分を語る」とNPI-Sの「注目・賞賛欲求」との相関は支持されなかったのではないかと推察される。また、このことはFNSがNPI-Sとは別の次元で自己を開示することを測定していることを示していると考えられ、「自分を語る」ことに関する現代青年の置かれている価値観や文化の影響力の検討が今後必要と思われる。

同様なことはNPI-Sの「自己主張性」の項目と相関の見られたFNTの「自分を語れない」と「他者の憶測を気にする」との関係についてもいえるであろう。予測3で述べたように、NPI-Sの「自己主張性」には精神の健康・不健康の項目が混在している。その不健康な側面に強く反応したFNTの因子が「他者の憶測を気にする」と「自分を語れない」であると考えれば、他者の評価を気にするがゆえに自己を語ることに一定の態度がとれないでいる現代青年の置かれた「自己愛をめぐる」心理の葛藤と混乱を示唆するものと考えられる。

また、予測とは違ったこれらの結果は、かえって本研究の尺度がNPI-Sの元となる自己観とは異なる、あるがままの人間観を背景とした健康的な自己愛を反映しているものであるとも考えられる。しかしながらこれは推察の域を出ておらず、この「自己の開示や主張」をめぐる文化差や人間観の検討は今後の課題である。

## 2) 自尊心尺度との相関から

予測4は支持された。自分を価値あるものとする自己愛は自尊心と密接に関係している。示された自尊心との相関はまさに「健康な自己愛」の因子が「自分を価値あるものとして体験する」自己愛の中核的因子尺度であり、これをとらえていることを示している。森田が目指した「自己にとらわれない」健康な自己愛とは「うぬぼれ」と違い、適切な「自尊心」の程度を保った現実的な自己であり、この側面での尺度の妥当性が支持されたと考えられる。

## 3) シャイネス尺度との相関から

3因子すべてに高い相関がみられ予測5が支持された。岡野(1998)の指摘通り、恥と自己愛の問題は、表裏一体の関係にあることが示されている。確かに私たちは自己愛を満たしたいという欲求をもつがゆえに、それがうまくいかない「恥の体験」を回避しようとする。しかし森田理論ではその回避行動は真の「生の欲望」の発揮を妨げる行動であると考え、戒めている。恥への恐れと自己愛の傷つきへの恐れが表裏一体となっていることをよく示したこの相関の結果は、FNT尺度が森田理論の示す健康な自己愛をとらえる尺度としてその妥当性を示すものと考えられる。

## (5) まとめと今後の展望と課題

研究1より、健康な自己愛を測定する16項目が選定され、因子構造は3因子構造であることが明らかとなった。第1因子は「不健康な自己愛」、第2因子は「他者の憶測を気にする」、第3因子は「自分を語れない」と命名された。これによって自己愛の健康度と諸相がとらえられると考え、これを「不健康な自己愛・とらわれ尺度」(FNT)とした。

研究2において、尺度の信頼性と予測された関連尺度との相関を検討したところ、ほぼ予測通りの結果が得られ、満足できる信頼性と構成概念妥当性を確認できた。ただし、「自分を語れない」因子と「注目・賞賛欲求」との負の相関が見られず、NPI-Sでの注目・賞賛されたいという欲求が必ずしもFNTの「自分を語る」と結びついていなかった。

また、これに関連して、NPI-Sの「自己主張性」とFNTの「自分を語れない」「他者の憶測を気にする」因子との相関が見られるという予測になかった結果が得られた。

しかし、これらの結果はNPI-Sの「注目・賞賛欲求」と「自己主張性」のもつ不健康な部分にFNTの「自

分を語れない」の因子が反応し、さらに「他者の憶測を気にする」因子とも相関したと考えられ、「自己開示や自己主張」の心理に関する本邦文化の自己愛の特徴が示唆されたともいえ、この部分については本尺度の目指す「自己へのとらわれ」という概念の妥当性を損なうものではないと考えた。

研究1と研究2を通して、本研究で作成したFNT尺度によって、森田理論を基礎とした「健康な自己愛」を測定することへの十分満足できる信頼性と妥当性が認められた。

これまでの自己愛尺度の大方は「自己価値の維持」の視点から作成されていたのに対して、このFNT尺度は「自己へのとらわれ」である森田理論の我執の視点を反映させた点に独自性があると考えている。

なお、本研究では性差についての検討は充分に行わなかった。NPIを用いた先行研究では尺度の因子構造の違いなど性別による質的な違いは指摘されていない(中山 2006)ものの、男女での得点差があることは指摘されている(三船・氏原1991)。

今後の課題としてはサンプル数を増やし、年齢、性差を考慮することが望まれる。また病理性の高い者と一般レベルとの比較検討も必要である。したがって今後の研究ではこの尺度で実証的データをより多く集積し、教育・臨床場面において実際に使用できるか、その精度と限界を確認することが求められる。

#### 引用文献

- 相澤直樹(2002)「自己愛的人格における誇大性と過敏特性」『教育心理学研究』, 50, 215-224
- Akhtar, S., & Thomson, J.A.(1982) Overview: Narcissistic personality disorder. *American Journal of Psychiatry*, 139, 12-20.
- Ashby, H.U. 1978 An MMPI scale for narcissistic personality disorder. *Dissertation Abstracts International*, 39, 10.
- Ashby, H.U., Lee, R.R., & Duke, E.H. 1979 A narcissistic personality disorder MMPI scale. Paper presented at the 87th annual meeting of the American Psychological Association, New York.
- Bursten, B. 1973 Some narcissistic personality types. *International Journal of Psychoanalysis*, 54, 287-300
- 土井健郎(1971)『「甘え」の構造』講談社
- Emmons, R.A.(1984) Factor analysis and construct validity of the Narcissistic Personality Inventory. *Journal of Personality Inventory*, 54, 291-300.
- Freud S: On narcissism: an introduction (1914), in *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud*, Vol 14. Translated and edited by Strachey J. London, Hogarth Press, 1957, pp 67-102 (フロイト, S. 懸田克射・吉村博次(訳)(1969)『ナルシズム入門 フロイト著作集5 性欲論・奨励研究』人文書院 p.109-132.)
- フロム, E. 鈴木重吉(訳)(1965)『悪について』紀伊国屋書店 (Fromm, E. 1964 *The heart of man: Its genius for good and evil*. New York: Harper & Row.)
- Gabbard, G.O.(1989) Two subtypes of narcissistic personality disorder. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 53, 527-532.
- Gabbard, G.O.(1994) *Psychodynamic psychiatry in clinical practice: The DSM-IV edition*. Washington: American Psychiatric Press.
- Hendin, H.M., & Cheek, J.M.(1997) Assessing hypersensitive narcissism: A reexamination of Murray's narcissism scale. *Journal of Research in Personality*, 31, 588-599
- Higgins, E.T., Tykocinski, O., & Vookles, J.(1990) Patterns of self-beliefs: The psychological significance of relations among the actual, ideal, ought, can, and future selves. In J.M.Olson, & M.P.Zanna(Eds.) *Self-inference processes: The Ontario symposium*, Vol. 6. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

- Higgins, E.T., Roney, C., Crowe, E., & Hymes, C. (1994) Ideal versus ought predilections for approach and avoidance: Distinct self-regulatory systems. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 276-286.
- Higgins, E.T. (1987) Self-discrepancy: A theory relating self and affect. *Psychological Review*, 94, 319-340
- 細井啓子 (1981) 「ナルシズム的傾向に関する発達の研究 (1) 妊産婦について」『心理学研究』, 52, 38-44
- 細井啓子 (1984) 「ナルシズム的傾向に関する発達の研究 (2) 成人期中期の女性について」『心理学的研究』, 55, 113-116
- 稲垣実果 (2005) 「自己愛的甘えに関する理論的考察」『神戸大学発達科学部研究紀要』, 13, 1-10 .
- 岩井 寛 (1984) 『闇と影』 青土社 pp233
- 柏瀬宏隆 (1989) 「自己愛パーソナリティ障害」『青年心理』, 73, 74-80 .
- Kernberg, O.F. (1975) *Borderline conditions and pathological narcissism*. New York: Aronson.
- 北西憲二 (2000) 「我執 (ナルシズム) の病理と森田療法 “ 東洋的人間学からの読み替え作業を通して ”」『日本森田療法学会雑誌』 11; 357-360 .
- 北西憲二 (2001) 『我執の病理』 白揚社, pp59.
- Murray, H.A. 1938 *Explorations in personality*. New York :Oxford University Press. (マーレー, H.A. 外林大作(訳) (1961) 『パーソナリティ I』 誠信書房)
- 三船直子・氏原 寛 (1991) 「青年期の自己愛人格について—実証的研究を中心に—」『大阪市立大学生活科学紀要』, 39, 199-213 .
- 宮下一博・上地雄一郎 (1985) 「青年における自己愛的傾向に関する実証的研究(1)」『総合保健科学』, 1, 51-61 .
- 森田正馬 (1960) 『神経質の本態と療法』 白揚社
- 中村昇・松並知子 (2001) 「自己愛の適応・不適応と性役割の検討」『大阪大学教育学年報』, 6, 255-266 .
- 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 .
- 岡田尊司 (2005) 『誇大自己症候群』 ちくま書房
- 岡田 努 (1999) 「現代青年に特有な友人関係の取り方と自己愛傾向の関連について」『立教大学教職研究』, 9, 21-31 .
- 岡野憲一郎 (1998) 『恥と自己愛の精神分析』 岩崎学術出版社
- 大淵憲一 (2003) 『満たされない自己愛 —現代人の心理と対人葛藤』 ちくま書房
- 大石史博 (1987a) 「ナルシズムの心理学的研究(1)」『関西学院大学人文論究』, 37, 27-44 .
- 大石史博・福田美由紀・篠置昭男 (1987) 「ナルシズムの人格の基礎的研究(1)—ナルシズムの人格目録の信頼性と妥当性について—」『日本教育心理学会 第29回総会発表論文集』, 534-535 .
- Ornstein, P., & Ornstein, A. (1985) Clinical understanding and explaining: The empathic vantage point. In: *Progress in Self Psychology*, Vol. 1, ed. A. Goldberg. New York: Guilford Press, pp.43-61.
- 小此木啓吾 (1981) 『自己愛人間—現代ナルシズム論』 朝日出版社
- 小塩真司 (1997) 「自己愛傾向に関する基礎的研究—自尊感情, 社会的望ましさとの関連」『名古屋大学研究紀要』, 44, 155-163 .
- 小塩真司 (2002) 「自己愛傾向によって青年を分類する試み」『日本教育心理学研究』, 50, 261-270
- 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」『日本教育心理学研究』, 46, 280-290
- Pulver, S.E. (1970) Narcissism: The term and the concept. *Journal of American Psychoanalytic Association*,

18,319-341.

Raskin & Hall,C.S(1979) A narcissistic personality inventory. Psychological Reports,45,590.

Raskin,R., & Novacek,J.(1989) An MMPI description of the narcissistic personality. Journal of Personality Assessment,53,66-80.

Rhodewalt,F.,Madrian,J.c.,& Cheney,S.(1998) Narcissism,self-knowledge organization, and emotional reactivity: The effect of daily experiences on self-esteem and affect. Personality and Social Psychology Bulletin,24, 75-87

Rhodewalt, F.,& Morf,C.C..(1995) Self and interpersonal correlates of the narcissistic personality: A review and new findings. Journal of Research in Personality,29 ,1-23.

Rhodewalt, F.,& Morf,C.C..(1998) On self-aggrandizement and anger: A temporal analysis of narcissism and affective reactions to success and failure. Journal of Personality and Social Psychology,74,672-685.

Rosenberg,M.(1965) Society and the adolescent self-image. Princeton, New Jersey: Princeton University Press.

Rosenfeld,H(1987) Impasse and interpretation:Therapeutic and anti-therapeutic factors in the psychoanalytic treatment of psychotic,borderline,and neurotic patients.London:Tavistock Publications.

Symonds,P.M.(1951) The Ego and the Self. New York:Appleton

桜井茂男・桜井登世子(1991)『大学生用シャイネス(Shyness)尺度の日本語版の作成と妥当性の検討』『奈良教育大学紀要』,40,235-243

谷冬彦(2004a)「新たなる自己愛人格尺度の作成(1)－因子構造と対人恐怖的視心性との弁別性の確認－」『日本心理学会第68回大会発表論文集』,69.

谷冬彦(2004b)「新たなる自己愛人格尺度の作成(2)－自我同一性と自尊心の関連から－」『日本教育心理学会第46回大会発表論文集』,52.

谷冬彦(2007)「人格心理学領域における研究動向と展望」『教育心理学年報』第46集 pp72-80

田代信維(2001)森田療法入門 創元社 pp83-84

上地雄一郎・宮下一博 編著(2004)『もろい青少年の心－自己愛の障害－』北大路書房

#### 資料1 自己愛人格目録短縮版(Narcissistic Personality Inventory Short version;NPI-S)

「全く当てはまらない(1点)」「あまり当てはまらない(2点)」「どちらとも言えない(3点)」「どちらかという当てはまる(4点)」「とてもよく当てはまる(5点)」の5件法。

##### 【優越感・有能感】

1. 私は、才能に恵まれた人間であると思う
4. 私は、周りの人たちより、優れた才能を持っていると思う
7. 私は、周りの人たちより有能な人間だと思う
10. 私は、周りの人が学ぶだけの値打ちのある長所をもっている
13. 周りの人たちは、私の才能を認めてくれる
16. 私は、周りの人に影響を与えることができるような才能をもっている
19. 私が言えば、どんなことでもみんな信用してくれる
22. 私に接する人はみんな、私という人間を気に入ってくれるようだ
25. 私は、どんなことで上手くこなせる人間だと思う
28. 周りの人たちが自分のことを良い人間だと言ってくれるので、自分でもそうなんだと思う

【注目・賞賛欲求】

2. 私には、みんなの注目を集めてみたいという気持ちがある
5. 私は、みんなからほめられたいと思っている
8. 私は、どちらかといえば注目される人間になりたい
11. 周りの人が私のことを良く思ってくれないと、落ちつかない気分になる
14. 私は、多くの人から尊敬される人間になりたい
17. 私は、人々を従わせられるような偉い人間になりたい
20. 機会があれば、私は人目につくことを進んでやってみたい
23. 私は、みんなの人気者になりたいと思っている
26. 私は、人々の話題になるような人間になりたい
29. 人が私に注意を向けてくれないと、落ちつかない気分になる

【自己主張性】

3. 私は、自分の意見をはっきり言う人間だと思う
6. 私は、控えめな人間とは正反対の人間だと思う
9. 私はどんな時でも、周りを気にせず自分の好きなように振る舞っている
12. 私は、自分で責任をもって決断するほうが好きだ
15. 私は、どんなことにも挑戦していくほうだと思う
18. これまで私は自分の思う通りに生きてきたし、今後もそうしたいと思う
21. いつも私は話しているうちに、話の中心になってしまう
24. 私は、自己主張の強いほうだと思う
27. 私は、自分独自のやり方を通すほうだ
30. 私は、個性の強い人間だと思う

資料2 自尊心尺度

(1.大いに満足している 2.満足している 3.あまり満足していない 4.少しも満足していない)の4件法

1. 私はすべての点で自分に満足している
2. 私はときどき、自分がでんでだめだと思う
3. 私は、自分にはいくつか見どころがあると思っている
4. 私はたいいていのがやれる程度には物事ができる
5. 私にはあまり得意に思うところがない
6. 私は時々たしかに自分が役立たずだと感じる
7. 私は少なくとも自分が他人と同じレベルに立つだけの価値がある人だと思う
8. もう少し自分を尊敬できたらと思う
9. どんなときでも例外なく自分も失敗者だと思いがちだ
10. 私は自身に対して前向きな態度をとっている

資料3 シャイネス尺度日本語版

「はい(5点)」「どちらかといえばはい(4点)」「どちらともいえない(3点)」「どちらかといえばいい(2点)」「いいえ(1点)」の5件法。

1. 初対面の人と会うことが、たびたびつらくなる
2. たびたび落ち込んだり、悲しくなったりする

3. 人前で自分の意見を言うことが、非常にむずかしいときがある
4. たとえ友達でも、自分のことをあまり知ってほしくないと思う
5. 自分は周囲の人達とはなじめない人間であると見られているように思う
6. 他人のいるところで、何か考えることはむずかしい
7. 自意識過剰である
8. 新しい友達をつくることは困難である
9. 周囲の人たちから孤立していると思うことがたびたびある
10. たとえ自分の意見を言うことが必要なときでも、そうすることはむずかしい
11. 周囲の人たちのほとんどは本当の自分を知らないと思う
12. つきあいが悪いために、おたかくとまっているとか、偏屈な人間であるとか、思われていると思う
13. グループの中では発言することはむずかしい
14. 自分の気持ちや態度について、気にすることがたびたびある
15. 楽しい経験であるはずなのに、そんな経験を避けたり、楽しくないと思ひ込んだりすることがたびたびある
16. とくとき寂しくなる
17. グループの中では、何か言いたいことがあっても、黙っているのが普通である
18. 友達がたくさんいても、自分の本当の長所は知らないと思う
19. 自分が弱い人間だと思われているのではないかと心配になる
20. 言いたいことをうまく伝えられないことがしばしばある
21. 自分の考えや気持ちにもっとこだわらなくなれたらいいなと思う