

自己注目の持続と自己評価との関係

—多母集団同時分析を用いて—

原 田 宗 忠

《はじめに》 心理面接において、クライアント（以下Cl）はセラピスト（以下Th）の前で自己に対する注目を、自由に、繰り返し行ってゆく。Clは自己の様々な側面に対し注目を行うが、否定的側面であれ肯定的側面であれ基本的にはThはClの語りに対して肯定的な関心を持ち、共感や受容をしようと努め（Rogers,1957）、あえてClの注目の過程を遮ろうとはしない。その中でClは洞察を得、自己概念が変化し、問題であった主訴を解決してゆく。しかし近年、臨床社会心理学や認知行動療法の立場からは、否定的自己に対する注目が抑うつにつながるという報告がみられ（坂本1997,1998）、注目を持続させないことが勧められている。こうした実証的研究からの知見は、先のような面接行為に対して根本的疑問を投げかけており、臨床家はこの疑問に応えることが求められている。本研究は自己注目の持続と自己評価との関係を実証的に検討することで、この疑問に応えようとするものである。

《問題》 我々は認知システムの枠組みである認知構造の中に情報を組織化させて蓄積し、貯蔵された認知命題を様々な形に認知操作して処理し、最終的な認知結果を認知する（Ingram,1990）。そのため、認知と臨床症状との関係を調べるためにはこれら全ての領域にわたって幅広く研究を行うことが必要であるが、坂本（1998）によると認知操作に焦点を当てた研究はあまり行われてこなかったという。その中で、「自己注目」に関する一連の研究は、認知操作に焦点を当てた研究として注目されている。

自己注目研究は、Duval&Wicklund(1972)が人の向ける注意の対象を自己と外部環境とに分け、前者を自己注目と呼んだのが始まりである。以後、自己注目は抑うつとの関係で取りざたされることが多く（Smith&Greenberg,1981など）、最近では坂本(1997、Sakamoto,1998)が、否定的自己に対する注目の持続を「自己没入」と名づけ、持続を考慮に入れたほうが抑うつをより説明できることを示している。

さて、自己注目の持続が抑うつに影響を与えるのであれば、様々な精神的健康に関係するとされる自己評価にも自己注目の持続は影響を与えようと考えられよう（坂本,1998）。しかし、自己注目の持続と自己評価との関係を実証的に調べた研究は今のところ見当たらない。そこで、本研究では自己評価と自己注目の持続との関係を実証的に検討する。自己評価には社会を基準にした自己評価と個人を基準にした自己評価とがある（Rosenberg,1965）が、臨床においては、他人との比較はともかくまず自分自身を認め自らに尊厳を持つことが大切であり、その後他人と比較した上での自己評価が問題になってくると言える。よって本研究では、臨床においてまず重要視される、個人を基準にした自己評価を扱う事にする。

さて臨床現場では、否定的自己に対する注目が一時的には自己評価の低下を招きながらも長期

的には自己評価の上昇につながっていくCI, なかなか自己評価の上昇につながっていかないCI, 自己評価の上昇や低下などがあまり起こらないCIなど様々なタイプも存在するように思われる。このような多様性を考慮すると, 自己注目の持続と自己評価との関係を調べるにあたっては類型論で検討する必要があると言え, 類型によっては自己注目が肯定的にも働きうると考えられる。

よって本研究では, 「否定的自己に対する注目が肯定的に働くことがある」という仮説をたて, これを実証的に検討し, 臨床における自己注目の意義を考察する。

研究1 - 自己注目時の認知操作尺度の作成 -

《問題・目的》 坂本(1997)は自己へ向いた注意を持続させやすい傾向を測る没入尺度を作った。McIntosh *et al.* (1995)は肯定的自己への注目が抑うつにつながるかどうかと述べ, 肯定的自己に対する注目(以下「否定的自己」注目)と否定的自己に対する注目(以下「肯定的自己」注目)とを区別する必要性を指摘している。しかし, 没入尺度にはこの区別ができていない項目があるという問題点がある。よって研究1では, 肯定-否定の次元を考慮した自己注目時の認知操作尺度を作成することにした。

《方法》 調査対象者 京都市内の国公立・私立大学生117名(男子55名, 女子62名。平均年齢22.1歳, SD=4.02)が被験者とされた。個別に質問紙を配布し, 設置した回収箱にて回収した。回収率は62.9%であった。

(1) 「自己注目時の認知操作尺度」の質問項目の作成 肯定-否定の次元を考慮した場合, 自己注目の持続は, 単次元のみの注目の持続と, 両次元にまたがった注目の持続とが考えられよう。従って, 自己注目の持続がどちらの次元から始まるかを区別した上で, 注目が持続しない場合も含めて以下の因子を想定した。否定的次元に関しては, 「否定的自己への没入」, 「注目の収束」, 「両価的持続」, 肯定的次元に関しては, 「肯定的自己への没入」, 「収束」, 「両価的持続」の因子を想定した。

B県の大学生17名に, 「自分に対して肯定的(否定的)な評価をした時に, そのことを自分の中で考え続けてしまう人と, すぐに忘れてしまう人とを区別する質問項目を作ってください」と教示し, 自己注目時の認知操作に関する質問項目作成を依頼した。筆者を含む心理学系の大学生3名が収集された項目の内容的妥当性を吟味し, 表現を一部修正し, 否定的次元で17項目, 肯定的次元で15項目を得た。これら計32項目を自己注目時の肯定的次元, 否定的次元認知操作尺度の項目として研究1で使用した。

(2) 没入尺度(坂本, 1997; Sakamoto, 1999) 坂本(1997)の没入尺度の下位因子である「自己没入」は, 自己へ注意を向けやすく, その注意を持続させやすい傾向であり, 「否定的自己」注目の持続と強い相関があると思われる。基準関連妥当性の検討のため「自己没入」因子11項目(項目例: 「自分のことを考えるのに没頭していることが多い」)を使用した。

(3) 自己嫌悪感尺度(水間, 1996), (4) 自尊感情尺度(山本ら, 1982) 「肯定的自己」注目の持続は自己に対する肯定的感情に影響と相関があると考えられる。また, 「否定的自己」注目の持続は自己に対する否定的感情と相関があると考えられる。よって, 基準関連妥当性の検討のために, 自己嫌悪感尺度21項目と自尊感情尺度10項目とを用いた。なお自尊感情尺度の逆転項目は, 自己嫌悪尺度との質問項目数と内容のバランスを考え, 表現を修正し, 元に戻して(たとえ

ば、「自分には、自慢できるところがあまりない」という項目を「自分には、結構自慢できるところがある」などのように修正した。)用いた。

各尺度は、「全くあてはまらない」から「とてもよくあてはまる」の5件法とした。

《結果》(1) 自己注目時の認知操作尺度の因子構造の検討 「否定的自己」注目時の認知操作尺度17項目、「肯定的自己」注目時の認知操作尺度15項目を、それぞれ最尤法、プロマックス回転により因子分析を行った。なお、統計ソフトはSPSS11.0を用いた。固有値の推移から否定的次元では3因子、肯定的次元では2因子が適当であると判断した。累積寄与率は、否定的次元では第3因子までで56.90%、肯定的次元では第2因子までで55.31%であった。因子負荷量が.40未満の項目、複数の因子に.30以上の負荷を伴う項目を削除し、否定的次元14項目、肯定的次元10項目を得た(表1,2)。適合度は否定的次元で.43($\chi^2=53.21, df=52$)、肯定的次元で.08($\chi^2=36.44, df=26$)であり、本因子モデルは棄却できないといえた。なおCronbachの α 係数は、第一因子から順に、否定的次元で $\alpha=.88, .86, .79$ 、肯定的次元では $\alpha=.88, .81$ であり、内的整合性は十分高いといえた。

(2) 自己注目時の認知操作尺度の因子の命名 否定的次元第1因子は、「自分のことを否定的に評価しても、わりとすぐに忘れる」など、「否定的自己」注目が持続しないことを示す項目が集まったため、「収束」因子と命名した。第2因子は、「自分のいやな部分を考えてしまうことがある」など、否定的自己へのとらわれを示す項目が集まったため、「没入」因子と命名した。第3因子は、「自分の中に足りない部分が見つかったも、足りている部分にも同時に目が向く」など、「否定的自己」注目持続後に「肯定的自己」への注目の持続も同時に起こる傾向を示す項目が集まったため、「両価的持続」因子と命名した。肯定的次元第1因子は、「自分の中のいい部分に気づくと、悪い部分もすぐに思い浮かぶ」など、肯定的自己に注目していてもいつのまにか否定的自己注目が持続している傾向を示していると考えられるため、「否定的自己へのとらわれ」因子と名づけた。第2因子は、「少しでも自分に自慢できることがみつかり、他の部分も肯定的に見えるようになってくる」など、「肯定的自己」注目が持続した際に、他の部分への評価までも非常に肯定的になるという内容であった。従って第2因子を「拡散的持続」因子と名づけた。なお、肯定的次元では、当初予測していた「収束」因子に属する項目は、第1因子と第2因子とに同程度の因子負荷がかかっており、因子分析の結果、尺度の項目からは削除された。

(3) 自己注目時の認知操作尺度の基準関連妥当性の検討 否定的次元では、「没入」と自己没入との間に強い正の相関($r=.69$)、「没入」と自己嫌悪感との間に強い正の相関($r=.62$)がみられた。また、「収束」と自己没入との間に強い負の相関($r=-.59$)が、「両価的持続」と自尊感情に正の相関($r=.46$)がみられた。肯定的次元では「拡散的持続」と自尊感情との間に強い正の相関($r=.63$)が見られた。また、「否定的自己へのとらわれ」と自己嫌悪感との間に強い正の相関($r=.52$)が見られた。

表1 「否定的自己」注目時の認知操作尺度因子分析結果(残った項目のみ示した)

	因子1	因子2	因子3	共通性
12 自分のことを否定的に評価しても、わりとすぐに忘れる	.95	.13	-.07	.76
3 自分の中の「受け入れたくない自分」が頭をかすめても、すぐに忘れてしまう	.80	-.02	-.04	.66
16 自分の中のいやな部分に気づいても、わりとすぐに忘れる	.78	-.06	-.03	.67
14 自分の中の魅力的でない部分に気づいても、あまり気にしない	.69	-.14	.08	.63
15 自信をなくしてもすぐに立ち直っている	.54	-.06	.15	.37
11 自分の中のいやな部分を考えて続けてしまうことがある	.00	.87	.09	.73
5 自分の中の「受け入れたくない自分」が頭をかすめると、しばらくはそのことで頭がいつぱいになる	.00	.75	-.03	.56
7 自分の嫌な部分を考えて頭を抱えてしまうことがある	.03	.73	-.06	.52
2 自分で自分の足りない部分に気がつくと、そのことが頭から離れない	-.01	.69	-.08	.52
6 自分の中の魅力的でない部分に気がつくと、しばらくそのことを考え続ける	-.16	.64	.14	.54
8 自分のことを否定的に評価しても、肯定的な評価ができる他の部分についても考える	.04	.04	.80	.63
9 自分の中に足りない部分が見つかったも、足りている部分にも同時に目が向く	.03	-.09	.80	.67
10 自分の中にいやな部分があると、その部分が生み出している良い部分も探そうとする	-.09	.01	.60	.36
1 自分の中の嫌いな所に気がついたときには、好きな所も探そうとする	.04	.05	.58	.34
因子寄与	4.29	4.24	2.13	
因子相関行列		因子1	因子2	
		因子2	-.64	
		因子3	-.05	-.16

表2 「肯定的自己」注目時の認知操作尺度因子分析結果

	因子1	因子2	共通性
9「自分ってすごい！」と思っても、気づいたらダメな自分のことを考えている	.84	.10	.65
12 自分の中の優れた部分のことを考えていても、気づくと自分の劣った部分のほうを考えている	.83	.06	.65
13 自分の誇れる部分が見つかったも、すぐに自分の誇れない部分のことを考えてしまう	.78	.09	.57
5 自分の中のいい部分に気づくと、悪い部分もすぐに思い浮かぶ	.73	-.15	.63
7 一瞬自信をもてても、自信を持ってない部分が頭の中に思い浮かんでしまう	.70	-.12	.57
14 自分の中に少しでも魅力的な部分が見つかったら、自分全体が魅力的だと思えてくる	.03	.88	.75
3 少しでも自分に自信が持てるようになると、その自信がどんどん広がっていく	.06	.76	.55
15 少しでも自分に自慢できることがみつかったら、他の部分も肯定的に見えるようになってくる	-.09	.67	.50
2 一度自分に対して肯定的な評価をすると、その評価が長持ちする	-.11	.63	.45
1 自分の中の好きな部分に気がつくと、長いことうれしい気分になる	.12	.49	.21
《削除された項目》			
11 自分に対する肯定的な評価が長続きしない	.52	-.34	
10「自分の魅力的な部分って何だろう…」と思いつくのに時間がかかることが多い	.35	-.28	
8 自分の中の素敵な部分に気づいても、すぐに冷めた目で見てしまう	.48	-.37	
4 自分の中に好きな部分が見つかったも、その場限りで忘れてしまうことが多い	.34	-.24	
6 自分の長所に気づいても、いつの間にか忘れていく	.30	-.41	
因子寄与	3.34	2.84	
因子相関行列		因子1	
		因子2	-.35

原田：自己注目の持続と自己評価との関係

表3 自己注目時の各認知操作と自己評価の相関及び平均、SD(N=136)

	1	2	3	4	5	6	平均	SD
1 収束							13.70	4.62
2 没入	-.69***						16.21	4.86
3 両価的持続	.35***	-.23***					11.26	3.65
4 否定的自己へのとらわれ	-.40***	.58***	-.31***				13.43	4.62
5 拡散的持続	.31***	-.18***	.60***	-.46***			15.41	4.22
6 肯定的自己評価	-.49***	-.48***	.44***	-.60***	.49***		24.87	5.16
7 否定的自己評価	-.52***	.62***	-.31***	.46***	-.36***	-.57***	24.32	4.92

*** $p < .001$

《考察》 本研究では、肯定的次元、否定的次元を考慮した自己注目時の認知操作尺度の作成を行った。内容的妥当性の検討を経た上で項目が作成され、その結果、否定的次元3因子、肯定的次元2因子からなる自己注目時の認知操作尺度が作成された。また、各因子の基準関連妥当性、信頼性は概ね示されたといえるだろう。

さて、否定的次元では予想通り3因子が抽出されたが、肯定的次元においては当初想定していた「収束」因子が抽出されなかった。肯定的次元において因子分析で削除された項目はすべて当初予測した「収束」因子の項目であった（項目例：「自分の長所に気づいても、いつの間にか忘れていく」など）が、これらの項目は「否定的自己へのとらわれ」に対して正の、「拡散的持続」に対しては正ではなく負の因子負荷を示していた。このことから、肯定的次元では、肯定的側面に注目しているうちに自然と注目が終了するのではなく、否定して無価値化するという、主体が積極的な働きをして注目が終わると考えられよう。一方否定的次元では、「収束」の項目内容から、気付くと注目が終わっているという主体の消極的ありかたがうかがえよう。こうした主体の関与の度合いの差については改めて検討を要するが、肯定的次元と否定的次元とでは自己注目時の認知操作が異なる認知過程を経ている可能性があり、自己注目の持続は、肯定-否定の次元を区別して議論する必要があるといえる。

研究2 – 自己注目時の認知操作と自己評価との関係の検討 –

《問題・目的》 問題で述べたように、自己注目の持続と自己評価との関係を調べるには類型を取り出して類型論で吟味する必要がある。よって、研究2では類型別に自己注目の持続が自己評価に与える影響を検討することを目的とする。

因果モデルは、肯定的自己評価を最終的な従属変数に、否定的自己評価及び自己注目時の認知操作を独立変数にした。「否定的自己」注目時の認知操作に関しては、坂本(1997), Sakamoto (1998)の自己注目の持続と抑うつとの関係の議論をもとにすると、まず、「没入」の肯定的自己評価への負の直接効果、否定的自己評価への正の直接効果が予想される。また、「両価的持続」は「没入」後に肯定的な側面に対する注目が生じることで起こると考えられるため、「没入」から正の直接効果を受けると考えられるが、肯定的な側面に注目が向くこと自体は肯定的自己評価に正の直接効果を、否定的自己評価には負の直接効果を与えられよう。また、「収束」は、他の認知操作をやめさせようとするため、「没入」「両価的持続」に対して負の直接効果を与えられよう。

考えられる。また、自己没入をやめることが抑うつ軽減につながるという議論（坂本,1998）を考慮すると、否定的自己評価への負の直接効果と、肯定的自己評価への正の直接効果が予想される。

「肯定的自己」注目時の認知操作に関しては、まず「否定的自己へのとらわれ」は、注目した肯定的自己の部分を否定することであるため、「拡散的持続」を中断させ、「否定的自己評価」を高め、「肯定的自己評価」を下げる働きがあると考えられる。一方で「拡散的持続」は自己の肯定的要素に対してさらに価値を与える効果を持つと考えられるため、肯定的自己評価に正の、否定的自己評価に負の影響を与えると考えられる。

これらを考え合わせ、自己注目時の認知操作モデルを作成することにした。

《方法》 調査対象者 京都市内の国公立・私立大学生136名（男子78名、女子58名。平均年齢20.81歳、SD=2.97）が被験者とされた。個別に質問紙を配布し、設置した回収箱にて回収した。回収率は64.5%であった。なお、研究1との被験者の重複はなかった。

（1）自己注目時の認知操作尺度 **（2）自己評価尺度（溝上、1999）** 研究1で得た自己注目時の認知操作尺度24項目及び、溝上の自己評価尺度（1999）の「個人基準」の否定性次元—肯定性次元の質問項目各7項目、計14項目を使用した（否定性次元項目例：「私は、自分自身の中に変えたい部分がたくさんあります」、肯定性次元項目例：「私は、自分自身を受け入れ認めています」）。

《結果》（1）自己注目時の認知操作による類型化と命名 自己注目時の認知操作尺度の否定性次元3因子の標準化尺度得点を変数としてウォード法クラスタ分析を行い、距離比1/3を基準とし、4クラスタを得た。各クラスタの人数は第1クラスタから順に、27名、66名、33名、10名であった。

クラスタを独立変数、自己注目時の認知操作尺度の否定性次元3因子の因子得点を従属変数とし、DunnettのT3法による多重比較を行った。その結果、「収束」では、クラスタ4、1、3、2の順に有意に高かった（ $p<.001$ ）。「没入」ではクラスタ2、3、1、4の順に有意に高かった（ $p<.001$ ）。「両価的持続」では、クラスタ3、4がともにクラスタ1、4よりも有意に高かった（ $p<.001$ ）（表4）。クラスタ1は「収束」因子の得点が高く、「没入」因子や「両価的持続」因子の得点は低いことから、「否定的自己」注目時に積極的な認知操作を行わないものと思われる。従ってクラスタ1を「自己注目非持続群」と名づけた。クラスタ2は、「没入」因子の得点が他の3群と比べて高く、「収束」は起こりにくいという特徴がある。従ってクラスタ2は「否定的自己」とらわれ群」と名づけた。クラスタ3、4はともに「両価的持続」が他の群と比べて高いが、クラスタ3は「没入」や「収束」では平均的である。したがって、クラスタ3を「両価的自己」注目持続群」と名づけた。一方クラスタ4では「収束」が他の群より高く、「没入」は他の群より低い。否定的自己への注目が持続しない群であることを考えると、否定的自己から両価的自己に注目が向く際に否定的自己に注目しているとは考えにくい。そのため両価的自己への注目とは言えないだろう。よってクラスタ4を「肯定的自己」とらわれ群」と名づけた（図1）。

（2）各クラスタにおける「肯定的自己」注目時の認知操作の特徴 自己注目時の認知操作尺度の肯定的次元の因子得点を従属変数として、DunnettのT3法による多重比較を行った結果、「否定的自己へのとらわれ」では「否定的自己」とらわれ群が他の3群よりも有意に高く（ $p<.01$ ）

"自己注目非持続群"が「肯定的自己」とらわれ群"よりも有意に高かった($p<.05$)。また、「拡散的持続」では"「両価的自己」注目持続群"が"自己注目非持続群"と"「否定的自己」とらわれ"群よりも有意に高かった ($p<.01$) (表5, 図2)。

これらから, "自己注目非持続群"では肯定的自己に対する注目の持続も起こりにくいこと, "「否定的自己」とらわれ群"では, 肯定的自己に注目しても否定的自己にとらわれ, 「肯定的自己」注目が持続しないことがわかった。また, "「肯定的自己」とらわれ群"では「肯定的自己」注目の持続時に否定的自己が頭をもたげてくることは少ないといえた。

(3) クラス間での自己評価得点の差の検討 自己評価の平均値の差を見るため, 自己評価尺度の肯定的次元, 否定的次元の標準化した尺度得点を従属変数としてDunnetのT3法による多重比較を行った。その結果, 肯定的自己評価では"「肯定的自己」とらわれ群"が他の3群より有意に高く ($p<.001$), "自己注目非持続群"と"「両価的自己」注目持続群"が共に, "「否定的自己」とらわれ群"より有意に高かった($p<.05$)。また否定的自己評価では, "「否定的自己」とらわれ群"が他の3群より有意に高く ($p<.01$), "「肯定的自己」とらわれ群"が他の3群より有意に低かった ($p<.05$) (表6)。

表4 否定的次元自己注目時の認知操作尺度の平均値の多重比較結果

	CL1(n=27)	CL2(n=66)	CL3(n=33)	CL4(n=10)	多重比較結果
収束	17.44 (3.88)	10.79 (2.61)	13.85 (3.05)	22.30 (2.83)	CL4>CL1>CL3>CL2***
没入	12.11 (2.85)	19.91 (2.42)	14.97 (3.04)	6.90 (1.60)	CL2>CL3>CL1>CL4***
両価的持続	8.93 (2.16)	9.67 (2.47)	15.12 (2.45)	15.40 (3.50)	CL3,4>CL1,2***

表5 肯定的次元自己注目時の認知操作尺度の平均値の多重比較結果

	CL1(n=27)	CL2(n=66)	CL3(n=33)	CL4(n=10)	多重比較結果
否定的自己へのとらわれ	12.19 (3.70)	15.55 (4.72)	11.82 (2.99)	8.20 (3.33)	CL2>CL1,3,4** CL1>CL4*
拡散的持続	17.00 (4.21)	16.92 (4.05)	20.76 (4.42)	21.90 (7.71)	CL3>CL2*** CL3>CL1**

表6 クラス別の肯定的自己評価、否定的自己評価の平均値の差

	CL1(n=27)	CL2(n=66)	CL3(n=33)	CL4(n=10)	多重比較結果
肯定的自己評価	25.96 (4.10)	22.76 (5.05)	26.15 (4.32)	31.60 (2.67)	CL4>CL1,2,3*** CL3>CL2**, CL1,3>CL2*
否定的自己評価	23.30 (3.54)	26.38 (4.07)	23.58 (3.95)	15.90 (6.06)	CL2>CL1,3,4** CL1,3>CL4*

*** $p<.001$, ** $p<.01$, * $p<.05$

CL1: 自己注目非持続群, CL2: 「否定的自己」とらわれ群, CL3: 「両価的自己」注目持続群, CL4: 「肯定的自己」とらわれ群

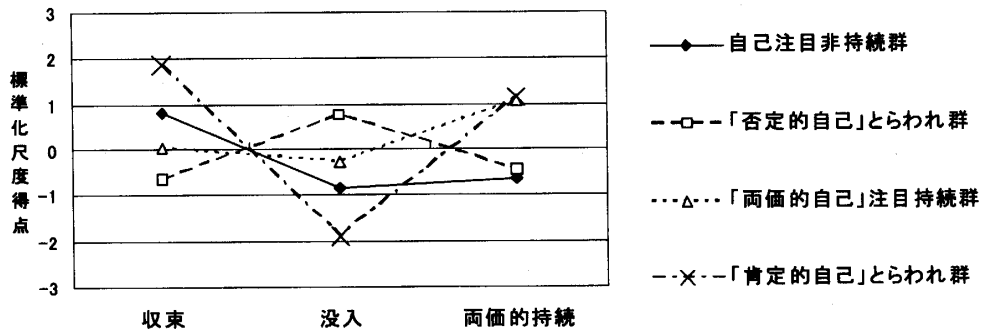


図1 各クラスターの「否定的自己」注目時の認知操作プロフィール

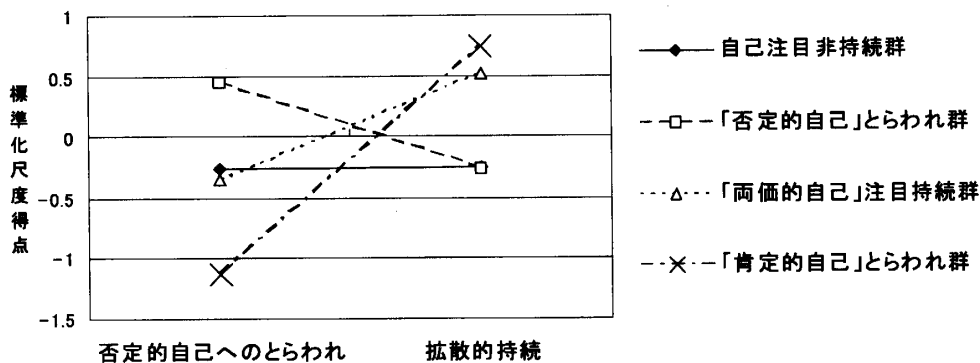


図2 各クラスターの「肯定的自己」注目時の認知操作プロフィール

(4) 「否定的自己」注目時の認知操作と自己評価との関係の検討 「否定的自己」注目時の各認知操作が自己評価に及ぼす影響を比較するため、類型別に「否定的自己」注目時の認知操作と自己評価との関係モデルを作った。なお、統計ソフトはAmos 4を用いた。「否定的自己」注目時の認知操作尺度では因子得点を、自己評価尺度では標準化された尺度得点を用いてパスを引いた。"「否定的自己」とらわれ群"以外はクラスター所属人数が少なく個別にパスを引くことが困難なため、まず"「否定的自己」とらわれ群"を個別にパス解析した。適合度、GFI、CFI、RMSEAが基準を満たすモデルが複数存在したため、その中からAICの値が最も低く解釈可能なものをモデルとして採用した ($\chi^2=2.64, df=5, p=.76, GFI=.99, CFI=1.00, RMSEA=.000, AIC=32.64$)。次に、各クラスターに"「否定的自己」とらわれ群"と等値制約を課した同一モデルを想定した上で新たにパスを引き、有意水準5%を基準とし、不適切な等置制約をはずす手法でモデルを作成し、多母集団同時分析を行った。適合度、GFI、CFI、RMSEAが基準を満たすモデルが複数存在したため、その中から、AICの値が最も低く解釈可能なものをモデルとして採用した ($\chi^2=15.18, df=26, p=.98, GFI=.96, CFI=1.00, RMSEA=.000, AIC=77.18$) (図3-1~4)。その結果、"「両価的自己」注目持続群"以外の3群では「没入」が直接、自己評価を低める働きを持っていたが、"自己注目非持続群"及び"「両価的自己」注目持続群"においては、「没入」が「両価的持続」を介して肯定的自己評価に正の影響を、また"「肯定的自己」とらわれ群"では、「没入」が直接、肯定的自己評価に正の影響をも与えていた。また、「収束」はどの群においても、自己評価に直接の影響を及ぼしてはいなかった。

原田：自己注目の持続と自己評価との関係

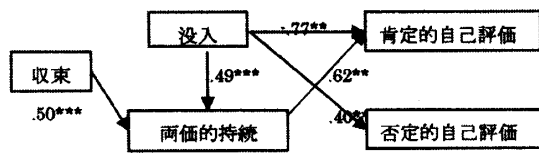


図 3-1: 自己注目非持続群

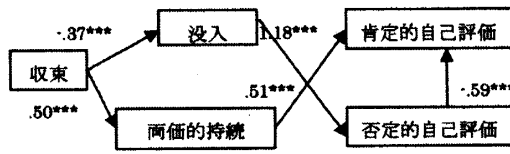


図 3-2: 「否定的自己」とらわれ群

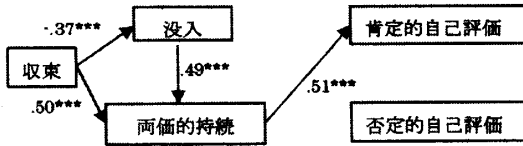


図 3-3: 「両価的自己」注目持続群

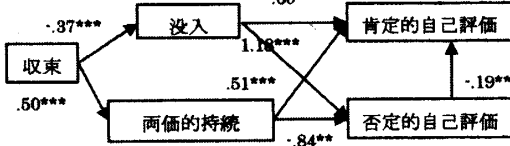


図 3-4: 「肯定的自己」とらわれ群

注:パス係数は非標準化係数

*** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$,

図 3: 否定的次元自己注目時の認知操作と自己評価との関係

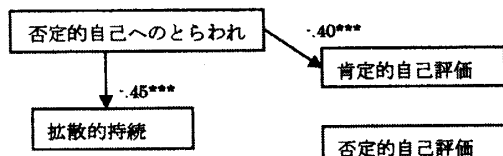


図 4-1: 自己注目非持続群

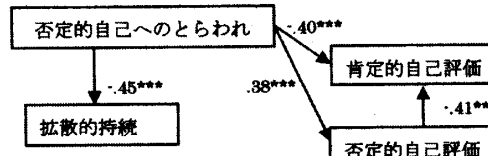


図 4-2: 「否定的自己」とらわれ群

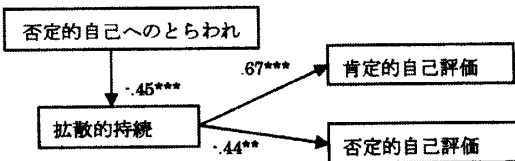


図 4-3: 「両価的自己」注目持続群

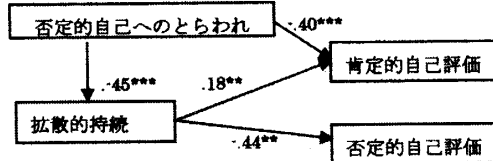


図 4-4: 「肯定的自己」とらわれ群

注:パス係数は非標準化係数

*** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$,

図 4: 肯定的次元自己注目時の認知操作と自己評価との関係

(5) 「肯定的自己」注目時の認知操作と自己評価との関係モデル 「否定的自己」注目時の認知操作と自己評価との関係モデル作成と同じ方法で行った。まず「否定的自己」とらわれ群を個別にパス解析し、最適なモデルを得た後 ($\chi^2=1.64, df=2, p=.44, GFI=.99, CFI=1.00, RMSEA=.000, AIC=17.64$), 多母集団同時分析を行い「肯定的自己」注目時の各モデルを作成した ($\chi^2=7.23, df=17, p=.98, GFI=.97, CFI=1.00, RMSEA=.000, AIC=53.23$) (図4-1~4)。その結果, 「否定的自己へのとらわれ」は各群ともに「拡散的持続」に負の影響を与えていた。一方, 「拡散的持続」は「自己注目非持続群」, 「否定的自己」とらわれ群では自己評価に影響を与えていなかった。

(6) 各クラスターの認知操作と自己評価との関係 「自己注目非持続群」, 「否定的自己」とらわれ群, 「肯定的自己」とらわれ群の3群は, 否定的自己に注目が持続したり, 「肯定的自己」注目時に否定的自己に捉われると, 自己評価が低下しやすいという特徴を持っていた。しかしその中でも, 「自己注目非持続群」は否定的自己に注目が持続すると肯定的自己にも注目が向きやすくなり, そのことで自己評価も改善しうるといいう特徴が, 「否定的自己」とらわれ群は肯定的自己に注目が持続しても自己評価が改善しにくいという特徴が, 「肯定的自己」とらわれ群では肯定的自己に注目が持続すると自己評価が改善しやすいという特徴が見られた。

一方, "「両価的自己」注目持続群"は, 否定的自己に没入したり「肯定的自己」注目時に否定的な自己に捉われたりしても自己評価は低下せず, 逆に否定的自己に注目する事で肯定的自己にも注目が向きやすくなり, 自己評価も上昇するという特徴が見られた。

《考察》(1)各クラスターの, 認知操作と自己評価との関係 「否定的自己」に目が向く事で自己評価が低下する群としては, "自己注目非持続群", "「否定的自己」とらわれ群", "「肯定的自己」とらわれ群"の3群が存在した。

肯定的自己にも否定的自己にも注目が持続しにくい"自己注目非持続群"では, 自己評価は両次元共に高いとも低いともいえなかった。この群では, 否定的自己に目を向けてしまうと自己評価が低下してしまうという特徴を持っていた。つまり, "自己注目非持続群"は自己注目を避けることで自己評価を極度に低下させないようにしていると考えられよう。

次に, 否定的自己に注目が持続しやすく, 目をそむける事が難しく, 自己の肯定的側面には目が向きづらい"「否定的自己」とらわれ群"では, 否定的自己への注目が自己評価の低下に強く影響を与えており, 否定的自己評価が維持されやすい構造を持っていた。また, 実際に自己評価も低かった。低い自己評価は心理的健康に様々な悪影響をもたらすと考えられるため, この群では自己評価を否定的にする認知操作が極度に働く場合, 自己注目自体をやめたり(坂本, 1998), 肯定的な面にも目を向ける工夫も必要であると考えられる。

また, 否定的自己に注目が持続しにくく, 肯定的自己に注目が持続しやすい"「肯定的自己」とらわれ群"では, 否定的自己に注目が持続すると肯定的自己評価があがるという特徴があった。これは, 否定的要素が見つかる事で向上心などが生まれ, 自己高揚がおこるためと推測できようが, 今後の研究によって明らかにされる必要がある。また, 自己評価に対し肯定的に働きかけるパスの数が4群の中で最も多く, 肯定的自己評価を維持しやすい構造を持っており, 実際に自己評価も高いといえた。

最後に, "「両価的自己」注目持続群"は, 否定的自己に注目が持続しても自己評価が低下せず, 逆に肯定的自己にも目が向くという特徴があった。この群では両次元の自己の間の葛藤を自己評価の上昇に活かすことができると考えられる。また, 自己評価の値は高いとも低いともいえなかったが, 自己評価に対して働きかけるパスの数が4群の中で最も少なかった。このことから認知操作によって自己評価が揺れにくい群であると考えられよう。

(2)「否定的自己」注目時の認知操作と自己評価との関係 類型別に自己注目時の認知操作の自己評価に対する影響をモデル化した結果, 坂本(1997,1998)のように「否定的自己」注目の持続は多くの群で自己評価を低める働きを持っていたものの, 注目が持続しても自己評価が直接は影響を受けない群や, 否定的自己に注目が持続する事で肯定的自己にも注目が向きやすくなり, その結果「否定的自己」注目の持続が間接的に自己評価を改善させる群も存在した。これらから, 「否定的自己」注目の持続が自己評価を下げるとは必ずしもいえず, また間接的に自己評価を高めることもあるといえ, 「否定的自己に対する注目が肯定的に働くことがある」という仮説は一部の群で確かめられたと言えよう。今後はこうした「否定的自己」注目の肯定的意味も押さえる必要がある。例えば, 「否定的自己」注目が持続した後で得られた自己評価は, 否定的な部分が新たに見つかったとしても揺らぎにくいかもしれないが, 否定的な部分には目を向けずに維持されている自己評価と比べて揺らぎやすさの点で異なる可能性もあろう。これらに関しては今後, 検討が必要

であろう。

また、「否定的自己」注目をやめることが自己評価に直接の影響を与える群はなかった。言い換えると、「否定的自己」注目をやめることで生じる自己評価の改善は、肯定的自己にも注目できる認知操作能力に依存しているということである。つまり自己の受け入れられない部分から目をそむけているだけでは自己評価の改善はあまり期待できないといえ、肯定的な面も同時に見る認知操作を活かすことが重要だと言えよう。

(3)「肯定的自己」注目時の認知操作と自己評価との関係 「肯定的自己」注目時に否定的な面にとらわれることは、すべての群で肯定的側面への注目の持続を減らし、肯定的な面が見えにくくなることにつながっていた。肯定的側面が否定的側面によって脱価値化され、肯定的な面に目が向かなくなる場合、他者が否定的な面を指摘せずに肯定的な面を支持するなどして、本人が肯定的側面にも注目が向きやすくする工夫も必要だと考えられよう。

また、「自己注目非持続群」と「否定的自己」とらわれ群においては、肯定的自己に注目が持続しても自己評価は改善へとつながらなかった。このことは、必ずしも肯定的側面に注目するという認知操作だけで自己評価の改善を期待することはできないということを示唆する。こうした群では自己の肯定的側面自体を実際に作ることも必要であると考えられよう。

《おわりに》 本研究では、肯定－否定次元を区別した上で自己注目の持続と自己評価との関係を調べた。その結果、McIntosh *et al.*(1995)の言うように、自己注目時の認知操作は肯定－否定次元を区別する必要があること、否定的自己に注目する事が必ずしも自己評価の低下にはつながらず、二次的には自己評価の上昇につながることもあることがわかった。

しかし、本研究は一時点での質問紙研究であるため、各群の認知操作の自己評価への影響は仮説の域を出ない。またモデル作成は、各認知操作を個人内で同時に並存しうる性格特性として扱った上で行ったが、実際に人が認知操作をする場合には、複数の認知操作を一時点で行う事はできないという点で、各認知操作は排他的なものである。したがって、本モデルが実際に認知操作を行う場合にも適用できるかは明らかでない。たとえば実際の認知操作では、「否定的自己」注目時に両価的自己に注目が向いても再び否定的自己に注目が持続する場合など、本モデルとは異なるパスの方向性が考えられる。実際の認知操作時に各操作がどう影響しあうかについては、今後、投影法や実験的手法を用いて明らかにされるべきであろう。また、被験者数の少なさから、本研究では、モデル作成は「否定的自己」とらわれ群と同じモデルを仮定して作成したが、今後は被験者数を十分に確保し、各群内で本モデルがあてはまるかを検討する必要がある。本研究では非臨床群の大学生が対象であるため、結果の一般化、変数間の因果関係の結論づけには吟味が必要であるが、本結果は自己注目を積極的に行う臨床過程に対して以下のような示唆を与えてくれるように思われる。

まず、否定的自己に注目を続けても肯定的な面にも気付いていけるCIに対しては、Thは、注目の持続によって生じる自己評価の低下が破壊的にならないよう注意しながらも、注目が進むことで肯定的側面への注目も生じてくることを見据えて話を聴くことが大切だと考えられる。一方、否定的自己への注目があまりにも強く自己評価の低下を招き、それを肯定的に活かすことが不可能CIの場合、Thは言葉を挟むなどして注目自体を制限することが必要になることもあろう。また、否定的自己への注目が直接的にも間接的にも自己評価の上昇にはつながらず、自己概念の再

編などが生じないCIの場合、時にはThが自己の肯定的側面を示唆したり支持するなどして、否定的側面と同時に肯定的側面にも注目が向くようにすすめ、「否定的自己」注目が肯定的に生きるよう介入する事も必要であると考えられよう。

こうした臨床面への応用可能性は推測の域を出るものではないが、今後、臨床的研究、実践の中で妥当性を確認してゆく必要があると考えられる。

付記 本論文は、京都大学教育学部に提出した卒業論文を加筆修正したものです。

《文献》

- Duval,S.,& Wicklund,R.A. 1972 *A theory of self-awareness*.New York:Academic Press.
- Ingram,R.E. 1990 Self-focused attention in clinical disorders:Review and a conceptual model. *Psychological Bulletin*, **107**, 156-176.
- McIntosh,W.D.,Harlow,T.F.,& Martin,L.L. 1995 Linkers and nonlinlers:Goal as a moderator of the effects of everyday hassles on rumination,depression,and physical complaints. *Journal of Applied Social Psychology*, **25**, 1231-1244.
- 溝上慎一 1999 自己の基礎理論－実証的心理学のパラダイム－. 金子書房.
- 水間玲子 1996 自己嫌悪感尺度の作成. 教育心理学研究, **44**(3), 296-302.
- Rogers,C.R. 1957 The necessary and Sufficient Conditions of Therapeutic Personality Change. *Journal of Consulting Psychology*, **21**(2), 95-103.
- Rosenberg,M. 1965 *Society and the adolescent self-image*. Princeton,New Jersey:Princeton University Press.
- 坂本真士 1997 自己注目と抑うつ社会心理学. 東京大学出版会.
- 坂本真士 1998 自己注目と抑うつ－抑うつ発症・維持を説明する3段階モデルの提起. 心理学評論, **41**(3), 283-302.
- Sakamoto,S. 1998 The Preoccupation Scale:Its Development and Relationships with Depression Scales. *Journal of Clinical Psychology*, **54**, 645-654.
- Smith,T.W.,&Greenberg,J. 1981 Depression and self-focused attention.*Motivation and Emotion*, **5**, 323-331.
- 山本真理子・松井豊・山城由紀子 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.

(臨床心理実践学講座 博士後期課程1回生)

(受稿2005年9月9日、改稿2005年11月28日、受理2005年12月8日)

The Relationship between Maintenance of Self-focused Attention and Self-evaluation : Conducted by Simultaneous Analysis of Several Groups

HARADA Munetada

This study examines the influence of the maintenance of self-focused attention upon self-evaluation and considered the approach of the therapist in response to self-focused attention of the client during counseling. In Study 1, scales to measure the maintenance of self-focused attention on positive self-aspects and on negative self-aspects were constructed. In Study 2, the relationship between maintained self-focused attention on positive self-aspects and negative self-aspects was explored. Then the relationship between maintained self-focus and self-evaluation was investigated in each of four clusters categorized by the type of self-focus maintenance. Study 1 shows that it is important to distinguish between positive self-aspects and negative self-aspects when discussing maintenance of self-focus. Study 2 shows that self-focus maintenance on negative self-aspects do not always lower self-evaluation. On the contrary, it may at times actually raise self-evaluation, albeit indirectly. It was concluded that the therapist should not necessarily put a stop to self-focus immediately, but in some cases delay intervention until it has become possible to direct the self-focus attention in a positive way.