

自己概念の不安定性の観点から考えるパフォーマンス不安

源 健宏*・佐藤 綾音*

Instability of the Self-concept Underlying Performance Anxiety

Takehiro Minamoto・Ayane Sato

要 旨

本研究では、自己概念の不安定性に着目し、青年期後期に該当する大学生を対象に、自己概念の不安定性がパフォーマンス不安の根底の一部を成している可能性を検討した。調査では、47名の参加者に対し、他者の評価不安尺度（FNE 尺度）、自己像の不安定尺度、青年期における自我発達上の危機状態尺度、一般性セルフ・エフィカシー尺度を用い、Webにて回答を受け付けた。分析の結果、FNE 尺度得点と自己像の不安定尺度得点および青年期における自我発達上の危機状態尺度の中の同一性欠如因子得点との間に正の相関が認められた。この結果から、自己概念の不安定性が高い個人ほどパフォーマンス不安が高まることが示された。さらに、構造方程式モデリングによる分析の結果、自己に対する負の信念が自己概念の不安定性を導き、それがパフォーマンス不安につながる可能性が示された。

【キーワード：社会性不安障害、自我発達、社会的比較、青年期、多変量解析】

背景・問題

わたしたちは、人前でプレゼンテーションをしたり、楽器を演奏したりすることを考えるだけで、「失敗したらどうしよう」、「うまくいかなかったらおしまいだ」などといった不安を覚えることがある。多少の不安を感じることは正常な反応と言えるだろうが、過剰な不安により人前に立つことができなくなったりすると、それは不適応障がいと診断され、治療の必要性が生じる。パフォーマンス不安は、社会性不安障害の1つに数えられ、恥じらいや社会恐怖症、回避性人格障害、社会的引きこもり、社会的孤立、発話不安、コミュニケーション不安、対人拒絶恐怖、分離不安、人見知り、社会的抑止、社会的怯えなどの1つの様態であると考えられている（Leitenberg, 1990）。

パフォーマンス不安

パフォーマンス不安は、他者の前でパフォーマンスすることに消極的な人々を説明するために使用されてきた概念のひとつである。これは「他者からの評価を受ける可能性のあるパフォー

マンス状況における有害な生理学的覚醒」と定義することができ、心理的な危害に対する心配や恐怖・状況から回避したいという欲求が伴う（Schlenker & Leary, 1982）。表1にまとめたように、この不安はさまざまな生理学的・認知的・行動的要素で構成されると一般的に考えられている（Lang, 1968）。例えば、心拍数の増加や筋肉の緊張といった生理学的要素、自分が愚かに見えるという考えや集中できないといった認知的要素、泣いたりパフォーマンス状況から逃避したりするといった行動的要素がある。

一般的なパフォーマンス状況には、テスト、リサイタル、ゲーム、プレゼンテーション、運動競技のデモンストレーションなどがある。パフォーマンス不安は、初めて誰かに会う時や就職面接、重要な試験を受ける時など、多くの状況において人間の正常な反応であると考えられている。ほとんどの人は、不安を“脇に置く”、自分を落ち着かせる、テストのような特定のタスクに集中するなど、適切な方法でパフォーマンス不安に対処することができる。さらに、一部の不安は、重要な状況で不適切な行動が抑制されたり、注意力が高まったりするなど、本質的に適応的である可能性

*島根大学人間科学部

表1 若者の社会不安とパフォーマンス不安の共通要素

生理学的要素	認知的要素	行動的要素
心拍数の増加	自分自身への危害を心配する	回避
震え	傷つけられるという考え	逃げる
息切れ	愚かに見えるという考え	安心の希求
筋肉の緊張	自虐的な思考	アイコンタクトの欠如
頻尿	不十分であるという思考	痲癢・泣く
吐き気・嘔吐	無能であるという思考	声が震える
頭痛・腹痛	集中できない	硬直
めまい	否定的評価に対する思考	大人にしがみつく
発汗	否定的な結果についての思考	儀式
下痢	友達が少ないという考え	ひきこもる

もある (Kearney & Drake, 2002)。ただし、非常に重度又は極端なレベルのパフォーマンス不安を経験する人もいる。このようなレベルの人には、不安の回避・逃避、身近な人への過度の依存、行動の問題、その他不適切な対処戦略が存在する。また、このようなレベルの不安は明らかに非常に苦痛であり、通常の世界生活を楽しんだり、学校や仕事に行ったりすることさえ妨げられる。

青年期における自己意識の変化と社会性－感情性障害の発症リスク

社会性不安障害、全般性不安障害、摂食障害、大うつ病といった社会性－感情性障害の発症リスクは、青年期（13歳～22歳）の初期に高まりを示すことが報告されている（e.g., Kelly et al., 2015; Powers & Casey, 2015）。この時期は、自己肯定感や社会的結びつきの強化、人生の満足感といったポジティブな経験が始まる時期であるとともに、社会や環境からのストレスに対して自己意識が脆弱な時期であるとも考えられている（Oar et al., 2019）。したがってこの時期に直面する仲間（ピア）からの拒絶や自分よりも優れた他者と比較することで体験する負の自己評価は、自己概念の形成に悪影響を及ぼし（Hargreaves & Tiggemann, 2004）、それが上記の社会性－感情性障害の発症につながる可能性が指摘されている（Oar et al., 2019）。

青年期は、自意識が強まる発達段階に相当し、自己概念が形成される時期である。この自意識は、いくつかの要素の影響を受けるが、特に自己の体験と社会的なフィードバックの組み合わせの影響が大きいと考えられている（Sebastian, Burnett, & Blakemore, 2008）。とりわけ、仲間の重要性が強まるこの時期は、社会的評価に対して強い関心を抱くようになる（Steinberg, 2005）。青年期の初期は、自己概念の流動性が増加するとともに、統合性は弱まり、自己概念が変化する時期であるため（Crocetti et al., 2015）、うまく適応できるケースもあれば、負の結果に至ることもある。したがって、仲間からの拒絶や負の評価、ま

たは、優れた他者との比較による負の自己評価は、否定的な自己概念の形成につながる恐れがある。生涯にわたる負の自己表象は、社会性－感情性障害患者で顕著に認められ、自分の容姿やパフォーマンス、そして自己全てが劣っているという負の信念を抱いていることも報告されている（Kyrios et al., 2016）。以上のことから、青年期における自己概念の形成に支障があると、社会性－感情性障害の発症リスクが高まるだけでなく、その後の人生においても、社会－感情の問題に苦しむことになることが予想される。

自我発達上の危機と不適応障害

長尾（1989）によると、青年期は自我発達において危機状態に直面する時期であり、親からの独立と依存の葛藤や自我同一性の確立の葛藤が生じると論じている。そして、この葛藤に圧倒され、自我が脆弱となったものは不登校や心身症などの不適応状態に陥ると述べている。長尾（1994, 1995）は、青年期の自我発達上の危機状態尺度を作成し、自我発達（A水準）と適応状態（B水準）の測定を試み、自我発達上の危機状態 A水準の葛藤をもつ約30%がB水準の不適応状態に陥っていたことを報告している（長尾, 2005）。この研究では、中学生、高校生、大学生を対象に実施されたものであるが、青年期における自我発達の問題が、不適応障害に結びつくことを示している。

本研究では、長尾が2014年に更新した更新版青年期の自我発達上の危機状態尺度を用いて、青年期後期の大学生を対象に危機因子の数値を計測し、パフォーマンス不安と関係する自我発達上の危機状態因子を特定することを試みる。長尾（2014）では、計6個の因子が抽出されており、「同一性拡散」因子、「親からの独立と依存のアンビバレント感情」因子、「決断力欠如」因子、「自己開示対象の欠如」因子、「自己受容の欠如」因子、そして、「実行力欠如」因子であった。本研究では、特に、自己に対する否定的な信念と関わる「自己受容の欠如」因子と主体性の弱さと関わる「同一性拡散」因子に注目する。

青年期における自己概念の不安定性

上述のように、青年期初期は自己概念が流動する時期にあたるため、他者の影響を受けやすく、自己の期待よりも親密な他者の期待を重要視する傾向にあることが報告されている (Prinstein, Rancourt, Guerry, Browne, & D' Onofrio, 2009)。この傾向は、青年期が進むにつれて減少するが、その背後には、自己概念の安定化が関与していると考えられている (Crocetti, Rubini, Branje, Koot, & Meeus, 2015)。逆の視点から考えると、自己概念の安定化が十分に確立できていないと、自我に基づく意思決定をすることが難しく、常に他者の評価を基準にしながら行動を選択することになるのではないだろうか。そして、他者の評価が否定的な場合、自己が脅かされ、それに伴う強い心理的苦痛を経験するため、他者の評価に対して強い不安を覚えるようになってしまうのではないだろうか。それが深刻化すると、人前に立つことが難しくなり、社会的引きこもりに陥る可能性も十分に懸念される。この着想に挑むために、本研究では、上述した更新版青年期の自我発達上の危機状態尺度による「同一性拡散」因子に加え、小塩 (2001) が Rosenberg (1965) を参考に作成した自己像の不安定性尺度を用いて自己概念の不安定性を測定し、それらがパフォーマンス不安に及ぼす影響を調査した。

本研究の目的と仮説

本研究では、青年期後期にあたる大学生を対象に、自己概念の不安定性がパフォーマンス不安に及ぼす影響を明らかにすることを主たる目的に据える。長尾 (2005, 2014) によると、大学生では、自我発達上の危機状態はおさまる方向に移行することが報告されているが、高いパフォーマンス不安傾向を示す大学生では、同一性拡散をはじめとする自我発達上の危機状態が続いている可能性が考えられる。そこで、パフォーマンス不安の指標として用いられる他者の評価不安尺度 (FNE: Fear of Negative Evaluation Scale, 石川他, 1992) と更新版青年期の自我発達上の危機状態尺度 (長尾, 2014) を用い、パフォーマンス不安と関わる自我発達上の危機因子の特性を試みる。仮説には、「同一性拡散因子」得点が FNE 尺度得点の高い予測力を持つというものを設定する。加えて、自己像の不安定尺度を用いて自己概念の不安定性を多角的に計測し、この得点が、FNE 尺度得点の高い予測力を持つことについても検討する。

Kyrios et al. (2016) の研究では、パフォーマンス不安障害を含む社会性-感情性障害患者は、自己概念について負の信念を抱えていることが示されている。そこで、本研究では、自己に対する否定的な信念の指標として、更新版青年期の自我

発達上の危機状態尺度の「自己受容の欠如」因子 (例: 私は自分の性格が嫌いだ) の得点を用いる。加えて、一般性セルフ・エフィカシー尺度 (坂野・東條, 1986) の「能力の社会的位置づけ」因子 (例: 世の中に貢献できる力があると思う) の得点を計測し、そこから自己の能力に関する信念を捉える。そして、自己に対する負の信念が、自己概念の不安定性を導き、それがパフォーマンス不安につながるという流れを検討するために、構造方程式モデリングによる分析を実施する。

方法

研究参加者

参加者は Google forms で作成された Web 質問紙に回答した 47 名 (女性 40 名・男性 7 名、平均年齢 20.2 歳・標準偏差 1.56 歳) であった。

材料

質問紙 本研究では、他者からの評価不安、自己像の不安定性、青年期における自我発達上の危機状態、そして、セルフ・エフィカシーに関する調査を Google Form にて実施した。

他者からの評価不安の計測には、石川ら (1992) が開発した日本版 FNE を使用した。これは「誰かが私のことを評価していることがわかると、緊張して神経過敏になる」、「馬鹿げたように見えないかとか、馬鹿な真似をして物笑いにならないかとよく心配する」、「間違っことを言ったり、したりするのではないかとしばしば心配になる」等の 30 項目で構成されていた。各項目への回答は 2 件法 (はい、又はいいえ) で行われた。合計得点が高いほど、不安度も高いと評価された。

自己像の不安定性の計測には、小塩 (2001) が開発した尺度を使用した。この尺度は「私はある日の自分自身に対する考えが、次の日には全く違うことがある」、「私は自分自身についての考えが、ころころ変わる」等の 5 項目で構成されていた。各項目への回答は「全く当てはまらない」から「とてもよく当てはまる」までの 5 件法で行った。得点が高いほど、自己像が不安定であると評価された。

青年期における自我発達上の危機状態の計測には、長尾 (2014) が開発した尺度を用いた。この尺度は、「私には、「理想の自分」がたくさんあって、どれが本当のなりたい自分なのか、さっぱりわからない」等 5 項目からなる「同一性拡散」因子、「親にもっと理解され、愛してもらいたい反面、理解してもらわなくてもよいという気持ちもある」等 5 項目からなる「親からの独立と依存のアンビバレント感情」因子、「これまで自分自身で将来や進路を決定した経験が少ないため、その

決定に迫られると不安になる」等5項目からなる「決断力欠如」因子、「うちとけて話ができる人は、私にはあまりいないように思う」等4項目からなる「自己開示対象の欠如」因子、「私は、自分の性格が嫌いだ」等4項目からなる「自己受容の欠如」因子、「まじめに何かコツコツとやるのが苦手だ」等3項目からなる「実行力欠如」因子の6因子で構成されていた。各項目への回答は「まったくそうではない」から「まったくその通りである」までの5件法で行われた。得点が高いほど、それぞれの因子の傾向が強いと解釈されるようになっていた。

セルフ・エフィカシーの計測には、坂野ら(1986)が開発した一般性セルフ・エフィカシー尺度を用いた。この尺度は、「行動の積極性」「失敗に対する不安」「能力の社会的位置づけ」の3因子からなっており、行動の積極性因子は「どんなことでも積極的にこなすほうである」、「結果の見通しが見えない仕事でも、積極的にとりくんでゆくほうだと思う」等7項目、失敗に対する不安因子は「何かをするとき、うまくゆかないのではないかと不安になることが多い」、「どうやらたまたま決心がつかずに仕事にとりかかれないことがよくある」等5項目、能力の社会的位置づけ因子は「友人より優れた能力がある」、「世の中に貢献できる力があると思う」等4項目で、それぞれ構成されていた。各項目への回答は2件法(はい、又はいいえ)で行われた。

手続き

上記の心理尺度のデータ収集のため、Google Formを用いた質問紙調査を実施した。SNSを用いて筆者の親しい知人にGoogle FormのURLを送り、更に知人に広めてもらう方法で実施した。Formは心理尺度ごとにページを分け、全5ページで構成されていた。1ページ目では研究参加者の氏名、生年月日、性別の回答を求めた。2ページ目ではセルフ・エフィカシー尺度の質問項目、3ページ目では日本版FNEの質問項目、4ページ目では自己不安定尺度の質問項目、5ページ目では青年期における自我発達上の危機状態尺度の質問項目への回答を求めた。また、冒頭ページにおいて、被験者には、できるだけ直感で回答することを求め、また、質問内容が重複していると思われるものが含まれていることを明示した。尚、すべての質問を必須回答とし、回答の後、「送信」をクリックして提出することを求めた。

分析

日本版FNE尺度の採点は、石川他(1992)の手順に従っておこなった。不安の存在を問う質問項目は、2件法のうち「はい」を1点、「いいえ」

を0点とし、不安の不在を問う反転項目(項目1、4、6、8、10、12、15、16、18、21、23、26、27)は、「はい」を0点、「いいえ」を1点として数値化した。そして、30項目の点数に対して主成分分析を実施し、石川他(1992)の結果と同じく第1因子が高い寄与率を示すことを確認した上で、値を合計し、FNE得点を算出した。

自己像の不安定性尺度の採点は、小塩(2001)の手順に従っておこなった。5件法のうち、「とてもよく当てはまる」を5点、「どちらかといえばあてはまる」を4点、「どちらともいえない」を3点、「どちらかといえば当てはまらない」を2点、「まったく当てはまらない」を1点として得点化した。そして、5項目の点数に対して主成分分析を実施し、小塩(2001)の結果と同じく第1因子が高い寄与率を示すことを確認した上で、値を合計し、自己の不安定性得点を算出した。

青年期における自我発達上の危機尺度の採点方法については、長尾(2014)の手順に従っておこなった。「まったくそのとおりである」を5点、「どちらかといえばそうである」を4点、「どちらともいえない」を3点、「どちらかといえばそうではない」を2点、「まったくそうではない」を1点として得点化を行った。反転項目(項目4、8、21、13、14、26)については、「まったくその通りである」を1点、「どちらかといえばそうである」を2点、「どちらともいえない」を3点、「どちらかといえばそうではない」を4点、「まったくそうではない」を5点とした。得られた値に対して因子分析を適用し、因子数の調整とそれに含まれる質問項目数を考慮しながら、最終的な因子数を決定した。

一般性セルフ・エフィカシー尺度の採点方法については、坂野・東條(1986)の手順に従っておこなった。具体的には、2件法による回答のうち、セルフ・エフィカシーが高く認知された状態を示す方の回答(「はい」)を1点、「いいえ」を0点として得点化を行った。得られた値に対して因子分析を適用し、因子数の調整とそれに含まれる質問項目数を考慮しながら、最終的な因子数を決定した。

結果

FNE 尺度の得点の主成分分析の結果

表2は、FNE尺度の30項目の得点について主成分分析を実施し、得られた上位5位までの主成分の標準偏差、寄与率、累積寄与率をまとめたものである。分析の結果、第1因子が42%の寄与率を有することが示された。この結果は、先行研究により示された寄与率(38.26%)と同等のものであった(石川他, 1992)。

自己の不安定性尺度の主成分分析の結果

表3は、自己の不安定性尺度の5項目の得点について主成分分析を実施し、得られた上位5位までの主成分の標準偏差、寄与率、累積寄与率をまとめたものである。分析の結果、第1因子が64%の寄与率を有することが示された。この結果は、先行研究により示された寄与率(62.16%)と同等のものであった(小塩, 2001)。

青年期の自我発達上の危機状態尺度の因子分析の結果

長尾(2014)の研究に倣い、青年期の自我発達上の危機状態尺度の回答項目を6つの因子に分類したところ、第5因子と第6因子の寄与率が低く、また、結果の解釈も困難であったため、5つの因子に分類することにした(表4)。そして、項目1、8、10、12、13、26を「同一性欠如」因子に、項目2、7、15、20、22を「親からの独立と依存のアンビバレント感情」因子に、項目3、9、18、19、21を「実行力の欠如」因子に、項目5、17、23を「自己受容の欠如」因子に、項目4、25は共通性を見出すのが困難であったため「その他」因子に割り当てた。その後、「その他」因子以外の4つの因子に含まれる項目の値を合計し、同一性欠如得点、親からの独立と依存のアンビバレント感情得点、実行力の欠如得点、自己受容の欠如得点をそれぞれ算出した。尚、モデルの当てはまり具合は良好であった： $\chi^2(205)=214.13, p=.32$ 。

一般性セルフ・エフィカシー尺度の因子分析の結果

坂野・東條(1986)の研究に倣い、一般性セルフ・エフィカシー尺度の回答項目を3因子に分類した結果を表5にまとめた。因子負荷量を考慮しながら、項目1、2、4、5、6、7、8、11、14を「成功に対する自信」因子に、項目10、13、15を「行動

の積極性」因子に、項目3、12、16を「能力の社会的位置づけ」因子に割り当てた。そして、それぞれの因子に含まれる項目の値を合計し、行動の積極性得点、成功に対する自信得点、能力の社会的位置づけ得点を算出した。尚、モデルの当てはまり具合は良好であった： $\chi^2(75)=78.94, p=.36$ 。

記述統計量と相関分析の結果

各質問紙の回答から算出した分析対象値の平均値と標準偏差を表6に示す。

表7は、FNE尺度の得点、自己の不安定性尺度の得点、青年期の自我発達上の危機状態尺度に含まれる4つの因子の得点、一般性セルフ・エフィカシー尺度に含まれる3つの因子の得点の間の相関係数をまとめたものである。FNE尺度得点は、自己の不安定性得点、同一性欠如得点、実行力欠如得点、および自己受容得点との間に有意な正の相関を示し、成功に対する自信得点と能力の社会的位置づけ得点との間に有意な負の相関を示した。

重回帰分析の結果

表8は、FNE尺度得点を目的変数、その他の8つの得点を説明変数として重回帰分析を実施した結果をまとめたものである。また、表9は、FNE尺度とその他の8つの変数の共線性の検定結果をまとめたものである。分散拡大係数の値から、FNE尺度得点と8つの説明変数の間には共線性はないと判断された。重回帰モデルに対する統計検定からは、有意な結果が得られ、帰無仮説は棄却された： $F(8, 38)=13.32, p<.001, R_{adj}=0.68$ 。FNE尺度得点を予測する有意な説明変数には、成功に対する自信得点が該当した($p<.001$)。また、有意な傾向を示す説明変数には、同一性欠如因子得点が該当した($p=.09$)。

表2. FNE 尺度得点の主成分分析結果

Importance of components:					
	Comp.1	Comp.2	Comp.3	Comp.4	Comp.5
Standard deviation	3.56	1.64	1.44	1.31	1.18
Proportion of Variance	0.42	0.09	0.07	0.06	0.05
Cumulative Proportion	0.42	0.51	0.58	0.64	0.68

表3. 自己の不安定性尺度得点の主成分分析結果

Importance of components:					
	Comp.1	Comp.2	Comp.3	Comp.4	Comp.5
Standard deviation	1.78	0.98	0.63	0.55	0.40
Proportion of Variance	0.64	0.19	0.08	0.06	0.03
Cumulative Proportion	0.64	0.83	0.91	0.97	1.00

表 4. 青年期の自我発達上の危機状態尺度の因子分析結果

Loadings:					
	Factor1	Factor2	Factor3	Factor4	Factor5
item10	0.70				
item1	0.63				
item12	0.61				
item8	0.67				
item13	0.58				
item26	0.63				
item17	0.53			0.48	0.45
item2		0.58			
item20		0.64			
item7		0.71			
item22		0.58			
item15		0.55			
item3		0.35	0.66		
item21			0.53		0.37
item9			0.56		
item18			0.60		
item19			0.53		
item5	0.51			0.52	
item23			0.37	0.81	-0.37
item4	0.43		0.31		0.55
item25					0.63
item11		0.45			
item14				-0.36	
item16			0.33		
item24	0.33				
item6	0.48		0.43	0.40	0.31
SS loadings					
	Factor1	Factor2	Factor3	Factor4	Factor5
SS loadings	3.82	2.53	2.51	1.85	1.70
Proportion Var	0.15	0.10	0.10	0.07	0.07
Cumulative Var	0.15	0.15	0.34	0.41	0.48

表 5. 一般性セルフ・エフィカシー尺度の因子分析結果

Loadings:			
	Factor1	Factor2	Factor3
item4	0.50		0.35
item5	0.61		0.31
item6	0.64		
item7	0.87		
item8	0.50	0.34	
item14	0.59		
item10		0.63	
item13		0.78	
item15		0.89	
item16			0.66
item1	0.41		0.31
item2	0.40		
item3	0.39		0.43
item9			
item11	0.39		0.46
item12			0.42
SS loadings			
	Factor1	Factor2	Factor3
SS loadings	3.10	2.28	1.57
Proportion Var	0.19	0.14	0.10
Cumulative Var	0.19	0.34	0.43

表 6. 分析対象値の記述統計量

	n	mean	sd	median	min	max
FNE	47	19.94	8.74	21	2	30
自己の不安定性	47	16.79	5.28	17	5	25
同一性欠如	47	15.94	4.76	16	5	25
親へのアンビバレント感情	47	13.06	4.69	13	5	25
実行力の欠如	47	15.77	4.68	16	8	25
自己受容の欠如	47	10.64	3.13	11	3	15
成功に対する自信	47	2.32	2.54	2	0	9
行動の積極性	47	0.87	0.92	1	0	3
社会的能力の位置づけ	47	1.40	1.08	1	0	3

表 7. 尺度得点間の相関係数

	FNE	不安定	同一性	アンビ	実行力	自己受容	成功	積極性	社会能力
FNE	1	<i>0.51</i>	<i>0.74</i>	0.03	<i>0.37</i>	<i>0.52</i>	<i>-0.78</i>	-0.27	<i>-0.43</i>
自己の不安定性		1	<i>0.51</i>	0.24	<i>0.43</i>	0.11	<i>-0.36</i>	0.01	-0.11
同一性欠如			1	0.17	<i>0.35</i>	<i>0.55</i>	<i>-0.69</i>	-0.20	<i>-0.39</i>
親へのアンビバレント感情				1	0.11	0.18	-0.06	0.12	0.03
実行力の欠如					1	<i>0.36</i>	<i>-0.32</i>	-0.13	-0.12
自己受容の欠如						1	<i>-0.58</i>	-0.20	<i>-0.53</i>
成功に対する自信							1	<i>0.49</i>	<i>0.38</i>
行動の積極性								1	<i>0.32</i>
社会的能力の位置づけ									1

太字のイタリック体の相関係数は $p < .05$ に該当するものである

表 8. 重回帰分析結果

	Estimate	Std.Error	t-value	Pr(> t)
(Intercept)	13.51	6.21	2.18	0.04*
自己の不安定性	0.32	0.19	1.68	0.10
同一性欠如	0.42	0.25	1.72	0.09
親へのアンビバレント感情	-0.19	0.17	-1.12	0.27
実行力の欠如	0.06	0.19	0.33	0.74
自己受容の欠如	0.07	0.37	0.19	0.85
成功に対する自信	-1.84	0.50	-3.70	0.00***
行動の積極性	0.94	0.99	0.95	0.35
社会的能力の位置づけ	-1.05	0.85	-1.24	0.22

Signif. codes: 0 '***' 0.001 '**' 0.01 '*' 0.05 '.' 0.1 ' ' 1

表 9. 共線性の検定結果

説明変数	分散拡大係数
自己の不安定性	1.88
同一性欠如	2.60
親へのアンビバレント感情	1.15
実行力の欠如	1.47
自己受容の欠如	2.47
成功に対する自信	3.02
行動の積極性	1.58
社会的能力の位置づけ	1.60

構造方程式モデリングの結果

図1は、「自己受容感の欠如」と「自己の社会的能力の否定的位置づけ」により構成される非自己効力感が、自己の非主体性に作用し、それが、他者の否定的評価に対する不安（パフォーマンス不安）を高めることを検証した構造方程式モデリング（SEM: Structural Equation Modeling）のパス図である。非自己効力感の潜在変数は、「改訂版青年期の自我発達上の危機状態尺度」の「自己受容感の欠如因子」の得点と「一般性セルフ・エフィカシー尺度」の「能力の社会的位置づけ因子」の得点により構成された。自己の非主体性の潜在変数は、「自己像の不安定性尺度」の得点と「改訂版青年期の自我発達上の危機状態尺度」の「同一性欠如因子」の得点から構成された。分析の結果、取得データは、構造方程式モデルに対して、良好な適合を示した（ $\chi^2(4)=7.42$, $p=.12$, CFI=0.96, GFI=0.95, RMSEA=0.14, SRMR=0.07）。

潜在変数間のパス上の値は、標準化回帰係数を示しており、非自己効力感変数から自己の非主体性変数へのパスは統計的に有意な正の値が得られ（ $\beta_{std}=.71$, $p=.008$ ）、同様に、自己の非主体性変数からパフォーマンス不安変数へのパスも統計的に有意な正の値が得られた（ $\beta_{std}=.86$, $p<.001$ ）。

図2は、上記のモデルに行動力欠如の潜在変数を加えたものである。行動力欠如の潜在変数は、「改訂版青年期の自我発達上の危機状態尺度」

の「実行力欠如因子」の得点と「一般性セルフ・エフィカシー尺度」の「行動の積極性因子」の得点により構成された。分析の結果、構造方程式モデルに対するデータの適合度は良好とは言えなかった（ $\chi^2(17)=21.90$, $p=.039$, CFI=0.90, GFI=0.90, RMSEA=0.13, SRMR=0.09）。

潜在変数間の標準化回帰係数については、パフォーマンス不安変数から行動力欠如変数へのパスは、統計的に有意な正の値が得られた（ $\beta_{std}=.88$, $p=.006$ ）。

考察

本研究では、パフォーマンス不安における自己概念の不安定性の影響を明らかにするために、Web アンケートの実施と多変量解析による統計分析を実施した。本研究では、パフォーマンス不安の指標として他者の評価不安尺度（FNE: Fear of Negative Evaluation Scale, 石川他, 2001）を用い、自己概念の不安定性の指標として更新版青年期の自我発達上の危機状態尺度（長尾, 2014）と自己像の不安定性尺度（小塩, 2001）を用いた。

心理尺度得点の解釈

FNE 尺度の 30 項目について主成分分析を実施したところ、第1成分が42%の寄与率を有しており、石川他（1992）の第1成分（38.26%）よりも高い値が得られた。この結果から、本研究の

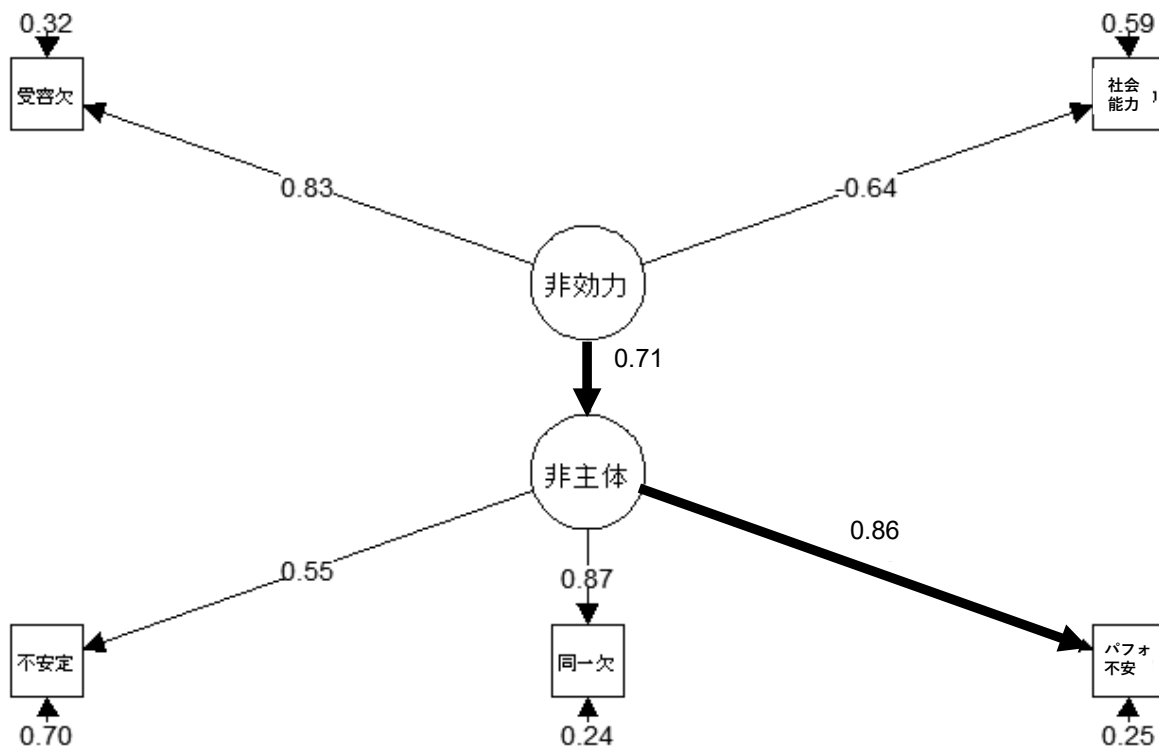


図1 非自己効力感が自己の非主体性に作用し、他者の否定的評価に対する不安を高めることを検証した構造方程式モデリングのパス図

FNE 尺度は、調査参加者のパフォーマンス不安特性を十分に測定できたと考えられる。同様に、自己像の不安定性尺度の5項目を対象に主成分分析を実施したところ、第1成分が64%の寄与率を有しており、小塩(2001)の第1成分(62.16%)と同等の値が得られた。この結果から、本研究で用いた自己像の不安定性尺度は、調査参加者が抱えている自己像の不安定性を十分に捉えていたと考えられる。

更新版青年期の自我発達上の危機状態尺度で得られた得点に対して実施した因子分析では、まず、先行研究(長尾, 2014)に従い6因子の抽出を実施したが、第5因子と第6因子の寄与率が低く、また、結果の解釈も困難であったため、5つの因子を抽出することにした。先行研究と高い一致を示した因子は、「親からの独立と依存のアンビバレント感情」であり、同じ質問項目がこの因子に含まれた。「自己受容の欠如」因子も比較的高い一致を示し、先行研究で同じ因子に含まれていた4つの質問項目のうち3つが本研究でも含まれていた。一方で、本研究で「同一性欠如」因子に割り当てられた項目の内訳を見ていくと、長尾(2014)の研究の「同一拡散」因子に含まれていた5項目のうち3項目、「決断力欠如」因子に含まれていた5項目のうちの2項目、そして、「自己開示対象の欠如」因子に含まれていた4項目のうちの1項目が該当した。これらの項目の共通点を注意深く探っていくと、自分が何者かわから

ず、そのため自分で決断することができないという特徴を含んでいることが見えてきた。そこで、本研究では、これらの6項目を「同一性欠如」因子と名付け、自己概念が不安定で非主体的な特徴を表していると考えた。本研究で「実行力の欠如」因子に割り当てた5項目では、長尾(2014)の研究において「実行力欠如」因子に含まれた3項目のうち1項目のみが該当した。残りの項目のうち1項目は「同一性欠如」因子、2項目は「決断力欠如」因子、1項目は「自己開示対象の欠如」因子に該当するものであった。これらの項目の共通点として見出されたのは、課題への取り組みの困難さや進路選択といった間近に迫る決断への問題に関するものであったため、実行力の欠如を反映していると判断した。

一般性セルフ・エフィカシー尺度で得られた得点に対して実施した因子分析では、坂野・東條(1986)の研究と同様に、3因子が抽出された。しかしながら、それぞれの因子に含まれる項目にいくつかの違いが認められた。まず、「成功に対する自信」因子に関しては、本研究では、計9項目が含まれていたが、先行研究では5項目から構成されており、その全てが本研究の「成功に対する自信」因子に含まれていた。残りの4項目は、先行研究の「行動の積極性」因子に含まれる4項目であった。これらの項目の共通点を俯瞰したところ、過去の経験を踏まえた行動に対する自信を表していると判断できたため、「成功に対する自

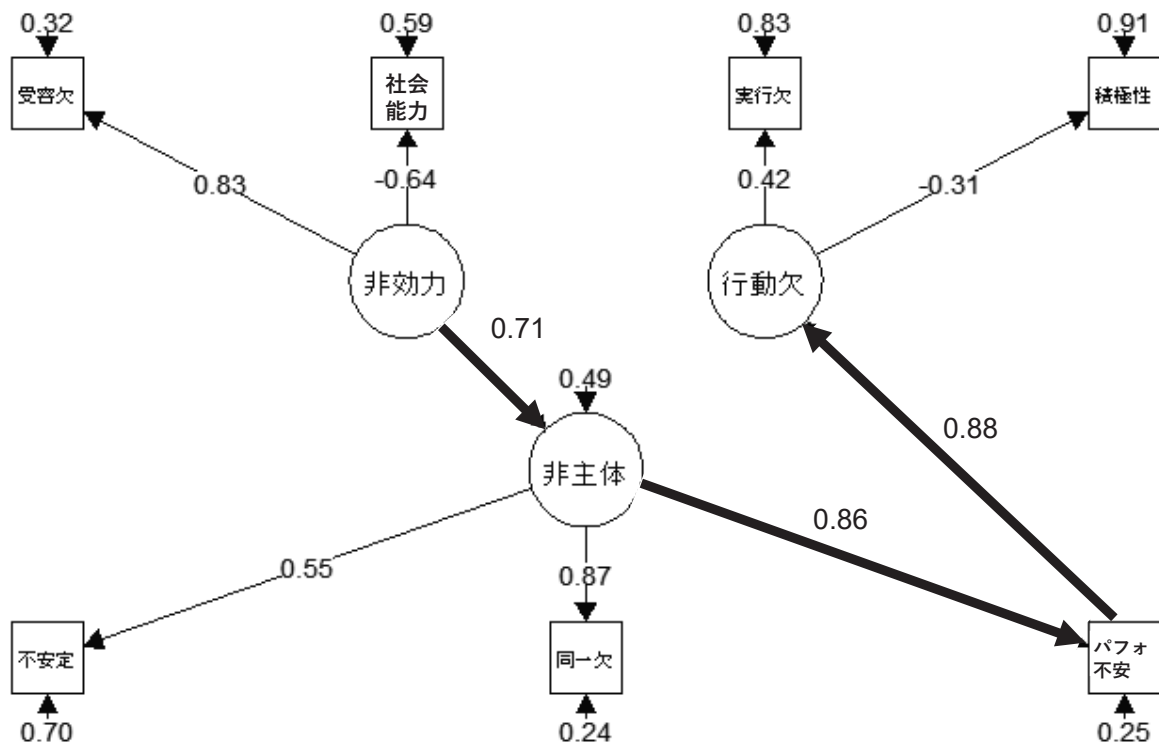


図2 図1のモデルに行動力欠如の潜在変数を加えたパス図

信」因子に割り当てることにした。「行動の積極性」因子については、本研究では計3項目が含まれていたが、いずれも先行研究の「行動の積極性」因子に含まれるものであったため、同様のラベルを採用した。また、「能力の社会的位置づけ」因子は、3項目から構成されていたが、こちらも全ての項目が、先行研究の「能力の社会的位置づけ」因子と合致するものであったため、同様のラベルを採用した。

パフォーマンス不安と自己の不安定性

FNE 尺度得点と自己像の不安定性尺度得点、4つの自我発達上の危機状態因子得点、3つのセルフ・エフィカシー因子得点の相関を調べたところ、FNE 尺度得点と自己像の不安定尺度得点の間に有意な正の相関が認められた。自我発達上の危機状態因子については、「同一性欠如」因子、「実行力欠如」因子、「自己受容欠如」因子との間に有意な正の相関が認められた。セルフ・エフィカシー尺度に関しては、「成功に対する自信」因子と「社会能力の位置づけ因子」の間に負の相関が認められた。一方で、「親からの独立と依存のアンビバレント感情」因子と「行動の積極性」因子の間には有意な相関は認められなかった。「親からの独立と依存のアンビバレント感情」因子に関しては、調査参加者の多くが一人暮らしの大学生であり、親と離れて暮らしている状況であるため、親に対するアンビバレント感情は弱まっていることが関係していると考えられる。換言するならば、調査参加者の自己概念は親から独立して確立されており、ほとんどの調査参加者はこの危機状態を克服していると考えられる。実際のところ、中学生から大学生までを対象とした長尾(2014)の研究では、「親からの独立と依存のアンビバレント感情」因子は、他の5つの自我発達上の危機状態因子と有意な相関を示していたのに対し、本研究では、いずれの因子とも有意な相関が認められなかった。これらの結果も、本研究の調査対象者が親との心理的独立を達成していることを示している。一般性セルフ・エフィカシー尺度の「行動の積極性」因子と FNE 尺度得点の間の相関は有意には至らなかったものの、その係数は弱い負の相関を示していた ($r=-.27$)。坂野・東條(1986)によると、「行動の積極性」因子は、行動の遂行に費やす努力と深く結びついており、高い値を示す個人では、困難な課題であっても努力を続けると考えられている。パフォーマンス不安特性の高い個人では、困難な課題に直面した場合、失敗することで他者からの否定的な評価を受ける可能性が高まるため、課題に取り組む努力を止め、逃避することを選ぶのかもしれない。しかしながら、本研究の相関分析の結果は、非有意で

あったため、この解釈は今後の研究で棄却される可能性もある。

相関分析では、当初の想定どおり、FNE 尺度得点と自己像の不安定性尺度得点の間に中程度の正の相関 ($r=.51$)、「同一性欠如」因子得点の間に強い正の相関 ($r=.74$) が認められた。これらの結果は、自己概念の不安定性がパフォーマンス不安に関わることを示すものである。掘り下げて説明すると、不安定な自己概念により、自分の考えが日々変化したり、自分で大事な決断を下したりすることができないため、常に他者の考えや意見を参照してしまい、それが、パフォーマンス不安の形成に関与している可能性が考えられる。序論で述べたように、自己概念の不安定な個人では、常に他者の評価を基準にしながら行動を選択しており、その評価が否定的な場合、自己が脅かされ、それに伴う強い心理的苦痛を経験すると想定される。そして、そのような経験を重ねる度に、他者の評価に対して強い不安を覚えるようになり、それが深刻化すると、社会生活に支障をきたすパフォーマンス不安障害に至るのかもしれない。

目的変数である FNE 尺度得点と説明変数である8つの得点の関係性を調べるために実施した重回帰分析では、「成功に対する自信」得点のみ有意な負の標準編回帰係数が得られた。この結果は、パフォーマンス不安傾向が高い個人ほど、成功に対する自信が低い、つまり、失敗への不安が高いことを示唆している。坂野・東條(1996)は、自己効力感が低いとき、失敗に対する不安が高まり、過去に行った自己の失敗経験にこだわり「暗い気持ち」になると論じている。この論点を踏まえると、パフォーマンス不安の高い個人は、他者からの否定的な評価を怖れるだけでなく、過去の己の失敗経験にも囚われ、同じ失敗を繰り返すことに恐怖を感じていると言えるのかもしれない。

重回帰分析では、自己像の不安定性尺度得点と「同一性欠如」因子得点において有意な標準化回帰係数が得られなかったが、これは、この2つの指標の高い相関関係が原因である可能性が考えられる。実際のところ、いずれか一方の得点を外して重回帰分析を実施したところ、自己像の不安定性得点の標準化回帰係数 ($\beta = 0.38, t = 2.19, p = .034$) も「同一性欠如」因子得点の標準化回帰係数 ($\beta = 0.55, t = 2.35, p = .025$) も有意な値を示した。したがって、両者が共通して説明する FNE 尺度得点の変動が大きいため、両者を重回帰モデルに含めると有意な予測力が消失したのだと考えられる。

パフォーマンス不安の基盤となる認知発達モデル

本研究のもう1つの目的は、自己に対する負の信念が自己概念の不安定を導き、それがパフォー

マンス不安につながるという仮説を調べることであった。そこで、構造方程式モデリングを用い、仮説の検証に取り組んだ。負の信念を反映する潜在変数（自己非効力感）を抽出するために「自己受容の欠如」と「自己の社会的能力の位置づけ」の評定値を用いた。また、自己概念の不安定性を反映する潜在変数（自己の非主体性）を抽出するために自己像の不安定性」と「同一性欠如」の評定値を用いた。最尤推定法によるモデル評価の結果、「自己非効力感が自己の非主体性に作用し、それがパフォーマンス不安を高める」というモデルに対して、取得データは良好な適合を示していた。この結果を、パフォーマンス不安の形成に当てはめて考えてみたい。例えば、ある生徒が、身体発達の遅れや学業成績の不振などの理由により自分に対して負の信念を抱いたまま、青年期を迎えたとしよう。この時期は、自己の期待よりも親密な他者である友人や家族、教師の期待に重きを置くため（Prinstein et al., 2009）、彼らの期待に則した結果を得るために行動する機会が増えることになるだろう。特に、自己に対して強い負の信念を抱いている者ほど、その傾向が強くなることが予想できる。その結果、自己の評価基準が十分に構築されないまま、青年期の時間が経過し、気が付けば他者の評価に翻弄される風見鶏のような自己概念が形成されているのかもしれない。そんなときに、他者から否定的な評価を受けると、それに抗う自己基準を有していないため、非常に強い自我への脅威を覚えると考えられる。かねてからの自己に対する負の信念も重なると、その心理的苦痛は計り知れないものではないだろうか。このような経験が数回でも繰り返されると、他者の評価に晒される状況に対して強い不安を感じるようになり、社会生活に支障をきたすパフォーマンス不安へと至るのかもしれない。Oar et al. (2019) が指摘しているように、青年期における自己意識の変化が、社会性-感情性障害の発症リスクと関連していることを踏まえると、青年期の自己概念の形成過程からパフォーマンス不安の発現の説明を試みた著者らのモデルは、一定の説得力を持つのではないかと考えられる。

本研究では、更に、パフォーマンス不安行動の中に回避行動や社会的引きこもりがあることを鑑み、上記のモデルに行動力欠如の潜在変数を加えたモデルを作成した。分析の結果、データの適合度は良好とは言えなかったが、パフォーマンス不安から行動力欠如へのパスは有意な正の値を示した。先行研究や本研究の結果から、モデルの適合度が良好でなかった理由として、実験参加者がパフォーマンス不安の患者ではなく、社会生活を送っている学生であるためということが考えられる。この考察については、今後検討する必要がある。

ある。しかしながら、パフォーマンス不安から行動力欠如への有意な正のパスは、パフォーマンス不安により他者の評価を懸念するあまり、疎みあがってしまい、何も手につかなくなってしまう状況に陥る可能性を示している。パフォーマンス不安とは、他者から自己に向けられる否定的な評価を予め想定し、それに対して脅威を覚える心理過程であるため、対処には曝露療法や認知行動療法が有用かもしれない。

引用文献

- Crocetti, E., Rubini, M., Branje, S., Koot, H. M., & Meeus, W. H. J. (2015). Self-concept clarity in adolescents and parents: A six-wave longitudinal and multi-informant study on development and intergenerational transmission. *Journal of Personality*, 84, 5. (pp.580-593)
- Hargreaves, D. A., & Tiggemann, M. (2004). Idealized media images and adolescent *body image*: "Comparing" boys and girls. *Body Image*, 1, 4. (pp.351-361)
- Kearney, C. A. (2005). Definition and History of Social Phobia and Related Concepts in Youth. *Social Anxiety and Social Phobia in Youth*. (pp.1-22)
- Kelly, E. V., Newton, N. C., Stapinski, L. A., Slade, T., Barrett, E. L., Conrod, P. J., & Teesson, M. (2015). Suicidality, internalizing problems and externalizing problems among adolescent bullies, victims and bully-victims. *Preventive Medicine*, 73. (pp.100-105)
- Kyrios, M., Moulding, R., Doron, G., Bhar, S. S., Nedeljkovic, M., & Mikulincer, M. (Eds.). (2016). *The Self in Understanding and Treating Psychological Disorders*. Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Lang, P. J. (1968). Fear reduction and fear behavior: Problems in treating a construct. In J. M. Shlien (Ed.), *Research in psychotherapy* (pp. 90-102). American Psychological Association.
- Leitenberg, H. (1990). Introduction. In H. Leitenberg (Ed.), *Handbook of Social and Evaluation Anxiety* (pp.1-8), Plenum Press, New York.
- Oar, E. L., Johnco, C., Forbes, M. K., & Fardouly, J. (2019). Adolescent development and risk for the onset of social-emotional disorders: A review and conceptual model. *Behaviour Research and Therapy*, 123, 3.
- Powers, A., & Casey, B. J. (2015). The adolescent brain and the emergence and peak of psychopathology. *Journal of Infant, Child, and Adolescent Psychotherapy*, 14, 1. (pp.3-15)
- Prinstein, M. J., Rancourt, D., Guerry, J. D., Browne, C., & D' Onofrio, B. M. (2009). Peer reputations and psychological adjustment. In K. H. Rubin, W. M.

- Bukowski, & B. Laursen (Eds.), *Handbook of peer interactions, relationships, and groups* (pp. 548-567). New York, NY: Guilford Press.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton: Princeton University Press.
- Schlenker, B. R., & Leary, M. R. (1982). Social anxiety and self-presentation: A conceptualization and model. *Psychological Bulletin*, 92. (pp.641-669)
- Sebastian, C., Burnett, S., & Blakemore, S. J. (2008). Development of the self-concept during adolescence. *Trends in Cognitive Sciences*, 12. 11. (pp.441-446)
- Steinberg, L. (2005). Cognitive and affective development in adolescence. *Trends in Cognitive Sciences*, 9. 2. (pp.69-74)
- Wasten, J. B., & Friend, R. (1969). Measurement of social-evaluation anxiety. *Journal of consulting and Clinical Psychology*, 33. (pp.448-457)
- 石川利江・佐々木和義・福井至, (1992), 社会的不安尺度 FNE・SADS の日本版標準化の試み, 行動療法研究, 18, 1, (pp.10-17)
- 小塩真司, (2001), 自己愛傾向が自己像の不安定性, 自尊感情のレベル及び変動性に及ぼす影響, 性格心理学研究, 10, 1, (pp.35-44)
- 坂野雄二・東條光彦 (1986), 一般性セルフ・エフィカシー尺度作成の試み, 行動療法研究, 12, 1, (pp.73-82)
- 長尾博. (1989). 青年期の自我発達上の危機状態尺度作成の試み. 教育心理学研究, 37. (pp.71-77)
- 長尾博. (1994). 青年期の自我発達上の危機状態尺度に関する内容的妥当性の検討. 活水論文集, 37. (pp.45-59)
- 長尾博. (1995). 青年期の自我発達上の危機状態尺度に関する信頼性の検討. 活水論文集, 38. (pp.49-57)
- 長尾博. (2005). 青年期の自我発達上の危機状態に関する研究. ナカニシヤ出版
- 長尾博. (2014). 改訂版青年期の自我発達上の危機状態尺度作成の試み - 尺度の信頼性・妥当性の検討 -, *Japanese Journal of Counseling Science*47, (pp.77-85)