

# 嫉妬と自己愛：自己愛欲求が嫉妬感情を喚起させるのか

堤 雅雄\*

Masao TSUTSUMI

Jealousy and Narcissism : Does Narcissistic Need Bring Jealousy?

## ABSTRACT

嫉妬とは何か。嫉妬はどのような欲求によって喚起されるのか。本研究では嫉妬の基底に自己愛が存在するのではないかという仮説のもとに、大学生を被験者に質問紙調査を行なった。まず、予備調査を踏まえ、社会的関係に関する嫉妬10項目、社会的比較による嫉妬10項目、計20項目の嫉妬傾向尺度を構成し、その因子分析から、作意どおりの2つの因子を抽出した。本調査ではこの2種の嫉妬と、自己愛傾向尺度、自尊感情尺度との関連を重回帰分析によって検証した。その結果、社会的関係に関する嫉妬因子は自己愛傾向の注目・賞賛欲求因子と自尊感情尺度の評価過敏因子に、社会的比較による嫉妬は自己愛の注目・賞賛欲求と自己主張性因子に、また自尊感情の評価過敏因子と自意識過敏因子に有意に影響を受けていた。嫉妬を感じる傾向は、自己愛の健康な側面ではなく、病理的側面に通じる因子に大きく関係していることが確認された

【キーワード：嫉妬，社会的比較，自己愛，自尊感情】

【key words: jealousy, social comparison, narcissism, self-esteem】

## ．序

### 1．嫉妬とは何か

嫉妬 (jealousy) は、これほど複雑で矛盾に満ちた、しかも強烈な感情はないだろう。嫉妬という概念には、妬ける (やける)、嫉む (ねたむ)、嫉む (そねむ)、羨む (うらやむ) といった、互いに微妙に異なる多くの感情が包含されている。

新大字典 (上田他、1963) では、「妬」(ねたみ) を「嫉」(そねみ) と対比させ、「にくむことを表面に見せず、心にねたみにくむこと」としている。その組み合わせである「嫉妬」にも、その基底に必ず複雑な情念が絡みつき、愛と憎しみ、信頼と不信、接近と回避等、両価的な感情がせめぎ合う、激しい心の動きを示すものだと考えられる。嫉妬感情を不可解にしているのはまさしくこの愛と憎しみの、そして対自と対他の、相反する志向の二重性によるものであろう。

かつて哲学者三木清は、嫉妬を人間の性の善であることを疑わせるものとして述べている。彼によれば、愛が純粹でありうるのに対し、嫉妬はつねに陰険であり、愛と共通するところはあるものの、基本的には嫉妬を愛とは対比的なものとして描いている。「嫉妬は自分よりも高い地位にある者、自分よりも幸福な状態にある者に対して起る。(中略) しかも嫉妬は、嫉妬される者の位置

に自分を高めようとすることなく、むしろ彼を自分の位置に低めようとするのが普通である。」(三木、1940)。このような指摘は、現代の心理学界における議論にも通じる新鮮さを感じさせる。

### 2．嫉妬の社会心理学的研究

嫉妬に関する心理学的言及は、従来パラノイア論等の精神病理学的分野を中心になされてきた。それはある意味で、この感情の統制不可能な激しさによるものである。しかもまた、嫉妬深いか否か、個人差があるにもかかわらず、誰もが必ず幼児期から老年期に至るまで経験する普遍的感情であることをも同時に示している。

一方、嫉妬に関する近年の実証的研究は、主として社会心理学の領域でなされてきている。フェスティンガ - の社会的比較理論から発するその流れの多くは、テッサ - の自己評価維持 (SEM) 理論 (Tesser & Campbell, 1982) を理論的枠組みとすることが多い。即ちひとは基本的に自己の価値を高めたいという欲求に駆られており、これが他者との比較によって危機に瀕したときに生じる感情的反応が嫉妬ということになる (Salovey & Rodin, 1991, DeSteno & Salovey, 1996)。

### 3．嫉妬と自己愛

前述の三木のいう、愛とは対極にあるほどの暗い情念と

しての嫉妬とは何か。岸田（1987）は嫉妬を、誇大妄想的「幻想我」を取り戻そうとする企ての根底にあるものとしたが、その意味するところはほぼKohut（1971）のいう自己愛（ナルシズム）と重なるのではないかと。嫉妬の根底にあって、その愛情の発現を歪ませるものこそ自己愛ではないのか。そうであれば、自己愛の強い個人ほど嫉妬心を強く持つことになるのではないかと。

自己愛とは、これも誰にでも一般的にみられる我々の内なる幼児的心性の代表的なものであり、自己を実際以上に大きく、美しく、価値あるものとして思い描きたいという欲求を中核とした心性である。人格的発達とともに、ひとは次第にこの幻想的自己像の呪縛から脱し、現実の等身大の自己像を受け入れていくようになるが、その過程には個人差がある。不安定な自己像を有するひとほど、この誇大的自己像に執着し、他者からの賞賛を喜び、求める一方で、他者からの批判には、たとえそれが正当なものであっても、傷つき、反発しがちである。

これまでの心理学は、嫉妬心の中核に所有欲望をみてきたと思われる。例えば嫉妬は「自分のもの」、あるいは自分との関係であるべきものを他者によって奪われるのではという恐れ、ないし奪われたにちがいないという観念として、羨望を、「他者のもの」をわがものとしたいと欲する意識として対比させている（Salovey & Rodin, 1989）。

しかし、このような所有の欲望だけでは、どろどろとした情念としての嫉妬を説明するには不十分である。その根底には愛に似た強い執着や、歪んだ愛としての怒りが、さらには他者愛とは対極ともいえる自己愛が存在するのではないだろうか。

本研究では、改めて論考の原点に立ち返り、嫉妬の心理的核心は何かについて、これを自己愛や自己評価との関係から分析していきたい。

## 予備調査：嫉妬傾向尺度の構成

複雑で微妙でありながら強烈である嫉妬感情の全体像を把握するのはかなり困難である。ここではあらためて嫉妬とは何かについて検討し、それをもって個々人の嫉妬傾向を測定する尺度を構成するため、「嫉妬」の連想語と、日常生活における具体的な嫉妬経験を、質問紙で自由記述してもらった。

### 1. 方法

被験者：島根大学の心理学関係の講義の受講生、男性33名、女性77名、計110名。

質問紙：質問紙はBers & Rodin（1984）にならった次の2問からなる。

問1、“あなたは「嫉妬」という言葉からどのようなイメージをいだきますか。「嫉妬」という言葉から連想した言葉を、いくつでもいいので自由に書いてください。”

問2 - 1、“恋愛場面において嫉妬した（やきもちをやいた）のはどんなときでしたか”。問2 - 2、日常生

活において嫉妬した（ねたましいと思った）のはどんなときでしたか。

### 2. 結果

連想語：総反応数は81種類、331。被験者1人あたりの平均反応頻度は3.01であった（表1参照）。その60%

表1 「嫉妬」の連想語の分類（数値は頻度 N = 110）

肯定的	否定的	感情・行為	否定的 形容・比喩	人間関係
向上心 3	ねたま 26	陰口 2	暗い 8	恋愛・恋 37
繊細 2	恨み 10	焦り 2	醜い 7	男女 27
かわいい 1	やきもち 9	苦しい 2	どろぬま 4	能力 12
好意的 1	しつこい 8	むなし 1	炎 4	友人(関係) 7
	恐怖 7	寂しい 1	重い 2	人間(関係) 7
計 7	怒り 7	不機嫌 1	サスペンス 2	子ども 6
	自己嫌悪 7		お金 2	恋人 5
	殺意 5	計 154	外見 2	いざこざ 3
	劣等感 5		昼ドラ 2	比較 2
	浮気 5		汚い 2	愛 2
	独占欲 5		うそ 2	かけひき 1
	憎しみ 5		嫌らしい 2	不和 1
	不安 4		ひねくれた 1	
	悲しみ 4		裏 1	計 110
	マイナス 4		女々しい 1	
	不安定 3		誤解 1	その他の回答 10
	束縛 3		バラ 1	
	わがまま 3		冷 1	
	悔しさ 3		灰 1	
	恥ずかしい 3		眼 1	
	敗北感 3		女の性 1	
	むかつく 3		色(赤など) 1	
	不信感 3		悲劇 1	
	みじめ 3			
	嫌がらせ 3		計 50	
	疲れる 2			
	ストーカー 2			

表2 嫉妬経験の自由記述（数値は頻度 N = 110）

#### 1. [恋愛場面において嫉妬を感じるとき]

自分の好きな人（または恋人）が自分以外の異性と楽しそうに話していたとき（35）

自分の好きな人（または恋人）の過去の恋愛経験を聞いたとき（10）

自分がメールを送っても、自分の好きな人（または恋人）からのメールの返事がなかなか返ってこないとき（1）

自分の好きな人（または恋人）が自分より優れている同性を褒めたとき（6）

自分の好きな人（または恋人）が自分以外の異性に興味を抱いているのがわかったとき（2）

好きな人に恋人ができたとき（2）

自分の好きな人（または恋人）が自分を相手にしてくれないとき（1）

自分の好きな人（または恋人）がほかの人に向かって微笑みかけたとき（1）

自分の好きな人（または恋人）が誰にでも愛想よく接しているとき（2）

自分の好きな人（または恋人）が自分より友人を優先したとき（2）

彼女がほかの男に義理チョコを上げた（2）

好きな人が彼女と一緒に座っているのを見たとき（2）

無回答（13）

その他（41）

#### 2. [日常生活において嫉妬を感じるとき]

自分の得意なことを自分よりできる人がいるとき（11）

友人がいろいろな人から慕われていることに気づいたとき（2）

スポーツでライバルに負けたとき（1）

自分より勉強していない人がよい成績をとったとき（3）

授業などで人が自分よりよい意見を言っているとき（1）

人が自分よりお金を持っているとき（2）

両親に自分以外の兄弟ばかりを褒められたとき（9）

自分より容姿がいい人を見たとき（7）

自分ができなかったことを人にされてしまったとき（8）

自分が苦しんでいる状況で幸せそうな人を見たとき（1）

自分より頑張っていない人が評価されたとき（2）

回りが自分よりもよい環境にいたと思ったとき（2）

無回答（10）

その他（51）

以上が否定的感情を表わす語だったが、「向上心」や「繊細」というのも若干見られ、これはこれで興味深い。「恋愛」を中心とした人間関係に関する語も約30%と多い。

嫉妬場面：問2 - 1の恋愛場面における嫉妬（やきもち）即ちBersらのいう社会的関係における嫉妬（social-relations jealousy）と、問2 - 2の日常生活における嫉妬（ねたみ）、即ち社会的比較に関する嫉妬（social-comparison jealousy）の、それぞれの回答を集約して、表2に示す。前者の反応総数は66、後者は49とやや少なめであった。自分の嫉妬経験を具体的に表明することに心理的抵抗を覚えている様子が窺われる。

## 、本調査

### 1. 方法

被験者：島根大学学生、男子71名、女子82名、計153名。

質問紙：質問紙は次の3部からなる。

1) 嫉妬傾向尺度：予備調査で得られた嫉妬体験の記述をもとに、社会的関係に関する10状況、社会的比較に関する10状況を表す計20項目からなる嫉妬傾向尺度を構成した。これを用いて、それぞれの状況におかれたとき、どの程度嫉妬を感じるか想像して、「全く感じない(1)」から「少しだけ感じる(2)」、「かなり感じる(3)」、「非常に感じる(4)」の単極の4件法で答えてもらう。

2) 自己愛傾向尺度：小塩(1998)が「優越感・有能感」、「注目・賞賛欲求」、「自己主張性」と命名した3因子の、因子負荷量の高い項目より順に、それぞれ8項目、計24項目を抜粋したNPI簡略版を用い、「全く思わない(1)」から「よく思う(5)」までの両極の5件法で答えてもらう。3) 自尊感情尺度(SE-I)：遠藤ら(1974)の日本語版SE-Iの23項目から小塩(1998)が選抜した20項目をそのまま用い、これに自己愛傾向尺度と同様の5件法で答えてもらう。

以上の3尺度を1つの冊子にまとめ、被験者全員に集団で調査を実施した。

### 2. 結果

1) 嫉妬傾向尺度の因子構造：主因子法による因子分析の結果、初期の固有値2.463以上の2因子だけで全体の分散の40.8%が説明できるので、2因子解を採ってバリマックス回転をかけた。その結果、尺度構成時の意図通りの2因子構造が確認された。第1因子の負荷量が高いのは、いずれも社会的関係(恋愛)に関する嫉妬の10項目であり、そのまま「社会的関係」因子と呼ぶ。第2因子の負荷量が高いのは、社会的比較による嫉妬に関する10項目で、これも「社会的比較」因子と命名する(表3参照)。

クロンバックのアルファ係数は、「社会的関係」の因子負荷の高い10項目で.851、「社会的比較」の10項目で.792と信頼性の水準は十分である。20項目の尺度全体

で算出しても.8592と、高い内的整合性を示しており、独立した2種の嫉妬の間の共通性も同時に窺われた。

2) 自己愛傾向尺度、自尊感情尺度の因子構造：他の2つの尺度についても、あらためて主因子法で因子分析を行なったが、やはり参考にした研究と同様の因子構造が確認された。

自己愛傾向尺度では、小塩の研究と同様、第1因子を「優越感・有能感」因子、第2因子を「注目・賞賛欲求」因子、第3因子を「自己主張因子」とする3因子構造と解される結果が得られた。自尊感情尺度でも、第1因子を「評価過敏」因子、第2因子を「自意識過剰」因子、第3因子を「自己価値」因子と呼ぶ3因子構造が得られた(表示省略)。

3) 嫉妬傾向尺度と他の2尺度との関係：3つの尺度(計8因子)はどのような関係にあるのだろうか。嫉妬傾向の2因子得点を目的変数として、自己愛傾向尺度3因子と、自尊感情尺度3因子得点がどの程度その説明変数たりうるか、重回帰分析を試みた。その結果、次の結果が得られた。

まず、社会的関係に関する嫉妬因子は、自己愛傾向の3因子のうち、注目・賞賛欲求因子とのみ有意な関係にあった(標準化係数、ベータ=.282,  $p < .001$ )。自己愛傾向3因子全体でも社会的関係に関する嫉妬傾向に有意に回帰していた( $R = .323$ ,  $R^2 = .105$ ,  $F = 5.799$ ,  $p < .001$ )。また自尊感情尺度とでは、その3因子のうち評価過敏因子とのみ有意な関連があった(ベータ=.268,  $p < .01$ )。しかし、他の2因子との関連は認められなかった(表4参照)。自尊感情3因子全体としては、社会的関係因子とは、やや低い有意な重回帰を示していた( $R = .281$ ,  $R^2 = .079$ ,  $F = 4.249$ ,  $p = .007$ )。

次に、社会的比較による嫉妬因子は、自己愛傾向の3因子のうち、注目・賞賛欲求と自己主張の2因子と有意な関係にあり(表5参照)、自己愛傾向3因子全体とも有意に回帰していた( $R = .339$ ,  $R^2 = .115$ ,  $F = 6.465$ ,  $p < .001$ )。また自尊感情のうち、評価過敏因子と自意識過剰因子の2因子との有意な関係が確認され(表5)、自尊感情全体ともかなり高い有意な回帰を示した( $R = .486$ ,  $R^2 = .236$ ,  $F = 15.331$ ,  $p < .001$ )。

### 3. 考察

本研究では、一般に嫉妬を感じやすい状況を20項目の嫉妬傾向尺度として構成し、どの程度嫉妬を感じるかについて、大学生の被験者に想像による回答を求めた。その結果、ほぼ作意どおりの、社会的関係に関する嫉妬と社会的比較による嫉妬の2因子への分化を示す因子構造が得られた。

この、主として恋人との関係において経験される前者の嫉妬と、ライバルとの比較を通して経験される後者の嫉妬の2種の嫉妬は、個々人の自己愛傾向や自尊心の高さにどの程度規定されているのだろうか。重回帰分析の結果の表をみてもわかるように、同じ尺度でも因子によって随分と回帰の程度に差があった。社会的関係に関する



表3 嫉妬傾向尺度の因子分析結果

質問	質問内容	パリティマックス回転後の因子負荷量 (小数第3位四捨五入)		
		第1因子	第2因子	
1.	自分の好きな人(または恋人)が自分以外の異性と楽しそうに話していたとき	0.76		
5.	自分の好きな人(または恋人)が自分以外の異性に興味を抱いていると分かったとき	0.67		
6.	好きな人に恋人ができたとき	0.61		
8.	自分の好きな人(または恋人)が他の人に向かってほほえみかけたとき	0.60		
2.	自分の好きな人(または恋人)の過去の恋愛経験を聞いたとき	0.60		
3.	自分がメールを送っても、自分の好きな人(または恋人)からメールの返事がなかなか返ってこないとき	0.58		
7.	自分の好きな人(または恋人)が自分を相手にしてくれないとき	0.58		
9.	自分の好きな人(または恋人)が誰にでも愛想よく接しているとき	0.55		
4.	自分の好きな人(または恋人)が自分より優れている同性を褒めたとき	0.51		
10.	自分の好きな人(または恋人)が自分より友人を優先したとき	0.38		
19.	自分が出来なかったことを人にされてしまったとき		0.73	
15.	授業などで人が自分よりよい意見を言っているとき		0.67	
14.	自分より勉強していない人がよい成績をとったとき		0.60	
18.	自分より容姿がいい人を見たとき		0.56	
12.	友人がいろいろな人から慕われていることに気づいたとき		0.55	
11.	自分の得意なことを自分よりできる人がいるとき		0.54	
20.	自分が苦しんでいる状況で幸せそうな人を見たとき		0.44	
16.	人が自分よりお金を持っているとき		0.42	
17.	両親に自分以外の兄弟ばかりを褒められたとき		0.38	
13.	スポーツでライバルに負けたとき		0.29	
		固有値	3.70	3.23
		寄与率	0.185	0.162

表4 嫉妬傾向尺度の社会的関係因子得点を目的変数とした重回帰分析の結果

説明変数	非標準化係数		標準化係数	t	有意確率
	B	標準誤差	ベータ		
(定数)	-7.401E -17	.071		.000	1.000
自己愛 優越感・有能感	5.947E -02	.078	.060	.765	.445
注目・賞賛欲求	.278	.077	.282	3.629	.000
自己主張性	-.150	.083	-.142	-1.819	.071

目的変数、社会的関係

説明変数	非標準化係数		標準化係数	t	有意確率
	B	標準誤差	ベータ		
(定数)	-6.226E -17	.072		.000	1.000
自尊感情 評価過敏	.274	.081	.268	3.378	.001
自意識過剰	5.763E -02	.084	.055	.684	.495
自己価値	1.241E -03	.085	.001	.015	.988

目的変数、社会的関係

表5 嫉妬傾向尺度の社会的比較因子得点を目的変数とした重回帰分析の結果

説明変数	非標準化係数		標準化係数	t	有意確率
	B	標準誤差	ベータ		
(定数)	5.195E -17	.070		.000	1.000
自己愛 優越感・有能感	-2.134E -02	.076	-.022	-.280	.780
注目・賞賛欲求	.293	.075	.301	3.900	.000
自己主張性	-.160	.081	-.153	-1.975	.050

目的変数、社会的関係

説明変数	非標準化係数		標準化係数	t	有意確率
	B	標準誤差	ベータ		
(定数)	4.151E -17	.065		.000	1.000
自尊感情 評価過敏	.283	.073	.281	3.890	.000
自意識過剰	.375	.076	.360	4.962	.000
自己価値	6.119E -02	.077	.057	.798	.426

目的変数、社会的関係

る嫉妬については自己愛傾向尺度の注目・賞賛欲求因子のみと、自尊感情については評価過敏因子のみと有意な関係がみられただけであったが、社会的比較による嫉妬では、自己愛の注目・賞賛因子と自己主張性の2因子と、自尊感情の評価過敏因子と自意識過剰因子の2因子との有意な関係が確認された。尺度全体としても、社会的比較による嫉妬のほうがより高い回帰性を示していた。

自己愛傾向の優越感・有能感因子と、自尊感情の自己価値因子は今回いずれの嫉妬傾向とも関連を全く示さなかった。これはこの2つの因子が主観的な自己評価の高さに関わるものではあっても、それが自我の傷つきやすさとは無縁であり、むしろ嫉妬の抵抗力たる自信の大きさを表わすものであった可能性がある。つまり、このような健康な自己愛の側面は嫉妬を喚起する要因とはなりえず、その一方、病的な自己愛と関連する、評価過敏因子や注目・賞賛欲求因子といった誇大自己の防衛という

意味の欲求に関係するとみなされる因子が有意な関連を示していた。

2種の嫉妬間の違いはそれほどでなく、回帰の傾向の違いは程度の差にすぎないのではと思われた。いずれも社会的比較による嫉妬のほうが社会的関係に関する嫉妬より高かったのは、経験の頻度の差と、質問紙上で答えることへの心理的抵抗の強弱の差によるのではないか。ちなみに現在の大学生でも、恋人のいない被験者は一定の割合を占めている。

極めて私的で、秘められた体験である嫉妬について、今回は20個という少数の項目で掌握しようとしたのはいささか乱暴な試みだったかもしれない。しかし被験者の真摯な取り組みによって、かなりはっきりした傾向性を確認することができた。今後はより精密なアプローチを工夫して、愛と憎しみが入り乱れる、いかにも人間的なこの感情についての理解がより深まればよいと思う。先

述の三木清は別のところで次のようにも述べている。「愛と憎しみを常に対立的に考へることは機械的に過ぎるといひ得るであらう。少くとも神の弁証法は愛と憎みの弁証法でなくて愛と怒の弁証法である。(三木、1939)。嫉妬についても 愛と憎みだけでなく、怒りとの関係も視野に入れて考察する必要があるらう。

#### 参考文献

- Bers, S. A., & Rodin, J., (1984). Social-comparison jealousy: a developmental and motivational study, *Journal of Personality and Social Psychology*, 47,766-779.
- DeSteno, David A., & Salovey, P., (1996). Jealousy and the characteristics of one's rival: a self-evaluation maintenance perspective. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22, 920-932.
- 遠藤辰雄、安藤延男、冷川昭子、井上祥治 (1974) Self-Esteemの研究、九州大学教育学部紀要、18、53 - 65 .
- Kohut, H., (1971) *The analysis of the self: A systematic approach to the psychoanalytic treatment of narcissistic personality disorder*. N.Y.: International University Press.
- 岸田 秀 (1987) 嫉妬の時代、飛鳥新社 .
- 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、教育心理学研究、46, 280 - 290 .
- 三木 清 (1939) 怒について、三木清全集、第1巻 (1991) 収録、岩波書店
- 三木 清 (1940) 嫉妬について、三木清全集、第1巻 (1991) 収録、岩波書店
- 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 .
- Salovey, P., & Rodin, J., (1989). Envy and Jealousy in close relationships. *Review of Personality and Social Psychology*, 10, 221-246.
- Salovey, P., & Rodin, J., (1991). Provoking jealousy and envy: Domain relevance and self-esteem threat, *Journal of Social and Clinical Psychology*, 10, 395-413.
- Tesser, A., & Campbell, J., (1982). Self-evaluation maintenance and the perception of friends and strangers. *Journal of Personality*, 50, 261-279.
- 上田万年、岡田正之、飯島忠夫、柴田猛猪、飯田伝一 (1993) 新大字典、講談社 .