

女子大学生の自己受容を測定する (6)

— 外見スキーマ、視線に対する不快感情に関わる男女の比較 —

川上 正浩

臨床心理学専攻教授

要約

川上 (2017, 2018) は、女子大学生を対象に複数の自己受容尺度を統合し、“弱みのある自分の受け容れ”、“強みのある自分の受け容れ”、“リセット希求のなさ”、“自己価値の肯定”、“自律性の受け容れ”、“対処能力への自信”の6因子に対応する下位尺度を構成する全17項目からなるコンパクトな自己受容尺度 (SACCS: Self Acceptance Compact and Comprehensive Scale) を提案している。本研究では、SACCSと外見スキーマ、視線に対する不快感情との関連が吟味され、性差に関しても議論された。大学生男女69名のデータに基づく相関分析の結果、SACCSで測定される自己受容は、女性においては外見スキーマや視線に対する不快感情と関連していること、一方男性ではそうした関連はほとんど認められないことが示唆された。

キーワード：女子大学生、自己受容、外見スキーマ、視線

I 問題と目的

自己受容 (self-acceptance) は心理臨床においても極めて重要な概念の一つである (春日, 2015)。川上 (2017, 2018) は、自己受容を、「良い面も悪い面も含めて、自己のありのままを受け容れ、自己を信頼していること、またそうしようとしていること」としたうえで、“弱みのある自分の受け容れ”、“強みのある自分の受け容れ”、“リセット希求のなさ”、“自己価値の肯定”、“自律性の受け容れ”、“対処能力への自信”の6因子からなる、包括的な自己受容尺度 SACCS (Self Acceptance Compact and Comprehensive Scale) を提案している。

自己受容が心理的健康の指標としても捉えられている (たとえば清兼ら, 2014) 背景には、自己受容と幸福感との結びつきがある。川上 (2022) は、SACCSと主観的幸福感、協調的幸福感 (Hitokoto & Uchida, 2015)、精神的健康状態、ウェルビーイングの指標である S-WHO-5-J

(稲垣ら, 2013) との関連を吟味し、自己受容、特に「弱みのある自分の受け容れ」が幸福感と関連する可能性を指摘している。

一方、若年女性にとって、自分の外見をいかに受け入れていくかは、ウェルビーイングにもつながる重要な課題であることが指摘されている (高橋ら, 2020)。Cash (2002) は、個人が外見的魅力を重視している程度を中心として、ボディ・イメージがどのように個人に経験され、個人に体験されるかを、認知行動論の立場から検討しようとした。Cash (2002) のモデルによれば、ボディ・イメージは生育史の影響を受けて形成され、ボディ・イメージに関わるスキーマである外見スキーマを介して、日常生活に影響を与えていると考えられている。個人内に形成された外見スキーマは、日常の「外見」にまつわる刺激や情報を処理することで活性化され、個人の情報処理に影響を与える。

こうしたボディ・イメージの認知的・評価的側面である外見スキーマを測定する測度として、

Appearance Schemas Inventory (ASI; Cash & Labarge, 1996) および Appearance Schemas Inventory-Revised (ASI-R; Cash et al., 2004) を挙げることができる。ASI は人生における外見の重要性、意味、および影響力に関する個人の信念と、その信念に基づく投資の程度(宮前ら, 2019) を測定するために開発された (Cash & Labarge, 1996) が、この ASI を構成する項目の中には、外見に対するステレオタイプ的な考えを測定する項目が含まれていることが指摘され、Cash et al. (2004) は ASI-R を開発した。ASI-R は、自己評価が外見に基づいている程度、および社会的情緒的経験が外見によって左右されている傾向である「自己評価の特徴」と、外見の改善・管理に労力を費やす傾向である「動機づけの特徴」の2つの下位尺度から構成されている。外見スキーマは、マスメディアによって伝えられる理想的なボディ・イメージを内在化しやすい傾向と関連しており、さらには自らの体型に関する不満感とも関連することが指摘されている (Cash et al., 2004)。日本人大学生男女を対象として調査を行なった浦上ら (2015) においても、外見スキーマは、やせを理想化し、内在化する傾向と関連することが指摘されている。

18歳から22歳までの女性を対象としてデータを収集した高橋ら (2020) は、外見スキーマの自己評価の特徴が、自己の外見に対する否定的感情に影響を与えることを示しており、外見が自己の人生に大きく影響すると考えることは、自己の外見に否定的な感情を与えることを通して、自己受容を難しくすることも考えられる。そこで本研究では、SACCS で測定される自己受容と、外見スキーマとの関連について吟味を行う。

また、自己の外見について考えることは、「見られる」ことについて考えることでもある。特に、女性は、男性より自分の身なりについての関心が高く、周りからの目や他者からの評価を気にしやすい。飯塚 (2000) は、「あなたが誰かとバス停にいる時」と言う場面を想定し、その相手に視線を向けるか、または相手の視線を感じるかについ

て評定を求めている。その結果、女性の参加者は、男性の参加者に比べて、相手から視線を向けられていると感じる程度が強いことが示されている。見られる自分を意識することは、公的自意識 (菅原, 1984) と関連すると考えられるが、飯塚 (2000) の結果は、女性の方が男性よりも公的自意識が高いとする菅原ら (1986) の結果と整合的であると考えられることができる。

梶田 (1988) は、「少しでも人からよく見られたい」とか「人からいつも好かれていたい」あるいは「人の噂が気になる」といった領域の意識を「他者のまなざしとの関係における自己評価的意識」と呼び、これに対して「自分に自信を持っている」や「自分がいやになる」、「人より劣っていると感じる」といった領域の意識を「自分自身のまなざしのもとにおける自己評価的意識」と呼んでいる。そして、こうした自己評価的意識の構造に関して、男子では、「人の噂」に代表される「他者のまなざし」と、自分なりに自分を見ていくといった、「自分自身のまなざし」とが平行あるいは対抗するのに対して、女性では、「他者のまなざし」が中心的になると指摘している。そして、我々が意識する「他者のまなざし」は、まずもって自己の外的側面に注がれ、「自分の姿はあの人にどのように映っているのだろうか?」といった公的自意識 (public self-consciousness) の高まり (田中, 1999) ともなる。このような「まなざし」は、直接的な意味での「視線」であると同時に、概念的な意味での「視線」であるとも考えられる。すなわち実際に他者から向けられる「視線」であると同時に、直接向けられているか否かに限らず、本人が心の中で意識する「視線」とが存在するだろう。そして、特に本人が心の中で意識する「視線」をどのように捉えるのか、が自己評価、あるいは自己受容と関連するのではないだろうか。

視線は状況によって親愛と敵意という異なる機能をもつ (小俣, 1992) が、山内・小野 (2019) は、女性は、自分の身なりについての関心が高く、周囲からの評価を気にしやすいことを指摘し、視

線に関する不快感情尺度を作成している。この尺度は、当初、不安、恐怖、イラっきの3つの不快感情について測定することを意図して作成されたが、分析の結果、「不安・恐怖」因子と「イライラ」因子の2因子構造が確認されている。

以上より、本研究では、外見スキーマ(安保ら, 2012)と視線に関する不快感情(山内・小野, 2019)とを自己受容を測定する尺度であるSACCSと同時に測定することで、外見スキーマおよび視線に関する不快感情と自己受容との関連について吟味する。

II 方法

調査時期

調査は2022年9月に実施された。

調査対象者

中部圏のA大学に所属する大学生69名(女性34名, 男性35名)が調査に参加した。調査対象者の平均年齢は21.1歳($SD=5.02$)であった。女性のみ平均年齢は20.6歳($SD=2.19$), 男性のみ平均年齢は21.6歳($SD=6.73$)であった。

質問紙の構成

本研究では、川上(2017, 2018, 2019)の自己受容尺度、SACCS(Self Acceptance Compact and Comprehensive Scale)が使用された。SACCSは、女子大学生を対象に複数の自己受容尺度を統合し、“弱みのある自分の受け容れ”(「自分の弱いところも自分の一部として認めることができる」など)、“強みのある自分の受け容れ”(「自分の優れている部分を受けいれている」など)、“リセット希求のなさ”(「私は自分とは違うだけか別の人になりたい(逆転)」など)、“自己価値の肯定”(「私は生きる価値のない人間である(逆転)」など)、“自律性の受け容れ”(「私は自分のことは自分で解決する」など)、“対処能力への自信”(「将来何か問題が起こったとしても、何とか対処していけるという自信がある」など)の6因子に対応する下位尺度を構成する全17項目からなるコンパクトな自己受容尺度である。

上記の自己受容尺度に加え、本研究では①外見

スキーマ(安保ら, 2012)、②視線に関する不快感情尺度(山内・小野, 2019)の2つの尺度が用いられた。なお、この調査の実施に際しては、他の複数の尺度と組み合わせて質問紙が構成されたが、質問紙に含まれたがその他の尺度については、本研究では言及しない。

①外見スキーマについては、安保ら(2012)がCash et al.(2004)のASI-Rの日本語版として作成した外見スキーマ尺度を用いて測定が行われた。外見スキーマ尺度は、自己評価が外見に基づいていると考える程度や社会的・情緒的経験が外見によって左右されると考える程度を表す「自己評価の特徴(Self-Evaluative Salience: SES)」「普段の生活の中で、自分がどのように見えているかということについて、考えさせられることが多い」「初対面の人に会うとき、自分の見た目について、どう思われるか気になる」「これまで、自分の身に起きたことのほとんどは、自分の見た目に原因がある」など8項目、「動機づけの特徴(Motivational Salience: MS)」「私は、できるだけ自分の外見を魅力的にしようと努力している」、「私は、これまで、自分の外見にあまり注意を払ったことがない(逆転)」、「うまく洋服を着こなすことは、私にとっては、さほど重要ではない(逆転)」など5項目)の2因子から構成される尺度である。

②視線に関する不快感情については、山内・小野(2019)が作成した視線に関する不快感情尺度を用いて測定が行われた。視線に関する不快感情尺度は、「不安・恐怖」(「人前に出て発表をする際、それを聞いている人の視線に対して、不快に感じる」)、「2人で話しているのに沈黙になった際、相手の視線に対して、不快に感じる」、「授業や講習会などに遅刻して部屋に入った際、先にその部屋にいる人の視線に対して、不快に感じる」など7項目、「イライラ」(「知らない人が、ちらちら自分を見てくる視線に対して、不快に感じる」)、「数人のグループが話しながらちらちら自分を見てくる視線に対して、不快に感じる」、「自分の動きを監視するような目で見えてくる人の視線に対し

て、不快に感じる」など6項目)の2因子から構成される尺度である。

本研究では、以上すべての尺度に対して、「まったくあてはまらない(1)」から「非常によくあてはまる(5)」の5件法で回答が求められた。具体的には、「まったくあてはまらない(1)」～「どちらとも言えない(3)」～「非常によくあてはまる(5)」が記された5件法の選択肢のいずれかに○をつけることが調査対象者に求められた。

手続き

大学教員が担当する大学における心理学系講義の講義時間中に質問紙が配付され、調査対象者は集団で質問紙調査に参加した。調査対象者には個人のペースでこれらの回答を進めることが求められたが、実施時間はおよそ10分程度であった。

倫理的配慮

調査の実施に際しては、その結果が統計的に処理され、個人の結果が問題とされないこと、結果は研究の目的以外に使用されないこと、参加は自由意志によるものであり、いつでも質問への回答を辞められることをフェイスシートに記載し、周知した。これらの記載事項に同意する場合にのみ、調査に参加することが求められた。

III 結果

各尺度得点の算出

自己受容尺度 SACCS については、川上(2018, 2019)に倣い、6つの下位尺度得点(弱みのある自分の受け容れ得点、強みのある自分の受け容れ得点、リセット希求のなさ得点、自己価値得点、自律性の受け容れ得点、対処能力への自信得点)を個人ごとに該当項目に対する評定点の平均値によって算出した。この際、 α 係数の算出も行った。これらの得点の平均値および標準偏差を表1に示した。表1に示すように、SACCSの信頼性係数は、自律性の受け容れが.646とやや低いものの、それ以外はすべて.800以上であり、十分な信頼性を有すると判断され、以下の分析に用いられた。

関連尺度の尺度構成

続いて、外見スキーマ尺度、視線に関する不快感情尺度についても、それぞれの先行研究に倣って(下位)尺度の構成を行った。ただし、先行研究においては、該当する項目に対する評定点の合計点を下位尺度得点と見做していたが、本研究では、該当項目数が尺度ごとに異なることに鑑み、平均値によって、下位尺度得点を算出した。この際、 α 係数の算出も行った。これらの個人特性を測定する下位尺度得点の平均値および標準偏差を算出し、 α 係数も含めて表1に示した。

表1 SACCS, 外見スキーマ, 視線に関する不快感情尺度の平均値および標準偏差

	全体				女性			男性		
	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	α	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
弱みのある自分の受け容れ	69	3.64	0.97	.843	34	3.53	0.96	35	3.75	0.98
強みのある自分の受け容れ	69	3.38	1.16	.835	34	3.26	1.12	35	3.50	1.21
リセット希求のなさ	68	2.92	1.16	.814	33	2.98	1.15	35	2.87	1.18
自己価値の肯定	69	3.89	1.18	.926	34	4.05	1.07	35	3.74	1.27
自律性の受け容れ	69	3.45	0.84	.646	34	3.38	0.86	35	3.51	0.83
対処能力への自信	69	3.25	1.12	.900	34	3.16	1.11	35	3.33	1.14
自己評価の特徴	69	3.49	0.86	.862	34	3.68	0.85	35	3.30	0.85
動機づけの特徴	68	3.51	1.03	.869	34	3.96	0.86	34	3.06	0.99
不安・恐怖	69	2.81	0.91	.793	34	2.97	0.90	35	2.66	0.91
イライラ	69	3.63	0.96	.837	34	3.88	0.99	35	3.39	0.89

性差についての検討

SACCS の 6 つの下位尺度について、性差が認められるか否かを t 検定により吟味した。その結果、弱みのある自分の受け容れ ($t(65)=0.957$, $n.s.$), 強みのある自分の受け容れ ($t(65)=0.687$, $n.s.$), リセット希求のなさ ($t(65)=0.408$, $n.s.$), 自己価値の肯定 ($t(65)=1.052$, $n.s.$), 自律性の受け容れ ($t(65)=0.749$, $n.s.$), 対処能力への自信 ($t(65)=0.617$, $n.s.$) のいずれにおいても、性差は認められなかった。

一方、視線に関する不快感情については、不安・恐怖については、男女間で差異は認められなかった ($t(65)=1.566$, $n.s.$) が、イライラについて

は女性の方が男性よりも高い ($t(65)=2.124$, $p<.05$) ことが示された。また、外見スキーマについては自己評価の特徴については、男女間で差異は認められなかった ($t(65)=1.793$, $n.s.$) が、動機づけの特徴については女性の方が男性よりも高い ($t(65)=4.032$, $p<.01$) ことが示された。

SACCS と他の尺度との相関

次に、SACCS と、外見スキーマ、視線に関する不快感情との相関係数を算出し、この結果を表 2, 表 3 に示した。なお、相関係数については、Cohen (1992) に倣い、 $|r|=.10$ を効果量小、 $|r|=.30$ を効果量中、 $|r|=.50$ を効果量大と判断した。

その結果、外見スキーマに関して、女性におい

表 2 SACCS と外見スキーマとの相関

	全体		女性		男性	
	自己評価 の特徴	動機づけ の特徴	自己評価 の特徴	動機づけ の特徴	自己評価 の特徴	動機づけ の特徴
弱みのある自分の受け容れ	-.324 **	-.037	-.605 **	-.165	-.023	.170
強みのある自分の受け容れ	-.259 *	.033	-.387 *	.058	-.117	.103
リセット希求のなさ	-.518 **	-.027	-.623 **	-.121	-.465 **	.000
自己価値の肯定	-.232 †	.134	-.360 *	.033	-.199	.114
自律性の受け容れ	-.273 *	.044	-.358 *	.150	-.165	.042
対処能力への自信	-.234 †	.182	-.273	.269	-.175	.217

** $p < .01$, * $p < .05$, † $p < .10$

表 3 SACCS と視線に関する不快感情との相関

	全体		女性		男性	
	不安・恐怖	イライラ	不安・恐怖	イライラ	不安・恐怖	イライラ
弱みのある自分の受け容れ	-.326 **	-.352 **	-.494 **	-.677 **	-.143	.023
強みのある自分の受け容れ	-.356 **	-.331 **	-.452 **	-.498 **	-.252	-.139
リセット希求のなさ	-.328 **	-.332 **	-.615 **	-.715 **	-.092	.012
自己価値の肯定	-.346 **	-.205 †	-.527 **	-.417 *	-.259	-.101
自律性の受け容れ	-.216 †	-.210 †	-.399 *	-.553 **	-.013	.203
対処能力への自信	-.344 **	-.303 *	-.525 **	-.500 **	-.161	-.078

** $p < .01$, * $p < .05$, † $p < .10$

て、SACCSの多くの下位尺度が自己評価の特徴と有意な負の相関を示したが、男性については、リセット希求のなさのみが自己評価の特徴と有意な負の相関を示した。一方で、動機づけの特徴については、男女とも、SACCSの下位尺度とは相関関係が認められなかった。また、視線に関する不快感情に関して、女性においては不安・恐怖、イライラ共に、SACCSのすべての下位尺度と有意な相関を示したが、男性においては、不安・恐怖、イライラともに、SACCSのいずれの下位尺度とも有意な相関を示さなかった。

IV 考察

本研究では、SACCSで測定される女子大学生の自己受容と、外見スキーマおよび視線に関する不快感情との関連について、男子大学生との比較を含めて検討を行った。

まず、SACCSの6つの下位尺度について、本研究で扱った同一大学に所属する男女については、平均値の差は認められなかった。このことから、SACCSが、男女を区別せず使用できる自己受容に関する尺度であることが示唆された。これまで、女子大学生を対象としたデータを基に、SACCSの構成を行ってきたが、男性についてもSACCSを用いて、自己受容を測定することは可能ではないかと考えられる。もちろん、今回の研究において確認されたのは、あくまでも平均値の差異が認められない、という点についてのみであり、今後、下位尺度間の関係や他の心理特性との関連などについては、男女ごとに検討を重ねていく必要はある。しかしながら、男女を共通の下位尺度で測定できる可能性が示されたことはSACCSの応用可能性を広げたことになるであろう。

一方で、外見スキーマに関して、自己評価の特徴については男女差が認められない一方で、動機づけの特徴については、男性より女性の方が高いことが示された。この結果に関しても、女性の方が外見的魅力を重視し、その改善および維持のために労力を使う傾向にあることを報告している安保ら(2012)と部分的には整合的な結果であった。

安保ら(2012)においては、外見スキーマの2つの下位尺度には、いずれも性差が認められ、男性よりも女性で自己評価の特徴、動機づけの特徴ともに高いことが示されており、本研究においては認められなかった自己評価の特徴についての性差も認められている。安保ら(2012)のデータがおよそ10年前のデータであることを考えると、自己評価の特徴についての性差の消失は、時代の経過によるものである可能性もあるが、本研究の結果についても、数値的には安保ら(2012)のデータと同一の方向性を向いていることもあり、この点については、さらに詳細なデータ収集とその検討が必要である。

また視線に関する不快感情に関して、「不安・恐怖」については、男女差が認められない一方で、「イライラ」については男性より女性の方が高いことが示された。この結果については、山内・小野(2019)と整合的な結果であった。山内・小野(2019)は、不安・恐怖に比べて、イライラの項目が測定する状況は、自分一人に、多数の相手、しかも自分が知らない他者からの視線が向けられる状況であることを指摘し、自分の身なりについての関心が高く、周りからの目や他者からの評価を気にしやすい女性の方が、こうした状況で他者からの視線に対してイライラを感じやすいと解釈している。

また、SACCSと外見スキーマ、視線に関する不快感情との関連に関しても、性差が認められた。具体的には、外見スキーマとの関連について、女性においては自己受容の低さが自己評価の特徴、すなわち自己評価が外見に基づいていると考える傾向と関連していることが示されたが、男性ではこうした関連はあまり明確ではなかった。20代から60代の女性を調査対象者とした宮前ら(2019)は、外見スキーマにおける自己評価の特徴が、西田(2000)の心理的ウェルビーイングの尺度における「自己受容」(「私は自分の生き方や性格をそのまま受け入れることができる」など)と負の相関を有していることを示し、自己評価の特徴が外見に重きを置き、自身の外見に対する周囲の評価

を気にすることは、自分自身を受け容れにくくしていることを示唆している(宮前ら, 2019)。

また、大学生女性を対象に、構造方程式モデリングを用いて、外見的魅力を重視する信念が身体不満足感、外見に関する問題行動、ウェルビーイングに及ぼす影響を検討した高橋ら(2020)は、外見スキーマにおける自己評価の特徴が、身体不満足感を高め、これが、ウェルビーイングにネガティブな影響を及ぼすことを指摘している。本研究の結果は、宮前ら(2019)や高橋ら(2020)の結果と整合的であり、少なくとも女性においては、外見に基づく評価を重視するほど、外見を含めた自身の受容を難しくしてしまう可能性がある。先行研究では、日本人青年においても、男性よりも女性の方が外見的魅力に関する劣等感を強くもちやすいことが示されている。たとえば中学生、高校生、大学生男女を対象として調査を行った高坂(2008)は、劣等感に関する研究において、「スタイルがよくない自分」や「かっこよくない(かわいくない)自分」といった身体的魅力のなさが、男性よりも女性で高いことを示している。このように外見に重きを置くことが、外見に対する不満足感や劣等感を高め、結果的に自己受容を低くしているとも考えられる。

山本(2010)は、大学生を対象に、彼らの全体的自己価値について検討を行っている。全体的自己価値とは、「自分自身についての評価的感情であり、例えば自分のことが好きであるのか、自分に満足しているのかといった自分自身全体について肯定的に評価しているのか、それとも否定的に評価しているのかの程度を示すもの」(山本, 2010, p. 15)である。性別ごと、また学年ごとの検討の結果、男女とも、そしていずれの学年においても「身体的外見の自己評価」が全体的自己価値に比較的強く影響していること、また、外見の重要度に関する認知が外見の自己評価にネガティブに影響し、外見を重視しているほど、否定的な自己評価を持ってしまう傾向が示された。こうした傾向は、高校生男女を対象とした山本(2009)においても認められている。

また、どのような領域に自尊心や自分自身の価値の見積もりを随伴させるのかについての概念である「自己価値の随伴性」(Contingency of self-worth: CSW: Crocker, et al., 2003)に着目し、日本人大学生を対象に調査を行った内田(2008)は、競争性、外見的魅力、関係性調和、他者評価、学業能力、倫理、家族・友人サポートの7つの領域について、自己価値の随伴性について検討を行っている。その結果、外見的魅力については、男性よりも女性で高いことが示され、女性は、より外見の魅力で自己の価値が決まると考えやすいことが明らかとなった。

以上の先行研究を踏まえると、大学生、特に女性にとって自己を受容することの中で、外見を含めた自身をどう評価するか、どう受け容れるかは影響力の大きいポイントであるが、その影響力を外見スキーマ、特に、自己評価の特徴が媒介していると考えられることも可能である。

一方の、動機づけの特徴については男女とも、自己受容と明確な関連性は示されていない。高橋・根建(2016)は、外見のコントロールを試みることは、自身の欠点に注意が向きやすくなることで、身体不満足感が増加すると予測している。一方で、そうした努力をすることが自身の充実感を高め、人生満足感を増加させる可能性も指摘している。つまり、動機づけの特徴は、自身の欠点に注意を向けてしまうことで自己受容に対しても否定的影響を持つ一方で、努力に伴う充実感、あるいは人生満足感を介して、肯定的影響をも持ちうるのではないだろうか。この、否定的影響、肯定的影響のバランスが他の個人特性によって左右されることで、今回の結果のように動機づけの特徴と自己受容との間に、明確な関連性が認められなくなっている可能性もある。

さらに宮前ら(2019)は、動機づけの特徴については、自己受容を含めた心理的ウェルビーイングにポジティブな影響を与えることを示している。このことから宮前ら(2019)は、自己評価の特徴は精神的健康の脆弱因子、動機づけの特徴は保護因子としての役割を持ち、互いに抑制し合っている

る可能性を示唆しているが、本研究の結果からは、動機づけの特徴についてはさらに複雑なメカニズムで、自己受容を含めた心理的ウェルビーイングと関連している可能性が示されたと考えられる。

また、視線に関する不快感情については、女性で、不安・恐怖、イライラ共に、自己受容が低いほど、こうした不快感情を感じやすいことが示されたが、男性ではこうした関連は認められなかった。女性の場合は、視線に関する不快感情は、自己の否定や批判に対する感情的反応として生起しているものである可能性がある。

先述のように、女性は、周りからの目や他者からの評価を気にしやすいことから、自己受容が低い場合に、その自己に対してネガティブに評価されることを恐れたり、不快に感じたりすることが、視線に関する不快感情につながっていると考えられる。一方で、男性は他者からの評価を気にするというよりは、視線のもつ「脅威」「敵意」など(山内・小野, 2019)を感知することで、不快感情をもつのではないだろうか。こうした不快感情の生起メカニズムの差異が、自己受容との関連性の性差となって現れた可能性がある。

以上より、SACCSで測定される自己受容は、女性において、外見スキーマや視線に対する不快感情と関連していること、一方男性では、そうした関連はほとんど認められないことが示唆された。しかしながら、今回のデータは単一の大学に所属する小さなサンプルのものであることから、今後、より幅広く収集された大きなサンプルに基づいて改めて検証を行うことが期待される。

文献

- 安保健理子・須賀千奈・根建金男 (2012). 外見スキーマを測定する尺度の開発および外見スキーマとボディチェック認知の関連性の検討. *パーソナリティ研究*, **20**, 155-166.
- Cash, T. F. (2002). Body image: Cognitive behavioral perspectives on body image. In T. F. Cash & T. Pruzinsky (Eds.), *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice* (pp.38-46). New York: The Guilford Press.
- Cash, T. F., & Labarge, A. S. (1996). Development of the Appearance Schemas Inventory: A new cognitive body-image assessment. *Cognitive Therapy and Research*, **20**, 37-50.
- Cash, T. F., Melnyk, S. E., & Hrabosky, J. I. (2004). The assessment of body image investment: An extensive revision of the appearance schemas inventory. *International Journal of Eating Disorders*, **35**, 305-316.
- Cohen, J. (1992). A power primer. *Psychological Bulletin*, **112**, 155-159.
- Crocker, J., Luhtanen, R. K., Cooper, M. L., & Bouvrette, A. (2003). Contingencies of self-worth in college students: Theory and measurement. *Journal of Personality and Social Psychology*, **85**, 894-908.
- Hitokoto, H. & Uchida, Y. (2015). Interdependent happiness: Theoretical importance and measurement validity. *Journal of Happiness Studies*. **16**, 211-239.
- 飯塚雄一 (2000). “見ている一見られている” という意識について. 島根県立看護短期大学紀要, **5**, 119-124.
- 稲垣宏樹・井藤佳恵・佐久間尚子・杉山美香・岡村毅・栗田圭一 (2013). WHO-5 精神健康状態表簡易版 (S-WHO-5-J) の作成およびその信頼性・妥当性の検討. *日本公衆衛生雑誌*, **60**, 294-301.
- 梶田叡一 (1988). 自己意識の心理学. 東京大学出版会.
- 春日由美 (2015). 自己受容とその測定に関する一研究. *南九州大学人間発達研究*, **5**, 19-25.
- 川上正浩 (2017). 女子大学生の自己受容を測定する. 大阪樟蔭女子大学大学院人間科学研究科臨床心理学専攻・附属カウンセリングセンター研究紀要, **11**, 27-39.
- 川上正浩 (2018). 女子大学生の自己受容を測定する (2). 大阪樟蔭女子大学大学院人間科学研

- 究科臨床心理学専攻・附属カウンセリングセンター研究紀要, **12**, 31-39.
- 川上正浩 (2019). 女子大学生の自己受容を測定する (3). 大阪樟蔭女子大学大学院人間科学研究科臨床心理学専攻・附属カウンセリングセンター研究紀要, **13**, 25-31.
- 川上正浩 (2022). 女子大学生の自己受容を測定する (5) —— 幸福感との関連. 大阪樟蔭女子大学大学院人間科学研究科臨床心理学専攻・附属カウンセリングセンター研究紀要, **16**, 53-59.
- 清兼渚・鈴木友美・五十嵐哲也 (2014). 青年期における自己受容・他者受容のバランスと発言抑制. 愛知教育大学教育臨床総合センター紀要, **4**, 25-32.
- 高坂康雅 (2008). 自己の重要領域からみた青年期における劣等感の発達の变化. 教育心理学研究, **56**, 218-229.
- 宮前光宏・大江悠樹・上家倫子・丹松由美子・堀越勝 (2019). 外見スキーマが精神的健康に与える影響—女性を対象とした横断研究—. *Journal of Health Psychology Research*, **31**, 89-99.
- 西田裕紀子 (2000). 成人女性の多様なライフスタイルと心理的 well-being に関する研究. 教育心理学研究, **48**, 433-443.
- 小俣謙二 (1992). 日本人学生の座席選択にみられる特徴. 名古屋文理短期大学紀要, **17**, 9-16.
- 菅原健介 (1984). 自意識尺度 (self-consciousness scale) 日本語版作成の試み. 心理学研究, **55**, 184-188.
- 菅原健介・山本真理子・松井豊 (1986). self-consciousness の人口統計学的特徴. 日本心理学会第 50 回大会発表論文集, 658.
- 高橋恵理子・根建金男 (2016). 青年期女性の身体不満足感への認知行動的介入 —— 外見に関する信念に焦点を当てた思いやり/いつくしみのアプローチ. 行動療法研究, **42**, 225-235.
- 高橋恵理子・関口由香・根建金男 (2020). 外見的魅力を重視する信念が身体不満足感, 外見に関する問題行動, ウェルビーイングに及ぼす影響. 女性心身医学, **25**, 19-25.
- 田中久美子 (1999). なぜ, 女性は容姿にこだわるのか?: 相互依存症と自己対象化理論から. 京都大学大学院教育学研究科紀要, **45**, 162-171.
- 内田由紀子 (2008). 日本文化における自己価値の随伴性— 日本版自己価値の随伴性尺度を用いた検証— 心理学研究, **79**, 250-256.
- 浦上涼子・小島弥生・沢宮容子 (2015). メディアの利用と瘦身理想の内在化との関係. 教育心理学研究, **63**, 309-322.
- 山本ちか (2009). 高校生の全体的自己価値の検討. 名古屋文理大学紀要, **9**, 29-36.
- 山本ちか (2010). 大学生の全体的自己価値の検討. 名古屋文理大学紀要, **10**, 15-22.
- 山内裕斗・小野史典 (2019). 視線に関する不快感情尺度の作成, 及びメタ認知との関連. ストレス科学研究, **34**, 65-71.