

独自性欲求及び「ふつう」認知が精神的健康に及ぼす影響

The Effect of Need for Uniqueness and “Futsu” Cognition on Mental Health

佐野 予理子 SANO, Yoriko

● 国際基督教大学大学院教育学研究科
Graduate School of Education, International Christian University

黒石 憲洋 KUROISHI, Norihiro

● 国際基督教大学大学院教育学研究科
Graduate School of Education, International Christian University



独自性欲求, 「ふつう」認知, 精神的健康

Need for uniqueness, “futsu” cognition, mental health

ABSTRACT

This study investigated the effect of need for uniqueness and “futsu” cognition on mental health. The “futsu” cognition was defined as the tendency which people consider themselves ordinary, normative, and standard. Consistent with Theory of Uniqueness, it was confirmed that need for uniqueness correlated with mental health positively. However, this study indicated that need for uniqueness correlated with loneliness positively. It was discussed that “futsu” cognition was the factor that determined the degree of loneliness for people whose need for uniqueness was low.

問題

人は誰であっても他者とは異なるユニークな存在でありたいという独自性欲求を持つとされる (Snyder & Fromkin, 1977; Snyder & Fromkin, 1980; 岡本, 1988). Snyder & Fromkin (1980) によって提唱された独自性理論は, 多数の他者との極度に高い類似性の知覚はネガティブな感情を生起させ, そのネガティブな感情を低減または解消するために他者に対する自己の類似度の知覚を低くするような方略をとらせるということを論じた. 例えば, 多くの他者との類似度が非常に高いというフィードバックを与えた場合, 類似度が中程度であるというフィードバックを与えた場合に比べ, 新奇な経験を試みようという気持ちが強くなったり (Fromkin, 1972), 不快な情動を報告したりする (Okamoto, 1983). そして, 独自性欲求の充足には自己のさまざまな側面が用いられると言われており, 態度, 信念, 価値観, 趣味, 持ち物, 達成行動などがあげられている (Snyder & Fromkin, 1980). 従って, 独自性理論で考えられている独自性とは異常や逸脱とは異なり, 社会的に受容される差異であると言われている. そのため独自性理論における独自性とは他者とのポジティブな面での差異であり, 他者とは類似していない自己を知覚することにより自尊感情を高めようとする傾向性であると指摘されている (e. g., Snyder & Fromkin, 1980; 山岡, 1989). 実際, Snyder & Fromkin (1977) は独自性欲求と自尊感情との間に有意な正の相関を見出しており, 彼らはこの結果が独自性欲求と自尊感情との理論的結びつきを確証させると主張している.

けれども, 一般に日本人の独自性欲求は低い (岡本, 1988). その理由として考えられるのは文化による自己観の違いである. つまり, 北米をはじめとする欧米では自己は他者から独立し切り離された存在であると考えられる一方, 日本をはじめとするアジアにおける自己は他者と結びついた関係性の中に埋め込まれた存在であると考えられている (Markus & Kitayama, 1991).

そして個人の精神的健康や適応的な生き方は文化や社会が規定するものであり, 日本における適応的な生き方とは個の主張性や独自性よりも関係性の中で生じる (遠藤, 1995). 従って, 周囲との調和を保つことに重きを置く日本では, 個性的であることよりむしろ多くの他者と同じで変わっていないこと, つまり「ふつう」であることを志向し, 「ふつう」であることが精神的健康に関わっていると考えられる.

実際, 元橋 (1993) は日本人には周囲の様子を気にしみんなどと一緒にいることを求める心理があることを示唆し, そうした心理が「周囲から逸脱する不安」「失敗することへの不安」や「低い積極性」と強く関連していることを示した. そこで, 日本人は周囲の他者との距離感に敏感で, 周囲から脱落していることを恐れると考えられる.

大橋・針原 (2000) は, 自分を「ふつう」であると認知することと自己評価の関連を検討した. その結果, 「ふつう」であることに価値をおく人々においては, 自分を「ふつう」である (変わっていない) と認知するほど, 自分が好きで価値があることを示唆した. また, 大橋・山口 (2003) は「ふつう」の人は「ふつう」でない人よりもよいイメージを持たれて好かれていることや, 人々が考える「ふつう」の人の特徴とは利他性が高く自己主張する能力にやや欠けるという日本で重視される周囲の他者との良好な関係の維持に役に立つ特性であることを示唆した.

しかし日本では「ふつう」であることが重要視され, 個人の精神的健康に関連していると考えられるにも関わらず, 先行研究では「ふつう」であるという自己認知 (以下「ふつう」認知) と個人の精神的健康の関連について直接検討されていない. そこで本研究では, 独自性欲求と精神的健康との関連を検討する中で, 独自性欲求と「ふつう」認知との関連や「ふつう」認知が心理的適応にどのように関わっているかを探索的に検討する.

方法

私立大学の学生81名を対象に質問紙調査を行った。回答が不完全であるものを除き、76名(男性29名, 女性47名; 平均年齢19.6歳 $SD = 2.23$)を分析に使用した。

人は様々な側面から自己を認知している (e.g., 山本, 松井, 山成, 1982) ため, 本研究ではそのような自己認知の多面性を考慮し様々な側面から「ふつう」認知を検討した。質問紙の内容は, まず自己認知11側面における「ふつう」認知を尋ねた(11項目)。これらの項目は, 山本, 松井, 山成(1982)における自己認知13側面を参考に独自に作成された。本研究で用いられた自己認知11側面は, 社交能力・優しさ・生き方・真面目さ・性的能力・経済力・外見・趣味・意見・社会常識・健康状態, である。各11側面それぞれにおいて自分が「ふつう」である程度を5件法(1; 「全くそう思わない」~5; 「非常にそう思う」)で評定させた。

次に, 精神的健康の指標として以下に挙げる3つの尺度に回答させた。①STAI日本語版(清水・今栄, 1981)のうち特性不安に関する20項目, 4件法(1; 「全くそうでない」~4; 「全くそうである」)。②改訂版UCLA孤独感尺度日本語版(諸井, 1991)20項目, 4件法(1; 「全く感じていない」~4; 「全く感じている」)。③心理的well-being

尺度(西田, 2000)43項目, 5件法(1; 「非常にあてはまらない」~5; 「非常にあてはまる」)。

最後に独自性欲求尺度(岡本, 1985)32項目に5件法(1; 「全然あてはまらない」~5; 「非常にあてはまる」)で評定された。

結果

まず, 各尺度について記述統計を求めた(表1)。次に, 独自性欲求と「ふつう」認知及び精神的健康指標との相関を求めた(表2)。不安感と孤独感に正の相関関係($r=.35, p<.01$), 不安感と心理的well-being, 孤独感と心理的well-beingには負の相関関係($r=-.59; r=-.56, p<.01$)が確認された。また, 独自性欲求は「ふつう」認知と負に相関し($r=-.40, p<.01$), 孤独感, 心理的well-beingと正に相関した($r=.35 r=.36, p<.01$)一方, 「ふつう」認知は心理的well-beingと負に相関していた($r=-.33, p<.05$)。

そして, 自己認知11側面ごとの「ふつう」認知と有意に独自性欲求及び各精神的健康指標との相関を求めた(表3)。11側面中7側面において独自性欲求は「ふつう」認知と負に相関した。また, 社交能力に関して, 「ふつう」認知と孤独感に負の相関が見られ, 優しさや生き方に関して, 「ふつう」認知と心理的well-beingに負の相関が見られた。

表1 独自性欲求及び「ふつう」認知と各適応尺度の平均値(標準偏差)

独自性欲求	「ふつう」認知	不安感	孤独感	well-being
2.93(.43)	3.35(.66)	2.41(.37)	1.88(.47)	3.64(.47)

注) 不安感尺度及び孤独感尺度は4件法, 心理的well-being尺度「ふつう」認知及び独自性欲求尺度は5件法

表2 独自性欲求と「ふつう」認知及び各適応指標との相関

	1	2	3	4
1. 独自性欲求 ($\alpha = .83$)				
2. 「ふつう」認知 ($\alpha = .85$)	-.40**			
3. 不安感 ($\alpha = .78$)	-.21	.09		
4. 孤独感 ($\alpha = .90$)	.35**	-.14	.35**	
5. well-being ($\alpha = .90$)	.36**	-.33*	-.59**	-.56**

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

表3 11側面ごとの「ふつう」認知と独自性欲求及び各適応指標との相関

	独自性欲求	不安感	孤独感	well-being
社交能力	-.12	-.03	-.32**	.05
優しさ	-.41**	.16	-.14	-.26
生き方	-.37**	.19	-.18	-.25
真面目さ	-.25*	.09	-.12	-.19
性的能力	-.30*	-.04	-.21	-.15
経済力	.03	.07	.16	-.19
外見	-.32**	.03	-.18	-.02
趣味	-.19	-.03	-.12	-.25
意見	-.39**	.10	-.14	-.24
社会常識	-.29*	.16	-.06	-.23
健康状態	-.16	.01	-.11	-.21

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

次に、独自性欲求と「ふつう」認知それぞれに関し、各平均値において高群と低群に分割し、各精神的健康指標を従属変数として2（独自性欲求；高群，低群）×2（「ふつう」認知；高群，低群）の分散分析を行った。その結果、不安感（ $F(1,54) = 4.77, p < .05$ ）と心理的well-being（ $F(1,54) = 3.19, p < .10$ ）において独自性欲求の主効果が見られた。独自性欲求高群の方が低群に比べ不安感が低く、心理的well-beingが高かった。また、孤独感において独自性欲求×「ふつう」認知の交互作用の有意傾向が見られた（ $F(1,54)$

$= 3.15, p < .10$ ）。下位検定の結果、独自性欲求低群において、「ふつう」認知高群に比べ低群の方が孤独感が高かった（ $t(54) = 3.02, p < .10$ ）（図）。

考 察

本研究では、まず先行研究で指摘されている独自性欲求と精神的健康との関連を検討した。そして、独自性欲求と「ふつう」認知との関連や「ふつう」認知が精神的健康にどのように関わっているかを探索的に検討した。

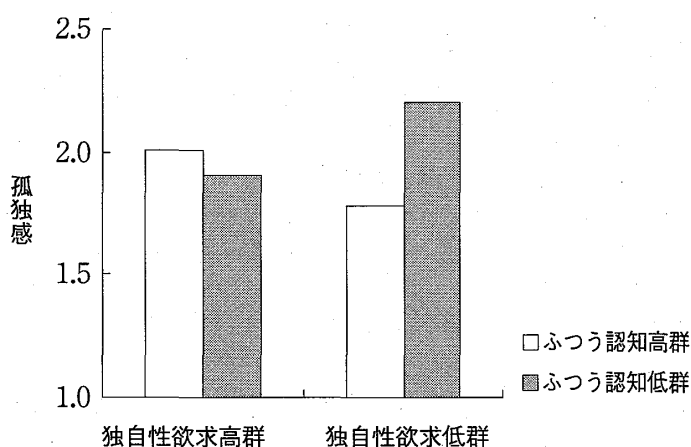


図 「ふつう」認知高低・独自性欲求高低 条件別孤独感

まず、独自性欲求と心理的 well-being に正の相関関係が見られた点や、独自性欲求高群の方が低群に比べ不安感が低く、心理的 well-being が高いという結果から、日本においても独自性欲求が精神的健康と強く関連していることが全般的に確認された。独自性欲求を持ち、それを充足することで人はより生き生きとした精神的活動を行うことができると言えるだろう (宮下, 1991)。

けれども、独自性欲求は孤独感とは正に相関しており、一概に独自性が精神的健康に結びついているとも言いきれない。他者とは異なるユニークな存在でありたいという欲求は人間の心のバランスにとって本質的な欲求であると言えるものの (岡本, 1996)、他者との関係性においてはこうした欲求が孤独感に結びついてしまう可能性がある。独自性理論における独自性は社会的に受容され得る差異であると考えられているが (e. g., 山岡, 1989)、対人関係において自己と他者の差異性の知覚が意味するものは“隔たり”であり、親しい友人との間であっても孤独感や落胆をもたらすことは事実である (平田, 2002)。自己と他者の類似性の知覚が対人関係の親密化を生み出すと言われているように (e. g., Byrne & Nelson, 1965)、他者との関係性においては人々は「変わっていないこと」、すなわち「ふつう」であることを重要視すると考えられる。社交能力といった他者との関係性に関わる側面においてはふつうであると認知する人ほど孤独感が低いという結果はこうした指摘を支持すると共に、周囲の他者との調和を保つことを重視する日本においては精神的健康が関係性の中で生じるという従来の指摘 (遠藤, 1995) をも支持する結果である。

本研究は、独自性欲求が低い人々においては「ふつう」認知の高低が孤独感の高さを規定する要因であることを示唆した。類似性と独自性は対立した次元上では捉えられず、ある程度類似した背景の上に成り立つ質的差異が独自性であると指摘されているように (山岡, 1989)、独自性追求の前提として「ふつう」であることが暗黙のうちに内在化されている可能性が考えられ

る。すなわち、独自性欲求が高い人は「ふつう」であることが既に内在化されており、その上で独自性を求めているため心理的に安定していると考えられる一方、独自性欲求が低い人々にとっては独自性追求の前提としての「ふつう」認知が低いまま独自性を追求することは適応的でないと考えられるかもしれない。独自性欲求には質的に異なるタイプがあることが指摘されており (宮下, 1991)、そうしたさまざまな独自性欲求表出タイプと「ふつう」認知との関連は今後の検討課題である。

そして、人々が自分を「ふつう」であると認知する集団と独自性を発揮したいと感じる対象が異なっていた可能性がある。自らの「ふつうさ」は判断や行動の基準を共有する準拠集団においてなされる認知と考えられるのに対し、従来の独自性欲求に関する研究 (e. g., Snyder & Fromkin, 1980) から考えれば、独自性は極めて一般的な不特定多数の他者との比較において追求されると考えられるかもしれない。今後は、独自性欲求と「ふつう」認知の関連だけでなく、独自性や差異性の認知及び「ふつう」でありたいといった「ふつう」欲求をも考慮に入れた包括的な検討をする必要があるだろう。

引用文献

- Byrne, D., & Nelson, D. (1965). Attraction as a liner function of proportion of positive reinforcements. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1, 659-663.
- 遠藤由美 (1995) 精神的健康の指標としての自己をめぐる議論 *社会心理学研究*, 11 (2), 134-144.
- Fromkin, H. L. (1972) Feeling of interpersonal undistinctiveness: An unpleasant affect state. *Journal of Experimental Research in Personality*, 6, 178-12.
- 平田万里子 (2002) 自己差異性のもたらす情動が関係発展への期待に及ぼす影響 *立教大学心理学研究*, 44, 39-46.
- Markus, H., & Kitayama, S. (1991). Culture and self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, 98 (2), 224-253.
- 宮下一博 (1991) 大学生の独自性欲求の類型化に関

- する研究 教育心理学研究, 39, 214-218.
- 諸井克英 (1991) 改定UCLA孤独感尺度の次元性の検討 静岡大学文学部人文論集, 42, 23-51.
- 元橋豊秀 (1993) 人並み志向と平準化志向 社会心理学研究, 9 (1), 1-12.
- 西田裕紀子 (2003) 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.
- 岡本浩一 (1982) “独自性理論”における類似性に関して 心理学評論, 25 (2), 165-177.
- Okamoto, K. (1983). Effect of excessive similarity feedback on subsequent mood, pursuit of difference, and preference for novelty and scarcity. *Japanese Psychological Research*, 25, 69-77.
- 岡本浩一 (1985) 独自性欲求個人差測定に関する基礎的研究 心理学研究, 56 (3), 160-166.
- 岡本浩一 (1988) ユニークさの社会心理学 川島書店.
- 岡本浩一 (1996) ユニークネス 大淵憲一・堀毛一也 (編) パーソナリティと対人行動 誠信書房, 169-186.
- 大橋恵・針原素子 (2000) 自分を「ふつう」だと認知することは自己評価を高めるか? 日本社会心理学会第41回大会発表論文集, 20-21.
- 大橋恵・山口勤 (2003) 「ふつうの人」ってどんな人? : 身近にいる「ふつうの人」「ふつうでない人」の印象の比較 日本グループ・ダイナミックス学会第50回大会発表論文集, 114-115.
- 清水秀美・今栄国晴 (1981) STATE-TRAIT ANXIETY INVENTORYの日本語版 (大学生用) の作成 教育心理学研究, 29, 62-67.
- Snyder, C. R., & Fromkin, H. L. (1977) Abnormality as a positive characteristic: The development and validation of a scale measuring need for uniqueness. *Journal of Abnormal Psychology*, 86, 518-527.
- Snyder, C. R., & Fromkin, H. L. (1980). *Uniqueness: The human pursuit of difference*. New York: Plenum Press.
- 山本真理子・松井豊・山成由紀子 (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.
- 山岡重行 (1989) 3種のユニークネス剥奪フィードバックがユニークネス追及行動に及ぼす効果 実験社会心理学研究, 29, 13-25.
- 山岡重行 (1995) 自己確証としてのユニークネス追及行動—ユニークネス研究への新アプローチ— 心理学研究, 66(2), 107-115.