

## インポスター現象研究の概観

藤江 里衣子<sup>1)</sup>

### インポスター現象の概念と定義

インポスター現象とは、「学問的・専門的分野において、客観的に成功しているという証拠があるにも関わらず、本人は虚偽感や無価値感を抱き、知的な面で他者を欺いていると感じる内的経験 (Clance, 1985)」と定義されている。これは、Pauline Rose ClanceとSuzanne Imesという臨床心理学者が1978年に提唱した概念である。

では具体的にインポスター現象とはどのようなものなのか。インポスター現象を経験しやすい人の特徴として様々なことが挙げられているが、これらは大きく以下の4つに分けられると考えられる。

1つ目は、「成功を運などの外的な要因に帰属すること」である。インポスター現象を経験しやすい人は、自分の成功が自分自身の能力によるものではなく、幸運や運命や、個人的な魅力といった外的な資源によるものであるという密かな信念を持ち続けている (Clance & Imes, 1978; Sightler & Wilson, 2001; Sonnak & Towell, 2001)。そして自分が現在の地位に値しないと考えているのである。ほとんどの先行研究が、インポスター現象を経験している人は、自分の成功を内的要因より外的で不安定な要因から生じるものと解釈する、ということを示唆している (Chae, Piedmont, Estadt, & Wicks, 1995; Imes, 1979; Ross, Stewart, Mugge, & Fultz, 2001; Topping & Kimmel, 1985)。反対に、失敗については、能力などの内的要因に帰属する傾向も指摘されている (Thompson, Davis, & Davidson, 1998)。このため、実際に何かに成功した時にも、それは運がよかったからだと考え、喜びも一時的なものに終わってしまうのである。

2つ目は、「自分の能力に自信が持てないこと」である。インポスター現象を経験しやすい人は、自分に能力があるという証拠を示されてもそれを受け入れられない。そのため実際に課題に直面している時には、自分は能力が

ないので二度と成功できないのではないかと、という不安に苦しむことになる (Clance, 1985; Sightler & Wilson, 2001)。

3つ目は、「他者に無能さが見破られてしまうのではないかと恐れていること」である。つまりインポスター現象を経験しやすい人は、自分は他の人が思っているほど有能ではなく、いずれ自分に対する他者の期待を満たすことができなくなるのではないかとこの恐れを抱き続けているのである (Casselmann, 1992)。したがって、成功した時もしそれを認めてしまったら、さらに高い要求を課され、他者の期待に応えきれなくなるのではないかとこの恐怖を感じてしまう (Clance, 1985)。

4つ目は、「自分自身に課す基準の高さ」である。インポスター現象を経験しやすい人は、物事への基準がとても高く、何かにおいてまさに最良であり、特別であり、完全に行動するという要求にしばしばとりつかれている (Clance, 1985; Thompson, et al., 1998)。したがって、何かの課題を課された場合、いくらそのために努力しても満足することができないのである。また、何かを達成したとしても、不足している部分に目が行き、達成感を味わえないのである。

以上の特徴を踏まえ、本論文では「インポスター現象」を、「客観的に高い評価を得ている分野について、評価が高いのは運がよかったため実際には自分は能力がないのだと感じ、同時に能力がないことを他者に見破られてしまうのではないかとこの不安も感じる経験」と定義する。さらに、このような経験をしやすいつ性的なことを「インポスター現象特性」と呼ぶことにする。

### インポスター現象が提唱されるまで

インポスター現象とは、どのような流れの中で提唱されたものなのだろうか。以下に概観してみたい。

Impostorとは、もともと「自分の目的のために、人をそそのかし魅了する驚くべき能力を備えた詐称者」を意味している。こういった impostor の背景については、Abraham (1925) や Greenacre (1958a) が、エディプ

1) 名古屋大学大学院教育発達科学研究科研究生 (指導教員: 平石賢二教授)

スコングレックスの観点から精神分析的な考察を行ってきた。また、1955年にはDeutschが、impostorに対する分析的治療の実践に関する報告をしている。

これに対し1974年には、Finkelsteinが、impostorが生じるメカニズムについて、やや異なる視点を示している。ここでは、impostor的な精神的特徴が発達する背景として、完全主義的な見かけや努力を奨励するような両親の期待が大きな役割を果たす、とされている。こういった両親の期待を受けた子どもは、周りから思われている自分と、実際の自分との間の不一致があまりに大きすぎることに由来する不全感を感じるようになる。そしてこの不全感を、自分自身及び他の人々から隠さなければならず、嘘のアイデンティティを設定する必要が生じるのである。この論文はimpostorについて述べたものであるが、他者から見た自分と実際の自分の不一致感など、後に提唱されるインポスター現象との共通点が多く見られる。

そして1975年には、Conradが、Impostorを、“真のimpostor”と“神経症的なインポスター”の2つに区別している。ここで述べられている“真のimpostor”というのは、これまで述べられてきたような、他者に偽の姿を信じ込ませる人たちのことである。一方“神経症的なインポスター”というのは、ほとんどの客観的証拠はそう示していないにも関わらず、自分が他者に偽の姿を信じ込ませているように「感じる」という人のことであり、Conradは、この2つを同じ連続体の中の両極として捉えた。この“神経症的なインポスター”は、後(1978年)に提唱されるインポスター現象と同様のことを述べていると思われる。

このような中、ClanceとImesは、150名の成功した女性との心理療法、相互作用グループ、大学の講義といった関わりの中から、成功した女性がある特徴を持つ経験をしていることに気づいた。その特徴とは、以下のようなものである：まず、高い達成をしていると周りから認められているにも関わらず、成功しているという感覚を経験できない。そして、自分は知的でないという強い信念を持っており、この信念に矛盾するような証拠を否定する様々な手段を持っている。彼女らは同僚や上司に過大評価されていると思っており、自分が実は知的側面での詐欺師(impostor)であるということを見破られるのではないかと、という恐れを抱いている。Clanceらは、こういった特徴をまとめた概念として、1978年、「インポスター現象」を提唱した。

### インポスター現象の背景因

なぜインポスター現象を経験している人は、客観的に

高い達成をしているにも関わらず、それは本当の能力によるものではなく、成功しているように見えるだけに過ぎない、とってしまうのだろうか。これについてはこれまで、家族関係と社会的性役割の観点から検討されてきた。

家族背景については、Clanceら(1978)が、2つのパターンを挙げている。1つ目のパターンは、家族によって“知的”とされている兄弟や親戚がいる時である。こういった場合、その人は自分がどんな達成をするかに関わらず、自分は兄弟ほど知的ではないというメッセージを家族から受ける。しかし一方で、家族以外からは、自分は知的であるというメッセージを受ける。この不一致から、その人は自分の能力に疑いを抱くようになるのである。2つ目のパターンは、家族が「あなたはすべてにおいて優秀で、完璧な子だ」というメッセージを伝えている時である。しかし、現実生活では、すべて完璧にいくとは限らない。するとその人は、自分が基準を完全に満たせなかったということで、自分の能力に疑いを抱くようになるのである(Beason, 1996)。これを裏付けるように、家族が知的能力と高い達成を重視する場合には、インポスター現象を経験しやすい、とする研究もある(Clance & Imes, 1978; King & Cooley, 1995)。他に、親が統制的・過保護であると、インポスター現象を経験しやすいとする研究もある(Sonnak & Towell, 2001; Langford & Clance, 1993; Want & Kleitman, 2006)。

社会的性役割については、次のように説明されている。社会的な成功をするということは男性的であり、望ましい女性像に一致しない。このために、女性は成功することに葛藤を感じる。したがって、女性が成功すると、その原因を能力でなく運に帰属してしまうのである(Clance & Imes, 1978; Holmes, Kertay, Adamson, Holland, & Clance, 1993; Steinberg, 1986)。

このような背景から、当初インポスター現象は女性に特に強く経験されるとされていた(Clance & Imes, 1978)。しかし、その後のほとんどの研究は、女性と男性の間でインポスター現象の経験の程度には差がない、としている(Bussotti, 1990; Casselman, 1992; Chae, Piedmont et al., 1995; Dingman, 1987; Fried-Buchalter, 1997; Imes, 1979; Langford, 1990; Sonnak & Towell, 2001)。

### インポスター現象と関連する特徴

インポスター現象特性とパーソナリティや、精神的健康との関連について、先行研究でも様々な指摘がなされてきた。

パーソナリティについては、以下のようなことが指摘

されている。インポスター現象特性は、自己評価への高い基準 (Thompson et al., 1998)、普通の行為への過度な不満 (Matthews, & Clance, 1985)、少しのミスを失敗と捉え、失敗することへの恐れが強い (Thompson et al., 1998) といった、完全主義的なパーソナリティと関係がある。また、インポスター現象特性が高い人は、物事への統制感が低く (Thompson, Foreman, & Martin, 2000; September, McCarrey, Baranowsky, Prent, & Schindler, 2001)、成功への罪悪感も持ちやすいとされる (Clance, & O'Toole, 1987)。これらは、インポスター現象の特徴を考えれば、納得のいくところであろう。

他にインポスター現象特性とビッグファイブとの関連も指摘されてきた。具体的には、内向性の高さ (Clance, & O'Toole, 1987; Langford & Clance, 1993; Chae et al., 1995)、誠実性の高さ (Chae, 1995; Chae et al., 1995; Ross et al., 2001; Bernard, Dollinger, & Ramaniah, 2002)、神経症傾向の高さ (Lester, & Moderski, 1995; Chae et al., 1995; Ross et al., 2001; Bernard et al., 2002) との相関が確認されている。

さらに、インポスター現象特性が高い人の自己認識に関して、多くの研究が、自己を過小評価する傾向 (Clance & O'Toole, 1987; Leary, Patton, Orlando, & Funk, 2000)、自己疑念の高さ (Oleson, Poehmann, Yost, Lynch, & Arkin, 2000)、自己受容の低さ (September, 2001) を示している。これらのことから予想されるように、インポスター現象を経験しやすい人は、自尊心が低い傾向があり (Harvey, 1981; Topping, & Kimmel, 1985; Steinberg, 1986; Sonnak, & Towell, 2001)、これは、研究によって使用する尺度が異なっても支持される、強い特徴であるという (Castoro, Jones, & Mirsalimi, 2005)。

また、インポスター現象を経験しやすい人の精神的健康についても、これまでに様々なことが示されてきた。具体的には、インポスター現象特性が高い人は、現在の心理的苦痛 (Henning, Ey, & Shaw, 1998)、不安 (Steinberg, 1986; Clance & O'Toole, 1987)、抑うつ (Steinberg, 1986; Bernard et al., 2002; Oriol, Plane, & Mundt, 2004)、フラストレーション (Steinberg, 1986) が高いという。

以上のことから予測されるように、インポスター現象特性の高い人は、思慮深く、良心的で、控え目であるなど (Fruhan, 2002)、周囲から見ると肯定的な面を多く持っている。しかし、本人の内面は不安や抑うつが高く、周りからは分からない苦痛を多く経験している可能性がある。

## インポスター現象を測定する尺度

インポスター現象が、様々な研究者によって取り上げられるようになるにつれ、インポスター現象を測定する尺度も考案されてきた。それは以下の3つである。

1つ目は、The Harvey Impostor Phenomenon Scale (HIPS; Harvey, 1981) である。これは、インポスター現象と関連した認知や情動の存在を測定するために考案された14項目からなるものであり、十分な内的一貫性 ( $\alpha = .85$ ) と、収束的、弁別的妥当性があるとされてきた (Harvey, 1981)。しかし、その後の研究で、HIPSの信頼性は低いという結果が得られた ( $\alpha = .34$ , Edwards, Zeichner, Lawler, & Kowalski, 1987;  $\alpha = .64$ , Kolligian & Steinberg, 1991)。また、Holmes et al. (1993) は、HIPSのスコアからは、インポスター現象を経験しやすい人と、経験しにくい人を分けるような明確な境界は得られず、弁別する道具としては不十分である、としている。さらに、Chrisman, Pieper, Clance, Holland, & Glickauf-Hughes (1995) は、HIPSを用いた研究 (Flewelling, 1985; Lawler, 1984; Topping, 1983) では、予想される領域で有意な関係を見つけないことができなかったと述べ、これは、HIPSの言葉遣いから、この尺度が望ましくない特徴を測定していると捉えられた結果かもしれない、と考察している。

一方で、インポスター現象の提唱者である Clance により、Clance Impostor Phenomenon Scale (CIPS; Clance, 1985) も考案された。これは、HIPSで測定されたものに、評価への恐れ、成功を繰り返すことができないことへの恐れ、他者よりも無能であることへの恐れ、を加えたものを測定する20項目からなる尺度である。内的一貫性も高く ( $\alpha = .84 \sim \alpha = .96$ )、3つの主要な因子 (Fake, Discount, Luck) が見出されている (Kertray, Clance, & Holland, 1991)。さらに、HIPSでは不十分とされた、インポスター現象特性が高い人とインポスター現象特性が低い人を区別することもできる (Campbell, 1986; Holmes et al., 1993)。言葉遣いも、社会的望ましさの影響が最小になるようにされている (Chrisman et al., 1995)。

このような流れの中、そもそもインポスター現象 (特性) を独自の概念とすることに疑問を投げかけている研究もある。Cozzarelli & Major (1990) は、インポスター現象は、単に否定的な情動を経験しやすいという一般的な特性から生じているだけかもしれない、としている。これについては、後に再び触れることにする。

これに対し、Kolligian & Sternberg (1991) は、インポスター現象特性が高い人を、否定的な情動を経験しや

すい一般的な特性が高い人と区別するためには、より十分な尺度が必要であり、またその妥当性が示される必要がある、として、PFS (perceived fraudulence scale) を開発した。Perceived Fraudulenceというのは、インポスター現象という用語が特有の診断名のように使われてしまっているという批判から、代わりに提唱されたものである。彼らは、Perceived Fraudulenceの構成概念的、収束的、弁別的妥当性を示している。

しかし、Kolligian & Sternberg (1991) はこの研究の限界として、異なる状況因の効果には触れていないということを示している。実際、PFSの言葉遣いも、状況に左右されない特性的なものを測定する言葉遣いとなっている。

### インポスター現象研究の問題点

これまでインポスター現象に関する論文を概観してきたが、これらを通じて感じられた問題を3点ほど指摘したい。

まず1つ目は、インポスター現象の定義の曖昧さの問題である。ここ2,3年の論文を見ると、Clance & Imes (1978) をもとに、「多くの高い達成をしている人に経験される、自分は知的な面でまやかashiをしているという、強くしばしば麻痺したような感情」と定義しているものが多い (e.g. Ferrari & Thompson, 2006)。しかし、基本的にこれまでインポスター現象の定義は曖昧なままに研究が重ねられてきた。

例えば、Chrisman et al. (1995) は、Clance & Imes (1978) をもとに、「客観的な基準では成功しているにも関わらず、個人的には無能であるという思い違いをしている個人」と定義している。さらに、Hellman & Caselman (2004) は、同じClance & Imes (1978) に基づきながら、「客観的な成功に関わらず、心理的に不正をしているという経験をするような特性」と定義している。

このように、インポスター現象は、ある「感情」を指すのか、そういった感情を経験しやすい「特性」を指すのか、あるいはそれを経験しやすい「個人」を指すのかについての見解が、研究者によって異なっている。これは、Clance & Imes (1978) において、インポスター現象という概念の定義が明確になされなかったことが影響していると思われる。近年になってインポスター現象は「感情」という状態的なものであるという見解に落ち着いてきた様子はある。しかし明確な定義がないままでは、一見同じ概念を扱っているようで、実際は別のことを論じているという可能性が生じるため、混乱は避けられなくなるだろう。また前述したように、インポスター現象は状態的な「感情」であるという定義が主流になってき

たにもかかわらず、現存のインポスター現象尺度はすべて、インポスター現象「特性」を測定するものである。つまり現時点では、概念と尺度が一致しない状況が続いていると言えるだろう。

問題点の2つ目として、インポスター現象という概念を提唱する意義の問題がある。これまでのところ、インポスター現象が既存の類似した概念と異なるものなのか、ということについて考察した研究は少ない。さらに、インポスター現象という概念をわざわざ提唱する意義があるのか、ということについて言及した研究は、ほとんどない。以下に、インポスター現象 (特性) と類似した概念の弁別を扱った論文を概観する。

Kolligian & Sternberg (1991) は、インポスター現象特性尺度 (PFS) と抑うつ尺度 (Zung Self-Rating Depression Scale; Zung, 1965; Beck Depression Inventory; Beck, 1967; Beck, Ward, Mendelson, Mock, & Erbaugh, 1961)、社会不安尺度 (Fear of Negative Evaluation Scale; Watson & Friend, 1969; Social Recognition subscale; Jackson, 1974)、どの程度意識して自己呈示を行うかというセルフモニタリング尺度 (Self-Monitoring Scale; Snyder, 1987; Snyder & Gangestad, 1986) との相関を調べた。その結果、PFSと各尺度の相関より、同一概念を測定した尺度間の相関が高かったことから、インポスター現象 (特性) (KolligianらはPerceived Fraudulenceと呼んでいる) と抑うつ、社会不安は別概念であるとしている。

また、Chrisman et al. (1995) は、インポスター現象尺度としてCIPSを用い、Kolligian & Sternberg (1991) と同様の方法で、インポスター現象 (特性) と抑うつ、社会不安が別概念であることを示している。Chrismanらは、さらに自尊心尺度 (Rosenberg Self-Esteem Scale; Rosenberg, 1965: The Self-Esteem scale; Phinney & Gough, 1985) も加えて検討し、その結果インポスター現象 (特性) は自尊心とも区別できるとしている。加えてセルフモニタリングに関しては、そもそもインポスター現象 (特性) 尺度との相関が見られなかったという。

以上のように、類似の概念とインポスター現象 (特性) は異なる概念であるということを示唆する研究はあるものの、その根拠は相関の強さの違いのみとなっている。このため、具体的にはインポスター現象 (特性) と各概念にどのような違いがあるのかは、依然として不明なままである。

一方で、Cozzarelli & Major (1990) は、特性的自尊心や防衛的悲観主義のスコアを一定にすると、インポスター現象特性の多くの主効果や交互作用が有意でなくなるということから、インポスター現象とは、単に否定的な情動を経験しやすいという一般的な特性から生じ

ているだけかもしれない、としている。さらに、Fried-Buchalter (1992) は、インポスター現象（特性）は、成功に伴うネガティブな結果を懸念する傾向である成功恐怖や、失敗を恐れる傾向である失敗恐怖と重なる部分が多いということを示している。このようにインポスター現象が類似の概念と弁別できるということを示す研究が存在する一方で、既存の概念で説明できることを示唆する研究も存在することから、インポスター現象を提唱する意義はますます不明瞭になってしまっている。

しかし、この2つ目の問題点も、根本的には1つ目の問題点である定義の曖昧さに起因するところが多いであろう。そもそも概念の定義が曖昧なままでは、他の概念と比較すること自体が不可能だからである。ただ、こういった類似の概念との弁別や提唱する意義を明示しないままであると、インポスター現象研究そのものが、他概念で積み重ねられてきた知見のラベルを張り替えただけ、という位置づけになってしまう危険性がある。

問題点の3つ目は、先の2つとも関連するが、インポスター現象とは一体どういうものなのか、その実態が不明瞭である、ということである。これに関して、近年、インポスター現象は自己呈示方略なのではないか、という考えに基づいた研究が見られるようになった。

Leary et al. (2000) は、被験者をインポスター現象特性が高い群と低い群に分け、自分の質問紙への回答が実験者に検討されるという public 条件と、回答は匿名のまま処理されるという private 条件における反応の違いを検討している。その結果、インポスター現象特性が高い群は、public 条件において、これから行う課題への期待やその課題の重要度、妥当性を低く評価するということが示された。

Ferrari & Thompson (2006) は、インポスター現象（特性）と、自己欺瞞的自己高揚、印象操作 (Balanced inventory of Desirable Responding; Paulhus, 1984, 1991)、完全さの自己呈示 (Perfectionistic Self-presentation Scale; Hewitt, Flett, Sherry, Habke, Prkin, Lam, et al., 2003) との相関を調べた。その結果、インポスター現象（特性）とこれらの尺度間には相関が見られた。さらに彼らは、被験者を2種類の失敗場面（失敗原因を自己の能力にしか帰属できない場面と失敗原因を能力以外に帰属できる場面）におき、その失敗に16の不利な条件がどのくらい影響したかを評定させた。その結果、インポスター現象（特性）が高い人は、失敗原因を自己の能力にしか帰属できない場面において、インポスター現象（特性）が低い人より、不利な条件の影響を大きく評定していた。

さらに、McElwee & Yurak (2007) は、インポスター

現象（特性）が、意識的・統制的な自己呈示か、無意識的・自動的な自己呈示かということ、相関および多次元尺度構成法を用いて検討している。その結果、インポスター現象特性は、意識的自己呈示と無意識的自己呈示の中間の性質を持っているということが示された。

これらの一連の研究は、Leary et al. (2000) が“これらのデータは、人々がインポスター的感情を経験していないとか、他者に望ましい印象を与えるために自分の能力に疑念を抱いているように見せている、ということを示唆しているのではない”と述べているように、インポスター現象の存在を否定するものではない。しかし、インポスター現象は、完全に意図的ではないにしろ、自己呈示的な要素が多いということは確かであろう。

ただし、上述したインポスター現象と自己呈示の関連についての研究は、次のような限界があると考えられる。まずインポスター現象特性と自己呈示の相関研究に関しては、あくまでも、インポスター現象特性が高いと、特定の自己呈示をする傾向が強い、ということが示唆されるにとどまるということである。そのため、具体的な場面において、実際にその自己呈示が行われるのか、ということ是不明なままであり、さらに、関連の強いとされる自己呈示スタイルが、本当にインポスター現象の発生に関係しているのかということも厳密には分からない。

また、特定の場面におけるインポスター現象特性が高い人の体験を扱った実験的研究においては、場面ごとに比較される従属変数が、課題に対する期待や、その時の気持ち、セルフハンディキャッピング行動などであり、その人が実際にインポスター現象をどの程度経験しているか、ということを直接扱ったものはない。このため、インポスター現象特性が高い人たちが示す場面間の変化が、実際にインポスター現象経験の変化を示しているかは分からない。これは、「感情」つまり状態としてのインポスター現象を測定する尺度がないということも影響しているであろう。

## 今後に向けて

以上のことから、今後の課題として、次のようなことが考えられる。

まず、1つ目として、インポスター現象の定義を明確にする必要がある、ということである。初期の研究においても、“インポスター現象は多くの人に経験されているが、この多くは特定の状況と関連する移り変わりやすい経験である”ということ是指摘されていた (Harvey, 1985)。それにも関わらず、その後も、インポスター現象を移り変わる状態的なものでなく、特性として扱った研究が続けられてきた。このような中、近年の研究にお

いて、再び、インポスター現象は状態的なものとして捉えるべきなのではないか、ということが強調されるようになってきている (Leary et al., 2000; McElwee & Yurak, 2007)。これに基づき、Fujie (in press) は、インポスター現象を状態的なものと定義し、状態的インポスター現象尺度 (State Impostor Phenomenon Scale; SIPS) を作成した。実際にインポスター現象を状態的なものとして捉え直すと、具体的場面においてそれが発生するメカニズムを検討することができ、その結果、インポスター現象を経験しやすい個人に対する有効な介入を考える際の手がかりが得られるのではないだろうか。

2つ目の課題は、インポスター現象とはどのようなものか、その実態を明らかにしていく必要があるということである。インポスター現象の生起するメカニズムを探っていくことで、類似の概念との弁別や、インポスター現象を提唱する意義も見えてくるのではないだろうか。

なお著者は、インポスター現象の生起メカニズムと、類似概念との弁別について、次のような仮説を考えている。まず初めに、類似概念との弁別について述べたい。Fried-Buchalter (1992) は、成功恐怖と失敗恐怖について、インポスター現象 (特性) と重なる部分が多いとしているが、これらはインポスター現象を経験しやすい人が、根本的に持っているパーソナリティとして捉えられるのではないだろうか。さらに、概念としては弁別できるとされた自尊心の低さも、インポスター現象との強い関連が指摘されている (Castoro, Jones, & Mirsalimi, 2005) ことを考慮すると、同様に、根本にあるパーソナリティの1つであると考えられる。藤江 (2006) においても、成功恐怖、失敗への否定感の高さと、自尊心の低さが、状態的なインポスター現象に影響を与えているということが示唆されている。

以上を踏まえ、次にインポスター現象の生起メカニズムについて考察していきたい。前述したパーソナリティ特徴を持った人は、自分の質問紙への回答が公になるなど、他者からの自分に対する評価が左右されるような場面におかれると、セルフハンディキャッピング行動として、自己卑下的な自己呈示を行うと考えられる。なぜなら、自己卑下的な自己呈示を行うことには、以下のような4つの利点があるからである (Leary et al., 2000)。第一に、他者の期待を低めることができる。そうすると、他者の期待を満たすことができないという事態が起きにくくなるし、一度他者の期待が下がると、成功した時にそれが際立つ。第二に、他者に謙虚というイメージを与えることができる。第三に、失敗する可能性に直面した時に自分のイメージを守ることができる。つまり、自分が“impostor”のように感じていると主張することで、自分の不十分さを認め、失敗しても単に他者が自分に期待しすぎていたのだとすることができ、ある程度顔をつぶさなくてすむのである。そして第四に、周囲の人は控えめに述べた人の自信を強めるために、サポート的な賛辞を述べると考えられる。これにより、他者にネガティブな自己像に対する疑問をさしはさんでもらうことを期待できるのである。ところが、自己呈示には、自己概念を呈示した方向に変容させる効果があることが指摘されている (キャリアオーバー効果; Schlenker, 1994)。このため、自己概念が実際に自己卑下的な方向に変容してしまい、その結果経験されるのが、インポスター現象なのではないだろうか。これを図示したのが、Figure1である。しかし、こういった自己呈示は完全に意図的ではなく、無意識的に行われている部分も大きいため、本人はなぜ自分がインポスター現象を経験するのが分からない上に、周囲からはただの謙遜と思われ、苦しい思いを

他者から評価を受ける場面

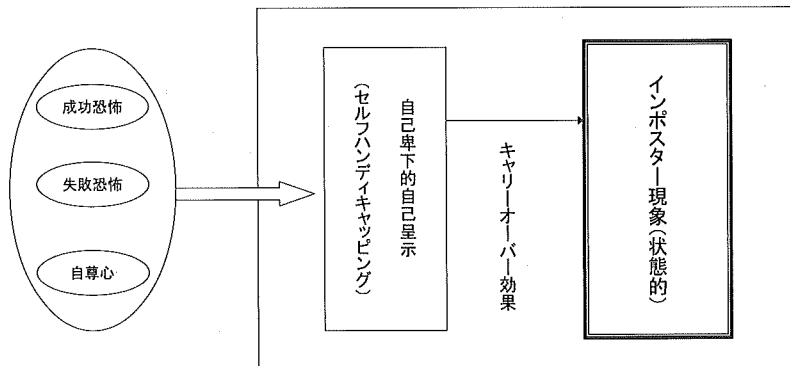


Figure 1 インポスター現象 (状態的) の発生メカニズム

することになるのではないだろうか。

しかしこれはあくまでも仮説の段階であり、これを実証するには次のようなことを明らかにしていく必要があるだろう。まず、インポスター現象は、本当に他者からの自分に対する評価が左右されるような場面で、より強く経験されるものなのか、ということである。さらに、インポスター現象を経験しやすい場面に置かれた時に、実際に自己卑下的な自己呈示が行われるのか、ということも検討していく必要があるだろう。そして、そのような自己呈示行動に関係する場面認知はどのようなものなのか、また自己呈示は意図的に行われているのか、といった内面の動きにも焦点を当てていくことが大切になってくると思われる。

こういったことを検討するためには、どのような方法が考えられるだろうか。まず1つの方法として、他者から評価される場面を設定し、そのような場面で実際に自己卑下的な自己呈示が行われるのか、また、行われた時に、インポスター現象はより強く経験されるのか、といったことを検討する実験的研究が有効であろう。さらに、インポスター現象を経験している際に浮かぶ気持ちや考えを面接調査によって尋ねていくことも、この現象の実態を把握するためには必要になってくると思われる。これまでのインポスター現象研究は、質問紙調査が中心であり、実験的研究でも、場面によるインポスター現象そのものの変化をみたものはない。今後は質問紙法にとどまらない様々なアプローチで、インポスター現象の実態に迫っていくことが求められる。

## 引用文献

- Abraham, K. (1925). The History of an Impostor in the Light of Psychoanalytical Knowledge. *Psychoanalytic Quarterly*, 5, 570-587.
- Beason, K.S. (1996). The Impostor Phenomenon: Incidence and prevalence according to birth order and academic acceleration. *Dissertation Abstracts International: Section B: the Sciences & Engineering*, 57 (5-B), 3400.
- Beck, A.T. (1967). *Depression: Clinical, experimental, and theoretical aspects*. New York: Harper & Row.
- Beck, A.T., Ward, C.H., Mendelson, M., Mock, J., & Erbaugh, J. (1961). *An inventory for measuring depression*. *Archives of General Psychiatry*, 4, 561-571.
- Bernard, N.S., Dollinger, S.J., & Ramaniah, N.V. (2002). Applying the big five personality factors to the impostor phenomenon. *Journal of Personality Assessment*, 78, 321-333.
- Bussotti, C. (1990). The impostor phenomenon: Family roles and environment. *Dissertation Abstracts International*, 51, 4041B.
- Campbell, R.P. (1986). The impostor phenomenon: An investigation of two scales. Unpublished master's thesis, Georgia State University, Atlanta.
- Casselmann, S.E. (1992). The impostor phenomenon in medical students: Personality correlates and developmental issues. *Dissertation Abstracts International*, 53, 5B.
- Castoro, D.M., Jones, R.A., & Mirsalimi, H. (2004). Parentification and the impostor phenomenon: An empirical investigation. *American Journal of Family Therapy*, 32, 205-216.
- Chae, J. (1995). Cultural and personal factors predisposing Korean Catholic religious members to experience the Impostor Phenomenon. *Dissertation Abstracts International: Section B: the Sciences & Engineering*, 55 (8-B), 3562.
- Chae, J.H., Piedmont, R.L., Estadt, B.K., & Wicks, R.J. (1995). Personological valuation of Clance Impostor Phenomenon Scale in a Korean sample. *Journal of Personality Assessment*, 65, 468-485.
- Chrisman, S.M., Pieper, W.A., Clance, P.R., Holland, C.L., & Glickauf-Hughes, C. (1995). Validation of the Clance Impostor Phenomenon Scale. *Journal of Personality Assessment*, 65, 456-467.
- Clance, P.R. (1985). *The impostor phenomenon: Overcoming the fear that haunts your success*. Atlanta, GA: Peachtree.
- Clance, P.R., & Imes S.A. (1978). The impostor phenomenon in high achievement women: Dynamics and therapeutic intervention. *Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 15, 241-247.
- Clance, P. R., & O'Toole, M. A. (1987). The impostor phenomenon: An internal barrier to empowerment and achievement. *Women & Therapy*, 6, 51-64.
- Conrad, S. (1975). Imposture as a defense. In P. Giovacchini (Ed.), *Tactics and Techniques in Psychoanalytic therapy*. Vol. 2. New York: Aronson.
- Cozzarelli, C., & Major, B. (1990). Exploring the validity of the impostor phenomenon. *Journal of Social & Clinical Psychology*, 9, 401-417.
- Deutsch, H. (1955). The Impostor: Contribution to ego psychology of a type of psychopath. *Psychoana-*

- lytic Quarterly*, 24, 483-505.
- Dingman, D.J. (1987). The impostor phenomenon and social mobility: You can't go home again. *Dissertation Abstracts International*, 49, 2375B.
- Edwards, P.W., Zeichner, A., Lawler, N., & Kowalski, R. (1987). A validation study of the Harvey Impostor Phenomenon Scale. *Journal Article*, 24, 256-259.
- Ferrari, J.R., & Thompson, T. (2006). Impostor fears: Links with self-presentational concerns and self-handicapping behaviors. *Personality and Individual Differences*, 40, 341-352.
- Finkelstein, L. (1974). The impostor: aspects of his development. *Psychoanalytic Quarterly*, 43, 85-114.
- Flewelling, A.L. (1985). *The impostor phenomenon in individuals succeeding in self-perceived atypical professions: The effects of mentoring and longevity*. Unpublished master's thesis, Georgia State University, Atlanta.
- Fried-Buchalter, S. (1992). Fear of success, fear of failure, and the impostor phenomenon - A factor analytic approach to convergent and discriminant validity. *Journal of Personality Assessment*, 58, 368-379.
- Fried-Buchalter, S. (1997). Fear of success, fear of failure, and the impostor phenomenon among male and female marketing manager. *Sex Roles*, 37, 847-859.
- Fruhan, G.A. (2002). Understanding feelings of fraudulence in the early professional lives of women. *Dissertation Abstracts International*, 63, 5B, 2581.
- 藤江里衣子 (2006). 状態的インポスター現象の検討：尺度作成およびパーソナリティとの関連 日本パーソナリティ心理学会大会発表論文集, 16, 50-51.
- Fujie, R. (in press). Development of the State Impostor Phenomenon Scale. *Japanese Psychological Research*.
- Greenacre, P. (1958a). The Impostor. In *Emotional Growth. Psychoanalytic Studies of the Gifted and a Great Variety of Other Individuals*, Vol.1. New York: Int. Univ. Press, 1971, Pp 93-112.
- Harvey, J.C. (1981). The impostor phenomenon and achievement : A failure to internalize success. *Dissertation Abstracts International*, 42, 4969B.
- Hellman, C.M., & Caselman, T.D. (2004). A Psychometric Evaluation of the Harvey Impostor Phenomenon Scale. *Journal of Personality Assessment*, 83 (2), 161-166.
- Henning, K., Ey, S., & Shaw, D. (1998). Perfectionism, the impostor phenomenon and psychological adjustment in medical, dental, nursing and pharmacy students. *Medical Education*, 32, 456-464.
- Hewitt, P.L., Flett, G.L., Sherry, S.B., Habke, M., Parkin, M., Lam, R.W., et al. (2003). The interpersonal expression of perfection: Perfectionistic self-presentation and psychological distress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 1303-1325.
- Holmes, S.W., Kertay, L., Adamson, L.B., Holland, C.L., & Clance, P.R. (1993). Measuring the Impostor Phenomenon : A Comparison of Clance's IP Scale and Harvey's I-P Scale. *Journal of Personality Assessment*, 60, 48-59.
- Imes, S.A. (1979). The impostor phenomenon as a function of parental attachment among first year college students. *Journal of Youth and Adolescence*, 16, 17-29.
- Jackson, D.N. (1974). *Personality Research Form*. Port Huron, MI: Research Psychologists Press.
- Kertay, L., Clance, P.R. & Holland, C.L. (1991). *A factor study of the Clance Impostor Phenomenon Scale*. Unpublished manuscript, Georgia State University at Atlanta.
- King, J.E., & Cooley, E.L. (1995). Achievement Orientation and the Impostor Phenomenon Among College-Student. *Contemporary Educational Psychology*, 20, 304-312.
- Kolligian, J., & Sternberg, R.J. (1991). Perceived fraudulence in young adults: Is there an impostor syndrome ? *Journal of Personality Assessment*, 56, 308-326.
- Langford, J. (1990). The need to look smart: The impostor phenomenon and motivations for learning. *Dissertation Abstracts International*, 51, 3604B.
- Langford, J., & Clance, P.R. (1993). The Impostor Phenomenon: Recent Research Findings regarding Dynamics, Personality and Family Patterns and their Implications for Treatment. *Psychotherapy*, 30, 495-501.
- Lawler, N.K. (1984). *The impostor phenomenon in high achieving persons and Jungian personality variables*. Unpublished doctoral dissertation, Georgia State University, Atlanta.
- Leary, M.R., Patton, K.M., Orlando, A.E., & Funk, W.W. (2000). The impostor phenomenon: Self-perception,



- reflected appraisals, and interpersonal strategies. *Journal of Personality*, **68**, 725-756.
- Lester, D., & Moderski, T. (1995). The Impostor Phenomenon in Adolescents. *Psychological Reports*, **76**, 466.
- Matthews, G., & Clance, P.R. (1985). Treatment of the impostor phenomenon in psychotherapy clients. *Psychotherapy in Private Practice*, **3**, 71-81.
- McElwee, R.O., & Yurak, T.J. (2007). Feeling versus acting like an impostor: real feelings of fraudulence or self-presentation? *Individual Differences Research*, **5** (3), 201-220.
- Oleson, K.C., Poehlmann, K.M., Yost, J.H., Lynch, M.E., & Arkin, R.M. (2000). Subjective Overachievement: Individual Differences in Self-Doubt and Concern With Performance. *Journal of Personality*, **68**, 491-524.
- Oriel, K., Plane, M.B., & Mundt, M. (2004). Family medicine residents and the impostor phenomenon. *Family Medicine*, **36**, 248-252.
- Paulhus, D.L. (1984). Two-component models of socially desirable responding. *Journal of Personality and Social Psychology*, **46**, 598-609.
- Paulhus, D.L. (1991). Measurement and control of responding bias. In J.P. Robinson, P.R. Shaver, & L.S. Wrightman (Eds.), *Measures of personality and social psychological attitudes* (pp. 17-59), New York: Academic Press.
- Phinney, C., & Gough, H. (1985). *California self-evaluation scales*. Institute of Personality Assessment and Research, University of California, Berkeley.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Ross, S.R., Stewart, J., Mugge, M., & Fultz, B. (2001). The impostor phenomenon, achievement dispositions, and the five factor model. *Personality and Individual Differences*, **31**, 1347-1355.
- Schlenker, B.R., Dlugolecki, D.W., & Doherty, K. (1994). The Impact of Self-Presentations on Self-Appraisals and Behavior: The Power of Public Commitment. *Personality and Social Psychology Bulletin*, **20**, 20-33.
- September, A. N., McCarrey, M., Baranowsky, A., Prent, C., & Schindler, D. (2001). The Relationship Between Well-Being, Impostor Feelings, and Gender Role Orientation Among Canadian University Student. *The Journal of Social Psychology*, **141**, 218-232.
- Sightler, K.W., & Wilson, M.G. (2001). Correlates of the Impostor Phenomenon among Undergraduate Entrepreneurs. *Psychological Reports*, **88**, 679-689.
- Snyder, M. (1987). *Public appearances/private realities: The psychology of self-monitoring*. New York: Freeman.
- Snyder, M., & Gangestad, S. (1986). On the nature of self-monitoring: Matters of assessment, matters of validity. *Journal of Personality and Social Psychology*, **51**, 125-139.
- Sonnak, C., & Towell, T. (2001). The impostor phenomenon in British university students: Relationships between self-esteem, mental health, parental rearing style and socioeconomic status. *Personality and Individual Differences*, **31**, 863-874.
- Steinberg, J.A. (1986). Clinical interventions with women experiencing the impostor phenomenon, *Women & Therapy*, **5**, 19-26.
- Thompson, T., Davis, H., & Davidson, J. (1998). Attributional and affective responses of impostors to academic success and failure outcomes. *Personality and Individual Differences*, **25**, 381-396.
- Thompson, T., Foreman, P., Martin, F. (2000). Impostor fears and perfectionistic concern over mistakes. *Personality and Individual Differences*, **29**, 629-647.
- Topping, M.H. (1983). The impostor phenomenon: A study of its construct and incidence in university faculty members, *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences & Engineering*, **44** (6-B), 1948-1949.
- Topping, M. E. H., & Kimmel, E. B. (1985). The impostor phenomenon: Feeling phony, *Academic Psychology Bulletin*, **1**, 213-226.
- Want, J., & Kleitman, S. (2006). Impostor phenomenon and self-handicapping: Links with parenting styles and self-confidence, *Personality and Individual Differences*, **40**, 961-971.
- Watson, D. (1965). Ego distortion in terms of the true and false self. In *Maturation processes and the facilitating environment* (pp. 140-152). New York: International Universities Press. (Original work published 1960).
- Zung, W.W.K. (1965). A self-rating depression scale. *Archives of General Psychiatry*, **12**, 63-70.

(2009年11月15日受稿)

ABSTRACT

An Overview of the Research on Impostor Phenomenon

Rieko FUJIE

There is such experience as feeling incompetent in spite of one's outstanding accomplishments. Clance and Imes focused on this experience, and proposed a new concept "impostor phenomenon". In this study, researches on the impostor phenomenon were overviewed from the viewpoint of characteristics of the phenomenon, the trends of research before the proposal on it, its background, the relevant variables, and the measurement scales. As a result, it was revealed that there was ambiguity in the definition of the impostor phenomenon, in the significance of proposing this concept, and in the reality of it. In the future research, it is necessary to define the impostor phenomenon and to reveal the reality of it. Moreover, on the assumption that the impostor phenomenon as a state, its generation mechanism model was showed.

Key words: impostor phenomenon, fear of success, fear of failure, self-esteem, self-presentation