

## 継時的比較および社会的比較が 現在の自己評価に与える影響について<sup>1)</sup>

並川 努<sup>2)</sup>

### 問題と目的

Festinger (1954) は、人には自己を正確に評価しようとする動機があるとし、客観的な評価基準がない場合には、他者との比較を通して自己を評価すると論じた。これは社会的比較と呼ばれ、これまでに多くの研究がなされてきたテーマである (高田, 1992)。しかし、人が比較の対象とするのは他者だけでない。Albert (1977) が指摘しているように、比較は自己と他者との間だけではなく「現在の自己」と「過去の自己」との間のように、異なる時点における「自己」の間でも行われる。これは継時的比較と呼ばれている。

継時的比較に関連する理論の提案や実証的な調査研究は、社会的比較に比べてこれまであまり多くは行われてこなかった。これは、客観的な基準や社会的比較の手がかりもない場合に継時的比較が用いられると考えられてきたことや (たとえば Albert, 1977)、幼児期や老年期等の時期を除けば社会的比較の方が好まれる (Suls & Mullen, 1982) ことが関連していると考えられる。

しかしながら、継時的比較は必ずしも使用される頻度や重要度が低い現象であるというわけではない。たとえば Wilson & Ross (2000) は、継時的比較と社会的比較の用いられ方を比較し、継時的比較も自己を記述したり、評価したりする際に多く用いられることを実証的に示している。そのため、比較過程について論じる上では、従来多くなされてきた社会的比較に関する研究だけではなく、継時的比較にも焦点を当てた実証的研究が必要であると考えられる。

また、Wilson & Ross (2000, 2001) および Ross & Wilson (2002) は、一連の研究を通して自己高揚と継時的比較の関連について指摘し、継時的自己評価理論

(temporal self-appraisal theory) という考え方を提唱している。そこでは、人は正確な自己評価を行うよう動機づけられているときには社会的比較を多く用いるが、自己高揚が動機づけられている場合には継時的比較を多く用いること (Wilson & Ross, 2000) や、「過去の自己」に対する評価は「現在の自己」をより好意的に評価するために、実際よりも低く垂められて評価されることがあること (Wilson & Ross, 2001) などが指摘されている。また、「過去」の評価は、ポジティブなもののほど最近に感じられるなど (Ross & Wilson, 2002)、「過去」と「現在」との主観的な距離とも関連していることも指摘されている。

これらの研究は継時的比較を適切に用いることがポジティブな自己評価につながりやすく、社会的比較よりは自己高揚的な評価に関連していることを示唆していると考えられる。しかしながら、自分にとって否定的な過去の事柄を反芻することは、抑うつなどにもつながることが示唆されていること (e.g., 伊藤・上里, 2001) から、すべての継時的比較が直接的にポジティブな自己評価と関連しているとは必ずしも言えない。

そこで、本研究では継時的自己評価理論で指摘されている継時的比較と自己高揚との関連に注目し、継時的比較や社会的比較が自己評価や自己記述に与える影響について検討を行うことを目的とする。

### 調査 1

#### 目的

継時的自己評価理論で指摘されているように、継時的比較がポジティブな自己評価・自己記述と関連しているのかについて検討する。ここでは、継時的比較によって自己を記述した場合と、社会的比較によって自己を記述した場合は、記述の内容がどのように異なるのかについて比較する。継時的比較の場合、「過去の自己」は「現在の自己」に対する評価を高めるために、実際よりも低く評価されやすいことが指摘されている (Wilson & Ross, 2000) ため、相対的に現在をポジティブに表現す

1) 本研究の一部は日本心理学会第70回大会で発表された。

2) 名古屋大学大学院教育発達科学研究科大学院研究生 (指導教員: 野口裕之教授)

Table 1 記述の分類と記述例

	分類	記述例
継時的比較	ポジティブ (131)	いろんな人と関われるようになった, 成長した, 賢くなった, オシャレになった
	どちらでもない (44)	あまり変わっていない, 化粧が濃くなった, 寝る時間が遅くなった
	ネガティブ (45)	体力がなくなった, なまけ者になった, ストレスをためやすくなった, 疲れている
社会的比較	ポジティブ (70)	きれい好き, スポーツができる, 勤勉, 周囲に気を配る方だと思う, 我慢強い
	どちらでもない (49)	涙もろい, 声が低い, 家が遠い, 髪が短い, 自分のことをあまり自ら話さない
	ネガティブ (106)	要りよう悪い, 落ち着きがない, ルーズ, 子どもっぽい, 頭が悪い, マイナス思考

注) 括弧内は分類された記述の数

Table 2 記述数の平均値と標準偏差

	継時的比較群	社会的比較群
ポジティブ	2.55 (1.62)	1.38 (1.32)
どちらでもない	0.89 (1.04)	0.93 (1.01)
ネガティブ	1.02 (0.96)	2.16 (1.37)

注) 括弧内は標準偏差

る内容が多くなると考えられる。

#### 方法

**調査協力者** 大学生 112名 (男性41名, 女性71名), 年齢は平均19.66歳 ( $SD=1.07$ ) であった。

**質問紙** 質問紙の冊子は, 継時的比較群用と社会的比較群用の2種類が作成された。継時的比較群用では, 「高校時代の自分と比べて」今の自分がどうであるかを「私は」に続く形で5つ記述するように教示された。一方, 社会的比較群用では「周囲の友人に比べて」自分がどうであるかを, 同様に5つ記述するよう教示されていた。

**手続き** 調査は授業時に質問紙を一斉に配布する形で行われた。調査協力者は2種類の質問紙冊子を実験的に配布することで, 2つの群 (継時的比較群・社会的比較群) に分けられた。なお, 継時的比較群は56名 (男性20名, 女性36名), 社会的比較群は56名 (男性21名, 女性35名) であった。

**調査時期** 2006年6月

#### 結果と考察

得られた記述数は継時的比較群 ( $M=4.46, SD=1.21$ ) と社会的比較群 ( $M=4.46, SD=1.22$ ) ではほぼ同数であり, 群によって大きく異なることはなかった。そこで, それぞれの記述が一般的に好ましいと受け取られる内容か否

かを「ポジティブ」・「ネガティブ」・「どちらでもない」の3つに分類した。記述の分類は心理学を専攻する大学院生3名によって行った。2名以上の判断が一致した分類を採用し, 判断が分かれたものについては「どちらでもない」に分類した。分類された記述例を Table 1 に示した。

次に, 分類された記述の数が群ごとに異なるかどうかを検討した。まずポジティブな記述数について, 群間で平均値を比較したところ, 継時的比較群の方が有意に多く ( $U=914.5, Z=3.88, p<.05$ ), 継時的比較の方が, 好ましい内容を記述しやすいことが示唆された。一方, ネガティブな記述数については社会的比較群の方が多くみられていた ( $U=812.5, Z=4.53, p<.05$ )。これらの結果は仮説と一致しており, 継時的比較による記述の方が現在の自己をポジティブに表現しやすいことが示唆された (Table 2)。

しかしながら, 課題もいくつか存在する。まず, 今回は記述の評価を調査者側の基準で行っていたことが挙げられる。それぞれの記述の持つ意味合いは, 本来第三者から判断される表面的なものではなく, 記述した人にとって主観的にどういった意味を持つのが重要である。そのため, たとえ記述された内容が同じものであ

Table 3 Big-Five 尺度の平均値と標準偏差

	継時的比較群	社会的比較群	t値
情緒不安定性	52.34 (14.53)	58.24 (12.80)	2.24*
外向性	55.13 (13.50)	49.95 (12.37)	2.08*
開放性	50.39 ( 9.57)	49.20 ( 9.29)	0.66
調和性	55.84 ( 9.50)	52.32 ( 9.27)	1.98*
誠実性	47.07 (10.66)	45.50 ( 9.63)	0.82

注) 括弧内は標準偏差  
\* $p < .05$

でも、記述した人によってそれがポジティブな意味合いを持つ場合もあればネガティブな意味合いを持つ場合もある。この点についても考慮していく必要があるだろう。

また、今回は分析の対象としなかったが、記述がどういった側面を表すものなのかも重要である。すなわち、記述された内容がパーソナリティのような心理的、内面的な内容を表すものなのか、それとも外見や体格など身体的、表面的な内容を表すものなのかは、記述の持つ意味合いに密接に関連している。そのため、今回群間で見られた差異がこういった側面の違いに依拠している可能性もある。そのため、異なる方法でも比較の影響を検討していく必要があるだろう。

## 調査 2

### 目的

調査1では、継時的比較による自己記述はより好ましい側面が表出されることが示唆された。しかしながら、継時的比較と社会的比較では記述しやすい内容が異なるだけである可能性も指摘でき、継時的・社会的といった比較の基準が自己評価自体に影響を与えているかどうかは不明確である。そこで、調査2では継時的比較を意識することがより好ましい自己評価を引き出しやすいかどうかを、パーソナリティの側面について量的に評価してもらうことによって比較を行う。

ここでは調査1の記述課題を利用し、以下のような形で調査を進める。まず、調査1のように継時的比較もしくは社会的比較による記述を行うことにより、協力者はそれぞれの比較基準が意識されやすい状態になっていることが予想される。すなわち、調査1で継時的比較群であった協力者は、記述課題の後通常よりも継時的比較を意識しやすい状態になっており、一方、社会的比較群だった協力者は社会的比較を意識しやすい状態になっている可能性が高い。そこで、それぞれの調査1の記述課題の後に調査2として尺度を用いた評定を行うことによって、意識する比較基準の違いが評定に与える影響を検討する。

### 方法

調査協力者 調査1と同じ大学生112名であった。

手続き 調査1の記述課題に続く形で、和田 (1996) による Big-Five 尺度 (60項目) を実施した。評定は「非常にあてはまる」から「まったくあてはまらない」までの7件法を用いた。

### 結果と考察

群間の平均値の差を検討するために、 $t$ 検定を行った (table 3)。その結果、「情緒不安定性」( $t(110)=2.24, p<.05$ )、「外向性」( $t(110)=2.08, p<.05$ )、「調和性」( $t(110)=1.98, p<.05$ ) の3側面で有意差が認められた。いずれの側面も、継時的比較群の方が得点は好ましい方向となり、仮説と一致していた。このことから、直前の記述課題によって、パーソナリティ評価の際に参照する基準が異なっており、継時的比較の基準を参照することが自己を相対的にポジティブに捉えることに繋がったと考えられる。

しかし、今回はすべての側面で一貫した結果が得られたわけではなかった。また、調査のデザインが協力者間での比較のみであったため、実際に評価傾向が変化したのかについては慎重な判断が必要である。そのため、今後調査のデザインを工夫しさらに検討をしていく必要がある。

### 総合考察

本研究では、継時的比較を参照することによって、社会的比較よりもポジティブな記述や評定が引き出されることが示唆された。これらは、継時的比較と自己高揚の関連を指摘した Wilson & Ross (2000) とも一致する結果であり、自己評価において継時的比較も重要な役割を担っていることを示している結果であると考えられる。このことから、継時的比較が持つ役割や影響を検討していくことは自己評価研究にとって意義のあることと思われる。

しかしながら、日本では必ずしも Ross & Wilson (2002)

などの結果が再現されないことも指摘されている (e.g. 佐藤, 2008)。特に, 継時的自己評価理論では, 自己高揚動機が存在が前提とされているため, 自己高揚よりもむしろ自己卑下もしくは自己批判的なバイアスの存在が指摘される日本などでは (Markus & Kitayama, 1991), それとは異なる結果が得られる可能性も高い。継時的比較について検討していく際にも, こういった文化的な要因も考慮した検討も必要であろう。また, 今回の研究では調査協力者の数も少なかったことから性差については検討を行わなかった。しかしながら, 自己評価には性差の存在が指摘されることも多く, その点についても今後の課題として挙げられる。

### 引用文献

- Albert, S. (1977). Temporal comparison theory. *Psychological Review*, 84, 485-503.
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations*, 7, 117-140.
- 伊藤拓・上里一郎 (2001). ネガティブな反すう尺度の作成およびうつ状態との関連性の検討 カウンセリング研究, 34, 31-42.
- Markus, H.R., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: implications for cognitions, emotion, and motivation. *Psychological Review*, 98, 224-253.
- Ross, M., & Wilson, A.E. (2002). It feels like yesterday: self-esteem, valence of personal past experiences, and judgments of subjective distance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 792-803.
- 佐藤徳 (2008). 想起された出来事の時間的距離判断ならびに所属判断に影響を及ぼす要因の検討 パーソナリティ研究, 16, 416-425.
- Suls, J., & Mullen, B. (1982). From cradle to the grave: Comparison and self-evaluation across the lifespan. In J. Sulz (Ed.), *Psychological perspectives on the self*. Vol.1. Hillsdale, NJ: Erlbaum. pp.97-125.
- 高田利武 (1992). 他者と比べる自分 サイエンス社.
- 和田さゆり (1996). 性格特性用語を用いた Big Five 尺度の作成 心理学研究, 67, 61-67.
- Wilson, A.E., & Ross, M. (2000). The frequency of temporal-self and social comparisons in people's personal appraisals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 928-942.
- Wilson, A.E., & Ross, M. (2001). From chump to champ: People's appraisals of their earlier and present selves. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 572-584.

(2009年11月15日受稿)

### ABSTRACT

## Temporal Comparison and Social Comparison in Self-Appraisals

Tsutomu NAMIKAWA

In this paper, we examined the influence of temporal comparison and social comparison in self-appraisals. Participants (n=112) were randomly assigned to either the temporal comparison group or the social comparison group. They were asked to answer the questionnaires i) open-ended self-descriptions and ii) Big-Five scale. It was suggested that temporal comparison was related to positive self-appraisals by the results of statistical analyses to compare between two groups.

Key words: temporal comparison, social comparison, personality