

## 青年期における劣等感と自己志向的完全主義との関連

高坂 康雅

筑波大学大学院人間総合科学研究科

### 問 題

“青年期は他の時期に比べ劣等感が強まる時期”（返田, 1986）と言われているが、すべての青年が劣等感を強く感じるわけではなく、劣等感を強く抱きやすいパーソナリティ特性があることが論じられてきた。Louttit (1936) や森田療法（高良, 1976 など）では、劣等感と完全主義との関連が指摘されている。また、実証的研究としては、Ashby & Kottman (1996) が、完全主義者のなかでも、自己の基準と行動との差によってストレスを感じている者は劣等感を強く感じていることを明らかにしている。ここから、完全主義のなかでも、劣等感を強める側面があることが考えられる。そこで、本研究では、完全主義の観点から「どのような青年が劣等感を強く感じやすいのか」について検討する。

完全主義とは“過度に完全性を求めること”（桜井・大谷, 1997）であり、自己志向的完全主義、他者志向的完全主義、社会規定的完全主義という3次元でとらえることができる（Hewitt & Flett, 1990）。このうち、自己志向的完全主義については、Frost, Marten, Lahart, & Rosenblate (1990) の尺度を参考に、桜井・大谷 (1997) が日本語版完全主義尺度 (Multidimensional Self-oriented Perfectionism Scale; MSPS) を作成している。MSPS は「完全でありたいという欲求 (Desire for Perfectionism; DP)」、「自分に高い目標を課する傾向 (Personal Standard; PS)」、「ミス (失敗) を過度に気にする傾向 (Concern over Mistakes; CM)」、「自分の行動に漠然とした疑いをもつ傾向 (Doubting of actions; D)」という4下位尺度で構成されている。MSPS について、桜井・大谷 (1997) では、PS は絶望感と負の相関があり、CM や D はストレス評価、抑うつ傾向、絶望感と正の相関にあることが示されており、また、高橋 (2005) では、CM と D が、精神的健康の指標である GHQ 合計得点と正の相関があることを示している。

これらの研究から、自己志向的完全主義のなかでも、CM や D が劣等感を強める要因となっていると考えられる。そこで、本研究では、青年期における劣等感と自己志向的完全主義との関連を明らかにすることを目的とした。なお、本研究では、高坂 (2008) と同じく、劣等感を「自分が人と比べて劣っていると感じる」と定義する。

### 方 法

**調査対象者** 宮崎県内の中学1・2年生160名、工業高校1・2年生329名、茨城県内の大学生120名、合計609名（男子409名、女子200名）を調査対象とした。

**調査内容** 1. 劣等感項目：高坂・佐藤 (2008) の劣等感項目を使用した。この劣等感項目は青年期における劣等感の程度を測定するために作成されたもので、「学業成績の悪さ」、「運動能力の低さ」、「身体的魅力のなさ」、「友達づくりの下手さ」、「異性とのつきあいの苦手さ」、「性格の悪さ」、「家庭水準の低さ」、「統率力の欠如」の8下位尺度各5項目、合計40項目で構成されている。高坂・佐藤 (2008) では、この劣等感項目と競争心尺度（関口, 2004）との関連を検討し、ある程度予測と一致した結果を得ている。「まったく感じない」（1点）から「とても感じる」（5点）の5件法で回答を求めた。

2. MSPS：桜井・大谷 (1997) が作成した MSPS を使用した。MSPS の4下位尺度について各5項目ずつ、合計20項目について、「まったくあてはまらない」（1点）から「とてもあてはまる」（5点）の5件法で回答を求めた。

**調査時期** 調査は2007年2~3月に実施した。

### 結 果

**劣等感得点・完全主義得点の作成と相関** 劣等感項目および MSPS について、下位尺度ごとに  $\alpha$  係数を算出したところ、劣等感項目が.84~.93、MSPS が.67~.82 と、ある程度内の一貫性が確認された。そこで、下位尺度ごとに平均を算出し、下位尺度得点を作成した。

劣等感8得点と完全主義4得点の相関を算出したところ、CM 得点と D 得点が劣等感8得点と正の相関を示した。これはどの学校段階でも、同様であった。

**完全主義得点のクラスター分析** 次に、MSPS の4得点について、K平均法によるクラスター分析を行った。クラスターの内容と人数構成から、4クラスターが適当であると判断された。各クラスターの完全主義4得点の平均と分散分析の結果 (Table 1) から、クラスター1は、MSPS4得点すべてが低く、完璧を求めようという考えが少ない群であると考えられるため、「低群」と呼ぶ。クラスター2は、CM得点が全体平均よりも高いのが特徴であると考えられるため、

Table 1 クラスターを要因とした MSPS4 得点の一要因分散分析

	クラスター 1 クラスター 2 クラスター 3 クラスター 4					F 値 (df)	多重比較
	対象者全体	低群	CM 優位群	高群	PS 優位群		
	609 名	77 名	174 名	196 名	162 名		
完全でありたいという欲求 (DP)	3.28 (0.85)	1.97 (0.55)	3.25 (0.44)	4.13 (0.49)	2.89 (0.50)	419.29 (3,605)***	3>2>4>1
自分に高い目標を課する傾向 (PS)	3.45 (0.78)	2.27 (0.62)	3.15 (0.44)	4.15 (0.51)	3.50 (0.50)	283.59 (3,605)***	3>4>2>1
ミスに過度に気にする傾向 (CM)	2.90 (0.77)	2.16 (0.54)	3.33 (0.45)	3.33 (0.71)	2.25 (0.42)	197.30 (3,605)***	2・3>1・4
自分の行動に漠然とした疑いをもつ傾向 (D)	3.58 (0.74)	2.54 (0.65)	3.51 (0.54)	4.19 (0.48)	3.41 (0.56)	182.32 (3,605)***	3>2・4>1

注. 全体平均より高かったものには網掛けをした。\*\*\* $p<.001$  多重比較は Tukey 法 5% 水準である。

Table 2 クラスターを要因とした劣等感 8 得点の一要因分散分析

	対象者全体					F 値 (df)	多重比較
	低群	CM 優位群	高群	PS 優位群			
	609 名	77 名	174 名	196 名	162 名		
運動能力の低さ	2.71 (1.09)	2.68 (1.08)	2.91 (0.97)	2.65 (1.21)	2.60 (1.06)	2.71 (3,605)*	CM>PS
学業成績の悪さ	2.92 (1.10)	2.74 (1.09)	3.13 (0.93)	2.95 (1.22)	2.77 (1.08)	3.87 (3,605)**	CM>低・PS
異性とのつきあいの苦手さ	2.71 (1.09)	2.51 (1.01)	2.93 (0.94)	2.75 (1.24)	2.51 (1.03)	5.06 (3,605)**	CM>低・PS
家庭水準の低さ	1.90 (0.86)	1.84 (0.85)	2.24 (0.84)	1.80 (0.88)	1.69 (0.75)	14.18 (3,605)***	CM>低・高・PS
性格の悪さ	2.74 (0.87)	2.54 (0.92)	2.91 (0.76)	2.74 (0.92)	2.64 (0.87)	4.32 (3,605)**	CM>低・PS
友達づくりの下手さ	2.50 (0.97)	2.38 (0.92)	2.74 (0.87)	2.47 (1.08)	2.33 (0.92)	5.69 (3,605)**	CM>低・高・PS
統率力の欠如	2.88 (0.95)	2.70 (0.92)	3.13 (0.75)	2.83 (1.08)	2.77 (0.95)	5.95 (3,605)**	CM>低・高・PS
身体的魅力のなさ	2.71 (0.95)	2.56 (0.96)	2.95 (0.85)	2.66 (1.00)	2.57 (0.94)	5.87 (3,605)**	CM>低・高・PS

注. 全体平均より高かったものには網掛けをした。\*\*\* $p<.001$ , \*\* $p<.01$ , \* $p<.05$  多重比較は Tukey 法 5% 水準である。多重比較の略称は、低 = 低群, CM=CM 優位群, 高 = 高群, PS=PS 優位群を意味する。

「CM 優位群」と呼ぶ。クラスター 3 はすべての得点が全体平均よりも高かったことから、常に完全を強く求めている群であると考えられるため、「高群」と呼ぶ。クラスター 4 は、PS 得点が全体平均よりも高いことが特徴であると考えられるため、「PS 優位群」と呼ぶ。

**4 クラスターの劣等感得点の比較** 劣等感 8 得点を従属変数とし、クラスターを要因とした一要因分散分析を行った (Table 2)。その結果、劣等感 8 得点すべてで要因の効果が有意であった。多重比較の結果、「運動能力の低さ」得点では、CM 優位群が PS 優位群よりも得点が高く、「学業成績の悪さ」得点、「異性とのつきあいの苦手さ」得点、「性格の悪さ」得点では、CM 優位群が低群および PS 優位群よりも高い得点を示した。残りの 4 得点では、CM 優位群が他の 3 群よりも高い得点を示した。

## 考 察

本研究の目的は、青年期における劣等感と自己志向的完全主義との関連を明らかにすることであった。本研究の結果から、完全主義の 4 側面のうち、特に CM の側面が劣等

感を強める要因となっているということが明らかになり、この結果は当初の予測をある程度支持するものであった。森田 (1960) は、精神交互作用という概念を提唱している。これを劣等感にあてはめると、“劣等感に注意を向けると、ますます劣等感は強まる” (宮城, 1979) という現象であり、CM は自己の失敗やミスに過度に気にするあまり、この精神交互作用を引き起こすため、劣等感を高める要因となっていると考えられる。

一方、高群は、CM 得点が CM 優位群と同じであったにもかかわらず、「家庭水準の低さ」得点など 4 得点で、CM 優位群よりも低い得点を示した。劣等感 8 得点すべてにおいて、PS 優位群が CM 優位群よりも低かったことも考慮すると、PS の側面が劣等感を抑制する方向に働いているためであると考えられる。

本研究では、完全主義の観点から、どのような青年が劣等感を強く抱きやすいのかについて検討し、完全主義のなかでもミスに過度に気にする傾向の強い青年が劣等感を強く感じやすいことが明らかになった。このような青年の特徴を理解することは、劣等感発生の予期や予防、あるいは

対応を検討する上で、有益であろう。

#### 引用文献

- Ashby, J. S., & Kottman, T. (1996). Inferiority as a distinction between normal and neurotic perfectionism. *Individual Psychology*, **52**(3), 237-245.
- Frost, R. O., Marten, P. A., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, **14**, 449-468.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1990). Dimensions of perfectionism and depression: A multidimensional analysis. *Journal of Social Behavior and Personality*, **5**, 423-438.
- 高良武久 (1976). 森田療法のすすめ——ノイローゼ克服法—— 白揚社
- 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的变化 教育心理学研究, **56**, 218-229.
- 高坂康雅・佐藤有耕 (2008). 青年期における劣等感と競争心との関連 筑波大学心理学研究, **35**, 41-48.
- Louitt, C. M. (1936). *Clinical psychology: A handbook of children's behavior problems*. New York: Harper.
- 宮城音弥 (1979). 劣等感 東京書籍
- 森田正馬 (1960). 神経質の本態および療法 白揚社
- 桜井茂男・大谷佳子 (1997). “自己に求める完全主義”と抑うつ傾向および絶望感との関連 心理学研究, **68**, 179-186.
- 関口洋美 (2004). 競争心尺度作成の試み① 日本教育心理学会第46回総会発表論文集, 421.
- 返田 健 (1986). 青年期の心理学 教育出版
- 高橋幸子 (2005). 自己志向的完全主義における自己没入傾向が心理的健康に与える影響 学苑・人間社会学部紀要, 772号, 21-32.
- 2008.1.21 受稿, 2008.4.8 受理 —

## Inferiority Feeling and Self-oriented Perfectionism in Adolescence

Yasumasa KOSAKA

Graduate School of Comprehensive Human Science, University of Tsukuba

THE JAPANESE JOURNAL OF PERSONALITY 2008, Vol. 17 No. 1, 101-103

The relationship between feeling of inferiority and self-oriented perfectionism in adolescence was investigated. Adolescents ( $N=609$ ) were asked to complete a questionnaire of 40-item feeling of inferiority scale and Multidimensional Self-oriented Perfectionism Scale (MSPS). Results of cluster analysis revealed four clusters of adolescents: (1) Low perfectionism, (2) High concern over mistakes, (3) High perfectionism, and (4) High personal standards. Results of analysis of variance indicated that adolescents with high concern over mistakes had significantly stronger inferiority feeling than other groups.

**Key words:** inferiority feeling, self-oriented perfectionism, adolescence