

自尊感情が歩行動作の自己評価に与える影響 —「自己である」という認識は評価に影響を与えるか— The Influence of Self-Esteem on Self-Rating of Walking Behavior -Does the perception of "My Self" affect Self-Rating -

井坂 匡希¹, 谷本 花², 坂本 晶子³, 阪田 真己子²
Masaki Isaka, Hana Tanimoto, Akiko Sakamoto and Mamiko Sakata

¹同志社大学大学院, ²同志社大学, ³ワコール人間科学研究開発センター
Doshisha University Graduate Schools, Doshisha University, Wacoal Human Science Research & Development Center
ctmj0006@mail4.doshisha.ac.jp

概要

人が「自己」を評価する際には、それが自己に深く関わるものであるため、自尊感情や性別といった要素に影響され、客観的な評価が困難な可能性がある。本研究では外見的特徴を排除したスティックフィギュアの歩行アニメーションを使用し、その動作主を他者と想定している際と自己と想定している際に評価に差異が生じるかどうかを検証した。結果、同じ歩行アニメーションに対する評価であるにも関わらず、自尊感情の低い人や女性では自己想定の際に評価が低下した。

キーワード: アバタ, 自尊感情, 自己評価, 歩行

1. はじめに

自己の認識を形成する自己評価と自尊感情について、多くの研究がなされている。Harter (1985) は、自己に対する認識を自分の価値や存在に対する感情的評価である「自尊感情」と、自分の能力や性質に対する認知的な評価である「自己評価」に区別し、複数の領域の自己評価が自尊感情を形成するとしている。自尊感情と自己評価の関連を調査した研究も多く、山本ら (1982) では、優しさや容姿などの様々な自己評価と自尊感情が強く関連していることが示されている。中山・田中 (2007) や藤瀬・古川 (2005) は、自己視点と他者視点で自己に対する評価が自尊感情に与える影響を比較しており、他者からの評価を想像して行う他者視点の評価の方が自尊感情により多くの項目で影響を与えることを指摘している。また、岡田ら (2015) は日本人における自尊感情のメタ分析を行い、男性の方が女性よりわずかに自尊感情が高いことが報告している。

「自己」を評価する際には、評価を検討する行為自体が自分自身に強く関連するものであるため、客観的に評価することは困難であると考えられる。Rice et al. (2020) では、近年、Zoom 等のオンラインコミュニケーションにおいて、コロナ禍以前はほ

とんど目にする事のなかった発話中の自身の表情を長時間目の当たりをすることで、過度に自身の外見をネガティブに捉える身体醜形障害が急増したことを報告しており、これを Zoom 異形症 (Zoom dysmorphia) と名付けた。Kuck et al. (2021) では身体醜形障害全般と自尊感情の高さの関係についてのメタ分析を行っており、自尊感情の低い人ほど身体醜形障害が重症になりやすい傾向を明らかにしている。つまり、自己の身体像を評価する際には、自分自身の価値や存在に対する感情的評価である自尊感情が参照されており、その影響で評価に歪みが生じている可能性がある。

自己の身体像に対する自己評価は主観的な自己視点の評価であるため、Zoom 異形症のようなネガティブなバイアスが生じている可能性があるが、対象となる自己から「自己である」という認識を排除した客観的な評価との相違について定量的に検証した例は殆どない。そこで本研究では、自己評価の対象となる自己から「自己である」という認識を排除することによって、それが「自己である」ことをわかっている状態とどのように異なるか、またその認識が自尊感情の高低に影響を受けるか、性別によってどのように異なるかを明らかにすることを目的とする。

2. 方法

2.1 実験参加者

本研究は 10 代~50 代の男女 103 名 ($M = 27.213$ 歳, $SD = 13.216$) を対象に実験を実施した。

2.2 実験刺激作成

属性や自尊感情に関する質問紙調査を行った上で、12 メートルの歩行路を歩行する参加者の姿をビデオ

オ収録した。次に、歩行映像から Open Pose (Cao Z. et al, 2018) で姿勢推定した二次元座標データを抽出し、それを元にスティックフィギュアの歩行アニメーションを作成した (図 1)。

自尊感情の測定には齊藤 (2006) を参考に Rosenberg (1965) をもとにした自尊感情尺度 (RSES) を用いた。回答は「まったく当てはまらない」～「非常に当てはまる」までの 7 件法で全 10 項目あった。

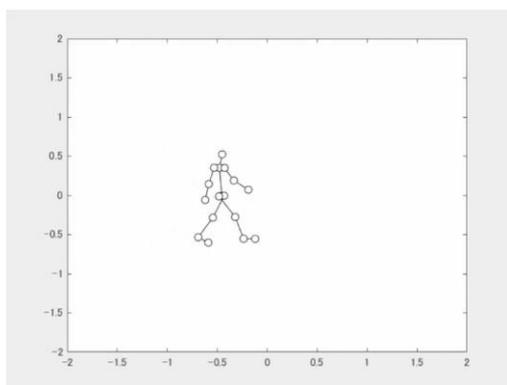


図 1 歩行アニメーション

2.3 実験手続き

歩行映像の収録から約 10 日後にオンラインによる歩行評価実験を実施した。まず 1 段階目として、他者の歩行評価を行う旨を教示した上で、3 人分の歩行アニメーションを順に提示し、提示刺激ごとに歩行について 100 点満点で評価を求めた。2 段階目として、次は参加者自身の歩行である旨を教示し、参加者本人の歩行データに基づくアニメーションを提示して、100 点満点にて評価を求めた。なお、1 段階目に提示した 3 人分の歩行のうち、2 人目の歩行は実際には参加者本人のものであった。つまり、参加者は自身の歩行アニメーションを 1 段階目では他者と想定して評価し、2 段階目では自己であると想定して評価したことになる。なお、歩行評価実験に参加できなかった 11 名を除き、92 人の参加者の参加者のデータをデータ分析に用いた。

3. 結果

3.1 自尊感情高低の基準

Rosenberg (1965) の自尊感情尺度データについて、各人の得点の合計値の平均 (約 45.5 点) を参考に、

45 点以下の参加者を「自尊感情低群」、46 点以上の参加者を「自尊感情高群」と定義した。菅 (1984) や Schmitt & Allik (2005) では、4 件法 10 項目の自尊感情尺度で日本人の健常者の RSES の平均得点が 25 点前後であると報告している。4 件法 10 項目における 25 点は 7 件法 10 項目で 43.75 点であり、本研究での自尊感情の高低を決める 45.5 点も妥当な範囲であると考えられる。

3.2 自尊感情の男女差

岡田ら (2015) のメタ分析で自尊感情における性差が見られたことから、男性と女性の自尊感情得点に差異が見られるかどうかを検証するために t 検定を行った。結果、男性と女性の自尊感情得点の平均値に差異は見られなかった ($t(90) = 1.356, p = .178$)。

3.3 想定する動作主の違いと歩行評価

外見的特徴を排した参加者本人の歩行アニメーションに対して、動作主を他者と想定した場合と自己と想定した場合で評価に差異が生じるか、また自尊感情や性別により影響が生じるかを検証した。

3.3.1 自尊感情

歩行アニメーションの動作主を他者と想定しているか自己自身と想定しているかによって、歩行に対する評価得点に差異が生じるか、またその差異に自尊感情の高低が影響するかを確かめるために、従属変数を歩行に対する評価得点、独立変数を想定動作主 (他者想定・自己想定: 参加者内) および自尊感情 (自尊感情高群・自尊感情低群: 参加者間) とした 2 要因分散分析を行った。その結果、5%有意水準で交互作用 ($F(1,90) = 4.655, p = .034$) が認められた。単純主効果検定の結果、自尊感情低群は他者想定の評価よりも自己想定の評価の方が有意に歩行評価得点が高いことが明らかとなった ($F(1, 47) = 9.242, p = .004$)。一方で自尊感情高群では他者想定でも自己想定でも評価に差異が生じなかった ($F(1, 43) = .024, p = .878$)。図 2 に各水準における平均値を示す。

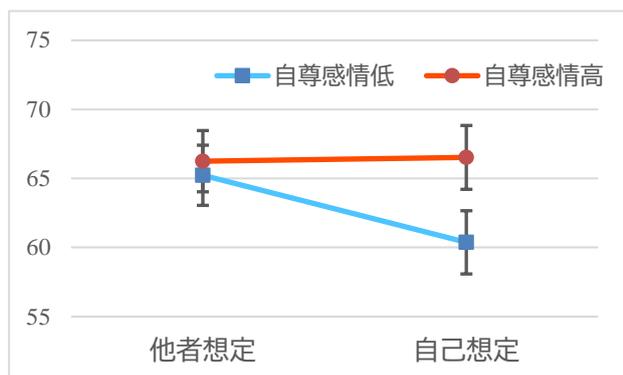


図2 自尊感情の高低と想定動作主の違いによる歩行評価

3.3.2 性別

歩行アニメーションの動作主を他者と想定しているか自己自身と想定しているかによって、歩行に対する評価得点に差異が生じるか、またその差異に性別が影響するかを確かめるために、従属変数を歩行に対する評価得点、独立変数を想定動作主（他者想定・自己想定：参加者内）および性別（男性・女性：参加者間）とした2要因分散分析を行った。その結果、5%有意水準で交互作用 ($F(1,90)=4.294, p=.041$) が認められた。単純主効果検定の結果、女性は他者想定の評価よりも自己想定の評価の方が得点が低下することが明らかとなった ($F(1,56)=7.782, p=.007$)。一方で男性では他者想定でも自己想定でも評価に差異が生じなかった ($F(1,34)=.164, p=.688$)。図3に各水準における平均値を示す。

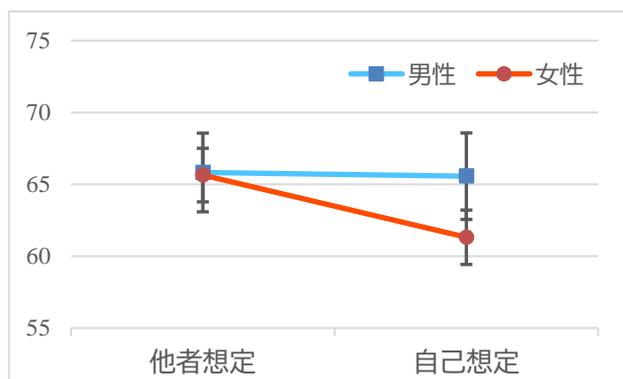


図3 性別と想定動作主の違いによる歩行評価

4. 考察

実験の結果、自尊感情の低い人は、同じ歩行アニメーションに対する評価であっても、動作主を他者だと想定しているときよりも、自己自身と認識したときの方が評価が低下することが明らかとなった。

また、女性は自己という認識によって自己評価が低下することが明らかになった。

歩行アニメーションは映像などと異なり、自分の顔や容姿がわからない「自己」が排除されたものであると考えられるが、教示により「自己」というラベルがつけられることによって自尊感情が参照され、評価に影響が生じたと考えられる。佐藤 (2001) では自尊感情が低い人は自己嫌悪感を抱きやすいとされており、本研究における自尊感情の低い参加者は「自己」の歩行であるという認識から自己嫌悪感が発生し、評価を低下させたと考えられる。また、Banakou et al. (2018) では、VR環境においてアインシュタインのアバタを使用することで認知成績が向上し、特にRSESのスコアが低い参加者はスコアが高い参加者に比べて成績向上効果が高くなることが報告されている。これより、自尊感情の低い人は日常的に自身の顔や姿から生じる劣等感や嫌悪感によるバイアスに囚われていることが考えられ、アバタを使用してバイアスや身体の制約から解放されることで、本来の評価や能力を発揮しやすくなる可能性が高いといえる。

先行研究では男性よりも女性の方がわずかに自尊感情が低くなる傾向が示されていた (岡田ら (2015)、Feingold (1994) など) が、本研究では実験参加者の自尊感情において性差は認められなかった。一方で、女性において外見的特徴を排除した歩行アニメーションを使用した自己評価に対して、自己想定の際に他者想定よりも得点が低下した。Zeigler-Hill (2013) は特に青年期の女性は自身の外見に対する肯定的な態度が低いこと、性役割として謙虚さの規範が存在することなどを報告している。これをふまえると、女性は自己であるという認識により、自身の外見に対する肯定的な態度の低さや性役割として謙虚さの規範が参照され、男性に比べて自己の歩行に対して高い得点をつけることを躊躇した可能性が考えられる。

5. まとめと課題

本研究は、自己評価の対象となる自己から「自己である」という認識を排除することによって、それが「自己である」ことを理解している状態とどのように異なるか、またその認識が自尊感情の高低や性別によってどのように影響を受けるかを明らかにす

ることを目的としていた。実験の結果、自尊感情の低い人は、歩行動作を他人のものと想定している場合と異なり、自身のものと認識した際に評価が低下するという傾向が示唆された。また、女性は男性に比べて自己という意識に影響されやすいことが示唆された。つまり、自尊感情の低い人や女性は自身の自尊感情に影響され、実際以上に自身を過小評価してしまう傾向があるといえる。これをふまえ、歩行アニメーションやアバタ等で自尊感情に影響されない本来の評価を提示することで、自尊感情の低い人や女性の自身の過小評価を軽減し、心理療法などに活用することが可能であると考えられる。

本研究の課題は2つある。1つ目は参加者の偏りである。本研究は20歳前後の大学生74人と40代50代の中老年層20名で研究を行っており、20歳前後の参加者の方が多く、30代の参加者が存在せず限定的な年齢層に対する結果となっている。また、中老年層には女性しか存在せず、性別の傾向にも疑義が残るため、より細かい年齢層において男女それぞれを対象としてさらなる検証を行う必要がある。2つ目の課題は実験条件の統制についてである。本研究では実験終了後の自由記述で自己の歩行アニメーションと教示される前から自己の歩行であると気づいたと記述した参加者もいた。操作チェック項目を設定するなどして、他者想定か自己想定かを厳密に確認した追試を行う必要がある。

文献

- (2015), “日本人における自尊感情の性差に関するメタ分析”, 第24号, 第1号, pp.49-60
- [9] Rice, S. M., Siegel, J. A., Libby, T., Graber, E., & Kourosh, A. S. (2021). “Zooming into cosmetic procedures during the COVID-19 pandemic: the provider’s perspective.”, *International Journal of Women's Dermatology*, 7(2), 213-216.
- [10] Rosenberg, M. (1965). “The measurement of self-esteem, society and the adolescent self-image.” Princeton, 16-36.
- [11] 齊藤勇 (2006), “日本人の自己呈示の社会心理学的研究: ホンネとタテマエの実証的研究”, 誠信書房
- [12] 佐藤有耕 (2001), “大学生の自己嫌悪感を高める自己肯定のあり方”, *教育心理学研究*, 49巻3号, pp.347-358
- [13] Schmitt, D. P., & Allik, J. (2005). “Simultaneous administration of the Rosenberg Self-Esteem Scale in 53 nations: exploring the universal and culture-specific features of global self-esteem.” *Journal of personality and social psychology*, 89(4), 623.
- [14] 菅佐和子. (1984). “SE (self-Esteem) について.” *看護研究*, 17(2), 21-27.
- [15] 内田知宏・上埜高志 (2010), “Rosenberg 自尊感情尺度の信頼性および妥当性の検討 —Mimura & Griffiths 訳の日本語版を用いて—”, *東北大学大学院教育学研究年報*, 第58集, 2号, pp.257-266
- [16] 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巻1号, pp.64-68
- [17] Zeigler-Hill, V. (Ed.). (2013). “Self-esteem”. Psychology Press. (Vol. 1), pp.1-20
- [1] Banakou, D., Kishore, S., & Slater, M. (2018). “Virtually being Einstein results in an improvement in cognitive task performance and a decrease in age bias.” *Frontiers in psychology*, 9, 917.
- [2] Cao, Z., Simon, T., Wei, S. E., & Sheikh, Y. (2017). “Realtime multi-person 2d pose estimation using part affinity fields.” In *Proceedings of the IEEE conference on computer vision and pattern recognition* (pp. 7291-7299).
- [3] Feingold, A. (1994). “Gender differences in personality: a meta-analysis.”, *Psychological bulletin*, 116(3), 429.
- [4] 藤瀬文子・古川久敬, (2005) “自尊感情と自己認知との関係性: 他者からみられている自己に着目して”, *九州大学心理学研究*, 第6巻, pp.189-197
- [5] Harter, S. (1985). “Manual for the self-Perception Profile for Children.” Unpublished manuscript, University of Denver.
- [6] 中山奈央・田中真理 (2007), “児童の自身が思う自己評価及び他者に映る自己評価が自尊感情に与える影響”, *教育ネットワークセンター年報*, 第7号, pp.45-57
- [7] Kuck, N., Cafitz, L., Bürkner, P. C., Hoppen, L., Wilhelm, S., & Buhlmann, U. (2021). “Body dysmorphic disorder and self-esteem: a meta-analysis.” *BMC psychiatry*, 21(1), 310.
- [8] 岡田涼, 小塩真司, 茂垣まどか, 脇田貴文 & 並川努