

大学生の自尊心：日米比較研究

ミシェル・ルピサン

アドバイザー：齋藤-アボット佳子教授

高橋周臣教授

概要

- 研究の重要性
- 研究質問
- 研究背景
- 研究方法
- 調査結果
- 結論
- 調査文献
- 感謝の意

研究の重要性

- アメリカ人は自信を持っており、日本人は謙遜しているという考え方がある。
- 日本に留学していた時、この考え方が正しくはなく、人は文化における期待に従い、自信があるように見せたり、謙遜したふりをするという論文を読んだ。
- この考えが面白いと思い、日米における自尊心とその影響について詳しく勉強したいと思った。

研究質問

1. 日米大学生の自尊心の高さはどれ位異なるか。大学生はどのように自分の自尊心を表現するのか。
2. 日本とアメリカではどのような要因が自尊心に影響するのか。

研究背景

- 定義と研究に関係した言葉
 - 自尊心の定義
 - 自己高揚と自己批判
 - ソシオメーター理論
- 「自我」についての見解と自尊心についての解釈
 - アメリカ
 - 日本
- 自尊心に関する比較研究
 - 石川(1992)
 - 山岸(2012)

自尊心の定義

自尊心:

1. どの位自分のことを大事にし、価値観を持っているか (Brown, 2008)
2. どの位自分が有能、効果的、大切だと信じているか (Coopersmith, 1967)
3. 自分に対して肯定的、あるいは否定的な態度 (Rosenberg, 1965)

自己高揚 対 自己批判

自己高揚

- 「自分に関する肯定的な情報についての感性」
- アメリカ人は自己高揚をする傾向がある
- 成功は自分の能力によると思い、失敗は他人のせいにする

自己批判

- 「自分に関する否定的な情報についての感性」
- 日本人は自己批判をする傾向がある
- 成功は運がよかったからで、失敗は能力が足りないため

(Kitayama, 1997)

ソシオメーター理論

- 「自尊心とは対人間関係における受容感と密接な関係にある」
- 他人からの受容感が高いと自尊心も高くなる
- 他人からの受容感が低いと自尊心も低くなる

(山本, 2009)

「自我」についての見解

アメリカ

- 「自我は独立した存在だと解釈する」(山岸, 2012)
- 「他人と区別するように考える」(Kobayashi, 2003)
- 「自分の自立を進める」(Kitayama, 1997)

日本

- 「相互依存生の共有」(山岸, 2012)
- 「自分の個性や優れているところを見せず、他人との協調を重視する」(Kobayashi, 2003)
- 「それぞれの個人の特徴をはっきり示さない」(Kitayama, 1997)

自尊心についての解釈

アメリカ

- 自尊心は北米では社会的に好まれている
- 自分のことをよく思いたいというのが基本的な人間のモチベーション
- 自尊心は大切だと一貫して表現する

日本

- 自尊心が高いことを自己中心と傲慢と関係すると考える
- 日本では自尊心が高いことは否定的に見られている
- 他人からの非難を避けるために自尊心が低いようにふるまう

(Brown, 2008)

石川の大学生のコミュニケーションスタイルに関する研究

研究: 回答者が自信を持っている特徴を丸で囲むという調査を行った。特徴には、いい性格、ファッションセンス、ユーモアなどが含まれる(全部で20点)

アメリカ

- 平均: 14.1点
- 全てを選んだ人も数人いた

日本

- 平均: 4.2点
- アメリカより非常に低い

まとめ: 日本の学生はアメリカ学生より低かったが、両国の学生は文化の期待されているコミュニケーションスタイルに従うということがわかった。

山岸の謙遜に関する研究

研究:

- 回答者は認知技能テストを受けてから、自分のパフォーマンスを評価した(コントロール・コンディション)
- 8ヶ月後、また自分のパフォーマンスを評価してもらった。ただし、今回は回答者は正直に評価するとお金をもらえた。(ボーナス・コンディション)

山岸の研究のつづき

アメリカ

- コントロール・コンディションでは、**52%**の人が自分を平均以上と評価した
- ボーナス・コンディションでは、**66%**の人が自分を平均以上と評価した

日本

- コントロール・コンディションでは、**28%**の人が自分を平均以上と評価した
- ボーナス・コンディションでは、**69%**の人が自分を平均以上と評価した

まとめ：日本人にとって、表面的には謙遜をするが、本来の評価かが重視される際はこの表面的な要因がなくなる。

研究

1. 日米大学生の自尊心の高さはどれ位異なるか。大学生はどのように自分の自尊心を表現するのか。
2. 日本とアメリカではどのような要因が自尊心に影響するのか。

研究方法

- アンケートの回答者
 - 61人の大学生
 - 31人の日本人大学生
 - 14人の男子学生、17人の女子学生
 - 30人のアメリカ人大学生
 - 17人の男子学生、13人の女子学生
- 研究調査
 - オンラインによるアンケート
 - 英語によるアンケート
 - 日本語によるアンケート

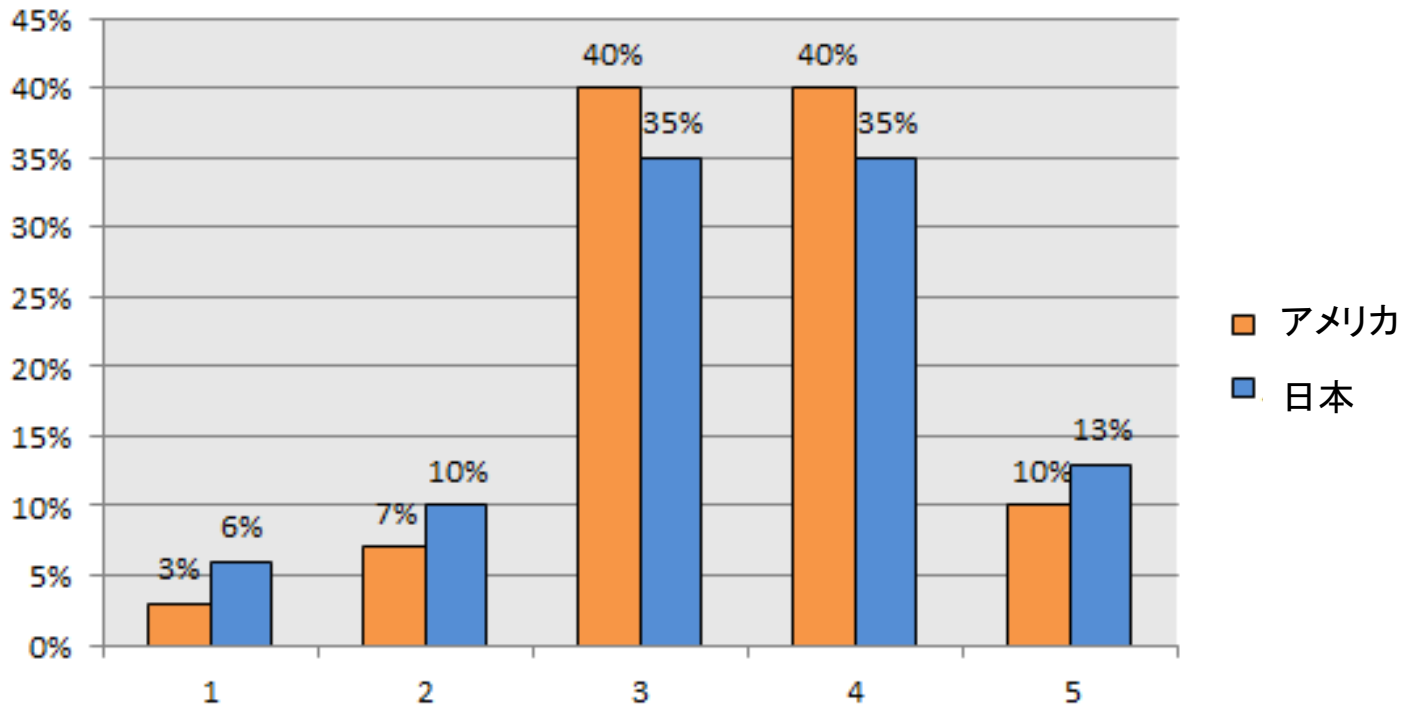
研究質問1

日米大学生の自尊心の高さはどれくらい異なるか。大学生はどのように自分の自尊心を表現するのか。

自尊心の高さ

質問: 自分の自尊心は次のうちどれに当てはまりますか?

(非常に低い) 1 2 3 4 5 (非常に高い)



日本人とアメリカ人の学生は両方とも自尊心が高かった

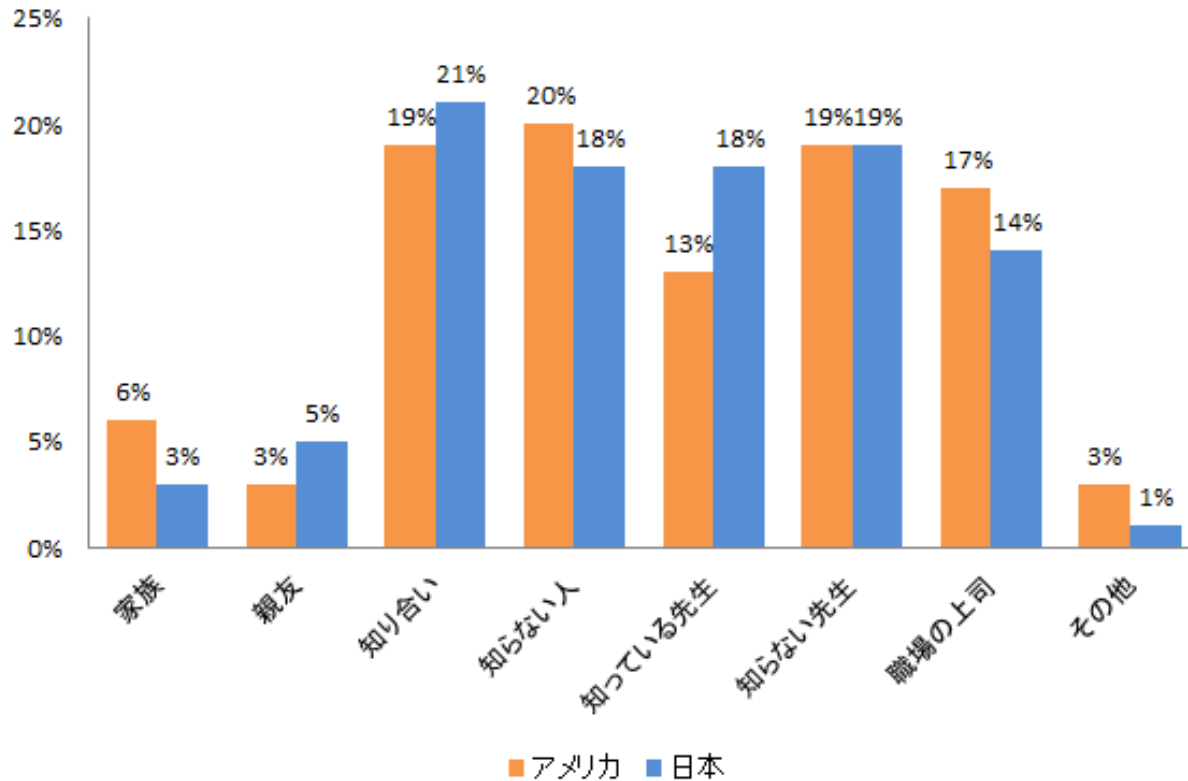
謙遜

質問:他人の前で謙遜をしているようにふるまいますか？

アメリカ人の学生より日本人の学生は謙遜をしているようにふるまうことが多い

謙遜

質問:だれに対して謙遜をしているようにふるまいますか？



アメリカ人学生も日本人学生も、知らない人や目上の人に対して多くの学生は謙遜をしているようにふるまうと答えた

謙遜をしているようにふるまう理由

質問:その理由はなんですか？

アメリカ	日本
自慢しているように見られたくない	日本では、謙虚に振舞うことが良いとされている
自惚れているようにみられたくない	相手に敬意を払うため、人に気を使うため
思い上がっているように見られたくない	謙遜をしないと失礼になる、あまりいい印象を他人に与えない
自分の性格を見せたくない	自尊心は自分に自信があると思われる、自分に自信がない

アメリカ人の学生は自分のことを気にしていたが、日本人の学生は他人に気を使っていた

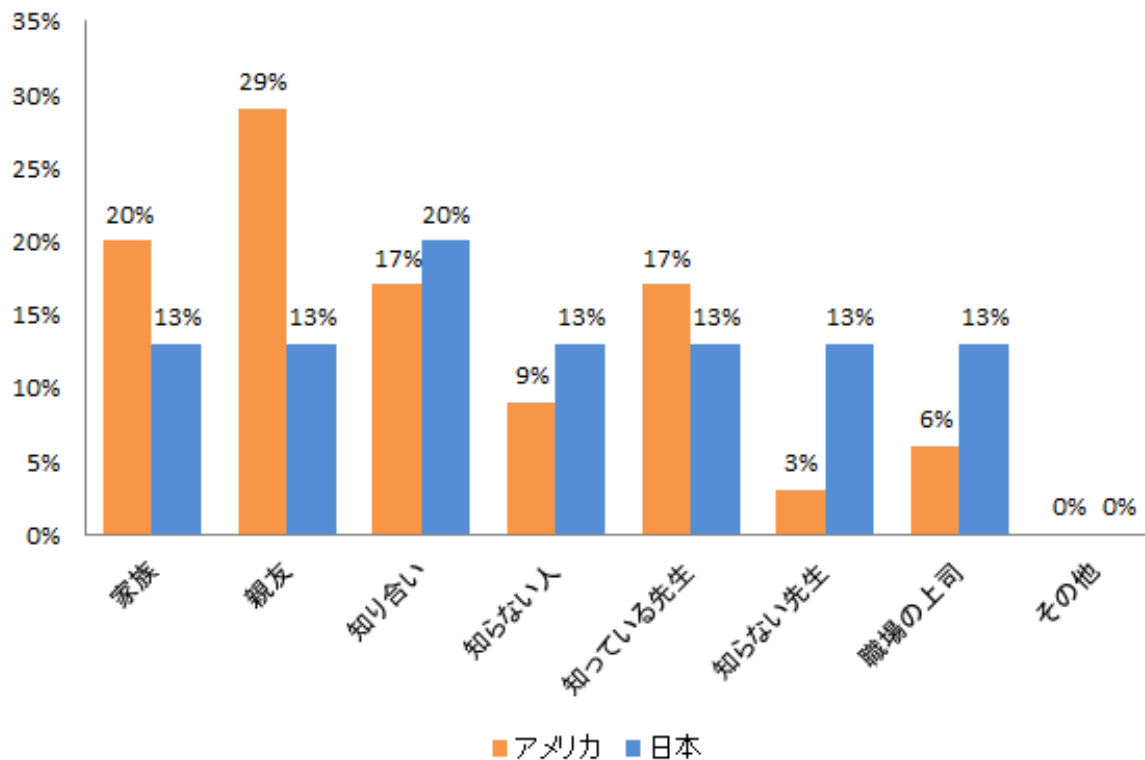
自信

質問:他人の前で自信があるようにふるまいますか？

アメリカ人学生も日本人学生も「はい」と答えた学生が少なかったが、日本人よりアメリカ人の方が多かった

自信

質問:だれに対して自信があるようにふるまいますか？



アメリカ人は親しい人や心を許した人、日本人はすでにある程度面識がある人に自信を示せる。

自信を持っているようにふるまう理由

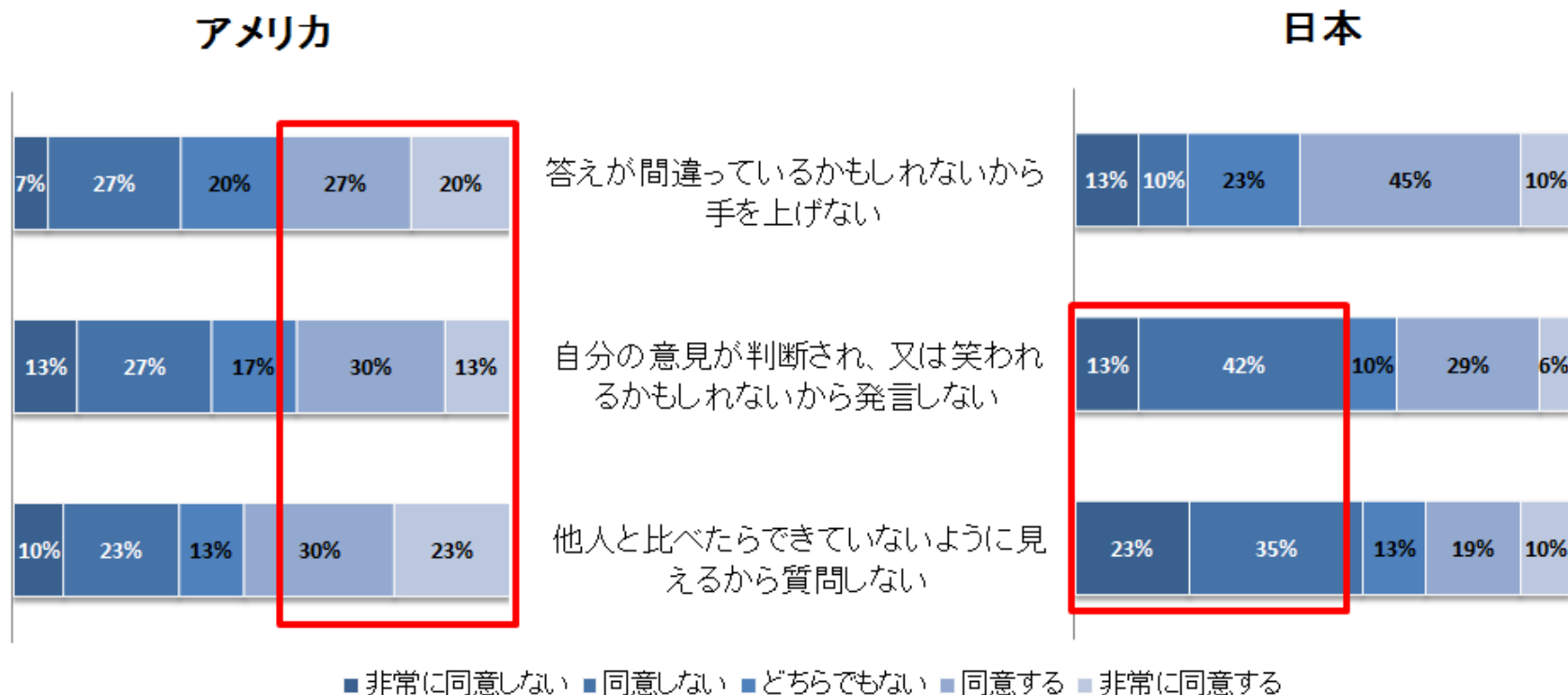
質問:その理由は何ですか？

アメリカ	日本
自信がないより自信がある方がいい、自信を持っている方が好まれている	自信のない人は頼りなく見える
弱そうに見えないため	自信に満ちた人物の方が頼りがいがあり、魅力的である
友達と一緒にいると居心地が良いから自信を持っていること表してもいい	時と場合によって必要だと思う時がある

自信と謙遜という両方の場面では、他人と一緒にいる時の安心感
は自信を表す能力に影響がある

教室における自尊心

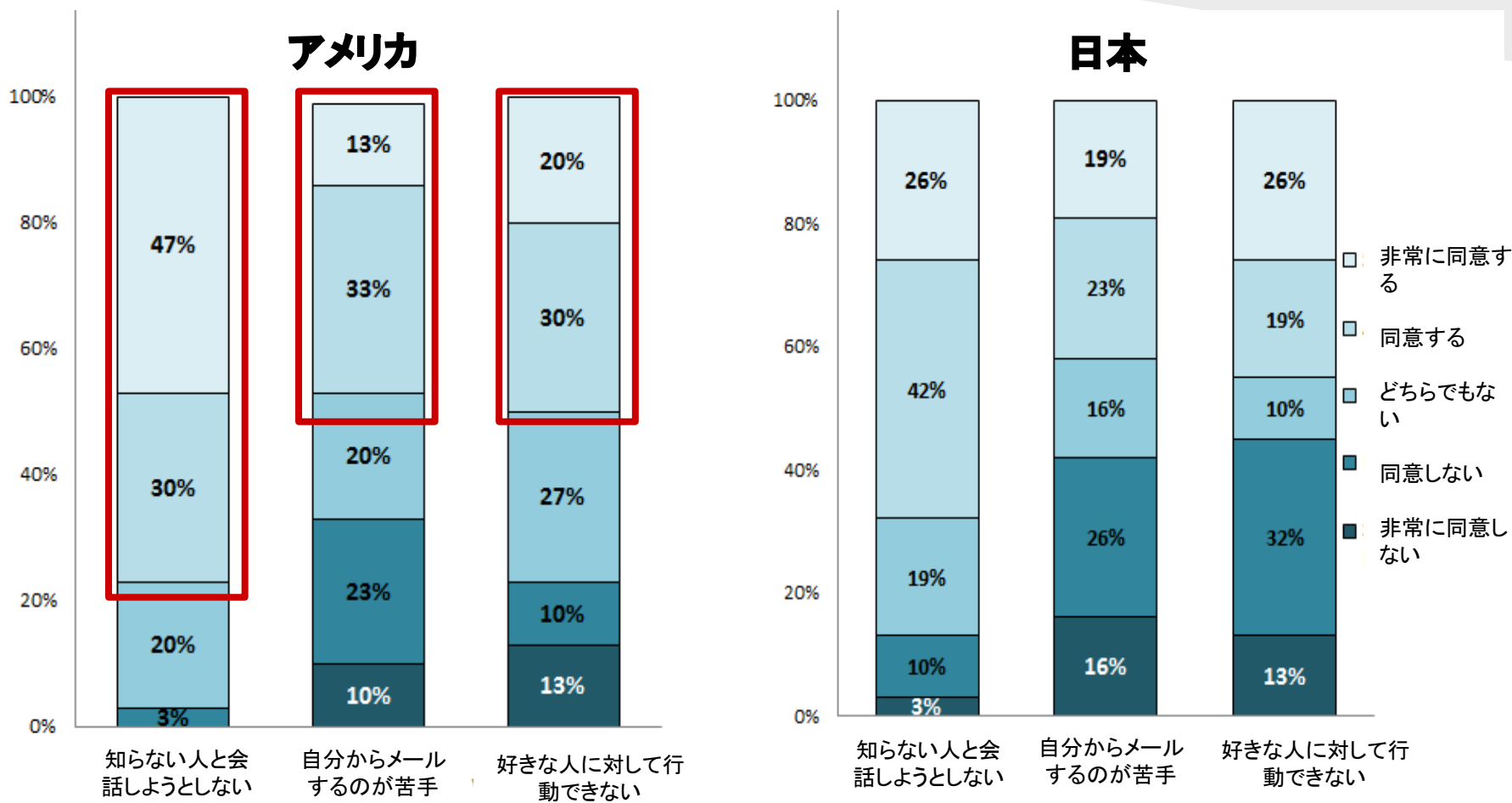
図6: 教室



一般に、教室では恥ずかしがり屋であるかどうかの質問に、アメリカ人より日本人学生の方が提示された理由に同意しなかった。

他人との交流

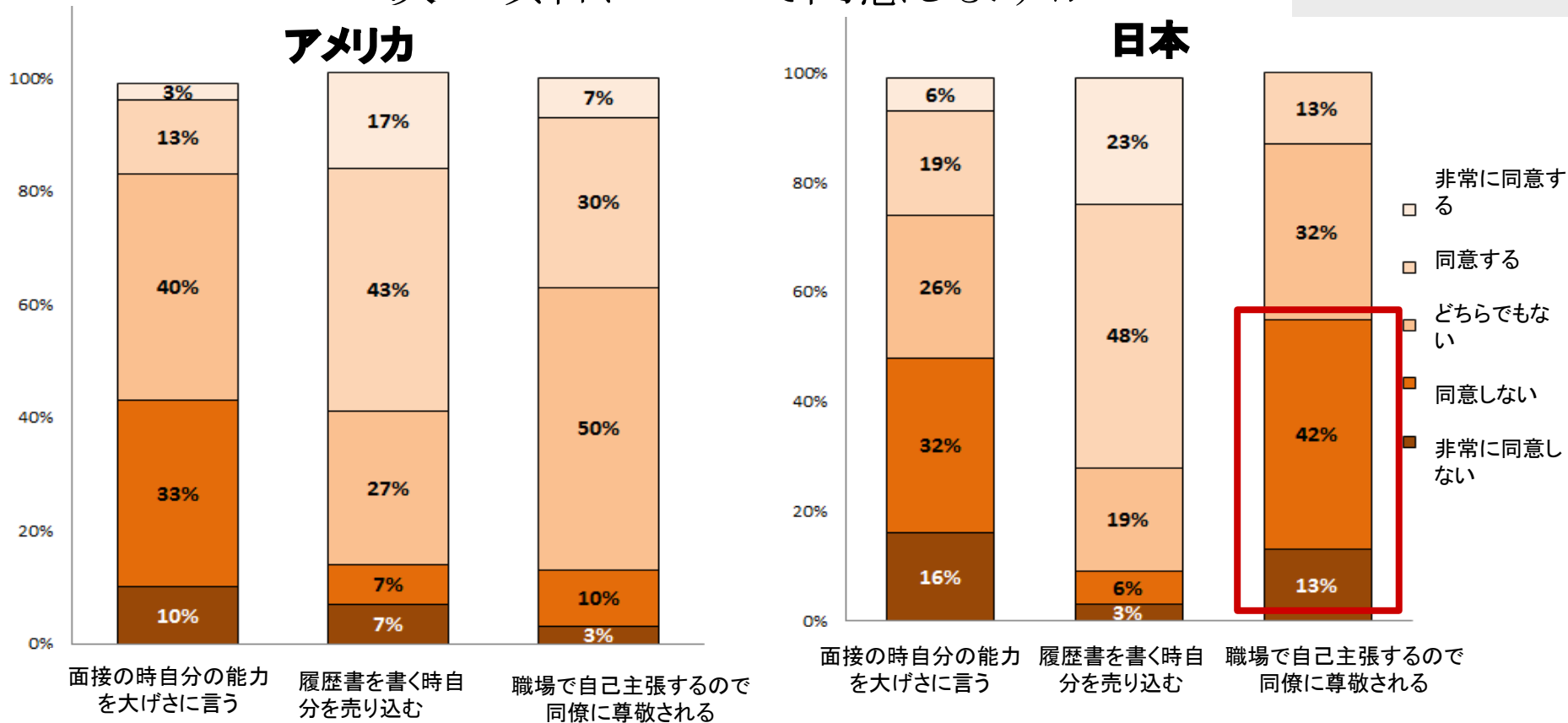
次の項目について同意します



アメリカ人の学生の方が他人と交流することが恥ずかしいと感じている

職場における自尊心

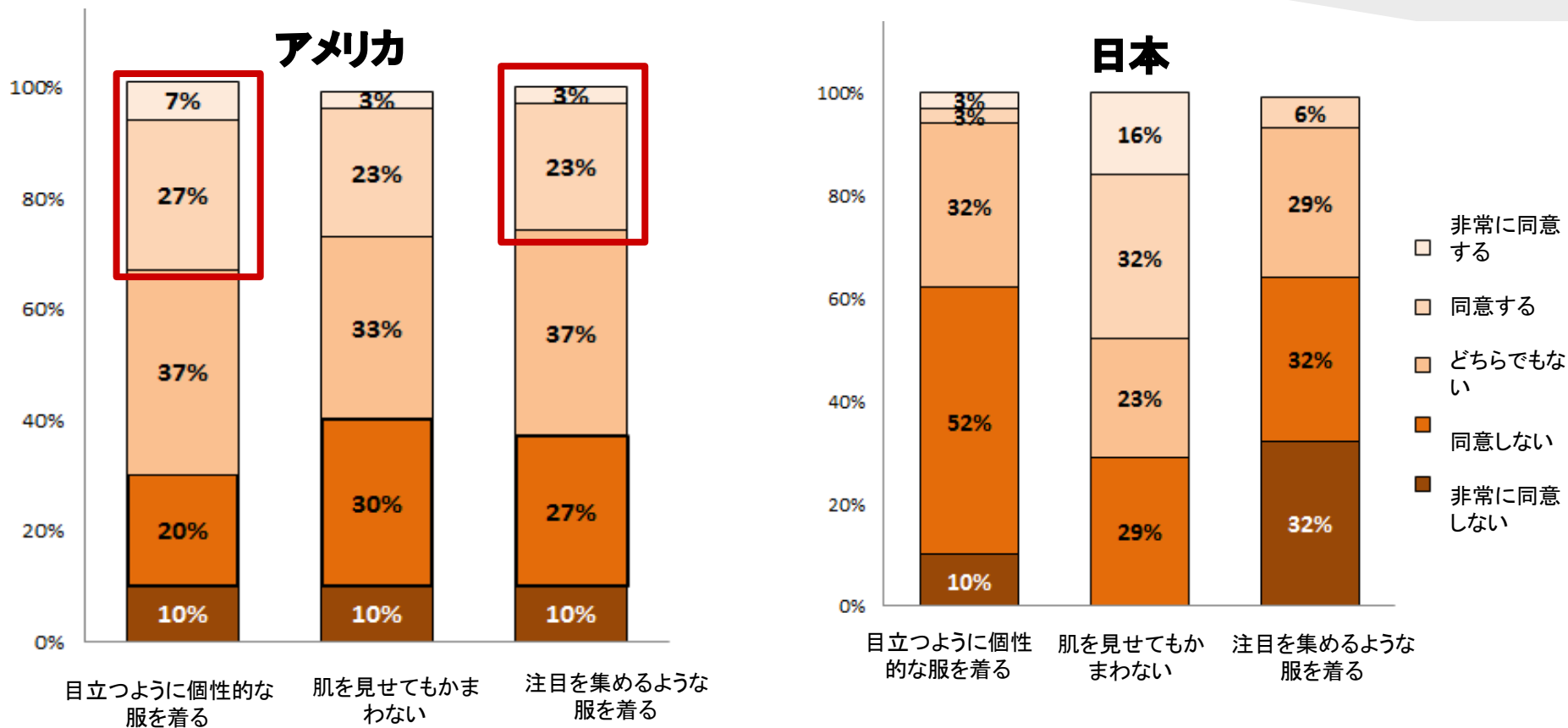
次の項目について同意しますか？



日本人もアメリカ人と同じくらいに同意した。しかし、日本人の方が職場では自己主張はしない。

イメージ

次の項目について同意しますか？



アメリカ人の方が日本人より目立つように個性的な服を着る

研究質問1まとめ

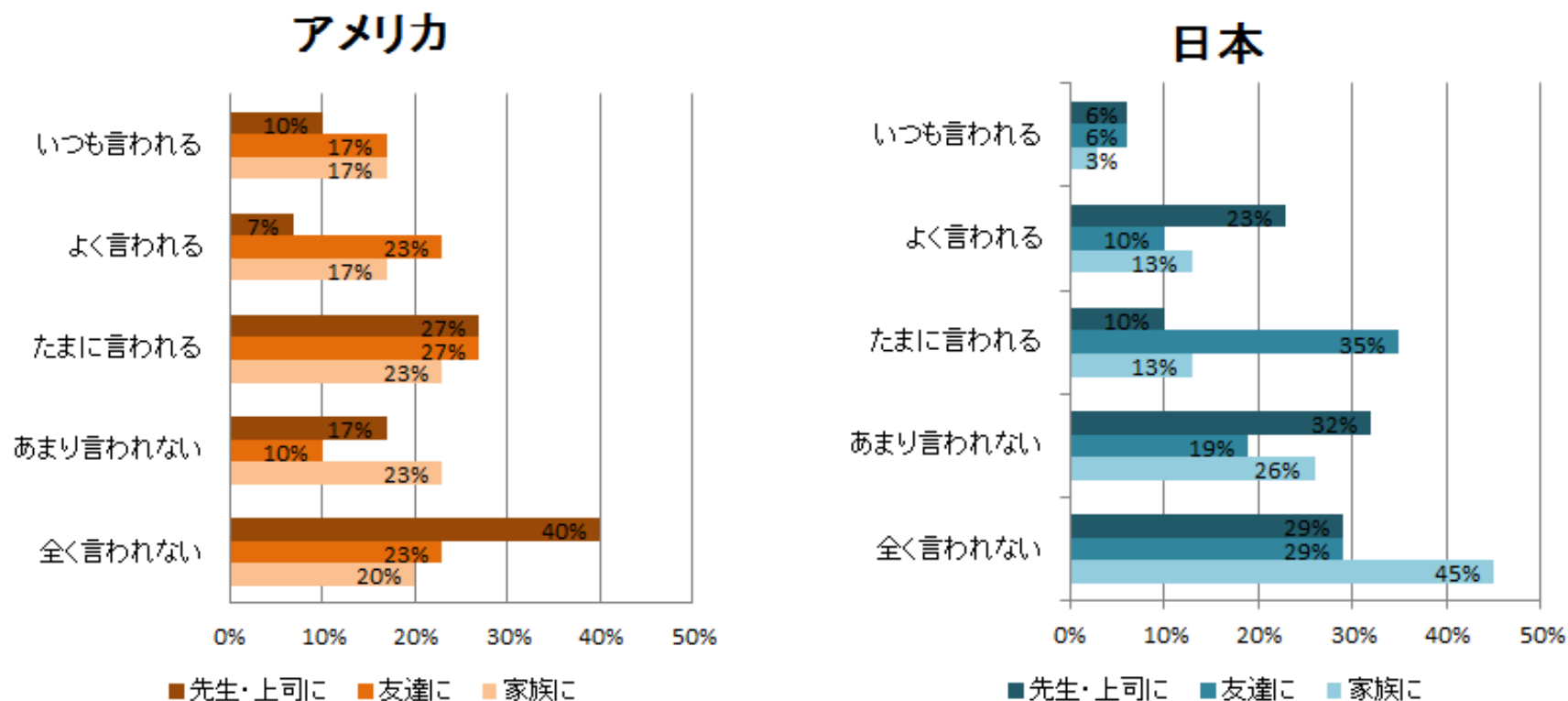
- アメリカ人と日本人の学生の自尊心の高さは似ていた
- 似ていたが、日本人の方が謙遜をしているようにふるまう
 - アメリカ人の学生は自分が悪く思われないように謙遜しているようにふるまう
 - 日本人の学生は他人に気を使うので謙遜しているようにふるまう
- 教室や他人との交流の場面では、日本人の学生の方が自信を持っているように見える
 - 日本人は教室で話すのはアメリカ人より恥ずかしがらない
 - 日本人は他の人と話をするのにアメリカ人より恥ずかしがらない
- 職場に於いてのイメージは、アメリカ人の学生の方が自信を持っていた
 - アメリカ人は日本人と比べて、働くことに関して自己主張が強かった
 - アメリカ人は日本人より目立つように服を着る

研究質問2

日本とアメリカではどのような要因が自尊心に影響するのか。

他人からの影響

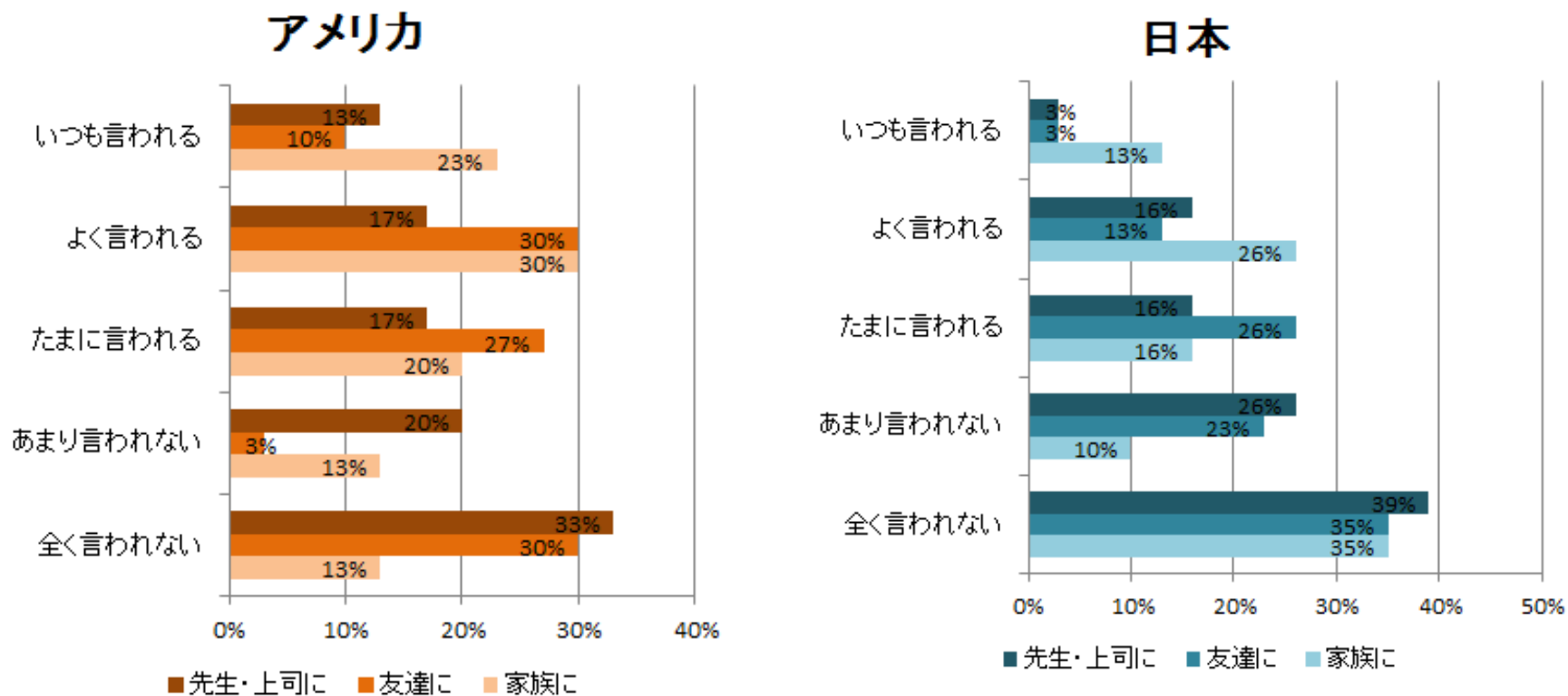
図7: どれくらい「自信を持った方がいい」と言われますか？



日本人の方がアメリカ人より人から「自信を持った方がいい」と言われることが少ない。アメリカ人は友達や家族からよく言われる。

他人からの影響

図8:どれくらい「自己主張した方がいい」と言われますか？

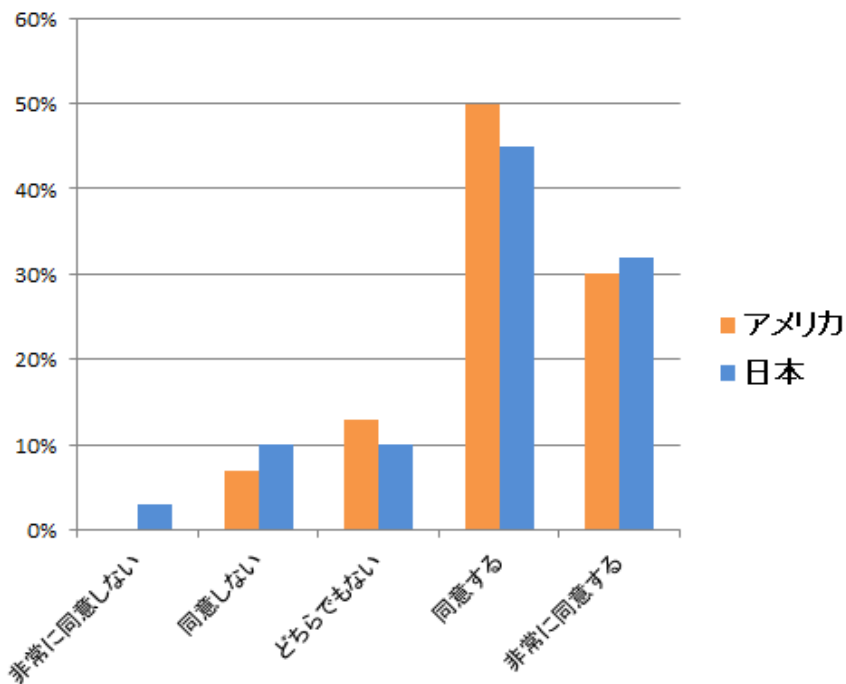


日本人は、自己主張をしない方がいい、逆に、アメリカ人はした方がいいと言われる。

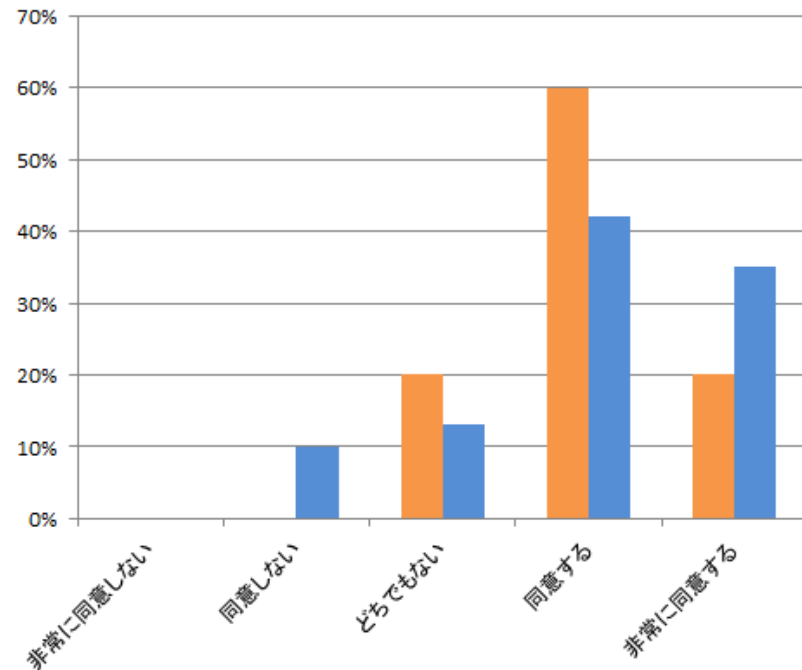
文化における期待の影響

次の考え方に同意しますか？

西洋の人は独立して個性的であると
期待されている



日本人はグループ思考であることを
期待されている

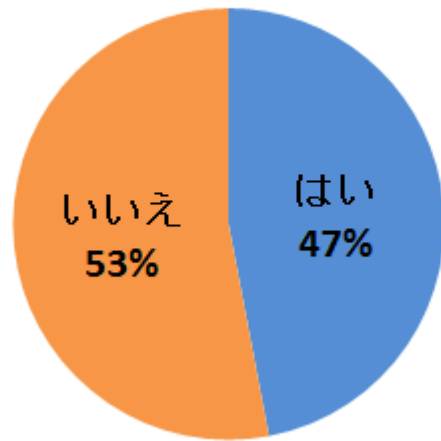


日本人学生も、アメリカ人学生も、文化における期待に同意する
学生が多かった。

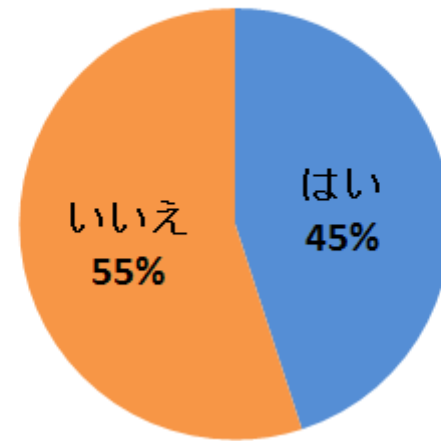
メディアの影響

社会のメディアが自分の自尊心に影響を与えていると思いますか？

アメリカ



日本



両方とも、メディアが自分の自尊心に影響を与えていると思う学生が多かった。

理由

その理由は？

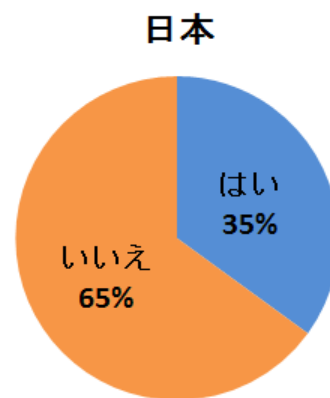
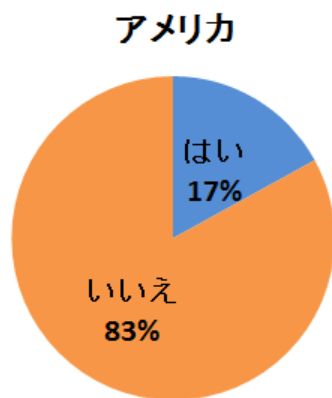
アメリカ	日本
非現実的な体型をイメージしている	日本人は得にメディアに左右されやすい
モデルを見ると自尊心が低くなる	モデルやアイドルが可愛い象徴として紹介されていると、自分はそうではない、と自信を無くす
自分の体型を気にする	ドラマを見たりいい歌を聞くともっと頑張ろうと思える
テレビを見なくなると自信が高くなる。	日本の新聞で「日本人の留学生が減っている」という記事を読んで、自分は留学生だから、すこし自分が誇らしくなった。

アメリカでは、メディアにより自尊心が低くなる人が多かった。

注：白で書かれた文は肯定的な理由を示す。

宗教の影響

社会の中で宗教が自分の自尊心に影響を与えていると思いますか？



アメリカより、日本では宗教が自尊心に影響を及ぼしている。

理由

その理由は何ですか？

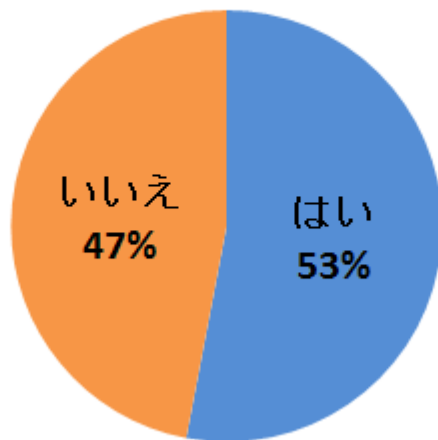
アメリカ	日本
自分は未熟で、神に助けられる必要があると信じている。	日本では、「神様から与えられた真の自分の美しさを尊重しなさい」ということを教えないしないせいで謙遜文化が発達したと思う
宗教を持たなくなっから自信を持つようになった	仏教や儒教の影響も受けていて、自分ではなく周りの人のことを先に考える

仏教が謙遜することを教えているので、日本では宗教が自尊心に関係している

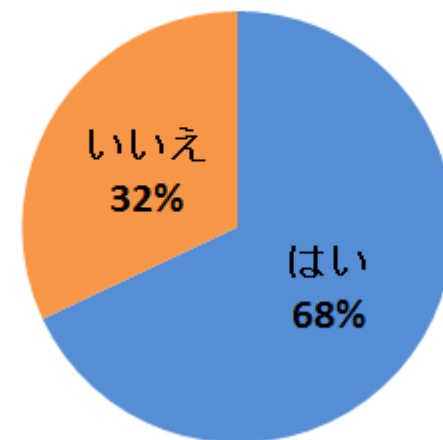
教育制度

社会の中で教育制度が自分の自尊心に影響を与えていると思いますか？

アメリカ



日本



「はい」と答えた人はアメリカでも日本でも非常に多かった

理由

その理由は何ですか？

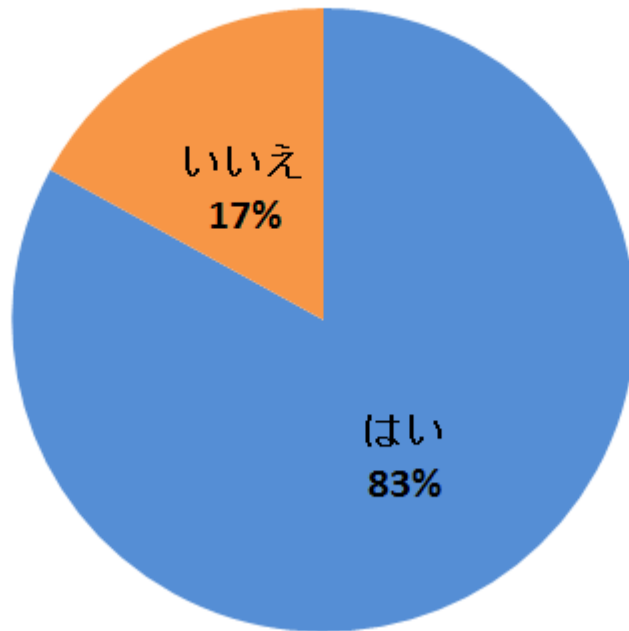
アメリカ	日本
いい成績をとるともっと自信を持てるようになる	学校で成績の良い人や有能な人が良い、みんながそうあるべきだと期待される
学校でよくできていたから自尊心が高くなった	小さい頃は、先生から言われることは、生徒にとって大きい
いい先生やいい授業のおかげでよくできるようになった	生徒は先生の自尊心の持ち方に影響される
除け者だったから自尊心が傷ついた	日本の教育制度は個性を消してしまう。みんなに合わせていて自分に自信が全然なかった
能力によって別のクラスに分けられた	みんなと同じであることを求められる

日本では、個性がないため自尊心が低くなる

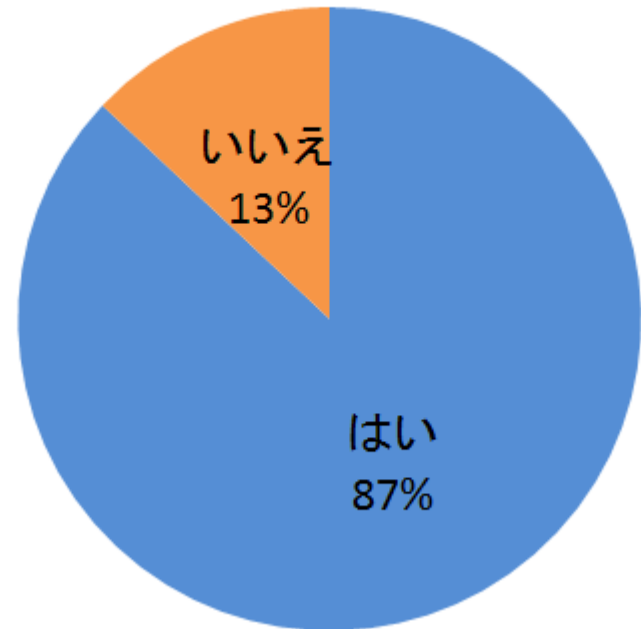
他人からの受容感

他人に認められることが自分の自尊心に影響を与えていると思いますか？

アメリカ



日本



「はい」と答えた人がアメリカでも日本でも多かった。
ソシオメーター理論と一致している

研究質問2まとめ

- アメリカ人は日本人学生より、自信を持つこと、また自己主張をすること
 - アメリカ人学生は友達や家族によく言われる
 - 日本人学生は先生や上司に言われる
- 両方とも自国の文化で求められていることに従う
- 両方の社会では、メディアが自尊心に大きく影響している
 - アメリカではボディ・イメージに対しほとんど否定的だった。
- 宗教は仏教の謙遜を反映していることから日本の方が影響が強い。
- 教育制度は自尊心の持ち方に最も影響を与えている。
 - アメリカでは、いい成績が学生の自尊心を高くする
 - 日本では、個性のないことが自尊心を低くする
- ソシオメーター理論の通り、他人からの受容感が自分の自尊心に影響を与えていると信じている学生が多かった。

結論

- 日本人は自尊心が低いと言われているが、自尊心は高かった
- 謙遜をしているということは自尊心が低いことと同じではない
- アメリカ人は一般的に自尊心が高いが、自信を持っていないところもある
- 自尊心と自信は関係あるが、自尊心があるからといって自信もあるというわけではない

結論

- 日本では、グループ思考があるため人のことを考えることが多い
- 最も自尊心に影響を与えている要因は教育制度とメディアである
- 他人との安心感と受容感が自尊心に影響を与えている

研究の限界点と将来の研究課題

研究に於ける限界点

- 大学生を対象にした研究のため一般化するのは難しい

将来の研究課題

- 違う年齢を考慮にいたした調査
- 性別により違いがあるかどうかの調査

調査の文献

1. Brown, R. Censure Avoidance and Self-Esteem in Japan. *The Journal of Social Psychology* 148.6 (2008): 653+. Academic OneFile. Web. 24 Sept. 2013.
2. Brown, R. (2008) Equivalence of Serufuesuteli-mu(self-esteem) and jisonshin in Japan. *Asian Journal of Social Psychology*. 11,300-304.
3. Brown, R. (2008). American and Japanese Beliefs about Self-Esteem. *Asian Journal of Social Psychology*. Dec2008, Vol. 11 Issue 4, p293-299.
4. Coopersmith, S. (1967). *The Antecedents of Self-esteem*. San Francisco, CA: Freeman.
5. Ishikawa, J.(1992). Communication Style of Japanese and American University Students. *Identity Game: Sociology of Existence Proof*.
6. Kitayama, S. (1997). Individual and Collective Processes in the Construction of the Self: Self-Enhancement in the United States and Self-Criticism in Japan. *Journal of Personality and Social Psychology*. 72 (6), 1245-1267.
7. Kobayashi, C. , & Brown, J. (2003). Self-esteem and self-enhancement in Japan and America. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 34(5), 567-580.
8. Rosenberg, M. (1965). *Society and the Adolescent Self Image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
9. Yamagishi, T., Hashimoto, H., Cook, K. S., Kiyonari, T., Shinada, M., Mifune, N., & ... Li, Y. (2012). Modesty in self-presentation: A comparison between the USA and Japan. *Asian Journal Of Social Psychology*, 15(1), 60-68.
10. Yamamoto, R. (2009). Cross-cultural study on self-esteem and self-efficacy between Japan and USA.

感謝の意

- 齋藤先生
- 高橋先生
- 寺島先生
- 家族と友達
- キャップストーンと同級生