ミシェル・ルピサン
大学生の自尊心：日米比較研究

1. こんにちは。ミシェル・ルピサンと申します。今日は、大学生の自尊心に関する日米比較研究を発表したいと思います。
2. こちらは概要です。
3. 研究の重要性ですが、アメリカ人は自信満々であり、日本人は謙遜しているという考え方を再考察するためです。日本に留学していた時、この考え方が正しくなく、人は文化における期待に従うために自信があるふりをしたり、謙遜をしているようにふるまうという論文を読みました。これは面白いと思って、日米における自尊心と、それが自信や謙遜とどういう関係があるかについてもっと詳しく勉強したいと思いました。
4. こちらが研究質問です。一、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、二、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、の以上です。
5. それでは、研究背景について説明致します。まずは、自尊心の定義と関係した言葉を紹介します。次に、日米における「自我」に対する見解と自尊心についての解釈を説明します。最後に、自尊心に関する比較研究を二つ紹介します。
6. 自尊心の定義がいろいろありますが、基本的にいうと、どれ位自分のことを大事にし、好きかということです。
7. 自尊心に関して、「自己高揚」と「自己批判」というのは自分のことをよく思うか悪く思うかということです。アメリカでは、自己高揚をする傾向があって、自分の成功を全部自分の能力によるという人が多く、逆に、日本では、自己批判が多く、失敗は能力が足りないためだという人が多いようです。
8. 次に、自尊心に関する「ソシオメーター理論」という心理学の概念を紹介致します。この概念において、「受容感」とは、どの位人に受け入れられるかということです。ソシオメーター理論によると、他人からの受容感は自尊心と関係があり、その受容感が高いと、自尊心も高くなって、逆に受容感が低いと自尊心も低くなると述べています。
9. 次に、「自我」に関する見解についてお話致します。アメリカでは、独立な存在が好まれ、自我とは個性的なものだと思われる反面、日本では、「自我」よりグループの一部になる事が大切で、他人との関係を大事にしています。
10. 自尊心についての解釈は、アメリカでは自尊心が高いことは社会的によく思われていますが、日本では自己中心、高慢にとられるため、よく思われません。
11. 次に、石川による「大学生のコミュニケーションスタイル」という研究を紹介します。２０項目の中に、自信を持っている特徴を選ぶという調査を行いました。その結果、アメリカ人と日本人との間で大きな差が出てきました。アメリカ人の学生はほとんどの項目を選びましたが、日本人は２つか３つと少ない項目を選びました。この現象を石川は次のように言っています。日本人は自信がないようにふるまいますが、アメリカ人は自信があるように装うという解釈です。その結果、日米大学生は自国の文化が期待するコミュニケーションスタイルに即して、適切にふるまうのではないかと石川が分析しています。

12. 次は、山岸の「自己提示における謙遜」という研究の結果を紹介します。まず、回答者が認知技能テストを受けて、その後自分のパフォーマンスを評価するという調査を行いました。これは「コントロール・コンディション」と呼ばれます。その８ヶ月後、また自分のパフォーマンスを思い出して評価してもらいましたが、今回は回答者が正直に答えれば報酬がもられることにしました。これは「ボーナス・コンディション」と呼ばれるものです。
13. アメリカ人は両方の状況でも自分を平均以上と評価した人が多かったのに対し、面白いことに日本人はコントロールコンディションでは、平均以上と評価した人はたったの２８％にすぎませんでしたが、ボーナスコンディションではその数は６９％まで高くなり、アメリカ人のスコアも超えています。それは、日本人はコントロールコンディションでは謙遜して正直に自分の評価をしなかったと言えるでしょう。これで日本人は謙遜をするというのは「デフォルト行動」だということがわかりました。つまり、本当の自分を見せてもいいかが分からない時は謙遜して答えた方が無難だという判断に戻ってしまうということです。
14. では、次に私が行ったアンケート調査の研究結果についてお話し致します。
15. この調査には６１人の大学生に参加してもらいました。内訳は日本人３１人、アメリカ人３０人です。オンラインアンケートを通してデータを集めました。
16. それでは研究質問１についての結果を発表いたします。
17. まず、５点のスケールで回答者に自分の自尊心を評価してもらいました。１の非常に低いから５の非常に高いまでです。驚いたことに、日本人はアメリカ人と同じくらいに自分の自尊心を高く評価しました。では、どうして日本人は自尊心が低いと言われているでしょうか？
18. 人の前で謙遜しているようにふるまうことがありますか？という質問に対して日本人は謙遜にふるまうという人が非常に多く、アメリカ人の割合をかなり上回っています。
19. 「だれに対して謙遜をしているようにふるまいますか？」という質問には、アメリカ人も日本人も、多くの学生は知らない人や目上の人に対してと答えました。
20. その理由として、アメリカ人の方が自慢したり自惚れているように見られたくないという人が多かったです。逆に、日本人は他人を尊敬する、あるいは気を使うために謙遜をしているようにふるまうという人が多かったです。アメリカ人は自分のことを考え、日本人は他人のことを考えているということが前のスライドで示した「自我」についての見解を支えていると思います。
21. 「自信があるようにふるまいますか？」という質問には、「はい」と答えた人がどちらの国でも少なかったですが、日本人よりアメリカ人の方が多かったです。
22. 誰に対して自信があるようにふるまうかという問いには、日本人もアメリカ人も、グラフの項目に対して同じように自信を示しますが、アメリカ人は特に家族や親しい友達に対して自信があるようにふるまうようです。
23. その理由は、日本では自信を持っていない人は頼りなく見えると答えた人が多く、アメリカでは、自信が好まれている、弱そうに見られたくないという理由があげられました。面白いことに、謙遜も自信も、一緒にいる人との安心感、つまりどの位くつろげるかで、どの位の自信を見せられるかが決まるようです。

24. 次に、学生がどのように自尊心を表現するかについてですが、自尊心の表現を「教室」、「他人との交流」、「職場」、そして「イメージ」という４つの領域に分けました。各領域では、状況による項目が６つあり、その項目にどの位同意するかを聞きました。
25. 「教室」という場面は消極的に書かれており、「答えが間違っているかもしれないから授業で手をあげない」、「笑われるかもしれないから発言しない」等があります。ということは、項目に対して同意が強ければ強いほど、教室では恥ずかしくて自尊心を表現できなくなると考えられます。「教室」での結果は、アメリカ人は意外と日本人より恥ずかしがるようです。
26. 「他人との交流」も同じように消極的に書かれており、「自分からメールをするのが苦手」、「好きな人に対して行動できない」などがありました。今回もアメリカでは項目に同意した人が多く、他人と交流するのは恥ずかしいということがわかりました。その恥ずかしさは先ほどの「安心感」に関係があるのではないでしょうか。他人との安心感がない場合、人は恥ずかしくなり、自尊心を表せなくなるようです。
27. 「職場」という場面は逆に、自信があるように書かれています。ということは、同意が強ければ強いほど自信を持って、自尊心を表現できるようになるということです。「職場」においては、両国とも多くの人が提示された項目に同意しましたが、「職場で自己主張をする」という項目には、同意しなかった日本人が多いです。
28. 「イメージ」という場面も同じように自信があるように書かれていて、「目立つように個性的な服を着る」等のような項目が含まれています。またアメリカ人は日本人より提示された項目に同意しました。
29. ここで研究質問１の結果をまとめたいと思います。日米大学生の自尊心の高さは似ていましたが、日本人はアメリカ人より謙遜をしているようにふるまうようです。日本人は、「教室」と「他人との交流」という場面ではアメリカ人より自信を持ち、恥ずかしがしがらないということがわかりました。アメリカ人は、「職場」と「イメージ」という場面では日本人より自信を持ち、自己主張が強いようです。
30. 次は研究質問 2 です。
31. まず、どんな人に影響を受けているかということについてですが、そのために「家族」、「友達」、そして「先生や上司」という三つのグループに分け、その人たちからどれくらい「もっと自信を持ちなさい」と言われるかを聞きました。アメリカでは、よく言われる人が多かったのに対し、日本では全然言われないという人が多かったです。

32. 「自己主張した方がいい」という項目にも「全然言われない」と答えた日本人が多く、アメリカ人はよく言われ、特に家族と友達に言われるようです。
33. 次に、その国の文化に添う期待に同意するかどうかを聞きました。西洋人は独立していて、個性的であると期待されており、日本人はグループ思考であることを期待されているというのに、アメリカ人も日本人も強く同意しました。
34. 次に、メディア、宗教、そして教育制度が自分の自尊心に影響を与えていると思うかについて聞きました。メディアについて、アメリカ人も日本人も「はい」と答えた人は約５割でした。

35. その理由として、「非現実的な体型をイメージしているから自分の自尊心が低くなる」という人がどちらの国でも多かったです。しかし、アメリカと違って、日本ではこのような肯定的な理由を挙げた人がいました。
36. 宗教については、アメリカより日本人の方が「はい」と答えました。
37. アメリカでは、宗教心がなくなってから自信を持つようになったという人がいましたが、日本では仏教の影響で謙遜をして他の人の気遣いを大事にするようです。
38. 教育が自尊心に影響を受けていると思っている人がアメリカでも日本でも非常に多くて、両方とも半分を超えています。
39. その理由は、アメリカではいい成績をとることで自尊心が高くなったようですが、教室で差別されたことで自尊心が低くなったという人もいました。日本では、先生からの影響が大きく、みんなが同じであることを求められていることが自尊心に影響をしているようです。
40. 最後に、他人に認められることが自尊心に影響をているかどうかという質問に、「はい」と答えた人がどちらの国でも非常に多かったです。これは、前に紹介したソシオメーター理論と一致するのではないでしょうか。
41. ここで研究質問２をまとめます。アメリカ人は日本人よりも自信を持って自己主張するように言われます。アメリカ人も日本人も自分の国で期待されているように行動します。メディア、宗教、教育制度の中で、教育制度が最も自尊心に影響を与えています。ソシオメーター理論の通り、他人からの受容感が自尊心に影響を与えています。
42. これがこの研究の結論です日本人は自尊心が低いと言われていますが、調査結果によると多くの人は自尊心が高かいようです。このことから、謙遜をしているということは自尊心が低いという意味ではないことわかりました。自尊心と自信は関係がありますが、自尊心があるからといって自信もあるというわけではありません。アメリカ人も日本人も、自尊心は高かったですが、どちらの国の人も自信を持っていることもあれば持っていないこともありました。
43. 現在でもグループ思考は日本人のふるまいに影響しているようです。教育制度とメディアは自尊心に大きく影響している上に人との安心感や受容感も自尊心に影響を与えるようです。
44. 最後に、研究の限界点と将来の研究課題についてです。もちろん、この研究は大学生を対象にした研究でしたから、一般化するのは簡単にできません。今度は、違う年齢層と性別によってどの位自尊心に違いがあるのかについて研究を行いたいと思います。
45. こちらは参考文献です。
46. 最後に、ご指導くださった先生方と支えてくださった家族や友達に感謝をいたします。ありがとうございました。