

# 自己卑下呈示をする人は精神的に不健康なのか —自己卑下呈示と自己受容が精神的健康に及ぼす影響—

## 問題・目的

日本において、他者に対してあえて自己を否定的に見せる、自己卑下呈示が多く見られる。自己卑下呈示を行う者は精神的に不健康であると考えられるが、全員が一律に精神的に不健康であるとは考えにくい。そこに生じる違いは、自己卑下呈示を行う自分自身への自己受容の高低の差にあると考えた。上田（1996）の先行研究において、自己のネガティブな部分に対するメタレベル肯定度が高いほど精神的に不健康に陥りにくいとされている。本研究では、上田に倣い、自己受容の指標としてメタレベル肯定度を使用した。さらに、精神的健康度との関連が検討されている援助要請スタイルを精神的健康の指標として取り上げ、自己卑下呈示と自己受容が精神的健康に及ぼす影響について検討することを目的とした。

## 方法

2020年7月に、大学生の男女263名（男性53名、女性210名、平均年齢20.75歳、 $SD=0.94$ ）を対象に、Google formを用いて質問紙調査を実施した。質問紙は、(1)自己卑下呈示規範内在化傾向測定尺度11項目（吉田・浦，2003）、(2)自己卑下呈示規範内在化傾向測定尺度の各項目に対するメタレベル肯定度、(3)援助要請スタイル尺度12項目（永井，2013）で構成された。

## 結果・考察

自己卑下呈示実行頻度と自己受容を独立変数、各援助要請スタイルの得点を従属変数とした2要因分散分析を行ったところ、自己卑下呈示を行いやすい人は自立型、回避型の援助要請スタイルを取りやすいという結果が見られた。この結果から、自己卑下呈示を行いやすい人は、他者から自分にとって好ましくない反応をされることから自己を守るためだけでなく、他者と良好な対人関係を築くための術として方略的に自己卑下呈示を活用していると考えられる。また、自認している自己卑下呈示の部分のみに対する自己受容を検討するため、自己卑下呈示実行頻度に対するメタレベル肯定度の割合を算出し、自己卑下メタ肯定度とした。自己卑下メタ肯定度と自己卑下呈示実行頻度を独立変数、各援助要請スタイルの得点を従属変数とした2要因分散分析を行った結果、自立型のときにのみ自己卑下メタ肯定度に有意な主効果が見られた。この結果から、自己卑下呈示実行頻度に関わらず、自身の行っている自己卑下呈示に対する肯定的認知が精神的健康の維持に繋がると考えられる。以上のことから、自己卑下呈示をする自分をネガティブに捉えず、そのまま良いと考え受け入れることが精神的健康を維持するために重要であると言える。

## 公的自意識とフォーカシング的態度があがりに及ぼす影響 —他者の目を気にしてしまう人があがらないためには—

### 問題・目的

周囲の目を気にしやすい人はあがりやすいということがわかっている。しかし、周囲の目を気にしやすいことは人間関係を円滑にするなどの適応的側面もある。したがって、本研究では、他者の目を気にしやすい性格を変化させるのではなく、周囲を気にしながらもあがらないためのアプローチを探ることを目的とした。そして、そのアプローチとして自身の気持ちを丁寧に扱うというフォーカシング的態度を取り上げた。本研究では、仮説①「公的自意識の高い人は公的自意識の低い人に比べあがりやすい」、仮説②「公的自意識の高い人であってもフォーカシング的態度が備わっている人は備わっていない人に比べあがりにくい」を立て、公的自意識とフォーカシング的態度があがりに及ぼす影響を検討した。

### 方法

大学1年生から大学4年生までの男女155名（男性53名、女性102名、平均年齢20.64歳、SD=0.9）に質問紙調査を実施した。質問紙は（1）フェイスシート（2）公的自意識に関する尺度（菅原，1984）（3）フォーカシング的態度に関する尺度（森川・永野・福盛・平井，2014）（4）あがりに関する尺度（有光・今田，1999）で構成されていた。

### 結果・考察

公的自意識とフォーカシング的態度の総得点および公的自意識とフォーカシング的態度の各因子（「注意」、「受容」、「距離」）があがり（「自己不全感」、「身体的不全感」、「震え」、「責任感」、「生理的反応」、「他者への意識」）に及ぼす影響を検討した。その結果、男女共に公的自意識の高さがあがりを促進させた。それにより、仮説①が支持された。また、男性においてフォーカシング的態度「距離」が公的自意識高程度の人々の身体的不全感を低めること、女性においてフォーカシング的態度「注意」が公的自意識高程度の人々の自己不全感、フォーカシング的態度「受容」が生理的反応を低めることから、仮説②が一部支持された。しかし、男性において公的自意識高程度の人々はフォーカシング的態度「距離」を高程度とすると、あがり全体、身体的不全感、震え、生理的反応を促進させること、女性において公的自意識高程度の人々はフォーカシング的態度「注意」を高程度とすると自己不全感を促進させることから、フォーカシング的態度が公的自意識高程度の人々のあがりを促進させることも示された。つまり、フォーカシング的態度は公的自意識から生じるあがりに有用な側面もあるが、公的自意識の程度とフォーカシング的態度の距離や注意の程度によってはあがりを促進させる場合もあるため、留意する必要がある。

## 対人ストレスを経験しやすい人はどのような人か

### －公的自意識と自尊心の観点から－

#### 問題と目的

対人関係を良好に維持しようと意に添わない言動をしてストレスを感じてしまう人がいる。対人場面で起こるこのようなストレスを対人摩擦という。本研究は対人摩擦を経験しやすい人の特徴を明らかにし、そのような特徴を持つ人でも、対人摩擦を抑制する手がかりを見出したいと考えた。そこで、対人摩擦を引き起こす要因として公的自意識の高さを想定した。しかしながら、先行研究によると、公的自意識の高い人が一概に対人摩擦を経験しやすいとは限らないことが示唆されている。したがって、公的自意識の高さに加え、もう一つ要因が関連していると考え、自尊心に着目した。そして、公的自意識が高く、かつ自尊心が低い者が対人摩擦を最も経験しやすいと仮説を立てた。加えて、公的自意識が高くても、自尊心を高く維持できれば、対人摩擦は抑制できると仮説を立て検討を行った。

#### 方法

2020年6月に、東海圏内の大学生155名（男性43名、女性112名、平均年齢20.78歳、SD＝0.824）を対象にGoogle formを用いて調査を行った。調査内容は、(1)対人ストレス尺度（橋本，2005）(2)日本語版自意識尺度（菅原，1984）(3)自尊感情尺度（山本・松井・山成，1982）で構成された。

#### 結果・考察

各尺度における性差の検定を行ったところ、性差がみられたため、分散分析では男女を区別して行った。その結果、女性では公的自意識のみ主効果が認められ、男性では自尊心のみ主効果が認められた。つまり、女性においては周りの目を気にする傾向が強い者が、男性においては自分の価値や能力に自信を持ってない者が、対人摩擦を経験しやすいことが示された。この結果については、男女で対人関係の特徴が異なり、それぞれがその特徴に応じて公的自意識、自尊心という別々の要因から影響を受けたと考えられる。また、本研究の結果から男性においては自尊心を高く維持できれば、対人摩擦を抑制できることが示された。一方、女性においては本研究で対人対人摩擦を抑制する手がかりは見出せなかった。そこで、女性は周りの目に意識を向ける傾向が強いことが明らかになったが、そのような周りの目を気にしやすいという自己の内面に目を向けることで、周りの目を気にしやすい傾向や気にしやすいことで生じる不安が緩和され、対人摩擦の抑制につながると考えられた。

# ペットは人を支えてくれるのか

## —青年期の自己受容にペット飼育期間と愛着が及ぼす影響—

### 問題・目的

自己受容の促進には、他者から受容されていると感じられるような他者との関係性が重要になってくると考えられる。本研究では他者との関係性を示すものの中から、愛着に着目し、青年期の愛着対象としてペットも含まれるのではないかと考えた。くわえて、どのような愛着を築いていたのか、また、愛着理論においては幼少期の関係を重要視しているが、ペットにおいても同様なのかを検討する必要がある。そこで本研究では、ペットとの愛着関係の種類（依存的な関わり、充分な関わり、気づかう関わり）と愛着を築いていた期間が、飼い主の青年期の自己受容に影響を及ぼすかを検討することとした。

### 方法

2020年9月にペット飼育経験がある高校卒業後の18歳から22歳までの青年期にあたる男女120名（男性28名、女性92名、平均年齢20.317歳、 $SD=1.159$ ）を対象にGoogle Formを用いて質問紙調査を行った。質問紙は(1)自己受容尺度（櫻井, 2014）(2)幼少・児童期、思春期、青年期それぞれの期間におけるペット飼育経験の有無、(3)期間ごとのペットとの愛着尺度（金児, 2018）で構成された。

### 結果・考察

各尺度得点に性差があったため、男女を分けて分析を行った。 $t$ 検定の結果、男性においてのみ以下の結果が得られた。①幼少・児童期と青年期において、ペットとの充分な関わりが現在（青年期）の自己受容を促進する。②飼育期間に関わらず、ペットとの気づかう関わりが現在（青年期）の自己受容を促進する。以上2つの結果から、ペットとの健全な関係性が自己受容の促進に有用であることを示すことができた。①の結果が示された理由として、幼少期の愛着は養育者との愛着関係同様にその後の自己観に影響があること、青年期においては充分な関わりを築いているペットは重要他者として位置づけられており、その関わりの中で自分が受け入れられているというような体験となっているのではないかと考えられる。また、②の結果が示されたのは、気づかう関わりは適切なケアギビング行動の形成と自覚に繋がり、ケアギビング行動ができる自分自身に対する受容が育まれたことで自己受容の全体を促進したからではないだろうか。これらのことから、ペット飼うことで充足感を得ることもあるだろうが、ペットに依存し同一化することは避け、適切な距離感を維持し、育てる関与が男性の青年期における自己受容の促進においては重要だろう。

## 完全主義と仮想的有能感が課題先延ばし行動に及ぼす影響

### 問題・目的

私たちは物事に取り組むにあたって、より高い目標を目指し、完璧に取り組もうと思うことがある。このように、自己に対して過度に完全性を求める個人特性を自己志向的完全主義という。自己志向的完全主義は2つの側面から構成されており、適応的側面が高いと課題先延ばし行動傾向が減少し、不適応的側面が高いと増加することが明らかにされている。しかし、適応的側面と不適応的側面は同一人物内に共存する可能性が示唆されており、どちらも併せ持つ場合に課題先延ばし行動に及ぼす影響は検討されていない。そこで本研究では、適応的側面と不適応的側面のどちらも高い場合、仮想的有能感が高いと課題先延ばし行動が増加、低いと減少するという仮説を立て、これを検証することを目的とする。

### 方法

日本の専門学校、短期大学、4年制大学および大学院に通う青年期（18～24歳）の学生171名に質問紙調査を実施した。質問紙は(1)多次元自己志向的完全主義尺度(MSPS) 20項目(桜井・大谷, 1997)、(2)仮想的有能感: Assumed Competence Scale 2nd Version (ACS-2) 11項目(Hayamizu, Kino, Takagi, & Tan, 2004)、自意識尺度(RSES) 10項目(山本・松井・山成, 1982)、(3)学習課題先延ばし行動傾向尺度の課題先延ばし因子9項目(藤田, 2005)で構成された。

### 結果・考察

MSPSの適応的側面、不適応的側面、有能感の類型を独立変数、学習課題先延ばし行動傾向尺度を従属変数とした3要因分散分析を行った。その結果、適応的側面が課題先延ばし行動を抑制すること、有能感の全能型より仮想型の課題先延ばし行動傾向が高いことが明らかとなった。適応的側面が高い場合、意欲的に取り組むことができるために、課題先延ばし行動が減少すると考えられる。また、仮想型は自分の低い能力を露呈させたくないと思うのに対し、全能型は自分の高い能力を誇示したいと思うために、課題先延ばし行動傾向に差が見られたと考えられる。

一方で、完全主義の不適応的側面の主効果、完全主義と有能感の交互作用は確認されなかった。不適応的側面が高い場合は、課題に取り組むという本来の目的を失って課題に消極的になる場合と、課題に取り組むことで失敗に対処しようとする場合の2つが想定されるため、全体としては課題先延ばし行動との関連が見られなかったと考えられる。また、今回不適応的側面として扱った行動疑念は、自分の行動に対して不安を感じることであり、行動自体を先延ばしする課題先延ばし行動とは関連が見られなかったと考えられる。交互作用が見られなかった点については、完全主義の有無に関わらず、有能感の違いによって課題の取り組みへの積極性が変化することが考えられた。

# ネガティブな感情表出の制御とフォーカシング的態度が精神的健康に及ぼす影響 —自分のネガティブな気持ちとうまく向き合える人は精神的健康を保てるのではないか—

## 問題・目的

私たちは、学校や職場などの様々な社会集団で良好な対人関係を築き、維持するために、自分のネガティブな感情をありのまま表出せず制御し、偽って表現することがある。これにストレスを感じ、精神的健康を維持できない者がいるのではないだろうか。本研究では、ネガティブな感情表出を制御していても、精神的健康を保つことができる要因として、フォーカシング的態度に焦点を当てた。そして、「ネガティブ感情を制御していてもフォーカシング的態度が備わっていれば、自尊感情が保たれ、精神的健康を維持できる」という仮説を立て、検討することとした。

## 方法

2020年9月に、18歳から23歳までの男女計221名(男性69名,女性152名)を対象にGoogleフォームで匿名式の質問紙調査を行った。質問紙は(1)フェイスシート:年齢,性別,携帯電話番号の下4桁(2)感情表出の制御尺度(崔・新井,1998)(3)FMS-18尺度(森川・永野・福盛・平井,2014)(4)自尊感情尺度(山本・松井・山成,1982)で構成された。

## 結果・考察

感情表出の制御とフォーカシング的態度の総得点および各因子が自尊感情に及ぼす影響を、2要因分散分析を用いて検討した。本研究では、いずれの結果においてもフォーカシング的態度を持つ者ほど自尊感情が高かったことから、フォーカシング的態度をより持っていることが精神的健康の維持、促進に関与していることがわかった。さらに、男女ともにフォーカシング的態度の受容が高いこと、女性のみにおいてはフォーカシング的態度の距離が中程度あることが自尊感情を促進するという結果が得られた。このことから、男性の場合はその感情を受け入れること、女性の場合はその感情とある程度距離を取り受け入れることができれば、精神的健康の維持に繋がることがいえる。また、男性において、感情表出の制御「友人の不幸経験場面での向社会的動機」とFMS-18全体に交互作用が認められた。このことから、不幸な出来事や相手によって配慮をした感情表出をした方がいいか悪いか迷う際に、自分自身の気持ちと向き合うということができる、自分自身の気持ちや対人関係に悩むことがなく、自尊感情の低下には繋がらないことが考えられる。そのため、FMS-18全体が高いと自尊感情を維持できると考えられ、仮説を一部支持する結果となった。以上から、男性はネガティブな感情表出の種類によってはフォーカシング的態度を備えることにより精神的健康を保てることが示された。また、男女ともに感情表出をするかしないに関わらず、フォーカシング的態度を身に付けることで、精神的健康を維持できると考えられる。

# 自己開示の適切さへの自認の程度と公的自意識が精神的健康に及ぼす影響

## —適切な自己開示を自認する人は本当に健康なのか—

### 問題・目的

ありのままの自分について他者に伝える行為である自己開示は、健康的なパーソナリティにとって必須条件であると述べられている一方で、精神的健康に何の関係も見いだせなかったという報告もある。ここに一貫性がみられないことの要因の一つとして、自己開示の適切さを考えた。開示者自身は自己開示が適切であると感じていても、客観的には不適切である場合も含まれていると想定される。その場合、自身では適切な自己開示ができていると感じているにも関わらず、相手から思うような反応が返ってこない、周りの人が離れていくというようなことが起こり、精神的に不健康な状態につながることもありうるだろう。そのため、周囲の反応も見つつ自己開示を適切にできることが必要であると考えた。本研究は、「自己開示の適切さへの自認の程度が高く、かつ公的自意識が高い場合のみ、精神的健康が高く保たれる」という仮説を立て検討した。

### 方法

大学生 201 名（男性 46 名、女性 155 名、平均年齢 20.75 歳、SD=0.965）を対象に、Google form を用いて回答を収集した。質問項目は、(1) 適切な自己開示尺度：12 項目（森脇・坂本・丹野, 2002）、(2) 公的自意識尺度：11 項目（菅原, 1984）、(3) 多面的感情尺度（抑うつ・不安のみ）：10 項目

（寺崎・岸本・古賀, 1992）、(4) 大学環境への適応感尺度：29 項目（大久保・青柳, 2003）で構成された。

### 結果・考察

適切な自己開示と公的自意識を独立変数、抑うつ・不安、大学環境への適応感を各々従属変数とし、2 要因分散分析を行なった。その結果、適切な自己開示の下位尺度である時間および場所選択をほどほどに行う者は、あまり行わない者と比較して精神的健康が低くなる場合があった。この結果から、適切な自己開示をより行うと自認していることが精神的健康を一概に促進するわけではないことがいえる。このように、適切な自己開示をより行うと自認している者の精神的健康が、必ずしも高くなるわけではないことが、自己開示傾向と精神的健康の関係に一貫性が保たれない要因の一つとして考えられる。さらに、適切な自己開示を行うという自認の程度が高く、かつ公的自意識の程度が高い場合に精神的健康が高く保たれる場合も一部確認された。この結果より、単純に適切な自己開示を行うと自認していることだけが、精神的健康を促進するわけではないことがいえる。また、本研究の調査協力者である大学生は、これから社会に出て経験を積み、適切な自己開示を身につけていくという段階にあり、現在は迷いながら探り探り自己開示を行なっているために精神的健康が低くなったとも考えられた。

# 大学生アスリートにおける本来感と随伴性自尊感情が自己形成に及ぼす影響 —競技実績を得ることによる自己評価は自己形成を促すのか—

## 問題と目的

自己形成とは、自己を主体的にかつ、個性的に形作ることである。自己形成には、内的活動が重要であり、自分の判断により自分の責任で選択をする自律性と、自分で自分を成長させ形作っていかうとする意欲の強さを意味する自己形成意識が相互に高まっていくことで自己形成がなされる。また、それらを促進する要因として、ありのままの自分をもてる感覚である本来感があり、反対に阻害する要因として外的基準に準拠した目標を設定してそれを達成することで自尊感情を得る随伴性自尊感情が挙げられた。つまり、本来感と随伴性自尊感情は対となっていることが想定されていた。伊藤・小玉（2006）の一般の大学生を対象とした自己形成の研究では、概ね想定していたことと同様の結果が得られていた。江田・伊藤・杉江（2009）がアスリートと非アスリートを比較した結果、想定通り対であることが見出されなかった。したがって、アスリートにおける本来感と随伴性自尊感情は非アスリートとは異なる働きがあると考えられた。アスリートの自己形成においては、本来感と随伴性自尊感情のどちらもが自己形成を促進すると考え、本研究ではこの点について検討することとした。

## 方法

運動部に選手として所属している大学生の男女 134 名（男性：87 名，女性：47 名，平均学年 2.9 年生， $SD=1.01$ ）を対象に Google form による匿名式の調査を行った。調査内容は(1)フェイスシート (2)本来感に関する尺度（伊藤・小玉，2005）(3)随伴性自尊感情に関する尺度（伊藤・小玉，2006）(4)自己形成意識に関する尺度（小平，2002）(5)自律性に関する尺度（西田，2000）で構成されていた。

## 結果・考察

本来感と随伴性自尊感情を独立変数、自己形成意識と自律性のそれぞれを従属変数とし、二要因分散分析を行った。二要因分散分析の前に性差の検討を行ったところ、性差が見られたため、性別ごとに分析を行った。その結果、一般の大学生と同様に、アスリートも男女共に、本来感は自律性を高め、随伴性自尊感情は自律性を低下させた。男性アスリートにおいては、本来感と随伴性自尊感情が自己形成意識を高め、従来自己形成を阻害するといわれていた随伴性自尊感情が自己形成意識を促進することが明らかになった。女性アスリートにおいては、本来感自己形成意識の一部を高め、随伴性自尊感情は自己形成意識を促進も阻害もしなかった。これらの結果から、男性アスリートは、競技を開始した当初は外的な基準である順位や成績のために競技を行っていたとしても、その中で競技における自分らしさといった本来感を見出すことで、自己形成意識が促進され、次第に自律性も促進するような自己形成過程になっていると考えられた。女性アスリートは自己形成を行ううえで、本来感のみが影響する結果が得られたため、自分本来のパフォーマンスが発揮されたかが競技における自己形成がなされるうえで必要だと考えられた。以上から、大学生アスリートの自己形成は一般の大学生とは異なっていることが見出されたといえる。

# 向性とアイデンティティの確立が対人魅力に及ぼす影響

## —自分が確立されている人は多様な人に好意を抱きやすいのか—

### 問題・目的

従来の対人魅力の研究の中では性格の類似性や社会的望ましさが他者への魅力の感じやすさに影響しているとするものが多かった。本研究では、性格特性として向性の側面に注目し、向性の相違に関わらず他者に好意を抱きやすい人の特徴を明らかにすることを目的とした。この要因には自分が自分であるという一貫性があり、時間的連続性の感覚を持ち、重要な他者から認めてもらえるだろうという内的確信を備え持つアイデンティティという心理学概念が関連すると考えた。大学生になり、部活やバイトなど様々な人と関わる中で自身と性格が似ている人だけでなく、異なる人も含め多くの人に魅力を感じるようになった筆者のこれまでの経験から、本研究では自身と相手の性格特性が異なっても自身のアイデンティティの確立が高ければ自身と異質な人にも魅力を感じるという仮説を立てて検討した。

### 方法

愛知県の大学生男女 222 名(男性 81 名, 女性 141 名, 平均学年 3.71 年)を対象に Google Form を用いて質問紙調査を行った。質問紙は (1) 向性検査(淡路・岡部, 1932) (2) 多次元同一性尺度(谷, 2001) (3) 描写人物への向性評価 (4) 操作チェック項目で構成されていた。

### 結果・考察

多次元同一性尺度で性差がみられたため、男女別に調査協力者の向性指数と多次元同一性尺度の総得点またはその各因子(「自己斉一性・連続性」, 「対自的同一性」, 「対他的同一性」, 「心理社会的同一性」)が内向的・外向的な描写人物への対人魅力に及ぼす影響を検討した。本研究では女性において、外向的な描写人物に対して「心理社会的同一性」に有意な主効果がみられた。「心理社会的同一性」が高いほど外向的な描写人物への好ましき得点が高かった。女性において、内向的な描写人物に対して向性指数と「対他的同一性」それぞれに有意傾向の主効果がみられた。内向的な人ほど内向的な描写人物への好ましき得点が高く、「対他的同一性」が高いほど内向的な描写人物への好ましき得点が高かった。また、男性においては有意な主効果および交互作用はみられなかった。

以上から、女性においては自身の向性に関わらず、アイデンティティの中でも他者とのつながりを高く持つ者は相手に魅力を感じやすいことが明らかになった。また、男性において本研究のような要因は関連しないといえる。

# 公的自己意識と受動的自己効力感が対人不安傾向に及ぼす影響 —良好な対人関係維持に必要なのは自分の意見を主張するだけか—

## 問題と目的

他者の目を気にしやすい公的自己意識は対人不安の背景にあると認められている。松尾（1998）は公的自己意識が高い人でも、主張行動のような能動的行動を取ることができる人と自覚している人は対人不安が低いことを明らかにしている。しかし、公的自己意識の高い人の場合、他者から目立ちやすい能動的行動によって、対人不安を低下させることに、高いハードルを感じる人もいないのだろうか。日常生活に生かすことを考えれば、公的自己意識の高い人でも受け入れやすい形で、対人不安を低下させる手段を探す必要がある。そのアプローチとして、場の空気を読むといった他者から表だって見えにくい受動的行動を用いる。本研究では、「公的自己意識が高い人でも、受動的自己効力感が高ければ、対人不安傾向は低減する」と仮説を立てて、公的自己意識と受動的自己効力感が対人不安傾向に及ぼす影響について検討した。

## 方法

2020年10月に、大学生の男女164名（男子56人女子108人）を対象に、グーグルフォームを用いて、質問紙調査を行った。質問紙は筆者が作成した試作版受動的自己効力感尺度35項目、大学生用対人的自己効力感尺度12項目（松尾1998）、公的自己意識尺度10項目（菅原1984）、対人不安傾向尺度19項目（桜井1992）で構成された。

## 結果・考察

まず、試作版受動的自己効力感尺度の作成を試み、大学生用受動的自己効力感尺度が完成した。信頼性と妥当性が確認され、新たに作成した受動的自己効力感尺度は能動的行動を除いた対人場面での自己効力感を測定できていることが明らかになった。この尺度を用いて、受動的自己効力感と公的自己意識と独立変数、対人不安傾向とその下位尺度（評価懸念、情緒的反応、対人関与）を従属変数とした2要因分散分析を行った。全ての結果において、公的自己意識は対人不安傾向を促進し、受動的自己効力感が対人不安傾向を低減させていた。特に情緒的反応において、受動的自己効力感と公的自己意識の交互作用が確認された。その際、受動的自己効力感が中程度以下の場合、公的自己意識の高さが情緒的反応を促進するが、受動的自己効力感が高い場合において、公的自己意識が情緒的反応を促進する結果は見られなかった。つまり、受動的自己効力感が高い場合において、公的自己意識の高さが対人不安傾向を促進するような影響を抑制していることが考えられる。この結果から仮説は支持されたとと言える。以上のことから、公的自己意識が高い人でも、受動的自己効力感を高めることができれば、対人不安傾向が低下することが明らかになった。