

青年期男女における身体意識と自己意識の関連性

Relationship between body-consciousness and self-consciousness in male and female adolescents

金本 益男¹⁾・金本めぐみ²⁾
Masuo KANAMOTO¹, Megumi KANAMOTO²

Abstract

The purpose of this study was to investigate the relationship between body - consciousness and self - consciousness of male and female adolescents. The questionnaire was based on body - satisfaction, public self - consciousness, private self - consciousness and social anxiety. Out of the total 1850 university students, 1834 university students (934 male students and 900 female students) completed the questionnaire and were included in subsequent analyses. The main findings are summarized as follows.

- 1) Among female students, there was a strong desire to slim down (from the point of view of current BMI and ideal BMI), regardless of body - satisfaction level.
- 2) Among female students, the low body - satisfaction group showed tendencies of being unhappier with their current body shape.
- 3) Among male university students, there was no relationship between body- satisfaction and private self - consciousness. However, among female students, the high body - satisfaction group showed a high score in private self - consciousness .
- 4) Both male and female student groups showed that the lower their body - satisfaction was, the higher their public self - consciousness and social anxiety were.

Key Words : body - satisfaction, male and female adolescents, public and private self - consciousness, social anxiety

緒言

青年期は身体が急速に大きくなり、第二次性徴が現れてくる思春期発達の時期を迎える頃から、自分の身体的特徴や容貌が気になりだし、周囲の人が自分をどの様に見ているかに強い関心を持ち始める³⁴⁾³⁵⁾。斉藤²⁷⁾や柴田²⁸⁾らが指摘するように、身体は自己の重要な部分として、あるいはその発達の核になるものとして考えられている。また身体は自己をもっとも具体的に自他に示すものであり、他者によって直接見られ触られる対象でもある⁶⁾⁹⁾¹³⁾。そして、青年期の身体発育は、本人において自覚的に経験されるものである。この時期、自己の身体的

な成長・発達・変化というまったく具体的で直接的な事象をどの様に受けとめるのかが重要な問題になる²⁸⁾³¹⁾。また、青年期においては自分の性格や能力がこのままでよいかどうかとよくよし、将来の自分についてあれこれ悩む、といった自己関心の強まり、他者のまなざしへの過敏さ、等がこの時期に顕著になってくる¹⁹⁾²¹⁾³⁴⁾。このように、青年期は自己に対する意識性が著しく高まる時期でもある¹⁷⁾。自己意識とは、自分自身に対して向けられた意識、自己を注意の焦点とした意識のことである。そして、この自己意識は有用な性格特性概念として注目を集めている²¹⁾³⁴⁾。

梶田¹⁹⁾辻平³⁴⁾菅原³¹⁾³²⁾やFenigstein, A.¹⁰⁾らは、自己に注意を向ける傾向には個人差が存在することを指摘し

1) 東京都立大学 Tokyo Metropolitan University

2) 上智大学 Sophia University

た。そして、自分に注意を向けやすい傾向を測定する自己意識（自意識）尺度を構成し、下位尺度として、公的自己意識、私的自己意識、および対人不安を見出した。公的自己意識は、自己の行動や、振る舞い、服装、外見など、他者から容易に知ることの出来る面について注意を向けやすい傾向である。また、私的自己意識は他者からうかがい知れない自己の内面（自分の態度や感情、考え方、動機など）に注意を向けやすい傾向のことである。そして、対人不安は、現実の、あるいは想像上の対人場面において、他者からの評価に直面したり、もしくは予想したりすることから生じる精神的に動揺しやすい傾向とされている⁽⁴⁾⁽⁷⁾⁽²¹⁾⁽³²⁾。Finkenber⁽¹¹⁾、斉藤⁽²⁷⁾、柴田⁽²⁸⁾が指摘するように、対人関係の拡大を経験する青年期においては、身体と自己の関わりを強く意識する。そして、この身体と自己の関わりをどのように意識し評価するかが対人関係の発達にとって重要な要因となる。

これまで身体満足度や身体意識に関する研究は数多くなされてきており、思春期および青年期女性の身体に対する不満感の強さ、および「さらなる瘦身志向」の傾向が強いことが報告されてきた。しかし、これまでの身体満足度や身体意識の研究では自己意識や対人不安との関連性に関してはほとんど検討されていない。さらに、身体満足度と自己との関連性に関するいわゆる「ジェンダー」の視点からの検討もほとんどなされていない。

本研究の目的は、身体および自己に対する意識性が著しく高まる青年期男女において、身体に対する満足度と自己意識の相互関連性について分析検討することである。

方 法

被験者

1850名の調査対象者のうち、欠損値が1つでもあるデータは分析の対象からすべて除外し、最終的に大学生男子934名（平均年齢19.4歳）、大学生女子900名（平均年齢19.2歳）が分析に用いられた。

調査内容および手続き

1. 自己の現在の身長、体重および理想とする身長、体重。
2. 肥瘦意識：自己の身体がどの程度太っていると感じているのかの肥瘦意識について、「非常に太っている」から「非常に痩せている」までの5段階によって自己評定を求めた。

3. 身体満足度：神山⁽²²⁾やSecord & Jourard⁽²⁸⁾らのBody-Cathexis Scaleを参考に身体の部位や外観に関する25部位の身体満足度尺度を作成し、「非常に満足」（5点）から「非常に不満足」（1点）までの5段階による評定を求めた。
4. 私的自己意識（自意識）：菅原⁽³¹⁾が標準化した私的自己意識（自意識）尺度10項目により、本研究では5段階評定による回答を求めた。具体的項目例は「自分自身の内面のことには、あまり関心がない」「自分がどんな人間か自覚しようと努めている」、等（表1）である。
5. 公的自己意識（自意識）：菅原⁽³¹⁾が標準化した公的自己意識（自意識）尺度11項目のうち因子負荷量の高い10項目を選択し、本研究では5段階による自己評定を求めた。具体的項目例は「自分の発言を他人がどう受け取ったか気になる」、自分が他人にどう思われているか気になる」、等（表1）である。
6. 対人不安：Feningstein, A.⁽¹⁰⁾によって標準化された対人不安尺度6項目により、5段階による自己評定を

表1 私的・公的自己意識および対人不安項目内容

「私的自己意識」
自分がどんな人間か自覚しようと努めている。
その時々のおもひの動きを自分自身でつかんでいたい。
自分自身の内面のことには、あまり関心がない。
自分が本当は何をしたいのか考えながら行動する。
ふと、一歩離れたところから自分を眺めてみることもある。
自分を反省してることが多い。
他人を見るように自分を眺めてみることもある。
しばしば、自分の心を理解しようとする。
常に、自分自身を見つめる目を忘れないようにしている。
気分が変わると自分自身でそれを敏感に感じとるほうだ。
「公的自己意識」
自分が他人にどう思われているのか気になる。
人に会うとき、どんなふうに振舞えばよいのか気になる。
自分の発言を他人がどう受け取ったか気になる。
人に見られていると、つい格好をつけてしまう。
自分の容姿を気にする方だ。
自分についてのうわさに関心がある。
人前で何かするとき、自分のしぐさや姿が気になる。
初対面の人に、自分の印象を悪くしないように気づかう。
人の目に映る自分の姿に心を配る。
「対人不安」
誰かに見られていると仕事がしづらい。
すぐ恥ずかしくなるとどぎまぎする。
大勢の前で話すとき、不安を感じる。
見知らぬ人に話しかけるのを難しいとは思わない。
新しい状況での気後れから立ち直るのに時間がかかる。
大勢の人の中に入ると、神経質になる。

求めた。具体的項目例は「大勢の前で話すとき、不安を感じる」、「すぐ恥ずかしくなってどぎまぎする」等(表1)である。

結果および考察

25の身体部位に関する満足度の合計値を各人の身体満足度得点とした。男女それぞれについて身体満足度の平均値から-1SD以下の人を低満足群、-1SDから+1SDの中に入る人を普通群、+1SD以上の人を高満足群と操作的に分類した。その結果、低満足群(男:110名,女:125名)、普通群(男:712名,女:650名)、高満足群(男:112名,女:125名)に分類された。男性について、低満足群(M=52.9±6.8点)・普通群(M=70.2±5.6点)・高満足群(M=90.5±8.3点)の3群による分散分析の結果、有意差が認められた(F=1050, P<0.01)。また、女性についても男性同様に、低満足群(M=45.1±5.1点)・普通群(M=64.3±5.6点)・高満足群(M=83.9±6.5点)の3群による分散分析を行った。その結果、有意差が認められた(F=1126, P<0.01)。従って、3群間の平均値の差の検定を男女それぞれにおいてLSD法によって多重比較を行った結果、男女ともに全ての群の間に有意差が認められた。(男:低満足群と普通群 t=29.3, P<0.01, 普通群と高満足群 t=33.3, P<0.01, 低満足群と高満足群 t=36.9, P<0.01 女:低満足群と普通群 t=32.1, P<0.01, 普通群と高満足群 t=32.6, P<0.01, 低満足群と高満足群 t=48.9, P<0.01)。

以上の結果より、身体満足度の操作的な3分類(低満足群・普通群・高満足群)の妥当性が男女ともに認められた。従って、身体満足度別による以下の分析を行った。

1. 身体満足度, BMI, 肥瘦意識

(1) 身体満足度, BMI

表2は身体満足度別の身長, 体重, BMIの平均, 標準偏差を示したものである。図1は男女の身体満足度別得点を示したものである。すべての群において男女の間に有意差が認められた(低満足群 t=9.5, P<0.01, 普通群 t=19.1, P<0.01, 高満足群 t=6.6, P<0.01)。すなわち、いずれの群においても、長谷川¹⁴⁾伊藤¹⁸⁾が指摘するように女性の方が男性に比べて自己の身体に対してネガティブな評価を下していることが認められた。

さらに男女それぞれにおいて、現実および理想とする身長および体重から、国際的に肥満と痩せの判定指標と

表2 身体満足度別の身長, 体重, BMIの平均, 標準偏差

	低満足		普通		高満足	
	M	SD	M	SD	M	SD
(男)						
身長(cm)	170.4	5.9	171.8	5.4	171.6	4.9
理想の身長(cm)	177.5	4.7	177.3	4.1	176.8	4.2
体重(kg)	63.6	9.9	62.6	7.6	62.1	7.2
理想の体重(kg)	66.2	6.7	65.8	6.2	65.7	6.8
BMI現実値	21.8	3.6	21.2	2.2	21.1	2.1
BMI理想値	21.1	1.6	20.9	1.6	21.1	1.7
(女)						
身長(cm)	158.1	4.9	158.5	4.8	159.2	4.3
理想の身長(cm)	162.1	3.6	161.5	3.4	162.1	3.4
体重(kg)	51.9	5.9	50.3	5.5	49.3	4.2
理想の体重(kg)	47.7	3.1	47.9	3.6	48.1	2.8
BMI現実値	20.8	2.1	20.1	1.8	19.4	1.5
BMI理想値	18.2	1.1	18.4	1.2	18.3	1.1

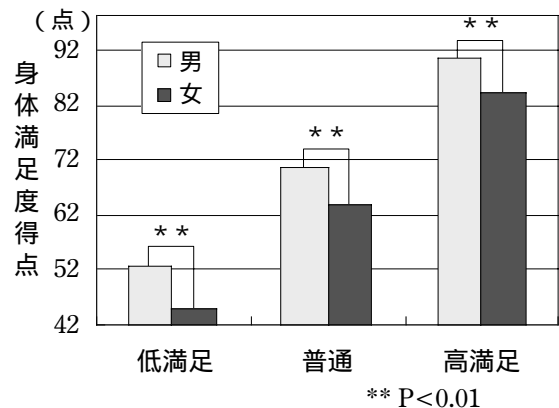


図1 身体満足度別身体満足度得点

して用いられている Quetelet の Body Mass Index (以下 BMI) を求め現実値 BMI, 理想値 BMI とした。

図2は男性における BMI 現実値と理想値を身体満足度別に比較したものである。現実値についてみると、身体満足度の3群の間にはいずれも有意差がみられなかった。また、理想値においても満足度の3群間に有意な差が認められなかった。さらに、低満足群、普通群、高満足群それぞれにおける現実値と理想値の比較においても、有意な差がみられなかった。このことは、実際の BMI は自己の身体に対する満足度に直接関与する要因ではないことを示すものである。また、理想とする体型と現実の体型の間に有意な差がなかったことから、現実の自己の体型を肯定的に受け止めていることが推察される¹⁴⁾¹⁸⁾。

図3は女性における BMI 現実値と理想値を身体満足

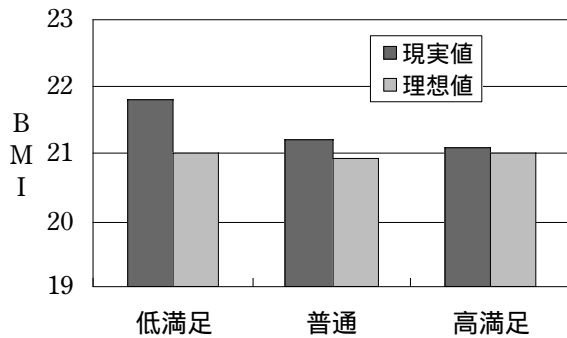


図2 身体満足度別BMI (男)

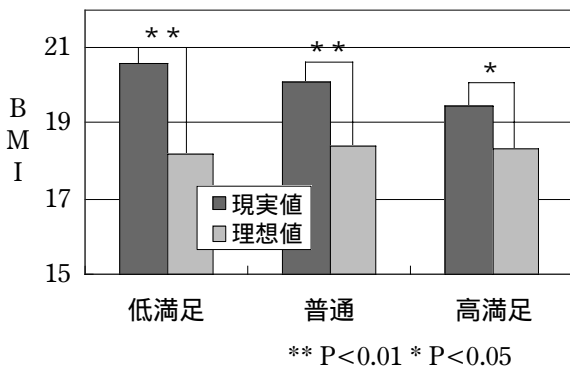


図3 身体満足度別BMI (女)

度別に比較したものである。現実値についてみると、男性同様、身体満足度の3群間にはいずれも有意な差が認められなかった。また、理想値においても男性同様、満足度の3群間に有意な差が認められなかった。すなわち、男性と同じく実際のBMI値は自己の身体に対する満足度に直接関与する要因ではないことを示すものであり、身体満足度と肥瘦度との相互関係においては男女の違いは認められなかった。

一方、女性の現実値と理想値の比較においては、低満足群 ($t=13.3, P<0.01$)、普通群 ($t=18.9, P<0.01$)、高満足群 ($t=6.9, P<0.05$) いずれの群においても有意な差が認められ、理想とするBMI値が低かった。日本肥満学会の肥瘦分類¹⁵⁾に従えば、現実値は3群ともに「普通体型」に属することになる。しかし、理想BMI値は3群ともに「痩せ型」に分類されることになった。このことは、自己の身体に対する満足度に関わらず、Hill¹³⁾、神山²²⁾、野上²⁵⁾らも指摘しているように女性の「さらなる痩身志向」を顕著に示すものである。

(2) 肥瘦意識

図4は自己の身体がどの程度太っていると感じているかを示す肥瘦意識を身体満足度別に示したものである。男性においては、満足度の3群の間には有意な差がみら

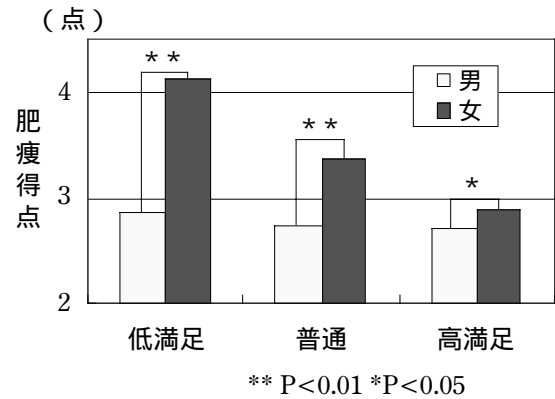


図4 身体満足度別肥瘦意識得点

れなかった。しかし、女性においては分散分析の結果、3群間に有意差が認められた ($F=67.2, P<0.01$)。LSD法による多重比較の結果、すべての群の間に有意な差がみられ、得点の高い順に低満足群 ($M=4.3 \pm 0.9$ 点)、普通群 ($M=3.5 \pm 0.7$ 点)、高満足群 ($M=2.8 \pm 0.8$ 点) となった。

このような結果より、男性においては、自分が太っているか、痩せているかという肥瘦意識は自己の身体満足度に影響をおよぼす要因には成り得ていなかった。一方、女性においては、このような肥瘦意識が身体満足度に深く関わっており、低満足な女性ほど自己の身体を太っていると認知していることが明らかとなった。

肥瘦意識と満足度3群の男女の比較においては、低満足群 ($t=8.1, P<0.01$)、普通群 ($t=13.6, P<0.01$)、高満足群 ($t=2.0, P<0.05$) 全ての群において女性の方が男性より有意に高い肥瘦得点を示した。女性においては、前述したように、現実のBMI値において身体満足度の3群の間に有意な差が存在しなかった。それにもかかわらず、肥瘦意識において低満足群がより高い肥満意識を持っているということは、身体に対する満足度が低い女性ほど自己の身体意識において、自分の身体を実際よりも太っているという歪曲した認知構造を形成していることが考えられる。

以上の結果より、特に青年期女性においては、身長、体重、BMIといった現実の自己の姿より、現実の姿を自己がどのように受け止め、そして評価するのかという個人の認知的要因が身体意識に深く関与していることが推察される¹²⁾²⁸⁾³³⁾。

2. 私的自己意識, 公的自己意識, 対人不安

(1) 私的自己意識

表3は身体満足度別の自己意識得点, 対人不安得点の

表3 身体満足度別の自己意識,対人不安の平均,標準偏差

	低満足		普通		高満足	
	M	SD	M	SD	M	SD
私的自己意識 (男)	35.6	7.3	34.9	6.3	36.4	7.3
(女)	36.6	7.4	37.1	6.4	38.7	6.1
公的自己意識 (男)	37.8	5.9	34.9	6.2	34.6	6.7
(女)	37.8	6.3	36.4	5.9	34.9	6.4
対人不安 (男)	21.4	4.1	19.1	4.6	17.1	4.8
(女)	20.6	4.5	18.9	4.4	16.9	4.9

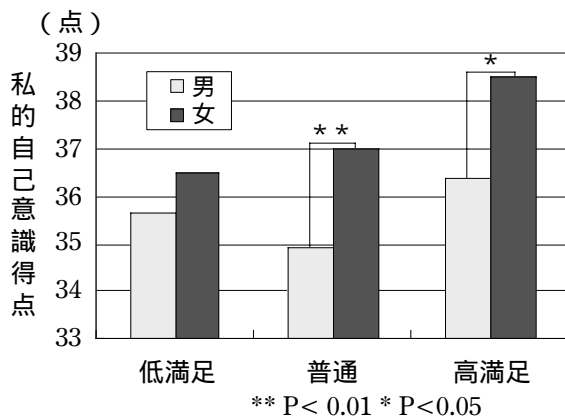


図5 身体満足度別私的自己意識得点

平均,標準偏差を示したものである。図5は男女の身体満足度別,私的自己意識得点を示したものである。男女別々に身体満足度3群の分散分析を行った結果,男性では有意な差が認められなかった。一方,女性では有意差が認められた(F=3.89, P<0.01)。多重比較(LSD法)を行った結果,全ての群間で有意な差が認められた(低満足群と普通群t=2.08, P<0.05, 低満足群と高満足群t=2.46, P<0.05, 普通群と高満足群t=2.55P<0.05)。

男性においては,身体満足度と私的自己意識の間には明確な関係が認められなかった。一方,女性においては身体満足度と私的自己意識には相互関連性が認められ,私的自己意識が高くなればなるほど満足度が高まっていくことが明らかとなった。男女の比較においては,低満足群で有意差がみられなかったが,普通群(t=6.16, P<0.01),高満足群(t=2.55, P<0.05)で有意な差が認められた。

自己意識とは,意識の焦点を自己のどこにおくかといった,自己を注意の焦点とした意識のことである。そして,自己意識の公私の違いは,自己が関心を持ち重視する自己の領域の違いに対応することが指摘されている¹⁹⁾²¹⁾³¹⁾³⁴⁾。私的自己意識は,他者からは直接観察不可

能な動機,感情,思考,理念など自己の内面的な「私的自己」が重要な関心対象となって,自己の意識の中心を占めることである²⁾⁴⁾⁶⁾²⁴⁾³⁵⁾。このように,私的自己意識の高い人は,他者からの評価的態度に敏感になったり,自己の外面が他者にどう思われているか気になるという傾向が少ない。特に,女性において,このような自己の意識特性の違いが自己の身体に対する評価を左右する大きな要因となったものと推察される。しかし,男性においては私的自己意識と身体満足度との間には,女性のような顕著な傾向は認められず,今後詳細に検討する必要があると考えられる。

(2) 公的自己意識

図6は男女の身体満足度別に公的自己意識得点を示したものである。男女別々に身体満足度3群の分散分析を行なった結果,男性で有意な差が認められた(F=10.89, P<0.01)。多重比較の結果(LSD法),低満足群と普通群の間(t=4.598, P<0.01)および,低満足群と高満足群の間(t=3.77, P<0.01)に有意な差が認められた。

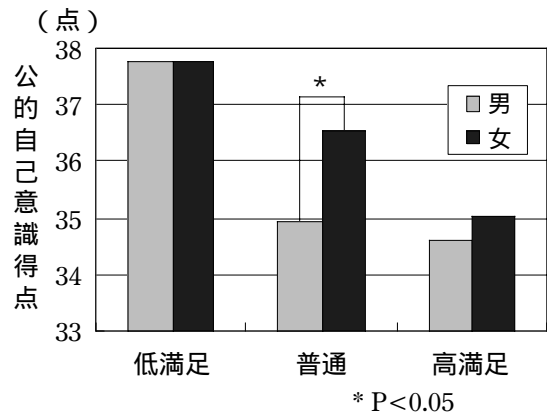


図6 身体満足度別公的自己意識得点

また,女性でも3群間に有意差が認められた(F=6.72, P<0.01)。多重比較の結果,全ての群間で有意な差が認められた(低満足群と普通群t=2.08, P<0.05, 低満足群と高満足群t=3.48, P<0.01, 普通群と高満足群t=2.66, P<0.01)。

満足度の3群(低満足,普通,高満足)それぞれにおける男女の比較を行った結果,普通群で女性の公的自己意識得点が有意に男性より高かった(t=5.18, P<0.05)。しかし,その他の群間では有意な差が認められなかった。すなわち,男性女性ともに,公的自己意識が高くなればなるほど,身体満足度が低くなっていくことが明らかとなった。

Abrams²⁾, Buss⁴⁾, 柴田²⁸⁾, 菅原³¹⁾らが指摘するよう

に、公的自己意識の高まりは他者からも観察可能な自己の外見や、行動スタイル、すなわち、「公的自己」が重要性を持って意識に立ち現れる自己の特性によって生じる。また、公的自己意識は、「自己の外見」の意識であるだけでなく、他者にみられる「社会的対象としての自己」の意識でもある¹⁹⁾²¹⁾³⁴⁾³⁵⁾。また、他者によって観察される「自己」についての意識である¹⁴⁾³³⁾³⁴⁾。すなわち、公的自己意識は「他者からみられる自己の意識」を意味するものである。

公的自己意識が高くなればなるほど、身体満足度が低くなっていくという本研究の分析結果は、前述したように身長、体重、BMIという自己の実際の外見よりも、公的な自己意識の強さが身体満足度に大きな影響をおよぼしていることが示唆された。

身体満足度と公的自己意識の関連性に関しては、男女の違いは認められなかった。すなわち、男女ともに強い公的自己意識が自己の身体に対して実際よりも太っているという歪曲した身体評価を生じさせている可能性が考えられ、今後詳細に検討する必要があると考えられる。

(3) 対人不安

図7は身体満足度別に対人不安得点を示したものである。男女別々に身体満足度3群による分散分析を行った結果、男性で有意差が認められた($F=26.54, P<0.01$)。その後、3群間の比較のためLSD法による多重比較を行った結果、全ての群間において有意な差が認められた(低満足群と普通群 $t=5.16, P<0.01$ 、低満足群と高満足群 $t=7.34, P<0.01$ 、普通群と高満足群 $t=4.25, P<0.01$)。また、女性でも3群間に有意差が認められた($F=20.73, P<0.01$)。多重比較(LSD法)を行った結果、全ての群間で有意な差がみられた(低満足群と普通群 $t=3.7, P<0.01$ 、低満足群と高満足群 $t=6.02, P<0.01$ 、普通群と高満足群 $t=4.66, P<0.01$)。

身体満足度の3群(低満足、普通、高満足)それぞれ

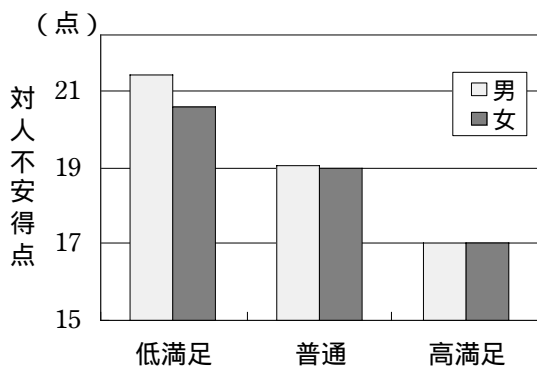


図7 身体満足度別対人不安得点

において、男女の比較を行った結果、いずれの群においても有意な差はみられなかった。

すなわち、男性女性に関わらず、対人不安傾向が高くなればなるほど、身体満足度が低くなっていくことが明らかとなった。

対人不安は他者からの評価に直面したり、もしくはそれを予測したりすることから生じる不安状態である³⁾⁷⁾³²⁾³⁴⁾。そして、対人不安傾向の強い人は、他者のまなざしに対する緊張感、不安感などネガティブな反応傾向を持つ¹⁰⁾³⁴⁾³⁵⁾。このように、強い対人不安の特性を持つ人は、自己に対してネガティブな自己評価を下しやすい事を意味するものである。柴田²⁸⁾や富田³³⁾らも指摘しているように、強い対人不安が自己の身体に対する否定的評価を生じさせていることを示唆するものである。

青年期における身体意識と自己意識の相互関連性の分析において、自己の身体意識は実際の身体的特性が影響を及ぼしているというよりも、現実の姿を自己がどのように受け止め、そして評価するかという個人の認知的要因が身体意識に深く関与していることが明らかとなった。とくに女性においてその傾向が顕著であった。また、男性、女性ともに公的自己意識、および対人不安という自己意識特性が身体意識に重要な影響を及ぼしていることが明らかとなった。

まとめ

本研究は、身体および自己に対する意識性が著しく高まる青年期男女において、身体に対する意識と私的自己意識、公的自己意識そして対人不安傾向という自己意識特性との相互関連性について分析検討することを目的とした。最終的に大学生男子934名、大学生女子900名を対象に分析がなされた。その結果以下のことが明らかとなった。

1. 現実の身長、体重および理想とする身長、体重から算出されたBMIより、女子大学生は、さらなる瘦身体型への志向が顕著であった。
2. 女性において、現実の肥瘦度では身体満足度による差がなかったにも関わらず、肥瘦意識では低満足群がより高い肥満意識を持っていた。低満足群が身体認知において自分の身体が実際よりも太っているという認知構造を形成している事が推察された。
3. 身体満足度と私的自己意識の相互関係において、男性では顕著な特質は認められなかった。しかし、女性においては身体満足度が高くなればなるほど私的自己

意識が高くなっていくことが明らかとなった。

- 4) 男性女性ともに、身長、体重、BMIという自己の実際の体型よりも、公的自己意識の強さが自分の身体が実際よりも太っているという身体評価を生じさせていることが示唆された。
- 5) 男性女性ともに、対人不安傾向が強い人ほど、身体満足度が低くなっていくことが明らかとなった。
- 6) 自己の身体に対する意識は、実際の身体的特性が影響を及ぼしているよりも、現実の姿を自己がどのように受け止め、そして評価するかという個人の認知的要因が満足度に深く関与していることが明らかとなった。そして、このような個人の認知様式には公的自己意識、対人不安および私的自己意識という自己意識特性が重要な影響を及ぼしていることが示唆された。

文 献

- 1) 青山昌二・石山恭枝・杉本美津江・下野富紹 (1992) 若者に対する体格イメージの統計的分析, 東京体育学研究 19 : 19 - 25.
- 2) Abrams, D. & Brown, R. (1989) Self - consciousness and social identity :Self - regulation as a group member. Social psychology Quarterly 52 : 311 - 318.
- 3) Adalbjarnardottir, S. (1995) How school children propose to negotiate: The role of social withdrawal, social anxiety, and locus of control, Child Development 66 : 1739 - 1751.
- 4) Buss, A.H. (1980) Self - consciousness and social anxiety. Freeman 31 : 165 - 173.
- 5) Briggs, S.R., Cheek, J.M., & Buss, A.H. (1988) An analysis of Self - Monitoring Scale. Journal of Personality and Social Psychology 38 : 679 - 686.
- 6) Carver, C.S. & Scheier, M.F. (1981) Self - consciousness and reactance. Journal of Research in Personality 15 : 16 - 29.
- 7) Cheek, J.M., & Buss, A.H. (1988) Shyness and sociability. Journal of Personality and Social Psychology 41 : 330 - 339.
- 8) Clark, D.M. (1986) A cognitive approach to panic. Behavior Research and therapy, 24 : 461 - 470.
- 9) DiNucci, J.M., Finkenber, M.E., McCune, S.L. & McCune, E.D. & Mayo T. (1994) Analysis of body esteem of female collegiate athletes. Perceptual & Motor Skills 78(1) : 315 - 319.
- 10) Fenigstein, A. (1979) self - consciousness, self - attention and interaction. Journal of Personality and Social Psychology 37:75 - 86.
- 11) Finkenber, M.E., DiNucci, J.M., McCune, S.L. & McCune, E.D. (1994) Personal incentives for exercise and body esteem: a canonical correlation analysis. Journal of Sport Medicine & Physical Fitness 34(4) : 398 - 402.
- 12) Franzoi, S.L. (1994) Further evidence of the reliability and validity of the Body Esteem Scale. Journal of Clinical Psychology 50(2) : 237 - 239.
- 13) Hill, A.J. & Bhatti, R. (1995) Body shape perception and dieting in preadolescent British Asian girls : links with eating disorders. International Journal of Eating Disorders 17(2) : 175 - 183.
- 14) 長谷川洋子・橋本 宰・佐藤 豪 (1999) 対人関係における基本的構えが摂食障害傾向およびボディイメージの歪みに与える影響 .健康心理学研究 12 : 12 - 23.
- 15) 飯島直子 (1989) 初対面における話題選択に及ぼす公的自己意識の影響 . 日本心理学会第 53 回大会発表論文集 : 230.
- 16) 池田義雄 (1993) 肥満の診断 . 日本肥満学会 . 肥満症診療の手引き編集委員会 . 肥満症診断・治療・指導の手引き . 医歯薬出版 : pp.15 - 24.
- 17) 石井徹 (1986) SELF - AWARENESSにおける「注意」について . 実験社会心理学研究 25 : 137 - 146.
- 18) 伊藤裕子 (1998) 高校生のジェンダーをめぐる意識 . 教育心理学研究 46 : 247 - 254.
- 19) 梶田叡一 (1988) 自己意識の心理学 . 東京大学出版会 : pp.53 - 68.
- 20) 黒沢香 (1993) 多数派への同調に対する自己意識と自尊心の影響 . 心理学研究 63 : 379 - 387.
- 21) 神山進・牛田聡子・栢田庸 (1987) 自己と被服の関係 (第 2 報) , 繊維製品消費科学 28(2) : 79 - 83.
- 22) Mendelson, B.K., White, D.R. & Mendelson, M.J. (1995) Children's global self-esteem predicted by body esteem but not by weight. Perceptual & Motor Skills 80(1) : 97 - 98.
- 23) 中村陽吉 (1990) 自己過程の社会心理学 . 東大出版会 : pp.45 - 58.
- 24) 野上芳美 (1998) 摂食障害 . 日本評論社 : pp.69 - 101.
- 25) 押見輝男 (1986) 自己意識特性と仮想場面における没個性化の研究 . 対人行動学研究 5 : 1 - 9.
- 26) 桜井茂男 (1992) 小学校高学年性における自己意識の検討 . 実験社会心理学研究 32 : 85 - 94.
- 27) 斎藤誠一 (1995) 青年後期におけるボディイメージ

- ジの特質について, 日本心理学会59回大会: 470 - 471.
- 28) 柴田利男 (1990) 青年期の身体満足度が対人不安及び自己開示行動に及ぼす影響. 心理学学究 61: 123 - 126.
- 29) 柴田早苗・吉成啓子・友末亮三 (1992) 女子学生の肥瘦自己評価と体脂肪率. CIRCULAR 53: 135 - 138.
- 30) Secord, P.F., & Jourard, S.M. (1953) The appraisal of body - cathexis and the self. Journal of Consulting Psychology 17: 343 - 347.
- 31) 菅原健介 (1984) 自己意識尺度日本語版作成の試み. 心理学研究 55: 184 - 188.
- 32) 菅原健介 (1992) 対人不安の類型に関する研究 社会心理学研究 7: 19 - 28.
- 33) 富田正利・越川房子 (1995) 大学生における自己意識特性と自己評価. 健康心理学会第8回大会: 66 - 67.
- 34) 辻平治朗 (1993) 自己意識と他者意識. 北王子書房: pp.89 - 121.
- 35) 渡辺浪二 (1989) 自己意識と行動. 誠心書房: pp.76 - 96.
- 36) 涌井佐和子・白澤貴子 (1997) 身体に対する自尊心について. CIRCULAR 58: 185 - 195.