

ローチェスタ社会的比較記録研究

三宅邦建

日常生活のさまざまな場面において、自分の成績、容姿、富、財産などを他者のそれと比較することがしばしばあるものだ。Festinger (1954) は自分と他者との比較をSocial Comparison (社会的比較) と呼んだ。当小論文では、最初に Festinger の理論とその後の理論的發展を簡単にたどり、次に従来の方法と異なった新しい方法を使った筆者らの研究を概観してみたい。当論文の目的は、日常的社会的比較研究方法が、社会的比較行動の理解をさらに深めることを紹介、強調することにある。

社会的比較

Festinger (1954) によれば、社会的比較というのは自分を知る客観的尺度がない場合に、自分を他者と比べることにより、他者を自己認識のてがかりとする行為である。Festinger (1954) の例を引用してみよう。たとえば、川を泳いで横断できるかどうかを知りたい人がいるとする。この人は自分の運動能力を他者のそれと比較して、もし同じような運動能力をもった人ができたとすれば、自分もできるだろうという判断を下すだろう。実際に試してみるまえに、自分の水泳能力が十分であるかどうかの判断が安全のために必要となってくるという訳である。Festinger は社会的比較の一つの機能は正しい自己認識を通しての環境への適応である、とした。もちろん、生命の安全という大袈裟な状況を想定しなくても、身近なことで人は多くの比較を行っている。例えば仕事を引き受けようかどうか迷ったときに、同程度の能力の同僚との仕事振りの比較が、自分の限界を知るうえで役立つこともある。社会的比較は達成能力という狭い範囲のみならず、自己に関わるいろいろな事柄についてなされる。自分の服装が適当かどうかは、その場に居合わせた人々の服装との比較によって決るであろうし、多くの人が自分の意見に同意していれば自分の意見は正しい、と判断することができよう。Festinger (1954) は社会的比較で得られる判断基準を、客観的、物理的現実 (physical reality) にたいして、社会的現実 (social reality) と呼んだ。つまり社会的現実とは社会的比較を通して得られた他人の行動、態度、在り方であり、それが自分を測る尺度となる。

社会的比較の側面

次に社会的比較理論のさまざまな側面を簡単に要約してみよう。

社会的比較は、どのような状況のもとでおこなわれやすいのだろうか？ 先に述べたように、Festinger は自分の行動、態度、在り方などを判断する客観的、物理的尺度がない場合になされやすという。たとえば暑さ寒さの意見の違いは、温度計(客観的判断基準)をみればはっきりする。どのぐらい速く車を走らせているかは、速度計をみれば一目瞭然である。しかしながら、いつも客観的、物理的な判断基準があるとはかぎらないので、人は自分自身に関する不明確さ(uncertainty)を減少させようと社会的比較にたよることになる。

人は何を比較するのだろうか？ Festinger は能力(ability)という優劣が比較的はっきりするものと、意見(opinion)という優劣が決めがたく「多数決」でその正否が決定可能のもの、とを分けて考えた。前者の社会的比較は達成動機と親密な関係があり、Festinger は少なくとも欧米社会では、上昇指向のために自分より優位な人との比較が多くみられると仮定した。自分より優位な人との比較には、目標を設定したり、相手から方法を学ぶことができる利点がある。後者の社会的比較は、自分の意見の正しさを社会的同意(consensus)を通して証明しようとするものである。意見の社会的比較は、自分の意見を変えるのは容易であり(達成場面のように能力的な制約がないという意味で)、集団への同化作用と関係があるともされる。社会集団を形成、維持していく上でコミュニケーションをにない人と人を結び付ける機能もある。

この能力—意見という二元的な考えにそって多くの実験研究が、能力の社会的比較の面でなされ成果がみられた(Wheeler, 1966)。しかしながら日常生活の多くの比較は、能力—意見という二元的な分類にあてはまらない。例えば身体魅力の比較は、能力とも意見ともつかない。従来の実験方法でもいろいろな比較材料が被験者に提示されてき、自己にかかわるすべての事柄が社会的比較の対象になると考えるべきであろう。社会的比較の全体象を把握する研究作業が必要だとおもわれる(Masters & Keil, 1987; Wheeler & Miyake, 1992)。

人は、社会比較を誰と行うのだろうか？ 無作為に誰と比較してもよいというものではない。もし「川を泳ぐ」さいに、オリンピックの水泳選手と比較したところでなんの役にもたたないであろう。Festinger は類似者との比較が最も自分を知ろうえで役立つという。年齢の近い相手、同じ様な経験を持つ人などが社会比較の相手に選ばれ、類似者との比較によって安定した自己理解がえられる、というわけである。しかしながら、類似者と一言でいっても漠然としていてははっきりしない。一体何が類似していればよいのだろうか？ 過去40年間、この問題が社会的比較の研究者達の論議の中心であった(Latine, 1966; Suls & Miller, 1977; Suls & Wills, 1991)。

Festinger (1954) の理論は、この点については非常に曖昧であった。多くの研究は、類似性を社会的比較されている事物そのものの類似性と解釈してきた(例、Wheeler,

1966)。この考え方にはしかしながら論理的矛盾がともなう。比較の相手としてこれから選ぶ相手の成績が最初から解っているならば、もう一度自分の成績を比較をする必要はないのである。一番の疑問は、比較をする前になぜ相手の成績がわかるのだろうかということである。

Goethals and Darely (1977)によれば、類似者とは直接比較されている属性になんらかの形で関連のある属性を同じように備えた他者のことである。これを彼等は関連的属性 (related attribute) と称した。例を挙げれば解りやすいであろう。自分の算数の成績の比較をする際に、学年が算数の成績と密接な関連があるので、あまり学年の離れた相手では社会的比較の対象にはなりえない。つまりは学年が算数の関連的属性というわけである。もし自分の算数の成績が同学年の相手よりもずいぶん劣っていれば、算数は不得意ということになる。さいしょに関連的属性の確認（これも比較と考えるべきではあるが）があり、次に問題になつている事物が比較されるというわけである。この理論の研究事例はいくつか報告されているが (Wheeler, Koestner, & Driver, 1982), 日常的に行われる社会的比較は、関連的属性理論が予想するほどは論理的なものとはいえない。性別が社会比較の対象事物と関係がないのに被験者は、同性を比較の相手に選ぶ傾向があり、直接的に比較の事物と関連性のない属性が社会的比較の基準として使われる場合も多いのである。Miller, Turnbull, and McFarland (1988) は、同じ社会的集団 (例えば、友人、同窓生、会社) に属する相手との比較がより頻繁に行われると示唆した。まったくの赤の他人ではなく、なんらかの関係 (同一性) がある他者が、比較の相手になるというわけである。これを不特定な相手との比較 (universalistic comparison) に対して、特定比較 (particularistic comparison) と呼ぶ。後で詳しく述べるように、筆者らの研究によれば、特定比較、不特定比較かは、なにをどのように比較するか (比較の方向) に大きく関わっているのであり、単純に頻度の大小ができないと思われる。

人は、なぜ社会的比較を行うのだろうか? Festinger (1954)によれば、環境適応のために不明確さの減少が動機である。環境を物理的なものと対人的なものに分け、対人関係の維持のための不明確さの減少を動機 (これを、社会的適応もしくは、対人適応と呼ぶ) と考えてもよいだろう (高田, 1992)。これらの動機を、自分を正しく認識する客観的自己評価欲求とよぶことができる。正しい自己認識は適応のために不可欠なのである。もう一つの社会的比較の動機として、Festinger は上昇指向を示唆した。先に述べたように、自己向上を目指して自分より優れた者と比較するというわけである。Festinger の理論は人間行動は論理的 (客観的自己知識の探究と自己向上努力) なものであるという前提に基いている。しかしながら人はFestinger が社会的比較理論で考えたほどには、いつも客観的に自己認識を目指しはしないし、自己向上のために自分の劣位をはっきりさせる情報を好んで追求するとは限らないのである。

自分が他人よりも優れているということを知りたい、という心理も多く働くのである。これを社会心理学では自己高揚 (self-enhancement) と称している。自己評価の低下予防のためや対人関係の維持のために、社会的比較が避けられる場合すらある (Brickman & Bulman, 1977)。例えば自分は他者より劣っているのではないかという危惧感が社会的比較を回避させ、自分は他者より優れているという期待感や社会的比較を増す、という結果が報告されている (Pyszczynski, Greenberg, & LaPrelle, 1985)。成功が期待できない時や自信がない場合に自己診断のための情報を集めることを人は避けることもしばしばあり (Strube & Roemmele, 1985)、社会的比較の回避も例外ではない (Wilson & Benner, 1971)。社会的比較の動機は、Festinger が当初提案したほど固定的で柔軟性に欠けたものではないといえる。

Festinger (1954) の理論はさまざまに解釈され批判されてきたが、Wills (1981) の下方比較理論 (downward social comparison theory) は、一番大きな挑戦であろう。Wills (1981) は、下方比較 (自分より劣っている者との社会的比較) が自尊心を高める働きをすることに注目して、自尊心高揚を社会的比較の動機に加えることを提案した。Wills (1981) によれば、自尊心が損なわれた時に (もしくは、自尊心が低い人は)、人は自己高揚を目的として、社会的比較を自分より劣っている相手を選んで行う傾向にあるという。簡単な例としては、交通事故などで怪我をした人とか、病気、自然災害に悩まされた人などが、自分より不幸な人と比較して自分を元気づけたりすることなどが揚げられる。Wood (Wood, Taylor, & Lichtman, 1985) らは、乳癌の患者とのインタビューでほとんどの社会的比較は下方比較であったと報告している。Festinger は自分のことがはっきり解らないときに社会的比較をとおして正確な自己認識を修得すると説き、Wills (1981) は自尊心高揚というかなり異なる動機を提案した。Festinger の理論との相違はあきらかである。筆者は客観的自己知識の探究、自己向上努力そして自己高揚が社会的比較の主な動機であり、人は状況に応じ社会比較を (回避することも含め) かなり自由に使いわける、と考えている。ただし、あとで触れるように Wills (1981) の下方比較理論は、慢性的に低い自尊心や、鬱症傾向の者にはあてはまらず、Wills や他の研究者たちの理論的早とちりがあると考え。個人を取り巻く状況のみならず、個人的差異、性格も社会的比較と大きく係わっていることはいうまでもない。次に個人的差異の一例として、自尊心と社会的比較を論じてみたい。

社会的比較は自尊心とどのように関係しているのだろうか？ 社会的比較と自尊心には密接な関係があることは、はやくから指摘され研究されてきた (例えば、James, 1890; Singer, 1966)。社会的比較が、多くの場合 (意見の比較においてさえも)、自己と他者とのあいだに優劣をきめるということを見逃せない。Singer (1966) によれば、人は比較の事物のみならず、自己そのものを社会的比較で評価している。たと

例えば、「川を泳ぎきらない」という結論は、「泳ぎはじめるべきではない」という結論のみならず、「泳げない自分」を全体的に評価して自尊心の減少をもたらす。自尊心の維持、高揚は人間生活の基本的な欲求であり(Heider, 1958)、社会的比較はこの欲求充足のために大いに関係があるといえる。自分より優位者との比較は自尊心の低下をもたらし、劣位者との比較は反対に自尊心の向上をもたらすことは長らく指摘されてきた。しかしながら、社会的比較が自尊心の原因であるとする研究は、Morse & Gergen (1970) の研究を唯一の例外としてほとんど皆無であり、多くの実験では、自尊心を社会的比較の独立変数として扱ってきた。このような研究では自尊心の高低が比較の方向にどのように影響するのかを問題としてきた。先に述べたWills (1981) は自尊心高揚を必要とする者(つまり自尊心の低い者)が、下方比較をすると仮定した。数多くの実証研究がこの立場を支持している。これとは反対に、自己一貫性(self-consistency)の理論の立場からすれば、社会的比較の方向は自己イメージと一致するはずであり、自尊心の高い者ほど下方比較をする傾向にあると仮定できる。筆者は社会的比較を通しての自己高揚は、自尊心の高い者に開かれた自己イメージの維持だと考え、後者の立場をとる。数多くの実証研究がこの立場を支持している。この相反する結果は、社会的比較の研究方法与深くかかわっているので、方法論と関係させて次に述べ、次項への橋渡しとしたい。

自尊心と社会的比較の研究では、被験者に不特定な他者と比べた自分を自己評価させる方法(自己評価法)か、社会的比較の相手を被験者に選ばせる方法(比較相手選択法)がとられてきた。自己評価法を使用した研究では、例外なく自尊心の高い被験者ほど自分を相手より高く評価(つまり、下方比較)する傾向を見い出している(例えば、Crocker, Thompson, McGraw, & Ingerman, 1987)。これに反して、比較相手選択法を使用した研究では、自尊心の低い者ほど自分より劣っている者を比較の相手に選ぶ傾向が多い(例えば、Smith & Insko, 1987; Wilson & Benner, 1971)。つまり自尊心の低い者は下方比較する。この一見矛盾した結果を統合する実験はまだなされていないが、筆者はあまりにも現実離れした実験手続きに問題があると考えている。比較相手選択法の手続きでは、誰の目にも上下関係があきらかな社会比較の刺激が被験者に提示され、被験者は社会比較の相手を選ぶことになる。明瞭な実験的刺激は、実験統制上必要不可欠ではあるが、現実にはともすると上下関係が明瞭ではなかったり、一貫性のない比較材料が入り交じり、自分が他人より同時に上であったり下であったりする。例えば、美人の友人とそうでない友人と同席したら、自分の身体魅力をどちらと比べるのだろうか? もし両方と比べたとしたらどちらの社会的比較が重視されるのだろうか? このような状況のもとでは、鬱症傾向の高いものは上方比較の情報を重視し、下方比較の情報を無視しやすいという報告がある(Ahrens, 1991)。比較材料が不明瞭な場合には、人は自己イメージと一致する(self-consistent)社会的比

較を行なうのである。同じことが自尊心にもあてはまるであろう。逆に比較材料が単純明瞭で、なおかつ比較を余儀なくされれば、多くの実験が示すように、自尊心の低い者も、自己高揚的な比較を行うことができると考えられよう。

自己評価法もまた方法上の問題がある。不特定多数相手と比較しての自己評価が、どれほど実際の社会的比較に基いているかは明瞭ではない。現実の社会的比較なしで、自分を高く評価することも大いにありうる。比較相手の選択と比較判断（相手と自分の上下関係）という分離し難いプロセスを、これらの従来の方法では分離してしまっている。筆者の考えでは、自尊心と社会的比較の矛盾した研究結果は、研究方法の問題点を示している。

以上簡単に社会的比較を概説してきたが、自分と他人の比較という至って日常的な行為も、社会心理学の立場からすれば、いろいろな側面があるものである。次の項では筆者らの研究を紹介してみたい。

日常的社会的比較

社会的比較の一つの問題点は、従来研究方法が実験的方法か質問紙方法に限られてきたため、被験者の日常的な社会的比較がほとんど研究されてこなかったことにある。筆者らは (Wheeler and Miyake, 1992)、日常的社会的交流を測る Rochester Social Interaction Record (Wheeler and Nezlek, 1977) を改良し日記方式の社会的比較測定方法とし、Rochester Social Comparison Record (RSCR) と名づけた。

RSCRは定型の日記形式であり、被験者は一定期間中（通常二週間）社会的比較をするたびにそれぞれの比較を記録する。記録項目はRSCRの版によって多少異なるが、基本的には次にあげる7項目である：（1）比較事項、（2）比較相手の性別、（3）比較相手との関係、（4）比較方向、（5）感情的反応、（6）重要度、（7）努力による向上の可能性。社会的比較をする度に被験者は、これらの項目を記録する。

それぞれの項目を詳しく述べれば次のようである。

（1）比較の事項 (Comparison Dimension)

学業、ソーシャルスキルズ、性格、身体的特徴、富、ライフスタイル、意見、運動技術／能力、食生活、趣味（音楽、その他）、嗜好、その他。

（2）比較の相手の性別 (The other's sex)

男、女、男女混合。

（3）比較の相手 (With whom did you compare?)

親しい友人、普通の友人、知り合い、見知らぬ他人、自分自身、想像上の人物家族、有名人、集団、その他。

（4）比較の方向 (How similar were you to the person on the dimension you compared?)

「あなたは相手と比較事項においてどのくらい似てますか？」

被験者は9段階尺度を使って比較の相手との比較事項の類似性を答える（自分が劣っている、ほぼおなじ、自分が優っている）。

(5) 比較の重要度 (How important is this dimension to you personally?)

「あなたにとって、比較した事項は、どれほど重要ですか？」

被験者は7段階尺度を使って比較事項の重要度を答える。

(6) 努力によって向上の可能性 (How easy would it be to change yourself on this dimension?)

「比較事項の向上は、どの位容易ですか？」

被験者は7段階尺度を使って比較事項の向上の可能性を答える。

(7) 感情的反応 (Just after the comparison, I felt:)

Wheeler and Miyake (1992) では、セマンティックディファレンシャル法を用い、被験者は7段階尺度を使って感情的反応を答えた。使われたペアの形容詞は、Happy - Depressed, Discouraged - Encouragedであった。その後のRSCRの版では、セマンティックディファレンシャル法をあらため、一つの形容詞にたいして、5段階尺度を使っている。使われた形容詞は、RSCRの版によってことなるが、Miyake (1993) では、Inspired, Depressed, Determined, Upset, Happy であった。

RSCRの具体的実施方法としては、次の三点を留意点として特に上げておきたい。第一に、被験者に対して、RSCRの記録方法を小人数単位（10人以内）の説明会で明瞭にさせる。社会的比較の説明には、被験者に具体的な比較事例をあまり個人的にならない範囲内で発表させるのも役立つ。第二に、毎日欠かさずRSCRを記入することの必要性を強調する。比較をした場合に、できるだけ迅速に記録することの大切さを理解させるためであり、比較をすることを強要するものではない旨をはっきりさせる必要がある。この際、比較の数には個人差があり、また比較を多くする日もあれば、全くしない日もあるだろうことを伝えることが大切になる。最後に、被験者には、定期的に（2-3日分）の記録済みの用紙（小冊子）を提出させ、次の2-3日分を手渡しする。これは記録の信頼性と同時に調査参加の持続を高めるのに役立つ。

自然的（自己）観察法を社会的比較の研究に用いる最大の利点は、実験的方法や質問紙方法では得られないdataを入手できることにある。RSCRは実験者の定めた社会的比較を強要せず、また質問紙方法のように過去の社会的比較を無理に記憶に頼って要約させない。あくまでも実際の社会的比較の忠実な記録を目的とする。つまり、被験者が日常生活で、何を、だれと、どのように比較しているのかを記録、研究するのがRSCR利用の最大の利点と言えよう。

社会的比較の指標は、それぞれの項目の頻度を数え（例えば、上方比較の総数）それをまた更に細分化（例えば、親しい友人との上方比較）して算出した。上記の（5）から（7）については、平均値を頻度項目について計算した。各測定項目を組み合わせ、さまざまな分析も可能である。例えば各比較方向（上方比較、類似比較、下方比較）の頻度と重要度が同時に分析できる。RSCRを使用して筆者らは、数回にわたって研究を実施したが、比較事項、対人関係、比較動機、そして自尊心に関する結果を下に概観してみたい。

比較事項 Wheeler and Miyake (1992) と Miyake (1993) の結果を図に示した。

Wheeler & Miyake (1992) の被験者は2週間の自己観察期間に、24.0回の比較をした (Miyake (1993) の被験者は、30.7回)。図が示すように、学業 (26.3%)、性格 (14.4%)、身体的特徴 (14.1%)、運動技術 (13.0%)、ライフスタイル (12.2%)、ソーシャルスキルズ (6.8%) などが上位を占めた。これらの比較事項はアメリカの大学生の生活と関心事を示しているといえよう。比較事項の男女差はほとんどなかったが、女子学生は男子学生に比べて身体的特徴の社会的比較をより多くする傾向にあった。比較の相手との対人関係は、親しい友人 (31.4%)、普通の友人 (26.3%)、知り合い (19.0%)、見知らぬ他人 (14.9%) であり、残りの項目は微小であった。同性との比較は異性との比較の3倍であった (69.4% 対 23.4%)。比較の方向としては、上方比較、類似比較、下方比較がそれぞれ 30.4%、26.4%、43.2% であった。これらの数値は、他のRSCR研究を通して安定した結果をえている。比較対照のために、Miyake (1993) の結果を右側に並記しておいた。比較事項の頻度の因子分析の結果、2つの要因がえられた。最初の要因は、学業、性格、ライフスタイルであり、外側からはなかなか伺い知ることのできない内的自己に関するものであった。二番目の要因は、身体的特徴、運動技術、ソーシャルスキルズであり、公衆にさらされる外的自己に関するものであった。

何を比較するかは、比較の相手と比較の方向に密接な関係があった。内的自己の比較は親密な対人関係を持っている相手とおこなわれ、外的自己の比較は親密な関係にない相手と比較的に行う傾向であった (対人関係 x 比較事項, 2-way interaction)。この交互作用は相手の情報の入手しやすさと深く関わっているようだ。内的自己の比較を親密な友人と行う傾向は類似比較においてより顕著であり、外的自己の比較を見知らぬ他人と行う傾向は上方比較と下方比較においてより顕著であった (対人関係 x 比較事項 x 比較方向, 3-way interaction)。親密な友人関係で内的な事柄で類似しているということは自己確認 (self-validation) のうえで重要なことだと思われる。この対人類似と対人好意との関係は社会心理学では周知の事実である。外的自己は多くの場合、差違を通して (つまり、上方と下方比較) 自分の特異性を確認するのであろう (McGuire & Padawer-Singer, 1976)。

比較の事項は、内的-外的自己といったおおまかな分類を超えて、自己意識と

結び付いているようだ。Miyake and Wheeler (1993) は Higgins (1987) の自己意識調査法（現実的自己、理想的自己、可能的自己）を用い、自己意識の内容をRSCRの比較事項にそって分類しその数を自己意識内容の指標とした。比較の頻度と（社会比較の事項別）自己意識内容の指標とには、弱い一対一の相関関係が見い出された。例えば身体的特徴比較の頻度は、身体的特徴の自己意識の数のみと相関関係を示した。言い換えれば、身体的特徴の自己意識を多く持つ人は（他の社会的比較ではなく）身体的特徴比較を多くした、ということである。この結果は社会的比較は個人の関心事（自己意識）や自己を規定する事項についておこなわれる事を示している。

対人好意 RSCRの利点のひとつは、特定の相手との社会的比較を測定できるということであろう。Miyake and Wheeler (1993) は、寮生活学生の同室者への対人好意度を測定し、これと同室者との社会的比較の相関関係を調べた。同室者への対人好意度が高ければ高い程、類似比較と上方比較がより多く行われ、この関係は重要な社会的比較により顕著であった。追試も同じ様な結果がでている。Tesser (1988) の自己評価維持理論によれば、自分にとって重要な事物の上方比較は比較の相手が親密であればあるほど自己評価に打撃をあたえる。この理論からすれば、親密さが増せば増すほど、重要な事物の上方比較は回避されるはずである。RSCRの逆の結果はどう解釈されるべきであろうか？ 対人好意度は交友時間と関係し、交友時間が長ければ比較の機会も増すというならば、なぜ下方比較ではなく重要な上方比較の頻度が増すのであろうか？ 親密な友人関係とは相手を自己の内にとり入れ自分の一部とするということであり、自分の一部との重要な上方比較はさほど苦にならないともいえる。明確に説明できない結果であるので、今後の研究成果を待ちたい。特定な相手との社会的比較の測定は、夫婦間の比較などへの応用範囲がいろいろあるかと思われる。

比較の動機 RSCRで測定される社会的比較の全体的な動機を調査するために、Miyake and Koestner (1992) は達成動機をTATカードと質問紙（Jackson PRF）を使用しRSCRとの相関関係を調べた。McClellandら（McClelland, Koestner, & Weinberger, 1989）によればTATの動機は(n-Ach) 内的動機にかかわっていて、自己の限界に挑戦し達成を楽しむという姿勢を測定する。一方、質問紙は外的動機を測定し(san-Ach)、この動機の高い者は達成への外的圧力に敏感で評価に敏感に反応しやすいという。

TAT達成動機の高いものは上方比較と下方比較をより頻繁に多く行う傾向にあり、質問紙の達成動機は社会的比較の頻度と相関関係がみられなかった。これとは反対にTAT達成動機と社会的比較の感情的反応は、相関関係がなかったが、質問紙の達成動機の高い者は比較の方向にかかわらず、上方比較と下方比較の両方に肯定的

な反応(勇気づけられ、やる気をおこし、当惑せず、嫉妬をしない)を示した。さらには、TAT達成動機の高いものは自己比較(継時的比較)を多く行う傾向にあった。n-Achが喜怒哀楽を示さず、上方比較と下方比較の両方の頻度と正の相関関係があったということは、Festinger(1954)の説く客観的自己認識という動機と関係があるようにおもわれる。客観的自己認識が目的であれば、優劣という比較の結果にさほど喜ぶことも悲しむこともないはずであり、自分の現在位置を知るうえで上方比較と下方比較の両方はきわめて自己診断に有効である。自己比較もまた現在位置確認に役立つであろう。これとは逆に、san-Achは客観的自己診断を求めず、比較の結果のみが重要になり、社会的比較を対人競争と解釈して反応するのではないかと考えられる。これらの結果は非常に興味深いが、この研究の大きな弱点は、一つ一つの社会的比較の異なった動機づけを無視しているということである。RSCRのような自己観察法では、個々の社会比較の動機を測定できないのである。

自尊心と社会的比較 最後にRSCRを使用した自尊心研究をかいつままで報告したい。筆者らの研究によれば、自尊心の高い者は上方比較をおこなう回数が少いか(Miyake & Wheeler, 1993)、下方比較をより多くおこない(Wheeler & Miyake, 1992)、また類似比較をより多く行う傾向にあった(Miyake, 1993; Miyake & Wheeler, 1993; Wheeler & Miyake, 1992)。

Miyake(1993)は被験者の自尊心を一日に2度ずつ、無作為のスケジュールで二週間測定し、自尊心の日常的なばらつき(不安定さ)を各被験者ごとに計算した。筆者は、高いが不安定な自尊心を持つ者は上方比較を回避して自己防御をし、下方比較を通して自己高揚をすると仮定した。つまり、自己防御/自己高揚はその能力と必要の両方を兼ね備えた者ができるというわけである。筆者のWills(1981)の理論の批判は、下方比較理論は自己防御/自己高揚の必要性のみに注目し、その能力の有無を考慮していないということである。

自尊心の不安定さと社会的比較の方向のばらつきとは正の相関関係がみられた。更には、自尊心が低く不安定な被験者は、上方比較と下方比較の両方を比較的多く行い(上方比較がより顕著ではあったが)、類似比較をしない傾向が見出された。いいかえれば、この社会的比較のパターンは、低くまた不安定な自尊心をより一層不安定にするものである。筆者の仮定は支持されなかったが、自尊心の低い者の自尊心がより大きく、比較の方向に依存しているというのは、自尊心の低い者は自己イメージを外的な刺激(他者)から防御する術を持たないことをも意味している。これと関連した興味深い結果としては、自尊心の高い者は上方比較を自分にとって重要度の低い事柄について行い、また上方比較をおこなった場合、その比較の事物は自分にとってさほど大切なものではないと説明づける傾向にあった(Miyake & Wheeler, 1993)。つまり、自尊心の高い者ほど利己的な帰納をおこない、現在の高い

自尊心の水準を保つ能力を備えているという訳である。Campbell, Fairey, and Fehr (1986) は、自尊心の高い者は自分の成績が下がっても他人より成績が良ければ自己評価をあげている、と報告している。自尊心の高い者は社会的比較をうまく利用するといえる。RSCRを使った自尊心研究の結果は、慢性的に低い自尊心者は社会的比較を通して自己防御、自己高揚ができないことをはっきりと示している。社会的比較を通して、低い自己イメージを自己確認 (self-confirmation) していると考えられる。

自尊心と社会的比較の研究の最大の重要性は、もし社会的比較が客観的自己理解と自己向上努力のみで動機づけられているものだとしたら、上記のような結果は得られないということである。Singer (1966) の指摘は正しいと認められるべきである。

まとめ

社会的比較理論は自己認識の理論であり、Festinger (1954) の当初の提案をはるかに超えた広がりを持つにいたった。自己に関する様々な事柄が比較され、客観的自己知識を得るという出発点にとどまらず、自己を肯定的に確認し、さらには肯定的な自己像をつくっていく行為といえる。また、社会的比較とは社会 (他者) との繋がり行為であり、比較の相手との対人関係が非常に大きな意味を持つてくる。多くの研究事例は、自分を他人と比較するという一見単純な日常行為はずいぶん複雑なものであることを示している。

筆者らの考案した日常的比較研究方 (RSCR) を使用した研究をざっと概観したが、RSCR の項目からも推察されるように、RSCRは社会的比較のすべての理論的問題点に解答を見い出そうとするものではない。たとえば関連的属性理論、社会的比較の動機、因果関係の実証は実験的方法に頼らざるえないであろう。重要な点は従来の研究方法では研究不可能な分野の研究が可能になったということである。RSCRの目的とするのは、被験者に観察可能な限りのdataを自己記録させ、できるだけ日常の社会的比較の全体像を明らかにしようとするものである。RSCR研究はアメリカの大学生 (総数450人位) に限られてきたが、現在までの研究を見た限りではこの目的は十分に達成できるであろう。今後の課題として、大学生以外の被験者を使った研究の実施が必要であると思われる。これからの研究方向としては、自己意識と社会的比較の関係は、発展性のある分野であり研究を続けていきたいと考える。また、社会的比較の異文化間比較は日本では高田 (1993) の研究もあるが、まだ皆無に等しく、自尊心の文化的差異と社会的比較は是非とも研究してみたい分野である。

社会的比較の項目別パーセンテージ: Wheeler & Miyake (1992), Miyake (1993)

	Wheeler & Miyake (1992)	Miyake (1993)
比較事項		
学業	26.3	25.8
ソーシャルスキルズ	6.8	7.7
性格	14.4	9.0
身体的特徴	14.1	13.1
富	4.1	4.4
ライフスタイル	12.2	7.9
意見	2.6	5.0
運動技術/能力	13.0	8.2
食生活	.89	4.7
趣味 (音楽、嗜好、その他)	---	3.6
友人関係	1.3	6.8
その他	4.3	3.8
比較の相手		
親しい友人	31.4	31.8
普通の友人	26.3	21.8
知り合い	19.0	15.3
見知らぬ他人	14.9	8.8
恋人	1.3	3.8
自分自身	-----	4.6
想像上の人物	2.4	.5
家族	2.7	2.6

次の頁に続く

	Wheeler & Miyake (1992)	Miyake (1993)
家族	2.7	2.6
有名人	.9	1.8
集団	----	8.2
その他	1.1	1.1
比較の相手の性別		
同性	69.4	70.6
異性	23.4	21.7
同性と異性	5.6	7.7
不明瞭	1.7	0
比較の方向		
上方	30.4	36.0
類似	26.4	29.9
下方	43.2	43.1

引用文献

- Ahrens, A. H. (1991). Dysphoria and social comparison: Combining information regarding others' performances. *Journal of Social and Clinical Psychology, 10*, 190-205.
- Brickman, P., & Bulman, R. J. (1977). Pleasure and pain in social comparison. In J. M. Suls, & R. Miller (Eds.), *Social comparison processes: Theoretical and empirical perspectives*. Washington, DC: Hemisphere.
- Campbell, J. D., Fairey, P. J., Fehr, B. (1986). Better than me or better than thee? Reactions to interpersonal and interpersonal performance feedback. *Journal of Personality, 54*, 479-493.
- Crocker, J., Thompson, L. L., McGraw, K. M., & Ingerman, C. (1987). Downward comparison, prejudice, and evaluation of others: Effects of self-esteem and threat. *Journal of Personality and Social Psychology, 52*, 907-916.
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations, 7*, 117-140.
- Goethals, G. R., & Darley, J. M. (1977). Social comparison theory: An attributional approach. In J. M. Suls, & R. Miller (Eds.), *Social comparison processes: Theoretical and empirical perspectives*. Washington, DC: Hemisphere.
- Heider, F. (1958). *The psychology of interpersonal relations*. New York: Wiley.
- Higgins, E. T. (1987). Self-discrepancy: A theory relating self and affect. *Psychological Review, 94*, 319-340.
- James, W. (1890). *The principles of psychology (Vol. 1)*. New York: Henry Holt.
- Latane, B. (Ed.) (1966). Studies in Social Comparison. *Journal of Experimental Social Psychology, 2 (Sup. 1)*.
- Masters, J. C., & Keil, L. J. (1986). *Generic comparison processes in human judgment and behavior*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- McClelland, D. C., Koestner, R., & Weinberger, J. (1989). How do self-attributed and implicit motives differ? *Psychological Review, 96*, 690-702.
- McGuire, W. J., & Padawer-Singer, A. (1976). Trait salience in the spontaneous self-concept. *Journal of Personality and Social Psychology, 33*, 743-754.
- Miller, D. T., Turnbull, W., & McFarland, C. (1988). Particularistic and universalistic evaluation in social comparison process. *Journal of Personality and Social Psychology, 55*, 901-917.
- Miyake, K. (1993). Social comparison, and level and stability of self-esteem: Self-esteem management through social comparison. Unpublished manuscript. University of Rochester.

- Miyake, K., & Koestner, R. (1992). Social comparison and two kinds of motive. Unpublished manuscript. University of Rochester.
- Miyake, K., & Wheeler, L. (1993). Self-concept, self-esteem, depression, and everyday social comparison. Unpublished manuscript. University of Rochester.
- Morse, S., & Gergen, K. J. (1970). Social comparison, self-consistency, and the concept of self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 16, 148-156.
- Pyszczynski, T., Greenberg, J., & LaPrelle, J. (1985). Social comparison after success and failure: Biased search for information consistent with a self-serving conclusion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 21, 195-211.
- Singer, J. E. (1966). Social comparison--progress and issues. *Journal of Experimental Social Psychology*, 2 (Sup. 1), 103-110.
- Smith, R. H., & Insko, C. A. (1987). Social comparison choice during ability evaluation: The effects of comparison publicity, performance feedback, and self-esteem. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 13, 111-122.
- Strube, M. J., & Roemmele, L. A. (1985). Self-enhancement, self-assessment, and self-evaluative task choice. *Journal of Personality and Social Psychology*, 49, 981-993.
- Suls, J., & Miller, R. L. (1977). *Social comparison processes: Theoretical and empirical perspectives*. Washington, DC: Hemisphere.
- Suls, J., & Wills, T. A. (1991). *Social comparison: Contemporary theory and research*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- 高田 利武 (1992). 他者と比べる自分 サイエンス社
- 高田 利武 (1993). 青年の自己概念形成と社会的比較：日本人大学生にみられる特徴。教育学研究、41, 339-348.
- Tesser, A. (1988). Toward a self-evaluation maintenance model of social behavior. In L. Berkowitz (Ed.), *Advances in Experimental Social Psychology*, (Vol. 21, pp. 181-227). New York: Academic Press.
- Wheeler, L. (1966). Motivation as a determinant of upward comparison. *Journal of Experimental Social Psychology*, 2 (Sup. 1), 27-31.
- Wheeler, L., Koestner, R., & Driver, R. (1982). Related attributes in the choice of comparison others: It's there, but it isn't all there is. *Journal of Experimental and Social Psychology*, 18, 489-500.
- Wheeler, L., & Miyake, K. (1992). Social comparison in everyday life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62, 760-773.
- Wheeler, L., & Nezlek, J. (1977). Sex differences in social participation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 35, 742-752.
- Wills, T. A. (1981). Downward comparison principles in social psychology. *Psychological*

Bulletin, 90, 245-271.

Wilson, S., & Benner, L. A. (1971). The effects of self-esteem and situation upon comparison choices during ability evaluation. *Sociometry*, 34, 381-397.

Wood, J. V., Taylor, S. E., & Lichtman, R. R. (1985). Social comparison in adjustment to breast cancer. *Journal of Personality and Social Psychology*, 49, 1169-1183.