

自己志向的完全主義尺度の因子構造と項目構成の再検討

福井 義一

山下 由紀子

キーワード：自己志向的完全主義，抑うつ，因子構造

はじめに

完全主義とは、非現実的な高い基準を設定し、それに強迫的といえるほど固執して、その基準を達成することで自己の価値を決定することであると定義される (Burns, 1980)。完全主義には適応的な側面と不適応的な側面が存在していることが知られており (Hamachek, 1978)、高い水準の達成やそれに向けた取り組みを促進する (Bieling, Israeli, Smith, & Antony, 2003) 一方で、抑うつや強迫性障害、社会不安障害、摂食障害、アルコール依存のような様々な精神的な問題とも関連がある (Flett, Hewitt, Blankstein, & Mosher, 1991) ことが分かっている。

完全主義は、臨床報告や展望論文等では1950年代から取り上げられてきたものの、それ自体をターゲットとした実証研究の歴史は30年程度と浅い (大谷, 2010)。その理由として、桜井・大谷 (1994) は、概念規定が曖昧であることや、それゆえ完全主義を適切に測定する尺度が開発されてこなかったことを挙げている。Burns (1980) は、先駆的に完全主義を研究し、自己評定式の一次元完全主義尺度を開発した。しかしその後、いくつかの構成要素がそれぞれ独立に、または相互に関連しながら完全主義として機能しているという多次元的な考え方が主流となっていった (大谷, 2010)。

Hewitt & Flett (1990, 1991b) は、完全主義の向けられる方向性によって、自己に完全性を求める“自己志向的完全主義”、他者に完全性を求める“他者志向的完全主義”、社会に完全性を求められていると感じる“社会規定的完全主義”の三次元に分類し、多次元完全主義尺度 (Multidimensional Perfectionism Scale) を作成した。このうち、自己志向的と社会規定的完全主義が抑うつと正の相関を示した (Hewitt & Flett, 1991a) ことから、後述するように完全主義の各下位

側面と精神的健康の関連に注目が集まっていった。

それに対して、Shafran, Cooper, & Fairburn (2002) は、完全主義の概念整理が不十分なままに、多次元測定がなされていることを批判した。Shafran et al. (2002) は、完全主義と関連概念が明確に区別されていないことから、多次元的ではない“臨床的完全主義”を新たに定義したが、自らの主張する概念に基づいた尺度構成や実証的な研究を行っている訳ではない (大谷, 2010)。このように、完全主義の定義については多くの議論があり、研究者間でも一致していない。

特に、自己志向的完全主義の多次元測定を行った多くの研究によって、各下位側面と精神的健康との間の関連が異なっている可能性が示唆されてきた。辻 (1992) は Burns (1980) を参考に、理想自己を完全に達成しようとする「理想追及」、不完全性を恐れその回避が強く動機づけられる「失敗恐怖」、強迫的に不完全性をなくそうと努力する「強迫的努力」の三つの下位尺度を設定した。その上で、健常群と抑うつ神経症群を比較したところ、前者よりも後者において失敗恐怖と強迫的努力の得点が有意に高いことを報告した。一方、桜井・大谷 (2004) は Burns (1980) を忠実に邦訳し、一次元の完全主義尺度を作成したが、その得点と抑うつとの間に有意な相関が得られなかった。そこで、各項目と抑うつとの相関分析を行ったところ、10項目中2項目が正の、1項目が負の相関を示すことが明らかになり、これをもって完全主義の多次元性の根拠の一つであるとした。

それより以前に、桜井・大谷 (1997) は、自己志向的完全主義が抑うつや絶望感と負の相関を示すことを報告したが、これは前述した Hewitt & Flett (1991a) とは正反対の結果であった。桜井・大谷 (1997) は、「完全性欲求」、「失敗懸念」、「高目標設置」、「行動疑念」の4つの下位尺度からなる多次元自己志向的完全主義尺度 (Multidimensional Self-oriented Perfectionism

Scale:以下 MSPS) を作成し, 「完全性欲求」は抑うつと無相関, 「失敗懸念」と「行動疑念」は正の, 「高目標設置」は負の相関を示すことを報告した。また, 大谷・明田(1999)と伊藤・上里(2002)も同様の傾向を報告し, 小堀・丹野(2002)もまた, 高目標設置が抑うつに負の影響を示すことを明らかにした。こうして, 完全主義の多次元性に関する実証的根拠が蓄積され, 少なくとも適応的な側面と不適応的な側面を有する二つ以上の下位側面が存在することが示唆されてきた。

しかしながら, これらの各下位側面の果たす役割について一致した結果は得られていない。例えば, 東(2007)は, 自己志向的完全主義と他者志向的完全主義は絶望感や抑うつと無相関であることを, 小堀・丹野(2002)は, 高目標設置と抑うつは無相関であることを報告した。伊藤(2004)は, クラスター分析により各下位尺度の組み合わせの違いで, 心理的不適応との関連が変化することを明らかにした。例えば, 不合理な信念や自己愛といった不適切な動機に基づく完全主義の得点が高い下位集団では, 適応的であるはずの高目標設置の得点が高くても, やはり精神的に不健康であることが示唆された。同様に伊藤・上里(2002)は, 各種の完全主義尺度とネガティブな反すうを変数としたクラスター分析を用いて過去のうつ病との関連を検討した結果, 完全主義の各下位尺度と過去のうつ病の得点の間には関連が見られなかったのに対して, ネガティブな反すう傾向のみが過去のうつ病の得点を予測することを報告し, 完全主義が抑うつを直接予測しない可能性を示唆した。さらに, 福井(2009)は, 高目標設置が単独では心理的健康を促進しないことを指摘し, 成人愛着スタイルによって心理的健康に及ぼす影響が調整される可能性を示唆した。このように, 最近の研究においては, 自己志向的完全主義の各下位尺度と精神的健康との関連について一貫した結果が得られていない。この理由として多次元性の完全主義の概念が統一されていないことや, 完全主義尺度自体の信頼性と妥当性についての疑念が挙げられるだろう。

完全主義が一次元ではないことは, 多くの研究によって実証されつつあるものの, 各下位概念の精緻化が不十分であり, そのことが測定上のアーティファクトを生み出しているのかもしれない。最近, 新しい高目標設置の尺度を作成し, 本来感との関連で心理的適応を検討する試みもある(市村・相馬・小島, 2011; 相馬・市村・小島, 2011)が, 新しい高目標設置の概念と完全主義それ自体や他の下位概念との間の関連が明確で

はない。

実際に, MSPS の各下位尺度の中には内的一貫性がそれほど高くないものがある。例えば, 完全性欲求($\alpha=.77-.85$)と失敗過敏($\alpha=.75-.78$)は高い内的整合性を示すのに対して, 高目標設置($\alpha=.66-.81$)や行動疑念($\alpha=.52-.75$)のそれは比較的低いことが知られている(e.g., 桜井・大谷, 1997; 中川・佐藤, 2010; 齊藤・今野・沢崎, 2009)。さらに, 原版通りの因子構造が再現されないことがよくある。この件については, 本研究の結果の中でも再現する。

また, そもそも一次元を想定して作成された Burns(1980)の完全主義尺度について, 辻(1992)は多義的な項目が多く認められることから, そのような要素を除いて3因子からなる完全主義尺度を作成した。しかしながら, 実際の因子分析の結果を見ると, 理想追求と強迫的努力の項目の中には, 他の因子にも高く負荷するものが複数認められており, その傾向は対照群よりも患者群で特に顕著であった。このことは尺度の測定上の信頼性を低下させる要因となるだろう。

伊藤・上里(2002)は, 大谷・桜井(1995)によるMPS(Multidimensional Perfectionism Scale), 辻の完全主義尺度, MSPSの全項目と抑うつ得点との相関値を示している。それによると, MPSにおいては, 自己志向的完全主義と社会規定的完全主義の項目の中で抑うつと有意な相関を示す項目は3~4項目に過ぎず, 他者志向的完全主義では全項目が抑うつと無相関であった。さらに辻の完全主義尺度においては, 失敗恐怖の全項目が抑うつと有意な相関を示したのに対して, 理想追求は1項目のみが有意であり, 強迫的努力は全ての項目が抑うつと無相関であった。MSPSでは, 失敗懸念の全ての項目が抑うつと有意な相関を示したのに対して, 完全性欲求の全項目は無相関, 高目標設置と行動疑念はそれぞれ3項目のみ有意であった。つまり, 失敗恐怖や失敗懸念以外の下位尺度は, 内容的な収束性が低いことが分かり, 尺度としての妥当性を欠く可能性があると言える。

さらに, 辻(1992)は下位尺度の一つである強迫的努力の典型例として, 病理的な不潔恐怖症などの“完全な清潔を求めて何時間も手を洗い続ける行為”を挙げているが, これはいわゆる“努力”とは相当異なった概念であると思われる。さらに, パーソナリティ特性としての完全主義傾向と, 強迫性障害の病前性格と言われている強迫性格は異なる概念であり, 強迫性格は完全主義を含むさらに幅広い概念であるため, 完全主義の一要素として含めるには疑問が残る。

また、辻の完全主義尺度と MSPS において、前者の理想追求と後者の高目標設置、前者の失敗恐怖と後者の失敗懸念の間には少なからず共通性が存在することが仮定されているが、前者の強迫的努力と後者の完全性追求や行動疑念との関係については、理論的にも実証的にも明確であるとは言えない。このことから、自己志向的完全主義の下位概念が明確に定義されうるほど精緻化されておらず、研究者間で不一致な状態であることが分かる。

目的

以上のことから、パーソナリティ特性としての完全主義を多次元で捉えることについては妥当であると考えられるが、その一方で研究相互間の不一致や低い信頼性係数といった問題が残っている。このことは、因子構造や各因子に含まれる項目の構成、さらには内容的妥当性の問題に一部起因すると思われる。そこで本研究では、自己志向的完全主義尺度の因子構造や項目構成を再検討し、汎用性の高い尺度として再構成することを目的とした。

なお、小堀・丹野（2004）は、完全主義の認知を多次元で捉える尺度を開発している。本尺度は、高目標設置と完全性追求、ミスへのとらわれの3つの下位尺度からなり、単純構造と高い α 係数が得られている。しかしながら、本尺度が測定しているのは一般的なパーソナリティ構造ではなく、認知的スキーマであるとされているため、本研究の項目検討の候補には含めなかった。

方法

実施期間

2007年11月～12月であった。

調査協力者

大学生331名（男性27名、女性304名）、平均年齢19.37歳（SD=2.58）であった。

実施方法

質問票は、心理学関連科目の講義中に口頭で同意を得た上で配布した。回収は翌週の講義時、もしくは設置した回収箱への投函を求めた。なお、本研究は山下・福井（2010）のデータを再分析したものであるため、質問票には今回分析には用いなかった尺度も多く含まれていた。

尺度構成

新完全主義尺度：桜井・大谷（1997）が Frost, Marten, Lahart, & Rosenblate（1990）の完全主義尺度を参考に作成した。20項目から構成され、完全性欲求、行動疑念、失敗過敏、高目標設置の4つの下位尺度を持つ。回答形式は6件法（1.「全くあてはまらない」～6.「非常にあてはまる」）であった。

辻の完全主義尺度：Burns（1980）を元に辻（1992）が作成した16項目からなる尺度であり、理想追求、失敗恐怖、強迫的努力の3つの下位尺度を持つ。回答形式は5件法（1.「全くあてはまらない」～5.「非常にあてはまる」）であった。

自己記入式抑うつ尺度（Self-Rating Depression Scale：以下 SDS とする）：Zung（1969）の日本語版（福田・小林，1973）を用いた。20項目からなり、回答形式は4件法（1.「ないかたまに」～4.「ほとんどいつも」）であった。

結果と考察

はじめに、辻の完全主義尺度について、因子数を3に固定した因子分析（主因子法・Promax 回転）を行った結果を Table 1 に示した。項目番号の後の括弧内に原版における下位尺度名を記載した。「失敗」は失敗恐怖、「理想」は理想追求、「強迫」は強迫的努力を示している。なお、Varimax 回転による結果も同様であったが、完全主義の下位概念同志は互いに他から独立した次元ではないので Promax 回転の結果を採用した。

Table 1 が示すように、第一因子は失敗恐怖の項目のみで構成されているが、第二因子には理想追求の項目に強迫的努力の1項目が混入している。その点を除くと、本尺度の各下位因子の独立性は比較的高いと言える。また、項目12「目標が達成できなかった時には、私は自分を厳しく責めるようにしている」は、自己を厳しく律する態度という面から内容的にも理想追求に近い概念であると思われる。

また、信頼性分析の結果、失敗恐怖は $\alpha=.782$ 、理想追求は $\alpha=.795$ と十分な値を示したが、強迫的努力は $\alpha=.672$ とやや低かった。原版通りの項目構成で計算し直すと、理想追求は $\alpha=.770$ 、強迫的努力が $\alpha=.721$ となり、後者の信頼性係数の値が若干よくなった。

続いて、MSPS についても同様に因子数を4に固定した因子分析（主因子法・Promax 回転）を行った結果を Table 2 に示した。項目番号の後の括弧内の略号は、それぞれ DP=完全性欲求、D=行動疑念、CM=

Table 1 辻の完全主義因子分析結果（主因子法・Promax 回転）

	I	II	III	h^2
4. (失敗) 失敗をしたとしたら、私はどうしてよいか分からなくなるだろう	.749	-.245	.059	.499
3. (失敗) うまくやれないようなことなら、やっても無駄だと思う	.715	.004	-.192	.439
2. (失敗) 間違いをおかすと、人に軽蔑されるような気がする	.667	.002	.109	.517
9. (失敗) 大切なことに失敗したとしたら、私は人間以下のものに成り下がったような気がする	.582	.082	.091	.442
6. (失敗) 自分の欠点や弱点は、恥ずかしくて、人には見せられない	.563	.071	-.039	.334
8. (理想) 私は人並みの成績では満足できない	-.026	.722	.001	.508
13. (理想) 何事もパーフェクト（完全）にやらないと、気がすまない	.251	.714	-.122	.611
1. (理想) 私は自分を最高の基準で評価するようにしている	.055	.670	-.179	.374
11. (理想) 私は二流の人間では終わりたい	-.071	.559	.288	.529
5. (理想) どんなことでも頑張りさえすれば、私は人よりよくできると思う	-.234	.551	-.020	.248
12. (強迫) 目標が達成できなかった時には、私は自分を厳しく責めるようにしている	.288	.359	.246	.507
14. (強迫) 自分を甘やかしていると、やがて後悔することになるだろう	-.071	-.132	.829	.550
15. (強迫) やるべきことをきちんとしないと、人には見はなされると思う	.255	-.109	.587	.450
10. (強迫) 自分を鞭打つことが、将来、必ず役に立つと思う	-.157	.336	.509	.479
因子間相関				
	I	.398	.402	
	II		.549	

Table 2 MSPS の因子分析結果（主因子法・Promax 回転）

	I	II	III	IV	h^2
5. (DP) どんなことでも完璧にやり遂げることが私のモットーである	.989	.061	-.079	-.257	.791
4. (PS) 何事においても最高の水準を目指している	.769	-.044	.021	-.013	.551
16. (DP) できる限り、完璧であろうと努力する	.715	.103	.102	-.026	.618
1. (PS) いつも、周りの人より高い目標をもとうと思う	.671	-.229	-.002	.130	.435
9. (DP) 物事は常にうまくできていないと気がすまない	.460	.328	.057	-.008	.498
13. (DP) 中途半端な出来では我慢できない	.427	.163	.093	.137	.431
15. (D) 念には念を入れる方である	.418	.109	.157	.146	.416
19. (CM) 完璧にできなければ、成功とはいわない	-.022	.832	-.192	.107	.667
17. (CM) 少しでもミスがあれば、完全に失敗したもの同然である	.022	.701	.010	-.007	.509
20. (DP) やるべきことは完璧にやらなければならない	.224	.638	-.200	.139	.654
3. (CM) “失敗は成功のもと” などとは考えられない	-.253	.544	.159	-.097	.268
10. (CM) 人前で失敗することなど、とんでもないことだ	.107	.523	.126	-.047	.381
6. (CM) ささいな失敗でも、周りの人からの評価は下がるだろう	.021	.346	.220	.154	.322
18. (D) 戸締まりや火のしまつなどは、何回か確かめないと不安である	.023	.317	.201	-.071	.169
2. (D) 注意深くやった仕事でも、欠点があるような気がして心配になる	.142	-.028	.854	-.089	.712
8. (D) 何かをやり残しているようで、不安になることがある	-.058	.072	.678	.201	.621
14. (PS) 自分の能力を最大限に引き出すような理想をもつべきである	.302	-.089	-.081	.662	.663
7. (PS) 高い目標を持つ方が、自分のためになると思う	.327	-.238	.001	.529	.466
12. (D) 納得できる仕事をするには、人一倍時間がかかる	-.213	.159	.188	.505	.337
11. (PS) 簡単な課題ばかり選んでいては、だめな人間になる	-.081	.106	-.008	.443	.197
因子間相関					
	I	.533	.172	.590	
	II		.336	.392	
	III			.364	

失敗過敏、PS＝高目標設置である。

Table 2 から、MSPS の信頼性や内容的妥当性を疑わせる根拠が得られた。第一因子は、DP が 3 項目、PS が 2 項目、D が 1 項目含まれており、第二因子は失敗過敏の全項目を含むものの、DP と D が 1 項目ずつ紛れ込んでいる。さらに第三因子は D の 2 項目の

みとなり、第 4 因子は 3 項目の PS と 1 項目の D からなる項目構成であった。このことから、失敗懸念以外の各因子は、項目構成に問題があることが分かる。特に完全性欲求と高目標設置の概念が明確に区別されているとは言えず、行動疑念も他の全ての因子に拡散して含まれてしまい、他因子との内容的・意味的重複が

Table 3 両尺度を合わせた因子分析の初期解

	I	II	III	IV	h^2
5. (DP) どんなことでも完璧にやり遂げることが私のモットーである	.917	-.056	-.138	-.061	.684
16. (DP) できる限り、完璧であろうと努力する	.804	-.120	-.120	.275	.656
4. (PS) 何事においても最高の水準を目指している	.720	-.118	.064	.038	.515
13. (理想) 何事もパーフェクト（完全）にやらないと、気がすまない	.666	.314	-.039	-.115	.656
9. (DP) 物事は常にうまくできていないと気がすまない	.659	.101	-.132	.177	.515
8. (理想) 私は人並みの成績では満足できない	.609	.096	.132	-.203	.501
1. (PS) いつも、周りの人より高い目標をもとうと思う	.606	-.223	.248	-.053	.466
20. (DP) やるべきことは完璧にやらなければならない	.576	.292	-.094	.086	.544
13. (DP) 中途半端な出来では我慢できない	.565	.095	.012	.151	.451
15. (D) 念には念を入れる方である	.518	-.023	.009	.326	.442
5. (理想) どんなことでも頑張りさえすれば、私は人よりよくできると思う	.497	-.218	.141	-.149	.271
1. (理想) 私は自分を最高の基準で評価するようにしている	.469	.193	.040	-.267	.346
14. (PS) 自分の能力を最大限に引き出すような理想をもつべきである	.447	-.239	.395	.254	.551
3. (失敗) うまくやれないようなことなら、やっても無駄だと思う	-.068	.709	-.128	-.034	.432
4. (失敗) 失敗をしたとしたら、私はどうしてよいか分からなくなるだろう	-.288	.678	.025	.222	.474
9. (失敗) 大切なことに失敗したとしたら、私は人間以下のものに成り下がったような気がする	-.107	.622	.249	-.037	.449
2. (失敗) 間違いをおかすと、人に軽蔑されるような気がする	-.052	.596	.133	.237	.515
17. (CM) 少しでもミスがあれば、完全に失敗したのも同然である	.280	.557	-.122	.100	.516
16. (削除) 私には失敗は許されない	.168	.553	.160	-.156	.476
6. (失敗) 自分の欠点や弱点は、恥ずかしくて、人には見せられない	-.050	.549	.052	.088	.327
3. (CM) “失敗は成功のもと” などとは考えられない	-.105	.513	-.181	.168	.285
10. (CM) 人前で失敗することなど、とんでもないことだ	.230	.482	-.068	.138	.417
19. (CM) 完璧にできなければ、成功とはいわない	.386	.472	-.128	.077	.501
7. (削除) 同じ間違いの繰り返しは、私にはあってはならないことである	.305	.379	.207	-.118	.451
12. (強迫) 目標が達成できなかった時には、私は自分を厳しく責めるようにしている	.253	.356	.338	-.048	.513
14. (強迫) 自分を甘やかしていると、やがて後悔することになるだろう	-.148	-.032	.751	.225	.548
10. (強迫) 自分を鞭打つことが、将来、必ず役に立つと思う	.182	-.015	.574	-.051	.448
15. (強迫) やるべきことをきちんとしないと、人に見はなされると思う	-.133	.301	.503	.122	.387
11. (理想) 私は二流の人間では終わりたいくない	.343	.066	.474	-.153	.515
7. (PS) 高い目標を持つ方が、自分のためになると思う	.358	-.348	.462	.210	.494
11. (PS) 簡単な課題ばかり選んでいては、だめな人間になる	.024	.018	.356	.181	.193
8. (D) 何かをやり残しているようで、不安になることがある	-.142	.185	.244	.644	.558
2. (D) 注意深くやった仕事でも、欠点があるような気がして心配になる	-.053	.113	.100	.630	.455
12. (D) 納得できる仕事をするには、人一倍時間がかかる	-.071	.090	.307	.398	.293
6. (CM) ささいな失敗でも、周りの人からの評価は下がるだろう	.085	.265	.161	.331	.339
18. (D) 戸締まりや火のしまつなどは、何回か確かめないと不安である	.143	.137	-.093	.276	.152
因子間相関	I	.434	.481	.225	
	II		.269	.253	
	III			.134	

示唆される。

便宜上、第一因子を完全性欲求、第二因子を失敗懸念、第三因子を行動疑念、第4因子を高目標設置とすると、信頼性分析の結果は順に $\alpha = .866, .781, .767, .653$ となり、高目標設置の α 係数は低かった。原版通りの項目構成で信頼性分析を行った結果、順に $\alpha = .844, .743, .683, .744$ となり、行動疑念の α 係数がやや低くなった。さらに各項目を見ると、因子間相関を想定した Promax 回転を行っているにも関わらず、

項目9、7は他の因子にも高い負荷量を示している。

これらの結果から、辻の完全主義尺度は原版の因子構造がある程度保存されたが、MSPS ではそうではなかったこと、一部の低位因子の内的整合性が低いこと、複数の因子間に概念上の重複があること、複数の項目が多義性を帯びていることなどの問題があることが分かった。

そのため、辻の完全主義尺度と MSPS の全項目を合わせて因子分析（主因子法・Promax 回転）を行っ

Table 4 両尺度を合わせた因子分析結果（3因子）

	I	II	III	h^2
5. (DP) どんなことでも完璧にやり遂げることが私のモットーである	.877	.004	-.197	.670
4. (PS) 何事においても最高の水準を目指している	.732	-.099	.041	.513
13. (理想) 何事もパーフェクト（完全）にやらないと、気がすまない	.706	.297	-.139	.661
8. (理想) 私は人並みの成績では満足できない	.704	.035	-.080	.475
1. (PS) いつも、周りの人より高い目標をもとうと思う	.693	-.253	.101	.458
16. (DP) できる限り、完璧であろうと努力する	.683	.000	.091	.525
9. (DP) 物事は常にうまくできていないと気がすまない	.583	.197	-.022	.455
5. (理想) どんなことでも頑張りさえすれば、私は人よりよくできると思う	.560	-.248	-.036	.258
11. (理想) 私は二流の人間では終わりたいくない	.557	-.049	.165	.388
1. (理想) 私は自分を最高の基準で評価するようにしている	.553	.118	-.187	.306
20. (DP) やるべきことは完璧にやらなければならない	.549	.315	-.043	.508
13. (DP) 中途半端な出来では我慢できない	.539	.135	.119	.441
14. (PS) 自分の能力を最大限に引き出すような理想をもつべきである	.520	-.254	.453	.551
15. (D) 念には念を入れる方である	.447	.041	.249	.375
10. (強迫) 自分を鞭打つことが、将来、必ず役に立つと思う	.409	-.134	.311	.315
3. (失敗) うまくやれないようなことなら、やっても無駄だと思う	-.059	.713	-.129	.440
4. (失敗) 失敗をしたとしたら、私はどうしてよいか分からなくなるだろう	-.274	.690	.187	.486
2. (失敗) 間違いをおかすと、人に軽蔑されるような気がする	.001	.608	.227	.515
17. (CM) 少しでもミスがあれば、完全に失敗したのも同然である	.257	.582	-.044	.496
3. (CM) “失敗は成功のもと” などとは考えられない	-.162	.558	-.015	.264
6. (失敗) 自分の欠点や弱点は、恥ずかしくて、人には見せられない	-.011	.551	.086	.338
10. (CM) 人前で失敗することなど、とんでもないことだ	.221	.536	.002	.429
9. (失敗) 大切なことに失敗したとしたら、私は人間以下のものに成り下がったような気がする	.038	.514	.158	.366
16. (削除) 私には失敗は許されない	.299	.427	.003	.372
14. (強迫) 自分を甘やかしていると、やがて後悔することになる	.097	-.155	.659	.439
8. (D) 何かをやり残しているようで、不安になることがある	-.157	.261	.623	.480
2. (D) 注意深くやった仕事でも、欠点があるような気がして心配になる	-.116	.218	.519	.338
12. (D) 納得できる仕事をするには、人一倍時間がかかる	-.031	.108	.514	.298
15. (強迫) やるべきことをきちんとしないと、人には見はなされる	.060	.187	.438	.316
因子間相関				
	I	.388	.406	
	II		.337	

た。その際、辻の完全主義尺度では削除されていた項目も投入した。その項目については、文頭の括弧内に「削除」と記載した。その結果、固有値 1.0 以上の基準では 7 因子が抽出されたので、固有値の減衰状況を考慮して 4 因子で初期解を出した。4 因子で分散の 51.24% が説明できた。その結果を Table 3 に示した。第一因子には MSPS の完全性欲求と高目標設置の項目群と、辻の完全主義尺度の理想追求の項目群、さらに MSPS の行動疑念の項目「念には念を入れる方である」が含まれた。第二因子には、MSPS の失敗懸念と辻の完全主義尺度の失敗恐怖が全項目含まれ、これに辻の完全主義尺度の強迫的努力の 1 項目が加わった。第三因子には、辻の完全主義尺度の強迫的努力の項目群が高い負荷量を示し、続いて理想追求、MSPS の高目標設置の項目が含まれた。第四因子は、MSPS の行動疑念の 4 項目と失敗懸念の 1 項目が含まれた。

これにより、完全性欲求と高目標設置の項目は概念にかなりの程度の重複があるであろうこと、それらと理想追求の概念の共通性も高いこと、失敗懸念と失敗恐怖はほぼ同種の概念であることが分かった。さらに、強迫的努力の一部に理想追求や高目標設置の項目が含まれているが、「二流の人間では終わりたいくない」や「簡単な課題ばかり選んでいては、だめな人間になる」など、純粋な理想追求・高目標設置とは背後の動機が異なると思われる項目も含まれていた。これらはむしろ不適切な動機による完全主義（伊藤，2004）に概念的には近いと思われる。行動疑念の項目は「念には念を入れる方である」を除いて凝集力があることも分かったが、この項目はむしろ肯定的な動機で高い水準を求める場合に取られる行動傾向であることから、第一因子に含まれたと推測される。

この状態から、共通性が極端に低い項目と因子負荷

Table 5 両尺度を合わせた因子分析結果（2因子）

	I	II	h^2
5. (DP) どんなことでも完璧にやり遂げることが私のモットーである	.866	-.131	.669
4. (PS) 何事においても最高の水準を目指している	.755	-.101	.515
1. (PS) いつも、周りの人より高い目標をもとうと思う	.737	-.232	.450
13. (理想) 何事もパーフェクト（完全）にやらないと、気がすまない	.706	.172	.633
8. (理想) 私は人並みの成績では満足できない	.702	-.040	.470
16. (DP) できるかぎり、完璧であろうと努力する	.697	.030	.505
9. (DP) 物事は常にうまくできていないと気がすまない	.612	.155	.479
13. (DP) 中途半端な出来では我慢できない	.583	.149	.436
11. (理想) 私は二流の人間では終わりたくない	.580	-.006	.334
1. (理想) 私は自分を最高の基準で評価するようにしている	.487	.030	.250
4. (失敗) 失敗をしたとしたら、私はどうしてよいか分からなくなるだろう	-.222	.756	.477
2. (失敗) 間違いをおかすと、人に軽蔑されるような気がする	.053	.711	.541
3. (失敗) うまくやれないようなことなら、やっても無駄だと思う	-.089	.643	.372
6. (失敗) 自分の欠点や弱点は、恥ずかしくて、人には見せられない	.003	.587	.346
9. (失敗) 大切なことに失敗したとしたら、私は人間以下のものに成り下がったような気がする	.070	.556	.347
3. (CM) “失敗は成功のもと” などとは考えられない	-.151	.536	.241
17. (CM) 少しでもミスがあれば、完全に失敗したのも同然である	.256	.519	.448
10. (CM) 人前で失敗することなど、とんでもないことだ	.232	.514	.420
8. (D) 何かをやり残しているようで、不安になることがある	.008	.509	.262
2. (D) 注意深くやった仕事でも、欠点があるような気がして心配になる	.037	.425	.195
因子間相関			.429

Table 6 新しい完全主義の2つの下位尺度と抑うつとの相関分析結果

	失敗と不完全性への恐れ	抑うつ
完全性と理想の追求	.401***	-.054
不完全性と失敗への恐れ		.491***

***: $p < .001$

量が.350を下回るような項目を絶対値の小さい順に一つずつ除外しながら、因子分析を繰り返した。その結果、MSPSの項目「6 (CM), 7 (PS), 11 (PS), 18 (D), 19 (CM)」と辻の完全主義の項目「7 (削除項目), 12 (強迫)」が除外され、スクリープロットから3因子構造が適切であるとみなされた。3因子による説明率は48.81%であった。その結果をTable 4に示した。この段階までに除外された項目は、MSPSからのものが多かった。

さらにそこから、各項目の多義性を廃すために、他の因子にも高い負荷量を持つ項目の一つずつ除外しながら、因子分析を繰り返した結果、2因子構造が得られた。さらに、因子負荷量が.400以上という厳しい基準で項目を除外していった結果、MSPSの項目「12 (D), 14 (PS), 15 (D), 20 (DP)」と辻の完全主義の項目「5 (理想), 10 (強迫), 14 (強迫), 15 (強迫), 16 (削除項目)」が除外され、最終的にTable 5のような単純構造が得られた。2因子による説明率は47.51

%であった。ここでは、辻の完全主義尺度から強迫的努力の多くの項目が除外された。第一因子は、MSPSの完全性欲求と高目標設置および辻の完全主義尺度の理想追求の混成であり、“完全性と理想の追求”と名づけた。第二因子は、辻の完全主義尺度の失敗恐怖からの項目群が高い因子負荷量を示し、さらに、MSPSの失敗懸念の3項目、行動疑念の2項目からなっていたため、“不完全性と失敗への恐れ”と名づけた。信頼性分析の結果、前者は $\alpha = .891$ 、後者は $\alpha = .831$ と高い内的整合性を有していることが分かった。

そこで、両下位尺度の合計得点を算出し、抑うつ得点との相関分析を行った結果をTable 6に示した。その結果、“完全性と理想の追求”は抑うつと無相関であったのに対して、“不完全性と失敗への恐れ”は抑うつと中程度の有意な正の相関を示した。前者は、精神的健康と直接的には無関係であり、後者のみが不適応を促進する可能性があることが分かった。それぞれの下位尺度の各項目と抑うつの相関分析を行った結果、

Table 7 完全主義の下位尺度による階層的重回帰分析

独立変数	β			
	Step 1	Step 2	Step 3	Step 4
1 年 齢	-.093	-.094	-.014	-.029
性 別	.146**	.141*	.080	.077
2 完全性と理想の追及		-.036	-.279***	-.272***
3 不完全性と失敗への恐れ			.599***	.597***
4 完全性と理想の追及× 不完全性と失敗への恐れ				.121**
R^2	.025	.023	.316	.329
ΔR^2	.031	.001	.293	.014
変化量 F	5.069**	.419	138.374***	6.860**

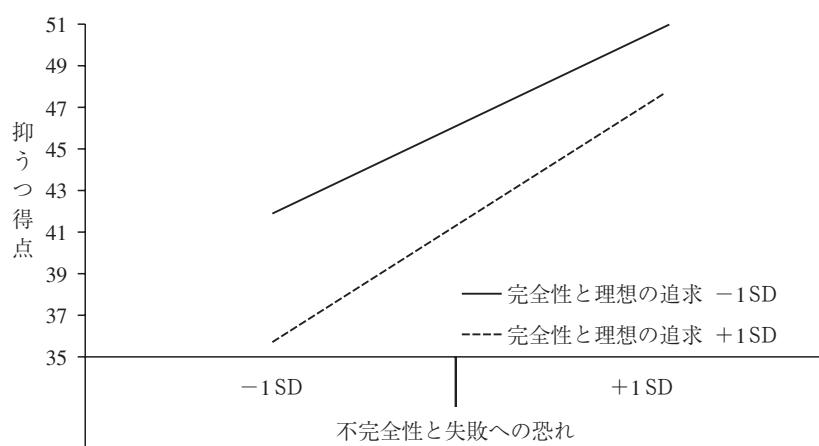
*: $p < .05$; **: $p < .01$; ***: $p < .001$ 

Figure 1 完全主義の下位尺度の抑うつに対する交互作用

“完全性と理想の追求”においては2項目のみが低い有意な負の相関 ($-.120 \sim -.130$, $p < .05$) を示したのみであったのに対して, “不完全性と失敗への恐れ”においては全項目が有意な正の相関 ($.159 \sim .407$, $p < .01$) を示した。

新しい完全主義の2つの下位尺度間に比較的高い相関関係があるため, 両者を独立変数, 抑うつを従属変数とした重回帰分析を行った。その際, 性別と年齢を統制変数とした。“完全性と理想の追求”は, 相関分析では無相関であったが, ここでは有意な負の ($\beta = -.279$) 影響を示したのに対して, “不完全性と失敗への恐れ”は強い有意な正の ($\beta = .599$) 影響を示した。しかしながら, 両下位尺度を別々のステップで投入した結果, 前者を先に投入した際の R^2 の増分は有意ではないが, 後に投入した場合は説明率が有意に増加した。このことは, “完全性と理想の追求”は抑うつを抑制する可能性があるが, それは“不完全性と失敗への恐れ”の影響を統制した場合にのみ, 顕在化する可能性を示唆している。

そこで, 両下位尺度の関連性をさらに検討するため, 続けて両者の交互作用項を投入した結果を併せて Table 7 に示した。その際, 多重共線性の問題を回避するため, 中心化した得点を用いた (Aiken & West, 1991)。その結果, 交互作用項の標準偏回帰係数 ($\beta = .121$, $p < .01$) と R^2 の増分が有意となった。そこで, Cohen & Cohen (1983) に従い, 得られた回帰式で両下位尺度得点の平均 $\pm 1SD$ の値を代入し, Figure 1 に示した。Aiken & West (1991) に従い, 単純傾斜の検定を行った結果, “不完全性と失敗への恐れ”が高い場合にも低い場合にも共に, “完全性と理想の追求”の効果が有意となったが, 前者 ($\beta = -.194$, $t = -3.088$, $p < .01$) よりも後者 ($\beta = -.380$, $t = -6.352$, $p < .001$) の場合の方が強く抑うつを抑制することが分かった。つまり, 抑うつが最もよく抑制されるのは, “不完全性と失敗への恐れ”が低くかつ“完全性と理想の追求”が高いときであることが分かった。

総合考察

本研究の目的は、自己志向的完全主義尺度が有する概念規定の曖昧さや下位尺度の低い信頼性を根拠に、完全主義尺度の因子構造や項目構成を再検討することであった。

辻の完全主義尺度と MSPS について個別に因子分析を行った結果から、前者は単純構造に近かったが、後者は失敗懸念以外の項目構成に一貫性がなかった。そこで、両尺度の全項目を併せて因子分析を行った結果から、単純構造が得られるまで基準を厳しくしていくと、2 因子20項目にまで絞り込んでいくことが可能であった。

この結果を解釈するにあたって、Hamachek (1978) による正常な完全主義と神経症的な完全主義の分類や、Enns & Cox (2002) による不適応的（神経症的）な完全主義と、適応的（正常）な完全主義の相違が参考になるかもしれない。Enns & Cox (2002) によると、不適応的な完全主義は、頑なな高目標の設置、非現実的・非合理的な高目標の設置、高目標の過度の一般化、失敗への恐怖、エラーの回避への焦点化、達成に依存した自己価値観、失敗回避動機づけの高さ、二者択一の思考、強迫的な傾向と疑念などの特徴を持ち、適応的な完全主義は、修正可能な目標設定、達成可能な目標の設定、個人の限界をわきまえた高目標、成功の追求、正確な遂行への焦点化、達成とは独立した自己価値観、達成動機づけの高さ、バランスの取れた思考、行動への適切な確証性のような特徴を持つという。この観点から見ると、本研究により導き出された二因子が、そのままそれぞれの概念に当てはまる訳ではないことが分かる。つまり、両下位尺度は完全主義というコインの表と裏の関係にある訳ではない。

例えば、高目標設置の概念そのものが適応的か不適応的かを決定するのではなく、高目標をいかに設置するか、それにどの程度固執するか、それをどのように一般化させるかといった要素が、適応と不適応を分ける要素であることが分かる。それに対して、失敗への焦点づけや、それを回避したいという動機づけはそれ自体が不適応的な完全主義の要素となっていることが分かる。“完全性と理想の追求”と抑うつが無相関であったことと、“不完全性と失敗への恐れ”を統制して否定的な下位因子との間の共通成分を取り除いた後に抑うつと正の関連を示したことから、“完全性と理想の追求”それ自体の効果はやや肯定的である可能性が

ある。しかしながら、説明率の低さが示すように、それ自体は精神的な問題に直接的に関連するものではなく、文脈やその後の認知、統制の位置などの他の要因によって、適応的にも不適応的にも働く可能性があると考えられる。

それに対して、“不完全性と失敗への恐れ”はそれ自体が文脈に関係なく、精神的健康にネガティブな影響を及ぼしうることが考えられる。抑うつとの相関値も比較的高いが、“完全性と理想の追求”を統制したときには、つまり両者の共通要素を取り除いたときには、さらに影響力が増したことも、この結論を補完するものであると思われる。

このことを確かめるために、重回帰分析に両下位尺度の交互作用項を投入した結果、有意であることが分かった。下位検定の結果、“不完全性と失敗への恐れ”の高さは、“完全性と理想の追求”の高低にかかわらず、抑うつの促進因子になり得るのに対して、“完全性と理想の追求”が高くかつ“不完全性と失敗への恐れ”が低い場合に抑うつを最も抑制することが分かった。つまり、両者の相互作用が精神的健康を左右していることが分かった。このことにより、先の結論がさらに補強されるだろう。

最後に本研究の限界と今後の展望について述べる。本研究は、既成の完全主義尺度を総合したものであり、尺度としてオリジナルな項目を含んでいる訳ではない。また、完全主義の多次元性について、最大公約数とも言べき2つの大きな下位側面に集約して述べたに過ぎず、下位側面を精緻化したとは言いがたい。今後は、これらの2つの下位側面の下に、いくつかの互いに識別可能で独立した下位側面が存在するような完全主義の階層構造を想定する必要があるのかもしれない。いずれにせよ、従来の多次元完全主義尺度の各下位側面が、互いに独立した次元であると想定することには無理があり、今後のさらなる精緻化が必要となるだろう。

また、本研究における基準関連妥当性を検討するための外的基準は抑うつ傾向のみである。今後、完全主義と関連する構成概念や変数群との関連を検討することによって、本研究における完全主義の下位概念の縮約が妥当であることを証明していくことが必要であろう。

最後に、調査協力者の性別が著しく偏っていた点は、本研究における瑕疵であろう。今後は、性別を超えて今回の結果が再現されるかが確認されねばならない。

まとめ

本研究では、自己志向的完全主義尺度の因子構造と項目構成について再検討した。その結果、完全主義の下位概念は、“完全性と理想の追求”と“不完全性と失敗への恐れ”という2つの下位因子に縮約されることが分かった。今後は、先行研究間で見られた完全主義の下位概念と精神的健康との関連についての不一致が、こうした縮約によって解決されるかを再検討する必要があるだろう。また、両下位概念が精神的健康に及ぼす影響について、文脈や他の要因との関連を加味した研究を行い、そのプロセスやメカニズムを明らかにすることが今後の重要な課題となるだろう。

引用文献

- Aiken, L.S., & West, S.G. (1991). *Multiple regression: Testing and interpreting interactions*. Newbury Park, CA: Sage.
- Bieling, P.J., Israeli, A.L., Smith, J., & Antony, M.M. (2003). Making the grade: The behavioral consequences of perfectionism in the classroom. *Personality and Individual Differences*, **35**, 163-178.
- Burns, D.D. (1980). The perfectionist's script for self-defeat. *Psychology Today* Nov. 34-52.
- Cohen, J., & Cohen, P. (1983). *Applied multiple regression/correlation analysis for the behavioral sciences*. 2nd ed. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Enns, M.W., & Cox, B.J. (2002). *The nature and assessment of perfectionism: A critical analysis*. In Flett, G.L., & Hewitt, P.L. (Eds.) *Perfectionism: Theory, research, and treatment*. Washington, D.C.: American Psychological Association. 33-62.
- Flett, G.L., Hewitt, P.L., Blankstein, K.R., & Mosher, S.W. (1991). Perfectionism, self-actualization, and personal adjustment. *Journal of Social Behavior & Personality*, **6**(5), 147-160.
- Frost, R.O., Marten, P.A., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy & Research*, **14**, 449-468.
- 福田一彦・小林重雄 (1973). 自己評価式抑うつ尺度の研究 精神神経学雑誌 **75**, 673-679.
- 福井義一 (2009). 高目標設置は本当に適応的か?——成人愛着スタイルを調整変数として—— 心理学研究 **79**, 522-529.
- Hamachek, D.E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology*, **15**, 27-23.
- Hewitt, P.L., & Flett, G.L. (1990). Perfectionism and depression: A multidimensional analysis. *Journal of Social Behavior & Personality*, **5**, 423-438.
- Hewitt, P.L., & Flett, G.L. (1991a). Dimensions of perfectionism in unipolar depression. *Journal of Abnormal Psychology*, **100**, 98-101.
- Hewitt, P.L., & Flett, G.L. (1991b). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality & Social Psychology*, **60**, 456-470.
- 東 真由美 (2007). 完全主義と不適応の関連 京都教育大学教育実践研究紀要 **7**, 111-119.
- 市村美帆・相馬朋浩・小島弥生 (2011). 高目標設置は成功を導くのか(1)——新高目標設置尺度の作成および心理的適応との関連—— 日本心理学会第75回大会発表論文集 **125**.
- 伊藤菜穂子 (2004). 不適切な動機による完全主義が心的不適応に及ぼす影響 心理臨床学研究 **22**, 542-551.
- 伊藤 拓・上里一郎 (2002). 完全主義およびネガティブな反すううつ状態の関連性——抑うつの脆弱要因としての完全主義についての再検討—— カウンセリング研究 **35**(3), 185-197.
- 小堀 修・丹野義彦 (2002). 完全主義が抑うつに及ぼす影響の二面性: 構造方程式モデルを用いて性格心理学研究 **10**, 112-113.
- 小堀 修・丹野義彦 (2004). 完全主義の認知を多次元で測定する尺度作成の試み パーソナリティ研究 **13**, 34-43.
- 中川明仁・佐藤 豪 (2010). Cloninger の気質4次元と自己志向的完全主義との関連 パーソナリティ研究 **19**, 38-45.
- 大谷保和 (2010). 自己に向けられた完全主義の心理学 風間書房
- 大谷保和・明田芳久 (1999). 完全主義と心理的健康の関係——心理的不健康生起モデルを用いて—— 上智大学心理学年報 **23**, 61-72.
- 大谷佳子・桜井茂男 (1995). 大学生における完全主義と抑うつ傾向および絶望感との関係 心理学研究 **66**, 41-47.
- 齊藤路子・今野裕之・沢崎達夫 (2009). 自己志向的完全主義の特徴——精神的不健康に関する諸特性との関連から—— 対人社会心理学研究 **9**, 91-100.
- 桜井茂男・大谷佳子 (1994). 完全主義と抑うつ傾向の関係についての研究——Burnsによる完全主義尺度を用いて—— 奈良教育大学紀要, **43**, 213-223.
- 桜井茂男・大谷佳子 (1997). “自己に求める完全主義”と抑うつ傾向および絶望感との関係 心理学研究, **68**, 179-186.
- Shafran, R., Cooper, Z., & Fairburn, C. (2002). Perfectionism: Towards a redefinition and cognitive-behavioral model of maintenance. *Behaviour Research and Therapy*, **40**, 773-791.
- 相馬朋浩・市村美帆・小島弥生 (2011). 高目標設置は成功を導くのか(2)——高目標設置と本来感が目標達成に与える影響—— 日本心理学会第75回大会発表論文集 **126**.
- 辻 平治郎 (1992). 完全主義の構造とその測定尺度の作成 甲南女子大学人間科学年報 **17**, 1-14.

山下由紀子・福井義一（2010）．完全主義と先延ばしが抑うつに及ぼす影響——日本語版 General Procrastination Scale（GPS）の再検討を含めて—— 甲南大學紀要文学編 161, 223-230.

Zung, W.W.K. (1969). A cross- cultural survey of symptoms in depression. *The American Journal of Psychiatry*. 126, 116-121.