

# 中学生版セルフ・エスティーム検査に関する研究

## A Study on the Self-esteem Scale for Junior High School Students

次世代教育学部教育経営学科

山本 正

YAMAMOTO, Tadashi

Department of Educational Administration  
Faculty of Education for Future Generations

**キーワード**：セルフ・エスティーム，中学生版セルフ・エスティーム検査，因子分析，下位検査

**Abstract** : It is said that children's self-esteem is very low in Japan (Furusho, 2009). We shouldn't underestimate this situation, because self-esteem is "the key" to control all the actions of human beings. Now is the time to focus on the education for enhancing positive self-esteem.

It is necessary to have an appropriate scale for grasping the state of self-esteem for that. So, I would like to introduce "the Self-esteem Scale for Junior High School Students" which was made up by me. It is a measure which consists of 30 items selected for evaluating the consciousness such as "achievement" or "interpersonal relationship" which are the essential pillars of self-esteem. The main elements of these items clarified by the factor analysis are as follows, "satisfactions and confidence", "inferiority complex", "aggressiveness", and "social evaluation". These four elements can be measured by sub-scales respectively.

In addition, positive correlation was found between the total score of this Scale for Junior High School Students and that of the Rosenberg Self-esteem Scale ( $r=.63, p<.001$ ).

**Keywords** : Self-esteem, the Self-esteem Scale for Junior High School Students, Factor Analysis, Sub-scales

### I はじめに

日本の子どもたちのセルフ・エスティームは非常に低いと言われる（古荘，2009）。セルフ・エスティームは「人の行動を決定する鍵」とみられており（柏木，1983），それゆえ，このような指摘を見過ごすことはできない。学校における「セルフ・エスティームを育む教育」が期待される場所である。

ところが，学校で子どもたちのセルフ・エスティームの実態を把握しようにも，その測定尺度を手に入れることが簡単ではない上に，子どもたちの発達に即した尺度を見出すことが難しいという現状がある。これでは，セルフ・エスティームを育む教育を円滑に進めることはできない。そこで，この機会に，中学生を対象にするものではあるが，筆者が中学校の現場で長年にわたって使ってきた自作の中学生版セルフ・エスティーム検査（山本，1986）を紹介しようと考えた。

以下，検査項目，作成手続き，この検査によって得られるセルフ・エスティームの平均点，下位検査などにふれておく。なお，参考までに，セルフ・エスティームの研究においてしばしば用いられるローゼンバーグの自尊感情尺度との関係にもふれておく。

### II 中学生版セルフ・エスティーム検査について

#### 1 検査項目の内容

中学生版セルフ・エスティーム検査は次のような30項目からなる検査である（表1）。

#### 2 作成の手続き

まず，自信，誇り，優越感，劣等感，自己受容などの他，間接的にセルフ・エスティーム水準を把握できると考えられる，積極性，独立心なども含め幅広い側面から検査項目の候補を選択した。その際，自己評価

表1 中学生版セルフ・エスティーム検査の内容

- 
- (1) 私は、むずかしそうだと、他の人に手伝ってもらいたくなります。
  - 2 私は、決められたことは、きちんとやるほうです。
  - 3 私は、友だちが悪いことをしているのを見ると、止めようと思います。
  - (4) 私は、自分でしなければならないことでも、親や先生からさいそくされてするほうです。
  - (5) 私は、他の人をとてもうらやましく思います。
  - 6 私は、正しいと思うことは、反対されてもやり通したいと思います。
  - (7) 私は、自分を頼（たよ）りないと思うことがあります。
  - 8 私は、他の人から尊敬（そんけい）されるような人間になれるだろうと思います。
  - 9 私は、現在の自分が幸福なほうだと思います。
  - (10) 私は、もし生まれ変わることができたら、今度は、別の人になりたいと思います。
  - 11 私は、自分に自信をもっています。
  - 12 私は、他の人とくらべて、能力などの点ですぐれていると思います。
  - (13) 私は、人からどんなうわさをされているか気になるほうです。
  - 14 私の考え方は、友だちから、よく支持されます。
  - (15) 私は、ときどき、自分自身がいやになることがあります。
  - 16 私は、人とうまく付き合っていけるほうです。
  - 17 私は、現在の自分にだいたい満足しています。
  - 18 友だちは、私のためになることをしてくれることが多いと思います。
  - 19 私は、何ごとも、他の人にしてもらいよりも、自分でやりたい方です。
  - (20) 私は、へまや失敗をやって笑われることが多いです。
  - (21) 私は、友だちが自分のことをどう思っているか気になります。
  - (22) 私は、人より劣（おと）っていると感じるがよくあります。
  - 23 私は、人並みには、ものごとができると思います。
  - (24) 私は、何かしようとするとき、他の人が反対するのではないかと心配になることがあります。
  - 25 私は、他の人からうらやましがられるがよくあります。
  - 26 私は、自分の主張を通すほうです。
  - 27 私は、どんな不幸にであっても、くじけないだろうと思います。
  - (28) 私には、あまり自慢（じまん）できるところがありません。
  - (29) 私は、自分が他の人から悪く言われることをおそれています。
  - 30 私には、たくさん良いところがあると思います。
- 

※（ ）は逆転項目であり、「いいえ」に1点を与える。その他は「はい」に1点を与える。

的意識調査（梶田，1980）、Self-esteem測定尺度（北島，1984）、遠藤らによるジャニスとフィールドの自尊感情尺度の日本語版、市販の人格検査などを参考にした。なお、それらの候補が自己概念の主要な構成要因（「達成」、「人間関係」、「身体」）の評価を行うことができる内容であることに留意したが、中学生版セルフ・エスティーム検査は基本的にセルフ・エスティームを高める教育活動に生かすという意図のもとで作成したので、「身体」に関する自己概念のように学校教育活動の成果で左右することが難しいものよりも、「達成」や「人間関係」のような教育活動によってそれらの評価についての意識の変容が期待できるものに重点をおいた。

また、項目の中には、「私は、自分に自信を持っています。」とか「私は、現在の自分にだいたい満足しています。」というような自己概念構成要因の何に自信をもっているのか、何に満足しているのか不明なも

のも含まれている。一般に「自信がある」という場合でも、何かの評価が中核となり、他の評価がそれに関連づけられてその人の自信になっていると考えられるので、どういう観点・基準から何を中核にした自信であるかによって心理的な意味が異なってくる。しかし、これらの項目は全体的なセルフ・エスティームの水準を把握するために必要であり、何を中核としたセルフ・エスティームであるかについては、個人が価値をおく自己概念の構成要因を調べるなど別角度から明らかにすることが可能であると考えられる。

また、中学生を対象にする立場から、成人あるいは児童向けでなく、一般的な中学生にとって適当と判断される内容のものを採用するように配慮した。なお、これらの項目については、自己概念の評価にともなう肯定的・否定的な意識がバランスよく引き出せるように表現を工夫した。

この時点で採用した検査項目数は37であり、回答形

式を「はい・いいえ」のどちらか一方を選択させる2件法とし、逆転項目を設けて高得点を得るほど高いセルフ・エスティーム水準が示されるようにした。

次に、この37項目の検査を中学生を対象に実施し、その中から学年・男女のバランスを考慮した398の標本（1年生131人、2年生133人、3年生134人；男子199人、女子199人）を抽出し、各項目が内的整合性を備えているかどうかを検討するため、上位下位分析による項目分析を行った。つまり、度数分布の4分位偏差に基づき高セルフ・エスティーム群（16点以上、107名）と低セルフ・エスティーム群（9点以下、105名）に分割し、各検査項目に対する得点・非得点反応率から $\phi$ 係数を算出し、 $\chi^2$ 検定を行った。この結果に基づき、セルフ・エスティーム水準の高低による回答率に0.001%水準の危険率で有意な差異を見いだすことができた30項目が中学生版セルフ・エスティーム検査の内容である。

また、項目分析で使用した標本（N=398）を用いてKuder-Richardsonの公式（KR-20）によって信頼性係数を求めたところ、 $\alpha=0.78$ を得た。これらの結果、作成したセルフ・エスティーム検査が十分な内的整合性と信頼性とを兼ね備えた測度であることが確かめられた。

### 3 平均点

次に、この検査を実施した際に得られる平均点と標準偏差の一例を示しておく。表2は、同一標本集団（男子55名、女子49名、計104名）を対象に、1995年、1996年、1997年と、毎年11月、縦断的にこの検査を実施して得られた結果である。

なお、ここでは、セルフ・エスティームの発達の変

化について言及するつもりはないが、誤解を避けるために次の点にだけふれておく。それは、この表によれば男子は学年進行にともなってセルフ・エスティームが低下しているようであり、一方で女子は得点が上昇しているようにみえる点である。これについては、表2に基づいて $3 \times 2$ （学年 $\times$ 性）の2要因分散分析を行って、性の主効果・学年の主効果ともに有意ではないことを確認している。また、交互作用も認めることはできなかった（表3）。

### Ⅲ 4つの下位検査

中学生版セルフ・エスティーム検査には4つの下位検査を設けている。表4は、中学3年生80名（男子44名、女子36名）の検査結果を用いて、主因子法による因子分析を行い、さらにVarimax回転をほどこした結果である（山本、1986）。

これからわかるように、中学生版セルフ・エスティーム検査は、「満足感や自信」、「社会的評価」、「対人積極性」、「劣等感」と名付けた4つの因子を中心に構成されている。少なくとも、これら4つの因子で全分散の33.0パーセントが説明される。このように、中学生版セルフ・エスティーム検査はある程度幅のある対象を測定するので、その総合得点だけに基づく分析では焦点がぼやけてしまう可能性がある。たとえば、「社会的評価」や「対人積極性」は対人的適応の領域などについては関連の強い要素であるが、学習活動のような何らかの達成が要求されるような領域については、むしろ「満足感や自信」や「劣等感」の方が関連が強いように思われる。したがって、セルフ・エスティーム検査にいくつかの下位検査項目を求めるこ

表2 中学生のセルフ・エスティーム得点（平均点と標準偏差）

		男子 (N=55)	女子 (N=49)	計 (N=104)
1年生	M	15.1	13.3	14.3
	SD	4.83	4.86	4.93
2年生	M	14.1	13.6	13.9
	SD	4.75	4.31	4.55
3年生	M	13.7	14.4	14.0
	SD	5.17	4.93	5.07

表3 表2に基づく分散分析表

Source	SS	df	MS	F	p
1 学年	8.145	2	4.072	.175	n.s.
2 性	22.504	1	22.504	.969	n.s.
3 交互作用	85.008	2	42.504	1.829	n.s.
4 誤差	7109.970	306	23.235		

表4 セルフ・エスティーム検査の因子分析（回転後因子負荷量）

項 目	因 子			
	I 満足感や自信	II 社会的評価	III 対人積極性	IV 劣等感
1 他の人に手伝ってもらいたい	.824	.094	.555	0.27
2 決められたことはきちんとやる	.595	.695	.067	-.397
3 友だちの悪事は止めようと思う	-.037	.048	.997	.051
4 さいそくされてする	.204	-.246	.006	-.948
5 他の人をうらやましく思う	.140	-.498	.174	-.838
6 正しいことは反対されてもやる	.302	.372	.772	-.418
7 自分を頼りないと思う	.582	-.571	.088	-.573
8 尊敬される人間になれるだろう	.993	-.017	.006	-.113
9 現在の自分は幸福	.934	.050	.295	-.195
10 別の人に生まれ変わりたい	.931	-.161	.262	-.199
11 自分に自信をもっている	.871	-.029	.431	-.235
12 能力などの点ですぐれている	.890	-.289	-.340	.093
13 うわさが気になる	.079	-.959	.229	-.144
14 考え方がよく支持される	.848	-.029	-.160	.504
15 自分がいやになる	.544	-.826	.146	.026
16 人とうまく付き合える	.490	-.089	.641	-.583
17 現在の自分に満足	.941	-.222	.077	-.243
18 自分のためになる友だちがいる	.109	-.335	.926	.134
19 何ごと自分でもやりたい	.626	.214	.467	-.587
20 へまや失敗をやって笑われる	.068	-.354	-.311	-.897
21 人がどう思っているか気になる	-.121	-.932	-.181	-.288
22 人より劣っていると感じる	.133	-.537	-.118	-.824
23 人並みには物事ができる	.147	.135	.389	-.899
24 他の方の反対が心配	.157	-.764	-.038	-.625
25 人からうらやましがられる	.579	.524	.327	.532
26 自分の主張を通す	.258	-.153	.952	.055
27 どんな不幸にもくじけない	.867	-.002	.021	-.498
28 自慢できるところがない	.141	.025	-.009	-.990
29 人から悪く言われることを恐れる	.094	-.735	.541	-.397
30 たくさん良いところがある	.856	.095	.327	-.390
	3.120	2.280	1.914	2.582

とができれば、より細かい分析的な使用が可能になるように思われる。そこで、因子分析によって抽出されたこれら4つの因子に基づいて下位検査の尺度を作成することにした。

ところで、各因子の固有値からもわかるように、それぞれの因子がもつ比重は異なっている。中でも他の因子に比較して「満足感や自信」の重みは大きい。これは、セルフ・エスティーム検査の内容のかたよりを反映しているのかもしれないし、あるいは「満足感や自信」がセルフ・エスティームの中心的要素であることを示唆しているのかもしれない。そこで、下位検査を作成するにあたっては、固有値にみられる比重の違いを反映させて各下位検査の項目数を配分するという考え方もできるが、ここでは便宜上、各要素に同じ重みづけを与えて項目数をそろえ、各要素5項目で下位

検査を構成しておくことにした。項目の選択にあたっては、各測定値の各因子に対する重みを表す因子負荷量の大きいもの、因子名にふさわしい内容のものという2点を基準にした。

このようにしてみると、「満足感や自信」は何らかの達成に関する有能感ともいえる肯定的意識を、それに対して「劣等感」は否定的意識を測定できるといえる。また、「対人積極性」は人間関係における積極的・肯定的な側面を、「社会的評価」は消極的・否定的な意識を測定できるとみるのが可能である。このように、これら4つの下位検査によって、セルフ・エスティーム検査の作成にあたって意図した「何らかの達成」や「人間関係」の側面に関して、その肯定的・否定的意識をバランスよく分析的に測定することが可能になった。下位検査の内容は表5に示したとおりである。

表5 中学生版セルフ・エスティーム検査の4つの下位検査

① 満足感や自信	8 私は、他の人から尊敬（そんけい）されるような人間になれるだろうと思います。
	11 私は、自分に自信を持っています。
	12 私は、他の人とくらべて、能力などの点ですぐれていると思います。
	17 私は、現在の自分にだいたい満足しています。
	30 私には、たくさん良いところがあると思います。
② 劣等感	(4) 私は、自分でしなければならないことでも、親や先生からさいそくされてするほうです。
	(5) 私は、他の人をとてもうらやましく思います。
	(20) 私は、へまや失敗をやって笑われることが多いです。
	(22) 私は、人より劣（おと）っていると感じるがよくあります。
	(28) 私には、あまり自慢（じまん）できるところがありません。
③ 対人積極性	3 私は、友だちが悪いことをしているのを見ると、止めようと思います。
	6 私は、正しいと思うことは、反対されてもやり通したいと思います。
	16 私は、人とうまく付き合っていけるほうです。
	18 友だちは、私のためになることをしてくれることが多いと思います。
	26 私は、自分の主張を通すほうです。
④ 社会的評価	(13) 私は、人からどんなうわさをされているか気になるほうです。
	(15) 私は、ときどき、自分自身がいやになることがあります。
	(21) 私は、友だちが自分のことをどう思っているか気になります。
	(24) 私は、何かしようとするとき、他の人が反対するのではないかと心配になることがあります。
	(29) 私は、自分が他の人から悪く言われることをおそれています。

※数字は中学生版セルフ・エスティーム検査の項目番号、( )は逆転項目を示している。

なお、2年生193名（男子105名、女子88名）を対象に、1996年11月に中学生版セルフ・エスティーム検査を実施し、その合計得点と下位検査の合計得点との相関を求めたところ、当然ながら極めて高い相関が認められた（男子： $r=.925$ ,  $p<.001$ ；女子： $r=.917$ ,  $p<.001$ ；男女計： $r=.916$ ,  $p<.001$ ）。

#### IV ローゼンバーグの自尊感情尺度との関係

##### 1 中学生版セルフ・エスティーム検査との相違

セルフ・エスティームの研究においてしばしば利用され、そのため、セルフ・エスティームの測定における基準的尺度ともいえるものにローゼンバーグの自尊感情尺度やジャニスやフィールドの自尊感情尺度がある。

中学生版セルフ・エスティーム検査は、一部でジャニスとフィールドの自尊感情尺度の内容も参考にして作成されており、中学生版セルフ・エスティーム検査の4つの下位検査、「満足感や自信」・「劣等感」・「対人積極性」・「社会的評価」は、井上（1992）がジャニス

とフィールドの尺度の因子分析から見いだした「自己価値」・「劣等感」・「社会的場面での不安」・「他者からの評価」といった各因子に対応していると考えられるなど、ジャニスとフィールドの尺度との共通性が考えられる。

一方、ローゼンバーグの自尊感情尺度は、自尊感情の2つの意味、すなわち、自分をvery good（非常に良い）と考えること、good enough（これで良い）と考えること、の後者を測定する尺度である。つまり、人が自分自身を尊敬し、価値ある人間であると考えられる程度であり、必ずしも他者との比較の必要はなく、その意味では、中学生版セルフ・エスティーム検査の測定対象である「劣等感」という要素は含まないと考えられる。

##### 2 中学生版セルフ・エスティーム検査とローゼンバーグの自尊感情尺度との相関

以上のように、中学生版セルフ・エスティーム検査とローゼンバーグの自尊感情尺度は少しばかり測定対

象とする評価意識が異なる。そこで参考までに両者の関連を検討したので、以下にふれておく。なお、ローゼンバーグの自尊感情尺度はインターネットなどで容易に知ることができるのでその紹介を割愛する。

### (1) 検査の実施

中学3年生118名(男子63名, 女子55名)を対象に, 1998年11月, セルフ・エスティーム検査とローゼンバーグの自尊感情尺度とを実施した。

### (2) 2つの検査の関連

結果は表6に示したとおりである。中学生版セルフ・エスティーム検査得点とローゼンバーグの自尊感情尺度得点との間にはかなりの相関がみられ, これらの測度の間に強い関連があることがうかがわれる。セルフ・エスティームの概念の理解に相違があるとしても, どちらも似たような測定結果を導くということがわかる。

ところで, セルフ・エスティーム検査の下位検査とローゼンバーグの尺度との関連をみると, 「満足感や自信」・「劣等感」という何らかの達成にかかわるセルフ・エスティームの方が「対人積極性」・「社会的評価」といった人間関係にかかわるセルフ・エスティームよりもローゼンバーグの尺度との関連が強いようにみえる。

そこでそれらの間の相関係数の差の検定を行って見たところ, 「満足感と自信」とローゼンバーグの尺度との相関値と「対人積極性」や「社会的評価」とローゼンバーグの尺度との相関値との間には有意差を認めることができた(男女全体でみて, 「満足感や自信」とローゼンバーグ尺度との相関値と「対人積極性」とローゼンバーグ尺度との相関値の差:  $CR=2.396$ ,  $p<.05$ ; 「満足感や自信」とローゼンバーグ尺度との相関値と「社会的評価」とローゼンバーグ尺度との相関値の差:  $CR=3.238$ ,  $p<.01$ )。しかし, 「劣等感」とローゼンバーグの尺度の相関値と「対人積極性」や

「社会的評価」とローゼンバーグの尺度との相関値との間には有意差を認めることができなかった(全体でみて, 「劣等感」とローゼンバーグ尺度との相関値と「対人積極性」とローゼンバーグ尺度との相関値の差:  $CR=.675$ , n.s.; 「劣等感」とローゼンバーグ尺度との相関値と「社会的評価」とローゼンバーグ尺度との相関値の差:  $CR=1.517$ , n.s.)。

なお, 「満足感や自信」とローゼンバーグ尺度との相関よりも「劣等感」とローゼンバーグ尺度との相関の方が小さいようであるが, 相関値の有意差検定では差を認めることはできなかった( $CR=1.721$ , n.s.)。

以上のことから, 測定する評価意識が多少異なるとはいえ, 中学生版セルフ・エスティーム検査とローゼンバーグの自尊感情尺度はどちらも似たような測定結果を導くということ, また, 少なくとも, 中学生版セルフ・エスティーム検査の「達成」面のセルフ・エスティーム水準を測定する下位検査である「満足感や自信」や「劣等感」との関連, なかでも「満足感や自信」とのそれは大きいと言えそうである。

## V おわりに

筆者はこれまで, 中学生版セルフ・エスティーム検査を基本的に使用し, 必要に応じてその下位検査を利用してきた。それは, 筆者の先行研究との整合性を重んじたためであり, また, 下位検査に用いていない残余項目にも意味があると考えたからである。

しかし, 総合得点の意味をより明確にするためには, 残余項目を省き, 4つの下位検査得点が総合得点に直接反映する検査に改める必要があるようにも考えられる。また, それは同時に, 検査項目の減少, すなわち検査時間の節約につながり, 多忙な教育現場では受け入れられやすい。

ここでは, 30項目の中学生版セルフ・エスティーム

表6 中学生版セルフ・エスティーム検査とローゼンバーグの自尊感情尺度との相関

	男子 (N=63)	女子 (N=55)	全体 (N=118)
セルフ・エスティーム総合得点	.54***	.73***	.63***
下位検査「満足感や自信」	.58***	.62***	.60***
下位検査「劣等感」	.36**	.51***	.43***
下位検査「対人積極性」	.31*	.44**	.36***
下位検査「社会的評価」	.32*	.21	.26**

\* $p<.05$  \*\* $p<.01$  \*\*\* $p<.001$

※「劣等感」と「社会的評価」は逆転項目である。高得点の方が劣等感をもたない, 社会的評価を意識しない。

検査を紹介したが、4つの下位検査からなる20項目の簡易版セルフ・エスティーム検査の使用を含め、一切の工夫について、利用者の判断に委ねることにした。

### 参考文献

古荘純一 (2009) 日本の子どもの自尊感情はなぜ低いのか 光文社  
井上祥治 (1992) セルフ・エスティームの測定法とその応用 遠藤辰雄・他 (編) セルフ・エスティ

ムの心理学 ナカニシヤ出版, pp. 26-36  
梶田叡一 (1980) 自己意識の心理学 東京大学出版会  
柏木恵子 (1983) こどもの「自己」の発達 東京大学出版会  
北島裕史 (1984) 青年のSelf-esteemの研究 日本教育心理学会第26回発表論文集, pp. 480-481  
山本 正 (1986) 学業成績に影響を及ぼす人格諸特性に関する研究：テスト不安, Locus of Control及びSelf-esteemからの検討 兵庫教育大学修士論文

### 資料 中学生版セルフ・エスティーム検査

組 番 氏名

以下の項目をひとつずつよく読んで、「はい」か「いいえ」のどちらかを○で囲んで下さい。どちらかに決めるに困るときは、自分の感じに近い方を選んでください。

- |   |          |
|---|----------|
| 1 私は、むずかしそうだと、他の人に手伝ってもらいたくなります。              | (はい、いいえ) |
| 2 私は、決められたことは、きちんとやるほうです。                     | (はい、いいえ) |
| 3 私は、友だちが悪いことをしているのを見ると、止めようと思います。            | (はい、いいえ) |
| 4 私は、自分でしなければならないことでも、親や先生からさいそくされてするほうです。    | (はい、いいえ) |
| 5 私は、他の人をとてもうらやましく思います。                       | (はい、いいえ) |
| 6 私は、正しいと思うことは、反対されてもやり通したいと思います。             | (はい、いいえ) |
| 7 私は、自分を頼(たよ)りないと思うことがあります。                   | (はい、いいえ) |
| 8 私は、他の人から尊敬(そんけい)されるような人間になれるだろうと思います。       | (はい、いいえ) |
| 9 私は、現在の自分が幸福なほうだと思います。                       | (はい、いいえ) |
| 10 私は、もし生まれ変わることができたら、今度は、別の人になりたいと思います。      | (はい、いいえ) |
| 11 私は、自分に自信もっています。                            | (はい、いいえ) |
| 12 私は、他の人と比べて、能力などの点ですぐれていると思います。             | (はい、いいえ) |
| 13 私は、人からどんなうわさをされているか気になるほうです。               | (はい、いいえ) |
| 14 私の考え方は、友だちから、よく支持されます。                     | (はい、いいえ) |
| 15 私は、ときどき、自分自身がいやになることがあります。                 | (はい、いいえ) |
| 16 私は、人とうまく付き合っていけるほうです。                      | (はい、いいえ) |
| 17 私は、現在の自分にだいたい満足しています。                      | (はい、いいえ) |
| 18 友だちは、私のためになることをしてくれることが多いと思います。            | (はい、いいえ) |
| 19 私は、何ごとも、他の人にしてもらいよりも、自分でやりたいほうです。          | (はい、いいえ) |
| 20 私は、へまや失敗をやって笑われることが多いです。                   | (はい、いいえ) |
| 21 私は、友だちが自分のことをどう思っているか気になります。               | (はい、いいえ) |
| 22 私は、人より劣(おと)っていると感じることがよくあります。              | (はい、いいえ) |
| 23 私は、人並みには、ものごとができると思います。                    | (はい、いいえ) |
| 24 私は、何かしようとするとき、他の人が反対するのではないかと心配になることがあります。 | (はい、いいえ) |
| 25 私は、他の人からうらやましがられることがよくあります。                | (はい、いいえ) |
| 26 私は、自分の主張を通すほうです。                           | (はい、いいえ) |
| 27 私は、どんな不幸にであっても、くじけないだろうと思います。              | (はい、いいえ) |
| 28 私には、あまり自慢(じまん)できるところがありません。                | (はい、いいえ) |
| 29 私は、自分が他の人から悪く言われることをおそれています。               | (はい、いいえ) |
| 30 私には、たくさん良いところがあると思います。                     | (はい、いいえ) |

※使い方は本文の表1を参照のこと