

Title	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
Author(s)	齋藤, 路子; 今野, 裕之; 沢崎, 達夫
Citation	対人社会心理学研究. 9 p.91-p.100
Issue Date	2009
oaire:version	VoR
URL	https://doi.org/10.18910/11855
rights	
Note	

Osaka University Knowledge Archive : OUKA

<https://ir.library.osaka-u.ac.jp/>

Osaka University

自己志向的完全主義の特徴¹⁾ —精神的な健康に関する諸特性との関連から—

齋藤路子(目白大学大学院心理学研究科)

今野裕之(目白大学人間学部)

沢崎達夫(目白大学人間学部)

本研究では、自己志向的完全主義(完全欲求、高目標設定、失敗過敏、行動疑念)とさまざまな心理変数の関連を検討するために、大学生474名に対して、質問紙調査を行った。その結果、完全欲求はこの性質のみでは精神的健康とほとんど関連がみられないということが確認された。高目標設定傾向の強い者は「自分の課題」に、失敗過敏傾向の強い者は「他者の目に映る自分自身」に、行動疑念傾向の強い者は、「自分の行動」に関心が向いている可能性が示唆された。さらに、分散分析の結果、高目標設定および失敗過敏の両方が高い群は、同調および無力感に影響を与え、高目標設定のみ高い群は、他者との心理的距離に影響を与えていた。最後に、今後の研究の方向性が論じられた。

キーワード: 自己志向的完全主義、精神的な健康、不適応的認知

問題

私たちは、日常生活の中で、あるものごとに対して、成果を収めようと過度に努力することがある。そのような努力は、意欲や動機づけの高さのあらわれとも考えられ、ものごとの遂行に良い影響を与えることもある。しかしながら、どんなに努力しても達成できないことがあり、そのようなとき一般的に人は無力感を覚えるであろう。このように、過度に完全性を求めることを完全主義(perfectionism)という(桜井・大谷, 1997)。この完全主義は、精神的な健康と関連する個人特性として知られている。

Hewitt & Flett(1990, 1991b)は、完全主義を多次元的な概念と考え、多次元完全主義尺度(Multidimensional Perfectionism Scale: MPS)を作成した。具体的には、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、他者から完全性を求められているように感じる社会規定的完全主義の3次元である(Hewitt & Flett, 1990, 1991b)。この3次元からなる尺度を用いて不適応との関連を検討した研究は多く、それらの研究では、自己志向的完全主義と社会規定的完全主義が不適応と関連するという一般的傾向が見出されている。例えば Hewitt & Flett(1991a)は、自己志向的完全主義と社会規定的完全主義が抑うつと関連することを示している。また、Frost, Marten, Lahart, & Rosenblate(1990)は、自己志向的完全主義の4つの側面(高目標設定、失敗過敏、行動疑念、秩序正しさを重んじる傾向)と、社会規定的完全主義の2つの側面(親からの高い期待、親からの批判)を査定する6次元の多次元完全主義尺度を開発した。

一方、日本においては、大谷・桜井(1995)が Hewitt & Flett(1990, 1991b)の尺度を使って、自己志向的完全

主義が高いほど抑うつや絶望感に陥りにくいことを示している。この結果を受けて、桜井・大谷(1997)は、自己志向的完全主義が精神的な健康に対してポジティブな面とネガティブな面の2側面が存在することを想定し、多次元自己志向的完全主義尺度(Multidimensional Self-oriented Perfectionism Scale: MSPS)を作成した。この尺度は、Frost et al.(1990)の多次元完全主義尺度を参考にしており、完全でありたいという欲求(desire for perfection)である「完全欲求」、自分に高い目標を課する傾向(personal standard)である「高目標設定」、ミス(失敗)を過度に気にする傾向(concern over mistakes)である「失敗過敏」、自分の行動に漠然とした疑いをもつ傾向(doubting of actions)である「行動疑念」の4つの下位尺度から構成されている。このうち、「高目標設定」は抑うつや絶望感と負の相関であるが、「失敗過敏」、「行動疑念」は抑うつや絶望感と正の相関があることが示されている(桜井・大谷, 1997)。つまり、自己志向的完全主義には「高目標設定」という適応的側面と、「失敗過敏」および「行動疑念」という不適応的側面の2側面があるということである。なお、「完全欲求」は完全主義的な行動全体に共通する傾向であり、完全欲求のみでは精神的な健康とほとんど関連がないとされている(桜井・大谷, 1997)。本研究では、近年、日本において研究成果が蓄積しつつある桜井・大谷(1997)の自己志向的完全主義に着目することとし、以下では、この尺度を用いた研究を概観する²⁾。

これまでの自己志向的完全主義と精神的な健康に関する研究の動向

自己志向的完全主義と精神的な健康の関連 自己志向的完全主義研究の多くは、精神的な健康との関連を検討している。その中でも自己志向的完全主義と抑うつ

関連を検討したものが多く(伊藤, 2004; 伊藤・横田, 2005; 伊藤・上里, 2002; 伊藤・竹中・上里, 2001, 2005; 小堀・丹野, 2002; 中川・佐藤, 2005; 大谷, 2004; 大谷・明田, 1999; 齋藤・沢崎・今野, 2008a, 2008b, 印刷中; 桜井・大谷, 1997; 清水・古井, 2004)、それらの研究の多くは一貫して「失敗過敏」および「行動疑念」が抑うつと関連することを示している(伊藤・上里, 2002; 伊藤ほか, 2001; 中川・佐藤, 2005; 大谷, 2004; 大谷・明田, 1999; 齋藤ほか, 2008a, 2008b, 印刷中; 桜井・大谷, 1997; 清水・古井, 2004)。また、精神的健康度を測定する GHQ との関連については、「失敗過敏」や「行動疑念」が強いほど精神的健康度が低いという結果も見出されている(齋藤ほか, 印刷中; 高橋, 2005³⁾; 高橋・古川, 2003³⁾)。抑うつ以外にも、自己志向的完全主義はさまざまな精神的不健康との関連が報告されている。例えば、自己志向的完全主義の中でも特に「完全欲求」、「行動疑念」は摂食障害傾向(横山・小山, 2005)と、「失敗過敏」、「行動疑念」は自己への攻撃性(齋藤ほか, 2008b, 印刷中)と関連することが示されている。さらに、「失敗過敏」は不安との関連が見出されている(伊藤, 2004; 伊藤・横田, 2005)。

以上のことから、自己志向的完全主義は抑うつ、摂食障害、自己への攻撃性、不安といった精神的不健康と関連することは明確であり、その中でも「失敗過敏」や「行動疑念」の傾向が強いと、精神的不健康に陥りやすいということが示唆されている。

自己志向的完全主義と認知的特徴の関連 自己志向的完全主義は精神的不健康との関連のみならず、不適応的認知との関連も数多く示されている。例えば、不合理な信念である「自己期待」は「失敗過敏」と関連することが見出されている(伊藤, 2004; 伊藤・横田, 2005)。また、「完全欲求」、「失敗過敏」、「行動疑念」は、「その人にとって、否定的・嫌悪的な事柄を長い間、何度も繰り返し考え続けること」(伊藤・上里, 2001)と定義されるネガティブな反すうとの関連が報告されている(伊藤・上里, 2002; 伊藤他, 2005; 齋藤ほか, 2008b)。帰属スタイルとの関連については、「高目標設定」は成功、失敗に関わらず原因を自己に安定的に帰属する一方で、「失敗過敏」、「行動疑念」は失敗の原因を自己に安定的に帰属する傾向が見出されている(齋藤ほか, 2008a)。「高目標設定」はこの傾向が強いと絶望感を抑制する一方で、「失敗過敏」、「行動疑念」はこの傾向が強いと絶望感を促進することが報告されている(中川・佐藤, 2005, 2007; 桜井・大谷, 1997)。自己志向的完全主義のすべての下位尺度は、自己や外的対象に対

する注意の持続傾向である没入傾向(坂本, 1997)と関連することが示されている(高橋, 2005, 2006³⁾)。

これらの変数以外にも、自己志向的完全主義の不適応的側面である「失敗過敏」、「行動疑念」は、非機能的態度(伊藤ほか, 2005)、認知・情動的攻撃性(齋藤ほか, 2008b, 印刷中)、劣等感(高坂, 2008)、被害妄想的な思考である自己関係づけ(齋藤ほか, 印刷中)と正の関連、自尊感情とは負の関連(中川・佐藤, 2005, 2007; 大谷・明田, 1999; 齋藤ほか, 印刷中)が示されている。さらに、「失敗過敏」、「行動疑念」が強いほど、ストレスを感じやすいこと(尾関・渡辺・岩永, 2002; 桜井・大谷, 1997)、自己の不完全性認知が強く、自己の不完全性認知に対するメタレベルの肯定度が低いこと(齋藤ほか, 印刷中)が見出されている。

以上のことから、「高目標設定」は適応的認知と関連する一方で、「失敗過敏」、「行動疑念」は、不適応的認知と関連するということが示唆されている。

自己志向的完全主義と不適応に関する行動的特徴の関連 自己志向的完全主義研究には、認知的特徴のみでなく、行動的特徴との関連も検討されている。例えば、ストレスへの対処との関連については、「高目標設定」は積極的な対処と関連すること(伊藤, 2003; 尾関ほか, 2002)、情動焦点型対処を経て適応と関連すること(中川・佐藤, 2007)が示されている。また、統制不可能事態への対処との関連については、「高目標設定」は気晴らしよりは考え込み、回避よりは直面化、あきらめよりはポジティブ予期といった対処と関連することが報告されている(大谷, 2004)。すなわち、「高目標設定」は適応的な対処と関連することが示唆されている。

一方、「失敗過敏」は肯定的な解釈や気晴らしをしにくいこと(伊藤, 2003)、回避的対処、ネガティブな予期、自己非難といった対処と関連すること(大谷, 2004)が見出されている。对人的なストレスへの対処との関連については、「失敗過敏」がネガティブな対処と関連することが報告されている(齋藤ほか, 印刷中)。行動的特徴としては、「失敗過敏」、「行動疑念」は先延ばし(藤田, 2008)と、「失敗過敏」は失敗行動(伊藤, 2003)と関連することが示されている。すなわち、「失敗過敏」は不適応的な対処や行動と特に関連することが示唆されている。

本研究の目的

本研究では、桜井・大谷(1997)の多次元自己志向的完全主義尺度を用いて、これまで検討されてこなかった心理変数を中心に、自己志向的完全主義との関連を検討することを第1の目的とする。具体的な変

数は、精神的健康(主観的幸福感、境界性人格障害、対人恐怖心性、対人不安、不合理な信念)、自己評価(自意識、自己評価およびメタレベル肯定度、自己愛)、他者との関わり方(交友関係、承認欲求、再確認傾向)、自己制御(エフォートフル・コントロール、先延ばし)、怒り(特性怒り、怒り表出)である。このうち、主観的幸福感(高橋, 2006)、不合理な信念(伊藤, 2004; 伊藤・横田, 2005)、自己愛(伊藤, 2004; 伊藤・横田, 2005)、先延ばし(藤田, 2008)、怒り(横山・小山, 2005)は、先行研究において自己志向的完全主義との関連が検討されているものの、検討が十分であるとはいえないと考えられる。そのため本研究では、先行研究において関連が検討されている変数も含めて、自己志向的完全主義との関連を検討する。

桜井・大谷(1997)は、自己志向的完全主義の下位尺度の得点がともに高い者を典型的な自己志向的完全主義者と設定する必要性を述べている。これを受け、伊藤(2003, 2004)は、自己志向的完全主義の適応的・不適応的な傾向がともに高い個人の存在を想定し、自己志向的完全主義の適応的側面として「高目標設定」、不適応的側面として「失敗過敏」を取り上げ、高目標設定高低群と失敗過敏高低群の4群に分け、適応・不適応の組み合わせにおける特徴の差異を検討している。これらの研究では、一貫して、失敗過敏のみ高い群がより不適応的行動や精神的不健康を示すとされている。このように、単に自己志向的完全主義の各下位尺度と変数の関連を検討するだけでなく、自己志向的完全主義の適応的側面と不適応的側面を組み合わせることで自己志向的完全主義者を分類し、他の変数との関連を検討することも必要であると考えられる。そこで本研究では、伊藤(2003, 2004)にならい、自己志向的完全主義の適応的側面(高目標設定)と不適応的側面(失敗過敏)の組み合わせによって、さまざまな心理変数への効果を検討することを第2の目的とする。

方法

調査時期

質問紙1は2005年10月から2006年1月、質問紙2は2005年12月、質問紙3は2006年1月、質問紙4は2007年10月から2008年1月にかけて実施した。

調査対象者

東京都の大学に通う大学生であった。回答に不備のあった者を除き、のべ474名を分析対象とした。具体的には、質問紙1は134名(男性45名、女性89名、平均年齢20.22歳、 $SD=2.23$)、質問紙2は68

名(男性26名、女性42名、平均年齢20.59歳、 $SD=3.08$)、質問紙3は148名(男性47名、女性101名、平均年齢19.64歳、 $SD=2.36$)、質問紙4は124名(男性33名、女性91名、平均年齢20.05歳、 $SD=1.57$)であった。

調査の手続きおよび倫理的配慮

講義時間中に質問紙を配布して調査を依頼し、回答終了後その場で回収した。なお、調査への参加は自由意思によること、無記名回答とすることにより個人の匿名性は守られることを文面および口頭で説明した。

質問紙の構成

自己志向的完全主義とさまざまな心理変数の関連を検討するために用いた尺度の合計項目数は326項目であった。実施にあたっては、桜井・大谷(1997)の多次元自己志向的完全主義尺度(①)と後述する②から⑩の尺度を組み合わせ、4通りの質問紙を作成して調査を行った。質問紙1は①・②・③・④を組み合わせさせた59項目、質問紙2は①・⑤・⑥・⑦・⑧を組み合わせさせた95項目、質問紙3は①・⑨・⑩・⑪を組み合わせさせた100項目、質問紙4は①・⑫・⑬・⑭・⑮・⑯を組み合わせさせた132項目であった。

①自己志向的完全主義 桜井・大谷(1997)による多次元自己志向的完全主義尺度を用いた。この尺度は、「完全欲求」5項目、「高目標設定」5項目、「失敗過敏」5項目、「行動疑念」5項目、計20項目からなる。回答は「1: 全くあてはまらない」から「5: 非常にあてはまる」の5件法により評定を求めた。

②交友関係 上野・上瀬・松井・福富(1994)による交友関係を測定する項目を用いた。これは「友人への同調」を測定する4項目、「友人との心理的距離」を測定する3項目、計7項目からなる。回答は「1: あてはまらない」から「5: あてはまる」の5件法により評定を求めた。

③主観的幸福感 伊藤・相良・池田・川浦(2003)による主観的幸福感尺度(15項目)を用いた。この尺度は精神的健康の個人差を測定する。回答は、基本的に「全く〇〇でない」から「非常に〇〇である」の4件法により評定を求めた。なお、回答の選択肢は質問ごとに異なっている。

④境界性人格障害 井沢・大野・浅井・小此木(1995)によるミロン臨床多軸目録境界性スケール短縮版(17項目)を用いた。この尺度は短時間で境界性人格障害傾向を判別するものである。回答は「あてはまる」、「あてはまらない」の2件法により評定を求めた。

⑤対人恐怖心性 堀井・小川(1996, 1997)による

対人恐怖心性尺度を用いた。この尺度は、「自分や他人が気になる悩み」5項目、「集団に溶け込めない悩み」5項目、「社会的場面で当惑する悩み」5項目、「目が気になる悩み」5項目、「自分を統制できない悩み」5項目、「生きることに疲れている悩み」5項目、計30項目からなる。回答は「1: 全然あてはまらない」から「7: 非常にあてはまる」の7件法により評定を求めた。

⑥**対人不安** Leary(1983 生和監訳 1990)による相互作用不安尺度(15項目)を用いた。この尺度は、人との接触が関係している状況で生じる対人不安傾向を測定する。回答は「1: 全然あてはまらない」から「5: 非常にあてはまる」の5件法により評定を求めた。

⑦**自意識** 菅原(1984)による自意識尺度を用いた。この尺度は、他者から直接観察できる自己の側面に注意を向けやすい程度を測定する「公的自意識」11項目、他者から直接観察されない自己の側面に注意を向けやすい程度を測定する「私的自意識」10項目、計21項目からなる。回答は「1: 全くあてはまらない」から「7: 非常にあてはまる」の7件法により評定を求めた。

⑧**承認欲求** 菅原(1986)による賞賛されたい欲求・拒否されたくない欲求尺度を用いた。この尺度は、他者から肯定的な評価を引き出そうとする傾向を測定する「賞賛獲得欲求」5項目、他者の否定的な評価を回避しようとする傾向を測定する「拒否回避欲求」4項目、計9項目からなる。回答は「1: あてはまらない」から「5: あてはまる」の5件法により評定を求めた。

⑨**自己評価** 梶田(1988)による自己評価的意識インベントリー(30項目)を用いた。この尺度は、自己評価的なニュアンスをもつ日常的・具体的な意識のあり方を測定する。回答は「はい」、「いいえ」の2件法により評定を求めた。

⑩**メタレベル肯定度** 自己評価に対するメタレベルの肯定度を測定するために、上田(1996)にならい、自己評価的意識インベントリー(梶田, 1988)の各項目に「はい」、「いいえ」で回答させた後に、そういう自分に対してどう感じるかを尋ねた。回答は「1: よくないと思う」、「2: それほど悪くないと思う」、「3: 問題なくよいと思う」の3件法により評定を求めた。

⑪**不合理な信念** 森・長谷川・石隈・嶋田・坂野(1994)による不合理な信念測定尺度を用いた。この尺度は、自己の行為や能力に対する高い期待を測定する「自己期待」4項目、他人への依存の必要性を測定する「依存」4項目、道徳、倫理に反する行為に

対する非難を測定する「倫理的な非難」4項目、責任があつたり、面倒であつたりする事柄からの回避の必要性を測定する「問題回避」4項目、心理的な動揺などの感情のコントロールに関する無力感や、低い欲求不満耐性の正当化を測定する「無力感」4項目、計20項目からなる。回答は「1: 全くそう思わない」から「5: 全くそう思う」の5件法により評定を求めた。

⑫**再確認傾向** 勝谷(2004)による改訂版重要他者に対する再確認傾向尺度を用いた。重要他者に対する再確認傾向とは「自分は愛されているのか、自分は価値がある存在なのかについて、すでに確認をしたかどうかに関わらず、重要他者に対して過度に、しつこく確認を求めてしまう比較的安定した傾向」である(レビューとして、勝谷, 2004)。この尺度は、「再確認願望」6項目、「再確認行動」6項目、計12項目からなる。回答は「1: 全くあてはまらない」から「7: 非常によくあてはまる」の7件法により評定を求めた。

⑬**自己愛** 中山・中谷(2006)による評価過敏性一誇大性自己愛尺度を用いた。この尺度は、他者依存的な自己評価機能である「評価過敏性」8項目、自己注目的な自己評価機能である「誇大性」10項目、計18項目からなる。回答は「1: 全くあてはまらない」から「5: とてもあてはまる」の5件法により評定を求めた。

⑭**エフォートフル・コントロール** 山形・高橋・繁樹・大野・木島(2005)による成人用エフォートフル・コントロール尺度日本語版を用いた。この尺度は、不適切な接近行動を抑制できる能力を測定する「行動抑制の制御」(項目例: 「笑い声が適切でないような状況で、笑いを抑えるのは簡単だ」)11項目、回避したい行動でも遂行する能力を測定する「行動始発の制御」(項目例: 「気乗りしない時でも、面倒な課題に取り組むことができる」)12項目、必要に応じて集中したり注意を切り替えたりする能力を測定する「注意の制御」(項目例: 「何か勉強しようとしている時、周囲の騒音を無視して集中するのは難しい(逆転項目)」)12項目、計35項目からなる。回答は「1: 全くあてはまらない」から「5: とてもあてはまる」の5件法により評定を求めた。

⑮**先延ばし** 林(2007)による General Procrastination Scale(GPS)日本語版(13項目)を用いた。GPS日本語版は、先延ばしを測定する尺度であり、林(2007)によって十分な妥当性と信頼性が確認されている。回答は「1: 全くあてはまらない」から「5: とてもあてはまる」の5件法により評定を求めた。

⑯**特性怒り・怒り表出** 鈴木・春木(1994)による State-Trait Anger Expression Scale(STAXI)日

本語版のうち、「特性怒り」および「怒り表出」を用いた。「特性怒り」はパーソナリティ特性としての怒りやすさの個人差を測定する尺度であり、10項目からなる。怒り表出尺度は、怒りを外部に向ける傾向を測定する「怒りの表出」9項目、怒りを内にためる傾向を測定する「怒りの抑制」8項目、怒りが外に出るのを抑えようとする傾向を測定する「怒りの制御」7項目、計24項目からなる。回答は「1: 全くあてはまらない」から「4: とてもよくあてはまる」の4件法により評定を求めた。

結果

各変数の基本統計量

Table 1 に各変数の平均値および標準偏差を示す。内的整合性について検討するため、Cronbachのα係数を求めたところ、各変数において概ね.70以上の値が得られた。

自己志向的完全主義と心理変数の関連

自己志向的完全主義と心理変数の関連を検討するために、各変数との相関係数を求めた(Table 2)。その結果、「完全欲求」は、自分や他人が気になる悩み、集団に溶け込めない悩み、自己期待、倫理的非難、再確認傾向、自己愛、行動始発の制御、怒りの抑制と、それぞれ有意な正の相関が認められた($r_s > .18, p_s < .05$)。

「高目標設定」は、友人との心理的距離、主観的幸福感、私的自意識、賞賛獲得欲求、自己評価、自己期待、再確認傾向、誇大性自己愛、行動始発の制御と有意な正の相関($r_s > .19, p_s < .05$)、自分を統制できない悩みとは有意な負の相関($r = -.26, p < .05$)が認められた。

「失敗過敏」は、友人への同調、境界性人格障害、対人恐怖心性、対人不安、公的自意識、拒否回避欲求、自己期待、依存、問題回避、無力感、再確認傾向、評価過敏性自己愛、特性怒り、怒りの抑制と有意な正の相関($r_s > .19, p_s < .05$)、主観的幸福感、自己評価、メタレベル肯定度とは有意な負の相関($r_s < -.35, p_s < .01$)が認められた。

「行動疑念」は、友人との心理的距離、境界性人格障害、対人恐怖心性、対人不安、私的自意識、拒否回避欲求、自己期待、倫理的な非難、問題回避、無力感、再確認傾向、評価過敏性自己愛、先延ばし、特性怒りと有意な正の相関($r_s > .17, p_s < .05$)、自己評価、行動抑制の制御、注意の制御とは有意な負の相関($r_s < -.24, p_s < .01$)が認められた。

Table 1 各変数の基本統計量 (n = 68~148)

	M	(SD)	α係数
<質問紙1(n = 134)>			
自己志向的完全主義			
完全欲求	15.07	(4.01)	.80
高目標設定	16.20	(3.45)	.69
失敗過敏	12.86	(3.96)	.74
行動疑念	17.13	(3.75)	.68
交友関係			
友人への同調	12.28	(3.51)	.70
友人との心理的距離	9.82	(2.48)	.71
主観的幸福感	39.89	(4.12)	.54
境界性人格障害	4.44	(3.00)	.71
<質問紙2(n = 68)>			
自己志向的完全主義			
完全欲求	15.01	(4.00)	.78
高目標設定	15.79	(3.34)	.65
失敗過敏	12.59	(4.05)	.74
行動疑念	17.63	(3.85)	.70
対人恐怖心性			
自分や他人が気になる悩み	20.97	(6.02)	.85
集団に溶け込めない悩み	19.61	(8.31)	.95
社会的場面で当惑する悩み	20.60	(7.62)	.90
自分が気になる悩み	16.50	(8.19)	.92
自分を統制できない悩み	19.47	(6.88)	.90
生きることに疲れている悩み	16.87	(7.50)	.89
対人不安	51.23	(11.33)	.89
自意識			
公的自意識	53.12	(9.90)	.85
私的自意識	50.58	(9.80)	.89
承認欲求			
賞賛獲得欲求	14.97	(4.98)	.86
拒否回避欲求	13.63	(3.88)	.78
<質問紙3(n = 148)>			
自己志向的完全主義			
完全欲求	16.67	(4.04)	.78
高目標設定	17.52	(3.61)	.66
失敗過敏	13.97	(4.25)	.77
行動疑念	18.31	(3.11)	.52
自己評価	9.68	(4.75)	.78
メタレベル肯定度	59.22	(10.17)	.88
不合理な信念			
自己期待	10.86	(3.45)	.79
依存	12.38	(3.48)	.72
倫理的な非難	14.81	(3.03)	.65
問題回避	11.86	(2.77)	.55
無力感	15.24	(2.72)	.61
<質問紙4(n = 124)>			
自己志向的完全主義			
完全欲求	16.10	(4.40)	.83
高目標設定	16.87	(3.57)	.69
失敗過敏	14.06	(3.83)	.71
行動疑念	17.72	(3.25)	.56
再確認傾向			
再確認願望	30.28	(8.40)	.90
再確認行動	23.09	(8.64)	.84
自己愛			
評価過敏性	23.01	(7.80)	.88
誇大性	22.85	(6.60)	.82
エフォートフル・コントロール			
行動抑制の制御	34.62	(6.32)	.69
行動始発の制御	35.30	(8.39)	.82
注意の制御	33.65	(8.81)	.85
先延ばし	42.81	(9.68)	.85
特性怒り	24.15	(5.98)	.80
怒り表出			
怒りの表出	20.19	(5.45)	.79
怒りの抑制	22.77	(4.91)	.78
怒りの制御	18.77	(5.17)	.87

Table 2 自己志向的完全主義と各変数の相関係数 ($n = 68 \sim 148$)

	n	完全欲求	高目標設定	失敗過敏	行動疑念
交友関係					
友人への同調	134	.10	-.05	.24 **	.06
友人との心理的距離	134	-.02	.24 **	.00	.26 **
主観的幸福感	134	.05	.31 **	-.40 **	-.16
境界性人格障害	134	.15	-.16	.39 **	.30 **
対人恐怖心性					
自分や他人が気になる悩み	68	.24 *	.11	.50 **	.46 **
集団に溶け込めない悩み	68	.32 **	.06	.58 **	.58 **
社会的場面で当惑する悩み	68	.23	.03	.48 **	.62 **
目が気になる悩み	68	.10	-.02	.41 **	.43 **
自分を統制できない悩み	68	-.05	-.26 *	.44 **	.30 *
生きることに疲れている悩み	68	.16	-.02	.57 **	.47 **
対人不安	68	.21	.22	.48 **	.56 **
自意識					
公的自意識	68	.17	-.05	.28 **	.20
私的自意識	68	.12	.40 **	.09	.43 **
承認欲求					
賞賛獲得欲求	68	.15	.31 *	.02	-.03
拒否回避欲求	68	.15	.05	.31 **	.24 *
自己評価	148	.05	.24 **	-.36 **	-.24 **
メタレベル肯定度	148	-.08	.04	-.35 **	-.15
不合理な信念					
自己期待	148	.51 **	.39 **	.54 **	.21 *
依存	148	-.08	-.07	.21 *	.03
倫理的非難	148	.24 **	.06	.15	.17 *
問題回避	148	.01	-.13	.36 **	.18 *
無力感	148	.03	.06	.27 **	.32 **
再確認傾向					
願望	124	.21 *	.27 **	.19 *	.36 **
行動	124	.25 **	.19 *	.37 **	.43 **
自己愛					
評価過敏性	124	.21 *	.15	.44 **	.40 **
誇大性	124	.33 **	.45 **	.02	-.03
エフォートフル・コントロール					
行動抑制の制御	124	-.02	-.08	-.11	-.25 **
行動始発の制御	124	.22 *	.19 *	-.14	-.10
注意の制御	124	-.03	.00	-.16	-.36 **
先延ばし	124	-.14	-.07	.10	.26 **
特性怒り	124	.15	.13	.22 *	.29 **
怒り表出					
怒りの表出	124	.03	.04	.08	.17
怒りの抑制	124	.18 *	.04	.28 **	.09
怒りの制御	124	.02	.00	-.03	-.02

* $p < .05$, ** $p < .01$

自己志向的完全主義の適応的側面と不適応的側面の交互作用による心理変数への効果

自己志向的完全主義の適応的側面である「高目標設定」と不適応的側面である「失敗過敏」を平均値によってそれぞれ高群・低群に分け、各心理変数に対して、高目標設定(高群・低群)と失敗過敏(高群・低群)を独立変数とする、2 要因の分散分析を行った。分析の結果、友人への同調、友人との心理的距離、無力感において交互作用が有意であった(順に、 $F(1, 130) = 5.56, p < .05$; $F(1, 130) = 7.34, p < .01$; $F(1, 143) = 4.28, p < .05$)。交互作用が有意であった変数について、単純主効果の検定を行った。その結果、友人への同調については、高目標設定高群における失敗過敏の単純主効果が有意であった(F

(1, 130) = 15.19, $p < .001$)。すなわち、高目標設定高群において、失敗過敏低群より失敗過敏高群のほうが他者に同調する傾向がみられた。また、友人との心理的距離については、高目標設定高群における失敗過敏の単純主効果($F(1, 130) = 5.03, p < .05$)、失敗過敏低群における高目標設定の単純主効果($F(1, 130) = 9.12, p < .01$)が有意であった。すなわち、高目標設定のみ高い群において、他者と心理的な距離をとろうとする傾向がみられた。さらに、無力感については、高目標設定高群における失敗過敏の単純主効果($F(1, 143) = 12.29, p < .01$)、失敗過敏高群における高目標設定の単純主効果($F(1, 143) = 3.90, p < .05$)が有意であった。すなわち、高目標設定および失敗過敏の両方が高い群において、無

力感を覚えやすい傾向がみられた。その他の変数では、交互作用はいずれも有意ではなかった。

考察

自己志向的完全主義と心理変数の関連

本研究の第1の目的は、自己志向的完全主義とさまざまな心理変数の関連を検討することであった。分析の結果、完全欲求は主観的幸福感や自己評価といった精神的健康とは関連していなかった。これは、完全欲求のみでは精神的健康とほとんど関連しないという桜井・大谷(1997)の知見と整合的な結果といえる。

高目標設定は、心理的距離、私的自意識と関連していた。高目標設定の項目内容(例:「いつも、周りの人より高い目標をもとうと思う」)から考えて、高目標設定傾向が強いと、高い目標をもっていない人々に流されずに、自分の目標を達成しようとする可能性がある。そのため、高目標設定傾向の強い者は、他者と心理的な距離をとり、目標を達成できるかどうかといった自己の課題に関心が向くのかもしれない。また、高目標設定は主観的幸福感、賞賛獲得欲求、自己評価、誇大性自己愛と関連していた。これらは精神的健康を促進する心理変数と考えられる。桜井・大谷(1997)は、高目標設定が精神的健康と関連する側面であることを明らかにしており、これは本研究の結果と合致している。

失敗過敏は、同調、公的自意識、拒否回避欲求、評価過敏性自己愛と関連していた。これらは他者の存在を意識した際に生じる心理的傾向であり、失敗過敏傾向の強い者が他者からの評価に敏感であることを示唆している。また、失敗過敏は特性怒りおよび怒りの抑制と関連していた。齋藤ほか(2008b)によって、失敗過敏が短気や敵意といった表出されない攻撃性と関連することが見出されており、本研究においても、失敗過敏傾向の強い者は、特性的な怒りが強いものの怒りを内にためるといったことが示された。実際、失敗過敏の項目内容(例:「ささいな失敗でも、周りの人からの評価は下がるだろう」)から考えても、失敗過敏傾向の強い者が他者からの評価や他者の存在を気にしていると推察できる。さらに、失敗過敏は境界性人格障害、対人恐怖心性、対人不安といった介入が必要であると考えられる精神的な不健康と関連していた。境界性人格障害は、対人関係・感情の不安定性、衝動性、自己・他者に対する攻撃性といった心理的特徴をもっており、また、対人恐怖心性や対人不安は、対人場面で生じる恐怖や不安である。これらに共通することは、いずれも、この傾向が強いと、

対人関係をうまく構築することが困難であるという点である。失敗過敏傾向の強い者は、他者からの評価を気にするあまり他者との接触を極端に嫌ったり、時には、不完全な自己に関する否定的感情に囚われて他者に攻撃性を向けてしまったり、そしてそのような振る舞いしかできない自分を責めたりすると考えられる。そのため、境界性人格障害、対人恐怖心性、対人不安に共通している点と、失敗過敏特有の心理的特徴は、類似した傾向を示している可能性がある。また、失敗過敏は主観的幸福感、自己評価、メタレベル肯定度と負の関連を示していた。このことから、失敗過敏が広範な精神的な不健康と特に関連することは明確であると考えられる。

行動疑念は、心理的距離、私的自意識と関連していた。行動疑念の項目内容(例:「納得できる仕事をするには、人一倍時間がかかる」)から考えても、行動疑念傾向が強いと、自分のした行動を何度も確認するため、何か物事を遂行する際には人一倍時間がかかると考えられる。このことから、行動疑念傾向の強い者は、物事を遂行する際に、確認をあまりしない人々とは心理的に距離をおき、何かやり残したことはないかといった自己の行動に関心が向くことが示唆された。また、行動疑念は行動抑制の制御、注意の制御と負の関連、先延ばしと正の関連を示していた。すなわち、行動疑念傾向の強い者は、自分のした行動に対して何度も確認することに夢中で、他にしなければならぬ事柄を遂行することが困難になるのかもしれない。さらに、行動疑念は境界性人格障害、対人恐怖心性、対人不安と正の関連を示していた。これらの精神的な不健康と行動疑念の関連は、先行研究において検討されていないため、本研究において新たな知見が得られたといえるだろう。また、行動疑念と自己評価は負の関連を示していた。これらのことから、失敗過敏と同様に、行動疑念は自己志向的完全主義の不適応的側面であるという従来の知見(e.g., 桜井・大谷, 1997)と同様の結果が本研究においても示されたといえる。前述したように、行動疑念は私的自意識と関連が示されており、行動疑念傾向の強い者は他者からの評価よりは自分が自分をどう思うかに関心が向いていると考えられる。しかしその一方で、行動疑念は拒否回避欲求や評価過敏性自己愛とも関連しており、行動疑念傾向の強い者が他者の評価を全く気にしていないとはいえないことが示唆された。これらの点を踏まえると、失敗過敏との相違は、行動疑念傾向が強いと、他者と心理的な距離をとること、私的自意識が高いこと、自己を制御することが困難であるという点にあると考えられる。

自己志向的完全主義のすべての下位尺度は、自己期待、再確認傾向と関連していた。まず、自己志向的完全主義と自己期待の関連については、自己に完全性を求めること自体が、自己の行為や能力に対して高い期待をもつということであり、この点においては自己志向的完全主義の適応的側面、不適応的側面の両方に共通している部分である。また、自己志向的完全主義と再確認傾向の関連については、自己志向的完全主義者が重要な他者に完全な受容を求めている可能性が考えられる。すなわち、自己に完全性を求めるということは、何かが満たされていない状態であり、満たされていない自分を重要な他者に受容してもらうことで補おうとしているのかもしれない。

以上のことから、自己志向的完全主義の下位尺度には、以下の特徴があることが示唆された。(a)完全欲求はこの性質のみでは精神的健康とほとんど関連がなく、従来の知見(桜井・大谷, 1997)を裏付けるものであった。(b)高目標設定は、精神的健康と関連し、この傾向の強い者は、自分の目標を達成できるかどうかといった「自分の課題」に関心が向いている。(c)失敗過敏は、精神的な不健康と関連し、この傾向の強い者は、他者からの評価に敏感で、「他者の目に映る自分自身」に関心が向いている。(d)行動疑念は、失敗過敏と同様に精神的な不健康と関連するものの、この傾向の強い者は、自分のしたことにより残しがないかどうかといった「自分の行動」に関心が向いている。従来から、「高目標設定」は適応的側面である一方で、「失敗過敏」、「行動疑念」は不適応的側面であるとされており(桜井・大谷, 1997)、本研究においても従来の知見を再現する結果が得られた。また、本研究の結果から、関心の方向性によっても自己志向的完全主義を分類することができる可能性が示された。

自己志向的完全主義の適応的側面と不適応的側面の組み合わせによる心理変数への効果

本研究の第2の目的は、自己志向的完全主義の適応的側面(高目標設定)と不適応的側面(失敗過敏)の組み合わせによって、さまざまな心理変数への効果を検討することであった。交友関係を従属変数とした分析の結果、高目標設定高群において、失敗過敏低群より失敗過敏高群のほうが他者に同調する傾向がみられ、また、高目標設定のみ高い群において、他者と心理的な距離をとろうとする傾向がみられた。これらのことから、他者への同調には失敗過敏が影響し、他者と心理的な距離をとることは、高目標設定が大きな影響を与えていると考えられる。前述し

たように、高目標設定傾向の強い者は自分の目標が達成できるかどうかに関心がある一方で、失敗過敏傾向の強い者は他者からの評価を気にするため、何に関心を向けるか(自己の課題達成か他者からの評価か)によって、他者との関係性に違いがあることが示唆された。さらに、不合理な信念については、高目標設定および失敗過敏の両方が高い群において、無力感を覚えやすい傾向がみられた。自分に高い目標を課すことだけでは精神的健康度を高めるが、同時に失敗に敏感になる場合は、自分の設定した目標を達成しようと努力するものの、失敗を完全に排除することは不可能に近いと、主観的に頻繁に失敗を経験すると推察できる。そのため、失敗過敏が高い場合には、たとえ高目標設定が高くても無力感を覚えやすいという本研究の結果は、自己に完全性を求める者の心理を忠実に再現していると考えられる。

研究の意義と今後の課題

これまでの自己志向的完全主義を扱った研究では、自己志向的完全主義と不適応の関連を検討したものが多く、自己志向的完全主義者とはどのような人物かといった点に焦点を当てた研究はほとんど見当たらない。本研究では、自己志向的完全主義とはどのような性質をもつパーソナリティなのかを検討したことによって、これまで考えられてきた自己志向的完全主義者をより精緻に捉えなおすことができたと考えられる。自己志向的完全主義の中でもどの側面を強く有しているのかを考慮することによって、自己志向的完全主義への介入を考える際、より具体的な示唆を与えることにつながるであろう。

しかしながら本研究では、サンプル数の少ないデータを用いており、サンプル数を増やしても今回の結果を再現できるかどうかを検討することは重要な課題となると考えられる。

引用文献

- Frost, R. O., Marten, P. A., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 449-468.
- 藤田 正 (2008). 大学生の完全主義傾向と先延ばし行動の関係について 教育実践総合センター研究紀要, 17, 125-128.
- 林 潤一郎 (2007). General Procrastination Scale 日本語版の作成の試み —先延ばしを測定するために— パーソナリティ研究, 15, 246-248.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1990). Perfectionism and depression: A multidimensional analysis. *Journal of Social Behavior and 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 and Social Psychology*, 60, 456-470.
- 堀井俊章・小川捷之 (1996). 対人恐怖心性尺度の作成 上智大学心理学年報, 20, 55-65.
- 堀井俊章・小川捷之 (1997). 対人恐怖心性尺度の作成(続報) 上智大学心理学年報, 21, 43-51.
- 伊藤菜穂子 (2003). ポジティブ・ネガティブな完全主義の相互作用の効果 日本大学心理学研究, 24, 29-35.
- 伊藤菜穂子 (2004). 不適切な動機による完全主義が心理的不適応に及ぼす影響 心理臨床学研究, 22, 542-551.
- 伊藤菜穂子・横田正夫 (2005). 完全主義と心理的不適応傾向の関連における継時的研究 日本大学文学部心理臨床センター紀要, 2, 7-13.
- 伊藤 拓・上里一郎 (2001). ネガティブな反すう尺度の作成およびうつ状態との関連性の検討 カウンセリング研究, 34, 31-42.
- 伊藤 拓・上里一郎 (2002). 完全主義およびネガティブな反すうとうつ状態の関連性 —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, 185-197.
- 伊藤 拓・竹中晃二・上里一郎 (2001). うつ状態に關する心理的要因の検討 —ネガティブな反すうと完全主義, メランコリー型性格, 帰属様式との比較— 健康心理学研究, 14, 11-23.
- 伊藤 拓・竹中晃二・上里一郎 (2005). 抑うつの心理的要因の共通要素 —完全主義, 執着性格, 非機能的態度とうつ状態の関連性におけるネガティブな反すうの位置づけ— 教育心理学研究, 53, 162-171.
- 伊藤裕子・相良順子・池田政子・川浦康至 (2003). 主観的幸福感尺度の作成と信頼性・妥当性の検討 心理学研究, 74, 276-281.
- 井沢功一朗・大野 裕・浅井昌弘・小此木啓吾 (1995). ミロン臨床多軸目録—II 境界性スケール短縮版の構成とその妥当性・信頼性の検証 精神科診断学, 6, 473-483.
- 梶田叡一 (1988). 自己意識の心理学 第2版 東京大学出版会
- 勝谷紀子 (2004). 改訂版重要他者に対する再確認傾向尺度の信頼性・妥当性の検討 パーソナリティ研究, 13, 11-20.
- 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.
- 高坂康雅 (2008). 青年期における劣等感と自己志向的完全主義との関連 パーソナリティ研究, 17, 101-103.
- Leary, M. R. (1983). *Understanding social anxiety: Social, personality, and clinical perspectives*. California: Sage. (生和秀敏 (監訳) (1990). 対人不安 北大路書房)
- 森 治子・長谷川浩一・石隈利紀・嶋田洋徳・坂野雄二 (1994). 不合理な信念測定尺度(JIBT-20)の開発の試み ヒューマンサイエンスリサーチ, 3, 43-58.
- 中川明仁・佐藤 豪 (2005). 完全主義と認知された養育態度および精神的健康との関連 同志社心理, 52, 16-25.
- 中川明仁・佐藤 豪 (2007). 完全主義と自尊感情および絶望感の媒介過程におけるコーピング方略の機能について 同志社心理, 54, 1-6.
- 中山留美子・中谷素之 (2006). 青年期における自己愛の構造と発達的变化の検討 教育心理学研究, 54, 188-198.
- 大谷保和 (2004). 自己志向的完全主義の2側面と自己評価的抑うつ傾向の関連の検討 —統制不可能事態への対処を媒介として— 心理学研究, 75, 199-206.
- 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.
- 尾関友佳子・渡辺諭史・岩永 誠 (2002). 制御欲求と完全主義がストレス対処過程に及ぼす影響 健康心理学研究, 15, 21-31.
- 齋藤路子・沢崎達夫・今野裕之 (2008a). 完全主義と帰属スタイルおよび抑うつの関連の検討 目白大学心理学研究, 4, 101-109.
- 齋藤路子・沢崎達夫・今野裕之 (2008b). 自己志向的完全主義と攻撃性および自己への攻撃性の関連の検討 —抑うつ, ネガティブな反すうを媒介として— パーソナリティ研究, 17, 60-71.
- 齋藤路子・沢崎達夫・今野裕之 (印刷中). 自己志向的完全主義と自己の不完全性認知の関連の検討 —不完全な自己を肯定できるか?— 目白大学心理学研究
- 坂本真土 (1997). 自己注目と抑うつの社会心理学 東京大学出版会
- 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.
- 清水光栄・古井 景 (2004). 職域における抑うつと完全主義との関係について 産業衛生学雑誌, 46, 173-108.
- 菅原健介 (1984). 自意識尺度(Self-consciousness scale)日本語版作成の試み 心理学研究, 55, 184-188.
- 菅原健介 (1986). 賞賛されたい欲求と拒否されたくない欲求について— 心理学研究, 57, 134-140.
- 鈴木 平・春木 豊 (1994). 怒りと循環器系疾患の関連性の検討 健康心理学研究, 7, 1-13.
- 高橋幸子 (2005). 自己志向的完全主義における自己没入傾向が心理的健康に与える影響 学苑・人間社会学部紀要, 772, 21-32.
- 高橋幸子 (2006). 大学生の主観的幸福感が就職活動に及ぼす影響 —自己志向的完全主義媒介モデルとの関連から— 学苑・人間社会学部紀要, 784, 50-60.
- 高橋幸子・古川真人 (2003). 制御焦点の促進焦点および予防焦点と完全主義との関連について 昭和女子大学生活心理研究所紀要, 6, 17-26.
- 上田琢哉 (1996). 自己受容概念の再検討 —自己評価の低い人の“上手なあきらめ”として— 心理学研究, 67, 327-332.

- 上野行良・上瀬由美子・松井 豊・福富 護 (1994). 青年期の交友関係における同調と心理的距離 教育心理学研究, 42, 21-28.
- 山形伸二・高橋雄介・繁榎算男・大野 裕・木島伸彦 (2005). 成人用エフォートフル・コントロール尺度日本語版の作成とその信頼性・妥当性の検討 パーソナリティ研究, 14, 30-41.
- 横山知行・小山智子 (2005). 女子大学生における摂食障害傾向と怒りおよび完全主義との関連 新潟大学教育人間科学部紀要, 7, 165-174.

註

- 1) 本論文の作成に際しご助言をいただきました目白大学人間学部小野寺敦子教授に心より感謝を申し上げます。また、データ収集については、筑波大学大学院人間総合科学研究科阿部美帆さんにご協力いただきました。深く感謝いたします。
- 2) 桜井・大谷(1997)の自己志向的完全主義と Hewitt & Flett(1990, 1991b)のMPSの「自己志向的完全主義」下位尺度は、自己に完全性を求めるという点では一致しているものの、両者の内容的な意味については異なると考えられる。具体的には、桜井・大谷(1997)の「完全欲求」および「高目標設定」はHewitt & Flett(1990, 1991b)の「自己志向的完全主義」下位尺度と、「失敗過敏」は「社会規定的完全主義」下位尺度と類似した概念である可能性がある。なぜなら、Hewitt & Flett(1990, 1991b)の「自己志向的完全主義」下位尺度の項目には、「することは完璧にしないと安心できない」、「できる限り、完璧であろうと努力する」といった「完全欲求」に相当する

もの、「やると決めたことは何でも最善を尽くそうと思ひ、努力する」、「私は自分に高い目標を課している」といった「高目標設定」に相当するものが数多く存在している。一方、「社会規定的完全主義」下位尺度には「私のすることが周りの人よりも劣っていたら能無しと思われてしまうだろう」、「私がしくじったら、周りの人はびっくりするだろう」といった項目が含まれており、桜井・大谷(1997)の「失敗過敏」に相当していると考えられる。「社会規定的完全主義」下位尺度は、完全でありたいという自分の想いを他者に投影して、他者から完全性を求められているように感じている可能性がある。すなわち、「社会規定的完全主義」下位尺度の特徴である他者から期待されているように感じてその期待に応えようとする事と、「失敗過敏」の特徴である失敗はいけないことだと思ったり、失敗すると他者からの評価が下がると思ったりすることは、共通して、他者からの否定的評価を避けるためであると予想される。そのため、「社会規定的完全主義」下位尺度と「失敗過敏」は類似した心理的傾向を測定していると考えられる。以上の点を踏まえると、桜井・大谷(1997)の自己志向的完全主義とHewitt & Flett(1990, 1991b)の「自己志向的完全主義」下位尺度を同義的な概念と捉えることには注意が必要であり、両者を区別して、自己志向的完全主義を捉えることは必要であると考えられる。

- 3) 高橋(2005, 2006)および高橋・古川(2003)は、多次元自己志向的完全主義尺度に対して独自に因子分析を施行しているが、桜井・大谷(1997)の因子構造を概ね再現している。

A characteristic of the self-oriented perfectionism:

From the standpoint of psychological maladjustment and maladaptive cognition

Michiko SAITO (*Graduate School of Psychology, Mejiro University*)

Hiroyuki KONNO (*Faculty of Human Sciences, Mejiro University*)

Tatsuo SAWAZAKI (*Faculty of Human Sciences, Mejiro University*)

This study investigated the relationship between self-oriented perfectionism, which had four factors consisting of desire for perfection, personal standard, concern over mistakes, and doubt of actions, and fifteen of psychological variable. Four hundred and seventy four (474) university students completed a questionnaire. Results showed that desire for perfection was almost not related to psychological adjustment; those who set higher personal standard tended to focus on “his / her own task”; those who concern overly mistakes tended to focus on “themselves who are reflected in the public eyes”; and those who doubt one's actions tended to focus on “his / her own behavior”. Also, based on the scores personal standard and concern over mistakes, participants were classified into four groups. Results indicated that people who showed both higher scored personal standard and concern over mistakes were related to conformity and helplessness; people who showed only higher scored personal standard were related to psychological distance. Implications for the present findings with regard to future research are discussed.

Key words: self-oriented perfectionism, psychological maladjustment, maladaptive cognition.