

# 大学体育授業における運動好き群の自己愛傾向と セルフ・エフィカシーとの関係性

重藤誠市郎<sup>1)</sup>, 奥田 功夫<sup>1),2)</sup>, 一川大輔<sup>1)</sup>

Relationship between narcissism tendency and self-efficacy  
in pro-exercise males in college physical education class

SHIGETO Seiichiro, OKUDA Isao, ICHIKAWA Daisuke

## Abstract

Narcissism means loving oneself or caring for oneself. It varies from healthy to unhealthy. Particularly unrealistic narcissism tends to develop during adolescence. It was found that narcissism was more highly developed in athletes compared to non-athletes. Unhealthy narcissism could easily develop when an athlete loved oneself too much or a non-athlete loved oneself too little. It was also found that athletes who continued to engage in sport until college showed high self-efficacy compared to athletes who had stopped engaging in sport after junior high school. It is hypothesized that athletes who continue to engage in sport until college could have higher self-love as well as higher self-efficacy. This study examined how self-efficacy affects self-loving characteristics between a high physical activity group and a low physical activity group in pro-exercise males in college physical education class. We used three questionnaire surveys completed by 45 college male students to examine self-loving (narcissism) with the Narcissistic Personality Inventory 35, self-efficacy with the Generalized Self-Efficacy Scale, and exercise self-efficacy with the Exercise Self-Efficacy Scale. The result from multiple linear regression analysis showed that different self-loving factors were affected between the two groups. Three self-loving factors were high in the high physical activity group; leadership ( $\beta = .52$ ), praise for the body ( $\beta = .39$ ), and self-conviction ( $\beta = .51$ ), while four self-loving factors were high in the low physical activity group; narcissism total score ( $\beta = .63$ ), need for attention ( $\beta = .57$ ), sense of grandeur ( $\beta = .65$ ), and self-conviction ( $\beta = .64$ ). We found that the high physical activity group showed their self-loving characteristics through pride of self-assertiveness and pride in their own body. This implies that exercise habits could be related when a development of self-efficacy strengthens leadership and pride in the body in the self-loving characteristics.

Key words : Narcissism, self-loving, self-efficacy, physical activity, exercise

---

1) 東洋大学スポーツ健康科学(川越キャンパス)研究室 〒350-8585 埼玉県川越市鯨井 2100

Sports and Health Science Laboratory, Toyo University, 2100, Kujirai, Kawagoe-shi, Saitama, 350-8585, JAPAN

2) 東京国際大学人間社会学部

## I. 研究の背景

自己愛とは、自分自身を愛することや大切に思うことを意味する。また、自己愛は誰にでも認められる心性であり、人間が生きていくために必要な心理といわれている（エーリッヒ、1991）。

中学生から大学生の自己愛を調査した研究では、おおむね加齢に伴って自己愛が高まる傾向があり、社会経験や対人関係の中で変化していくものと考えられている（相良、2006）。さらに、国内において自己愛は、凶悪犯罪（大淵、2003）や社会的ひきこもり（北西、2001）など、さまざまな社会問題との関連性が取り上げられている。

自己愛が現代社会において、自分自身を大切に思うことや、成長や成功を収めようというような適応的な行動を生み出す場合と、自己中心的な行動やひきこもり、内面の空虚感や自己嫌悪などを引き起こす不適応的な場合の両方を含んでいると考えられている（中村、2004）。つまり、自己愛という概念は、その強さや内容の違いによって、健康な自己愛から不健康な自己愛までの広がりを持つといえる。

不健康な自己愛は、自分自身を守るために平気で人を傷つけ、また人を利用するような行動パターンを起こすことがある。また、あるいは自分自身が傷つかないために、自己愛が傷つく可能性のある場面を避け、学校や社会からひきこもるような現象も増えており、これらは現代の若者に共通した心理構造であると考えられている（町沢、1998）。

精神医学においては、適応障害につながる自己愛は、人格障害の一つとして扱われている。ただし、青年期は、理論的あるいは臨床的な先行研究においても、自己愛の高まる時期であるといわれ、全般的な自己誇大感、他者からの評価に対する過敏性、共感の欠如、過剰な自己意識と同世代

からの離反、特別な自分にとっての特別な対象の希求などは良く見られる心性であると考えられている（小塩、1998）。

大学生の自己愛傾向を調査した研究では、運動競技部所属の学生（競技群）に自己愛が高い傾向が認められ、運動競技部に所属していない学生（非競技群）に低い傾向が認められている（重藤・吉川、2008）。この研究では、競技群の自己愛傾向が高い場合に、他者への不信感が高い傾向が認められ、非競技群の自己愛傾向が低い場合に、信頼感が低く不信感が高いという結果が示唆されている。

競技群では、自己愛が高すぎると不健康な自己愛に繋がり、非競技群では、自己愛が低いことが不健康な自己愛と繋がる可能性を示唆されている。つまり、健康な自己愛を獲得するためには、高すぎず、低すぎない適度な自己愛が必要であり、共通点としては自己の価値を適正に評価する現実的な自己認知が必要であると考えられる。

自己愛を構築していく要因の一つとして、自己効力感が挙げられる。自己効力感とは、アメリカの心理学者バンデューラが提唱したセルフ・エフィカシー（Self-efficacy）の訳語である。セルフ・エフィカシーとは、ある結果を生み出すために必要な行動をどの程度うまく行うことができるかという個人の確信の事である（Bandura、1977）。また、自己効力感が高いと適切な問題解決行動に積極的になれるといわれている（坂野・前田、2002）。

自己効力感には二つの水準があるといわれている（Bandura、1977）。一つ目の水準は、課題や場面に特異的に行動に影響を及ぼす自己効力感である（成田ほか、1995）。この自己効力感とは臨床現場や教育現場で測定され、その特定の課題や状況における問題を解決するために役立っている。二つ目の水準は、具体的な個々の課題や状況に依存

せずに、より長期的に、より一般化した日常場面における行動に影響する自己効力感である（成田ほか、1995）。これは、特性的自己効力感（Generalized self-efficacy）と呼ばれ、自己効力感をある種の人格特性的な認知傾向として評価する上で利用されている（成田ほか、1995）。この特性的自己効力感の高い人は、日常的に様々な領域において、きっとできるだろうという確信をもちやすい傾向にあると考えられている（三好・大野、2011）。

この二つの自己効力感を変化させる要素として、「遂行行動の達成」、「代理的経験」、「言語的説得」、「情動的喚起」の四つの情報源の認知が挙げられる（Bandura, 1977）。なお、情動とは何らかの刺激に対して起こる身体的反応である。これらの要素のうち、「遂行行動の達成」とは、自分自身で行動し達成できたという成功体験や、達成できなかったという失敗体験を指す。「代理的経験」とは、他人が行っている行動を観察することを指す。「言語的説得」とは、自分や他人の言語による説得によって自分に能力があることや、遂行可能であると思わせることを指す。「情動的喚起」とは、情動が生じることを指す。

運動部活動の経験と大学生の自己効力感の関係を調査した研究では、中学・高校・大学生時に運動部活動に所属している大学生（大学群）と中学生時のみ運動部活動に所属していた大学生（中学群）のスポーツ場面における自己効力感と特性的自己効力感を比較している。その結果、大学群の方が中学群よりも二つの自己効力感が高いことが報告されている（安田ほか、2009）。また、指導者からのサポート満足度について大学群と中学群を比較しており、大学群の「尊重・評価」、「直接援助」の満足度が、中学群に比べて有意に高いことが報告されている。つまり大学群には、指導者から適切な「言語的説得」を受けた経験があり、

自己効力感が高まったことで大学までスポーツを継続している可能性がある。一方で、中学群においては適切な「言語的説得」が行われなかったことにより、自己効力感が高まることができなかった可能性がある。

以上の報告を考慮すると、適切な運動経験があることは自己愛と自己効力感を高める一要因であると考えられ、大学生における自己愛と自己効力感に影響を与える要因について研究することは意義があると考えた。

## II. 目的

本研究では、運動習慣のある者と運動習慣のない者では、セルフ・エフィカシーの認知に相違があり、自己愛の発達に影響を与える要因にも相違があると考えた。また成功体験を有するものとそうでない者には、セルフ・エフィカシーの高さに相違があり、自己愛に与える影響についても相違があると考えた。以上の二つの仮説の検証をもとに、自己愛とセルフ・エフィカシーとの関係性を明らかとすることを目的とした。

## III. 方法

### 1. 被験者

2013年度春学期において、スポーツ健康科学実技Iを履修した男子大学生45名（平均年齢±標準偏差：18.18±0.39歳）を分析対象とした。全体では53名であったが、記入漏れや記入ミスのあったもの3名を除いた。また、運動が嫌いだと回答した学生が5名しか存在しなかったため対象から外した。なお有効回答率は84.9%であった。被験者には、予め調査内容を十分説明し、同意が得られる場合は、フェイスシートと心理尺度を含む質問紙を用いて集団調査を実施した。

なお、本研究は、東洋大学生命科学部・総合情報学部・理工学部の「ヒトおよびヒト由来物質を

対象とした研究に関する倫理指針」(承認番号：2012-R-05)に基づく研究の一環として実施された。

## 2. 測定項目

### 1) フェイスシート

年齢、性別、運動の好嫌度、高校でのスポーツ活動の有無、大学でのスポーツ活動の有無、成功体験(運動以外の事項も含む)の有無について回答を依頼した。

### 2) 運動習慣

運動習慣の評価には、身体活動評価表(Hunter et al., 2000)を日本語化したものを用いた。これは、集団調査実施時より2週間前における身体の活動歴を評価できる指標である。

### 3) 自己愛

自己愛の評価には、アメリカ精神医学会の精神障害の診断と統計の手引きをもとに作成されたNarcissistic Personality Inventory (Raskin and Terry, 1988)を日本語化し、正常人の人格特性と人格傾向を含めた自己愛を評価できる自己愛人格傾向尺度を用いた(小西ほか, 2006)。この尺度は、(1)注目欲求因子、(2)誇大感因子、(3)主導性因子、(4)身体賞賛因子、(5)自己確信因子の5因子構造で、35項目で構成されており、「全く当てはまらない(1点)」～「非常に当てはまる(6点)」までの6段階で評価できる。

#### (1) 注目欲求因子

他者に自分の存在をより望ましく示し、注目されることを強く期待することを評価できる10項目から構成されている。

#### (2) 誇大感因子

自分は他者よりも優れた能力を有する人間だと自分自身を捉えることを評価できる8項目から構成されている。

#### (3) 主導性因子

自分の意見や考えを全面的にはっきりと表出しようとする積極的な態度を評価できる9項目から構成されている。

#### (4) 身体賞賛因子

自分の身体に溺愛し、自信を抱いていることを評価できる3項目から構成されている。

#### (5) 自己確信因子

自分自身が起こす行動に関して肯定的、確信的に捉えることを評価できる5項目から構成されている。

### 4) セルフ・エフィカシー

セルフ・エフィカシーの評価には、特性的自己効力感尺度(Generalized self-efficacy scale: SE)を用いた(成田ほか, 1995)。これは、日本人を対象とし、性別や年齢に依存することなく特性的自己効力感を評価できる尺度である。特性的自己効力感とは具体的な個々の課題や状況に依存せずに、より長期的に、より一般化した日常場面における行動に影響する人格特性としての自己効力感を指す。この尺度は、計23項目からなり、「そう思わない(1点)」～「そう思う(5点)」の5段階で回答できる。

### 5) 運動セルフ・エフィカシー

運動セルフ・エフィカシー尺度(運動 Self-efficacy scale: 運動 SE)は、個人が定期的に運動を行う場合、時間がない・疲れている・気分が乗らない・天気が悪いというような運動実践の障害となる状況におかれても、その運動を継続して行うことができる見込み感を評価する尺度である(岡, 2003)。この尺度は、計4項目から構成されており、「全くそう思わない(1点)」～「かなりそう思う(5点)」の5段階で回答できる。

## 3. 分析方法

統計処理には、ステップワイズ法による重回帰分析を行った。重回帰分析では、自己愛の合計得

点と自己愛の各因子得点を従属変数として、セルフ・エフィカシー、運動セルフ・エフィカシー、運動経験年数、成功体験、高校でのスポーツ経験、大学でのスポーツ活動を独立変数として分析を行った。決定係数 ( $R^2$ ) によって独立変数全体が従属変数を説明する程度 (説明力) を示し、標準偏回帰係数 ( $\beta$ ) によって各独立変数が従属変数に及ぼす影響の向きと大きさ (影響力) を示した。5%を有意水準とし、統計処理には SPSS 11.0 J for Windows を用いた。

#### IV. 結果

##### 1. 運動好き群の基本統計量

運動好き群の運動習慣群と成功体験群の基本統計量を表1に示す。なお、運動習慣群と成功体験群において各尺度得点と運動経験年数に有意差は認められなかった。

##### 2. 運動習慣あり群と運動習慣なし群における自

##### 己愛に影響を与える要因の検討

運動習慣あり群においては、大学でのスポーツ活動が自己愛合計に正の影響を持っていた ( $\beta = .41, p < .05$ )。また、セルフ・エフィカシーと運動セルフ・エフィカシーが自己愛傾向に対して正の影響を持っていた。さらに、成功体験は注目欲求因子に対して負の影響を持っていた ( $\beta = -.40, p < .05$ )。

運動習慣なし群では、セルフ・エフィカシーのみが自己愛傾向に対して正の影響を持っていた。また、運動経験年数は身体賞賛因子に対して負の影響を持っていた ( $\beta = -.64, p < .01$ ) (図1)。

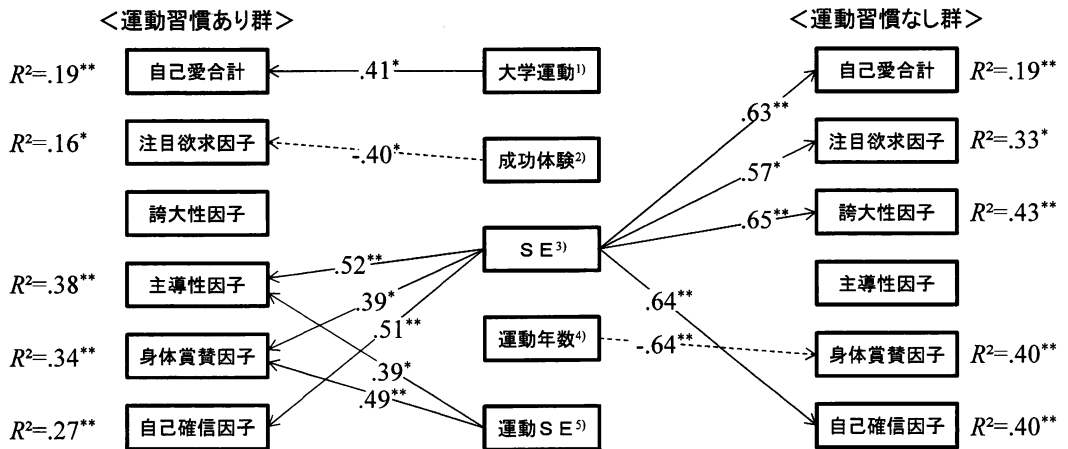
##### 3. 成功体験あり群と成功体験なし群における自己愛に影響を与える要因の検討

成功体験あり群では、セルフ・エフィカシーのみが自己愛傾向に対して正の影響を持っていた。また、運動セルフ・エフィカシーは注目欲求

表1 運動好き群の基本統計量

		自己愛得点	SE <sup>1)</sup>	運動SE <sup>2)</sup>	運動経験年数
運動習慣あり群 (n=28)	平均値	104.39	72.11	13.36	6.46
	標準偏差	25.43	11.77	2.42	2.76
	歪度	-0.18	1.37	-0.59	0.88
	尖度	-0.60	3.96	0.48	0.65
運動習慣なし群 (n=17)	平均値	106.06	71.7	11.65	5.18
	標準偏差	29.00	9.94	3.90	2.04
	歪度	0.04	0.21	0.19	0.18
	尖度	-0.35	0.79	-1.53	-1.23
成功体験あり群 (n=19)	平均値	103.47	73.47	13.79	6.16
	標準偏差	30.34	13.18	2.57	2.73
	歪度	-0.28	1.37	-0.42	0.93
	尖度	-0.81	3.29	-0.55	1.04
成功体験なし群 (n=26)	平均値	106.15	70.85	11.92	5.85
	標準偏差	23.91	9.21	3.32	2.48
	歪度	0.33	0.09	-0.19	0.86
	尖度	-0.38	0.28	-1.10	1.23

1) セルフ・エフィカシー, 2) 運動セルフ・エフィカシー

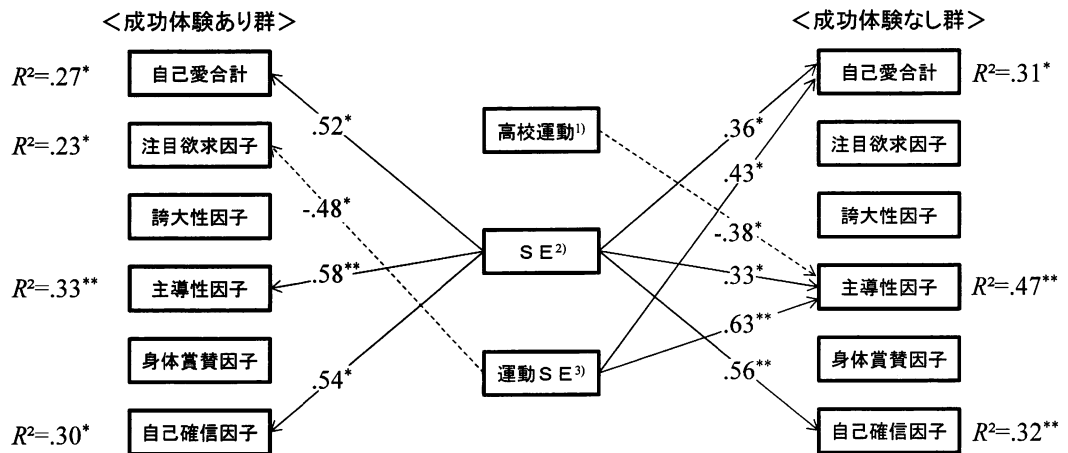


\*\* $p < .01$  \* $p < .05$

R<sup>2</sup>は決定係数を示す。実線の矢印は正の標準偏回帰係数(β)を示し、点線の矢印は負のβを示す。

1) 大学でスポーツ活動を行っている, 2) 成功体験がある, 3) セルフ・エフィカシー, 4) 運動経験年数, 5) 運動セルフ・エフィカシー

図1 運動習慣あり群と運動習慣なし群における自己愛に与える影響



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

R<sup>2</sup>は決定係数を示す。実線の矢印は正の標準偏回帰係数(β)を示し、点線の矢印は負のβを示す。

1) 高校でスポーツ活動を行っていた, 2) セルフ・エフィカシー, 3) 運動セルフ・エフィカシー

図2 成功体験あり群と成功体験なし群における自己愛に与える影響

因子に対して負の影響力を持っていた ( $\beta = -.48, p < .05$ )。

成功体験なし群では、セルフ・エフィカシーと運動セルフ・エフィカシーが自己愛傾向に対して正の影響力を持っていた。また、高校でのスポーツ経験は主導性因子に対して負の影響力を持っていた ( $\beta = -.38, p < .05$ ) (図2)。

## V. 考察

自己愛には2つの型があり、誇大性を表に表現する自己顕示的な自己愛の型を誇大型、表には表現されないが背景に誇大性や自己顕示性を持っており、他者からの評価を気にする自己愛の型を過敏型と定義されている(遠田, 2010)。運動習慣

あり群と運動習慣なし群においては、セルフ・エフィカシーが影響力を持つ因子に相違がみられた。その特徴の一つとして主導性因子に対する影響力の相違が挙げられる。運動習慣あり群においては、セルフ・エフィカシーが高まることによって自己主張することや、リーダーになることに対する積極性を獲得できると考えられる。しかし、運動習慣なし群においては、セルフ・エフィカシーの高まりは主導性因子に影響力はなく、注目欲求や誇大的な自己への肯定感として関与していると考えられる。つまり、運動習慣あり群は自己顕示的な行動をとる誇大型の自己愛の特徴を示し、運動習慣なし群は誇大性を有し、他者からの評価を気にするが、自己顕示的な行動を表さない過敏型の自己愛の特徴を示していると考えられる。

しかし、これらの自己愛的な特徴は過剰なものではなければ問題となるような人格を示すものではないと考えられる。主導性因子は過度な自己中心な自己主張や自己にリーダーとしての能力があると誇大的に認知することを評価するが、自己主張することやリーダーシップを発揮すること自体は健康的な自己表現であり、因子得点の高低が問題となる。また、セルフ・エフィカシーが十分に高まると様々な行動に積極的になれると考えられている(坂野・前田, 2002)。つまり、運動習慣あり群の特徴は、セルフ・エフィカシーの高まりによる適応的な特徴である可能性がある。しかし、運動習慣なし群の特徴は、他者からの注目を集めることに対する欲求や理想化された誇大的で有能な自己認知がセルフ・エフィカシーによって高まっており、対人関係において問題となる不健康な要素を含んでいると考えられる。

以上のように、セルフ・エフィカシーが影響を与える因子に相違がみられることは、効力感を感じる要素に相違があり、運動を習慣化するための

一つの要因と考えられる。運動実施中に高揚感を得ることは、一過性運動に対するセルフ・エフィカシーが高まることと関連することが報告されている(荒井, 2010)。つまり、運動実施中に主導性や身体賞賛に対してセルフ・エフィカシーを認知できるように、指導者や仲間がバンデューラの四つの情報源(遂行行動の達成、代理的経験、言語的説得、情動喚起)を用いて働きかけ、それに対して対象者が高揚感を感じられるようにすることが運動を習慣化するための一つの要因になると考えられる。

また、運動習慣なし群においてはセルフ・エフィカシーが注目欲求因子や誇大感因子に対して影響力を持っているが、運動習慣あり群においては影響力を持っていない。つまり、運動習慣なし群はセルフ・エフィカシーが高まると誇大的な自己認知を促すようになると考えられる。これは運動習慣なし群の自己認知の特徴であり、セルフ・エフィカシーの不健康な側面といえるのではないだろうか。

運動習慣あり群には成功体験がある者の注目欲求が低くなっており、成功を体験する事で他者からの過剰な注目がなくとも、現実的な自己を受容できるようになると考えられる。それは、運動を習慣的に行うことによって、自身の身体的能力への認識や他者との比較などにより、運動習慣なし群に比べて自己の能力の客観的な認知をする経験が多いからではないかと考えられる。

このように運動習慣の有無によってセルフ・エフィカシーが影響を与える自己愛の因子に相違がみられることは、運動習慣が男子大学生の運動好き群にとって自己愛を規定する重要な領域であることが考えられる。自己愛的な人には特定の領域(重要な領域)に関して高い基準や目標を掲げる傾向があり、その領域に関しては自己愛的な人が自己評価の脅威にさらされやすいと結論づけられ

ている(中山, 2008)。つまり, 運動習慣は男子大学生の運動好き群にとって重要な領域であり, 運動習慣なし群においては運動習慣を持っていないことが自己評価の脅威となり, 自己評価の低下を防ぐために誇大的な自己を形成し, 注目を集めることを期待するといった自己防衛的な反応を示している可能性が考えられる。

成功体験あり群と成功体験なし群の比較においては, セルフ・エフィカシーの得点に差は見られず, セルフ・エフィカシーが影響力を持っている因子にも相違は見られなかった。つまり, 成功体験を認知していることは自己愛の高まりに関連していないといえる。

また, 成功体験あり群と成功体験なし群では, 運動セルフ・エフィカシーが影響力を持っている因子には相違が見られた。成功体験あり群では運動を継続して行う自信が高まると注目欲求が低くなる。つまり, 運動を継続して行う自信の高まりによって, 他者から過剰に注目をされなくとも現実的な自己を受け入れることができるようになるのではないかと考えられる。成功体験なし群では運動セルフ・エフィカシーが自己愛合計と主導性因子に影響を持っている。特に主導性因子には強い影響力を持っており, 成功体験を自覚していない男子大学生にとって, 運動を継続して行う自信を持っていることは, 自己主張することやリーダーシップを発揮するための一つの要因である可能性が示唆された。

また, 成功体験なし群において高校でのスポーツ活動経験が主導性因子に負の影響を持っていること、高校でスポーツ活動を行ってきたにもかかわらず成功体験を自覚していない者には, 自己主張やリーダーシップを発揮することに自信を失っている可能性がある。

## VI. 総括

本研究の目的は, 運動習慣の有無によってセルフ・エフィカシーの認知に相違があり, 自己愛に与える影響力にも相違がみられるという仮説と, 成功体験の有無によってセルフ・エフィカシーの高さに相違があり, 自己愛に与える影響力にも相違がみられるという二つの仮説の検討をもとに, 自己愛とセルフ・エフィカシーの関連性を明らかにすることであった。その結果, 運動習慣の有無によってセルフ・エフィカシーが影響力を持っている因子に相違がみられ, 運動習慣あり群の特徴として, 主導性因子と注目欲求因子に影響力を持っていた。つまり, セルフ・エフィカシーの高まりが主導性因子と身体賞賛因子の高まりに関連するように働きかけることで, 運動を習慣化する一つの要因になる可能性が示唆された。また, 運動習慣なし群の特徴として, 注目欲求因子と誇大性因子に影響力を持っていた。つまり, 運動習慣なし群は, セルフ・エフィカシーが高まると誇大的な自己認知を促すようになると考えられた。しかし, 本研究で分析されているのは, 運動が好き男子大学生45名という限定された対象者であり, ここで得られた知見は十分な妥当性を含んでいえるとはいえず, 一般化することはできないと考えられる。今後の課題として, 対象の幅を広げさらに詳しい調査をする必要があると考えられた。

## VII. 参考文献

- 1) エーリッヒフロム: 懸田 克躬訳 (1991) 愛すること。紀伊國屋書店, p.214
- 2) 相良 麻里 (2006) 青年期における自己愛傾向の年齢差。パーソナリティ研究, 15 (1): 61-63
- 3) 大淵 憲一 (2003) 満たされない自己愛—現代人の心理と対人葛藤。筑摩書房, p.210
- 4) 北西 憲二 (2001) 我執の病理—森田療法による「生きること」の探究。白揚社, p.309



- 5) 中村 晃 (2004) 健全な自己愛と不健全な自己愛. 千葉商大紀要, 42 (1): 1-20
- 6) 町沢 静夫 (1998) 現代人の心にひそむ「自己中心性」の病理—過大な自己愛と現実とのズレに苦しむ若者たち. 双葉社, p.208
- 7) 小塩 真司 (1998) 青年の自己愛傾向と自尊感情, 友人関係のあり方との関連. 教育心理学研究, 46 (3): 280-290
- 8) 重藤 誠市郎・吉川 政夫 (2008) 学生競技者及び非競技者における自己愛傾向と他者意識の関連性. 東海大学紀要 体育学部, (38): 161-168
- 9) Bandura A. (1977) Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change. Psychol Rev, 84 (2): 191
- 10) 坂野 雄二・前田 基成 (2002) セルフ・エフィカシーの臨床心理学. 北大路書房, p.259
- 11) 成田 健一・下仲 順子・中里 克治・河合 千恵子・佐藤 眞一・長田 由紀子 (1995) 特性的自己効力感尺度の検討: 生涯発達の利用の可能性を探る. 教育心理学研究, 43 (3): 306-314
- 12) 三好 昭子・大野 久 (2011) 人格特性的自己効力感研究の動向と漸成発達理論導入の試み. 心理学研究, 81 (6): 631-645
- 13) 安田 貢・遠藤 俊郎・下川 浩一・布施 洋・袴田 敦士・伊藤 潤 (2009) 大学生の運動部活動に関する回顧調査: 中学時代のストレス, サポート, 自己効力感に注目して. 教育実践学研究: 山梨大学教育学部附属教育実践研究指導センター研究紀要, 14: 95-105
- 14) Hunter S. K., Thompson M. W. and Adams R. D. (2000) Relationships among age-associated strength changes and physical activity level, limb dominance, and muscle group in women. The Journals of Gerontology Series A: Biological Sciences and Medical Sciences, 55 (6): B264-B273
- 15) Raskin R. and Terry H. (1988) A principal-components analysis of the Narcissistic Personality Inventory and further evidence of its construct validity. J Pers Soc Psychol, 54 (5): 890
- 16) 小西 瑞穂・大川 匡子・橋本 宰 (2006) 自己愛人格傾向尺度 (NPI-35) の作成の試み. パーソナリティ研究, 14 (2): 214-226
- 17) 岡 浩一朗 (2003) 中年者における運動行動の変容段階と運動セルフ・エフィカシーの関係. 日本公衆衛生雑誌, 50 (3): 208-215
- 18) 遠田 諭 (2010) 2つの型の自己愛の認知および価値観に関する探索的研究. 埼玉学園大学紀要. 人間学部篇, 10: 113-124
- 19) 荒井 弘和 (2010) 大学体育授業に伴う一過性の感情が長期的な感情および運動セルフ・エフィカシーにもたらす効果. 体育学研究, 55 (1): 55-62
- 20) 中山 留美子 (2008) 自己愛的自己調整プロセス: 一般青年における自己愛の理解と今後の研究に向けて. 教育心理学研究, 56 (1): 127-141