【総合福祉科学研究】 第 2 号 067–073 頁

【論文】

対人恐怖心性とセルフ・モニタリングとの関連

渡部　敦子

The Relationship between Anthropophobic Tendency and Self-Monitoring.

Atsuko Watanabe

02
2011年3月
総合福祉科学研究
Journal of Comprehensive Welfare Sciences

【論文】

対人恐怖心性とセルフ・モニタリングとの関連

渡部　敦子 *

The Relationship between Anthropophobic Tendency and Self-Monitoring.

Atsuko Watanabe

要　旨

本研究では、対人恐怖心性の高い人々の訴えに着目し、彼らは自らの振る舞いがその状況にふさわしいものであるかどうかを非常に気にする一方で、その統制がままならないことを述べている点で一致していると考えた。このような傾向はセルフ・モニタリングという概念として理解できると考え、対人恐怖心性の高い個人には特徴的なセルフ・モニタリングがみられるのではないか、という仮説のもと検討を行った。調査対象者は、短大生および看護学校生147名であった。調査の結果、対人恐怖心性の高い個人は、自らの他者行動への感受性や自己呈示変容能力を低く評定している一方で、状況可変性については高く評価していることが示され、対人不安の高い個人とは異なるセルフ・モニタリングの特徴があることが明らかとなった。

Abstract

The purpose of this study was to investigate self-monitoring of high anthropophobic tendency individuals and high social anxiety individuals. The participants were 147, on the basis of scores on an anthropophobic tendency questionnaire, they were divided into three groups. Then, their scores of self-monitoring scale were compared. Major findings were as follows: 1) high anthropophobic tendency individuals' "sensitivity to others' behavior" and "ability of control self presentation" was lower than that of other groups, 2) high anthropophobic tendency individuals' "variable behavior to situations" was higher than that of other groups.

● ● ○ **Key words**　対人恐怖心性 anthropophobic tendency／対人不安 social anxiety／セルフ・モニタリング self-monitoring

Ⅰ　問題と目的

対人恐怖は、「他人と同席する場面で、不当に強い不安と精神的緊張が生じ、そのため他人に不快な感じを与えるのではないか、いやがられるのではないかと案じ、対人関係からできるだけ身を退こうとする神経症の一型」（笠原、1993）[1]、「ある個人が対人関係状況に極度に過敏であったり不合理な恐怖を持つために、著しい苦悩を感じていたり社会適応上の障害が現れたりしている精神医学的障害」（大野、2002）[2] などと定

受付日　2010.9.21 ／ 受理日　2010.11.10
* 関西福祉科学大学　社会福祉学部　講師

義されており、その字義どおり、対人関係を前提とする感情である。このような感情がどのように生起してくるのかについては、広く対人不安研究として行われ、いくつかの説明モデルが存在するが、中でも代表的なのは自己呈示理論からのものであろう。自己呈示とは、人に社会的に認められるために、他者に与える印象をコントロールしようとする試みである。Schlenker & Leary（1982）[3] によると、対人不安は、他者に特定の印象を与えようと動機付けられているが、そうできるかどうか疑わしい時に生ずると仮定される。つまり、自己呈示の成功可能性が低い、と感じられた時に対人不安が生じると考えられている。

人と人との相互作用、そして社会とはどのように形成・維持されていくのかについて研究したGoffman, E.（1959）[4] は、人々が相対する時に行われる行為を対面的相互行為と呼んだ。これは、複数の人々が居合わせる時に互いの行為に及ぼす相互影響のことを指し、必ずしも意図的あるいは言語的コミュニケーションに限定されるものではなく、互いの視界の中で行われる行為全て、つまり非言語的コミュニケーションひいてはただその場に存在すること自体まで含むような概念である。そしてさらに人々はこれらの行為を通じて、その場をつつがなく進行するように動機付けられており、そのため個人は、その状況に応じた行為をするよう配慮しなければならないとしている。つまり、人は対人場面にある時、周囲の人々の考えや規範に関心を持ち、それに沿った行動をしようとするものであるという指摘である。また、状況を乱すような行為は、その場にいる人々に困惑や不安といった感情を引き起こすとされている。

そして、このような周囲への配慮というものには個人差がある。常に相手の感情やその場の雰囲気に注意を払い、適切な行動をとろうとする人もあれば、あまりそのような事に気を取られず自分自身の信念を優先させる人もいる。このような配慮の個人差を表すものとして、Snyder（1974）[5] は、セルフ・モニタリングと呼ばれる概念を考えた。セルフ・モニタリングとは、人は自分自身が対人場面においてどのように振舞おうか、どのように振舞っているのかを監視、統制するものであり、その程度には個人差があるとしている。たとえば典型的な高モニターは、自分の社会的行動がその場の状況に適切かどうかのヒントにとても敏感で、またそのヒントを、自分を表現する行動をモニターするためのガイドラインとして使用するスキルに長けている人であり、反対に低モニターは、自己呈示に必要な情報には比較的うとく、自己呈示用のスキルをあまり持っていない人である（Snyder、1986）[6]。

ところで対人恐怖心性の高い人の訴えとして、「自分の視線が意図しない方向にいってしまう」「不自然な表情になってしまう」「赤面しないような場面で赤面してしまう」といったことがよく聞かれる。これらは、その場にふさわしいとは言いがたい行為をしてしまっているという訴えであり、それが必ずしも事実ではなくとも、先述のGoffmanの指摘のように状況にふさわしくない行為をしてしまったと感じてしまうがために、不安や恐怖といった感情を伴うこととなっているのではないだろうか。これらの訴えは、対人恐怖心性の高い人は、他者の目を気にかけ、その状況にふさわしい行動をとろうという意識は高いものの、それが意図どおりにいかないことで悩んでいることの表れと考えられる。つまり、対人恐怖心性の高い人は、セルフ・モニタリングという概念に含まれる側面のうち、自らの行動が社会的に適切であるかどうかについての関心という側面では高いものの、自己呈示や表出行動を統制する能力という側面については低いのではないだろうか。したがって本研究では、これら対人恐怖心性の高低とセルフ・モニタリングの関連について検討することを目的とする。

また、対人不安と対人恐怖との異同についてはこれまでに議論が重ねられているが、対人恐怖心性の特徴として、自らの表情やしぐさ、外見を気にかけ「自分が周囲を不快な気分にさせる」などの加害恐怖的あるいは他者影響的な側面を指摘する者もある（佐藤、2004、大西、2008、[7][8] など）。これもまた、共在する人々が遵守しなければならない‘その状況にふさわしい振舞いをする’というルールを自らが破っているという意識があるために生じているのではないかと推測される。それゆえ、一般的な対人不安の高い人よりも、対人恐怖心性の高い人の方が、社会的な適切さへの関心は高いのではないかと考えられるため、この点についてもあわせて検討する。

Ⅱ　方法

1　調査対象者

短大生および看護学校生147名（男性16名、女性131名）。平均年齢は男性19.56歳（SD=2.61）、女性19.38歳（SD=2.68）であった。講義の一部の時間を用い質問紙を配布、回収した。質問紙回収率は100%であり、回答に不備のある質問紙はみとめられなかったため、147部全てを分析の対象とした。

2　質問紙の構成

（1）セルフ・モニタリング

①改訂版セルフ・モニタリング尺度（Lennox & Wolfe、1984、岩淵、1996、[9),10)]）を用いた。「他者行動への感受性」「自己呈示変容能力」の2つの因子から成る。前者は「話をしている時、相手の顔のわずかな変化にも敏感である」、「目を見ることによって、時々その人の本当の気持ちを正確に読み取ることができる」などの7項目によって他者の感情への関心とそれを適切に読み取る能力について測定しており、後者は「ある場面で求められていることがわかれば、それに合わせて自分の行動を調整していくことはたやすいことである」、「いろいろな人や場面に合わせて、自分の行動を変えていくことは苦手である（逆転項目）」などの6項目から成り、状況に合わせて自分の行動を変えることができるかどうかを問うものである。「1：全くあてはまらない」～「5：非常にあてはまる」の5件法で回答を求めた。

さらに、②適切さへの関心尺度（Lennox & Wolfe、1984、岩淵、1996）も用いた。この尺度は、「社会的比較情報への関心」「状況可変性」の2つの因子から成る。前者の因子は「場違いなことをしないように、他の人に反応に注意するようにしている」、「ある場面でどうしたらいいのか少しでもためらったら、他の人の行動を見て手がかりにする」など12項目から構成され、自分が行動する際に、どの程度他者を参考にするのかを測定する尺度である。また後者は、「場所や相手が異なれば、全く別の人のようにふるまうことがよくある」、「いろいろな場面が、私を全く別の人のように行動させる」などの8項目から構成され、状況や相手によって行動をどの程度変容させるかについて測定している。同様に、「1：全くあてはまらない」～「5：非常にあてはまる」の5件法で回答を求めた。

なお、セルフ・モニタリングを測定する尺度としてSnyderは25項目からなる（のちに18項目）セルフ・モニタリング尺度を提唱しているが、この尺度が測定するとしている、周囲の状況への関心、振る舞いの適切さへの指標となる情報への敏感さ、自己呈示のコントロール、特定の状況におけるコントロール力、状況における変容性などが実際には尺度に反映されていないのではないかと指摘する研究もある。たとえばBriggsら（1980）[11)]の研究では、外向性、他者志向性、演技性の3因子が抽出され、Snyderの想定する単一次元性を否定する結果となっている。他にも同様の研究がいくつかなされており、様々な因子が抽出される結果となっている。そこで、セルフ・モニタリングの個人差を測定するにはその目的に応じた因子を組み合わせて使用することが必要ではないかと指摘されている（岩淵、1996）。本研究では、上記のLennox & Wolfe（1984）の両尺度を用いることとした。問題のところで述べた、「対人恐怖心性の高い人は、セルフ・モニタリングという概念に含まれる側面のうち、自らの行動が社会的に適切であるかどうかについての関心という側面では高いものの、自己呈示や表出行動を統制する能力という側面については低いのではないだろうか」という点を確認するにあたり、前者の側面には下位尺度「他者行動への感受性」、「社会的比較情報への関心」が、後者の側面には下位尺度「自己呈示変容能力」、「状況可変性」が適切と考えられたためである。

（2）　対人恐怖心性

堀井・小川（1996）[12)]の対人恐怖心性尺度を用いた。この尺度は、一般人にも認められる対人恐怖心性について測定しようとするもので、「自分や他人が気になる」悩み、「集団に溶け込めない」悩み、「社会的場面で当惑する」悩み、「目が気になる」悩み、「自分を統制できない」悩み、「生きることに疲れている」悩みという7つの下位尺度から構成される。各下位尺度に5項目ずつ、全体で30項目となる。「0：全然あてはまらない」～「6：非常にあてはまる」の7件法で回答を求めた。

（3）対人不安

Leary（1990）[13)]の対人不安尺度を用いた。この尺度は、「相互作用不安」15項目と「聴衆不安」12項目と

いう2つの下位尺度、全27項目から構成される。前者の項目としては「先生や目上の人に話しかけなければならないとき神経質になる」、「人と一緒にいるとき、不安を感じることはめったにない（逆転項目）」などがあり、人とコミュニケーションする際の不安を問うている。また後者の項目としては「人前に立たなければならないときあがってしまう」、「人前で話したり、何かをしなければならないとき、そわそわしておちつかなくなる」など、複数の人々の前に立ち何らかのパフォーマンスを要求される際に生じる不安を測定するものが並ぶ。この尺度についても、「1：全くあてはまらない」～「5：非常にあてはまる」の5件法で回答を求めた。

3　調査手続きと調査時期

上記の尺度およびフェイスシートを含む質問紙を講義中に配布し、回収した。調査時期は2005年4月であった。

Ⅲ　結果

1　基礎統計量

各尺度のα係数を求めた。対人恐怖心性尺度は.956、対人不安感尺度は.917、改訂版セルフ・モニタリング尺度の下位尺度である他者行動への感受性尺度が.759、自己呈示変容能力尺度が.652、そして適切さへの関心尺度の下位尺度である社会的比較情報への関心尺度は.706、状況可変性尺度は.659であった。

Table1　各尺度の平均値

	平均値	標準偏差
対人恐怖心性尺度	86.37	35.05
対人不安感尺度	92.62	17.44
改訂版セルフ・モニタリング尺度		
他者行動への感受性	24.77	4.22
自己呈示変容能力	18.82	3.31
適切さへの関心尺度		
社会的比較情報への関心	41.03	5.80
状況間可変性	27.36	4.68

また、各尺度の平均点と標準偏差を求めた。下位尺度の構成は、先行研究に従った。値をTable1に示す。

2　各尺度間の関係

対人恐怖心性尺度および対人不安感尺度と改訂版セルフ・モニタリング尺度、適切さへの関心尺度との相関係数を求めた。結果をTable2に示す。対人恐怖心性得点と「自己呈示変容能力」得点とのあいだに比較的高めの負の相関が、「社会的比較情報への関心」得点および「状況間可変性」得点とのあいだには弱い正の相関がみられた。また、対人不安感尺度得点と「自己呈示変容能力」得点とのあいだには弱い負の相関が、「社会的比較情報への関心」得点および「状況間可変性」得点とのあいだには弱い正の相関がみられた。対人恐怖心性尺度、対人不安感尺度それぞれについても、下位尺度ごとの相関係数を算出したが、合計得点における相関係数と同様の傾向を示した。

Table2　尺度間相関係数

	改訂版セルフ・モニタリング尺度		適切さへの関心尺度	
	他者行動への感受性	自己呈示変容能力	社会的比較情報への関心	状況間可変性
対人恐怖心性尺度				
自分や他人が気になる悩み	−.08	−.34**	.36**	.38**
集団に溶け込めない悩み	−.25**	−.53**	.14	.43**
社会的場面で当惑する悩み	−.20*	−.44**	.16*	.26**
目が気になる悩み	−.07	−.40**	.21*	.34**
自分を統制できない悩み	−.19*	−.35**	.18*	.27**
生きることに疲れている悩み	−.19*	−.40**	.15	.26**
全合計	−.20*	−.50**	.24**	.39**
対人不安感尺度				
相互作用不安	−.01	−.22**	.32**	.37**
聴衆不安	−.08	−.23**	.19*	.24**
全合計	−.05	−.24**	.28**	.33**

*p＜.05、**p＜.01

3　対人恐怖心性、対人不安感の高低による セルフ・モニタリングの差

次に、対人恐怖心性と対人不安感の高低が個人のセルフ・モニタリングにどのような違いとなって表れるかを検討するために、分散分析を行った。対人恐怖心性尺度得点および対人不安感尺度得点の平均値±1SDを基準に調査対象者を高得点群・中得点群・低得点群（以下、高群、中群、低群とする）に分け、改訂版セルフ・モニタリング尺度および適切さへの関心尺度の下位因子ごとの得点を従属変数とした2要因の分散分析であった。

分析の結果、「他者行動への感受性」において、対人恐怖心性の主効果のみが認められた（F（2,138）=3.137、p<.05）。多重比較の結果、対人恐怖心性高群と低群とのあいだに差が認められ、対人恐怖心性の高い個人は他者行動への感受性が低いことが示された。次に「自己呈示変容能力」においては、同様に対人恐怖心性の主効果のみが認められ（F（2,138）=13.49、p<.001）、対人恐怖心性高群、中群、低群それぞれのあいだに差がみられた。対人恐怖心性が高い群ほど、自己呈示変容能力を低く評定していることになる。次の「社会的比較情報への関心」については対人恐怖心性、対人不安感の主効果および交互作用はすべてみられなかった。そして「状況間可変性」については、やはり対人恐怖心性の主効果が認められた（F（2,138）=5.93、p<.01）。多重比較の結果、全ての群間に差がみられ、対人恐怖心性の高い群ほど状況可変性が高いことが示された。対人恐怖心性の主効果のみが認められたため、対人恐怖心性尺度得点の群別の各群の人数、従属変数の平均値および標準偏差をTable3に示した。

Table3　対人恐怖心性尺度得点群別の得点

	対人恐怖心性尺度		
	低群	中群	高群
改訂版セルフ・モニタリング尺度			
他者行動への感受性	25.89(3.61)	24.82(4.23)	23.36(4.53)
自己呈示変容能力	21.00(2.51)	18.94(3.16)	16.04(2.70)
適切さへの関心尺度			
社会的比較情報への関心	39.07(5.43)	41.05(6.14)	43.08(4.06)
状況可変性	24.48(4.21)	27.34(4.54)	30.56(3.62)
各群の人数	27	95	25

（ ）内は標準偏差を示す。

Ⅳ　考察

本研究では、対人恐怖心性の高い人々の訴えに着目し、彼らは自らの振る舞いがその状況にふさわしいものであるかどうかを非常に気にする一方で、その統制がままならないことを述べている点で一致していると考えた。このように、自らの行動がその場に合ったものであるかに注意を払い、ふさわしいものでないと判断したならば適切なものになるようにと行動をコントロールしようとする傾向はセルフ・モニタリングという概念として理解できると考え、対人恐怖心性の高い個人には特徴的なセルフ・モニタリングがみられるのではないか、という仮説のもと検討を行った。

まず相関分析を行ったところ、対人恐怖心性得点と「自己呈示変容能力」得点とのあいだに比較的高めの負の相関が、「社会的比較情報への関心」得点および「状況間可変性」得点とのあいだには弱い正の相関がみられた。対人恐怖心性が高いほど、自己呈示変容能力は低くなり、社会的比較情報への関心および状況可変性は高くなる傾向にあるということが示されている。前述のように、自己呈示変容能力尺度には、「ある場面で求められていることがわかれば、それに合わせて自分の行動を調整していくことはたやすいことである」、「いろいろな人や場面に合わせて、自分の行動を変えていくことは苦手である（逆転項目）」のような項目が含まれており、その場やその時の相手によって自らの行動を自由にコントロールできるかどうかを測定している。また社会的比較情報への関心とは「場違いなことをしないように、他の人に反応に注意するようにしている」、など行動を起こす際に、どの程度他者を参考にするのかを測定するものであり、状況可変性とは「場所や相手が異なれば、全く別の人のようにふるまうことがよくある」など状況によって自分の振る舞いが異なってしまう程度について測定するものであった。つまり、人は対人恐怖心性が高くなるほど、対人状況において、周囲に気を配りその場にふさわしくあろうとする気持ちはそれなりにあり、それを優先しているのだが、実際にはうまく振る舞うことができないと感じていると考えられる。

また本研究では、過剰ともいえる状況の適切さへの配慮と自らの行動の不適合感は、対人恐怖心性の高い人々を特徴づけるものであり、対人不安感の高い人々

とは異なる点ではないかと考え、比較検討することも目的としていた。そこで、対人不安感尺度においても同様に相関分析を行ったわけだが、結果として、対人不安感尺度得点と「自己呈示変容能力」得点とのあいだには弱い負の相関が、「社会的比較情報への関心」得点および「状況間可変性」得点とのあいだには弱い正の相関がみられた。このことから、対人不安感が高くなるほど、対人恐怖心性と同様の傾向がみられると考えられた。

そこで、さらに、より対人恐怖心性の高い個人について特化して把握するために、対人恐怖心性尺度得点および対人不安感得点によって群分けし、セルフ・モニタリング得点を比較する試みを行った。分散分析の結果、「他者行動への感受性」、「自己呈示変容能力」、「状況間可変性」について対人恐怖心性の主効果のみが認められた。つまり、対人恐怖心性の高い個人は、他者行動への感受性や自己呈示変容能力を低く評定していることになる。一方で、状況可変性については高く評価していることが示された。「他者行動への感受性」項目は、「目を見ることによって、時々その人の本当の気持ちを正確に読み取ることができる」、「他の人の気持ちや望んでいることを理解しようとする時、私の直感はよく当たる」など、他者の行動を適切に理解できているかについての自己評価を問う項目が並ぶ。これらの内容と併せると、対人恐怖心性の高い個人の、対人場面における自分の行動をその場の要請に合わせていくことができず、うまく振る舞えていないと感じ、どうにかしたいと思うものの、他者の態度から何が適切なのかを判断する力が無く、指針を失ってあせり、ただひたすら恐怖感をつのらせていく姿がみてとれるのではないだろうか。さらに、そのように自らの行動が適切であると自信が持てないために、おそらく常にうまくその場に合わせねばということにばかり注意を向けてしまい、自分自身がどうありたいか、自分自身の信念に従った振る舞いが少なくなり、その場その場ごとに自分がくるくると変わってしまう、まさに状況可変性の項目にあるように「私は自分のことをわかっているが、他の人は私のことを知らないと思う」、「他の人は本当の私を知らないだろうと、時々思うことがある」と本当の自分を誰にも分かってもらえないという孤独感をも感じているのであろう。

なお「社会的比較情報への関心」の項目は、「場違いなことをしないように、他の人の反応に注意している」「ある集まりでは、いつもそこでの適切さを考えて行動しようとしている」など、実際にうまく行動できるかはともかく、配慮の程度を問う項目が並んでいる。予想に反して、対人恐怖心性の高さとはあまり関連がみられなかった。他方、対人不安感の高い群においては、有意差はみられなかったものの、社会的比較情報への関心が高い傾向がみられた（$F(2,138)=2.587$、$p<.10$）。このことから、一般的な対人不安の高い個人は、人よりもその場の適切さに関心を持つ傾向があるが、それに対する自らの振る舞いは適度にコントロールができ、また周囲の人の振る舞いに対する判断力も平均的であり、全体としてやや対人状況に神経質ではあるものの、過剰に自らの行動にとらわれ続けはしないのかもしれない。対して対人恐怖心性の高い個人は、自らの行動がその場にふさわしいものであるのかどうかに拘っている訴えが多いものの、冷静に周囲を観察し適切さへのサインをとらえようとしているというわけではなく、自らの行動、判断力にばかり注意が向いているという点で、対人不安の高い群よりも自己中心的で病理が深いのかもしれない。

以上、本研究では、対人恐怖および対人不安の高低とセルフ・モニタリングとの関連について検討を行った。対人恐怖心性の高い個人の対人場面におけるあり方の一端が明らかとなったが、その場の適切さに関心が深いと考えていた当初の予想とは異なる点もみられた。今回用いた尺度では測定できないような側面での「適切さ」に注目している可能性も残されており、新たな尺度によって再検討することも必要となるかもしれない。また、本調査では、調査対象者の性別に偏りがあったため、男女差の比較は行わなかった。しかしコミュニケーションのあり方に男女差の存在を指摘する研究も多く、コミュニケーションを伴う対人場面におけるセルフ・モニタリングのあり方にも男女差を検討する必要があり、これらは今後の課題となろう。

引用文献

1） 笠原嘉（1993） 対人恐怖 加藤正明ほか編 新版精神医学事典 弘文堂 515.

2） 大野裕（2002） 対人恐怖症と社会不安障害の類似点と相違点 樋口輝彦・久保木富房・不安抑うつ研究会編 社会不安障害 日本評論社 113-125.

3） Schlenker, B. R. & Leary, M.R.（1982） Social anxiety and self-presentation: A conceptualization and model. Psychological Bulletin, 92, 641-669.

4） Goffman, E.（1959） The Presentation of Self in Everyday Life.

5） Snyder, M.（1974） The self-monitoring of expressive behavior. Journal of Personality and Social Psychology, 30, 526-537.

6） Snyder, M.（1983） Public Appearances Private Realities The Psychology of Self-Monitoring. W.H. Freeman and Company.

7） 佐藤健二（2004） 対人場面での不安 坂本真士・佐藤健二編 はじめての臨床社会心理学 有斐閣 187-200.

8） 大西将史（2008） 青年期における対人恐怖的心性と対人不安の差異―罪悪感による両概念の弁別― 心理学研究 79（4）、351-358.

9） Lennox, R. & Wolfe, R.（1984） Revision of the Self-Monitoring Scale. Journal of Personality and Social Psychology, 46, 1349-1364.

10） 岩淵千明（1996） 自己表現とパーソナリティ 大渕憲一・堀毛一也編 対人行動学研究シリーズ 5 パーソナリティと対人行動 誠信書房 53-75.

11） Briggs, S. R., Cheek, J. M. & Buss, A. H.（1980） An analysis of the Self-Monitoring Scale. Journal of Personality and Social Psychology, 36, 679-686.

12） 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.

13） Leary, M. R.（1983） Understanding Social Anxiety-Social, Personality, and Clinical Perspective-. Sage. （リアリィ、M.R. 1990 対人不安 生和秀敏監訳 北大路書房）