【研究ノート】

# 対人状況における振る舞いと対人恐怖心性

渡部　敦子 *

## Relationship between Behavior in Social Situation and Anthropophobic Tendency

Atsuko Watanabe


### 要　旨

対人恐怖心性とは一般青年にも広く認められる心性である。本研究では、対人恐怖心性の高い人が対人場面で普通に振る舞いたいと訴えることに着目し、質問紙において4つの対人場面を設定し、そこにおける「普通」の振る舞いがどのようなものであるのかについて回答を求めた。その結果、その場の対人関係を維持するような働きかけをする振る舞い方が「普通」であると多く報告された。一方、対人恐怖心性の高い人は、むしろ対人場面を回避するような振る舞いを「普通」として選択する傾向がみられた。

### Abstract

High anthropophobic tendency people often said that they wanted to behave normally, ordinary. But 'normal' is a very ambiguous concept. So, this study investigated the notion of normal behavior, and then, examined relationship between that and a level of anthropophobic tendency. The results were as follows: 1) the notion of 'normal behavior' common to many people were found in every situation, 2) high anthropophobic tendency people thought the normal behavior more negative.


● ● ○ **Key words**　対人恐怖心性 anthropophobic tendency ／ 対人状況 social situation ／ 相互行為秩序 order of interaction ／ 状況適切性 situational propriety

## 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）などと定義されており、日本において多くみられる神経症といわれている。しかし病理水準には至らずとも、似たような心性は一般青年に広く認められるとされ、これを対人恐怖心性と呼びこれまでに多くの研究がなされている（たとえば大西、2008、上地・宮下、2009、清水・岡村、2010）。

対人恐怖心性や、その類似概念である対人不安などについては、その名の示すように、その感情の喚起には実際の、あるいは想像上の対人場面が必要とされる。これら対人不安を喚起する状況要因としての対人場面

受付日　2011.9.13 ／ 受理日　2011.10.26
* 関西福祉科学大学　社会福祉学部　講師

についての研究はいくつかあるが（Buss、1980など）、対人不安については「初対面」、「大勢の人の前」、「評価される場面」などのように自分のパフォーマンスが他者にどのように評価されるのかに関わる場面が多く指摘されている。一方、対人恐怖心性に焦点を当てた渡部（2000）の研究においては、「レポート発表」や「目上の人と話す」、「人前で何かをする」というように、具体的に周囲の人から評価されるような場面も抽出されているが、その他に、「友人5～6人と雑談をする」、「道で知り合いとすれ違う」など、一般的にそれほど他者による具体的な評価を気にしなくて済むであろう場面も対人恐怖心性の高まる状況として抽出されている。このような状況の特徴は笠原（1977）によっても指摘されており、対人恐怖心性の高い者の怖れる状況の特徴的なところがよく示されていると考えられる。

ところで、対人恐怖心性を持つ人の訴えをみてみると、「その場に合った振る舞いができない」、「普通にやりたい」など、決して「上手に振る舞う」ことに重点があるのではなく、いかに「普通に」「人並みに」振る舞えるか、といったことを懸念しているのが伺える。またその状況としては、やはり先の抽出された状況群（渡部、2000）における、それほど他者評価を気にしなくても済むであろう場面についての言及が多いようである。対人恐怖心性を持つ人はかように「普通」であることを気にかけるが、そもそも対人場面における「普通」とは一体どのようなことであろうか。

Goffman,E.（1974）は他者と共在する時には相互行為秩序というものがあるとし、人には状況適合性が求められるとした。そして、その状況や関係性にふさわしい振る舞いをすることで、つつがなく社会が維持されると考えた。Goffmanの指摘するように、その場にふさわしい振る舞いをすることは、対人葛藤を減少させるなど円滑な対人関係を維持するために重要であろうと思われる。しかしその状況が曖昧なものであればあるほど、同時にふさわしい行為というものも曖昧となっていくと考えられる。またその時その時の相手や場所など様々な要因が異なることによって適切な振る舞いというものも変化しうるであろうし、さらにその適合性を読み取り、対応する力にも個人差があると思われる。そして個々人は、自身の経験に基づいた適切さのルールに従って日々行動していると考えられる。「普通」、「適切」とはこのように非常にとらえにくいものであるが、本研究では、普通の振る舞い、その場にふさわしい行為というものを状況ごとに記述してもらうことにより個人の内在化された「普通」を探索的にとらえようと試みる。また、そこで得られたそれらの記述と対人恐怖心性がどのように関係しているかについても検討することを目的とする。

## Ⅱ　方法

### 1　調査対象者

大学生135名（男性26名、女性109名）。回答に不備のある4名（男女2名ずつ）を除いた131名分を分析の対象とした。平均年齢は男性21.46歳（SD=2.43）、女性20.69歳（SD=2.88）であった。

### 2 質問紙の構成

（1）対人恐怖心性喚起状況における振る舞いを尋ねる項目：対人恐怖心性を喚起すると考えられる対人状況を、渡部（2000）を参考に4場面作成し、それぞれの状況について「普通は、あるいは一般的にはどう振舞うか」について自由記述で回答させた。作成された各場面は以下のとおりである。

場面①「今年の春、学校に入学して新しいクラスメートができました。さて、今日は授業も終わり、近くに座っていたクラスメート5～6人でなんとなくおしゃべりが始まりました。ただしこのクラスメートたちとはまだ何度か会話をしたくらいで、それほど仲がいいというわけではなく、知り合い程度です。」

場面②「図書館によって勉強し、遅くなったので帰ろうと歩いていると、後ろから声をかけられました。偶然にも知り合いが同じ図書館にいたようです。なりゆきで、一緒に帰ることになりました。しかししばらくすると、話が続かなくなり、2人とも黙ったまま歩き続けています。」

場面③「友人と会うために、喫茶店で待ち合わせをすることになりました。喫茶店に先について待っていると、その友人が見知らぬ人を一緒に連れてきました。どうやらその人は、友人に新しくできた友だちらしく、紹介しようと連れてきたようです。ところが友人は、『自分は用事ができたから、2人で遊んで』とすぐに帰ってしまい、初対面の人と2人きりで残されました。」

場面④「学校の廊下を歩いています。すると前方から、さっきすれ違って軽くあいさつしたばかりの知り合いが歩いてきています。この人とはそれほど親しいわけではありません。」

なおこれら4場面は、評価からはかけ離れたインフォーマルな場面であり、しかしながら対人恐怖心性の高い者が恐れる特徴的な場面と考えられたため特に取り上げた。どう振る舞うかについての明確なルールが無く、行動の選択の幅が広いが故に回答のばらつきが予想される。

(2) 対人恐怖心性に関する項目：堀井・小川（1996）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、Ⅰ「自分や他人が気になる」悩み、Ⅱ「集団に溶け込めない」悩み、Ⅲ「社会的場面で当惑する」悩み、Ⅳ「目が気になる」悩み、Ⅴ「自分を統制できない」悩み、Ⅵ「生きることに疲れている」悩みという6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) フェイスシート

### 3 調査手続きと調査時期

手続きとしては、講義の一部の時間を用い質問紙を配布し、回答した結果は統計的に処理すること、回答を拒否する自由があることなどを説明し協力をお願いした。約20分後に質問紙を回収した。調査時期は2007年2月であった。

## Ⅲ 結果

### 1 記述統計量

対人恐怖心性尺度得点の平均値と標準偏差を算出した。さらに、下位尺度ごとにも平均値と標準偏差を算出した。結果を Table1 に示す。

Table1 対人恐怖心性尺度得点の下位尺度ごとおよび合計得点の平均値と標準偏差

| 対人恐怖心性 | Ⅰ | Ⅱ | Ⅲ | Ⅳ | Ⅴ | Ⅵ | 合計 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 平均値 | 16.78 | 15.28 | 15.82 | 11.85 | 14.53 | 12.02 | 86.29 |
| 標準偏差 | 6.45 | 6.59 | 7.39 | 7.38 | 5.79 | 6.08 | 29.36 |

### 2 対人状況における振る舞いの分類

対人恐怖心性喚起場面における振る舞いについての自由記述を、場面ごとに KJ 法にて分類した。場面1から4についての結果を Table2 から Table5 に示す。場面1は、それほど親しくない友人たちとの会話という場面であるが、「楽しくおしゃべりする」、「会話に入っていこうとする」、あるいは「あたりさわりの無い会話をする」といったグループのように、関係づくりへの積極性という点では前二者は能動的であり後者はやや消極的に見受けられるが、ともあれ共通してその場

Table2 場面1における振る舞い

| | |
|---|---|
| 楽しくおしゃべりする | 25 |
| 会話をする | 22 |
| 会話に入っていこうとする | 15 |
| あたりさわりのない会話をする | 15 |
| 日常的な話題で会話をする | 11 |
| 話を聞く | 11 |
| 周囲の反応をみて話を合わせる | 10 |
| きりのいいところで帰る | 6 |
| 話を早めに切り上げて帰る | 3 |
| 笑顔をつくる | 2 |
| その場にいる | 2 |
| 連絡先の交換をする | 2 |
| その他 | 8 |

Table3 場面2における振る舞い

| | |
|---|---|
| 話題を見つけて会話をする | 38 |
| 話題を探す | 32 |
| あたりさわりの無い会話をする | 14 |
| 言い訳をして別れる | 13 |
| 黙ったまま | 12 |
| 無理やり会話を続ける | 9 |
| 質問をする | 4 |
| 相手の様子をみる | 2 |
| その他 | 8 |

Table4 場面3における振る舞い

| | |
|---|---|
| 会話をする | 29 |
| 少し会話をし帰る | 22 |
| 会話をしその先の行動を決める | 22 |
| その友人について話す | 21 |
| 仲良くなろうとする | 9 |
| 帰る | 8 |
| 相手にどうしたいか尋ねる | 7 |
| 遊ぶ | 4 |
| 映画などに行く | 2 |
| 連絡先を交換する | 2 |
| その他 | 6 |

Table5 場面4における振る舞い

| | |
|---|---|
| もう一度あいさつする | 33 |
| 「また会ったね」と声をかける | 24 |
| 会釈をする | 16 |
| 微笑みかける | 14 |
| 何もしない | 11 |
| 笑顔で会釈する | 6 |
| 話しかける・しゃべる | 6 |
| 笑顔であいさつする | 6 |
| 気づかないふりをする | 5 |
| 手を振る | 5 |
| 相手の様子をみる | 2 |
| その他 | 4 |

の会話に参加するという回答の度数が多くみられた。その他、「話を聞く」、「笑顔でいる」などとりあえずその場には存在しようとするという回答や、「きりのいいところで帰る」、「話を早めに切り上げて帰る」というようにその状況から退避しようという回答がみられた。次に場面2は、知りあい程度の友人と2人きりの際に沈黙が続く、という場面であるが、「話題をみつけて会話をする」、あるいはその前段階としての「話題を探す」などの回答が多く、このような沈黙状況ではどうにかして会話を続けようとするという対処が一般的と考える者が多かったようである。一方、そのまま「黙っている」というように会話の存続にこだわらない回答も一定数みられた。また「言い訳をして別れる」というようにその沈黙状況に耐えられずに理由づけをしてその場の関係を終了させるという対処をする者もあった。場面3は、初対面の人と2人きりにされるという場面である。このような状況に対する一般的な対処として多く挙げられたのは、「会話をする」に代表されるように、とりあえず自己紹介や共通の友人についてなど相手と話をしてみるというものであった。場面設定として、友人の紹介による初対面というものであったため、関係形成に向けての働きかけというのが多く「普通」として挙げられたようである。しかし「少し会話をし帰る」、「帰る」のように、関係形成を心理的負担と感じ回避しようとする回答もみられた。最後に場面4であるが、一度あいさつをして別れた相手とまた会うという状況である。このような状況への対処として多くみられたのが、「もう一度あいさつする」のように、再び声をかけあいさつを交わすというものであった。それに続いて、言葉は交わさないまでも会釈をしたり笑顔を示すなど、相手を認識していることを示す対応をする者が多かった。しかし反対に、「何もしない」さらには「気づかないふりをする」などやはり回避的な対応をする者もみられた。

### 3　対人状況における振る舞いと対人恐怖心性との関係

各場面における対処行動と対人恐怖心性とのあいだに何らかの関連がみられるかを検討するため、場面1～4の各振る舞いを選択した者たちの対人恐怖心性得点の平均点を算出した。結果をFigure1からFigure4に示す。

場面1では、「話を聞く」、「きりのいいところで帰る」などで得点が高いようであり、その場の会話に積極的に参加するというよりもただ話を聞くというかたちで居合わせることを選ぶ、あるいは機会を見て離脱することを選択するというように回避的な対応を一般的と考える者の対人恐怖心性得点が高いようであった。場面2では、「言い訳をして帰る」というように基本的にその場を避けるような群が、また会話をするにしてもその話題のあたりさわりの無さに配慮するなどの記述をした群の対人恐怖心性得点が高いようであった。対人恐怖心性の高い人は周囲からの評価を気にする傾向があるとされているが（石川ほか、1992、永井、1994など）、「相手の様子をみる」という群でも得点が高いことはこの知見と一致していると考えられる。場面3では、「帰る」、あるいは少数意見であるが「映画をみる」、「連絡先を交換する」などあまり会話を交わさなくても済むような選択をした群における対人恐怖心性得点が高いようであった。場面4では、「笑顔であいさつする」、「笑顔で会釈する」を選んだ群において対人恐怖心性得点が高いようであった。群に含まれた記述を詳細にみると、「苦笑しながら～」「少し笑顔で～」というよう表現がされており、これは出会えた嬉しさの表現というよりは気まずさや当惑を伝えるものとしての機能があるように思われる。

さらに詳細に検討するために、各場面の振る舞いを類似度の高さを基準にさらにKJ法にて圧縮し、その後各振る舞いを独立変数、対人恐怖心性得点を従属変数とした1要因の分散分析を行った。圧縮した結果、振る舞いのカテゴリーは、場面1では1「楽しくおしゃべりをする」、2「あたりさわりのない会話をする」、3「話を聞く」、4「話を切り上げて帰る」、5「その他」となり、場面2では1「話題をみつけて会話をする」、2「話題を探す」、3「言い訳をして別れる」、4「黙ったまま」、5「その他」、場面3では1「会話をする」、2「帰る」、3「遊ぶ」、4「その他」、場面4は1「もう一度あいさつする」、2「会釈する」、3「何もしない」、4「気づかないふりをする」、5「その他」となった。また対人恐怖心性得点は、合計得点および下位尺度得点それぞれを従属変数として用いた。

分散分析の結果、場面1では、下位尺度Ⅱ「集団に溶け込めない」について有意差が認められた（F（4,126）

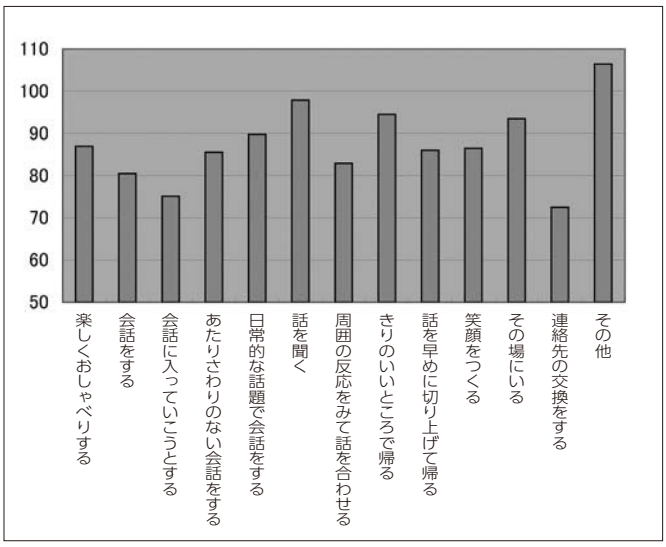


Figure1　場面1の振る舞いごとの対人恐怖心性

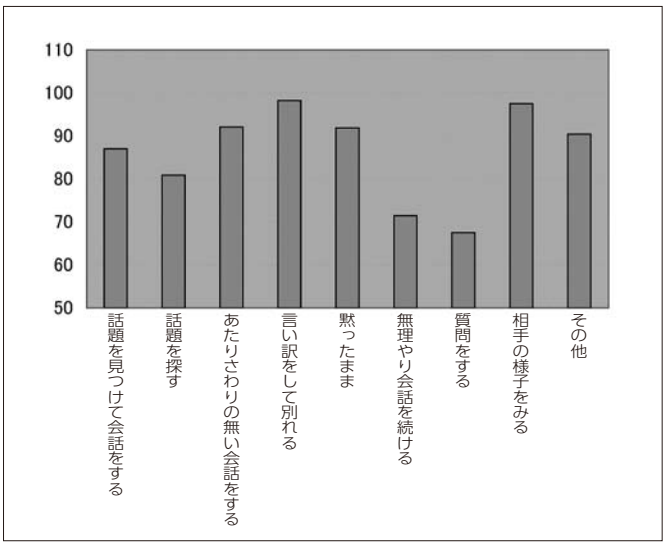


Figure2　場面2の振る舞いごとの対人恐怖心性

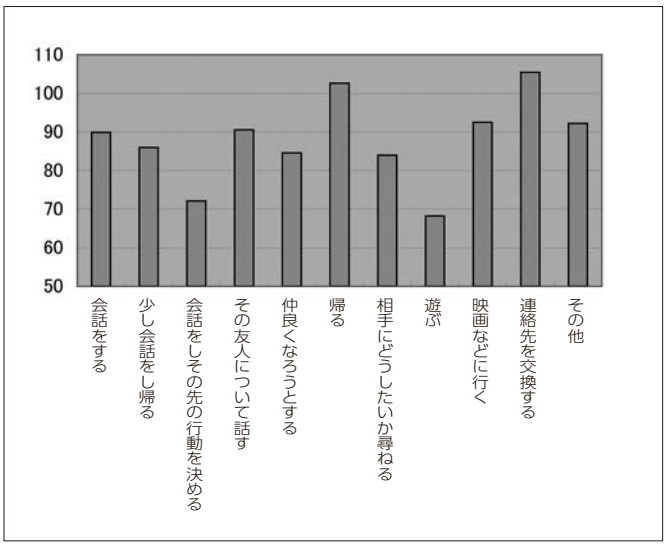


Figure3　場面3の振る舞いごとの対人恐怖心性

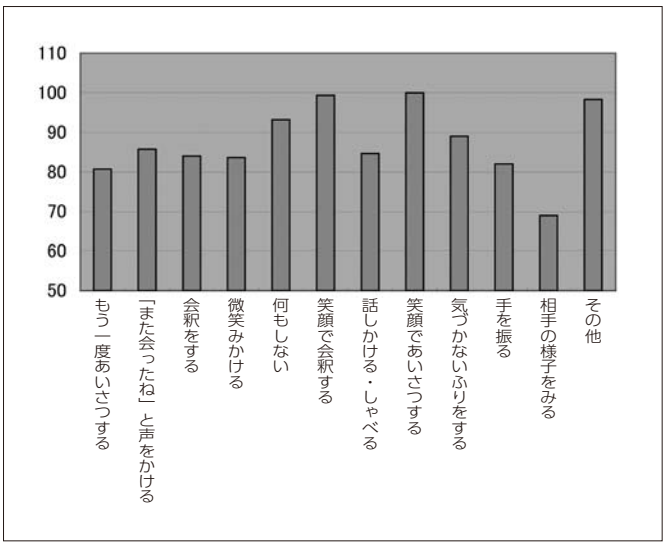


Figure4　場面4の振る舞いごとの対人恐怖心性

＝2.87、p<.05）。LSD法による多重比較を行ったところ、振る舞い2「あたりさわりのない会話をする」<3「話を聞く」、5「その他」という差がみとめられた。話を聞くという振る舞いを選択する者は、対人恐怖心性、なかでも「集団に溶け込めない」悩みが高いことが示されたといえる。場面2では下位尺度Ⅱ「集団に溶け込めない」および下位尺度Ⅵ「生きることに疲れている」についてそれぞれ有意傾向がみられた（F（4,126）＝2.40、p<.10、F（4,126）＝2.14、p<.10）。それぞれLSD法による多重比較を行ったところ、共に1「話題をみつけて会話をする」、2「話題を探す」、<3「言い訳をして別れる」という差がみられ、言い訳をして別れるという選択をした者は対人恐怖心性、特に「集団に溶け込めない」、「生きることに疲れている」という側面についての得点が高いことが示された。続いて場面3、場面4について同様に分析を行ったが、すべて有意差は認められなかった。

## Ⅳ　考察

本研究では、対人恐怖心性の高い人々の訴えに現れる「普通に振る舞いたい」という内容に着目し、我々は対人場面でどのように振る舞うのが「普通」であると考えるのかを探索的に検討した。特に対人恐怖心性を喚起すると思われるような対人場面を設定し、そこ

での行動パターンの収集を試みた。その結果、場面ごとに様々な振る舞いが抽出された。それほど親しくない友人たちとの雑談という場面1では、積極的であれ消極的であれ、共通してとにかくその場の会話に参加しようという振る舞いを「普通」と考える人が多くみられた。それほど親しくない友人と2人きりで沈黙が続く、という場面2では、会話を続けようと試みる、あるいはそのために話題を必死に探す、というような回答が多く「普通」として挙げられた。初対面の人と2人きりという場面3では、これもやはりまず会話をしてみる、といった内容が一番多く挙げられた。1度あいさつした相手と再び会ってしまう、という場面4では、もう1度あいさつをしたり、そうでなくとも笑顔や会釈でコミュニケーションをとろうとするという回答が多くを占めた。やはり場面全体を通して「普通」の主流として考えられたのは、対人場面におかれたら、とりあえず何らかのかたちで相手とコミュニケーションをとろうとするというものであった。

しかし一方、対人恐怖心性の高低と振る舞いの選択との関連をみたところ、「普通」として主流な振る舞い方を選択する人は対人恐怖心性傾向はそれほど高くはなく、むしろ、各場面におけるやや回避的な振る舞いや（たとえば場面1、2、3でみられる「きりのいいところで帰る」など）、消極的な振る舞い（たとえば場面1「話を聞く」など）を「普通」と考える人に対人恐怖心性の高い人々が多いようであった。対人恐怖心性の高い人はその状況に合った振る舞いが苦手だと申告することが多いが、振る舞い方自体はさておき、どう振る舞うべきか、という行動の選択の時点でやや一般よりも消極的な思考を「普通」であると認識してしまっていると考えられる。それゆえ、この部分を修正することがより社会的に適切な振る舞いの実践へとつながっていく助けとなるのかもしれない。ただし、これら状況適合性とは時々刻々と変化するものでもあるがゆえ、紋切り型に当てはめるというわけにはいかないのもまた当然である。

なお本研究では、調査対象者の男女比率に偏りがみられ、この要因の影響を考慮しながら結果を理解する必要があろう。また調査において、各場面に対し「一般的には、あるいは普通はどう振舞うか」を尋ねたが（教示の際にも念を押したつもりであるが）、自分はどうするかといった視点からの回答と明確に区別できずに回答した調査対象者が多かったかもしれず、尋ね方を工夫する必要があると考えられる。さらに自由記述の分類について、たとえば周囲への配慮の程度や対応の多様性などの基準に基づいて行うなど、別の視点から分類法を用いることでまた新たな結果が見出されるかもしれず、今後の課題としたい。

## V　引用文献


Buss, A. H.（1980）　Self-Consciousness and social anxiety. San Fransisco: Freeman.

Goffman, E.（1974）Frame Analysis: An Essay on the Organization of Experience. New York: Harper & Row.

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.

石川利江・佐々木和義・福井至（1992）　社会的不安尺度FNE-SADSの日本版標準化の試み　行動療法研究、18、10-17.

上地雄一郎・宮下一博（2009）　対人恐怖傾向の要因としての自己愛的脆弱性、自己不一致、自尊感情の関連性　パーソナリティ研究、17（3）、280-291.

笠原嘉（1977）青年期　中公新書

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.

永井撤（1994）　対人恐怖の心理　サイエンス社

大西将史（2010）　青年期における対人恐怖的心性と対人不安との差異－罪悪感による両概念の弁別－　心理学研究、79（4）、351-358.

清水健司・岡村寿代　対人恐怖心性－自己愛傾向2次元モデルにおける認知特性の検討－対人恐怖と社会恐怖の異同を通して－　教育心理学研究、58、23-33.

渡部敦子（2000）対人恐怖心性の特徴－状況による分析および対人不安との比較　日本心理学会第64回大会発表論文集、85.