ヒューマンサイエンス リサーチ VOL. 13 2004 (255～262)

資　料

公的自己意識と自己陳述が対人恐怖症傾向に及ぼす影響

井上朋子*・小山徹平**
金井嘉宏***・坂野雄二****

要　旨

本研究の目的は、社会恐怖の認知的要因として考えられている公的自己意識と自己陳述が対人恐怖症傾向に及ぼす影響について検討することであった。大学生456名は対人恐怖症尺度、自意識尺度、社会的自己陳述尺度に回答することを求められた。パス解析の結果、公的自己意識が自己陳述を媒介して対人恐怖症傾向に影響を及ぼすというモデルの適合度が最も高かった。したがって、対人恐怖症の認知的メカニズムは社会恐怖と類似していることが示された。最後に、対人恐怖症に対する治療法として認知行動療法が適用できるかどうかについて考察された。

【問題と目的】

対人恐怖症は、わが国における文化特異的な恐怖症として注目され、米国精神医学会のDSM-Ⅳには社会恐怖の一亜型としてあげられている (American Psychiatric Association: APA, 1994)。対人恐怖症とは個人の外見、臭い、表情、しぐさなどの身体的特徴またはその機能が、他者を不快にさせ、当惑させ、攻撃することに対する強い恐怖を指している (APA, 1994)。また、対人恐怖症には、妄想を含むタイプと含まないタイプがあるといわれているおり、妄想を含まないタイプと社会恐怖が類似していると考えられている (山下、1997)。

対人恐怖症と類似していると言われている社会恐怖とは、他者の評価に曝されるかもしれない状況に対する顕著で持続的な恐怖を指している (APA, 1994)。

一方、社会恐怖や対人恐怖症と類似した概念として社会不安がある。Schlenker & Leary (1982) によると、社会不安とは、「現実の、あるいは想像上の対人場面において、他者からの評価に直面したり、もしくはそれを予測することから生じる不安状態」と定義されている。多くの研究によって、他者からの評価に対する懸念が社会不安の中核的な概念であることが示されている (e.g., Beck, Emery, & Greenberg, 1985)。そして、社会不安が強まり、日常生活に支障をきたしている場合に社会恐怖とされる (McNeil, 2001)。

社会不安の近年のモデルは、認知的側面を強調しているものが多く (e.g., Beck, Emery, & Greenberg, 1985)、社会不安の低減には認知的側面への働きかけが有効であると考えられている (久保、1994)。一方、対人恐怖症は認知的側面からの実証的研究はなされていない。しか

*早稲田大学大学院人間科学研究科修士課程
**早稲田大学大学院人間科学研究科博士後期課程
***北海道医療大学大学院看護福祉学研究科博士後期過程
****北海道医療大学心理科学部

し、対人恐怖症は認知行動療法が有効とされる社会恐怖との類似性が認められており、対人恐怖症傾向が高い人は、社会恐怖の中核的な特徴である「他者からの否定的評価に対する恐れ」も高いという報告がある（金井・笹川・嶋田・坂野、2002）。したがって、対人恐怖症の維持には社会恐怖と類似した認知的メカニズムが働いている可能性がある。

久保（1994）は、社会不安を自己意識、自己陳述、原因帰属、不合理な信念、一般性自己効力感、セルフ・エスティームといった認知的側面から検討した。その結果、社会不安を説明するモデルとして、公的自己意識が自己陳述を媒介して社会不安に影響を与えるというモデルが示された。

社会不安と自己意識の密接な関連を示す研究は多い。Fenigstein, Scheier, & Buss (1975) は、個人のパーソナリティー要因として２つの自己意識を報告した。１つは「私的自己意識」と名づけられ、他者から直接観察されない自己の側面に注意を向ける程度に関する個人差を示す。もう１つは、「公的自己意識」と名づけられ、他者に観察される自己の側面に注意を向ける程度に関する個人差を指している。Fenigstein et al. (1975) はこの２側面に社会不安因子を加え、自己意識尺度を作成した。私的自己意識の高い人は態度と行動の一貫性が高いこと (Scheier, 1980)、公的自己意識が高い人は他者からの評価に敏感であり（Fenigstein, 1979)、他者の目を意識して自己表出の仕方をコントロールする傾向が強いことが確認されている (Carver & Humphries, 1981)。そして、公的自己意識と社会不安との密接な関係は多くの研究によって示されている（e.g., Buss, 1980)。

一方、自己陳述とは、場面に対応して個人が行う「内的対話」であり (Meichenbaum, 1977)、特定の状況における一時的な認知反応を指している（Glass, Merluzzi, Biever, & Larsen, 1982)。社会不安の強い人の多くが、対人相互作用の前、最中のそれぞれに否定的な自己陳述を思い浮かべていたという報告はよく知られており（Clark & Arkowitz, 1975など)、Glass et al. (1982) は、異性と対面したときの思考を列挙する方法を用いて、社会的自己陳述尺度 (Social Interaction Self-Statement Test: SISST) を作成した。SISSTは、社会的場面における肯定的な自己陳述と否定的な自己陳述の２つの下位尺度で構成されており、高社会不安者は否定的な自己陳述が多く、肯定的な自己陳述が少ないことが示されている（Heimberg, Bruch, Hope, & Dombech, 1990)。Meichenbaum (1977) の自己教示法は、自己陳述

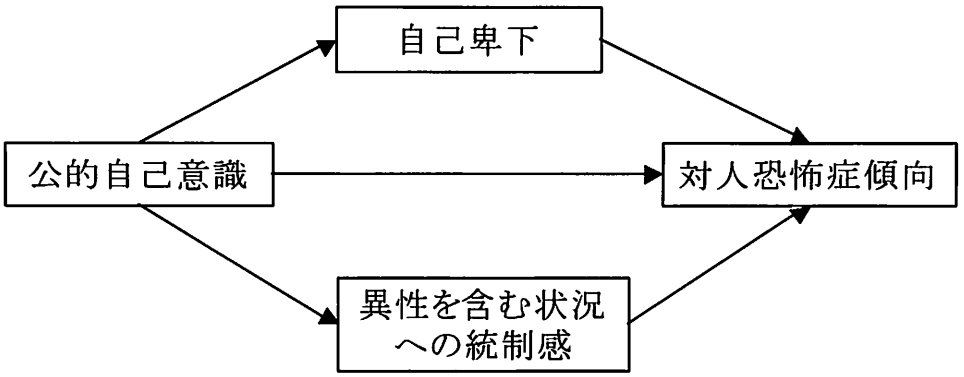

Fig.1　対人恐怖症傾向の概念図

を修正し、クライエントに対処的自己陳述を獲得させることにとって、不安の解消を図っているが、Ellis & Harper (1975) は、不安や心配の構成因は、明確に言語化したか否かの別はあるものの、「…とは何と恐ろしいことだろう」とか「もし…だとすると、これはまったくひどいことになりそうだ」と、絶えず自分に語っていること (self-talk) だとも述べている。

そこで本研究では、久保 (1994) の社会不安モデルを参考にして対人恐怖症の仮説モデルを構築し (Fig. 1)、モデルの妥当性を検討することによって、対人恐怖症の認知的メカニズムを明らかにすることを目的とした。

【方　法】

調査対象

首都圏私立大学生525名を調査対象とした。記入漏れや記入ミスのあった回答を除外し、456名 (男性209名、女性244名、平均年齢20.3±3.43歳、不明3名；有効回答率86.9%) の回答を分析対象とした。

調査実施期間

調査は2002年7月上旬から11月上旬にわたって実施された。

調査材料

(1) 対人恐怖症尺度 (Taijin Kyofusho Scale: TKS; Kleinknecht, Dinnel, Kleinknecht, Hiruma, & Harada, 1997) は31項目で構成され、回答方法は、「全くあてはまらない」から「全くその通りだ」までの7件法である。

(2) 自意識尺度 (Self-Consciousness Scale: SCS, 菅　原, 1984) は、Fenigstein et al. (1975) の自己意識尺度をもとに菅原 (1984) が独自に作成した日本語版である。「公的自己意識」と「私的自己意識」の2因子26項目で構成され、回答方法は「非常にあてはまる」から「全くあてはまらない」までの5件法である。

なお、菅原(1984)はFenigstein et al.(1975)の自己意識尺度の26項目から5項目、久保(1994)は4項目を除外している。本研究では、26項目すべてに対して再度因子分析を行い、因子構造を確認した。

(3) 社会的自己陳述尺度 (Social Interaction Self-Statement Test: SISST; 久保, 1994) は、Glass et al. (1982) によって作成された社会的自己陳述尺度をもとに、久保 (1994) が作成した日本語版である。「自己卑下」と「異性を含む状況への統制感」の2因子30項目で構成され、回答方法は「全く考えない」から「非常によく考える」までの5件法である。

なお、久保 (1994) はGlass et al. (1982) の社会的自己陳述尺度の30項目から3項目を除外している。本研究では、30項目すべてに対して再度因子分析を行い、因子構造を確認した。

【結　果】

1. 各尺度の因子構造

TKS、SCS、SISSTについて、それぞれ主因子法、バリマックス回転の因子分析を行った。その結果、SCS、SISSTは久保 (1994) による因子分析の結果と同様の因子と項目が抽出された。また、TKSは1因子構造であった。

2. 基礎統計量

個人ごとの各尺度の合計得点を算出し、基礎統計量を算出した (Table 1)。自己意識は、菅原 (1984) の結果と比較すると、公的自己意識・私的自己意識ともに今回の方が低い値であった。自己陳述は、久保 (1994) と比較すると、自己卑下では大きな差異がなかったが、異性を含む状況への統制感は今回の方が高い値であった。TKSに関しては、Kleinknecht et al. (2001) における健常群の値に比べて高い値が得られた。

3. 相関分析

各尺度における個人ごとの合計得点を用いて、Pearsonの相関係数を算出した (Table 2)。公

Table 1　各尺度における基礎統計量

(N=456)

	本研究における		標準化された際の	
	平均	標準偏差	平均	標準偏差
公的自己意識	39.86	7.13	54.60	9.10
私的自己意識	40.96	7.10	52.15	8.35
自己卑下	38.44	7.25	39.14	9.00
異性を含む状況への統制感	41.86	6.27	34.20	7.94
対人恐怖症傾向	97.27	33.91	90.53	29.04

Table 2　各変数間の相関係数

(N=456)

	対人恐怖症傾向	自己卑下	異性を含む状況への統制感	公的自己意識	私的自己意識
対人恐怖症傾向	1.00				
自己卑下	.66	1.00			
異性を含む状況への統制感	.29	.03	1.00		
公的自己意識	.36	.51	.10	1.00	
私的自己意識	.06	.13	-.13	.32	1.00

的自己意識は自己卑下、対人恐怖症傾向との間に中程度の正の相関が見られたのに対し（自己卑下：r=.51、p<.01；対人恐怖症傾向：r=.36、p<.01)、私的自己意識は自己卑下、対人恐怖症傾向との相関係数は小さく（自己卑下:r=.13、p<.01; 対人恐怖症傾向:r=.06、p<.01)、異性を含む状況への統制感との間には低い負の相関が見られた（r=−.13、p<.01)。

したがって、私的自己意識と他の変数との相関関係は弱いことが示された。先行研究においても、社会不安には私的自己意識より公的自己意識の方が影響していることが示されているため、本研究ではFig. 1 に示したように私的自己意識を除いたモデルを検証する。

4．パス解析

Fig. 1 のモデルについて公的自己意識を外生変数、自己卑下と異性を含む状況への統制感、対人恐怖症傾向を内生変数としたパス解析を行った。その結果、公的自己意識から自己卑下へのパス係数は.51、自己卑下から対人恐怖症傾向へのパス係数は.64であった。また、公的自己意識から異性を含む状況への統制感へのパス係数は.10、異性を含む状況への統制感から対人恐怖症傾向へのパス係数は.27であった。一方、公的自己意識から対人恐怖症傾向へのパス係数は.01であり、直接的な影響がほとんど見られなかった。パス係数が、.10以上である

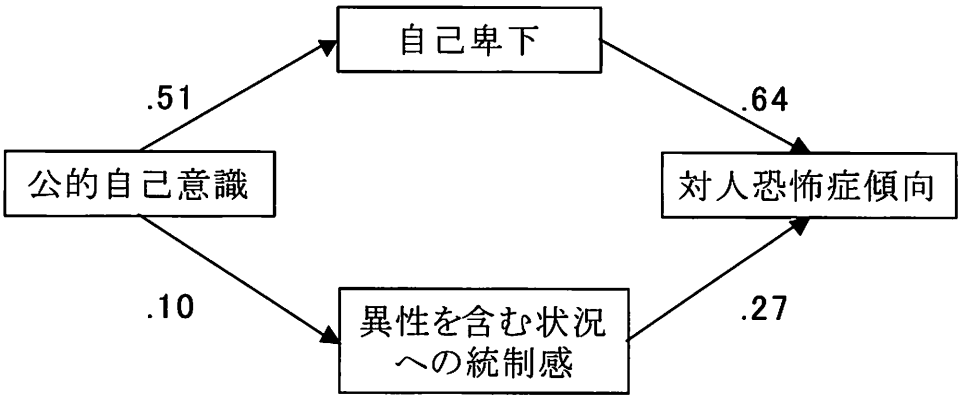

Fig. 2　パス・ダイアグラム
パス係数は.10以上であるものだけを示す。

ものをFig. 2に示した。次に、公的自己意識から対人恐怖症傾向へのパスを除いたモデルについて再度パス解析を行ったところ、他の変数間のパス係数にほとんど変化は見られなかった。したがって、公的自己意識が対人恐怖症傾向に及ぼす影響は、自己卑下や異性を含む状況への統制感といった自己陳述を媒介していると考えられた。そこで、公的自己意識から対人恐怖症傾向へのパスを設定したモデルとパスを除去したモデルの適合度を比較した。

5．モデルの適合度

モデルの適合度を測る指標としては、GFI (Goodness of Fit Index), AGFI (Adjusted Goodness of Fit Index), RMSEA (Root Mean Square Error of Approximation), AIC (Akaike's Information Criterion), CAIC(Corrected Akaike's Information Criterion) を用いた。

公的自己意識から対人恐怖症傾向へのパスを設定したモデルのGFI、AGFIを算出したところ、GFI=1.00、AGFI=0.997であった。一方、公的自己意識から対人恐怖症傾向へのパスを除去したモデルでは、GFI=1.00、AGFI=0.998であった。したがって、両モデルともに説明力が高く、予測の精度も高いモデルであるといえる。また、両モデルともにRMSEA=0.00であり、データに対するモデルの適合が非常に良いという結果であった。さらに、公的自己意識から対人恐怖症傾向へのパスを設定したモデルではAIC=18.29、CAIC=64.39であったのに対し、公的自己意識から対人恐怖症傾向へのパスを除去したモデルではAIC=16.37、CAIC=57.35であった。したがって、公的自己意識から対人恐怖症傾向へのパスを想定したモデルよりもパスを想定しないモデルの方が、説明力や安定性がより高いモデルであることが明らかにされた。

以上のパス解析の結果から、公的自己意識が自己陳述を媒介して対人恐怖症傾向に影響を及ぼすというモデルの妥当性が示されたといえる。

【考　察】

本研究の目的は、対人恐怖症が社会恐怖と類似した認知的メカニズムによって説明することができるかどうかを確認するために、社会恐怖の認知的要因として考えられている公的自己意識と自己陳述が対人恐怖症傾向に及ぼす影響について検討することであった。本研究の結果、

公的自己意識が自己陳述を媒介して対人恐怖症傾向に影響を及ぼすというモデルが高い妥当性をもつことが示された。したがって、対人恐怖症は久保（1994）の社会不安モデルと同様のモデルで理解することが可能であるといえる。対人恐怖症は認知的側面からの実証的な研究はなされていないが、対人恐怖症と社会恐怖の認知的メカニズムの類似性を示唆する先行研究は報告されており（金井他、2002)、本研究の結果はその結果と一致するものであった。妄想を含まない対人恐怖症に関しては社会恐怖と類似した認知的メカニズムで不安が維持されていると考えられるため、社会恐怖に有効とされる認知行動療法が有効である可能性が示された。

また、公的自己意識は対人恐怖症傾向に直接的な影響を及ぼさず、自己卑下や異性を含む状況への統制感といった自己陳述を媒介することによって対人恐怖症傾向に影響を及ぼしていることが明らかにされた。先行研究において、公的自己意識が高いほど、社会不安傾向が高いことが示されてきたが（e.g., Buss, 1980)、その関係には自己陳述が媒介していることが示された。すなわち、公的自己意識が高いからといって必ずしも対人恐怖症傾向が高くなるわけではなく、公的自己意識が高く、かつ否定的な自己陳述が多い場合に対人恐怖症傾向が高くなることがわかった。

一方、自己陳述の中でも、自己卑下が対人恐怖症傾向に及ぼす影響が大きかった。わが国の大学生を対象に作成された浅野（1996）の自己陳述尺度においても、否定的な自己陳述が少ないほど、他者評価不安が低いことが示されている。浅野（1996）と本研究の結果から、特に否定的な自己陳述である自己卑下が対人恐怖症のメカニズムの中で重要な認知的要因の１つになっているといえる。

したがって、臨床的視点からみると、自己卑下が減少することが対人恐怖症の低減には重要である。自己卑下は操作が可能な要因であると指摘されており、臨床的介入では、自己卑下に代わる対処的自己陳述の獲得を促す自己教示法の適用が有効であると考えられている（Meichenbaum, 1977)。

認知療法には、セルフ・モニタリングを通して否定的な認知に気付かせる、という過程が含まれるが、本人にとって気付きやすい認知である自己陳述を取り扱うことは、背景にある反応スタイルを推定するためにも有効であり、クライエントの否定的で偏った認知を変容させる足がかりになるだろう（浅野、1996)。

なお、本研究では公的自己意識、自己陳述が対人恐怖症傾向に強く影響していることが示されたが、久保（1994）のモデルの一部を検討したに過ぎない。今後は、その他の要因と対人恐怖症との関係も明らかにし、対人恐怖症の認知的メカニズムをさらに詳しく検討することが課題である。

【文　献】

American Psychiatric Association 1994 *Diagnostic and statistical manual of mental disorders, Fourth edition (DSM-IV)*, Washington, DC：APA.

浅野桂子　1996　対人的困難場面における自己陳述尺度の作成ならびに社会不安，劣等感との関連について　ヒューマンサイエンスリサーチ，5，15-28.

Beck, A. T., Emery, G., & Greenberg, R. L. 1985 *Anxiety disorders and phobias*. New York: Basic Books.

Buss, A. H. 1980 *Self-consciousness and social anxiety*. San Francisco: Freeman.

Carver, C. S., & Humphries, C. 1981 Havana day-dreaming: A study of self-consciousness and the negative reference group among Cuban-Americans. *Journal of Personality and Social Psychology*, 40, 545-552.

Clark, J. V., & Arkowitz, H. 1975 Social

anxiety and self-evaluation of interpersonal performance. *Psychological Reports*, 36, 221-221.

Ellis, A., & Harper, R. A. 1975 *New guide to rational living*. Englewood Cliffs. New Jersey: Prentice-Hall, Inc.

Fenigstein, A. 1979 Self-consciousness, self-attention and interaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37, 75-86.

Fenigstein, A., Scheier, M. F., & Buss, A. H. 1975 Public and private self-consciousness: Assessment and theory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology,* 43, 522-527.

Glass, C. R., Merluzzi, T. V., Biever, J. L., & Larsen, K. H. 1982 Cognitive assessment of social anxiety: Development and validation of a self-assessment questionnaire. *Cognitive Therapy and Research*, 6, 37-56.

Heimberg, T. G., Bruch, M. A., Hope, D. A., & Dombeck, M. 1990 Evaluating the states of mind model: Comparison to an alternative model and effects of method of cognitive assessment. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 1-23.

金井嘉宏・笹川智子・嶋田洋徳・坂野雄二 2002 否定的評価に対する恐れと対人恐怖症傾向の関係 日本行動療法学会第28回大会発表論文集, 48-49.

Kleinknecht, R. A., Dinnel, D. L., Herbert, J., & Harwell, V. 2001 Comparison of social phobia and taijin kyofusho symptoms in a clinical sample, World Congress of Behavioral and Cognitive Therapies, Vancouver.

Kleinknecht, R. A., Dinnel, D. L., Kleinknecht, E. E., Hiruma, N., & Harada, N. 1997 Cultural factors in social anxiety: A comparison of social phobia symptoms and taijin kyofusho. *Journal of Anxiety Disorders*, 11, 157-177.

久保義郎 1994 社会不安の認知的側面の検討－他者からの否定的な評価に対する不安について 早稲田大学人間科学研究科平成5年度 修士論文.

Leary, M. R. 1982 Social anxiety. In L. Wheeler (Ed.), *Review of personality and social psychology* (Vol.3). Beverly Hills: Sage.

McNeil, D. W. 2001 Terminology and evolution of constructs in social anxiety and social phobia. In S. G. Hofmann, & P. M. DiBartolo (Eds.), *From social anxiety to social phobia: Multiple perspectives*. Boston: Ally & Bacon. Pp. 8-19.

Meichenbaum, D. H. 1977 *Cognitive behavior modification: An integrative approach*. New York: Plenum Press.

Scheier, M. F. 1980 Effects of public and private self-consciousness on the public expression of personal beliefs. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, 514-521.

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

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.

山下 格 1997 対人恐怖の病理と治療 精神科治療学, 12, 9-13.

[2004年5月26日受理]

The Influence of Public Self-Consciousness and Self-Statement on the Taijin Kyofusho Tendency

Tomoko Inoue* , Teppei Koyama* , Yoshihiro Kanai**
& Yuji Sakano***

Abstract

The purpose of this study was to investigate the influence of public self-consciousness and self-statement as cognitive factors in social phobia on the Taijin Kyofusho tendency. Four hundred and fifty-six undergraduate students completed the Taijin Kyofusho Scale, the Self-Consciousness Scale and the Social Interaction Self-Statement Test. Results of path analyses revealed that self-statements mediated the influence of public self-consciousness on the Taijin Kyofusho tendency. This result suggested that the cognitive mechanism of Taijin Kyofusho was similar to that of social phobia. The possibility of applying cognitive behavioral therapy to Taijin Kyofusho was discussed.

*Graduate School of Human Sciences, Waseda University
**Graduate School of Nursing and Social Services, Health Sciences University of Hokkaido
***School of Psychological Science, Health Sciences University of Hokkaido