

# 高社交不安者における自己と他者の 自己開示に対する印象評定の差の検討

目白大学心理学部 笹川 智子  
目白大学大学院心理学研究科 佐々木玲乃

## 【要 約】

本研究では、高社交不安者は自己開示を行うことで相手にネガティブな印象を与えると考えるため、自己開示を行う主観的確率が低くなるという仮説の検証を行った。初対面の相手に対する自己開示の印象を、場面想定法を用いて測定し、群（社交不安高群・低群）を被験者間要因、開示者（自分・相手）と話題の深さ（表層的な話題であるか、より個人的な話題であるかによって設定した3水準）を被験者内要因とする分散分析を行った。また、その場面で自己開示を行う主観的確率について、群を被験者間要因、話題の深さを被験者内要因とする分散分析を行った。分析の結果、社交不安高群は話題の内容にかかわらず、自分の自己開示が「（開示相手から）ポジティブな印象を持たれない」と評価すること、自己開示を行う主観的確率が社交不安低群よりも低いことが明らかになった。また、社交不安の高低にかかわらず、人は自分の自己開示よりも、相手の自己開示に対して、ポジティブな印象評定を行いやすいことも示された。このことから、高社交不安者が持つ、自己開示に対するネガティブな認知にアプローチし、対人接近行動を増やす介入が、対人交流不安を主訴とするタイプの社交不安症に対して有効である可能性が示された。

キーワード：社交不安，対人交流，自己開示，好意度，安全確保行動

## 問題

アメリカ精神医学会の診断基準である Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders-5<sup>th</sup> edition (DSM-V) によると、社交不安症 (Social Anxiety Disorder : SAD) は他者の注目を浴びる可能性のある1つ以上の社交場面に対する著しい恐怖または不安を特徴とする疾患である (American Psychiatric Association, 2013)。生涯有病率は全世界的には4%と報告されているが、日本においては1.4%と推計されており、アメリカの12.1%、オーストラリアの8.5%などに比して、低い水準にある (Stein et al., 2017)。こうした有病率の差については、明確な理由が導かれていないが、質問紙などの主観指標で測定した場合には、日本をはじめとする東アジア諸国におい

て、むしろ得点が高くなることが知られている (Schreier et al., 2010)。このことから、これらの国々では対人場面で緊張を感じることはそれほど不適応なこととみなされず、診断の閾値が高いことが一因となっていると考えられている。一方、閾下水準の社交不安であっても生活支障度は高く、症状は慢性的な経過をたどること (Merikangas, Avenevoli, Acharyya, Zhang, & Angst, 2002)、社交不安症状が診断を受ける水準に達していても、専門的な援助を求める者は全体の23.5%に過ぎないことから (Essau, Conradt, & Petermann, 1999)、特に社交不安の好発期である児童青年期において、適切な援助を行き渡らせることが、疾患の早期介入・予防のために重要であると考えられる。

SAD者が不安を感じる場面には、いくつかの

タイプがあることが示されている。DSM-Vでは、恐怖が公衆の面前で話したり動作をしたりすることに限定されているタイプを、「パフォーマンス限局型」と定義しているが、Bögels, Alden, Beidel, Clark, Pine, Stein, & Voncken (2010) のレビュー論文では、それ以外にも対人交流に対する不安（例えば知らない人と話をしたり、デートをしたりなど）や、不安症状（例えば赤面や震え、発汗など）が他人に気づかれることへの不安などの類型の存在に言及している。特に対人交流不安は、本邦においては伝統的に対人恐怖症の枠組みの中で研究されてきた歴史があり（朝倉, 2015）、パフォーマンス不安に限局されているSADに比して、重症度が高いことが示されている（Bögels et al., 2010）。

SADの対人関係について包括的なレビューを行ったAlden & Taylor (2004) は、高社交不安者が他者との関係を持つことを避けたり、向社会的な行動を取らないことで、他者からの否定的な評価を引き出し、結果としてネガティブな相互増強サイクルが生じることを論じている。中でも、自分に関する個人的な情報を他者に伝達する自己開示は、他者との親密な関係を結ぶ上で重要な機能を果たすコミュニケーション行動である（榎本, 1997）。社交不安と自己開示との関連性について調べた研究では、ほぼ一貫して、両者の間に負の相関が見出されている。例えば、野田・浜崎・佐々木・城月（2020）が日本の一般大学生を対象に行った調査では、対人交流不安や社会的場面における回避行動が高い者ほど、同性友人に対して自己開示を行う程度が低いことが示されている。また、Voncken & Dijk (2013) は、同一の対象と二度の対人交流を行う実験手続きを用いて、高社交不安者と低社交不安者の印象を比較している。このときの印象評定には、交流を行った相手役の評価と、交流の様子をビデオで見た第三者の評価が用いられた。その結果、高社交不安者は低社交不安者との比較において、第一印象がネガティブであること、二度目の交流の印象評定は一度目の評定よりも向上するが、依然として低社交不安者に比して「好意度 (likability)」が低いこと、さらには、好意度を予測するにあたって最も説明力の高い変数は自己開示であり、

社交不安の高低は、好意度に有意な影響を示さなかったことを報告している。このことから、Voncken & Dijk (2013) は、高社交不安者が自己開示を増やすことで、ネガティブな第一印象の改善を図ることができると考察している。

しかし、高社交不安者がなぜ自己開示を行わないのかについては、これまでの研究で十分に明らかにされていない。一般に、自己開示は脳の報酬系の活動と関連し、開示者にとって満足をもたらす行動であることが示されている（Vijayakumar et al., 2020）。他方、高社交不安者は自己開示の頻度が低く、その内容も表層的なものにとどまり、相手が自己開示をしても、そのことに応じて自らの自己開示の水準を調整することが少ない（Leary, Knight, & Johnson, 1987; Meleshko & Alden, 1993; 野田他, 2020）。先行研究において、高社交不安者が自己開示を避けることは、安全確保行動の一種であると考察されている（例えばMorrison & Heimberg, 2013）。また、社交不安症状と発言抑制傾向の関連性について検討した渡邊・瀧井・久保・伊藤（2020）は、発言抑制と他者配慮、親密性回避、傷つきの恐れが関連していることを示している。これらのことから、高社交不安者は、ネガティブな評価を受けたり、相手との関係を損ねたり、対人距離が不用意に近くなることを恐れて、自己開示を避けていると推察される。実際に、Voncken, Dijk, Lange, Boots, & Roelofs (2020) は、低社交不安者においては、相手が自分に対してポジティブな印象を持っていると見積もるほど、自己開示行動が促進されるのに対して、高社交不安者では逆に、自己開示行動が抑制されることを見出している。すなわち、高社交不安者は、相手から良く思われていると感じると、そのポジティブな印象を損ねることを恐れて、自己開示を避けるようになると考えられる。

先行研究が示唆する通り、高社交不安者は自らの自己開示が相手に与える影響について過度にネガティブな見積もりを持つならば、認知的介入を行うことで、こうした人たちの自己開示を促進し、対人交流場面において、相手からより良い反応が得られるような介入ができると考えられる。対して、自己開示が与える影響を特

段ネガティブにとらえていないならば、開示の少なさは「行動を取りたくとも取れない」という遂行不良の問題であると推測され、社会的スキル訓練などの行動的な介入を行うことが望まれる。本研究では、この点について検証することを通じて、臨床応用に資する知見を得ることを目的とする。

Kardas, Kumar, & Epley (2022) は、人が個人の内面をさらすような深い会話を避け、表層的な日常会話を行うことの背景には、相手が自分の自己開示に対して持つ関心の程度を、実際よりも低く見積もることが影響しているという仮説の検証を行っている。この研究では、初対面の相手との会話において、深い内容の話題を選択した場合と、表層的な内容の話題を選択した場合に生じるぎこちなさの程度や、相手が自分の話に対して抱く関心の程度、自分が相手の話に対して抱く関心の程度、会話によってもたらされる喜びの程度などについて、事前の予測を尋ねている。その上で、実際にそれぞれの内容の会話を行った後にも、再度同じ項目への回答を求めている。一連の実験手続きの結果、事前の予測段階では、深い内容の話題は表層的な話題よりもぎこちなさを生じさせると評価されること、しかし会話後の評価では、深い話題の方が相手とのつながりや会話の喜びの評価が高くなることが示された。さらに、相手が自分の話に対して抱く関心の程度は、自分が相手の話に対して抱く関心の程度の評価よりも低く見積もられ、この見積もりが低いほど、深い内容の話題が選択されにくいことが明らかになった。これらのことから、自己開示はその話題がどのくらい個人の内面を反映したものであるかという、深さの影響を受けると考えられ、人は「自分の自己開示に対して、周囲の人間は関心を示さないだろう」という心的な構えを持ちやすい一方で、相手が行う自己開示には興味を示し、相手の「深い」自己開示に対してはポジティブな反応を示すという非対称性が生じることが予想される。Kardas et al. (2022) においては、このような現象に対する社交不安の影響性は検討されていないが、他者からの評価に対する過敏性を持ち、社会的場면을破局的に解釈しやすい高社交不安者においては、こうした特徴が著

しく見られると推測できる。

以上のことを踏まえて、本研究では高社交不安者と低社交不安者が、自分と相手の自己開示をどのように評価しているかについて、比較検討することを目的とする。初対面の相手に対する自己開示を、場面想定法を用いて測定し、社交不安の高低と、開示者（自分・相手）、さらには話題の深さ（表層的な話題であるか、より個人的な話題であるか）の3つの要因の影響性について評価する。仮説は以下の通りである。

1. 高社交不安者は低社交不安者よりも、自己開示を行った際に、相手にネガティブな印象を与えると考える。このため、当該の場面で自己開示を行うだろうという可能性の見積もり（以下、「主観的確率」と表現し、0 - 100%で評価する）が低い。
2. 社交不安の高低にかかわらず、自分の自己開示よりも、相手の自己開示に対して、ポジティブな印象評定が行われる。
3. 開示者は、表層的な話題よりも、深い話題について話す方が、相手からはネガティブな印象を持たれやすいと回答する。この傾向は、特に高社交不安者において顕著に見られる。

## 方法

### 対象者：

首都圏の私立大学に在籍する学生186名を調査対象者とした。性別の内訳は、女性144名、男性38名、その他4名で、平均年齢は20.47歳（範囲は18～25歳、 $SD=1.42$ ）であった。

### 実験時期：

2021年12月から2022年1月にかけて実施した。

### 手続き：

Google フォームを利用し、無記名式のオンライン調査を実施した。調査を実施する学科で了承を得た上で、在籍する学生に調査依頼を Google Classroom 等を通じて送付し、URL を呈示した上で回答するよう教示した。また、学科外でも個人の協力者を募った。

### 調査材料：

#### 1) 社交不安症状

社交不安症状を測定する目的で、Connor,

Davidson, Churchill, Sherwood, Foa, & Weisler (2000) が作成した Social Phobia Inventory の日本語版 (SPIN-J; Nagata, Nakajima, Teo, Yamada, & Yoshimura, 2013) を使用した。SPIN-J は全17項目で構成され、これらの症状を過去1週間に体験したかについて、「0:全くそのようなことはない」から「4:非常にその傾向が強い」の5件法で回答を求めるものである。得点可能範囲は0~68点である。尺度作成時の  $\alpha$  係数は.96と報告されており、本研究における  $\alpha$  係数は.94であった。因子構造に関しては、原版のSPINで報告されている5因子モデルの適合が低く、SAD患者と一般対照群を組み合わせた分析の際には1因子であることが示されていることから (Nagata et al., 2013), 本研究では合計点を算出して分析に用いた。

## 2) 自分の自己開示が相手に与える印象

自己開示の深さを測定している先行研究 (例えば丹羽・丸野, 2010; Kardas et al., 2022) を参考に、自分の自己開示が開示相手に与える印象の見積もりについて尋ねる項目を作成した。具体的には、「大学に入学後、初めての授業でお互いによく知らない人とグループワークをすることになりました。あなたはその人と仲良くなりたと思っています。そこであなたが以下の内容の話をした場合、相手にどのような印象を与えますか。」と教示した上で、自己開示を行う話題を「話題①:名前や出身地,好きなもの」,「話題②:サークルや部活,課外活動やアルバイト」,「話題③:恋愛」の3つ呈示し、それぞれについて、場面想定法による印象評定を求めた。自己開示の話題は①→②→③の順に、「深さ」が増し、初対面の相手に対して開示を行うという回答が少なくなることを想定した。印象評定には、酒井・相川 (2019) のSD法による測定を用いた。①感じが悪い—感じが良い, ②不親切な—親切な, ③不誠実な—誠実な, ④自信のない—自信のある, ⑤非社交的な—社交的な, ⑥不活発な—活発な, ⑦嫌い—好きの7項目で構成され、9件法で回答を求めた。酒井・相川 (2019) では、当該の尺度が「好意度」と「快活度」の2因子構造になることが示されているが、本研究においても、一般化最小2乗法、プロマックス回転を用いた因子分

析を実施したところ、話題①~③のいずれの評定においても、同じ2因子構造が再現された。このことから、以降の分析は因子別に行った。また、酒井・相川 (2019) は各因子の合計を算出した後、項目数で除した値を分析対象としたため、本研究でもこの手続きに倣い、得点可能範囲を1~9点とした。なお、本研究における「好意度」の  $\alpha$  係数は話題①, ②, ③でそれぞれ.88, .89, .92, 「快活度」の  $\alpha$  係数は.92, .95, .93, 尺度全体の  $\alpha$  係数は.92, .92, .89であった。

## 3) 自己開示を行う主観的確率

2) で呈示した場面において、実際に自己開示を行う主観的確率を、話題①~③それぞれについて尋ねた。具体的には、「先のような、初めての授業でのグループワーク場面に遭遇した際、あなたが以下の話をする可能性はどの程度ありますか。『0%:絶対話さない』~『100%:必ず話す』の間で、主観的な確率を、半角整数でお答えください。」と教示し、回答を求めた。

## 4) 相手の自己開示に対して持つ印象

2) と同様の手続きを用いて、相手が自分に対して自己開示を行った際に、どのような印象を抱くかの測定を行った。「大学に入学後、初めての授業でお互いによく知らない人とグループワークをすることになりました。そこで他の人が以下の内容の話をした場合、あなたはどのような印象を持つと思いますか。」と教示し、先の「話題①:名前や出身地,好きなもの」,「話題②:サークルや部活,課外活動やアルバイト」,「話題③:恋愛」の話がされたときの印象を、酒井・相川 (2019) のSD法を用いて尋ねた。2) と同じく一般化最小2乗法、プロマックス回転を用いた因子分析を実施したところ、話題①~③のいずれの評定においても、先の2因子構造が再現された。このことから、相手の印象についても、因子別に分析を行った。なお、本研究における「好意度」の  $\alpha$  係数は話題①, ②, ③でそれぞれ.91, .91, .92, 「快活度」の  $\alpha$  係数は.92, .93, .91, 尺度全体の  $\alpha$  係数は.94, .93, .89だった。

## 5) フェイス項目

対象者の属性を記述するため、年齢と性別 (男性, 女性, その他, 回答しない) について回答を求めた。

**倫理事項：**

Google フォームの冒頭に、回答は任意であること、研究参加を断ってもいかなる不利益も生じないこと、参加の中断がいつでもできること、得られたデータは研究目的以外には使用しないこと、結果は統計的に処理し、個人が特定されないことを明記した上で、「同意する」が選択された場合に回答を求めた。なお、本研究の実施にあたっては、目白大学人文社会科学系研究倫理審査委員会の承認を受けた（承認番号：21人-006）。

**結果**

**1. 記述統計量の算出と男女差の検定**

はじめに、SPIN-Jと自己開示に関する各指標の記述統計量を算出した（Table 1）。本研究に

おけるSPIN-Jの平均値は41.99であった。Nagata et al. (2013) は、精神科クリニックを受診したSAD患者の平均値が41.5 ( $SD=11.4$ )、一般対照群の平均値が11.2 ( $SD=8.2$ )と報告しており、本研究の調査対象者の社交不安得点は、全体に高いことが示された。

自分と相手の自己開示の印象に関しては、すべての平均値が中間点である「5—どちらでもない」よりも高い値であったことから、話題や開示者の別にかかわらず、概ね好意的に受け取られることが示唆された。一方、自己開示を行う主観的確率の平均については、話題ごとに大きな開きがあり、「話題①：名前や出身地、好きなもの」で84.44%、「話題②：サークルや部活、課外活動やアルバイト」で62.42%であったのに対し、「話題③：恋愛」では13.39%と大きく

Table 1  
Social Phobia Inventory と自己開示に関する各指標の記述統計量

測度	平均	SD	歪度	尖度	最小値	最大値
SPIN-J	41.99	15.91	-0.68	-0.18	0	68
話題①（名前や出身地、好きなもの）						
自分の自己開示の印象【好意度】	6.29	1.27	0.00	-0.20	3	9
自分の自己開示の印象【快活度】	5.91	1.86	-0.31	-0.39	1	9
開示を行う主観的確率	84.44	19.38	-1.50	2.24	5	100
相手の自己開示の印象【好意度】	7.12	1.23	-0.29	-0.44	3	9
相手の自己開示の印象【快活度】	7.05	1.33	-0.15	-0.72	3	9
話題②（サークルや部活、課外活動やアルバイト）						
自分の自己開示の印象【好意度】	6.19	1.29	-0.13	0.26	2	9
自分の自己開示の印象【快活度】	6.30	1.79	-0.67	0.24	1	9
開示を行う主観的確率	62.42	25.73	-0.35	-0.49	0	100
相手の自己開示の印象【好意度】	6.99	1.23	-0.22	-0.36	3	9
相手の自己開示の印象【快活度】	7.47	1.31	-0.65	-0.17	3	9
話題③（恋愛）						
自分の自己開示の印象【好意度】	5.14	1.61	-0.08	0.31	1	9
自分の自己開示の印象【快活度】	5.43	2.08	-0.42	-0.59	1	9
開示を行う主観的確率	13.39	20.13	1.89	3.49	0	100
相手の自己開示の印象【好意度】	5.66	1.74	-0.12	-0.27	1	9
相手の自己開示の印象【快活度】	7.16	1.67	-0.94	0.67	1	9

下がった。また、話題③では「0%」と回答した者が87名と全体の46.8%を占め、「0%」の回答のなかった話題①や、3人(1.6%)であった話題②に比して、話題にしにくい内容であることが示された。

SPINの得点については、性差があるという報告と(Ranta, Kaltiala-Heino, Koivisto, Tuomisto, Pelkonen, & Marttunen, 2007), ないという報告(Harikrishnan, Ali, & Sobhana, 2016)がどちらも存在するため、本研究においても $t$ 検定で得点比較を行った。その結果、男性の平均値が40.13 ( $SD=17.95$ ), 女性の平均値が42.73 ( $SD=15.04$ )であり、男女間で平均値に有意な差は見られなかった( $t(51.54)=0.82$ ,  $p=ns$ )。このことから、以下では男女を込みにして分析を行った。

## 2. 「好意度」に影響を与える要因の検討

Nagata et al. (2013)の調査に参加したSAD患者の平均値が41.5点、本研究の対象者の平均値が41.99点であることを考慮し、42点以上の対象者を社交不安高群、41点以下の対象者を社交不安低群に割り付けた。その上で、群を被験者間要因、開示者(自分・相手)と話題(①, ②, ③)を被験者内要因、「好意度」を特性値とする3要因の分散分析を行った。その結果、Table 2の通り、「群×開示者」( $F(1, 184)=4.40$ ,  $p<.05$ )と「開示者×話題」( $F(2, 368)=4.11$ ,  $p<.05$ )の交互作用が有意であった。Bonferroni法による単純主効果の検定の結果、開示者が自分の場合も( $p<.001$ ), 相手の場合も( $p<.01$ ), 社交不安高群は低群よりも好意度を低く評価しており、社交不安高群においても、社交不安低群においても、相手の自己開示の方が自分の自己開示よりも好意度が高いと回答していた(どちらも $p<.001$ )。また、いずれの話題においても、自分の自己開示よりも相手の自己開示の方が好意度が高いと評価されていた(すべて $p<.001$ )。開示者が自分のときには、話題①と話題③、話題②と話題③の好意度にも、有意な差があり( $p<.001$ ), 話題①と話題②の間には有意差が示されなかった。開示者が相手の場合には、話題①, ②, ③のすべての組み合わせで有意な差が認められ(話題①と②の組み合わ

せのみ $p<.05$ , 残りはすべて $p<.001$ ), 好意度の評価は①>②>③の順であることが示された。群、開示者、話題の主効果もそれぞれ有意であり、社交不安低群が高群よりも、開示者が相手の場合が自分の場合よりも、また多重比較の結果、話題に関しては①>②>③の順に、「好意度」の評価が高いことが示された。ただし、話題③においても、「好意度」の平均評定値は5.44であり、中間点の「どちらでもない」が5点であることを加味すると、他の2つの話題よりは低い評価であるものの、どちらかと言えばポジティブな印象であると評価されることが示された。

## 3. 「快活度」に影響を与える要因の検討

先と同じく、群を被験者間要因、開示者(自分・相手)と話題(①, ②, ③)を被験者内要因とし、特性値を「快活度」とした3要因の分散分析を行った。その結果、Table 3の通り、3次の交互作用は有意でなかったが( $F(2, 368)=1.93$ ,  $p=ns$ ), 「群×開示者」( $F(1, 184)=15.31$ ,  $p<.001$ ), 「群×話題」( $F(2, 368)=5.10$ ,  $p<.01$ ), 「開示者×話題」( $F(2, 368)=13.14$ ,  $p<.001$ )と、すべての2次の交互作用が有意であった。Bonferroni法による単純主効果の検定の結果、開示者が自分の場合には、社交不安高群と社交不安低群で評価に有意な差があり( $p<.001$ ), 社交不安高群の方が自らの快活度を低く評価していたが、開示者が相手の場合には群による有意な差は認められなかった。また、どちらの群も、開示者が自分のときの方が、相手のときよりも快活度を低く評価していた(いずれも $p<.001$ )。

「群×話題」の交互作用に関しては、話題①, ②では社交不安高群の方が社交不安低群よりも快活度を低く見積もっていたが(いずれも $p<.001$ ), 話題③では有意な差は見られなかった。社交不安低群は、話題②>話題①>話題③の順に快活度を高く評価していたが(②と③の組み合わせのみ $p<.001$ , 残りはすべて $p<.01$ ), 社交不安高群は、話題②を話題①, ③よりも高く評価していたものの(いずれも $p<.001$ ), 話題①と③の差は有意ではなかった。

「開示者×話題」の交互作用については、話題

Table 2  
「好意度」の分散分析結果

	平均	SD	主効果			交互作用			
			群	開示者	話題	群×開示者	群×話題	開示者×話題	群×開示者×話題
社交不安高群									
自分	5.98	1.29	15.16 ***	93.47 ***	138.89 ***	4.40 *	0.67	4.11 *	0.53
話題①									
話題②	5.81	1.27							
話題③	4.90	1.65							
相手	6.94	1.27							
話題①									
話題②	6.78	1.26							
話題③	5.49	1.69							
社交不安低群									
自分	6.72	1.12							
話題①									
話題②	6.70	1.15							
話題③	5.47	1.50							
相手	7.35	1.15							
話題①									
話題②	7.27	1.15							
話題③	5.89	1.77							

\*  $p < .05$ , \*\*\*  $p < .001$

Table 3  
「快活度」の分散分析結果

	平均	SD	主効果			交互作用			
			群	開示者	話題	群×開示者	群×話題	開示者×話題	群×開示者×話題
社交不安高群									
自分	5.30	1.88	13.26 ***	117.49 ***	28.30 ***	15.31 ***	5.10 **	13.14 ***	1.93
話題①									
話題②	5.78	1.89							
話題③	5.15	2.20							
相手	6.91	1.37							
話題①									
話題②	7.41	1.30							
話題③	7.14	1.76							
社交不安低群									
自分	6.72	1.51							
話題①									
話題②	7.00	1.36							
話題③	5.82	1.85							
相手	7.25	1.26							
話題①									
話題②	7.55	1.32							
話題③	7.19	1.54							

\*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$

①, ②, ③のいずれにおいても開示者が相手の方が、快活度は高く評価されていた(いずれも $p<.001$ )。開示者が自分のときには、話題②>話題①>話題③の順で快活度が高く評価されていたが(いずれも $p<.001$ )、開示者が相手の時には、話題②が話題①, ③よりも高く評価されていたものの、話題①と③の間に有意な差は認められなかった(①と②が $p<.001$ , ②と③が $p<.01$ )。

さらに、群、開示者、話題の主効果もそれぞれ有意であり、社交不安低群が高群よりも、開示者が相手の方が自分よりも、また多重比較の結果、話題に関しては②が①と③よりも、「快活度」の評価が高いことが示された。なお、話題①と話題③の間に有意な差は認められなかった。

#### 4. 自己開示の主観的確率

自己開示の主観的確率については、群を被験者間要因、話題(①, ②, ③)を被験者内要因とした2要因の分散分析を行った。その結果、「群」と「話題」の交互作用は見られず( $F(2, 368)=1.79, p=n.s.$ )、それぞれの主効果のみ有意であった(群: $F(1, 184)=11.12, p<.01$ ; 話題: $F(2, 368)=645.64, p<.001$ )。社交不安高群が自己開示を行う主観的確率の平均値は50.30であり、低群の57.63よりも低かった。また、話題については話題①( $M=84.74$ )、話題②( $M=63.29$ )、話題③( $M=13.87$ )の順で自己開示の主観的確率が低くなり、Bonferroni法による多重比較の結果、すべての水準間で有意差があることが示された(いずれも $p<.001$ )。このことから、群にかかわらず、話題①について話される可能性が最も高く、次いで話題②、話題③の順であり、話題の内容に関係なく、社交不安高群は自己開示を行う主観的確率が低いことが示された。

#### 考察

はじめに、本研究の対象者の社交不安得点の分布を確認したところ、尺度作成時のSAD患者の平均値と同程度の値が得られた。このため、本研究では平均値を基準に、社交不安高群と低群への割り付けを行った。3つの話題に関

しては、話題①、話題②、話題③の順に、より個人的な内容になるという点で「深さ」が増し、開示を行う主観的確率が下がることを仮定したが、実際の回答もこの通りになり、すべての水準間で有意な差が認められた。自己開示の印象評定については、開示者として自分を想定した場合にも、相手を想定した場合にも、酒井・相川(2019)の尺度作成時と同じ因子構造が得られ、内的整合性の値もすべての測定において.88以上と高い水準にあった。これらのことから、本研究で用いた測度によって、仮説の検証を行うことが可能であると判断した。

分析の結果、仮説1は支持された。社交不安高群は社交不安低群よりも、開示者が自分の場合にも相手の場合にも、「好意度」を低く見積もっており、どの話題においても、開示を行う主観的確率が低かった。「快活度」については、開示者が自分の場合にも、評価が低かった。さらに、話題については①の名前や出身地、好きなものと、②のサークルや部活、課外活動やアルバイトの話をするということについて、社交不安低群ほど「快活度」を高く評価していなかった。これらのことから、社交不安高群は、社交不安低群に比して、自己開示をした場合にも、された場合にも、好意的な印象を持たれない/持たないと回答しており、自己開示が対人交流に及ぼすポジティブな影響を低く評価していることが示された。多くの学生が快活度を最も高く評価していたサークルや課外活動の話、さらには比較的開示を行いやすいと考えられる名前や出身地、好きなものの話についても、中間点の「どちらでもない(5点)」よりは高い評価であるものの、いずれも6点台と、「話さないよりは話した方が快活に見られる」という程度の評価であることが伺えた。一方、相手から自己開示をされることについては、社交不安低群との間で有意な差が見られなかったため、上記の結果は「自分が自己開示をしても快活に見られることはない」という評価であると理解できる。総じて、社交不安高群においては、自分が自己開示を行うことに対する認知的な構えが存在し、そのために初対面の場面で自らの情報を積極的に明かすことがないものと考えられた。

仮説2も支持された。社交不安の高低にかか

ならず、好意度、快活度ともに、自分が自己開示を行うよりも、相手が自己開示を行う時の方が、ポジティブな評価が行われていた。開示者が誰であるかによって、それぞれの話題に対する評価も異なり、自分が自己開示を行う際には、話題③（恋愛の話）の「快活度」の評価は $M=5.43$ と低かったが、相手の自己開示を聞く際には、話題③は話題①との間に有意な差を示さず、評価も $M=7.16$ と高かった。

仮説3は一部支持されるにとどまった。自分が自己開示を行う際の「好意度」に関しては、話題③が話題①と②よりも低かったが、話題①と②の間では有意差が認められなかった。また、「快活度」に関しては、話題②の評価が話題①と③よりも有意に高く、総じて話題の深さに比例してネガティブ評価の予測が高まるというよりは、初対面という場にあった適切な水準の自己開示が好まれると考えられていることが示唆された。また、好意度においては群と話題の交互作用が有意でなかったことから、社交不安高群が深い話題を特別ネガティブにとらえるという関係性は示されなかった。むしろ、社交不安高群は、社交不安低群と比べて、話題①と話題③の「快活度」を同水準に捉えており、話題③の恋愛については、社交不安低群と同程度の快活度の評価であることが示唆された。

以上のことをふまえると、高社交不安者に対しては、心理教育や行動実験などを通じて、自己開示に対する認知的な構えにアプローチをすることが有用であると考えられた。Alden & Taylor (2011) は、対人接近行動の増加に焦点を当てたSADに対する認知行動療法プログラムの中で、さまざまな深さの自己開示を行い、周囲の人の反応や、自分自身の社会的場面における安心感と本来感をモニタリングする治療要素を用いている。このプログラムでは、社交不安症状の低減だけでなく、対人関係に対する満足度が向上することが示されている。また、Orr & Moscovitch (2015) は、高社交不安者が自分にとって正直でない自己開示を行うことで、自己概念を拡散させ、主観的な不安や生理的な覚醒状態が高まることを報告している。この研究では、安全確保行動としての自己隠蔽や、周囲に迎合するような形での自己開示が、

周囲の人からのネガティブな反応を引き出すだけでなく、個人の対人交流不安を維持・増悪させる要因になることが論じられている。本研究の結果からは、総じて話題②（アルバイトや課外活動等）の水準の自己開示が、相手からのポジティブな印象を引き出しやすいことが示されたが、話題①や③の平均評定値も中間点の5点を超えており、どのような話題であれ、自己開示は行った方がポジティブな印象を持たれやすいことが示されている。「他者は自分の自己開示に関心がない」という認知的偏りが生じ、自分の評価と相手の評価にギャップがあることを考慮すると、対人交流不安を主要な症状とするタイプのSADに対しては、対人接近行動を増やすこと、その際に自己開示される内容が自分にとって正直な内容であることが肝要であると考えられる。実際、Taylor & Alden (2011) は、安全確保行動を手放した際、対人交流を行う相手からの反応がポジティブに変化することの理由として、患者自身は自らの表出する不安症状が減少したことに帰属するが、客観評定の結果では、対人接近行動の増加によって説明されることを示している。つまり、不安症状がありながらも、人に関心を寄せる態度を取ることが、相手からのポジティブな反応を引き出すことにつながり、そのことがひいては対人交流を円滑にさせ、結果として不安症状の低減に寄与すると考えられる。

最後に、本研究の限界と今後の課題について述べる。第一に、今回の調査は一般大学生を対象としたアナログ研究であった。このため、本研究で得られた知見がSAD患者においても再現されるかを検討する必要がある。第二に、自己開示の測定がすべて場面想定法に依拠していた点が挙げられる。過去の経験や、実験室内での現実の行動を測定したものではなかったため、測定方法を変更した際にも同様の結果が得られるかを追試することが求められる。第三に、3つの話題の開示を行う主観的確率の差が均等でなかったことが挙げられる。特に話題③（恋愛）については、自己開示の主観的確率を「0%」と回答した者が想定以上に多かった。今後は、自己開示条件の設定をより精緻に行い、話題①、②と③の間に位置するような深さの話題

題を増やすことで、社交不安が自己開示に及ぼす影響について、さらに詳しく検討していくことが望まれる。

## 引用文献

- Alden, L. E., & Taylor, C. T. (2004). Interpersonal processes in social phobia. *Clinical Psychology Review, 24*, 857-882.
- Alden, L. E., & Taylor, C. T. (2011). Relational treatment strategies increase social approach behaviors in patients with generalized social anxiety disorder. *Journal of Anxiety Disorders, 25*, 309-318.
- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition*. Washington, DC: American Psychiatric Association.
- 朝倉 聡(2015). 社交不安症の診断と評価 不安症研究, 7, 4-17.
- Bögels, S. M., Alden, L., Beidel, D. C., Clark, L. A., Pine, D. S., Stein, M. B., & Voncken, M. (2010). Social anxiety disorder: Questions and answers for the DSM-V. *Depression and Anxiety, 27*, 68-189.
- Connor, K. M., Davidson, J. R., Churchill, L. E., Sherwood, A., Foa, E., & Weisler, R. H. (2000). Psychometric properties of the Social Phobia Inventory (SPIN): New self-rating scale. *The British Journal of Psychiatry, 176*, 379-386.
- 榎本 博明(1997). 自己開示の心理学的研究 北大路書房
- Essau, C. A., Conradt, J., & Petermann, F. (1999). Frequency and comorbidity of social phobia and social fears in adolescents. *Behaviour Research and Therapy, 37*, 831-843.
- Harikrishnan, U., Ali, A., & Sobhana, H. (2016). Prevalence of social phobia among school going adolescents. *The International Journal of Indian Psychology, 4*, 181-188.
- Kardas, M., Kumar, A., & Epley, N. (2022). Overly shallow? Miscalibrated expectations create a barrier to deeper conversation. *Journal of Personality and Social Psychology, 122*, 367-398.
- Leary, M. R., Knight, P. D., & Johnson, K. A. (1987). Social anxiety and dyadic conversation: A verbal response analysis. *Journal of Social and Clinical Psychology, 5*, 34-50.
- Meleshko, K. G. A., & Alden, L. E. (1993). Anxiety and self-disclosure: Toward a motivational model. *Journal of Personality and Social Psychology, 64*, 1000-1009.
- Merikangas, K. R., Avenevoli, S., Acharyya, S., Zhang, H., & Angst, J. (2002). The spectrum of social phobia in the Zurich cohort study of young adults. *Biological Psychiatry, 51*, 81-91.
- Morrison, A. S., & Heimberg, R. G. (2013). Social anxiety and social anxiety disorder. *Annual Review of Clinical Psychology, 9*, 249-274.
- Nagata, T., Nakajima, T., Teo, A. R., Yamada, H., & Yoshimura, C. (2013). Psychometric properties of the Japanese version of the Social Phobia Inventory. *Psychiatry and Clinical Neurosciences, 67*, 160-166.
- 丹羽 空・丸野 俊一(2010). 自己開示の深さを測定する尺度の開発 パーソナリティ研究, 18, 196-209.
- 野田 昇太・浜崎 うらら・佐々木 洋平・城月 健太郎(2020). 社交不安, 他者からの評価に対する恐れ, 回避行動と自己開示との関係性 *Journal of Health Psychology Research, 32*, 65-74.
- Orr, E. M. J., & Moscovitch, D. A. (2015). Blending in at the cost of losing oneself: Dishonest self-disclosure erodes self-concept clarity in social anxiety. *Journal of Experimental Psychopathology, 3*, 278-296.
- Ranta, K., Kaltiala-Heino, R., Koivisto, A. M., Tuomisto, M. T., Pelkonen, M., & Marttunen, M. (2007). Age and gender differences in social anxiety symptoms during adolescence: The Social Phobia Inventory (SPIN) as a measure. *Psychiatry Research, 153*, 261-270.
- 酒井 智弘・相川 充(2019). 周囲の他者の表情が初対面の相手の印象形成に及ぼす効果 筑波大学心理学研究, 57, 41-49.
- Schreier, S., Heinrichs, N., Alden, L., Rapee, R. M., Hofmann, S. G., Chen, J., Oh, K. J., & Bögels, S. (2010). Social anxiety and social norms in individualistic and collectivistic countries. *Depression and Anxiety, 27*, 1128-1134.
- Stein, D. J., Lim, C. C. W., Roest, A. M., de Jonge, P., Aguilar-Gaxiola, S., Al-Hamzawi, A., ... & WHO World Mental Health Survey Collaborators (2017). The cross-national survey of social anxiety disorder: Data from

- the World Mental Health Survey Initiative. *BMC Medicine*, 15, 143.
- Taylor, C. T., & Alden, L. E. (2011). To see ourselves as others see us: An experimental integration of the intra and interpersonal consequences of self-protection in social anxiety disorder. *Journal of Abnormal Psychology*, 120, 129-141.
- Vijayakumar, N., Flourney, J. C., Mills, K. L., Cheng, T. W., Mobasser, A., Flannery, J. E., Allen, N. B., & Pfeifer, J. H. (2020). Getting to know me better: An fMRI study of intimate and superficial self-disclosure to friends during adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 118, 885-899.
- Voncken, M. J. & Dijk, K. F. L. (2013). Socially anxious individuals get a second chance after being disliked at first sight: The role of self-disclosure in the development of likeability in sequential social contact. *Cognitive Therapy and Research*, 37, 7-17.
- Voncken, M. J., Dijk, C., Lange, W., Boots, L. M. M., & Roelofs, J. (2020). Behavior when socially anxious individuals expect to be (dis)liked: The role of self-disclosure and mimicry in actual likability. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 69, 101574.
- 渡邊 明寿香・瀧井 綾子・久保 佑貴・伊藤 大輔 (2020). 会話場面における発言抑制傾向とその意識内容が社交不安症状に及ぼす影響 発達心理臨床研究, 26, 23-29.

—2022年9.27.受稿, 2022年11.24.受理—

## Differences in the impression rating of self-disclosure by self and others in high socially anxious individuals

Satoko Sasagawa

Mejiro University, Faculty of Psychology

Reno Sasaki

Mejiro University, Graduate School of Psychology

Mejiro Journal of Psychology, 2023 vol.19

### **【Abstract】**

The purpose of the present study was to examine whether high socially anxious individuals believe their self-disclosure behavior will make a negative impression on others and therefore rate the subjective probability of such behavior lower than low socially anxious individuals. Participants were presented with vignettes depicting first-time interaction with others. A series of ANOVAs were conducted to examine the effects of group (high vs low social anxiety), person disclosing (self vs other), and information being disclosed (shallow, medium, deep) on the impression of disclosure. The effects of group and information being disclosed on subjective probability of self-disclosure was also examined. As a result, high socially anxious individuals believed they would make a less positive impression and rated their subjective probability of self-disclosure lower, regardless of the information being disclosed. People rated their own disclosure as eliciting less positive impression than disclosure by others; this was a global trend regardless of levels of social anxiety. These results suggest that intervention targeting negative cognition towards self-disclosure may be beneficial in increasing social approach behavior in the treatment of social interaction anxiety.

**keywords** : Social anxiety, social interaction, self-disclosure, likability, safety behaviors