View metadata, citation and similar papers at core.ac.uk
brought to you by CORE
provided by Hiroshima University Institutional Repository

広島大学学術情報リポジトリ
Hiroshima University Institutional Repository

Title	対人不安傾向の高い人が他者と積極的に関わるために必要なスキルとは
Author(s)	菊池，美里；児玉，真樹子
Citation	学習開発学研究 , 13 : 59 - 68
Issue Date	2021-03-30
DOI	
Self DOI	10.15027/50807
URL	https://ir.lib.hiroshima-u.ac.jp/00050807
Right	Copyright (c) 2021 広島大学大学院人間社会科学研究科学習開発学領域
Relation	

対人不安傾向の高い人が他者と積極的に関わるために必要なスキルとは

菊池　美里[1]・児玉真樹子

（2020 年 11 月 30 日受理）

What social skills are necessary for people with high social anxiety to interact with others positively?

Misato KIKUCHI[1] and Makiko KODAMA

Abstract: The purpose of this study was to examine the difference in social skills between "people with high social anxiety and high social passivity" and "people with high social anxiety and low social passivity" to clarify what social skills were necessary for the former. In addition, social skill was grasped from two aspects; one was used in a specific situation, and the other was used in general communication scenes. The results of this investigation using a sample of 174 undergraduate and graduate students showed the following: 1) In terms of social skills used in general communication scenes, "people with high social anxiety and high social passivity" were higher in emotional control skill scores than "people with high social anxiety and low social passivity", but the former had some difficulty in expressing their emotions. 2) In terms of social skills used in a specific situation, "people with high social anxiety and high social passivity" tended to set a goal of maintaining relationships in initial encounters.

Key words: social skills, social anxiety, social passivity
キーワード：ソーシャルスキル，対人不安傾向，対人消極傾向

問題

対人不安傾向と対人消極傾向

Leary（1983　生和監訳　1990）によると，対人不安は「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したりすることから生じる不安状態」と定義される。この定義にある通り，対人不安は対人場面における不安であるが， Spielberger（1972　岡村・津田（2013）による）は不安発生のメカニズムをモデル化し，特性不安（trait anxiety）と状態不安（state anxiety）とに分類している。なお特性不安とは，「その人が元来，不安を感じやすい性格的なものとして有している不安傾向」であり，状態不安とは，「状況を脅威的なものと認知的評価したときに喚起される一過性の不安状態」である（岡村・津田, 2013)。対人的場面における不安の感じやすさの個人特性，すなわち前述の特性不安を，松尾・新井（1998）では「対人不安傾向(social anxiousness)」と呼んでおり，本研究でもそれに倣う。

また Leary（1983　生和監訳 1990）は「対人不安のような内面的感情と回避行動または抑制行動のような外面的様相との間には必ずしも必然的な結びつきはない」と述べている。すなわち高い対人不安傾向を有している人の中にも，他者と積

[1] 愛媛県県民環境部県民生活局人権対策課

極的に関わろうとする人たちと，他者と関わることに消極的な人たちとが存在すると考えられる。これを実証した研究として，シャイネスにかかわる菅原（1998）の研究がある。シャイネスとは，「他者から評価されたり，あるいは評価されることを予想することによって生じる対人不安と対人行動の抑制によって特徴づけられる感情―行動症候群」（Leary, 1986　菅原（1998）による）と定義される個人特性であり，対人不安の一環として位置づけられていることが多い。菅原（1998）は「シャイネス」の先行研究を踏まえて，シャイネスを対人場面における不安傾向（以下「対人不安傾向」と呼ぶ）と，社交的場面や親和的関与の回避など他者とのコミュニケーションに対する抑制的，消極的な傾向（以下「対人消極傾向」と呼ぶ）との 2 側面で捉える必要性を述べた。菅原（1998）はこれら 2 側面が異なる特性であることを確認するため，測定尺度を開発し，さらにこれら 2 つの側面の組み合わせによる差異を検証した。その結果，対人不安傾向が高く，かつ対人消極傾向の高い「不安になり，かつ対人関係に消極的な群」（以下，高不安―消極群と呼ぶ）は，対人不安傾向は高いが対人消極傾向の低い「不安になっても対人関係は積極的な群（菅原, 1998）」（以下，高不安―積極群と呼ぶ）と比べて，自己の社会的イメージを低く評価しており，かつ「人前で緊張すること」に対する悩みの程度が高かった。この結果より菅原（1998）は，高い対人不安傾向をもつ者でも，対人関係に消極的な者の方が自らの不安に対してより深刻に悩んでいると指摘している。

そこで本研究では，対人不安傾向の高い者（以下，高不安群と呼ぶ）について，対人関係に積極的な者と消極的な者の差異を明らかにし，高不安―消極群が他者と上手く関わり，自らの不安に対する悩みを軽減していくためにはどうすればよいかについて知見を得る。

ソーシャルスキル

菅原（1998）は対人消極傾向を特徴づけるものの一つとして社会的スキル（ソーシャルスキル）の低さを挙げている。ただしソーシャルスキルの定義は研究者によってさまざまである。相川（2009）はこれまでの代表的なソーシャルスキルの定義を，「行動的側面を強調している定義」，「能力的側面を強調している定義」と，「その他の定義」に分けて整理している。また「過程」に着目した相川（1996）の定義「対人場面において適切かつ効果的に反応するために用いられる言語的・非言語的な対人行動と，そのような対人行動の発現を可能にする認知過程」もある。ただしの定義においても，円滑な対人関係の形成・保持を目的としている点が共通してみられる。よってここではソーシャルスキルを「円滑な対人関係の形成・保持のための能力，対人行動および認知過程」と広くとらえることとする。

またソーシャルスキルの捉え方もいくつかある。堀毛（1994）は，ソーシャルスキルの先行研究では，細かい行動レベル（微笑，視線など）である「ミクロ・スキル」が扱われているものがあるが，特定の場面での円滑な対人関係を保つ手立てとしてソーシャルスキルを捉えるのであれば，このミクロ・スキルの組み合わせで捉える必要があるとし，それを「サブ・スキル」と呼んでいる。堀毛（1994）によると，サブ・スキルは，対人場面の状況特有のものである。また堀毛（1994）は，状況を超えた対人コミュニケーション全般にかかわる能力を「基本スキル」と呼んでいる。これを踏まえると，ソーシャルスキルは「状況に特定的なスキル」（堀毛（1994）のいうサブ・スキル）と「状況を越えた対人コミュニケーション全般にかかわるスキル」（堀毛（1994）のいう基本スキル。以下，状況を越えたスキルと呼ぶ）の 2 側面から捉えることができる。

ソーシャルスキルを「過程」で捉えた相川（2009）は，Dodge の社会的情報処理モデルを参考に，ソーシャルスキルの生起過程モデルを提唱している。相川（2009）の提唱したソーシャルスキルの生起過程モデルには，「相手の反応の解読」過程，「対人目標の決定」過程，「対人反応の決定」過程，「感情の統制」過程という認知過程と，言語的・非言語的な対人反応を実行する「対人反応の実行」過程が含まれる。これを踏まえると，上述の「状況に特定的なスキル」と「状況を越えたスキル」の各々に，生起過程モデルの各過程にかかわるスキルがあると考えられる。

このように，ソーシャルスキルは多様な側面を持つ包括的な概念である。しかしながら，菅原（1998）ではソーシャルスキルを KiSS-18（菊池，1988）を用いて測定し，対人消極傾向と負の相関があることを確認している。すなわちソーシャルスキルを「状況を越えたスキル」として捉えて，対人消極傾向との関連を示したのみである。上述の堀毛（1994）を踏まえると，特定の対人場面においてどのような「状況に特定的なスキル」の保有程度が対人消極傾向の高低とかかわるのかは明らかになっていない。また，「状況を越えたスキル」に着目した場合，相川（2009）の提唱した生起過程モデルの各過程に対応したスキルが想定されるが，菅原（1998）ではソーシャルスキルを 1 因子構造で分析しているため，各過程に対応したスキルと対人消極傾向との関係は明らかになっていない。

本研究の目的と研究計画

以上より本研究では，対人不安傾向が高い人を対象に，対人消極傾向が高い人と低い人のソーシャルスキルの特徴を，「状況に特定的なスキル」「状況を超えたスキル」の 2 側面からとらえて明らかにすることを目的とする。その際，相川（2009）のソーシャルスキルの生起過程モデルの各過程に着目して検討する。なお「状況に特定的なスキル」の側面に関しては，対人不安傾向の高い人が不安を感じやすい状況の一つとされる初対面の人物と関わる場面を，取り扱う特定の対人場面とする。

なお「状況に特定的なスキル」については，場面想定法を用いて検討する。提示する仮想場面については，大学生の仲間入り場面において Dodge の社会的情報処理モデルの各過程の認知や行動について検討している久木山（2000）を参考にする。ただし，久木山（2000）で用いられた仮想場面では，ソーシャルスキルの生起過程モデルの 1 つの過程である「相手の反応の解読」の重要な手掛かりになる，「相手の反応」に関する情報が提示されていない。そのため，本研究ではまず予備調査を実施し，本調査の仮想場面で「相手の反応」の手がかりとして提示する「相手の表情」を決定する。

本調査では，調査対象者の対人不安傾向，対人消極傾向，「状況を超えたスキル」と，場面想定法を用いて「状況に特定的なスキル」を測定する。「状況に特定的なスキル」測定において，まず初対面の人物と関わる場面を仮想場面として提示し，その際に併せて，予備調査で決定した「相手の表情」を提示する。続いて「状況に特定的なスキル」の具体的な内容として，ソーシャルスキルの生起過程モデルの 5 つの過程のうち「相手の反応の解読」，「対人目標の決定」，「対人反応の決定」の 3 つの過程にかかわる反応を測定する。「感情の統制」過程については，この場面想定では，感情面では不安が高くなっていても対人行動面では積極性を示すか否かの特徴を明らかにしたいため，測定しないこととする。「対人反応の実行」過程については，仮想場面では「対人反応の決定」過程と区別して測定することができないため除外する。つづいて「状況を越えたスキル」については，ソーシャルスキルの生起過程モデルの 5 つの過程全てについて測定する。生起過程モデルの「相手の反応の解読」，「対人目標の決定」，「感情の統制」の 3 つの過程については成人用ソーシャルスキル自己評定尺度（相川・藤田, 2005）のうち「解読」，「感情統制」，「記号化」を用いて測定する。残りの「対人反応の決定」と「対人反応の実行」の 2 つの過程については，相川（2009）によりこれらの過程のソーシャルスキルを測定するのに適している尺度として例示されている Problem Solving Inventory（PSI）日本語版（D'Zurilla, 1986 丸山監訳 1995）を参考にして，質問項目を作成して測定する。

なお，対人不安は，10 代後半から 20 代前半の青年男女を悩まし続けるものであるとされ（笠原, 1977），青年期後期の問題として挙げられることを踏まえ，本研究では，青年期後期にあたる大学生，大学院生を対象とする。

予備調査

方法

2019 年 9 月に，広島県内の大学生・大学院生 19 名を対象とした質問紙調査を実施した。質問紙では，久木山（2000）を参考に本調査で用いるのと同様の初対面の人物と関わる仮想場面を次のように設定した。

仮想場面「あなたは他学部の授業を受けることになりました。知り合いは誰もいません。他の受講生はみな顔見知りのようです。ある日，先生から，非常に骨の折れるレポート課題が出されグループを組んで取り組むよう指示されました。他の受講生は課題の分担を始めましたが，誰もあなたを誘ってはくれません。そんな時，他の受講生の 1 人と目が合いました。」

続いて，相手の反応として Figure 1 に示した 4 つの線画表情を提示した。なお，これらは加藤・山下（2016）で用いられた線画表情のうち，設定場面において見られる可能性があり不自然ではないと思われたものであった。そして，それらの

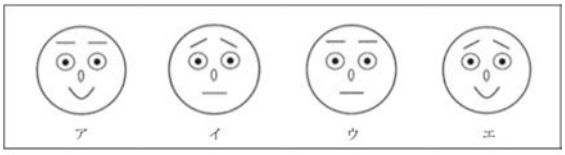

Figure 1　予備調査で用いた線画表情

表情をしているときの相手の印象について，林（1978）で挙げられた SD 法による対人認知に関する尺度から「個人的親しみやすさ」に関わる項目を参考に，「好意的―敵意的」「親しみやすいー親しみにくい」「近づきがたいー人なつっこい」「感じのよい―感じのわるい」「気難しいー気さくな」の 5 つの項目を用いて，7 段階評定で回答を求めた。

結果

表情ア～エそれぞれについて，表情から受ける印象にどの程度ばらつきがあるかについて検討したところ，表情エが 4 つの表情の中で最も回答にばらつきがあった。このことから，表情エが人によってさまざまな解釈を行うことが可能な表情だと考えられたため，この表情（表情エ）を本調査に用いることとした。

本調査

方法

調査対象者　2019 年 10 月に，広島県内の 1 国立大学の大学生・大学院生を対象に質問紙調査を実施し，174 名（男性 69 名，女性 105 名）の有効データを得た。

調査内容　まずフェイス項目として性別，年齢を尋ねた。続いて予備調査と同じ仮想場面を提示し，その際の表情として，予備調査で決定した表情（表情エ）を提示した。続いて，その場面における「状況に特定的なスキル」について尋ねた。その後，調査対象者自身の対人不安傾向，対人消極傾向，「状況を越えたスキル」について順に尋ねた。

「状況に特定的なスキル」に関しては，上述した仮想場面における「相手の反応の解読」，「対人目標の決定」，「対人反応の決定」にかかわる反応を測定した。「相手の反応の解読」については，質問紙に提示した表情について，その表情をどのくらい敵意的（好意的）だと解読するかを「非常に好意的（1 点）」から「非常に敵意的（7 点）」の 7 段階評定で回答を求めた。「対人目標の決定」については，久木山（2000）で用いられた「目標設定」の各項目（表現を一部修正）について 5 段階評定で回答を求めた。「対人反応の決定」については，久木山（2000）に倣い，その場面でとりうる行動について自由記述で回答を求めた。

「状況を越えたスキル」に関しては，成人用ソーシャルスキル自己評定尺度（相川・藤田, 2005）のうち「解読」，「感情統制」，「記号化」の項目と，Problem Solving Inventory（PSI）日本語版（D'Zurilla , 1986 丸山監訳 1995）を参考に独自に作成した項目について，それぞれ 4 段階評定で回答を求めた。

対人不安傾向と対人消極傾向に関しては，菅原（1998）のシャイネス尺度の各項目について 5 段階評定で回答を求めた。

結果

因子分析　「状況に特定的なスキル」における「対人目標の決定」関する項目群について，因子分析（最尤法・プロマックス回転, 因子数は適合度検定で決定。以下同様）を行った。その結果, 3 因子が抽出された (Table 1)。これは久木山 (2000) と同じ因子構造であったので，久木山（2000）に倣い，第 1 因子を「主張目標」（α＝.87），第 2 因子を「友好目標」（α＝.79），第 3 因子を「回避目標」（α＝.65）とした。「回避目標」の α の値が.70 未満となったが，因子に含まれる項目数が少ないことを考慮し，おおむね内的整合性が認められるものと判断し，以降の分析に使用した。

対人不安傾向と対人消極傾向に関する尺度のそれぞれについて，本研究では対人不安傾向，対人消極傾向を 1 因子で構成

Table 1　「対人目標の決定（状況に特定的なもの）」に関する項目群の因子分析結果

		Factor 1	Factor 2	Factor 3	共通性
(2)-5	自分からグループに入れてもらえるよう，その受講生に頼みたい	**.96**	.04	.00	.92
(2)-1	その受講生に，「グループに入れてほしい」と言いたい	**.81**	.00	.02	.65
(2)-3	その受講生にグループに入れてほしいと頼むことで，嫌な雰囲気にしたくない	-.09	**.85**	.03	.73
(2)-4	グループに入れてほしいと頼むことで，その受講生を困らせたくない	.13	**.77**	-.03	.62
(2)-7	この授業をとるのをやめてしまいたい	.14	-.13	**.78**	.50
(2)-2	その受講生に「グループに入れてほしい」と頼んだ結果，断られ恥ずかしい思いをするのは嫌だ	-.01	.14	**.60**	.47
(2)-6	何も言わず，話しかけられるまでだまっていたい	-.11	.03	**.48**	.28
	因子間相関	Factor 1	Factor 2	Factor 3	
	Factor 2	.16			
	Factor 3	-.17	.49		

Table 2　「対人不安傾向」に関する尺度の因子分析結果

		Factor 1	共通性
2.	知らない人がいる集まりに出ると，時々不安になったり落ち着かない気分になったりする	**.87**	.75
6.	見知らぬ人のなかにいると，たいてい落ち着かない	**.84**	.71
5.	先生や目上の人と話さなければならない時には緊張する	**.54**	.29
4.	人とつきあう中でもっと自分に自信が持てたらと思う	**.48**	.23
1.	地位の高い人と話すときには緊張する	**.43**	.18
7.	人とつきあう中で不安になることなどまずない*	**.41**	.17

注　*は逆転項目，得点の反転処理済み

Table 3　「対人消極傾向」に関する尺度の因子分析結果

		Factor 1	共通性
1	自分からすすんで友人を作る方ではない	**.79**	.62
8	自分の方から人に話しかけることは少ない	**.74**	.55
4	どちらかというと無口な方だ	**.62**	.39
5	友人の数は多いほうだ*	**.60**	.35
6	コンパなど知らない人がいる集まりでは，ほとんど目立たない	**.51**	.26
2	いろいろな人間関係の場に顔を出す*	**.49**	.24
7	異性の友人とも気軽に話せる*	**.45**	.20

注　*は逆転項目，得点の反転処理済み

されるものとして捉えることから，因子数を 1 で指定し最尤法による因子分析を行った。因子負荷量の絶対値が.40 未満の項目を除外した結果, 対人不安傾向については 3 項目, 対人消極傾向については 1 項目が除外された。因子名は, 菅原（1998）に倣い，それぞれ「対人不安傾向」（α＝.79），「対人消極傾向」（α＝.80）とした（順に Table 2, Table 3）。

「状況を越えたスキル」について，使用した 2 つの尺度別に因子分析を行った。まず成人用ソーシャルスキル自己評定尺度（相川・藤田, 2005）の項目について，因子分析を行い，いずれの因子においても因子負荷量の絶対値が.40 未満の項目と，複数の因子にまたがって因子負荷量の絶対値が.40 以上となった項目を除外した結果，最終的に 3 因子が抽出された。これらは，ソーシャルスキルの生起過程モデル（相川, 2009）における「感情の統制」過程,「相手の反応の解読」過程,「対人反応の実行」過程にそれぞれ対応するものであったため，第 1 因子は「感情の統制スキル」（α＝.75），第 2 因子は「相手の反応の解読スキル」（α＝.73），第 3 因子は「対人反応の実行スキル」（α＝.76）と命名した（Table 4）。続いて PSI 日本語版（D'Zurilla, 1986　丸山監訳 1995）を参考に独自に作成した項目については,「対人目標の決定」過程と「対人反応の決定」過程の 2 過程のスキルを測定することを想定していたため，因子数を 2 で指定し，最尤法・プロマックス回転による因子分

Table 4　成人用ソーシャルスキル自己評定尺度の因子分析結果

		Factor 1	Factor 2	Factor 3	共通性
3	気持ちをおさえようとしても，それが顔に表れてしまう*	**.83**	.03	.09	.64
11	感情をあまり面（おもて）にあらわさないでいられる	**.73**	.12	-.03	.55
8	困ったときは顔にでやすい*	**.62**	-.01	-.07	.41
19	自分の感情をコントロールするのが苦手である*	**.46**	-.07	.10	.19
5	表情が豊かである	**-.42**	.02	.27	.33
1	表情やしぐさで相手の思っていることが分かる	-.02	**.83**	-.11	.66
4	顔つきから相手の表情を読みとれる	-.04	**.78**	.01	.62
7	話をしているとき，相手の表情のわずかな変化も感じとれる	-.10	**.58**	-.01	.35
10	自分の言葉が相手にどのように受け取られたか察しがつく	.14	**.46**	.08	.24
22	相手に良い感じを持ったら，それを素直に表現できる	.14	-.03	**.88**	.69
23	感情を素直にあらわせる	-.09	.03	**.73**	.59
因子間相関		Factor 1	Factor 2	Factor 3	
	Factor 2	-.05			
	Factor 3	-.34	.24		

注　*は逆転項目，得点の反転処理済み

析を行った。因子負荷量の絶対値が.40 未満の項目を除外した結果，2 項目が除外された。抽出された 2 因子について因子間相関を求めたところ，因子 1 と因子 2 の因子間相関は-.15 と，ほとんど相関がみられなかった。そこで再度，因子数を 2 で指定し，最尤法・バリマックス回転による因子分析を行った。因子負荷量の絶対値が.40 未満の項目を除外した結果，2 項目が除外され，Table 5 のとおりとなった。第 1 因子は，「人と関わるなかで思うようにならなかったとき，その原因を振り返らない」など，対人場面を振り返り原因を考えるという内容であることから，「振り返りスキル」（α＝.72）と命名した。第 2 因子は，「相手と意見がぶつかったとき，うまく対処できる自信がある」など，対人場面で問題が起きたときにそれを解決できると思うかという問題解決に対する自信に関する内容であることから，「問題解決への自信」（α＝.67）と命名した。なお，「問題解決への自信」のαの値が.70 未満となったものの，因子に含まれる項目数が少ないことを考慮し，おおむね内的整合性が認められるものと判断し，以降の分析に使用した。

各変数の基礎統計量　対人不安傾向，対人消極傾向，「状況に特定的なスキル」の対人目標の各因子，「状況を越えたスキル」の各下位スキルについては，各項目の得点を加算し，項目数で除した値を各因子の得点とした。対人不安傾向，対人消極傾向，「状況に特定的なスキル」の「対人反応の決定」以外の変数，「状況を越えたスキル」の平均値，標準偏差，各変数間の相関係数を Table 6 に示した。また「状況に特定的なスキル」の「対人反応の決定」については，得られた自由記述を久木山（2000）で用いられた 4 つのカテゴリー（独立行動，依存行動，主張的行動，回避行動）を用いて分類した。ただし，主張的行動については，「目が合った受講生」に対するものと，「目が合った受講生以外の人」に対するものとを区別して分類を行った。しかしながら，このカテゴリーではいくつかの回答を分類することができなかった。そこで「消極行動」と「様

Table 5　PSI 日本語版を参考に独自に作成した項目群の因子分析結果

		Factor 1	Factor 2	共通性
2	人と関わるなかで思うようにならなかったとき，その原因を振り返らない*	**.84**	-.16	.72
24	対人関係でうまくいかなかったとき，その原因を考えるようにしている	**.61**	.01	.37
14	相手とのやりとりを振り返って，何がうまくいき何がうまくいかなかったかを考えない*	**.60**	-.05	.37
9	相手と意見がぶつかったとき，うまく対処できる自信がある	.03	**.84**	.70
16	複雑な人間関係のなかでもうまくやっていけると思う	-.11	**.60**	.37
21	人とのあいだでトラブルが起こったとき，自分はその状況を乗り切れるかどうか不安である*	-.04	**.47**	.22
	因子寄与	1.45	1.30	
	因子寄与率(%)	24.18	21.74	
	累積寄与率(%)	23.60	45.92	

注　*は逆転項目，得点の反転処理済み

Table 6　各変数の基礎統計量（*N*=174）

		M	*SD*	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	対人不安傾向	4.07	0.61	-									
2	対人消極傾向	2.93	0.67	.46 ***	-								
〈状況に特定的なスキル〉													
3	相手の表情の解読※2	3.82	1.24	-.07	.00	-							
4	対人目標の決定（主張目標）	3.64	1.12	.10	.01	-.64 ***	-						
5	対人目標の決定（友好目標）	3.44	1.04	.19 *	.10	-.04	.18 *	-					
6	対人目標の決定（回避目標）	3.31	0.92	.37 ***	.12	.11	-.09	.36 ***	-				
〈状況を越えたスキル〉													
7	感情の統制スキル	2.36	0.57	-.02	.24 **	.07	-.07	-.01	-.08	-			
8	相手の反応の解読スキル	2.9	0.45	-.05	-.11	.11	-.10	-.06	-.19 *	-.04	-		
9	対人反応の実行スキル	2.99	0.66	-.16 *	-.37 ***	.12	-.15 †	-.09	-.15 *	-.28 ***	.20 **	-	
10	振り返りスキル	3.02	0.54	.02	-.05	-.02	.14 †	.10	-.02	-.03	.19 *	.18 *	-
11	問題解決への自信	2.38	0.56	-.39 ***	-.20 **	-.01	-.02	-.11	-.13 †	.19 **	.26 ***	.12	-.11

注1　†p<.10　*p<.05　**p<.01　***p<.001
注2　得点が高いほど敵意的に解読

Table 7　各対人反応カテゴリー産出率の基礎統計量（*N*=174）

	M	*SD*
孤立行動産出率	0.11	0.19
依存行動産出率	0.21	0.25
主張的行動産出率	0.31	0.26
主張的行動（他）産出率	0.17	0.22
回避行動産出率	0.10	0.17
消極行動産出率	0.06	0.14
様子見行動産出率	0.06	0.15

子見行動」の 2 つのカテゴリーを追加し再度分類を行った。続いて，久木山（2000）に倣い，全対人反応の産出数に占める各カテゴリーの対人反応の産出数の割合をもって各対人反応カテゴリーの産出率とした（例：回避行動の産出率＝回避行動の産出数／全対人反応の産出数）。各対人反応カテゴリーの産出率について，平均値，標準偏差を算出したところ，Table 7 のとおりとなった。なお，目が合った受講生に対する主張的行動産出率を「主張的行動産出率」，目が合った受講生以外の人に対する主張的行動産出率を「主張的行動（他）産出率」とした。

対人不安傾向と対人消極傾向の得点による群分け　高不安―消極群と高不安―積極群の群分けについては，まず対人不安傾向の尺度得点の中点である「3」を用いて，対人不安傾向の得点が「3」より大きい人たちを高不安群，「3」より小さい人たちを低不安群とした。次に，高不安群について，対人消極傾向の尺度得点の中点である「3」を用いて，対人消極傾向の得点が「3」より小さい人たちを高不安―積極群（$n = 78$），「3」より大きい人たちを高不安―消極群（$n = 69$）とした。

高不安群における対人消極傾向の高低による各変数の平均値の差異　高不安群について，対人消極傾向の高低による各変数の平均値の差異について検討するために，高不安群を対象に，対人消極傾向の高低を独立変数，「状況に特定的なスキル」と「状況を越えたスキル」を従属変数として t 検定を行ったところ，Table 8 のとおりとなった。

「状況に特定的なスキル」に関しては，場面想定における対人目標の下位目標のうち，「友好目標」で有意傾向ではあるが差が認められ（$t(145) = 1.72, p < .10$），高不安―消極群が高不安―積極群より得点が高い傾向がみられた。

一方で，「状況を越えたスキル」に関しては，「感情の統制スキル」（$t(145) = 3.29, p < .01$）と「対人反応の実行スキル」（$t(145) = 3.43, p < .001$）で有意差が認められた。「感情の統制スキル」に関しては，高不安―消極群が高不安―積極群よ

Table 8　高不安群における対人消極傾向の高低による各変数の平均値の差異

	高不安・消極群（*n*=69）		高不安・積極群（*n*=78）		*t*（145）
	M	*SD*	*M*	*SD*	
〈状況に特定的なスキル〉					
相手の表情の解読	3.78	1.20	3.81	1.21	0.13
対人目標の決定					
主張目標	3.69	1.19	3.61	1.02	0.44
友好目標	3.64	0.99	3.34	1.09	1.72 †
回避目標	3.46	0.94	3.29	0.84	1.14
対人反応の決定					
孤立行動産出率	0.13	0.21	0.08	0.17	1.57
依存行動産出率	0.19	0.25	0.22	0.24	0.64
主張的行動産出率	0.29	0.20	0.32	0.31	0.77
主張的行動（他）産出率	0.18	0.24	0.18	0.23	0.12
回避行動産出率	0.08	0.14	0.11	0.20	1,17
消費行動産出率	0.07	0.19	0.04	0.10	1.43
様子見行動産出率	0.05	0.16	0.05	0.14	0.02
〈状況を越えたスキル〉					
感情の統制スキル	2.54	0.53	2.25	0.54	3.29 **
相手の反応の解読スキル	2.89	0.46	2.94	0.44	0.65
対人反応の実行スキル	2.77	0.64	3.13	0.63	3.43 ***
振り返りスキル	3.03	0.50	2.99	0.56	0.48
問題解決への自信	2.29	0.54	2.42	0.56	1.46

注1　†p<.10　**p<.01　***p<.001
注2　得点が高いほど敵意的に解読

り有意に得点が高く，一方，「対人反応の実行スキル」に関しては，高不安―積極群が高不安―消極群よりも有意に得点が高かった。

考察

本研究の目的は，高不安―積極群と高不安―消極群の差異について，ソーシャルスキルに着目して検討することであった。なおソーシャルスキルについては，ソーシャルスキルの生起過程モデル（相川，2009）の各過程について，「状況を越えたスキル」と「状況に特定的なスキル」という 2 つの異なる側面から捉えた。

対人消極傾向とソーシャルスキルの関連

対人消極傾向とソーシャルスキルの低さが関連している（菅原，1998）という指摘を踏まえ，対人消極傾向とソーシャルスキルの関連について考察する。相関分析の結果，ソーシャルスキルの「状況に特定的なスキル」は対人消極傾向と有意な相関を示さなかった。一方，「状況を越えたスキル」の下位スキルのうち対人消極傾向と関連を示したのは，「感情の統制スキル」，「対人反応の実行スキル」，「問題解決への自信」の３つであり，その他のスキルは関連を示さなかった。また，これら 3 つのスキルのうち，「対人反応の実行スキル」と「問題解決への自信」は対人消極傾向と負の相関を示したのに対し，「感情の統制スキル」は正の相関を示していた。このことから，先行研究（例えば，相川，2009；Riggio，1986）が示すように，ソーシャルスキルは複雑で様々な側面を持つものであり，その下位スキルはそれぞれ異なった性質を持つものだと考えられる。そして本研究の結果から，対人消極傾向はソーシャルスキルの中でも「対人反応の実行スキル」と「問題解決への自信」の低さ，また，「感情の統制スキル」の高さによって特徴づけられる概念である可能性が示唆された。

高不安―積極群と高不安―消極群のソーシャルスキルにおける差異

「状況を越えたスキル」における差異　ソーシャルスキルの「状況を越えたスキル」について，高不安―積極群と高不安―消極群で各変数の平均値の差を t 検定を用いて検討したところ，「対人反応の実行スキル」に関しては，高不安―積極群が高不安―消極群よりも得点が高く，一方で「感情の統制スキル」に関しては，高不安―消極群が高不安―積極群よりも得点が高くなっていた。これは，相関分析において「対人反応の実行スキル」と「感情の統制スキル」が負の関連を示したことと関係していると考えられる。Riggio（1986）は，ソーシャルスキルを構成する下位スキル間の関係について，その中には「あるスキルが高ければもう一方のスキルは低くなる」といった負の関係になるものも存在すると指摘している。そして，その例として，感情コントロールのスキルが過度に高い者は自分の感情を表現することに困難を抱えているということを挙げている。本研究における「対人反応の実行スキル」は，「相手に良い感じを持ったら，それを素直に表現できる」，「感情を素直にあらわせる」という項目からなり，感情表現に関わるものであったことから，「感情の統制スキル」との間に負の関連を示したのだと考えられる。このことを踏まえると，高不安―消極群は高不安―積極群よりも感情の統制スキルが高く，感情をあまり面にあらわさないでいられるが，その反面，自分の感情を表現したり相手に伝えたりすることに難しさを抱えていると考えられる。

しかしながら，このことに関しては以下のような疑問が生じる。高不安―積極群は不安に感じていても他者と積極的に関わろうとする人たち，つまり不安という感情をあまりおもてに表さないでいられる人たちであり，一方で，高不安―消極群は不安から他者と関わることに消極的になってしまう人たち，つまり不安という感情が行動に表れやすい人たちである。このことを踏まえると，高不安―積極群の方が高不安―消極群よりも自身の不安という感情を上手くコントロールできているのではないかという疑問が生じる。これに関しては，コントロールする感情の種類が関係しているのではないかと考えられる。喜怒哀楽という言葉にも示されるように，感情にはポジティブなもの，ネガティブなものなど様々な種類がある。例えば，Ekman & Friesen（1975　工藤訳 1987）は表情からの感情認知について検討し，基本感情には喜び，驚き，恐怖，悲しみ，怒り，嫌悪があることを示している。このことを踏まえると，高不安―積極群は高不安―消極群よりも，様々な感情のうち不安という感情をコントロールするスキルが高く，一方で高不安―消極群はポジティブな感情まで過度に抑制してしまう結果，対人関係に消極的になっている可能性も考えられる。本研究では，コントロールしている感情の種類については検討を行っていないため，この点に関しては今後検討する余地があると言えよう。

「状況に特定的なスキル」における差異　次に，「状況に特定的なスキル」について，高不安―積極群と高不安―消極群で各変数の平均値の差を t 検定を用いて検討したところ，状況に特定的なスキルに関してはどれも有意な差を示さなかった。しかし「友好目標」において，高不安―消極群の方が高不安―積極群よりも得点が高い傾向がうかがえた。本研究で測定していた友好目標の内容は，「相手を困らせたくない」「相手との雰囲気を嫌なものにしたくない」といった相手との関係を悪化させないように配慮する内容であった。このことを踏まえると，高不安―消極群は高不安―積極群よりも他者との関係を重視し，相手がどう思うかということに対し敏感であるのかもしれない。

本研究の意義

本研究の意義として，高不安―積極群と高不安―消極群のソーシャルスキルにおける差異を検討するにあたり，ソーシャルスキルを「状況を越えたスキル」と「状況に特定的なスキル」という 2 つの異なる側面から捉え，働きかけが望まれる側面を明らかにすることができた点が挙げられる。具体的には，まず，ソーシャルスキルの「状況を越えたスキル」についてみてみると，対人不安傾向が高くても「対人反応の実行」過程に関するスキル，すなわち自分の感情を適切に表現するスキルが保有されていると対人消極傾向は低くなることが本研究の結果より明らかになった。また，初対面の人物と関係を形成せねばならない状況を想定して「状況に特定的なスキル」の違いを検証したところ，高不安―消極群は高不安―積極群よりも初対面場面において，他者との関係を重視する対人目標である「友好目標」を立てやすく，高不安―消極群は，対人場面において相手を困らせたくないという思いを強く持っている可能性が示唆された。

これらが明らかになったことから，高不安―消極群に対しては，ソーシャルスキルのうち「対人反応の実行」過程という行動面に働きかけるとともに，行動に影響を与えている認知面に対しても働きかけを行う必要があると考えられる。認知面への働きかけとしては，例えば「感情の統制」過程に関して，感情の数値化・言語化を通して自身の感情についての理解を促すなど，自身の認知についての理解を助けその変容を促すソーシャルスキルトレーニングが有効であろう。

本研究の限界と今後の課題

本研究の限界及び課題は，以下の 4 点である。

1 点目として，本研究は質問紙を用いた検討であり，現実の対人状況における認知や行動との間に解離がある可能性がある。例えば「相手の反応の解読」について，質問紙に回答する場合は時間をかけて相手の意図や感情を読み取ることができるが，一方で現実に他者と対面している時には，相手の意図などを瞬時に読み取り反応を返すことが求められる。今後は，実際に他者と関わる場面を設定しその場面における他者とのやりとりを観察するなど，質問紙以外の方法による検討も必要であろう。

2 点目として，本研究では具体的な対人場面として初対面の人物と関わる場面を取り上げたが，他の対人場面については検討できなかった点が挙げられる。ソーシャルスキルは具体的な対人場面において用いられるものであり，状況によって必要となるソーシャルスキルは異なるとされている（相川, 2009）。したがって今後は，初対面の人物と関わる場面以外の対人場面についても検討していく必要があると考えられる。

3 点目として，本研究では高不安―消極群に対する具体的な支援方策については提言できなかった点が挙げられる。先述のとおり本研究の知見は，高不安―消極群のソーシャルスキルのうちどの側面に働きかければよいかを示した点で一定の意義があると考えられるが，それらの側面に対して具体的にどのような働きかけを行うのが有効であるかについては検討することができなかった。今後は，この点についても検討を行っていくことが重要であると考えられる。

4 点目として，本研究では対人不安傾向の高い人が他者と上手く関わっていくためにはどうすればよいかについて，ソーシャルスキルという個人内要因に焦点を当てて検討を行ったが，それ以外の要因については検討できなかった点が挙げられる。ソーシャルスキル以外の要因として，例えば，対人不安傾向の高い人を取り巻く環境に注目して検討を行うなど，今後，他の要因からも研究を重ね，対人不安傾向の高い人の悩みを軽減するためにはどうすればよいかについて多角的に検討していくことが必要となるだろう。

謝辞

本論文を執筆するにあたり，調査にご協力いただきました先生方や大学生，大学院生の皆様に深く感謝申し上げます。

引用文献

相川充（1996）．社会的スキルという概念　相川充・津村俊充（編）　社会的スキルと対人関係―自己実現を援助する（pp. 3- 22）　誠心書房

相川充（2009）．　新版　人づきあいの技術―ソーシャルスキルの心理学―　サイエンス社

相川充・藤田正美（2005）．成人用ソーシャルスキル自己評定尺度の構成　東京学芸大学紀要第 1 部門 教育科学 56, 87-93.

D'Zurilla, T. J.（1986）Problem-solving therapy：a social competence approach to clinical intervention. Springer Publishing Company.

（ズリラ, T. J. 丸山晋監訳（1995）　問題解決療法：臨床的介入への社会的コンピテンス・アプローチ　金剛出版）

Ekman, P. & Friesen, W. V. (1975). Unmasking the face: A guide to recognizing emotions from facial clues. Englewood Cliffs, New Jersey: Plentice-Hall.

（エクマン, P & フリーセン, W. V.　工藤力訳（1987）．表情分析入門―表情に隠された意味をさぐる　誠心書房）

林 文俊（1978）. 対人認知構造の基本次元についての一考察　名古屋大学教育学部紀要（教育心理学科), 25, 233-247.

堀毛一也（1994）．恋愛関係の発展・崩壊と社会的スキル　実験社会心理学研究, 34, 116-128.

笠原嘉（1977）．青年期　精神病理学から　中公新書

加藤真梨子・山下利之（2016）．線画表情の感情認知における色の影響　知能と情報, 28, 576-582.

菊池章夫 （1988）．思いやりを科学する　川島書店

久木山健一（2000）．大学生の仲間入り場面における社会的情報処理の検討　名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要心理発達科学，47，223-234.

Leary, M. R. (1983). Understanding social anxiety: Social, personality, and clinical perspectives. California: Sage.

（リアリー, M. R.　生和秀敏監訳（1990）．対人不安　北大路書房 ）

松尾直博・新井邦二郎（1998）. 児童の対人不安傾向と公的自己意識，対人的自己効力感との関係　教育心理学研究，46，21-30.

岡村尚昌・津田彰（2013）．不安　藤永保（監修）　最新心理学事典初版（pp. 660- 664）　平凡社

Riggio, R. E. (1986). Assessment of basic social skills. *Journal of Personality and Psychology*, 51, 646-660.

菅原健介（1998）．　シャイネスにおける対人不安傾向と対人消極傾向　性格心理学研究，7, 22-32.