

# 大学生における対人恐怖心性の時代的推移（続報）

堀井 俊章

## Longitudinal Changes of Anthropophobic Tendency in University Students (Second Report)

Toshiaki HORII

### 問題と目的

1980年以降、米国精神医学会が作成した診断基準である「精神疾患の診断・統計マニュアル」(Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders; DSM)に、「社会恐怖(Social Phobia)」や「社交不安症/社交不安障害(Social Anxiety Disorder; SAD)」が登場し、その類似概念である「対人恐怖」という名称は今後ほとんど使用されなくなることが予想されていた。朝倉(2015)によれば、DSM-5では「わが国の対人恐怖をSADとして診断する方向となった」とも指摘されていた。それにもかかわらず、最近になっても「対人恐怖」という名称を新たな文献で見かけたり、心理臨床場面や学生相談場面で耳にしたりすることが少なくない。それだけわが国の人々にとって「対人恐怖」という名称は分かりやすく、なじみのある言葉であると考えられる。

対人恐怖は、「主として恐怖や不安のために対人関係の在り方に関して困難を抱える状態」(北山, 2002)を意味し、対人恐怖心性は、広く一般の人々、特に青年期によく見られる対人恐怖の心理傾向を表す。その対人恐怖心性を測定する尺度(対人恐怖心性尺度(堀井・小川, 1996, 1997))を用いて、一般大学生の対人恐怖心性の時代的推移について分析が行われた結果、1993年から2008年にかけて対人恐怖心性は高まる傾向にあることが報告されている(堀井, 2011)。

2008年から10年経た今日、対人恐怖心性の時代的推移を検討するためには、最新のデータを収集する必要がある。そこで本研究では、一般の大学生を対象に、対人恐怖心性のデータを収集し、過去のデータと比較した結果を資料として提示することを目的とする。

### 方法

#### 調査対象者および調査時期

首都圏の大学生140名(男子68名、女子72名)を対象とし、2018年6月に質問紙調査を実施した。なお、比較する対象は1993年と2008年のデータとしたが、結果に強い影響を与える可能性がある要因を統制するため、今回の調査対象と同一の大学かつ同一の学年(1年次生)のデータを抽出した。よって1993年の分析対象は大学生141名(男子46名、女子95名)、2008年の分析対象は128名(男子59名、女子69名)であった。

## 質問紙

対人恐怖心性尺度（堀井・小川, 1996, 1997）を使用した。本尺度は恥の心性に基づく古典的な対人恐怖心性を測定する尺度であり、6下位尺度（全30項目7件法）から構成されている（Appendix 1 参照）。下位尺度の概要は以下のとおりである。

### 尺度Ⅰ＜自分や他人が気になる＞悩み

「他人が自分をどのように思っているのかとても不安になる」「自分が人にどうみられているのかクヨクヨ考えてしまう」などの項目から構成されている。この尺度は過剰な他意識や自意識を表し、対人関係において、自分のことを評価する他者および他者に評価される自己へのとらわれがもたらす不安意識を表す。

### 尺度Ⅱ＜集団に溶け込めない＞悩み

「集団のなかに溶け込めない」「グループでのつき合いが苦手である」などの項目から構成されている。集団に対する違和感や不適合感を表し、集団という対人場面に溶け込んで自由に、かつ適切にふるまえないという不安意識を表す。

### 尺度Ⅲ＜社会的場面で当惑する＞悩み

「人前に出るとオドオドしてしまう」「会議などの発言が困難である」などの項目から構成されている。シャイな心性を背景に、社会的場面でパフォーマンスを行うときの不安意識を表す。

### 尺度Ⅳ＜目が気になる＞悩み

「人と目を合わせていられない」「人の目を見るのがとてもつらい」などの項目から構成されている。アイコンタクトに苦痛を感じたり、人の目を見たり、人から見られたりすることへの不安を表し、視線恐怖的な不安意識を表す。

### 尺度Ⅴ＜自分を統制できない＞悩み

「ひとつのことに集中できない」「根気がなく、何ごとも長続きしない」などの項目から構成されている。対人不安の副次的な悩みを表し、自己愛的万能感を背景に、自らの意思や感情を統制できないことへの不満足感や不安意識を表す。

### 尺度Ⅵ＜生きることに疲れている＞悩み

「生きていることに価値を見いだせない」「充実して生きている感じがしない」などの項目から構成されている。対人不安の副次的な悩みを表し、生への充実感が持てず、抑うつ的になり、心身の不調を感じる不安意識を表す。

## 手続き

調査協力者に質問紙を集団場面で配布した。調査研究の基本的倫理事項に留意し、文書と口頭で、すべての回答は数量化され、統計的な処理を行うため、個人のプライバシーは守られること、回答は研究以外の目的には使用されないこと、回答は任意であり、強制ではなく、回答を開始しても途中で止められることなどを説明した。同意を得た者を対象に調査を実施した。回答時間は約5分であった。

## 結果と考察

### 対人恐怖心性尺度の信頼性について

対人恐怖心性尺度について調査年度ごとの Cronbach の  $\alpha$  係数を算出した (Table 1)。その結果、尺度は高い信頼性 (内的整合性) を持つことが確認された。

Table 1 対人恐怖心性尺度の調査年度ごとの  $\alpha$  係数

	1993年	2008年	2018年
尺度Ⅰ<自分や他人が気になる>悩み	.83	.84	.81
尺度Ⅱ<集団に溶け込めない>悩み	.90	.92	.90
尺度Ⅲ<社会的場面で当惑する>悩み	.89	.90	.92
尺度Ⅳ<目が気になる>悩み	.90	.91	.88
尺度Ⅴ<自分を統制できない>悩み	.81	.84	.83
尺度Ⅵ<生きることに疲れている>悩み	.79	.86	.85

### 対人恐怖心性尺度の時代的推移について

対人恐怖心性尺度の平均値と標準偏差について、調査年度別および男女別に算出した (Table 2)。

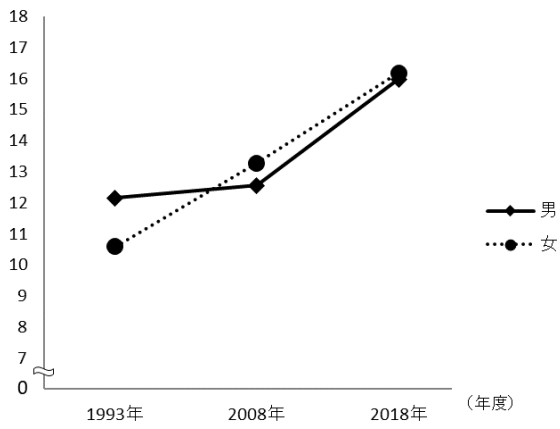
Table 2 対人恐怖心性尺度の調査年度ごとの平均値と標準偏差

	1993年 <i>M(SD)</i>	2008年 <i>M(SD)</i>	2018年 <i>M(SD)</i>
尺度Ⅰ<自分や他人が気になる>悩み	12.16(5.85)	12.56(5.44)	15.97(6.31)
	10.59(5.38)	13.28(4.87)	16.17(6.38)
尺度Ⅱ<集団に溶け込めない>悩み	11.08(5.93)	12.37(5.49)	14.14(6.33)
	9.69(5.29)	11.58(5.79)	13.90(7.05)
尺度Ⅲ<社会的場面で当惑する>悩み	12.02(6.42)	11.88(6.07)	14.04(7.16)
	10.21(6.16)	12.13(5.89)	14.31(7.39)
尺度Ⅳ<目が気になる>悩み	7.90(6.19)	9.08(4.48)	11.43(6.86)
	7.07(4.82)	9.07(4.91)	10.19(6.83)
尺度Ⅴ<自分を統制できない>悩み	13.39(6.31)	10.88(5.29)	13.63(5.86)
	12.18(5.01)	11.70(4.67)	12.72(6.27)
尺度Ⅵ<生きることに疲れている>悩み	9.92(5.70)	9.53(4.67)	12.00(6.76)
	7.76(5.12)	9.77(5.29)	11.53(6.08)

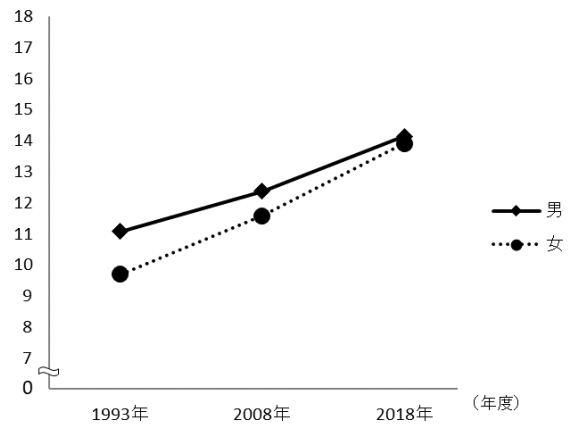
各尺度の上段が男子, 下段が女子

次に、男女ごとに調査年度別に平均値をプロットした図を Figure 1 に示した。2 要因 (調査年度×性) の分散分析を行い、調査年度による有意な差が認められた場合、Tukey 法による多重比較を行った。その結果を Table 3 に示した。

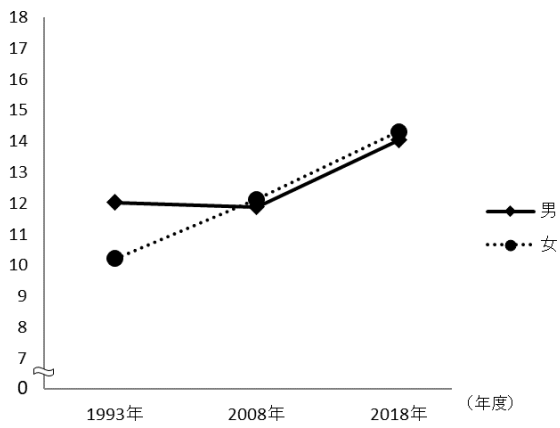
(点) 尺度Ⅰ <自分や他人が気になる> 悩み



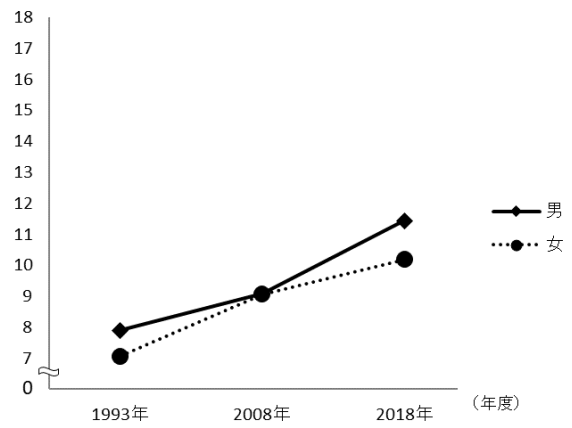
(点) 尺度Ⅱ <集団に溶け込めない> 悩み



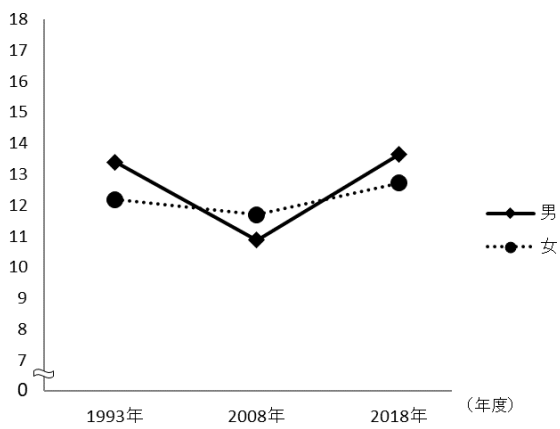
(点) 尺度Ⅲ <社会的場面で当惑する> 悩み



(点) 尺度Ⅳ <目が気になる> 悩み



(点) 尺度Ⅴ <自分を統制できない> 悩み



(点) 尺度Ⅵ <生きることに疲れている> 悩み

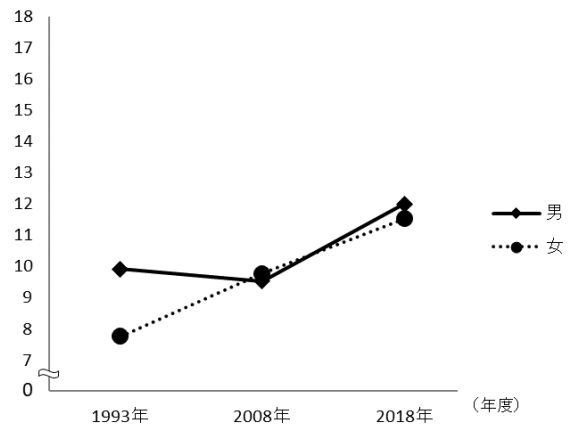


Figure 1 対人恐怖心性の時代的推移

Table 3 対人恐怖心性尺度の二要因（調査年度×性）の分散分析の結果

	調査年度差		性差	交互作用
	<i>F</i>		<i>F</i>	<i>F</i>
尺度Ⅰ＜自分や他人が気になる＞悩み	23.91***	1993年<2008年<2018年	0.15	1.45
尺度Ⅱ＜集団に溶け込めない＞悩み	12.64***	1993年<2008年<2018年	1.83	0.31
尺度Ⅲ＜社会的場面で当惑する＞悩み	7.91***	1993年, 2008年<2018年	0.44	1.10
尺度Ⅳ＜目が気になる＞悩み	11.39***	1993年<2008年<2018年	1.45	0.39
尺度Ⅴ＜自分を統制できない＞悩み	4.24*	2008年<2018年	0.62	1.26
尺度Ⅵ＜生きることに疲れている＞悩み	10.22***	1993年<2008年<2018年	2.26	1.77

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

Table 3 を見てわかるように、調査年度による差はすべての下位尺度において有意であった。性差および交互作用はいずれも認められなかった。

調査年度による差について、多重比較の結果、尺度Ⅰ＜自分や他人が気になる＞悩み、尺度Ⅱ＜集団に溶け込めない＞悩み、尺度Ⅳ＜目が気になる＞悩み、尺度Ⅵ＜生きることに疲れている＞悩みは、1993年より2008年と2018年の得点が有意に高く、2008年より2018年の得点が有意に高かった。尺度Ⅲ＜社会的場面で当惑する＞悩みは1993年と2008年より2018年の得点が有意に高かった。尺度Ⅴ＜自分を統制できない＞悩みは2008年より2018年の得点が有意に高かった。

以上、調査年度間において一部有意な差が認められなかったが、対人恐怖心性は全般的に時代の進行とともに増大傾向にあることが示唆された。

### まとめと今後の課題

本研究は一般の大学生を対象に対人恐怖心性の時代的推移に関するデータを資料として提示することを目的とした。1993年、2008年、2018年のデータを比較した結果、対人恐怖心性は全般的に増大傾向にあることが示唆された。今回用いた対人恐怖心性尺度は対人関係質問票（林・小川, 1981）を改訂して作成された尺度である（堀井・小川, 1996, 1997）。改訂前の対人関係質問票を用いて収集したデータの分析結果によると、1983年から1993年にかけて対人恐怖心性が増大傾向にあった（堀井, 2011）。この結果も考察の対象に加えると、4時点の比較ではあるが、この35年の間に対人恐怖心性は徐々に高まる傾向にあることがうかがえる。

対人恐怖は精神疾患であるが、対人恐怖心性は一般的な青年期心性の一種である。そのため対人恐怖心性の増大が必ずしも治療対象者の増加を意味しているわけではない。しかし、対人恐怖心性の高まりが精神疾患としての対人恐怖や社交不安症（社交不安障害）に繋がるおそれは十分ある。また今日、学生相談の場では、対人恐怖心性

の高さゆえに対人関係に苦痛を感じ、学生生活に支障を来す者が目立つ傾向にある。言うまでもなく本研究の結果を一般化することはできない。しかし、対人恐怖心性の一定の高まりを示唆する結果が得られたことを鑑みると、今後の更なる変化を注視するとともに、学生相談体制の一層の強化が求められる。

## 引用文献

- 朝倉 聡 (2015). 社交不安症の診断と評価 不安症研究, 7, 4-17.
- 林 洋一・小川 捷之 (1981). 対人不安意識尺度構成の試み 横浜国立大学保健管理センター年報, 1, 29-46.
- 堀井 俊章 (2006). 対人恐怖心性尺度Ⅱの開発——対人関係におけるおびえの心性を測定する試み—— 学生相談研究, 26, 221-232.
- 堀井 俊章 (2011). 大学生における対人恐怖心性の時代的推移 横浜国立大学教育人間科学部紀要Ⅰ(教育科学), 13, 149-156.
- 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.
- 堀井 俊章・小川 捷之 (1997). 対人恐怖心性尺度の作成(続報) 上智大学心理学年報, 21, 43-51.
- 北山 修 (2002). 対人恐怖 小此木 啓吾・北山 修(編) 精神分析事典(p.320) 岩崎学術出版社

ここには、さまざまな悩みや不満が書かれています。ここに書かれていることがらをよく読んで、それが自分に、「あてはまる」か「あてはまらない」か、その程度（番号）を○印で囲ってください。あまり考えすぎるとわからなくなることがあります。自分にあてはまるかどうか、読んですぐ、どんどん記入してってください。

	全	あ	や	ど	や	あ	非
	然	て	や	ち	や	て	常
	あ	は	あ	ら	あ	は	に
	て	ま	て	と	て	ま	あ
	は	ら	は	も	は	る	て
	ま	な	ま	い	ま	は	は
	ら	い	ら	え	る	ま	ま
	な		な	な		る	る
	い		い	い			
1) 他人が自分をどのように思っているのかとても不安になる。 . . . . .	0	1	2	3	4	5	6
2) 集団のなかに溶け込めない。 . . . . .	0	1	2	3	4	5	6
3) 人前になるとオドオドしてしまう。 . . . . .	0	1	2	3	4	5	6
4) 人と目を合わせていられない。 . . . . .	0	1	2	3	4	5	6
5) ひとつのことに集中できない。 . . . . .	0	1	2	3	4	5	6
6) 生きていることに価値を見いだせない。 . . . . .	0	1	2	3	4	5	6
7) 自分が人にどう見られているのかクヨクヨ考えてしまう。 . . . . .	0	1	2	3	4	5	6
8) グループでのつき合いが苦手である。 . . . . .	0	1	2	3	4	5	6
9) 会議などの発言が困難である。 . . . . .	0	1	2	3	4	5	6
10) 人の目を見るのがとてもつらい。 . . . . .	0	1	2	3	4	5	6
11) 根気がなく、何ごともし長続きしない。 . . . . .	0	1	2	3	4	5	6
12) 充実して生きている感じがしない。 . . . . .	0	1	2	3	4	5	6
13) 自分が相手の人にイヤな感じを与えているように思ってしまう。 . . . . .	0	1	2	3	4	5	6
14) 仲間のなかに溶け込めない。 . . . . .	0	1	2	3	4	5	6
15) 人がたくさんいるところでは気恥ずかしくて話せない。 . . . . .	0	1	2	3	4	5	6
16) 人と話をするとき、目をどこにもっていいかわからない。 . . . . .	0	1	2	3	4	5	6
17) 計画を立てても実行がとまなわない。 . . . . .	0	1	2	3	4	5	6
18) いつも疲れているような感じがする。 . . . . .	0	1	2	3	4	5	6
19) 自分のことが他の人に知られるのではないかとよく気にする。 . . . . .	0	1	2	3	4	5	6
20) 人との交際が苦手である。 . . . . .	0	1	2	3	4	5	6
21) 大ぜいの人のなかで向かい合って話すのが苦手である。 . . . . .	0	1	2	3	4	5	6
22) 顔をジーンと見られるのがつらい。 . . . . .	0	1	2	3	4	5	6
23) 意志が弱い。 . . . . .	0	1	2	3	4	5	6
24) いつも頭が重い。 . . . . .	0	1	2	3	4	5	6
25) 人と会うとき、自分の顔つきが気になる。 . . . . .	0	1	2	3	4	5	6
26) 人が大ぜいいると、うまく会話のなかに入っていけない。 . . . . .	0	1	2	3	4	5	6
27) 引っ込みじあんである。 . . . . .	0	1	2	3	4	5	6
28) 向かい合って仕事をしているとき、相手に顔を見られるのがつらい。 . . . . .	0	1	2	3	4	5	6
29) すぐに気持ちがあくじける。 . . . . .	0	1	2	3	4	5	6
30) 何をやってもうまくいかない。 . . . . .	0	1	2	3	4	5	6

注. 尺度Ⅰ＜自分や他人が気になる＞悩みの得点は項目1, 7, 13, 19, 25の合計値  
 尺度Ⅱ＜集団に溶け込めない＞悩みの得点は項目2, 8, 14, 20, 26の合計値  
 尺度Ⅲ＜社会的場面で当惑する＞悩みの得点は項目3, 9, 15, 21, 27の合計値  
 尺度Ⅳ＜目が気になる＞悩みの得点は項目4, 10, 16, 22, 28の合計値  
 尺度Ⅴ＜自分を統制できない＞悩みの得点は項目5, 11, 17, 23, 29の合計値  
 尺度Ⅵ＜生きることに疲れている＞悩みの得点は項目6, 12, 18, 24, 30の合計値