

大学生における対人恐怖心性の時代的推移

堀井俊章

Longitudinal Changes of Anthropophobic Tendency in University Students

Toshiaki HORII

I. 問題と目的

一般の人々の会話場面において、「知り合いに対人恐怖っぽい人がいる」「私は対人恐怖のところがある」といったように、対人恐怖という言葉は日常で使用されることがある。このような場面では、対人恐怖は文字通り人を怖がる性質という意味で用いられることが多いようである。学術的には対人恐怖 (anthropophobia) は精神的病態の一種とみなされている。その内容については専門家間で若干の差異をもつ。広義にとらえた一例を紹介すると、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) と定義される。また、対人恐怖心性 (anthropophobic tendency) という場合には、広く一般の人々に見られる対人恐怖の傾向を意味している。対人恐怖心性の測定においては、対人恐怖の人たちが自覚しやすい悩みや不安意識をどの程度保持しているか、という視点で客観的に測られる (小川, 1974 ; 堀井・小川, 1996, 1997 など)。

本研究において対人恐怖心性の時代的推移を検討するにあたり、精神的病態としての対人恐怖の時代的推移を踏まえる必要がある。対人恐怖を中心とした神経症の治療に尽力した森田正馬は、戦前、対人恐怖について、「自ら人前で、恥かしがる事を苦悩する症であって、羞恥恐怖というべく、赤面恐怖は其一種である」(森田, 1932) と述べた。戦前から 1970 年頃にかけて対人恐怖の典型例は赤面恐怖であり、その病理は恥の心性 (羞恥心) に由来すると考えられていた。しかしその後、赤面恐怖の減少、自己視線恐怖などの増加という病像の時代的推移が見られ、対人恐怖の中核となる心性が「恥」から「おびえ」に変化してきたことが指摘されるようになる (西田, 1968 ; 近藤, 1980 ; 丸山ら, 1982 ; 西園・井上, 1988)。青年期臨床に精通する成田 (1994, 2005) も、最近は「恥ずかしい」と訴える患者がいなくなり、直接的に人が「怖い」と訴える症例が増加していることを指摘している。このような時代的推移の背景について、西園・井上 (1988) は「今日の社会の迫害的構えを反映したものであろう。つまり、敵を想定する姿勢が存在するのであろう」と述べている。

一方、一般の大学生における対人恐怖心性の時代的推移については、必ずしも対人恐怖の知見と符合するとは限らない。確かに堀井 (2005) の調査からは、おびえの心性を自覚する大学生が今日、相当数存在し、被害感、迫害感、加害感などを訴え、対人関係におびえた大学生が目立つことが示唆される。しかし、恥の心性を自覚する大学生が時代の進行に伴い減少しているとする根拠はあまり明確なものではない。仮に赤面恐怖が減少していたとしても、それは恥の心性の減少を意味するとは限らない。事実、主に恥の心性に由来する対人恐怖心性を測定する尺度を用いた堀井 (1998) の調査によると、大学生一般の対人恐怖心性は 1983 年から 1993 年にかけて総じて有意に増大し、症者の知見と矛盾する結果が得られている。1993

年から十数年経た今日、対人恐怖心性の時代的推移を明確にするためには、最新のデータを収集し、議論を加えていく必要がある。

そこで本研究では、一般の大学生を対象に対人恐怖心性を測定する尺度を実施し、対人恐怖心性の時代的推移について検討することを目的とする。なお、1983年のデータは対人関係質問票（林・小川，1981）という改訂前の尺度を使用して収集されている。1993年のデータは対人関係質問票と改訂後の対人恐怖心性尺度（堀井・小川，1996，1997）を使用してデータが収集されている。そこで本研究では、改訂後の対人恐怖心性尺度を使用してデータの収集を行い、1993年のデータと比較検討する。

II. 方法

- 1) 調査対象 首都圏の大学生 350 人（平均年齢 19.7 歳、SD 1.04、男子 193 人、女子 157 人）
- 2) 調査日時 2008 年 6 月
- 3) 質問紙の構成

対人恐怖心性尺度（堀井・小川，1996，1997）

本尺度は対人恐怖心性を測定する尺度であり、6つの下位尺度（各5項目）全30項目から構成されている（資料1参照）。教示文は「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、どんどん記入して行ってください」とした。各項目に対する回答は、「非常にあてはまる（6点）」「あてはまる（5点）」「ややあてはまる（4点）」「どちらともいえない（3点）」「ややあてはまらない（2点）」「あてはまらない（1点）」「全然あてはまらない（0点）」の7件法で求めた。得点が高いほど各項目の意味する対人恐怖心性が高いことを表す。6つの下位尺度は、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Ⅲ＜社会的場面で当惑する＞悩み、尺度Ⅳ＜目が気になる＞悩み、尺度Ⅴ＜自分を統制できない＞悩み、尺度Ⅵ＜生きることに疲れている＞悩みとなっている。

- 4) 手続き

調査対象者に質問紙を集団場面で配布し回答を求めた。

III. 結果

対人恐怖心性尺度の下位尺度ごとの得点を算出した。今回の2008年のデータと堀井・小川（1996）による1993年のデータ（大学生316人（男子162人、女子154人）対象）の平均値を男女ごとに図で示したものが図1（男子）と図2（女子）である。また、2008年と1993年の得点について男女ごとに t 検定によって比較した。その結果、男子では、表1を見てわかるように、下位尺度6つの内4つの下位尺度、すなわち、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＞悩みについて、2008年の得点が1993年よりも有意に高かった。女子では、表2を見ると、下位尺度6つの内3つの下位尺度、すなわち、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＞悩みについて、2008年の得点が1993年よりも有意に高かった。なお、2008年の得点が1993年よりも有意に低下した尺度は男女ともに見られなかった。

IV. 考察

本研究では、大学生における対人恐怖心性の時代的推移について検討するために、2008年と1993年の対人恐怖心性尺度得点について比較した。その結果、対人恐怖心性尺度の下位尺度6つの内、男子では4つ、女子では3つについて、2008年の得点が1993年よりも有意に高いことが判明した。このような結果から、

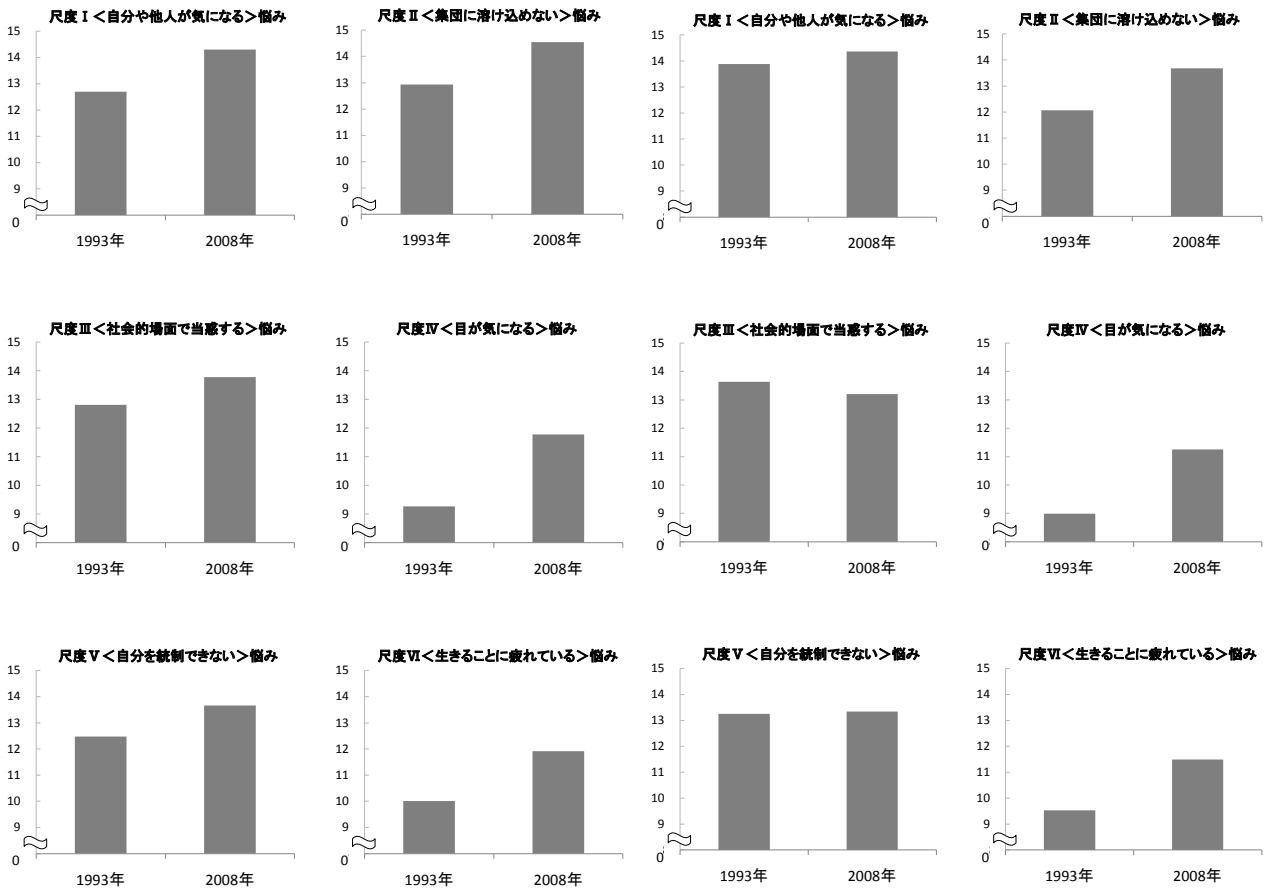


図1 男子における対人恐怖心性尺度得点の時代差

図2 女子における対人恐怖心性尺度得点の時代差

大学生の対人恐怖心性は時代的に概ね増加の傾向にある可能性が示唆された。以下、筆者の学生相談経験による知見も踏まえながら考察を進める。

対人恐怖心性尺度の尺度Ⅰ <自分や他人が気になる>悩みは男子について、2008年の得点が1993年よりも有意に高まった。この尺度は、対人関係において、自分のことを評価する他者及び他者に評価される自己へのとらわれをもたらす不安意識である。男子において過剰な自意識や他意識が今日増大していることがうかがわれる。学生相談場面においては、従来、周囲が自分をどのように思っているのか気にする女子が目立っていた。しかし、最近は男子も同様に増加してきた感を抱いていたが、その印象を裏付ける結果が得られた。特に男子の場合は、他人の評価を恐れるあまり、不登校やひきこもりに至るケースも少なくない。直接相談に訪れる大学生は、対人関係の経験を積む過程で、過剰な自意識や他意識が徐々にゆるむ傾向にあるが、相談にも訪れず、対人場面を極力回避しようとする大学生にどのようにアプローチするかが学生相談上の課題である。

尺度Ⅱ <集団に溶け込めない>悩みは、2008年の得点が1993年よりも男女ともに有意に高まった。この尺度は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意味する。岡田(1988)は、現代青年が集団に受容されることに対して強迫的な努力や気遣いをしていることを指摘している。特に大学生はゼミ・実習・サークル等での活動場面、日常の会食・雑談場面等において、グループ単位で構成されることが少なくない。学生相談場面においても、周囲から疎外されることを恐れ、ひとりぼっちであることを恥に思い、孤独を回避しようと努める大学生が多いという印象をもつ。友だちを早く上手につくり、場の空気を読み取りながら仲間たちとのつきあいを円滑にこなすことは、大学生活に適応する上で至上命題になってきているようである。集団に溶け込めないのではなく、あえて自ら溶け込まないようにしているという孤高な大学生はあまり見かけなくなった。

表1 男子における対人恐怖心性尺度得点の時代差の検定

	1993年 M(SD)	2008年 M(SD)	t
尺度Ⅰ<自分や他人が気になる>悩み	12.69(5.83)	14.30(6.43)	2.45*
尺度Ⅱ<集団に溶け込めない>悩み	12.93(6.41)	14.55(6.76)	2.30*
尺度Ⅲ<社会的場面で当惑する>悩み	12.81(6.28)	13.78(6.86)	1.36
尺度Ⅳ<目が気になる>悩み	9.27(6.26)	11.78(7.06)	3.50***
尺度Ⅴ<自分を統制できない>悩み	12.48(5.59)	13.66(6.28)	1.85
尺度Ⅵ<生きることに疲れている>悩み	10.01(5.84)	11.92(6.59)	2.86**

* $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$

表2 女子における対人恐怖心性尺度得点の時代差の検定

	1993年 M(SD)	2008年 M(SD)	t
尺度Ⅰ<自分や他人が気になる>悩み	13.88(6.10)	14.36(6.39)	0.68
尺度Ⅱ<集団に溶け込めない>悩み	12.07(6.79)	13.68(7.52)	1.98*
尺度Ⅲ<社会的場面で当惑する>悩み	13.64(6.70)	13.20(6.69)	-0.58
尺度Ⅳ<目が気になる>悩み	8.99(5.93)	11.25(7.04)	3.06**
尺度Ⅴ<自分を統制できない>悩み	13.25(5.36)	13.34(6.10)	0.14
尺度Ⅵ<生きることに疲れている>悩み	9.53(5.61)	11.49(6.24)	2.91**

* $p<.05$, ** $p<.01$

今日、集団への強迫的な所属意識を背景に、集団場面に溶け込めないという悩みは増加する傾向にあることが示唆される。

尺度Ⅳ<目が気になる>悩みは、2008年の得点が1993年よりも男女ともに有意に高まった。この尺度は、目にまつわる視線恐怖的な不安意識を表し、人と目を合わせることに困難を感じたり、自分にまなざしが向けられることに不安を感じたりする傾向を意味する。視線恐怖的な大学生は男女ともに今日かなり増加していることが推察される。最近の大学生は、どこでその言葉を知ったのか、「私は視線恐怖の傾向がある」と表明する者までいる。相手の目を見て話すことが大切なことだと自覚しながらも視線を合わせられず、うつむいてしまったり、そっぽを向いてしまったりする。目を合わすことに恥ずかしいという気持ちもあれば、変に思われるのではないか、嫌われるのではないか、という被害的な恐怖感情から人の目が見られないと訴える者もいる。自分の顔や容貌が人に見られるのがつらいという訴えもあり、これらのケースの場合、視線恐怖的な傾向に醜形恐怖的な要素が入り込んでいることがうかがわれる。

尺度Ⅵ<生きることに疲れている>悩みは、2008年の得点が1993年よりも男女ともに有意に高まった。この尺度は、生への充実感がもてず、抑うつ的になり、心身の不調を感じるといった悩みを表す。このような悩みも今日増加する傾向にある。この尺度は、本来、対人意識へのとらわれのなかで随伴しやすい自己に対する否定的自己意識を表す。しかし、この尺度で測られる悩みは、対人意識へのとらわれから発するとは限らない。確かに、対人関係で不安が高まり、人との関係に過剰な意識が注がれると、それに伴い気疲れを起こし、心身の不調を訴えたり、生きることへの充実感を損ねたりする者もいる。しかし、このような悩みは、学力不足のために授業についていけず無気力になっていく者、不本意入学のために大学生活を楽しめずにいる者、将来の目標や希望が抱けず、キャリア形成が進まない者など、対人関係とは異なる

る要因から生じることもある。いずれにせよ生きることに疲れている大学生が増加している可能性が示唆され、学生相談において注目すべき問題と考えられる。

以上のように、全般的には2008年は1993年よりも概ね対人恐怖心性が増大していたと考えられる。1993年と1983年を比較した結果（堀井，1998）によると、1993年は1983年よりも総じて対人恐怖心性が増大していた。すなわち、1983年、1993年、2008年の3時点の推移を踏まえると、対人恐怖心性は、時代の進行に伴い増大している可能性が示唆される。先述したように、対人恐怖心性尺度は、本来、主に恥の心性に由来する対人恐怖心性を測定する尺度である。それをもって今回の結果から、今日恥の心性が増大していると断定はできない。それは恥の心性に由来する尺度であっても、今日おびえの色彩を備えるようになってきた可能性もあるからである。例えば、「集団のなかに溶け込めない」という項目は、恥ずかしくて溶け込めないというニュアンスだけでなく、ダイレクトに人におびえ、集団を恐れるあまり集団に溶け込めないというニュアンスも帯びつつあることが推測される。堀井（2006）は対人恐怖の時代的推移を踏まえ、おびえの心性に基づく新しい対人恐怖心性尺度Ⅱ（堀井，2006）を作成した。今後は、対人恐怖心性尺度だけでなく対人恐怖心性尺度Ⅱも用いて、対人恐怖心性の時代的推移について検討していく必要があると考えられる。

文 献

- 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 1998 青年期の対人恐怖心性に関する数量的研究. 上智大学博士学位論文 (未公刊).
- 堀井俊章 2005 現代大学生の対人恐怖心性—対人関係における「おびえ」の測定. CAMPUS HEALTH, 42 (2), 69-74.
- 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・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. 岩崎学術出版社. 320.
- 近藤喬一 1980 対人恐怖の時代的変遷—統計的観察. 臨床精神医学, 9, 45-53.
- 丸山 晋・児玉和宏・小島 忠・深沢裕紀 1982 対人恐怖の時代的変遷. 臨床精神医学, 11, 829-835.
- 森田正馬 1932 赤面恐怖症 (又は対人恐怖) と其療法. 神経質, 3, 172-184.
- 成田善弘 1994 強迫症の臨床研究. 金剛出版.
- 成田善弘 2005 昨今の青年期病像の変化について. 児童・家庭相談所紀要 (大阪市立大学生生活科学部), 22, 15-28.
- 西田博文 1968 青年期神経症の時代的変遷—心因と病像に関して. 児童精神医学とその近接領域, 9, 225-252.
- 西園昌久・井上隆則 1988 自己臭恐怖. 臨床精神医学, 17, 197-202.
- 小川捷之 1974 いわゆる対人恐怖症者における「悩み」の構造に関する研究. 横浜国立大学教育紀要, 14, 1-33.
- 岡田 努 1988 学生相談からみた現代青年の特徴. 文教大学保健センター年報, 8, 24-26.

資料1 質問紙「対人恐怖心性尺度」

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
ら	い	ら	え	る		ま
な		な	な			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、何ごととも長続きしない。 | 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わらない。 | 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