大学生における自我漏洩感を苦痛にする要因¹

佐々木淳² 丹野義彦 東京大学

The factor that leads egorrhea symptom to distress in college students

Jun Sasaki and Yoshihiko Tanno (*University of Tokyo*)

During adolescence, it is known that some experiences similar to mental disorders are observed in normal people. This study empirically examined the psychological factors causing the distress of egorrhea symptoms, i.e., the feeling that the internal state is “seen through.” Possible psychological factors were identified based on previous studies. A questionnaire battery was administered to undergraduate students and a series of multiple regression analyses was conducted on the questionnaire data with the degrees of distress as the dependent variable and psychological factors as independent variables. The results indicated that the distress of egorrhea symptoms in the situation of “blushing and dismay” was led by the idea of offending, the motivation for avoiding rejection, and suspicion; and that the distress of egorrhea symptoms in the situation of “disagreeable individual” was led by the idea of offending, motivation for avoiding rejection, and secrecy. The results suggest that the ideas of offending and the motivation for avoiding rejection have a significant influence on egorrhea symptoms. Finally, the relationship between egorrhea symptoms and communication was discussed.

Key words: adolescence, egorrhea symptoms, the feeling of offending others, motivation of avoiding rejection.

The Japanese Journal of Psychology
2005, Vol. 76, No. 4, pp. 397-402

発達上において、青年期はアイデンティティの危機を迎える時期であり、精神病理の好発年齢にもあたると。精神障害者に見られる現象が健常者にも見られる場合があることが知られている。例えば、強迫性障害における強迫観念は、健常者においても多く体験されていることが示されている (Rachman & de Silva, 1978)。Rachman & de Silva (1978) は、健常者の 84% が、臨床群と同様な強迫観念を体験していることを明らかにしている。また、Fenigstein & Venable (1992) は、健常大学生においても妄想的観念が見られることを明らかにしている。また、金子 (2000) は健常者の青年期の心性として、関係妄想的な被害妄想を“自己関係づけ”をとらえ、健常者もそのような観念を持つことを明らかにしている。

同じく青年期に問題が生じる現象として、対人恐怖がある。永井 (1994) は、中・高・大学生における対人恐怖度の変化を検討しているが、大学生において対

人不安尺度得点が一番高かった。対人恐怖は青年期の大きな悩みの一つとして位置づけることができる。

笠原 (1972) は、対人恐怖を重篤度から以下のようにまとめている。すなわち、(a) 平均者の青春期という発達段階において一時的に見られるもの、(b) 純粹に恐怖症段階にとどまるもの、(c) 関係妄想性をはじめから帯びたもの、(d) 前統合失調症症状として、ないしは統合失調症の回復期における後症状として見られるもの³、の四つである。この、“(a) 平均者の青春期という発達段階において一時的に見られるもの”，という類型は、上述の永井が対象としたものであり、本邦でも様々な研究が蓄積されてきた (菅原, 1991)。

しかし、この 4 分類の中でも妄想的な色彩を持つ (c) や (d) については研究が遅れている。その一つが自分の内面的な感情や考えなどが“見透かされてしまうという感じ”という体験である。本研究では、これを自我漏洩感と呼ぶことにしたい。

こういった体験は、対人恐怖や統合失調症だけでなく、健常大学生にも見られることが知られている。

Gilovich, Savitsky, & Medvec (1998) は、健常者大学

Correspondence concerning this article should be sent to: Jun Sasaki, 1E, 2-16-10, Takaido-Higashi, Suginami-ku, Tokyo 168-0072, Japan (e-mail: jjk@mtg.biglobe.ne.jp)

¹ 本研究は、日本学術振興会科学研究費補助金の補助を受けた。

² 現所属：日本学術振興会 (横浜国立大学)。

³ Schizophrenia の日本語名称の変更に伴い、引用の表現も一部変更した。

生を対象に、行為者が自分の内的状態を他者に見透かされていると過大評価する傾向を、“透明性の錯覚 (illusion of transparency)” と概念化した。これは自我漏洩感とかなり類似した概念である。実験参加者グループは、誰がうそをついているのかを見破ることが課題であると教示される。実験参加者グループは 1 人を行為者、残りが観察者を順番に担当し、行為者が質問文カードを引き、その質問について答える。カードには“うそ”、“本当”のどちらの答えをするのがか指示してあり、その通りに質問に答える。行為者は、自分のうそがばれないように注意しなければならない。実験の結果、実際に見破った人数の平均値よりも、うそつき役が“見破られた (と思う)”人数の平均値の方が多かった。Gilovich et al. (1998) はこれを“透明性の錯覚”と名づけた。

本邦に目を向けても、自我漏洩感の体験は、これまでの諸論文にも散見される。例えば、小川 (1974) による対人恐怖症に関する質問紙では、“自分の弱点や欠点を他人に知られるのが怖い”、“自分のことが皆に知られているような感じがして思うように振舞えない”などの項目が含まれている。このように、他者に自分の内面が“見透かされている”という、自我漏洩感体験は健常大学生にもよくある体験であるということが分かる。更に伊藤 (1997) は、他者を想起させどう認知しているのかを測定する尺度を作成した。そのうち、自我漏洩感を示す項目は、劣等看破因子の“○さんはあなたの気持ちを見透かしそうだから怖い”というものがあつた。

佐々木・丹野 (2003) は健常者において、自我漏洩感の体験状況と体験頻度を調べている。自我漏洩感を体験する状況を 15 個提示し、体験頻度を検討したところ、15 個の体験例中、半数以上の調査協力者が体験している状況は 9 個あり、健常者においても体験率が非常に高いということが明らかになった。また、発生状況の分類から、(a) 自分から相手に伝わる内容、(b) 相手に伝わることによって予期される結果、(c) 相手に対して持っている感情、の三つの側面から自我漏洩感状況が分類できることが明らかになった。そして、その発生状況の分類から“何も言わないのに自分の内面的な情報が伝わりと感じ、ネガティブな結果が予期される体験”と自我漏洩感を定義した。自我漏洩感という体験を研究していくことは、青年期心性の研究に新しい知見を与えるばかりでなく、対人コミュニケーションのあり方についても新しい示唆を与えるのではないかと考えられる。すなわちこれまででは、実際的なコミュニケーションでの交流に焦点が当てられることが多かったが、自我漏洩感をノンバーバルコミュニケーションの一つと考えるならば、そういったノンバーバルコミュニケーションにもネガティブな側面がある、ということを佐々木・丹野 (2003) の研究は明

らかにしたといえよう。そして、青年期心性にはこういった意図の読みあいのような作業が頻繁に起こっていることの傍証として考えることができるだろう。

更にその結果に基づいて、佐々木・丹野 (2004) は五つの発生状況を下位尺度として持つ自我漏洩感状況尺度を作成し、その尺度の信頼性と妥当性を確かめている。その五つとは、“苦手な相手状況”、“赤面・動揺状況”、“不潔状況”、“賞賛される状況”、“親しい人にお見通し状況”の五つである。例えば、“苦手な相手状況”で生じる自我漏洩感とは、嫌いな人やあまり親しくない人と話すと、知らず知らずのうちに苦手意識が相手に分かってしまったかなと感じるような体験、“赤面・動揺状況”で生じる自我漏洩感とは、友達にからかわれて顔が赤くなってしまったりすると、動揺していることや平静を装おうとしていることがばれてしまっているように感じるような体験である。

自我漏洩感が生じる特有の状況に関しては、佐々木・丹野 (2003) が明らかにしている。しかし、どのような要因によって自我漏洩感が苦痛になるのか、明らかになっていない。自我漏洩感の苦痛度を高める要因を明確にすることは、青年期の悩みとのつながりをより明らかにするという意義がある。本研究の目的は、どんな心理的特性が自我漏洩感の苦痛度に関連しているのかを調べることである。

自我漏洩感の苦痛度を規定する心理的要因

自我漏洩感を苦痛に感じさせる心理的要因はどのようなものがあるか。先行研究から考えるといくつかの心理的要因を挙げることができる。

賞賛獲得傾向・拒否回避傾向 自己が考えていることや感じていることが他者に伝わったと感じると、相手がどう評価しただろうか、と考えることが予想される。菅原 (1986) は、他者の評価に対して、他者からの否定的な評価を避けようとする傾向を“拒否回避傾向”、他者から肯定的な評価を得ようとする傾向を“賞賛獲得傾向”と概念化した。

対人不安に対しては、佐々木・菅原・丹野 (2001) が健常大学生において、拒否回避傾向が強い影響を及ぼしていることを明らかにしており、自我漏洩感においても拒否回避的な傾向が強く関与していることが予想される。

加害感 鈴木 (2000) は、目つきや表情などを原因として、人間関係において嫌がられたり (被害意識) 嫌な思いをさせている (加害意識) のではないか、と気遣う青年期心性を取り上げ、体験頻度を調べている。高校 3 年生に 5 件法尺度で質問した結果、加害意識の平均は全体で 3.15 (*SD*, 0.68) と、非常に高かった。他者に自分の内面的な情報が伝わることは不快な側面を知られてしまうことも意味する。だから、相手に不快感を与えてしまったと解釈され、苦痛を感じる

のではないかと考えられる。

秘密主義傾向 自分の内面を知られたくないと感じている人や隠そうとする人は、自分の内面が伝わったと感じると苦痛を感じるだろう。このような傾向を Larson & Chastain (1990) は self-concealment と呼んでいる。Self-concealment は、“苦痛やネガティブだと感じる個人的な情報を他者からアクティブに隠そうとする特性”と、彼らは定義している。友人などの社会的ネットワークと $r = -.33$ 、抑うつと $r = .41$ 、不安と $r = .32$ 、の相関があった。友人などの人間関係を潤滑に営めず、精神的な苦痛とも相関するなど、青年期心性と深い関係があると考えられる。

猜疑心 統合失調型人格障害の質問紙である SPQ (Schizotypal Personality Questionnaire; Raine, 1991) には“自分のことを、あまり他人には知らせないほうが良いと思いますか”という項目がある。猜疑心の強い人や対人不信に陥っている人は、自分が感じたことや考えていることなどを他の人が不当に暴こうとしていたり面白がっていたりするように思うことがあるだろう。同尺度には、“陰では、私のことが噂のタネになっていると思う”などといった項目があるが、これは他者に秘密を明かしたらくないことがない、という秘密主義的な他者認知傾向が現れていると考えることができる。他者をこのようにとらえる人は、自己の内面的な情報が伝わった、と感じると、秘密を暴かれたり笑われたりしたように思って苦痛を感じるだろう。

以上の四つの要因によって自我漏洩感の苦痛が生じているかどうかを明らかにすることにした。

分析の手続き

どの心理的要因が自我漏洩感の苦痛度に影響を与えているのかを重回帰分析で検討した。心理的要因（賞賛獲得傾向、拒否回避傾向、加害感、秘密主義、猜疑心）を独立変数とし、“赤面・動揺状況”で生じる自我漏洩感、“苦手な相手状況”で生じる自我漏洩感の苦痛度を従属変数とした。この二つの自我漏洩感を取り上げたのは、佐々木・丹野 (2004) の研究で、体験頻度・苦痛度がともに高かったからである。

方 法

調査協力者 大学生 180 名（男子 141 名、女子 39 名、年齢平均 19.1, SD , 0.86）

使用尺度 1. 自我漏洩感状況尺度（佐々木・丹野, 2004）：佐々木・丹野 (2004) が作成した自我漏洩感状況尺度の 5 状況の中から“苦手な相手状況”、“赤面・動揺状況”を用いた。それぞれ、9 項目、8 項目である。これら二つの自我漏洩感について、その苦痛度を 1：全く苦痛でない—5：非常に苦痛であるの 5 件法で回答させた。

2. 賞賛獲得欲求・拒否回避欲求尺度：小島・太

Table 1
自我漏洩感の苦痛度と心理的要因との相関

	自我漏洩感の苦痛度	
	“赤面・動揺状況”	“苦手な相手状況”
賞賛獲得傾向	.150*	.087
拒否回避傾向	.348**	.349**
加害感	.473**	.449**
秘密主義	.375**	.409**
猜疑心	.422**	.300**

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

田・菅原 (2003) を用いた。1：全く当てはまらない—5：よく当てはまるの 5 件法で回答させた。賞賛獲得欲求は 8 項目で α 係数は 0.896、拒否回避欲求は 8 項目で α 係数は 0.835 であった。

3. 加害感：鈴木 (2000) の項目を参考に、自我漏洩感の実態にあう側面を取り上げて作成した。項目は“自分の嫌な表情”、“緊張や失敗による赤面”、“緊張や失敗による発汗”など 14 項目である。各項目について、それが他者を不快な気持ちにしたり、嫌な気持ちにしていると感じることはどれぐらいあるかを、1：全くない—5：いつももあるの 5 件法で回答させた。加害感の α 係数は 0.888 であった。

4. 秘密主義：Larson & Chastain (1990) を参考に作成した。臨床心理学研究者である筆者 2 人で共訳の上項目を吟味し、5 項目の秘密主義的信念尺度を構成した。各項目にどれだけ当てはまるかを、1：全く当てはまらない—5：よく当てはまるの 5 件法で回答させた。秘密主義傾向の α 係数は 0.718 であった。

5. 猜疑心：丹野・石垣・山本・杉浦・毛利 (1997) から、8 項目の尺度を構成した。各項目にどれぐらい当てはまるかを、1：全く当てはまらない—5：よく当てはまるの 5 件法で回答させた。猜疑心の α 係数は 0.813 であった。

倫理的配慮 本研究の調査は、大学の授業中に行われた。調査への参加は自由意思によること、調査協力者の匿名性は守られることをフェイスシートに明示し、口頭でも説明した。

結 果

自我漏洩感の苦痛度と心理的要因との相関を Table 1 に示す。

“赤面・動揺状況”の苦痛度は、いずれの心理的要因とも有意な正の相関があった。“苦手な相手状況”の苦痛度は、賞賛獲得傾向とは無相関であったが、他の心理的要因とは正の相関が見られた。

次に、心理的要因間の相関を Table 2 に示す。心理的要因間の相関で異なる傾向を示したのは、賞賛獲得傾向である。賞賛獲得傾向と加害感との相関は無相関

Table 2
心理的要因間の相関係数

	賞賛獲得傾向	拒否回避傾向	加害感	秘密主義
拒否回避傾向	.129 ⁺			
加害感	.058	.290**		
秘密主義	.175*	.461**	.491**	
猜疑心	.180*	.297**	.343**	.405**

** $p < .01$, * $p < .05$, + $p < .10$.

Table 3
標準偏回帰係数（従属変数：自我漏洩感の苦痛度）

独立変数	自我漏洩感の苦痛度 “赤面・動揺状況”	自我漏洩感の苦痛度 “苦手な相手状況”
賞賛獲得傾向	.062	.007
拒否回避傾向	.159*	.167*
加害感	.325**	.297**
秘密主義	.035	.149 ⁺
猜疑心	.238**	.086
R^2	.332***	.279***

*** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$, + $p < .10$.

であった。また、拒否回避傾向、秘密主義、猜疑心との相関係数も比較的低い値にとどまった。

それ以外の心理的要因間には正の有意な相関が見られた。なかでも、秘密主義は他の心理的要因との相関が高めであり、拒否回避傾向、加害感と中程度の正の相関が見られた。

自我漏洩感の苦痛度を規定する心理的要因の検証

重回帰分析の結果を Table 3 に示す。

“赤面・動揺状況” 心理的要因から“赤面・動揺状況”の自我漏洩感の苦痛度への標準偏回帰係数が有意だったものは、加害感、拒否回避傾向、猜疑心であった。加害感、拒否回避傾向、猜疑心が高いほど、苦痛度が高まることが明らかになった。

“苦手な相手状況” 心理的要因から“苦手な相手状況”の自我漏洩感の苦痛度への標準偏回帰係数が有意だったものは、加害感、拒否回避傾向、秘密主義であった。加害感、拒否回避傾向、秘密主義が高いほど苦痛度が高まることが明らかになった。

考 察

相関に関して 対人不安感は、拒否回避傾向とは正の相関があり、賞賛獲得傾向との間には負の相関がある（佐々木他, 2001）。自我漏洩感は拒否回避傾向と正の相関関係を持っていた。

佐々木他（2001）は、両傾向と対人不安の程度の間交互作用があることに着目し、両傾向の高群・低群

からなる四つの組み合わせの対人不安の程度の高低を検討した。その結果、拒否回避傾向が高く賞賛獲得傾向が低い群が他の三つの群よりも有意に対人不安が高かった。これは対人不安の生起に拒否回避傾向が不可欠であり、賞賛獲得傾向がそれを抑制していることが示唆された。これは、賞賛獲得傾向が他者の評価を高める行動に結びつき、対人不安が低減されるのではないかと考えられる。

心理的要因に関して “赤面・動揺状況”の自我漏洩感の苦痛と関連する心理的要因は、加害感と拒否回避傾向と猜疑心であった。他者に自分の内面的な情報が伝わったと感じたとき、自分に他者を不快にするようなところがあると思っている人ほど、“相手に不快感を与えたのではないかと考え、苦痛になると推測できる。また、嫌われたくないと思っている人ほど、“嫌われてしまったらどうしよう”と考え、苦痛になると推測できる。他者が探るような目で見ていている人ほど、“相手が面白がっているのではないかと考え、苦痛を感じると推測できる。

一方、“苦手な相手状況”の自我漏洩感の苦痛と関連する心理的要因は、加害感と拒否回避傾向と秘密主義であった。他者に自分の内面的な情報が伝わったと感じると、自分に他者を不快にするようなところがあると感じている人は、“相手に不快感を与えたのではないかと考え、苦痛になると推測できる。また、嫌われたくないと思っている人ほど、“嫌われてしまったらどうしよう”と考え、苦痛になると推測できる。

また、他者には内面的な情報を秘密にしておきたいと思っている人ほど、“秘密にしておきたかったのに、嫌なことになった”などと考え、苦痛になる、と推測できる。

“赤面・動揺状況”、“苦手な相手状況”のどちらの自我漏洩感も加害感と拒否回避傾向が関与していた。これは、加害感と拒否回避傾向が非常に重要な役割を果たしていることを示している。自我漏洩感を苦痛に感じる人は、他者に不快感を与える、と感じてしまうような要因をなにか持っているということが推測できる。加害感・拒否回避傾向のほかに、“赤面・動揺状況”の自我漏洩感は猜疑心が、“苦手な相手状況”の自我漏洩感は秘密主義が影響を及ぼしていたが、これらは補足的な影響を与えているといえよう。

本研究では青年期における自我漏洩感を取り上げ、それを苦痛に導く心理的要因を明らかにした。ノンバーバルコミュニケーションは、コミュニケーションの中でも大きな位置を占めるものであり、同時に青年期は対人コミュニケーションに悩む時期でもある。健常者における自我漏洩感のこうした心理的要因が明らかになることによって、自我漏洩感への対処法の開発が可能になると、人間関係に悩む学生のコミュニケーションが改善され、よい人間関係を結ぶことができるかもしれない。

引用文献

- Fenigstein, A., & Vanable, P. A. (1992). Paranoia and self-consciousness. *Journal of Consulting & Clinical Psychology*, **62**, 129-138.
- Gilovich, T., Savitsky, K., & Medvec, V. H. (1998). The illusion of transparency: Biased assessments of others' ability to read one's emotional states. *Journal of Personality and Social Psychology*, **75**, 332-346.
- 伊藤直樹 (1997). 対人恐怖的他者認知尺度作成の試み 心理臨床学研究, **15**, 309-316.
- Ito, N. (1997). A study on appraisals of others in anthropophobic experiences. *Journal of Japanese Clinical Psychology*, **15**, 309-316.
- 金子一史 (2000). 青年期的心性としての自己関係づけ 教育心理学研究, **48**, 473-480.
- (Kaneko, K. (2000). Self-reference tendency in adolescents. *Japanese Journal of Educational Psychology*, **48**, 473-480.)
- 笠原 嘉 (1972). 正視恐怖・体臭恐怖——主として精神分裂病との境界例について—— 医学書院 (Kasahara, Y. (1972). *Phobias of eye-to-eye confrontation and body odor*. Tokyo: Igaku shoin.)
- 小島弥生・太田恵子・菅原健介 (2003). 賞賛獲得欲求・拒否回避欲求尺度作成の試み 性格心理学研究, **11**, 86-98.
- (Kojima, Y., Ohta, K., & Sugawara, K. (2003). Praise seeking and rejection avoidance need scales: Development and examination of validity. *Japanese Journal of Personality*, **11**, 86-98.)
- Larson, D. G., & Chastain R. L. (1990). Self-concealment: Conceptualization, measurement, and health implications. *Journal of Social and Clinical Psychology*, **9**, 439-455.
- 永井 徹 (1994). 対人恐怖の心理——対人関係の悩みの分析—— サイエンス社 (Nagai, T.)
- 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.
- (Ogawa, K. (1974). A factor analysis study on self-awareness in so called anthropophobia. *Educational Bulletin of Yokohama National University*, **14**, 1-33.)
- Rachman, S. J., & de Silva, P. (1978). Abnormal and normal obsessions. *Behavior Research and Therapy*, **16**, 233-248.
- Raine, A. (1991). The SPQ: A scale for the assessment of schizotypal personality based on DSM-III-R criteria. *Schizophrenia Bulletin*, **17**, 555-564.
- 佐々木 淳・菅原健介・丹野義彦 (2001). 対人不安の自己呈示欲求について——賞賛獲得欲求と拒否回避欲求の比較から—— 性格心理学研究, **9**, 142-143.
- (Sasaki, J., Sugawara, K., & Tanno, Y. (2001). Social anxiety and self-presentation motivation: Which is more important, acquiring praise or avoiding rejection? *Japanese Journal of Personality*, **9**, 142-143.)
- 佐々木 淳・丹野義彦 (2003). 自我漏洩感を体験する状況の構造 性格心理学研究, **11**, 99-109.
- (Sasaki, J., & Tanno, Y. (2003). The structure of situations that elicit the feeling of leaking out the internal information. *Japanese Journal of Personality*, **11**, 99-109.)
- 佐々木 淳・丹野義彦 (2004). 自我漏洩状況に対応した測定尺度の作成 精神科診断学, **15**, 25-36.
- (Sasaki, J., & Tanno, Y. (2004). Development of the egorrhea symptoms scale corresponding to eliciting situations. *Archives of Psychiatric Diagnostics and Clinical Evaluation*, **15**, 25-36.)
- 菅原健介 (1986). 賞賛されたい欲求と拒否されたくない欲求——公的自意識の強い人に見られる2つの欲求について—— 心理学研究, **57**, 134-140.
- (Sugawara, K. (1986). Motivation for acquiring praise and motivation for avoiding rejection. *Japanese Journal of Psychology*, **57**, 134-140.)
- 菅原健介 (1991). 対人不安の類型に関する研究 社会心理学研究, **71**, 19-28.
- (Sugawara, K. (1991). A typology of social anxiety. *Japanese Journal of Social Psychology*, **71**, 19-28.)
- 鈴木乙史 (2000). 青年期の被害意識・加害意識 1, 高校生を対象として 日本心理学会第64回大会発表論文集, 249.
- (Suzuki, O.)

丹野義彦・石垣琢磨・山本真規子・杉浦義典・毛利伊吹 (1997). 妄想の素因や妄想的人格障害のアセスメント. *C. B. S. Research Report*, 97-J5.
(Tanno, Y., Ishigaki, T., Yamamoto, M., Sugiura, Y., & Mohri, I. (1997). The assessment of

delusional vulnerability and schizotypal personality disorder. *C. B. S. Research Report*, 97-J5.)

——2004. 5. 6 受稿, 2005. 5. 14 受理——