修士論文（要旨）
2020 年 1 月

青年期における状況シャイネス尺度の作成と信頼性・妥当性の検討及び社交不安症との関連

指導　山口　一　教授

心理学研究科
臨床心理学専攻
218J4010
松田　和佳奈

Master's Thesis(Abstract)
January 2020

The Development of a Situational Shyness Scale in Adolescents: its Reliability, Validity, and Association with Social Anxiety

Wakana Matsuda
218J4010
Master's Program in Clinical Psychology
Graduate School of Psychology
J.F. Oberlin University
Thesis Supervisor: Hajime Yamaguchi

目次

第 1 章　背景
1.1　シャイネスの定義・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・1
1.2　シャイネスの区分・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・1
1.3　シャイネスとその他の概念との関連・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・2
1.4　シャイネスの改善・治療・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・3
1.5　社交不安症／社交不安障害（社交恐怖）とシャイネスの異同・・・・・・・・・3
1.6　青年期におけるシャイネスの問題・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・4
1.7　問題提起・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・4
第 2 章　研究Ⅰ
2.1　目的・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・5
2.2　方法・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・5
2.3　結果・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・7
2.4　考察・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・10
第 3 章　研究Ⅱ
3.1　目的・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・12
3.2　方法・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・12
3.3　結果・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・14
3.4　考察・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・30
第 4 章　本研究のまとめ
4.1　総合考察・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・32
4.2　今後の課題・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・33

引用文献 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・Ⅰ
添付資料 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・-1-

第 1 章　問題と目的

Cheek & Watson（1989）らは，シャイネスは認知（自分の行動・他者からの評価などに対する不合理な思考），感情（情動的覚醒と身体・生理的特徴），行動（社会的スキルの欠如,回避的行動など）の 3 側面がみられるという「3 要素モデル（three-component model）」を提唱し，現在でもその考え方が定着している。従来のシャイネス研究において作成されたシャイネス尺度は，どれも特定の状況に限らずあらゆる対人場面で持続する特性シャイネスを測定するものが主流となっており，特定の場面や特定の人の前でのみ生じる状況シャイネスを 3 側面から測定できる尺度は未だ開発されていない。また既存のシャイネス尺度の感情因子には身体反応的項目も含まれており，身体反応も加えた 4 因子モデルとして細分化することができると考えられる。

本研究では，従来のシャイネス研究における認知，感情，行動の 3 要素のうち，感情要素に含まれていた身体反応要素を分割した 4 因子モデルを使用し，シャイネスが生じやすいと考えられる場面として，相手と双方向的なやり取りがみられるかどうかの観点（随伴性の観点）から,「知り合ったばかりの友人と話をしているとき」と「大勢の人がいる講義で発表をするとき」の 2 つの対人場面を想定し，様々な状況におけるシャイネスを測定できるような状況シャイネス尺度を作成する。更に作成した尺度の信頼性・妥当性の検討を行う。また，状況シャイネスと特性シャイネス，社交不安症の関連も併せて調査し，場面ごとのシャイネスの性質の差を明らかにしていく。

第 2 章　研究 I

2.1　目的

研究 I では,いくつかのシャイネス尺度やシャイネスに関連する尺度から項目を選出し,各項目について 4 因子モデルに基づいて因子分析を行い，項目の選定を行うことを目的とした。

2.2　方法

状況シャイネス尺度の項目を選定するために予備尺度を作成し,質問紙調査を実施した。

⑴対象者

都内 A 大学の 18~25 歳の男女大学生

⑵実施期間

2019 年 5 月から 6 月

⑶質問紙の構成

状況シャイネスを測定することができると考えられる項目を認知，行動，感情，身体症状の観点から以下の尺度より選出した。

・早稲田シャイネス尺度（鈴木・山口・根建, 1997）
・シャイネス自己陳述尺度（関口・鈴木・根建・池月, 1997）
・日本語版 Social Avoidance and Distress Scale（石川・佐々木・福井, 1992）
・東大式社会不安尺度（貝谷・金井・熊野・坂野・久保木, 2004）

そしてシャイネスが生じやすいと考えられる場面として，練習が困難で相手の反応に左右されやすい場面として「知り合ったばかりの友人と話をしているとき」（以下「トーク場面」とした）を，ある程度練習が可能で相手の反応に左右されにくい場面としては「大勢

の人がいる講義で発表をするとき」（以下「スピーチ場面」とした）を取り上げ，様々な状況にも適応できるように項目の選出，表現の変更を行った。

⑷分析方法

統計分析ソフト IBM SPSS Statistics 25 を用いて，予備尺度の項目の選定と状況別にシャイネスを測定することの有用性を検討した。

2.3　結果

都内 A 大学の男女大学生を対象に質問紙調査を実施した（配布 354 部，回収 156 部，回収率 44.1%，有効回答数 141 名，有効回答率 90.4%）。

まず作成した状況シャイネスの予備尺度の 2 場面の各項目について 4 因子モデルに基づいた最尤法，Promax 回転を用いた因子分析を行い，共通性が高い項目を選出した。その後 4 因子モデルによる確証的因子分析を行った結果，行動因子 2 項目，感情因子 2 項目，身体反応因子 5 項目，認知因子 4 項目の全 13 項目を採用した。

続いて 4 因子構造における因子ごとの相関を検討したところ，両場面における認知因子では強い正の相関が示されたが，それ以外の因子では中程度から弱い正の相関が示された。

2.4　考察

4 因子構造による確証的因子分析結果から全 13 項目が採用された。なお，身体反応因子において突出した項目は存在しなかったため少し多めに選定し，研究Ⅱで再度項目の選定をすることとした。また両場面の各因子の相関分析結果から，シャイネスの一部の要素は状況によって差が生じ，状況を分けてシャイネスを測定することは研究上意味があると考えられる。

第 3 章　研究Ⅱ

3.1　目的

作成した状況シャイネス尺度の信頼性と妥当性を検討し，状況シャイネスや特性シャイネス，社交不安症の性差について検討し，それぞれのシャイネスと社交不安症との関連を検討する。

3.2　方法

⑴対象者

都内 A 大学の 18~25 歳の男女大学生

⑵実施期間

2019 年 6 月から 7 月

⑶質問紙の構成

ⅰ）フェイスシート

ⅱ）対象者の氏名あるいは学籍番号

ⅲ）状況シャイネス尺度

ⅳ）特性シャイネス尺度（相川, 1991）

ⅴ）リーボヴィッツ社交不安尺度（Liebowitz Social Anxiety Scale）日本語版（LSAS-J）（朝倉ら, 2002）

⑷分析方法

統計分析ソフト IBM SPSS Statistics 25 と IBM Amos 25 を用いて，項目の選定と信頼

性・妥当性の検討，性差の検討，社交不安症の予測の検討を行った。

3.3　結果

都内 A 大学の男女大学生を対象に質問紙調査を実施した（配布 700 部，回収 382 部，回収率 55.6%，有効回答数 272 名，有効回答率 71.2%）。また再検査は，本調査を行った一部の対象者に質問紙調査を実施した（配布 196 部，回収 55 部，回収率 28.1%，有効回答数 28 名，有効回答率 50.9%）。

まず状況シャイネス尺度において 4 因子構造による確証的因子分析を行った。最終的に適合度指標が最も高かったのは，身体反応因子の「頭が真っ白になる」を削除した場合であり，以降の分析では全 12 項目とした。内的整合性を検討するために α 係数を算出した結果，いずれも高い値を示した。再検査信頼性も r ＝.60 以上という一定の水準を満たした。構成概念妥当性の検討に関しても，状況シャイネスの全ての因子と，特性シャイネス，LSAS-J の合計得点と 6 つの下位評価との相関はいずれも有意な中等度から弱い正の相関が示された。

各変数の性差に関しては，トーク場面での状況シャイネスにおける感情因子，認知因子，スピーチ場面では身体反応因子を除いた全ての下位尺度，特性シャイネスにおいて，男性より女性の方が高いという結果が得られた。

シャイネスと社交不安症の関連を検討するために重回帰分析を行った結果，LSAS-J 合計得点と恐怖感・不安感に関する 3 つの下位評価は 3 つのシャイネスが，回避に関する 3 つの下位評価はスピーチ場面での状況シャイネスと特性シャイネスが関連していた。

社交不安症の程度を予測できるか検討するために判別分析を行った結果，3 つすべてのシャイネスを用いたほうが判別的中率は高かった。 特に LSAS-J の合計得点が 65 点～90 点の範囲で社交不安症と非社交不安症を分けると判別的中率が 75.4～72.1%と高かった。その場合は全体の 36.8～16.5%が社交不安症傾向と判別される結果であった。

3.4　考察

確証的因子分析の結果から「行動」，「感情」，「身体反応」，「認知」の 4 側面を示す適切な項目が採用され，状況シャイネスの「身体反応」は「感情」から細分化されることが示された。また尺度の信頼性と妥当性の検討に関しては高い値が示され，十分な信頼性と妥当性を有していると言える。

各変数における性差に関しては，先行研究においてもシャイネス得点における性差はみられておらず，今回の結果はそれに反する結果であり先行研究と一貫した結果は得られなかった。

社交不安症の予測に関して重回帰分析結果から，シャイネスと回避行動との関連はそれほど強くないことが言え，トーク場面における状況シャイネスはシャイネスとしての意味合いが強く，スピーチ場面における状況シャイネスは社交不安的意味合いが強いと考えられる。続いて判別分析結果から，社交不安症と関連が強いのはスピーチ場面における状況シャイネスと特性シャイネスであり，軽度の場合はスピーチ場面における状況シャイネス，より重度の場合は特性シャイネスが関連してくると言えよう。このことは症状が重度とまではいかないが，軽度もしくは中等度の社交不安症を見極めるためには状況シャイネスが有効であることが考えられる。

ところで，研究Ⅱでは LSAS-J の合計得点の散布図や判別分析結果から，65 点～90 点

の範囲で社交不安症と非社交不安症を分けると 3 つのシャイネスによる判別的中率が高かったことが示された。その場合は全体の 36.8～16.5%が社交不安症傾向と判別される結果であったが，この結果は先行研究と比べるとかなり高い有病率を示す。Liebowitz Social Anxiety Scale(LSAS)を日本語訳した朝倉ら（2002）の研究における，LSAS-J の合計得点のカットオフ値は 42 点であったという結果や，樋口（2014）の LSAS-J の合計得点において 30 点程度は境界域であるといった評価の目安はかなり低いため，再度検討しなおす必要があると考えられる。いずれにせよ，社交不安症と非社交不安症とを弁別するための手続きが必要である。

第 4 章　本研究のまとめ

4.1　総合考察

本研究により，認知・感情・行動・身体反応の 4 側面から測定することができる状況シャイネス尺度が作成され，十分な信頼性と妥当性が示された。また本研究では，シャイネスが生じやすいと考えられる随伴性の異なる 2 つの場面を設定し,項目の内容表現を変え，どのような場面でも活用できるように設定した。更にシャイネスと社交不安症との関連についても検討し，特性シャイネスのみならず状況シャイネスも併せて測定することでより社交不安症を正確に判別できることが分かった。

状況シャイネスについての研究は近年ではほとんどなされてこなかったが，本研究で状況シャイネス尺度を作成し社交不安症との関連を検討することで，それぞれの場面における状況シャイネスは異なる影響を示しており，状況を分けてシャイネスを測定することの重要性を示すことができたと言える。

4.2　今後の課題

まず 1 点目に研究対象の母集団の範囲を広げること，2 点目に作成した状況シャイネス尺度の臨床的妥当性の検討が挙げられる。

引用文献

Alfono, M. S., Joiner, T. E. & Perry, M. (1994). Attributional style: A mediator of the shyness-depression relationship? *Journal of Research in Personality*, *28*(3), 287-300.

相川 充（1991）．特性シャイネス尺度の作成および信頼性と妥当性の検討に関する研究 心理学研究，*62*(3)，149-155.

American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition (DSM-5)*. Amer Psychiatric Pub Inc.
（アメリカ精神医学会　高橋 三郎・大野 裕（監訳），染矢 俊幸・神庭 重信・尾崎 紀夫・三村 將・村井 俊哉（訳）（2014）．DSM-5　精神疾患の診断・統計マニュアル．医学書院）

朝倉 聡・井上 誠士郎・佐々木 史（2002）．Liebowitz Social Anxiety Scale(LSAS)日本語版の信頼性および妥当性の検討　精神医学，*44*(10)，1077-1084.

Asendorpf, J. B. (1987). Videotape reconstruction of emotions and cognitions related to shyness. *Journal of Personality and social Psychology*, *53*, 542-549.

Benjamin, J. S., Virginia A. S., & Pedro, R. (Eds.), *Kaplan and Sadock's Synopsis of Psychiatry: Behavioral Sciences/Clinical Psychiatry*. Wolters Kluwer Health.
（ベンジャミン J. サドック，バージニア A. サドック & ペドロ ルイース（編）井上 令一（監修）四宮 滋子・田宮 聡（訳）(2016). カプラン臨床精神医学テキスト第 3 版―DSM-5 診断基準の臨床への展開―（pp. 455-457）　メディカル・サイエンス・インターナショナル（オンデマンド版，1996）

Briggs, S. R. & Smith, T. G. (1986) .The measurement of shyness. In W. H. Jones, J. M. Cheek & S. R. Briggs (Eds.), *Shyness：Perspectives on research and treatment* (pp. 47-60). New York：Plenum Press.

Bruch, M. A., Gorsky, J. M., Collins, T. M. & Berger, P. A. (1989). Shyness and sociability reexamined: A multicomponent analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, *57*(5), 904-915.

Buss, A. H. (1980). *Self-consciousness and social anxiety.*　San Francisco: Freeman.

Buss, A. H. (1986). *Social Behavior and Personality.* Hillsdale, New Jersey: Lawrence Erlbaoum Assosiates.
（A. H. バス　大渕 憲一（訳）（1995）．対人行動とパーソナリティ　北大路書房（オンデマンド版，1991）

Cheek, J. M. & Watson, A. K. (1989). The definition of shyness: Psychological imperialism or construct validity?　*Journal of Social Behavior and Personality*, *4*(1)，85-95.

Cheek, J. M. & Buss, A. H. (1981). Shyness and sociability. *Journal of Personality and Social Psychology*, *41*(2), 330-339.

大宮司 信（2015）．神経症性障害　上野 武治（編）標準理学療法学・作業療法学　専門基礎分野　精神医学（pp. 162-167）医学書院.

Endler, N. S. (1975). A person-situation interaction model of anxiety. In C. D.

Spielberger, & I. G. Sarason (Eds.). *Stress and Anxiety*. Vol. 1. Washington, DC: Hemisphere.

後藤 学（2001）. シャイネスに関する社会心理学的研究とその展望　対人社会心理学研究, *1*, 81-92.

Harris, P. R. (1984). Shyness and psychological imperialism: On the dangers of ignoring the ordinaly language roots of the terms we deal with. *European Journal of Social psychology*, *14*, 169-181.

樋口　輝彦（2014）. 社交不安症の評価スケール　Retrieved from http://www.amel-di.com/kyowa2/files/handbook/LSAS-J.pdf（2018 年 10 月 01 日）

石川 利江・佐々木 和義・福井 至（1992）. 社会的不安尺度 FNE・SADS の日本版標準化の試み　行動療法研究, *18*(1), 10-17.

Jones, W. H., Briggs, S. R., & Smith, T. G. (1986). Shyness: Conceptualization and measurement. *Journal of Personality and social Psychology*, *51*, 629-639.

Jones, W. H., Russell, D., & Cutrona, C. E. (1985). *A Personality congrument analysis of situation.* Unpublished manuscript, Department of Psychology, University of Tulsa.

貝谷 久宣・金井 嘉宏・熊野 宏昭・坂野 雄二・久保木 富房（2004）. 東大式社会不安尺度の開発と信頼性・妥当性の検討　心身医, *44*(4), 279-287.

Kawakami, N., Takeshima, T., Ono, Y., Uda, H., Hata, Y., Nakane, Y.,...Kikkawa, T. (2005). Twelve-month prevalence, severity, and treatment of common mental disorders in communities in Japan: preliminary finding from the World Mental Health Japan Survey 2002‐2003. *Psychiatry and Clinical Neurosciences, 59*, 441-452.

風間 雅江（2009）. 大学生におけるコミュニケーション手段の選好とシャイネスとの関係　人間福祉研究, *12*, 51-60.

Kessler, R. C., McGonagle, K. A., Zhao, S., Nelson, C.B., Hughes, M., Eshleman, S., ...Kendler, K. S. (1994). Lifetime and 12-month prevalene of DSM-Ⅲ-R psychiatric disorders in the United States. Results from the National Comorbidity Survey. *Arch. Gen. Psychiatry*, *51*(1), 8-19.

Kessler, R. C., Sonnega, A., Bromet, E., Hughes, M., & Nelson, C. B. (1995). Posttraumatic stress disorder in the National Comorbidity Survey. *Arch. Gen. Psychiatry*, *52*(12), 1048-1060.

岸本 陽一・寺崎 正治（1986）. 日本語版 STATE TRAIT ANXIETY INVENTORY(STAI) の作成　近畿大学教養部研究紀要, *17*(3), 1-14.

Leary, M.R. (1986). Affective and behavioral components of shyness: Implications for theory, measurement, and research. In W.H. Jones, J.M. Cheek, & S.R. Briggs (Eds.), *Shyness: Perspectives on research and treatment* (pp. 27-38). New York: Plenum Press.

Leary, M.R. (1984). *Understanding social anxiety：social, personality, and clinical*

perspectives. SAGE Publications.
（M. R. リアリィ　生和 秀敏（訳）（1998）．対人不安　北大路書房（オンデマンド版，1990）
Liebowitz, M. R. (1987). Social phobia. *Modern Problems of Pharmacopsychiatry*, *22*, 141-173.
松井 豊（1990）．友人関係の機能　斉藤耕二・菊池彰夫（編）社会科の心理学ハンドブック：人間形成と社会と文化　川島書店.
松島 るみ（1999）．シャイネスに関する研究の動向と今後の課題　応用教育心理学研究，*16*(22)，47-53.
三輪 雅子・三浦 正江・上里 一郎（1999）．大学生のシャイネスと信頼感，および精神的健康の関連性の検討　ヒューマンサイエンスリサーチ，*8*，121-137.
Weeks, M., Ooi, L. L., & Coplan, R. J. (2016). Cognitive biases and the link between shyness and social anxiety in early adolescence. *Journal of Early Adolescence*, *36*(6), 1096-1117.
Pilkonis, P. A. (1977a). Shyness, public and private, and its relationship to other measures of social behavior. *Journal of Research in Personality*, *45*(4), 585-595.
Pilkonis, P. A. (1977b). The behavioral consequences of shyness. *Journal of Personality*, *45*, 566-611.
Ran, G., Zhang, Q., & Huang., H. (2018). Behavioral inhibition system and self-esteem as mediators between shyness and social anxiety. *Psychiatry Research*, 568-573.
Russell, D. Cutrona, C. E., & Jones, W. H. (1986). A trait-situational analysis of shyness. In W. H. Jones, J. M. Cheek & S. R. Briggs (Eds.). *Shyness: Perspectives on research and treatment* (pp. 239-249). New York: Plenum Press.
生和 秀敏（1998）．対人不安（pp. 1-23）　北大路書房.
関口 由香（2004）．シャイネスの変容に及ぼす自己教示訓練の効果性に関する研究　早稲田大学　博士（人間科学部）学位論文（未公刊）.
関口 由香・長江 信和・伊藤 義徳・宮田 証・根建 金男（1999）．シャイネスの定義と測定法　カウンセリング研究，*32*(2)，212-226.
関口 由香・根建 金男（1999）．自己教示訓練が大学生のシャイネスの変容に及ぼす効果―考え方の偏りの影響と認知変容のプロセスの検討―　行動療法研究，*25*(1)，23-36.
関口 由香・鈴木 平・根建 金男・池口 誠（1997）．シャイネス自己陳述尺度の標準化に関する研究　日本行動療法学会第 23 回大会発表論文集，97-98.
菅原 健（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*(1)，22-32.
鈴木 裕子・山口 創・根建 金男（1997）．シャイネス尺度（Waseda Shyness Scale）の作成とその信頼性・妥当性の検討　カウンセリング研究，*30*(3)，245-254.
徳永 沙智・稲畑 陽子・原田 素美礼・境 泉洋（2013）．シャイネスと被受容感・被拒絶感が社会的スキルに及ぼす影響　徳島大学人間科学研究，*21*，23-34.
對馬 淑乃・松田 英子（2012）．特性シャイネス及び感情表出の制御が友人関係満足感及び友人行動量に及ぼす影響　ストレス科学研究，*27*，55-63.

Watson, J. B., & Friend, R. (1969). Measurement of social-evaluation anxiety. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *33*, 448-457.

Yang, X., Kendrick, KM., Wu1, Q., Chen1, T., Lama, S.,...Gong, Q. (2013). Structural and functional connectivity changes in the brain associated with shyness but not with social anxiety. *PLoS ONE*, *8*(5), e63151. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0063151

Zimbardo, P. G. (1977). *Shyness:What it is,what to do about it.* Massachusetts:Addison-Wesley.

（フィリップ・G. ジンバルドー　木村 駿・小川 和彦（訳）（1982）．シャイネス　第1部　内気な人々，シャイネス　第2部　内気を克服するために．勁草書店）．