

対人恐怖心性と心理的ストレス過程との関連

—対人ストレスイベントに着目して—

18007PCM 田島 明日香

I. 問題・目的

青年期において発症しやすい精神的問題の一つに対人恐怖がある。対人恐怖とは、“対人場面において耐え難い不安・緊張を抱くために、対人場면을恐れ・避けようとする神経症の一型”と定義されている(永井, 1994)。また, 人見知り, 過度の気遣い, 対人緊張などの対人恐怖に関する心理的傾向は, 一般青年にも広くみられ, こうした一般青年にみられる対人恐怖の心理的傾向のことを対人恐怖心性と呼ぶ。近年, 対人恐怖心性が高い青年が増えていると報告されており, このような青年の悩みに対する対応やカウンセリングは, 教育相談といった場において必要とされている(鎌倉, 2012)。対人恐怖心性を持つ者は, 人との関わりを回避する傾向にあるが, 日常生活において人との関わりを完全に回避することは不可能であると考えられる。人との関わりを回避しようとする対人恐怖心性を持つ者が人と関わる場面に直面したとき, 不当に強い不安と精神的緊張が生じることで, ストレスを感じる可能性が考えられる。

Lazarus & Folkman (1984 本明・春木・織田 訳 1991) でのストレス理論では, 「先行条件→認知的評価→コーピング→精神的健康」という一連の心理的ストレス過程を想定している。この認知的評価とコーピングはイベントと精神的健康との媒介過程とされ, 先行条件に影響を受けるとされている(加藤, 2001)。

清水・岡村・川邊(2010)では, 対人恐怖心性—自己愛的傾向2次元モデルと心理的ストレス過程との関連を検討しているものの, 対人ストレスに限定した検討ではなく, 心理的ストレス過程における各段階の媒介関係を検討していない。そのため本研究では, 対人恐怖心性について, 対人ストレスによる検討や各段階の媒介

関係の検討をしていくことを目的とする。

II. 研究1

1. 目的

研究1では, 対人恐怖心性と対人ストレスイベントにおける認知的評価, 対人ストレスコーピング, 心理的ストレス反応という一連の心理的ストレス過程との関連を質問紙調査によって検討することを目的とする。

2. 方法

調査対象者: A大学の大学生・大学院生 207名に質問紙調査を実施し, 回答に不備のなかった184名(男性42名, 女性142名, 平均年齢20.45歳)のデータを分析対象とした。

質問紙の構成: ①対人恐怖心性尺度(堀井・小川, 1996, 1997), ②認知的評価尺度(加藤, 2001), ③対人ストレスコーピング尺度(加藤, 2000), ④Stress Response Scale-18(鈴木・嶋田・三浦・片柳・右馬埜・坂野, 1997), ⑤フェイスシート, ⑥面接調査の依頼で構成された。

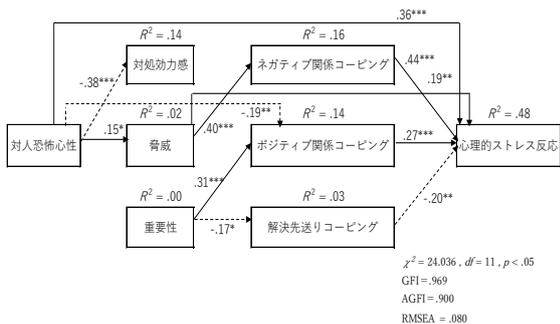
3. 結果と考察

因子分析の結果, 「認知的評価尺度」は3因子が抽出され, 因子名は先行研究どおりに名付けた。「対人ストレスコーピング尺度」からは3因子が抽出され, 因子名は先行研究を元に名付けた。各下位尺度の α 係数を算出したところ, いずれも.79以上であった。

対人恐怖心性が心理的ストレス過程(認知的評価, 対人ストレスコーピング, 心理的ストレス反応)に与える影響を検討するため, 共分散構造分析を行った結果を図1に示した。「対人恐怖心性」は「対処効力感」に負の影響を与えていることが示された。また, 「対人恐怖心性」は「脅威」, 「ネガティブ関係コーピング」を媒介して, 「心理的ストレス反応」に影響を与えていることが示された。また, 「重要性」は「ポジ

「タイプ関係コーピング」と「解決先送りコーピング」を媒介して、「心理的ストレス反応に影響を与えていることが示された。

対人恐怖心性を持つ者は、対人ストレスイベントを脅威に感じることから、相手との関係性を放棄・崩壊するネガティブ関係コーピングを使用することで、心理的ストレス反応が高くなることが示唆された。



注) 実線のパスは正の影響、破線のパスは負の影響を示す。

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

図 1 対人恐怖心性と心理的ストレス過程の関連。

III. 研究 2

1. 目的

研究 2 では、対人恐怖心性に加え、対人ストレスイベントの状況によって、心理的ストレス過程に違いが見られるかどうかを、面接調査によって検討していくことを目的とする。

2. 方法

調査対象者：研究 1 の協力者のうち、個別の面接調査への協力を承諾した 20 名（対人恐怖心性高群・低群より 10 名ずつ）に、対人ストレスイベントについての半構造化面接を実施した。
分析手続き：語りの内容から、M-GTA の手順に従い概念を形成し、対人ストレスイベントにおける心理的ストレス過程のプロセスを結果図とストーリーラインで示した。

3. 結果と考察

（以下、カテゴリに<>、概念に【】を付す）。

対人恐怖心性が高い者は、対人ストレスイベントに遭遇した際、相手とはわかり合うことができないと感じ（【わかり合えなさ】）、相手と【心理的距離を置く】という<ネガティブ関係コー

ピング>を主に使用する。相手との関係性が改善されず、【モヤモヤ・気まずい】という気持ちが生じたり、ストレスが収まらずに【イライラする】気持ちが増大したりする<心理的ストレス反応>が表れると考えられる。

一方、対人恐怖心性が低い者は、ストレスを乗り越えられる、うまく対処できる【対処効力感】や相手への【思いやり】の気持ちがあることにより、<ポジティブ関係コーピング>を使用しやすいことが推察される。また、自分や相手を見つめ直す（【内省】）ことで、心に余裕を持つことができたり（【落ち着いた】）、ストレスを自分の中でうまく対処したり（【切り替えられた】）するなど、<心理的ストレス反応>が低減する傾向にあるのではないかと考えられる。

IV. 総合考察

本研究の結果より、対人恐怖心性が高い者は、対人ストレスを重要であると感じている一方、ストレスをうまく対処できる自信があまりなく、ストレスを対処することや相手と理解し合うことに困難さを感じることで、相手との関係性を放棄・崩壊するなどのネガティブ関係コーピングを使用しやすいことが示唆された。わずらわしさから相手との関係性を放棄したい半面、関係性の維持に気を遣おうとするジレンマや、相手との関係性が修復されないといった対処のうまくいかなさなどによって、心理的ストレス反応が増大し、精神的健康度が低い状態であると考えられる。

しかし本研究では、想起した対人ストレスイベントの種類やストレスを喚起した相手との親密度など、対人ストレスイベントの状況が多様であったため、結果は妥当性に欠けるものがある可能性がある。そのため、対人ストレスイベントの状況を統一した検討を行うことが今後の課題であると考えられる。また、面接調査によるデータ数が少なく、対人恐怖心性の群間における統計的分析の有意差が出なかったため、結果や考察は調査者の推測である部分が多い。よって、今後は面接調査におけるデータ数を増やして分析を行う必要性があると考えられる。