

社交不安における自己注目と他者注目 —社交状況の違いは社交不安者の注意の向きを変えるか—

藤 原 裕 弥

Self-consciousness and Other-consciousness in Social Anxiety:
Does the Difference of Social Situations Change the Direction of Attention in
Individuals with Social Anxiety?

Yuya FUJIHARA

要 旨

本研究は、社交場面における社交不安者の注意について、次の2つの可能性のいずれが支持されるか検討することを目的とした：a) 社交不安者が自己注目と他者注目を社交状況に合わせて切り替えている可能性、b) 社交不安者が一貫して自己注目する個人特性を持つ可能性。大学生256名を対象とし、親密度の異なる2種類の会話対象と、良好・退屈の2つの会話内容の組み合わせからなる会話場面をイメージさせ、自己注目（公的自己意識、私的自己意識）と他者注目（内的他者意識、外的他者意識）の程度を測定した。分析の結果、会話場面の種類にかかわらず内的他者意識が高く、退屈な会話場面で公的自己意識が高まることが分かった。低社交不安者は、自他いずれにも注意を向けていない可能性が示された。高社交不安者は、会話対象と会話内容に応じて、注意を切り替えている可能性が示唆された。

キーワード：社交不安、自己注目、他者注目、注意の切り替え

社交不安とは、現実のあるいは想像上の対人場面において、他者からの評価に直面したり、もしくはそれを予測したりすることから生じる不安状態を指す¹⁾。強い社交不安によって適応的な生活が阻害されたり、苦しんだりしている状態が社交不安障害といえる。DSM-5²⁾によると、社交不安障害は他者からの精査に曝されるような状況において、顕著な恐れや不安を感じ、それによって社会的場面を回避するため社会的機能が障害されるという特徴を持つ。

近年、社交不安の認知的特徴に焦点を当てることで、そのメカニズムを明らかにしようとする研究が数多く行われてきた。その結果、社交不安者は評価されることに敏感であるため、他者から評価されているか、あるいは他者からの評価の内容を明らかにすることに過度の注意を払うことが明らかとなった。そのため、この注意の偏りが社交不安における非適応的な行動の原因となる可能性が指摘されるようになった。社会不安における注意に関するモデルでは、自己が他者からどのように評価されているかに注意を向ける自己注目³⁾と、否定的な評価の可能性を示す手がかりとなる外的刺激（他者の表情や態度など）へ注意を向ける他者注目⁴⁾が生じると考えられている。注意処理に割ける処理資源には限りがあるため⁵⁾、自己と他者に同時に注意を向けること

はできないと考えられるが、自己注目と他者注目がどのような関係性にあるのかは明らかにされていない。

Clark & Wells³⁾ は、社交不安の認知モデルとして自己注目に焦点を当てている。社交不安を感じやすい個人は、社会状況での自分のふるまいに過度に高い基準を設定している（例えば「私はいつも知的で流暢でなくてはならない」）。そのような個人が他者との相互作用を求められるような社会的な状況におかれたとき、他者から自分がどのように見えるか（公的自意識）についてモニタリングを行う結果、自己の失敗や不完全さに注意が焦点化され、不安が生じる。一方、他者への注意は抑制されたり、他者情報が無視されたりすると考えられている。

Clark & Wellsの仮定を支持する知見には、対人恐怖症患者¹⁾において高い公的自意識が認められるという報告⁶⁾ や、社交恐怖と自己意識に強い相関が認められるという調査研究などがある⁷⁾。また、社会恐怖症患者に喜び、怒り、中性の表情を見せ、その視線運動を計測したところ、すべての表情に対して回避的な視線運動を示した⁸⁾。このことは、社会恐怖症患者が他者の表情情報の利用を抑制している可能性を示している。また、社交不安者において怒り表情の再認成績が低い⁹⁾ という結果も、社交不安者において他者注目が抑制された可能性を示している。

一方、Rapee & Heimberg⁴⁾ のモデルによると、社交不安者は周囲の人々にみられている自分について考え、それが周囲の人々の期待と比べて劣っていると感じたとき、不安が生じると考えている。周囲の人々に観察される自分について考えるとき、生理的反応などの内的な手がかり（緊張して顔が赤い、手が震えている、など）に加え、他者の否定的な情報（実際には否定的でも肯定的でもないあいまいな情報を否定的に捉える）が用いられる。このことからRapee & Heimbergのモデルでは、自己注目だけでなく他者注目が社交不安の喚起に必要と想定していることになる。

他者注目に関する研究では、社交不安者が閾下呈示された怒り表情に対して注意を向けるという報告¹⁰⁾、社会恐怖患者が怒り表情に対して情報処理の初期段階で注意を向けるとする報告がある¹¹⁾。このような他者注目は、幼児期から児童期にかけてすでに認められ、不安症状の強い社会恐怖児が怒り表情に注意を向けることが明らかになっている¹²⁾。さらに接近的注意だけでなく、社交不安者は社会的脅威語から注意をそらしにくいという注意の解放困難に関する報告もある¹³⁾。これらの結果から、社交不安者は外的な社会的脅威情報、特に他者から発せられる否定的情報（怒り表情など）に注意を向けやすいといえる。

以上のことから、Clark & Wellsのモデルにおける注意は、自己に一貫して向けられ、他者に対しては抑制的な「個人特性」とみなされていると考えられる。Fenigstein et al.¹⁴⁾ は、自意識の強さに個人差があることを指摘していることから、社交不安を引き起こしやすい人は自意識の高い人、すなわち自己に注意を向けやすい人である可能性が考えられる。一方、Rapee & Heimbergのモデルにおける注意は、自己と他者の間で切り替えられる対処（不安を招く非適応

¹⁾ DSM-IVにおいて対人恐怖症 (taijin kyofusho) は、社会恐怖症 (social phobia) と似た特徴を持つとされている。また、DSM-IVでは社会恐怖と社会不安 (social anxiety) は併記されている。したがって、これら3つはほぼ同じ症状を指しているといえる。

なお、2008年に日本精神神経学会においてsocial anxietyの訳語が「社会不安」から「社交不安」に変更された。本研究もそれに倣い、原典で「社会不安」が使われた場合は「社交不安」に変更して引用した。一方、「社会恐怖」、「対人恐怖」は原典に記載されたままの名称を用いているが、本稿ではこれらが広義の社交不安に含まれるものとして扱う。

的な対処)のようなものと想定することができる。社交不安者の自己注目を“周囲の環境から目をそむけ、自分の内的な経験や自己評価に注意を向ける傾向”ととらえる研究¹⁹⁾があるが、これは個人内で他者注目から自己注目へ注意が切り替わる可能性を示している。そこで本研究では、社交不安者の自己注目と他者注目について、自己注目のみ生じるとする個人特性的理解と、自己注目と他者注目を切り替える対処的理解のいずれが適当であるか検証する。そのために、異なる社交場면을イメージさせ、各場面で他者と自己のどちらに注意を向けやすいかについて質問紙法により検討を行った。

本研究では、Fenigstein et al.¹⁴⁾ やBuss¹⁵⁾ による自意識研究を参考に、自己注目と他者注目をそれぞれ2種類ずつに分類した辻の研究¹⁶⁾ に基づいて注意を測定した。すなわち自己注目は、“私的自意識”と“公的自意識”に分けられる。私的自意識とは他者からは観察できない自己(動機、感情、思考、理念など)に注意を向けることを指し、公的自意識とは他者にも観察可能な自己(容姿やふるまいなど)に注意を向けることを指す。同様に他者注目は、“内的他者意識”と“外的他者意識”に分けられる。内的他者意識とは他者の感情や思考などの内面に注意を向けることを指し、外的他者意識とは他者の容姿やふるまいに注意を向けることを指す。

さらに社交場面は、すべて他者と会話する場面とし、会話対象2種類と会話内容2種類の組み合わせ4種類とした。社交不安は、親密な他者や全く関係性のない他者との間には生じにくく、親友と無関係な他者の中間である“半知り”に対してもっとも生じやすい¹⁷⁾ ことから、会話対象は“親友”と“あいさつする程度の同級生”とした。また、会話内容については、“会話が弾んでいる”ポジティブな状況と“会話が続かず相手がつまらなそうにしている”ネガティブな状況の2種類とした。この4種類の社交場面において、自己注目と他者注目の程度を測定した。もし、社交場面の違いによって異なる対象に注意を向けるという結果が得られれば、注意が切り替えられた可能性を示すことになる。一方、社交場面が異なっても一貫して自己注目が認められれば、社交不安者に自己に注意を向け続ける個人特性が備わっている可能性を示すこととなる。

方 法

調査対象者：

調査への回答に承諾した山口県の大学生256名(男性176名、女性80名：平均年齢19.22歳)を調査対象者とした。このうち、会話場面が良好条件には125名が回答し、退屈条件には131名が回答した。

質問紙の構成：

自己注目と他者注目 自己注目を測定するために、自己意識尺度²²⁾ から公的自意識因子と私的自意識因子を選んだ。同様に他者注目を測定するために、他者意識尺度²²⁾ から内的他者意識因子と外的他者意識因子を選んだ。これらの尺度の項目は、本来普段どの程度自己に注意を向けやすいかという個人特性を測定する項目であるため、社交場面を想定させ、そのときの注意の状況を測定するのに適当でない項目が含まれていた。そこで、社交場面での注意を測定するのに適当な項目を抽出し、項目の一部を改変した。具体的な改変内容は、a) “人”という表現を“相手”に変更、b) “気になる”や“意識している”という表現を“気にする”や“意識する”に変更した。この変更によって項目の内容が変わらないよう留意した。最終的に公的自意識因子6項目、私的自意識因子5項目、内的他者意識因子5項目、外的他者意識因子3項目を選定し、5件法(1. 全

く当てはまらない～5. 非常によくあてはまる)で測定した。

社交不安の程度 社交不安傾向を測定するために日本語版Fear of Negative Evaluation尺度(FNE)¹⁸⁾を使用した。この尺度は、30項目からなり各項目の表す内容にあてはまるかについて“はい”か“いいえ”の2件法で回答を求めた。“はい”を1点、“いいえ”を0点として合計得点を求めた。

不安気分 想定した社交場面によって喚起された不安気分を測定するためにState-Trait Anxiety Inventory日本語版(STAI)¹⁹⁾を使用した。この尺度は20項目からなり、4件法(1. 全く当てはまらない～4. 非常にあてはまる)で回答を求めた。

場面想定法：

本研究では、他者と会話している場面をできるだけ具体的にイメージするよう回答者に教示する場面想定法を用いた。この会話場面は、会話対象2種類と会話内容2種類の組み合わせ4種類からなった。会話対象は、“いつも仲良くしている親友”と話す親友条件と“挨拶をする程度と同級生”と話す同級生条件の2種類であった。会話内容は、“会話が弾み、相手は楽しそうにしています”とする良好条件と“会話があまり続かず、相手もつまらなそうにしています”とする退屈条件の2種類とした。会話対象は参加者内要因とし、会話内容を参加者間要因とした。

手続き：

調査は心理学の講義時間中に調査用紙を配布し、匿名による回答を求めた。なお、回答しないことも可能で、回答しないことによる不利益が生じないことをあらかじめ伝えた。会話場面条件は参加者間要因としたため、半分の回答者は良好条件について回答し、残りの半分は退屈条件について回答した。会話対象は参加者内要因とし、親友条件と同級生条件の呈示順序はカウンターバランスをとった。

回答者は、年齢、性別などのフェースシート記入後、1つめの会話場面をイメージした。その後、その会話場面で注意の程度を測定するため自己意識尺度と他者意識尺度に回答し、続いてその会話場面でどの程度不安を感じたかを測定するためにSTAIに回答するよう求められた。続いて、会話対象の異なるもう1つの場面をイメージした後、同様に自己意識尺度、他者意識尺度、STAIに回答した。最後にFNEに回答し、調査を終了した。

結 果

自己意識尺度と他者意識尺度の構成 辻¹⁶⁾は、自己意識尺度と他者意識尺度を別々に因子分析している。しかし、公的自意識は他者を意識して初めて生じるように、他者意識と自己意識は密接な関係にあると考えられる。そのため、回答者が自己注目と他者注目を明確に弁別できていない可能性も考えられるため、本研究では自己意識尺度(11項目)と他者意識尺度(8項目)を合わせて、その因子構造を検討した。19項目に対して、最尤法プロマックス回転による因子分析を行った。固有値の減衰状況や因子の構成から、4因子として解釈することが妥当と判断した。分析の結果、自己意識尺度に含まれた「自分の体形やスタイルを意識する」が第4因子に含まれ、第1因子にも高い負荷量を示した。そのため、この項目を除外した残りの18項目に対して、再度4因子解を仮定して同様の因子分析を行った。因子パターンをTable 1に示す。

辻¹⁶⁾の尺度と同様に自己意識尺度に含まれる“公的自意識(第1因子)”, “私的自意識(第2因子)”と、他者意識尺度に含まれる“内的他者意識(第3因子)”, “外的他者意識(第4因

Table 1 自己意識尺度, 他者意識尺度の因子分析結果 (プロマックス回転後の因子パターン)

	I	II	III	IV	共通性
公的自己意識因子 ($\alpha=.90$)					
自分の性格が相手にどう思われたか気にする	.908	-.049	.016	-.050	.742
自分が相手にどう思われているかを気にする	.854	-.024	.086	-.050	.754
相手にいい印象を与えたか気になる	.829	-.009	.022	-.013	.689
自分が相手にどう見えるかが気になる	.737	.040	-.012	.077	.638
自分の外見に気を配る	.530	.134	-.146	.286	.539
私的自己意識因子 ($\alpha=.84$)					
自分の動機や気持ちを分析する	-.083	.843	.002	.006	.632
自分自身を理解しようと心がける	-.027	.769	-.110	.060	.534
知らぬ間に自分の感情や心の動きに目を向ける	-.041	.688	.067	.024	.507
自分について考え込む	.135	.676	.032	-.118	.536
自分の感情や気持ちに注意を払う	.200	.455	.128	-.024	.458
内的他者意識 ($\alpha=.83$)					
相手のちょっとした表情の変化でも見逃さない	-.195	.043	.771	.117	.550
相手の態度や表情を気をつけて見る	.039	-.038	.701	.088	.560
相手の言動に絶えず注意を払う	.093	.067	.691	-.097	.562
相手のちょっとした気分の変化でも機敏に感じてしまう	.111	-.031	.659	.057	.550
相手の気持ちを理解するように心がける	.058	-.038	.618	-.098	.357
外的他者意識尺度 ($\alpha=.81$)					
相手の体形やスタイルなどに関心がある	-.050	-.055	.005	.878	.689
相手の服装や化粧などが気になる	.049	-.006	.017	.712	.553
相手の外見に気を取られる	.035	.063	.034	.684	.571
	因子寄与 (%)	6.05	5.35	5.03	4.12
	因子間相関				
	II	.649			
	III	.611	.542		
	IV	.519	.514	.439	

子) ”の4因子構造からなることが分かった。また各因子の内的整合性を確認するためにクロンバックの α 係数を求めたところ、公的自己意識で.90、私的自己意識で.84、内的他者意識で.83、外的他者意識で.81であった。

社交不安別の各因子の尺度得点 FNEの合計得点に基づいて高社交不安者と低社交不安者の2群に分類した。FNEの中央値は15点であるが、石川・佐々木の研究¹⁸⁾では平均FNEの合計得点について一般成人279名で13.81点、臨床群32名で21.97点と報告されている。これに対し、本研究の調査対象者の平均FNE得点は17.95点 (SD=8.02) と比較的高い得点であった。そこで、石川・佐々木の結果に基づき、FNEの合計得点が14点以上を高社交不安者 (n=181, 平均FNE得点=22.27) とし、それ以外を低社交不安者 (n=75, 平均FNE得点=7.53) とした。各社交状況における2群の尺度得点をTable 2上段に示した。

自己/他者意識尺度の4下位因子とSTAIの項目平均値を尺度得点とし、会話内容 (良好・退屈) × 会話対象 (親友・同級生) × 社交不安傾向 (高社交不安者・低社交不安者) の3要因分散分析を実施した。その結果をTable 2下段に記した。

各会話状況における不安気分を測定したSTAI得点の結果から、退屈条件の得点が良好条件より高く、高社交不安者の得点が低社交不安者より高いことがわかった。このことから、本研究に

Table 2 社交不安×会話条件ごとの各因子とSTAIの平均得点(かっこ内はSD)

会話内容	会話対象	社交不安傾向	公的 自己意識	私的 自己意識	内的 他者意識	外的 他者意識	STAI
良好	親友	低	2.13 (0.90)	2.05 (0.97)	3.17 (0.97)	2.12 (0.97)	1.63 (0.56)
		高	2.93 (1.18)	2.67 (0.91)	3.56 (0.92)	2.52 (1.05)	1.81 (0.71)
	同級生	低	2.86 (0.90)	2.33 (0.89)	3.34 (0.71)	2.59 (1.07)	1.51 (0.36)
		高	4.12 (0.72)	3.13 (0.81)	3.92 (0.61)	3.17 (1.05)	1.68 (0.58)
退屈	親友	低	2.81 (1.20)	2.63 (1.07)	3.47 (1.07)	2.07 (0.79)	2.60 (0.71)
		高	3.60 (0.86)	3.17 (0.77)	3.80 (0.79)	2.79 (1.04)	2.89 (0.66)
	同級生	低	3.17 (1.14)	2.58 (0.89)	3.25 (0.85)	2.39 (1.02)	2.79 (0.57)
		高	3.88 (0.64)	3.19 (0.68)	3.78 (0.73)	2.78 (0.97)	2.97 (0.54)
分散分析の主効果と交互作用の F 値							
	会話内容		11.17**	11.05**	0.68	0.57	330.45***
	会話対象		83.86***	13.72***	1.68	28.65***	0.07
	社交不安傾向		71.50***	37.19***	22.84***	18.33***	9.50**
	会話内容×会話対象×社交不安傾向		3.87†	0.33	0.00	3.67†	0.07

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

において回答者に想定させた場面の設定が適切であったといえる。

自己／他者意識尺度の下位因子すべてにおいて社交不安傾向の主効果が認められ、すべての因子で高社交不安者の得点が高かった。公的自己意識、私的自己意識では、会話内容の主効果が認められ、退屈時の得点が高かった。内的他者意識を除く3因子において会話対象の主効果が認められ、すべての因子で同級生が対象の時得点が高いことが示された。

公的自己意識は、3要因の交互作用が有意傾向 ($p = .05$) であった。単純効果の検定の結果、低社交不安者において、親友条件の会話内容に差が認められ、良好時よりも退屈時の公的自己意識が高かった $t(504) = 3.18, p = .002$ 。一方高社交不安者では、親友条件では退屈時の得点が高く $t(504) = 4.88, p = .000$ 、同級生条件では良好時の得点が高い傾向が認められた $t(504) = 1.81, p = .071$ 。同様に外的他者意識においても3因子の交互作用が有意傾向であったため ($p = .057$)、単純効果の検定を行ったところ、高社交不安者において親友条件では退屈時に得点が高い傾向が認められ $t(504) = 1.81, p = .070$ 、同級生条件では良好時の得点が高かった $t(504) = 2.59, p = .010$ 。

注意の向きと一貫性に関する検討 個人ごとに公的自己意識と私的自己意識の項目の平均得点を求め自己意識得点 (self-consciousness; SC) とした。同様に内的他者意識と外的他者意識の項目の平均得点を他者意識得点 (other-consciousness; OC) とした。本研究では、それぞれの得点が3点 (尺度の中央値) 以上であった場合、自己／他者に注意が生じたこととみなした。いずれも3点以下の場合を“注意対象なし”、SCのみ3点以上の場合を“自己意識優位”、OCのみ3点以上の場合を“他者意識優位”、いずれも3点以上であった場合は、より得点の高いほうに注意が向いているとみなして該当する人数を集計した。これらの人数に対して会話条件ごとに χ^2 検定を行い、結果をTable 3に示した。同級生との会話が良好時には、高社交不安者はSCの高い人数が多い一方、低不安者は注意対象なしの人数が多かった。退屈時に高社交不安者は、対象が親友の場合にはOCの高い人数が多く、同級生の場合にはSCの高い人数が多かった。一方、低社交不安者は、

いずれの対象でも注意対象なしが多かった。合計では、高社交不安者はSCの高い個人が多く、低社交不安者は注意対象なしの人数が多かった。

Table 3 各場面において自己／他者に注意を向けた人数
(残差分析の結果, 優位だった箇所を太字で表記した。下線は人数が有意に少ないことを示す。)

会話内容 会話対象	良好				退屈				合計	
	親友		同級生		親友		同級生		低	高
社交不安傾向 N	低 40	高 85	低 40	高 85	低 35	高 96	低 35	高 96	低 150	高 362
他者意識優位	12	35	19	38	<u>8**</u>	40**	9	30	48	143
自己意識優位	6	18	6**	42**	14	42	12**	61**	38**	163**
注意対象なし	22	32	15**	5**	13**	14**	14**	5**	64**	56**
χ^2 値 (df = 2)	3.34		25.43**		8.89*		25.61**		45.55**	

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

続いて、各会話内容時に会話対象が親友と同級生の2対象間で、同じ対象に注意が向けられたか、それとも異なる対象に注意が向けられたか検討するために、両対象間で自己（他者）に対する注意が一致した人数、注意対象が一致しなかった人数、注意対象なしで一致した人数を求め、会話内容ごとに χ^2 検定を行った。これをTable 4に示した。良好時にも退屈時にも低社交不安者は、一貫して注意対象なしの人数が有意に多かった。一方、高不安者は良好時に一貫してSCの高い人数が有意に多かった。

Table 4 会話対象間（親友・同級生）で注意対象を切り替えた／一貫させた人数
(表中の太字, 下線は, Table 3と同様とした。)

会話内容	良好		退屈	
	低	高	低	高
社交不安傾向 N	40	85	35	96
一貫して他者に注意	8	24	4	22
一貫して自己に注意	1*	14*	10	36
注意対象が対象間で不一致	19	42	11	36
注意対象なし	12**	5**	10**	2**
χ^2 値 (df = 3)	16.80**		22.20**	

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

考 察

本研究は、異なる社交場面において社交不安者の注意が、社交状況の種類に合わせて切り替えられているのか、あるいは一貫して自己に向けられているのかを検討することを目的とした。

自己意識尺度と他者意識尺度の尺度得点の記述統計から、社交不安傾向や社交状況にかかわら

ず、相手の感情や思考に対する注意（内的他者意識）が高く、相対的に他者の外見に対する注意（外的他者意識）が低いことがわかった。このことから、他者と相互作用する場合に、人は基本的に相手の気持ちを理解しようと意識しているといえる。

分散分析の結果、退屈条件のような不安を感じる社交場面では、他者から見られる自己（公的自己意識）に注意が向けられていた。このことは、不安気分が公的自己意識の生起要因となる可能性を示唆している。また高社交不安者は、挨拶をする程度と同級生のような親密でない他者との社交場面で不安を感じると、公的自己意識、外的他者意識が低下し、有意ではないが内的他者意識も低下した。このことは、高社交不安者が本研究で使用した尺度で測定した対象以外に注意を向けている可能性を示唆している。

χ^2 検定の結果、低社交不安者は注意対象なしの人数が多かったことから、社交場面において自己にも他者にも注意を向けていないと考えられる。一方、高社交不安者は、親密な他者との会話で不安を感じた場合には他者注目する人が、親密でない他者との間で不安を感じた場合には自己注目する人が多かった。また、注意対象の一貫性に関する χ^2 検定の結果、低社交不安者は一貫して自己にも他者にも注意を向けていない人が多かった。高社交不安者は社交場面で不安を感じた場合に、一貫して自己注目した人数と注意を切り替えた人数に差は認められなかった。

以上の結果をまとめると、社交場面では相手の気持ちに注意を向けているものの、いったん不安を感じると相手にどう思われているかに注意が向きやすくなる。低社交不安者は社交場面において自己にも他者にも注意を向けにくい、高社交不安者は社交状況によって異なる対象に注意を向ける。このことは高社交不安者が、社交場面の不安・緊張の程度や対象との親密さによって、注意を切り替えているという可能性を支持する結果であるといえる。

本研究で得られた結果から、社交不安を感じやすい個人が、社交場面でどのように注意を切り替えているかについて次のように予測できる。社交不安者は、社交場面において相手の表情や態度をモニタリングしながら、他者の気持ちや思考を推測しようと努力している。しかし、相手との関係性が親密でない場合は、相手の思考や気持ちの推測が困難であるため、相手が自分をどのように評価しているかに注意がとられてしまう。さらに、会話がうまくいかず緊張を感じると、心拍の上昇や発汗など生理的な興奮が引き起こされる。社交不安者が生理的な反応に注意を向けやすいという報告²⁰⁾から、彼らは“相手が何を考えているか（内的他者意識）”“自分は相手からどう見られているか（公的自己意識）”“ドキドキして顔が赤くなっている（生理的反応：私的自己意識）”という3つの対象の間で、めまぐるしく注意を切り替えていると考えられる。このような注意の頻繁な切り替えは、多くの認知資源を必要とするため、他者の表情やしぐさの見落とし、会話内容の理解困難の原因となる。その結果、スムーズなコミュニケーションが阻害され、より緊張・不安を強めるという悪循環が形成されると考えられる。

最後に本研究の問題点と今後の展望について述べる。1つめの本研究の問題点は、生理的な反応への注意を測定していないことである。Clark & WellsやRapee & Heimbergのモデルにおいても、生理的な反応への注意が、社交不安発生の重要な要素として取り上げられている。辻¹⁶⁾も“赤面などの身体症状が生じると、その病覚は私的自己意識によって強められるかもしれない(p. 182)”と述べているものの、私的自己意識因子には生理的な反応に対する注意を測定する項目を含めていない。子どもを対象として自己意識の構造を調べた研究²¹⁾では、公的自己意識と私的自己意識をさらに2つずつの意識に分けている。私的自己意識は“内省への没入(self-reflectiveness)”と“身体状態への気づき(internal state awareness)”に分けられ、公的自己意

識尺度は“表出への意識 (style consciousness)”と“外見への意識 (appearance consciousness)”に分けられている。また、注意の向きを測定する尺度であるFocus of Attention Questionnaireにも生理的な反応への注意を測定する項目がある²²⁾。これらの項目を参考に、自己意識尺度、他者意識尺度を発展させ、さらに社交不安者に特徴的な注意について明確にする必要がある。

もう1つの問題点は、質問紙調査によって注意を測定することの限界が挙げられる。対象者が何を考え、どのように感じたかといった意識内容を簡便かつ具体的に調べる手法は、現在のところ調査法しかない。そのため本研究では、調査法による注意の測定を試みた。しかし、注意バイアスは、認知バイアスの中でも、特に意識によるコントロールの影響を受けにくい処理である可能性が指摘されている²³⁾。つまり、社交不安者が外的な脅威情報や自己に関する否定的な情報に注意を向けたくないと思っても、自動的に向いてしまっている可能性が考えられる。調査法(評定法)は、基本的には回答者が認識している内容しか測定することはできないため、回答者に無意識的に注意が生じていた場合、正確に測定できていない可能性が考えられる。

また本研究では、社交状況をイメージさせ、自己と他者に向けられる注意の程度を測定し、その得点を用いて注意の一貫性や切り替えについて考察した。しかし、社交状況中に自己と他者の間で注意が頻繁に切り替えられている可能性も考えられる。しかし、調査法によって、このような注意のダイナミズムを連続測定することは非常に困難である。自己注目が生じているかどうかを外部から観察して判断することも困難である。注意の対象を識別可能で、社交状況中連続測定することが可能な指標の開発が望まれる。その可能性の1つとして、fMRIやNIRSを用いて脳活動を連続測定し、自己注目状態と他者注目状態を特定するという方法が考えられる。

藤原・岩永²⁴⁾は、注意バイアスによって入力された脅威情報が否定的気分を維持する可能性を示した。また、脅威情報に対する注意を操作することで、不快気分に対する脆弱性が強まるという報告もある²⁵⁾。このように、不安時の認知バイアスの特徴を明らかにすることは、不安障害の生起・維持メカニズムを明らかにすることにつながる可能性がある。今後、臨床的な研究に加えて、認知的アプローチに代表される基礎研究を進めることで、社交不安障害の症状を理解し、病理を明らかにしていく必要がある。

引用文献

1. Schlenker, B. R. and Leary, M. R. (1982) Social anxiety and self-presentation: a conceptualization and model. *Psychol. Bull.*, 92 (3): 641-669.
2. American Psychiatric Association. (2013) *Diagnostic and statistical manual of mental disorders. Fifth Edition: DSM-5*. Washington, DC: American Psychiatric Association.
3. Clark, D. M. and Wells, A. (1995). A cognitive model of social phobia. In: R. G. Heimberg, M. Liebowitz, D. Hope and F. Scheier (eds.), *Social Phobia: diagnosis, assessment, and treatment*. pp. 69-93, Guilford, New York.
4. Rapee, R. M. and Heimberg, R. G. (1997) A cognitive-behavioral model of anxiety in social phobia. *Behav. Res. Ther.*, 35 (8): 741-756.
5. Kahneman, D. (1973) *Affection and effort*. Prentice Hall, New Jersey.
6. 鍋田恭孝, 菅原健介, 宮岡 等, 佐久間啓 (1986) 「自己意識」からみた神経症とその周辺 一各疾患の自己意識の特徴について一. *精神医学*, 28 : 379-386.
7. Panayiotou, G., Karekla, M., and Panayiotou, M. (2014) Direct and indirect predictors of social anxiety:

- The role of anxiety sensitivity, behavioral inhibition, experiential avoidance and self-consciousness. *Compr. Psychiatry*, 61: 133-134.
8. Horley, K., Williams, L. M., Gonsalvez, C., and Gordon, E. (2004) Face to face: visual scanpath evidence for abnormal processing of facial expressions in social phobia. *Psych. Res.*, 127 (1-2): 43-53.
 9. Montagne, B., Schutters, S., Westenberg, H. G., van Honk, J., Kessels, R. P., and de Haan, E. H. (2006) Reduced sensitivity in the recognition of anger and disgust in social anxiety disorder. *Cogn. Neuropsychiatry*, 11 (4): 389-401.
 10. Mogg, K. and Bradley, B. P. (2002) Selective orienting of attention to masked threat faces in social anxiety. *Behav. Res. Ther.*, 40 (12): 1403-1414.
 11. Mogg, K., Philippot, P., and Bradley, B. P. (2004) Selective attention to angry faces in clinical social phobia. *J. Abnorm. Psychol.*, 113 (1): 160-5.
 12. Allison, M. W., Mogg, K., Bradley, B. P., and Pinec, D. S. (2011) Attention bias for angry faces in children with social phobia. *J. Exp. Psychopathol.*, 2 (4): 475-489.
 13. Bögels, S. M. and Mansell W. (2004) Attention processes in the maintenance and treatment of social phobia: hypervigilance, avoidance and self-focused attention. *Clin. Psychol. Rev.*, 24 (7): 827-56.
 14. Fenigstein, A., Scheier, M. F., and Buss, A. H. (1975). Public and private self-consciousness: Assessment and theory. *J. Consult. Clin. Psychol.*, 43 (4): 522-527.
 15. Buss, A. H. (1980) *Self-consciousness and social anxiety*. Freeman & Company, San Francisco.
 16. 辻平治郎 (1993) 自己意識と他者意識. 北大路書房, 京都.
 17. 笠原 嘉 (1977) 青年期. 中央公論社, 東京.
 18. 石川利江, 佐々木和義, 福井 至 (1992) 社会的不安尺度FNE・SADSの日本語標準化の試み. 行動療法研究, 18 (1) : 10-17.
 19. 清水秀美, 今栄国晴 (1981) STATE-TRAIT ANXIETY INVENTORY日本語版の作成. 教育心理学研究, 29 (4) : 62-67.
 20. Pineles, S. L. & Mineka, S. (2005) Attentional biases to internal and external sources of potential threat in social anxiety. *J. Abnorm. Psychol.*, 114 (2): 314-318.
 21. Higa-McMillan, C. K., Smith, R. L., Chorpita, B. F., & Hayashi, K. (2008) Common and unique factors associated with DSM-IV-TR internalizing disorders in children. *J Abnorm. Child Psychol.*, 36 (8), 1279-1288
 22. Woody, S. R., Chambless, D. L., & Glass, C. R. (1997). Self-focused attention in the treatment of social phobia. *Behav. Res. and Ther.*, 35 (2): 117-129.
 23. 藤原裕弥, 岩永 誠 (2008) 不安における注意の処理段階に関する研究. 行動療法研究, 34 (2) : 101-112.
 24. 藤原裕弥, 岩永 誠 (2000) 注意バイアスが気分維持に及ぼす効果. 感情心理学研究, 7 (1) : 1-12.
 25. Bishop, S., Duncan, J., Brett, M., and Lawrence, A. D. (2004) Prefrontal cortical function and anxiety: Controlling attention to threat related stimuli. *Nat. Neurosci.*, 7 (2): 184-188.

[2016. 9. 29 受理]

コントリビュータ：池田 智子 教授 (心理学科)