Annual Letters of Clinical Psychology in Shinshu
2016 No.15 pp.63—69

原著

社会的スキルの“主観的他者評価”と“実際の他者評価”のズレにおけるシャイネスの影響の検討

不破ひかり　信州大学大学院教育学研究科学校教育専攻臨床心理学専修
高橋知音　　信州大学教育学部教育科学グループ

概要

対人不安の１つであるシャイネスがコミュニケーションにおける能力である社会的スキルの“主観的他者評価”（人から自分の社会的スキルはどのように思われているのかという他者を意識した評価）と“実際の他者評価”とのズレに与える影響を検討した。大学生・大学院生 60 名を対象に質問紙調査を行った結果，シャイネスは社会的スキルのいくつかの下位尺度における主観的他者評価と実際の他者評価のズレを説明することが明らかになった。この結果から、シャイネスは社会的スキルの主観的他者評価と実際の他者評価のズレに影響を与え，非言語に関する能力と言語に関する能力では影響の仕方が異なることが示された。

キーワード：社会的スキル，シャイネス，主観的他者評価

問題と目的

高度成長期以降，若者は相手と正面から対峙してコミュニケーションを行うことや対人関係をもつことを嫌う，恐れる，苦手とするようになってきている，ということが指摘されている（辻，1996）。その要因として，当人の性別や年齢，パーソナリティなどの個人の要因，相手の性別や年齢，自分と相手の関係性などの相手の要因，そして社会的背景などの社会・文化的要因が挙げられる（栗林，2012）。また，大学生は積極的・意欲的に行動できるにもかかわらず，「自分は他者より劣っている」と自己を過小評価する傾向にあると示されている（小田ら，2003）。このことから，大学生がコミュニケーションを避ける背景には，自身のコミュニケーション能力の過小評価があると考える。

シャイネス

大学生が自身のコミュニケーション能力を過小評価する要因として，対人不安の関連概念であるシャイネスが挙げられる。シャイネスは「他者と効果的に関わったり，社会的状況において機能するための能力を干渉する対人不安（Jones & Russell，1982）」と定義されている。また，シャイネスは感情・認知的側面としての対人不安傾向と，行動的側面としての対人消極傾向の２つの特性から構成されており，後者は社会的スキルと負の相関が認められた（菅原，1998）。以上のことから，シャイネスが高い人ほど，自身の社会的ス

キルを過小評価し，自己評価と実際のスキルにズレが生じると考える。

また，コミュニケーションが苦手だと感じている学生は，「自己に対する否定感」と「過剰な他者への意識」という2つの感情を抱いていることが示されている（酒井，2010）。このことから，コミュニケーションが苦手だと感じている学生は，自分のスキルが他者からどう思われているかという点についても，実際以上に低く見積もる可能性がある。「周囲からコミュニケーションが苦手な人と思われている」という意識は，対人場面での行動をさらに消極的にしてしまう。この傾向は，シャイネスが高いことでさらに強まるのではないだろうか。

社会的スキル

本研究では，コミュニケーションの能力を社会的スキルとして考える。社会的スキルとは「他者との円滑なコミュニケーションを営み，対人関係を適切に構築，維持する能力（大坊，2006）」である。社会的スキルの測定には自己評価法がよく用いられるが，自己評価法は社会的スキルそのものを測っているのではなく，スキルの有無についての「自分はこの程度のスキルが身についている」という当人の認知を測定するものである（菊池・堀毛，1994）。そのため，コミュニケーションに苦手意識のある人は「自分はあまりスキルが身についていないだろう」と否定的な認知を抱えていると考え，自身の社会的スキルを実際にもっているスキルよりも過小評価し，実際のスキルと自己評価にズレが生じていると考えられる。

本研究の目的

本研究の目的は，自身の社会的スキルを過小評価している大学生において，社会的スキルの“主観的他者評価”と“実際の他者評価”のズレの大きさにシャイネスが影響するかどうかを検討することである。主観的他者評価は「主観的な、他者から自分自身に向かう評価の想定」と定義されており（西田，2011），自分が他者からどのように思われているかという他者を意識した自己評価である。

仮説

本研究では「シャイネスが低い場合には社会的スキルの主観的他者評価と他者評価のズレが小さいが，シャイネスが高い場合には社会的スキルの主観的他者評価と他者評価のズレが大きい」という仮説を検証する。

方法

調査対象者

大学生，大学院生60名（男性27名，女性33名，平均年齢21.10歳，$SD = 1.51$）を対象に質問紙調査を行った。

質問紙

本調査の質問紙の構成は以下の通りである。

(1) 社会的スキル尺度　本調査では社会的スキルの主観的他者評価と他者評価の測定に用いた。日本語版 Social Skills Inventory（榧野，1988）を参考に新たに作成した。全ての質問項目は「○○は～」や「○○にとって～」をいう形をとっており，主観的他者評価では自分の名前を入れ，他者評価では対象者の名前を入れて対象者の社会的スキルを評価するよう教示文を記載した。非言語的情報の伝達，解読，管理・制御のためのスキルとし

て「情緒的表現性」，「情緒的感受性」，「情緒的コントロール」，言語的情報の伝達，解読，管理・制御のためのスキルとして「社会的表現性」，「社会的感受性」，「社会的コントロール」の6つの下位尺度，各15項目，計90項目からなる。各項目内容について5件法による回答（1：当てはまらない，2：やや当てはまらない，3：どちらでもない，4：やや当てはまる，5：当てはまる）を求めた。

(2) 早稲田シャイネス尺度（鈴木・山口・根建，1997）　本調査では調査対象者におけるシャイネスの測定に用いた。シャイネスを認知・感情・行動の3つの側面から測定できる。下位尺度は5つあり，「積極性」が行動的側面，「緊張」と「過敏さ」が感情的側面，「不合理な思考」が認知的側面である。それぞれの下位尺度各5項目，計25項目からなる。各項目内容について5件法による回答（1：まったく当てはまらない，2：あまり当てはまらない，3：どちらともいえない，4：だいたい当てはまる，5：ぴったり当てはまる）を求めた。

手続き

縁故法により，友人関係にある2人1組に対して質問紙を渡し，調査対象者には社会的スキル尺度の主観的他者評価と早稲田シャイネス尺度への回答を求め，調査対象者の友人には社会的スキル尺度の他者評価への回答を求めた。社会的スキル尺度においては，双方に「調査対象者が周りの人からどのように思われているか」を想像しながら質問紙に回答するよう求めた。回答が終了し次第，2人分をまとめて回収した。

結果

社会的スキルの主観的他者評価における各項目の回答を得点化して足し合わせ，社会的スキルの主観的他者評価の尺度得点（以下，社会的スキル尺度得点）と各下位尺度得点を算出した。また，早稲田シャイネス尺度の各項目の回答を得点化して足し合わせ，シャイネス尺度得点と各下位尺度得点を算出した。その際，反転項目で得られた反応は反転させて得点とした。社会的スキル尺度得点とシャイネス尺度得点，および各下位尺度の記述統計を表1に示す。

調査対象者の自己評価における変数間の相関分析を行った結果，社会的スキル尺度得点とシャイネス尺度得点において，負の相関がみられ，先行研究と一致していた。社会的スキル尺度とシャイネス尺度，それぞれの下位尺度における相関係数を表2に示す。下位尺度間において、社会的スキル尺度においてはほとんどの下位尺度間で有意な正の相関がみられたが、「情緒的表現性」と「情緒的コントロール」では有意な負の相関がみられた。シャイネス尺度ではすべての下位尺度において有意な正の相関がみられた。

シャイネス尺度の尺度得点を説明変数、社会的スキル尺度の主観的他者評価と他者評価の尺度得点の差を目的変数として回帰分析を行ったところ，決定係数 R^2 は有意ではなかった（$R^2 = .09$, $F(1, 58) = 2.43$, $p = .124$）。続いて，シャイネス尺度の尺度得点を説明変数，社会的スキルの6つの下位尺度における主観的他者評価と他者評価の尺度得点の差を目的変数として回帰分析を行った。結果，「情緒的表現性の差」において決定係数は有意傾向であり（$R^2 = .05$, $F(1, 58) = 2.87$, $p = .096$），「情緒的感受性の差」，「社会的表現性の差」，「社会的コントロールの差」において決定係数は有意であった（情緒的感受性の差：

表1　社会的スキル尺度とシャイネス尺度，および各下位尺度の記述統計

	平均値	標準偏差	最小値	最大値
社会的スキル尺度	253.82	37.17	198	367
情緒表現性	41.00	9.62	18	60
情緒感受性	39.82	9.09	18	67
情緒コントロール	40.00	10.23	24	64
社会的表現性	41.00	12.60	20	70
社会的感受性	47.93	7.17	27	61
社会的コントロール	43.97	10.53	26	69
シャイネス尺度	77.33	17.26	41	108
消極性	15.32	5.16	5	25
緊張	17.68	4.60	6	25
過敏さ	14.85	3.80	7	24
自信のなさ	14.72	4.48	5	24
不合理な思考	14.77	3.48	7	21

表2　社会的スキル尺度とシャイネス尺度の相関係数

	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫
①												
②	.46**											
③	.87**	.36**										
④	.38**	−.47**	.26*									
⑤	.88**	.46**	.69**	.19								
⑥	.16	−.01	.28*	−.03	−.08							
⑦	.83**	.30*	.60**	.37**	.78**	−.23						
⑧	−.64**	−.21	−.47**	−.34**	−.71**	.47**	−.80**					
⑨	−.72**	−.32*	−.57**	−.22	−.80**	.23	−.74**	.85**				
⑩	−.64**	−.26*	−.44**	−.30*	−.70**	.36**	−.79**	.88**	.73**			
⑪	−.43**	−.12	−.23	−.25	−.52**	.45**	−.63**	.82**	.57**	.71**		
⑫	−.52**	−.11	−.41**	−.43**	−.51**	.48**	−.70**	.82**	.62**	.68**	.56**	
⑬	−.14	.04	−.13	−.14	−.22	.38**	−.26*	.59**	.34**	.33**	.47**	.35**

*$p < .05$，**$p < .01$

注：①社会的スキル尺度，②情緒的表現性，③情緒的感受性，④情緒的コントロール，⑤社会的表現性，⑥社会的感受性，⑦社会的コントロール，⑧シャイネス尺度，⑨消極性，⑩緊張，⑪過敏さ，⑫自信のなさ，⑬不合理な思考

$R^2 = .12$, $F(1, 58) = 7.83$, $p = .007$, 社会的表現性の差：$R^2 = .25$, $F(1, 58) = 19.07$, $p < .001$, 社会的コントロールの差：$R^2 = .22$, $F(1, 58) = 16.42$, $p < .001$)。標準回帰係数を表3に示す。

このことから，シャイネスは社会的スキルにおける「情緒的表現性」，「情緒的感受性」，「社会的表現性」，「社会的コントロール」における主観的他者評価と他者評価の差を説明し，「情緒的コントロール」，「社会的感受性」における主観的他者評価と他者評価の差を説明しないことが示された。

表3　標準回帰係数と決定係数

	情緒的表現性の差	情緒的感受性の差	情緒的コントロールの差	社会的表現性の差	社会的感受性の差	社会的コントロールの差
シャイネス	.28†	.35**	.11	.50**	-.05	.47**
決定係数	.05†	.12**	.01	.25**	.00	.22**

†p < .10　*p < .05　**p < .01

考察

相関分析の結果が菅原（1998）などの先行研究と一致していたことから、本調査の調査対象者が主観的他者評価において、他者を意識していながらも自身のスキルについて「この程度のスキルが身についているだろう」と自己評価をしていることが示された。

また、回帰分析の結果から、シャイネス傾向の強い大学生は「情緒的表現性」、「情緒的感受性」、「社会的表現性」、「社会的コントロール」において自身を過小評価していることが示された。

まず、「情緒的表現性（表情や態度、語調で自身の感情を表出する能力）」と「社会的表現性（言語的な表現を伝えたり、会話のきっかけをつくる能力）」における過小評価について考察する。徳永ら（2013）によると、シャイネスの高い人は低い人よりも「被受容感」が低く、「被拒絶感」が高いことが示されている。シャイネス傾向が強い大学生は、「自分は人から受け入れてもらえず、拒絶されるだろう」と感じることで「自分が発する表現は人に受け入れてもらえないだろう」と考え、自身の能力を過小評価していると考えられる。

「情緒的感受性（相手の態度を解読する能力）」における過小評価についても、「低い被受容感」と「高い被拒絶感」が関係していると考えられる。シャイネス傾向の高い大学生は、「自分は人から受け入れてもらえず、疎まれているだろう」と感じることによって、「相手は自分と笑顔でコミュニケーションを取っていても、本当に喜びを感じているか分からない。自分は相手の本心を読み取ることが苦手だ」と感じ、自身の能力を過小評価していると考えられる。

一方、「社会的感受性（相手の言語的表現を解読する能力）」における過小評価はシャイネスとの関連が見られなかった。菅原（1998）により、シャイネスは対人不安傾向と対人消極傾向に分けられ、両方が高い人は他者からの評価に敏感であると示されている。評価への敏感さゆえに「相手の話を聞き逃さないように注意しなければ」と考えるため、自身の能力を過小評価しなかったと考えられる。

また、「情緒的コントロール（表情や態度を制御する能力）」における過小評価もシャイネスとの関連が見られなかった。徳永ら（2013）によると、シャイネスのような対人不安に関わる特性をもつ人は、感情をコントロールし抑制する傾向があると示されている。このことからシャイネス傾向の強い大学生は「感情を表に出さないようにしよう」と考えるため、自身の能力を過小評価しなかったと考えられる。これに対し、「社会的コントロール（言語的表現を制御する能力）」における主観的他者評価と他者評価の差はシャイネスによって説明された。菅原（1998）によりシャイネスが高いことで評価に敏感になることが示されたことから、「自分は言語的な表現のコントロールが下手だと思われているだろう」と考え、自身の能力を過小評価していると考えられる。

以上のことから本研究では，大学生の社会的スキルにおける主観的他者評価と実際の他者評価のズレはシャイネスの影響を受け，非言語に関する能力と言語に関する能力において影響の仕方が異なることが示された。また、シャイネス傾向が強い大学生は非言語・言語の両方における「自己を表現する能力」を過小評価していることが示された。

今後の課題

本研究では、自身の社会的スキルを過小評価している大学生における主観的他者評価と他者評価のズレについてシャイネスが影響しているかを検討した。しかし、調査において主観的他者評価が他者評価を上回る対象者もみられた。他者評価を行った対象者の友人が調査者の教示を受け、客観的に評価した結果なのか、シャイネスなど他者評価側の特性によるものなのかは、本調査では判断できなかった。今後、このような調査を行う場合、他者評価を行う側にも特性を問う質問紙への回答を求める必要があると考えられる。

引用文献

大坊郁夫（2006）．社会的スキル・トレーニングに生かされる言語・非言語コミュニケーションの働き　電子情報通信学会技術研究報告, **106**, 31–36.

西田光一郎（2011）．社会的スキルと自己評価、主観的他者評価との関連性　関西大学社会学部土田昭司ゼミナール卒業論文

菊池章夫・堀毛一也（編）（1994）．社会的スキルの心理学–100 のリストとその理論　川島書店

栗林克匡（2012）．なぜ人づきあいを避けるのか？　吉田俊和・橋本剛・小川一美（編）

対人関係の社会心理学　ナカニシヤ出版　pp.49-67.
小田日出子・焼山和憲・中馬成子・藤野成美・井手裕子・脇﨑裕子・太田祥恵（2003）．看護学生の社会的スキルと自己効力感に関する研究　西南女学院大学紀要, **7**, 37-46.
酒井美子（2010）．コミュニケーションが苦手な看護学生の対人関係の特性から教育的支援を考える 群馬県立県民健康科学大学紀要, **5**, 103-114.
菅原健介（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**, 22-32.
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.
辻大介（1996）．若者におけるコミュニケーション様式変化 東京大学社会情報研究所紀要, **51**, 42-61.
Jones, W. H. & Russell, D. (1982). The social reticence scale: An objective instrument to measure shyness. *Journal of Personality Assessment*, **46**, 629-631.