

コミュニケーション回避としての発言抑制発生機序モデルの検討

小山 憲一郎* ・ 尾首 優花**

要旨

本研究は、坂本・プリブル・キートン（1998）のコミュニケーション回避に関する理論モデルを基に発言抑制に関する仮説モデルを構築し検証したものである。発言抑制に関する遺伝的素質として行動抑制系（BIS）、早期に作られる認知的機構として不合理な信念を想定し、それらによって生じる状態不安が発言抑制を発生させるとする仮説の下、理論上時間的に先行する概念から現在の状態へとパス図の構成要素を配置し、因果関係を想定している。

170名の大学生に対する質問紙調査を実施した。因子分析の結果、大学生の発言抑制は、あまり親しくない相手への発言抑制とあまり関わりたくない相手への発言抑制の2因子が想定された。さらに共分散構造分析の結果、前者のみが不安によって直接影響を受けることが示された。また行動抑制系（BIS）から、不合理な信念と不安を媒介して発言抑制が起こるとする間接効果も認められた。一方、後者については他の要因を検討していく余地が残された。

キーワード：発言抑制、コミュニケーション回避、行動抑制系（BIS）、不合理な信念、不安

1 問題と目的

発言抑制は「会話場面において、自発的か他律的に関わらず、自分の意見や気持ちなどを表出しないこと」と定義されている（畑中, 2003）。たとえば、会話中に、自分の気持ちや考えを言うべきかどうか迷い、あえて表出しなかったり、どうしても伝えることができなったりするなどの行動を指す（畑中, 2006）。堀川・柴山（2006）は、現代青年の対人特徴として、友人との間で自己開示を求めているながらも、円滑な人間関係を維持するために、自分の意見や不満を言わないほうが良いと考える傾向があることを指摘した。たしかに、自分が発言をしたいと思っても、相手の気分を害する可能性がある場合など、会話の状況や相手によっては、発言を抑制することがコミュニケーションを円滑にするための選択として適切である場面もあると考えられる。

ただし一般に、自分の意見を取って伝えない、あるいは伝えることができないという行動は、コミュニケーションの回避であるとして、不適切なコミュニケーション行動として捉えられてきた（坂本・プリブル・キートン, 1998）。上述の、会話の状況や相手によって、円滑なコミュニケーションのために発言を抑制することについても、自らの発言の結果をネガティブに予測してしまうがために、発言を抑制することが適切であると認知している場合が含まれていることも考えられる。つまり、発言抑制が、対人関係においてネガティブな予測をするために引き起こされる状態的な不安を、一時的に低減する機能を持っていると考えられるということである。このような嫌悪的な情動体験の除去や減少によって負の強化を受ける行動（Kanter, Busch & Rusch, 2009, 大野（監修）, 2015）は、体験の回避と呼ばれる一時的にはネガティブな感情を緩和しながら

*相談室委員：福岡県立大学大学院 人間社会学研究科 心理臨床専攻 講師

**電音エンジニアリング株式会社

も、長期的には個人を幸せから遠ざけ、抑うつや不安を高める機能を持つ行動クラスである。

つまり、発言抑制にコミュニケーションを一時的には円滑するというポジティブな側面があるにしろ、その発生機序において個人の抱える不安や、対人関係における信念を中心に、コミュニケーション回避研究の文脈で検討していく価値はいまだ十分にあると考えられるのである。この点について先述の坂本ら（1998）は、コミュニケーション回避研究を展望し、コミュニケーション回避行動における原因、機構、症状の関係をモデル化した（Figure1）。このモデルでは、発言抑制の原因として環境や場面要因だけでなく、個人の遺伝的素質（社交性・内向性）を仮定していることが一つの大きな特徴である。またコミュニケーション回避が発生する機構としてスキル欠損（行動的）、否定的思考（認知的）、条件性不安（情動的）、嫌悪刺激、評価への関心度、知覚的錯誤などの相互作用を仮定している。そして、行動として現れる症状として稚拙なコミュニケーション行動、社会的抑制・退避、言語的・非言語的行動障害を規定し、それらがコミュニケーションの受け手に影響を与え、受け手の反応がさらに個人のコミュニケーション回避機構へ悪影響を与えるということを仮定している。ただし、坂本ら（1998）が述べているようにこのモデルの要因間の結びつきはあくまで理論的なものであり、より実証的な研究が必要である。

発言抑制にかかる遺伝的要因としては、生物学的パーソナリティ論を基に検討すべきであろう。高橋・山形・木島・繁柘・大野・安藤（2007）によれば、生物

学的パーソナリティ論は、パーソナリティの基盤と何らかの生物学的要因との対応に、人間のパーソナリティの構造的な妥当性を見出そうとするものであり、Eysenck（1963, 1967）以来の気質研究がこれに相当するという。坂本らのモデルでは社交性、内向性が挙げられている。これはEysenckの気質研究で挙げられた内向・外向、神経症的・安定的という2次元に含まれるものである。一方、高橋らはEysenckモデルと競合するように発展したGrayの気質モデルを紹介し、Figure2のように模式化している。行動抑制系（Behavioral Inhibition System; BIS）（Gray（1987, 八木（訳）, 1991））とは、罰を回避する動機づけを司るシステムであるとされている。

BISは、潜在的な脅威刺激やその予期に際して注意を喚起し、自らの行動を抑制するように作用する（高橋ら, 2007）。すなわち、BISが高い者は、罰への感受性が高く、罰の存在を知らせる手がかりによって行動が抑制されやすい。またBISの活性化に伴ってネガティブ感情が喚起される。さらにGray（1987, 八木（訳）, 1991）によると、BISは不安や抑うつなど様々な精神病理の素因にあたると考えられており、BISの感受性が高すぎる場合は不安障害のリスクが高まることが報告されている。一方、山形・高橋・木島・大野・安藤（2011）は、BISと精神病理の関係について、前者が素因として後者に影響を与えるという関係以外にも様々な関係を想定しうるとして、因果モデルの検討をおこなっている。不安になることでBISの働きが強まるという逆方向の因果や、BISと不安が相互に影響を与え合っているという可能性、また両者に直接的な関係はなく、両

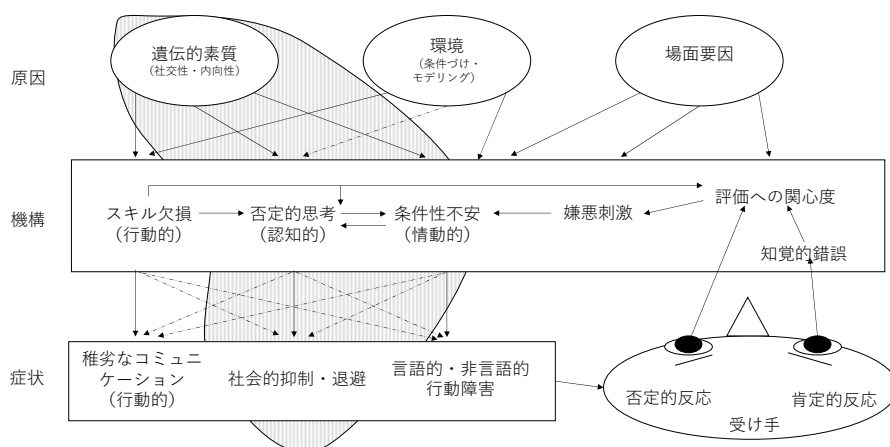


Figure1 コミュニケーション回避に関する原因、機構、症状の関係
（坂本・プリブル・キートン, 1998 から一部改変：網掛け部分が本研究の対象）

者に影響を与えている第3の変数が存在する可能性のそれぞれについて検討した結果、BISが不安に対し影響を与えているモデルの当てはまりが最も良いという結果となった。これはBISが不安の素因であるという従来の見方を支持するものであったが、この研究からはBISが不安に対しどのように影響を与えているのかは明らかになっていない。この点について山形ら(2011)は、BISと不安の関係性について、BISは何らかの不合理な信念を形成しやすくなることなどを通じて間接的に不安に影響を与えている可能性を考察している。

総じていうと、BISの高さは神経症傾向の高さと外向性の低さによって規定(高橋ら, 2007)されるものであるということになる。そのため、条件性不安の生物的基盤を含めるという目的のためにBISを用いることは、社交性・内向性という次元のみならず、より広く不安発生の基盤をとらえることが可能になると考えられる。そのため、本研究では遺伝的素質としてBISを想定することとする。なお高橋ら(2007)はBISを測定する尺度の日本語版作成過程において、双生児サンプルにおける行動遺伝学的解析を行い、二卵性双生児よりも一卵性双生児の方がBISの級内相関係数が高いこと、単変量遺伝分析の結果よりBISがこれまでの遺伝学的研究と同様に、相加的遺伝と非共有環境だけから説明するモデルの当てはまりが最もよかったことを挙げ、BISが神経生物学的な基盤を持つことを支持し、表現型として観測されるBIS尺度の得点の背景に遺伝要因が仮定できることを確認している。

本研究の目的は、坂本らによるコミュニケーション回避の理論モデル(Figure1)を部分的に用い、発言抑制に関する仮説モデルを構築し検証することである。発言抑制の原因となる遺伝的素質として、上述のBISを仮定する。坂本らのモデルでは嫌悪刺激が否定的思考(認知的)と条件性不安(情動的)の相互作用から社会的抑制・退避という流れが想定されている。またこの否定的思考と条件性不安の相互作用に対し、遺伝的素質と、嫌悪刺激が影響を与えていることが示唆されている。

この点に関して、本研究では、BISが不合理な信念の形成を介し、不安を高める(山形ら, 2011)という指摘に即し、否定的思考の部分に不合理な信念を充てることとする。Beck(1995, (伊藤・神村・藤澤(訳), 2004)によると、幼少期のかなり早い段階で、人は、自分自身について、他者について、自分を取り巻く社会について、一定の信念を持つようになるという。また信念の中でも“ねばならない”“にちがいない”とい

った絶対的な表現で表わされる考え方を、不合理な信念と呼び、あるできごとが起こった時、その不合理な信念を媒介にして、できごとを歪めて認知し、結果的に情緒や行動に障害が生じる(松村, 1992)と考えられている。さらに、本研究の質問紙調査において発言抑制の頻度を聴く際、「普通の大学生活における人間関係を想定して答えてください」という条件を設定することをもって、条件性不安に影響を与える嫌悪刺激を設定した。

これらを基に本研究の仮説モデル(Figure2)を作成した。遺伝的素質としてのBIS、否定的思考(認知的)として人生の早期に作られる不合理な信念、発言抑制の機構としての現在の状態不安、結果として現れる症状としての発言抑制行動がモデルの構成要素である。理論上時間的に先行する概念から現在の感情、行動に流れるパスを想定している。

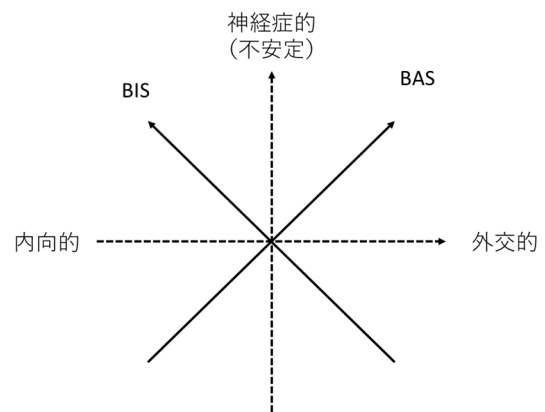


Figure2 Eysenckによる2軸(神経症傾向と外向性)とGrayによる2軸(BISとBAS)の違いの模式的表現(高橋ら, 2007)

2 方法

2-1 調査対象

九州圏内の公立大学Aの学生に任意参加で質問紙調査を行った。調査協力者177名のうち、回答に不備があった7名を除く170名(平均年齢18.70歳, SD=3.78)のデータを用い、以下の分析を進めた。

2-2 調査時期

2019年5月

2-3 調査方法と倫理的配慮

無記名による質問紙調査を行った。調査への参加は自由意志であること、個人情報保護は保護され、質問紙の

結果は統計学的に処理されること、回答は成績とは無関係であることを明記した。なお、本研究において性別は重要でないと判断し質問項目に加えていない。

2-4 質問紙構成

- ①フェイスシート：学年、年齢
- ②行動抑制系 (BIS)：日本語版BIS/BAS尺度 (高橋ら, 2007) のうちBIS尺度のみ7項目を用い、4件法で回答を求めた。十分な信頼性・妥当性が検証されており、得点が高いほど罰の回避傾向が高いことを示す。
- ③不合理な信念：松村 (1991) の日本版Irrational Belief Test (70項目) の短縮不合理版である不合理な信念測定尺度短縮版 (Japan Irrational Belief Test-20 ; JIBT20) (森・長谷川・石隈・嶋田・坂野, 1994) を用いた。5件法で回答を求めた。高得点が不合理な信念の高さを示す。各下位尺度の α 係数は.65~.89であり一定の信頼性と妥当性が検証されている。
- ④不安：状態・特性不安尺度 (State-Trait Anxiety Inventory ; STAI) (水口, 2012) のうち状態不安尺度のみ20項目を用い、4件法で回答を求めた。状態不安とは、「いま」不安によってどのようになったのかについてを問うものである。十分な信頼性・妥当性が検証されており、得点が高いほど不安が強いことを示す。
- ⑤発言抑制傾向：畑中 (2006) を参考に発言抑制場面を抜き出し、場面想定法を用いた質問項目を作成した (Table1)。普通の大学生活における人間関係を想

定した場合に、その場面をどれくらい避けるかについて5件法で回答を求めた。得点が高いことが発言抑制傾向の高さを示す。

3 結果

まず、発言抑制傾向を測定するために作成した尺度について、SPSS ver.24を用い、主因子法・プロマックス回転による因子分析を行った。固有値の減衰状況と解釈可能性から2因子構造が妥当であると判断した (Table1)。「あまり親しくない人に、誰かの悪口を言う」「気の合わない人に、誰かの陰口をたたく」「多くの人の前で、誰かのことを悪く言う」などの内容、8項目からなる第一因子を、「あまり親しくない人への発言抑制の頻度」とした。「あまり関わりたくない人に自分の個人的な意見を言う」「苦手な人に、自分の率直な考えを言う」「あまり関わりたくない人に、自分の個人的な経験を話す」という内容の3項目からなる第二因子を「あまり関わりたくない人への発言抑制の頻度」とした。また因子間で項目数が異なるため、発言抑制の得点は、因子ごとに合計点を算出したのち、項目数で除した数値を用いることとした。得点域は1点から5点となる。

その後、同じくSPSS ver.24を用い、各変数の記述統計量を算出した。さらに因果関係を推定するための前提として全変数間の相関分析を実施し、仮説モデルで因果関係を想定した変数間の相関関係を確認した (Table2)。さらに信頼性係数を算出したところ、いず

Table1 発言抑制尺度の因子分析結果

	I	II
第1因子：「あまり親しくない相手への発言抑制の頻度」		
あまり親しくない人に、誰かの悪口を言う	1.074	-.158
気の合わない人に、誰かの陰口をたたく	1.055	-.171
多くの人の前で、誰かのことを悪く言う	.944	-.016
たくさんの人が聞いているところで、差別的な考えを話す	.916	.032
それほど親密でない人に、自分の偏見のある見方を話す	.733	.221
あまり親しくない人に、愚痴をこぼす	.641	.143
大勢の人の前で自分のプライベートな話をする	.547	.298
初対面の人に、自分が持っている極端な考え方を話す	.545	.304
第2因子：「あまりかかわりたくない人への発言抑制の頻度」		
あまり関わりたくない人に自分の個人的な意見を言う	-.045	.818
苦手な人に、自分の率直な考えを言う	-.106	.620
あまり関わりたくない人に、自分の個人的な経験を話す	.243	.582
		因子間相関 .68

Table2 記述統計量と各尺度間の相関係数

N=170	②	③	④	⑤	⑥
②BIS	1	.46**	.38**	.12	.06
③不合理な信念		1	.31**	.14	.09
④状態不安			1	.24**	.19*
⑤あまり親しくない相手への 発言抑制				1	.61**
⑥あまり関わりたくない相手 への発言抑制					1
Mean (SD)	21.37(4.23)	64.46(9.88)	40.14(9.50)	1.86(1.03)	2.30(0.97)
α 係数	.90	.85	.82	.96	.75

** $p \leq .01$ * $p \leq .05$

れの尺度も十分な値 ($\alpha = .75 \sim .96$) を示した。また、発言抑制の二因子のいずれがより大学生にとって頻度が高い発言抑制なのかを検討するため、 t 検定を実施したところ、あまり関わりたくない相手への発言抑制の頻度 ($M = 2.30$) が、あまり親しくない相手への発言抑制の頻度 ($M = 1.86$) に比して有意に高いことが示された ($t(169) = 6.42, p < .001, r = .44$)。

相関分析の結果、BISと不合理な信念、BISと状態不安の間に正の相関が見られた ($r = .46, p < .001; r = .38, p < .01$)。また不合理な信念と状態不安の間にも正の相関が見られ ($r = .31, p < .001$)、BIS・不合理な信念・状態不安の三者間全てに正の相関関係があることが示された。さらに状態不安と、発言抑制の2因子の間にも正の相関が認められた (あまり親しくない相手への発言抑制: $r = .24, p = .002$, あまり関わりたくない相手への発言抑制: $r = .19, p = .011$)。他方、発言抑制傾向とBIS、不合理な信念の間には有意な相関が認められなかった。

その後、因子分析の結果を受けて、仮説モデル (Figure2) の発言抑制の頻度をこの二因子を想定したモデルに変更した。さらに不合理な信念と発言抑制の間には有意な相関が認められなかったことから、当初想定していた不合理な信念と発言抑制間の双方向因果関係のパスを削除したモデルについて、Amos ver.26を用いて共分散構造分析を実施し、Figure3の結果が得られた。モデル適合度は十分な値を示している (Table3)。また以下のような標準化直接効果が示された。まず、BISは不合理な信念 (.46, $p < .001$)、状態不安 (.26, $p = .003$) に有意な正の影響を与え、不合理な信念も状態不安 (.21, $p = .013$) に対して有意な正の影響を与えている。これらは仮説通りの結果であった。発言抑制の頻度2因子のうち、不安が有意な影響を与えたの

は第1因子「あまり親しくない相手への発言抑制の頻度」(.40, $p = .045$) のみであった。また、発言抑制の頻度と不安の間には双方向因果関係を仮定していたが、発言抑制の頻度から状態不安への有意なパスは認められなかった。

また、ブートストラップ法を用いて標準化間接効果と標準化総合効果の検定を行った。その結果、標準化間接効果は、BISから状態不安への不合理な信念の媒介 (目的変数: 状態不安 $\beta = .073, 95\% CI [-.068, .225], p = .199$)、BISとあまり親しくない相手への発言抑制頻度の関連に対する状態不安の媒介 (目的変数: あまり親しくない相手への発言抑制頻度、 $\beta = .026, 95\% CI [-.005, .099], p = .092$)、BISとあまり親しくない相手への発言抑制頻度に対する不合理な信念、状態不安の媒介 (目的変数: あまり親しくない相手への発言抑制頻度、 $\beta = .134, 95\% CI [-.041, .266], p = .112$)、BISとあまり関わりたくない相手への発現抑制に対する状態不安の媒介 (目的変数: あまり関わりたくない相手への発言抑制、 $\beta = .014, 95\% CI [-.016, .058], p = .265$)、BISとあまり関わりたくない相手への発現抑制に対する不合理な信念と状態不安の媒介 (目的変数: あまり関わりたくない相手への発言抑制、 $\beta = .078, 95\% CI [-.084, .208], p = .321$)、すべて有意ではなかった。また標準化総合効果においては、BISが不合理な信念と状態不安に対して有意な影響を持つのみであった (目的変数: 不合理な信念、 $\beta = .459, 95\% CI [.323, .575], p = .001$ 、目的変数: 状態不安、 $\beta = .334, 95\% CI [.203, .459], p = .001$)。このように発言抑制の2因子と状態不安間の相互作用を想定したモデルを用いて共分散構造分析を実施した。モデル適合度は良好であり、標準化直接効果は仮説を支持するものもあったが、あまり関わりたくない相手への発言抑制の頻

度は状態不安からの影響も有意ではないことが示された。また、標準化間接効果の検定結果からはBISと発言抑制の頻度に与える影響に関して、不合理な信念や状態不安の媒介は認められなかった。また標準化総合効果の検定結果からはBISが発言抑制の頻度に関連しているという事は示されなかった。そこでコミュニケーション回避の観点から発言抑制を検討するという本研究の目的に沿って、不安と関連しないことが示された、あまり関わりたくない相手への発言抑制の頻度をモデルから削除した上、Figure4で有意にならなかった状態不安からあまり親しくない相手への発言抑制の頻度のパスも削除したモデルを作成し、再度探索的に共分散構造分析を実施することにした。その結果、Figure5のモデルが得られた。モデル適合度 (Table4) が良好であるうえ、AIC=17.007となりFigure4のモデル (AIC=26.194 (Table3)) より低下していることが示され、こちらの方が好ましいモデルであることが窺われる。標準化直接効果は、BISから不合理な信念と状態不安 (目的変数: 不合理な信念、 $\beta=459$, $p=.001$ 、目的変数: 状態不安、不合理な信念、 $\beta=248$, $p=.007$)、状態不安からあまり親しくない相手への発言抑制の頻度 (目的変数: 不合理な信念、 $\beta=235$, $p=.027$ 、) に対して有意な影響が示された。

さらにブートストラップ法による標準化間接効果および標準化総合効果の検定を実施し、間接効果および総合効果の有意性を検討した。その結果、BISと状態不安の関連に対する不合理な信念の有意な媒介は認められなかった (目的変数: 状態不安 $\beta=.089$, 95% CI [-.010, .206], $p=.086$)。次にBISとあまり親しくない相手への発言抑制頻度の関連に対して状態不安が媒介しているかを検定したところ、有意な間接効果が示された (目的変数: あまり親しくない相手への発言抑制頻度、 $\beta=.014$, 95% CI [.002, .035], $p=.015$)。さらにBISとあまり親しくない相手への発言抑制頻度

に対して、不合理な信念と状態不安が媒介しているかを検定したところ、有意な間接効果が示された (目的変数: あまり親しくない相手への発言抑制頻度、 $\beta=.079$, 95% CI [.010, .156], $p=.021$)。

BISはすべての変数に対して有意な標準化総合効果が認められた (目的変数: 不合理な信念、 $\beta=.459$, 95% CI [.323, .575], $p=.001$ 、状態不安 $\beta=.337$, 95% CI [.209, .458], $p=.001$: あまり親しくない相手への発言抑制頻度、 $\beta=.079$, 95% CI [.010, .156], $p=.021$)。不合理な信念に関しては、状態不安、あまり親しくない相手への発言抑制頻度に対して有意な総合効果が認められなかった (目的変数: 状態不安、 $\beta=.194$, 95% CI [-.029, .428], $p=.103$: あまり親しくない相手への発言抑制頻度、 $\beta=.046$, 95% CI [-.003, .166], $p=.08$)。

考察

本研究の目的はコミュニケーション回避の観点から発言抑制を検討するということであった。

まず発言抑制の頻度を測定するために本研究で作成した尺度は、因子分析の結果「あまり親しくない相手への発言抑制の頻度」と「あまりかかわりたくない相手への発言抑制の頻度」という2因子構造であることが示された。この2因子のうち、大学生においては「あまりかかわりたくない相手への発言抑制の頻度」が「あまり親しくない相手への発言抑制の頻度」よりも有意に高いということも示された。

本研究で掲げた仮説モデル (Figure3) は、共分散構造分析の前に実施した相関分析において、不合理な信念と発言抑制の頻度の間に有意な相関が認められなかったため、両者間のパスを削除し、また上述の因子分析の結果に基づき、発言抑制の頻度を2因子に分けて配置するという変更を加えて分析を行った (Figure4)。その結果、BISは直接的に状態不安を高めるとともに、

Table3 発言抑制二因子に対する共分散構造分析の適合度指標

CMIN			GFI	AGFI	CFI	RMSEA	AIC
χ^2	df	p					
.194	2	.91	1.000	.997	1.000	.000	26.194

Table4 あまり親しくない相手への発言抑制制に対する共分散構造分析の適合度指標

CMIN			GFI	AGFI	CFI	RMSEA	AIC
χ^2	df	p					
1.007	2	.605	.997	.985	1.000	.000	17.007

不合理な信念を高めること、不合理な信念が状態不安を高めること、状態不安はあまり親しくない相手への発言抑制を高めるということが示された。一方で、「あまりかかわりたくない相手への発言抑制」は状態不安による影響を受けないことが示された。親しくない間柄ではあるが、発言をしなければならない、または発言をしたい、そして発言に対する相手の受け止め方が、あまり親しい間柄ではないがために予測しがたいという場合において、不安の高さが発言抑制の生起を予測する指標になりうるのではないだろうか。

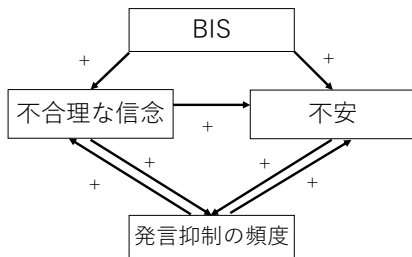


Figure3 仮説モデル

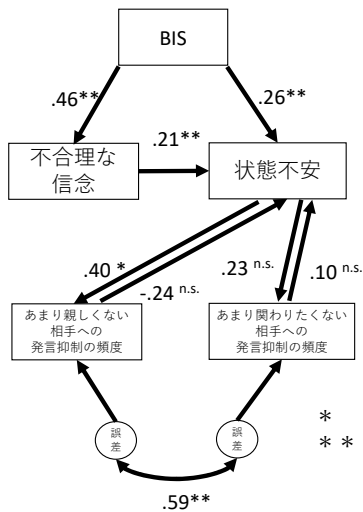


Figure4 発言抑制二因子に対する共分散構造分析の結果

誤差に関しては、共分散を想定した部分以外は視認性確保のため省略した。

また、状態不安と発言抑制間の相互因果関係を想定していたものの、発言抑制の2つの因子から不安への標準化直接効果は有意ではなかった。さらにこの2つの因子を想定したモデルでは、各変数間の標準化直接効果こそ有意であったものの、BISの発言抑制への標準化総合効果及びBISから発言抑制に至るまでの不

合理的信念の媒介効果は有意ではなかった。そこで、コミュニケーション回避の観点から発言抑制を検討するという本研究の目的に沿って、状態不安が直接的に有意な影響を与えていたあまり親しくない相手への発言抑制のみのモデルを作成し、再度探索的に共分散構造分析を実施することにした (Figure5)。

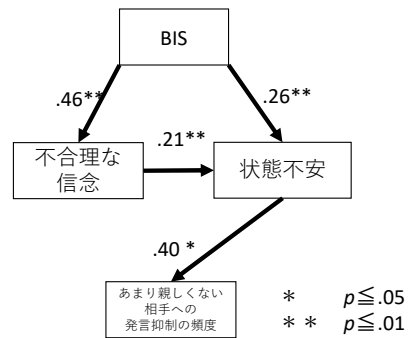


Figure5 あまり親しくない相手への発言抑制に対する共分散構造分析結果

その結果、Figure4よりも適合度の良いモデルが得られた (Table4)。そして標準化総合効果の検定結果、BISは不合理な信念、状態不安、あまり親しくない相手への発言抑制に対してすべて有意な正の影響を与えていることが示された。また、標準化間接効果の検定結果、BISからあまり親しくない相手への発言抑制の関連における不合理な信念と状態不安の媒介も認められた。つまり、遺伝的素質としてのBISが不合理な信念及び状態不安を直接的に高めること、そしてBISに影響を受けた不合理な信念もまた状態不安を高め、最終的に高められた状態不安が直接的にあまり親しくない相手への発言抑制を引き起こすということが示された。不安によって引き起こされる発言抑制があるということは先行研究 (坂本ら1998, 畑中2003, 2006) を支持する結果である。一方、本研究の独自性は、不安の遺伝的素質としてBISを想定した上で、不合理な信念という人生の早期に形成される認知的特性を状態不安や発言抑制の原因として因果関係を想定し、それらを支持する結果が得られたことである。今回想定されたBISから不合理な信念、不安を介して発言抑制に至るパスは体験の回避の意味合いを持つと考えられ、長期的には個人の精神的健康に負の影響を及ぼすことが想定できる。この点に関して、大学生の発言抑制について自己受容・他者受容のバランスとの関連を検討した清兼・鈴木・五十嵐 (2013) が、自己受容と他者受容がともに高い者は相手や周囲の状況など向社会的動機による

発言抑制がみられ、適応的で成熟した特性が見いだされた一方で、自己受容、他者受容のどちらかが低い者や双方ともに低い者は自己保護的な動機による発言抑制がみられ、一部は精神的健康が低かったと報告しており、回避的な動機で発生する発言抑制が精神的健康に負の影響を与えるという本研究の考察と矛盾しない。

本研究では当初、状態不安と「あまり親しくない相手への発言抑制の頻度」には双方向性因果を仮定していたが、これについては今回の結果では支持されなかった。坂本ら(1998)の理論モデルでは、不安や否定的な認知によって引き起こされた社会的抑制・退避、つまり発言抑制が、コミュニケーションの受け手に対して否定的反応を与えることを介して、さらに不安や否定的認知を高めていくという循環が仮定されている。これは社交不安症の認知モデル(Clark・Beck, 2011, 大野(訳)2013)でも同様のことが示唆されており、概念的には妥当であると考えられる。この点について、渡邊・瀧井・久保・伊藤(2020)も、発言抑制が社交不安を高めることを報告している。また渡邊ら(2020)は、発言抑制傾向だけでなく、発言抑制時の意識内容も社交不安症状に影響を及ぼすことを示している。特に、傷つきへの恐れ、親密性回避が社交不安症状に悪影響を及ぼすことが示され、これらの意識内容に焦点を当てたアプローチが社交不安症状の改善に有効である可能性に言及している。これらの事から、やはり発言抑制と不安は双方向因果関係を持っていると考えるのが妥当であるといえるだろう。

本研究で、発言抑制から不安に対する影響を示すことができなかったのは、不安を測定する質問紙構成による部分と考えられる。本研究では不安の測定にSTAIの状態不安のみを用いた。そして先述の通り、状態不安と発言抑制の双方向因果を仮定していた。しかし、体験の回避によって不安が高まっていくのは長期的なプロセスであり、その測定には状態不安ではなく、特性不安が妥当であったと考えられる。研究計画の策定段階ではこれらのことが整理できておらず、状態不安のみの測定となってしまったことが本研究の限界点の一つである。今後は特性不安を調査項目に追加していくことが望ましいのではないだろうか。また、測定した状態不安についても、発言抑制と同様に、「大学において人前でスピーチをするという場面を想定した際に自分が感じるであろう不安」を問うという場面想定法を用いることが好ましかったであろう。また、スピーチ場面を発言抑制によって回避した後の場面を想定した状態不安も測定することも興味深い。スピーチ場面

を想定した際の状態不安が「あまり親しくない相手への発言抑制の頻度」を高める一方、発言を抑制し会話場面を終えた後には、それが体験の回避として機能し一時的に状態不安が低下することが想像に難くないからである。

これらの循環がさらに次に体験する類似場面での発言抑制行動に対し負の強化となり、長期的な特性不安を高めるという仮説も考えられるものの、これは質問紙研究という一時点の横断的な研究では検証することが難しい。また今回の研究結果も理論上、時間的に先行する概念から現在の感情、行動を予測するという形をとることで因果関係を推定しようと試みたものではあるが、やはり質問紙研究である以上、因果関係を推定する上での限界をはらんでいる。これらがコミュニケーションの回避としての発言抑制に関する研究としての、本研究の限界と今後の展望である。今後は実験法を用いた研究を実施し、上述のような体験の回避としての発言抑制が将来の発言抑制を予測するという仮説を実証していきたい。

他方、「あまりかわりたくない相手への発言抑制の頻度」は、今回のモデルでは説明ができなかった。つまりBISや不合理な信念、そして不安にも関連しないということになる。本研究におけるあまり関わりたくない相手への発言抑制は、「あまり関わりたくない人に自分の個人的な意見を言う」「苦手な人に、自分の率直な考えを言う」「あまり関わりたくない人に、自分の個人的な経験を話す」という三項目で構成されているが、発言抑制2因子間のt検定の結果から、大学生の発言抑制の頻度は、「あまり親しくない相手への発言抑制」の方が有意に高いということも示されているため、今後は不安の回避、コミュニケーション回避という文脈以外の視点から、積極的な発言の抑制について検討していく必要があるであろう。

引用文献

- Beck, J. S. (1995) *Cognitive Therapy: Basics and Beyond*. The Guilford Press. (ベック, J. S., 認知療法ガイド基礎から応用まで—ジュディス・ベックの認知療法テキスト— 伊藤絵美・神村栄一・藤澤大輔(訳)(2004).)
- Clark, D. A., Beck, A. T. (2011), *COGNITIVE THERAPY OF ANXIETY DISORDERS*, New York : Guilford Press
クラーク, D. A., ベック, A. T., 不安障害の認知療法—科学的知見と実践的介入 大野 裕(訳)(2013). 明石書房

- Gray, J. A. (1987). *The psychology of fear and stress*. Cambridge: Cambridge University Press (グレイ, J. A. 八木欽治 (訳) (1991). ストレスと脳 朝倉書店)
- 畑中美穂 (2003). 会話場面における発言の抑制が精神的健康に及ぼす影響 心理学研究, 74(2), 95-103.
- 畑中美穂 (2006). 発言抑制行動に至る意思決定過程: 発言抑制行動決定時の意識内容に基づく検討 社会心理学研究, 21(3), 187-200.
- 堀川徳子・柴山謙二 (2006). 現代の大学生に対するアサーション・トレーニングの効果について 熊本大学教育学部紀要 人文科学 55, 73-83.
- Kanter, J., Busch, A., & Rusch, L., 2009 *Behavioral Activation*. Routledge (裕 (監修) 岡本泰昌 (監訳), 西川美樹 (訳) (2015) 新しい認知行動療法の潮流 2 行動活性化)
- 清兼 渚・鈴木友美・五十嵐哲也 (2014). 青年期における自己受容・他者受容のバランスと発言抑制 愛知教育大学教育臨床総合センター紀要. 4, 25-32.
- 松村千賀子 (1991). 日本版Irrational Belief Test (JIBT) 開発に関する研究 心理学研究, 62(2), 106-113.
- 松村千賀子 (1992). 不安と予測に及ぼす不合理的信念の効果 教育心理学研究, 40(1), 10-19.
- 水口公信・下仲順子・中里克治 (2012). 日本版STAI State-Trait Anxiety Inventory Form X 使用手引 (増補版) 三京房
- 森 治子・長谷川浩一・石隈利紀・嶋田洋徳・坂野雄二 (1994). 不合理な信念測定尺度 (JIBT-20) の開発の試み ヒューマンサイエンスリサーチ, 3, 43-58.
- 坂本正裕・チャールズ プリブル・ジェームズ キートン (1998). コミュニケーション回避研究の歴史と現状 心理学研究, 68, 491-507.
- 高橋雄介・山形伸二・木島伸彦・繁樹算男・大野 祐・安藤寿康 (2007). Grayの気質モデル——BIS/BAS尺度日本語版の作成と双生児法による行動遺伝学的検討 日本パーソナリティ心理学会, 15(3), 276-289.
- 山形伸二・高橋雄介・木島伸彦・大野 裕・安藤寿康 (2011). Grayの行動抑制系と不安・抑うつ—双生児法による4つの因果モデルの検討 パーソナリティ研究, 20(2), 110-117.
- 渡邊明寿香・瀧井綾子・久保佑貴・伊藤大輔 (2020). 会話場面における発言抑制傾向とその意識内容が社交不安症状に及ぼす影響 発達心理臨床研究, 26, 23-29.
- (2021年12月13日受稿、2022年3月16日受理)