様　式　Ｃ－１９、Ｆ－１９－１、Ｚ－１９　（共通）

科学研究費助成事業　　研究成果報告書

令和　３ 年　 ５ 月 ２６ 日現在

機関番号：１７７０１
研究種目：若手研究(B)
研究期間：2017～2020
課題番号：１７Ｋ１３９０２

研究課題名（和文）潜在的シャイネスを低減する介入手法の実験的検討

研究課題名（英文）Experimental investigation of intervention methods to reduce implicit shyness

研究代表者
稲垣　勉（Inagaki, Tsutomu）

鹿児島大学・法文教育学域教育学系・講師

研究者番号：３０５８４５８６

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費）　　1,100,000円

研究成果の概要（和文）：(1) 対概念の活性化と自己との連合強化の提案と効果，(2) 構成的グループ・エンカウンターの効果，(3) シャイネスを測定するシャイネスIATの1年間隔の再検査信頼性，(4) IATの遂行経験によるIAT得点への影響，(5) 顕在的・潜在的シャイネスと他の諸特性との関係について，それぞれ検討を行った。その結果，顕在的・潜在的シャイネスの低減に適する介入方法は異なる可能性が示された。また，シャイネスIATの1年間隔の再検査信頼性が確認できたほか，IATの遂行経験はIAT得点に影響を及ぼさないことを確認できた。加えて，顕在的・潜在的シャイネスと他の心理的変数との関係には性による違いがあることが確認された。

研究成果の学術的意義や社会的意義
研究期間内に5つの研究を行い，顕在的・潜在的シャイネスのそれぞれの低減に適する介入方法が異なる可能性を示した他，潜在的シャイネスを測定する測度の長期間にわたる再検査信頼性を確認できた。また，シャイネスを測定するシャイネスIATの得点に，IATの遂行経験が影響しないことを確認できたほか，顕在的・潜在的シャイネスと他の心理的諸変数との関係についての資料を提供することができた。特に，顕在的・潜在的シャイネスのそれぞれの低減につながるアプローチを提案できたことは，今後の介入研究に示唆を与えるものである。

研究成果の概要（英文）：The following five studies were conducted. (1) a proposal for activating the contrary concept and strengthening the association with self, (2) an examination of the effectiveness of the Structured Group Encounter, (3) an investigation of the long-term test-retest reliability of the Shyness IAT, (4) Examining the effect of experience in performing the IAT on IAT scores, and (5) an examination of the relationship between explicit and implicit shyness and other personality traits. As a result, it was shown that the intervention methods suitable for reducing explicit/implicit shyness may differ. In addition, Shyness IAT has a certain level of test-retest reliability at an one-year interval. It was also confirmed that the experience of performing the IAT had no effect on the IAT score. Finally, It was also confirmed that there were differences in the relationship between explicit and implicit shyness and other personality traits depending on gender.

研究分野：社会心理学

キーワード：潜在的シャイネス　顕在的シャイネス　潜在連合テスト　IAT　対概念の活性化と自己との連合強化　再検査信頼性　遂行経験

※科研費による研究は、研究者の自覚と責任において実施するものです。そのため、研究の実施や研究成果の公表等については、国の要請等に基づくものではなく、その研究成果に関する見解や責任は、研究者個人に帰属します。

１．研究開始当初の背景

シャイネス（shyness）は対人場面において生じ，社会的不安と対人的抑制という特徴を持つ情動的・行動的な症候群（Leary，1986）と定義される。これまで，シャイネスが高い者は，対人場面においてうまく振る舞えず，孤独感を募らせるといったことが示されてきた（相川，1992）。

近年は内省を通じて自ら意識可能な顕在的シャイネスのみならず，意識することが困難な潜在的シャイネスも注目されている。潜在連合テスト（Implicit Association Test: 以下 IAT; Greenwald，McGhee，Schwartz，1998）で測定される潜在的シャイネスの高さは，対人相互作用場面における非統制的行動（赤面，自身の身体への接触）との関連（Asendorpf，Banse，& Mucke，2002; 藤井・相川，2013）が報告されている。従前よりシャイネスの低減を目的としたソーシャルスキルトレーニング（Social Skills Training: 以下 SST）などが展開されているが，こうした介入の効果測定の対象になっていたのは顕在的シャイネスであり，潜在的シャイネスに影響が及ぶか否かについては検討されていなかった。

２．研究の目的

上記の内容をうけて，本研究では，潜在的シャイネスの低減に資する介入方法を検討することを目的とした。近年の報告によると，潜在的な側面には，直接的な介入とは異なる手法が一定の効果をあげる可能性があるとされている（尾崎，2006）。本研究はこの点に注目し，従前から行われている SST の他に，直接的ではない介入手法も用いて，対象者の潜在的シャイネスが低減されるか否かを検討する計画であった。ただし，研究成果の箇所で述べるとおり，本研究の実施期間中に研究代表者の所属機関の変更や新型コロナウイルス感染症の拡大による影響といった，当初は予期していなかった環境の変化が生じ，これらの計画を一部変更して実施している。

３．研究の方法

本研究では主に，5 つの研究を実施した。

（1）対概念の活性化と自己との連合強化の提案と効果の検証

本研究では新たに，潜在的なシャイネスに特に影響を及ぼすと考えられる手法を提案した。

参加者に対し，1 日あたり 2 時間，普段より社交的に振る舞うよう心がけて生活してもらうというものであり，本研究では試みに，4 日間継続して協力してもらった。その上で，この試みを継続した実験群の参加者と，特に教示を行わずに過ごしてもらった参加者の，顕在的・潜在的シャイネスの変化を検討した。なお，4 日間の実験期間中は，参加者に対して毎日メールを送信し，教示を遂行できたか，その日にあったポジティブ・ネガティブなライフイベントの有無などを確認した。

（2）構成的グループ・エンカウンター（Structured Group Encounter: 以下 SGE; 國分・1992，2000）の効果の検証

SGE は心とこころのふれあいを体験するためにリーダーが用意した課題（エクササイズ）を遂行する集団指導である。SGE のねらいは人間関係をつくることと，人間関係を通して自己発見すること（國分，2000）であり，この体験を通じてシャイネスが低減する可能性があると考えたため，この効果を検証した。参加者に対し，大学の授業の中で SGE を 3 回体験してもらい，その前後において顕在的シャイネスを測定した（なお，試行的な検討であったため，顕在的シャイネスのみをターゲットにして測定している）。この研究は，SGE の構成員が既知の集団の場合と，既知でない集団という 2 つのサンプルを対象に行い，効果に違いが生じるかも併せて検討した。

（3）シャイネスを測定するシャイネス IAT の長期間の再検査信頼性の検討

相川・藤井（2011）によって作成された，日本語版シャイネス IAT については，これまで複数の研究で信頼性・妥当性が検討されてきた（藤井・相川，2013; Fujii，Sawaumi，& Aikawa，2013; 藤井・澤海・相川，2015a）。ただし，長いものでも 1 ヶ月間隔であり，海外の研究においては 1 年間隔で検討を行なっているものもある。そこで，本研究でも 1 年間隔で再検査を実施し，その再検査信頼性を検討した。

（4）IAT の遂行経験による IAT 得点への影響の検討

IAT は，繰り返し実施することでその効果量（IAT 得点）が小さくなることが指摘されている。Greenwald，Nosek，Banaji（2003）が提案した *D* 得点と呼ばれる得点化の方法は，こうした影響を減らすとされているが，この点について本邦で検討した報告はみられない。そこで，本研究で用いているシャイネス IAT を用いて，IAT の遂行経験が IAT 得点に影響するか否かを検討した。

（5）顕在的・潜在的シャイネスと他の諸特性との関係の検討

本邦において，潜在的シャイネスは，これまでいくつかの諸変数との関係が検討されてきたが，その中では顕在的シャイネスが他の諸変数と見せる相関関係とは違った結果も報告されている（藤井・澤海・相川，2015b）。さらに他の変数との相関関係を検討することで，潜在的シャイネスの位置づけが明確になると思われたため，潜在的シャイネスと文化的自己観，拒否回避欲求との関係を検討した。

４．研究成果

本研究において行った５つの研究において得られた結果を以下に述べる。

（1）大学生 48 名を対象に研究を行ったが，実験期間中に 4 名が脱落したため，44 名のデータを用いて最終的な分析を行った。対概念の活性化と自己との連合強化を実施した実験群の参加者は，そうした操作を行わなかった統制群の参加者に比して，実験期間（4 日間）後に潜在的シャイネスの低減が認められた。この効果は，顕在的シャイネスにおいては認められなかった。

（2）SGE の構成員が互いに既知でない集団として，37 名の大学生を対象に検討を行った。また，SGE の構成員が互いに既知である集団として，25 名の大学生を対象に検討を行った。大学の授業の中で SGE を 3 回経験してもらい，その前後において顕在的シャイネスの変化を観察した。その結果，SGE の構成員が互いに既知であるか否かを問わず，SGE の実施後に顕在的シャイネスが低減することが示された。

（3）大学生 16 名を対象に，1 年の間隔をおいてシャイネス IAT を実施した。2 時点間の相関係数は有意傾向であり，1 年の間隔をおいても，シャイネス IAT は一定の再検査信頼性を持つことが示された。

（4）大学生 180 名を対象に研究を行い，シャイネス IAT の遂行経験や回数，経験した時期などは IAT 得点に影響を及ぼさないことを確認した。

（5）大学生 58 名を対象に，顕在的・潜在的シャイネスと文化的自己観，拒否回避欲求の関係を検討した。分析の結果，これらの尺度の相関関係には性による違いがみられ，この背景として本邦におけるシャイネスのイメージが影響している可能性が考察された。

（1）の研究より，対概念の活性化と自己との連合強化は潜在的シャイネスを低減する効果を持つが，顕在的シャイネスを低減する効果がみられないということが示された。また，（2）の研究より，SGE は少なくとも顕在的シャイネスの低減には効果を持つことが示された。（2）の研究においては試行的な検討であったため，潜在的シャイネスは測定しておらず，今後の検討が必要であるが，（1）（2）の研究より，顕在的・潜在的シャイネスの低減に適する介入方法は異なる可能性が示された。また，（3）の研究により，潜在的シャイネスを測定する日本語版シャイネス IAT の 1 年間の再検査信頼性が確認できたほか，（4）の研究により，本邦においてもシャイネス IAT の遂行経験が IAT 得点に影響を及ぼさないことを確認できた。最後に，（5）の研究により，顕在的・潜在的シャイネスと他の心理的変数との関係には性による違いがあることが確認されたことは，本邦におけるシャイネス研究に一つの資料を加えるものである。

研究開始当初には，対概念の活性化と自己との連合強化や SGE 以外の介入手法についても検討を行う予定であったが，研究の目的の箇所で述べたとおり，研究代表者の所属機関の変更や，新型コロナウイルス感染症の拡大などの影響を受けて，当初の計画通りに実施できなかった研究もある。そのような中でも，顕在的・潜在的シャイネスの変容可能性やシャイネス IAT の再検査信頼性，遂行経験の影響などについてデータを収集し，検討を行うことができた。

今回の研究では，参加者がシャイネスによる対人関係の困難感を抱いているか，シャイネスの問題を解決したいと考えているかという点は考慮せずに進めたという課題がある。今後は，実験操作を行う前に，参加者のシャイネスによる対人関係の困難感やシャイネス変容への動機づけを含めて測定することで，介入が奏功する条件も含め，適切な介入手法を明らかにすることが求められると考える。

５．主な発表論文等

〔雑誌論文〕　計4件（うち査読付論文　0件／うち国際共著　0件／うちオープンアクセス　4件）

１．著者名 稲垣 勉・澤海 崇文・澄川 采加	４．巻 71
２．論文標題 潜在的シャイネスの低減可能性の検討――対概念の活性化と自己との連合強化を通して ――	５．発行年 2020年
３．雑誌名 鹿児島大学教育学部研究紀要（人文・社会科学編）	６．最初と最後の頁 57-66
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 －

１．著者名 稲垣 勉・澤海 崇文	４．巻 71
２．論文標題 構成的グループ・エンカウンターによるシャイネスの低減効果――構成員が互いに既知である集団での検討――	５．発行年 2020年
３．雑誌名 鹿児島大学教育学部研究紀要（人文・社会科学編）	６．最初と最後の頁 49-56
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 －

１．著者名 稲垣 勉・澤海 崇文	４．巻 28
２．論文標題 シャイネスの変容可能性の検討――構成的グループ・エンカウンターの体験を通じて――	５．発行年 2019年
３．雑誌名 鹿児島大学教育学部教育実践研究紀要	６．最初と最後の頁 99-104
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 －

１．著者名 稲垣 勉・澤海 崇文・澄川 采加	４．巻 72
２．論文標題 顕在的・潜在的シャイネスと文化的自己観，拒否回避欲求の関係	５．発行年 2021年
３．雑誌名 鹿児島大学教育学部 研究紀要（教育科学編）	６．最初と最後の頁 193-200
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 －

〔学会発表〕　計6件（うち招待講演　0件／うち国際学会　1件）

1．発表者名 稲垣 勉・澤海 崇文・澄川 采加
2．発表標題 シャイネスIATの1年間隔の再検査信頼性――潜在的シャイネスの変容可能性を含めた検討――
3．学会等名 九州心理学会第80回大会
4．発表年 2019年

1．発表者名 稲垣 勉・澤海 崇文
2．発表標題 顕在的・潜在的シャイネスの変容可能性の検討（1）――対概念の活性化を用いた検討――
3．学会等名 日本感情心理学会第26回大会
4．発表年 2018年

1．発表者名 稲垣 勉・澤海 崇文・澄川 采加
2．発表標題 顕在的・潜在的シャイネスと他の諸変数の関係――文化的自己観，拒否回避欲求を中心に――
3．学会等名 日本感情心理学会第28回大会
4．発表年 2020年

1．発表者名 稲垣 勉・澤海 崇文・澄川 采加
2．発表標題 IAT経験の有無はIAT得点に影響を及ぼすか? ――シャイネスIATを例として――
3．学会等名 九州心理学会第81回大会
4．発表年 2020年

１．発表者名 稲垣 勉
２．発表標題 話題提供：潜在的シャイネスの測定と変容可能性の検討――Implicit Association Test（IAT）を用いて――
３．学会等名 日本心理学会第84回大会
４．発表年 2020年

１．発表者名 稲垣 勉・澤海 崇文・澄川 采加
２．発表標題 Effects of explicit and implicit shyness on task satisfaction and implicit coordination in collaborative work
３．学会等名 The 14th Biennial Conference of the Asian Association of Social Psychology（国際学会）
４．発表年 2021年

〔図書〕　計2件

１．著者名 日本感情心理学会、内山 伊知郎、中村 真、武藤 世良、大平 英樹、樋口 匡貴、石川 隆行、榊原 良太、有光 興記、澤田 匡人、湯川 進太郎	４．発行年 2019年
２．出版社 北大路書房	５．総ページ数 472
３．書名 感情心理学ハンドブック	

１．著者名 川畑　直人、大島　剛、郷式　徹、中間　玲子	４．発行年 2020年
２．出版社 ミネルヴァ書房	５．総ページ数 216
３．書名 感情・人格心理学	

〔産業財産権〕

〔その他〕

－

６．研究組織

	氏名 （ローマ字氏名） （研究者番号）	所属研究機関・部局・職 （機関番号）	備考
研究協力者	澄川　采加 (Sumigawa Ayaka)		
連携研究者	澤海　崇文 (Sawaumi Takafumi) (60763349)	流通経済大学・社会学部・准教授 (32102)	

７．科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕　計0件

８．本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関