

# 自己関連話題聴取時の生体反応に公的自意識が及ぼす影響の検討

心理学科 08HP212 奥富 綾乃

(指導教員:長野 祐一郎)

キーワード:公的自意識, 生体反応

## 序と目的

人は生活している中で様々な人と関わりを持つ。そして、自分自身では気づかないうちに、他者の会話に耳を傾けてしまうことがある。他者の会話が気になる人というのは、自意識の高い人ではないか。他者が観察しうる自己の側面に注意を向ける程度を公的自意識という(Fenigstein, Scheier, & Buss, 1975)。公的自意識は社会不安と関連しており、日常の様々な場面でストレス反応を引き起こすと考えられている。従来、スピーチや計算課題を用いて心臓血管反応に生じる反応が検討されてきたが、他者の会話を聞く等、コミュニケーション時の反応を検討した事例はない。そこで本研究は、公的自意識の高低が会話聴取時の心身反応におよぼす影響を検討する事を目的とした。

## 方法

### 実験参加者

大学生 29 名(男 8 名, 女 21 名, 平均 21.1 歳, SD=1.26)であった。全実験参加者の公的自意識尺度得点を算出し、平均値を算出した。平均値の 56.8 点より高い者を高群 15 名、低い者を低群 14 名とした。

### 実験刺激

パーテーション越しに自己関連・非関連の 2 種類の会話を聞かせた。

### 測定指標

心理指標として自意識尺度(菅原, 1984)を用いて、公的自意識を測定した。また、感情状態を測定するために、24 項目からなる一般感情尺度(小川・門地・菊谷・鈴木, 2000)を用いて、快感情(以下 PA)、不快感情(以下 NA)、安静感情(以下 CA)を測定した。実験刺激に関して、「話題は聞こえてたか」、「内容は気になったか」、「話題は関連あると思ったか」、「話題に集中したか」の 4 項目について測定した。

生理指標として、心拍数(Heart Rate : HR, bpm)、脈波振幅(Pulse Volume : PV, mV)、皮膚コンダクタンス(Skin Conductance : SC,  $\mu S$ )を測定した。

## 手続き

自意識尺度と一般感情尺度への回答を求めた後、生理指標測定機器を装着した。4 分間の安静期を測定した後、「機材の不備のため実験は、はじめからやり直すので、そのまま安静にしていほしい」と教示をした。パーテーション越しに、2 分間の関連話題を聴取させ、1 分間の安静をはさみ、2 分間の非関連話題を聴取させ、最後に回復の 4 分間を測定した。なを、話題の順序はカウンタバランスした。測定終了後に各話題聴取時の感情を一般感情尺度で回答させた。最後に操作チェックに関連する質問を行い、内省報告を求めた。

## 結果

各指標に関して、群(公的自意識高・低)×条件(安静・関連・非関連)の 2 要因混合計画の分散分析を行った。PA と CA においては、条件の効果が有意であった(PA:  $F(2, 54)=3.58, p<.05$ , CA:  $F(2, 54)=3.93, p<.05$ )。つまり、関連条件に比べ非関連条件では、PA 尺度得点が有意に低く、なおかつ CA 尺度得点が有意に高かった。NA に関しては、群の効果も条件の効果も存在しなかった。HR では、条件の効果のみ有意傾向であり、安静条件と非関連条件に差がみられた( $F(2, 54)=3.05, p<.10$ )。PV は条件の効果が有意であり、安静条件と関連条件、安静条件と非関連条件のそれぞれの差に有意な差がみられた( $F(2, 54)=7.21, p<.01$ )。SC はすべての効果が有意ではなかった。

## 考察

パーテーションごしの関連話題聴取は、PA を上昇させ、CA を低下させたが、NA には変化を及ぼさなかった。生体情報に関しては、HR および PV、SC を低下させたが、指標によって低下の原因は異なっていると考えられた。HR は環境の取り入れにより、PV は精神負荷により、SC は時間経過の影響によりそれぞれ低下した。条件の効果は一部の心理指標にのみ見られ、生体情報への効果は不明確であった。公的自意識尺度得点の効果は、全ての指標でみられなかった。

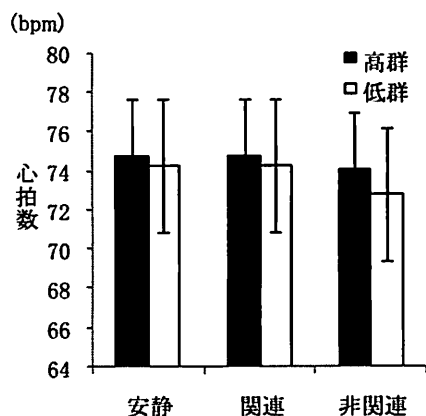


図1 各群・各条件の心拍数

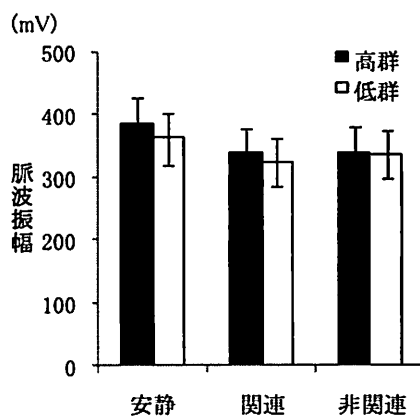


図2 各群・各条件の脈波振幅

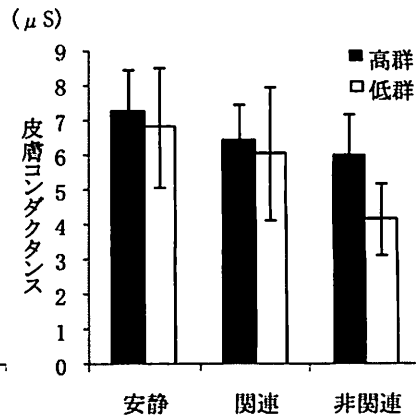


図3 各群・各条件の皮膚コンダクタンス

自己関連話題聴取時の生体反応に  
公的自意識が及ぼす影響の検討

学籍番号 08HP212

氏名 奥富 綾乃

指導教員 長野 祐一郎

## 序・目的

人は生活している中で様々な人と関わりを持つ。そして、自分自身では気づかないうちに、他者の会話に耳を傾けてしまうことがある。他者の会話が気になる人というのは、自意識の高い人ではないか。

Fenigstein, Scheier, & Buss (1975) は自意識の強さの個人差を測定する尺度構成を試みた。自意識の強さに関する質問項目を収集し、因子分析をおこなった結果、重要な 2 つの因子が見出された。第 1 因子は私的自意識と名づけられた因子で、自己の内面や感情、気分など、他者からは直接観察されない自己の側面に注意を向ける程度に関する個人差を示すものと考えられた。第 2 因子は、公的自意識と名づけられた因子で、自己の服装や髪型、あるいは他者に対する言動など、他者が観察しうる自己の側面に注意を向ける程度に関する個人差を示すと解釈された。

私的自意識の高い人は、その時々での自分の意見、態度を自覚しているため、態度と行動との間の一貫性が高いことが見出されている (Scheier, 1980)。また、公的自意識の高い人は他者からの評価態度に敏感であり (Fenigstein, 1979)、他者の目を意識して自己表出の仕方をコントロールする傾向が強いことなどが報告されている (Scheier, 1980; Carver & Humphries, 1981)。さらに公的自意識の高い人は否定的印象を抱かれぬよう自己の言動に慎重になる (Scheier, 1980)。

また、自意識の程度は社会不安との関連も含めて研究が行われてきた。菅原 (1998) によると、消極傾向は社会的スキルと密接な関係があるのに対して、不安傾向は、公的自意識や拒否回避欲求の高さ、及び自尊感情の低さによって特徴づけられることが示され、この結果から対人不安傾向は、「否定的評価に対する過敏さ」によって、対人消極傾向は「対人関係に対する無力感」によって、規定された個人特性であると述べられている。そのことより、公的自意識や拒否回避欲求の高さが示すように、不安傾向の高い個人は他者から拒否されることに強い警戒感を持ち、他者の言動に注意を向けて、その中に自己への否定的評価が含まれていないかを読み取ろうとする構えを活性化させているとおもわれる。すなわち対人不安傾向は公的自意識や拒否回避欲求の高さ、及び自尊感情の低さによって特徴づけられていることが示された。このように、自意識の程度はしばしば社会不安との関連も含めて研究が行われてきた。

そして、不安は心拍数や血流などの生体反応に影響を及ぼす事が指摘されてきた。私たちは、不安を抱いたり、緊張をしたりしたときに、体に何らかの変化が起きる。例えば、試験や面接をうけるときに、心臓がどきどきしたり、汗をかいたりなどしたりする。Lacey (1959) は、大部分の人たちにとって、暗算するといったような課題は心拍数や皮膚コンダクタンスの増加といった古典的な覚醒反応を生じると述べた。ところがその同じ人たちが音を聞いているときには、SC の増加に付随して HR の減少がみられたと述べた。また、心拍数は不安感・緊張感・イライラ感が高くなると増加するという報告があり (永岑・室田・石井・清水, 2002; 下野・大須賀・寺下, 1998)、脈波振幅は精神作業時に減少し、作業後に回復するという報告がある (佐藤, 三宅, 久米, 2002)。このような、暗算課題や音に対する生体反応の変化は、日常生活でも数多く生じていると思われる。特に、日常ストレスの多くは対人的なものであるとの指摘 (Bolger, DeLongis, Kessler & Schilling, 1989) があり、その中でも自己に向けられる他者の発言は、大きなストレス反応を生じているのではないか。仮に直接向けられた発言でなくても、噂話や自分に対する評価と聞き手がとらえたならば、公的自意識が高いものは、それらの会話に敏感に反応することが考えられ、ストレスを感じる可能性がある。

そこで、本研究では、公的自意識尺度を用い、得点の高低がストレス反応におよぼす影響を検討することとした。いままで、計算課題やスピーチ課題などの生体反応をみる実験は、数々行われてきているが、パーテーション越しの会話を聴取する際の生体反応を検討した事例はない。本研究では、パーテーション越しに自己関連話題と非関連話題を聞かせ、非関連話題より関連話題時に、公的自意識得点低群よりも公的自意識得点高群で、より大きなストレス反応を生じると仮定し実験を行うこととした。

## 方法

### 実験参加者

大学生 29 名(男 8 名,女 21 名,平均 21.1 歳,SD=1.26)であった。全実験参加者の公的自意識尺度得点を算出し、平均値を算出した。平均値の 56.8 点より高い者を高群 15 名、低い者を低群 14 名とした。

### 生理指標

心拍数(Heart Rate: HR,bpm)、脈波振幅(Pulse Volume: PV,mV)、皮膚コンダクタンス(Skin Conductance: SC, $\mu$ S)の 3 つを使用した。HR は自作心電図アンプを用い、第 II 誘電法電極配置より測定した PV は自作脈波計測装置により非利き手第 2 指から測定した。SC は自作皮膚伝導測定アンプにより、非利き手第 4・5 指から測定した。

### 心理指標

心理指標として 21 項目からなる自意識尺度(菅原, 1984)を用いて、私的自意識と公的自意識を測定した。その際”全くあてはまらない”～”非常にあてはまる”までの、7 件法を用いた。また、感情状態を測定するために、24 項目からなる一般感情尺度(小川・門地・菊谷・鈴木, 2000)を用いて、快感情(以下 PA)、不快感情(以下 NA)、安静感情(以下 CA)を測定した。その際”全くあてはまらない”～”非常にあてはまる”までの、5 件法を用いた。

実験操作のチェックのために、“話題は聞こえてたか”、“内容は気になったか”、“話題は関連あると思ったか”、“話題に集中したか”、の 4 項目について”全くそうでない”～”全くそうである”までの、5 件法によって測定した。

### 手続き

まず、実験参加者を着席させ、フェイスシートと自意識尺度と一般感情尺度への回答を求めた。その後、生理指標測定機器を装着した。4 分間の安静期を測定した後、「機材の不備のため実験は、はじめからやり直すので、そのまま安静にしていしてほしい。」と教示をした。パーテーション越しに、2 分間の関連話題の会話を聴取させ、1 分間の安静をはさみ、2 分間の非関連話題の会話を聴取させ、回復の 4 分間を測定した。測定終了後に機材を外し、デブリーフィングをし、その後関連話題聴取時の一般感情尺度への回答を求め、次に非関連話題聴取時の一般感情尺度への回答を求め、操作チェックに関連する一連の質問を行い、内省報告を求めた。

今回の関連のある話題は、実験参加者の所属する学科についてとし、関連の話題は、実験参加者の所属しない学科についての話を行った(資料 1 参照)。以上の実験スケジュールを図 1 に、実験時の状況を図 2 に示した。

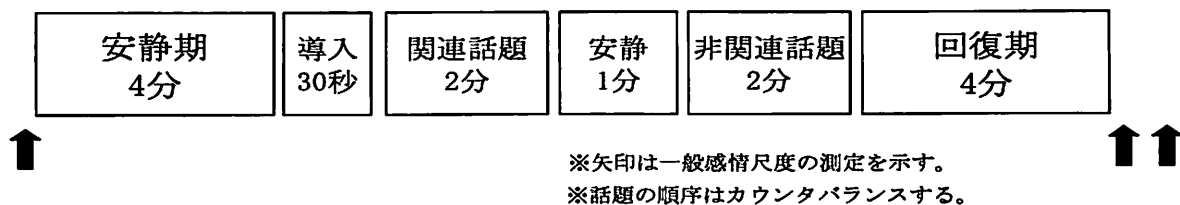


図1 実験スケジュールの概要

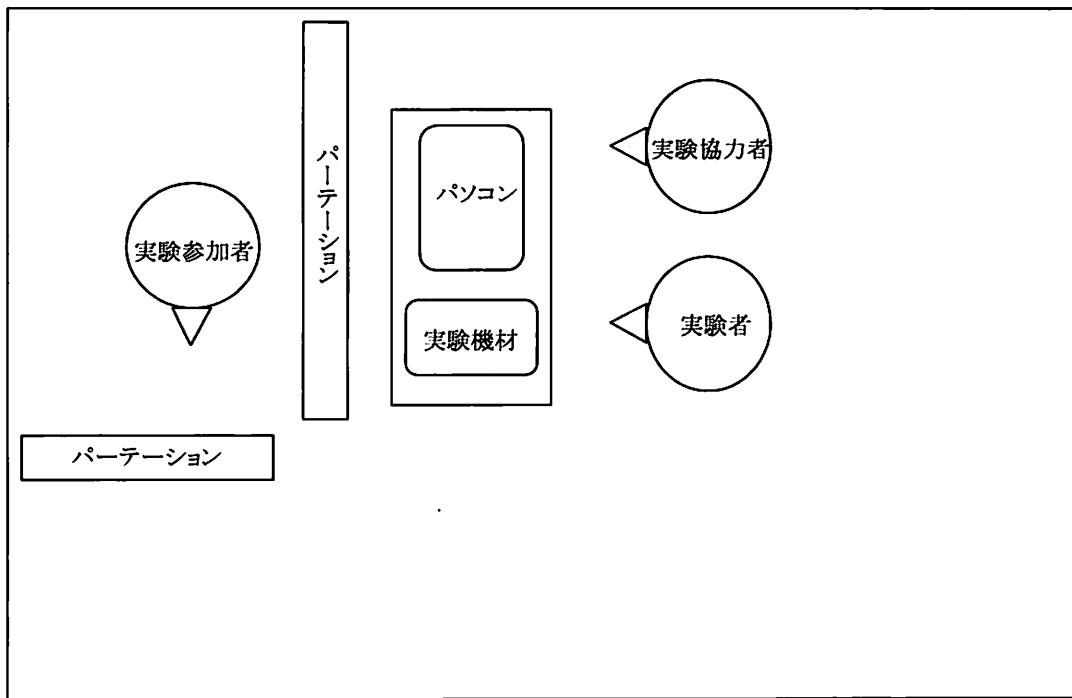


図2 実験室の配置

### 結果

“話題は聞こえてたか”、“内容は気になったか”、“話題は関連あると思ったか”、“話題に集中したか”、の4項目に関し、群および条件ごとに平均値を算出し、図3～6に示した。

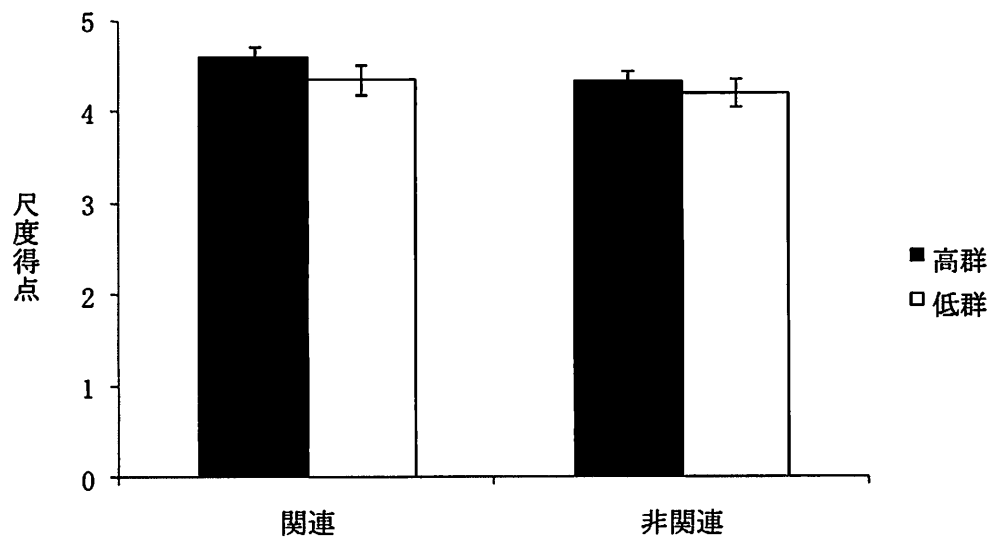


図3 “話題は聞こえてたか”の評定平均

“話題は聞こえてたか”に関しては、関連条件の平均値は、非関連条件より高く、なおかつ低群より高群のほうが高かった。そこで、群(公的自意識高群・低群)×条件(関連・非関連)の2要因混合計画の分散分析を行ったところ条件の効果が有意であった( $F(1,27)=4.93, p<.05$ )。しかし、群の効果、および群×条件の交互作用は有意ではなかった( $F(1,27)=0.97, ns$ ,  $F(1,27)=0.45, ns$ )。

つまり非関連条件よりも、関連条件において“話題は聞こえてたか”に関して尺度得点は、高かったが、群間に差はなかった。

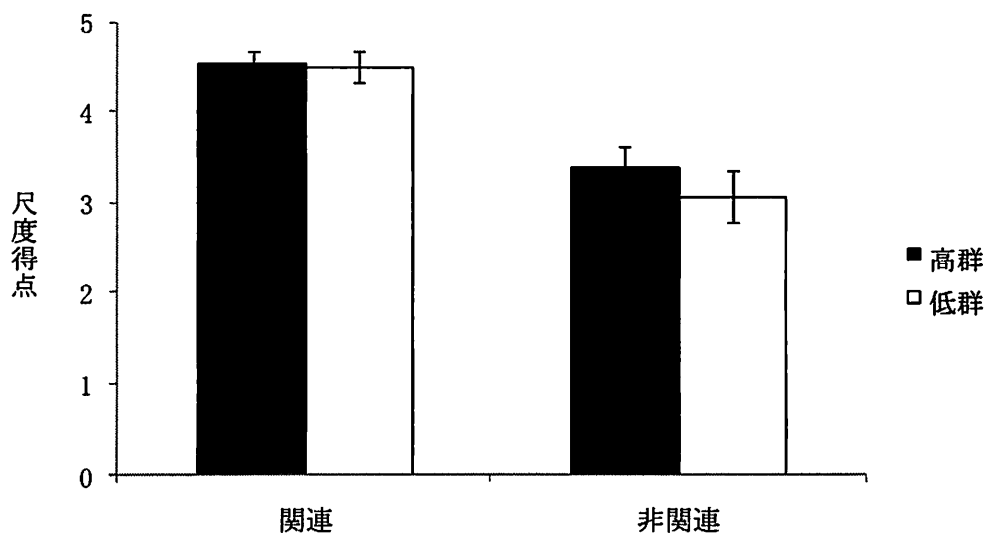


図4 “内容は気になったか”の評定平均

“内容は気になったか”に関しては、関連条件の平均値は、非関連条件より高く、なおかつ低群より高群のほうがやや高かった。非関連条件では高群、低群の差がより大きかった。そこで、同様に分散分析を行ったところ条件の効果が有意であった ( $F(1, 27) = 36.50, p < .01$ )。しかし、群の効果、群×条件の交互作用は有意ではなかった ( $F(1, 27) = .79, ns, F(1, 27) = .48, ns$ )。

つまり非関連条件よりも、関連条件において“内容は気になったか”に関して尺度得点は、高かったが、群間に差はなかった。

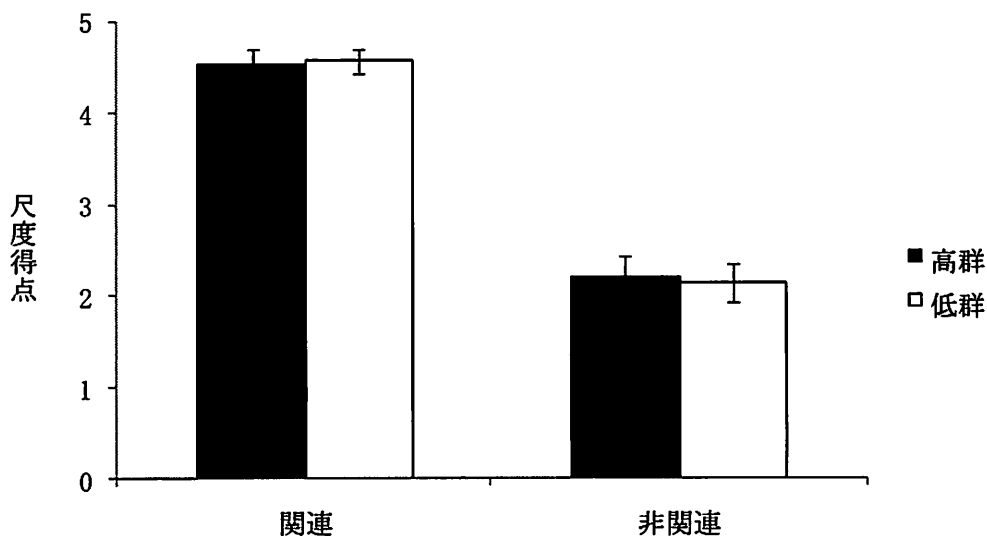


図5 “話題は関連あると思ったか”の評定平均

“話題は関連あると思ったか”に関しては、関連条件の平均値は、非関連条件より高かったが、群による差はなかった。そこで、同様に分散分析を行ったところ条件の効果が有意であった ( $F(1, 27) = 120.60, p < 0.1$ )。しかし、群の効果、群×条件の交互作用は有意ではなかった ( $F(1, 27) = .95, ns, F(1, 27) = .05, ns$ )。

つまり非関連条件よりも、関連条件において“話題は関連あると思ったか”に関して尺度得点は、高かったが、群間に差はなかった。

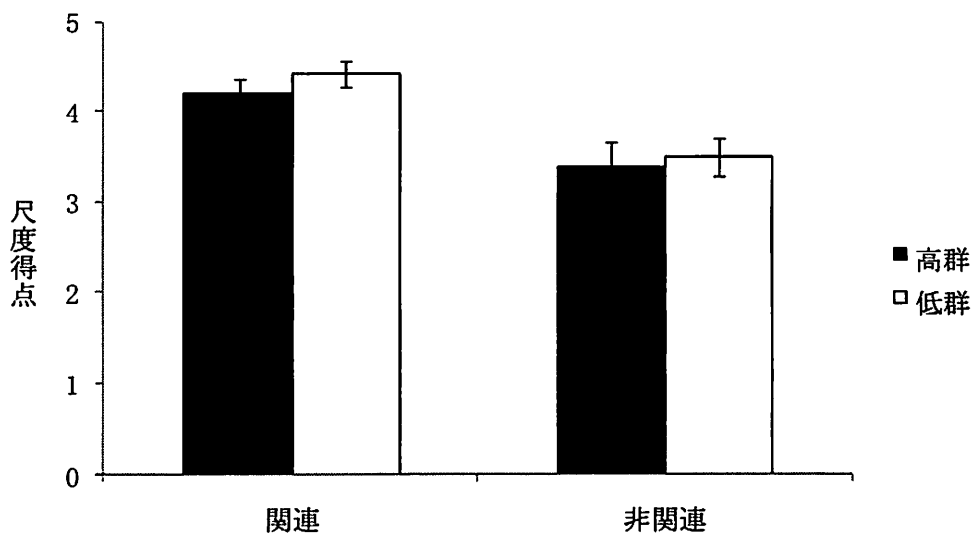


図6 “話題に集中したか”の評定平均

“話題に集中したか”に関しては、関連条件の平均値は、非関連条件より高く、なおかつ低群が高群のよりやや高かった。そこで、同様に分散分析を行ったところ条件の効果が有意であった ( $F(1, 27) = 25.04, p < .01$ )。しかし、群の効果、群×条件の交互作用は有意ではなかった ( $F(1, 27) = .50, ns, F(1, 27) = .14, ns$ )。

つまり非関連条件よりも、関連条件において“話題に集中したか”に関して尺度得点は、高かったが、群間に差はなかった。

次に一般感情尺度の快感情(PA)、不快感情(NA)、安静感情(CA)について3項目に関し、群および条件ごとに平均値を算出し、図7～9に示した。

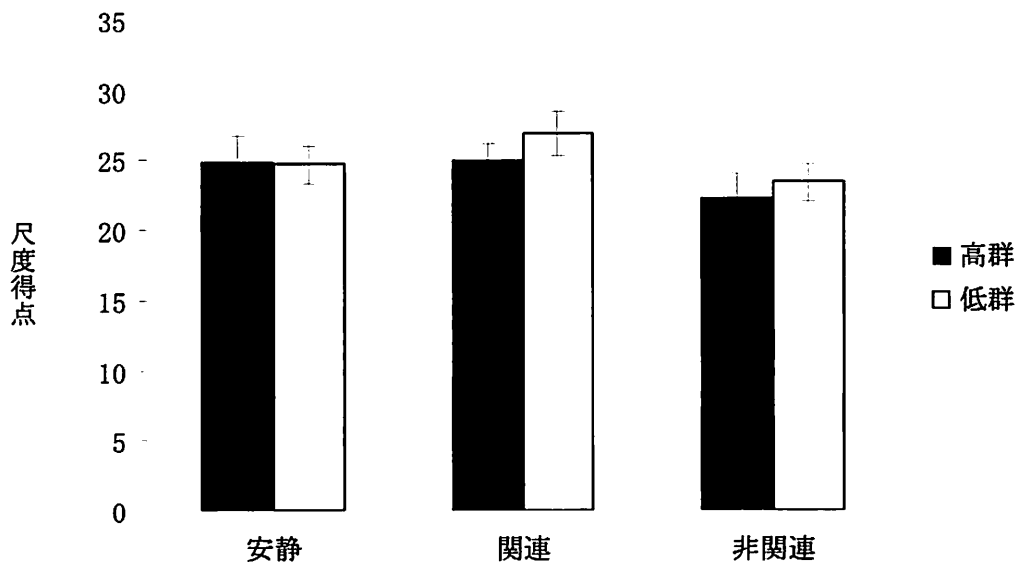


図7 各群のPAの変化

PAに関しては、公的自意識低群では、関連条件で上昇し、非関連話題時に下降した。公的自意識高群では、安静条件と関連条件ではほぼ同じ得点で、非関連条件でやや低くなった。

群(公的自意識高群・低群)×条件(安静・関連・非関連)の2要因混合計画の分散分析を行ったところ条件の効果が有意であった ( $F(2, 54) = 3.58, p < .05$ )。しかし、群の効果、群×条件の交互作用は有意ではなかった ( $F(1, 27) = .29, ns, F(2, 54) = .43, ns$ )。条件に関して多重比較を行った

ところ、関連条件と非関連条件に有意な差がみられた( $p<.05$ )。

つまり、関連条件に比べ、非関連条件のPA尺度得点が有意に低かった。

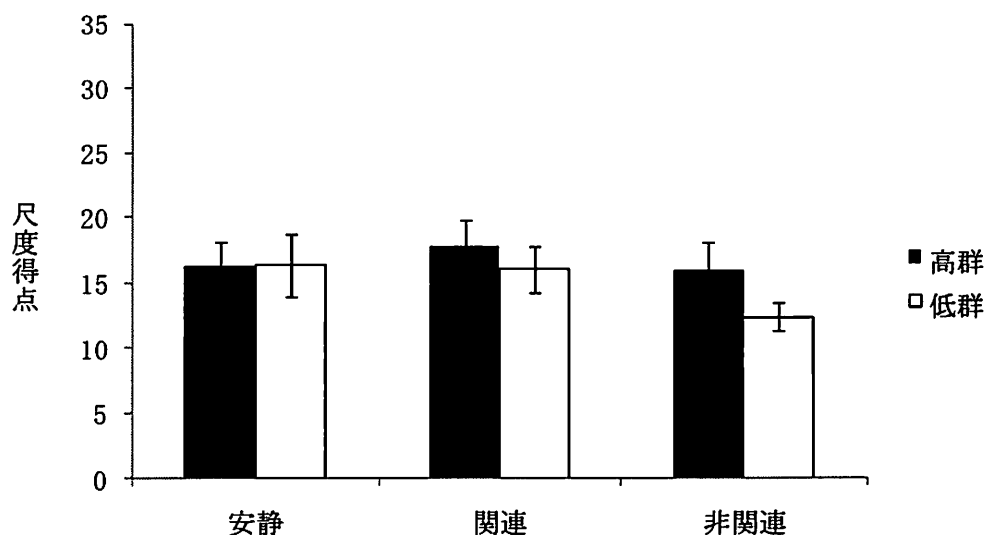


図8 各群のNAの変化

NAに関しては、公的自意識低群では、関連条件でやや低下し、非関連話題時にさらに下降した。公的自意識高群では、安静条件ではやや低く、関連条件では上昇し、非関連条件ではやや下降した。

群(公的自意識高群・低群)×条件(安静・関連・非関連)の2要因混合計画の分散分析を行ったところ条件の効果、群の効果、群×条件の交互作用は有意ではなかった( $F(2, 54)= 2.07, ns$ ,  $F(1, 27)= .67, ns$ ,  $F(2, 54)= .86, ns$ )。

つまり、NAに関しては、群の効果も条件の効果も存在しなかった。

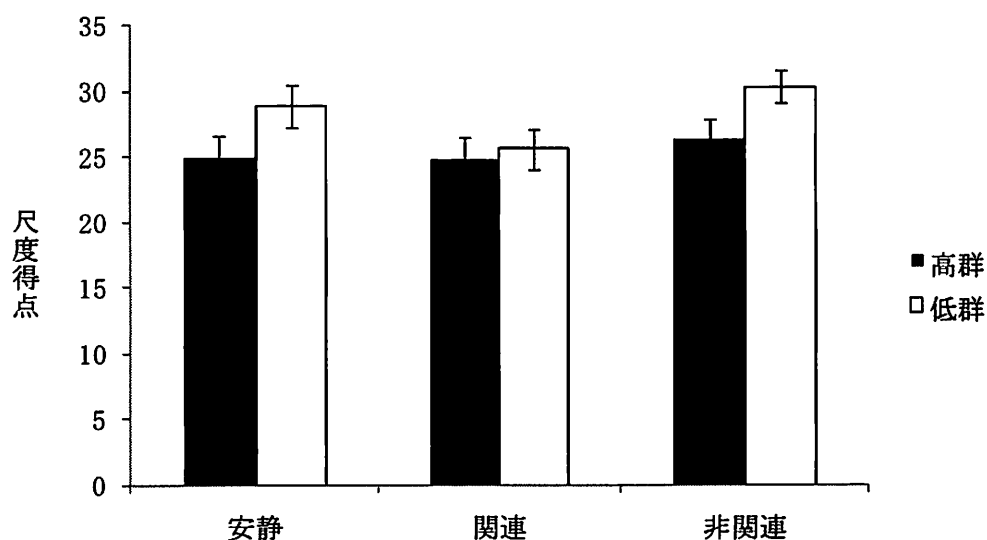


図9 各群のCAの変化

CAに関しては、公的自意識低群では、関連条件で低下し、非関連話題時に上昇した。公的自意識高群では、低群より一貫して低く、非関連条件でやや上昇した。

群(公的自意識高群・低群)×条件(安静・関連・非関連)の2要因混合計画の分散分析を行ったところ条件の効果が有意であった( $F(2, 54)= 3.93, p<.05$ )。しかし、群の効果、群×条件の交互



作用は有意ではなかった ( $F(1, 27)= 2.56, ns$ ,  $F(2, 54)= 1.34, ns$ )。条件に関して多重比較を行ったところ、関連条件と非関連条件に有意な差がみられた ( $p<.05$ )。

つまり、関連条件に比べ、非関連条件の CA 尺度得点が有意に高かった。

心拍数 (HR)、脈波振幅 (PV)、皮膚コンダクタンス (SC) について 3 項目に関し、群および条件ごとに平均値を算出し、図 10~12 に示した。

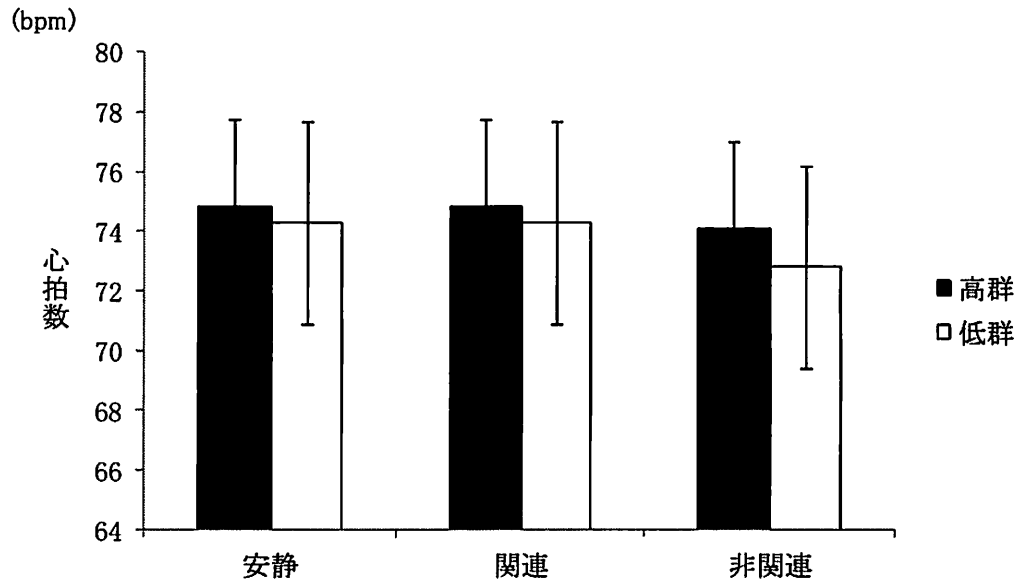


図10 各群の HR の変化

HR に関しては、公的自意識低群の値が高群より低く、その差は非関連条件で最も大きかった。

群 (公的自意識高群・低群) × 条件 (安静・関連・非関連) の 2 要因混合計画の分散分析を行ったところ条件の効果が有意傾向であった ( $F(2,54)=3.05, p<.10$ )。しかし、群の効果、群 × 条件の交互作用は有意ではなかった ( $F(1,27)=0.04, ns$ ,  $F(2,54)=0.31, ns$ )。条件の効果が有意傾向であったので、多重比較を行ったところ、安静条件と非関連条件の差が有意傾向であった ( $p<.10$ )。

つまり、安静条件に比べ、非関連条件の HR は低い傾向にあった。

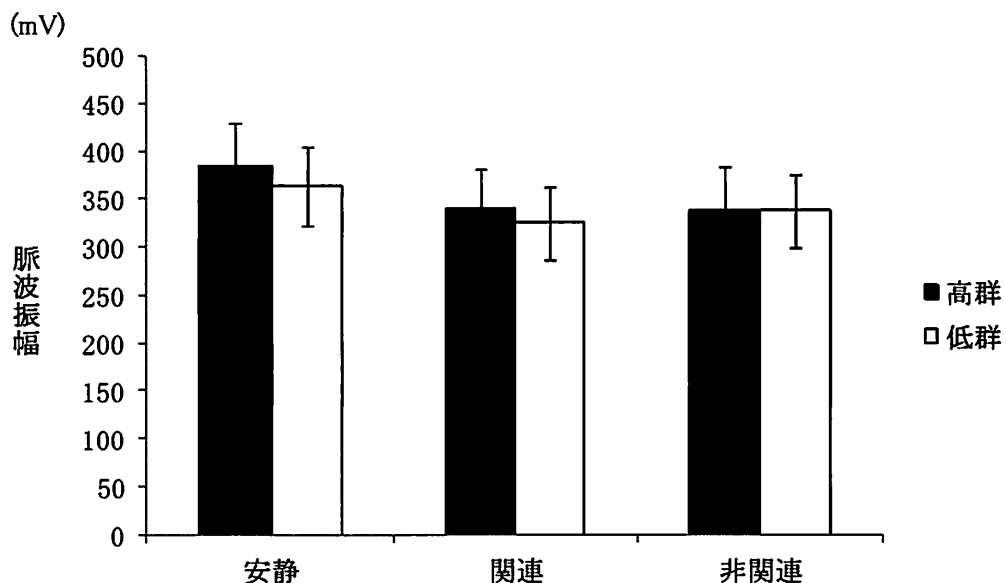


図11 各群の PV の変化

PVに関しては、安静条件、関連条件では、公的自意識低群の値が高群より低かった。しかし、非関連条件では差は見られなかった。

同様に分散分析を行ったところ、条件の効果のみが有意であった ( $F(2,54)=7.21, p<.01$ )。しかし、群の効果、群×条件の交互作用は有意ではなかった ( $F(1,27)=0.05, ns, F(2,54)=0.38, ns$ )。条件の効果が有意であったので、多重比較を行ったところ、安静条件と関連条件の間、安静条件と非関連条件の間に有意差がみられた (いずれも  $p<.05$ )。

つまり、安静条件に比べ、非関連条件と関連条件のどちらの条件も PV は低い傾向にあった。

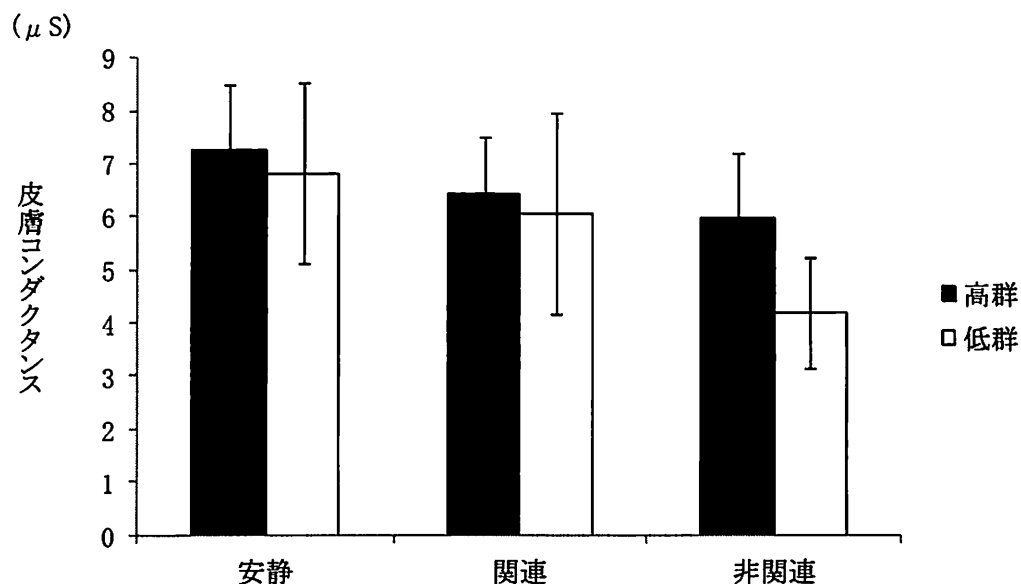


図12 各群の SC の変化

SC に関しては、公的自意識低群の値が高群より低く、その差は非関連条件で最も大きかった。

同様に分散分析を行ったところ、すべての効果は有意でなかった (群:  $F(1,27)=0.25, ns$ ; 条件:  $F(2,54)=1.57, ns$ ; 交互作用:  $F(2,54)=0.26, ns$ )。

つまり、群の効果も条件の効果も存在しなかった。

## 考察

本実験では、自意識尺度の高い群と低い群に分け、実験参加者に関連のある話題、関連のない話題をパーテーション越しでされている際の主観感情と生体反応に公的自意識が及ぼす影響を検討した。

“話題は聞こえてたか”、“内容は気になったか”、“話題は関連あると思ったか”、“話題に集中したか”、の4項目に関しては、条件の効果が有意であり、いずれの質問項目に対しても関連話題に対する得点が高かった。そのため、実験参加者の注意をパーテーション越しの課題に向けるという本研究の状況設定は達成されたと考えられる。ただし、これらの項目に関しては公的自意識尺度得点の影響は一切見られなかった。今回の実験状況設定は、公的自意識の高低に影響を受けないものであった可能性も考えられる。これは、平均値を基準に高群・低群の2群に分割した事が原因とも考えられる。群わけの際、2群ではなく、高・中・低の3群にする、あるいは事前調査でより高いものと低いものを選出し、実験に用いるなどの方法をとるべきであったかもしれない。

PAの変化は、関連条件に比べ、非関連条件の尺度得点が有意に高く、会話内容が主にポジティブな内容なので、肯定的感情が上昇したものと考えられる。NAの変化は、群の効果も条件の効果も存在しなく、つまり、パーテーション越しに会話を聞くという課題は、緊張等のネガティブな感情を生じる効果はなかったと考えられる。ただし、有意差はないが、公的自意識尺度高群が、関連・非関連ともに、会話聴取時にNA得点が高いようにみえた。CAの変化は、関連条件に比べ、非関連条件の尺度得点が有意に高く、自己関連話題を聞くことによって、安静ではない状態に移行した可能性が考えられる。非関連の時にCAが高いのは、他者の注意が自分に向いてないと感じることにより、より安静な状態へ以降したものと考えられる。これらのことより、会話の内容がポジティブだったため、気になり安静状態は低下するものの、不快ではない状態であったと考えられる。

HRについては、安静条件に比べ、非関連条件のHRは低い傾向にあった。Lacey(1963)は外的事象への注意状況では、環境の取り入れにより一過性にHRが減少すると述べている。本実験においても、パーテーション越しの会話に注意が向き、環境の取り入れによりHRが低下したと理解できる。そうならば、関連・非関連双方ともにHRが下がりそうだが、非関連のみにみられた。関係ない話は、「なんだろう?」とパーテーション越しの会話に注意が向きHRが下がったが、関連する会話はその状態に加えさらに緊張状態を生じ、その緊張がHRを上昇させたため、会話を聞くことによるHR低下が打ち消されたのではないか。

PVについても、安静条件に比べ、非関連条件のPVは低い傾向にあり、パーテーション越しに話を聞くのも、精神作業と同様の効果を末梢血管にもたらしたと考えられる。しかし、会話の内容の影響はみられなかった。ただし、少なくとも公的自意識低群に関しては関連話題時にもっとも振幅が低下した。公的自意識高群が、どちらの条件でも同様に脈波振幅低下を生じたためと考えられる。

SCについては、群の効果も条件の効果も存在しなかったという結果が得られ、上がると予想したが、むしろ会話中に低下傾向を示した。まず、SCは安静状態だと時間経過にもなって低下する点がHRやPVとは異なる点である。十分な課題負荷がある場合は安静時より上昇するが、今回の課題は会話内容がポジティブであり、負荷が低めであったため低下傾向を示したと考えられる。ただし、公的自意識低群が非関連話題時に大きくSCを下げたのに対し、公的自意識高群は、どちらの話題条件でもそれほどSCが低下しなかった。つまり、高群は会話聴取時になんらかの負荷がかかっていた可能性が考えられる。

パーテーション越しに会話を聞くという状況設定は適切に行われ、関連条件のみ参加者の注意を引き出す事に成功できたと考えられる。パーテーション越しの関連話題聴取は、PAを上昇させ、CAを低下させたが、NAには変化を及ぼさなかった。生体情報に関しては、パーテーション越しの話題聴取は、HRおよびPV振幅、SCを低下させたが、指標によって低下の原因は異なっていると考えられた。HRは環境の取り入れにより、PVは精神負荷により、SCは時間経過の影響によりそれぞれ低

下した。条件の効果は一部の心理指標にのみ見られ、生体情報への効果は不明確であった。公的自意識尺度得点の効果は、全ての指標でみられなかった。

## 引用文献

- Bolger, N., DeLongis, A., Kessler, R. C., & Schilling, E. A. (1989) The effects of daily stress on negative mood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 808-818.
- Carver, C.S., & Humphries, C. (1981) Havana daydreaming : A study of self-consciousness and the negative reference group among Cuban-Americans. *Journal of Personality and Social Psychology*, 40, 545-552.
- Fenigstein, A., Scheier, M.F., & Buss, A.H. (1975) Public and private self-consciousness : Assessment and theory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 43, 522-527.
- Fenigstein, A. (1979) Self-consciousness, self-attention, and interaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37, 75-86.
- Lacey, J.I. (1959) Psychophysiological approaches to the evaluation of psychotherapeutic process and outcome. In E.A. Rubinstein and M.B. Parloff (Eds.), *Research in Psychotherapy*. Washington, D.C.: American Psychological Association.
- Lacey, J.I., Kagan, J., Lacey, B.C., and Moss, H.A. The visceral level (1963) Situational determinants and behavioral correlates of autonomic response patterns. In P.H. Knapp (Ed.), *Expression of the emotions in man*. New York: International Universities Press.
- 永岑光恵・室田真男・石井源信・清水康敬 (2002) 繰り返しの暗算課題遂行における緊張感と心拍数の変化, 日本教育工学会論文誌, 25(4), 237-245.
- 小川時洋・門地里絵・菊谷麻美・鈴木直人 (2000) 一般感情尺度の作成心理学研究, 71, 241-246.
- 佐藤望・三宅晋司・久米靖文 (2002) 指尖容積脈波波高変動係数による精神作業負荷時の自律神経機能変動評価, 近畿大学理工学部研究報告, 38, 47-52.
- Scheier, M.F. (1980) Effects of public and private self-consciousness on the public expression of personal beliefs. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, 514-521.
- 下野太海・大須賀美恵子・寺下裕美 (1998) 心拍・呼吸・血圧を用いた緊張・単調作業ストレスの評価手法の検討, 人間工学, 34(3), 107-115.
- 菅原健介 (1984) 自意識尺度(self-consciousness scale)日本語版作成の試み, 心理学研究, 55(3), 184-188.
- 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(1), 22-32.

## 資料

### 関連話題-心理学科用

A:卒論やっててなんか基礎実験とか演習思い出したわー。

B:基礎実験とか演習とかめっちゃ実験頑張ったよね。

A:検定とか大変だったけどためになったよね。でもこういう実験できるのって心理学科くらいだよ。しかも白衣もかっこいいしね、まああんま着てないけど…

B:うんうん！確かにこういう実験って心理特有！自分でも思うんだけど心理ってどこの学科よりもパソコンに強いと思うわ！

A:わかる！レポートもどこの学科よりもたくさんやってるし、頑張ってると思う。

A:そういえば、印象的な心理の授業は？

B:わたしは1年生のときに受けてた伊藤先生の心理学概論だな～

A:あー概論ね！なつかしいね！

B:Aは何が印象的ななの？

A:心理といえば基礎実験でしょ！はじめて実験をやって、レポートの書き方に戸惑ったからね。

B:助手室にいきまくってたもんね！

A:そうそう！長野さんと中尾さんが神様にみえたよねー！！

B:わかるー！もう統計とか初めてのことで、わからなすぎて、村井先生の情報処理演習のプリントみまくってたし。

A:情報処理演習もなかなかたいへんだったよね！

B:とにかく英語と記号ばっかで、エラーでたときはいやになったよね！

A:そうそう！毎回終わらせないと次に進んでっちゃうからね！

B:大変だったけど、心理の授業って楽しいのおおよね。

A:うん！あたしは動物実験がたのしかったな～マウスとかこういう機会じゃないと触れないし。

B:マウスなつかしいねー。あれ以来動物を使った実験はやってないし、貴重な体験だったな～

A:懐かしいといえば、1番懐かしいのは新入生キャンプだよな！

B:グループワークのときにAと一緒にだったよね！

A:確かにー！あとさ、ご飯のときに、長野さんとテーブル一緒だったよね！！

B:今考えてみるとそうだったねー！！そういえば、心理学科の人って人の心理読めるんですか？？とか先生に聞いた気がする！！

A:読めるわけがないじゃん！！私も最近、友達に心理学科の人って人の心理読めるの？？とかよく聞かれるけど読めないよねー

B:私も最近、友達に心理学科の人って人の心理読めるの？？とかよく聞かれるけど読めるわけがないでしょ！って思えるようになった！笑

A:同じ質問を自分も先生にしてたんだね！

B:恥ずかしいよね～笑でも心理っていろんなこと学べるからもしかしたらよめるようになったりして。

※てかしずかにしなきゃ！ひさしぶりにあったからしゃべっちゃったね！

## 関連話題-児童発達学科

- A: そうですね新しくできたホールのところまで体育みたいな授業やっていたのって保育の授業らしいね。
- B: この前その授業見かけたよ！体育の授業を結構見かけたりするんだけど保育の人ってかわいい(かっこいい)人多いよねー。
- A: わかるー！私もさ、児童の友達の mixi のアルバムに写真があっただけでみんなかわいかった(かっこよかった)よ！
- B: あと、友達に聞いたんだけど、離乳食を作って食べたり、赤ちゃんの人形を抱っこしたりっていう授業があるみたいだよ。
- A: へー！そんな授業もあるんだね！すごく将来に役立ちそうだし、いいパパ・ママになりそうだよね。
- B: なんかみんなやさしそうな雰囲気するもん！幼稚園の先生とかってみんなやさしい感じだったもん！
- A: ねえねえ！ふらっと文京ってしってる？
- B: しってる！小さい子がたくさんいるところだよ！あれって保育所なのかな？
- A: みたいだよ！児童のこってふらっと文京で実践授業とかもあるらしいよ！
- B: そうなの？！私たちもはいつてみたいね！かわいいもんね！
- A: うんうん！あとみんな実習とかで使うからみたいだけど、工作が得意みたいなんだよね。美術みたいな授業があるらしくて、作品がたくさん飾られてたんだけどみんな上手だったよ！
- B: 私もみたことあるよ！それで思い出したけど、前に児童の友達からもらったメッセージカードがすごくかわいくてうれしかったんだ。
- A: いいなー！私も作ってほしい！今度みせてよ！
- B: いいよー！児童って楽しそうだね！
- A: なんかねー、授業名は忘れちゃったけど、椋島(かばしま)先生っていう先生の授業がたのしいってきいたよ！
- B: そうなの？？保育の授業受けたことないから、うけてみようかなってかんがえてたの！精神保健とか少し気になってたんだ！
- A: 精神保健ってテスト範囲広いし、大変って聞いたよ!!
- B: そうなの！！じゃあ少し考えてみよう！
- A: 今度椋島先生の授業うけてみようかなって思ってるんだけど受けてみない？
- B: 楽しいなら、興味わいた！詳しく友だちに聞いてみたりしてとるか考えようかな！
- A: うん！外に児童でオススメの授業とかあるか友だちとかにきいてみようよ！
- B: そうだね！！
- ※てかしずかにしなきゃ！ひさしぶりにあったからしゃべっちゃったね！

関連話題-コミュニケーション社会学科

A: コミ社の人ってみんなおしゃれだよ。

B: わかるー！みんなかわいいし、かっこいいよね！

A: コミ社の人ってそういうイメージ！そういえば、コミ社の授業とか興味あったからいろいろ聞いてみちやおう！

B: そうしなよ！私友だちがコミ社にいるからこの前話聞いたんだけどコミ社ってウミガメの産卵に立ち合ったり、海岸を掃除したり、環境問題に大きく関わってるみたいだよ。

A: すご！！どんなことしたりするんだろうね！ウミガメなんて水族館でしかみたことないし！笑

B: すごいよね！ウミガメに会うのだってめったにできないし、産卵とかってテレビとかでしかみたことないしね！

A: 自分で希望して体験できたりしたのかな？

B: コミ社にはそういう実習が組まれてるみたいだよ！何人か沖縄に実習行ったみたい！

A: いいねー！！沖縄とかに実習で行けるなんて！

B: 心理は実習とか特になから想像できないよね！

A: うんうん！心理にも地方に行ったりする実習あったらたのしそうじゃない？！

B: 確かにね！コミ社の人たちうらやましいな～。

A: 授業も楽しそうな多いよね！！

B: 私ね、コミ社の授業で、海外旅行とか国内旅行とか海洋学とかがあって受けてみたんだけど、現代的な内容で、すごい楽しかったんだー！

A: へー！なんか授業の名前からして、いまどきだよ！笑 内容はどんな感じなの？

B: 海外旅行と国内旅行は、名所とかも紹介してくれて、旅行にいきたくなるよ、旅行好きだから、特に楽しかった！！

A: 私も旅行好きだから、受けてみたい！卒業旅行で海外行きたいもん！

B: 卒業旅行で海外行きたいね！名所とか知れると旅行行った時に便利だもんね！

A: そういえば、私この前に、人文地理学っていうコミ社の授業受けてたんだけどね！石の文化とかやったんだよ！笑

B: 石の文化って何！？うけるね！笑

A: 最初題名みたときびっくりしたよ！軟化大理石とか煉瓦の話だったんだけどね！

B: そんなことも勉強するんだ！あっそれってテスト大変だったっていったやつ？

A: そうそう！持ち込み可なんだけど、プリント多すぎてさがせなかったよ…。テスト終わった後思わず、先生の所いっちゃったし！

B: 誰先生だっけ？

A: 関根先生だよ！あの先生おもしろいよ！やさしいし！笑

B: 私も関根先生の受けてたよ！おもしろいよね～！てか、単位とれてるといいね！

※てかしづかにしなきゃ！ひさしぶりにあったからしゃべっちゃったね！

## 関連話題-人間福祉学科

A: 私さー仲良しの友達が福祉学科にいるから、福祉の子とけっこう話すんだけど、みんな頑張り屋さんで、忍耐力があるんだよね。しかも疲れてても態度に出てないのがすごいよねー。

B: 実習大変そうじゃんね！実習で鍛えられるのかな。

A: そうだよきっと！友達も後輩もみんなしっかりしてるもん！

B: すごいね！ボランティア活動にも積極的に参加してるよね。わたしもやってみたいとは思ってるけどなかなか行動に移せなくてさ。

A: 私もそんな感じだよ！福祉の友達さ、ボランティア活動で、海外行ったりしてたよ！

B: まじ！海外ボランティアとか聞いてみたいー！

A: 心理も海外いかないかなー。

A: 確かに！語学研修以外で、海外いきたいなー！！

B: 確かにー！！私はやっぱりボランティアやりたいから、BICS 試してみようかな！

A: BICS ってなにー??

B: 地域連携センターBICS って知らない?? オプスの近くにあるやつだよ！！

A: みたことあるかも！！

B: あたしも詳しく知らなくてしらべてみたら、「地域社会に根ざした福祉を、学生と地域の方々の交流からつくりあげていく本学独自のプロジェクトです。学生は高齢者との交流や、障害児支援、外国籍の子どもたちの学習支援など、地域の方々と協働した多彩な活動を通して、授業で学んだ理論を実体験と結びつけ、実践力を高めることができます。」ってかいてあったよ！

A: へー！なんか近寄りがたくていったことなかった！！様々な活動が体験できて勉強になりそうだね！

B: そうそう！もっと前から調べてみればよかったよ！

A: 私の友だちはきらきらっていう団体でボランティアしてるんだけど、地域の肢体不自由児と月 1 回大学内で活動してるんだって！

B: そのきらきらって団体も、地域連携センターBICS のひとつらしいよ！

A: そうなんだ！知らなかった！今度友だちに詳しく活動内容聞いてくるよ！

B: そうしたら、話聞かせてね！

A: うん！あとどんな団体があるんだろう！

B: バウムクーヘンっていう団体は、地域の高齢者とふれあう世代間交流のイベントを企画・実施したりとか、ピース☆っていう団体は、少人数の自閉症児と共に活動したり、すまいるって言う団体は、精神障害者と共に楽しむ活動を企画・実施したりするんだって！

A: 学生がこれを運営してるのかすごいね！

B: 今度説明ききにいこうかな！

※てかしずかにしなきゃ！ひさしぶりにあったからしゃべっちゃったね！



## 関連話題-理学療法学科

A: 理学の人って、なんか人間学部とは雰囲気が違うわー。

B: 運動やってる人多そうだもんね。

A: ジャージ着てる人おおいね〜。

B: でも、みんな頭もいいみたいですよ！理学の人っていつも、学食とか図書館で勉強まじめにやってるよね。

A: わかる！あたしも学食で勉強してる理学の友達よくみるもん！

B: なんかテストの量がいっぱいあるらしいね！

A: あれやばいよね！あたしだったらくじけてしまうよ。

B: 実習も病院でやるらしくて、長いと二ヶ月とか地方に行ったりするみたいだよ！

A: 私の友達は沖縄とかに実習にいったよ！

B: そんな遠くまで行くんだね！実習中に1人暮らしもするってこと？

A: そうそう！自炊とかもやってたらしいよ！

B: 実習中は私生活も大変で、きたえられるだろうね。

A: しかも学祭ではマッスルミュージカルとかクラスの出し物もやってイベントにも積極的に参加してるし、すごいわー。

B: すごいね。夏休みに学校でマッスルミュージカルの練習暑い中外でがんばってたよ！

A: 学祭でマッスルミュージカルみにいったんだけど、すごい感動したよ！

B: 私もみたよ！！すごかったよね！みんなすごい技術だし、みんながそろってパフォーマンスしてて、びっくりしたー！

A: なんでもがんばるんだね！

B: すごいね！そういえばこの前肉離れしちゃったんだ。

A: まじ？大丈夫だった？すぐ手当したの？

B: そうそう！理学の友達がテーピングしてくれたから、すぐ痛み引いてすごく助かったんだよ。

A: 理学スゴ！そういえば、病院とかで働いてる理学の先輩いて、みんな充実してそうだったよ。

B: あたし骨折したときにリハビリで病院通ってたんだけど、そのとき見てくれてた人たちって、理学の人たちみたいな勉強してきたのかな？

A: そうかもね！友だちの話とか聞くけど、理学療法士に憧れて、入学してきた！ってひとが結構多いみたいだよ！

B: そうなんだー！！自分の友だちが病院で働いてるとかかっこいいよね！

A: ケガしたら相談してみたらいいかもね！

※てかしずかにしなきゃ！ひさしぶりにあったからしゃべっちゃったね！

非関連話題

A:○○先生って今日の○限は学校にきてるのかな。

B:どうだろうね。先生忙しそうだからね。

A:あー・・・でも会議って言ってたような気がするよな～しないよな～

B:用事があるの??

A:実験レポートのかきかた合ってるかみてもらおうとおもって…

B:演習の??

A:とりあえず部屋行ってみようかな。

B:じゃあ私もいこうかな～。久しぶりに先生と話たいし～。

A:じゃあ実験終わったらいこうか! 忘れないうちに!

B:そうしよう!! そのあとコンビニ行ってアイス買いに行こうよ～!

A:あつし、いいねー!! 新しく出たチェリオの抹茶ホワイトのアイス買おうかなー。

B:なにそれ! めっちゃおいしそうだね!! あたしはゆずのアイスにしようかなー。

A:新しく出てただけど、この前寒くてアイスって気分じゃなくて、食べてないんだよね～。ゆずのアイスおいしいよね! あ～それもすてがたいな～迷うわ!

B:どうするー!? でも実際行ったら、外の物にも目移りするんだろうな～

A:わかるわかる! でも今日はアイス以外はなにかかわない!

B:ほんとに～??

A:だって今日は××先生のゼミの飲み会だから、おなかすかせとかないと!

B:あ～前にいったたやつか! Aのゼミ仲良いよね～。

A:そう?? △△先生のゼミだって仲良いじゃん!

B:まあねーでも飲み会とかはやらないよー

A:そうなんだ! 卒論進んでる??

B:私は質問紙だからね、一応夏前にはデータとったよ!!

A:すごいねー! データ入力大変だった??

B:200人とかだから大変だったよ～今まで基礎実験とは演習じゃこんな多い人数のデータとったことなかったし。

A:そうだよな! おつかれー!

B:てかさー今年が最後の夏休みだよ!!!

A:どんどん卒業が目前に迫ってくるね～

B:遊びまくりたいけど、そうもいかなそうだよな!

※てかしずかにしなきゃ! ひさしぶりにあったからしゃべっちゃったね!