

大学生用シャイネス (shyness) 尺度の日本語版の 作成と妥当性の検討

桜井 茂 男・桜井 登世子
(奈良教育大学心理学教室) (桜井人間科学研究所)
(平成3年4月5日受理)

近年、社会心理学と臨床心理学にまたがる研究分野として「社会臨床心理学」が登場した。1983年にアメリカでは *Journal of Social and Clinical Psychology* が出版され、この領域の研究が心理学の一分野として公認されるに至った。研究目的は主に社会的な不適応行動に対処するために、それに関する社会心理学的な知見を得ることである。たとえば、孤独感 (loneliness) の実態を調査等により明らかにし、孤独感を形成する要因の分析を行いモデルを立て、孤独感のために不適応に陥っている人を治療する知見を提供するといった研究である。

この領域の研究テーマの一つに、「シャイネス (shyness)」がある。シャイネスは対人不安 (social anxiety) のひとつで、Jones and Russell (1982) によれば、「他者とうまくつきあうことを妨害する対人不安」と定義されている。1970年代後半より研究を進めている Zimbardo (1977) も同様の定義をしている。わが国では、「対人恐怖」として長年研究されてきたものに対応すると考えられるが、精神医学における「対人恐怖症」とは違いかなり軽度のものようである。したがって、対人恐怖というよりも、「内気」とか「引っ込み思案」とか「恥ずかしがり」といった方が適切であろう。本論文では、最近の用語法に基づき、shyness の訳語としてカタカナ書きの「シャイネス」を用いる。

シャイネス研究はまだ日が浅いが、欧米では短期間に集中的に研究が進められ、尺度の開発をはじめ、他の概念との異同や社会生活に及ぼす影響等が詳しく検討されている (たとえば、Jones, Cheek, & Briggs, 1986)。しかし、わが国ではまだ適当なシャイネス測定尺度さえ開発されておらず、まずはこの作成が研究に必要であると考えられる。

そこで、本研究では Jones and Russell (1982) の作成したシャイネス尺度 (本来の名称は、Social Reticence Scale (社会的控えめ尺度) というが、通常シャイネス尺度と呼ばれており、本論文でも分かりやすくシャイネス尺度と呼ぶ) の日本語版を作成し、その信頼性と妥当性を検討する。さらに、シャイネスが欧米よりもわが国で高いという Zimbardo の指摘も併せて検討する。なお、本研究は研究1と研究2にわかれており、研究1では尺度の作成と信頼性および質問紙による妥当性 (基準関連妥当性と構成概念的妥当性) の検討が試みられる。研究2では、対人距離の研究を応用した実験的方法により構成概念的妥当性の検討が試みられる。

研究1

目的

Jones and Russell (1982) によるシャイネス尺度の日本語版を作成し、信頼性と基準関連妥当性および構成概念的妥当性を質問紙により検討する。

これまでの調査 (質問紙) によれば (Jones & Russell 参照)、シャイネスと正の相関関係をも

つものとして、孤独感、恐怖心 (fearfulness)、自己意識 (self-consciousness)、社会的不安あるいは対人不安 (social anxiety)、神経症傾向 (neurosis)、権威主義傾向 (authoritarianism) があり、シャイネスと負の相関関係をもつものとして、自尊感情 (self-esteem)、外向性 (extraversion)、社交性 (sociability) がある。

構成概念的妥当性の検討には、上記の知見を参考にして、疎外感 (下位尺度として、孤独感、空虚感、圧迫・拘束感、自己嫌悪感を含む) との正の関係、外向性との負の関係、神経症傾向との正の関係、および自尊感情との負の関係で相関を吟味する。なお、基準関連妥当性については、直接、シャイネスを問う質問項目を加えて検討する。

方法

被調査者 関東地区の国立大学の大学生241名 (男子127名、女子114名)。

質問紙 (1)シャイネス尺度 Jones & Russell (1982) の尺度の邦訳21項目と基準関連妥当性の検討のために、「自分は内気だと思う」、「自分は引っ込み思案だと思う」という2項目を加えた23項目で構成した (付録参照)。Jones and Russell の尺度は、Zimbardo, Pilkonis, and Norwood (1975) による、自分がシャイであると思っている人達へのインタビューから得られた、シャイネスの7つの下位概念に基づいて作成されている。それら7つの下位概念とは、(1)人に会ったり、友達を作ったり、潜在的によいとされる経験を楽しんだりすることを困難にする、(2)抑圧、孤独という否定的感情が典型的に伴われる、(3)物事を独自性をもって考えたり、自分自身の意見や価値を表現することを困難にする、(4)個人的な長所を、他人が積極的に評価することを制限する、(5)きどりや親しみのなさのように、自己投影、自己表現を貧しくする、(6)他人の前で物事をはっきり考えたり、効果的に伝達することを困難にする、(7)自分自身の反応に対する自意識や過度の先入観を助長する、である (Zimbardo, 1977の邦訳より一部修正して引用)。本尺度は5段階評定 (「はい」、「どちらかといえばはい」、「どちらともいえない」、「どちらかといえばいい」、「いいえ」) で、当該概念に対応する反応から5、4、3、2、1点と得点化された。したがって、基準関連妥当性に関する項目を除く21項目での可能な得点範囲は21点から105点である。

(2)疎外感尺度 宮下・小林 (1981) の疎外感尺度を、各因子負荷量の高い項目を上から5項目ずつ選んで用いた。4つの下位尺度は、孤独感、空虚感、圧迫・拘束感、自己嫌悪感である。5段階評定 (「はい」、「どちらかといえばはい」、「どちらともいえない」、「どちらかといえばいい」、「いいえ」) で、当該概念に対応する反応から5、4、3、2、1点と得点化された。

(3)MPI MPI日本語版が用いられた。この尺度は、外向性と神経症傾向の他に、虚偽反応も測定できるように開発されており、この点数も分析に使用された。本尺度は「はい」、「? (どちらともいえない)」、「いいえ」の3段階評定を採用しており、高得点ほど外向性、神経症傾向、虚偽反応が高いことを示す。

(4)自尊感情尺度 Coopersmith (1967) が作成した Self-Esteem Inventory の日本語版 (遠藤, 1981) を、各因子に因子負荷量の高い項目を上から3項目ないし4項目選んで用いた。4つの下位尺度は、他者からの評価を気にする程度 (4項目)、自己の価値観 (3項目)、社会的場面における不安 (4項目)、劣等感 (4項目) であり、各下位尺度とも自尊感情の高いほど高得点になるように得点化した。この尺度も5段階評定 (「非常にしばしば思う」、「かなりしばしば思う」、「ときどき思う」、「たまに思う」、「ほとんど思わない」) で当該概念に対応する反応から5、4、3、2、1点と得点化された。

手続き 上記被調査者にシャイネス尺度が集団実施された。その他の3つの尺度は構成概念的

妥当性を検討するために、その一部（109名）に実施された。

結果と考察

日本語版21項目について項目-全体相関係数を求めたところ（表1参照）、.30～.66ですべてが0.1%水準で有意であった。そこで、この21項目すべてを最終的な日本語版シャイネス尺度として用いることにした。尺度平均は57.19、標準偏差は12.33であった。性差は認められなかった（男子の平均は56.45（SD = 13.71）、女子の平均は58.02（SD = 10.58）で、Welchの修正によるt検定の結果は $t(233.85) = 1.00, ns$ ）。また、Jones & Russell（1982）によるアメリカのデータ（平均は53.25（SD = 15.04））との比較では、サンプルは少数であるが日本の大学生の方が

表1 シャイネス尺度の項目平均、項目SD、項目-全体相関および因子分析の結果

項目 No.	因 子			h^2	項目-全体相関	M	SD
	I	II	III				
1	.51			.30	.56	2.49	1.18
2		.70		.52	.52	3.61	1.10
3			.56	.46	.59	3.31	1.24
4				.09	.30	2.32	1.07
5	.72			.56	.66	2.34	1.13
6				.15	.43	2.29	1.19
7	.47			.26	.49	3.05	1.15
8	.64			.46	.59	2.20	1.10
9	.70			.56	.64	2.80	1.16
10			.76	.65	.61	2.60	1.20
11				.13	.42	3.17	1.14
12	.63			.44	.59	2.09	1.10
13			.73	.67	.64	2.06	1.08
14		.60		.41	.51	3.75	1.08
15	.43			.28	.56	2.33	1.19
16		.78		.61	.49	3.53	1.18
17			.70	.61	.59	2.12	1.03
18				.16	.42	2.36	0.98
19				.19	.47	2.01	0.99
20		.52		.36	.52	3.43	1.25
21		.40		.18	.39	3.27	1.29
寄与率(%)	16.14	11.32	10.99	38.45			

注1) 因子負荷量は .40以上を示した。

注2) 項目 No. は付録の尺度項目番号と対応する。

注3) 項目-全体相関係数はすべて0.1%水準で有意である。

有意に高いことが認められた ($t(1427) = 4.43, p < .001$)。したがって、Zimbardo の指摘は一応支持されたといえよう。

つぎに、因子分析を行った (表1参照)。主因子法により固有値1を設定すると6因子が抽出されたが、varimax 回転後の因子の解釈を考え、一応3因子とした。Varimax 回転後の因子負荷量が表1に示されている。第一因子はNo. 5「自分は周囲の人達となじめない人間である、と見られているように思う」、No. 9「周囲の人達から孤立していると思うことがたびたびある」、No. 12「つきあいが悪いために、おたくとまわっているとか、偏屈な人間であるとか、思われていると思う」などが高い因子負荷量を示すことから、『他者評価懸念および対人場面不適応感』に関する因子と言えよう。項目5や12のように、他者が自分をどう思っているかが気になるという点は、自己呈示との関連でよく論議されている (Leary, 1983参照)。項目9や1のように自分が対人場面で不適応感を感じている点は、シャイネスの核になる部分であると思われる。この因子には2種類の項目が関与しているようで、さらに今後の検討が必要であろう。第二因子は、No. 16「時々寂しくなる」、No. 2「たびたび、落ち込んだり、悲しくなったりする」、No. 14「自分の気持ちや態度について、気にすることがたびたびある」などが高い因子負荷量を示していることから、『情緒不安定』因子といえよう。第三因子は、No. 10「たとえ自分の意見を言うことが必要なときでも、そうすることはむずかしい」、No. 13「グループの中では、発言することはむずかしい」、No. 17「グループの中では、何か言いたいことがあっても、黙っているのが普通である」などが高い因子負荷量を示すことから『対人場面での自己表現の悩み』因子といえよう。以上、3因子解についての因子の説明をしたが、主因子法における固有値の変化を見ると、5.89, 2.09, 1.63…となっており、1因子とみる方が適当かもしれない。因子数の問題については、今後さらに検討の余地があると思われる。以後の分析では、下位尺度得点は使わず、尺度の全体得点を用いる。クローンバックの α 係数は、.86でアメリカのそれ(.91)よりはやや低いものの、内的一貫性が確認された。これは、以後の分析に尺度の全体得点を用いても支障のないことを示している。

つぎに、基準関連妥当性と構成概念的妥当性についての検討をみる。基準関連妥当性を検討するために導入した「自分は内気だと思う」、「自分は引っ込み思案だと思う」という2項目とシャイネス尺度得点との相関は、順に.53 ($p < .001$) .58 ($p < .001$)であり、この妥当性の高いことを示している。

構成概念的妥当性を見るために実施した3種類の尺度との相関係数は表2に示されている。疎外感尺度との相関では、いずれの下位尺度とも有意な正の相関が得られており、シャイな人ほど疎外感が高いといえる。特に、孤独感と自己嫌悪感との相関が高く、シャイな人ほど孤独になりやすく、自分を受容しがたいことがわかる。MPIとの相関では、外向性とは有意な負の相関が、神経症傾向とは有意な正の相関が、虚偽尺度とは無相関がそれぞれ示された。すなわち、シャイな人ほど、内向的で神経症傾向が高いと言えよう。シャイネスは単なる内向性とはちがひ、神経症傾向を伴っているところに特徴がある。虚偽尺度との相関がゼロに近かったことは、本尺度が虚偽反応の影響をほとんど受けないことを示している。自尊感情尺度との相関では、すべて有意な負の相関が得られた。下位尺度の名前が自尊感情の逆を表現しているために分かりづらいが、端的に言えば、シャイな人ほど自尊心が低い。下位尺度に注目してみると、シャイな人は、他者からの評価を気にし、社会的場面での不安が高く、自分は価値のない駄目な人間であると思っていると見えよう。他者からの評価を気にする程度と社会的場面における不安がいくらか高い相関

表2 シャイネス尺度得点との相関係数 (N=109)

尺度・下位尺度	相関係数
疎外感尺度	
孤独感	.56***
空虚感	.41***
圧迫・拘束感	.36***
自己嫌悪感	.48***
MPI	
外向性	-.66***
神経症傾向	.57***
虚偽反応 (Lie スケール)	.07
自尊感情尺度	
他者からの評価を気にする程度	-.51***
自己の価値観	-.21*
社会的場面における不安	-.67***
劣等感	-.47***

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

とが示された。

研究2

目的

研究1で作成されたシャイネス尺度の予測的妥当性を対人距離を測度に検討する。Zimbardo (1977)によると、シャイな人は、相対的に長い対人距離をとることが報告されている。したがって、本研究の予測としては、シャイな人ほど、対人距離が長いといえよう。また、本研究では、付加的に同性・異性に対する対人距離の違いも検討してみる。

方法

被験者 大学生98名に上記シャイネス尺度を実施し、シャイネス得点の上位・下位25%の者を被験者候補群とした。そのうち実験への協力に応じてくれた上位・下位10名ずつが被験者となった。上位群は男子6名、女子4名であり、下位群は男子3名、女子7名であった。上位群のシャイネス得点の平均は74.8 ($SD = 5.8$)で、下位群のそれは40.7 ($SD = 7.6$)であった。

実験計画 2 (シャイネスの高、低) × 2 (近づく人が同性か、異性か) × 5 (近づく人の方向)。最初の要因が被験者間要因で、あとの二つは被験者内要因である。

手続き 被験者は指定された時刻に、戸外の実験場所へ集まり、実験が行われた。上記被験者の他に、10名のボランティアが実験に協力してくれた。対人距離の実験について説明が行われた

となっているが、これらがシャイネスとともに『対人(あるいは社会的)不安』の構成要素であるという考え方(Leary, 1983参照)からすると納得のいく結果である。以上、構成概念的妥当性は十分認められた。

研究1では、Jones and Russell (1982)のシャイネス尺度の日本語版を作成し、その信頼性と質問紙による妥当性の検討を行った。その結果、元尺度と共通性が高く、信頼性も妥当性も十分認められる尺度ができた。しかし、妥当性の検討はすべて質問紙を用いて行われており、行動を基準とした検討も必要である。研究2では対人距離を測度にしてこの問題に対処する。なお、アメリカのデータ(Jones & Russell, 1982)との比較では、サンプル数は限られているが、日本の大学生の方がシャイであるこ

後、10名ずつのグループに別れ、ランダムに対人距離の測定が行われた。被験者はひとりずつ、10m以上離れた地点から近づいてくる人（同性と異性の2条件）に対して、これ以上近づくと耐えられなくなった時点で、「止まれ」の声をかけるように教示された。近づいて来る人は、被験者の前方180度のうち、右から、右45度から、前から、左45度から、左から、の5条件であった。同性・異性の条件と近づく方向の条件は被験者によりランダムとした。被験者は実験中、前方を見ているように教示されていた。

結果と考察

測定された対人距離について、2（シャイネスの高、低）×2（近づく人の性）×5（近づく人の方向）の分散分析を行った。被験者内の3つの誤差項についてパートレットの等分散の検定を行ったところ、分散は有意に異なることが示された（ $\chi^2(2) = 16.96, p < .01$ ）。分散分析の結果

表3 交互作用に関連する群の平均値

近づく人の性	シャイネス得点	
	高群 (N = 10)	低群 (N = 10)
同性	141.38	70.48
異性	157.28	107.78

果は、シャイネスの主効果 ($F(1,18) = 12.64, p < .01$)、近づく人の性の主効果 ($F(1,18) = 28.27, p < .001$)、近づく人の方向の主効果 ($F(4,72) = 5.86, p < .001$) およびシャイネスと近づく人の性の交互作用 ($F(1,18) = 4.54, p < .05$) が認められた（妥当性の研究としては直接関係がないので、近づく人の方向についての下位分析は報告しない）。交互作用が有意であったので、各要因ごとに単純効果の検定（田中・山際, 1989参照）を行った（表3参照）。その結果、近づく人が同性の場合には、シャイネス高群の方が、低群よりも有意に長い対人距離を設定した ($F(1,18) = 8.77, p < .01$)。異性の場合には、同性の場合と同じ傾向が認められた ($F(1,18) = 4.27, p < .01$)。つぎに、シャイネスが高い人の場合には、近づく人が同性のときより異性のときの方が、対人距離が有意に長かった ($F(1,18) = 5.05, p < .05$)。シャイネスが低い人の場合にも、同様の結果が示された ($F(1,18) = 27.80, p < .01$)。以上の結果より、シャイネスの高い人は低い人に比べて、対人距離が長いことが示された。また、この傾向は同性に対する対人距離で顕著であった。したがって、予測は支持され、予測的妥当性が認められた。シャイネスが高い人と低い人の対人距離の差が、同性よりも異性で小さいことは興味深い結果である。今後の詳細な検討が必要であろう。

まとめと今後の課題

Jones and Russell (1982) のシャイネス尺度の日本語版が作成され、信頼性と妥当性が確認された。特に、妥当性については質問紙法および実験法の両方を用いて、かなり綿密に検討された。

以下では、今後の大きな検討課題について述べる。

まず第一には、シャイネス尺度に逆転項目を加えて再構成することが考えられる。本研究では Jones and Russell 尺度の日本語版ということとアメリカと日本の大学生におけるシャイネスの差を検討するという目的のために、この点は考慮しなかった。しかし、より厳密にシャイネスを測定するためには、逆転項目を導入することが妥当であろう。

第二には、より十分な妥当性の検討をすることである。これまでの研究（たとえば、Jones & Russell, 1982; Zimbardo, 1977）からすると、自己意識 (self-consciousness)、主張性 (assertiveness)、自己開示 (self-disclosure) などとの関係をみることができよう。

第三には、対人あるいは社会的不安という大きな概念 (枠組) の中で、シャイネスがどのように位置付けられるかを検討することである。対人不安に入るものとしては、シャイネスのほかに、対人評価不安 (social-evaluative anxiety)、デート不安 (dating anxiety)、スピーチ不安 (speech anxiety)、聴衆不安 (audience anxiety)、コミュニケーション懸念 (communication apprehension) などが知られている。これらの不安の理論的な分類整理が必要である。

引用文献

- Coopermith, S. 1967 *The antecedents of self-esteem*. San Francisco: Freeman.
- 遠藤辰雄 (編) 1981 アイデンティティの心理学 ナカニシヤ出版
- Jones, W. H., Cheek, J. M., & Briggs, S.R. (Eds.) 1986 *Shyness: Perspectives on research and treatment*. New York: Plenum Press.
- Jones, W. H., & Russell, D. 1982 The social reticence scale: An objective instrument to measure shyness. *Journal of Personality Assessment*, **46**, 629-631.
- Leary, M. R. 1983 *Understanding social anxiety*. Beverly Hills, CA: Sage Publications. 生和秀敏 (監訳) 1990 対人不安 北大路書房
- 宮下一博・小林利宣 1981 青年期における「疎外」の発達と適応との関係 教育心理学研究, **29**, 297-305.
- 田中 敏・山際勇一郎 1989 ユーザーのための教育・心理統計と実験計画法 教育出版
- Zimbardo, P. G. 1977 *Shyness*. Reading, Mass: Addison-Wesley. 小林駿・小川和彦 (訳) 1980 シャイネス I・II 勁草書房
- Zimbardo, P. G., Pilkonis, P. A., & Norwood, R. M. 1975 The social disease called shyness. *Psychology Today*, **8**, 68-72.

<付録> シャイネス尺度の項目

1. 初対面の人と会うことが、たびたびつらくなる。
2. たびたび、落ち込んだり、悲しくなったりする。
3. 人前で、自分の意見を言うことが、非常にむずかしいときがある。
4. たとえ友達でも、自分のことを余り知ってほしくないと思う。
5. 自分は周囲の人達とはなじめない人間であると見られているように思う。
6. 他人のいるところで、何か考えることはむずかしい。
7. 自意識過剰である。
8. 新しい友達をつくることは、困難である。
9. 周囲の人達から孤立していると思うことが、たびたびある。
10. たとえ自分の意見を言うことが必要なときでも、そうすることはむずかしい。

11. 周囲の人たちのほとんどは、本当の自分を知らないと思う。
12. つきあいが悪いために、おたくとまっているとか、偏屈な人間であるとか、思われていると思う。
13. グループの中では、発言することはむずかしい。
14. 自分の気持ちや態度について、気にすることがたびたびある。
15. 楽しい経験であるはずなのに、そんな経験を避けたり、楽しくないと思ひ込んだりすることが、たびたびある。
16. ときどき寂しくなる。
17. グループの中では、何か言いたいことがあっても、黙っているのが普通である。
18. 友達がたくさんいても、自分の本当の長所は知らないと思う。
19. 自分が弱い人間だと思われているのではないかと心配になる。
20. 言いたいことをうまく伝えられないことが、しばしばある。
21. 自分の考えや気持ちに、もっとこだわらなくなれたらいいなあ、と思う。
22. 自分は内気だと思う。
23. 自分は引っ込み思案だと思う。

注

項目 No. 22と23は、基準関連妥当性を検討するための項目である。

Construction of Japanese Version of Shyness Scale for College Students

Shigeo SAKURAI

(Department of Psychology, Nara University of Education, Nara 630, Japan)

and

Toyoko SAKURAI

(Sakurai Institute of Human Sciences, Nara 630, Japan)

(Received April 5, 1991)

Two studies were conducted to construct a Japanese shyness scale for college students, a Japanese version of Jones and Russell's (1982) Social Reticence Scale. In Study 1, the entire 21-item Social Reticence Scale was translated into Japanese and administered to 241 college students. They also completed a questionnaire including an alienation scale, MPI, and self-esteem scale. The Japanese shyness scale was found to have high reliability and validity. In Study 2, personal space was compared between high shyness subjects ($n = 10$) and low shyness subjects ($n = 10$) in order to demonstrate the construct and behavioral validity. As predicted, high shyness subjects required significantly greater space than low shyness subjects. Some problems were discussed for further development of the scale.