

# 見られる位置と親密性の違いによる不快感情の差異

山内 裕斗\*・田邊 敏明\*\*

Differences of Discomfort Feeling Based on the Other's Position and Intimacy

YAMAUCHI Hiroto\*, TANABE Toshiaki\*\*

(Received September 22, 2022)

本研究の目的は、被観察場面で作業を行う際に、観察者が立つ位置を変えることによる、被観察者の不快感情の差異を調べること、また被観察者の性格特性や観察者との関係（知っている人・知らない人・親密性の程度）における関連、被観察者の体感時間との関連を調べることであった。実験では、観察者とお互い知っている人群21名、知らない群11名が参加し、正面、横、うしろの3つの位置から作文課題を行う様子が観察された。実験の結果、被観察者はうしろよりも正面と横から見られた方が不快感情得点は高くなった。また、知っている人群の中でも親密性低群よりも親密性高群の方が、不快感情は高くなった。これらの結果は、被観察場面での不快感情は、観察者が視界に入るか否か、また被観察者の自己呈示や評価懸念によって影響されるという事実から考察された。

## 問題

自分一人で作業をしているとき、他者の目に触れ、他者から見られる場面は日常的にもあるだろう。例えば、図書館で勉強している時に他人から見られる、学校や大学での授業中に先生や他の生徒、受講生から見られる、家で課題をしている時に親やきょうだいなどから見られる、という状況である。自分が考えている様子や作業をしている様子を見られることで、「見られているから頑張ろう」「この答えは自信があるから見てほしい」という「見られたい」という人がいる一方で、「人に見られていると思考が働かない」「落ち着かない」という人もいるだろう。他者が近くに存在することによって、一人の時よりも課題の遂行が促進されることを社会的促進という (Allport, 1924)。またZajonc (1965) は、他者の存在により行為者は覚醒水準が上昇し、単純な課題や学習済みの課題においては課題の遂行が促進される一方で、誤反応が多くなる複雑な課題や初見の課題においては課題の遂行が抑制されると述べている。さらに、他者から視線を受ける場面では、単に他者が存在する場面よりも緊張や不安を高めることも示されている (横山・坂田・黒川・生和, 1992)。他者から観察されている中で変化検出課題を行いパフォーマンスを調べた研究で

は、他の人から見られているという意識があると、課題の遂行に時間がかかり、より正確に答えようとする (Miyazaki, 2013)、また、課題遂行時に実際に他者が存在して観察されている場合や、ビデオカメラを通して他者に観察されている場合では、他者から観察されていない時よりも変化検出課題の遂行に時間がかかることが示されている (金谷・永井, 2022)。このように、他者が近くに存在することや、その他者から自分の様子を見られるという行為には、動機を高めるというポジティブな機能と、不快感を生むというネガティブな機能の両機能をもつこと、また、課題遂行へのパフォーマンスに影響を与えることが考えられる。

ここで、「人間の体の周囲を取り巻く、目に見えない、持ち運び可能で、他人に侵入されると心的不快を感じる領域」のことをパーソナルスペースという (Sommer, 1959)。パーソナルスペースは、温かい人や魅力的な人、協力的で相互作用が多い関係の他者に対しては小さくなることが分かっている (Gifford, 1982)。また、パーソナルスペースの構造について田中 (1973) は、正面>斜め前方>横・後方という順で小さくなるという点で、パーソナルスペースは異方的構造をもつことを示した。対人場面での二者の距離や位置関係に関する

\* 令和元年度山口大学教育学部学校教育教員養成課程小学校教育コース心理学選修卒業生

岡山大学大学院社会文化科学研究科 〒700-8530 岡山市北区津島中三丁目1番1号, yamahiro1614@gmail.com

\*\* 山口大学名誉教授

研究として、二者の距離が近いほど、また、自分が相手の正面に位置するほど緊張感が高くなることや（山口・鈴木, 1996）、相手との位置が、横<斜め<正面の順に緊張や興奮が高まること（山口, 1997）などが論じられている。ここから、作業している様子を他者から見られる場面を考えると、見られる他者との親しさの度合いや二者の位置関係によって、見られる者に与える心理的影響は異なることが考えられる。

加えて、他者から見られるということを考えるうえで、パーソナリティの観点からも考える必要があるだろう。中でも、神経症傾向は他者の視線に対して不安や恐怖を感じやすく（山内・田邊, 2021）、他者から見られるという場面においてもその影響を受けやすいことが予想される。神経症傾向は社交不安と正の相関があることも示されている（Norton, Cox, Hewitt, & Mcleod, 1997）。社交不安とは、他者と交流する社交場面や、他者の注視を浴びる可能性のある場面に対する過度の不安や恐怖、また、社交場面や注視を浴びる場面からの回避を特徴とするものであり、具体的には「よく知らない人と話す」「誰かに見られながら飲食する」「人前で何かを行う」ような場面を指す（American Psychiatric Association, 2013）。これらの点から神経症傾向の人は、見られることに対して不安や恐怖を主とする不快感を感じやすいことが考えられる。

さらに、同じ空間内で自分の様子が他者によって「観察される」という受動的な立場に立たされた場合には、不安や緊張を高めることが分かっており（横山他, 1992）、一川（2008）は恐怖感や緊張を感じる時には心的時間が速くなり、実際の時間を長く感じると述べている。他者から見られている場面で何かしら思考を働かせることは、他者から「観察される」という立場に置かれ、時間を長く感じる事が予想される。

そこで本研究では、他者から見られる場面を「被観察場面」とし、そこで生じる不快感情について検討するために以下の3点を目的とする。

- ①被観察場面で作業を行う際に、観察者の見る位置を変えることによって、被観察者に喚起される不快感情の程度の違いを調べる。
- ②被観察場面で喚起される不快感情について、観察者の見る位置と、被観察者の性格、また、二者の知っている程度や親密性における要因間の関連を調べる。
- ③被観察場面で作業を行う際の、主観的な時間の流れを調べる。

## 予備実験

### 目的と方法

**目的** 被観察場面で作業を行うときの感情を調べ、本

実験で用いる質問紙を作成する。

**実験期間** 2019年10月下旬から11月上旬の期間に行った。

**実験参加者** 8名の男女（男性2名、女性6名、平均年齢20.4歳）が実験に参加した。参加者の募集に際し、第一筆者がSNSや大学の研究室内の掲示板でお知らせし、参加者を募った。

**実験者** 刺激となる観察者（実験者）は22歳の男性で、身長165cm程度、体重50kg程度の体格であった。

**手続き** 実験は、参加者（被観察者）は実験者（観察者）から観察される状況の中で作業を行うものであった。作業の課題は作文課題とした。実験では「作文のテーマは自由であり、文の内容は評価や分析の対象としない」という教示を行って開始した。テーマが自由であったため、実際の作文は、大学生活を振り返った感想や、アルバイトのこと、最近あった楽しい出来事など、様々であった。また、作業に充てる時間は伝えず、実験者が終わりの合図を出すまで書き続けるよう教示を行った。実験は、参加者は自分の作業の様子を正面から見られる要因、横から見られる要因、うしろから見られる要因の3要因を経験し、それぞれ2分の計6分間の実験となった。位置の要因間で時間は区切らず、実験者が正面、横、うしろのそれぞれの位置を静かに移動して、6分間続けて行った。なお、位置の順番はカウンターバランスを考慮した。実験後には、「作文課題を行っている際、どのような感じがしたか」という質問をし、自由記述で回答を求めた。実験室の様子は本実験と同様の配置である（Figure 1）。

**倫理的配慮** 実験参加者には、「実験者に見られながら作文課題を行ってもらおう」という実験の内容を説明し、実験は随時中止可能であること、実験後の質問紙への回答は任意であること、回答したくない場合は無理に回答する必要はないこと、回答しなかった場合や途中で中止した場合も不利益は生じないこと、得られたデータは統計的に処理し、個人が特定されることはないこと、結果は学位論文や学術雑誌にて発表する可能性があることの説明を行った。さらに、「見られることに対して過度に不安を感じることはないか」ということを確認したうえで、実験参加の同意を得た者を対象とした。この確認は、人前で何かを行うことを苦手とする社交不安障害の患者、またはその傾向にある者は、本実験では苦痛を感じる事が予想されるため、実験に協力してもらうのはふさわしくないと判断したためである。実際、臨床上に意味のある苦痛や困難はないために社交不安の病態に該当しないとしても、社交不安者が不安を感じる場面で、程度の差こそあれ、不安や緊張を感じる大学生は少なくないことや（三宅・岡本・神人・矢式・内野・磯部・高田・小

島・二本松・横崎・日山・吉原, 2014)、社交場面で臨床上に中程度以上の不安がある大学生は7割ほど存在することが示されている(高橋・島田, 2017)。実験後にはデブリーフィングとして、後の本実験と合わせた実験全体についての説明を行った。

## 結果

実験の結果、20の有効回答が得られた。それらの回答結果における質問紙の作成については、筆者と、心理学を専門とする大学教員の2名の合議により、重複している回答や、不快な感情以外の内容が書いてあるなど実験の主旨にそぐわない回答を削除した。重複した回答は「緊張した」の1つであり、削除した回答は、「難しかった」「気楽だった」「実験者の意図を探ってみた」「実験者の裏をかきたくなった」「やけくそになった」「どきどきした」「自分の体が気になった」「面白かった」「落ち着いていた」の9つであった。最終的に採用された項目は、「不安を感じた」「恥ずかしかった」「威圧感を感じた」「落ち着かなかった」「次に何を書くか迷った」「緊張した」「焦りを感じた」「集中できなかった」「実験者の気配を感じた」「実験者のことが気になった」の10項目である。以下、作成されたこれらの10項目の質問を「被観察場面での不快感情項目群」とする。

## 本実験

### 目的と方法

**目的** ①被観察場面で作業を行う際に、観察者の見る位置を変えることによって、被観察者に喚起される不快感情の程度の違いを調べる。

②被観察場面で喚起される不快感情について、観察者の見る位置と、被観察者の性格、また、二者の知っている程度や親密性における要因間の関連を調べる。

③被観察場面で作業を行う際の、主観的な時間の流れを調べる。

**実験期間** 2019年11月中旬から12月の期間に行った。

**実験参加者** 実験者を知っている人群21名(男性7名、女性14名、平均年齢21.5歳)、知らない人群11名(男性2名、女性9名、平均年齢20.0歳)が実験に参加した。知っている人群は、刺激となる実験者との関係として、実験開始の1年以上前からお互いに相手の存在を認識しており、かつ実験開始までに複数回話したことがある人を対象とした。知らない人群は実験者との面識がなく、話したこともない人を対象とした。知っている人群は、第一筆者がSNSや大学の研究室内の掲示板でお知らせし、参加者を募った。知らない人群は、実験者の知人を介し、SNSや知人の口頭でのお知らせにより参加者を募った。どちらの群も大学の学部生を対象とし、刺激

となる実験者との関係は、実験者と参加者は同学年、もしくは実験者よりも参加者が同学年以下とし、実験者よりも目上の方は参加者の対象から除くように設定した。なお、予備実験での実験参加者は、本実験の対象からは除外した。

**実験者** 刺激となる観察者(実験者)は、予備実験と同一の者であり、服装は、上は白系統のシャツに青色のジャケット、下は黒の長ズボンを着用した。

**手続き** 実験では予備実験同様、参加者は実験者から観察される状況の中で作業を行うものであった。実験は、1回の実験で正面、横、うしろのいずれか1水準の位置を測り、1日以上の間隔を開けて3回実施した。作業の課題は作文課題とした。課題の内容は、「自分の大学生活について」「自分の将来について」「趣味など自分の好きなことについて」の3つとし、1回の実験の際に1つの課題を行った。作文課題の設定としては、いずれも自己開示を含むものであり、自分のことを書くという意味で、課題の促進や抑制が起こりにくいと考えたためである。作文については「後に評価や分析の対象となる可能性がある」と教示をし、参加者には「評価される可能性がある」という認識を与えた。これは、予備実験で得られた「評価されないと分かっていたからのびのびと書くことができた」という意見を参考に、参加者に緊張感を持たせるために行った。なお、位置の水準と作文課題については、カウンターバランスを考慮した。また、実験前の説明として「作文は実験者の終わりの指示があるまで書き続けてほしい」という教示も行った。これは、主観的な時間の流れを後に調べるためである。実際に1回の実験時間は、どの位置水準のときも5分間であった。作文課題の用紙は、A4版で14mm罫線の16行のものを使用した。実験室の様子はFigure 1に示す。参加者と実験者の距離は机の中心を基準として、正面のとき80cm程度、横のとき80cm程度、うしろのとき110cm程度とした。なお、横の位置について、参加者が右利きの場合は左手側からの観察、左利きの場合は右手側からの観察というように、参加者の利き手とは逆の位置から観察した。また、うしろの位置については参加者の真うしろではなく、非利き手側、もしくは利き手側にずれたななめの位置から観察した。これは、課題を行っている様子のみならず、書いている内容を実験者にも見えるようにするために、以上のような距離と位置に設定した。作業開始時の実験者の位置は、参加者の非利き手側にずれた位置から始めたが、姿勢が悪いなどの理由でその位置から参加者の作文が見えないときには、利き手側にも回るなどして、作文の内容が見える位置に移動した。

それぞれ3回の各実験の後には、予備実験で得られた被観察場面での不快感情項目群を用いて、課題を行って

いた時の感情を、「非常に当てはまる」（7点）から「全く当てはまらない」（1点）の7件法で回答を求めるとともに、「実験の所要時間（作文課題をしていた時間）はどれくらいだったと思いますか」という質問で体感時間を、また、「気付き、感想などがあればお書きください」という質問で内省も尋ねた。

3回目の実験で3水準における実験すべてが終了した後に、知っている人群の参加者には、参加者の性格特性を尋ねる尺度と、参加者と実験者との親密性に関する尺度、及び、実験者の評価や印象について自由記述での回答を求め、知らない人群には性格特性を尋ねる尺度のみの回答を求めた。性格特性の尺度は、小塩・阿部・カトローニ（2012）の日本語版Ten Item Personality Inventory (TIPI-J) を用いた。これは、「外向性」「協調性」「勤勉性」「神経症傾向」「開放性」の5因子構造であり、各2項目、計10項目からなる尺度である。回答は先行研究に従い、「強くそう思う」（7点）から「全く違うと思う」（1点）の7件法とした。親密性の尺度は、谷・原田（2011）の親密性尺度を参考に、実験者と参加者の2者関係に置き換えた文に改良して用いた。改良する際には参加者の負担を減らすために、本実験の主旨にそぐわないと思われる3項目を削除した。改良した親密性尺度の項目は、「あなたと実験者は、お互いに信頼し、心を打ち明けることのできる関係である」「あなたと実験者は、あなたが困った時に相談できて、実験者が困った時に相談にのれる人間関係である」「実験者は、あなたを支えてくれる存在であり、あなたも必要ときに実験者の支えになることができる」「あなたと実験者は、お互いある程度の犠牲を払ってでも助け合えるような人間関係である」「あなたと実験者は、表面的な付き合いしかできない（逆転項目）」「あなたは実験者のことを、友人、もしくは先輩として好きになることができない（逆転項目）」「あなたは、実験者の頼みを聞いて、それに応じることで、自分が満足することがある」の7項目である。回答は先行研究に従い、「非常に当てはまる」（7点）から「全く当てはまらない」（1点）の7件法とした。実験の手順についてのまとめをTable 1 に示す。

**倫理的配慮** 実験参加者には予備実験同様、「実験者に見られながら作文課題を行ってもらおう」という実験の内容を説明し、実験は随時中止可能であること、実験後の質問紙への回答は任意であること、回答したくない場合は無理に回答する必要はないこと、回答しなかった場合や途中で中止した場合も、不利益は生じないこと、得られたデータは統計的に処理し、個人が特定されることはないこと、結果は学位論文や学術雑誌にて発表する可能性があることの説明に加え、「見られることに対して

過度に不安を感じることはないか」ということを確認したうえで、実験参加の同意を得た者を対象とした。実験後にはデブリーフィングとして、本実験についての説明を行った。

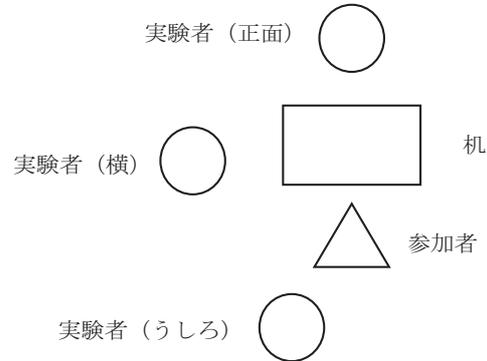


Figure 1 予備実験と本実験で使った実験室の様子

Table 1 実験の手順

実験	実験者/観察者	実験参加者/被観察者
1回目	正面, 横, うしろのいずれかの位置を設定	作文課題後, 不快感情項目群への回答
2回目	正面, 横, うしろのいずれかの位置を設定	作文課題後, 不快感情項目群への回答
3回目	正面, 横, うしろのいずれかの位置を設定	作文課題後, 不快感情項目群への回答 知っている人群: TIPI-J, 二者関係での親密性尺度, 実験者についての印象 知らない人群: TIPI-J

**結果**

分析は、質問項目の逆転項目は逆転処理を行った後に分析を開始した。分析はいずれも分析ソフト R (version 3.4.2) を用いた。まず、被観察場面での不快感情項目群10項目の構造を調べるために、正面、横、うしろのデータそれぞれで、主成分分析を行うとともに  $\alpha$  係数を算出した。その結果、正面での第一主成分に対する寄与率は0.56、 $\alpha$  係数は0.91、横での第一主成分寄与率は0.55、 $\alpha$  係数は0.90、うしろでの第一主成分に対する寄与率は0.50、 $\alpha$  係数は0.88であった。それぞれの条件で、寄与率、 $\alpha$  係数ともに妥当であると判断したため、分析には項目を削除することなく、10項目すべてを用いて分析を行った。なお、以下の分析で用いる不快感情得点は、7点×10項目で70点が満点であり、各項目での不快感情得点は、7点が満点である。

**目的①について** 目的1「被観察場面で作業を行う際に、観察者の見る位置を変えることによって、被観察者に喚起される不快感情の程度の違いを調べる」について、被観察場面での不快感情を、見られる位置（正面・横・うしろ）の1要因3水準の参加者内計画で分散分析を行った。その結果、有意な主効果 ( $F(2,62) = 6.738, p < 0.01$ ) が見られ、Scheffeの多重比較の結果、正面と横の方が、うしろよりも不快感情得点が有意 ( $p < 0.05$ ) に高くなった (Figure 2)。得点の平均は、正面が34.19、横が33.75、うしろが26.53であった。また、

被観察場面での不快感情尺度10項目それぞれにおいても同様に分散分析を行ったところ、「恥ずかしかった」「緊張した」「焦りを感じた」「実験者の気配を感じた」の4項目において、有意差が見られた (Table 2)。いずれの項目も Scheffe の多重比較の結果、正面と横の方がうしろよりも不快感情得点が高くなっていった。

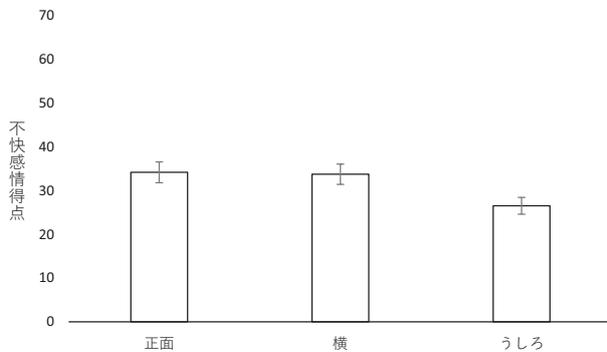


Figure 2 被観察場面での不快感情得点の平均値

Table 2 被観察場面での不快感情項目群の平均値と標準偏差

	正面	横	うしろ	F値	多重比較
不安	2.44 (1.54)	2.47 (1.58)	2.19 (1.45)	0.598	
恥ずかしさ	3.44 (2.03)	3.44 (1.84)	2.19 (1.38)	9.451***	うしろ<正面, 横*
威圧感	2.84 (1.70)	2.78 (1.73)	2.03 (1.29)	3.067	
落ち着かなさ	3.63 (1.76)	3.47 (1.75)	2.78 (1.80)	2.768	
何を置くかの迷い	3.84 (1.89)	3.97 (1.86)	3.75 (1.68)	0.144	
緊張	3.16 (2.05)	3.50 (1.90)	2.38 (1.43)	6.503**	うしろ<正面, 横*
焦り	2.75 (1.75)	2.63 (1.76)	1.84 (1.12)	4.153*	うしろ<正面, 横*
集中できない	2.66 (1.60)	2.75 (1.68)	2.16 (1.42)	2.005	
気配を感じる	5.41 (1.83)	4.97 (2.04)	4.06 (2.00)	5.926**	うしろ<正面, 横*
気になる	4.03 (1.85)	3.78 (1.85)	3.16 (1.68)	2.535	

\* $p < 0.05$  \*\* $p < 0.01$  \*\*\* $p < 0.001$ 

目的②について 次に目的 2 「被観察場面で喚起される不快感情について、観察者の見る位置と、被観察者の性格、また、二者の知っている程度や親密性における要因間の関連を調べる」について、異なる位置での不快感情と性格の関連について相関分析を行った。その結果、神経症傾向において正面の位置で弱い正の相関が有意傾向で見られた (Table 3)。

Table 3 被観察場面での不快感情得点と性格特性の相関係数

	外向性	協調性	勤勉性	神経症傾向	開放性
全角度	-0.064	-0.074	-0.127	0.255	0.215
正面	-0.140	0.127	-0.087	0.321*	0.191
横	0.012	-0.124	-0.031	0.145	0.068
うしろ	-0.018	-0.210	-0.205	0.128	0.271

\* $p < 0.1$ 

また、二者が知っている人か知らない人かの違いによる影響を調べるため、異なる位置での被観察場面での不快感情得点において、参加者の知り合いの程度 (知っている人 21 名と知らない人 11 名) と見られる位置 (正面・横・うしろ) で、 $2 \times 3$  混合計画で分散分析

を行った。その結果、位置の要因において有意な主効果 ( $F(2,60) = 6.765, p < 0.01$ ) が見られ、Scheffe の多重比較の結果、正面と横の方が、うしろよりも不快感情得点が有意 ( $p < 0.05$ ) に高くなった (Figure 3)。不快感情得点の平均は、知っている人 34.10、横 37.14、うしろ 28.33 であり、知らない人 34.36、横 27.27、うしろ 23.09 であった。交互作用は見られなかった。

併せて、知っている人 34.10 と知らない人 34.36 などの下位分析として、被観察場面での不快感情項目群 10 項目それぞれにおいても同様に位置における分散分析を行った。その結果、知っている人では「恥ずかしかった」「緊張した」「実験者の気配を感じた」の 3 項目で有意差が見られ、Scheffe の多重比較の結果、正面と横はうしろより「恥ずかしさ」と「気配を感じる」の不快感情得点が高く、横は正面とうしろより「緊張した」が高かった。知らない人では「緊張した」の 1 項目で有意差が見られ、Scheffe の多重比較の結果、正面と横はうしろより「緊張した」が高かった (Table 4, 5)。

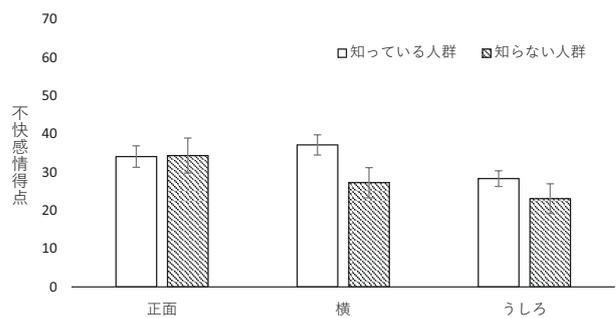


Figure 3 被観察場面での知っている人と知らない人での不快感情得点の平均値

Table 4 知っている人における被観察場面での有意差が見られた不快感情項目群の平均値と標準偏差

	正面	横	うしろ	F値	多重比較
恥ずかしさ	3.33 (1.96)	3.76 (1.74)	2.24 (1.48)	7.404**	うしろ<正面, 横*
緊張	2.67 (1.73)	3.57 (1.84)	2.67 (1.43)	7.345**	正面, うしろ<横*
気配を感じる	5.67 (1.58)	5.33 (1.73)	4.33 (1.73)	4.946*	うしろ<正面, 横*

\* $p < 0.05$  \*\* $p < 0.01$ 

Table 5 知らない人における被観察場面での有意差が見られた不快感情項目群の平均値と標準偏差

	正面	横	うしろ	F値	多重比較
緊張	4.09 (2.27)	3.36 (2.01)	1.82 (1.27)	5.885**	うしろ<正面, 横*

\* $p < 0.05$  \*\* $p < 0.01$ 

次に親密性による違いを調べるために、知っている人の親密性得点から、親密性高群と親密性低群に群分けを行った。親密性得点は 7 点  $\times$  7 項目の 49 点が満点であり、参加者の得点は、最大値 45、最小値 15、平均値 32.81、中央値 33 であり、33 点以上を親密性高群 (12

名)、33点未満を親密性低群(9名)とした。群間の人数にばらつきがあるのは、基準となる33点の参加者が4名いたためである。そして、参加者の親密性(親密性高群と親密性低群)と見られる位置(正面・横・うしろ)で、2×3混合計画で分散分析を行った。その結果、親密性の要因において有意な主効果( $F(1,19) = 6.698, p < 0.05$ )が見られ、親密性高群は低群より不快感情得点が高かった。位置の要因においても有意な主効果( $F(2,38) = 5.222, p < 0.01$ )が見られ、Scheffeの多重比較の結果、横の方がうしろよりも不快感情得点に有意( $p < 0.05$ )に高くなった(Figure 4)。不快感情得点の平均は、親密性高群の正面が37.08、横が42.42、うしろが32.00であり、親密性低群の正面が30.11、横が30.11、うしろが23.44であった。交互作用は見られなかった。

併せて、親密性高群と親密性低群ごとの下位分析として、被観察場面での不快感情項目群10項目それぞれにおいても同様に位置における分散分析を行った。その結果、親密性高群では「恥ずかしかった」「緊張した」の2項目で有意差が見られ、Scheffeの多重比較の結果、横はうしろより「恥ずかしさ」の不快感情得点が高く、横は正面やうしろより「緊張した」が高かった。親密性低群では「実験者の気配を感じた」の1項目で有意差が見られ、Scheffeの多重比較の結果、正面と横はうしろより「気配を感じる」が高かった(Table 6, 7)。

以上の分析結果を受け、知っている人群21名において、被観察場面での不快感情得点と親密性得点において相関分析を行った。その結果、全位置での合計点において有意な中程度の正の相関が、正面と横の位置において有意傾向のある中程度の正の相関が見られ、親密性が高い相手から見られるほど不快に感じるという結果となった(Table 8)。また続けて、知っている人群において性格特性との関連を調べるために、被観察場面での不快感情の全位置の合計点と性格特性において相関分析を行った。いずれにおいても有意差は見られなかった。

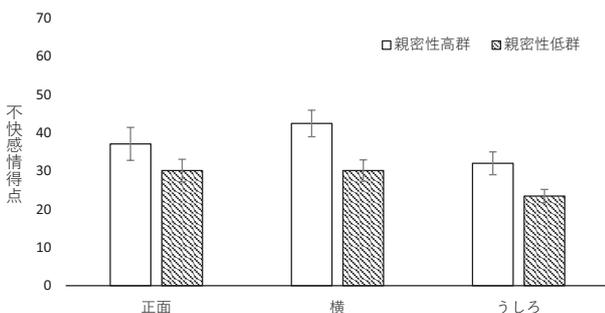


Figure 4 被観察場面での親密性高群と親密性低群での不快感情得点の平均値

Table 6 親密性高群における被観察場面での有意差が見られた不快感情項目群の平均値と標準偏差

	正面	横	うしろ	F値	多重比較
恥ずかしさ	4.08 (2.06)	4.33 (1.70)	2.67 (1.70)	4.448*	うしろ<横*
緊張	3.42 (1.75)	4.17 (1.81)	2.92 (1.50)	6.890**	正面, うしろ<横*

\* $p < 0.05$  \*\* $p < 0.01$

Table 7 親密性低群における被観察場面での有意差が見られた不快感情項目群の平均値と標準偏差

	正面	横	うしろ	F値	多重比較
気配を感じる	5.89 (0.74)	5.44 (1.57)	3.89 (1.66)	11.225***	うしろ<正面, 横*

\* $p < 0.05$  \*\*\* $p < 0.001$

Table 8 知っている人群の不快感情得点と親密性得点の相関係数

	全位置	正面	横	うしろ
親密性	0.460*	0.413+	0.407+	0.261

\* $p < 0.1$  \* $p < 0.05$

**目的③について** 最後に目的3「被観察場面で作業を行う際の、主観的な時間の流れを調べる」について、被観察場面で体感する時間の長さを、見られる位置(正面・横・うしろ)の1要因3水準の参加者内計画で分散分析を行った。その結果、有意差は見られず、どの位置においても平均では6分半から7分の時間の長さとして体感していた(Table 9)。実験ではすべての実験において5分間測っていたため、実際の時間より1分半から2分ほど長く感じる傾向があるという結果になった。なお、体感時間の最短と最長について、正面では最短4分、最長15分、横で最短3分、最長20分、うしろで最短3分、最長20分までの回答の差があった。

Table 9 被観察場面での体感時間の平均値と中央値

	正面	横	うしろ
平均値	6.63分	6.84分	6.94分
中央値	5.00分	5.00分	6.00分

**実験の気づきや感想、実験者の印象について** 最後に、各回の実験において以下のような感想が得られた。まず緊張や恥ずかしさに関して「どこを見られているかが気になった」「視界に入ると気になった」「思っていた以上に緊張や恥ずかしさがあった」「書かないといけな感じで緊張した」「早く書こうという気になった」「普段ここまで人の気配を感じながら作業をすることがないので、どことなく緊張した」「ソワソワする気持ちは持続していた」「漢字をミスしていないか気になった」「漢字が出てこなくて恥ずかしかった」という回答が挙がった。一方で慣れや集中に関しては、「回を重ねるこ

とで慣れてきた感じがあった」「一度間違えたり汚い字になってからは、自分なりに書くしかないという気持ちになり、少しだけ不安や羞恥心、緊張は和らいだ」「書き始めると、完全に見られていることを忘れていた」「集中してくると、見られていることをあまり感じなくなった」「集中が弱くなった時に“見られている”感を強く感じた」、後ろの安心感に関しては「うしろの時は、もしかしたら自分の書く内容を見られていないかもしれない、という想像が働き、他の位置の時よりもリラックスできた」「うしろの時は、実験者が視野の中に見えていないから書くことに必死になることができた」「うしろのときは実験者の目が気にならなかった」「普段から背後をとられるのが好きではないため、うしろの時は緊張感があった」「（うしろに立たれると）視界に入らないから気配だけ感じて気になる」が挙がった。他にも想像に関しては「机間指導中の子どもの気持ちを想像した」「定期試験で回ってくる先生を思い出した」、意欲に関しては「もう少し書きたかった」「もう少し長い時間書かされると思っていた」が挙がった。

また、実験者の印象として、「真面目」「努力家」「好きなことに対する積極性や追求心が強い」「人づきあいがうまく、気さくで明るい」「威圧感がない」「話しやすい」「気遣いができる」などの回答が多く挙がり、他にも「茶目つきがある」「人望がありそう」「面倒見がいい」「一般常識のある人として信頼できる」「面白い」「聞き上手」「言動がフランク」「変わり者」「第一印象は地味で静か」などの回答も見られた。

## 考察

### 目的①について

本研究の目的は3つを設定していた。まず目的1「被観察場面で作業を行う際に、観察者の見る位置を変えることによって、被観察者に喚起される不快感情の程度の違いを調べる」について、作業中の様子を他者から見られる際には、うしろから見られるよりも正面や横から見られる方が、不快感情は高まるということが示された。中でも、「恥ずかしかった」「緊張した」「焦りを感じた」「実験者の気配を感じた」の4つの項目については、有意性が顕著であった。正面や横から観察されるときには、視界に入る位置から「見られている」という感覚が生じ、観察者（実験者）の気配を感じる程度もうしろに比べて高まったことが考えられる。パーソナルスペースは、他人に侵入されると不快に感じる領域のことである。田中（1973）はパーソナルスペースの大きさは、正面>斜め前方>横・後方という関係になったことについて、視覚的接触の点から考察している。これを本研究の結果に照らし合わせると、横や後方など「自分の視野の中に

相手が入っている、もしくは、相手の視野の中に自分が入っている」という視覚的接触がどちらか一方である状況よりも、正面や斜め前方など「自分の視野の中に相手が入っており、かつ、相手の視野の中にも自分が入っている」という視覚的接触が相互にある状況の方が、相手の刺激価値が高くなり、パーソナルスペースは大きな距離がとられると解釈されよう。本研究ではアイコンタクトこそなかったが、観察者が被観察者の視界に入らないうしろに位置し、そこから見られる状況では、視覚的接触が観察者から被観察者へという一方向であったため、被観察者は観察者に対する刺激価値が低くなり、不快感情は軽減されたということが考えられる。

また、参加者の内省の中にも実験者が視界に入っているかどうかという点に言及しているものも多く、被観察場面では観察者が視界に入るか入らないか、という視点は大きな基準になることが考えられる。正面や横など、視界に入る位置に観察者がいる場合は、被観察者は観察者の表情や目などを見ることは難しいが、その存在を自分の目で確認することになり、作業を行っている間中、注意が作業に対するものと観察者に対するものの2つが常に起きていることで、注意が分割されるということが考えられる。対してうしろという視界に入らない位置から見られる際には、観察者の存在の気配は感じるものの、それは常時ではなく一時的なものであり、作業に入り込むと、観察者は視界に入らないために、観察者に向く注意は軽減され、注意が分割されにくいということが考えられる。さらに、本実験での参加者は「作業の様子を見られる」という実験の主旨を理解したうえで実験を行ったため、「観察者がうしろに立っていても自分のことを見ていただけなのだろう」という思考から、余計な不安感がなく安心して作業に取り組むことができたということも考えられる。

### 目的②について

次に目的2「被観察場面で喚起される不快感情について、観察者の見る位置と、被観察者の性格、また、二者の知っている程度や親密性における要因間の関連を調べる」について、性格特性との関連については、神経症傾向において、視界に入る正面の位置から見られることが、他の位置から見られるよりも不快に感じていることが有意傾向で示された。観察者と被観察者の関係については、作業中の様子を他者から見られる際、その他者が知っている人、特に親密性が高い人から見られる状況において、不快感情が大きくなるということが示された。位置の違いについては、知らない相手から見られるときには、うしろからよりも正面や横の位置から見られる方が、親密性が高い相手から見られるときには、うしろよりも横の

位置から見られる方が、不快に感じているということが示された。まず位置の考察に際し、横並びの位置関係は、親しい間柄で好まれるのみならず、不安や緊張を低減させる効果との関連も考えられている（小俣，1992）。しかし、本研究の結果からは、横の位置では知っている人群、知らない人群ともに、他の位置より不快感情得点は高くなっている。これは、相手が横にいたとしても相互作用がなく、単に見られる状況、見られながら自分一人で作業を行う状況においては、共同作業を行うという意識は感じにくく、逆に親しい存在から見られることから、不快感が生じるということが考えられる。

目的②の分析からは、知っている人群の親密性と不快感情得点の相関も確認され、相手との親密性が高いほど、その相手から見られることで不快に感じているということが示された。これについて、相手との親密性が高いがゆえに、相手からよく思ってもらいたい、悪く思われたくない、という自己呈示や評価懸念の思いが強くなることを、社交不安の観点から考察を試みたい。社交不安者は、自己呈示に成功したい、相手に好印象を与えたい、という動機が高まるほど、またその動機が高まる一方で、自己呈示や好印象を与えることに失敗するのではないかという思いも強いほど不安が高まるとされている（Schlenker & Leary, 1982）。また、社交不安者は否定的評価懸念・肯定的評価懸念の両者を有しており、他者から評価されることを恐れていることが示されている（Teale Sapach, Carleton, Mulvogue, Weeks & Heimberg, 2015；森石・山下・前田・荻島・嶋田，2018）。大学生において、臨床的な病態はなくとも、社交不安者が不安を感じる場面で同様に不安や緊張を感じる大学生も多いということを考慮すると（三宅他，2014）、他者に見られながら課題を行うことは評価懸念や自己呈示に関わっていることが考えられる。さらに山内・小野（2019）の視線に関する不快感情の研究からは、相手が知らない人という場面であれば、その相手からの評価をあまり気にすることはないが、知っている人がいる場面では、失敗したくない、恥をかきたくない、という気持ちから、不快感情を感じやすくなるのではないかと考察している。本実験での参加者（被観察者）は、自己呈示を含む内容の課題を行っており、そのような課題において、お互いに知っている人や親密性の高い相手に対して自己呈示を成功させたいが、それができかどうかの懸念や、作文を評価や分析されると認識することで、心配や不安などの不快感情が喚起されることになる。そして、そのような感情を喚起させる観察者と2人だけの状況で、失敗したくない、恥をかきたくない、という思いから、不快感情の喚起を促進しているということが考えられる。知らない相手や、親密性が低い

相手であれば、今後の付き合いなど関係性の維持を考えることもなく、失敗したくない、恥をかきたくない、という思いは感じにくい一方で、親密性が高いと認識している相手に対しては、自己呈示に成功したい、良い評価をされたいがそのようにされるかどうか心配、という思いが大きくなることが考えられる。

下位分析として行った分散分析の結果からは、知っている人群において、「恥ずかしかった」「緊張した」「実験者の気配を感じた」の位置による有意性が顕著であり、その中で親密性高群は「恥ずかしかった」と「緊張した」、親密性低群は「実験者の気配を感じた」の有意性が顕著に表れている。このように分かれた考察として、知っている人、特に親密性が高い相手から見られるときには、「相手の気配を感じる」という相手に向けられた不快感情よりも、「恥ずかしい」「緊張する」という自分自身に向けられた不快感情が喚起されやすいことが考えられる。一方で、親密性が低い相手から見られるときには、自分自身に向けられる不快感情よりは、正面や横など視界に入る位置で相手（観察者）の気配を感じるという、相手に対して向けられる感情の方が大きくなることも示唆できるだろう。

### 目的③について

最後に目的③「被観察場面で作業を行う際の、主観的な時間の流れを調べる」について、5分間の作文課題における実験では、有意差こそ出なかったものの、1分半から2分長く感じる傾向にあることが示された。これは、観察される場面では緊張が高まり（横山他，1992）、緊張を感じるときには実際の時間を長く感じる（一川，2008）という先行研究に一致した結果である。しかし体感時間については、個人間で大きな差が見られており、相関を確認することは難しかった。被観察場面での時間の感じ方は、性格特性ではなく、別の要因に関連している可能性も示唆できる。

### 本研究の限界と今後の展望

本研究からは、被観察場面ではうしろから見られるよりも正面や横から見られるときの方が不快な感情は増加するという事実、また、被観察場面では観察される相手との親密性が高いほど不快に感じ、特に横から見られるときに不快に感じることが示された。本研究での結果は、学校や図書館などでの学習場面、その他様々な場面で、示唆に富んだものであろう。

一方で、知っている人群、知らない人群ともに、「見られることに対して過度に不安を感じることはない」という確認をして実験を行っている。そのため、社交不安傾向にある人は実験の対象にはしておらず、実際、見ら

れることに対して不安を感じるという理由で実験を断念した人も1名いた。社交不安の発症は8歳から15歳の間で多く、中には児童期の早い段階でも発症することもありうる (American Psychiatric Association, 2013)。これは思春期や青年期に当たり、学校では小・中学生、高校生が主に該当する。本人の病識はないとしても、社交不安者が苦手とする状況下で、同様に不安や緊張を抱く大学生も多いという知見を加味しても (三宅他, 2014; 高橋・島田, 2017)、教育現場で机間指導を行う際には、本研究の結果から示唆されることに加え、観察される状況では、見られることに過度に不安を感じる人でなくても、見られることは不安を感じやすいということを認識する必要があるだろう。加えて、そのような教育場面での机間指導を考える際、学習者は「教師に見られたことで自分の書いていることが把握され、発表や発言を求められるかもしれない」という考えが巡ることもあろう。教師に指名されることがうれしいと感じる学習者もいれば、自分の答えや考えに自信がない、という学習者もいる。今回の実験では、「作文の内容は後に評価や分析の対象となる可能性がある」という教示を行ってはいるが、参加者からすると自分が書いた作文を見られるだけで、それが何かしらの形で発表や発言を求められるという思考に結びつくことはないだろう。このような、見られた後に起こりうる現象を考慮したうえでの研究も行う価値があるだろう。

また、知らない人群では、実験者の知人を介して集めているため、知人から実験者の情報がどの程度伝わっているかは分からず、印象形成の観点からは統制がとれていなかった。本研究では正面や横から見られる方がうしろから見られるよりも不快に感じやすいことが示されたが、視界に入らないうしろの位置から見られる際には、観察者の様子は自分の目で確認することはできず、「どこを見られているのだろうか?」「本当に見られているのだろうか?」という想像や、そのような想像のもとにもなる、既知の観察者の印象や情報によるものでしか観察者の様子を考えることはできない。つまり、観察者の性格や人柄、考え方などを知っているにも関わらず、視界に入る正面や横の位置から見られていると、緊張や恥ずかしさなどの不快感情を感じやすいが、視界に入らないうしろの位置から見られていると、自分の目で実際に観察者の様子を確認することはできないため、観察者の性格など、被観察者が事前に知っている観察者の情報が大きく影響を与えていることが考えられる。本実験で知っている人群に尋ねた実験者(観察者)の印象は、「真面目」「努力家」「人づきあいがうまく、気さくで明るい」「威圧感がない」「話しやすい」などの回答が多く挙がっている。知らない人群の参加者にも応え

られる範囲内で実験者の印象や雰囲気について聞いたところ、多かったもので「優しそうな雰囲気」「話しやすい」「表情豊か」「真面目そう」などの回答が挙がり、知っている人群に回答を求めた実験者の印象や評価とも重なるものである。本研究ではこのような観察者の印象が、視界に入らないうしろの位置から見られるときには作用し、不快感情が軽減した可能性も考えられる。今後は、本研究で行った観察者だけでなく、他の特徴をもつ観察者と複数で行っての比較検討を行うなど、観察者の印象に焦点を当てた研究も意義があると考えられる。

さらに、本研究では、実験参加者は男性女性ともに存在したが、実験者は男性のみとなっており、男性の観察者に対する男性(同性)または女性(異性)の被観察者という状況のみの研究となっている。パーソナルスペースは、男性よりも女性の方が小さいという知見と、結果が一貫していないという知見とがあり、単に性差というよりは、被験者の性や接近者の性など様々な要因による検討、また、身長差や体格差などの生物学的、身体的要因も考慮して研究を行う必要があることが考えられている(青野, 2003)。今後は本研究の結果を踏まえたうえで、女性の実験者に対して男性・女性の実験参加者として、座高や体格の差などを考慮に入れて追試を行うことが必要である。

## 引用文献

- Allport, F. H. (1924). *Social psychology*. Boston :Houghton Mifflin Company.
- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders. (5th ED)*. Arlington, V.A.: American Psychiatric Association.
- 青野篤子 (2003). 対人距離の性差に関する研究の展望—従属仮説の観点から— 実験社会心理学研究42 (2), 201-218.
- Gifford, R. (1982). Projected Interpersonal Distance and Orientation Choices: Personality, Sex, and Social Situation. *Social Psychology Quarterly*, 45, 145-152.
- 一川誠 (2008). 大人の時間はなぜ短いのか. 集英社新書.
- 金谷英俊・永井聖剛 (2022). 他者観察が変化検出課題成績と不安状態に及ぼす効果 認知心理学研究19, 2, 29-38.
- 三宅典恵・岡本百合・神人蘭・矢式寿子・内野悌司・磯部典子・高田純・小島奈々恵・二本松美里・横崎恭之・日山亨・吉原正治 (2014). 社交不安障害に対する大学生の理解について 総合保健科学: 広島大学保健管理センター研究論文集30, 1-6.
- Miyazaki, Y. (2013). Increasing visual search accuracy

- by being watched. *PLoS ONE*, 8, e53500.
- 森石千尋・山下歩・前田駿太・荻島大凱・嶋田洋徳 (2018) . 他者評価懸念の機能的側面が社交不安の程度に及ぼす影響. 早稲田大学臨床心理学研究18, 1, 51-57.
- Norton, G. R., Cox, B. J., Hewitt, P. L., & Mcleod, L. (1997) . Personality factors associated with generalized and nongeneralized social anxiety. *Personality and Individual Differences*, 22, 655-660.
- 小俣謙二 (1992) . 日本人学生の座席選択にみられる特徴. 名古屋文理短期大学紀要, 17, 9-16.
- 小塩真司・阿部晋吾・カトローニ ピノ (2012) . 日本語版Ten Item Personality Inventory (TIPI-J) 作成の試み. パーソナリティ研究21, 1, 40-52.
- Schlenker, B. R., & Leary, M. R. (1982) . Social anxiety and self-presentation:A conceptualization model. *Psychological Bulletin*, 92,641-669.
- Sommer, R. (1959) . Studies in Personal Space. *Sociometry*, 22, 247-260.
- 高橋佳奈・島田栄子 (2017) . 大学生の社交不安傾向について 文京学院大学人間学部研究紀要、18, 111-121.
- 田中政子 (1973) . Personal Spaceの異方的構造について. 教育心理学研究 21, 4, 19-28.
- 谷冬彦・原田新 (2011) . 新たな親密性尺度の作成. 神戸大学大学院人間発達環境学研究科研究紀要 5, 1, 1-7.
- Teale Sapach, M. J. N., Carleton, R. N., Mulvogue, M. K., Weeks, J. W., & Heimberg, R. G. (2015) . Cognitive constructs and social anxiety disorder: Beyond fearing negative evaluation. *Cognitive Behaviour Therapy*, 44, 63-73.
- 山口創 (1997) . 視覚的遮断下における座席配置が気分 に及ぼす影響. 実験社会心理学研究37, 2, 109-118.
- 山口創・鈴木晶夫 (1996) . 座席配置が気分 に及ぼす効果に関する実験的研究. 実験社会心理学研究36, 2, 219-229.
- 山内裕斗・小野史典 (2019) . 視線に関する不快感情尺度の作成、及びメタ認知との関連. ストレス科学研究34, 65-71.
- 山内裕斗・田邊敏明 (2021) . 視線に関する不快感情 に及ぼすポジティブおよびネガティブな性格特性 山口大学教育学部研究論叢、70, 27-33.
- 横山博司・坂田桐子・黒川正流・生和秀敏 (1992) . 他者共在が不安反応に及ぼす効果：SOCIAL ANXIETYについての実践的研究（1）. 実験社会心理学研究 32, 1, 34-44.
- Zajonc, R.B. (1965) . Social Facilitation. *Science* 149 (3681) , 269-274.

#### 付記

本研究は、第一筆者が令和元年度山口大学教育学部に提出した卒業論文を加筆修正したものである。研究に関してご指摘やご助言をいただきました山口大学教育学部の先生方、また、実験に快く協力していただきました皆様に感謝いたします。