

## 研究史 ～社交不安症とは～

他者の注視を浴びる可能性のある社交場面に対する著しい恐怖または不安を特徴とし、自身の振る舞いや不安症状を見せることで、恥をかいたり恥ずかしい思いをしたり、拒絶されたり、他者の迷惑になったりして否定的な評価を受けることを恐れる病態とされる。

社交不安障害の患者が不安感や恐怖感を感じ、回避しようとする状況は様々なものがある。例えば人との会話や初対面の人と会うこと、集団の前で話す、目上の人に話しかける、反対意見を述べる、人前で飲食をするなどが社交不安障害の患者に不安感や恐怖感を喚起させ、回避させようとする状況である。

大学生の社交不安障害については、大勢の人の前で話すことに関しては4割以上の学生が強い不安や緊張を感じていることが分かっている。さらに「こうした状況での強い不安や緊張のために社会生活に大きな支障があると感じますか」との質問に対しては約1割の学生が非常に強く感じる、はっきりと感じると回答し、実際に支障を感じている大学生がいることが判明した。

## 目的

本研究では、現代において増加しており、若者の発症率が他の世代・年齢と比べ多い社交不安障害に対して、現代の大学生における不安・恐怖傾向と回避傾向を調べるとともに、小学校、中学校、高校の学齡期における行動がどれほど現在に影響し、その行動がどれほど関係しているのかを調べることを目的とする。

## 方法

千葉県内の私立大学文系学部52名に質問紙調査を実施した。調査は令和元年11月8日の講義で行い、授業終了後に回収した。質問紙の内容はLSAS-Jで実際に使用されている社交不安症評価スケールを使用した。そのほかに小学校での会話や発表、意見するなどの行動、中学校での会話や発表、意見するなどの行動、高校での会話や発表、意見するなどの行動を学生時代の行動として構成した。それに加え、フェイスシートからなる全体で5つの構成、81項目で質問紙を作成した。データの分析ではSASを使用し、社交不安症スケールを相関分析と重回帰分析で解析した。

## 結果 ～不安感・恐怖感～

中学生での先生との会話・高校生での友人との会話・学年・年齢に有意な結果が示された。

## 結果 ～回避～

小学生での友人との会話・小学生での異性との会話・小学生での人前での発表・中学生での家族以外の飲食避け・中学生での異性への意見・高校生での先生との会話・高校生での異性への意見に有意な結果が示された。

## 考察

私は今回の結果から、過去の経験が大きく影響を及ぼしているのだと考える。つまり過去の経験の成功・失敗で影響を及ぼしているのではないだろうか。例えば今みんなの前で発表するとなったら、過去に成功経験がある人ほど不安や逃げ出したいという気持ちをあまり感じないのではないだろうか。私自身過去に成功経験があることに対しては不安や逃げ出したいという気持ちはあまり感じない。逆に過去に失敗した経験が強く残っている人は不安や逃げ出したいという気持ちが強く出るのではないだろうか。他のことにも言えるのではないだろうか。友人との会話や異性との会話なども失敗したとする。するとその友人や異性に対して話しにくいなどの苦手な感情が芽生えるのだと考える。そうすることによってどう話したらいいのか分からなくなり、失敗して嫌われるよりも話さないという選択をとるのだと考えられる。嫌われたくないという感情が話すという行動を邪魔するのではないだろうか。

私は今回の結果を踏まえ、学齡期の他者との交流は社交不安に大きく関わっていると考える。