

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——

稲垣 勉*・澤海 崇文**・澄川 采加***

(2019年10月21日 受理)

Malleability of Implicit Shyness by Activating the Contrary Concept and Strengthening the Association with Self

INAGAKI Tsutomu, SAWAUMI Takafumi, SUMIGAWA Ayaka

要約

本研究は、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（implicit）なシャイネスを低減させる手法として、対概念の活性化と自己との連合強化というアプローチを提案した。実験群の参加者に対し4日間、毎日の生活の中で2時間、普段より社会的に振る舞うよう教示を行い（対概念の活性化と自己との連合強化）、特に教示を行わなかった統制群の参加者と、潜在的・顕在的シャイネス得点の変化を比較した。

分析の結果、対概念の活性化を行った実験群の参加者は、潜在的シャイネスの減少が認められた。一方で、対概念の活性化を行わなかった統制群の参加者には、こうした傾向はみられなかった。また、対概念の活性化は、顕在的なシャイネスを低減する効果はみられなかった。すなわち、本研究で提案した対概念の活性化と自己との連合強化は、顕在的シャイネスには影響しないが、潜在的シャイネスの低減に対して一定の影響を持つことが示された。このことは、顕在的シャイネスと潜在的シャイネスを減じる効果がある手法が異なる可能性を示すものであり、今後は両者を組み合わせた効果の検証が望まれる。

キーワード：シャイネス、変容可能性、対概念の活性化、連合の強化、Implicit Association Test

* 鹿児島大学 法文教育学域 教育学系 講師

** 流通経済大学 社会学部 助教

*** 鹿児島大学大学院 教育学研究科 院生

問題と目的

“内気である”, “恥ずかしがりやである”といった言葉で表現されるように, 人々の中には, 日常生活において, 特に対人場面において抑制されたような気分や感情を強く抱く者がおり, こうした者が持つ特性は「シャイネス」と呼ばれる。

これまで, シャイネスの測定には主に自己報告式の尺度が使用されてきた (e.g., 相川, 1991; 鈴木・山口・根建, 1997)。たとえば相川 (1991) は, 「私は引っ込み思案である」「私は人がいる所では気おくれしてしまう」など 16 項目・1 因子からなる特性シャイネス尺度 (Trait Shyness Scale; 以下 TSS) を, 鈴木他 (1997) は, 認知, 感情, 行動の 3 側面からシャイネスを測定する 25 項目, 5 因子からなる早稲田シャイネス尺度を作成している。これまでの研究において, シャイネスの高さは社会的スキルや自尊心と負の相関を示すこと (相川, 1991; 松島・塩見, 2000; 徳永・稲畑・原田・境, 2013), 不安や孤独感と正の相関を示すこと (藤井, 2013; 藤井・澤海・相川, 2015a) など, シャイネスの定義と合致する相関関係が確認されている。

社会的スキルの低さ, という点からも示唆されるように, シャイネスは他者とのコミュニケーションにおいて抑制的に働く可能性があることから, これまでにシャイネスの低減を目指す試みも行われてきた (e.g., 相川, 1998, 2000)。たとえば相川 (2000) は, シャイネスが高い参加者 2 名を対象に 13 回の社会的スキル訓練を行った結果, シャイネスを改善する動機づけが高かった参加者においてシャイネスが低下したほか, 社会的スキル, セルフ・エフィカシーが上昇し, 対人不安, 非合理的な信念が減少するという傾向を見出している。

また, 稲垣・澤海 (2019) は, 対人関係づくりの訓練である構成的グループ・エンカウンター (國分, 1992, 2000) を通して自己報告のシャイネスが変容するか否かを検討した。その結果, 3 回の訓練を経験した参加者は, 程度は大きくなかったものの, シャイネスが減少していた。すなわち, 他者と積極的に関わる機会を設けることで, 3 回の訓練でもシャイネスが変容する可能性が示された。

これらの研究においては, 一定期間が経過した後も, この効果が持続するか否かは検討されていないが, 先述のように, 対人コミュニケーションにネガティブな影響を及ぼすと予想されるシャイネスが低減することは望ましいことであると考えられる。

潜在的シャイネス 近年では, これまで使用されてきた自己報告による「顕在的 (explicit)」シャイネスのみならず, 自身でも気づいていない「潜在的 (implicit)」シャイネスの存在が示唆され, 研究が進められている (e.g., 相川・藤井, 2011; Asendorpf, Banse, & Mücke, 2002; 藤井・相川, 2013)。これらの研究では, 質問紙を用いて測定した顕在的シャイネスと, IAT を用いて測定した潜在的シャイネスは, それぞれが予測するシャイ行動が異なるという, シャイネスの二重分離モデルを支持する結果が報告されている。具体的には, 顕在的シャイネスは, 自分の存在を積極的にアピールするような賞賛獲得行動と負の関連を示した一方, 潜在的シャイネスは, 対人場面で緊張し, 赤面してしまうといった対人緊張と正の関連を示していた (相川・藤井, 2011; 藤井・相川, 2013)。賞賛獲

得行動は自ら意識して積極的に行動を起こすものであり、顕在的シャイネスが低いほど、こうした行動が取られやすいことを示している。一方、対人緊張は自らの意思で制御することが難しい (i.e., 緊張により赤面することを意識して止めるのは困難である) と考えられ、潜在的シャイネスが高いほど、こうした反応が多いことが示された。シャイネスに関連した行動は多様であるが、シャイネスの二重分離モデルに基づけば、様々なシャイ行動を減少させるためには、顕在的シャイネスのみならず潜在的シャイネスを低減させることが重要であるといえるだろう。

顕在的・潜在的シャイネスの変容可能性を検討した研究として、藤井・澤海・相川 (2015b) を挙げることができる。彼らの研究では、参加者の顕在的・潜在的シャイネスをそれぞれ TSS, IAT を用いて測定し、1 か月間における変容可能性を検討している。その結果、参加者が 1 か月の間に日常生活において経験したポジティブ・ネガティブイベントの量は、顕在的・潜在的シャイネスのいずれにも影響していなかった。すなわち、顕在的・潜在的シャイネスは単に日常生活を送る中で容易に変容せず、その改善のためには積極的な介入が必要であると述べている。

また、対人場面においてネガティブに働くという点で、シャイネスと共通する部分がある社会不安について、Gamer, Schmukle, Luka-Krausgrill, & Egloff (2008) は顕在・潜在の両側面から低減可能性を検討した。この研究では、臨床心理士が 10 時間程度の時間をかけて認知行動療法ベースの介入を行った結果、社会不安が高かった参加者の顕在的・潜在的不安がいずれも減少したと報告されている。

潜在的シャイネスの変容可能性 顕在的シャイネスに影響を及ぼす手法はこれまでに検討されているが (e.g., 相川, 2000; 稲垣・澤海, 2019), 潜在的シャイネスの変容可能性を検討したものはきわめて少ない (e.g., 藤井他, 2015b)。そこで、本研究では特にこの点に注目して検討を行う。

本研究では新たな介入方法として、IAT の構造を踏まえて「対概念の活性化と自己との連合強化」という手法を提案する。シャイネスを測定する IAT (相川・藤井, 2011) は、「自己—他者」というカテゴリーと「シャイな—社交的な」という属性の連合強度を潜在的シャイネスの指標とする。すなわち「自己」と「シャイな」という連合の強度が、もう一方の「自己」と「社交的な」という連合の強度より強い場合、潜在的シャイネスは高いと判断される。これは換言すれば、「自己—社交的な」の連合が強化されれば、相対的に「自己—シャイな」の連合が弱まり、IAT を用いて測定される潜在的シャイネスが低減する可能性があるといえる。

そのために、本研究では Gamer et al. (2008) の 10 時間という介入時間を参考に、4 日間にわたり、1 日につき 2 時間程度、参加者に普段より社交的に振る舞うことを意識して日々の活動に取り組んでもらい、そうした活動が潜在的シャイネスに及ぼす影響を検討することとした。意識して社交的に振る舞うよう心がけることは、他者との会話や関わるの機会を増やす可能性があるため、こうした実験操作によって他者とコミュニケーションをとる機会が増え、「自己」と「社交的」という連合が強化されることで、潜在的シャイネスが低減するのではないかと考えた。また、本研究では探索的に、こうした実験操作が顕在的シャイネスに影響を及ぼす可能性も併せて検討する。

方法

参加者および実験時期 大学生 48 名（男性 21 名，女性 27 名，平均年齢 19.21 歳， $SD = 1.06$ ）を対象に，201X 年 7 月から 8 月に介入実験を行った。介入期間中に 4 名が脱落したため，実験を最後まで遂行したのは 44 名（男性 18 名，女性 26 名，平均年齢 19.23， $SD = 1.09$ ）であった。

材料 本研究では，以下の材料を用いた。

(a) TSS 参加者のシャイネスを測定するために，相川（1991）が作成した TSS16 項目（e.g., 私は人がいるところでは気おくれしてしまう，私は引っ込み思案である）を使用した。なお，当該尺度の 1 項目（私は，はにかみやである）は辞書的な意味のとおり認識されていない可能性があり（稲垣・澤海，印刷中），「私は恥ずかしがり屋である」と置き換えた¹。回答は「1: 全く当てはまらない -5: よく当てはまる」の 5 件法で求めた。TSS の信頼性・妥当性は相川（1991）において確認されている。

(b) シャイネス IAT 日本語版 相川・藤井（2011）が作成した，潜在的シャイネスを測定する IAT の日本語版である。IAT は，画面上に連続して表示される単語の分類課題を通して，特定の概念間の連合を測定する。カテゴリー次元（自己—他者）と属性次元（シャイな—社交的な）に関連する刺激語（e.g., 自分，友だち，内気な，大胆な）について，対応するキー押しによって，単語のグループ分けを行う。課題では，可能な限り早く正確に行うという教示の下で，カテゴリー次元と属性次元が組み合わせられた試行を 2 種類（そのうち 1 種類は組み合わせが逆）を行う。その上で，反応時間が短い組み合わせ課題の方が，対になっているカテゴリーと属性の連合が強いと考えられる。「自己—シャイな（他者—社交的な）」の組み合わせ課題にかかる時間が「自己—社交的な（他者—シャイな）」の組み合わせ課題にかかる時間より短いほど，本人が意識することが困難な潜在的シャイネスが高いと判断される。この IAT の信頼性・妥当性は相川・藤井（2011）や Fujii et al. (2013)，藤井・相川（2013），藤井他（2015b）において確認されている²。

(c) ライフイベント（Life Event: 以下 LE）尺度 日々の生活の中で，参加者に生じるポジティブな LE（以下 PLE）およびネガティブな LE（以下 NLE）の有無を尋ねる尺度である。高比良（1998）より対人 NLE（e.g., 会話に困った），対人・達成両関連 NLE（e.g., 自分の意見が思うように言えなかった），対人 PLE（e.g., 仲間とおしゃべりを楽しんだ），対人・達成両関連 PLE（e.g., 家族・友人・恋人などに感謝された（喜ばれた））について 3 項目ずつ，計 12 項目を抜粋して使用した。回答は「あった」「なかった」の 2 件法で求めた。本研究では，実験群の参加者に普段より社会的に振

¹ ただし，あくまで稲垣・澤海（印刷中）で報告されているのはインフォーマルなインタビューを行った学生から得られたものであるため，このことだけをもって当該項目が現代の大学生には適さない，とは言えない。したがって，この置き換えは試みにすぎず，原尺度の項目を否定するものではない。

² シャイネス IAT の詳細な手続きについては，藤井他（2015a）に述べられているので，関心のある方は参照されたい。

る舞うよう教示を行っているため、他者と交流を持つ機会が増え、こうした経験が多く生じる可能性があると考えたため、この尺度を用いた。

上記の他にもいくつかの心理尺度への回答を求めているが、本研究の目的と関連はないため、報告は割愛する。

手続き 講義時間の一部などを用いて TSS を含む心理尺度への回答を求め、後続の実験への参加を依頼した。この際、参加に同意する者にはメールアドレスの記入を求め、後日、実験用の URL が記載されたメールを実験者から送付した。Web を通じた IAT の実施には Inquisit 5 Web License を使用し、参加者には 15 分程度の間、静寂を保つことのできる環境において、自身で制御可能なパソコンを用いて課題に取り組むよう教示した。

Web 上で IAT を実施したのち、参加者を実験群（22 名）と統制群（26 名）にランダムに振り分けた（先述のとおり、実験群、統制群ともに 2 名ずつ脱落したため、4 日間の実験を遂行したのは実験群 20 名、統制群 24 名であった）。実験群の参加者には 4 日間、毎日「自信のある、進んでする」など、社交的な自分をイメージして 1 日あたり 2 時間行動するよう指示し、統制群の参加者には、4 日間、普段と同じように過ごすよう指示した。なお、実験期間中は毎日アンケートを配信し、一日を振り返るよう指示した。この際に、実験群の参加者には、LE 尺度に加えて、社交的に振る舞うことを遂行できた程度を 5 件法（1: 全くできなかった—5: 十分にできた）で尋ねたほか、1 日のうちに社交的に振る舞うことを意識して行動したのは何時間程度であったかを尋ねた。実験期間が終了したのち、参加者には 1 日から 2 日以内に再度 TSS と IAT を含む実験プログラムを Web 上で実施してもらった。最後に、謝礼を渡して実験を終了した。

なお、リクルート時および IAT の実施時、その後のいずれの時点においても、実験への参加は参加者の自由意志に基づくものであり、参加しないことや、途中で辞退することによる不利益は一切ないことを重ねて教示した。

結果

尺度の得点化 TSS は逆転項目を処理した上で平均値を求めた。IAT は D 得点（Greenwald, Nosek, & Banaji, 2003）を求めた。以降は前者を TSS 得点、後者を IAT 得点と表記する。いずれの尺度も、得点が高いほど、当該尺度名の傾向が強いことを示す。TSS 得点について、本研究で測定した 2 時点における ω 係数は順に .90, .91 であり、十分な内の一貫性を確認した。また、LE 尺度は「なかった」を 1, 「あった」を 2 として各領域（対人 NLE, 対人・達成両関連 NLE, 対人 PLE, 対人・達成両関連 PLE）を構成する 3 項目の 1 日あたりの平均値を求めたのち、4 日分の平均値をとった。

事前の分析 実験群の参加者には、毎日の振り返りアンケートの中で、1 日のうちに社交的に振る舞うことを意識して行動したのは何時間かを尋ねていたため、その平均値を算出したところ、3.31 時間（ $SD = 1.84$ ）という値が得られた。実験群の参加者のデータを確認すると、8 時間遂行したと

回答した者が2名みられたが、これは平均遂行時間より2.5SD以上長いことや、毎日連続して8時間以上、教示のとおり遂行できたとは考えにくく、教示を誤解した可能性があると判断したことから、以降の分析からはこの2名のデータを除くこととした。

介入前の時点で実験群と統制群のTSS得点およびIAT得点について、対応のない t 検定を実施したところ、両者の平均値に有意差は認められなかった($t_s < 1.47, p_s \geq .15, g_s \leq 0.45$)。したがって、介入前の時点では両群ともにTSS得点およびIAT得点の平均値に差はみられず、この尺度に関しては同程度の高さであったことを確認できた。

続いて、実験群の参加者に対し、毎日の振り返りアンケートの中で尋ねた、社会的に振る舞うという指示を遂行できた程度の4日間の平均値を求めたところ、 $M = 3.83$ であった。この値は理論的中央値(3)から有意に離れており($t(17) = 4.88, p < .001, d = 1.14$)、実験群の参加者は指示を概ね遂行できたと考えられる。

操作チェック LE尺度の4下位尺度の得点について、実験群と統制群の間で経験量に差があるか否かについて、対応のない t 検定を行った。その結果、対人PLEの平均値に有意傾向($t(37.84) = 1.73, p = .09, g = 0.52$)の差がみられ、実験群($M = 1.14, SD = 0.17$)の方が統制群($M = 1.06, SD = 0.13$)より対人PLEを多く経験していた。次いで対人・達成両関連NLEの平均値にも有意傾向($t(36.00) = 1.98, p = .06, g = 0.59$)の差がみられ、実験群($M = 1.83, SD = 0.25$)の方が統制群($M = 1.71, SD = 0.16$)より対人・達成両関連NLEを多く経験していた。また、対人・達成両関連PLEの平均値には有意な($t(38) = 2.08, p = .04, g = 0.65$)差がみられ、実験群($M = 1.44, SD = 0.35$)の方が統制群($M = 1.22, SD = 0.30$)より対人・達成両関連PLEを多く経験していた。対人NLEに関しては有意な差はみられなかった($t(38) = 0.98, p = .33, g = 0.31$)。これらのことから、有意傾向のものもあるが、実験群の参加者は統制群の参加者と比して、対人NLEを除くPLE・NLEを多く経験していたことが確認された。

相関分析 各尺度の相関係数および記述統計量をTable1に示す。実験群、統制群に共通して、2時点間のTSS得点は強い正の相関を示していた($r_s \geq .89, p_s < .001$)。また、両群ともに時点1におけるTSS得点とIAT得点はいずれも正の相関を示していたが、有意ではなかった($r_s \leq .31, p_s > .21$)。統制群における2時点間のIAT得点は強い正の相関を示していたが($r = .73, p < .001$)、実験群においては中程度の正の相関であり、有意傾向であった($r = .46, p = .06$)。

実験操作の影響の検討 2時点のTSS得点およびIAT得点を従属変数、測定時期(介入前・介入後)および群(実験群・統制群)を独立変数とした2要因混合計画の分散分析を実施した。まず、TSS得点に対しては測定時期、群の主効果は有意でなく、両者の交互作用も有意ではなかった($F_s \leq 2.06, p_s > .16, \eta_p^2 < .05$)。一方、IAT得点に対しては測定時期と群の交互作用が有意傾向であった($F(1, 40) = 3.26, p = .08, \eta_p^2 = .08$)。単純主効果の検定を行ったところ、実験群において時点1($M = -.05$)と時点2($M = -.24$)のIAT得点の差が10%水準で有意傾向であり、時点2の方が時点1よりも潜在的シャイネスが低い傾向がみられた。結果をFigure1に示す。

Table1 各尺度の相関係数・記述統計量

	1	2	3	4	<i>M</i>	<i>SD</i>
1 TSS_時点 1	—	.89 **	.31	.14	3.32	0.73
2 TSS_時点 2	.92 **	—	.47 †	.26	3.25	0.77
3 IAT_時点 1	.26	.21	—	.46 †	-0.05	0.53
4 IAT_時点 2	-.08	-.05	.73 **	—	-0.24	0.44
<i>M</i>	3.11	3.03	-0.28	-0.21		
<i>SD</i>	0.70	0.69	0.44	0.56		

** $p<.01$, * $p<.05$, † $p<.06$.

注) 右上は実験群 ($N=18$) , 左下は統制群 ($N=24$) を示す。

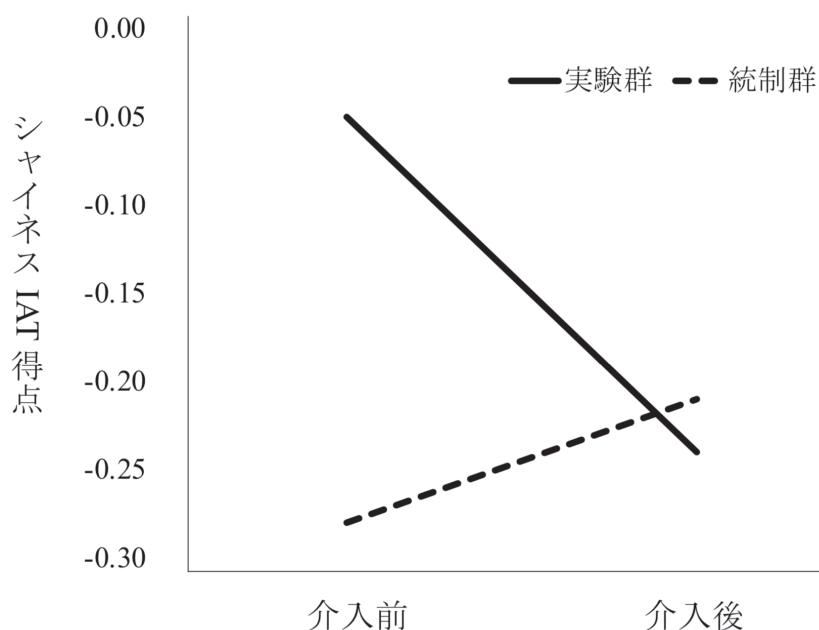


Figure1 介入前後における群ごとのシャイネス IAT 得点

考察

本研究は、顕在的・潜在的シャイネスの変容可能性を検討するため、対概念の活性化と自己との連合強化という手法を新たに提案し、その効果について検証したものである。

顕在的・潜在的シャイネスの安定性 相関分析の結果を見ると、特に統制群において2時点間のTSS得点、IAT得点はともに強い正の相関を示していた。この結果は、顕在的・潜在的シャイネス

の安定性を示す結果といえる。シャイネス IAT の再検査信頼性は Fujii et al. (2013) において 1 週間間隔の値 ($r = .67$) が、藤井他 (2015) では 1 か月間隔の値 ($r = .54$) がそれぞれ報告されているが、4 日間隔のデータも追加されたことになる。

一方、実験群における 2 時点間の TSS 得点は統制群と同程度に強い正の相関を示していたものの、IAT 得点については有意傾向に留まった。このことは、対概念の活性化と自己との連合強化という介入を行ったことにより、潜在的シャイネスが影響を受けた結果であると考えられる。

対概念の活性化と自己との連合強化の効果 分散分析の結果、4 日間、普段より社会的に振る舞うことを意識して行動した実験群の参加者は、特にそうした教示を受けず、普段通り生活した統制群の参加者と比して、実験期間後に測定した IAT 得点が有意傾向ではあるが低下しており、潜在的シャイネスが低減していた。対人・達成両関連 NLE, 対人 PLE, 対人・達成両関連 PLE の各領域において、実験群の参加者は統制群の参加者より多く経験していたという結果を踏まえると、実験群の参加者は、普段より社会的に行動することを通じて、ポジティブ・ネガティブを問わず他者との交流の機会が増えることにより、「自己」と「社会的な」の連合が強められたのかもしれない。このように、本研究において提案した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させることが示された。

課題と今後の展望 本研究は以下に示す 4 点の課題を残している。1 点目は、全体的なサンプルサイズが小さく、得られた結果が頑健であるか否かに疑問が残る点である。G*Power を用いて、本研究のデザインにおける検定力を計算したところ、0.46 と低い値であり、第一種の過誤を犯しやすい状況で得られた結果であることは留意しなければならない。本研究の結果の再現性を確認する上でも、十分なサンプルサイズを確保した上での検討が必要であろう。

2 点目は、今回の介入によって実験群にもたらされた変化が、一定期間をおいた後でも持続するか否かを検討していない点である。シャイネスの研究ではないが、評価条件づけと呼ばれる手法を用いて、特定の図形への潜在的態度を変容させた尾崎 (2006) においても、その変化がどの程度持続するかの検討は行われていない。一時的に連合に変化が生じて、それが継続しなければ介入の意味は薄い。今後はフォローアップも含めた研究計画で検討すべきであろう。

3 点目は、今回の介入によって、実験群の潜在的シャイネスの指標である IAT 得点が減少したものの、それが実際の行動に影響するか否かを確認していない点である。シャイネスの二重分離モデルを扱う先行研究 (相川・藤井, 2011; Asendorpf et al., 2002; 藤井・相川, 2013) を踏まえると、潜在的シャイネスが低減することにより、対人場面において赤面する、神経過敏になるといった行動も減少することが期待できるが、本研究は行動への影響までは検討していない。こうした点も含めた確認が必要であろう。

4 点目は、参加者側の要因、すなわち参加者自身がシャイネスによって日常生活に困難を感じたり、シャイネスを変えたいと感じたりしているか否かを考慮していない点である。介入を受ける者が、シャイネスによって日常生活に困難を感じていないのであれば、シャイネスを低減しようとい

う動機づけは低くなると考えられる。そうした者に介入を行ったとしても、効果は見込めないであろう。実際に相川（2000）では、2名の参加者に連続して社会的スキル訓練を実施しているが、効果のみられなかった参加者は、訓練中に実験者も驚くほどの大きさのため息をつくなど、明らかに動機づけが低かった様子が報告されている。今後は、リクルート時にこうした点を併せて測定し、シャイネスの変容に対する動機づけが高い者に対して、より大きな介入効果がみられるか否かを検討すべきであろう。

これまで、潜在的シャイネスを低減させる方法はほとんど検討されてこなかったように思われる。そうした中で、本研究で提案された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し、よりよい対人コミュニケーションにつながる可能性を示したという点で有意義であろう。今後は、上記で述べたような課題を克服した上で、先行研究で顕在的シャイネスに対して一定の低減効果がみられている他の手法（構成的グループ・エンカウンターなど）と組み合わせて実施することで、顕在的・潜在的シャイネスの両者を減じることが可能か、複数の手法を組み合わせることによる加算的な効果がみられるか否かなどを検討することが望まれる。

引用文献

- 相川 充 (1991). 特性シャイネス尺度の作成および信頼性と妥当性の検討に関する研究 心理学研究, 62, 149-155.
- 相川 充 (1998). シャイネス低減に及ぼす社会的スキル訓練の効果に関する実験的検討 東京学芸大学紀要 (第一部門・教育学), 49, 39-49.
- 相川 充 (2000). シャイネスの低減に及ぼす社会的スキル訓練の効果に関するケース研究 東京学芸大学紀要 (第一部門・教育学), 51, 49-59.
- 相川 充・藤井 勉 (2011). 潜在連合テスト (IAT) を用いた潜在的シャイネス測定の試み 心理学研究, 82, 41-48.
- Asendorpf, J. B., Banse, R., & Mücke, D. (2002). Double dissociation between implicit and explicit personality self-concept: The case of shy behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83, 380-393.
- 藤井 勉 (2013). 対人不安 IAT の作成および妥当性・信頼性の検討 パーソナリティ研究, 22, 23-36.
- 藤井 勉・相川 充 (2013). シャイネスの二重分離モデルの検証——IAT を用いて—— 心理学研究, 84, 529-535.
- Fujii, T., Sawaumi, T., & Aikawa, A. (2013). Test-retest reliability and criterion-related validity of the Implicit Association Test for measuring shyness. *IEICE TRANSACTIONS on Fundamentals of Electronics, Communications and Computer Sciences*, E96-A, 1768-1774.
- 藤井 勉・澤海 崇文・相川 充 (2015a). 顕在的・潜在的シャイネスと心理的適応との関連——IAT を用いて—— 感情心理学研究, 22, 128-134.
- 藤井 勉・澤海 崇文・相川 充 (2015b). シャイネス IAT の再検査信頼性——潜在的シャイネスの変容可能性も含めて—— 心理学研究, 86, 361-367.
- Gamer, J., Schmukle, S. C., Luka-Krausgrill, U., Egloff, B. (2008). Examining the dynamics of the implicit and the explicit self-concept in social anxiety: Changes in the Implicit Association Test-Anxiety and the Social Phobia Anxiety Inventory following treatment. *Journal of Personality Assessment*, 90, 476-480.
- Greenwald, A. G., McGhee, D. E., & Schwartz, J. L. K. (1998). Measuring individual differences in implicit cognition: The Implicit Association Test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 1464-1480.
- Greenwald, A. G., Nosek, B. A., & Banaji, M. R. (2003). Understanding and using the Implicit Association Test: I. An improved scoring algorithm. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 197-216.
- 稲垣 勉・澤海 崇文 (2018). 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—— 日本感情心理学会第 26 回大会発表論文集, PS07.
- 稲垣 勉・澤海 崇文 (2019). 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—— 鹿児島大学教育学部教育実践研究紀要, 28, 99-104.
- 稲垣 勉・澤海 崇文 (印刷中). 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—— 鹿児島大学教育学部教育実践研究紀要, 29.
- 國分 康孝 (1992). 構成的グループ・エンカウンター 誠信書房
- 國分 康孝 (2000). 続・構成的グループ・エンカウンター 誠信書房
- 松島 るみ・塩見 邦雄 (2000). シャイネスと社会的スキルの関連が自己開示に及ぼす影響 教育実践学研究, 2, 11-19.
- 尾崎 由佳 (2006). 接近・回避行動の反復による潜在的態度の変容 実験社会心理学研究, 45, 98-110.

- 鈴木 裕子・山口 創・根建 金男 (1997). シャイネス尺度 (Waseda Shyness Scale) の作成とその信頼性・妥当性の検討 カウンセリング研究, 30, 245-254.
- 高比良 美詠子 (1998). 対人・達成領域別ライフイベント尺度 (大学生用) の作成と妥当性の検討 社会心理学研究, 14, 12-24.
- 徳永 沙智・稲畑 陽子・原田 素美礼・境 泉洋 (2013). シャイネスと被受容感・被拒絶感が社会的スキルに及ぼす影響 徳島大学人間科学研究, 21, 23-34.

付記

本研究は科研費 (若手研究(B) 17K13902 「潜在的シャイネスを低減する介入手法の実験的検討」研究代表者: 稲垣(藤井) 勉) の助成を受けたものであり, 日本感情心理学会第26回大会において発表した内容 (稲垣・澤海, 2018) をさらに分析し, まとめたものです。研究にご協力くださいました参加者の皆様に厚くお礼申し上げます。