

## 対人不安傾向とスピーチ場面のフィードバック がスピーチの自己評定に及ぼす効果

社会学研究科社会心理学専攻博士後期課程3年

細川 隆史

### 問題

我々は日々の生活の中で、喜びや悲しみ、怒り、不安などさまざまな感情を体験する。そのような感情の中には我々にとって快いもの、快くないものが存在する。日常生活の中で経験することが多い場面の一つとして対人場面が挙げられる。そのような対人場面で人々を緊張させ、時には適切な対人行動を抑制するものとして対人不安がある。対人不安は人前に出たときに感じる不快感であり、対人不安を感じている人は無口になる、発言やジェスチャーが減少する、またはぎこちない身振りや話し方になるなどの特徴がみられ (Buss, 1986)、普段、正常に行えているパフォーマンスが行えなくなってしまう (Leary, 1983)。対人不安を感じている人にはパフォーマンスの抑制が見られるだけでなく、自身のパフォーマンスを低く評価する傾向がある (Clark & Arkowitz, 1975)。しかし、対人不安を感じている人がおこなう評価は、実際のパフォーマンスを正確に反映しているのだろうか。対人不安を感じている人が信じているほどに彼らのパフォーマンスは低くないことも考えられる。

Rapee & Lim (1992) はスピーチ課題を用いて、社会恐怖症群と非臨床群に自身のスピーチの自己評定を行わせ、観察者評定との不一致を検討した結果、社会恐怖症群において自己評定が観察者評定よりも低く、パフォーマンスを過小評価していることを確認している。また、両群に他の参加者のスピーチを観察評定させたところ評定間に差は見られず、社会恐怖症者は自身のスピーチのみを観察者の評定よりも低く評価していることが示された。これらのことから、対人不安の高い者は、自身のパフォーマンスの評価に関して歪んだ評定をしていることが考えられる。

Rapee & Hayman (1996) はこの歪みによるパフォーマンスの過小評価が対人不安の維持の役割を果たすと考え、対人不安の高い者にスピーチのビデオフィードバック (以下、FB) を用い、パフォーマンス評定の改善について検討している。手続きとして2回スピーチをおこない、各スピーチ後と1回目スピーチの記録を用いたFB操作後にスピーチの自己評定を

おこなわせ、その結果、1回目スピーチとFB操作後の評定間、1回目スピーチと2回目スピーチの評定間にFB操作の効果が見られ、FBを受けた群にその後のスピーチの自己評定に改善が見られた。これは自身のスピーチを観察するという外面の視点を得ることで、パフォーマンスのイメージを変容させたものと考えられる。さらに、Rodebaugh & Chambless (2002) はFB操作の効果を統制するため、映像のみのFB条件を加えて検討し、映像と音声のあるFB条件にのみスピーチの自己評定の改善をみている。

これについて、Rapee & Heimberg (1997) は、対人不安の高い者は自身のパフォーマンスの知覚の段階において注意を向ける情報資源に偏りがあるために、彼らはパフォーマンスの否定的な評価に関する手がかり（聴衆の反応や自身の認知的、身体的徴候など）に注目してしまい、自身のパフォーマンスを低く評価してしまうことを示唆している。つまり、対人不安の高い者には情報選択の歪みがあるといえる（向井, 2001）。

また、スピーチの音声を使った評定においても対人不安の高い者に自己評定と観察者評定間の不一致がみられたことから（Lundh, Berg, Johansson, Nilsson, Sandberg & Segerstedt, 2002）、本研究ではRodebaugh & Chambless (2002) のFB操作に音声のみのFB条件を加え、各FB操作の効果について検討する。

また、Rapee & Lim (1992) の観察者評定は実験参加者が互いにおこなっており、スピーチを評定することが評定間の不一致に影響を及ぼしたことも考えられる。そのため、本実験では評定者を別に用意し、同様の結果が得られるかについても確認する。

## 方法

### 実験デザイン

対人不安傾向（高群・低群）×FB操作（映像と音声FB・映像FB・音声FB・FBなし）の2要因参加者間計画。

### 実験参加者

都内私立大学の学生41名（男性20名、女性21名；年齢： $M=20.32$ ,  $SD=1.17$ ）。

参加依頼時に対人不安感尺度を実施し、参加者の中央値（ $Me=41.00$ ）を基準に対人不安傾向の高群・低群に分類した。

### ビデオ評定

心理学を専攻する男子大学院生2名に、1回目スピーチの記録を用いて、スピーチ評定項目に回答させた。

## 質問項目

### 1. 対人不安感尺度

対人不安傾向を測定する尺度として、修正版対人不安感尺度（岡林・生和, 1991）を使用した。これはLeary（1983）の対人不安感尺度を日本語版にし、修正を加えたものである。14項目あり、その単純加算得点を使用した。各項目は1（全くその傾向はない）～5（非常にあてはまる）の5件法であった。

### 2. スピーチ評定項目

Rapee & Lim（1992）のスピーチ評定項目、Rodebaugh & Chambless（2002）のスピーチ評定項目、根建・福井・石川（1993）のスピーチ不安の行動評定尺度、Buss（1986）のスピーチ不安の高い者の行動傾向を参考に、24項目のスピーチ評定項目を作成した。下位項目は、スピーチの音声評定5項目（声の大きさ、発話のスピードなど）、スピーチの見かけ評定9項目（スピーチ時の姿勢、表情など）、スピーチの内容評定7項目（テーマに合った内容、話のまとまりなど）、スピーチの全体的印象評定3項目（不安であった、自信があったなど）であった。各項目は、1（全くあてはまらない）～4（非常にあてはまる）の4件法で、得点が高いほどスピーチの評価が高いことを示す。スピーチ評定として全24項目の単純加算得点、4つの下位項目（音声、見かけ、内容、全般）の単純加算得点を用いた。

## スピーチ課題

スピーチ課題のテーマとして、「大学生活の学業について」と「大学生活の学業以外について」を用いた。順序はカウンターバランスをおこなった。

## FB操作

FB操作は、Rapee & Hayman（1996）、Rodebaugh & Chambless（2002）と同様に、1回目のスピーチの記録を用いて行った。

本実験のFBの操作は、1回目スピーチの映像と音声の両方を用いたFB（以下、映像と音声FB）、1回目スピーチの映像のみを用いたFB（以下、映像FB）、1回目スピーチの音声のみを用いたFB（以下、音声FB）、FBなしの4条件を設けた。

## 手続き

本実験の手続きはRapee & Hayman（1996）、Rodebaugh & Chambless（2002）の手続きを基に構成した。本実験の手続きの流れを図1に示す。

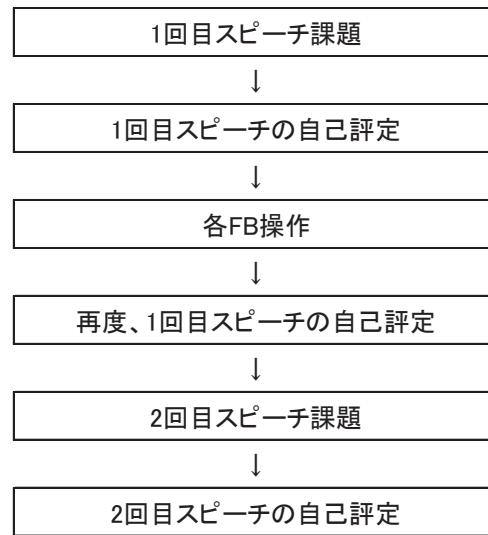


図1 実験手続きの流れ

実験参加者にスピーチ課題について説明後、1回目スピーチ課題をおこなった。スピーチは全てビデオカメラで記録した。課題終了後、スピーチ評価項目に回答させた。回答後に休憩時間を取り、各FB条件の操作をおこなった。操作後、1回目のスピーチについて再度、スピーチ評価項目に回答させた。2回目スピーチ課題も1回目スピーチ課題と同様の手続きでおこなった。課題終了後にスピーチ評価項目に回答させた。

## 結果

### 操作チェック

対人不安傾向高群・低群の分類について対人不安感尺度の得点間で $t$ 検定を行った。高群の得点 ( $M=50.85, SD=5.69$ ) と低群の得点 ( $M=32.33, SD=5.22$ ) 間に差が見られ ( $t(39)=10.87, p<.01$ )、分類の妥当性が確認された。

### 自己評価と観察者評価のズレ

スピーチの記録ができていなかった1名を分析から除外した。

スピーチ評価項目の全項目得点と4つの下位項目得点について、対人不安傾向の高群・低群の間で $t$ 検定を行った。自己評価は、対人不安傾向高群は低群よりも低かった (全項目： $t(38)=-4.37, p<.01$ ；音声評価： $t(38)=-2.63, p<.05$ ；内容評価： $t(38)=-2.77, p<.01$ ；見かけ評価： $t(38)=-3.33, p<.01$ ；印象評価： $t(38)=-4.13, p<.01$ )。観察者評価では得点間に差はみられず (全項目： $t(38)=-0.54, n. s.$ ；音声評価： $t(38)=-0.76, n. s.$ ；内容評価： $t(38)=-0.52, n. s.$ ；見かけ評価： $t(38)=-0.26, n. s.$ ；印象評価： $t(38)=-0.52, n. s.$ )、対人不安傾向による違いはみられなかった (表1)。

また、自己評価と観察者評価では、対人不安傾向高群で自己評価がより低く (全項目： $t$

(18)=-8.09,  $p<.01$ ；音声評定： $t(18)=-6.21, p<.01$ ；内容評定： $t(18)=-9.15, p<.01$ ；見かけ評定： $t(18)=-4.54, p<.01$ ；印象評定： $t(18)=-7.86, p<.01$ ）、対人不安傾向低群でも概ね低かった（全項目： $t(20)=-4.81, p<.01$ ；音声評定： $t(20)=-5.43, p<.01$ ；内容評定： $t(20)=-5.78, p<.01$ ；見かけ： $t(20)=-1.55, n. s.$ ；全般： $t(20)=-3.48, p<.01$ ）。

表1 スピーチの各評定得点の平均値と標準偏差

		N	全項目	音声評定	内容評定	見かけ評定	印象評定
対人不安傾向 高群	自己評定	19	44.58 (4.15)	9.47 (2.32)	11.63 (2.56)	19.58 (3.27)	3.89 (0.74)
	観察者評定	19	65.88 (10.56)	14.02 (2.48)	19.31 (4.20)	24.97 (4.19)	7.58 (2.26)
対人不安傾向 低群	自己評定	21	55.90 (10.11)	11.48 (1.86)	14.71 (3.79)	23.57 (3.76)	6.14 (2.08)
	観察者評定	21	67.65 (10.63)	14.52 (2.30)	19.91 (3.53)	25.31 (4.31)	7.90 (1.88)

### FB操作とスピーチ評定間の差

対人不安傾向とFB操作の条件ごとに、スピーチの自己評定得点（全項目得点、4下位項目得点）を表2、表3、表4に示した。

対人不安傾向と各FB操作の効果を調べるため、FB操作後の自己評定得点から1回目スピーチの自己評定得点を引き、その差を分析対象とした。同様に、2回目スピーチの自己評定得点から1回目スピーチの自己評定得点を引き、その差を分析対象とした。また、FB操作後のスピーチの自己評定の回答において、見かけ項目に回答しなかった参加者が1名いるため、そのFB操作後の見かけ項目得点と全項目得点を欠損値とした。

表2 1回目スピーチの自己評定得点の平均値と標準偏差

		N	全項目	音声評定	見かけ評定	内容評定	印象評定
対人不安傾向高 群	映像と音声FB	5	45.40 (1.95)	9.60 (1.52)	21.40 (2.70)	10.20 (1.92)	4.20 (0.84)
	映像FB	5	42.80 (2.86)	9.60 (2.51)	19.40 (3.21)	10.40 (1.82)	3.40 (0.55)
	音声FB	4	42.20 (5.26)	8.20 (2.59)	17.80 (4.15)	12.20 (2.68)	4.00 (1.00)
	FBなし	5	53.40 (10.81)	11.60 (2.97)	22.00 (5.52)	15.00 (2.55)	4.80 (1.79)
対人不安傾向低 群	映像と音声FB	5	60.00 (16.96)	12.00 (2.55)	25.40 (5.32)	15.00 (6.52)	7.60 (3.51)
	映像FB	6	52.83 (8.89)	10.67 (2.94)	23.50 (5.32)	14.00 (3.16)	4.67 (0.52)
	音声FB	5	55.20 (9.96)	12.00 (2.83)	21.80 (2.86)	15.40 (4.04)	6.00 (2.55)
	FBなし	5	56.20 (6.06)	11.40 (1.95)	23.60 (2.79)	14.60 (3.91)	6.60 (0.55)

表3 FB操作後の1回目スピーチの自己評定得点の平均値と標準偏差

		N	全項目	音声評定	見かけ評定	内容評定	印象評定
対人不安傾向高 群	映像と音声FB	5	44.80 (4.49)	9.40 (2.88)	19.80 (5.59)	11.60 (2.30)	4.00 (0.71)
	映像FB	5	45.80 (6.91)	10.00 (2.92)	20.40 (4.67)	11.20 (2.59)	4.20 (0.45)
	音声FB	4	47.25 (8.02)	10.80 (2.77)	19.75 (4.35)	12.20 (2.59)	4.20 (1.30)
	FBなし	5	54.20 (11.90)	11.00 (3.00)	22.40 (5.41)	15.00 (4.06)	5.80 (1.92)
対人不安傾向低 群	映像と音声FB	5	61.80 (12.79)	13.00 (1.58)	24.60 (2.79)	16.60 (6.02)	7.60 (2.88)
	映像FB	6	45.50 (6.72)	9.50 (2.51)	17.83 (2.79)	13.50 (2.43)	4.67 (1.21)
	音声FB	5	63.20 (11.63)	14.60 (2.88)	24.20 (2.39)	17.00 (4.30)	7.40 (3.05)
	FBなし	5	57.80 (3.70)	12.00 (1.22)	24.40 (2.19)	14.80 (2.95)	6.60 (0.55)

表4 2回目スピーチの自己評定得点の平均値と標準偏差

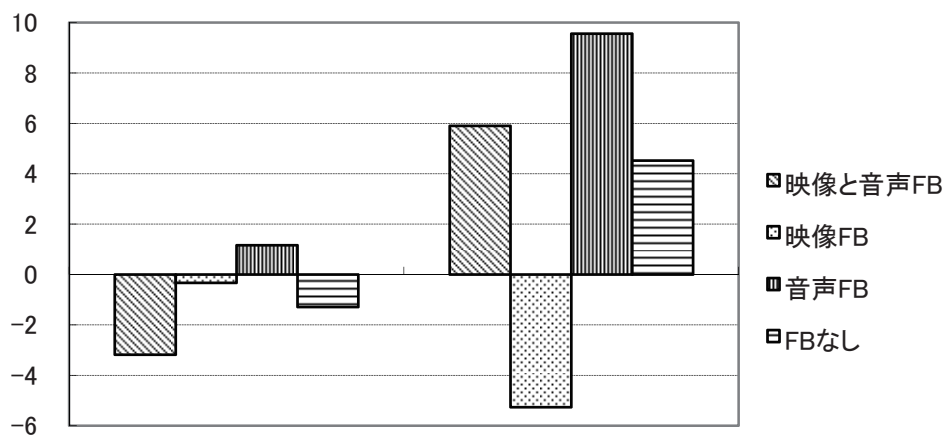
		<i>N</i>	全項目	音声評定	見かけ評定	内容評定	印象評定
対人不安傾向高 群	映像と音声FB	5	47.40 (5.64)	10.60 (3.71)	22.40 (2.19)	10.80 (1.30)	3.60 (0.89)
	映像FB	5	51.80 (8.44)	11.20 (2.49)	22.20 (5.72)	13.60 (3.05)	4.80 (1.30)
	音声FB	4	54.60 (8.68)	12.60 (2.07)	20.80 (4.76)	15.00 (2.35)	6.20 (1.48)
	FBなし	5	62.00 (11.14)	13.20 (3.11)	25.60 (4.62)	16.60 (3.58)	6.60 (2.19)
対人不安傾向低 群	映像と音声FB	5	68.40 (11.97)	14.60 (2.61)	28.60 (3.85)	17.00 (4.74)	8.20 (2.49)
	映像FB	6	56.17 (10.15)	10.67 (3.27)	24.50 (3.45)	15.00 (4.10)	6.00 (2.10)
	音声FB	5	65.80 (8.11)	14.60 (2.88)	27.20 (2.39)	16.60 (3.44)	7.40 (2.19)
	FBなし	5	58.80 (8.56)	12.80 (0.84)	24.60 (5.27)	14.60 (3.05)	6.80 (0.84)

変化得点について、対人不安傾向×FB操作の2要因分散分析をおこなった。

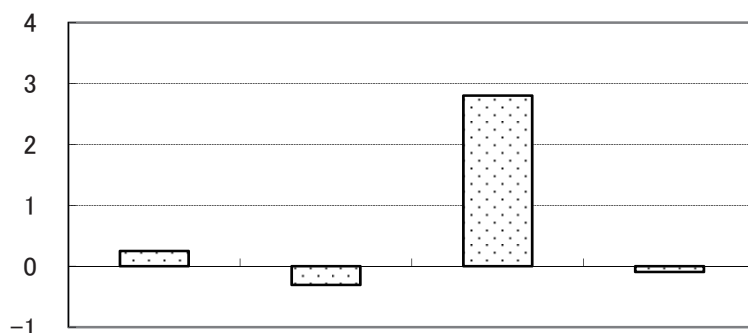
FB操作後と1回目スピーチの自己評定の変化得点について分散分析をおこなった。全項目の変化得点に交互作用が見られ ( $F(3,32)=3.85, p<.05$ )、下位検定の結果、対人不安傾向低群において映像FB条件 ( $M=-7.33, SD=2.11$ ) が他のFB条件 (映像と音声FB:  $M=1.80, SD=2.31, p<.05$ ; 音声FB:  $M=8.00, SD=2.31, p<.01$ ; FBなし:  $M=1.60, SD=2.31, p<.05$ ) よりも低かった (図2)。音声評定の変化得点にFB操作の主効果が見られ ( $F(3,33)=9.73, p<.01$ )、下位検定の結果、音声FB条件 ( $M=2.60, SD=0.43$ ) が他のFB条件 (映像と音声FB:  $M=0.40, SD=0.43, p<.01$ ; 映像FB:  $M=-0.38, SD=0.41, p<.01$ ; FBなし:  $M=0.00, SD=0.43, p<.01$ ) よりも高かった (図3)。その他の変化得点はいずれも差はみられなかった (見かけ評定:  $F(3,32)=2.18, n. s.$ ; 内容評定:  $F(3,33)=0.42, n. s.$ ; 印象評定:  $F(3,33)=2.40, p=.078$ )。

2回目スピーチと1回目スピーチの自己評定の変化得点について分散分析をおこなった。音声評定の変化得点にFB操作の主効果が見られ ( $F(3,33)=3.34, p<.05$ )、下位検定の結果、音声FB条件 ( $M=3.50, SD=0.64$ ) は映像FB条件 ( $M=0.80, SD=0.61$ ) よりも高かった ( $p<.05$ ) (図4)。その他の変化得点はいずれも差はみられなかった (全項目:  $F(3,32)=0.78, n. s.$ ; 見かけ評定:  $F(3,32)=1.04, n. s.$ ; 内容評定:  $F(3,33)=0.39, n. s.$ ; 印象評定:  $F(3,33)=0.25, n. s.$ )。

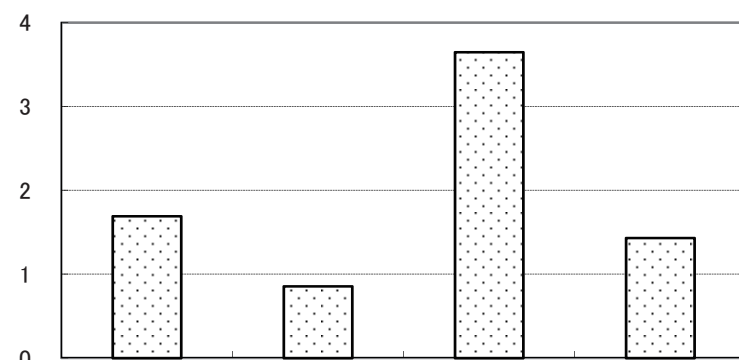




対人不安傾向高群 対人不安傾向低群  
 図2 FB操作後と1回目スピーチ評価の全項目の変化得点



映像と音声FB 映像FB 音声FB FBなし  
 図3 FB操作後と1回目スピーチの音声評価の変化得点



映像と音声FB 映像FB 音声FB FBなし  
 図4 2回目スピーチと1回目スピーチの音声評価の変化得点

考察

スピーチを自己評価する際、対人不安傾向高群は低群よりも低く評価しているが、観察者評価では対人不安による違いは見られなかった。Rapee & Lim (1992) と同様の結果が得られ、対人不安傾向高群は自身のスピーチを過小に評価していると考えられる。また、対人不

安傾向では、高群・低群に関わらず自己評定と観察者評定間では自己評定が低くなっており、対人不安傾向低群でもスピーチの過小評価がみられた。

次に、FB操作によってその後のスピーチの自己評定の改善を検討した。FB操作では、Rapee & Hayman (1996)、Rodebaugh & Chambless (2002) で見られた対人不安傾向高群による自己評定の改善は見られなかったが、新たに加えた音声FB条件において音声評定のみではあるが改善が見られた。音声評定の改善が見られたことは、対人不安傾向に関わらずスピーチの音声部分の評価を過小評価していることが考えられる。また、対人不安傾向低群では映像FB後にスピーチ評定の低下がみられた。これは対人不安の低い者は反対に過大評定をしており、外面的な手掛かりに注目をした結果、評定が下がったと考えられる。

本実験においてFB操作の効果が先行研究と異なる結果になった原因としていくつかの点が考えられる。第一に実験サンプル数の問題が挙げられる。本実験は8条件あり、1条件に5名程度しか割り当てられていない。Rapee & Hayman (1996) は1条件20名、Rodebaugh & Chambless (2002) では、30名であり、本実験の人数は極めて少ない。次にスピーチ評定項目の構成が考えられる。先行研究を参考に作成しているため、測定しているスピーチの評価が同じでない、適切に測れていないことが考えられる。また、実験手続きも先行研究と異なる点がある。スピーチ、FBの時間が、先行研究では3分間なのに対し本実験では2分であり、FB操作の効果に影響を与えた可能性がある。

今後、スピーチ評定項目を作り直し、多人数を対象に改めて検討する必要がある。自己評定と観察者評定の不一致は、対人不安を維持させるとされ (Rapee & Hayman, 1996)、より詳細な自己評定の歪みやFBの効果について検討していくことは、対人不安の維持や改善のメカニズムを知る上で非常に重要である。さらに、対人不安傾向によってもFBの効果に違いが見られたことから、対人不安傾向低群に対してもさらに検討する必要があるだろう。

#### 引用文献

- Buss, A. H. (1986). *Social behavior and personality*. Lawrence Erlbaum Associates. (バス, A. H. 大渕憲一 (監訳) (1991). 対人行動とパーソナリティ 北大路書房.)
- Clark, J. V., & Arkowitz, H. (1975). Social anxiety and self-evaluation of interpersonal performance. *Psychological Reports*, 36, 211-221.
- Leary, M. R. (1983). *Understanding social anxiety*. Sage Publications. (リアリイ, M. R. 生和秀敏 (監訳) (1990). 対人不安 北大路書房.)
- Lundh, L. G., Berg, B., Johansson, H., Nilsson, L. K., Sandberg, J., & Segerstedt, A. (2002). Social anxiety is associated with a negatively distorted perception of one's own voice. *Cognitive Behaviour Therapy*, 31, 25-30.
- 向井靖子 (2001). 対人不安の生起・維持プロセスの理論モデルに関する展望—回避的行動と



- 自己愛、他者への関心の葛藤という観点から— 東京大学大学院教育学研究科紀要, 41, 319-326.
- 根建金男・福井至・石川利江 (1993). 行動論的アセスメント. 上里一郎 (監修) 心理アセスメントハンドブック 西村書店. pp. 549-563.
- 岡林尚子・生和秀敏 (1991). 対人不安感尺度の信頼性と妥当性に関する一研究 広島大学総合科学部紀要Ⅲ, 15, 1-9.
- Rapee, R. M., & Hayman, K. (1996). The effects of video feedback on the self-evaluation of performance in socially anxious subjects. *Behaviour Research and Therapy*, 34, 315-322.
- Rapee, R. M., & Heimberg, R. G. (1997). A cognitive-behavioral model of anxiety in social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, 35, 741-756.
- Rapee, R. M., & Lim, L. (1992). Discrepancy between self- and observer ratings of performance in social phobics. *Journal of Abnormal Psychology*, 101, 728-731.
- Rodebaugh, T. L., & Chambless, D. L. (2002). The effects of video feedback on self-perception of performance : A replication and extension. *Cognitive Therapy and Research*, 26, 629-644.

# **The effects of visual and auditory feedback on the self- evaluation of speech performance in socially anxious participants**

HOSOKAWA, Takashi

This study investigated the effects of visual and auditory feedback on the self evaluation of speech performance. After completing social anxiety scale, 41 undergraduates made two impromptu speeches in front of a camera and were videotaped. Visual and auditory feedback of their speech was given after the first speech, and there were four feedback conditions: visual only, auditory only, visual and auditory feedback, and no feedback control. Participants made self-ratings of their speech performance three times: after the first speech, after the feedback, and after the second speech. Results showed that the self ratings of the second performance were significantly better from other conditions, and the improvement was the largest for auditory only feedback condition, followed by visual and auditory feedback, visual only, and no feedback conditions. Trait social anxiety in this study did not have a significant effect with feedback, on self ratings of the second performance. Implications for future research directions are discussed.