Tsukuba Psychological Research
1994, **16**, 191-197

自己開示における抵抗感の構造に関する検討

筑波大学心理学系　遠藤　公久

Research on the structure of hesitation in self-disclosure

Kimihisa Endo *(Institute of Psychology, University of Tsukuba, Tsukuba 305, Japan)*

Why do people hesitate to open their minds? The aim of this research was to investigate reasons for inhibition in self-disclosing. Fifty-two university female students were required to read five self-disclosures written by other females, before being asked to give their impressions of these scenarios and to infer the degree of hesitation for the writers. They were also interviewed by a female interviewer as to how they infered the writers' hesitation in self-disclosure in detail. All statements were classified to show the multiplicity of disclosure hesitation. These categories were: 1) contents, 2) low controlability, 3) evaluation apprehension, 4) disclosing negative feeling, and 5) labeled negative image. The results also showed infered strong hesitation was related to a complex negative feeling.

Key words: hesitation, self-disclosure, impression, nagative feeling.

目　的

自己開示とは，Jourard(1971)によれば，「自分自身をあらわにする行為であり，他人たちが知覚しうるように自身を示す行為」(p.24)であると定義されている．この定義を解釈すると，自己開示とは，開示者自身が自らを露呈する自発的な行為であり，また開示するときには相手に理解できるように，またそのような表現によって自分自身を示す行為でもある，ととらえ直すことができると思われる．すなわち，開示者側の自発性と，他者視点に立脚した(自己客体視した)自己表現性とを併せもった自己表出の一つであるといえる．

Jourard以来，自己開示は，相互の不可解さをなくし，関係性をより透明にすることから，精神的健康にとって重要な機能をもつことが着目され，多くの研究がなされてきた．しかし，このJourardの定義は実存的な定義であり，操作的には曖昧であったことから，どのように研究の組上に載せ，また研究パラダイムを構築していくか，という問題が指摘されるようになった．Cozby(1973)は，操作的定義として，「個人的情報」を「言葉(言語)」で「相手に」伝えることであると自己開示を定義し直した．この定義により，自己開示研究はさらに盛んになった．

しかし，この操作的定義は，Jourardが自己開示の定義に込めていた，開示者側の視点が欠如しているように思われる．「自己開示とは何か」が問われないまま，自己開示の機能面が着目されたように思われる．そこで，もう一度，「自己開示とは何か」の原点に戻る必要性があると考えられる．

ところで，自己開示研究の発展とともに，印象操作を行動目標におく自己呈示も同様に多くの研究がなされてきている．この2つの自己表出行動は，概念的には全く異なる．しかし，自己開示の定義の曖昧さの影響もあり，また，自己開示も自己呈示もovertな行動面では識別できないことから，自己開示と自己呈示の研究は，とりわけ社会心理の分野において混乱している．安藤(1990)は，自己開示を，「自己を表現する人にとって，“相手になんらかの影響を与えることの重要性の程度”を示す連続体上」(p.161)において，重要性のもっとも低い自己表出行動であるとした．このような位置づけは，その対極に据えられた自己呈示と概念的な弁別を可能にした点，また自己開示を自己を表現する側から捉えな

おしている点，で新しい視点を与えているように思われる．

しかし，安藤のこの位置づけは，必ずしも充分なものとはいえない．なぜならば，開示者ばかりでなく，被開示者にとっても，自己開示の対人的影響は大きいからである．開示者にとって自己の内面性を表出することは，その内面性が深いほどその個人にとって重要な意味がある。そしてもちろん，他者からの評価にさらされる危険性を乗り越えた内面性の表出は，その受け手である被開示者にとっても，重要な意味をもつ．開示の深さは，その開示者にとってだけ判断され得る基準があるのではなく，受け手の他者にとっても類似した共通の判断基準があると考えられるからである(例えば共感性)．

したがって，開示者側からすれば，深い自己開示の際には，当然それを受ける側への影響を予期しているはずである．深い自己開示ほど抑制され躊躇される理由は，まさにこの受け手への影響を予期することによるためであり，開示者は抵抗感を強く感じると考えられる．

この自己(内面性)表出に伴う抵抗感こそ，自己開示の概念的な独自性であるといえ，自己開示を定義する上で重要な概念であると考えられる．そこで，本研究では，安藤よりもさらに自己を表現する側に視座し，自己表出に伴う抵抗感に着目することにする(以降，この自己開示に伴う抵抗感を「開示抵抗感*」と呼ぶ)．そして，自己開示とは，本研究では，程度の差はあるものの，開示抵抗感を伴う自己表出行動の一つであると定義する．

開示抵抗感は，相手に自分をわかってもらいたいという社会的欲求(この欲求は相手との親密さが増すことでさらに強まる)と，相手から拒否されたり評価されたりすることへの予期や結果のリスクの認知とが拮抗するかたちで増大すると考えられる．例えば，親しくなり始めた人に対して，自己否定的な感情を表明することは，相手からの拒否を招きやすく(招きやすいと予期しやすく)，開示抵抗感は強まると考えられる．しかし，Jourard(1971)が述べているように，場合によっては，「自分自身を重要な他者に開示することほど，おそろしい経験は多分にない」(p.37)こともある．つまり，親しいがゆえに，自己開示できないこともあるのである．その意味で，対人関係のあらゆる親密さのレベルにおいて，開示抵抗感は存在するといえよう．

本研究では，この自己開示に伴う抵抗感とはどのようなものであるのか，その抵抗感の源泉について，その基礎的データについて検討しようとするものである．そのために，質問紙調査と面接が実施され，開示抵抗感に関する分類がなされる．

方　法

面接対象者：大学生女子52名

手続き

6枚からなる質問紙を配布して一人一人実施させた．最初の5枚は，各ページに1つずつ開示文が書かれており，対象者は開示文を読んだ後に，その内容の印象，推測される開示者の感情，および開示者への対人印象，についてそれぞれ評定させた．そして，最終ページで上記の5つの開示文について，書き手の開示抵抗感が強いと思われる順に番号をふらせ，その理由を自由記述させた．質問紙への記入後に面接が行われた．女子大生1名が面接者になった．面接では質問紙の最後の項目で，対象者が自由記述した理由について，具体的に話すように求めた．その際，面接者は1つ1つについて，「このように書かれていますが，こうだと(1文を指しながら)話しにくいですか」とだけ教示した．そのあとは何も言わず，対象者に自由に話させ，相槌を打つだけにした．わかりにくいものにのみ「もっと具体的に，わかるように話してください」と教示した．面接者はそこで話された内容について，その場で記録をとった．時間は質問紙の記入と面接を合わせて，1人45分程度であった．

質問紙の構成

予備調査から「異性関係」「対人関係」「進路」「性格」「身体」に関する開示文が取り上げられた(資料)．対象者には，各開示文は，それぞれ別々の女子大学生が自分について書いたものだと教示した．

質問項目は，①開示内容について：中村(1986)を参考に，内容の衝撃性，内容の深刻性，話し手の真正性(本当の自分を出そうとしているか)，の項目をそれぞれ7件法で評定させた．②推測される感情：Plutchik(1980)，落合(1985)を参考に34個の感情語のリストを呈示した．開示者の感情として推測される用語を多肢選択させた．③対人印象：林・大橋・廣岡(1983)の印象形成尺度20項目について，5件法

---

*ここで，注意を要するのは，開示抵抗感と精神分析における抵抗との概念的区別である．精神分析療法における抵抗(resistance)とは，抑圧抵抗，感情転移抵抗，疾病利得抵抗，反復強迫抵抗，超自我抵抗に大きく分けられ(精神医学事典，弘文堂，1985)，主に，治療に対する防衛としての抑圧機能をいう．しかし，ここでの開示抵抗感とは，そのような精神力動的な立場からではなく，あくまで社会的相互場面で展開される自己表出における制御機能だけに限定される．

で評定を求めた．また，開示文の順序効果を防ぐため，呈示順序をランダムに変えた．

結果と考察

1．開示話題と開示抵抗感

Friedmanの検定の結果，５つの開示文から受ける開示抵抗感の間には有意な差が認められた(χ^2=57.72, p<.01)．符号検定により多重比較したところ，開示抵抗感は「対人関係(3.96)」=「身体(3.63)」>「性格(3.10)」>「進路(2.21)」=「異性関係(2.10)」という順に高かった．すなわち，「異性関係」と「進路」の開示文では開示抵抗感は同程度に弱く，反対に「身体」と「対人関係」に関する開示文は最も開示抵抗感が強かった．

話題を統一して，同一話題のなかで推定される開示抵抗感を操作する方法も考えられるが，開示文を量的に均一にすることの困難さや不自然さをなくすために，ここでは，話題を変えて，開示抵抗感を操作する方法がとられた．

2．開示抵抗感の分類ー面接からー

自由記述と面接から，話しにくい理由を490抽出し，臨床的に訓練された二人によって内容が分類された．その結果，①開示内容に関わる抵抗感(開示内容の特殊性，衝撃性，些細なこと過ぎるなど)，②時間・解決策に関わる抵抗感(開示しても解決されない，時間を要するなど)，③評価懸念(聞き手への過剰配慮，自己の社会的コントロール喪失への不安など)，④否定的感情表出に関わる抵抗感(嫌悪感や劣等感や葛藤など社会的望ましくない感情表出への抵抗など)，⑤否定的で固定的な開示者特性に帰属されることへの抵抗感(内向的，恥ずかしがりや，人と接することが下手など)の５つのカテゴリーにまとめられた．項目数は「話題内容」で９，「時間・解決策」で６，「評価懸念」で７，「否定的感情」で３，「開示者特性」で６，となった．これらに入りきれなかったものについてはその他(５)として別に分類された(表１)．このように，開示抵抗感とは，多面的な構造をなしていることがわかった．

3．開示内容の衝撃性・深刻性・真正性と開示抵抗感

５つの開示文から受ける衝撃性・深刻性・真正性の平均(標準偏差)は，順に4.24(.95)，3.49(.88)，3.13(.72)であった．また，５つの開示文から受ける開示抵抗感の順序と，この知覚された衝撃性・深刻性・真正性との間の順位相関係数(Kendall)を算出した．52名それぞれについて算出し，その平均をとったところ，衝撃性で.22(－.59～.94)，深刻性で.16(－.59～.89)，真正性で.20(－.63～.94)であった．個人差が大きく，平均された相関係数はあまり高いとは言えないが，開示内容の開示抵抗感への影響が示唆されたといえる．

4．推測された開示者の感情状態と開示抵抗感

各対象者にとって開示抵抗感の最も強かった話題(「対人関係」)と，反対に最も弱かった話題(「異性関係」)とをそれぞれ一つずつ取り出した(開示抵抗感H・L群とする)．両群間における感情語の選択頻度の差についてχ^2検定を行ったところ(表２)，開示抵抗感が強いと認知されたときは，弱く認知されるときよりも「疎外感」「恥ずかしさ」「孤独感」「うらやましさ」が有意に多く推測されていた（順にχ^2=11.30, 10.62, 共にp<.01, χ^2=6.29, 4.05 共にp<.05, すべてdf=1)．また反対に，抵抗感が弱く認知されたときは，「不安」や「後悔」が多く推測されていた(順にχ^2=4.06, 3.09, p<.05, .10, df=1)．開示抵抗感が弱く認知されるときに，なぜ「不安」が多く推測されたかについては疑問が残るが，否定的感情が推測されるときには，開示抵抗感も強いと認知されることが示された．

そこで，開示抵抗感ＨとＬの２つの話題それぞれについて，34の感情語を因子分析(主成分分析)し，第１因子と第２因子について図示した(図１，図２)．開示抵抗感が弱い話題においては，否定的感情と肯定的感情とが対極に位置づけられ分化している．それに対して，開示抵抗感を強く感じた他者の自己開示からは，否定的な感情が複雑に絡み合って推測されていることがわかる．

5．開示者の対人印象と開示抵抗感

林らに従い，対人印象は「親しみやすさ」「社会的望ましさ」「活動性」の３次元にまとめられた(表３)．各次元についてそれぞれ一元配置の分散分析を実施したところ，「社会的望ましさ」において，開示抵抗感の効果は有意であった(F[4/204]=4.16, p<.01)．多重比較(LSD法)によれば，特に知覚された開示抵抗感が中程度ぐらいのとき，最も社会的に望ましい印象がもたれという逆Ｕ字型であった(MSe=4.52, α=.05)．この結果は，対人魅力の視点からとらえた自己開示との関連に関する結果と一致するものであった(中村，1986など)．

以上，本研究では，開示抵抗感という概念を新たに提起することで，主体である開示者側の視点から自己開示をとらえ直そうとした．開示者にとって，内面的自己を表出することはアンビバレントな心理を背景にしている．開示抵抗感はそのアンビバレントな心理に対する一つの説明を与えるものと考えられる．

本研究から開示抵抗感は，多面的構造からなり，

表1　面接法による分類

【開示の内容】
- 自分の内面性の程度：自分の性格・考え方に関することだから
- 話題の一般性：一般的でなく人に理解してもらえないから
  人があまり考えそうにないことだから
- 対人関係：内容が周囲の人と関係することだから
- ささいなこと：内容がとるに足らない，些細なことだから
  話すまでもないことだから
- タブーや暗黙：暗黙のうちに，口に出してはいけないことだから
- 話題の衝撃性：聞いた相手を驚かせてしまうことだから
- 恥ずかしさ：本人にとって恥ずかしいことだから

【時間・解決策】
- 解決の見込み：解決しようがなくどうしようもないことだから
- 自己解決：自分で何らかの結論をだしたことだから
- 時期：一時期の悩み
  尾をひいたりすることだから
- 時間：時間がたたないと話せないことだから
- 現在：現在の自分に関わることだから

【評価懸念】
- 社会的コントロール喪失への不安：他人の気付いていない自分の弱点を知らせることだから
  そんなレベルの低いことで悩んでいることを知られたくないことだから
- 懸念：話すと嫌われたりマイナスの評価を受けるかも知れないから
- 聞き手への過剰配慮：話すことで聞き手との間に距離ができてしまうかも知れないから
  聞いてくれる相手に対して失礼であるから
  聞いてくれる相手にも関係するから
  愚痴っぽく聞こえてしまうから

【否定的感情表出】
- 不安・深刻感：不安，深刻感，不満を人に出したくないから
- 自分に対する感情：自分に対する嫌悪感や葛藤，コンプレックス，劣等感など否定的な感情を出したくないから
  ジレンマが大きく，内面的葛藤が感じられることだから

【開示者の特性】
- 内向性：内向的な人だと思われるから
  人と接するのが下手な人だと思われるから
- 自己嫌悪：常に自己嫌悪に悩んでいる人のように思われるから
- プライド：プライドの高い人だと思われるから
- 恥ずかしがり：恥ずかしがりの人だと思われるから
- 年齢：年齢的にみて話しようもないことだから

【その他】
- 自我関与度：自分にだけ非があることではないから
- 関係の継続性：話した後も聞いてくれた相手との関係が継続されるから
- 聞き手との親密さ：親しい人にしか話せないことだから
  親しい人には話せないことだから
  誰にも話していないことだから

表2　開示文から推測された開示者の感情

感情＼開示抵抗感	H	L
うれしさ	0	0
あきらめ	9	15
いらだち	17	19
無気力感	5	5
自己嫌悪	31	28
支配感	1	2
罪悪感	3	2
恥ずかしさ	19**	5
好奇心	0	2
けんたい感	6	5
優越感	1	2
劣等感	26	24
信頼感	1	1
恐怖心	3	2
悲観	16	19
うらやましさ	18*	9
幸福感	1	0
充実感	0	2
孤独感	23*	11
疲労感	5	10
疎外感	18**	4
開放感	1	1
悲しみ	11	9
絶望	4	1
不安	15	25*
皮肉	3	1
失望	10	8
後悔	0	3+
好意	0	2
驚き	0	1
嫌悪	6	4
怒り	0	1
期待	2	2
感動	0	0

**p<.01 *p<.05 +p<.10
数字は選択頻度を示す。

開示抵抗感が強く知覚される開示内容については，開示者の立場から推測された自己開示時の感情は複雑に絡み合っていた．ただし，本研究では，他者である開示者の立場からの推測であり，開示者本人の経験によるものでないという問題が残される．また，男子より女子のほうが開示抵抗感を感じやすいのではないかという理由で大学生女子に限った．そのた

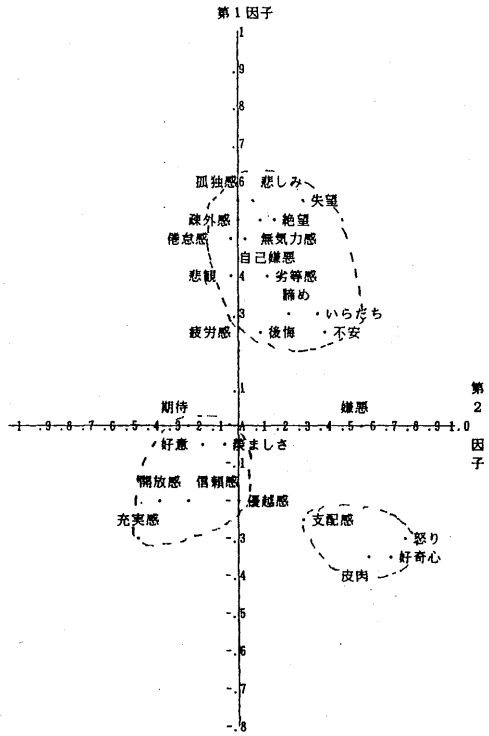

図1　弱い開示抵抗感の内容に対する推測された感情

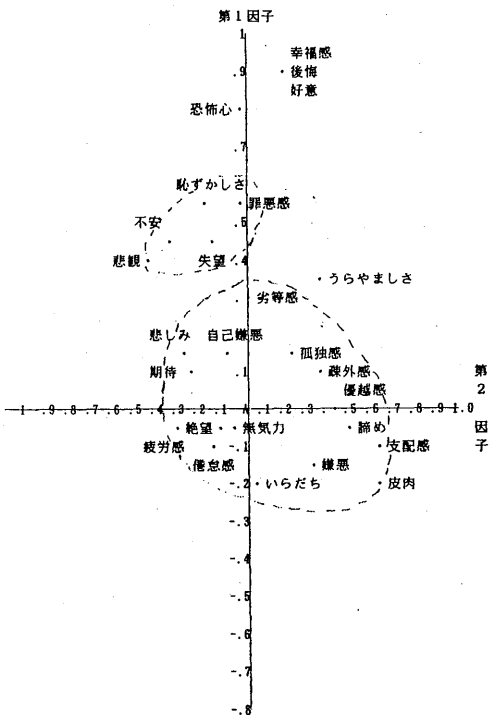

図2　強い開示抵抗感の内容に対する推測された感情

表3　開示抵抗感と開示者への対人印象(平均と標準偏差)

推測された開示抵抗感			弱 ←			→ 強	
開示文			異性関係	進　路	性　格	身　体	対人関係
対人印象	親しみやしさ	MEAN	27.31	26.40	27.73	26.38	26.38
		(SD)	(4.21)	(3.96)	(3.27)	(4.33)	(4.45)
	社会的望ましさ	MEAN	12.57a	12.40a	13.87b	13.37b	13.29b
		(SD)	(2.66)	(2.32)	(2.11)	(1.72)	(2.26)
	活動性	MEAN	18.06	18.59	17.52	17.10	16.67
		(SD)	(5.36)	(4.66)	(4.65)	(4.67)	(3.77)

①aとbの間には5％水準で有意差あり.
②開示抵抗感の欄では，開示抵抗感が弱い順に開示文が配列された.

め，性差を無視していたことも否めないであろう.

最後に今後の研究課題として，まず，上述したように，開示者本人の経験からみた開示抵抗感について，またその分類について検討することが必要であろう．次に，開示抵抗感との深い関連が予想される自己意識について，状況的また特性的な観点からの検討があげられるであろう．Fenigstein, Scheier & Buss(1975)は，自己意識を公的自己意識，私的自己意識，そして社会的不安の3つに分けているが，このなかでも公的自己意識や社会的不安との関連が予想される.

要　約

本研究では，自己開示における抵抗感に着目し，その構造について検討することを目的とした．大学生女子52名が，5名大学生女子の自己開示文を読み，それぞれの内容についての印象(衝撃性，深刻性，真正性)，開示者の感情の推測(34の感情語)，および対人印象(20項目)を評定した．また，開示抵抗感の強く感じられる順に5つの開示文を配列し，その理由について自由記述するように求められた.次に，同性の面接者によって，自由記述について，さらに具体的に発言を求める面接が行われた.

その結果，収集された490の話にくさの理由は，二人によって，「開示内容に関わる抵抗感」「時間・解決策に関する抵抗感」「評価懸念」「否定的感情表出に関わる抵抗感」「開示者特性に帰属されることへの抵抗感」の5つに分類された．また，開示抵抗感の強い開示内容については，弱い開示内容よりも，否定的で複合的な感情が推測されることがわかった．さらに，開示者への印象として，開示抵抗感が中程度の開示者がもっとも社会的望ましいという印象がもたれた.

引　用　文　献

安藤清志　1990　「自己の姿の表出」の段階　中村陽吉編著　「自己過程」の社会心理学　東京大学出版

Fenigstein, A., Scheier, M.F., & Buss, A.H.　1975　Public and private self-consciousness: Assessment and theory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, **43**, 522-527.

Jourard, S.M.　1971　*The transparent self*. Van Nostrand Reinhold, New York.(岡堂哲雄訳　1974　透明なる自己　誠信書房)

Cozby, P.G.　1973　Self-disclosure: A literature review. *Psychological Bulletin*, **79**, 73-91.

林文俊・大橋正夫・廣岡秀一　1983　暗黙裡の性格観に関する研究(Ⅰ)―個別尺度法によるパーソナリティ認知次元の抽出―　実験社会心理学研究, **23**, 1, 9-25.

中村雅彦　1986　自己開示の対人魅力に及ぼす効果(2)―開示内容の望ましさの要因に関する検討―　実験社会心理学研究, **25**, 107-114.

落合良行　1985　青年期における孤独感を中心とした生活感情の関連構造　教育心理学研究, **33**, 70-75.

Plutchik, R. 1980 *Emotion – A psychoevolutionary synthesis*. New York; Harper & Row.

－1993.9.30受稿－

資料　質問紙に載せた開示文の内容

異性関係：

始めのうちは，私と彼は本当にうまくいっていました．お互いにお似合いのカップルだとさえ思っていました．二人が互いによく知り合うようになるにつれて，彼はある程度までうちとけようと努力していたようでしたが，彼には誰に対しても冷淡で心を閉ざしている面があることに彼自身も気がついていたようです．だから，私のことを彼がどんな風に思っているのかを十分に確信することができず，私はそれを本当に不満に思っていました．私はある日とうとう彼に好きだといってしまいました．それに対して，彼のほうは少しだけ私に好意を寄せているというようなことしか言ってくれませんでした．そのときに私は彼が私を本当に好きになるか，あるいはこのまま別れるかのどちらしかないと知りました．そこで私達の出した結論は，今でも彼を時折キャンパスのなかで見かけることはありますが，会ったときに軽いあいさつを交わすくらいです．

対人関係：

私は初対面の人には自分でも驚くほど上手にやれます．にこやかに頭を下げて，相手が感じのいい人だと思ってくれるのがわかるのです．でも少し慣れてくるとだめなんです．同級生なんかが親しげに，「やあ，だれだれさん」と肩をたたいたりしてくれるでしょう．そんな時どう振舞えばいいのかわからなくなるのです．もっと日常的になると，みんなあけすけに自分のこと，他人のことをしゃべるでしょう．前の晩見たテレビのこととか同級生の噂話しとか．そうなると私は話に入れなくなってしまうのです．つまらない井戸端会議みたいな気がして．最初のうちはにこやかに装って相づち打っているのだけど，だんだん顔がこわばってくるのが自分でもわかるんです．そうすると相手もよそよそしくなるし，いつの間にか私の周囲には誰もいなくなってしまうのです．要するに私は他の人との間に親愛感が持てないのです．でも友達は欲しいとは思っています．

進路：

私は今，大学３年です．学生生活もあと１年と少しになり，来年からは就職活動をしなければなりません．それを思うと，とても恐ろしい気分になります．大学では様々なタイプの友達と出会いました．けれど，実はそれが私にとっては大きなカルチャーショックで，コンプレックスの原因にもなっているのです．私は話し下手ですぐ上がってしまい，それに自己主張が弱く，覇気がない……．こんな私でも就職できるだろうかとか，就職しても果たして社会でうまくやってゆけるだろうかと不安でたまりません．「だいじょうぶだよ」と励ましてくれる友達もいるけれど，要領の良い人を見るにつけ，自分の不器用さと要領の悪さを痛感して，どっと落ちこんでしまいます．しかも社会人になり，生活が忙しくなるとストレス解消もままならないだろうし．何でこんなに人とうまくやってゆくのが下手なんだろう．自分の性格を変えないとだめだろうかと考えてしまいます．

性格：

私は２つの心をもっています．１つはすぐ感動したり，涙を流したりする心．もう１つはその感動している心を「馬鹿みたい」と思う冷たく醒めた心です．自分を含めた周りの世界が馬鹿らしく見えたり，かと思うと急に環境問題を考えてみたり……．無条件に感動したあとすぐ，その感動したものの「裏」を考えたり……．１つのことを考えてる自分がいると，もう一人その自分に冷ややかな視線を送る自分がいるのです．そして自分が何をしたら良いか，どう生活したら良いか，どんな態度をとったら良いのか，深く考えてしまうことがあるのだけれど，深く考えれば考えるほど，２つの心が相反してしまいます．こうしてこれを書いている今も……．もしかしたらこれって「多重人格」っていうのかなぁと最近思っています．何だか私「多重人格」っていう言葉に悪いイメージがあるので，今，自分がそうかも知れないと思うと自分が嫌になるのです．

身体：

実は私，胸が小さいことにコンプレックスを持っています．身長は１メートル60あるのに，バストは74センチしかなくて……．全体的に痩せ型ではあるけど，ほかは一応，並みというか平均はあります．それなのに胸だけは平均よりかなり小さくて……．ちまたでは80センチ以上の人がザラにいるというのに．今時この貧相さは中学生にも負けているようだし，おまけに私はズボン派．顔もだいぶんエラが張っているので，夏なんかＴシャツ・ジーンズでいると男に間違われたりした時もしばしば．そんなこと馬鹿らしいって思うかもしれないけど，私にとってはこのことが気になって，男の人とつき合うことも出来ないし，この間旅行に行ったときも友達と，一緒に温泉にはいるのがいやだった．だから一人で入ってしまった．何とか胸を大きくできないかと腕立て伏せやったりとかするんだけど一向に効果がなくて……．