

親密さに及ぼすセルフ・モニタリングの影響

池 田 善 英

問題

他者との関係に対応して、親密さ intimacy を適切に示すことは、対人関係において重要である。例えば大野木（2005）はメンタルヘルスの観点から、対人関係に影響する変数として“間合い”を挙げ、“対人関係のトラブルを予防する”としている。間合いを時間的間合い・距離的間合い・心理的間合いに分類し、このうち心理的間合いを“好き嫌いや親しみの度合いなど、気持ちの近さや遠さ”と定義している。このように親密さを適切に示すことの重要性を指摘している。

自己開示の研究は、自己開示を相互に返報することが、二者関係を強化し発展させることを示している。一方で自己開示の内面性と好意度が、逆U字型の関係を示す研究がある。内面性が中程度の場合に、好意度が最も高まることを表している。これは相手との関係において適切と見なされる親密さがあり、それに適合した行動を取った場合に対人関係が良好になることを示している。

他者への表出行動と関連のあるパーソナリティとして、セルフ・モニタリング self-monitoring を挙げられる。セルフ・モニタリングとは、社会的な状況や人間関係の中で、自己を観察・規制・コントロールすることであり、その程度には個人差がある。スナイダー（1998）によれば、セルフ・モニタリングの高い人はアイデンティティを、具体的な社会状況とそれに対応する役割に、求めている。柔軟性があり、周囲に合わせて自己を変える。セルフ・モニタリングの低い人のアイデンティティは、ただ一つで、どのような状況でも変わらない。一貫性があり、性格や考えを行動に反映する。

この個人差は次のような行動にも現れている。池田（2005）はセルフ・モニタリングが、被服行動に及ぼす効果を検討した。セルフ・モニタリングの高い人ほど自己呈示に積極的であり、その手段の一つである被服行動にも積極的であると考えられた。池田（2006）では被服の廃棄に対して否定的な感情を持つ人ほど、被服を廃棄できないことが明らかになった。この傾向はセルフ・モニタリングの高い人には当てはまらなかった。自己が状況に対応して分節化しているためと考えられた。

本研究では、どの程度の親密さが適切だと考えるかに及ぼす、セルフ・モニタリングの影響について、検討する。一般に対象との関係に応じて、望ましいと考える親密さは変動するだろう。スナイダー（1998）によれば、セルフ・モニタリングの高い人は活動によって友達を分け、はっきり境界線を引き、友達関係はその活動に限られていた。セルフ・モニタリングの低い人は、多くの場合同じ友達といろいろな活動をする事が分かった。

つまりセルフ・モニタリングの高い人は、状況に応じて他者を選択する。そこで望ましいと考える親密さは、相手との関係に応じて大きく変動するだろう。セルフ・モニタリングの低い人の対人関係は、状況を越えて一貫する。そこで望ましいと考える親密さは、相手との関係に関わらずあまり変動しないだろう。

この点を検討するため、本研究では対象として、職場の同僚、親しい友人、隣近所の人を挙げる。一般的に親しい友人との関係は親密であり、心理的な距離が近い。隣近所の人との関係は相対的に疎遠であり、心理的な距離が遠い。職場の同僚との関係は中程度であり、心理的な距離も中間的である。被験者にはこのような対象との関係が、どの程度の心理的な距離の場合にどの程度望ましいかを尋ねる。併せて、対人関係を含む価値観を測定するために生活目標を回答させる。また対人関係の一例として、仕事の相手の望ましさを回答させる。

本研究では以下のように予測する。セルフ・モニタリングの高群は低群より、親しい友人に対して、親密な交際の仕方を望ましいと判断するであろう。セルフ・モニタリングの高群は低群より、隣近所の人に対して、疎遠な交際の仕方を望ましいと判断するであろう。

方法

被験者と手続き

被験者は、千葉県内にある私立4年制大学の、女子学生61名である。2008年7月に、授業時間の一部を用いて、集団実施した。

指標

セルフ・モニタリング セルフ・モニタリングの測定には、岩淵・田中・中里（1982）のセルフ・モニタリング尺度を使用した。この尺度はSnyder（1974）が作成した尺度の日本語版である。回答方法は“全くそう思わない”（1点）から“非常にそう思う”（5点）までの5件法である。全25項目からなる。

生活目標 生活目標の測定は、NHK放送文化研究所（2004）を参考に、4項目を使用した。快志向（その日その日を、自由に楽しく過ごす）、利志向（しっかりと計画をたてて、豊かな生活を築く）、愛志向（身近な人たちと、なごやかな毎日を送る）、正志向（みんなと力を合わせて、世の中をよくする）である。回答方法は“非常に遠い”（1点）から“非常に近い”（5点）までの5件法である。

仕事の相手の望ましさ 仕事の相手の望ましさの測定は、NHK放送文化研究所（2004）を参考に、人物像を2種類挙げた。能率（多少付き合いにくい、能力の優れた人）、情緒（多少能力は劣るが、人柄の良い人）である。“全く組みたくない”（1点）から“非常に組みたい”（5点）までの5件法である。

交際の望ましさ 交際の望ましさの測定は、NHK放送文化研究所（2004）を参考に、対象を3種類挙げた。“職場の同僚”、“親しい友人”、“隣近所の人”である。それぞれに対し2から3種類の親密さの交際を挙げた。“職場の同僚”および“隣近所”の人は3種類（疎遠な／中程度の／親密な）である。“親しい友人”との疎遠な交際は存在しないので、2種類（中程度の／親密な）とした。具体的な項目は以下の通りである。

職場の同僚	疎遠な	仕事に直接関係する範囲の付き合い。
	中程度の	仕事が終わってからも、話し合ったり遊んだりする付き合い。
	親密な	色々と相談したり、助け合ったりする付き合い。
親しい友人	中程度の	互いのことに深入りしない、気楽な付き合い。
	親密な	色々と相談したり、助け合ったりする付き合い。
隣近所の人	疎遠な	会ったときに、あいさつする程度の付き合い。
	中程度の	あまり堅苦しくなく、話し合えるような付き合い。
	親密な	色々と相談したり、助け合ったりする付き合い。

回答方法は“全く望ましくない”（1点）から“非常に望ましい”（5点）までの5件法である。

結果

セルフ・モニタリング尺度

セルフ・モニタリング尺度の因子構造を確認するため、主成分分析を行った。固有値1.0以上の因子は、9因子抽出された。累積寄与率は72.4%であった。ただし岩淵・田中・中里（1982）に基づき、本研究では全体で1つの尺度として扱う。尺度の内部一貫性を確認するため、Cronbachの α 係数を算出した。 $\alpha=.781$ であった。尺度の内部一貫性は十分に高いと言える。

そこで当該項目の合計点を算出し、被験者を中央値分割した。82点以上の31名をセルフ・モニタリング高群、81点以下の30名をセルフ・モニタリング低群とした。

生活目標

生活目標を従属変数とし、セルフ・モニタリング2（高/低）×生活目標の種類4（快志向/利志向/愛志向/正志向）の2要因分散分析を行った（表1）。セルフ・モニタリングは被験者間変数、生活目標の種類は被験者内変数である。生活目標の種類の有意な主効果が認められた（ $F(3,177) = 16.34, p < .001$ ）。愛志向、快志向、正志向、利志向の順に高かった。その他に有意な効果は認められなかった。

表1 生活目標

		生活目標			
		快志向	利志向	愛志向	正志向
セルフ・モニタリング	高	3.94 (0.89)	3.03 (1.02)	4.23 (0.76)	3.26 (1.24)
	低	3.80 (1.16)	2.97 (1.16)	3.97 (1.00)	3.20 (1.27)
全体		3.87 (1.02)	3.00 (1.08)	4.10 (0.89)	3.23 (1.24)

仕事の相手の望ましさ

仕事の相手の望ましさを従属変数とし、セルフ・モニタリング2（高/低）×仕事の相手の種類2（能率/情緒）の2要因分散分析を行った（表2）。セルフ・モニタリングは被験者間変数、仕事の相手は被験者内変数である。セルフ・モニタリングの有意に近い主効果が認められた（ $F(1,59) = 3.74, p < .10$ ）。セルフ・モニタリング高群は低群より、仕事の相手の望ましさが高かった。仕事の相手の種類の有意な主効果が認められた（ $F(1,59) = 26.30, p < .001$ ）。情緒は能率より仕事の相手の望ましさが高かった。その他に有意な効果は認められなかった。

表2 仕事の相手の望ましさ

		仕事の相手の望ましさ	
		能率	情緒
セルフ・モニタリング	高	3.45 (1.06)	4.23 (0.85)
	低	2.97 (1.03)	4.07 (0.91)
全体		3.21 (1.07)	4.15 (0.87)

交際の望ましさ

交際の親密さごとの分析 まず交際の親密さごとに分析を行った。

疎遠な交際の望ましさを従属変数とし、セルフ・モニタリング2（高/低）×対象2（職場の同僚/隣近所の人）の2要因分散分析を行った（図1）。親しい友人との疎遠な交際は存在しないの

で、この分析では割愛した。セルフ・モニタリングは被験者間変数、対象は被験者内変数である。対象の有意な主効果が認められた ($F(1,59) = 7.41, p < .01$)。隣近所の方は職場の同僚より、疎遠な交際の望ましさが高かった。その他に有意な効果は認められなかった。

中程度の交際の望ましさを従属変数とし、セルフ・モニタリング 2 (高/低) × 対象 3 (職場の同僚/親しい友人/隣近所の人) の 2 要因分散分析を行った (図 2)。セルフ・モニタリングは被験者間変数、対象は被験者内変数である。対象の有意な主効果が認められた ($F(2,118) = 54.62, p < .001$)。隣近所の人および職場の同僚は親しい友人より、中程度の交際の望ましさが高かった。その他に有意な効果は認められなかった。

親密な交際の望ましさを従属変数とし、セルフ・モニタリング 2 (高/低) × 対象 2 (職場の同僚/親しい友人/隣近所の人) の 2 要因分散分析を行った (図 3)。セルフ・モニタリングは被験者間変数、対象は被験者内変数である。セルフ・モニタリングの有意に近い主効果が認められた ($F(1,58) = 3.50, p < .10$)。セルフ・モニタリングの高群は低群より、親密な交際の望ましさが高い傾向があった。対象の有意な主効果が認められた ($F(2,116) = 37.77, p < .001$)。親しい友人、職場の同僚、隣近所の方の順序で、親密な交際の望ましさが高かった。その他に有意な効果は認められなかった。

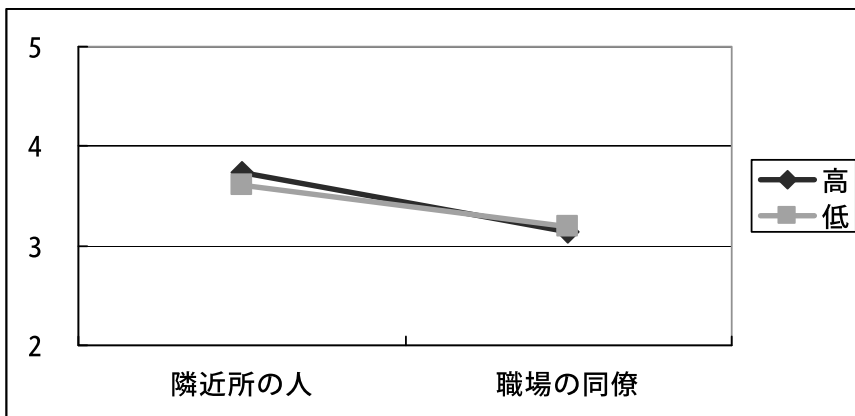


図 1 セルフ・モニタリングと対象 (疎遠な)

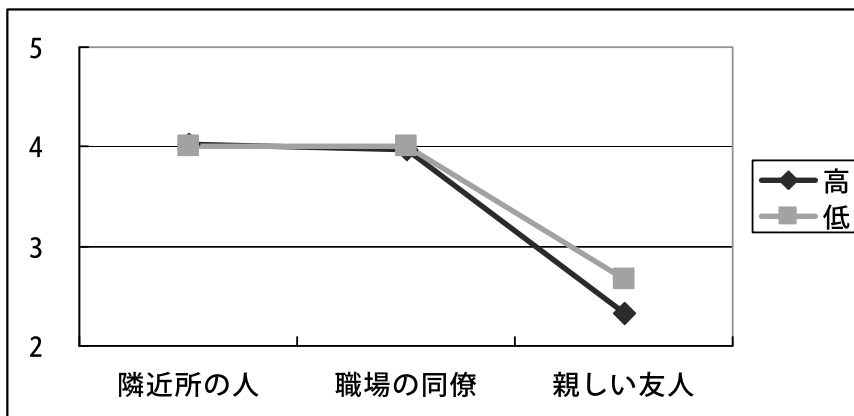


図 2 セルフ・モニタリングと対象 (中程度の)

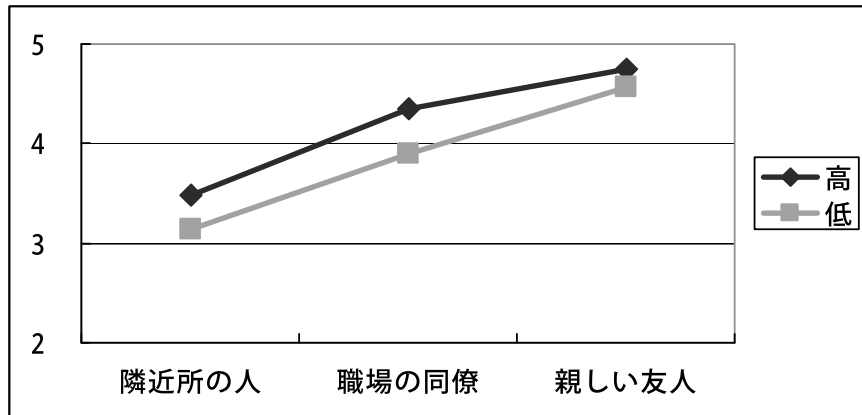


図3 セルフ・モニタリングと対象（親密な）

交際の親密さを組み込んだ分析 次に交際の親密さを直接的に比較する。交際の望ましさを従属変数とし、セルフ・モニタリング 2（高／低）×対象 3（職場の同僚／親しい友人／隣近所の人）×交際の程度 2（中程度／親密な）の 3 要因分散分析を行った（表3, 表4, 表5）。親しい友人との疎遠な交際は存在しないので、疎遠な交際はこの分析では割愛した。セルフ・モニタリングは被験者間変数、対象および交際の程度は被験者内変数である。対象の有意な主効果が認められた ($F(2,116) = 8.97, p < .001$)。親しい友人、職場の同僚、隣近所の人で、交際の望ましさが高かった。交際の程度の有意な主効果が認められた ($F(1,58) = 30.82, p < .001$)。親密な交際は中程度の交際より、交際の望ましさが高かった。

表3 交際の望ましさ（疎遠な）

		対象		
		隣近所の人	職場の同僚	親しい友人
セルフ・モニタリング	高	3.74 (1.15)	3.13 (1.06)	—————
	低	3.60 (1.35)	3.20 (1.16)	—————
	全体	3.67 (1.25)	3.16 (1.10)	—————

表4 交際の望ましさ（中程度）

		対象		
		隣近所の人	職場の同僚	親しい友人
セルフ・モニタリング	高	4.03 (1.15)	3.97 (0.98)	2.32 (1.17)
	低	4.00 (0.64)	4.00 (0.91)	2.67 (0.96)
	全体	4.02 (0.74)	3.98 (0.94)	2.49 (1.07)

表5 交際の望ましさ（親密な）

	対象		
	隣近所の人	職場の同僚	親しい友人
セルフ・モニタリング	高 3.48 (1.21)	4.35 (0.92)	4.74 (0.45)
	低 3.13 (1.33)	3.90 (1.08)	4.57 (0.73)
	全体 3.31 (1.27)	4.13 (1.02)	4.66 (0.60)

セルフ・モニタリングと交際の程度の、有意な2要因交互作用効果が認められた ($F(1,58) = 30.82, p < .001$) (図4)。セルフ・モニタリングの高群は、親密な交際の望ましさが中程度の交際の望ましさより高かった。しかしセルフ・モニタリングの低群は、親密な交際の望ましさと中程度の交際の望ましさとに差異がなかった。対象と交際の程度の、有意な2要因交互作用効果が認められた ($F(2,116) = 101.25, p < .001$) (図5)。親しい友人では、親密な交際の望ましさが高く中程度の交際の望ましさが低かった。職場の同僚では、親密な交際の望ましさと中程度の交際の望ましさに差異がなかった。隣近所の人では、中程度の交際の望ましさが高く親密な交際の望ましさが低かった。

その他に有意な効果は認められなかった。

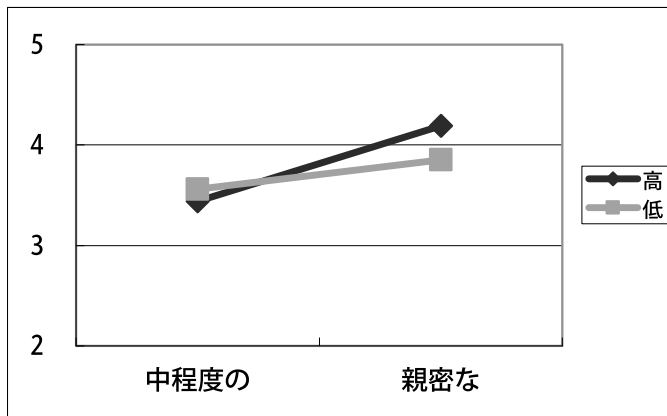


図4 セルフ・モニタリングと交際の程度

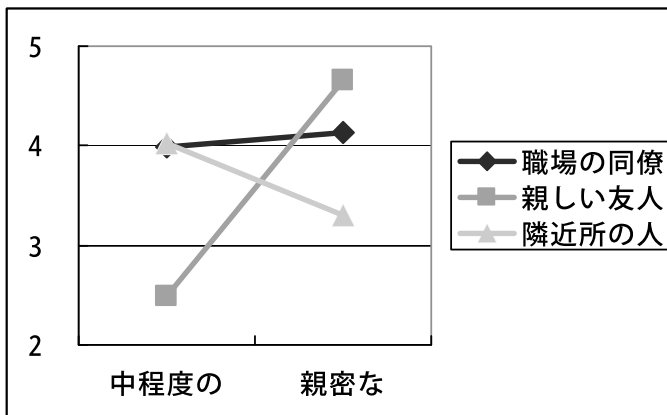


図5 対象と交際の程度

考察

本研究では、セルフ・モニタリングと相手の種類が、どの程度の交際の親密さを望ましいと考えるかに及ぼす影響について、検討した。セルフ・モニタリングの高い人ほど、状況を細かく分析して対応する。そこで相手の種類によって、その相手との関係がどの程度親密であることが望ましいと判断するかが、大きく変動すると予測した。

セルフ・モニタリングの高い人は、親密な交際の望ましさが高く、中程度の交際の望ましさが低かった。セルフ・モニタリングの低い人は、親密な交際の望ましさと同程度の交際の望ましさで、差異が認められなかった。

交際の親密さごとの分析においては、親密な交際の望ましさにおいて、セルフ・モニタリングの高い人は低い人より、高かった。セルフ・モニタリングの高い人ほど、親密な関係すなわち打ち解けた関係を望んでいた。

しかし中程度の交際および疎遠な交際においては、このような差異は認められなかった。疎遠な関係すなわちある程度の心理的な距離をおいた関係や、中程度すなわち打ち解けつつ心理的な距離も残した関係においては、セルフ・モニタリングの高い人も低い人も変わりがなかった。

このような結果は、予測と異なるものであった。セルフ・モニタリングの高い人も低い人も、相手の種類によって、どの程度の親密な交際の仕方が望ましいと判断するかが変動した。ただし親密な交際の仕方については、セルフ・モニタリングの高い人ほど、望ましいと判断していた。

生活目標の分析では全般的に、身近な人々との良好な対人関係を重視していることが明らかになった。セルフ・モニタリングの高い人と低い人とで、差異は認められなかった。このことから他者全般との関係の価値付けについては、セルフ・モニタリングの高い人も低い人も変わりが無いと言える。

また仕事の相手の望ましさの分析では全般的に、身近な人々との良好な対人関係を重視していることが明らかになった。しかしセルフ・モニタリングの高い人ほど、仕事の相手の望ましさが全般的に高い傾向があった。このことからセルフ・モニタリングの高い人ほど、対人関係に積極的であることが示唆された。

以上から親密な交際の仕方については、セルフ・モニタリングの高い人ほど、より強く望ましいと判断していた。これはセルフ・モニタリングの高い人ほど、対人関係に積極的であることによると考えられる。セルフ・モニタリングの低い人には、親密な関係でも心理的な距離を残したいという、一種の天井効果が働くのであろう。なおセルフ・モニタリングの低い人が高い人と同様に、相手の種類に応じて交際の仕方を変えている点は、留意すべきである。

ところで本研究では相手との関係において、どの程度の親密さが望ましいかという意識を検討した。これとどの程度の親密さを示すかという行動は、別の段階である。意識段階においてはセルフ・モニタリングの高低による差異は少なかった。しかし行動段階においてはセルフ・モニタリングの高低による差異が、より多く現れる可能性がある。セルフ・モニタリングの高い人ほど自己呈示の能力が高いため、親密さの表出をその状況で期待される適切な水準に調整している可能性がある。

なお本研究では友人関係について親しいと限定したため、疎遠な関係を検討することができなかった。このため分析が限定されてしまった。また回答者は女性のみである。本研究の結果を男性にも敷衍できるのかを、明らかにする必要がある。このような点を改善することが、検討課題である。

引用文献

- 池田善英 2005 セルフ・モニタリングが被服行動に及ぼす効果 東京成徳短期大学紀要, **38**, 11-15
- 池田善英 2006 廃棄に伴う感情とセルフ・モニタリングが被服の整理・収納に及ぼす効果 東京成徳短期大学紀要, **39**, 1-6
- 岩淵千明・田中國夫・中里浩明 1982 セルフ・モニタリング尺度に関する研究 心理学研究, **53**, 54-57
- N H K放送文化研究所 2004 現代日本人の意識構造 第六版 日本放送出版協会
- 大野木裕明 2005 間合い上手 日本放送出版協会
- Snyder, M. 1974 Self-monitoring of expressive behaviour. *Journal of personality and social psychology*, **30**, 526-537.
- スナイダー M. 1998 カメレオン人間の性格 齋藤勇(監訳) 川島書店 (Snyder, M. 1986 *Public appearances private realities: The psychology of self-monitoring*. W.H. Freeman and company, New York, New York and Oxford.)