

大学生における自己開示の傾向と 性格特性および開示対象との関連性

築本 芽依

(上松 幸一ゼミ)

1. 問題と目的

1.1 自己開示の理論的背景

自己開示とは、他者に対して自分の意見、感情、体験、能力、悩みなどといった、ありのままの情報を開示することであり、他者との信頼関係を築くうえで重要な役割を果たす行為である (Jourard, 1971)。自己開示には「報酬機能」があり、その理論的説明として、信頼・好意仮説、社会交換仮説、モデリング仮説の三つが挙げられている (安藤, 1986)。

まず信頼・好意仮説は、自己開示を受けた被開示者が、開示者からの信頼や好意を認知することで、開示者への好意が高まり、自己開示を返すという考えである。一方で社会交換仮説は、返報性の規範に基づき、被開示者が開示内容と同程度の価値をもつ情報を返そうとすることで自己開示が生じるとする仮説である。モデリング仮説に関しては、自己開示の指針が不明確な状況において、他者の開示の深さを手がかりにして自己開示の程度を調整する結果、返報的自己開示が生じると説明する理論である。これらの理論は、自己開示が単なる情報伝達ではなく、心理的距離を縮める社会的相互作用であることを示しており、人間関係の形成と維持を理解する上で重要な意義をもつ。

1.2 現代的背景としての

オンライン上で行われる肯定的自己開示

さらに、オンライン上の肯定的な自己開示を増加させる要因として、自分自身を感情的に評価する「自尊心」と、人々がお互いに頼り合い、集団規範を優先し、一致して行動することを指す「集団主義の認識」が示唆されている (Chen, 2017)。すなわち、自尊心が高い人はインターネット上の他者の気持ちを考慮しながら開示を行う傾向があり、また集団を優先する傾向の強い人は、自身の

肯定的な側面を明らかにしやすいと考えられる。

一方で、人々の生活の質や生活水準に応じて形成される自身の人生に対する満足度である「生活満足度」と、インターネット利用における個人情報やセキュリティが侵害されることへの不安を示す「プライバシーへの懸念」は、肯定的な自己開示を減少させる要因であることが示されている (Chen, 2017)。生活満足度が高い人は、他者からの否定的コメントに過度に注意を払わないため、自身の生活のネガティブな側面を比較的正直に開示することができる解釈される。また、プライバシー侵害を懸念する人は、個人の特定に繋がる可能性のある情報の開示に対して慎重になるため、結果として肯定的な自己開示が抑制されやすいと考えられる。

このように、オンライン上では心理的要因や社会的環境が自己開示の内容や量に影響を与えることが明らかになっている。しかし、オンラインコミュニケーションの特徴は匿名性や社会的距離の広さにあるため、現実の対人関係における自己開示のメカニズムとは異なる可能性がある。現代においても、深い信頼関係の構築には対面での相互作用が不可欠であることを踏まえると、オンラインだけでなく、改めて対面場面における自己開示の機能や影響要因を理論的に検討する意義は大きいといえる。

1.3 対人関係における否定的自己開示と親密度

さらに、否定的自己開示は、自尊心および対人関係における親密性と関連していることが報告されている (片山, 1996)。とりわけ相手との親密度が低い場合、それ自体が「拒絶されることへの不安」といった感情を喚起し、自己開示を抑制する要因となり得る。また、自尊心の高い人ほど、相手との親密度に応じて自己開示への抵抗感が変化する傾向があることが示唆されている。一方で低

大学生における自己開示の傾向と性格特性および開示対象との関連性

い人は、相手との親密性の程度にかかわらず否定的な自己開示に対して一貫して抵抗を示し、相手との信頼関係を問わず、否定的な内容の自己開示を回避する傾向が強いと考えられる。

このように、自己開示は相手との関係性や心理的距離、開示者の自尊心によって動的に変化する社会的行動であると捉えられる。親密度が低い関係では、自尊感情を保つために開示を抑制する傾向が強まり、親密度が高い関係では信頼関係の強さに基づいた自己開示が促進されると考えられる。

1.4 自己開示の柔軟性と神経症傾向

自己開示を状況や相手に応じて調整する能力、すなわち「柔軟性」と神経症の傾向との関連を検討した研究がある（遠藤, 1986）。ここでいう柔軟性とは、自己開示の程度や内容を場面や相手に応じて調整する能力を指す。

遠藤（1986）は、自己開示柔軟性が低く、開示意思が中程度の者において神経症傾向が最も高い一方、柔軟性が低くとも開示意思が高い者では神経症傾向が低いことを示している。本稿では、この差異を開示目的の違いから解釈できると考える。柔軟性の低さは、場面や相手に応じた調整の困難さを意味する。とりわけ中程度の開示意思を持つ者は、他者からの受容を求める親和的動機を有すると考えられるが、適切な開示判断ができないため、期待した反応が得られないといったミスマッチが生じやすいと推察される。

高野ら（2012）は、自己開示の量や質への不満が孤独感や不安を高めることを指摘している。判断の困難さに起因する反応不一致の経験が蓄積すると、他者からの受容感が低下し、結果として神経症傾向が高まると考えられる。すなわち、中程度群は受容を求めながらも、スキル不足によってその欲求が満たされない葛藤状態にあるといえる。

一方、自己開示柔軟性が低く開示意思が高い群では、開示の目的が受容獲得ではなく自己表現欲求の充足に置かれている可能性がある。和田（1995）は、自己開示の多様性が高い者ほど神経症傾向が低いことを示しており、自己表現を動機とする開示は精神的安定に寄与すると考えられる。

以上より、自己開示には「場面に応じた調整力」と「開示に対する内的動機」という二側面があり、

両者の不均衡が心理的適応に影響する可能性が示唆される。これらを統合的に捉えることで、個人の性格特性に応じた開示行動の理解が深化すると考えられる。

1.5 本研究の目的と意義

以上のように、自己開示は相手との関係性や個人の性格特性によって変化する複雑な行動であるが、これらを同時に扱った研究は少ない。先行研究は主に、自己開示量や内容と親密度との関連を検討する研究（片山, 1996）と、自己開示傾向と性格特性との関連を検討する研究（遠藤, 1986）に分かれている。しかし、性格特性の違いによって、関係性に応じた自己開示の深さや領域（感情・失敗体験・自己評価など）がどのように変化するかについては、十分に検討されていない。

そこで本研究では、自己開示の程度や傾向について多面的に検討することを目的とする。特に、自己開示の内容およびその詳細さが、対人関係における親密度の違い（知人・友人）や、個人の性格特性（例：神経症傾向、外向性）と関連性を明らかにすることを主眼とする。さらに、開示対象（知人・友人）の違いによって、どのような話題（趣味、失敗談、弱点など）の自己開示が行われやすいのか、また個々の性格特性が自己開示における話題や深さの選択にどのような影響を及ぼすのかについても検討する。本研究は、従来の研究が個別に検討してきた「関係性」と「個人特性」を統合的に扱い、開示内容の差異を含めて分析する点に独自性があり、自己開示行動の心理的メカニズムの理解や、コミュニケーション支援への応用に資する知見を提供すると考えられる。

2. 予備調査

2.1 目的

予備調査では、大学生の自己開示と親密度および性格特性の関連を検討する。まず、自己開示の程度を測定する尺度が必要である。本調査で用いる丹羽・丸野（2010）の「自己開示の深さ尺度」は、自己開示の深さを4つの次元で捉える尺度であるが、作成から長時間経過し、現在の大学生の実態に合わない項目が含まれる可能性がある。ま

た、質問項目が多すぎると、回答の負担により、その質が低下する恐れもある。そこで予備調査では、丹羽・丸野の項目の因子構造および信頼性を確認した上で、本調査で使用する項目の妥当性を検討し、合わせて回答者の負担軽減を考慮した項目の選定とすることを目的とした。

2.2 方法

2.2.1 調査対象者

京都先端科学大学に所属する学生 73 名を分析対象とした。

2.2.2 調査時期

2025 年 6 月～7 月に調査を実施した。

2.2.3 調査手続き

予備調査は、ウェブアンケートフォーム (Google Forms) を用いて実施した。大学の講義時間の一部を利用して回答を求めたほか、SNS 等を通じて協力を依頼した。調査の実施にあたっては、研究の目的、プライバシーの保護、データ管理の方法について説明し、回答は任意であること、および途中での回答中止が可能であることを明示した上で、同意が得られた場合のみ回答に進む形式をとった。

2.2.4 質問紙の構成

質問紙は、丹羽・丸野 (2010) の自己開示尺度により構成された。この尺度は、自己開示の内容が深さによって以下の 4 つのレベルに分類されており、合計 24 項目で構成されている。

レベル 1 (趣味・嗜好) : 「趣味にしていること」「最近の楽しかったできごと」などといった内容を問う全 7 項目

レベル 2 (困難な経験) : 「困難な状況を誰かに助けてもらった経験」「つらい経験をどのように乗り越えてきたか」などの全 4 項目

レベル 3 (決定的ではない欠点や弱点) : 「直さなければならぬと思っているが、なかなか直らないささいな欠点」「ささいな欠点について日ごろ思い悩んでいること」などを問う全 6 項目

レベル 4 (否定的な性格や能力) : 「自分の性

格のすごく嫌いなところ」「能力不足が原因で、目標が達成できなかった経験」などの全 7 項目

また、各項目について親しい友人を想定し、その相手に対してどの程度話すかを「1. 何も話さない」から「7. 十分に詳しく話す」までの 7 件法で回答を求めた。

2.3 結果

丹羽・丸野の自己開示尺度全 24 項目について、確認のために最小残差法・オブリミン法による探索的因子分析を行った結果、概ね先行研究と同様の 4 因子構造が確認された。

しかし、一部の項目については、複数の因子にまたがって負荷を示すなど、解釈が困難な傾向が見られた。具体的には、第 2 因子 (趣味・嗜好) における「休日の過ごし方」「これから趣味としてやってみたいこと」「好きなもの (音楽・映画・服装)」の 3 項目、および第 4 因子 (困難な経験) における「困難な状況を誰かに助けてもらった経験」の 1 項目である。これらの項目は、現在の大学生にとって質問内容が広範で個人差が出にくい、または他者が関与するなど項目の性質が異なっており、尺度内の一貫性を損なう可能性があった。また、この後の本調査では自己開示尺度を開示対象 (知人と友人) のそれぞれを想定した上で回答を求めることを予定していたことから、自己開示尺度のみでも 48 問になることが予想された。問題数による回答者の負担軽減、および尺度の精度を高める目的で全 4 項目を除外し、残りの 20 項目によって以降の分析を実施した。

以上により選定された 20 項目について信頼性係数 (Cronbach's α) を確認したところ、第 1 因子 ($\alpha = .878$)、第 2 因子 ($\alpha = .899$)、第 3 因子 ($\alpha = .910$)、第 4 因子 ($\alpha = .924$) となり、いずれも十分な値を示した。よって本尺度は本調査に使用可能な信頼性と妥当性を有すると判断した。最終的な項目の構成および信頼性係数を Table 1 に示す。各因子は、第 1 因子 = (趣味・楽しみ因子)、第 2 因子 = (困難な経験因子)、第 3 因子 = (弱点・悩み因子)、第 4 因子 = (否定的な能力・性格因子) と命名し、尺度は「自己開示の深さ尺度」とした。

大学生における自己開示の傾向と性格特性および開示対象との関連性

Table 1 自己開示尺度の項目構成と信頼性係数

因子名	項目内容	信頼性 α	因子負荷量
第1因子	趣味・楽しみ因子 (レベル1)	0.878	
	最近夢中になっていること		0.891
	趣味にしていること		0.825
	楽しみにしているイベント		0.763
	最近の楽しかったできごと		0.582
第2因子	困難な経験因子 (レベル2)	0.899	
	つらい経験をどのように乗り越えてきたかということ		0.924
	過去のつらい経験が現在どのように役に立っているかということ		0.806
	困難な状況を乗り越えるために頑張ってきたこと		0.713
第3因子	弱点・悩み因子 (レベル3)	0.910	
	自分のささいな欠点かもしれないが、ときどき落ち込んでしまうこと		0.717
	自分のことで直さなければならぬと思っているが、なかなか直らないささいな欠点		0.693
	自分のことについて「少しダメだな」と前から思っているところ		0.654
	自分のささいな欠点について日ごろ思い悩んでいること		0.491
	ある経験を通して「自分は少しダメだな」と思ったこと		0.49
	自分のささいな欠点について他者から心配された経験		0.458
第4因子	否定的な能力・性格因子 (レベル4)	0.924	
	能力で劣等感を抱いていること		0.915
	能力不足が原因で、目標が達成できなかった経験		0.834
	能力に限界を感じて失望した経験		0.811
	自分のせいで人をひどく傷つけてしまった経験		0.748
	自分の能力についてひどく気にやんでいること		0.628
	自分の性格のすごく嫌いなところ		0.595
	自分の性格のすごく嫌いな部分が出てしまったできごと		0.541

2.4 考察

本予備調査では、丹羽・丸野の自己開示尺度について、現在の大学生に対する妥当性を検討し、本調査で使用する項目の選定を行った。探索的因子分析の結果、丹羽・丸野が示した4つの「深さ」の次元（趣味、困難、欠点、否定的な性格・能力）はおおむね再現された。これは、作成から時間が経過した現在においても、大学生の自己開示がこれらの次元によって構成されていることを示唆する。項目選定においては、因子負荷量という統計的指標に加え、各レベルの理論的定義との整合性を重視した。特に「第3因子（決定的ではない欠点や弱点）」に関しては、統計的に負荷量が低い項目も見られたが、これらを保持したことは重要である。それは、自己開示には「趣味（ポジティブ・浅い）」と「深刻な悩み（ネガティブ・深い）」の両極だけでなく、中間にある「少しの弱み」を開示する段階が存在し、対人関係の進展においてその段階が重要な役割を果たすと考えるからである。一方で、負荷量が低く削除された「趣味」に関する項目などは、話題として広範なため、特定

の因子に収束しなかったと考えられる。よってこれらを削除し、精選したことで、回答者の負担を軽減しつつ、より明確に「深さ」を測定できる尺度が構成されたと言える。

以上より、本予備調査で選定された20項目は、十分な内の一貫性と妥当性を有していると判断した。

3. 本調査

3.1 目的

予備調査で選定された自己開示尺度の項目に、本研究独自の関心領域である開示内容の機密性（金銭・学力・セクシュアリティ）の項目を追加し、自己開示の程度と親密度および性格特性との関連を検討することを目的とした。

3.2 方法

3.2.1 調査対象者

京都先端科学大学に在籍する学生104名を調査対象とした。

3.2.2 調査期間

2025年10月から11月に調査を実施した。

3.2.3 調査手続き

予備調査と同様に Google Forms を使用し、大学の講義時間の一部および SNS を通じて回答を求めた。調査の実施にあたっては、研究の目的、プライバシーの保護、データ管理の方法、および回答の任意性について説明を行い、同意が得られた場合のみ回答画面へ進むよう設定した。なお、回答に際しては、特定の「友人」と「知人」を一名ずつ想起させ、対象人物を固定するためにイニシャルの記入を求めた。

3.2.4 質問紙の構成

質問紙は以下の4つの指標で構成された。

① 親密度尺度

想起した対象人物との親密さを測定するために、親密度の評定を求めた。対象者の選定基準を統一するため、武田ら(2012)の教示文を参考に、「友人」は「友人のなかで最も親しいと感じている同性の人物を挙げてください(大学内外は問わず)」。ここで挙げる友人は、あなたの話をきちんと聞き、共感してくれる(してくれそうな)人である。さらに、その友人は自分のことも話してくれる人だと想定してください」という教示を行った。一方で、「知人」は「知人のなかで、まだあまり話したことのない同性の人物を挙げてください(同じ大学に所属している人物に限る)。ここで挙げる知人は、あなたに対して礼儀正しく対応するが、あなたの個人的な事情に深く踏み込むことは少ない人である。互いに無関心というわけではなく、礼節を持って接する人だと想定してください。」という教示を行った。

② 開示対象のイニシャル

親密度尺度による教示文を前提とした、思い浮かべた各人物のイニシャルを記入することを求めた。イニシャルの記述形式は自由とし、あくまでも他の人物を混同することなく各一人の思い浮かべた人物について正確に回答してもらうことを目的とした。

③ 自己開示尺度

自己開示の深さと内容を測定するために、予備調査の結果に基づき選定された20項目に加え、本調査独自の項目として「金銭」「学力」「セクシュアリティ」に関する3項目を追加した。これらは、丹羽・丸野(2010)の尺度には含まれないが、個人の機密性の高いプライバシー情報であり、他者との親密な関係性を考える上で重要と考えられた。よって、日本語版 JSDQ-60 (中村, 1983) を参考に、教員との協議を経て「貯金があるかどうか。ある場合は、その金額について」(金銭)、「自分が選んだ現在の進路や成績の程度、その満足度について」(学力)、「自分の性生活、性的欲求の処理法についての知識、性の悩みについて」(セクシュアリティ)の3項目を作成した。最終的に本尺度は予備調査の20項目と合わせた計23項目で構成された。各項目についてどの程度話すかを「1. 何も話さない」から「7. 十分に詳しく話す」の7件法で求めた。

④ 性格特性尺度

回答者の性格特性を測定するために、小塩ら(2012)による日本語版 Ten Item Personality Inventory (TIPI-J) を用いた。この尺度は、ビッグ・ファイブ性格特性(外向性、協調性、勤勉性、神経症傾向、開放性)を測定し、各特性2項目ずつの計10項目で構成される。各項目について、自分自身にどの程度あてはまるかを「1. 全く違うと思う」から「7. 強くそう思う」の7件法で回答を求めた。

3.3 結果

3.3.1 機密情報尺度の信頼性

本調査で新たに追加した「金銭(1項目)」「学力(1項目)」「セクシュアリティ(1項目)」の計3項目について、これらを一つのまとまり(第5因子: 機密情報)として扱うことの妥当性を検証するため、信頼性係数(Cronbach's α)を算出した。

信頼性係数は $\alpha = .694$ であり、分析に用いるための一定の内的一貫性は確保されていると判断した。したがって本研究では、これら3項目を加算したものを「第5因子(機密情報)」とし、既存の4因子と合わせた計5因子を用いて以降の分析を行うこととした。

3.3.2 性格特性と自己開示の関連

性格特性 (TIPI-J) と自己開示の各因子との関連を検討するため、開示対象 (友人・知人) ごとに相関係数を算出した。まず、友人に対する自己開示と性格特性の関連を Table 2 に示す。分析の結果、外向性は第5因子 (機密情報) との間に有意な弱い正の相関を示した ($r=.21, p<.05$)。これは、外向性が高い者ほど友人に対して金銭やセキュリティといった機密性の高い情報を開示する傾向が高いことを示唆する。また、神経症傾向は第2因子 (困難な経験) との間に有意な弱い正の相関を示した ($r=.23, p<.05$)。すなわち、情緒的な不安定さが高い者ほど、過去のつらい経験などを友人に語る傾向が認められた。一方で、その他の性格特性 (協調性・勤勉性・開放性) については、友人に対する自己開示といずれの因子においても有意な相関は認められなかった。

次に、知人に対する自己開示と性格特性の関連を分析したところ、全ての性格特性および自己開示因子の組み合わせで、有意な相関は認められなかった ($r=-.14 \sim .16, n.s.$)。

このことから、親密度の低い知人に対しては、個人の性格特性にかかわらず様に自己開示されにくい傾向にあり、性格による個人差が表れにくいことが示唆された。

3.3.3 開示対象および性格特性が

開示内容及び及ぼす影響

開示対象 (知人・友人) と性格特性 (高群・低群) が、自己開示の深さに及ぼす影響を明らかにするため、5つの自己開示因子それぞれについて、開示対象 (2水準: 被験者内) × 性格特性 (2水準: 被験者間) の2要因分散分析を行った。

3.3.3.1 性格特性による群分け

本調査では、性格特性が自己開示に与える影響を検討するため、TIPI-Jの各下位尺度 (外向性・協調性・勤勉性・神経症傾向・開放性) の得点について、それぞれ中央値を基準として2群に分割した。中央値以上の者を「高群」、中央値未満の者を「低群」とした。各性格特性における群の構成人数は、外向性 (高群 $n=68$, 低群 $n=36$)、協調性 (高群 $n=55$, 低群 $n=49$)、勤勉性 (高群 $n=77$, 低群 $n=27$)、神経症傾向 (高群 $n=58$, 低群 $n=46$)、開放性 (高群 $n=65$, 低群 $n=39$) となった。以降の分析では、これらの群分けを用いて検討を行った。

3.3.3.2 開示対象および性格特性が

開示内容及び及ぼす影響

開示対象 (知人・友人) および5つの性格特性 (高群・低群) が自己開示の深さにどのような影響を及ぼすのかを検討するため、各自己開示因子得点を従属変数とした。開示対象 (2水準: 参加者内要因) と性格特性 (2水準: 参加者間要因) を要因とする2要因分散分析を行った。

まず、従属変数である第1因子から第4因子 (趣味・困難・欠点・性格) の得点について検討を行った。分析の結果、これら4つの因子については、5つの性格特性との組み合わせにおいて、交互作用は有意ではなかった ($p>.10$)。主効果については、全ての分析において「開示対象」の主効果が有意であり ($p<.001$)、いずれの因子においても、知人よりも友人に対して開示得点が高い傾向があった。ただ、第2因子 (困難な経験) 得点のみ、神経症傾向の主効果にも有意差があった ($F(1, 102)=4.449, p<.037$)。具体的には、神経症傾向が高い群は低い群に比べて、友人に対して困

Table 2 友人に対する自己開示と性格特性の相関係数

	第1因子(趣味)	第2因子(困難)	第3因子(欠点)	第4因子(性格)	第5因子(機密)
外向性	0.07	0.03	0.01	-0.09	.21*
協調性	0.11	0.15	0.09	-0.1	0.01
勤勉性	0	0.13	0.06	0.01	-0.01
神経症傾向	0.16	.23*	-0.03	-0.05	0.16
開放性	0.1	0.03	-0.07	-0.06	0.02

難な経験を語りやすい傾向が示された。つまり、これら一般的な話題に関しては、基本的には「相手との親密度」によって開示量が決定されることが確認された。

続いて、本研究で独自に追加した第5因子（機密情報：金銭・学力・性）について分析を行った。外向性を要因とした分析の結果、他の因子とは異なり、開示対象と外向性の間に有意な交互作用が認められた ($F(1, 102) = 6.02, p < .05$)。多重比較の結果、高群・低群ともに知人より友人への開示が有意に多かったが ($p < .01$)、外向性高群は友人に対して積極的に機密情報を開示しているのに対し、低群は友人であっても開示を抑制する傾向が顕著であった (Figure 1)。なお、外向性以外の4つの性格特性（協調性・勤勉性・神経症傾向・開放性）は、第5因子に対する交互作用はいずれも有意ではなかった。

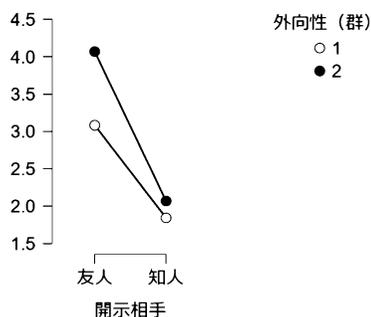


Figure 1 外向性が機密情報（第5因子）の自己開示に及ぼす影響

以上の結果より、趣味や悩みといった一般的な自己開示（第1～4因子）は性格特性よりも「相手との親密度」によって規定されるのに対し、機密性の高い情報（第5因子）の開示においては、外向性という個人の性格特性が強く影響を及ぼすことが示唆された。

3.4 考察

3.4.1 一般的な自己開示における

対人関係の規範性（第1因子～第4因子）

本研究の結果、趣味・嗜好（第1因子）から否定的な性格（第4因子）に至る既存の自己開示領

域では、性格特性と開示対象の交互作用は認められず、「知人よりも友人に多く開示する」という主効果のみが一貫して確認された。このことは、大学生の自己開示が、内向性・外向性といった個人特性よりも、相手との関係性という社会的規範によって強く規定されていることを示唆する。社会的浸透理論 (Altman & Taylor, 1973) が示すように、対人関係の進展に伴い自己開示の広さと深さは増大するが、本研究の結果もこの理論的予測を支持している。すなわち、現代の大学生においては、親密な友人に対して弱みを含む内面（第3・4因子）を開示することが、関係維持のための一般的なコミュニケーション様式として定着していると考えられる。

しかし、神経症傾向の高い者が友人に対して「困難な経験（第2因子）」を多く語る傾向は、自己開示のもつカタルシス機能の表れと解釈できる。不安を感じやすい者は、他者との関係構築よりも、自身の心理的安定を目的とした情緒的発散として、過去の苦労話を語る傾向があると考えられる。また、自尊心が高い者ほど、否定的自己開示への抵抗感が開示相手の親密度によって変化することが示されている (片山, 1996)。本研究においても、自尊心の高い者が含まれていた可能性があり、その結果、「困難な経験」という否定的な自己開示が、親密度の高い友人に対して選択的に行われたと示唆される。

3.4.2 機密情報の開示における

性格特性の影響（第5因子）

一方、本研究で独自に追加した「機密情報（第5因子：金銭・学力・性）」では、外向性による明確な開示パターンの差が示された。外向性が高い者は友人に対してこれらの情報を積極的に開示する一方、外向性が低い者は友人であっても開示を強く抑制していた。この結果は、機密情報の開示が、単なる親密さの延長ではなく、高い心理的リスクを伴う領域であることを示唆する。金銭事情やセクシュアリティは、他者からの評価や批判と結びつきやすい情報であるが、外向性が高い者は、開示によって得られる一体感や対人的報酬を重視し、リスクを伴っても開示に踏み切ると考えられる。

外向性が低い（内向的な）者は、罰への感受性

大学生における自己開示の傾向と性格特性および開示対象との関連性

が高く「拒絶される不安」や「引かれるリスク」を過大に見積もる傾向がある (Lucas et al., 2000)。そのため、たとえ相手が親しい友人であっても、心理的な安全性が完全に保障されない限り、この「聖域」には他者に踏み込ませないという防衛的な方略をとっていると推察される。これより、第5因子の領域は、既存の深度レベルを超えた特殊な次元にあり、そこへのアクセスは関係性だけでなく、開示者の「社会的リスク許容度 (外向性)」への依存があるという新たな知見が得られた。

4. 総合考察

4.1 大学生における自己開示行動の構造と開示メカニズム

本研究では、大学生の自己開示について、開示内容の深さと性格特性、および対人関係の相互作用を多角的に検討した。その結果、大学生の自己開示行動には「二重の構造」が存在することが示唆された。第一の層は、趣味から個人的な欠点までを含む規範的開示領域 (第1～4因子) であり、この領域では性格特性にかかわらず、友人に対して開示が行われる共通の行動様式が確認された。これは、弱みを見せ合うことが友情維持のための社会的規範として機能している可能性を示している。

第二の層は、金銭や性を含む機密情報 (第5因子) である。この領域への開示は規範によって促されるものではなく、個人の性格特性、とりわけ外向性に委ねられていた。外向的な学生にとっては関係を深化させる資源となる一方、内向的な学生にとっては、親友に対しても保持される防衛的領域として機能していると考えられる。

従来の研究では、自己開示は一律に「深さ」の連続体として捉えられてきた。しかし本研究の結果は、一定の深さを超えると、開示のメカニズムが「関係性依存型」から「性格依存型」へと質的に転換する可能性を示唆している。この知見は、対人コミュニケーション支援にも重要な示唆を与える。例えば、内向的な学生が友人に秘密を打ち明けられない場合、それは信頼関係の欠如ではなく、防衛的なリスク管理に基づく適応的行動として捉え直すことができる。

自己開示には相互的に心理的距離を縮める性質

がある (Jourard, 1971)。そのため、例えば外向性の高い学生からの踏み込んだ自己開示を行った場合、外向性の低い学生は開示内容に応じた内容の自己開示を期待される一方で、秘密にしたい「機密情報 (第5因子)」が脅かされたと感じ、心理的負担を生じさせる場合がある。したがって、外向性の高い者が低い者に対して自己開示を行う際には、相手の特性を尊重し、開示の深さに配慮することが、現代の大学生における対人関係の形成に重要であるといえる。

4.2 本研究の限界と今後の展望

最後に、本研究の限界について二点述べる、第一に、自己開示対象の選定に関する点である。本研究では、友人を「最も親しい同性の友人」、知人を「まだあまり話したことのない同性の人物」と定義し、知人条件のみに「同じ大学内」というコミュニティ指定を設けた。これは、最も親しい友人が必ずしも大学内に存在するとは限らない一方、知人は関係性が弱く、環境要因の影響を受けやすいと考えたためである。しかしこの設定により、両条件間でコミュニティ要因が統一されておらず、結果に影響を及ぼした可能性がある。今後は、コミュニティ指定の有無を条件間で統一し、環境要因が自己開示の量や内容に及ぼす影響をより精緻に検討する必要がある。

第二に、開示者と開示対象の性差が機密情報 (第5因子) の自己開示量に及ぼす影響については、十分に検討できていない点である。開示者と開示対象が共に男性の場合、共に女性の場合、あるいは性別が異なる場合では、自己開示量が異なる可能性があり、金銭・学力・セクシャリティといった開示内容によっても差異が生じる可能性がある。今後は、開示者と開示対象の性別の組み合わせを独立変数に含め、開示内容別の分析を行うことで、自己開示に影響を及ぼす要因をより精緻に検討する必要がある。

参考文献

- Altman, I., & Taylor, D. A. (1973). *Social penetration: The development of interpersonal relationships*. New York: Holt, Rinehart & Winston.

- 安藤清志 (1986). 対人関係における自己開示の機能 東京女子大学紀要論集, 36 (2), 167-199.
- Chen, H. (2017). Antecedents of positive self-disclosure online: An empirical study of US college students' Facebook usage. *Psychology Research and Behavior Management*, 10, 147-153.
- 遠藤公久 (1986). 自己開示柔軟性と性格特性との関連性 日本教育心理学会第 28 回総会発表論文集, 400.
- Jourard, S. M. (1971). *Self-disclosure: An experimental analysis of the transparent self*. New York: Wiley-Interscience.
- 片山美由紀 (1996). 否定的内容の自己開示への抵抗感と自尊心の関連 心理学研究, 67 (5), 351-358.
- Lucas, R. E., & Fujita, F. (2000). Factors influencing the relation between extraversion and pleasant effect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79 (6), 1039-1056.
- 中村陽吉 (1983). 対人場面の心理. 東京大学出版会, 235-238
- 小塩真司・阿部晋吾・カトローニ, P. (2012). 日本語版 Ten Item Personality Inventory (TIPI-J) 作成の試み パーソナリティ研究, 21 (1), 40-52.
- 鷹阪龍太・山田一成 (2019). 公募型 Web 調査における TIPI-J の利用可能性の検討 社会心理学研究, 35 (1), 19-27.
- 高野慶輔・坂本真士・丹野義彦 (2012). 機能的・非機能的自己注目と自己受容, 自己開示. パーソナリティ研究, 21 (1), 12-22.
- 武田裕子・前田健一・徳岡大・石田弓 (2012). 大学生の親密度の異なる友人への自己開示と親和動機の関係 広島大学大学院心理臨床教育研究センター紀要, 11, 97-108.
- 丹羽空・丸野俊一 (2010). 自己開示の深さを測定する尺度の開発 パーソナリティ研究, 18 (3), 196-209.
- 和田実 (1995). 青年の自己開示と心理的幸福感の関係. 社会心理学研究, 11 (1), 11-17

謝 辞

本研究の計画, 実施および論文作成にあたり, 終始適切なお指導とご助言を賜りました先生方と同ゼミ生の塩寄くんに, 心より感謝申し上げます。また, 質問紙調査にご協力いただいた学部生をはじめ, 本研究に関わってくださったすべての方々に深く感謝いたします。

付録：本調査用質問紙

【パート1：友人について】

1. 対象者の選定

友人のなかで最も親しいと感じている同性の人物を挙げてください（大学内外は問わず）。ここで挙げる友人は、あなたの話をきちんと聞き、共感してくれる（してくれそうな）人である。さらに、その友人は自分のことも話してくれる人だと想定してください。

※これは個人を特定するものではありません。後の質問に対して回答をする際に、思い浮かべてもらう人物になります。

友人のイニシャル（ ）

【パート2：知人について】

1. 対象者の選定

知人のなかで、まだあまり話したことのない同性の人物を一人思い浮かべ、イニシャルを記入してください（同じ大学に所属している人物に限る）。ここで挙げる知人は、あなたに対して礼儀正しく対応するが、あなたの個人的な事情に深く踏み込むことは少ない人であり、礼節を持って接する人だと想定してください。

知人のイニシャル（ ）

2. 会話の内容について（自己開示）

あなたは、この「友人」に対して以下の内容をどのくらい詳しく話しますか。雑談場面を想定して、もっとも当てはまる数字に○をつけてください。

基準：1.何も話さない 2.ほとんど話さない 3.あまり話さない 4.どちらともいえない
5.やや話す 6.かなり話す 7.十分に詳しく話す

- | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1. 最近夢中になっていること..... | 1 | ・ | 2 | ・ | 3 | ・ | 4 | ・ | 5 | ・ | 6 | ・ | 7 |
| 2. 趣味にしていること..... | 1 | ・ | 2 | ・ | 3 | ・ | 4 | ・ | 5 | ・ | 6 | ・ | 7 |
| 3. 楽しみにしているイベント..... | 1 | ・ | 2 | ・ | 3 | ・ | 4 | ・ | 5 | ・ | 6 | ・ | 7 |
| 4. 最近の楽しかったできごと..... | 1 | ・ | 2 | ・ | 3 | ・ | 4 | ・ | 5 | ・ | 6 | ・ | 7 |
| 5. 自分のささいな欠点かもしれないが（時間にルーズ、など）、
時々落ち込んでしまうこと..... | 1 | ・ | 2 | ・ | 3 | ・ | 4 | ・ | 5 | ・ | 6 | ・ | 7 |
| 6. 自分のことで直さなければならないと思っているが、なかなか治らない
ささいな欠点（時間にルーズ、など）..... | 1 | ・ | 2 | ・ | 3 | ・ | 4 | ・ | 5 | ・ | 6 | ・ | 7 |
| 7. 自分のことについて「少しダメだな」と前から思っているところ
（時間にルーズ、など）..... | 1 | ・ | 2 | ・ | 3 | ・ | 4 | ・ | 5 | ・ | 6 | ・ | 7 |
| 8. 自分のささいな欠点について日ごろ思い
悩んでいること..... | 1 | ・ | 2 | ・ | 3 | ・ | 4 | ・ | 5 | ・ | 6 | ・ | 7 |
| 9. ある経験を通じて「自分は少しダメだな」と
思ったこと（遅刻した、など）..... | 1 | ・ | 2 | ・ | 3 | ・ | 4 | ・ | 5 | ・ | 6 | ・ | 7 |
| 10. 自分のささいな欠点（時間にルーズ、など）について
他者から心配された経験..... | 1 | ・ | 2 | ・ | 3 | ・ | 4 | ・ | 5 | ・ | 6 | ・ | 7 |

11. つらい経験をどのように乗り越えてきたか
 ということ 1・2・3・4・5・6・7
12. 過去のつらい経験が現在どのように役に立っているか
 ということ 1・2・3・4・5・6・7
13. 困難な状況を乗り越えるために
 頑張ってきたこと 1・2・3・4・5・6・7
14. 能力で劣等感を抱いていること 1・2・3・4・5・6・7
15. 能力不足が原因で、目標が達成
 できなかった経験 1・2・3・4・5・6・7
16. 能力に限界を感じて失望した経験 1・2・3・4・5・6・7
17. 自分のせいで人をひどく傷つけて
 しまった経験 1・2・3・4・5・6・7
18. 自分の性格のすごく嫌いなところ 1・2・3・4・5・6・7
19. 自分の能力についてひどく気にやんで
 いること 1・2・3・4・5・6・7
20. 自分の性格のすごく嫌な部分が
 出てしまったこと 1・2・3・4・5・6・7
21. 貯金があるかどうか。ある場合は、
 その金額について 1・2・3・4・5・6・7
22. 自分が選んだ現在の進路や成績の程度
 その満足度について 1・2・3・4・5・6・7
23. 自分の性生活 性的欲求の処理法についての知識、
 性の悩みについて 1・2・3・4・5・6・7

【パート3：あなた自身の性格について】

以下の1から10までのことばがあなた自身にどのくらい当てはまるかについて、もっとも適切な数字に○をつけてください。文章全体を総合的に見て、自分にどれだけ当てはまるかを評価してください。

基準：1.全く違うと思う 2.おおよそ違うと思う 3.少し違うと思う
 4.どちらでもない 5.少しそう思う 6.まあまあそう思う 7.強くそう思う

- ①活発で、外向的だと思う 1・2・3・4・5・6・7
- ②他人に不満をもち、もめごとを起こしやすいと思う 1・2・3・4・5・6・7
- ③しっかりしていて、自分に厳しいと思う 1・2・3・4・5・6・7
- ④心配性で、うろたえやすいと思う 1・2・3・4・5・6・7
- ⑤新しいことが好きで、変わった考えをもつと思う 1・2・3・4・5・6・7
- ⑥ひかえめで、おとなしいと思う 1・2・3・4・5・6・7
- ⑦人に気をつかう、やさしい人間だと思う 1・2・3・4・5・6・7
- ⑧だらしなく、うっかりしていると思う 1・2・3・4・5・6・7
- ⑨冷静で、気分が安定していると思う 1・2・3・4・5・6・7
- ⑩発想力に欠けた、平凡な人間だと思う 1・2・3・4・5・6・7