

心理臨床場面における対人不安傾向の高い者にとって 好ましいノンバーバル・コミュニケーション

塚 本 愛佑美

序 論

1971年アルバート・メラビアンの研究（コトバンク, 2019）では、「話し手」は「聞き手」に、視覚情報（見た目・身だしなみ・表情・視線）や聴覚情報（声の質・大きさ・速さ・テンポなど）が大きく影響し、言語情報である話す言葉そのものの意味は7%と影響が小さいことから、ノンバーバル・コミュニケーション（以下、NVCとする）が印象形成において重要であることが指摘されている。

カウンセリング場面においてもNVCの研究がされている。心理療法を行う臨床場面においては様々なクライアントが来談するため、クライアントの訴えや来談の目的に合わせた心理療法が選択され、クライアントのニーズに適した心理的支援が行われている。そして、クライアントに合わせてカウンセラーのNVCも変化させている。例えば、クライアントの中には、対人不安や社会的不安を有する者も少なくない。対人不安とは、「対人的な原因によると考えられる不安を一般的に対人不安もしくは社会的不安」（心理学辞典, 初版 p 550）のことを表す。このような特性を有するクライアントに対して、カウンセラーは言語的、非言語的な関わりを問わず、不安を与えることの内容に配慮したうえで心理療法を行うのが一般的である。

本研究では、人と話すことが苦手を感じる対人不安などの不安傾向の強いクライアントに注目し、現在までに行われた研究を整理、統合し、好ましいNVCとは何かを考察することを目的とする。

これまでにNVCは、生活における様々な場面で用いられており、日常生活だけでなく、心理臨床や医療現場、教育現場、文化などの幅広い分野で研究がされてきた。そのため、研究1では、NVCに関する文献を整理、論文ごとに記載された概念をまとまりごとに統合し、NVCの意味付けや捉え方、概念などを明ら

かにする。次に研究2で、心理臨床に関する研究に限定し、NVCがどのように研究されてきたかを調べるために、内容分析を行う。最後に研究3で、クライアントの対人不安傾向と関連するNVCに関する、これまでの研究を概観し、総合的に考察を行うことを目的とした。

研 究 1

問題

NVCは、様々な意味や目的がある。例えば、手話によるコミュニケーションの場合、手話というNVCは言語そのものに相当するなど、NVCは広い学問領域において研究がされてきた。研究分野ごとにNVCの概念や目的が学問によって、異なっていることが考えられ、研究分野によってNVCの扱いにどのような違いがあるかを明らかにする必要がある。

目的

研究1では、「ノンバーバル・コミュニケーション」をキーワードに文献検索し、研究分野のカテゴリーごとに分類・整理し、NVCの意味付けや捉え方、目的・役割・影響などを明らかにすることを目的とした。

方法

様々な研究分野の論文を全体的に収集するために、論文検索サイト「NII論文情報ナビゲータ」上のデータベースである「CiNii Articles」を用いた。文献の検索には、「ノンバーバル・コミュニケーション」をキーワードに指定し、2020年10月～12月に検索を行い、文献を収集し、それらの内容を整理した。その際、抄録や重複する論文は、分析の対象から除いた。

表1 ノンバーバル・コミュニケーションについての研究論文

研究領域	発行年	著者	雑誌	タイトル
心理臨床	2017	鈴木隆男	比治山大学短期大学部教職課程研究 3, 97-102	言語を媒介としないコミュニケーション
心理臨床	2017	青柳宏亮, 沢崎達夫	目白大学心理学研究 (13), 23-35	心理臨床におけるノンバーバル・コミュニケーションに関する研究動向
日常場面	2009	木村純子, 坂下玄哲	経営志林 46(2), 11-23	理想自己の決定主体—母親関係と友人関係のノンバーバル・コミュニケーション比較
日常場面	2006	近藤直英	人文科学論集 文化コミュニケーション学刊編 (40), 129-136	ノンバーバル・コミュニケーション行動としてのポーズの機能と役割への考察
日常場面	2003	沼崎誠, 川田学, 藤島喜嗣 [他]	人文学報 (336), 11-34	自己高揚的/自己抑制的呈示におけるノンバーバル・コミュニケーションと周辺言語
日常場面	2008	中野はるみ	長崎国際大学論叢 8, 45-57	非言語 (ノンバーバル) コミュニケーションと周辺言語
日常場面	1990	田村進一	オフィス・オートメーション 11(1), 6-14	ノンバーバルコミュニケーション
日常場面	1990	戸田弘二, 高村裕美	北海道教育大学紀要 教育科学編 54(1), 25-36	感情喚起場面におけるノンバーバル・コミュニケーション
日常場面	2013	徳永弘子, 武川直樹, 寺井仁, 湯浅将英, 大和淳司	知能と情報 25(5), 889-900	感情喚起場面におけるノンバーバル・コミュニケーション
日常場面	2014	高下保幸	福岡大学研究論叢集, B, 社会科学編 7, 37-60	会話における参与役割志向態度に基づく順番交替分析: 一人の「話したい」「聞きたい」態度が次話者を決定する仕組み
日常場面	2009	徳永弘子, 湯浅将英, 寺井仁 [他], 武川直樹	映像情報メディア学会技術報告 33.46(0), 31-36	画像読みとりによるノンバーバル・コミュニケーションテストの作成
日常場面	2006	室伏順子	日経 systems (160), 152-155	3人会話の話者交替における発話志向態度分析: 参与者の発話志向の「場」がつくる話者交替
教育	2006	岩下敦哉	学習院高等科紀要 (4), 65-86	室伏順子のプロジェクトを成りに導くヒューマン・スキル (第5回) ノンバーバル・コミュニケーション
教育	2012	島崎崇史, 吉川政夫	体育学研究 57(2), 427-447	コーチのノンバーバルコミュニケーションに関する研究: コミュニケーション能力, およびコーチング評定の関連性
教育	2008	松田哲	流通経済大学スポーツ健康科学部紀要 1, 107-113	現代青少年におけるコミュニケーション能力の育成に関する研究
教育	2006	谷田貝雅典, 坂井滋和	日本教育工学会論文誌 30(2), 69-78	視線一致型及び従来型テレビ会議システムを利用した遠隔授業と対面授業の教育効果測定
教育	1998	木下百合子	大阪教育大学紀要 教科教育 05 教科教育 47(1), 11-24	中学校社会科教師のコミュニケーショントレーニングの構想
教育	1987	大河原清	視聴覚教育研究 17(0), 51-73	生徒の感情に及ぼす教師の身体動作に関する研究: 身体動作の知覚の仕方を中心として
保育	2016	千古和恵子	京都市立短期大学研究紀要 55, 125-134	「児童文学」考: 保育者に求められる「児童文化財」活用の視点から
保育	2009	高野牧子	山梨県立大学人間福祉学部紀要 (4), 21-29	幼児期の欲求場面における身体表現による母子間のコミュニケーション
保育	2007	藤井真理子, 日隈ふみ子, 坪田明子	人間看護学研究 (5), 73-79	「親となる力」を形成する過程の分析—初回健診で妊婦と助産師はどのような関係にあるのか?
医療	2013	山口真美	高次脳機能研究 (旧 失語症研究) 33(2), 168-174	ノンバーバルコミュニケーションの発達と障害 顔認知を題材にして
医療	2007	齋藤繁	弘前学院大学社会学部社会学部研究紀要 (7), 1-7	発達障害児のための非音声言語的意図伝達方法について
医療	2009	高石会里, 永江誠治, 花田裕子 [他]	保健学研究 22(1), 33-39	マインドマップによる看護学生のコミュニケーションの変化の検討
医療	2016	牧陽子	認知神経科学 18(3+4), 146-153	社会生活障害としての認知症 アルツハイマー型認知症を中心に
スポーツ・音楽	2011	團田相江	鹿児島国際大学大学院学術論集 3, 63-68	「私」という自己表現を引き出す音楽によるノンバーバルコミュニケーション
スポーツ・音楽	2009	日高弓雅, 千住真智子	大阪教育大学紀要 第4部門 教育科学 58(1), 103-118	舞踊の「フロア」に関する研究 (2) 舞踊家の階級別にみた作品創作活動でのフロア体験を中心に
スポーツ・音楽	1995	金森務, 片常晴弘, 新美藤永, 平井宏, 井口征士	情報処理学会論文誌 36(1), 139-152	ジャズセッションシステムのための音楽認識処理の一実現法
スポーツ・音楽	1995	秋葉尋子	教育情報研究 11(2), 31-36	VTRによる舞踊教育の問題解決に関する研究
生活	2007	服部由美子, 松村美帆子, 田上秀一 [他]	福井大学教育学部地域科学部紀要 第5部 応用科学 (46), 1-8	大学生の服装に関する意識と現状—学校制服と私服についての調査から
生活	1999	崔英靖	経営研究 50(1・2), 267-283	仮想組織の理論的分析
異文化	2005	大黒岳彦	芸術工学会誌 56(0), 58	ノンバーバル・コミュニケーションの諸相
機械	2011	川崎崇史	講演論文集 22(0), 136-136	ノンバーバル・コミュニケーションのデザイン手法構築と実践: 意図・情報を発するアイウェア
機械	2006	小嶋宏幸, 相沢直秀, 久保田直行	日本知能情報フュージョン学会 フュージョンシステム シンポジウム	パートナーロボットを用いた社会的コミュニケーションのための発話学習
機械	2011	大野森太郎, 原田利宣, 宗森純	デザイン学研究 58(2), 55-64	動画の情報量分析に基づくビクトグラムデザイン支援システム
機械	2013	大野森太郎, 原田利宣, 宗森純	デザイン学研究 60(1), 95-102	動画表現を用いたビクトグラムにおけるデザイン指針の提案
機械	2001	加藤伸子, 内藤一郎, 村上裕史 [他], 石原保志, 皆川洋喜	映像情報メディア学会技術報告 25.32(0), 43-49	1対1会話場面での遠隔地手話通訳システムに関する検討
複数分野	1993	馬場景子	東海学園女子短期大学紀要 第28号, 95-108	ノンバーバル・コミュニケーション: もうひとつの情報伝達システムに関する一考察

文献検索

CiNii Articles を用いて収集した文献について、まず1) NVC についてどのような研究がなされているのかを内容ごとに分類した。次に2) NVC についてどのような意味付けがされているか、NVC をどう捉えているのかを内容の分析を行った。最後に3) 文献中から臨床場面における NVC の意味と日常場面の NVC の目的や役割、影響を考察した。

結果

NVC について文献を収集するため、CiNii Articles を用いて「ノンバーバル・コミュニケーション」をキーワードに含む文献を検索した結果、174 件の文献を集めることができた。その内、抄録のみの文献や、重複する論文を除外し、1990 年から 2017 年の 27 年間で行われた研究について 38 本の論文が見つかった。これらの論文を筆者の主観的な判断に基づいて 9 つのカテゴリーに分類をした。その結果、心理臨床 2 件、日常場面 10 件、教育 6 件、保育 3 件、医療 4 件、スポーツ・音楽 4 件、生活 2 件、異文化 1 件、機械 5 件、複数分野が 1 件に分類された (表 1)。

考 察

研究分野による特徴について、心理臨床場面では表情・目の動き・姿勢・ジェスチャーなどに注目して研究されていることが明らかとなった。また、研究者によって NVC の捉え方は様々だが、瞬き、視線を合わせたり逸らしたりすること、沈黙やポーズを入れるなどの NVC の内容は研究分野が異なっても同一であることが明らかになった (図 1)。その他には、意図的・非意図的や統制容易・統制困難から NVC の検討を行っている研究もみられた (図 2 沼崎他, 2003 ; 一部改変)。

NVC の意味や目的について、日常生活場面では、コミュニケーションを円滑に行うため (近藤, 2006) や協同的な相互作用を活発化する機能や個人が他者に対して特定の影響を与えるため (木村・坂下, 2009), メッセージや意味の受け渡しのプロセス (大黒, 2003) などと記載されており、コミュニケーションの円滑化や活性化、会話を補助する役割が示唆された。他方、教育の分野では、NVC を意識することで関係の好転や成長へ役立てることが目的とされており (岩下, 2006), 日常生活場面での会話を補助する役割よりもより実践的課題へ取り組んだ研究が行われてい

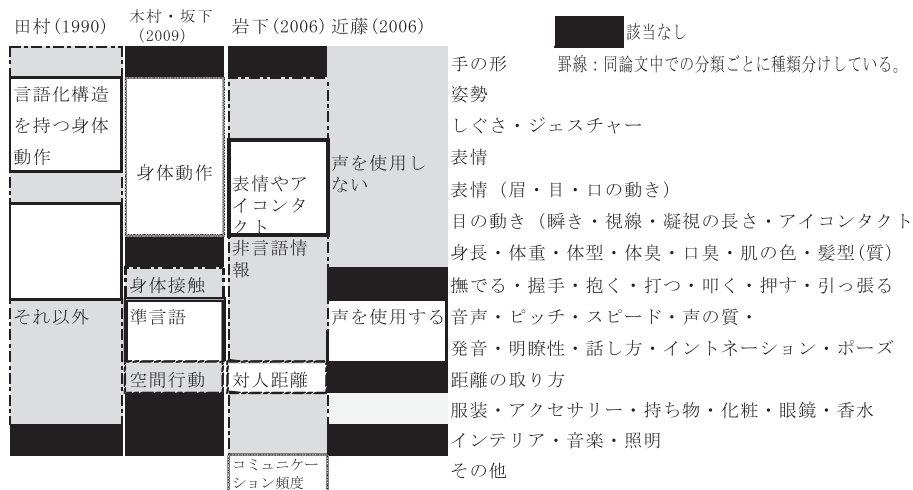


図 1 ノンバーバル・コミュニケーションの分類



図 2 ノンバーバル行動の整理 (沼崎・川田・藤島・高林, 2003 ; 一部改変)

る。心理臨床に関する研究については、共感をクライエントに伝える技法として用いられている (平木, 1997)。

日常場面での NVC の役割や影響について、ポーズ (一時制止) は話し手が次に話す言葉や内容を考えている時に生じる場合と話し手が聞き手にフィードバックや質問の答えを求める場合に生じることが報告されている (近藤, 2006)。心理臨床場面での NVC の役割や影響について、カウンセラーはなるべく相手の話を遮らずに聴こうとするため、頷くことや、短い反応を入れるなど、その反応は様々なニュアンスを含んでいる。また、クライアントのポーズや沈黙には、話したくない、答えたくないなどの抵抗の意味を持つことがある (平木, 1997)。

以上のことから、カウンセリングを含む心理臨床場面における NVC の研究は、教育場面や日常場面とは異なり、カウンセリングを有効なものにするための技法として研究されていることが分かった。さらに、心理臨床場面に限定して NVC の先行研究を整理することで、心理臨床場面での NVC の研究や理解されている現状が明らかになると考えられた。

研 究 2

問題・目的

心理臨床やカウンセリング場面において NVC は、様々なカウンセリングのアプローチにおいて重視され

ている。青柳・沢崎 (2017) は、欧米を中心として展開されている実証研究を概観している。この先行研究からは、欧米の心理臨床場面において、どのような NVC が適切であるかについて報告されている (青柳・沢崎, 2017)。しかし、欧米と日本では、文化差があり好ましいとされる NVC は異なる可能性がある。欧米と日本では、日常生活においてもジェスチャーが異なるため、心理臨床場面において好ましいとされている NVC にも差異があると考えられる。そのため、本論文では日本の研究に焦点をあて、心理臨床場面において、どのようなことが研究されてきたかを調べるために、内容分析を行うことを目的とした。

方法

心理臨床場面に限定し、同一テーマの論文を収集するために、該当する論文の参考文献や引用文献をたどっていき調査方法である芋づる式調査を行った。文献の検索には、論文検索サイト「NII 論文情報ナビゲータ」上のデータベースである「CiNii Articles」を用いた。2020 年 10 月～12 月に検索を行い、該当する心理臨床場面と NVC に関する文献を整理した。

結果

心理臨床場面における NVC の文献を検索し、収集した結果、カウンセラーの NVC について研究した論文は、1988 年から 2018 年の 30 年間で 16 本の文献が見つかった (表 2)。

表 2 心理臨床場面におけるノンバーバル・コミュニケーション

発行年	著者	雑誌	タイトル
1999	那須田律子	人間文化研究科年報, 15, 187-198.	心理臨床場面における非言語コミュニケーション研究の動向
1980	佐治守夫, 鶴養美昭	東京大学教育学部紀要 19, 1-14.	カウンセリングに関する実験的検討 (I) - 非言語的な視点から -
2012	中谷恵子, 待田昌二, 東豊	神戸松蔭女子学院大学研究紀要. 人間科学部 篇, 45-60.	心理臨床場面におけるセラピストの非言語行動の定量化 - カウンセリング実 習における面接評価との関連
2018	井上清子, 石川洋子	教育学部紀要 52 巻, 89-95.	初回面接場面での言語的・非言語的印象評定要因について
2010	長岡千賀, 桑原知子, 吉川左紀 子, 小森政嗣, 渡部幹	日本心理学会大会発表論文集, 74(0).	心理面接における話者理解に関する実証的検討 (6) : - 話し手の視線時間を 指標として -
1990	小口孝司	心理学研究 61(3), 147-154.	聞き手の“聞き上手さ”“口の軽さ”が開示者の好意・開示に及ぼす効果
2007	岸俊行, 村瀬勝信, 野嶋栄一郎	日本教育工学会論文誌, 30(4), 375-385.	遠隔カウンセリングにおける認知的評価の検討
1994	中村昭之, 松尾典義, 畑山恵美 子	駒沢社会学研究 26 : 文学部社会科学科研究報告, 129-140.	心理臨床場面におけるノンバーバル行動 - カウンセラーの姿勢がクライエ ントに与える影響について -
2008	山谷奈緒子	人間福祉研究 11 171-186.	話し手の姿勢とあいづちが対人認知に及ぼす影響 - カウンセリング場 面を想定した実験的検討 -
2006	村瀬勝信	パーソナリティ研究 14(3), 324-326.	遠隔カウンセリングが状態不安に与える影響 - 異なるカウンセリング方式の 比較から -
1997	大森慈子・山田富美雄・宮田洋	社会心理学研究 12(3), 183-189.	対人認知における瞬目の影響
2007	前田恭兵, 長岡千賀, 小森政嗣	電子情報通信学会技術研究報告, 107(308), 13 -18	カウンセラーとクライエントの身体同調傾向 - 心理カウンセリングビデオの 解析 -
2018	高澤知子	京都大学大学院教育学研究科紀要 64, 303-315.	面接空間に生じる相互交流についての一考察 - 逆転移としての身体感覚 について対象関係論の視点から考える -
2006	飯塚雄一	鳥根県立看護短期大学紀要 第 12 巻, 103-112.	面接者の地位と被面接者の対人感情が被面接者の非言語行動に及ぼす影響
1988	吉田富二雄・堀洋道	心理学研究 59(1), 9-15.	面接場面における非言語的コミュニケーションの表出 - 視線行動の分析を中 心に -
1997	山口創・石川利江	性格心理学研究 5(1), 15-26.	対人不安者の着席行動と印象形成 - 臨床における面接時の座席配置を想定し て -

心理臨床場面の全体を取り扱った研究（佐治・鶴養，1980；中谷・待田・東，2012）から初回面接に限定した研究（井上・石川，2018）が見つかった。また，複数の NVC を全体的に取り扱った研究から表情や視線，相づちなど一部の NVC のみを扱った研究がある（小口，1990；中谷他，2012）。また，カウンセリングにおける着席位置や遠隔の場合や音声のみなどの設定場面に関する NVC について研究されているものも見つかった。カウンセラーとクライアントの NVC を検討しているものが 5 件，カウンセラー側のみが 5 件，クライアント側のみが 2 件と NVC を用いる対象も論文によって様々であることが分かった。

考察

心理臨床場面に関連する NVC の論文を検索した結果，16 件の論文を入手することができた。雑誌の種類に関して，様々な分野から心理臨床場面に特化した論文が研究されており，心理学の分野以外にも，教育工学会など教育学の分野からも研究されていることが分かった。

カウンセラーの NVC に着目した山谷（2008）の研究で，参加者の YG 性格検査の性格特性に関係なく，カウンセラーの前傾姿勢が後傾姿勢に比べて肯定的な印象であると示唆され，中村・松尾・畑山（1994）の研究でも，カウンセラーの姿勢は前傾姿勢が高く評価された。

研究方法について，16 文献中 10 件が対面で実際の面接場面を設けて行った実験研究で，2 件は動画を用いた実験研究，2 件は場面想定法による調査法で，2 件はレビュー論文であった。このように NVC を調べる研究であっても研究手法の違いによって，結果に差異が生じていることが考えられる。例えば，VTR や画像などの場面想定法を用いた場合と対面の場合で，好まれる姿勢は異なっている可能性がある。今回は，場面想定法と動画を用いた方法どちらの研究手法においても前傾姿勢が好まれたが（中村他，1994；山谷，2008），VTR を用いる場合と対面で行う場合によって，好まれる姿勢への評価の程度が異なることが示唆される。また，電話でのカウンセリングなど，カウンセラーの姿勢など多くの NVC が行えない為，一部の NVC に限られる場合も存在する。小梅（2000）では，対面時と非対面時でカウンセラー役の NVC は変化するのか，大学院生のロールプレイで実験を行った。その結果，非対面時は対面時に比べて，頷き，微笑み，ジェスチャーといった NVC が少なく，相づちは多くな

る傾向が見られた。そのことから，電話でのカウンセリングでは，対面カウンセリングに比べて，NVC は少なく，相づちが多くなることが示唆された。

近年，電話カウンセリングだけではなく，対面以外の Zoom などの通信機器を用いたカウンセリングも行われている。岸・村瀬・野嶋（2007）は，部屋の中心に机を挟みクライアントとカウンセラーが対峙して着席した対面方式と，クライアントとカウンセラーは別の部屋にいる状態で，カウンセラーをディスプレイ上に提示した環境の遠隔方式，カウンセリング内容を遠隔方式同様にして，ディスプレイの電源を切った状態の音声方式の 3 条件を用いて実験を行い，模擬的カウンセリングに対する評価を比較した結果，カウンセリング方式間で統計的有意差が認められ，対面方式および遠隔方式が音声方式よりカウンセリング評価が高いことが明らかになった。村瀬（2006）では，岸他（2007）と同様に対面方式，遠隔方式，音声方式の 3 方式のカウンセリング場面を設定した。カウンセリングの前後で日本版 STAI の状態不安を測定した結果，遠隔方式と対面方式は不安得点が低減したが，音声方式においては不安の得点に変化なかった。また，遠隔方式のみで不安が低減した項目が 3 つあり，対面方式のみで不安が低減した項目が 9 項目あった。このことから，視線の不一致や自己画像の提示によって不安が低減する項目が異なることが示唆された。

視線に関する研究は，質問紙を用いる調査のみでの研究は難しく，実験研究においても視線の計測が難しいにもかかわらず多くの研究者に注目され研究がされている。そのため，心理臨床場面での NVC において，視線の一致や不一致は重要視されているものと考えられる。長岡他（2010）は，女性（認知行動療法）と男性（ユング派）カウンセラーと女性教師を比較した実験を行った。視線の合わせ方は，流派や職種によって異なっていることが考えられた。視線だけではなく，瞬きについての研究もあり，（大森・山田・宮田，1997）は，学生 134 名を対象に，瞬きが多い条件と少ない条件で話し手の印象を調査した。その結果，瞬きが少ない方が多い条件に比べて，力動性と誠実性が高く，肯定的な評定であった。瞬きの多さが否定的な印象であった要因について，1 つ目は瞬きが多いことで視線量が少なくなるため，視線量が少ないことが否定的な印象へ繋がった可能性がある。2 つ目は瞬き自体が否定的な印象であった可能性がある。瞬きは，その人の様々な心理状態や人格特性を反映しており，瞬きの多発が，不安や緊張の増加および神経症傾向などと

関係していることから、否定的な印象であったと考えられる。また、視線や瞬きは、不安や緊張など性格傾向と関係していることが示唆されている。大森他(1997)の研究において、性格検査と視線の結果は、神経質傾向の強い者は、直視時間とアイコンタクトの時間が短く、面接者と視線を合わせる事が少ないことが明らかとなった。これらの先行研究により、視線と性格は強く結び付いていることが示唆された(大森他, 1997; 吉田・堀, 1988)。

研 究 3

問題・目的

心理臨床場面におけるカウンセラー側の NVC を扱った先行研究では、健康的な参加者の性格は検討されていたが、クライアントの中には、対人不安や社会的不安を有する者も多数存在する。対人不安の他にも、青年期に発症しやすい精神的問題の一つに対人恐怖があり、対人恐怖とは、精神医学領域においての概念であり、「対人場面において耐え難い不安・緊張を抱くために対人場面を避けようとする」と定義されている(鎌倉, 2012)。また、対人恐怖に関する心理傾向は、一般青年にも広くみられることが指摘され、一般の青年にみられる対人恐怖の心理傾向は対人恐怖心性と呼ばれている(永井, 1994)。対人恐怖心性は、自分や他人が気になる悩みや目が気になる悩みが測られており、対人不安や対人恐怖と同様に視線との関連が強いことが分かる。そのため、対人恐怖心性の高い者はそうでない者よりも視線を合わさないことを好むことが予測される。

先行研究の結果から、対面と遠隔方式のカウンセリング条件の方が音声のみのカウンセリングより好まれることが明らかになっているが(岸・村瀬・野嶋, 2007)、視線を合わせることにより不安が高まる者においては、対面のカウンセリングより視線の合わせる事のない音声のみのカウンセリングの方が負担は少ないことが考えられる。これまでにカウンセリング場面での NVC の研究について研究1と研究2においてまとめてきたが、クライアントの不安傾向などの、性格特性と関連した NVC についての研究についてのレビュー論文はない。そのため、クライアントの不安傾向などの性格特性と NVC の関連について、これまでにどのようなことが報告されてきたかを整理し、考察を行うことを目的とする。

方法

まず、クライアントの性格と関連した NVC について整理するため、論文検索サイト「NII 論文情報ナビゲータ」上のデータベースである「CiNii Articles」を用いて「カウンセリング」「臨床心理」「心理臨床」「心理面接」「非言語コミュニケーション」「視線」「姿勢」「動作」「うなずき」「声の質」「表情」「不安」「対人」をキーワードに指定し、2020年5月～11月に文献検索を行った。キーワードの選択理由について、「非言語コミュニケーション」や「ノンバーバル・コミュニケーション」をキーワードとすると、心理臨床分野以外の論文が多く含まれ、該当する論文が検索結果から除外されるため、臨床場面で焦点を置かれている NVC の具体的な種類を挙げ、キーワードとした。キーワードは全て同時に入れず、「カウンセリング×傾き」など2つのキーワードを掛け合わせて検索を行った。日本におけるカウンセリング場面での NVC の研究について、性格と関連した文献を対象とした。このうち、内容が重複しているものや本研究の主旨と異なる論文は分析の対象から除いた。

次に、対人不安傾向によって影響を受けやすい NVC の種類を探るため、文献検索により抽出できた論文を要約した文章を文字データとしてテキストマイニング法による構文分析を行った。テキストマイニングには、Text Analysis for survey 4.0.1 (IBM SPSS, Tokyo) を用い、構文分析による構成要素の頻度を集計し、カテゴリー作成によりカテゴリーの視覚化を行った。テキストマイニング法による分析について、カテゴリーとして抽出される語の中で、例えば「傾向」のように、多くの論文に含まれており、なおかつ一般的に研究テーマに関する情報を持たない語が存在するが、このような語は、結果を可視化した際、観測者の注意をひきつけてしまい、分析の妨げとなることが考えられる。そのため、これらの語については分析の対象外として設定した。分析の対象から除いた語は、傾向、群、提示後などの〇〇後、人前、一致、感じやすい特性、悪く思われる特性、刺激、有意、効果、中立、状態、相関、条件であった。また、表記の揺れを統一した。

結果

本研究でレビューの対象とした論文は、CiNii でキーワード検索したものの内、「カウンセリング場面におけるクライアントの性格と関連した NC」をテーマとした論文とした。対象の論文は、計27件あった

表3 クライアントの性格傾向とノンバーバル・コミュニケーション

著者	雑誌	タイトル	論文種類	内容
1 河崎千枝, 岩永誠	日本心理学会大会発表論文集 71(0), 2007	視線交錯と対人不安状態生起に関する検討	抄録	対象は190名の大学生で、質問紙による調査研究。対人不安の高いものは、そうでないものに比べて、異性と会話場面や人前での発表場面における、不安感や公的自覚感、私的自覚感が高かった。対人不安の高さに関わらず、視線交錯がない条件の方が、不安や公的私的自覚の得点が高かった。
2 青木祐樹, 城仁士	人間・環境学会誌 13(1), 1-8, 2010	他者の視線と性格特性が心理的領域に与える影響	原著	対象は48名の男女学生で、視線のズレが心理的領域(居心地の良し悪し)に与える影響を調べた実験的研究。初対面の人と向き合う距離が120cmから180cmで、視線が合っている0°条件の場合、対人恐怖心傾向が高いものは、そうでないものに比べて、居心地が悪いと感じることが明らかになった。
3 辻幸樹, 柴田みどり, 梅田聡	日本認知心理学会発表論文集 2017(0), 53, 2017	視線手がかり課題における表情と不安傾向の影響	抄録	対象者は26名の男女学生で、怒りの表情と恐怖の表情の画像を利用し、視線が一致、不一致、直視(中立)の3条件で、不安と注意の関連を調べた実験的研究。状態不安の高さにより、被験者を群分けし、不安が高いものは、恐怖の表情では視線一致、中立、不一致の順で識別され、怒りの顔は一致と中立の条件が視線不一致条件より速く識別された。また、不安が低いものの怒りの顔は一致、中立、不一致の順で速く識別され、恐怖の顔は一致と中立が不一致条件より速かった。
4 新川広樹, 大野史博, 田山淳, 富家直明	日本心理学会大会発表論文集 79(0), 2015	高不安者における視線・表情に対する注意バイアスの特徴	抄録	対象は32名の大学生で、直視/逸視、無表情/怒り顔を、男女2名づつ画像をランダムに提示し、画像消失後に素早くボタン押しによる回答を行い、不安と視線・表情への注意の関連を調べた実験的研究。不安が高いものと低いもので反応時間に統計的有意差はみられなかったが、逸視・無表情に比べ、直視・無表情、逸視・怒り、直視・怒りの画像では反応時間を要した。
5 石川健太, 鈴木玄, 大久保衛	日本心理学会大会発表論文集 79(0), 2015	社交不安が他者の視線変化検出に与える効果	抄録	対象は23名の大学生で、社交不安の高いものと低いものに分類し、真顔の画像を提示後に、目を逸らす画像と目を見る画像を提示し、変化が生じる試行と生じない試行で、変化がある画像を同定する課題を行った。その結果、不安の高いものは、そうでないものに比べて、正答率が低い傾向が見られた。
6 石川健太, 岡村陽子, 大久保衛	心理学研究 83(3), 225-231, 2012	社会不安傾向者の視線方向判断——表情と解釈バイアス——	原著	対象は46名の大学生を対象に社会不安傾向の高いものとそうでないものにおいて実験を行った。顔表情刺激には、モデル:10名(男女各5名)、表情(怒り、笑い、中立顔)、視線方向(7種類:0°, 左右3.6,9°)を用いた実験を行った。その結果、社会不安傾向の高いものは、中立顔よりも怒り顔をその視線が自分に向けられていると判断する傾向があった。
7 徳永智子, 宮谷真人	広島大学大学院教育学研究科紀要 第三部 教育人間科学関連領域 (57), 253-259, 2008	表情と視線注意効果——不安傾向と表情のプロック化の効果	原著	対象は28名の成人(20歳から29歳)で、不安と視線(注意の方向)、表情の関係を調べた実験的研究。実験の結果、恐怖表情は視線注意効果(他者の視線による空間的注意の同調効果)を進捗させるが、特性不安が低いものや社交不安が低いものにおいては、視線注意効果が生じにくいことが明らかになった。
8 立平起子, 大森慈子	日本心理学会大会発表論文集 74(0), 2010	対人不安特性と他者の存在がコント映像に対する面白さに与える影響(3)：-2者間における笑い表情および瞬目の同調-	抄録	対象は18名の大学生で、同伴者がいる条件とない条件を設定し、笑えるコントとそうでないコント視聴中の笑い表情と瞬目を測定した実験的研究。低い対人不安のものは同伴者の笑い表情と瞬目の相関がみられたが、対人不安の高いものにおいては同伴者の笑い表情との相関はみられなかった。対人不安の高いものでは、同伴者の反応を顧みず過剰に笑い表情を表出させた可能性が示唆された。
9 河原剛, 佐藤裕, 嶋泉洋	広島大学心理学研究 (19), 129-137, 2020	社交不安における注意解放の困難の検討:表情に着目して	原著	対象は17名(社交不安高者10名と社交不安低者7名)の大学生で、中性・喜び・怒りの表情を消失させる条件と提示し続ける条件で、不安と注意の切り替え、表情と注意の切り替えの関係を調べた実験的研究。実験の社交不安高群と低群の間に注意の切り替えに違いは見られず、また、表情間においても注意の切り替えに統計的な差はみられなかった。
10 森石千尋, 山下歩, 前田駿太, 田中佑樹, 嶋田洋徳	人間科学研究 32(2), 245-251, 2019	表情および社会的文脈の変化に着目した社交不安の程度と回避行動との関連:映像刺激を用いた少人数の社交不安傾向者によるパイロットスタディ	原著	対象は大学生7名。視線の方向と表情と文脈と話者を検討するため「食事に誘われる場面、グループの課題を忘れる場面」などの映像を用いて、視線の方向と表情との関連を調べた実験。その結果、笑顔表情では視線方向に関わらず社交不安の程度と負の相関関係があることが明らかになった。また、表情の変化や社会的文脈の変化と、社交不安の程度の間に関連性はみられなかった。
11 藤原裕弥, 郭昆, 劉長虹	日本心理学会第82回大会, 2018	社会不安と特性不安が表情認知に及ぼす影響	抄録	対象は大学生135名で、6つの情動(喜び、怒りなど)が20%, 40%, 60%と表出強度を変えて提示され、それらを分類し、不安と表情認識の関係を調べた実験的研究。表情の正答率、強度、反応時間と社会不安・特性不安の間に有意な相関関係は得られなかった。また、情動を誤って分類した誤分類率は、社会不安の高いものは悲しみを怒りに分類し、特性不安の高いものは驚きを嫌悪に分類された。
12 笹川智子	目白大学心理学研究 13, 11-21, 2017	表情刺激の認知的評価がドットプロープ課題に及ぼす影響:自己評定式社交不安尺度との関連において	原著	大学生440名を対象に、ネガティブ・ニュートラル表情写真を刺激にドットプロープ実験を行った。その結果、表情評定と注意バイアス得点に差は無かったが、抑うつはニュートラル表情をネガティブに評価する相関があった。また、社交不安得点は嫌悪表情に対するネガティブな評価と関連していた。
13 山下歩, 佐藤友哉, 田中祐樹, 嶋田洋徳	早稲田大学臨床心理学研究, 14(1), 109-118, 2015	社交不安における他者の視線の方向が表情の情報処理過程に及ぼす影響	原著	成人大学生・院生を対象に、視線と感情価に関する回避行動課題を行った。その結果、社交不安傾向の高い者は低い者と比較して、他者の直視の表情に対して接近行動が減少した。また、感情価の評価を測定する脳波指標では、社交不安傾向による差は無かった。
14 山下歩, 佐藤友哉, 千先純, 嶋田洋徳	早稲田大学臨床心理学研究 13(1), 161-169, 2014	社交不安における回避行動を誘発する他者の表情刺激の処理に関する展望	総説	社交不安傾向と表情刺激に対する回避行動の先行研究を概観し、他者の表情における視線と感情価の処理過程の差異を検討した。その結果、他者の視線が直視の場合は、表情の感情価に関わらず回避行動が生じ、非直視より回避行動が速かった。そのため、非直視の場合は、表情の感情価を認知する処理を行った後に回避行動をすることが示唆された。非直視の場合は、感情価の評価を変えて回避行動を減少させる可能性があるため、治療技法の効果検討を行う必要がある。
15 小森俊哉, 小田慎一, 日比野治雄	日本デザイン学会デザイン学研究 2013	人の不安状態とキャラクターの表情評価	原著	大学生・大学院生を対象に、27種類の画像の表情判断とそれに対する印象について、アンケート調査を行った。対象者の特性不安と状態不安で分析した結果、特性不安の弱い人は【喜び顔】を肯定的に捉え、特性不安の強い人は【悲しみ顔】と【喜び顔】を肯定的に捉えた。
16 松本絵理子	日本心理学会第71回大会, 2007	不安・緊張が怒り表情への注意に及ぼす影響	短報	大学生44名を対象に、決められた表情のパターンかを分類する課題と新版 STAI を行った。表情と画面の大きさの主効果が見られ、怒り表情は笑顔よりも早く検出され、画面が大きくなるほど差が大きくなることが示された。
17 守谷順, 丹野義彦	日本心理学会第70回大会, 2006	社会不安における怒り表情からの注意の解放	短報	対象は実験1が26名、実験2が24名で、不安の強さと関連がある注意刺激に対するオーバーラップ課題(実験1)とギャップ課題(実験2)は社会不安特性には影響しているのか実験を行った。オーバーラップ課題では社会不安高群のみ怒り表情の反応時間が遅延し、ギャップ課題は社会不安傾向で差はなく、不安傾向の先行研究と一致する結果が得られた。
18 桐田隆博	基礎心理学研究 第23巻 第2号, 2005	被験者の不安特性と表情検出課題(日本基礎心理学会第23回大会, 大会発表要旨)	総説の一部	眉のない図式顔を用いて表情検出課題を実施した結果、背景刺激の個数に関係なく、怒り顔の方が幸福顔より早く正確に検出された。不安特性の影響は背景刺激が多い場合、不安特性が低い人ほど幸福顔の検出にエラーを犯しやすいことが示唆された。

著者	雑誌	タイトル	論文種類	内容
19 中村麻衣子	心理学研究 73(2), 140-147, 2002	高不安特性群と低不安特性群における表情表出パターン	原著	対象は大学生 50 名で、写真を取られるときの表情は、自然条件では相関がなく、強制的に真顔を作った場合と撮影用ポーズを取った場合、高不安特性群と低不安特性群で、口元の表情パターンが異なることが示唆され、顔から不安特性が読み取られていることが判明した。判別分析により、不安特性が口元に表出しており、被験者は不安特性が口元に表出することを理解して着目している可能性があることが分かった。左右非対称から不安げな表情だと判断されるが、一時的な状態の不安で、恒常的な性格とは無関係だと考えられていることが示唆された。
20 長岡千賀, 桑原知子, 吉川左紀子, 小森政嗣, 渡部幹	日本心理学会第74回大会, 2010	心理面接における話者理解に関する実証的検討(6): -話し手の視線時間を指標として-	短報	女性(認知行動療法)と男性(エンク派)カウンセラーと女性教師の比較して、クライアント役が視線を向けた時点とそらし始めた時点を記録した結果、対話開始から20分までは男性カウンセラーと女性教師が女性カウンセラーよりも多く視線を合わせ、30分以降は女性と男性カウンセラーは視線を多く合わせた状態で終わるのに対して女性教師は視線をそらした状態で終了することが明らかとなった。
21 山谷奈緒子	人間福祉研究(11), 171-186, 2008	話し手の姿勢とあいづちが対人認知に及ぼす影響: カウンセリング場面を想定した実験的検討	原著	対象は168名の大学生で、カウンセリングの初回面接場面を想定し、YG性格検査を用いて実験参加者の性格ごとに、カウンセラーの姿勢(前傾・後傾)、あいづち(多い・少ない)、間(長い・短い)を評価する実験を行った。実験参加者の性格に関係なく前傾姿勢が肯定的で、あいづち・間については差はなかった。
22 田附紘平	カウンセリング研究 48, 147-159, 2015	アタッチメントスタイルによるセラピストへの感受の差異について - カウンセリング場面映像観察を通して -	原著	対象は大学生・院生162名で、アタッチメントスタイルを分類し、参加者にカウンセリング動画をしながらコメントの記載を求め、セラピストの動作・表情・言葉の観点から分類した。見捨てられ不安が低いと「Thの動作」に注目しやすく、高いと「Thの表情」に注目しやすかった。親密性の回避が低いと、セラピストの言葉の内、「言葉の内容」に、高いと「言葉のリズム・トーン」に注目しやすかった。
23 落合萌子, 松井豊	筑波大学心理学研究 38号, 35-46, 2009	他者表情が変化する場面における解釈と感情に対人不安特性が与える影響 - 注意を媒介要因として	原著	対象は大学生395名で、質問紙調査を行った。友人が不快な表情をし、その後肯定表情をする場面想定を行った結果、高対人不安者は低い者と比べ、相手の表情から読み取れる感情に差はなく、相手から悪く思われている感覚(否定的社会的自己)と怯え感情が高かった。また、対人不安の高さは、他者の否定表情に懸念しやすさを介して、否定表情を示された際の表情への悪く思われている感覚を高めている。また、他者の様子から悪く思われると感じやすい特性を介して、表情変化の際、否定表情の知覚・悪く思われている感覚・怯え感情を促進し、快感情を抑制していた。
23 落合萌子	日本心理学会第71回大会, 2007	対人不安が表情認知に与える影響: - 表情の文脈の影響 -	短報	
24 玉瀬耕治, 石田恵利子	奈良教育大学教育研究所紀要, 1996	カウンセラーのうなずき量と挿入位置の評定に関する研究	原著	対象は大学生43名、カウンセラーのうなずきの量について、クライアントの陳述文における句読点の総数に対する割合で、12%、40%。メッセージの区切りの良い位置をA、喋り始めや会話の途中の位置に入れる場合をBとし、12%A、12%B、40%A、40%Bの4条件をそれぞれクライアントの会話のテンポが遅いものと速いものとビデオを作成し、男女の実験参加者による2(テンポ)×4(%・区切り)×2(性別)の条件で実験を行った。その結果、高い評価の順に40%A・40%B>12%A>12%Bとなった。また、共感性のみの評価は、クライアントの会話の速い条件では40%A・40%B>12%A>12%Bの順で評価され、遅い群では40%A・40%B・12%A>12%Bと、12%で区切りの悪い位置にうなずいた条件のみが低い評価であった。実験参加者の性別について、男性被験者の場合は、40%B>12%A・40%A>12%Bの順で、喋り始めたところで直ちにうなずきが入る方がより共感的であるとみなし、女性被験者の場合は40%A>12%A・40%B>12%Bの順で、ひと区切り話したところであらううなずきが入る方が共感的であるとみなしていることが示唆されている。
25 村瀬勝信	パーソナリティ研究, 第14巻, 第3号, 324-326, 2006	遠隔カウンセリングが状態不安に与える影響 - 異なるカウンセリング方式の比較から	ショートレポート	対象は大学生18名で、対面方式、遠隔方式、音声方式の方式間で状態不安を計測したところ、対面と遠隔方式のみ、カウンセリング後の状態不安が低下した。不安低減という点において、遠隔カウンセリングは音声カウンセリングよりも効果的であり、対面カウンセリングに近い効果が得られることが示唆されている。
26 山口創, 石川利江	性格心理学研究, 第5巻, 第1号, 15-26, 1997	対人不安者の着席行動と印象形成 - 臨床における面接時の座席配置を想定して	原著	対象は男子大学生182名で、対人不安の高低による着席行動を場面想定法で行った結果、対人不安の高い者は相手の正面を避けて斜め前を選択し、低い者は相手の正面を選択した。実験2の対象者は、対人不安の高い14名の男子大学生で、座席位置と面接による印象変化の実験を行った。その結果、90度座席は面接の初期には対人不安の高い者は緊張すると評価したが、面接を繰り返すことでリラックスした印象に変化した。対して、斜め前の座席で面接を行っても印象は変化しなかった。
27 児玉昌久, 進藤由美	早稲田大学人間科学研究, 第8巻, 第1号, 15-24, 1995年	パーソナルスペースに及ぼす特性不安の影響	原著	対象は男女240名の大学生で、パーソナルスペースを「自己を庇護する空間」と定義し、特性不安とパーソナルスペースの調査を行った。その結果、男性は高不安群と低不安群によるパーソナルスペースには、有意傾向のみ見られた。女性は、親しい同性の前、右横、左横で低不安の方がパーソナルスペースの距離が短かった。また、見知らぬ異性で、前、右前で低不安群の方が距離が短く、親しい異性と見知らぬ同性は有意差がなかった。

(表3)。

対象者について、大学生を対象とした論文が20件、大学生と院生が1件で、学生を対象とした論文が計21件報告されていた。また、成人大学生と院生が1件、成人が1件で、成人を対象とした論文が計2件あった。このことから、ほとんどの研究の対象者が大学生であり、30歳以降や10代を対象とする研究は行われていないことが分かった。

研究方法は、場面想定法を用いた質問紙調査が4件、画像を用いた質問紙調査が2件、画像課題を用いた実験研究が10件、画像を用いた実験研究が3件、動画を用いた実験研究が2件、対面による実験研究が5件、文献研究1件であった。場面想定法を用いた質問紙調査での研究や動画を用いた実験研究や対面によ

る実験研究では、クライアントやセラピストのNVCを探り、NVCの効果や意味が研究されていた。画像を用いた質問紙調査や画像を用いた実験研究では、クライアントにNVCの判断や認知を確かめる研究がされていた。画像課題を用いた実験研究では、注意の切り替えに関する研究が行われていた。そのことから、文献研究は1件のみで、研究の多くが実験研究であることが分かった。

テキストマイニングの手法により抽出されたカテゴリーを図3に示した。クライアントの性格特性と関連する語彙として、不安、特性不安、社交不安などが見られた。また、不安は、表情/表情、表情/悲しみ、実験、実験/研究、場面、カウンセリング、視線、課題、社交不安、不安/特性不安などの語彙とともに生

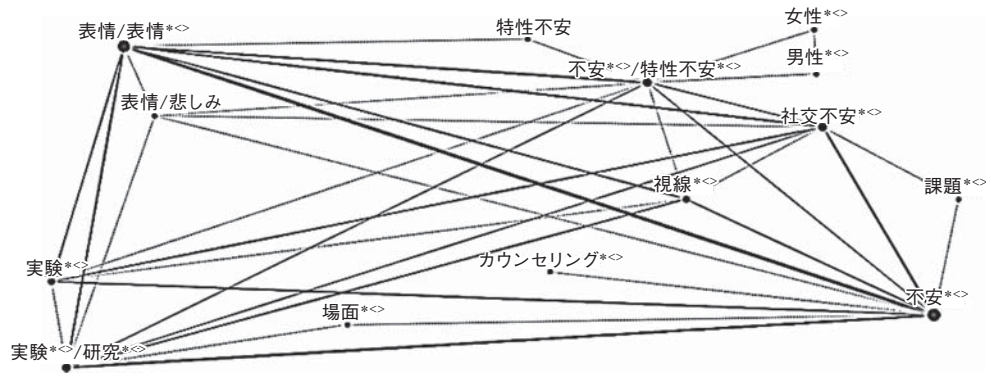


図3 テキストマイニングによる頻出語

起されて使用されていることが明らかになった。さらに、不安を視点にすると、実験／研究、表情、社交不安に強い関連が見られた。カテゴリーとして抽出された語彙の中で、NVCに関する語彙を挙げると、表情、視線がある。表情を視点にすると、不安、実験／研究、実験、不安／特性不安、社交不安、視線と強い関連があり、特性不安、表情／悲しみと関連が見られた。視線を視点にすると、不安、表情、実験／研究と強い関連があり、社交不安、不安／特性不安、実験と関連が見られた。

対人不安傾向の高い性格のクライアントに好まれるNVCが研究されている文献は、河崎・岩永（2007）、青木・城（2010）、山谷（2008）、落合・松井（2009）山口・石川（1997）の5件のみであった。場面想定法を用いた調査研究では、対人不安傾向の高いものは、そうでないものに比べて、異性との会話場面や人前での発表場面における、不安感や公的自覚感、私的自覚感が高かった。しかし、対人不安傾向の高さに関わらず、視線交錯がある条件の方が、不安や公的自覚と私的自覚の得点が高かった。そのことから、対人不安傾向が高い者だけが特に視線交錯を避けるわけではないことが分かった（河崎・岩永，2007）。

初対面の人と120 cm～180 cmの距離で向き合う実験研究が行われた。その結果、視線が合う条件の場合、対人恐怖心性傾向が高い者はそうでない者に比べて居心地が悪く感じる事が明らかとなった。このことから、近距離の場合は、対人不安傾向が高い者は、そうでない人に比べて視線を合わせることは居心地が悪く、心理的領域に与える影響が大きいことが分かった（青木・城，2010）。

カウンセリングの初回面接場面を想定した実験研究では、YG性格検査を用いて実験参加者の性格ごとに、カウンセラーの姿勢（前傾・後傾）、あいづち（多い・少ない）、間（長い・短い）を評価した結果、

実験参加者の性格に関係なく前傾姿勢が肯定的で、あいづち・間について差はなかった（山谷，2008）。友人が不快な表情をし、その後肯定表情をする場面想定を用いた質問紙調査を行った結果、対人不安傾向が高い者は低い者と比べて、相手の表情から読み取れる感情に差はなく、相手から悪く思われている感覚（否定的社会的自己）と怯え感情が高かった。また、対人不安傾向の高さは、他者の否定表情に懸念しやすさを介して、否定表情を示された際の表情への悪く思われている感覚を高めている。また、他者の様子から悪く思われると感じやすい特性を介して、表情変化の際、否定表情の知覚・悪く思われている感覚・怯え感情を促進し、快感情を抑制していた（落合・松井，2009）。着席行動について場面想定法を行った結果、対人不安傾向が高い者に限定して面接を繰り返した後で、評価をして印象変化を調べた。その結果、90度座席は面接の初期には対人不安の高い者は緊張すると評価したが、面接を繰り返すことでリラックスした印象に変化した。対して、斜め前の座席で面接を行った場合は印象が変化しなかった（山口・石川，1997）。

考察

研究3の目的は、クライアントの対人不安傾向などの性格特性とNVCの関連について、これまでどの様なことが報告されてきたかを整理し、考察を行うことであった。これまでの研究は、主に心理学分野から毎年報告されており、2000年頃から一定の関心が示されていることが分かった。また、対象者のほとんどが大学生であり、実験が行いやすいことや、対人不安や社交不安に関連する問題が大学生などの青年期に好発する傾向があることが理由として考えられた。

テキストマイニングの結果からは、対人不安傾向と表情の関連が強いことが示唆された。その理由について、NVCと性格傾向の研究は、対人不安傾向が高い

者にとって、怒りの表情や直視する表情に対しては敏感に反応する傾向があることが考えられる。他方、クライアントの性格傾向と視線の関連については、対人不安傾向が高い者にとって、面接場面における好ましい視線の合わせ方や好ましい面接方式について調べた研究は見つからなかった。その理由として、該当する性格の方を集めることの難しさや実験的に視線を統制することが難しいこと、また、視線を測定するには視線解析装置などの高価な実験機器が必要なこともあり、研究が進んでいないものと考えられる。

視線について、対人不安傾向が高い人の方は低い人に比べて、視線交錯の有無に関わらず、異性との対話場面と人前での発表場面を想定した時の公的自覚・私的自覚・不安感が高いことが報告されている(河崎・岩永, 2007)。また、視線に関する他の先行研究で、特定の距離において、対人恐怖心性傾向が低く、外向性の性格の方が、視線を合わせた条件で居心地が悪くなることが分かり、対人不安傾向が高い人の方が、視線を合わせる方が評価は高いことが明らかとなった(青木・城, 2010)。このことから、視線を交錯することに関連する悩みがある人や対人不安傾向が高い者は、目を合わせられる状況下で、目を合わさないことやアイコンタクトがないことは、より不安になることが考えられた。

総合考察

本研究の目的は、まず、NVCに関する文献を整理し、分野ごとにNVCの目的や概念を明らかにすること。次に、心理臨床場面でのNVC研究の現状を明らかにすること。さらに、クライアントの対人不安傾向と関連するNVC研究の概観をし、総合的に考察を行うことであった。

研究1では、NVCは、様々な分野から注目され、研究が行われているが、研究分野によって、NVCの目的が異なることが明らかとなった。カウンセリングを含む心理臨床場面におけるNVCの研究は、教育場面や日常場面とは異なり、カウンセリングの効果を上げるための技法としての目的があり、日常場面では会話を円滑にするため、教育分野では、NVCを意識して行うことで、生徒と教師の関係性や教師同士の関係性を変化させる関係性の向上に役立てる目的があった。研究2では、臨床場面におけるNVCで、カウンセラーの印象や好感度などを評価する研究が多く存在していた。また、NVCの量やタイミングなどを変化

させることによるカウンセラー評価への影響が調べられている研究が多かった。加えて、カウンセラーのNVCだけではなく、クライアント側のNVCについても調べられており、性格や会話内容によって、クライアントの視線を合わせる時間や回数に変化していた。そのため、クライアントの性格とNVCは深く関係し、心理療法を行う際にはクライアントに合わせたNVCが使い分けられていることが考えられ、対人不安傾向の高い者にとって特に好まれるNVCに特化した研究がされていることが予測された。研究3では、論文検索サイト「CiNii Articles」を用いてクライアントの対人不安傾向などの性格特性とNVCについての研究を調べるため、キーワード検索を行った。現在までに調べられている研究をまとめると、初回面接や初対面の人を想定した場合、対人不安傾向に関係なく前傾姿勢が肯定的で、あいづち・間について差はなく、視線交錯を避ける程度には差が見られなかった。近距離で視線を合わせた場合では、対人不安傾向が高い者の方がそうでない人に比べて、居心地が悪く、心理的領域に与える影響が大きいことが分かった。また、表情変化に対して、対人不安傾向が高い者の方が、相手から悪く思われていると感じやすく、表情変化にネガティブな感情を抱きやすいことが示唆された。研究2では、性格や会話内容によって、クライアントの視線を合わせる時間や回数に変化していたことが分かり、心理療法を行う際にはクライアントの性格に合わせて、視線を合わせる時間や回数などのNVCが使い分けられていると予測された。予測されていたことについて、対人不安傾向が高い者にとって、好ましいパーソナルスペースや対人距離の研究のみで、面接場面において、好ましい視線の合わせ方や好ましい面接方式の研究は見つからなかった。その理由として、該当する性格の方を集めることの難しさや実験的に視線を調節することが難しいこと、視線を測定するには高度な技術が必要なため、研究が進んでいないことが考えられた。NVCについての研究は、様々な分野から行われているため、心理臨床場面に限定せずに検索すると、文化によって意味の異なるジェスチャーや会話する際に目を合わせられるようにすることを目的とした研究など、幅広い内容の研究が混在することになる。一方で、心理臨床場面に限定することによって、文献数が限られるため、性格に関連した研究に絞った研究はさらに限定されることが分かった。また、クライアントの性格は、心理面接において、傾向を考えることはあっても、一人ひとり悩みは異なり、性格は傾向だ

けでは表わせない。そのため、セラピストがその都度、配慮し検討されていることが考えられ、実験研究では扱われていないことが考えられた。今後は、クライアントの性格傾向に合わせた NVC を実験的に研究することで、より一層、クライアントに共感を伝えることが出来たり、クライアントの成長を促したりすることに繋がるのではないかと考えられる。

引用文献

- 青木祐樹, 城仁士 (2010). 他者の視線と性格特性が心理的領域に与える影響 人間・環境学会誌, 13(1), 1-8.
- 青柳宏亮・沢崎達夫 (2017). 心理臨床におけるノンバーバル・コミュニケーションに関する研究動向 目白大学 心理学研究 13, 23-35.
- 新川広樹, 大野史博, 田山淳, 富家直明 (2015). 高不安者における視線・表情に対する注意バイアスの特徴 日本心理学会大会発表論文集, 79(0).
- 朝日新聞社及び VOYAGE GROUP 「コトバンク」〈メラビアンの法則〉(2019年3月4日施行) <https://kotobank.jp/word/%E3%83%A1%E3%83%A9%E3%83%93%E3%82%A2%E3%83%B3%E3%81%AE%E6%B3%95%E5%89%87-1125754> (2020年3月6日閲覧)
- 福原省三 (1990). アイコンタクトと印象の評定が受け手の対人感情に及ぼす効果. 心理学研究 61(3), 179-184.
- 平木典子 (1997). カウンセリングとは何か 朝日新聞出版.
- 井上清子・石川洋子 (2018). 9初回面接場面での言語的・非言語的印象評定要因について. 教育学部紀要, 52, 89-95.
- 岩下敦哉 (2006). 「学校現場にかかわる人のための身近な心理学」入門編:「学校におけるメンタルケアの今日的課題」と「学校という『場』におけるマスクとノンバーバル・コミュニケーションの理解」学習院高等科紀要 4, 65-86.
- 河崎千枝, 岩永誠 (2007). 視線交錯と対人不安状態生起に関する検討 日本心理学会大会発表論文集, 71(0).
- 近藤富英 (2006). ノンバーバル・コミュニケーション行動としてのポーズの機能と役割への一考察 人文科学論集 文化コミュニケーション学科編 40, 129-136.
- 鎌倉利光 (2012). 青年期における対人恐怖心性の特徴とその関連要因についての省察 愛知大学教職課程研究年報 2, 89-98.
- 小梅富美代 (2000). 対面時と非対面時のカウンセラー行動の比較 電話相談研究, 11(2), 71-78.
- 木村純子・坂下玄哲 (2009). 理想自己の決定主体——母娘関係と友人関係のノンバーバル・コミュニケーション比較 経営志林, 46(2), 11-23.
- 桐田隆博 (2005). 被験者の不安特性と表情検出課題 基礎心理学研究, 23(2).
- 岸俊行・村瀬勝信・野嶋栄一郎 (2007). 遠隔カウンセリングにおける認知的評価の検討 日本教育工学会論文誌, 30(4), 375-385.
- 村瀬勝信 (2006). 遠隔カウンセリングが状態不安に与える影響——異なるカウンセリング方式の比較から——パーソナリティ研究, 14(3), 324-326.
- 永井徹 (1994). 対人恐怖の心理 サイエンス社
- 中村昭之・松尾典義・畑山恵美子 (1994). 心理臨床場面におけるノンバーバル行動—カウンセラーの姿勢がクライアントに与える影響について— 駒沢社会学研究, 26, 129-140.
- 中谷恵子・待田昌二・東豊 (2012). 心理臨床場面におけるセラピストの非言語行動の定量化—カウンセリング実習における面接評価との関連. 神戸松蔭女子学院大学研究紀要. 人間科学部篇, 1, 45-60.
- 沼崎誠・川田学・藤島喜嗣・高林久美子 (2003). 自己高揚的・自己抑制的呈示におけるノンバーバル・コミュニケーション行動 人文科学, (336), 11-34.
- 小口孝司 (1990) 聞き手の「聞き上手さ」「口の軽さ」が開示者の好意・開示に及ぼす効果. 心理学研究, 61(3), 147-154.
- 大黒岳彦 (2005). ノンバーバル・コミュニケーションの諸相 情報コミュニケーション学研究, 1, 104-116.
- 大森慈子・山田富美雄・宮田洋 (1997). 対人認知における瞬目の影響 社会心理学研究, 12(3), 183-189.
- 落合萌子, 松井豊 (2009). 他者表情が変化する場面における解釈と感情に対人不安特性が与える影響——注意を媒介要因として 筑波大学心理学研究, (38), 35-46.
- 徳永智子, 宮谷真人 (2008). 表情と視線注意効果——不安傾向と表情のブロック化の効果—— 広島大学大学院教育学研究科紀要 第三部 教育人間科学関連領域 (57), 253-259.
- 辻幸樹, 柴田みどり, 梅田聡 (2017). 視線手がかり課題における表情と不安傾向の影響 日本認知心理学会発表論文集, 53(0).
- 佐治守夫・鶴養美昭 (1980). カウンセリングに関する実験的検討 (I)——非言語な視点から—— 東京大学教育学紀要, 19, 1-14.
- 笹川智子 (2017). 表情刺激の認知的評価がドットプロープ課題に及ぼす影響——自己評定式社交不安尺度との関連において—— 目白大学, 心理学研究, 13, 11-21.
- 佐藤映 (2014). 心理臨床場面における非言語的な〈動き〉の意味について. 京都大学大学院教育学研究科紀要, 60, 343-356.
- 守谷順, 丹野義彦 (2006). 社会不安における怒り表情からの注意の解放 日本心理学会第70回大会.
- 山谷奈緒子 (2008). 話し手の姿勢とあいづちが対人認知に及ぼす影響——カウンセリング場面を想定した実験的検討—— 人間福祉研究, 11, 171-186.
- 山口創, 石川利江 (1997). 対人不安者の着席行動と印象形成——臨床における面接時の座席配置を想定して—— 性格心理学研究, 5(1), 15-26.
- 吉田富二雄・堀洋道 (1988). 面接場面における非言語的コミュニケーションの表出——視線行動の分析を中心に—— 性格心理学研究, 59(1), 15-26.