

身体接触が不安に及ぼす影響
— 触覚抵抗との関連 —

Effect of Touch on One's Anxiety:
Relation to Hesitation in Touching

山口創

YAMAGUCHI Hajime

キーワード： 身体接触、不安、触覚抵抗

序論

身体接触に関する研究は、これまで主に母子関係を中心に、カウンセリングや対人コミュニケーションの分野で検討されてきた。その多くは、母子の絆を強める (Klaus & Kennell, 1982)、カウンセリングで自己開示を促進する (Patterson, 1973)、クライアントの不安を低減させる (Field, Seligman, Scafidi & Schanberg, 1996)、相互作用の際の親密感や魅力を高める (Boderman, Freed & Kinnucan, 1972) というように、多くの肯定的な結果が得られている。さらに、看護や介護の領域でも、身体接触は患者の不安を低下させる (Drescher, Gantt, & Whitehead, 1980) といった効果も確認されている。

しかし少数ではあるが、否定的な結果や、効果が認められない結果が得られているのも事実である。たとえば看護場面での異性との身体接触は、不安や不快感を高め (Whitcher & Fisher, 1979)、エンカウンターグループで、身体接触の有無による、共感や信頼感の差はなかったとする研究もある (Clarke, 1971)。

このように、身体接触に関する先行研究の結果には一貫性がないのも事実である。その理由として、身体接触は単なる感覚による他者の知覚ではなく、相手の心の最も深い層に触れることである (坂部, 1983)、とされることから、良くも悪くも心の深層に直接的な影響を与えるコミュニケーション手段であるためであろう。従って、外的条件としては同じように触れられたとしても、たとえば触れられることへの抵抗感や不安などの個人差により、身体接触の影響は大きく左右されると考えられる。

本研究ではこの個人差のうち、特に看護場面で重要であると思われる、身体接触に対する抵抗感に焦点をあて、それを触覚抵抗と定義することにする。本研究では触覚抵抗について、2つの側面から検討する。まず第1に、身体接触は、偶発的な接触を除き、能動的に触れる者と、受動的に触れられる者の2者が存在し、それら2者のコミュニケーションとして行われる。従って触覚抵抗にも、触れることへの抵抗感と、触れられることへの抵抗感が存在することになる。ところがほとんどの先行研究では、触れられる者の心理的变化についてのみ検討されており、触れる者について検討した研究はなされていない。確かに看護場面では、看護師から患者への身体接触が重視され、触れられる患者の心理的变化を検討することが重要であることは疑う余地はない。しかし、テクノロジー化する医療の中で、最先端の機器の扱いに習熟することが最優先される看護教育にあっては、患者に触れるという基本的な行為を苦手とする看護師が増加しているのもまた事実である (川島, 2007)。そうだとすれば、触れる看護師の身体接触への抵抗感も同様に検討されなければならないと考えられる。そこで、本研究では“触れ-触れられる”という身体接触様式による触覚抵抗の違いについて検討することを第1の目的とした。

第2に触覚抵抗は、身体接触をする自己と相手との関係により生じるものである。つまり親密な関係では触覚抵抗は低く、そうでない場合は高いと推測される。看護場面では、看護師と患者のラポールが確立されている場合は触覚抵抗が低いが、それが確立されていない関係では触覚抵抗が高く、身体接触の影響が否定的に現れると考えられる。このように、身体接触をする2者の関係と触覚抵抗の関連について検討することを第2の目的とした。

本研究では、看護場面を想定し、触覚抵抗との関連で身体接触の影響について検討する。その際、患者と看護師双方の側で問題となる感情である不安に焦点をあてることとした。仮説として、2者の関係が親密な場合は身体接触への抵抗が低いいため、身体接触により不安が低減すると考えられるが、親密でない関係の場合は触覚抵抗が高く、身体接触は否定的に作用し不安を高めると考えられる。

本研究の流れであるが、まず触覚抵抗を測定するための尺度を開発し（以下、触覚抵抗尺度とする）、信頼性と妥当性を検討する。次に実験によって、触覚抵抗の高低や2者関係により、身体接触が不安に及ぼす影響の違いについて検討する。

研究1

触覚抵抗を測定するための尺度を開発する。まず触覚抵抗の特徴を収集し項目を作成し、その構造を明らかにする。また尺度の信頼性と妥当性を検討する。

方法

項目の準備 触覚抵抗を測定する項目を収集するため、大学生89名を対象に、苦手あるいは抵抗のある身体接触について自由記述を求めた。記述された内容について、心理学専攻の大学院生2名と、大学の准教授1名による協議により、内容的に類似のものをまとめ、適切なものを選定し、合計20項目からなる尺度を作成した。回答の形式は、“全く当てはまらない(1)”、“やや当てはまらない(2)”、“どちらとも言えない(3)”、“やや当てはまる(4)”、“とても当てはまる(5)”の5件法で回答を求めた。

被調査者 首都圏の4年制私立大学学生400名(男性76名、女性324名)であった。平均年齢は19.0歳(範囲18-25歳、SD=1.43)であった。有効回答率は99.0%であった。

調査日時 2005年6月から7月にかけて行った。

調査測度

パーソナルスペースの測定：

2者の心理的距離を反映する“パーソナルスペース”(personal space; 以下PS)を基準関連妥当性の指標とした。PSは“自我が皮膚を抜け出て外部に延長したものである”とされ、自我防衛の機能をもつと考えられている(Sommer, 1959)。PSは2者の関係によって伸縮するため、触覚抵抗が高い場合PSは広く、低い場合は狭くなる。測定方法は、天貝(1996)と同様に、“10cmの線分の左端に被験者がいると想定し、父親、母親、同性の友人、恋人のそれぞれが線分上のどの距離にいるか”、という教示によって、それぞれの人物の位置に

チェックを入れ、被験者との距離を測定するという投影的な方法を採用した。各々の対象者が存在しない場合は、位置をチェックしないよう求めた。評定は0～100mmまでの数値で測定した。

手続き 心理学の授業を利用し、授業開始時に上記の質問紙を個別に配布し、その場で記入を求め、全員の記入が終了した後、回収した。なお、回答は無記名で行われた。

結果と考察

分析の流れ まず、触覚抵抗尺度の20項目を得点化し、IT相関分析によって、 $r < 0.30$ の4項目を除いた。次に残りの項目に対して主因子法による因子分析を行い、共通性0.40未満の項目を除いた。その後、プロマックス回転を行い、因子負荷量0.35未満の4項目及び、2重負荷のある1項目を除いた。最終的に残された項目に対して再度因子分析（主因子法）を行った。その結果、単因子構造になった（Table 1参照）。その内容は、予期せずに触れられることへの抵抗感や、初対面や異性に触れることへの抵抗感などであった。なお α 係数は.85であった。さらに、折半法による信頼性係数は.78であった。以上のことから、因子構造の明確さと信頼性の高さは確認されたといえよう。

PSとの関連

基準関連妥当性について検討するため、触覚抵抗尺度の因子得点を算出し、それと4名の対象者のPSの長さとの相関分析を行った。その結果、有意な相関係数は、友人との間（ $r = .20, p < .01$ ）、恋人との間（ $r = .24, p < .01$ ）にそれぞれみられた。青年期は両親と触れることは少なくなり、友人や恋人との接触が多くなることから（鈴木・春木, 1989）、触覚抵抗と友人や恋人との間に相関がみられたことは妥当な結果であると考えられる。

研究2

身体接触による不安の変化を、触覚抵抗と2者関係との関連で検討する。

方法

被験者 関東の4年制女子大学の1年生96名を対象に2人ペアを組ませた。能動触、受動触、各々48名であった。

調査用紙

触覚抵抗尺度 研究1で作成したものをを用いた。

STAI日本語版 岸本・寺崎（1986）によるSpielberger et al（1970）のSTAI（状態－特性不安検査）日本語版のうち、状態不安を測定する20項目を用いた。各々の項目について、“まったくそうではない（1）”～“まったくそうである（4）”の4件法で評定された。

ペアの関係の評定 ペアとなった相手との関係について、“初対面である”、“顔は

知っているが話したことはない”、“話したことはあるがさほど仲良くはない”、“まあまあ仲がよい”、“とても仲がよい”、“仲が悪い”の6件法で回答を求めた。

手続き 心理学の授業時間を利用し、簡単な実験を行うことを伝え、学生同士なるべく知らない相手とペアになるよう求めた。また実験に協力できない学生は参加しなくてよい旨を伝えた。実験は以下の手順で行われた。ペアの右側の者が触れる「能動触」、左側の者が触れられる「受動触」のように、恣意的に役割を決めた。次に、STAIと触覚抵抗尺度に記入を求めた。全員の回答後、原口(1990)を参考に、初対面の2者でも比較的触れやすい触れ方を用いた。具体的には能動触をする者が相手の肩に10秒間手(手の平部分)をおくことを指示した。条件の統制のため、実験の間は互いに視線を合わせたり喋らないように注意した。実験後、再度STAIに回答を求め、実験終了とした。

結果

まず、ペアを組んだ相手との関係の評定について、人数の偏りを調整するため、再度分類を行った。具体的には、“初対面である”、はそのまま“初対面(N=41)”とし、“顔は知っているが話したことはない”と“話したことはあるがさほど仲良くはない”を“半知り(N=29)^{脚注2}”とし、“まあまあ仲がよい”と“とても仲がよい”を“親密(N=26)”の3つの類型に区分し直した。なお、“仲が悪い”を選択した者はいなかった。

これら3類型における実験前の不安の差異について、一元配置分散分析を用いて検討を行ったが、有意差は見出されなかった(初対面 $M=43.68$ ($SD=7.70$); 半知り $M=42.27$ ($SD=7.60$); 親密 $M=42.53$ ($SD=9.62$); $F(30,87)=1.04, n.s.$)^{脚注3}。

次に、本研究では、2者関係による身体接触の不安への影響について検討することが目的であり、分散分析における要因数を減らすため、以下の方法で分析を行うこととした。まず、触覚抵抗の平均値($M=28.90$)によって2群に分割し、上位47名を高群、下位49名を低群とした。

まず、初対面のペアを対象に、触覚抵抗(高・低)×身体接触様式(能動触・受動触)×身体接触効果(身体接触前・後)を要因とした、3元配置分散分析を行った。触覚抵抗と身体接触様式は被験者間要因、身体接触効果は被験者内要因であった。分析の結果、身体接触効果の主効果のみ有意だった($F(1,37)=5.68, p<.05$)。Figure 1に触覚抵抗の高低別の不安の変化を示した。単純主効果の検定によると、いずれの群の被験者も実験により不安が低下することがわかった。

次に半知りのペアを対象に、同様の分散分析を行った。その結果、身体接触効果の主効果($F(1,25)=5.17, p<.05$)、身体接触様式と身体接触効果の交互作用がそれぞれ有意だった($F(1,25)=6.37, p<.05$)。そこで単純主効果の検定を行った結果、受動触は触覚抵抗に関わらず不安が低減したのに対し、能動触は実験前後で不安に変化はみられなかった(Figure 2参照)。

次に親密ペアを対象に、同様の分散分析を行った。その結果、触覚抵抗と身体接触効果の交互作用が有意だった ($F(1,13) = 7.95, p < .01$)。単純主効果の検定によると、触覚抵抗が低い被験者は身体接触によって不安が低下するが、触覚抵抗が高い者は逆に不安が高まることがわかった (Figure 1 参照)。

考察

本研究の結果、2者関係により身体接触による不安への影響は異なること、そしてそれは触覚抵抗によっても影響を受けることが明らかにされた。具体的には、初対面の2者は、身体接触の仕方に関わらず不安が低減したのに対し、半知りの2者においては、“触れられる”者のみ不安が低減した。また親密な2者では、触覚抵抗によって身体接触の影響が異なることがわかった。つまり、触覚抵抗が低い者は身体接触により不安が低下したのに対して、触覚抵抗が高い者は逆に高まった。以下、それらの理由について考察する。

本研究の初対面の関係では、他の関係に比較し、互いに対する触覚抵抗は高かっただろうと推測される。ここで、本実験で用いられた方法、すなわち教示に従うように自らの意思とは関係なく“10秒間肩に触れる”という軽い身体接触は、特に初対面の場合、欧米で用いられる挨拶の際の“握手”のもつ融合化作用 (山口, 2003)、すなわち初対面の高い触覚抵抗を低減させる機能を有したのではないかと考えられる。通常、握手は地位の上下関係などの相違を対等化する機能を有する (山口, 2003)。本研究の被験者は2者ともに女子大学生というほぼ対等な関係にあるといえるが、身体接触の結果、2者の“触れ-触れられる”という身体接触様式による差は対等化され、触覚抵抗の低下に伴い2者ともに不安が低下したのだろうと考えられる。

それに対して、半知りのペアでは、不安の低下は、“触れられる”者のみにみられたことは、興味深い。不安レベルの異なる2者における身体接触は、通常、不安や緊張が高い者に対して低い者が接触し、慰撫や激励のメッセージの伝達手段として用いられる (Drescher, et.al., 1980)。しかもそのように触れるのは、初対面ではなく、むしろある程度親密な関係にある2者関係であろう。従って“半知り”という、関係においては、初対面と異なり身体接触は慰撫や激励のメッセージとして機能したのではないだろうか。そのため、触れられる者は、身体接触をそれらの意味に解釈し、不安が低減したと考えられる。

そして親密のペアの場合、触覚抵抗が低い者は身体接触により不安が低下したが、それが高い者は不安が高まった。研究1より、触覚抵抗が高い者は、相手との心的距離をより遠くへおきたい傾向がある。しかし身体接触は、相手の心の深層にふれる行為である (坂部, 1983)。そのため、触覚抵抗が高い者は、たとえ親密な関係にあっても、身体接触により過度に心の深層へ侵入されることを恐れ、不安が高まったと考えられる。それに対して、触覚抵抗が低い者は、相手との心的距離の近さに寛容であるため、不安を高めなかったのではないだろうか。さらに初対面や半知りの関係では、相手との心的距離がもともと遠いため、相手の肩に10秒間手をおく、という身体接触の方法は、心的距離を近づける程度の機能は

あっても、心の深層に触れるほどの機能はなかったため、触覚抵抗の影響がなかったとも考えられる。このように、触覚抵抗は心的距離が近く心の深層に影響を与える場合にのみ不安を高めると考えられる。この点については今後さらに詳細に検討すべき課題である。

全体的考察と今後の展望

本研究ではまず、触覚抵抗を測定するための尺度を作成し、妥当性と信頼性を確認した。さらに実験により、2者関係により身体接触による不安への影響について検討した。その結果、2者関係によって身体接触の影響は異なること、そしてそれは触覚抵抗によっても影響を受けることが明らかにされた。具体的には、初対面の2者は、身体接触の様式に関わらず不安が低減すること、半知りの2者においては、“触れられる”ことによつてのみ不安が低減することがわかった。さらに親密な2者では、触覚抵抗が低い者は身体接触により不安が低下したのに対して、触覚抵抗が高い者は逆に高まった。

看護場面では看護師は患者に触れ、その不安を低減させることが重視される(川島,2007)。この種の身体接触の影響に関する先行研究では、概して肯定的な効果が多く得られているものの、逆に不安が高まるなどの否定的な効果を見出した研究も散見される。たとえば、女性看護師が男女各々の患者に触れた際の不安について検討したところ、女性患者は触れられることで不安が低下したが、男性患者では逆に高まる、という結果も得られている(Witcher & Fisher, 1979)。この結果も、触覚抵抗の高さが影響していると考えられよう。しかし本研究では、同性間の身体接触でも、しかも親密な関係にある場合において、否定的になることがわかった。従つて、看護師と患者との間にラポールが構築されている場合でも、患者が望まない身体接触をすることは、患者と看護師の両者にとって、逆効果になる可能性があるため、慎重になる必要があろう。しかし初対面や半知りの関係では、患者に触れることは多くの場合、患者の不安や苦痛を癒すような肯定的な機能を有することが改めて確認されたといえる。看護師にとつても、患者との身体接触により不安が低減し、患者の苦痛を癒す快適な体験とならなければ、触覚抵抗を高めることになり、患者に触れる頻度も減るだろう。従つて看護教育では、このような看護師の側の個人差を考慮した身体接触の指導をすることが必要であるといえるだろう。

最後に、本実験の結果は、ある程度限定的に捉えなければならない点を指摘しておく必要がある。つまり実験場面という限定された状況のもとで、故意に半ば強制的に相手の身体に接触することは、必ずしも好ましい結果をもたらすとはいえないことがわかる。しかも、肩に10秒間手をおく、という本研究でとられた方法は、人工的な事態でもあり、通常はあまり起こらない事態である。現実場面で身体接触が起こるのは、互いにリラックスした雰囲気の中で、自然に相手に触れ、その結果として親密性がさらに高まる、という事態である。もしそうだとすれば、本研究の結果をそのまま日常場面に応用することは、慎重を要する課題であろう。今後、“撫でる”“さする”など身体接触の仕方や、接触する部位も含めてさらに検討しなければならない。

引用文献

- 天貝由美子 (1996). 中・高校生における心理的距離と信頼感の関係. *カウンセリング研究*, 29, 130-134.
- Boderman, A., Freed, D.W., & Kinnucan, M.J. (1972). Touch me, like me: Testing an encounter group assumption. *Journal of Applied Behavioral Science*, 8, 527-533.
- Clarke, J.F. (1971). Some effects of nonverbal activities and group discussion on interpersonal trust development in small groups. Unpublished doctoral dissertation, Arizona State University.
- Drescher, V. & Gantt, W.H., Whitehead, W.E. (1980). Heart rate response to touch. *Psychosomatic Medicine*, 42, 559-565.
- Field, T.M., Seligman, S., Scafidi, F., and Schanberg, S. (1996). Alleviating posttraumatic stress in children following Hurricane Andrew. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 17, 37-50.
- 原口芳明 (1990). 心理臨床における〈ふれる〉体験について. *愛知教育大学研究報告, 教育科学*, 39, 179-191
- 笠原嘉 (1977). 青年期. 中公新書
- 川島みどり (2007). 看護を語ることの意味. 看護の科学社
- Klaus, M., and Kennell, J. (1982). *Parent-Infant Bonding*, St.Louis: Mosby.
- 松原達哉 (2002). 心理テスト法入門—基礎知識と技法習得のために. 日本文化科学社
- Patterson, M.L. (1973). Compensation in nonverbal immediacy behavior: A review. *Sociometry*, 36, 237-252.
- 坂部恵 (1983). 人称的世界とその根底-「ふれる」ことの哲学. 岩波書店
- 岸本陽一・寺崎正治 (1986). 日本語版STATE-TRAIT ANXIETY INVENTORY (STAI) の作成. *近畿大学教養学部紀要*, 17, 1-14.
- Spielberger, C.D., Gorsuch, R.L. & Lushene, R.E. (1970). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory*. Palo Alto, CA: Counseling Psychologists Press.
- Sommer, R. (1959). Studies in personal space. *Sociometry*, 22, 247-260.
- 鈴木晶夫・春木豊 (1989). 対人接触に関する試験的研究. *早稲田心理学年報*, 21, 93-98.
- Walker, M.B., & Bragg, B.W. (1981). On testing the equilibrium model of intimacy. *Italian Journal of Psychology*, 8, 133-147.
- Whitcher, S.J. & Fisher, J.D. (1979). Multidimensional reaction to therapeutic touch in a hospital setting. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37, 87-96.
- 山口創 (2003). 愛撫・人の心に触れる力. NHK出版

注

- 注1 本研究は、平成17-19年度 文部科学省科学研究費補助金基盤研究(A) 対人関係の基盤としての身体接触に関する生涯発達行動学的研究(代表者 根ヶ山光一)による。
- 注2 “半知り”とは親や兄弟のような親密な関係と、まったくの他人の間の中間的な関係をさす(笠原, 1977)。具体的には、近隣の住人のように、顔は既知であるのに関わらず名前を知らないなどの間柄で、対人恐怖の者が苦手とする関係である。

注3 臨床的に問題になる高不安は、女性では45点以上であるとされ（松原, 2002）、本研究の被験者の不安はいずれも42点以上であることから、いずれの関係においても、かなり高い不安状態だったといえる。

Table 1 触覚抵抗尺度の因子分析結果

	因子1	h^2
思ってもみないときに、誰かに触られるのは嫌だ	.75	.42
他人に触られるのは嫌だ	.72	.52
初対面の人に触れるのは嫌だ	.68	.46
顔を触られるのは嫌だ	.64	.41
親しくない人には触れられない	.59	.35
抱かれたり抱きしめられるのは嫌だ	.58	.34
異性に触れることに抵抗がある	.57	.32
友達と体が触れるのを避けたがる	.53	.28
誰かに髪を櫛でとかされるのは嫌だ	.52	.27
人からくすぐられるのは嫌だ	.50	.25
因子負荷量2乗和		3.76
寄与率 (%)		41.73

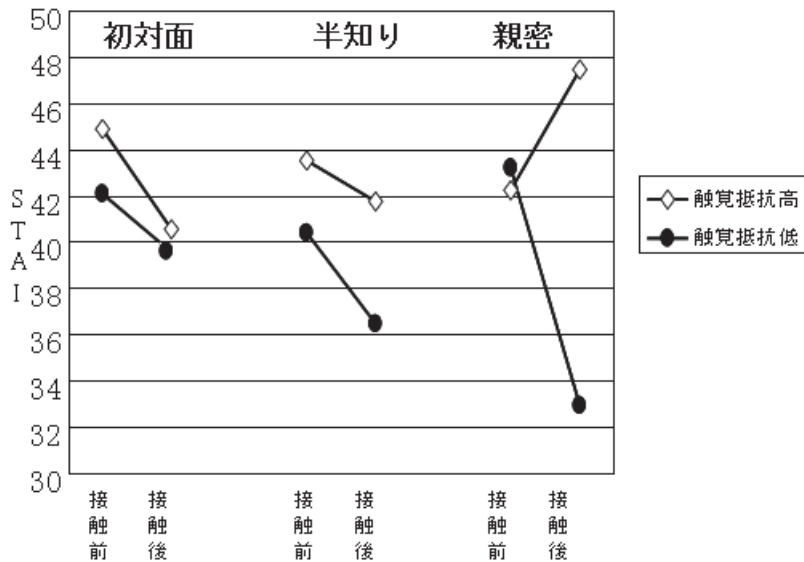


Figure 1 2者関係における触覚抵抗による不安の変化

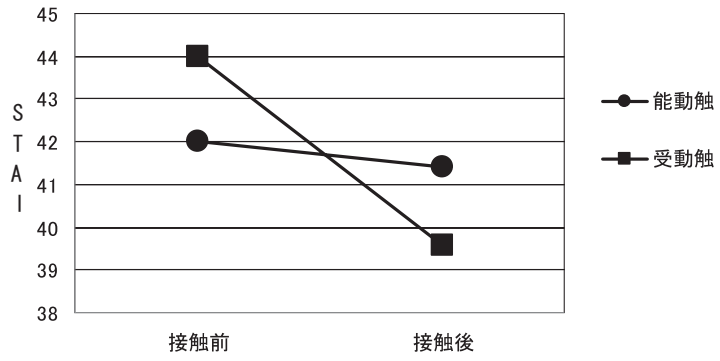


Figure 2 半知りの2者における身体接触による不安の変化