

早稲田大学 人間科学学術院 人間科学会 諸費用補助成果報告書 (Web 公開用)

申請者 (ふりがな)	國松 俊嗣 (くにまつ としつぐ)
所属・資格 (※学生は課程・学年を記載。卒業生・修了生は卒業・修了年月も記載)	修士課程 1 年
発表年月 または事業開催年月	2025 年 8 月
発表学会・大会 または事業名・開催場所	日本認知・行動療法学会第 51 回大会
発表者 (※学会発表の場合のみ記載、共同発表者の氏名も記載すること)	國松 俊嗣, 岸上 泰己, 柳田 綾香, 熊野 宏昭
発表題目 (※学会発表の場合のみ記載)	ビデオ通話におけるアバター像の使用が社交不安に及ぼす影響

発表の概要と成果 (抄録を公開している URL がある場合、「概要・成果」を記載した上で、URL を末尾に記してください。また、抄録 PDF は別途ご提出ください。なお、抄録 PDF は Web 上には公開されません。)

—概要—

【問題と目的】

社交不安症 (Social Anxiety Disorder: SAD) は、他者から否定的に評価される恐れや回避行動を特徴とする精神疾患であり、主な維持要因として自己注目と否定的な自己イメージが挙げられる (American Psychiatric Association: APA, 2013; 野田他, 2020; McManus et al., 2008)。

SAD の治療法として VR を活用した VR エクスポージャー療法 (Virtual Reality Exposure Therapy: VRET) が注目されている。VRET は曝露の程度や他者の反応などの状況要因を調整可能であることが利点とされている (Clemmensen et al., 2020)。そして、その調整可能な状況要因の 1 つとしてアバターが挙げられ、社交不安が高い人ほど外見が現実の姿と異なるアバターを好む傾向があり、不安低減に効果的であることが示唆されている (Aymerich-Franch et al., 2014)。一方で、アバターが自己注目を高める可能性もあり、その影響は状況によって異なる (Dechant et al., 2021)。

近年では、アバターを用いたビデオ通話が普及しており (三枝他, 2022)、通信者がアバターであったとしても、仮想空間において意図的に話しやすい雰囲気を生み出すことができると期待されている (大西他, 2009)。しかしながら、ビデオ通話における自己と他者の「実像 (現実の姿)」と「アバター像」の組み合わせが SAD の維持要因に与える影響は十分に検討されていない。そこで本研究では、質問紙調査により、ビデオ通話場面においてアバター像が SAD の維持要因に及ぼす影響を明らかにする。

【方法】

<対象者> 関東圏の大学に通う大学生および大学院生 205 名 (男性: 64 名, 女性: 140 名, 答えたくない: 1 名; 平均年齢: 21.20 ± 1.31 歳)。

<調査材料> (a) フェイスシート, (b) スピーチ中の自己注目の程度を測定するために、「他者からの視線への自己注目の程度 (以下, 自己注目-視線)」と「自己への身体反応への自己注目の程度 (以下, 自己注目-身体)」の 2 項目 11 件法の状態指標を作成した。(c) スピーチ中の自身への「否定的イメージ」および「肯定的イメージ」を測定するために、2 項目 11 件法の状態指標を作成した。(d) スピーチ中の回避の程度を測定するために、「他者の存在を認識することへの回避の程度 (以下, 回避-存在認識)」と「他者からの評価を気にすることへの回避の程度 (以下, 回避-評価注目)」の 2 項目 11 件法の状態指標を作成した。

<質問紙の構成> はじめにフェイスシートへの回答を求めた。その後、アバター像を用いたビデオ通話場面について簡潔に説明し、いくつかのビデオ通話場面の画像を呈示した。ビデオ通話場面は 4 条件設定し、条件ごとにそれぞれのビデオ通話場面の画像を呈示した。条件の詳細は「1: 実像同士でのビデオ通話」、「2: 自己像を実像, 他者像をアバター像とするビデオ通話」、「3: 自己像をアバター像, 他者像を実像とするビデオ通話」、「4: アバター像同士でのビデオ通話」であった。調査材料 (b), (c), (d) は各条件で回答を求めた。

<倫理的配慮> 早稲田大学「人を対象とする研究に関する倫理委員会」の承認を得た上で実施した (2024-HN011)。

【結果】

6 項目の状態指標それぞれについて、自己像（実像、アバター像の 2 水準）と他者像（実像、アバター像の 2 水準）を要因とする 2 要因分散分析を行ったところ、まず、「自己注目-視線」と「自己注目-身体」で、自己像 ($F(1, 204) = 193.89, p < .01$; $F(1, 204) = 117.69, p < .01$) と他者像 ($F(1, 204) = 185.64, p < .01$; $F(1, 204) = 50.54, p < .01$) で有意な主効果がみられ、実像よりもアバター像の方が自己注目の得点が低かった。また、「自己注目-身体」では自己像と他者像の間に有意な交互作用が認められた ($F(1, 204) = 6.97, p < .01$)。単純主効果検定では、自己像の各水準において他者像の効果は有意であった（実像: $F(1, 204) = 36.20, p < .01$; アバター像: $F(1, 204) = 20.47, p < .01$ ）。同様に、他者像の各水準においても自己像の効果は有意であった（実像: $F(1, 204) = 137.93, p < .01$; アバター像: $F(1, 204) = 124.22, p < .01$ ）。

次に、「否定的イメージ」の程度について、自己像と他者像で有意な主効果がみられ ($F(1, 204) = 72.36, p < .01$; $F(1, 204) = 42.81, p < .01$)、実像よりもアバター像の方が否定的イメージの得点が低かった。

そして、「回避-存在認識」と「回避-評価注目」では、それぞれ自己像と他者像で有意な主効果がみられ（回避-存在認識: $F(1, 204) = 73.80, p < .01$; $F(1, 204) = 48.90, p < .01$; 回避-評価注目: $F(1, 204) = 67.29, p < .01$; $F(1, 204) = 47.02, p < .01$ ）、実像よりもアバター像の方が回避の得点が低かった。

また、状態指標間の主要な順位相関の結果について、「自己注目-視線」と「自己注目-身体」との間で有意な中程度の正の相関が認められ ($r = .527, p < .01$)、「回避-存在認識」と「回避-評価注目」との間においても有意な中程度の正の相関が認められた ($r = .660, p < .01$)。

【考察】

2 要因分散分析の結果、アバター像を使用することにより、ビデオ通話における SAD の維持要因を低くする可能性が示された。主効果の大きさからは、他者像と比較して自己像をアバター像に変更した場合の方が自己注目の低さが顕著であったが、「自己注目-身体」では交互作用がみられ、実像同士である場合に身体反応への自己注目が最も高く、自己像、他者像ともにアバターの使用が身体反応への自己注目を抑えたと考えられるが、その効果はそれぞれ独立して影響している可能性もある。また、アバター像は否定的な自己イメージや回避の得点を低くする傾向が確認されたが、これらに関しては、交互作用はみられなかった。

自己注目以外でも、自己像の影響は他者像の影響よりも大きく、特に自己像をアバター像に変更する方が、否定的な自己イメージや回避の得点が低くなることが確認された。この背景には、他者像がアバター像であったとしても SAD の症状が生じてしまうため (Garau et al., 2005)、自己像の条件の影響が相対的に大きくなったことが考えられる。

【結論】

本研究では、ビデオ通話での社交場面において、画面に映る自己像または他者像に現実の姿やアバターの姿を適用した状態を想起させ、それぞれの条件における SAD の維持要因への影響を検討した。その結果、自己像と他者像のどちらにおいても現実の姿であるよりもアバターの姿である方が、SAD の維持要因に関する状態指標の得点が低くなることが示唆された。

今後の展望として、実際にスピーチ課題を実施して課題中の不安を条件ごとに比較し、自己像と他者像にアバターがそれぞれどのように機能するのかを検討する。

—成果—

修士課程の研究を進めるにあたり、改めて本研究の結果や臨床的意義について整理することができた。

※無断転載禁止