

人格の二重性の諸相

—— 羞恥心性と対人不安心性を中心として ——

堤 雅 雄*

Masao TSUTSUMI

Some Aspects of Duality in Personality :
the Mentality of Shyness and Social Anxiety

序

人は、生まれ落ちた時から人を求めている。

近年の新生児研究の興隆の中で、非常に早期から乳幼児にとって、「もの」的対象と「ひと」的対象は異質な存在であり、後者の方がより大きな価値を有することを示唆する多くの知見が得られている（例えば Flavell, 1977, Condon & Sander, 1974等を参照のこと）。

1個の人格が形成されていく過程をみても、人格を個的に完結したものとして捉えることは非常に難しく、むしろそれは、いかなる他者と出会うか、いかなる他者との関係性が成立するかに大きく規定されると考える方が妥当である。自己の形成史は他者化の歴史でもある。

従って、自己を意識することは、自己を支える基盤たる他者を意識すること、即ち自己の内なる他者を見ることであり、他者の中に自己を見ることである。

それ故、青年期にみられる本来の自己への希求は、自己意識と、これに相即的な他者意識の、同時的覚醒となって現れる。自己が他者化され、空洞化することの意識が青年の疎外感であり、この疎外感是他者から分離して自己の内へ向う志向性を生む。かくして青年期の自我は、他者希求的、自他融合的志向性と、自己内向的、自他分離的志向性の間を漂い、揺れ動くのである。

人格の表われ方もまた然りである。我々はある人に対してはごく自然に素直になるのに、別の人に対してはどうしても依怙地になる自分を見ることがある。また我々は、ある時は他者に対して非常に暖く振舞うのに、ある時はどうしても冷淡になってしまうことがよくある。こ

の落差は青年期において特に著しい。このように他者との関係性によって異なった自己を生きるのが我々の実存である。

人格内部の、相矛盾する力動性についての記述は、精神分析諸理論の中に詳しい。

フロイトの描く精神力動は、意識の表層と深層との、意識と無意識の間の対立、葛藤であり、またそれに対して何とか平衡、維持を保とうとする自我防衛機制の働きである。そこで特に重視されるのは、同一表象に対する相反する感情、両価感情である。彼の教えるところは、人間とは他者を求めるが故に避け、愛するが故に憎む矛盾的存在であること、別の言い方をすれば、エロスの衝動とタナトスの衝動との双方に衝き動かされる人間の姿である。

ユングもまた、意識と無意識の補償的關係を指摘し、その反映である人格の光と影について論じている。

例えば、外向性の裏には内向性が、男性性の底には女性性が、善きもののかげには悪きものが、総じて生きられなかった半面は、存在しないのではなく、「影」として潜んでいるのだという指摘である（これについては河合、1976が詳しい）。

臨床経験によって培われた直観に基き、性格理論を展開したクレッチマーの3類型も、決して単純なものではない。彼の描く3類型には、例えば分裂気質には過敏と鈍感の、循環気質には発揚と抑うつ、そして粘着気質には爆発と鈍重の両極性が内包されているという。

人格とは、かくの如く矛盾を孕む複雑な存在であるが故に、特性論を典型とする実体論的、静態論的人格理論は、その意味するところを大きく限局せられ、予測妥当性も低くならざるを得なくなるのである。近年、人格心

* 島根大学教育学部教育心理学研究室

理学の危機が叫ばれているのも、このような人格への接近の限界が認識されたためであり、その反動として Mischell, W. (1977) を中心とした相互作用論が現れたが、これも単にレヴィン, K. に帰っただけという観も否めない。

以上、精神分析的認識を踏まえてまとめてみると、次のようになる。

1) 人格は他者との関係性を通して形成されるが故に、自己の中には必然的に他者性が内包されている。

2) 内在化された「他者」を核として、超自我とか理想自我とか呼ばれるもう1つの「自分」が形成され、これが内なる「自然」より衝きあげてくる欲動を統制する役割として対峙する。

3) このようにして、自己のうちに積層した二重性は、青年期に至って一挙に異化され、意識化される。

この意味での二重性を生きるのが青年期であり、これを統合するのが彼らが「おとな」になる上での課題となる。

そして、この二重性の間を漂い、未だおとなになりきれぬことの現れが、次に述べる幾つかの心性であると考えられる。

羞恥心性

全身が燃えるほどの鮮烈な羞恥体験は、青年期に特有であり、かつ誰しもが経験するという意味で一般的である。それは児童期以前の無邪気さとも、成人期以降の一種の「厚顔さ」とも無縁である。このことは、羞恥心性が、確立途上の自我の傷つきやすさや不安定さ、あるいは「自分が自分であること」の根底からの揺らぎの感覚の表われであることを示している(堤, 1983)。

羞恥心性についての心理学的研究は、寡聞にしてあまり見ない。その中であって、半世紀も前の園原(1934)の研究は、次の点で注目すべきである。

1つは、自・他のまなざす関係における矛盾、即ち、羞恥心性の中核に他者から「見られている」ことと感覚がありながら、相手の顔を「見ることができない」という視線の相克関係について指摘していること。これはかのサルトルに先立つ慧眼である。

上記を羞恥の必要条件とするならば、十分条件は「自ら恥しいと思う」とこととしているのが2番目の点である。

羞恥心性の基調には、他者のまなざしが自己の内に流れ込む感覚、ある種の心理的「感染」がある一方で、同時に、自己と現前の他者との、あるいは想像的他者との間の違和感あるいは隔りの感覚が併存しており、この二重性こそが羞恥の本質なのである。作田(1972)も又、

羞恥を自他の志向性のずれによって喚起される、自己の空洞感とみなしている。

このような羞恥心性とは比較的縁が薄いと思われる西欧文化圏にあっても、近年になってこれに関連する概念である“shyness”や“social anxiety”の研究が急激に増えてきている。ただし、この shyness と我々の考える羞恥とは、それぞれの文化が荷う価値観の違いを反映して、意味的な差異があることに留意すべきである。

我々の文化が羞恥を許容し、場合によっては一種の美德とさえ受けとめているのに対し、特にアメリカの文化では、これをかなり否定的に捉えているようである。例えば Buss (1980) はこれを困惑や恥、聴衆不安と並ぶ対人不安の一形態として捉えているし、shyness の概念構造の再検討を計る Jones 他 (1986) もこれを、他者の現前における不快感又は抑制感と定義している。Zimbardo (1977) に至ると、shyness を克服すべき臨床的問題としてみている。

一般に彼らは、shyness を対人場面の質によって規定されるという意味で状況的な問題として捉える一方で、状況を超えて恒常的な個人特性としても見ている。最近の研究では、発生的見地から、shyness を生得的な気質に根ざすものとするものささえる (Daniels & Plomin, (1985)。全体的には shyness を、人格を構成する一特性として、静的に捉えようとする傾向が強く、これを個々の人格を越えた相互的力動性とする観点は希薄にみえる。

この種の研究の中で、shyness の自他の認知のずれに関する、示唆に富む知見がいくつかみられる。

Jones 他 (1986) は、対人場面での適応性の諸指標、例えば対人的無口さ (social reticency) や社交性 (sociability) において、本人の自己評定と、周囲の親しい者たちによる評定との間に大きな差異があり、しかもそれは、自己評定の方が他者評定より否定的になるというものであった。つまり、人は自分が思っている以上にうまく対人関係をもちえている、あるいは逆に、他者から見れば社会的適応を示している人の中にも、何らかの屈託が存在する、ということであろうか。筆者も、羞恥特性について、同様な自他の認知の間のずれを確認している(堤, 1986)。

この自己の羞恥特性の認知の主観的、「思い込み」の性格は、実験室実験でも確認されている。Brodt & Zimbardo (1981) は、対人場面で生じられた生理的覚醒の帰属を操作することによって、後の対人行動が左右されることを示している。

現前の他者と自己の間に介在するのが、取り入れられた他者、想像的他者である。羞恥する者にとっての自他の視線のずれの感覚は、現実的他者と自己の間と同様に、この想像的他者と自己の間にも生じる。羞恥主体にとっての心的実在性は、むしろ後者にあるといった方がいいかもしれない。自他の認知のずれを見る際には、この想像的他者を視野に入れておくことが必要である。

対人不安心性

内沼(1978)は、羞恥を対人恐怖症の病前型とみなしている。両者の間に質的な差異があるのか、あるいは単なる程度の差なのか、議論の分かれるところであろう。

Turner, Beidel & Larkin (1986)は、DSM III 基準による対人恐怖症者と、高い対人不安を示す大学生被験者との間に、実験室での対人相互作用の際の生理的反応や認知において差がないことを示している。少なくとも病者の抱く対人不安心性を我々も共有しうことは間違いないであろう。

対人恐怖心性について内沼は、精神分裂病的な「他人が地獄」となる意識と、躁うつ病的な「自分が地獄」となる意識が混在すると述べている。この観点は、のちの内沼(1983)の羞恥論における「自分が大事であるという個的価値へと向う“我執性”と、自分を見失って他人の思惑に捉われて生きる一般的価値へと向う“没我性”とのあいだを漂いながら、その間を意識する体験である」という記述と通底するものがある。

このように対人不安心性の中にも、羞恥心性においてみられたと同様に、相対立する二つの志向性が併存しており、同質な二重性が指摘されているのである。ちなみに、対人恐怖症にも顕著な青年期好発性が見とめられている。

孤独感

青年期を特徴づけるいま一つの心性として孤独感がある。特にこの時期の孤独感は、自己への覚醒に根ざす実存的色彩が濃厚である。

落合(1974)は、青年期の孤独感を構成する、互いに独立な2つの次元を抽出した。1つは「人間同士は理解・共感できると思っている」という「対他覚」の次元、もう1つは「人間の個性に気づいている」という「対自覚」次元である。

さらに彼は、この2次元で区切られる4つの類型について、共感性及び個性の自覚の双方に否定的なB型から、双方に肯定的なD型に至る発達の遷移について論じている。

落合のいう自己志向の個性と、他者志向の共感性とは、単に独立であるという以上に対立、葛藤する可能性

があり、先述の内沼のいう我執性と没我性に各々対応する位置にあると思われる。従ってこの2つの志向性を調和、統合しえた段階にあるD類型とは、非常に高い境地に至ったものであり、少なくとも青年期を乗り越えた、成熟した人格でないとは不可能であるように思われる。いずれにしろ落合のこの認識は、他の比較的単純な発想よりなる接近(例えば UCLA 孤独尺度)に比べて、青年期心性の理解に資するところ大であると感ぜられる。

人格の「二面性」

ユングの、人格内奥の相補的な2つの傾向性についての認識を基盤に、森(1983)は従来の特性論のもつ方法的限界を打破すべく、人格の二面性尺度(TSPS)を作成した。これは意味的に相反する形容詞の対によって構成されるもので、自己内部の対照的な性格傾向の併存の度合い、言い換えれば人間性の幅を見ることができるものとされている。人格をあるがままに矛盾的存在として捉えようとしていること、しかもそれをむしろ肯定的に評価しようとしていることに、筆者も非常に興味をそそられている。

羞恥心性や対人不安心性の基底に、人間が本来的に有していると思われる、自己の内へと向う志向性と、これとは対照的に他者を希求する志向性を同時に内包する人格の二重性の諸相がみられるか否かを検討するため、以下の素朴な測定を試みてみた。その際、対人恐怖心性の発達の価値を積極的に捉えなおそうとの意図から行なわれた永井(1985)の同種の研究を参考にさせていただいた。

方 法

被 験 者

集団内の成員同志が知己の関係にある、次の2つの集団である。

1. 看護学院生集団；県立の看護学院1年生30名。全員女性で、年齢は18才から19才。皆同一のクラスで学院での生活を共にしている。
2. 大学生集団；国立大学教育学部、教育心理学専攻2回生、22名(男性9名、女性13名)。年齢は19才及び20才。

質問紙 I

質問紙 I は以下の2つの尺度によって構成される。

I-A. 二面性尺度(TSPS)；森(1983)の選択した互いに意味的に対立すると思われる、30の形容詞対を、対であることをできるだけ意識させぬようにばらして、単極的な60の項目群に並びかえた。ただし、1形容詞対

(口数が少ない—話し好きな)については、印刷が不鮮明であったが故に除外され、得点化に使用されたのは29対58項目であった。

被験者には、この58項目について、自分に完全にあてはまる(6)から、全然あてはまらぬ(0)までの7段階によって評定してもらう。その上に、対応する2つの形容詞ごとにその素点の差を求め、被験者ごとにその合計をとったものを個人指標(森のいうS-得点)として分析に用いる。

従って、このS-得点の低いものほど、二面性が高いことになる。

I-B. 孤独感尺度(LSO);落合(1983)の孤独感尺度(LSO)をそのまま用いる。これは共感の可能性の感じ方の次元(LSO-U)に属する9項目と、個別性の自覚の次元(LSO-E)に属する7項目、計16項目より成る。これに、はい(2)—どちらともいえない(0)—いえ(−2)の5段階で答えてもらう(逆転項目あり)。

個人指標としては、2つの下位尺度ごとに、1項目あたりの平均評定値として算出したものを用いる(以下、LU, LEと略称する)。分析の際には、更にこの2つの値の和(LU+LE)及び差(LU−LE)も用いる。

質問紙II

質問紙IIは、以下の2つの測度より成る。

II-A. 羞恥傾性の評定;次の3水準において、恥ずかしがりやでない(0)から非常に恥ずかしがりやである(3)の4段階で評定してもらう。1)自己評定(SS);自分を恥ずかしがりやだと思うか。2)他者よりの評定の推定(SO);他の人からどのようにみられていると思うか。3)他者からの評定;他の成員それぞれ

についての評定。これから被験者ごとに、実際に他の成員から受けた評定の平均値(OS)を求める。これら3つの値の差異得点も分析の際には併せて用いる。

II-B. 対人不安意識尺度;小川ら(1979)の「対人恐怖症者に認められる対人不安意識」の研究で、意味のある因子として抽出された6因子について、因子負荷量.6以上の31項目を選び、簡易尺度を構成した。評定は、非常にあてはまる(7)から全くあてはまらない(1)の7段階で求められた。この素点を被験者ごとに合計し、項目数で割ったものを個人指標(SA)として用いる。

調査は、自己理解のためという名目で、まず質問紙Iを、それから1週間後に質問紙IIをと、2回に分けて行なわれた。

結果と考察

先に述べた4つの側面に関する7つの測度に、それから2次的に算出された4測度を加えて、11の変数を分析の対象とする。

まず、両集団における各変数の平均値を表1に示す。いずれの変数でも、両群間に有意差はみられない。以下、各変数間の関係についてのみ見ていくことにする。

羞恥傾性の認知

まず、羞恥傾性に関する自己評定(SS)、他者からの評定(SO)、実際の他者からの評定(OS)の3変数間関係について見てみる。

集団(2)×評定(3)の、非加重平均解による分散分析の結果、評定条件にのみ主効果がみられた($F=15.577$ $df=2, 100, p<.01$)。これは、SSと他の2つの評定の

表1 各評定の集団平均値(標準偏差)

変数	看護学院生	大学生	得点範囲
被験者数	30	22	
羞恥・自己評定(SS)	1.400(0.800)	1.636(0.881)	0~3
羞恥・他者評定の推定(SO)	0.967(0.752)	1.045(0.824)	0~3
羞恥・他者からの評定(OS)	0.943(0.500)	0.959(0.374)	0~3
SS−SO(絶対値)	0.700(0.640)	0.773(0.734)	0~3
SS−OS(絶対値)	0.795(0.517)	0.898(0.590)	0~3
対人不安意識(SA)	3.492(0.904)	3.532(0.764)	1~7
孤独感・共感性(LU)	1.185(0.545)	1.237(0.485)	−2~2
孤独感・個別性(LE)	0.219(0.734)	0.234(0.739)	−2~2
LU+LE	1.404(0.651)	1.471(0.756)	−4~4
LU−LE	0.966(1.116)	1.003(0.995)	0~4
二面性(S−)	1.316(0.347)	1.483(0.441)	0~6

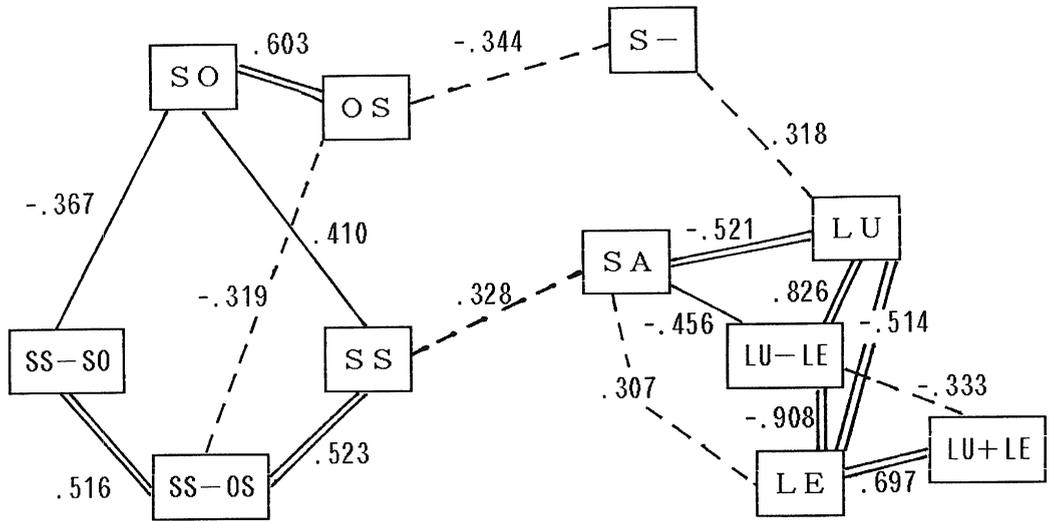


図1. 各変数間の相関関係 (看護学院生, n=30)

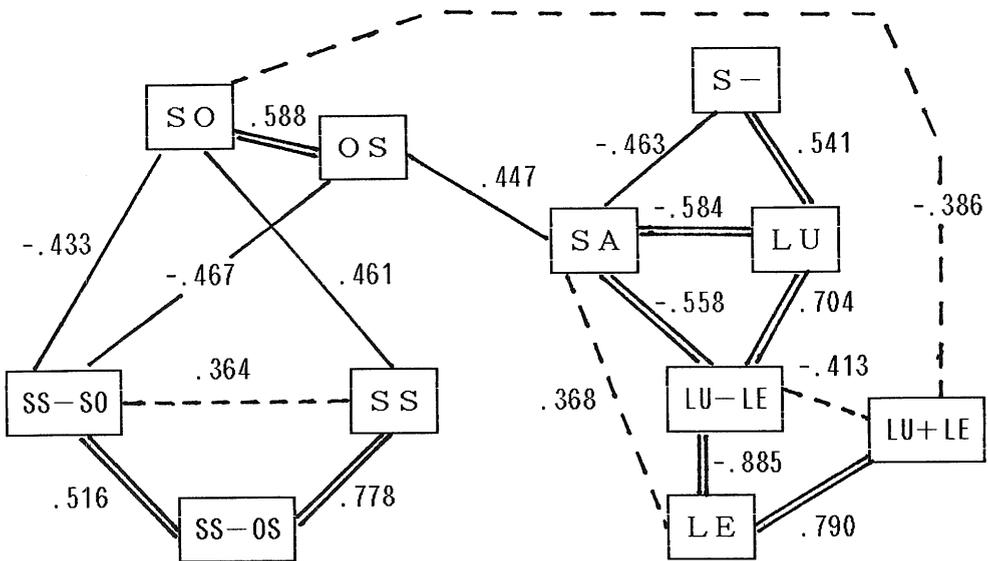


図2. 各変数間の相関関係 (大学生, n=22)

数値は10%以下の有意水準の相関値

==== ; 1%, —— ; 5%, - - - - ; 10%水準

SS ; 羞恥傾性の自己評定, SO ; 同・他者からの評定の推定

OS ; 同・他者からの評定, SS-SO, SS-OS ; 各々差の絶対値

SA ; 対人不安意識, S- ; 二面性尺度 (S-)

LU ; 落合の孤独感尺度・共感性, LE ; 同・個別性

間の差に帰因している。他者評定、及びその推定に比べて、自己評定はより高い値を示しているのである。この平均値に基いて、被験者の平均像を表わすならば、次のようになる。「自分はまわりの者から、やや恥ずかしがりやだと思われているようであるし、実際にもそう見られている。しかし、それ以上に自分自身のことを恥ずかしがりやだと思っている。」他者から実際見られている以上に自分を恥ずかしがりやだとみなす傾向は、今回も確認された。

このことを3変数間の相関関係(図1, 2参照)において見てみよう。

OSとSOの間にはやや高い相関(看護学院生 $r = .603$, 大学生 $r = .588$)が、SOとSSの間にも中程度の相関($r = .410, .461$)が見られるのに対し、SSとSOとの間にはもはや有意な相関はみられない($r = .250, .335$)。

実際の他者の評価と自己評価とを媒介するものが他者評価の推定である。そこで、SOを恒常にしてSSとOSとの偏相関をとってみると、両群ともに相関値はさらに小さくなった($r = .004, .089$)。自己評価は実際の他者からの評価とは独立であるとみなしうる。なお、SSを一定としたときのSOとOSの偏相関は.567及び.519でいずれも有意、OSを一定としたときのSSとSOの偏相関は.336及び.346でやや低かった。つまり、他者の自己に対する評定に対する認知(メタ認知)はかなり正確である(socio-empathyは高い)が、にもかかわらず、それとは独立に自己を認知しているのである。

そこで、次にこの自-他者の認知のずれそのものを見てみると、自分のことを恥ずかしがりやだと思う者ほど、実際の自他の認知のずれ(SS-OS)が大きいことが確認された($r = .523, .778$)。なお、他の相関関係については、各変数の性質上当然の結果とみなしうる。

孤独感について

孤独感を構成すると考えられる2次元について、平均値を見てみると、共感性については肯定的な反応が、個別性の自覚については中性的な反応が多いことがうかがわれる。そしてこの2つの次元は、相互に矛盾する傾向にあるようである。LUとLEの間の相関は負の値をとっている($r = -.514, p < .01, r = -.292, NS$)。

ここで両者の上位指標である、和と差の値について考えてみる。LU+LEの値は、意味的に一見矛盾する共感性と個別性を同時に持ちうる程度を表わしている。自己愛と他者愛を同時に持ちうる者(落合のいうD型)ほどこの値は高く、どちらも持ちえない者(B型)ほど低くなる。一方LU-LEは、共感性が高く、個別性が低

い者(A型)ほど高く、共感性が低く個別性の意識が高い者(C型)ほど低くなる。いわば素朴な「孤立感」(の低さ)の指標となると考えられる。この2つの指標を用いて、他の変数との関係を見ていくこととする。

各変数間の相互関係

11の変数の相関関係を図1, 2に示す。

まず、概念的に類縁関係にあると思われる、羞恥傾性と対人不安意識との間には、予想されるほどの相関はみられなかった。有意な相関がみとめられたのは、大学生におけるOSとSAとの間($r = .447$)だけである。看護学院生でもこの間に正の相関値が得られたが、有意ではない。「主観的羞恥者」は必ずしも対人不安意識をもつとは限らないが、「客観的羞恥者」は対人不安意識が高い可能性がある。対人的適応には、どうやら主観的な羞恥傾性より、客観的羞恥傾性の方が、より関係しているようである。

ただし、看護学院生群には、SSとSAとが相関する傾向がみられた($r = .328, p < .10$)。偏相関をとってみると、LUを一定にした時に有意な相関が認められた($r = .438, df = 27, p = .02$)。共感性が見かけ上の相関を抑制しているようである。なお、大学生における同様の偏相関は.178で有意ではなかった。

対人不安意識との相関が強く見られるのは孤独感との関係においてである。両被験者群とも、SAとLUの間に1%水準の負の相関が、SAとLEの間には有意ではないが、10%水準の正の相関値が得られた。従って、SAはLU-LEとも相関することになる(1%水準)。つまり、他者との共感可能性を信じている者ほど、そして自己の個別性を自覚していない者ほど(即ちA型であればあるほど)対人不安意識は低いということであり、逆に言えば、対人不安意識の高い者は、共感可能性をあまり感じていないが、個別性の自覚は低くはないというC型的な者ということになる。いわば、虚無的な傾向のある「孤立者」に対人不安傾向があるようである。そこに、自他の関係を統合しえず、「おとな」になりきれない青年の姿がうかがわれるのである。

次に、二面性(S-)との関係について見ていくと、大学生群で、S-とSAの間に5%水準の負の相関が、S-とLUの間に1%水準の正の相関が見られた。また、看護学院生でもS-とLUとが正の相関をする傾向が示された($r = .318, p < .10$)。即ち、二面性が高い(S-が低い)者ほど共感可能性の感覚は低く、対人不安意識が高くなる傾向がうかがわれた。今回のデータでは、二面性は他者を受入れる人間性の幅の広さというよりは、他者に対する否定的な意識を反映することになっ

たようである。

S-と羞恥傾性との間には、有意な相関はみとめられなかった。わずかにS-とOSの間に弱い負の相関がうかがわれたのみである(看護学院生 $r = -.344$, $p < .10$, 大学生 $r = -.294$, NS)。ただし、ここで留意しておきたいのは、両者の相関が殆んどの場合負であったことである。従って、羞恥する者の中に二面性が潜んでいる可能性は捨てきれない。標本数を増して、再度確認する必要があるであろう。

全体的考察

羞恥心性、及び対人不安心性に、他者との関係性にお

ける相反する2つの志向性、力動性、即ち、他者への接近、融合志向性と、他者からの分離、自閉志向性が併存していることを検証するため、関連する諸変数の間の相関による分析を試みてみた。

結果は、羞恥心性の基底にある、自他の視線のずれを再び確認することはできたが、対人不安心性には比較的単純な他者との疎隔感しか見れず、その奥底にあるであろう他者への希求性を剔出するには至らなかった。青年期心性の豊かさよりは貧しきの側面を示すことになったのは、いささか残念である。これは今回の調査の不充分さや、相関関係の分析という手法の限界性による可能性もあり、用いた各尺度の概念的妥当性と共に更なる検討が必要と考えられる。

参考文献

- Brodts, S. E. & Zimbardo, P. G., Modifying shyness-related social behavior through symptom misattribution. *Journal of Personality and Social Psychology*, 41, 437-449, 1981.
- Buss, A. H., *Self-consciousness and social anxiety*, New York: Wiley, 1980.
- Condon, W. S. & Sander, L., Neonate movement is synchronized with adult speech: Interactional participation and language acquisition, *Science*, 183, 99-101, 1974.
- Daniels, D. & Plomin, R., Origins of individual differences in infant shyness. *Developmental Psychology*, 21, 118-121, 1985.
- Flavell, J. H., *Cognitive development*. Prentice-Hall, 1977.
- Jones, W. H. & Briggs, S. R., Shyness: Conceptualization and measurement, *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 629-639, 1986.
- 河合 隼雄, 影の現象学, 思索社, 1976.
- Mischell, W., The interaction of person and situation. In Magnussen, D & Endler N. S. (Ed.), *Personality at the crossroads: Current issues in interactional psychology*, LEA, New Jersey, 1977.
- 森 知子, 質問紙法による人格の二面性測定の試み, 心理学研究, 54, 182-188, 1983.
- 永井 徹, 対人恐怖の心性とパーソナリティに関する研究 I: 人格の二面性測定尺度, 原初記憶と夢を中心とした観点から, 人文学報, No.172, 101-117, 1985.
- 落合良行, 現代青年における孤独感の構造(I), 教育心理学研究, 22, 26-34, 1974.
- 落合良行, 孤独感の類型判別尺度(LSO)の作成, 教育心理学研究, 31, 60-64, 1983.
- 園原太郎, 羞恥心の心理学的研究, 心理学研究, 9, 105-148, 1934.
- 堤 雅雄, 羞恥論への予備的考察, 島根大学教育学部紀要, 17, 1-7, 1983.
- 堤 雅雄, はずかしがりやであること: 青年期の自我の一樣相として, 島根大学教育学部紀要, 20, 1-6, 1986.
- Turner, S. M., Beidel, D. C. & Larkin, K. T., Situational determinants of social anxiety in clinic and nonclinic samples: Physiological and cognitive correlates. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 54, 523-527, 1986.
- 内沼幸雄, 対人恐怖の人間学: 恥・罪・善悪の彼岸. 弘文堂, 1978.
- 内沼幸雄, 羞恥の構造: 対人恐怖の精神病理. 紀伊国屋書店, 1983.
- Zimbardo, P. G., *Shyness: What it is, what to do about it*. Addison-Wesley Publishing, 1977.