

青年期における社会・夜間恐怖とぬいぐるみとのインタラクションの関係に関する分析

～ぬいぐるみとの触れ合いが不安解消に繋がるのか～

社会情報科学部 社会情報科学科

◎B4 ふじもと あいり ひじかた よしのり
藤元 愛梨、教授 土方 嘉徳

キーワード

社会恐怖、夜間恐怖、ぬいぐるみ、会話、添い寝、
インタラクション



研究概要

社会恐怖としても知られる社会不安障害 (social anxiety disorder) は、人前で注目が集まるような状況で、強い不安や恐怖、緊張を感じる病気である。この恐怖に対処する手軽なツールとして、ぬいぐるみに期待している医療関連スタッフや研究者も多い。それに関わらず、今までぬいぐるみとの会話と社会恐怖を直接的に関連付けた研究はない。また、夜の恐怖は一般的であり、子どもを対象にした夜間恐怖に関する研究が数多く行われている。それらでは子どもの夜間恐怖に対処方法として、親に頼ったり、気晴らしをしたり、ぬいぐるみを抱きしめたりする行動が報告されている。このような恐怖は、大人になると必ずしも完全に無くなるとは言えないが、青年期後半以降の夜間恐怖についての研究は限られている。さらに、子ども期・青年期のどちらにおいても、夜間恐怖と日常的なぬいぐるみとの添い寝の関係については、ほとんど知見がない。

そこで本研究では、社会恐怖・夜間恐怖という 2 種類の恐怖の程度と、ぬいぐるみとの会話・添い寝という 2 種類のインタラクションの間に関係があるかどうかを明らかにし、青年期における恐怖への克服手段としてのぬいぐるみの可能性を探る。オンライン調査プラットフォームを通じて 18 歳から 24 歳の 277 名に、匿名のオンラインアンケートに回答してもらい、ぬいぐるみとのインタラクションの頻度と社会恐怖・夜間恐怖という 2 種類の恐怖の程度について尋ねた。社会恐怖は Mattick と Clarke によって開発された Social Interaction Anxiety Scale (SIAS) の日本語版を、夜間恐怖は Orgilés らによって開発された The Nighttime Fears Scale (NFS) を著者らが日本語に翻訳して用いた。重回帰分析を行い、社会恐怖・夜間恐怖のスコアがぬいぐるみとのインタラクションの頻度を予測するか検討した (表 1, 2)。社会恐怖・夜間恐怖を感じている人は、それぞれぬいぐるみとインタラクションを取る可能性が示唆された。この結果は、ぬいぐるみが青年期の不安解消に有効である可能性を示すものである。

表 1 会話を予測

	<i>B</i>	β	<i>SE</i>	<i>p</i> 値	<i>VIF</i>
SIAS	0.006	0.086	0.064	0.181	1.162
NFS	0.009	0.141	0.064	0.029	1.163
alone	0.102	0.034	0.059	0.564	1.001

$n = 277$, $R^2 = 0.037$, 自由度調整済み $R^2=0.026$

表 2 添い寝を予測

	<i>B</i>	β	<i>SE</i>	<i>p</i> 値	<i>VIF</i>
SIAS	-0.003	-0.032	0.062	0.603	1.162
NFS	0.025	0.313	0.062	9.17e-07	1.163
alone	0.121	0.034	0.058	0.561	1.001

$n = 277$, $R^2 = 0.092$, 自由度調整済み $R^2=0.082$

アピール ポイント

児童養護施設や小児病棟などの臨床の現場で用いられてきたぬいぐるみとのインタラクションの要因を社会恐怖と夜間恐怖という 2 つの観点から分析した。また、これまで主に児童を対象にしか行われていなかった恐怖に関する調査を、青年期に拡張した。

1) 藤元愛梨, 宮本恵真, 土方嘉徳: 青年期における夜間・コミュニケーション不安とぬいぐるみとのインタラクションの関係に関する分析, 日本社会心理学会第 66 回大会, 2025.