



自己開示をしやすい音環境の検討

佐藤瑞記



問題と目的

【先行研究】音環境が自己開示に与える効果 (小口,1992)

- 大学生を対象に、快適音環境(クラシック)と不快音環境(ホワイトノイズ)のどちらで自己開示が多いのかを検討。
- 結果：男性・・・快適音環境 > 不快音環境
女性・・・快適音環境 < 不快音環境

● 本当に女性は快適音環境よりも不快音環境の方がたくさん話せるのか？

● 小口(1992)の研究で扱われた音環境は、**日常の会話場面では想定しづらい**のでは？

⇒本研究では、女性はどのような音環境であると、**同性の親しい友人へ自己開示**してしやすいか、**話題も考慮して**検討。

本研究で扱う音の種類

- ①クラシック
- ②ホワイトノイズ (小口,1992より)
- ③喫茶店(話し声)の音
- ④街の道端(道路)の音 (大坊,1984参考)
- ⑤無音

研究1

目的

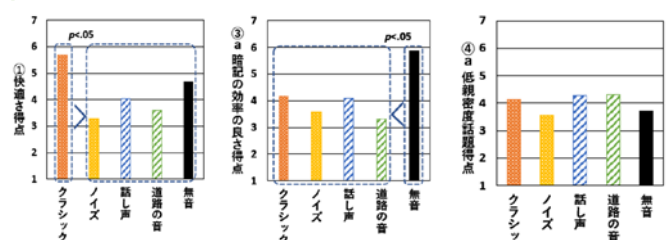
- 5種類の音環境における自己開示のしやすさを比較する
- この際、音の快適さが想定通りかを確認する
- 先行研究でも検討されてきた作業効率についても音の効果を比較し、5つの音が人に与える効果の違いを多角的に捉える

方法

- 対象者：本学学生24名 (12名ずつの集団実験)
- 提示音：各音を30秒ずつ提示(音量は40~50dB)
- 質問紙の構成：各音について以下の質問をした (7件法)。

- ①音の快適さ
- ②音の好き嫌い
- ③作業効率の良さ (a.暗記の効率、b.読書の効率)
- ④同性の親しい友人への自己開示のしやすさ (a.低親密度話題：「自分の興味・関心のあること」
b.高親密度話題：「自分の悩みごと」)

結果



- ①音の快適さ、
- ②音の好き嫌い ⇒ **クラシック**が、他の音よりも評価が高かった
- ③作業効率 ⇒ 暗記・読書ともに、**無音**が他の音よりも作業がはかどる
- ④自己開示のしやすさ ⇒ 低親密度話題・高親密度話題ともに、音条件間で違いがみられなかった

- いずれの話題でも快適さの違いで話しやすさに差は生じなかった。
- 作業効率の促進効果についても、快適性の高い**クラシック**で、**無音**よりも効果が低いと評価されたことから、快適音が必ずしも行動の促進効果を持つとは限らない可能性が示された。

⇒ **研究2でさらに検討**

研究2

目的

- 一対比較法により、音環境の効果を再検討する
- 研究1の結果をふまえて、音の快適さ以外の要素が話しやすさに影響している可能性がないか検討する

方法

- 対象者：本学学生106名
- 提示音：各音を10秒ずつ提示(音量は45~53dB)
- 質問紙の構成

<いずれかの話題条件について>

①話しやすさ (一対比較法)

5種類の音を2つずつ対提示し、どちらの音ができる環境の方が話しやすいか選択させた。

②音の印象 (SD法)

各音の印象を、藪木ら(2001)等を参考に、以下の形容詞対を用いて尋ねた(5件法；*)は逆転項目)。

【快適さ】

「快い-不快(*)」
「濁った-澄んだ」
「美しい-汚い(*)」
「聞き続けたい-耐えられない(*)」
「イライラする-落ち着く」

【リラックス】

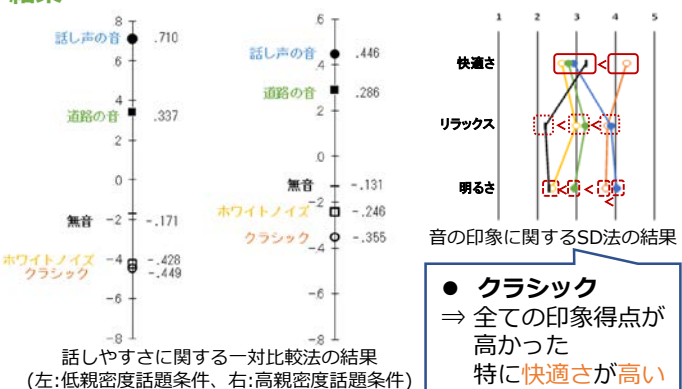
「はりつめた-ゆったりした」
「のどかな-緊迫した(*)」
「緊張した-リラックスした」

【明るさ】

「陽気な-陰気な(*)」

因子分析結果により削除：「悲しい-楽しい」；「暗い-明るい」

結果



- **話し声の音**：最も話しやすい
➢ 低親密度話題の場合に、より顕著
- **クラシック**：最も話しづらい

- **クラシック**
⇒ 全ての印象得点が高かった
特に**快適さ**が高い
- **話し声の音**
⇒ **快適さ以外**はクラシックとほぼ同じリラックスできて明るい印象

考察

1. 友人に自己開示をする場合に最も適した音環境
⇒ **快適過ぎず、明るく気分が落ち着く音環境が適している。**

<理由>

快適性も高い音環境では、音に聞き入ってしまうため、自己開示の意欲が抑制されたと考えられる。

2. 開示内容と話しやすい音環境
⇒ **浅い話題であるほど「話し声」のする音環境が話しやすい。**

<理由>

周りの人が話しているため、自分も話やすく感じたのでは？
深い話題では他人に聞かれたくない思いが生じていた可能性も。