

## 交流性

### 交流性尺度の必要性

- 他人との交流意欲の強さを測定する目的
- 自己の交流タイプを理解するための指標
- 人間関係の構築パターンの把握に深く関わる尺度

### 交流性尺度の意義

- 交流性レベルの理解
  - どのような交流性の傾向があるかを知る
  - 行動パターンを客観的に観察する
- コミュニケーション改善への取り組み
  - 交流性の特徴を踏まえたコミュニケーション戦略を立てる
  - 相手の交流性レベルを考慮した接し方を心がける

### 交流性の高低による特徴

- 高い交流性の特徴
  - 大勢の人との交流を楽しむ
  - 初対面の人とも楽しく過ごせる
  - 一人であることに耐えられない傾向
- 中程度の交流性の特徴
  - 知人との交流を好む
  - 一人の時間も楽しめるが、長期的な孤独は避ける
  - 初対面や大勢の人との交流は苦手
- 低い交流性の特徴
  - 一人であることを快適と感じる
  - 人との交流にストレスを感じる

### 交流性の社会的評価と個人の対応

- 高い交流性の社会的評価
  - 社会的であることが高く評価される傾向
  - 友人の多さが肯定的に捉えられる
- 低い交流性の人々の心理と行動
  - 自己に対する否定的な感情を抱きやすい
  - 人嫌いであることを隠そうと努力する
  - 必要な社会的交流は維持できるが、頻繁な交流は避ける

### 高い交流性の特徴（詳細）

- 人との交流を好む
  - 人と会うことや一緒にいることを楽しむ
  - 営業など初対面の人に接する仕事を楽しめる
  - 新しい出会いを歓迎し、すぐに友達になれる
- コミュニケーションスタイル
  - すぐに反応し、連絡を取り合うことを楽しむ
  - スケジュールを埋めることを好み、常に誰かとつながっていたいと思う
- グループ活動への志向
  - 一人で仕事をするのを避け、グループでの活動を好む
  - 宴会や飲み会を長時間続けることを好む
  - 一人である人を見かけると仲間に入れようとする傾向がある

### 低い交流性の特徴（詳細）

- 一人の時間を重視する傾向
  - 常に一人になりたいという強い願望がある
  - 仕事の打ち合わせ後、すぐに一人になりたがる
  - 無駄な話を長く続けることに苦痛を感じる
- 仕事の選択と環境
  - 接客業や営業など、不特定多数の人と接する仕事を避ける
  - 一人で集中できる環境での仕事を好む
  - 対人より対物の仕事で力を発揮する
- 人との接触を避ける行動
  - 街中で知り合いを見かけると隠れようとする
  - 人ごみや混雑した場所を極端に嫌う
  - 接客業務でも、客が来ることを内心嫌がる
- 家族関係と個人空間
  - 家族でも長時間関わることで疲れを感じる
  - パーソナルスペースを確保しておきたい