専門学校女子学生における孤独感と対処方略

諸　井　克　英

問題

日常的に広く経験される情動の一つである孤独感について，近年，UCLA の研究グループを中心として，UCLA 孤独感尺度の開発をはじめ（Russell *et al.*,1980），さまざまな研究が行われている。

UCLA の研究グループである Peplau & Perlman(1979) は孤独感の認知的くいちがいモデルを提起した。このモデルによれば，孤独感は社会的相互作用についての願望水準と達成水準とのくいちがいの認知によって生じる不快経験である。彼らは，このモデルとともに，孤独に対する対処方略図式も提出した。すなわち，人は，孤独に陥ったときに，a)願望水準の変化，b)達成水準の変化，c)両水準のくいちがいの重要性や知覚されたその程度の変化，という 3 つの基本的な対処方略を用いて，その孤独状態からのがれようとする。

孤独感は，自尊心の低下，うつ傾向などのさまざまな心理学的兆候や，身体的兆候を伴っている（Russell *et al.*,1980;工藤・西川，1983)。また，孤独感と自殺との関連も指摘されている（Wenz,1977)。しかし，孤独からのがれるためにセラピストなどの専門的治療家の援助を求める者が少ない(Rook & Peplau, 1982)。したがって，孤独に対する対処方略の基本的構造と，孤独感と対処方略との関連を解明することは，孤独感の心理学的解明のみならず，高孤独者に対する専門的治療の開発にとっても有益であろう。

孤独感の対処方略の基本的構造については，さまざまな対象について因子分析的研究が行われ，4 因子から12因子までの対処方略因子が得られている（中学生：工藤，1986；大学生：Paloutzian & Ellison,1982;広沢，1985,1986; Shaver *et al.*,1985;工藤ら，1986;一般人:Rubenstein & Shaver ,1982;工藤ら，1986;老人:工藤ら，1984)。対象に特徴的な方略もあるが（例えば，工藤(1986)の違法行動因子)，社会的関係の改善・活性化，孤独に対する無抵抗を示す消極的受容，非対人的活動への従事・没頭による代償的満足などが，研究

に共通して得られている。しかし，先行研究で使用されている対処方略をみると，対人的－非対人的反応の区別が曖昧な表現が多くみうけられる（例えば，テレビをみる）。また，工藤ら（1984）の研究を除き，男女をまとめて対処方略の構造を検討している。孤独感の強さに性差があることを考慮すると（Borys & Perlman, 1985;諸井，1985a,1987），孤独感の対処方略の基本的構造にも性差があると推測される。

孤独感と対処方略との関連については，因子水準（Rubenstein & Shaver, 1982;Shaver *et al.*,1985;工藤ら，1986;広沢，1986），項目水準（工藤，1986），それぞれで，孤独感に対する抑制的および促進的な対処方略が見出されている。Peplau らの対処方略図式は，孤独感を抑制することが含意されているが，消極的な対処はむしろ孤独感を高めている。

ところで，孤独感は，状況に主として規定される一過的な事態特性成分と，状況の影響を被りにくい慢性的な個体特性成分とから成ると考えられる。例えば，大学入学直後に生起する孤独感は主として前者の成分の高まりといえる（Cutrona, 1982;諸井,1986）。この2つの成分を操作的に区別する試みが先行研究で行われている。Gerson & Perlman(1979) は，“ここ2週間の状態”，“通常の状態”という2種の基準で孤独感尺度を評定させ，両評定ともに高い孤独感を示す慢性的孤独者と，前者では高いが後者では低い孤独感を示す状況的孤独者を区別した。Cutrona(1982) は，時期の異なる2回の孤独感に関する自己報告に基づき，ともに孤独感の高い慢性的孤独者と，最初は高いが後に低くなった一過的孤独者とに被験者を選別した。Shaver *et al.*(1985) は，ここ“数日間”，“ここ数年間”という基準で孤独感尺度を評定させ，前者を状態的孤独感，後者を特性的孤独感とした。また，Beck & Young(1978) は，孤独感の時間的持続性に基づく概念的区別を提唱した。それによると，数年にわたる社会的関係の不全に由来する慢性的孤独感，大学入学や特定の他者との別離などの状況的変化に伴う状況的孤独感，他者との接触により容易に消失する一時的気分である一過的孤独感という3つに孤独感は区別される。

孤独感を一過的な事態特性成分と慢性的な個体特性成分とに区別することは，対処方略の有効性を検討する上で重要であろう。従来の対処方略研究では，孤独感と対処方略との関係が認められても，例えば，一過的に有効な対処にすぎないのかどうかは恣意的な解釈に委ねられていた。

本研究では，評定時に回答者が思い浮べる時間的範囲を基準とする孤独感（Shaver *et al.*,1985）を，それぞれ，短期的孤独感，長期的孤独感と呼ぶ。ま

た，２基準あるいは２時点で測定された孤独感の水準の一致・不一致によって定義された孤独感（Gerson & Perlman, 1979; Cutrona, 1982）を，それぞれ，一過的孤独感，慢性的孤独感と呼ぶ。

ところで，諸井（準備中）は，大学生を対象として，短期的孤独感と長期的孤独感との区別を試みるとともに，孤独感の対処方略の基本的構造と，孤独感と対処方略との関連を検討し，次の結果を得た。短期的孤独感と長期的孤独感との間には高い相関があり，２つの孤独感評定を利用して，一過的孤独感と慢性的孤独感との区別を試みたが，一過的に孤独感が変化している者は少数であった。したがって，大学生の孤独感は個体特性成分の占める割合が大きいといえる。孤独感の対処方略の基本的構造については，因子分析（主因子法）によって，男子では７つ，女子では６つの対処方略因子が得られた。２つの方法で孤独感と対処方略との関連をみた。重回帰分析によると，友だちとの関係を利用した対処方略は長期的孤独感の低減に有効であるが，消極的受容方略はむしろ孤独感の長期化をもたらしている。次に，２つの孤独感評定を利用して，孤独感の慢性的水準に応じた３群を選別し，判別分析を行った。男女ともに，友だちとの関係を利用した方略は孤独感の慢性化を抑制するが，男子では消極的受容方略が慢性化を促進していた。

本研究では，職業志向性の強い教育機関に通っている専門学校女子学生を対象とし，同じ青年期後期にある大学生の結果と比較することを，主な目的とする。

方法

被験者および質問紙の実施

静岡市内にあるコンピューター系の専門学校で“心理学”を受講している１，２年生を調査対象とした。質問紙は，“青年の行動・意識”調査の名目で1986年および1987年の６月下旬に，記名方式で実施された。男子が少数であったため，女子に限定して分析を行った。記入もれのあった者や，後述する対処方略項目に回答しなかった者を除き，女子159名を分析対象とした。年齢の中央値は18.85 で（範囲：18～21歳），大学生（諸井，準備中）とほぼ同じであった（男子：18.72,18～23歳；女子：18.58,18～21歳）。

質問紙の構成

質問紙は，大学生の場合（諸井，準備中）と同一であり，回答者の基本的属

Table 1

本研究で用いた対処方略項目

1．友だちのところへ行く
2．掃除や洗濯をする
3．サークル活動にうちこむ
4．一人で音楽を聴く
5．誰もが孤独であるとわりきる
6．マージャンをする
7．物思いにふける
8．一人でテレビゲームをする
9．友だちと一緒にどこかへ遊びに行く
10．面識のない人にも話しかける
11．動物と遊ぶ
12．家族に電話をする
13．孤独を楽しむ
14．友だちに相談する
15．一人でパチンコをする
16．新たに友だちをつくる
17．家族と雑談をする
18．何もせず一人でいる
19．友だちと一緒に騒ぐ
20．一人でふらりと出かける
21．友だちに自分の内面的なことをうちあける
22．タバコを吸う
23．家族に手紙を書く
24．一人で車やバイクを運転する
25．孤独だと考えないようにする
26．自分を元気づける
27．友だちと一緒に共通の趣味に熱中する
28．一人で映画をみに行く
29．勉学に励む
30．いつもと違う服装をする
31．一人で何か趣味に熱中する
32．友だちと雑談する
33．友だちにやつあたりをする
34．孤独であることを忘れる
35．友だちに電話をする
36．泣く
37．一人でショッピングをする
38．一人で何か気のまぎれることをする
39．マンガや雑誌を読む
40．友だちと旅行をする
41．一人で何かを食べる
42．家族に甘える
43．友だちと何か運動をする
44．あまり親しくない人にも話しかける
45．アルバイトに励む
46．一人でラジオを聴く
47．孤独の原因を考える
48．窓から外を眺める
49．一人で楽器を弾く
50．家族の誰かに相談する
51．友だちに手紙を書く
52．一人で酒を飲む
53．一人旅をする
54．自分の欠点を改める
55．一人で落ちこむ
56．寝てしまう
57．一人で人の多いところへ行く
58．努めて明るく振るまう
59．一人でテレビをみる
60．読書をする
61．一人で料理をつくる
62．日記や詩を書く
63．自然にまかせる
64．自分を理解してもらうように努力する
65．友だちに甘える
66．楽しかったことを思いだす
67．じっと耐える
68．一人で何か運動をする
69．友だちと何か気のまぎれることをする
70．家族にやつあたりをする
71．悲しい気分にひたる

性に加え，孤独感尺度，対処方略項目，および自尊心尺度から構成されている。

1）孤独感尺度：Russell *et al*.（1980）によって作成された改訂 UCLA 孤独感尺度の20項目を次の2基準で評定させた。まず，“ここ2週間の状態”という基準で20項目それぞれについて“たびたび感じる”から“けっして感じない”の4点尺度で評定させた。次に，“ここ1年間の状態”という基準で同様に評定させた。前者を短期的孤独感尺度，後者を長期的孤独感尺度と呼ぶ。この評定順は，清水・今栄（1981）の状態－特性不安尺度の研究にならった。なお，孤独感が強いほど高得点になるようにした（1点から4点）。

2）対処方略項目：孤独に対する対処方略項目を収集するために静岡大学教養部の1，2年生を対象に自由記述調査を実施した（1986年1月下旬実施，男子32名，女子80名）。この調査から得られた自由記述回答を整理し，先行研究で用いられている項目を加え，Table 1 に示す合計71項目の対処方略項目を作成した。

これらの項目それぞれに対して，被験者自身が孤独を感じたときにとる行動にあてはまる程度を，“かなりあてはまる（5点）”から“ほとんどあてはまらない（1点）”の5点尺度で評定させた。なお，孤独をまったく感じたことがない者（2名）には回答を求めなかった。

3）自尊心尺度：Rosenberg(1979）の自尊心尺度（10項目）を用い，各項目が自分自身にあてはまる程度を“かなりあてはまる”から“ほとんどあてはまらない”の5点尺度で評定させた。自尊心が高いほど高得点になるようにした（1点から5点）。

なお，本調査では上述の1），2），3）の順に評定させた。項目の順序効果をなくすために，それぞれの尺度で項目順序の異なる4タイプの尺度を用いた。ただし，孤独感尺度では2基準の評定でタイプが異なるようにした。

結果

孤独感と自尊心

1．孤独感尺度および自尊心尺度の検討

159名を対象として，両孤独感尺度および自尊心尺度の内的整合性を検討した。

1）孤独感尺度：　2つの孤独感尺度それぞれで，上位群および下位群を選別し，GP 分析を行った（短期的孤独感尺度　－　上位群：45名，43～63点；

下位群：45名，23～32点／長期的孤独感尺度　－　上位群：40名，43～59点；下位群：41名，23～32点)。すべての項目において0.1 %水準で有意差が認められ，2つの尺度での20項目はいずれも高い弁別性をもつといえる（短期的孤独感尺度：t=5.06～10.66，df=52.74～88；長期的孤独感尺度：t=4.80～11.54，df=49.22～79)。また，20項目でのα係数も短期的孤独感尺度で.890，長期的孤独感尺度で.874と十分に高かった。

以上の分析の結果，2つの基準で評定させた孤独感尺度それぞれでの20項目の合計得点を，短期的孤独感得点および長期的孤独感得点とした。なお，両尺度得点の間には高い正の相関がみられた（.849,p<.001)。

2）自尊心尺度：GP 分析の結果（上位群：40名，33～43点；下位群：39名，13～24点)，すべての項目で1%水準で有意差が認められた（t=2.90～11.60，df=68.37～77)。また，10項目でのα係数も.796と十分に高かったので，10項目の合計得点を自尊心得点とした。

2．尺度得点

短期的孤独感得点（$\overline{X}$=38.50，SD=8.51）と長期的孤独感得点（$\overline{X}$=37.61，SD=7.87）とを比較したところ，短期的孤独感のほうが有意に高かった（対応のある t 検定，$t_{(158)}$=2.48，p<.05)。次に，これらの孤独感得点と自尊心得点との相関をみたところ，短期的および長期的孤独感いずれにおいても自尊心との間に有意な負の相関があった（短期的孤独感－.435，長期的孤独感－.406，いずれも，p<.001)。

次に，これらの得点の平均値を大学生（諸井，準備中）と比較した。専門学校－女子の短期的および長期的孤独感得点のいずれにおいても，大学生（男子：$\overline{X}$=39.73，SD=8.78；$\overline{X}$=38.35 ，SD=8.71；女子：$\overline{X}$=37.53，SD=8.17；$\overline{X}$=37.48，SD=8.96）との間に有意な差は認められなかった(男子：$t_{(347)}$=1.31，$t_{(347)}$=0.83；女子：$t_{(369)}$=1.11，$t_{(359.85)}$=0.15；いずれもns.)。しかし，専門学校－女子の自尊心（$\overline{X}$=28.30，SD=6.07）は，大学生（男子：$\overline{X}$=31.75 ，SD=6.89；女子：$\overline{X}$=30.15 ，SD=6.84）よりも有意に低かった（男子：$t_{(346.10)}$=4.97，p<.001；女子：$t_{(369)}$=2.70，p<.01)。

対処方略

1．対処方略項目の因子分析

孤独感の対処方略の構造を明らかにするために，次の手順で因子分析を行った。まず，平均評定値が2点を下回る項目および4点を上回る項目を除外した

（基準：$p<.05$；２点以下：項目６，８，10，12，15，22，23，28，52，53；４点以上：なし）。残りの項目（61項目）を対象に因子分析（主因子法，直交回転）を行ったが，その際，固有値の変化の推移および各因子次元の解釈可能性を考慮して抽出因子数を決めた。その結果，７因子解を（固有値≧1.92，説明率46.2%）採用した。次に，a)直交回転後の因子負荷量の絶対値が.400以上であること，b)重複してa)のことが複数の因子次元に生じていないこと，を基準として各因子次元の代表項目を選択した。これらの代表項目の単純合計得点を各対処方略得点としたが，それぞれで内的整合性をα係数によって確認した。これらの結果を Table 2 に示す。斜交解も検討したが，ほとんど同じ結果をもたらした。

第Ⅰ因子は，既存の友だちとの関係を利用した達成水準の変化に関する方略であり，“友だちとの交流”因子と命名した。第Ⅱ因子は，孤独に対する無抵抗を示しているので“消極的受容”因子と命名した。第Ⅲ因子は，家族との交流関係を利用した達成水準の変化に関する方略と，孤独状態の認知的否定方略から成るので，“家族との交流・孤独の否定”と命名した。第Ⅳ因子，第Ⅴ因子，第Ⅵ因子は，いずれも，注意を他の対象にそらすことによって孤独感を解消する方略といえる。活動の性質の違いを考慮して，第Ⅳ因子は“注意の転換”因子，第Ⅴ因子は“娯楽的活動”因子，および第Ⅵ因子は“没頭”因子，とそれぞれ命名した。第Ⅶ因子は，“やつあたり”因子と命名した。これらの対処方略得点の相互関係は，－.151から.425であった。

孤独感と対処方略

１．重回帰分析

短期的および長期的孤独感に有意に影響をおよぼしている対処方略を明らかにするために，長期的孤独感を従属変数，各対処方略を説明変数とする重回帰分析，ならびに短期的孤独感を従属変数，長期的孤独感および各対処方略得点を説明変数とする重回帰分析を行った。この結果を Table 3 に示す。

長期的孤独感の有意な規定因として認められた方略は，友だちとの交流，消極的受容，娯楽的活動，およびやつあたりであった。友だちとの交流方略は孤独感を抑制するが，残りの３つの方略は促進するといえる。短期的孤独感については，長期的孤独感が強く影響しているが，友だちとの接触の抑制的影響も認められる。

２．孤独感の慢性化と対処方略

１）被験者の選別：２つの孤独感得点に基づき，a）孤独水準が慢性的に同水

Table 2

専門学校女子学生（N=159）における対処方略の基本的構造－因子分析（主因子法，直交回転）の結果－

《第Ⅰ因子："友だちとの交流"　16.3% α=.907》
1．友だちのところへ行く(.807)
9．友だちと一緒にどこかへ遊びに行く(.815)
14．友だちに相談する(.611)
16．新たに友だちをつくる(.461)
19．友だちと一緒に騒ぐ(.864)
21．友だちに自分の内面的なことをうちあける(.592)
27．友だちと一緒に共通の趣味に熱中する(.582)
32．友だちと雑談をする(.801)
35．友だちに電話をする(.706)
40．友だちと旅行をする(.424)
65．友だちに甘える(.496)
69．友だちと何か気のまぎれることをする(.744)

《第Ⅱ因子："消極的受容"　9.8% α=.798》
7．物思いにふける(.655)
18．何もせず一人でいる(.400)
36．泣く(.572)
47．孤独の原因を考える(.473)
48．窓から外を眺める(.458)
55．一人で落ちこむ(.722)
67．じっと耐える(.574)
71．悲しい気分にひたる(.718)

《第Ⅲ因子："家族との交流・孤独の否定" 7.5% α=.751》
17．家族と雑談をする(.584)
25．孤独だと考えないようにする(.607)
26．自分を元気づける(.596)
34．孤独であることを忘れる(.487)
42．家族に甘える(.530)
50．家族の誰かに相談する(.510)

《第Ⅳ因子："注意の転換"　4.2% α=.702》
20．一人でふらりと出かける(.686)
24．一人で車やバイクを運転する(.412)
29．勉学に励む(.431)
37．一人でショッピングをする(.586)
57．一人で人の多いところへ行く(.617)

《第Ⅴ因子："娯楽的活動"　3.3% α=.670》
39．マンガや雑誌を読む（.577）
41．一人で何かを食べる（.448）
59．一人でテレビをみる（.738）
60．読書をする（.415）

《第Ⅵ因子："没頭"　2.6%　α=.607》
3．サークル活動にうちこむ（.493）
68．一人で何か運動をする（.520）

《第Ⅶ因子："やつあたり"　2.5 %》
33．友だちにやつあたりをする（.451）

（　）内の数値：該当因子次元での直交回転後の因子負荷量
%：因子寄与率
α：各因子次元に該当する項目得点全体のα係数

Table 3

孤独感と対処方略との関係

－重回帰分析（一括投入法）の結果－

	標準偏回帰係数（ピアソン相関）	
	長期的孤独感	短期的孤独感
第Ⅰ因子	-.395a (-.372a)	-.118c (-.383a)
第Ⅱ因子	.165c (.276a)	-.007 (.256a)
第Ⅲ因子	.057 (-.004)	-.072 (.031)
第Ⅳ因子	-.029 (.009)	.069 (.056)
第Ⅴ因子	.158c (.215b)	-.047 (.153)
第Ⅵ因子	.045 (-.068)	-.042 (-.093)
第Ⅶ因子	.251a (.258a)	.079 (.280a)
長期的孤独感		.794a (.849a)
R^2	.288a	.743a

a：$p<.001$； b：$p<.01$； c：$p<.05$

準にある者，およびb）慢性的状態に比べ，一過的に孤独感が変化している者の区別を試みた。Gerson & Perlman(1979) にしたがって，短期的および長期的孤独感のそれぞれの得点分布の上位，下位33％を基準に被験者を９分割した（短期的孤独感：23～33点，34～40点，41～63点；長期的孤独感：23～34点，35～40点，41～59点）。しかし，両得点間の高い相関を反映して，先のa）に該当する者が大半であった。また，孤独感の一過的変化を示した者の対処方略の特徴が探索的分析で検出されなかったので，以下の分析は孤独水準が慢性的に同水準にある者に限定した。両得点ともに，上位水準にある者をHi群，中位水準にある者をMo群，下位水準にある者をLo群とした（Hi群43名，Mo群28名，Lo群42名）。なお，３群間に短期的および長期的孤独感いずれも明確な差があった(短期的孤独感:$F_{(2,110)}=230.40$;長期的孤独感:$F_{(2,110)}=275.74$，いずれも $p<.001$)。

２）判別分析：各対処方略を説明変数とし，Hi群，Mo群，およびLo群を判別対象とする判別分析（一括投入法）を行った。Table 4 に結果を示す。Hi群とLo群とを判別する関数のみが有意であり（$F_{(14,208)}=2.80$，$p<.001$），第２の関数は有意でなかった。友だちとの交流のみが有意であり，Lo群の対処方略といえる。

Table 4

慢性的な孤独感の水準と対処方略との関係

－判別分析の結果（一括投入法）－

		標準化判別係数	
第Ⅰ因子		-.930a	〈a〉
第Ⅱ因子		.188	〈c〉
第Ⅲ因子		.192	
第Ⅳ因子		.304	
第Ⅴ因子		.196	
第Ⅵ因子		-.085	
第Ⅶ因子		.419	
重心	Lo 群	-.657(34/42)	
	Mo群	-.167(0/28)	
	Hi 群	.751(32/43)	

（　）内：　分類成功ケース数／所属ケース数
〈　〉内：　一元分散分析のF値の有意性
a：$p<.001$；　c：$p<.05$

考察

孤独感と自尊心

本研究では，孤独感について２つの基準で評定させたが，短期的孤独感と長期的孤独感との間にはかなり高い正の相関がみられた。特性的孤独感と状態的孤独感との区別を試みた Shaver *et al.*（1985）の研究では，夏から翌年の春にかけて４回測定されたが，２つの孤独感の相関はあまり高くなく（.40～.60），特性的孤独感での測定時点間の相関は（.77～.83），状態的孤独感での相関よりも高かった（.29～.64）。つまり，Shaver *et al.*（1985）の被験者は孤独感の評定基準に敏感に反応しているが，本研究や諸井（準備中）の被験者は２つの基準にあまり影響されなかった。

“日ごろの状態”という評定基準を用いたわが国の先行研究でも２つの測定時点の相関が高かった（工藤・西川，1983：６ヶ月間隔，.546；諸井，1986：３ヶ月間隔，.766；いずれも大学新入生）。また，水谷・守谷（1987）も，大学１年生を対象として（男子29名，女子71名），半年の間隔（1985年７月中旬，1986

Table 5

3時点における短期的孤独感と長期的孤独感との関係

ーピアソン相関ー（諸井，準備中，志田ら，1988より）

	Time1 [1986年 6月下旬]	Time2 [1986年 10月下旬]	Time3 [1987年 1月下旬]
全体（N=132）	.720	.670	.814
男子（N= 58）	.740	.825	.914
女子（N= 74）	.716	.545	.720

すべて　$p<.001$

Table 6

短期的孤独感および長期的孤独感の3時点間の関係

ーピアソン相関ー　（諸井，準備中，志田ら，1988より）

		Time 1 − 2	Time 1 − 3	Time 2 − 3	時点間 α係数
短期的 孤独感	全体	.654	.618	.765	.864
	男子	.632	.631	.793	.866
	女子	.659	.595	.738	.856
長期的 孤独感	全体	.638	.658	.790	.872
	男子	.685	.671	.818	.886
	女子	.606	.654	.764	.859

すべて　$p<.001$

時点間α係数：3時点での孤独感得点全体のα係数

年1月下旬）で測定し，2時点間の高い相関（全体.807，男子.808，女子.807）を得ている。さらに，本研究と同様の2つの測定基準を用いて行った追跡調査においても（諸井，準備中，志田ら，1988；大学1，2年生），a)短期的孤独感と長期的孤独感との相関がかなり高い（Table 5），b)2つの孤独感得点のいずれにおいても，3時点間の相互相関がかなり高く，測定時点間の一貫性が高い（Table 6），という結果が得られている。したがって，少なくとも青年期後期にある者の孤独感では個体特性成分の占める割合が大きいといえよう。

しかし，例えば，大学新入生の孤独感の一過的高まりが下宿生活者のみで認められたことを考慮すると（諸井，1986），生活事態変化の視点を導入した詳細な分析が必要といえる。

対処方略

本研究においては７つの対処方略因子が得られたが，本研究と同様の手続を用いて行った大学生（諸井，準備中）での因子分析の結果を Table 7 に示す。

Table 7

大学生における孤独感に対する対処方略の基本的構造（諸井，準備中）

【男子（*N*=190)】

第Ⅰ因子：“友だちとの接触” 19.5%
1，9，19，27，32，43，65

第Ⅱ因子：“消極的受容” 9.3%
7，18，47，48，55，67，71

第Ⅲ因子：“自己の改善” 5.3%
25，26，34，54，58，64

第Ⅳ因子：“娯楽的活動” 3.9%
17，37，39，41，46，59

第Ⅴ因子：“友だちへの自己開示” 3.7%
21，35，40，51，66

第Ⅵ因子：“文化的活動” 3.0%
28，29，31，60

第Ⅶ因子：“嗜好的活動” 2.5%
22，24，52

【女子（*N*=212)】

第Ⅰ因子：“友だちとの交流” 19.9%
1，9，14，16，19，21，27，32，35，43

第Ⅱ因子：“娯楽的活動” 6.0%
39，40，41，59

第Ⅲ因子：“自己の改善” 5.0%
25，26，34，47，54，58

第Ⅳ因子：“消極的受容” 3.8%
36，55，71

第Ⅴ因子：“家族との交流” 3.3%
12，17，42，50

第Ⅵ因子：“彷徨” 3.0%
20，37，62

%：因子寄与率

まず，大学生の対処方略について述べる。男女に共通した対処方略は，消極的受容，自己の改善，娯楽的活動であった。男女それぞれに固有の因子もあった。社会的関係に関する方略として，男子では，親密さの水準に対応して，友だちとの接触，友だちへの自己開示の方略が分離して得られたのに対し，女子では，対象の違いによって，友だちとの交流，家族との交流の方略が得られた。その他，男子では嗜好的活動，文化的活動，女子では彷徨という対処方略が認められたが，嗜好的活動や彷徨は性役割行動を反映した方略といえよう。

次に，専門学校－女子と大学－女子の対処方略を比較する。友だちとの交流，消極的受容，娯楽的活動は，共通に見出された方略である。しかし，専門学校－女子では，注意の転換，没頭，やつあたりという特徴的方略が認められたのに加え，大学－女子では別の対処方略である自己の改善と家族との交流が単一の方略となっている。職業志向性の強い教育を受けている専門学校生は，昼間にも対人的行動を営みやすい大学生に比べ，拘束的な時間が多いために，孤独状態に対する対処として，分化した非対人的方略をもつのかもしれない。また，大学生では男女ともに認められた自己の改善方略が，専門学校生では独立して出現しなかった。これには，専門学校－女子の自尊心が大学生よりも低いことが関係しているかもしれない。自己評価がある水準よりも低いと，自己高揚的な動機づけが生じにくいと考えられる。

次に，本研究で得られた対処方略を Peplau & Perlman(1979) の対処方略図式に対応させる。友だちとの交流は達成水準の変化に関する方略であり，消極的受容は時間的経過による願望水準の変化に関する方略といえよう。家族との交流・孤独の否定は，達成水準の変化と達成，願望の両水準のくいちがいの認知的歪曲の2側面を伴った方略である。他の方略は，願望水準の変化と達成，願望の両水準のくいちがいに関する認知的歪曲のいずれとも解釈できる方略である。娯楽的活動は，単独で楽しめる課題状況の選択という点で前者，代理的対象による対人接触欲求の充足という点では後者の方略といえる。注意の転換は，時間的経過による願望水準の変化とも解されるし，孤独感がもたらすネガティブな影響を緩和する行動という点では達成，願望の両水準のくいちがいに関する認知的歪曲の方略といえる。やつあたりは，達成水準の低下の危険を孕んだ特徴的方略である。

ストレス事態における対処方略に関する研究では，ストレスの源泉の回避・除去を目標とする問題中心的対処と，ストレス事態と結びついたネガティブな情動の低減・除去の企てである情動中心的対処とが区別されている（Folkman & Lazarus, 1980)。本研究で得られた対処方略も，孤独感の原因である社会的関係の不全を改善する問題中心的対処（第Ⅰ因子）と，孤独の不快経験を一時的に癒す情動中心的対処（第Ⅱ，Ⅳ，Ⅴ，Ⅵ，Ⅶ因子）とに区別できよう。第Ⅲ因子は明確には区別されない。

専門学校生を対象とした本研究のみならず，大学生を対象とした諸井（準備中）や他の研究を見ても，Peplau & Perlman(1979) の対処方略図式に従った当該の対処方略の位置づけは，願望水準の変化方略と，達成，願望の両水準のく

いちがいに関する認知的方略との区別の点で，曖昧になりがちである。したがって，今後は，彼らの図式に限定されずに，ストレス研究における対処方略の基本的構造に関する研究知見とも積極的に関連づけて，孤独感の対処方略の基本的構造を検討する必要があろう。

ところで，稲村（1986）によれば，“機械に親しくなる分，それだけ人への親和性を弱めていってだんだんと人とつきあわなくなる”傾向，すなわち機械親和性対人困難症に現代人が陥っている。小・中学生を対象とした調査や（狩野，1988 a；原田，1988），大学生を被験者とした実験（狩野，1988 b）において，この傾向が認められている。“機械になじむ”ことをいやおうなしに強制される高度情報化社会においては，機械への親和性の高まりが対人的不全をもたらし，そのために孤独に陥りやすいと考えられる。また，孤独への対処として“機械”への逃避が一つの重要な方略となろう。

本研究でも機械への親和に関する方略項目を用いているが（項目 8，15，46，59），少数であるため“機械親和性”因子としては出現していない。これらの項目の一部が，専門学校生，大学生ともに娯楽的活動因子に含まれているにすぎない（専門学校－女子：項目59；大学－男子：項目46，59；大学－女子：項目59）。しかし，a)専門学校－女子でのみ，娯楽的活動因子が孤独感との有意な関わりを示す，b)機械への親和に関する項目と孤独感のピアソン相関をみると，項目 8 で短期的および長期的孤独感と有意な正の相関があるが（.179，p <.05 ；.251，p<.001），大学生では，女子の項目59で長期的孤独感との間に相関がみられただけである（-.162 ，p<.05 ），という点から，本研究の被験者のように，コンピューター系の専門学校に通い，“機械”と日常的に慣れ親しんでいる場合には，関連項目を充実させればそのような因子が得られるかもしれない。

Fogle(1985，1986）は，人間の生活においてペットが果たす心理学的役割を指摘している。諸井（1984）も，孤独感がペットに対するネガティブな態度を伴っていることを見出した。本研究でのペットに関連する項目（項目11）は，専門学校生，大学生ともにどの因子にも含まれなかった。また，これらと孤独感との間には有意な相関がなかった。全国調査によれば（内閣総理大臣官房広報室，1983，1986），３人に１人の割合でペットを飼育しており（1983年：34％；1986年：33.5％），飼育理由として，“気持ちがやわらぐ（まぎれる）”ことを飼育者の約20％の者が挙げている（1983年：19％；1986年：21.6％）。また，興味あることに，この理由でペットを飼育している者が都市部で顕著で

ある（1983年：31％；1986年：25.5％）。したがって，機械親和性対人困難症の場合と同様に，対人的不全に由来する孤独感がペットへの愛着によって癒されていることは，十分に考えられる。

孤独感と対処方略

次に，孤独感と対処方略との関係について検討する。重回帰分析の結果は，友だちとの関係に関する方略は孤独感の低減に有効であるが，消極的受容，娯楽的活動，やつあたり方略はむしろ孤独感の長期化をもたらすことを示している。短期的孤独感については，長期的孤独感によって強く規定されるが，友だちとの交流方略も有効であった。

ところで，先述したストレス研究においては，問題中心的対処と情動中心的対処が区別されているが，前者はそのストレス事態が統制可能と認知されたときに，後者はその事態を受容するしかないと認知されたときに，それぞれ生起しやすい（Folkman & Lazarus, 1980；Folkman *et al.*, 1986）。また，孤独感に関連した傾性を扱っている研究においては，孤独感と“統制の所在”信念（Rotter, 1966）との関係が認められている（Jones *et al.*, 1981；Hojat, 1982；Moore & Schultz, 1983；Schultz & Moore, 1984；Jones *et al.*, 1985）。つまり，高孤独者は，自己の行動と強化生起との随伴性や強化の統制可能性を信じない“外部統制”型信念をもつ。したがって，以上の結果を，長期的に孤独状態にある者がその事態を統制不可能であると認知し，情動中心的対処である消極的受容方略に依存するのに対し，長期的には孤独状態にない者が孤独状態を統制可能であると認知し，問題中心的対処をとると，解釈できる。

事態の統制可能性の認知を媒介過程として導入するこの考え方は，孤独感の原因帰属の問題と関連する。Peplau & Perlman(1979) は，孤独状態を内的で不安定な原因に帰属すると積極的対処が喚起されるが，安定した原因への帰属は対処を消極的にすると示唆している。また，孤独感の原因が内在性および安定性の２次元上に位置づけられ，統制可能性次元を必要としないことが見出されている（Michela *et al.*, 1982）。ところで，Schill *et al.*(1980) は，外部統制型の者が効果的な対処をとらないために孤独感に陥った場合には心身上の不調状態を伴うと予測した。しかし，孤独感と心身状態（Cornel Medical Index)との間には，内部統制型の者のみで，有意な正の相関がみられた。これは，内部統制型の者が自らの孤独状態を内的帰属する傾向があり，その内的帰属が心身状態の悪化を導くためかもしれない。今後，ストレス研究で得られた知見を孤独感と対処方略との関係に適用する可能性を含め，孤独感と対処方略との関係

に原因帰属の機制を媒介させて検討することが必要であろう。

ところで，高孤独者が自己の対人的環境についてネガティブな態度をもつことが指摘されている（Jones *et al.*, 1981，1985；諸井，1985b; Vaux,1988)。孤独状態にある者が対人的環境に対してもつ不信感は，対人的対処方略の抑制につながるであろう。したがって，とくに対人的環境に対する態度や信念も孤独感と対処方略との関係に影響するかもしれない。

次に，孤独感の慢性的水準と対処方略との関係を検討した判別分析の結果について述べる。大学生においては（諸井，準備中)，男子では，友だちへの自己開示方略は孤独感の慢性化を妨げ，消極的受容方略が慢性化を促進しているのに対し，女子では友だちとの交流方略のみが孤独感の慢性化を妨げる方略であった。本研究の専門学校－女子でも大学生の女子と同様な傾向があった。

孤独感と社会的相互作用の関係を検討した Wheeler *et al.*(1983) の研究では，女性のパートナーとでは相互作用時間，男性パートナーとでは相互作用の意義深さがそれぞれ孤独感と負の関係にあった。したがって，項目に明確に表現されていないが，本研究での友だちとの関係に関する対処方略が同性関係に関わるものとすれば，男子では単なる接触よりもむしろ親密な交流のほうが孤独感の抑制に効果的であることは，Wheeler *et al.* (1983) の知見と一致することになる。また，友だちへの自己開示や友だちとの交流の方略は行動的方略，消極的受容方略は認知的方略だといえる。男子では両タイプの方略が孤独感の慢性的水準に関係しているのに，女子では行動的方略の関連のみが認められた。男子の孤独感は，自己内部の考えや感情への注意傾向である私的自己意識や，自己を社会的対象として意識する傾向である公的自己意識との関わりを示すのに，女子ではそのような関係が認められない（諸井，1985a, 1987)。この孤独感と自己意識との関係における性差を含めて考えると，男子の孤独感が複雑な認知的機制を伴っているのに，女子の孤独感は社会的関係の状態を直接的に反映しているといえよう。

本研究では，大学生の場合と同様に（諸井，準備中)，孤独感が一過的に変化している者に特徴的な対処方略を認めることができなかった。これは，出現頻度が少数であったことに加え，孤独感の一過的変化を引き起こす状況の性質によって用いられる対処方略が異なるためかもしれない。このことを含め，孤独感と対処方略との関連については，さらに検討する必要があろう。

孤独感の肯定的受容

孤独への対処に関する一連の研究では，孤独感は克服すべき不快な状態であ

ると前提されている。この前提に立てば，社会的技能の改善なども含めた対人関係の活性化が孤独対処の最善の方策である。大学生を対象とした研究（諸井，準備中）や専門学校生を対象とした本研究においても，社会的関係に関する方略と異なり，消極的受容や単独活動への従事は孤独感の克服を促進する方略といえなかった。

ところで，Moustakas(1972) は，孤独に対する不安と実存的孤独感を区別した。前者は，“生と死の重要な問題に直面するのを避けるために，絶えず他人との関わりを求め，忙しく立ち働いて，本質的孤独を打ち消そうとする防衛から生まれるもの”である。一方，実存的孤独とは，“人間の本質に目覚めていることの証であり，生の動乱や悲劇，変転に直面してゆく際に育まれるもの”である。さらに，この実存的孤独に対して，“逃げることなく”，“身を沈め”，“なすがままに任せておく”ことによって，自覚と自己変革を成し遂げることができる。したがって，彼の考えによれば，隠者，孤独な思索家，世捨て人などは，“自己との対話”を行っているがゆえに，“真の意味で健全な人々”である。

また，わが国においても，Moustakas(1972) のいう“静寂にひとり身を任せた孤独”に価値をおく考えがある。石田（1970）によれば，中世の草庵生活者は，孤独独居を貴び，“全くの孤独と果てしなき寂しさ”に身をおくことによって，“人生に於ける最も高き美しき生活”に触れ得た。興味深いことに，人里離れて草庵生活を送る多くの者が，おそらく独居生活に由来する孤独感に対処するために，筆硯を携えており，それがいわゆる草庵文学の創造につながったのである。すまいの孤立化を通して到達される草庵生活者の境地は，Moustakas(1972) の唱える境地に類似している。

このように，孤独状態を肯定的に捉え，その孤独への対処に人間の創造性があるとする視点は，孤独感が対人関係の不全に由来するという立場を採る研究にも，何らかの形で補完的に導入されるべきかもしれない。

〈付記〉

1）本論文作成にあたり，名古屋大学文学部辻敬一郎教授に貴重なご示唆を頂いた。

2）調査実施の際には，静岡産業技術専門学校にご協力を頂いた。

3）本論文での対処方略項目は，筆者の指導の下で，水谷直義君（社会学科昭和61年度卒業，現在，遠鉄百貨店勤務），および守谷洋子嬢（同年度卒業，現在，浜松

情報専門学校勤務）が卒業論文研究のために作成した。なお，本研究のデータの半数（1986年分）は，彼らによって実施・整理された。

4）本研究の結果は，東京都立大学人文学部加藤義明教授のご好意により，日本社会心理学会第32回公開シンポジウム（1988年，5月）のパネル・セッションで呈示させて頂いた。

5）石田（1970）の文献は，静岡大学人文学部人文学科復本一郎教授より紹介して頂いた。

6）本研究の統計的処理にあたっては，名古屋大学大型計算機センターの SPSS 統計パッケージ（7－9版）を利用した。

引用文献

Beck, A. T., & Young, J. E. 1978 College blues. *Psychology Today,* September, 80-92.

Borys,S., & Perlman,D. 1985 Gender differences in loneliness. *Personality and Social Psychology Bulletin,* 11, 63-74.

Cutrona,C.E. 1982 Transition to college: Loneliness and the process of social adjustment. In L.A.Peplau & D.Perlman(Eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theory,research and therapy.* New York: John Wiley & Sons. Pp.291-309.

Fogle,B.（鹿野りえ・内野富弥訳） 1985 北アメリカとヨーロッパに於ける人間とペットのきずなについての研究と活動状況（1） 小動物臨床，4，73-77.

Fogle,B.（鹿野りえ・内野富弥訳） 1986 北アメリカとヨーロッパに於ける人間とペットのきずなについての研究と活動状況（2） 小動物臨床，5，59-63.

Folkman,S., & Lazarus,R.S. 1980 An analysis of coping in a middle-aged community sample. *Journal of Health and Social Behavior,* 21, 219-239.

Folkman,S., Lazarus,R.S., Dunkel-Schetter,C., Delongis,A., & Gruen,R.J. 1986 Dynamics of a stressful encounter: Cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology,* 50, 992-1003.

Gerson,A.C., & Perlman,D. 1979 Loneliness and expressive communication. *Journal of Abnormal Psychology,* 88, 258-261.

原田純治　1988　子どもの機械親和性と社会性　昭和62年度科学研究費補助金研究成果報告書“高度技術化社会における人間組織の対応に関する社会心理学的研究”Pp.75-80.

広沢俊宗　1985　孤独の原因，感情反応，および対処行動に関する研究（Ⅰ）関西学院大学社会学部紀要，51，157-168.

広沢俊宗　1986　孤独の原因，感情反応，および対処行動に関する研究（Ⅱ）関西学院大学社会学部紀要，53，127-136.

Hojat,M. 1982 Loneliness as a function of selected personality variables. *Journal of Clinical Psychology,* 38, 137-141.

稲村　博　1986　機械親和性対人困難症　弘文堂

石田吉貞　1970　改訂　中世草庵の文学　「附篇」茶美の構造　北沢図書出版

Jones,W.H., Freemon,J.E., & Goswick,R.A. 1981 The persistence of loneliness: Self and other determinants. *Journal of Personality,* 49, 27-48.

Jones,W.H., Carpenter,B.N., & Quintana,D. 1985 Personality and interpersonal predictors of loneliness in two cultures. *Journal of Personality and Social Psychology,* 48, 1503-1511.

狩野素朗　1988 a　コンピューター・ゲームが児童におよぼす心理学的影響についての調査研究　昭和62年度科学研究費補助金研究成果報告書“高度技術化社会における人間組織の対応に関する社会心理学的研究”Pp.55-61.

狩野素朗　1988b　コンピューター・ゲームの心理学的影響に関する実験室的研究　昭和62年度科学研究費補助金研究成果報告書“高度技術化社会における人間組織の対応に関する社会心理学的研究”Pp.63-73.

工藤　力　1986　思春期の孤独感に関する研究　心理学研究，57，293-299.

工藤　力・熊取谷由季央・西川正之　1986　孤独感に関する研究（Ⅲ）　－孤独感に対する対処行動の解明　－　大阪教育大学教育研究所報，22，65-72.

工藤　力・西川正之　1983　孤独感に関する研究（Ⅰ）　－　孤独感尺度の信頼性・妥当性の検討　－　実験社会心理学研究，22，99-108.

工藤・力・長田久雄・下村陽一　1984　高齢者の孤独に関する因子分析的研究

老年社会科学，6，167-185.

Michela,J.L., Peplau,L.A., & Weeks,D.G. 1982 Perceived dimensions of attributions for loneliness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 43, 929-936.

水谷直義・守谷洋子　1987　孤独感に関する社会心理学的研究（1）・（2）－対処行動および自尊心との関連を中心として　－　静岡大学人文学部社会学科昭和61年度卒業論文（未公刊）

Moore,D., & Schultz,N.R. 1983 Loneliness at adolescence: Correlates, attributions, and coping. *Journal of Youth and Adolescence*,12, 95-100.

諸井克英　1984　孤独感とペットに対する態度　実験社会心理学研究，24，93-103.

諸井克英　1985a 高校生における孤独感と自己意識　心理学研究，56，237-240.

諸井克英　1985b 孤独感と対人的信頼感　－　高校生と大学生との比較を中心として　－　人文論集（静岡大学人文学部社会学科・人文学科研究報告），36，25-42.

諸井克英　1986　大学新入生の生活事態変化に伴う孤独感　実験社会心理学研究，25，115-125.

諸井克英　1987　大学生における孤独感と自己意識　実験社会心理学研究，26，151-161.

諸井克英　準備中　大学生における孤独感と対処方略

Moustakas,C.E. 1972 Loneliness and love. Prentice-Hall.（愛と孤独　片岡　康・東山紘久訳　創元社　1984）

内閣総理大臣官房広報室　1983　動物保護に関する世論調査

内閣総理大臣官房広報室　1986　動物保護に関する世論調査

Paloutzian,R.F., & Ellison,C.W. 1982 Loneliness,spiritual well-being and the quality of life. In L.A.Peplau & D.Perlman(Eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theory , research and therapy*. New York: John Wiley & Sons. Pp.224-237.

Peplau,L.A., & Perlman,D. 1979 Blueprint for a social psychological theory of loneliness. In M.Cook & G.Wilson(Eds.), *Love and attraction*. Oxford: Pergamon. Pp.101-110.

Rook,K.S., & Peplau,L.A. 1982 Perspectives on helping the lonely. In L.A.Peplau & D.Perlman(Eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theory,research and therapy*. New York: John Wiley & Sons. Pp.351-378.

Rosenberg,M. 1979 *Conceiving the self*. New York: Basic Books.

Rotter,J.B. 1966 Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs*, 80, 1-28.

Rubenstein,C., & Shaver,P. 1982 The experience of loneliness. In L.A.Peplau & D.Perlman (Eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy*. New York: John Wiley & Sons. Pp.206-223.

Russell,D., Peplau,L.A., & Cutrona,C.E. 1980 The revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, 472-480.

Schill,T., Toves,C., & Ramanaiah,N. 1980 Coping with loneliness and locus of control. *Psychological Reports*, 47, 1054.

Schultz,N.R., & Moore,D. 1984 Loneliness: Correlates,attributions, and coping among older adults. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 10, 67-77.

Shaver,P., Furman,W., & Buhrmester,D. 1985 Transition to college: Network changes, social skills, and loneliness. In S.Duck & D.Perlman(Eds.), *Understanding personal relationships: An interdisciplinary approach*. Newbury Park,CA: Sage. Pp.193-219.

志田和子・曽根由美子・野崎郁子　1988　孤独感に関する社会心理学的研究（3）・（4）・（5）　－　孤独感，自尊心，および対処行動の時間的変化を中心として　－　静岡大学人文学部社会学科昭和62年度卒業論文（未公刊）

清水秀美・今栄国晴　1981　STATE－TRAIT ANXIETY INVENTORY の日本語版(大学生用)の作成　教育心理学研究，29，348-353.

Vaux,A. 1988 Social and personal factors in loneliness. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 6, 462-471.

Wenz,F.V. 1977 Seasonal suicide attempts and forms of loneliness. *Psychological Reports*, 40, 807-810.

Wheeler,L., Reis,H., & Nezlek,J. 1983 Loneliness, social interactions, and sex

roles. *Journal of Personality and Social Psychology,* 45, 943-953.