

大学生における孤独感と対処方略^{1) 2)}

静岡大学

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、孤独感と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。

孤独感とは、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)。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、非对人的活動への従事・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項目をみると、对人的-非对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, 1985, 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、孤独感とは、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と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、2時点での孤独感の自己報告に基づき、2時点ともに孤独感の高い慢性的孤独者と、

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御示唆を頂いた。

2) 本論文における調査の主要部分は、筆者の指導の下で、水谷直義君、守谷洋子嬢 (社会学科昭和61年度卒業) が卒業論文研究のために計画・実施した。なお、調査実施の際には、静岡大学教養部漁田武雄助教授に御協力を頂いた。

最初は高いが後に低くなった一過的孤独者と被験者を選別した。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、前者を状態一孤独感、後者を特性一孤独感とした。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变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。

孤独感の一過的な事態特性成分と慢性的な個体特性成分との区別は、対処方略の有効性を検討する上で重要であろう。従来に対処方略研究では、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依存していた。

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。Fridhandler (1986) は、状態と特性という2概念の区別を試み、a) 時間的持続性(短期対長期)、b) 特定の環境条件に対する反応性(連続対不連続)、c) 概念化の水準(具体的対抽象的)、およびd) 因果性の所在(状況対性格)、という4基準を提起している。これに従えば、短期的一長期的孤独感の区別はa)、一過的一慢性的孤独感の区別はa)、c)、d) に基づくといえよう。

本研究では、孤独感の対処方略の基本的構造を明らかにし、孤独感と対処方略との関連を検討することを、主な目的とする。

ところで、過去の孤独感研究における性差を検討した Borys & Perlman (1985) は、UCLA 孤独感尺度を用いた場合には、一般的に女子よりも男子のほうが高い孤独感を示すことを見出した。諸井 (1985, 1987) の研究でも、高校生や大学生で同様の性差が得られ、さらに、孤独感と自尊心が負の関係にあるのに、男子のほうが自尊心も高かった。これらの傾向は、通常用いられる“日ごろの状態”という基準で孤独感尺度を評定させて得られたものであるが、孤独感評定の時間的範囲を変えても、a) 孤独感における性差およびb) 男女における孤独感と自尊心との矛盾する関係が出現するかどうかは、興味がある。性役割上、情動的弱さや苦悩の表明が許容されないために男子が孤独に陥りやすいという Borys &

Perlman (1985) の解釈が妥当であれば、男子はとくに慢性的孤独傾向を示し、短期的孤独感よりも長期的孤独感のほうが自尊心との関係が強いと考えられる。これらの点に関する検討を本研究の付加的目的とする。

なお、以上に述べた目的のために大学生を対象とする調査を行ったが、2つの基準での孤独感尺度の評定、および対処方略因子の妥当性の検討のために、被験者の一部に対して追跡調査を行った。

方 法

被験者および質問紙の実施

国立大学の教養部で“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6月下旬および7月上旬に、記名方式で実施された。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、402名(男子190名、女子212名)を分析対象とした。

これらの被験者の一部に対して、1986年10月下旬、1987年1月下旬の2回にわたって、追跡調査を実施した。3時点での調査すべてに回答した者132名(男子58名、女子74名)を分析対象とし、これらを追跡サンプルと呼ぶ。また、3時点それぞれをTime 1, Time 2, Time 3と略記する。

質問紙の構成

質問紙は、回答者の基本的属性に加え、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。追跡調査では、Time 3で社会的望ましき尺度が加えられた。

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) の状態一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本調査と同じ大学の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、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（3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）。

4) 社会的望ましき尺度： Crowne & Marlowe (1964) によって作成された社会的望ましき尺度（33項目）を邦訳し、それぞれの項目が自分自身の行動や気持ち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。得点は社会的承認欲求が強いほど高得点になるようにした（1点から5点）。

なお、本調査および追跡調査の Time 2 では上述の1), 2), 3) の順に評定させ、追跡調査の Time 3 では上述の4) をこれらに続けた。項目の順序効果をなくすために項目順序の異なるタイプの尺度を用いた。1), 2), 3) の尺度では4タイプ、4) の尺度では3タイプである。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

402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GP分析を行ったところ、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た。20項目での α 係数も短期的孤独感尺度で.878(男子.878, 女子.876)、長期的孤独感尺度で.898(男子.894, 女子.903)と十分に高かった。したがって、2つの基準で評定させた孤独感尺度それぞれの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、男女ともに、高い正の相関が得られた(男子.797, 女子.743, いずれも $p < .001$)。

2) 自尊心尺度： GP分析の結果、すべての項目で0.1%水準で有意差が認められた。10項目での α 係数も.823(男子.809, 女子.834)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

まず、2つの孤独感得点の性差を検討した。短期的孤独感については男子のほうが女子よりも有意に高い傾向が見出されたが(男子： $\bar{X} = 39.73$, $SD = 8.78$; 女子： $\bar{X} = 37.53$, $SD = 8.17$; $t_{(400)} = 2.59$, $p < .01$)、長期的孤独感に性差は認められなかった(男子： $\bar{X} = 38.35$, $SD = 8.71$; 女子： $\bar{X} = 37.48$, $SD = 8.96$; $t_{(400)} = 0.99$, ns)。また、男子では、長期的孤独感よりも短期的孤独感のほうが高かったが(対応のある t 検定, $t_{(189)} = 3.41$, $p < .001$)、女子では差がなかった($t_{(211)} = 0.12$, ns)。

自尊心得点については、男子のほうが女子よりも有意に高かった(男子： $\bar{X} = 31.75$, $SD = 6.89$; 女子： $\bar{X} = 30.15$, $SD = 6.84$; $t_{(400)} = 2.34$, $p < .05$)。

次に、孤独感と自尊心との相関をみたところ、男女ともに、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(男子：短期的孤独感 $-.425$, 長期的孤独感 $-.360$; 女子：それぞれ, $-.410$, $-.396$, いずれも, $p < .001$)。

3. 孤独感および自尊心の安定性

追跡サンプルを対象として、a) 3時点における各項目の一貫性、b) 各尺度ごとの3時点間の得点の一貫性について検討した。なお、一貫性の指標として α 係数を用いた。

a) については、女子の長期的孤独感尺度および自尊心尺度を除き、測定の反復による α 係数の高まりがみられた(.039~.054の増加)。しかし、3尺度の平均値について、男女別に測定時点を被験者内要因とする一元分散分析を行ったが、いずれでも有意な平均値変化は認められなかった(男子： $F_{(2,114)} = 0.28 \sim 2.05$; 女子： $F_{(2,146)} = 0.12 \sim 2.39$, いずれも ns)。したがって、“適応のよい方向への変動”(速水, 1976)とはいえない。b) については、いずれの尺度においても男女とも3時点間の得点の一貫性は十分に高かった(.856~.928)。

4. 孤独感と社会的承認欲求

追跡サンプルに対して社会的望ましき尺度を実施したが(Time 3)、孤独感尺度評定に与える社会的承認欲求の影響について検討する。

1) 社会的望ましき尺度の検討： GP分析の結果、5項目(原項目番号：7, 18, 20, 25, 32)が除かれ、残りの28項目についてのGP分析では、すべての項目で5%水準で有意差が認められた。また、28項目での α 係数は.796(男子.794, 女子.794)と十分に高かったので、28項目の合計得点を社会的望ましき得点とした。この得点に性差は認められなかった(男子： $\bar{X} = 73.93$, $SD = 10.67$; 女子： $\bar{X} = 77.65$, $SD = 10.80$; $t_{(130)} = -1.97$,

ns.)。

2) 孤独感と社会的承認欲求： Time 3での2つの孤独感得点と社会的望ましき得点との相関をみたが、短期的および長期的孤独感のいずれにおいても男女ともに有意な相関はなかった(男子：短期的孤独感-.104, 長期的孤独感 -.035；女子：それぞれ, .034, -.131, すべて, ns.)。さらに、短期的孤独感と長期的孤独感の得点差と社会的望ましき得点との間にも有意な相関はなかった(男子：-.148；女子：.224, いずれも ns.)。Time 1および2で測定した孤独感との相関も求めたが、いずれも有意でなかった。したがって、社会的承認欲求の強い者が短期的孤独感よりも長期的孤独感の表明を抑制することもないといえる。

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因子分析を行った。71項目を対象として因子分析(主因子法)による予備的検討を行ったところ、因子構造に性差が認められた。さらに、項目の平均評定値にも性差が多く検

出された(48項目)。したがって、次の手順で男女別に因子分析を行った。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： $p < .05$ ；男子：2点以下15項目；女子2点以下10項目, 4点以上1項目)。残りの項目(男子56項目, 女子60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、男子では7因子解(固有値 ≥ 1.83 , 説明率47.2%), 女子では6因子解(固有値 ≥ 2.20 , 説明率41.0%), それぞれ採用した。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 1, 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。

1) 男子：第I因子および第V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る。

Table 1 男子 (N=190)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：“友だちとの接触” 19.5% $\alpha = .889$ 》	《第IV因子：“娯楽的活動” 3.9% $\alpha = .703$ 》
1. 友だちのところへ行く (.618)	17. 家族と雑談をする (.406)
9. 友だちと一緒にどこかへ遊びに行く (.745)	37. 一人でショッピングをする (.509)
19. 友だちと一緒に騒ぐ (.755)	39. マンガや雑誌を読む (.531)
27. 友だちと一緒に共通の趣味に熱中する (.534)	41. 一人で何かを食べる (.493)
32. 友だちと雑談をする (.795)	46. 一人でラジオを聴く (.408)
43. 友だちと何か運動をする (.521)	59. 一人でテレビをみる (.637)
65. 友だちに甘える (.493)	《第V因子：“友だちへの自己開示” 3.7% $\alpha = .714$ 》
69. 友だちと何か気のまぎれることをする (.742)	21. 友だちに自分の内面的なことをうちあげる (.435)
《第II因子：“消極的受容” 9.3% $\alpha = .795$ 》	35. 友だちに電話をする (.433)
7. 物思いにふける (.670)	40. 友だちと旅行をする (.570)
18. 何もせず一人である (.478)	51. 友だちに手紙を書く (.464)
47. 孤独の原因を考える (.558)	66. 楽しかったことを思い出す (.402)
48. 窓から外を眺める (.551)	《第VI因子：“文化的活動” 3.0% $\alpha = .652$ 》
55. 一人で落ちこむ (.698)	28. 一人で映画をみに行く (.461)
67. じっと耐える (.491)	29. 勉学に励む (.585)
71. 悲しい気分ひたる (.686)	31. 一人で何か趣味に熱中する (.525)
《第III因子：“自己の改善” 5.3% $\alpha = .785$ 》	60. 読書をする (.478)
25. 孤独だと考えないようにする (.580)	《第VII因子：“嗜好的活動” 2.5% $\alpha = .564$ 》
26. 自分を元気づける (.642)	22. タバコを吸う (.514)
34. 孤独であることを忘れる (.493)	24. 一人で車やバイクを運転する (.587)
54. 自分の欠点を改める (.690)	52. 一人で酒を飲む (.485)
58. 努めて明るく振るまう (.483)	
64. 自分を理解してもらおうように努力する (.569)	

Notes. ()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 2 女子 (N=212)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 —

<p>《第I因子：“友だちとの交流” 19.9% $\alpha = .899$》</p> <p>1. 友だちのところへ行く (.708)</p> <p>9. 友だちと一緒にどこかへ遊びに行く (.723)</p> <p>14. 友だちに相談する (.563)</p> <p>16. 新たに友だちをつくる (.416)</p> <p>19. 友だちと一緒に騒ぐ (.705)</p> <p>21. 友だちに自分の内面的なことをうちあける (.469)</p> <p>27. 友だちと一緒に共通の趣味に熱中する (.516)</p> <p>32. 友だちと雑談をする (.672)</p> <p>35. 友だちに電話をする (.659)</p> <p>43. 友だちと何か運動をする (.431)</p> <p>51. 友だちに手紙を書く (.506)</p> <p>65. 友だちに甘える (.532)</p> <p>69. 友だちと何か気のまぎれることをする (.640)</p> <p>《第II因子：“娯楽的活動” 6.0% $\alpha = .689$》</p> <p>39. マンガや雑誌を読む (.529)</p> <p>40. 友だちと旅行をする (.401)</p> <p>41. 一人で何かを食べる (.564)</p> <p>59. 一人でテレビをみる (.585)</p>	<p>《第III因子：“自己の改善” 5.0% $\alpha = .707$》</p> <p>25. 孤独だと思えないようにする (.510)</p> <p>26. 自分を元気づける (.547)</p> <p>34. 孤独であることを忘れる (.502)</p> <p>47. 孤独の原因を考える (.495)</p> <p>54. 自分の欠点を改める (.408)</p> <p>58. 努めて明るく振るまう (.480)</p> <p>《第IV因子：“消極的受容” 3.8% $\alpha = .680$》</p> <p>36. 泣く (.542)</p> <p>55. 一人で落ちこむ (.576)</p> <p>71. 悲しい気分をひたす (.755)</p> <p>《第V因子：“家族との交流” 3.3% $\alpha = .773$》</p> <p>12. 家族に電話をする (.468)</p> <p>17. 家族と雑談をする (.692)</p> <p>42. 家族に甘える (.695)</p> <p>50. 家族の誰かに相談する (.636)</p> <p>《第VI因子：“彷徨” 3.0% $\alpha = .472$》</p> <p>20. 一人でふらりと出かける (.559)</p> <p>37. 一人でショッピングをする (.407)</p> <p>62. 日記や詩を書く (.428)</p>
---	---

Notes. () 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

これら2因子は接触の親密さで区別され、第I因子は“友だちとの接触”因子、第V因子は“友だちへの自己開示”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。孤独の否定と自己の状態の積極的改善を示す第III因子は、“自己の改善”因子と命名した。残りの3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“娯楽的活動”因子、第VI因子は“文化的活動”因子、および第VIII因子は“嗜好的活動”因子とそれぞれ命名した。これらの対処方略得点の相互相関は-.106から.538であった。

2) 女子：第I因子および第V因子は、友だちあるいは家族という既存の対人関係を利用した達成水準の変化に関する方略であり、それぞれ、“友だちとの交流”因子、“家族との交流”因子と命名した。第II因子は、男子の第IV因子と類似しており、“娯楽的活動”因子と命名した。第III因子および第IV因子は、それぞれ男子の第III因子および第II因子に対応しており、“自己の改善”因子、“消極的受容”因子と命名した。第VI因子は、行動上、心理上の彷徨を意味しているため“彷徨”因子と命名した。これらの対処方略得点の相互相関は.011から.478で

あった。

2. 対処方略因子の安定性

追跡調査を利用して、先の分析で得られた対処方略因子の安定性を、一貫性の指標として α 係数を用い、a) 3時点における各対処方略項目の一貫性、b) 各対処方略ごとの3時点間の得点の一貫性、という点から検討した。

a) については、男子では、友だちとの接触、消極的受容、自己の改善、および友だちへの自己開示が、女子では、友だちとの交流、自己の改善、消極的受容、および家族との交流が、それぞれ、3時点通して該当項目の一貫性が高かった(.673~.905)。b) については、いずれの方略でも男女ともに3時点間の一貫性は高かった(.752~.921)。

3. 対処方略項目平均値における性差

男女で異なる対処方略因子が得られたので、各対処方略のとりやすさにおける性差を対処方略因子が構成される項目の平均値を比較することによって間接的に検討する(*t*検定, $p < .05$)。

男子によってとられる対処方略項目は、友だちとの接触に含まれる4項目(項目1, 9, 27, 43)、文化的活動に含まれる1項目(項目28)、嗜好的活動に含まれる3項目(項

目22, 24, 52) であった。女子によってとられる対処方略項目は、友だちとの交流に含まれ、とくに自己開示に該当する5項目(項目14, 21, 35, 51, 65), 娯楽的活動に含まれる1項目(項目41), 自己の改善に含まれる4項目(項目26, 47, 54, 58), 消極的受容に含まれる3項目(項目36, 55, 71), 家族との交流に含まれる4項目(項目12, 17, 42, 50), 彷徨に含まれる2項目(項目37, 62)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を説明変数とする重回帰分析を行った。この結果を、ピアソン相関とともに、Table 3 に示す。

1) 男子：長期的孤独感の有意な規定因として認められた方略は、友だちとの接触、友だちへの自己開示、消極的受容であった。前2者は孤独感を抑制、後者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。

Table 3 短期的および長期的孤独感と対処方略
— 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
【 男子 】		
第I因子	-.247b (-.354a)	-.143c (-.391a)
第II因子	.180c (.217b)	.083 (.260a)
第III因子	-.049 (-.166c)	-.069 (-.208b)
第IV因子	.109 (-.022)	.049 (-.003)
第V因子	-.238b (-.294a)	.082 (-.216b)
第VI因子	.144 (.098)	.002 (.085)
第VII因子	-.073 (-.111)	-.074 (-.156b)
長期的孤独感		.734a (.797a)
R ²	.224a	.671a
【 女子 】		
第I因子	-.397a (-.375a)	-.093 (-.334a)
第II因子	.016 (-.158c)	.016 (-.119)
第III因子	.002 (-.166c)	-.026 (-.167c)
第IV因子	.152c (.145c)	-.017 (.087)
第V因子	.023 (-.124)	.059 (-.066)
第VI因子	.005 (-.068)	.056 (-.010)
長期的孤独感		.719a (.743a)
R ²	.165a	.562a

Notes. a: $p < .001$; b: $p < .01$; c: $p < .05$

2) 女子：長期的孤独感では、友だちとの交流の抑制的影響、消極的受容の促進的影響が認められた。短期的孤独感については、長期的孤独感の強い影響のみがあった。

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(男子—短期的孤独感：22~34点, 35~43点, 44~66点; 長期的孤独感：22~34点, 35~42点, 43~70点/女子—短期的孤独感：21~33点, 34~40点, 41~68点; 長期的孤独感：23~32点, 33~40点, 41~77点)。しかし、両得点間の高い相関を反映して、男女いずれにおいても先のa) に該当する者が大半であった。また、孤独感の一過的变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ため、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(男子：Hi群50名, Mo群37名, Lo群48名; 女子：それぞれ52名, 41名, 50名)。

男女ともに、3群間に短期的および長期的孤独感いずれでも明確な差があった(男子—短期的孤独感： $F_{(2,132)}=302.17$; 長期的孤独感： $F_{(2,132)}=289.30$ /女子—それぞれ、 $F_{(2,140)}=298.65$, $F_{(2,140)}=246.84$, いずれも $p < .001$)。さらに、選別の妥当性を検討するために、追跡サンプルでこれらの3群に選別された者を対象として(男子：Hi群11名, Mo群11名, Lo群14名; 女子：それぞれ、18名, 15名, 22名)、孤独水準(3)×孤独感の評定基準(2)×測定時点(3)の混合要因の分散分析を男女別に行った(後2要因は被験者内要因)。男子では、孤独水準の主効果($F_{(2,33)}=41.23$, $p < .001$)と孤独水準×測定時点の交互作用($F_{(4,64)}=3.33$, $p < .05$)が有意で、Hi群, Mo群, Lo群の間の差が、測定の反復によって少し縮まるが3群間の差が保たれる傾向を示した。女子では、孤独水準の主効果($F_{(2,52)}=76.47$, $p < .001$)のみが有意であった。したがって、男女ともに、孤独水準の3群への選別は時間を越えた妥当性があるといえよう。

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。男女ともに、Hi群とLo群とを判別する関数のみが有意であり(男子： $F_{(14,252)}=2.92$, $p < .001$; 女子： $F_{(12,270)}=2.28$, $p < .01$)、第2の関数は有意でなかった。男子では、Hi群

Table 4 慢性的な孤独感の水準と対処方略
— 判別分析(一括投入法)の結果 —

	標準化判別係数	
	男子	女子
第I因子	.454 <a>	1.046a <a>
第II因子	-.587c 	-.011
第III因子	.150	-.013
第IV因子	-.313	-.379
第V因子	.527c 	-.358
第VI因子	-.209	-.107
第VII因子	.322	—
重心 Lo群	.661(35/48)	.444(36/50)
Mo群	.034(0/37)	.146(0/41)
Hi群	-.659(40/50)	-.542(33/52)

Notes. ()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 : $p < .001$; b : $p < .01$; c : $p < .05$

の対処方略として消極的受容, Lo群の対処方略として友だちへの自己開示を挙げることができる。女子では、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。男子では、一元分散分析で友だちとの接触方略も有意であった。

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の間にはかなり高い正の相関がみられた。また、長期的孤独感よりも短期的孤独感のほうが変動が大きいことが予測されるが、追跡調査では2つの孤独感得点の測定時点間の一貫性はいずれもかなり高かった。特性—孤独感と状態—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つの孤独感の間の相関はあまり高くなく(.40~.60)、特性—孤独感での測定時点間の相関は(.77~.83)、状態—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、本研究の被験者は2つの基準にあまり影響されない。わが国の先行研究での2つの測定時点間の相関が高いことを考えると(工藤・西川, 1983: 6ヶ月間隔, .546; 諸井, 1986: 3ヶ月間隔, .766)、日本の大学生の孤独感はいずれも特性成分の占める割合が大きいかもしれない。しかし、従来の研究で指摘されている性差が長期的孤独感よりも短期的孤独感でみられたことから、本研究で試みた孤独感の区別は意味がある。

短期的孤独感における性差は、Borys & Perlman (1985) が指摘するように男子が慢性的孤独に陥りやすいが、性役割上、長期的な孤独状態の表明が抑制されることを示しているのかもしれない。しかし、孤独感と社会的承認欲求との間に弱い有意な相関を認めた先行研究と異なり (Russell *et al.*, 1980; 工藤・西川, 1983; 諸井, 1986)、有意な相関が認められなかったため、この解釈は妥当とはいえない。むしろ、長期的にみた場合には孤独感の高さに性差はないが、男子のほうが一過的に状況の影響を被りやすいために短期的孤独感が高いと解釈できよう。

ところで、評定基準にかかわらず孤独感と自尊心との間に男女ともに有意な負の相関があり、さらに男子のほうが女子よりも自尊心が高かった。したがって、孤独感と自尊心に関して諸井 (1985, 1987) が見出した矛盾の傾向は短期的孤独感に限定される。Shaver *et al.* (1985) が指摘するように、通常用いられる“普通の状態”という評定基準は、被験者の孤独状態によってその時間的範囲が設定されると考えられる。先行研究で見出された男子の高い孤独感、孤独感の評定が短期的基準によったためと解される。後述するように、男子の短期的孤独感には長期的孤独感の強い影響に加え、友だちとの接触方略によっても規定されているが、これは男子が一過的に状況の影響を被りやすいという考えと一致する。

いずれにせよ、本研究で試みた孤独感の2成分の区別は今後もさまざまな方法で検討すべきであろう。

孤独感と対処方略

本研究では、男子では7つ、女子では6つの対処方略因子が得られた。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、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、男子では文化的活動、嗜好的活動、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。

対処方略のとりやすさにおける性差を項目水準で間接的に検討したところ、次の特徴的傾向が得られた。孤独に陥ったときに、男子は主として友だちとの接触を高めるのに対し、女子は、消極的受容方略に依存するものの、友だちへの自己開示や家族との交流を高め、自己の改善にも努める。女子の孤独感の対処が多様で積極的であることは孤独感の低さに対応している。

次に、これらの対処方略を Peplau & Perlman (1979) の対処方略図式に対応させる。友だちとの接触、友だちへの自己開示、友だちとの交流、および家族との交流は、達成水準の変化に関する方略であり、自己の改善も達成水準の変化を促すという点でこれに含められる。消極的受容方略は、時間的経過による願望水準の変化といえよう。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。娯乐的活動、文化的活動は、単独で楽しめる課題状況の選択という点で前者、代理の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。また、嗜好的活動、彷徨は、時間的経過による願望水準の変化とも解されるし、孤独感を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。

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 (男子：第 I, III, V 因子；女子：第 I, III, V 因子) と、孤独の不快経験を一時的に癒す情動中心的対処 (男子：第 II, IV, VI, VII 因子；女子：第 II, IV, VI 因子) とに区別できよう。

本研究のみならず他の研究結果をみても、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る。

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、男女ともに、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、男女ともに長期的孤独感によって強く規定されるが、男子では友だちとの接触方略も有効であった。孤独感を有意に規定していると認められた対処方略は、追跡調査において測定時点での高い内的一貫性を示しているの、安定した対処方略であるといえる。

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したときに、それぞれ生じやすい (Folkman & Lazarus, 1980 ; Folkman *et al.*, 1986)。したがって、本研究の結果についても、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させるこの解釈は、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ことを示唆している。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)。今後、ストレス研究で得られた知見の孤独感と対処方略との関係への適用を含め、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た検討が必要といえる。

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。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する。しかし、女子では、友だちとの交流方略のみが慢性化を妨げる方略であった。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るれば、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といえ、消極的受容方略は認知的方略といえる。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あった。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, 1985, 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、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、孤独感の一過的变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。このことも含め、孤独感と対処方略との関連についてさらに検討する必要がある。

要 約

本研究の主目的は、孤独感の対処方略の基本的構造を明らかにし、孤独感と対処方略との関連を検討することであった。また、短期的孤独感と長期的孤独感との区別も試みた。男女大学生 ($N=402$) を対象として、“ここ2週間の状態”、“ここ1年間の状態”という2つの基準で評定させる UCLA 孤独感尺度、対処方略項目質問紙、自尊心尺度を実施した。

主要な結果は以下の通りである。

1) 短期的孤独感と長期的孤独感の間には高い正の相関があった。しかし、男子の短期的孤独感は女子よりも高かった。

2) 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。

3) 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。

4) 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。

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.

Crowne, D. P., & Marlowe, D. 1964 *The approval motive: Studies in the evaluative dependence*. New York: Wiley.

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.

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.

Fridhandler, B. M. 1986 Conceptual note on state, trait, and the state-trait distinction. *Journal of Personality and Social Psychology*, **50**, 169-174.

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

速水敏彦 1976 質問紙性格検査の再検査効果 教育心理学研究, **24**, 57-61.

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**, 127-168.

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.

諸井克英 1985 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 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.

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.
- 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.
- 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.
- 清水秀美・今柴国晴 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.
- Wheeler, L., Reis, H., & Nezlek, J. 1983 Loneliness, social interaction, and sex roles. *Journal of Personality and Social Psychology*, **45**, 943-953.

— 1988年6月16日 受稿, 1989年5月27日 受理 —

LONELINESS AND COPING STRATEGIES IN UNIVERSITY STUDENTS

KATSUhide MOROI
Shizuoka University

ABSTRACT

This study examined a) the factor structure of coping strategies for loneliness and b) relationships among loneliness and coping strategies. Four scales were administered to undergraduate students ($N=402$). The scales were two versions of UCLA Loneliness Scale (short-term loneliness, long-term loneliness), Coping Strategies Scale, and Self-Esteem Scale. Two versions of UCLA Loneliness Scale were completed with different criteria ("during the past two weeks" versus "during the past one year").

The results were as follows.

1) Short-term loneliness scores were higher for

males than for females. They were highly correlated with long-term loneliness scores.

2) The factor analysis of coping strategies produced seven factors for males, and six factors for females.

3) Results of the multiple regression analyses indicated that interpersonal coping strategies were effective in reducing long-term loneliness, while passive acceptance coping prolonged loneliness.

4) Based on the combined scores of short-term and long-term loneliness scores, subjects were divided into three groups of different levels of chronic loneliness. Results of discriminant analyses indicated that high-chronic-lonely group used interpersonal coping strategies less than low-chronic-lonely group.

Key words: loneliness, coping strategy, UCLA Loneliness Scale, chronic loneliness, transient loneliness.
