

青年期における孤独感と自己受容に関する研究*

今 林 俊 一**

(1992年10月8日 受理)

A Study on Loneliness and Self-acceptance in Adolescence

Shunichi IMABAYASHI

1. 問 題 と 目 的

孤独感に関する従来の研究者の定義を検討した Peplau & Perlman (1988) によると、以下の3つの点において研究者の考え方に一致が見られることを明らかにしている。第1に、孤独感は個人の社会的関係の欠如に起因する、第2に、孤独感の主観的な体験である、第3に、孤独感の体験は不快であり、苦痛を伴うという点である。すなわち、孤独感とは、日常的に広く経験される情動の一つであり、個人の社会的関係の欠如に起因する不快な主観的経験として定義することができよう。

また、この定義に沿った Peplau ら UCLA の研究グループ (Russell, Peplau, & Cutorona, 1980) により孤独感の強さを測定する UCLA 孤独感尺度が作成***され、この尺度を用いて、自己に関する意識状態の様々な側面との相関的研究が行われている。そして、孤独感と自尊心や私的自意識、公的自意識との間に密接な関係のあることが明らかにされている。

ところで、青年期は自我の目覚め、あるいは対人関係の変化に伴い孤独感を感じやすい時期であり、落合 (1985) (1987) は、孤独感を青年期の基本的な生活感情であると指摘している。このように、青年期が、孤独感を伴いながら本来の自己、あるがままの自己を見つけることが自己実現の第1歩であることは、発達心理学や臨床心理学の立場からも強調されている。倉智 (1986) によると、青年は本来自己の内に持っている潜在的な可能性を最大限に発揮し、自己の価値を実現しようとする欲求、すなわち、自己実現の欲求を持っている。しかし、この欲求をうまく遂行するためには、自我の強さ・自立性・信頼感に支えられた努力・忍耐力・集中力といったものが必要であり、

* 本論文の一部は、1992年の日本心理学会第56回大会において口頭発表したものである。

** 鹿児島大学教育学部心理学科

*** UCLA 孤独感尺度は、工藤・西川 (1983) によりその邦訳版が作成され、信頼性および妥当性が検討された。その結果、尺度は高い信頼性・妥当性を持っていることが確認されている。

青年が自己を見つめたとき、そこに見い出される自我が貧弱で、不安定であったりすると、その欲求は自己実現には結びつかないという。したがって、青年が真に人間的に成熟していくためには、他者から了解されることを切望するあまり、自分の実力以上に膨張している見せかけの自己を萎縮させ、等身大の自己像に近づけていく努力が必要であり、自己をありのままに眺め、受容することにより生産的な自己実現を獲得できると思われる。

自己受容に関する研究において、伊藤 (1989) は、「自分自身を好きになる」と定義する立場から、「良い－悪い」という尺度のみでは不十分であると指摘している。そして、社会的規範や文化的ステレオタイプの比較から自己をとらえる評価次元「良い－悪い」と、他との比較ではない絶対的な基準から自分自身を判断した感覚次元「好き－嫌い」という2次元からなる自己受容尺度を作成している。また、伊藤 (1991 a) は、現実の自己像と理想の自己像のずれの大小が適応の指標となるとすることについて、自己受容の場合には、差異そのものの大きさよりもそれをどう受け入れるかが問題とされるべきであると指摘している。そして、自意識のあり方が理想基準とのずれと自己受容との関係をどう規定するかを検討している。その結果、理想基準と現実自己との差異が自己受容の規定要因となるには一定の閾値が存在すること、自意識のあり方によってずれと自己受容との関係が規定されることを明らかにしている。さらに、伊藤 (1991 b) は、作成した2次元からなる自己受容尺度を用いて、青年期の自己受容の類型化を試み、4類型を抽出して、各々の特徴を明らかにしている。第1類型「良い－好き」はよく適応した健康な性格、第2類型「悪い－好き」はくよくよ悩んだりしないが積極的にリーダーシップをとることもないのんきな性格、第3類型「悪い－嫌い」は自己嫌悪や劣等感が激しく極度に内向的な性格、第4類型「良い－嫌い」は自己に対して冷静で客観的な見方ができるがやや不安の強い性格などの特徴が示されている。これらのことから、自己受容していない青年はもちろん、見せかけの自己を拡大する傾向にある青年も、たとえそれがどんなに社会的に適応していたとしても、いずれは実存的な空虚感がもたらされるであろうと考えられる。すなわち、青年個々人の自己受容のあり方によって孤独感の状態も異なっていることが想定されよう。

青年期の自己概念は、深化・拡大し、個別化と社会化が同時に問題になる。特に、大学生のおかれている青年期後期は、「主観と客観をともに肯定する時期であり、自我の社会的承認や社会との調和を重視する時期である」と特徴づけられる (加藤, 1973)。本研究では、青年期後期といわれる大学生を対象に、その孤独感と評価的自己受容 (社会的規範から見た自己受容) および感覚的自己受容 (個人内基準から見た自己受容) との関係について検討することを目的とする。特に、以下の点について明らかにする。

- (1) 女子よりも男子の方の孤独感が高いであろう。
- (2) 孤独感は自己受容との関連において負の相関を示すであろう。
- (3) 孤独感は感覚的自己受容とより有意な負の相関を示すであろう。
- (4) 両価的な自己受容 (後述の表2参照) をする青年は、相対的に孤独感が低いであろう。

2. 方 法

2.1. 調査対象者

鹿児島県内の国立大学生, 433名 (男子 185名, 女子 248名)。

2.2. 調査期日

1991年7月上旬と10月下旬～11月上旬。

2.3. 調査場所

調査対象者の受講している各講義室で集団で実施した。

2.4. 調査材料*

2.4.1. 孤独感の測定

工藤・西川 (1983) により邦訳された改訂版 UCLA 孤独感尺度を使用した。この尺度は, 20項目から構成されており, 回答形式は, 「いつも感じる, たびたび感じる, あまり感じない, けっして感じない」の4段階評定であった。

2.4.2. 自己受容の測定

伊藤 (1989) により作成された自己受容尺度 (評価次元, 感覚次元) を一部修正して使用した。この尺度は, 「生き方」「性格」「家庭」「学校」「身体能力」の5領域31項目から構成されている (各領域6項目, 計30項目と「すべてを含んだ自分が」を31番目の項目として加えたものである)。

回答形式は, 評価次元の尺度では「良い, どちらかといえば良い, どちらかといえば悪い, 悪い, 良い面も悪い面もある」, 感覚次元の尺度では「好き, どちらかといえば好き, どちらかといえば嫌い, 嫌い, 好きな面も嫌いな面もある」という5つの選択肢に回答するものであった。両価的な選択肢 (「良い面も悪い面もある」「好きな面も嫌いな面もある」) は系列位置からその順序性を判断することを防止するという伊藤 (1989) の指摘に従って, 5つの選択肢の最後に記されていた。

2.5. 調査手続き

測定尺度は, 孤独感尺度, 感覚次元の受容尺度, 評価次元の受容尺度の順に3枚の質問紙として配布された。約20分間で講義ごとに集団で実施された。実施にあたって, 回答のやり方を例題によって説明し, 各自で回答する方式がとられた。

* 調査材料の詳細については, 添付資料を参照のこと。

2.6. 結果の処理

2.6.1. 孤独感尺度の得点化と群の抽出

孤独感が強いほど、得点が高くなるように得点化し、孤独感尺度の20項目の合計得点を算出して、調査対象者各人の孤独感得点とした。また、孤独感得点によって調査対象者を4分領域に分け、上位25%の者をH群（高孤独者群）、下位25%の者をL群（低孤独者群）、それ以外の者をM群（中孤独者群）として3群に分類した（表1参照）。

表1 孤独感尺度の群分け

| 群 | 孤独感得点 | 人 数 |
|----|---------|--------------|
| H群 | 44点～71点 | 108人 (25.5%) |
| M群 | 33点～43点 | 206人 (48.6%) |
| L群 | 22点～32点 | 110人 (25.9%) |

2.6.2. 自己受容尺度の得点化と群の抽出

得点化の方法は、31項目それぞれに対して、「良い」「好き」の回答には5点、「どちらかといえば良い」「どちらかといえば好き」の回答には4点、「どちらかといえば悪い」「どちらかといえば嫌い」の回答には2点、「悪い」「嫌い」の回答には1点を与えた。また、「良い面も悪い面もある」「好きな面も嫌いな面もある」という両価的な回答には3点を与えた。各次元ごとに31項目の得点の合計点を算出し、それぞれ評価次元の受容得点、感覚次元の受容得点とした。

自己受容尺度の31番目の「すべてを含んだ自分」への各次元の回答の組み合わせによって表2のような4群を抽出した。

表2 自己受容の群分け

| パ タ ー ン | 群 | 人 数 |
|--------------------------------|--------|------|
| 「良いー好き」の者 | 肯定的受容群 | 176人 |
| 「悪いー嫌い」の者 | 否定的受容群 | 38人 |
| 「良いけれど嫌い」「悪いけれど好き」の者 | 二元的受容群 | 7人 |
| 「良い面も悪い面もある」「好きな面も嫌いな面もある」を含む者 | 両価的受容群 | 202人 |

3. 結 果

3.1. 孤独感の性差の結果について

表3は、孤独感の得点の平均値を性別に示したものである。その結果、男子は、女子よりも孤独感の高いことが認められた ($t=2.54$, $df=431$, $p<0.05$)。

表3 孤独感の得点の性差(SD)

| 男 子 | 女 子 |
|--------|--------|
| 39.69 | 37.70 |
| (8.13) | (7.85) |

3.2. 孤独感と自己受容との関連について

孤独感と自己受容の関連を検討するために、自己受容尺度の評価次元と感覚次元ごとに孤独感3群別と性別の2要因分散分析を行った。その結果、2次元とも性別の主効果と交互作用が認められず、孤独感3群別の主効果のみが認められた（評価次元： $F = 28.46$ ；感覚次元： $F = 33.28$ ；共に $df = 2, 387$ ； $p < 0.001$ ）。表4と表5は、それぞれ最終的にダンカン法による平均対の多重比較を行った際の評価次元と感覚次元の自己受容の得点の平均値を孤独感3群別に示したものである。表4から、孤独感の得点の低い者ほど、評価次元の受容得点の高いことが認められた。表5からは、孤独感の得点の低い者ほど、感覚次元の受容得点の高いことが認められた。

表4 孤独感3群別の評価次元の自己受容得点（SD）と多重比較の結果

| 孤独感 | H群 | M群 | L群 | 比較される群 | 有意水準（p） |
|-----|------------------|-------------------|-------------------|--------|---------|
| | 91.91 (16.55) | 103.43 (15.65) | 108.52 (16.44) | H群－M群 | ** |
| | | | | H群－L群 | ** |
| | | | | M群－L群 | * |

(*； $p < 0.05$ ，**； $p < 0.01$ ，***； $p < 0.001$ 以下、同様)

表5 孤独感3群別の感覚次元の自己受容得点（SD）と多重比較の結果

| 孤独感 | H群 | M群 | L群 | 比較される群 | 有意水準（p） |
|-----|------------------|-------------------|-------------------|--------|---------|
| | 90.19 (17.14) | 103.36 (16.15) | 109.08 (17.37) | H群－M群 | ** |
| | | | | H群－L群 | ** |
| | | | | M群－L群 | ** |

次に、自己受容尺度の2次元ごとに、各領域（「生き方」「性格」「家庭」「学校」「身体能力」と「すべてを含んだ自分」）に関して、孤独感3群別と性別による2要因分散分析を行った。その結果、2次元とも交互作用は認められず、孤独感3群別のすべてと性別の一部で主効果が認められた（表6参照）。表7と表8は、それぞれ最終的にダンカン法による平均対の多重比較を行った際の評価次元と感覚次元の自己受容の得点の平均値を孤独感3群別と性別に示したものである。表7から、孤独感の得点の低い者ほど、評価次元の受容得点の高いことが認められた。また、「生き方」の領域と「すべてを含んだ自分」では男子の方が、「家庭」の領域では女子の方が評価次元の受容得点

表6 孤独感3群別・性別による自己受容の分散分析の結果（F値）

| （評価次元） | 生き方 | 性格 | 家庭 | 学校 | 身体能力 | 全てを含んだ自分 | （df） |
|--------|----------|----------|--------|----------|----------|----------|---------|
| 孤独感3群別 | 14.87*** | 30.72*** | 5.69** | 21.44*** | 10.19*** | 11.97*** | 2 / 418 |
| 性別 | 4.69 * | 1.99 | 7.56** | 3.75 | 3.04 | 6.47 * | 1 / 418 |

| （感覚次元） | 生き方 | 性格 | 家庭 | 学校 | 身体能力 | 全てを含んだ自分 | （df） |
|--------|----------|----------|---------|----------|--------|----------|---------|
| 孤独感3群別 | 21.87*** | 38.09*** | 7.30** | 25.08*** | 9.23** | 17.47*** | 2 / 418 |
| 性別 | 1.78 | 1.94 | 10.16** | 3.11 | 0.30 | 1.09 | 1 / 418 |

の高いことが認められた。表8からは、孤独感の得点の低い者ほど、感覚次元の受容得点の高いことが認められた。また、「家庭」の領域では女子の方が感覚次元の受容得点の高いことが認められた。

表7 孤独感3群別と性別の評価次元の自己受容得点 (SD) と多重比較の結果

| 孤独感 | H 群 | M 群 | L 群 | 比較される群 | 有意水準 (p) |
|--------------|--------|--------|--------|---------|----------|
| 生 き 方 | 18.51 | 20.26 | 21.17 | H 群－M 群 | ** |
| | (4.55) | (3.42) | (3.75) | H 群－L 群 | ** |
| | | | | M 群－L 群 | * |
| 孤独感 | H 群 | M 群 | L 群 | 比較される群 | 有意水準 (p) |
| 性 格 | 17.94 | 20.39 | 22.15 | H 群－M 群 | ** |
| | (4.27) | (3.87) | (4.08) | H 群－L 群 | ** |
| | | | | M 群－L 群 | ** |
| 孤独感 | H 群 | M 群 | L 群 | 比較される群 | 有意水準 (p) |
| 家 庭 | 19.36 | 21.42 | 21.00 | H 群－M 群 | ** |
| | (5.28) | (4.47) | (5.00) | H 群－L 群 | * |
| | | | | M 群－L 群 | |
| 孤独感 | H 群 | M 群 | L 群 | 比較される群 | 有意水準 (p) |
| 学 校 | 16.52 | 18.74 | 19.97 | H 群－M 群 | ** |
| | (4.39) | (3.62) | (3.62) | H 群－L 群 | ** |
| | | | | M 群－L 群 | ** |
| 孤独感 | H 群 | M 群 | L 群 | 比較される群 | 有意水準 (p) |
| 身体能力 | 17.49 | 19.05 | 19.89 | H 群－M 群 | ** |
| | (4.26) | (3.92) | (4.50) | H 群－L 群 | ** |
| | | | | M 群－L 群 | |
| 孤独感 | H 群 | M 群 | L 群 | 比較される群 | 有意水準 (p) |
| 全てを含 んだ自分 | 3.12 | 3.50 | 3.64 | H 群－M 群 | ** |
| | (0.97) | (0.82) | (0.82) | H 群－L 群 | ** |
| | | | | M 群－L 群 | |

| 性 別 | 男 子 | 女 子 | 有意水準 (p) |
|--------------|-------|-------|----------|
| 生 き 方 | 20.39 | 19.79 | * |
| 家 庭 | 19.95 | 21.40 | ** |
| 全てを含 んだ自分 | 3.54 | 3.36 | * |

表 8 孤独感 3 群別と性別の感覚次元の自己受容得点 (SD) と多重比較の結果

| 孤独感 | H 群 | M 群 | L 群 | 比較される群 | 有意水準 (p) |
|--------------|--------|--------|--------|---------|----------|
| 生 き 方 | 18.23 | 20.34 | 21.83 | H 群－M 群 | ** |
| | (4.75) | (3.85) | (3.86) | H 群－L 群 | ** |
| | | | | M 群－L 群 | ** |
| 孤独感 | H 群 | M 群 | L 群 | 比較される群 | 有意水準 (p) |
| 性 格 | 17.27 | 20.15 | 21.98 | H 群－M 群 | ** |
| | (4.52) | (3.80) | (4.10) | H 群－L 群 | ** |
| | | | | M 群－L 群 | ** |
| 孤独感 | H 群 | M 群 | L 群 | 比較される群 | 有意水準 (p) |
| 家 庭 | 19.09 | 21.40 | 21.08 | H 群－M 群 | ** |
| | (4.85) | (4.72) | (5.03) | H 群－L 群 | ** |
| | | | | M 群－L 群 | |
| 孤独感 | H 群 | M 群 | L 群 | 比較される群 | 有意水準 (p) |
| 学 校 | 16.10 | 18.66 | 20.05 | H 群－M 群 | ** |
| | (4.54) | (3.81) | (4.05) | H 群－L 群 | ** |
| | | | | M 群－L 群 | ** |
| 孤独感 | H 群 | M 群 | L 群 | 比較される群 | 有意水準 (p) |
| 身体能力 | 17.43 | 19.12 | 19.84 | H 群－M 群 | ** |
| | (4.36) | (4.25) | (4.48) | H 群－L 群 | ** |
| | | | | M 群－L 群 | |
| 孤独感 | H 群 | M 群 | L 群 | 比較される群 | 有意水準 (p) |
| 全てを含 んだ自分 | 3.17 | 3.67 | 3.90 | H 群－M 群 | ** |
| | (1.09) | (0.91) | (0.89) | H 群－L 群 | ** |
| | | | | M 群－L 群 | * |

| 性 別 | 男 子 | 女 子 | 有意水準 (p) |
|-----|-------|-------|----------|
| 家 庭 | 19.76 | 21.44 | ** |

表9は、孤独感と自己受容との関連を検討するために各尺度の相関係数を示したものである。その結果、評価次元、感覚次元ともに孤独感とは有意な負の相関のあることが認められた。

表9 孤独感と自己受容との相関

| | 孤独感尺度 | 評価次元尺度 | 感覚次元尺度 |
|--------|----------|---------|--------|
| 孤独感尺度 | | | |
| 評価次元尺度 | -0.407** | | |
| 感覚次元尺度 | -0.437** | 0.928** | |

3.3. 自己受容のパターンと孤独感との関連について

孤独感の得点について、すべてを含んだ自分による自己受容のパターン4群の1要因分散分析を行った。その結果、自己受容のパターン4群に主効果が認められた ($F=18.37$; $df=3, 419$; $p < 0.01$)。表10は、ダンカン法による平均対の多重比較を行った結果を示したものである。肯定的受容群—否定的受容群間、両価的受容群—否定的受容群間に1%水準で、肯定的受容群—二元的受容群間に5%水準で有意差が認められた。すなわち、肯定的受容群や両価的受容群の者は、否定的受容群や二元的受容群の者より相対的に孤独感が低くなっている。

表10 自己受容4群別の孤独感の得点 (SD) と多重比較の結果

| 自己受容のパターン | 肯定的 | 否定的 | 二元的 | 両価的 | 比較される群 | 有意水準 (P) |
|-----------|-----------------|-----------------|------------------|-----------------|---------|----------|
| | 36.91 (7.35) | 46.68 (8.39) | 43.14 (10.02) | 38.22 (7.50) | 肯定的—否定的 | ** |
| | | | | | 肯定的—二元的 | * |
| | | | | | 肯定的—両価的 | |
| | | | | | 否定的—二元的 | |
| | | | | | 否定的—両価的 | ** |
| | | | | | 二元的—両価的 | |

4. 考 察

4.1. 孤独感の性差について

表3の結果より、孤独感の得点において男子の方が女子よりも有意に高いということが示された。落合 (1987) は、性差に関する一般的な結論は見いだされていないとしているが、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方が高い孤独感を示すことが報告されている (Borys & Perlman, 1985)。諸井 (1985) (1987) の研究では、男子が女子よりも孤独感が有意に高いことが報告されている。本研究の結果では、Borys & Perlman や諸井と同様な結果が得られたことになり、第1の目的は実証されたといえるだろう。このことから、Borys & Perlman の指摘した、男子が性役割上、情動的弱さや苦悩の表明が許容されにくいと、孤独感に陥りやすい

という特徴が示されていると思われる。

4.2. 孤独感・性差と評価次元の自己受容について

表4, 表6, 表7と図1の結果より, 孤独感の高い者ほど評価次元の自己受容は低くなるという結果が示された。このことは, 孤独を感じている者ほど, 社会的な基準や文化的ステレオタイプに対して自らを低く評価するということを示していると思われる。これまで, 大学生を対象にしている Jones ら (1981) の研究では, 孤独感が公的自意識と正の関係にあることが見い出されている。また, 加藤 (1973) は青年期後期が自我の社会的承認や社会との調和を重視する時期であるとしている。これらのことから, 高孤独者は特に, 社会的な基準からみた自己を強く意識するものの, その自己に対する評価が厳密であり, その結果, 自分の欠点や弱さ等が浮かび上がってきて, さらに自己に対する厳しさを増し, 自己受容が低くなったのではないかとと思われる。

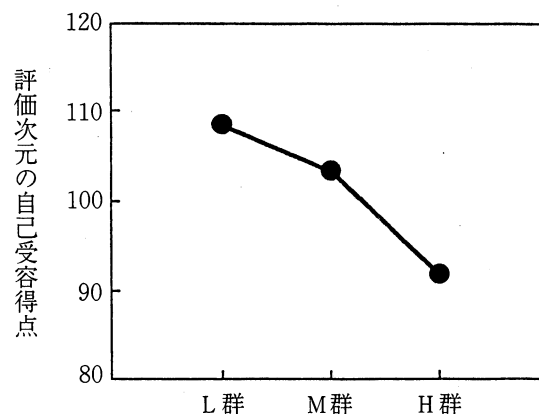


図1 評価次元の自己受容得点 (孤独感3群別) の比較

また, 性差については, 3つの領域で男女間の自己受容に異なる様相が示された。すなわち, 「生き方」と「すべてを含んだ自分」の領域では, 男子が女子よりも有意に高い自己受容を示し, 「家庭」の領域では, 女子が男子よりも有意に高い自己受容を示すという結果が得られている。このことから, 男子が自分自身に関わる個人的な課題で安定した自己を見い出し, これに対して, 女子は, 家族や友人などの他者との関わりに関する領域での自分自身をよりよく受容しているということが示された。これまで, 山本ら (1982) は, 大学生を対象にして, 男子では内面的資質についての自己認知が, 女子では対人的側面や社会的属性についての自己認知が, それぞれ自尊心と深く関わっていることを見い出しており, 本研究の結果はこれを支持するものであらうと思われる。

4.3. 孤独感・性差と感覚次元の自己受容について

表5, 表6, 表8と図2の結果より, 孤独感の高い者ほど感覚次元の自己受容は低くなるという結果が示された。このことは, 孤独を感じている者ほど, 自己内の感情的な評価が厳しいことを示していると思われる。孤独感は, 社会的相互作用における不満足から生起する不快なものであると考えられる。そして, 青年の理想を求めるという特徴から, 青年期前期の心理的離乳を経て, 親へ

の依存や親密さを断念したものの、それに代わる新たな対象を見い出せない状態で、孤独に陥る青年の興味や関心は自分自身や自分の身体に向けられ、非常に気にするようになって、自ら厳しい評価をするようになったと思われる。

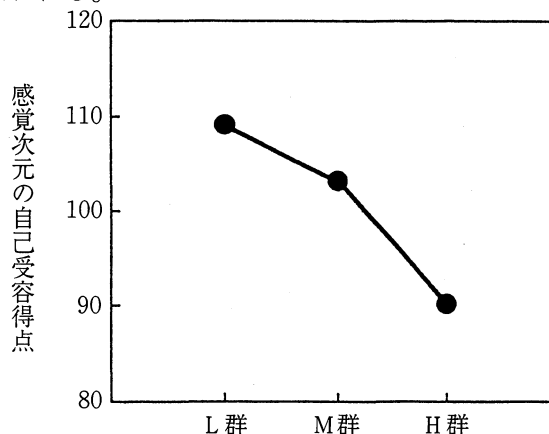


図2 感覚次元の自己受容得点 (孤独感3群別) の比較

また、性差について、「家庭」の領域で女子が男子よりも有意に高い自己受容を示すという結果が得られている。評価次元においても、感覚次元においても、「家庭」という領域で女子が高い自己受容を示していたことから、女子は社会的な関係性からみた自己に対して安定した評価をしていると思われる。これに関連して、伊藤 (1989) は、領域間の相関を調べた結果、女子の場合、「家庭」の領域が他の領域から分離・独立していくという結果が得られ、女子青年にとって家庭という存在が他の領域とは異なる特別な意味を持つことを明らかにしている。以上のことから、女子は社会における自己のあり方を重視し、対人的な側面から自我を確立していくことが示唆されたといえよう。

4.4. 孤独感と自己受容の相関について

表9の結果より、評価次元・感覚次元の自己受容とも孤独感と有意な負の相関が示された。これまで、自己に対する肯定的な感情である自尊心が孤独感と負の関係にあるということが一貫して見い出されているが、本研究の結果からも、自己をありのままに受け入れられない、自己を肯定的に見られないということは、孤独感を生じさせるということが明らかにされ、第2の目的は実証されたといえるだろう。また、大学生において理想像が「良い人間像」から「好きな人間像」に近づくと想定して第3の目的を設定したが、自己受容の次元に関わりなく、両次元とも孤独感と有意な負の相関を示しており、実証することはできなかった。このことは、加藤 (1973) の指摘にあるような青年期後期では自我の社会的な承認が重視されていることを示唆するものといえよう。

4.5. 自己受容のパターンと孤独感の関連について

表10と図3の結果より、「すべてを含んだ自分」に対する評価次元と感覚次元の回答の組み合わせによる受容パターンの4群と孤独感との関連を見ていくと、否定的受容群、二元的受容群、両価

的受容群、肯定的受容群の順に孤独感は高くなっていた。特に、肯定的受容群と否定的受容群・二元的受容群との間、両価的受容群と否定的受容群との間には、孤独感の程度に有意な差が認められた。

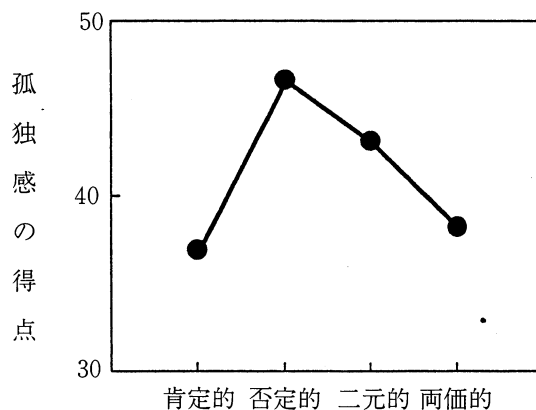


図3 孤独感の得点（自己受容のパターン4群別）の比較

肯定的受容群で最も孤独感が低く、否定的受容群で最も孤独感が高いという結果が得られている。このことは、社会的基準から見た自己も、個人内基準から見た自己も肯定的に受容している者は、よく適応していて孤独を感じにくく、一方、自己を社会的にも個人的にも認められない者は孤独を感じやすいことを示している。また、二元的受容群も否定的受容群と同様に、肯定的受容群に比べて有意に高い孤独感を示している。これは、社会的基準から見た自己の評価あるいは個人内の感覚的な評価のいずれかを肯定的に自己受容していたとしても、他の面で自己を低く評価している場合、孤独感が高くなることを示している。Peplau & Perlman (1988) によれば、Rogers (1970) は孤独感を「……さまざまな理由から、習慣となっている防衛のいくつかを身につけず、傷つきやすく、おびえて、ひとりぼっちではあるが、真の自己をもち、判断や評価されるような世界の中での拒否を確信している立場に自分がおかれていると気づいた人にとって、最も鋭く激しいものである」と述べている。このようなことから、自己のありのままを見つめて、個人内の感覚的な判断から「好き」と肯定的に評価していたとしても、社会的には「悪い」と拒否されるだろうという確信をもつと、その不安から孤独感に陥りやすいと思われる。これと反対に、真の自己に対して自分自身、自信がもてなかったり、他者から拒否されることに対して不安があったりして、見せかけの自己を拡大させている場合、つまり、本当の自分以上に社会的に「良い」自分を見せている場合、そこには真の自己との葛藤が生じ、自己のうちに実存的な空虚感、孤独感が生じてくると考えられる。以上のことから、二元的受容群は評価次元と感覚次元のずれが、不適応状態を生じさせる傾向をもっているといえよう。

両価的受容群と孤独感の関連については、この群は肯定的受容群に次いで孤独感は低かった。両価的受容とは、自己の良い面、好きな面と同時に、悪い面、嫌いな面も自己の側面として認知し受け入れている状態と考えられる。本研究の結果は、自己の欠点等も拒否したりせず、それらも含めてありのままの自己を受け入れている者は、孤独を感じにくいということが明らかにされており、

第4の目的を実証したといえるだろう。

青年期は、自我同一性の模索から確信にいたる過程であると定義されることがある。本研究で両価的受容群としてとらえた、「良い面も悪い面もある」あるいは「好きな面も嫌いな面もある」という判断を行っている状態を、自我同一性探求のプロセスの中でとらえ直すと、「何々としての自分」があまりに多く、どれが自分に一番ぴたりするのか分からなくなり、様々な自分を抱え込んでいる状態、いわゆる拡散*と呼ばれる危機の状態と考えられる。Erikson (1949) は「危機」はその後の課題の解決、達成に向かったの起回点としての意味をもつ、としている。このことから、両価的な自己受容をしている状態が、様々な自己を抱えて混乱している危機の状態でありながら孤独感があまり高くないのは、様々な自己を抱えた上で様々な可能性を模索しているためではないかと思われる。

青年期において、このような拡散の状態は、多くの青年が通過すべき自我同一性確立の過程に位置づけられる。この拡散の状態に取り組み、自己観を様々な分化させることで適応の範囲は広がり、ものの考え方も柔軟性をもつようになり、ひとまわり大きな肯定的な自己像を獲得し、成長していくといわれる。これらのことから、青年期において、多少の孤独感に浸りつつ、じっくりと自己を見つめて、自我同一性を模索していく過程は、後の自己実現に結びつくためにも重要な過程であり、両価的な自己受容がなされている状態は、いわば、青年期における健康的なパーソナリティを表わしていると思われる。また、このことは、両価的な自己受容に伴う孤独感には肯定的な価値が含まれていることを示唆しているといえよう。

5. 要 約 と 結 論

本研究は、大学生433名を対象にして、青年期における孤独感と自己受容との関連について検討したものである。

主な結果として、以下のことが明らかにされた。

- ①女子よりも男子の方の孤独感が高かった。
- ②孤独感の得点の低い者ほど評価次元・感覚次元の受容得点が高かった。また、孤独感と自己受容との間には負の相関が示された。
- ③評価次元の自己受容で、自分自身に関わる個人的な課題の領域では、女子よりも男子の方の自己受容が高かった。一方、女子は、評価次元でも感覚次元でも、他者との関わりに関する領域で、男子よりも自己受容が高かった。
- ④否定的受容群、二元的受容群、両価的受容群、肯定的受容群の順に孤独感が高かった。
- ⑤両価的受容群は健康的なパーソナリティを示していると考えられた。

*本研究でいう拡散とは、危機の中で種々の可能性を希求しているモラトリアムの状態とする。

今後さらに、対象を中・高校生に広げた発達的な検討や両価的自己受容の青年像の実証的な検討などが必要であろうと思われる。

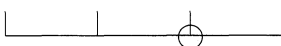






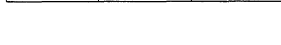

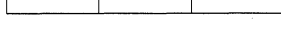

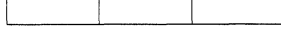
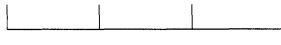

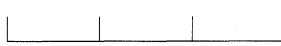






付記：資料収集にあたり、調査対象の学生の皆様に御協力をいただきました。また、幸泉氏（現、鹿児島県揖宿郡喜入町立中名小学校教諭）には、資料の収集・分析の過程において、御援助・御協力をいただきました。ここに感謝の意を表わします。

引用文献

- 1) Borys, S. & Perlman, D. 1985 Gender differences in loneliness. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 11, 63-74.
- 2) Erikson, E. 1949 *Identity and the life cycle*. New York: International Universities Press. 小此木啓吾 訳 1973 自我同一性 誠信書房.
- 3) 伊藤美奈子 1989 青年期自己受容における分化と統合, 日本心理学会第53回大会発表論文集, 24.
- 4) 伊藤美奈子 1991 a 理想とのずれ・自意識と自己受容との関連について, 日本教育心理学会第33回総会発表論文集, 287-288.
- 5) 伊藤美奈子 1991 b 自己受容尺度作成と青年期自己受容の発達的变化-2次元から見た自己受容発達プロセス-, 発達心理学研究, 2 (2), 70-77.
- 6) Jones, W. H., Freeman, J. E. & Goswick, R. A. 1981 The persistence of loneliness: Self and other determinants. *Journal of Personality*, 49, 27-48.
- 7) 加藤隆勝 1973 青年期の発達心理学的意義, 依田新他編 現代青年心理学講座 3 青年期の発達の意義, 金子書房.
- 8) 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.
- 9) 倉智佐一 1986 人格形成の心理学, 北大路書房.
- 10) 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 (4), 237-240.
- 11) 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 (2), 151-161.
- 12) 落合良行 1985 青年期における孤独感を中心とした生活感情の関連構造, 教育心理学研究, 33 (1), 70-75.
- 13) 落合良行 1987 孤独感に関する実証的研究の現状, 青年心理学研究, 1, 17-24.
- 14) Peplau, L. A. & Perlman, D.; 加藤義明監訳 1988 孤独感の心理学, 誠信書房.
- 15) 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.
- 16) 山本真理子・松井豊・山成由紀子 1982 認知された自己の諸側面の構造, 教育心理学研究, 30 (1), 64-68.

添付資料1. 孤独感の測定 (工藤・西川, 1983より)

| | | | |
|--------------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| け っ し て 感 じ な い | あ ま り 感 じ な い | た び た び 感 じ る | い つ も 感 じ る |
|--------------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|----------------------------|

- (例) 友達といっしょにいと楽しいと思う。..... 
1. 私は、自分のまわりにいる友達と仲よくいっていると思う。..... 
2. 私は、友達とのつきあいが無いと思う。..... 
3. 私には、たよりにできる友達がだれもいないと思う。..... 
4. 私は、ひとりぼっちではないと思う。..... 
5. 私は、自分のまわりにいる友達と似ているところが
多いと思う。..... 
6. 私は、今、だれとも仲良くしていないと思う。..... 
7. 私の興味や考えていることは、私の友達のとちがうと思う。..... 
8. 私は、外に出るのが好きな人間であると思う。..... 
9. 私には仲のよい友達がいると思う。..... 
10. 私は、仲のよい友達の気持ちや考えていることが
よくわかると思う。..... 
11. 私は、なかまはずれにされていると思う。..... 
12. 私の友達とのつながりは、うわべだけのものであると思う。..... 
13. 私をよく知っている友達はだれもいないと思う。..... 
14. 私は、友達からはなれていると思う。..... 
15. 私は、その気になれば友達とつきあうことができると思う。..... 
16. 私を本当にわかってくれる友達がいると思う。..... 
17. 私は、たいへん恥ずかしがりやなのでみじめであると思う。..... 
18. 私にはあいさつぐらいする友達はあるが、気持ちや
考えていることまで知っている友達はいないと思う。..... 
19. 私には話し合える友達がいると思う。..... 
20. 私には頼れる友達がいると思う。..... 

添付資料 2. 自己受容の測定 (伊藤, 1989より)

《感覚次元の受容尺度》

- (例) 自分の印象は…………… (好き・どちらかといえば好き・どちらかといえば嫌い・嫌い・好きな面も嫌いな面もある)
1. 自分の生き方は…………… (好き・どちらかといえば好き・どちらかといえば嫌い・嫌い・好きな面も嫌いな面もある)
 2. 自分の考え方は…………… (好き・どちらかといえば好き・どちらかといえば嫌い・嫌い・好きな面も嫌いな面もある)
 3. 過去の自分は…………… (好き・どちらかといえば好き・どちらかといえば嫌い・嫌い・好きな面も嫌いな面もある)
 4. 将来の自分は…………… (好き・どちらかといえば好き・どちらかといえば嫌い・嫌い・好きな面も嫌いな面もある)
 5. 男性 (女性)
 としての自分は…………… (好き・どちらかといえば好き・どちらかといえば嫌い・嫌い・好きな面も嫌いな面もある)
 6. 自分は, 現在
 幸福という点では…………… (好き・どちらかといえば好き・どちらかといえば嫌い・嫌い・好きな面も嫌いな面もある)
 7. 自分は
 やさしさという点では…………… (好き・どちらかといえば好き・どちらかといえば嫌い・嫌い・好きな面も嫌いな面もある)
 8. 自分は
 まじめさという点では…………… (好き・どちらかといえば好き・どちらかといえば嫌い・嫌い・好きな面も嫌いな面もある)
 9. 自分は明るさという点では…………… (好き・どちらかといえば好き・どちらかといえば嫌い・嫌い・好きな面も嫌いな面もある)
 10. 自分は積極性という点では…………… (好き・どちらかといえば好き・どちらかといえば嫌い・嫌い・好きな面も嫌いな面もある)
 11. 自分は協調性・社交性
 という点では…………… (好き・どちらかといえば好き・どちらかといえば嫌い・嫌い・好きな面も嫌いな面もある)
 12. 自分は自立性という点では…………… (好き・どちらかといえば好き・どちらかといえば嫌い・嫌い・好きな面も嫌いな面もある)
 13. 父親に対する
 子供としての自分は…………… (好き・どちらかといえば好き・どちらかといえば嫌い・嫌い・好きな面も嫌いな面もある)
 14. 母親に対する
 子供としての自分は…………… (好き・どちらかといえば好き・どちらかといえば嫌い・嫌い・好きな面も嫌いな面もある)
 15. 兄 (姉・弟・妹)
 としての自分は…………… (好き・どちらかといえば好き・どちらかといえば嫌い・嫌い・好きな面も嫌いな面もある)
 16. 家族の一員としての自分は…………… (好き・どちらかといえば好き・どちらかといえば嫌い・嫌い・好きな面も嫌いな面もある)
 17. 自分の家庭の雰囲気は…………… (好き・どちらかといえば好き・どちらかといえば嫌い・嫌い・好きな面も嫌いな面もある)
 18. 自分の家庭の経済状態は…………… (好き・どちらかといえば好き・どちらかといえば嫌い・嫌い・好きな面も嫌いな面もある)
 19. 生徒としての自分は…………… (好き・どちらかといえば好き・どちらかといえば嫌い・嫌い・好きな面も嫌いな面もある)
 20. 友達に対する自分は…………… (好き・どちらかといえば好き・どちらかといえば嫌い・嫌い・好きな面も嫌いな面もある)
 21. 自分の学習態度は…………… (好き・どちらかといえば好き・どちらかといえば嫌い・嫌い・好きな面も嫌いな面もある)
 22. 自分の成績は…………… (好き・どちらかといえば好き・どちらかといえば嫌い・嫌い・好きな面も嫌いな面もある)
 23. 自分は, 友達の多さ
 という点では…………… (好き・どちらかといえば好き・どちらかといえば嫌い・嫌い・好きな面も嫌いな面もある)
 24. 自分の学校の評判は…………… (好き・どちらかといえば好き・どちらかといえば嫌い・嫌い・好きな面も嫌いな面もある)
 25. 自分の容姿は…………… (好き・どちらかといえば好き・どちらかといえば嫌い・嫌い・好きな面も嫌いな面もある)
 26. 自分のスタイルは…………… (好き・どちらかといえば好き・どちらかといえば嫌い・嫌い・好きな面も嫌いな面もある)
 27. 自分は健康という点では…………… (好き・どちらかといえば好き・どちらかといえば嫌い・嫌い・好きな面も嫌いな面もある)
 28. 自分は体力という点では…………… (好き・どちらかといえば好き・どちらかといえば嫌い・嫌い・好きな面も嫌いな面もある)
 29. 自分の能力・特技は…………… (好き・どちらかといえば好き・どちらかといえば嫌い・嫌い・好きな面も嫌いな面もある)
 30. 自分の趣味は…………… (好き・どちらかといえば好き・どちらかといえば嫌い・嫌い・好きな面も嫌いな面もある)
 - * 以上すべてを含んだ自分は…………… (好き・どちらかといえば好き・どちらかといえば嫌い・嫌い・好きな面も嫌いな面もある)

《評価次元の受容尺度》

- (例) 自分の印象は……(良い・どちらかといえば良い・どちらかといえば悪い・悪い・良い面も悪い面もある)
1. 自分の生き方は……(良い・どちらかといえば良い・どちらかといえば悪い・悪い・良い面も悪い面もある)
 2. 自分の考え方は……(良い・どちらかといえば良い・どちらかといえば悪い・悪い・良い面も悪い面もある)
 3. 過去の自分は……(良かった・どちらかといえば良かった・どちらかといえば悪かった・悪かった・良い面も悪い面もあった)
 4. 将来の自分は……(良い・どちらかといえば良い・どちらかといえば悪い・悪い・良い面も悪い面もある) だろう
 5. 男性 (女性)

としての自分は……(良い・どちらかといえば良い・どちらかといえば悪い・悪い・良い面も悪い面もある)
 6. 自分は、現在

幸福という点では……(良い・どちらかといえば良い・どちらかといえば悪い・悪い・良い面も悪い面もある)
 7. 自分は

やさしさという点では(良い・どちらかといえば良い・どちらかといえば悪い・悪い・良い面も悪い面もある)
 8. 自分は

まじめさという点では(良い・どちらかといえば良い・どちらかといえば悪い・悪い・良い面も悪い面もある)
 9. 自分は明るさという点では(良い・どちらかといえば良い・どちらかといえば悪い・悪い・良い面も悪い面もある)
 10. 自分は積極性という点では(良い・どちらかといえば良い・どちらかといえば悪い・悪い・良い面も悪い面もある)
 11. 自分は協調性・社交性

という点では……(良い・どちらかといえば良い・どちらかといえば悪い・悪い・良い面も悪い面もある)
 12. 自分は自立性という点では(良い・どちらかといえば良い・どちらかといえば悪い・悪い・良い面も悪い面もある)
 13. 父親に対する

子供としての自分は…(良い・どちらかといえば良い・どちらかといえば悪い・悪い・良い面も悪い面もある)
 14. 母親に対する

子供としての自分は…(良い・どちらかといえば良い・どちらかといえば悪い・悪い・良い面も悪い面もある)
 15. 兄 (姉・弟・妹)

としての自分は……(良い・どちらかといえば良い・どちらかといえば悪い・悪い・良い面も悪い面もある)
 16. 家族の一員としての自分は(良い・どちらかといえば良い・どちらかといえば悪い・悪い・良い面も悪い面もある)
 17. 自分の家庭の雰囲気は……(良い・どちらかといえば良い・どちらかといえば悪い・悪い・良い面も悪い面もある)
 18. 自分の家庭の経済状態は…(良い・どちらかといえば良い・どちらかといえば悪い・悪い・良い面も悪い面もある)
 19. 生徒としての自分は……(良い・どちらかといえば良い・どちらかといえば悪い・悪い・良い面も悪い面もある)
 20. 友達に対する自分は……(良い・どちらかといえば良い・どちらかといえば悪い・悪い・良い面も悪い面もある)
 21. 自分の学習態度は……(良い・どちらかといえば良い・どちらかといえば悪い・悪い・良い面も悪い面もある)
 22. 自分の成績は……(良い・どちらかといえば良い・どちらかといえば悪い・悪い・良い面も悪い面もある)
 23. 自分は友達の多さ

という点では……(良い・どちらかといえば良い・どちらかといえば悪い・悪い・良い面も悪い面もある)
 24. 自分の学校の評判は……(良い・どちらかといえば良い・どちらかといえば悪い・悪い・良い面も悪い面もある)
 25. 自分の容姿は……(良い・どちらかといえば良い・どちらかといえば悪い・悪い・良い面も悪い面もある)
 26. 自分のスタイルは……(良い・どちらかといえば良い・どちらかといえば悪い・悪い・良い面も悪い面もある)
 27. 自分は健康という点では…(良い・どちらかといえば良い・どちらかといえば悪い・悪い・良い面も悪い面もある)
 28. 自分は体力という点では…(良い・どちらかといえば良い・どちらかといえば悪い・悪い・良い面も悪い面もある)
 29. 自分の能力・特技は……(良い・どちらかといえば良い・どちらかといえば悪い・悪い・良い面も悪い面もある)
 30. 自分の趣味は……(良い・どちらかといえば良い・どちらかといえば悪い・悪い・良い面も悪い面もある)
 - * 以上すべてを含んだ自分は(良い・どちらかといえば良い・どちらかといえば悪い・悪い・良い面も悪い面もある)