

大学1年生における愛着スタイルが友人関係と幸福感に及ぼす影響に関する短期縦断的研究

A short-term longitudinal study on the effects of attachment style on friendship and happiness in university freshman

石野 大

(教育心理学領域)

問題と目的

乳幼児期に形成される愛着は、その過程で IWM を内在化させ、個人のパーソナリティ特性として連続性をもって対人関係に影響を及ぼす。そして、愛着は IWM 概念を基に 4 つの愛着スタイルに分類される (中尾・加藤, 2004)。愛着スタイルが影響を及ぼす対人関係の 1 つに友人関係が挙げられるが、特に新たな友人関係を形成する段階である大学 1 年生において、入学当初の友人関係における人数や関係性に影響を及ぼすと考えられる (村上, 2014; 尾形・舟橋, 2016)。さらに、その影響は友人関係の形成過程に継続的な影響を及ぼすと考えられる (岡田, 2008)。また、友人関係はその人数と関係性の両方の観点から検討する必要がある (落合・佐藤, 1996)、関係性についてはソーシャル・サポートが得られているかどうかは大学生にとって重要であると考えられる (嶋, 1991)。その際、先行研究からその対象を友人と親友に分けて検討を行う必要があると考えられる。加えて、友人関係と幸福感との間には関連があり、その関連は対人関係のパターンによって異なる可能性がある (徳永・松下, 2010; 内田・遠藤・柴内, 2012)。

そこで、本研究では新たな友人関係の形成期である大学 1 年生において、個人のパーソナリティ特性としてある程度の連続性を持つ愛着スタイルが友人関係における人数及びソーシャル・サポートに及ぼす影響、さらに愛着スタイル及び友人関係が幸福感へ及ぼす影響について検討を行う。加えて、短期縦断的に調査を行うことで、愛着スタイルが友人関係の形成に及ぼす影響や、愛着スタイル及び友人関係の変化が幸福感に及ぼす影響についても検討を行う。その際、友人関係を人数及び関係性の 2 つの側面から検討すること、友人関係の関係性の側面について友人及び親友からのソーシャル・サポートから検討すること、愛着スタイルと友人関係の人数及び関係性を短期縦断的に検討することに着目する。

また、本研究の仮説として、安定した愛着スタイルは友人の数に正の影響を及ぼすが、その人数に関係なく友人からのソーシャル・サポートの獲得を促進すると考えられ、獲得されたソーシャル・サポートによって幸福感を得ることができると考えられる。そして、不安定な愛着スタイルは、

友人の人数に負の影響を及ぼすが、その狭い友人関係から得られるソーシャル・サポートが幸福感の獲得に繋がる場合もあると考えられる。

方法

調査対象者 (a) 第 1 回: 愛知教育大学の学部 1 年生 132 名であった。その中から欠損値を含む回答を除外した 130 名 (男性 45 名, 女性 85 名) を調査対象とした。平均年齢は 18.25 歳 ($SD=0.47$, *range*: 18~20 歳) であった。(b) 第 2 回: 1 回目に調査を依頼した愛知教育大学の学部 1 年生に再度協力を依頼し、内 115 名から回答を得た。その中から欠損値を含む回答を除外した 112 名 (男性 37 名, 女性 75 名) を調査対象とした。平均年齢は 18.74 歳 ($SD=0.58$, *range*: 18~20 歳) であった。

調査時期 (a) 第 1 回: 平成 29 年の 4 月下旬から 6 月上旬に実施した。(b) 第 2 回: 平成 29 年の 11 月上旬から 12 月上旬にかけて実施した。

質問紙の構成

1. フェイスシート 年齢, 性別, 学籍番号, 住居が自宅か下宿か, 1 日のうち住居で過ごす時間, アルバイト勤務の有無と 1 週間あたりの勤務時間, 部活動・サークル加入の有無と 1 週間あたりの活動時間からなる。2 回目の調査では, 1 回目の調査項目に加え, 第一志望の大学であったかどうかを問う項目, 及び親友と友人の違いについての自由記述を追加した。
2. 愛着スタイルを測定する尺度 ECR-GO (中尾・加藤, 2004) を用いた。この尺度は, “見捨てられ不安” 20 項目, “親密性回避” 16 項目の計 36 項目から構成されている。本研究では調査対象者への負担を考慮して, 中尾・加藤 (2004) から, 因子負荷量 .40 以上を基準として, それ未満の 6 項目を削除した 30 項目を用いた。
3. 友人関係を測定する尺度 以下の内容について, 今現在付き合いのある親友 (以後, 「親友」と記す) と, 親友を除いた大学での友人 (以後, 「大学での友人」と記す) のそれぞれについて尋ねた。(a) 友人数に関する指標 (宮本, 2012) から 4 項目を用いた。友人数についてはその人数を自由記述で回答を求め, 同世代の平均的な人と比べてどれくらい友人がいると思うか (以後, 「人数の他者比較」と記す) を尋ねた。(b) ソ

ーシャル・サポート尺度（嶋，1991）から 12 項目を用いた。この尺度は，“心理的サポート” 3 項目，“娯楽関連サポート” 3 項目，“道具的・手段的サポート” 3 項目，“問題解決志向的サポート” 3 項目から構成されている。

4. 幸福感を測定する尺度 主観的幸福感尺度（伊藤・相良・池田・川浦，2003）から 15 項目を用いた。この尺度は，“人生に対する前向きな気持ち（満足感）” 3 項目，“自信” 3 項目，“達成感” 3 項目，“人生に対する失望感” 3 項目，“至福感” 3 項目から構成されている。

手続き 講義の終了後の時間を利用して質問紙を配布し，その場で回答をしてもらい，その場で回収を行った。一部の調査対象者については個別に質問紙を渡し，その場で回答を求め，その場で回収した。

倫理的配慮 調査対象者に対して，研究の趣旨，調査の方法，縦断研究に伴う個人情報への同意と撤回について書面と口頭で説明を行い，同意を得た者について質問紙に回答を求めた。

結果と考察

1. 愛着スタイルによる友人関係の差異

愛着スタイルによって親友及び大学での友人との関係にどのような差異が生じるかを検討するために，愛着スタイルの 4 類型を独立変数，親友及び友人の人数とソーシャル・サポートを従属変数とした一要因分散分析を行った（Table 1）。

その結果，見捨てられ不安が低く親密性の希求が高い安定型が友人関係を積極的に拡大していることが示され，見捨てられ不安の高いとらわれ型は，安定型と比べ友人関係の拡大は見られないものの，愛着軽視型や恐れ型と比べ互いに支え合うことのできる友人関係を獲得していることが示された。

	愛着スタイル別に見た親友及び大学での友人との関係				F値	多重比較
	安定型	愛着軽視型	とらわれ型	恐れ型		
	M (SD) n	M (SD) n	M (SD) n	M (SD) n		
親友						
人数	12.81 (19.10) 32	4.77 (3.34) 30	9.45 (11.41) 31	9.58 (11.85) 33	2.06	
人数の他者比較	2.97 (1.03) 32	1.83 (0.99) 30	2.81 (1.58) 32	2.18 (1.10) 33	6.16 **	安定，とらわれ>愛着軽視** 安定>恐れ*
相談サポート	4.19 (0.64) 30	3.42 (0.68) 30	3.9 (0.59) 32	3.52 (0.63) 33	9.40 ***	安定>愛着軽視，恐れ*** とらわれ>愛着軽視*，恐れ†
娯楽関連サポート	3.74 (0.74) 30	2.97 (0.74) 30	3.62 (0.68) 32	3.21 (0.78) 33	7.23 ***	安定>愛着軽視***，恐れ* とらわれ>愛着軽視**
大学での友人						
人数	41.28 (28.88) 32	23.63 (22.14) 30	30.66 (29.15) 32	21.81 (23.06) 32	3.63 *	安定>愛着軽視，恐れ*
人数の他者比較	2.78 (1.04) 32	2.23 (0.94) 30	2.81 (1.03) 32	2.33 (1.14) 33	2.61 †	
日常生活サポート	3.91 (0.84) 30	3.15 (1.01) 30	3.85 (0.58) 32	3.4 (0.68) 33	6.43 ***	安定>愛着軽視**，恐れ† とらわれ>愛着軽視**
娯楽関連サポート	2.77 (0.87) 30	1.94 (0.72) 30	2.71 (0.89) 32	2.46 (0.75) 32	6.49 ***	安定，とらわれ>愛着軽視** 恐れ>愛着軽視†
心理的サポート	3.28 (0.94) 30	2.45 (0.93) 30	3.16 (0.75) 32	2.52 (0.69) 33	8.28 ***	安定>愛着軽視，恐れ** とらわれ>愛着軽視**，恐れ†

注) *** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$, † $p < .10$

2. 友人関係による幸福感の差異

また，親友及び大学での友人との関係によって幸福感にどのような差異が生じるかを検討するために，親友及び大学での友人との関係（それぞれ，人数とソーシャル・サポートを軸として 4 つの型に分類した）を独立変数，幸福感の下位尺度を従属変数とした一要因分散分析を行った（Table 2, Table 3）。

その結果，友人関係による幸福感の違いからは，友人関係の人数やソーシャル・サポートの授受ができていない人が幸福感を強く感じていることが示された。また，人数が少なくとも，サポートの授受関係が成立している場合に幸福感が高まることも一部で示された。

	親友との関係別に見た幸福感				F値	多重比較
	NS群	Ns群	ns群	nS群		
	M (SD) n	M (SD) n	M (SD) n	M (SD) n		
人生に対する満足感	3.27 (0.48) 39	2.85 (0.57) 32	2.83 (0.47) 32	3.17 (0.51) 24	6.65 ***	NS>Ns, ns** nS>ns*
自信	2.91 (0.56) 38	2.56 (0.64) 31	2.51 (0.57) 32	2.69 (0.61) 24	3.28 *	NS>Ns†, ns*
達成感	2.83 (0.49) 39	2.56 (0.72) 32	2.67 (0.67) 32	2.9 (0.49) 24	1.92	
周囲との一体感	2.47 (0.63) 39	2.17 (0.75) 32	1.89 (0.58) 32	2.33 (0.65) 24	4.98 **	NS>ns** nS>ns†

注) *** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$, † $p < .10$

	大学での友人との関係別に見た幸福感				F値	多重比較
	NS群	Ns群	ns群	nS群		
	M (SD) n	M (SD) n	M (SD) n	M (SD) n		
人生に対する満足感	3.26 (0.46) 43	2.95 (0.58) 27	2.76 (0.50) 36	3.19 (0.50) 19	7.10 ***	NS>Ns†, ns*** nS>ns*
自信	2.82 (0.55) 43	2.73 (0.57) 26	2.39 (0.62) 36	2.88 (0.57) 19	4.66 **	NS**，nS*>ns
達成感	2.77 (0.60) 44	2.81 (0.56) 27	2.61 (0.69) 36	2.84 (0.44) 19	0.92	
周囲との一体感	2.5 (0.70) 44	2.06 (0.59) 27	1.96 (0.70) 36	2.26 (0.51) 19	5.22 **	NS>Ns*, ns**

注) *** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$, † $p < .10$

3. 愛着スタイルから幸福感への影響過程

次に，幸福感を規定する要因を検討するため，主観的幸福感の下位尺度を目的変数，説明変数として第 1 ステップに ECR-GO の下位尺度，第 2 ステップに親友及び大学での友人の人数とソーシャル・サポートの下位尺度を投入した，強制投入法による階層的重回帰分析と，主観的幸福感の下位尺度を目的変数，説明変数として第 1 ステップに ECR-GO の下位尺度，第 2 ステップに親友及び大学での友人の人数とソーシャル・サポートの変化得点（2 回目の親友及び友人との関係の下位尺度の得点から 1 回目の下位尺度の得点をそれぞれ引いたもの）を投入した，強制投入法による階層的重回帰分析を行った。

さらに，愛着スタイルから幸福感への影響過程を検討するために，ECR-GO の下位尺度及び 1 回目と 2 回目の調査における親友及び大学での

友人との関係、幸福感の下位尺度を用いてパス・ダイアグラムを作成した (Figure 1)。

その結果、親密性の希求及び友人との日常生活サポートが人生に対する満足感に影響すること (「第 2 ステップ」 $R^2 = .335, p < .001; \beta = .193, p < .05; \beta = .283, p < .05$), 親密性の希求が大学での友人との心理的サポートを媒介して自信に影響することが示された (「第 1 ステップ」 $R^2 = .148, p < .001; \beta = .300, p < .001$; 「第 2 ステップ」 $R^2 = .229, p < .01; \beta = .099, p = n.s.; \beta = .241, p < .05$)。また、愛着スタイルから幸福感へのパス・ダイアグラムの検討から、親密性の希求から入学直後の大学での友人との日常生活サポートを経由した人生に対する満足感への影響が示された。それに対して、自信については、見捨てられ不安からの直接的な影響が示された一方で、親密性の希求が大学での友人からの心理的サポートを経由して自信につながるという影響は示されなかった。これらのことから、安定型及びとらわれ型の 2 つの対人関係のパターンに共通する他者に親密性を希求する姿勢が、大学での友人との日常的な関わりを経由して人生に対する満足感へとつながるといえる。一方で、自信を感じることは、親密性を希求する姿勢が大学での友人との心理的関わりを媒介して影響するという結果と、見捨てられ不安が直接的に影響するという結果が示された。

さらに、親密性の希求及び大学での友人との日常生活サポートの減少と心理的サポートの増加が人生に対する満足感へ影響すること (「第 2 ステップ」 $R^2 = .186, p < .05; \beta = .331, p < .01; \beta = -.331, p < .05; \beta = .210, p < .10$), 親密性の希求及び大学での友人との日常生活サポー

トの減少が周囲との一体感へ影響することが示された (「第 2 ステップ」 $R^2 = .186, p < .05; \beta = .328, p < .01; \beta = -.345, p < .05$)。しかし、愛着スタイルから幸福感へのパス・ダイアグラムの検討からは、2 回目の親友及び大学での友人との関係から 2 回目の幸福感への有意なパスは見られなかった。それに対して、親密性の希求から 1 回目の大学での友人からの日常生活サポートを経由して 2 回目の周囲との一体感へ正の有意なパスが示された。これらのことから、大学での友人との関係を希求することが、入学直後の友人との普段の関わりにつながり、入学から約 6 か月後に周囲との一体感を感じることができるといえる影響過程が示されたと考えられる。その上で、2 回目の大学での友人との日常生活サポートから 2 回目の周囲との一体感への有意なパスが示されず、大学での友人との日常生活サポートの減少が周囲との一体感へ影響することが示されたこと踏まえると、入学から約 6 か月後にかけて友人との日常生活サポートが増加することは、周囲との一体感を抑制するのではないかと考えられる。一方で、入学から 6 か月後の人生に対する満足感については、1 回目の友人の人数が 2 回目の親友の人数に正のパスを示していたことから、ある程度関係の深くなった大学での友人は親友として捉えられるようになり、大学での友人との関係からの影響がみられなくなったことが仮定できる。しかし、親友との関係が人生に対する満足感へ及ぼす影響については確認できなかった。愛着スタイルから友人関係の変化を経由した人生に対する満足感への影響過程については、今後への課題を残す結果となったといえる。

4. 達成感を規定する要因

続いて、幸福感の下位因子である達成感と関連

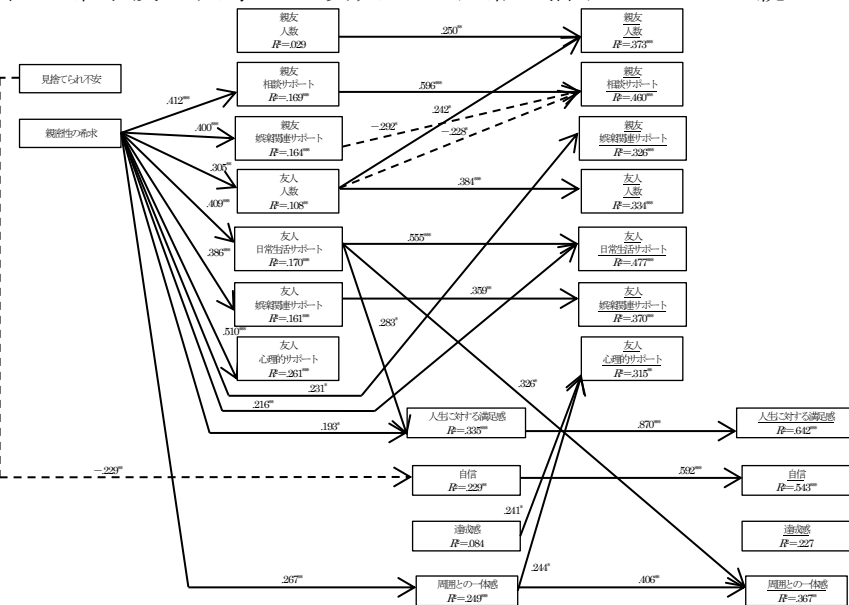


Figure 4. 愛着から幸福感へのパス・ダイアグラム。実線は有意な正のパス、点線は有意な負のパスを示し、アスタリスクは有意差を示す (** $p < .001$, * $p < .01$, * $p < .05$)。また、各名称のアンダーラインは第2回の友人関係及び幸福感の下位尺度であることを示す。

する要因について考察を行う。幸福感の他の下位因子と異なり、友人関係との関連や、愛着スタイル及び友人関係からの影響を検討した際に、有意差や関連が見られることはなかった。それに対して、補足的に大学が第一志望であったかどうかによって入学から約 6 か月後の達成感に違いが生じるかを検討したところ、2 回目の達成感において第一希望である方が有意に高いことが示された ($t(29.16) = 1.97, p < .10$)。これらのことから本研究においては、新入生が達成感を感じることに、愛着スタイルや友人関係ではなく、大学に第一志望で合格することができたか、ひいては自身の希望に沿った進路選択や就学環境にあるかという達成経験が関連すると推察さ

れる。

5. 各愛着スタイルの特徴

以上のことから、愛着スタイルが友人関係及び幸福感へ及ぼす影響について、安定型の対人関係のパターンを持つことが、大学での新たな友人関係を拡大させ、幸福感を感じた生活を送ることができるといえる。一方で、不安定な愛着スタイルである他の3つのパターンについて、各スタイルの全体に対して当てはまるとはいえないであろうが、他者との親密性を希求するとらわれ型の対人関係のパターンを持つ場合には、大学入学後にも広くはないが新たな友人関係が構築され、人生に対する満足感や周囲との一体感を感じることで生活を送ることができることと推察される。それに対して、自分が他者から見捨てられるのではないかという不安が少ない愛着軽視型の対人関係のパターンを持つ場合は、大学での新たな友人関係には積極的ではないが、大学という新たな環境で自信を持った生活を送ることができる可能性がある。しかし、恐れ型の対人関係のパターンを持つ場合には、大学での新たな友人関係の構築や幸福感の獲得は難しいことが推察される。このような幸福感が低い場合への支援として、友人関係の影響を受けにくい達成感を向上させるような取り組みが考えられる。

今後の課題

まず、本研究の方法として、調査対象者が少なかったこと及び調査時期の選定についての課題が挙げられる。調査対象者の人数については、多様な友人関係について検討するための人数を十分に確保するに至らなかった。さらに調査時期の選定については、入学初期の友人関係を詳細に捉えるため、調査時期を厳密に複数設定することが必要であったと考えられる。

次に、大学1年生が自信を感じることへの愛着スタイルと友人関係による影響について、大学での友人との心理的な関わりを媒介した親密性の希求による影響と、見捨てられ不安からの直接的な影響過程が示された。見捨てられ不安と自信との関連は先行研究を支持する結果であると考えられるが(金政, 2007; 丹羽, 2005), 本研究において示された親密性の希求が大学での友人との心理的サポートを媒介して自信へ影響することについては新しい知見であると考えられ、今後より詳細な検討が必要であると考えられる。

さらに、親密性の希求から大学での友人との心理的サポートの変化を経由した人生に対する満足感への影響過程が示されなかった要因として、友人とのサポートの内容の他にも様々な要因が関連すると考えられ、複数の要因を整理した上での詳細な検討が今後必要になるといえるだろう。

最後に、愛着スタイルから幸福感への影響過程における検討の中で示された、1回目の達成感及び周囲との一体感が2回目の友人との心理的サポートに正の影響を示していたことについて、本研究では友人関係が幸福感へ影響を及ぼすという因果関係を想定して調査を行っていた。しかし本研究の結果から、幸福感が友人関係を規定する要因としても捉えられることが推察され、実際には相互的に作用しているという結果を示したのではないかと考えられることから、今後より詳細な検討が必要であると考えられる。

引用文献

- 伊藤 裕子・相良 順子・池田 政子・川浦 康至 (2003). 主観的幸福感尺度の作成と信頼性・妥当性の検討 心理学研究, 74(3), 276-281.
- 金政 祐司 (2007). 青年期の愛着スタイルと友人関係における適応性との関連 社会心理学研究, 22(3), 274-284.
- 宮本 聡介 (2012). 友人ネットワークサイズと社会的自尊心の関連 ——日米大学生の比較—— 明治学院大学心理学紀要, 22, 61-72.
- 村上 達也 (2014). 大学生における愛着スタイルと友人関係への動機づけの関連 パーソナリティ研究, 22(3), 289-292.
- 中尾 達馬・加藤 和生 (2004). “一般他者”を想定した愛着スタイル尺度の信頼性と妥当性の検討 九州大学心理学研究, 9, 3-13.
- 丹羽 智美 (2005). 青年期における親への愛着と環境移行期における適応過程 パーソナリティ研究, 13(2), 156-169.
- 尾形 和男・舟橋 真緒 (2016). 夫婦関係が幼少期の父子関係イメージ・母子関係イメージ, 高校生の愛着スタイル, 対人関係に及ぼす影響 ——幼少期と高校時代についての大学生の回想から—— 愛知教育大学研究報告 教育科学編, 65, 75-84.
- 岡田 努 (2008). 親密な友人関係の形成・維持過程の動機づけモデルの構築 教育心理学研究, 56, 575-588.
- 落合 良行・佐藤 有耕 (1996). 青年期における友達とのつきあい方の発達的变化 教育心理学研究, 44(1), 55-65.
- 嶋 信宏 (1991). 大学生のソーシャルサポートネットワークの測定に関する一研究 教育心理学研究, 39, 440-447.
- 徳永 美紗子・松下 姫歌 (2010). ソーシャル・スキルおよび対人相互作用の質との関連 広島大学大学院心理臨床教育研究センター紀要, 9, 80-90.
- 内田 由紀子・遠藤 由美・柴内 康文 (2012). 人間関係のスタイルと幸福感 ——つきあいの数と質からの検討—— 実験社会心理学研究, 52(1), 63-75.