

大学生の一人でいられる能力と愛着スタイルとの関連

——「一人行動に対する不安耐性」尺度の作成——

鳥居 瑤子・岡島 泰三・桂田恵美子

「一人でいる」ことを、孤独や恐怖心、引きこもりといった否定的側面から捉えるのではなく、その肯定的側面に最初に注目したのは精神分析医の Winnicott である。Winnicott (1958) は、幼児の観察を通して「ひとりでいられる能力—the capacity to be alone—」(以下 CBA と略記) を提唱した。Winnicott のいう「ひとりでいる—to be alone—」とは、物理的に一人でいることだけでなく、誰かといながらひとりであるという複雑な心理的現象を含んでいる。

Winnicott は、CBA の確立には逆説的ではあるが「幼児が母親と一緒にいて一人であった」という体験が必要だと述べている。これは、「両者ともひとりでいるのだろうけれども、お互いにそこにいることが両者にとっては重要」であり、子どもが「必要とあれば必ず助けてくれる母親(またはその代理)」の存在を近くに感じ、安心感を持って一人で遊びに没頭できる状態である。これは Bowlby (1988) の言う、愛着対象者を Secure base としている安定型の子どもの姿に通じる。

野本 (2000) は Winnicott の CBA を検討し、「一人でいられる」人は、「二人でいた」時に得た重要な他者に対する程よい信頼感があるため、一人でいる時に世界から見捨てられたと感じることがなく、病的な孤独感をもつことがないと述べている。また、野本は、情緒が発達するにつれ、「ひとりでいる」ことを支持する存在が心の中の良いイメージや人を超えた存在や神、世界とのつながりといったものも含まれていくと述べている。つまり、青年期や成人期になると、信頼できる他者の存在は実際の人物の存在だけでなく、それまで培われてきた信頼できる他者との関係性からのイメージ(心的表象)も重要になってくる。これは、Bowlby (1969; 1973) のいう内的作業モデルに (IWM) に通じる。このように、Winnicott の提唱する CBA は、Bowlby の愛着理論と深い関係にあると言える。

そこで、本研究では、CBA と愛着スタイルの関連を調査することを主な目的とする。しかし、その前に、CBA を行動的側面から捉える尺度の作成を試みる。これまでの「一人でいること」に関する研究では、孤独感尺度(落合, 1983)や CBA 尺度(野本, 2000)など、一人でいることを普段からどのように捉えているかといった認知的側面に重点を置いたものが多く、行動的側面に重

点を置くものは少ない。しかし、一般的には、海野 (2007) や松尾・小川 (2001) が示しているように「一人でいること」は物理的に一人で単独行動をとるなど行動面で捉えられることが多い。また、野本の CBA 尺度は行動面との整合性は確認されていない。

以上より本研究では、研究Ⅰにおいて、大学生の一人でいることに関する行動面を測定する「一人行動に対する不安耐性」尺度を作成し、CBA 尺度との関連を検討する。次に、研究Ⅱにおいて、作成された尺度と CBA 尺度を使い、CBA と愛着スタイルとの関連について検討する。

研究Ⅰ

目的

CBA の行動面を測定する「一人行動に対する不安耐性」尺度を作成し、この尺度と CBA 尺度(野本, 2000)との関連を検討する。

方法

調査対象 本調査は、近畿圏にある大学の大学生 352 名に実施し、その内の留学生を除いた 341 名(男性 95 名, 女性 246 名)を対象とした。平均年齢は 20.0 歳(範囲: 18~25 歳)であった。

質問紙の構成および内容

質問紙は基本的属性を問うフェイスシートと「一人行動に対する不安耐性」尺度、CBA 尺度、「一人行動に対する不安耐性」尺度の妥当性を見るための不安特性を問う 13 項目と他者に対する意識(とらわれ感)を問う 4 項目から構成されていた。

フェイスシート 基本属性として、年齢、学年、性別、居住形態(自宅、一人暮らし、下宿・寮)や兄弟姉妹の有無、留学生か否かについて尋ねた。

一人行動に対する不安耐性 海野 (2007) の研究で示されている「ひとりの時間」を過ごしたと感じたときの項目リストを参考に、大学生がキャンパス内で、物理的に一人でする行動あるいは複数の人の中で友達や知人がいないなどの一人の状況を表す 14 項目を作成した。被調査者が大学生であるので、大学生の大学内での行動・状況に限定した。被調査者は、それぞれの項目にどの

程度不安に感じるかを、「とても感じる」(1点)~「全く感じない」(4点)の4件法で回答を行った。得点が高いほど、一人で行動することや一人であることに不安を感じないことを示している。

一人でいられる能力 Winnicottの理論を基に野本(2000)が作成したCBA尺度を使用した。この尺度は4因子46項目から成り立っている。しかし、この尺度を使用した米村(2005)の研究では3因子しか抽出されおらず、尺度の構造が安定していない可能性があった。そこで、本研究でも因子分析(主因子分析・プロマックス回転)を行い因子負荷量が.40以上の項目を採用した。その結果、各因子に負荷する項目は若干異なるものの、野本が作成したオリジナルと同様の傾向をもつ4因子39項目が抽出された。本研究では「孤独不安耐性」「つながりの感覚」「一人快適」「個性への気づき」と名付け、使用した。被調査者は、「とてもあてはまる」(5点)~「全くあてはまらない」(1点)の5件法で回答を行った。本研究では、全項目の総合得点をCBA得点とし、各因子の合計得点をCBA下位尺度得点として使用した。本研究におけるCBA得点の信頼性係数は $\alpha = .71$ で、下位尺度では、「孤独不安耐性」 $\alpha = .79$ 、「つながりの感覚」 $\alpha = .67$ 、「一人快適」 $\alpha = .84$ 、「個性への気づき」 $\alpha = .68$ と概ね高い信頼性が得られた。

不安特性 Spielberger, Gorsuch, & Lushene (1970)が開発したState-Trait Anxiety Scale (STAI)の日本語版(清水・今栄, 1981)から、長期的な性格特性としての不安水準を測定するA-Trait(不安特性)のうち、逆転項目を除いた13項目を使用した。被調査者は、普段一般的にどの程度の状態かを、「いつもそうである」(4点)~「決してそうでない」(1点)の4件法で回答した。本研究での α 係数は $\alpha = .87$ と高い信頼性が得られた。

他者に対する意識 本研究では、辻(1993)が開発した他者意識尺度の中から、他者について考えたり、空想したりしながら、その空想的イメージに注意を焦点づけ、それを追いかける傾向を測定する空想的他者意識の4項目を使用した。被調査者は、「全くそうだ」(5点)~「全くちがう」(1点)の5件法で回答した。4項目を合計したものを、本研究では「他者へのとらわれ感」と名付けた。高得点ほど、他者へのとらわれ感が強いことを示す。4項目の α 係数は.84と高い信頼性が得られた。

手続き

大多数の被調査者においては、大学の授業時間の一部を使い回答してもらった。一部分の被調査者には、授業時間に質問紙を配布し、一週間以内に回答を直接回収した。「一人行動に対する不安耐性尺度」のみ、19名の被調査者が3日から10日の間隔を空けて、再度回答した。

結果

「一人行動に対する不安耐性」尺度の構成 「一人行動に対する不安耐性」について、因子分析(主因子法・プロマックス回転)を行った。スクリープロットから2因子が適切と見なされた。2因子において因子負荷量が.40以上の項目を採用した結果をTable 1に示した。第1因子は、「一人で入部する部活やサークルを決める」や「履修した授業に、友人や知り合いがいなかった」などの8項目であった。これらは「一時的な一人状況」に対する不安耐性についての項目と考えられるため、各項目の得点を合計したものを「一人状況不安耐性」と名付けた($M = 21.82$, $SD = 5.60$)。第2因子は、「一人でキャンパス内を移動する」や「一人で帰る」などの6項目であった。これらの項目は、一人で行動することに対する不安耐性と考えられ、各項目の得点を合計したものを「一人行動不安耐性」と名付けた($M = 21.47$, $SD = 3.15$)。

Table 1 「一人行動に対する不安耐性」尺度の質問項目内容
一人行動に対する不安耐性

No.	項目内容	因子1	因子2
一人状況不安耐性	14 一人で入部する部活やサークルを決める	.80	-.15
	9 部活やサークルの見学に一人で行く	.70	-.16
	3 履修した授業に、友人や知り合いがいなかった	.62	.11
	12 説明会やセミナーに一人で参加する	.60	.16
	13 一人で履修する授業を決める	.56	.11
	5 グループワークで割り振られたグループに、知っている人がいなかった	.55	.02
	2 一人で教授の研究室を訪ねる	.54	-.05
	1 一人で昼食を取る	.49	.21
一人行動不安耐性	10 一人でキャンパス内を移動する	-.16	.94
	11 生協やコンビニで一人で買い物する	-.13	.81
	4 一人で帰る	.00	.63
	7 空き時間を一人で過ごす	.24	.52
	6 一人で事務室に行く	.33	.40
	8 一人で課題に取り組む	.15	.40

尺度の妥当性および信頼性 この尺度の妥当性を調べるため、「不安特性」「他者へのとらわれ感」との関係を調べた。「一人行動に対する不安耐性」の各因子と、「不安特性」および「他者へのとらわれ感」について Pearson の相関分析を行ったところ、どちらも弱い有意な負の相関が見られた (Table 2 参照)。

また、CBA 得点および CBA の各因子得点と「一人状況不安耐性」「一人行動不安耐性」との関連を検証するために、Pearson の相関分析を行った。その結果を Table 3 に示した。表からわかるように、両者において「つながりの感覚」以外の各因子得点と、有意な弱い正の相関が示された。

次に、尺度の信頼性を確かめるため、各因子の α 係数を調べたところ、「一人状況不安耐性」は $\alpha = .78$ 、「一人行動不安耐性」は $\alpha = .81$ と高い信頼性が得られた。

さらに、再テスト信頼性を調べるため 19 名の被調査者に 3~10 日後、同じ質問紙に回答してもらいその相関を見たところ、「一人状況不安耐性」下位尺度では、 $r = .95, p < .01$ 、「一人行動不安耐性」下位尺度では、 $r = .78, p < .01$ で高い信頼性が得られた。

考察

本研究では、大学生が大学の日常生活において、一人状況や単独行動に対してどの程度不安を感じるかを測定する「一人行動に対する不安耐性」尺度を作成した。この尺度は「一人状況不安耐性」と「一人行動不安耐性」の 2 因子構造の 14 項目から成る。それぞれの因子は比較的高い内的整合性が得られ、また、再テスト信頼性においても高い数値が得られ、この尺度の信頼性は確認されたと言える。

この尺度は一人であること、一人で行動することに対する不安耐性を測るものであることから、性格としての不安耐性との関連が考えられ、STAI の特性不安との相関を見た。その結果、弱いながら、特性不安が高い者は一人状況や単独行動に不安を感じるという結果であり、ある程度の妥当性はあると言える。また、小川 (2001)

が、大学生の「ひとりである」ということを、他者への「とらわれ」から解放された状態、他者を意識することなく自らの行動を行うことができるといった観点から捉えることができると述べていることから、他者へのとらわれ感との関連を見た。その結果、弱いながらも負の相関を示し、他者へのとらわれ感が低い者は一人行動に不安を感じない傾向であり、この点でも、尺度の妥当性が確認されたといえる。

CBA と「一人行動に対する不安耐性」との関連については、「つながりの感覚」以外の全ての下位尺度において正の相関が確認された。このことは、CBA には行動面において一人であることに不安を感じないことも含まれることを示している。しかし、Winnicott の理論では、「つながりの感覚」が CBA にとって重要であることが示唆され、実際、米村 (2005) は、この「つながりの感覚」と GHQ で測定された精神健康度との関連を示しているが、本研究においては、その関連は見られなかった。これは、精神の健康には CBA の「つながりの感覚」が重要になるが、実際に一人で行動できるか否かでは、「つながりの感覚」よりも、「孤独不安耐性」があるかどうかや、一人になることを受容し快適という「一人快適」というような要素の方が関係してくることを示していると思われる。

研究 II

目的

Bartholomew & Horowitz (1991) は、Bowlby の愛着理論を基に、4 分類の一般他者への成人愛着スタイルを評定する尺度を開発した。この尺度は、Bowlby (1969, 1973) が提唱した他者観 (援助や保護求めた時に、愛着対象がすぐに応答してくれるか) と自己観 (自分は誰かが、特に愛着対象が、援助的に対応してくれる種類の人間であるか) という IWM の 2 つの次元がそれぞれポジティブかネガティブによって 4 つの愛着スタイルに分類するものである。自己観は「自尊感情の維持を他者からの受容に依存する程度」、他者観は「親密さの回避」を示し、他者からの受容への依存性が低いほど自己観はポジティブに、親密さを回避しないほど他者観はポジティブになる。この尺度を用いると、IWM の 2 次元の組み合わせにより 1 つの安定型と 3 つの不安定型の 4 つの愛着スタイルに分類される。「安定型」は自己観と他者観の両者がポジティブである。一方、不安定型は、自己観がポジティブであり、他者観がネガティブである「拒否

Table 2 「一人行動に対する不安耐性」と「不安特性」「とらわれ感」の相関関係

	不安特性	とらわれ感
一人状況不安耐性	-.23**	-.18**
一人行動不安耐性	-.22**	-.17**

** $p < .01$

Table 3 CBA 得点および CBA 各因子と「一人行動に対する不安耐性」尺度との相関関係

	CBA 得点	孤独不安耐性	つながりの感覚	一人快適	個別性への気づき
一人状況不安耐性	.33**	.38**	.01	.22**	.14**
一人行動不安耐性	.32**	.31**	.06	.15**	.29**

** $p < .01$

型」、自己観がネガティブであり、他者観がポジティブである「とらわれ型」、自己観も他者観もネガティブである「恐れ型」に分類される。

研究Ⅱでは、上述の4つの愛着スタイルとCBAおよび「一人行動に対する不安耐性」との関連を検討する。愛着スタイルが安定型の人にはCBAが高く、不安定型（拒絶型、とらわれ型、恐れ型）の人にはCBAが低いと考えられる。また、研究Ⅰで、「一人行動に対する不安耐性」とCBAの「つながりの感覚」に関連が見られなかったことから、行動面でのCBAは自己観にのみ関連がみられると推測される。即ち、自己感がポジティブ（安定型、拒絶型）である方が、「一人行動に対する不安耐性」が高いと予想される。

方法

調査対象 本調査の被調査者は、研究Ⅰと同じである。

質問紙の構成および内容

質問紙の構成は研究Ⅰに下記の愛着スタイル尺度を加えたものである。研究Ⅱで扱う尺度は、この愛着スタイル尺度、CBA尺度（野本, 2000）、研究Ⅰで作成された一人行動に対する不安耐性尺度の3つである。CBA尺度と一人行動に対する不安耐性尺度については研究Ⅰと同じである。

愛着スタイル 本研究では、Bartholomew & Horowitz (1991) が開発した4分類の成人愛着スタイル尺度（Relationship Questionnaire: 以下RQ）を、加藤（1998）が邦訳したものを使用した。RQは、一般他者との関係について4つの愛着スタイル（安定型、拒絶型、とらわれ型、恐れ型）の特徴を記述した文章から成っている。先述したように、これらの4つの愛着スタイルは自己感・他者観がポジティブであるかネガティブであるかの組み合わせによって分類されており、各愛着スタイルの記述もそれに沿ったものになっている。被調査者は、まず、各愛着スタイルに対応した4つの文章を読み、それぞれの文章について、「非常にあてはまる」（7点）～「全くあてはまらない」（1点）の7段階で自己評定を行った。さらに、被調査者は、上述の4つの愛着スタイルの中から、自分にもっともあてはまると思うタイプを1つ選択した。

分析に際しては、最後に1つ強制選択された愛着スタイルをその被調査者の愛着スタイルと見なした。また、得点のデータの扱い方は、Griffin & Bartholomew (1994) の提案に従い、自己観得点と他者観得点を算出した：自己観得点＝安定型得点＋拒絶型得点－（とらわれ型得点＋恐れ型得点）、他者観得点＝安定型得点＋

とらわれ型得点－（拒絶型得点＋恐れ型得点）。そして、この自己観得点・他者観得点が強制選択された愛着スタイルと一致しているかどうかの確認に使用した。

手続き 本調査は研究Ⅰと同時にを行った。

結果

愛着スタイル尺度の妥当性 愛着スタイル尺度は強制的に自分に最も当てはまるタイプを選ばせる方法と各スタイルに対してどのくらい当てはまるか得点で示す方法があり、本研究ではそのどちらにも回答してもらった。上述したように、タイプの分類はポジティブあるいはネガティブな自己観・他者観であるかどうかでなされている。そこで、本研究では、得点によって算出される自己観・他者観得点において分類通りの差異がみられるのかどうかを確認するために、自己観・他者観得点を従属変数、愛着タイプを独立変数として一要因分散分析を行った。

その結果、両得点において有意な愛着タイプの主効果が見られた（自己観： $F(3,337) = 87.92, p < .01$ ；他者観： $F(3,337) = 85.02, p < .01$ ）。Tukeyの多重比較の結果では、自己感得点において、安定型、拒絶型がとらわれ型、恐れ型よりも有意に得点が高かった（ $p < .05$ ）（安定型： $M = 2.14, SD = 2.30$ ；拒絶型： $M = 1.64, SD = 2.56$ ；とらわれ型： $M = -2.95, SD = 2.96$ ；恐れ型： $M = -2.87, SD = 2.90$ ）。また、他者観得点では、安定型が拒絶型、とらわれ型、恐れ型よりも有意に得点が高く、とらわれ型は拒絶型、恐れ型よりも有意に得点が高かった（ $p < .05$ ）（安定型： $M = 2.89, SD = 2.04$ ；拒絶型： $M = -1.69, SD = 2.92$ ；とらわれ型： $M = 1.78, SD = 2.51$ ；恐れ型： $M = -2.45, SD = 2.94$ ）。この結果から、「安定型」は自己観と他者観の両者がポジティブであり、「拒否型」は自己観がポジティブ、他者観がネガティブであり、「とらわれ型」は自己観がネガティブ、他者観がポジティブであり、「恐れ型」は自己観も他者観もネガティブであるということは本研究においても確認された。

一般他者への愛着スタイルとCBA 愛着タイプの分布は、「安定型」93名、「拒絶型」42名、「とらわれ型」120名、「恐れ型」86名であった。愛着タイプとCBA得点およびCBA各因子得点の関連を調べるため一元配置分散分析を行った。その結果（Table 4参照）、CBA得点、「孤独不安耐性」「つながりの感覚」「一人快適」において愛着タイプの有意な主効果が見られた（CBA得点： $F(3,337) = 13.00, p < .01$ ；孤独不安耐性： $F(3,337) = 22.62, p < .01$ ；つながりの感覚： $F(3,337) = 12.87, p < .01$ ；一人快適： $F(3,337) = 4.83, p < .01$ ）。Tukeyの多重比較分析を行ったところ、CBA得点では安定型およ

Table 4 一般他者への愛着スタイルと CBA との関係

CBA 因子	安定型		拒絶型		とらわれ型		恐れ型		F (p<.01)	p<.05
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD		
CBA 得点	141.60	15.91	143.05	14.37	129.64	16.18	133.8	17.29	13.00	とらわれ型, 恐れ型<安定型, 拒絶型
孤独不安耐性	46.28	9.73	48.90	8.12	37.11	9.67	42.86	10.85	22.62	とらわれ型<恐れ型, 安定型, 拒絶型 恐れ型<拒絶型
つながりの感覚	45.73	6.23	42.31	8.10	42.92	7.35	38.92	8.10	12.87	恐れ型<とらわれ型<安定型
一人快適	28.37	5.23	30.67	5.30	28.27	5.31	30.51	5.38	4.83	とらわれ型, 安定型<恐れ型
個別性への気づき	21.23	2.78	21.17	3.12	21.35	2.79	21.51	2.55		

Table 5 一般他者への愛着スタイルと「一人行動に対する不安耐性」との関係

	安定型		拒絶型		とらわれ型		恐れ型		F (p<.05)	p<.05
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD		
一人状況不安耐性	23.05	5.33	24.29	5.51	20.08	5.44	21.70	5.43	8.63	とらわれ型<安定型, 拒絶型
一人行動不安耐性	22.00	2.71	22.45	2.70	20.90	3.42	21.20	3.24	3.86	とらわれ型<拒絶型

び拒絶型が、とらわれ型、恐れ型に対して有意に得点が高かった ($p<.05$)。「孤独不安耐性」では安定型、拒絶型、恐れ型がとらわれ型に対して有意に得点が高く、拒絶型は恐れ型に対して有意に高かった ($p<.05$)。「つながりの感覚」では安定型、とらわれ型が恐れ型に対し有意に得点が高く、安定型はとらわれ型に対して有意に高かった ($p<.05$)。「一人快適」では恐れ型が安定型、とらわれ型に対して有意に得点が高かった ($p<.05$)。「個別性への気づき」においては有意な主効果が見られなかった。

一般他者への愛着スタイルと「一人行動に対する不安耐性」 一般他者への愛着スタイルと「一人行動に対する不安耐性」との関連を調べるため、一元配置分散分析を行った。その結果を Table 5 に示した。「一人状況不安耐性」「一人行動不安耐性」のどちらにおいても有意な愛着タイプの主効果が見られた (一人状況不安耐性: $F(3,337) = 8.63, p<.01$; 一人行動不安耐性: $F(3,337) = 3.86, p<.05$)。Tukey の多重比較分析によると、「一人状況不安耐性」では、安定型、拒絶型がとらわれ型に対して有意に得点が高かった ($p<.05$)。「一人行動不安耐性」では、拒絶型がとらわれ型に対して有意に得点が高かった ($p<.05$)。

考察

研究 II では、一般他者への愛着スタイルと CBA や一人行動に対する不安耐性との関連を検討した。愛着タイプと CBA との関係において、愛着タイプが安定型の人の方が、不安定型 (拒絶型、とらわれ型、恐れ型) の人よりも CBA が高いと予測されたが、本研究では安定型だけではなく拒絶型の人にも CBA が高いことが示された。この結果は安定型と拒絶型に共通する自己観がポジティブなことが CBA の獲得には重要であることを示している。自己観がポジティブな人は、他者に自分の存在を認めてもらわずとも自身の精神的安定を保つことがで

きるためと考えられる。

CBA 各因子と愛着タイプとの関係において、拒絶型は「孤独不安耐性」が最も高かった。他者観がネガティブであり、自己観がポジティブな拒絶型は、親密な関係を過小評価すること (加藤, 1998) によって、孤独に対して不安を感じるどころかそのような感覚を好むのではないかと考えられる。

また、他者観・自己観両者がポジティブな安定型の人には、すべての愛着スタイルの中で最も「つながりの感覚」が高かった。他者観がポジティブな人は、他者と積極的に関わり、そのことに価値を見出している側面をもつため、「つながりの感覚」が高くなるのだろう。そして、自己観がポジティブな人は、自分はいざという時は誰かに助けてもらえる人間だ、という感覚をもつ側面があり、その根底には他者との安定した「つながりの感覚」があるのだろう。

さらに、恐れ型が安定型やとらわれ型より「一人快適」が高く、他者観がネガティブなほど「一人快適」が高くなることが示された。これは、他者との関わりを避ける人ほど一人の状況を快適だと感じ、一人になることを好むことを示唆している。

一般他者への愛着スタイルと「一人行動に対する不安耐性」との関連について、自己観がポジティブ (安定型、拒絶型) である人は「一人行動に対する不安耐性」が高いという予測は支持された。これは、他者観のいかにかわからず、一人状況に不安を感じず、一人で行動できるには、ポジティブな自己観を持っていることが重要であると言える。また、自己観がネガティブで他者観がポジティブなとらわれ型の人には「一人行動に対する不安耐性」の両因子で低かったことから、他者観がポジティブでもとらわれ過ぎると、一人状況や単独行動に不安を覚えてしまうことになる。他者を意識し過ぎ、他者からの受容に依存し過ぎることは、他者を中心に動くこととなり、その結果、一人の状況や単独行動への不安を高めてしまうのかもしれない。一方、ポジティブな自己観

・ネガティブな他者観を持つ拒絶型の人が「一人行動に対する不安耐性」の両因子で最も得点が高かったことから、ネガティブな他者観を持っているがため、一人でいることを好み、一人で行動することに不安を感じにくいと思われる。つまり、極度に一人状況に不安を感じず、一人で行動することに全く不安を感じない人は、他者を排除している可能性がある。

全体考察

本研究では、研究Ⅰで、大学生の「ひとりでいられる能力 (CBA)」を行動面から検討するため、大学キャンパス内での「一人行動に対する不安耐性」を測定するための新たな尺度を作成した。そして、研究Ⅱでは、その尺度と野本 (2000) の CBA 尺度を使用し、行動面と認知面における「ひとりでいられる能力」と内的作業モデル (IWM) を反映した愛着タイプとの関連を検討した。

新しい尺度は「一人状況不安耐性」と「一人行動不安耐性」の2因子14項目から成るもので、比較的高い内的整合性と再テスト信頼性から、尺度の信頼性は確認された。また、性格的不安特性や他者にとらわれる傾向とも関連を示し、ある程度の妥当性もあると言えた。そして、野本 (2000) の CBA 尺度の心理的側面を最も強く表す「つながり感覚」以外の全ての下位尺度と関連を示したことから、この尺度は「ひとりでいられる能力」の行動的側面を測定しうるものであることが示された。

従来の研究では、「一人でいられる能力」は認知面で測定されることが多かったが、この尺度の作成によって、行動面での測定も可能になったことは今後の研究への貢献となるであろう。しかし、この尺度は大学キャンパス内における一人行動や一人になる状況にフォーカスしているため、大学生にのみ使用可能という限界もある。ただ、「一人でいられる能力」に関する研究は大学生を対象としたものが大多数であるので、今後、この尺度が広く使用されることを期待する。

研究Ⅱでは、一般他者への愛着スタイルと、「一人でいられる能力」の認知的側面および行動的側面の関係について検討した。その結果、認知的側面においては、「一人でいられる能力」と愛着理論で言われている内的作業モデル (IWM) との関連が明らかになった。しかし、行動的側面においては、IWM で言われている自己観のみとの関連が強く、青年期において IWM は単独行動や一人状況に対する不安には明確に反映されない可能性を示唆した。しかし、行動的側面と言っても、本研究では尺度による自己報告によるものである。今後、IWM や CBA と実際の個人の行動との関連を検討する研究が必要であると考えられる。

参考・引用文献

- Bartholomew, K. & Horowitz, L. M. (1991). Attachment style among young adult: A test of four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-244.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss, vol.1, Attachment*. London: The Hogarth Press. (黒田実郎・大羽葵・黒田洋子 (訳) (1976). 母子関係の理論Ⅰ 愛着行動. 岩崎学術出版社).
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss, vol.2, Separation: Anxiety and anger*. London: The Hogarth Press. (黒田実郎・大羽葵・黒田洋子 (訳) (1977). 母子関係の理論Ⅱ 分離不安. 岩崎学術出版社).
- Bowlby, J. (1988). A secure base: Parent-child attachment and healthy human development. Basic Books.
- Griffin, D. & Bartholomew, K. (1994). The metaphysics of measurement: The case of adult attachment. In K. Bartholomew & D. Parfman (Eds.). *Advance in personal relationship, 5, Attachment process in adulthood* (pp.17-52). London: Jessica Kingsley Publishers.
- 加藤和生 (1998/99). Bartholomew らの4分類愛着スタイル尺度 (RQ) の日本語版の作成. 認知・体験過程研究, 7, 41-51.
- 松尾和美・小川俊樹 (2001). 青年期における「ひとりでいられる能力」について (2)-KJ法による自由記述の分析を通して-. 筑波大学心理学研究, 23, 201-207.
- 野本美奈子 (2000). Capacity to Be Alone の逆説性と多重性に関する研究-「一人でいる能力尺度」精密化の試み-. 大阪大学教育学年報, 5, 125-137.
- 落合良行 (1983). 孤独感の類型判別尺度 (LSO) の作成. 教育心理学研究, 31, 332-336.
- 佐藤朗子 (1993). 青年の対人的構えと親および親以外の対象への愛着の関連. 名古屋大学教育学部紀要, 教育心理学科, 40, 215-226.
- 清水秀美・今榮国晴 (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(4), 62-67.
- Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., & Lushene, R. E. (1970). *Manual for State-Trait Anxiety Inventory (Self-Evaluating Questionnaire)*. Palo Alto, California: Consulting Psychologists Press.
- 辻平次郎 (1993). 自己意識と他者意識. 北大路書房.
- 米村直子 (2005). 大学生における「一人でいられる能力」と親子の愛着, 大学生生活への不適応に関する一考察. 関西学院大学文学部総合心理科学科

2004年度卒業論文.

Winnicott, D. W. (1958). The Capacity to be alone. *International Journal of psycho-analysis*, 39, 416-420.

牛島定信 (訳) (1977). 一人でいられる能力. 情緒発達の精神分析理論 (pp.21-31). 岩崎学術出版社.

