

〔論 文〕

# 大学生の友人関係様式と友人関係における困難 および友人関係における方略の関連

—関係形成期と関係維持期に着目して—

満野史子・今城周造

Relationships among Undergraduates' Friendship Style, Difficulty in Friendship,  
and Friendship Strategy: The difference between the relation construction period  
and the maintenance period

Fumiko MITSUNO and Shuzo IMAJO

This study investigates differences in the types of relationship difficulties which undergraduate students face and the strategies which they adopt in constructing and maintaining friendships.

The influence of students' relationship strategies on their adjustments to university life was explored. Friendship difficulty and friendship strategy scales were administered to 234 undergraduate students (92 males and 142 females) to examine the difficulties they encountered and their strategies during relationship construction and maintenance, respectively. A friendship scale, interpersonal satisfaction scale, and stress response scale were also administered.

Two-way (periods and friendship style) ANOVA analysis for relationship difficulties revealed that undergraduates with careful relationships during friendship construction experienced higher levels of difficulty due to psychological distance, worrying about impressions of others, and the problems the undergraduates have with careful relationships perceived in comparison with other groups.

Undergraduates with careful relationships perceived less psychological distance and friendship difficulties during relationship maintenance than relationship construction. Friendship strategies did not change throughout friendship construction and maintenance.

Multiple regressions revealed that passive involvements have a significant positive effect on stress responses, while active involvements have a significant positive effect on interpersonal satisfaction levels.

*Key words:* *undergraduates' friendship* (大学生の友人関係), *difficulty in friendship* (友人関係困難), *friendship strategy* (友人関係方略)

## 1 問題と目的

青年期において、友人関係は個人の適応や精神的健康に強く影響する重要な社会的関係として注目されている。青年期は、親から心理的に自立し、自己

の形成に向かう時期であり（柴橋，2004），青年期においては、親子関係に代わり友人関係が重要な位置を占めるようになる。しかし近年，青年期の友人関係についてはその希薄化や選択化が指摘されている。岡田（2010）は友人関係の希薄化に注目し，友人

関係をクラスター分析によって分類した。その結果、快活な関係が高く、円滑な関係を志向する群れ志向群、関係を遠ざける志向性が働いている関係回避群、従来の青年観に合致する内面的な関係を志向する個別関係群が見出された。個別関係群は従来の青年期の友人関係に近い特徴を示したが、他の群では、友人関係における親密な関係を回避し、表面的に円滑な関係を維持しようとする傾向のあることが明らかになった。

一方、深い—浅い関係という観点とは別に、場面に応じて友人関係を使い分ける、選択的な友人関係があることも指摘されている（辻，2006）。浅野（2006）によれば、インターネットなどのメディアでの出会いも含めて、人との出会いの機会が多くなり、友人関係を取り結びあるいはそれを維持するためのチャンネルが、相対的に多様化してきている。また、出会いのチャンネルが多様になるにつれて、親密なもの、疎遠なもの、長期的なもの、短絡的なものなど、以前では考えられなかった様々な関係が「友だち」というカテゴリー内に含まれるようになった。これらの指摘は、現代青年の友人関係が全般的に希薄化・表層化しているというわけではなく、出会いのチャンネルに応じて、親密な関係または表面的な関係を、青年が選択的に志向していることを意味している。

友人関係の希薄化と選択化のいずれの場合でも、こうした傾向は、現代青年の友人関係に見られる一般的な特徴の1つとして述べられている。

このような希薄な付き合い方には、否定的側面が多いことが推測される。第1に小塩（1998）は、青年の友人関係に「狭い—広い」および「浅い—深い」関わりの2つの軸を見出し、これらと自己愛や自尊感情の関係を検討している。その結果、「広く浅いつき合い方」をとる青年は、自尊感情が不安定なことが示唆された。第2に、希薄な付き合い方がストレスになる可能性がある。橋本（1997）は、現代の青年の対人関係上のストレスについて次の3種類をあげている：社会の規範から逸脱した顕在的な対人衝突である「対人葛藤」、社会的スキルの欠如などにより劣等感が触発される「対人劣等」、対人関係

を円滑に進めることによって、気疲れを引き起こす「対人摩耗」。このうち対人摩耗は、表面的に円滑な関係の維持が志向される中で、広く経験されている可能性が高い。相手への配慮から気疲れしてしまうこのような傾向と関連して、土井（2008）は、現代の若者は対人関係が希薄になったのではなく、かつてよりも高度で繊細な気配りにエネルギーを費やしていると指摘した。お互いの対立の顕在化を恐れ、いかなる場合でも傷つけないよう細かい配慮を行う関係を、土井（2008）は「優しい関係」と呼び、こうした「優しい関係」の背景には、自己肯定感の脆弱さがあると考察している。

青年期において親密な友人関係を築くことの重要性は冒頭で述べたが、上述のように現代青年においては、友人関係の希薄化が見られ、その悪影響が懸念されている。しかし、親密な友人関係を築いている個人と、希薄な友人関係を志向する個人では何が違うのか、その検討はまだ十分に行われていない。岡田（2008）は、親密な友人関係を志向する個人差を説明する概念として、友人関係に対する動機づけに着目している。また岡田（2008）は、友人関係をすでに形成されたものとしてではなく、個人が友人に働きかけ、相互作用を行うことで展開していくものとして捉えている。これを踏まえて満野（2011）は、友人関係が形成される時とそれが展開・維持される時とでは、関係の促進要因・抑制要因となるものが異なる可能性があることを指摘した。しかし、友人関係の形成期と維持期において、友人関係の規定因に違いがあるか、さらにそれが親密または希薄な友人関係とどう関係しているかについては、実証的に扱った研究がまだ見られない。

そこで本研究では第1に、親密な友人関係の規定因のうち抑制要因に注目し、友人関係を形成・維持する際に、青年が何に困難を感じているかをまず調べる。そして友人関係における困難が、関係形成期と維持期でどう違うのか、また友人関係の類型（岡田，2010）とどう関係しているかを検討する。希薄な友人関係においては、相手と相互作用するきっかけや内容に気を遣い過ぎて、友人関係に困難を感じていることが推測される。第2に、どのような友

人関係が展開・維持されるかは、どのように友人に働きかけるか、すなわち友人関係方略によって異なってくるだろう。友人関係方略には少なくとも、親密な友人関係を志向する積極的友人関係方略と、必ずしもそうではない消極的友人関係方略があると考えられる。消極的友人関係方略は、希薄な友人関係と関連すると推測される。第3に、希薄な友人関係が青年の適応状態に及ぼす影響について検討する。親密な友人関係は適応状態に良い影響をもたらすと考えられるが、逆に、希薄な人間関係はストレスを増大させ、対人満足度を低下させる可能性がある。

## 2 方法

### 2.1 友人関係困難尺度および友人関係方略尺度の項目の選定

満野 (2011) が行った調査の自由記述欄の内容をKJ法により分類した。困った内容については、きっかけ困難 (例: 自分から話しかけられない)、相手要因困難 (例: 周りがその人について悪い評判を噂していて、付き合いづらい)、接し方困難 (例: 相手とどういう距離感でかかわれば良いのか分からない)、自己開示困難 (例: どこまで自分の話をしているのか気になる) の4カテゴリー、心がけた内容については、協動的関わり (例: 楽しい雰囲気をつくるようにする)、消極的関わり (例: 本心を出さないようにする)、積極的関わり (例: 自分から誘って一緒にいるようにする) の3カテゴリーが抽出された (困った内容は Appendix 1、心がけた内容は Appendix 2 を参照)。

尺度項目の選定に際しては、本研究では友人関係に注目しているため、友人以外の属性に関する記述 (アルバイト先の上司に関して、「年齢の差を感じて付き合いづらい」など) を除外した。また、「いつ連絡をとって良いのか分からない」「こちらから連絡をして良いのか不安になる」といった連絡先に関する記述が見られた。大学生の携帯電話所持率は9割を超えており、相手の連絡先を知ることはコミュニケーションの重要なきっかけになると考えられる。そのため、自由記述からは得られなかったが、連絡先を聞くことに困難さを感じる大学生を抽出するため、独自に「相手の連絡先が聞けない」という項目を追加した。

筆者と心理学専攻の大学院生2名が内容的妥当性の検討を行い、その結果、困った内容で31項目、心がけた内容で30項目を選定した。

### 2.2 本調査

#### 調査対象者

都内にある共学大学2校の学生234名 (男性92名、女性142名、 $M=19.48$  歳、 $SD=1.33$ )。

#### 調査時期

2011年6月下旬。

#### 手続き

授業時間の一部を利用して、調査を集団実施後、質問紙を回収した。質問紙には、回答は任意であり匿名性が保証されることを明記し、配布する前にも口頭で同様の教示を行った。

なお、本研究では、関係形成期と維持期の比較を行うが、友人関係困難尺度と友人関係方略尺度を関係形成・維持期の両方について記入してもらおうと、調査対象者への負担が過重になる恐れがある。そこで、関係形成期と維持期のどちらか一方について記入してもらおうこととし、友人関係困難と友人関係方略に関しては、関係形成期版と関係維持期版の質問紙を作成し、ランダムに配布した。関係形成期について尋ねる質問紙では、冒頭で「あなたが大学生になり、今現在のお友達と友人になる時に、どのようなことで困ったり、どのようなことを心がけたりしたのか、おたずねします。」と教示した。関係維持期について尋ねる質問紙では、冒頭で「あなたが大学生になり、今現在のお友達と友人になってから、どのようなことで困ったり、どのようなことを心がけたりしたのか、おたずねします。」と教示した。

#### 調査内容

##### (1) フェイスシート

学年、学科、年齢、性別を尋ねた。

##### (2) 友人との付き合い方

友人関係尺度 (岡田, 1995) は、現代青年に特有な友人関係の取り方を測定するもので、気遣い、群れ、ふれあい回避の3つの下位尺度から成る (17項目)。本研究では、大学生の友人関係を包括的に捉えるために、孤立と親密に関する項目を筆者が独自に作成し、岡田 (1995) が作成した友人関係尺度に

追加して使用した。親密項目を作成するに当たり、青年期の友人の意義に関する宮下（1995）の記述を参考にした。すなわち、青年は自分の不安や悩みを友人に打ち明けることによって情緒的な安定感・安心感を得ることができる。また、友人関係を通して自分の長所・短所に気づき内省することができる。他方、岡田（2010）は、青年期の親密な友人関係には、青年自身の安定化という側面と、自己認知におけるモデルないし比較対象を提供するという側面での機能が見られると述べている。これらを参考に、親密項目としては「悩み事は友人に相談する」「友人から影響を受けている」など4項目を作成した。孤立項目は、人との関わりがあまりないような内容を筆者と指導教員で検討し、「あまり人と話さない」「いつも一人である」などの4項目を独自に作成した。これらを追加した25項目について6件法（1: 全くあてはまらない-6: 非常によくあてはまる）で回答を求めた。

### (3) 友人と付き合う上での困難さ

上述の、困った内容31項目を用いた友人関係困難尺度を7件法（1: 全くあてはまらない-7: 非常によくあてはまる）で回答を求めた。

### (4) 友人と付き合う上での方略

上述の、心がけた内容30項目を用いた友人関係方略尺度を7件法（1: 全くあてはまらない-7: 非常によくあてはまる）で回答を求めた。

### (5) ストレス指標

青年期において、友人関係は個人の適応に強く影響する要因の1つと考えられているため、その適応指標として心理的ストレス反応を測定することにした。大学生の心理的ストレス反応を測定するため、大学生用心理的ストレス反応尺度（尾関・原口・津田，1994）を用いた。抑うつ、不安、怒り、情動的混乱、引きこもり、身体的疲労感、自律神経系の活動亢進の7因子によって構成されている。全35項目を4件法（0: あてはまらない-3: 非常にあてはまる）で回答を求めた。

### (6) 人生満足度

心理的ストレス反応のようなネガティブな適応指標だけでなく、ポジティブな面も測定できる適応指

標も必要だと判断したため、生活全般の満足度を評価する人生満足度尺度（Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985）を用いた。6項目を7件法（1: 強く反対する-7: 強く同意する）で回答を求めた。

### (7) 対人満足度

生活全般だけでなく、対人関係に限定した満足度についても検討することで、対人関係上の適応状態を明らかにするため、対人関係全体の満足度を1項目7件法（1: 満足していない-7: とても満足している）で回答を求めた。

### (8) 対人不満度

人生や対人関係に満足しつつも、同時に対人関係において不満な点も抱えている可能性が考えられたため、対人関係について、不満なところもあるかどうか、1項目7件法（1: 全くあてはまらない-7: 非常によくあてはまる）で回答を求めた。

## 3 結 果

### 3.1 友人関係尺度の因子分析

友人関係尺度について因子分析（主因子法、バリマックス回転）を行った（Table 1）。スクリープロットの結果から4因子を抽出した。その結果、第Ⅰ因子は「悩み事は友人に相談する」「心を打ち明ける」など、親密な付き合い方が窺える内容があり、また「あまり人と話さない」などの逆転項目も多いが、距離感に気を遣わない親密な内容であると考えられたため、親密因子と命名した（ $\alpha=.82$ ）。第Ⅱ因子は「互いに傷つけないように気をつかう」「相手の考えていることに気をつかう」など、互いの関係が悪くならないように気を遣っている内容が多かったため、気遣い因子と命名した（ $\alpha=.72$ ）。第Ⅲ因子は「お互いのプライバシーには入らない」「相手に甘えすぎない」など、相手と距離感を保つような内容が多かったため、距離因子と命名した（ $\alpha=.61$ ）。第Ⅳ因子は「冗談を言って相手を笑わせる」「ウケるようなことをよくする」など、楽しい付き合い方を志向している内容が多かったため、楽しさ志向因子と命名した（ $\alpha=.71$ ）。項目数が少ないため、 $\alpha$ の値が低めの因子もあるが、因子負荷量がいずれも.40以上なので、下位尺度の合計得点をそれぞれ算出した。

### 3.2 友人関係困難尺度の因子分析

友人関係困難尺度について、因子分析（主因子法、プロマックス回転）を行った（Table 2）。スクリーン

ロットの結果から4因子を抽出した。第I因子は「自分から話しかけられない」など、相手と関わりを持つきっかけを作ることが難しいとの内容が多か

Table 1 友人関係尺度の因子分析

	I	II	III	IV	共通性
25 悩みなど相談できる人がいない*†	.70	-.04	-.13	.00	.51
22 いつも一人でいる*†	.69	.04	-.05	.05	.48
11 あまり人と話さない*†	.66	-.12	-.07	.26	.52
5 周囲から取り残されている感じがする*†	.64	-.17	.17	.05	.47
19 悩み事は友人に相談する†	.56	-.03	-.42	.07	.50
12 みんなで一緒にいることが多い†	.51	.18	-.07	.05	.31
4 心を打ち明ける†	.51	.00	-.36	.15	.42
14 互いに傷つけないように気をつかう	-.04	.82	.28	.04	.75
15 相手の考えていることに気をつかう	.05	.76	.20	.00	.63
13 友達グループのメンバーからどう見られているか気になる	-.09	.61	-.20	.00	.42
9 お互いのプライバシーには入らない	-.13	.14	.66	.02	.47
2 お互いの領分にふみこまない	-.24	.09	.56	.02	.38
23 相手に甘えすぎない	.07	-.06	.46	.07	.23
24 相手の言うことに口をはさまない	-.06	.12	.41	-.19	.22
7 冗談を言って相手を笑わせる	.13	-.03	-.06	.92	.86
3 ウケるようなことをよくする	.12	.03	-.05	.71	.52
10 楽しい雰囲気になるよう気をつかう	.09	.37	.17	.41	.34
因子寄与	2.79	1.89	1.70	1.65	
累積寄与率	16.39	27.50	37.47	47.16	

\*は逆転項目。†は筆者による追加項目。

Table 2 友人関係困難尺度の因子分析

	I	II	III	IV	共通性
25 自分から話しかけられない	.98	-.11	-.16	.04	.74
8 自分が人見知りをしてしまう	.82	-.26	-.05	-.01	.50
26 相手から話しかけてくれない	.64	.26	-.22	.17	.56
16 声をかけるタイミングが分からない	.64	-.06	.19	.07	.63
13 どんな話題で話せば良いのか分からない	.61	-.05	.31	.00	.68
22 相手の連絡先が聞けない	.58	.38	-.02	-.25	.53
23 すでに仲よしグループができていて、入りづらい	.57	.11	.15	-.12	.46
11 いつ連絡をとって良いのか分からない	.50	.13	.09	.05	.44
19 話が續かない	.47	.02	.37	-.01	.60
24 相手が自分と一緒にいて楽しいと思ってくれているか気になる	.40	-.05	.14	.23	.41
17 周りがその人について悪い評判を噂していて、付き合いづらい	.05	.69	.00	.05	.52
20 友人同士が喧嘩をし、板挟みになる	-.03	.66	-.16	.15	.38
10 相手の態度や印象が悪くて付き合いづらい	.14	.58	.25	-.16	.60
4 相手と喧嘩をした	-.23	.56	.08	.11	.30
21 相手との距離が近くなりすぎて負担に思う	-.14	.52	.23	.08	.39
14 一緒にいて面倒に思う時がある	-.17	.22	.75	.02	.61
3 接し方が分からない	.21	-.07	.65	.10	.70
1 相手と性格が合わなくて付き合いづらい	-.04	.23	.65	-.15	.50
6 相手とどういふ距離感でかかわれば良いのか分からない	.14	-.14	.58	.27	.64
5 素の自分が出せない	.11	-.18	.56	.17	.45
18 1人にしてほしいと思う時がある	-.03	.23	.51	-.02	.39
29 どこまで自分の話をしているのか気になる	.00	.12	-.02	.89	.85
30 どこまで踏み込んだ話をしているのか分からない	.01	.04	.10	.83	.83
28 相手が心を開いてくれない	.25	.30	-.02	.40	.53
因子間相関	I	.48	.71	.64	
	II		.54	.42	
	III			.62	

ったため、きっかけ困難因子と命名した ( $\alpha=.91$ )。第Ⅱ因子は自分自身が原因ではなく、相手の印象やトラブルによって付き合いづらさを感じている内容であるため、相手要因困難因子と解釈した ( $\alpha=.77$ )。第Ⅲ因子は付き合いがあっても、間の取り方に困難さを感じている内容であるため、接し方困難因子とした ( $\alpha=.85$ )。第Ⅳ因子は自他の自己開示の程度について困っている内容であるため、自己開示困難因子と命名した ( $\alpha=.86$ )。α 係数は十分な信頼性の存在を示す値であったため、下位尺度の合計得点をそれぞれ算出した。

### 3.3 友人関係方略尺度の因子分析

友人関係方略尺度について、因子分析（主因子法、プロマックス回転）を行った（Table 3）。スクリープロットの結果から、3 因子を抽出した。第Ⅰ因子は相手と適度な友好関係を持つと内容であるため、協調的関わり因子と解釈した ( $\alpha=.77$ )。第Ⅱ因子は相手と深く関わらないような回避的な内容であるため、消極的関わり因子と解釈した ( $\alpha=.72$ )。第Ⅲ因子は自発的に相手と関わろうとする内容であるため、積極的関わり因子と命名した ( $\alpha=.68$ )。α の値が低めの因子もあるが、因子負荷量がいずれも .40 以上であったので、下位尺度の合計得点をそれぞれ算出した。

### 3.4 使用したその他の尺度の信頼性

Diener ら（1985）の人生満足感尺度は 1 因子構造

のため、因子分析は行わなかった。尺度の内的一貫性を検討するために Chronbach の α 係数を算出したところ、.81 という値が得られた。十分な信頼性が確認されたため、合計得点を算出した。また、尾関ら（1994）の大学生用心理的ストレス反応尺度は、7 因子構造が想定されているものであったが、因子分析（主因子法）を行い、スクリープロットの結果から、1 因子が抽出された。Chronbach の α 係数を算出したところ、.96 という値が得られた。十分な信頼性が確認されたため、合計得点を算出し、以後の分析に用いることにした。

### 3.5 基礎統計

以上の分析をふまえ、本研究で使用する変数の基礎統計と相関行列を示す（Table 4, 5）。

Table 4 基礎統計

変数名	度数	平均値	標準偏差	α
親密	234	29.13	5.76	.82
気遣い	234	12.46	2.62	.72
距離	234	15.20	2.87	.61
楽しさ志向	234	12.60	2.43	.71
きっかけ困難	234	36.11	12.90	.91
相手要因困難	234	12.42	5.17	.77
接し方困難	234	22.31	7.42	.85
自己開示困難	234	10.71	4.23	.86
協調的関わり	234	26.51	3.92	.77
消極的関わり	234	25.27	5.34	.72
積極的関わり	234	12.37	2.96	.68
人生満足度	234	19.87	5.61	.81
対人満足度	234	4.96	1.43	-
対人不満度	234	3.88	1.50	-
ストレス反応	234	25.97	20.66	.96

Table 3 友人関係方略尺度の因子分析

	I	II	III	共通性
19 楽しい雰囲気をつくるようにする	.75	-.01	.02	.57
26 場を壊すようなことはしないようにする	.69	.16	-.06	.53
14 相手の相談にのるようにする	.60	-.09	.03	.36
22 自分から挨拶をするようにする	.59	-.18	.18	.43
28 少しずつ関係を深めるようにする	.56	.16	-.09	.37
9 本心を出さないようにする	-.13	.73	.03	.50
24 自分の領域には踏み込ませないようにする	-.06	.61	.01	.35
30 相手の好きにさせ、かかわりすぎないようにする	.13	.57	-.03	.39
27 相手に期待を持ちすぎないようにする	.24	.54	-.09	.42
12 相手を否定も肯定もしない中立的態度でいるようにする	-.08	.44	.02	.18
5 相手に合わせるようにする	.10	.40	.21	.24
10 自分から誘って一緒にいるようにする	-.15	.18	.83	.64
16 自分から連絡を取るようにする	.07	-.02	.66	.47
7 自分から積極的に話しかけるようにする	.21	-.15	.47	.33
因子間相関	I	.25	.28	
	II		.04	

### 3.6 友人関係尺度のクラスター分析

現代大学生の友人関係の持ち方を類型化するため、友人関係尺度の各下位尺度の合計得点を標準化し、平方ユークリッド距離を用いた Ward 法による対象者のクラスター分析を行った。その結果、調査対象者は3つのクラスターに分類された (Figure 1)。第1クラスターは98名 (41.9%)、第2クラスターは39名 (16.7%)、第3クラスターは97名 (41.6%)であった。

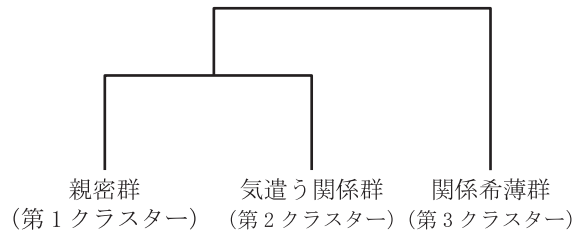


Figure 1. クラスター分析のデンドログラム

各クラスターの友人関係の特徴を明らかにするために、友人関係尺度の各下位尺度の合計得点を、1要因の分散分析で比較した (Table 6)。その結果、親密因子で  $F(2,223)=51.21, p<.001$ 、気遣い因子で  $F(2,223)=28.29, p<.001$ 、距離因子で  $F(2,223)=53.46, p<.001$ 、楽しさ志向因子で  $F(2,223)=87.78, p<.001$  となり、全ての下位尺度でクラスター間に有意な差がみとめられたため、Tukey の HSD 法による多重比較を行った。その結果、第1クラスターは、親密因子の得点が最も高く、距離因子の得点が最も低かった。楽しさ志向因子得点も高い傾向を示し、親密で周囲と楽しめるような付き合い方を志向している群と考えられたため、親密群と命名した。第2クラスターは、気遣い因子と距離因子の平均値が他クラスターより有意に高い得点を示した。親密因子は最も低く、楽しさ志向因子は高く、友人との良好な関係を維持するために、本音なども控えて気を遣っていることが窺えた。そのため、気遣う関係群と命名した。第3クラスターは、楽しさ志向因子得点が最も低く、他の因子も全体的に低い得点傾向を示した。友人に冗談を言うこともなく、距離をとって深い付き合いをせず、友人に気遣いをすることもないクラスターであると考えられたため、関係希薄群と命名した。

Table 5 相関行列

1 親密	-.08														
2 気遣い	.23***	-.26***													
3 距離	.13*	.15*	-.01												
4 楽しさ志向	.41***	.11	-.15*	-.02											
5 きっかけ困難	.36***	.12	.11	.48***											
6 相手要困難	-.56***	.29***	.19**	.71***	-.04										
7 接し方困難	-.38***	.35***	.05	.64***	-.13*										
8 自己開示困難	.27***	.28***	.16*	.28***	.39***	-.10									
9 協調的関わり	-.33***	.35***	.38***	.28***	.11	.28***	-.20*								
10 積極的関わり	.40***	.17**	-.12	.22**	.22**	-.20*	-.06								
11 積極的関わり	.30***	-.18**	.03	.22**	.03	-.32***	-.22**	-.06							
12 人生満足度	.47***	-.16*	-.04	.24***	-.04	-.53***	-.27***	-.25***	-.23***						
13 対人満足度	-.33***	.25***	-.06	.48***	-.13*	-.48***	-.48***	.50***	-.20**	-.20**					
14 対人不満度	-.33***	-.06	-.13*	.42***	-.08	-.41***	-.41***	.46***	-.07	-.07	-.14*				
15 ストレス反応	-.41***	-.02	-.06	.54***	.49***	.62***	.62***	.25***	.28***	.04	.17*	-.09	.11	.28***	

\* $p<.05$ , \*\* $p<.01$ , \*\*\* $p<.001$

Table 6 友人関係尺度による3クラスター間の比較

	I 親密群 (n=98)		II 気遣う関係群 (n=39)		III 関係希薄群 (n=97)		F 値	多重比較
	M	SD	M	SD	M	SD		
親密	32.72	4.31	24.64	3.89	27.31	5.57	51.21***	I > III · II***, III > II*
気遣い	11.64	2.64	14.97	2.21	12.28	2.10	28.29***	II > III · I***
距離	13.36	2.75	17.33	2.07	16.20	2.08	53.46***	II · III > I***, II > III*
楽しさ志向	13.86	2.12	14.15	1.50	10.71	1.65	87.78***	I · II > III***

\* $p < .05$ , \*\*\* $p < .001$

### 3.7 友人関係困難尺度得点の関係形成期と維持期の比較

友人関係困難尺度の下位尺度得点について、時期(関係形成期・維持期)×クラスター(親密・気遣う関係・関係希薄)の2要因の分散分析(どちらも被験者間要因)を行った(Table 7)。その結果、接し方困難と相手要因困難の下位尺度得点において、交互作用が見られた(それぞれ  $F(2,228)=5.69$ ,  $p < .01$ ;  $F(2,228)=3.70$ ,  $p < .05$ )。

交互作用が有意であったことから、単純主効果の検定を行った。接し方困難については、関係形成期におけるクラスターの単純主効果が有意であり( $F(2,228)=13.61$ ,  $p < .001$ )、多重比較(Bonferroni法)の結果、関係形成期では気遣う関係群が、他群よりも接し方困難を強く感じていた。また、関係維持期におけるクラスターの単純主効果も有意であり( $F(2,228)=7.43$ ,  $p < .01$ )、多重比較の結果、関係維持期では、関係希薄群が親密群よりも接し方困難を強く感じていた。さらに、気遣う関係群における時期の単純主効果が有意であり( $F(1,228)=11.41$ ,  $p < .01$ )、関係維持期では関係形成期よりも接し方困難を弱く感じていた。

相手要因困難については、関係形成期におけるクラスターの単純主効果が有意であり( $F(2,228)=7.53$ ,  $p < .01$ )、多重比較の結果、関係形成期では気遣う関係群が親密群より相手の印象やトラブルにより付き合いづらさを感じていた。また、気遣う関係群における時期の単純主効果も有意であり( $F(1,228)=8.67$ ,  $p < .01$ )、気遣う関係群は関係維持期よりも関係形成期に相手要因困難をより強く感じていた。

きっかけ困難と自己開示困難については、クラスターの主効果が有意であった(それぞれ  $F(2,228)=13.80$ ,  $p < .001$ ;  $F(2,228)=8.82$ ,  $p < .001$ )。多重比較の結果、いずれも気遣う関係群、関係希薄群、親密群の順で高い得点を示した。

### 3.8 友人関係方略尺度の関係形成期と関係維持期の比較

友人関係方略尺度の下位尺度得点について、同様に、時期×クラスターの2要因の分散分析を行った(Table 8)。その結果、どの下位尺度でも交互作用は見られなかった。一方、協調的関わり、消極的関わり、積極的関わりのすべての下位尺度について、クラスターの主効果がみとめられた(それぞれ  $F(2,228)=7.39$ ,  $p < .01$ ;  $F(2,228)=20.19$ ,  $p < .001$ ;  $F(2,228)=5.79$ ,  $p < .01$ )。TukeyのHSD法による多重比較を行った結果、協調的関わりは関係希薄群で低く、消極的関わりは気遣う関係群で高く、積極的関わりは親密群で高かった。

### 3.9 人生満足度、対人満足度、対人不満度、ストレス反応のクラスター間の比較

友人関係類型のクラスターによって人生満足度、対人満足度、対人不満度、ストレス反応にどのような違いが見られるかを検討するため、クラスターを独立変数、人生満足度、対人満足度、ストレス反応合計得点を従属変数とする1要因の分散分析を行った(Table 9)。その結果、対人満足度とストレス反応において、クラスター間で有意な差がみとめられた(それぞれ  $F(2,228)=6.38$ ,  $p < .01$ ;  $F(2,228)=9.39$ ,  $p < .001$ )。TukeyのHSD法による多重比較を行ったところ、対人満足度では親密群が他群よりも有意に高い得点を示した。ストレス反応では、気遣う関係群が他群よりも有意に高い得点を示した。



Table 7 友人関係困難尺度得点の時期とクラスターによる比較

	I 親密群 (n=98)		II 気遣う関係群 (n=39)		III 関係希薄群 (n=97)		F 値	多重比較								
	M	SD	M	SD	M	SD										
1 形成 (n=48)			2 維持 (n=50)		3 形成 (n=25)		4 維持 (n=14)		5 形成 (n=49)		6 維持 (n=48)		時期	交互作用		
M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	クラスター				
きっかけ困難	33.33	12.65	29.76	11.72	47.00	11.74	39.29	13.30	36.39	11.83	38.63	11.65	13.80***	2.93 n.s.	2.72 n.s.	II > I***, III > I**, II > III*
相手要因困難	11.15	4.93	11.28	5.29	15.92	4.19	11.00	4.82	13.00	5.77	12.90	4.32	4.09*	4.93*	3.70*	
接し方困難	20.83	7.19	18.52	7.19	29.48	4.89	21.79	7.86	22.65	6.60	23.81	6.82	12.33***	8.69***	5.69**	
自己開示困難	9.98	4.63	8.80	4.50	12.96	3.96	11.43	3.80	11.51	3.53	11.25	3.64	8.82***	2.75 n.s.	0.459 n.s.	II > I***, III > I**

\*p < .05, \*\*p < .01, \*\*\*p < .001

Table 8 友人関係方略尺度得点の時期とクラスターによる比較

	I 親密群 (n=98)		II 気遣う関係群 (n=39)		III 関係希薄群 (n=97)		F 値	多重比較								
	M	SD	M	SD	M	SD										
1 形成 (n=48)			2 維持 (n=50)		3 形成 (n=25)		4 維持 (n=14)		5 形成 (n=49)		6 維持 (n=48)		時期	交互作用		
M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	クラスター				
協調的関わり	26.98	4.03	27.36	4.11	27.92	3.03	27.36	4.91	25.45	3.39	25.27	3.76	7.39**	.05 n.s.	.24 n.s.	II · I > III**
消極的関わり	23.27	5.40	23.42	5.75	29.16	4.42	29.64	5.62	24.80	4.15	26.40	4.30	20.19***	1.05 n.s.	.55 n.s.	II > III · I***, III > I**
積極的関わり	13.13	3.11	13.06	3.10	12.64	2.91	11.57	3.65	11.73	2.33	11.65	2.83	5.79**	.91 n.s.	.44 n.s.	I > III**

\*\*p < .01, \*\*\*p < .001

Table 9 人生満足度, 対人満足度, 対人不満満足度, ストレス反応のクラスター間の比較

	I 親密群 (n=98)		II 気遣う関係群 (n=39)		III 関係希薄群 (n=97)		F 値	多重比較
	M	SD	M	SD	M	SD		
人生満足度	20.79	5.34	19.56	5.17	19.06	5.95	2.40 n.s.	
対人満足度	5.35	1.36	4.69	1.36	4.68	1.45	6.38**	I > III**, I > II*
対人不満満足度	3.62	1.59	4.23	1.49	4.00	1.38	2.85 n.s.	
ストレス反応	21.30	19.56	37.67	22.36	26.00	19.34	9.39***	II > I***, II > III**

\*p < .05, \*\*p < .01, \*\*\*p < .001

### 3.10 友人関係方略がストレス反応と対人満足度に与える影響

友人関係方略がストレス反応や対人満足度に与えている影響を、重回帰分析（強制投入法）で検討した（Table 10）。回帰式は有意であった（それぞれ  $F(3,230)=7.89, p<.001$ ;  $F(3,230)=7.56, p<.001$ ）。消極的関わりはストレス反応に有意な正の影響を与えており（ $\beta=.30, t(230)=4.56, p<.001$ ）、対人満足度には有意な負の影響を与えていた（ $\beta=-.13, t(230)=2.03, p<.05$ ）。相手と深く関わらない回避的な関わり方は、ストレスを高めることが示唆された。一方、積極的関わりは対人関係満足度に有意な正の影響を与えており（ $\beta=.23, t(230)=3.48, p<.01$ ）、自発的に相手と関わろうとすることは対人満足度を高めることが示唆された。

Table 10 ストレス反応と対人満足度に関する重回帰分析（ $\beta$ ）

	ストレス反応	対人満足度
協調的関わり	-.04	.12
消極的関わり	.30***	-.13*
積極的関わり	-.10	.23**
$R^2$	.08***	.09***

\* $p<.05$ , \*\* $p<.01$ , \*\*\* $p<.001$

## 4 考察

### 4.1 友人関係困難

友人関係困難については、自由記述から項目を選定し、因子分析の結果、4因子が抽出された（Table 2）。友人関係における困難には、付き合いきっかけや、相手との関わり方、心を打ち明ける程度が分からないこと、相手自身に問題があることなど、多様な内容が含まれていた。

これらの困難の程度は、友人関係のクラスターや、友人関係の形成期か維持期かで異なることが明らかになった。時期×クラスターの2要因の分散分析で検討した結果、気遣う関係群と関係希薄群が、きっかけ困難や自己開示困難を感じていることが示された（Table 7）。また、気遣う関係群においては、ひとたび関係が形成され維持期に入ると、接し方困難や相手要因困難が減少することが明らかになった。

一方、友人関係が形成され、維持される段階にな

っても、関係希薄群は様々な困難を比較的高い水準で感じ続けていた。これは、この群では関係形成から関係維持の段階に移行することが難しいため、同じ課題を抱えたままであるためと推測される。

本研究では、現代青年に特徴的と考えられる付き合い方をクラスター分析によって分類している（Figure 1）。そのうち、気遣う関係群と関係希薄群が、親密群と比較して希薄な友人関係を志向している群と言える。気遣う関係群も関係希薄群もそれぞれ友人関係上の困難を抱えていることが示されたため、適切な臨床心理学的介入が必要になる場合もあるであろう。特に、友人関係を形成する時期に大きな困難に直面するため、関係形成のきっかけになるような場の提供や、必要な場面（例：授業でのグループ活動）で適切な行動がとれるような助言をしていくことなどが、有効な支援法になると考えられる。

### 4.2 友人関係方略

友人関係方略については、自由記述から項目を選定し、因子分析の結果、協調的・消極的・積極的関わりの3因子が抽出された（Table 3）。これらの友人関係方略は、友人関係のクラスターによって異なっていた。時期×クラスターの2要因の分散分析で検討した結果、クラスターの主効果のみみとめられた（Table 8）。気遣う関係群は消極的関わりを強く志向しており、関係維持期に困難さが減少しても、同じ友人関係方略をとり続けていることが示された。関係希薄群は概ね得点が低く、いずれの方略もとらないことが、関係の希薄さに繋がっていると考えられる。

また、友人関係方略のうち、消極的関わりはストレス反応を増大させ、積極的関わりは対人満足度を増大させることが示された（Table 10）。さらに、消極的関わりは対人満足度を低下させる傾向にあることが示唆された。消極的関わりは、傷つくことを恐れ、また相手に嫌われないように、相手に合わせた表面的な円滑さに気を遣う内容である。この消極的関わりを志向することは、関係を深めず、ストレスを抱えることに繋がると考えられる。積極的関わりは主体的に行動している内容であり、相手との関わりの維持に役立つ方略であるため、対人満足度を増大させるのであろう。

### 4.3 友人関係類型と適応状態の関連

友人関係類型について、本研究では、親密群、気遣う関係群、関係希薄群の3群が抽出され (Figure 1)、岡田 (2010) が見出した群れ志向群、関係回避群、個別関係群の3群とは差異が見られた。親密群は、従来の青年観に合致する内面的な関係を志向する個別関係群と類似していると考えられる。関係希薄群は、関係を遠ざける志向性が働いている関係回避群に相当するであろう。円滑な関係を志向する群として、岡田 (2010) では快活の関係も高い群れ志向群が抽出されていたが、本研究では気遣い因子得点の高さに加えて、距離因子得点、楽しさ志向得点も高く、親密因子得点が低い気遣う関係群が抽出された。気遣う関係群と群れ志向群は、いずれも「互いに傷つけ合わないよう配慮し、その場での楽しい関係を維持しようとする傾向」が見られた。しかし、気遣う関係群は他群よりも高いストレス反応や対人満足度の低下を示していたのに対し、群れ志向群は自尊感情の低下が見られないことが示されており (岡田, 2010)、気遣う関係群と群れ志向群では適応状態に差が見られた。群れ志向群は「私は人からほめられることを望んでいる」といった友人からの理解・評価されたい欲求が高いが、気遣う関係群は距離因子得点も高く、友人関係方略として「相手に期待を持ちすぎないようにする」といった消極的関わりを多くしていることが適応状態に差異が生じた一因と考えられる。

適応状態について、本研究では、気遣う関係群のストレス反応が最も高い結果となった (Table 9)。なお、このストレス反応は、「ここ1週間で感じたストレス反応」を測定しているため、対人満足度についても同様に、調査時点での満足度を尋ねた。従って、ストレス反応と対人満足度は、関係形成期あるいは維持期での測定ではないため、この2つの従属変数については、時期の要因を検討することはできない。ストレス反応と対人満足度の指標は、関係形成期と維持期を経て、現在どのような適応状態にあるかを意味する。

このストレス反応が高かった気遣う関係群では、接し方困難と相手要因困難が関係維持期に減少して

いたが (Table 7)、友人関係方略については消極的関わりが他群より強く、また時期による変化も見られなかった (Table 8)。この消極的関わりはストレス反応の予測因であることが明らかになっており (Table 10)、一貫して消極的関わりを志向する気遣う関係群では、ストレス反応が高まるものと考えられる。

### 4.4 まとめと課題

本研究では、現代的な友人との付き合い方について、その特徴が表れている群をクラスター分析によって抽出した。3クラスターのうち、気遣う関係群と関係希薄群が、表面的で希薄な友人関係を志向している群と考えられる。

希薄な友人関係を志向している群は、様々な困難さを感じている結果となった。しかし、気遣う関係群においては、関係を維持する頃には付き合いづらは減少することが明らかとなった。友人関係方略は時期による差はなく、どの群でも一貫していた。気遣う関係群は消極的関わりを強く志向しており、関係維持期に困難さが減少しても、変わらない方略を取り続けていることが示された。消極的関わりはストレス反応と関連が見られ、これが気遣う関係群のストレスを高めている要因の1つであると考えられる。ある程度の友人になっても引き続き消極的関わりを志向するのは、気遣う関係群には傷つくことを恐れるような、自己防衛的な傾向があるからであろう。

関係希薄群は、友人関係の形成期でも維持期でも、一貫して様々な困難を感じていた。友人関係方略の取り方も全体的に他群より低水準であるため、友人との付き合い方も希薄なものになったと考えられる。初めから友人関係を積極的に求めていない群とも考えられるが、友人関係困難の高さを自覚していることが示されたため、関係形成のための場や、適切なスキル形成のためのプログラムを関係希薄群のために整備することが課題としてあげられる。

本研究では友人関係方略は時期によって変化せず、友人との関係に変化があっても、方略自体は変化しにくいことが予想される。友人関係方略は、対人満足度やストレス反応と相関があるため、友人関係方

略の変容に繋がるような要因を明らかにすることが課題となる。また、今回検討した友人関係方略は、内容的に友人と円滑に付き合っていくための気遣いの一側面だと考えられる。この友人関係方略には社会的スキルのような行動面だけでなく、心理的要因も含まれている。今後は、行動と心理的要因を区別し、友人関係方略や気遣い行動と、それを行う理由や動機づけについても検討することが必要であろう。

## 引用文献

- 浅野智彦 (2006). 若者の現在 浅野智彦 (編) 検証・若者の変貌—失われた10年の後に— 勁草書房 pp. 233-260.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- 土井隆義 (2008). 友達地獄—「空気を読む」世代のサバイバル— 筑摩書房
- 橋本剛 (1997). 大学生における対人ストレスイベント分類の試み 社会心理学研究, 13, 64-75.
- 満野史子 (2011). 大学生の対人適応に関する2段階モデル—関係形成と関係維持— 昭和女子大学大学院生活機構研究科紀要, 20, 53-65.
- 宮下一博 (1995). 青年期の同世代関係 落合良行・楠見孝 (編) 講座生涯発達心理学 第4巻 自己への問い直し—青年期— 金子書房 pp. 155-184.
- 岡田涼 (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.
- 岡田努 (1995). 現代大学生の友人関係と自己像・友人像に関する考察 教育心理学研究, 43, 354-363.
- 岡田努 (2010). 青年期の友人関係と自己—現代青年の友人認知と自己の発達— 世界思想社
- 尾関友佳子・原口雅浩・津田彰 (1994). 大学生の心理的ストレス過程の共分散構造分析 健康心理学研究, 7, 20-36.
- 小塩真司 (1998). 青年の自己愛傾向と自尊感情, 友人関係のあり方との関連 教育心理学研究, 46, 280-290.
- 柴橋祐子 (2004). 青年期の友人関係における「自己表明」と「他者の表明を望む気持ち」の心理的要因 教育心理学研究, 52, 12-23.
- 辻 泉 (2006). 「自由市場化」する友人関係—友人関係の総合的アプローチに向けて— 岩田 考・羽淵一代・菊池裕生・苦米地伸 (編) 若者たちのコミュニケーション・サバイバル—親密さのゆくえ— pp. 17-29.

Appendix 1 友人関係で困った内容分類表 (複数回答)

分類	項目内容	形成期 回答数	維持期 回答数	合計 回答数	%
きっかけ困難	どんな話題で話せば良いのか分からない	56	8	64	18.03
	声をかけるタイミングが分からない	24	-	24	6.76
	いつ連絡をとって良いのか分からない	-	15	15	4.23
	話が続かない	9	-	9	2.54
	すでに仲良しグループができていて、入りづらい	7	-	7	1.97
	悩み相談のり方が分からない	4	1	5	1.41
	自分から話しかけられない	3	-	3	0.85
	一緒にいると緊張する	2	-	2	0.56
相手要因困難	相手と性格が合わなくて付き合いづらい	25	23	48	13.52
	相手と喧嘩をした	2	32	34	9.58
	相手の態度や印象が悪くて付き合いづらい	17	5	22	6.20
	友人同士が喧嘩をし、板挟みになる	-	9	9	2.54
	相手から話しかけてくれない	6	-	6	1.69
	相手が心を開いてくれない	5	1	6	1.69
接し方困難	周りがその人について悪い評判を噂していて、付き合いづらい	3	1	4	1.13
	自分と相手に年齢差があるせいで、かかわり方が分からない	11	-	11	3.10
	相手との距離が近くなりすぎて負担に思う	2	6	8	2.25
	接し方が分からない	4	3	7	1.97
	相手とどのような距離感でかわれば良いのか分からない	4	2	6	1.69
	一緒にいて面倒に思う時がある	2	4	6	1.69
	1人にしてほしいと思う時がある	1	3	4	1.13
	素の自分が出せない	1	1	2	0.56
自己開示困難	どこまで踏み込んだ話をしているのか分からない	6	6	12	3.38
	自分が見知りをしてしまう	9	-	9	2.54
	相手の本心が気になる	5	3	8	2.25
	どこまで自分の話をしているのか気になる	6	2	8	2.25
	自分の性格とは違うイメージを相手からもたれる	1	3	4	1.13
	相手が自分と一緒にいて楽しいと思ってくれているか気になる	-	3	3	0.85
	自分のかかわり方がこれでよいのか不安になる	1	1	2	0.56
	こちらから連絡をして良いのか不安になる	-	2	2	0.56
その他	5	-	5	1.41	
合計	221	134	355	100.00	

Appendix 2 友人関係で心がけた内容分類表（複数回答）

分類	項目内容	形成期 回答数	維持期 回答数	合計 回答数	%
協調的関わり	相手を不快にさせないように気をつける	8	24	32	9.09
	笑顔でいるようにする	24	1	25	7.10
	自分から挨拶をするようにする	13	2	15	4.26
	楽しい雰囲気をつくるようにする	12	2	14	3.98
	相手の話の聴き手になるようにする	9	-	9	2.56
	場を壊すようなことはしないようにする	-	6	6	1.70
	少しずつ関係を深めるようにする	3	2	5	1.42
	会話内容に気を配るようにする	3	-	3	0.85
	相手の相談にのるようにする	1	2	3	0.85
消極的関わり	相手に踏み込みすぎないようにする	4	9	13	3.69
	相手に合わせるようにする	11	-	11	3.13
	人付き合いが自分の負担にならないように、かかわり方を工夫する	3	2	5	1.42
	本心を出さないようにする	3	2	5	1.42
	相手を否定も肯定もしない中立的態度でいるようにする	3	2	5	1.42
	必要以上にベタベタしないようにする	3	2	5	1.42
	自己主張しすぎないようにする	2	1	3	0.85
	相手に期待を持ちすぎないようにする	1	2	3	0.85
	相手から誘われたら遊びに行くようにする	1	1	2	0.57
	自分の領域には踏み込ませないようにする	-	2	2	0.57
	面倒なことになる前に回避する	1	1	2	0.57
相手の好きにさせ、かかわりすぎないようにする	-	2	2	0.57	
積極的関わり	自分から積極的に話しかけるようにする	37	6	43	12.22
	自分から連絡を取るようにする	7	31	38	10.80
	自分から本心を伝えるようにする	13	16	29	8.24
	自分から誘って一緒にいるようにする	6	20	26	7.39
	相手をよく知ろうとする	14	6	20	5.68
	共通の話題を見つけるようにする	14	2	16	4.55
	困った時、他の友人からアドバイスをもらうようにする	4	2	6	1.70
その他	今のままで十分だと思う	-	3	3	0.85
	自然体の自分でいるようにする	-	2	2	0.57
	その他	-	1	1	0.28
合計		200	154	354	100

(みつの ふみこ 生活心理研究所)

(いまじょう しゅうぞう 心理学科)