

ひとりで過ごすことに関する感情・評価尺度の検討

海野 裕子・三浦 香苗

問題と目的

現代の青年は、他人に関与されない「ひとりの時間」を大切にしているように見受けられ、現代青年の特徴の1つとして個人主義ということが言われている（宮下, 2009）。しかしながら、一方で、ひとりでいられない青年の存在も着目されており、ひとりで過ごすということに青年はさまざまな感情・評価を抱いていると考えられる。

青年がひとりで過ごすことをどう捉えるかを測定する尺度として、海野（2008）は大学生を対象にした調査での因子分析を基に、「ひとりで過ごすことに関する感情・評価尺度」を作成し、「孤独・不安」・「自立・理想」・「充実・満足」の3つの下位尺度からなることを見出している。具体的には、「孤独・不安」は、「ひとりの時間」はさみしい” “ひとりで過ごしていると不安になる” など、ひとりで過ごすことへの孤独・不安感を表している下位尺度である。「自立・理想」は、「友達と一緒になくても行動できるようになりたい” “ひとりで過ごす人は素敵だと思う” など、ひとりで過ごすようになりたいという理想的な感情や、自立的なイメージを抱いていることを示す下位尺度である。「充実・満足」は、「ひとりの時間」を有効に使えるようになった” “ひとりの時間」の過ごし方に満足している” など、ひとりで過ごすことへの充実・満足感を表している下位尺度である。

この尺度の信頼性については、海野（2008）において、Cronbachの α 係数を算出した結果、「孤独・不安」は $\alpha=.88$ 、「自立・理想」は $\alpha=.80$ 、「充実・満足」は $\alpha=.84$ と、十分な内的一貫性が確認されている。さらに、中・高・大学生を対象とした調査においても（海野・三浦, 印刷中）、海野（2008）とほぼ同様の因子構造が確認されており、信頼性が高いことが裏づけられる。

また、尺度の妥当性については、海野（2006）が修士論文において自由記述形式で収集した内容

を基に項目を作成していることから、内容的妥当性があることが確認できる。また、海野・三浦（2010）は孤独感との関連を検討し、ひとりで過ごすことに関する感情・評価と孤独感の間には、関連する部分はあるが別のものであることを見出している。

しかしながら、既存の尺度との相関を基にした妥当性の検討は行われていない。そこで、本研究では、本尺度の信頼性を再度確認すると同時に、既存の尺度との相関から妥当性を検討することを目的とする。妥当性を検討する尺度として、親和動機尺度（杉浦, 2000）およびプライバシー志向性尺度（吉田・溝上, 1996）を用いることとする。

親和動機尺度（杉浦, 2000）は、相手から拒否されてひとりぼっちになることを避けようとする「拒否不安」と、人と親密な関係を維持したいと考える「親和傾向」の2つの下位尺度からなる尺度である。この2つのうち、「拒否不安」は、相手に拒否されてひとりで過ごすことを避けようとする不安であり、ひとりで過ごすことに関する感情・評価と関連があることが予測される。特に、ひとりで過ごすことに関してのネガティブな感情・評価である「孤独・不安」と「拒否不安」との間に正の関連があると推測される。

また、プライバシー志向性尺度（吉田・溝上, 1996）は、個人がプライバシーを体験する状況をどの程度志向するかについて測定する尺度であり、「独居」「自由意志」「友人との親密性」「遠慮期待」「家族との親密性」「閑居」「隔離」の7つの下位尺度からなる。ひとりで過ごすことはプライバシー状態であると考えられるため、ひとりで過ごすことに関する感情・評価とプライバシー志向性は関連があることが予測される。特に、ひとりで過ごすようになりたいという理想的な感情や、ひとりで過ごすことに自立的なイメージを抱いていることを示す「自立・理想」は、プライバシーを志向する状態と類似していると考えら

れ、関連が推測される。また、「充実・満足」も、ひとりで過ごすことに関するポジティブに捉える感情・評価であるため、ある程度の関連があると考えられる。

方 法

調査対象

首都圏の大学に通う大学生101名に質問紙を配布し、95名から回答を得た（回収率94%）。そのうち、調査への協力が得られなかった者（1名）、調査への協力回答に不備があった者（2名）を除く92名（男性35名・女性55名・性別不明2名、平均19.12歳、範囲18～20歳）を分析対象とした。

調査時期および実施方法

2010年11月。授業時間の一部を利用して集団実施、あるいは、授業時間内に質問紙を配布した後回収した。質問紙には、プライバシーを保護すること、および、質問への回答は自由意志によるものであることを明記した。また、調査自体に協力したくない場合、印を記入する欄を設けた。

調査内容

ひとりで過ごすことに関する感情・評価 海野（2008）の「ひとりで過ごすことに関する感情・評価尺度」（22項目）を使用した。この尺度は、ひとりで過ごすことに関して青年がどのような感情・評価を抱いているかを測定するために作成された尺度であり、「孤独・不安」（項目例：「ひとりの時間」はさみしい、ひとりで過ごしていると不安になる等）、「自立・理想」（項目例：友達と一緒になくても行動できるようになりたい、ひとりで過ごす人は素敵だと思う等）、「充実・満足」（項目例：「ひとりの時間」を有効に使えるようになった、「ひとりの時間」の過ごし方に満足している等）の3つの下位尺度からなるものである。実施に際しては、「ひとりで過ごすことについてあなたがどう考えているかについて、質問します。」と教示し、「とてもそう思う（6）」～「まったく思わない（1）」の6件法で回答を求めた。

親和動機 杉浦（2000）が作成した「親和動機尺度」（18項目）を使用した。この尺度は、相手から拒否されてひとりぼっちになることを避けよ

うとする「拒否不安」と、人と親密な関係を維持したいと考える「親和傾向」の2つの下位尺度からなり、内的一貫性は「拒否不安」が $\alpha=.88$ 、「親和傾向」が $\alpha=.86$ と高い信頼性が確認されている。

プライバシー志向性 吉田・溝上（1996）が作成した、「プライバシー志向性尺度」（21項目）を使用した。この尺度は、Westin（1967）のプライバシー理論に基づき、Marshall（1972）やPedersen（1979）、岩田（1987）の既存尺度を参考に、日本人のプライバシー志向性を包括的に測定することを目的に作成されたものであり、「独居」「自由意志」「友人との親密性」「遠慮期待」「家族との親密性」「閑居」「隔離」の7つの下位尺度からなる。吉田・溝上（1996）は、尺度作成後、別のサンプル集団でも因子構造の安定性を確認しており、同様の因子構造が見られたことから、その安定性が十分に確認されている。

結果と考察

信頼性の検討

ひとりで過ごすことに関する感情・評価尺度について、海野（2008）に従い、主因子法・プロマックス回転による因子分析を実施した。因子負荷量が.45未満であった項目（計4項目）を除外し、最終的な因子パターンを得た。結果をTable 1に示す。回転前の3因子で18項目の全分散を説明する割合は56.06%であった。また、Cronbachの α 係数を算出した結果、第1因子は.88、第2因子は.84、第3因子は.69であった。海野（2008）の研究では、第1因子が「孤独・不安」、第2因子が「自立・理想」、第3因子が「充実・満足」であったが、本分析では、第2因子と第3因子が逆となり、第1因子が「孤独・不安」、第2因子が「充実・満足」、第3因子が「自立・理想」となった。中・高・大学生を対象とした海野・三浦（印刷中）の研究でも、今回と同様の結果（第1因子が「孤独・不安」、第2因子が「充実・満足」、第3因子が「自立・理想」）が見られている。

以上より、海野（2008）および海野・三浦（印刷中）と同様の3因子構造が確認された。「自立・理想」については α 係数が少し低めの値であったが、ほぼ十分な内的整合性が確認された。

Table 1 ひとりで過ごすことに関する感情・評価尺度の因子分析結果（プロマックス回転後）

質問項目	I	II	III	共通性	平均値	(SD)
第1因子 孤独・不安 ($\alpha=.88$)						
19 ひとりで過ごすことに苦痛を感じるようになった	.80	.03	-.11	.62	2.18	(.99)
10 「ひとりの時間」はさみしい	.77	-.17	.02	.75	3.12	(1.35)
6 ひとりで過ごしていると不安になる	.76	-.01	.01	.58	2.78	(1.27)
16 「ひとりの時間」は孤独だ	.75	-.15	.00	.69	2.67	(1.25)
21 できることなら、ひとりでいたくない	.74	.22	.03	.44	3.27	(1.36)
17 「ひとりの時間」が苦手だ	.60	-.16	-.21	.52	2.62	(1.32)
4 ひとりでいる人を見ると、さびしい人だと思う	.60	.12	-.01	.30	2.74	(1.27)
11 ひとりでいると人の目が気になる	.58	.04	.18	.36	3.15	(1.60)
5 本当は友達と一緒にいたい、仕方なくひとりで過ごしている	.46	.04	.18	.24	2.03	(1.16)
第2因子 充実・満足 ($\alpha=.84$)						
8 充実した「ひとりの時間」を持てていると思う	-.03	.85	-.05	.74	4.05	(1.24)
9 「ひとりの時間」を有効に使えるようになった	.05	.81	-.03	.61	3.74	(1.38)
13 バランス良く「ひとりの時間」が作れている	.17	.79	-.02	.51	3.75	(1.16)
18 「ひとりの時間」の過ごし方に満足している	-.06	.70	.04	.54	3.73	(1.28)
第3因子 自立・理想 ($\alpha=.69$)						
12 「ひとりの時間」を自分の成長のために使いたい	.07	.14	.66	.47	4.29	(1.25)
20 友達と一緒になくても行動できるようになりたい	-.02	-.11	.59	.35	4.21	(1.24)
22 ひとりで過ごすことには自立のイメージがある	.04	.00	.57	.33	3.82	(1.33)
7 「ひとりの時間」を楽しめるようになりたい	.06	-.13	.54	.31	4.60	(1.16)
14 ひとりで過ごせる人は素敵だと思う	-.06	.02	.47	.22	4.30	(1.14)
因子間相関						
I	—	-.51	.07			
II		—	.12			

妥当性の検討

ひとりで過ごすことに関する感情・評価尺度の構成概念妥当性を検討するため、海野（2008）に従い、ひとりで過ごすことに関する感情・評価尺度の下位尺度得点を算出し、親和動機尺度およびプライバシー志向性尺度の各下位尺度との間の相関係数を求めた（Table 2参照）。また、親和動機尺度およびプライバシー志向性尺度の各下位尺度について、Cronbachの α 係数を算出した結果、内的一貫性が確認された（Table 2参照）。

親和動機尺度との関連 親和動機尺度との関連では、「孤独・不安」と「拒否不安」「親和傾向」との間に中程度の正の相関（拒否不安： $r=.51$, $p<.001$, 親和傾向： $r=.46$, $p<.001$ ）、「自立・理想」と「拒否不安」との間に弱い正の相関（ $r=.21$, $p<.05$ ）が見られた。「充実・満足」に関しては、親和動機の各下位尺度との間に有意な相関は見られなかった。

予測した通り、「孤独・不安」と「拒否不安」との間に有意な相関が見られた。また、「自立・

理想」は、ひとりで過ごせるようになりたい、友達と一緒になくても行動できるようになりたい、という理想を持ちながらも、実際にはまだそうすることができていない状態も含まれ、その裏には「仲間から浮いているように見られたくない」「一人でいることで変わった人と思われたくない」（杉浦, 2000, 親和動機尺度の項目より）などの拒否不安の感情が存在すると考えられる。そのため「自立・理想」と「拒否不安」との間に関連が見られたものと推測される。さらに、「孤独・不安」は「親和傾向」とも関連が見られた。ひとりで過ごすことに関する孤独・不安感が強いと、人と親密な関係を維持したいと考える親和傾向がより強まると考えられるため、関連が見られたものと思われる。「充実・満足」は、親和動機のどちらの下位尺度とも有意な相関は見られず、ひとりで過ごすことに関して充実・満足感を持つかどうかは、拒否不安や親和傾向の高さとは別のものであることが示された。

プライバシー志向性尺度との関連 プライバ

Table 2 ひとりで過ごすことに関する感情・評価尺度の妥当性の検討

(数値は相関係数)

	ひとりで過ごすことに関する感情・評価尺度			
	孤独・不安	自立・理想	充実・満足	α
親和動機尺度				
拒否不安	.51***	.21*	-.19	.84
親和傾向	.46***	.07	-.11	.89
プライバシー志向性尺度				
独居	-.15	.30**	.38***	.80
自由意志	.07	.34***	.28**	.58
友人との親密性	.23*	.28**	.08	.65
遠慮期待	.06	.37***	.17	.65
家族との親密性	.17	.05	.01	.55
閑居	.17	.27**	.04	.65
隔離	.05	.33**	-.01	.70

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

シー志向性尺度との関連では、「孤独・不安」と「友人との親密性」との間に弱い正の相関 ($r = .23$, $p < .05$) が見られた。また、「自立・理想」と「独居」・「自由意志」・「友人との親密性」・「遠慮期待」・「閑居」・「隔離」との間に弱い正の相関が見られた (独居: $r = .30$, $p < .01$, 自由意志: $r = .34$, $p < .001$, 友人との親密性: $r = .28$, $p < .01$, 遠慮期待: $r = .37$, $p < .001$, 閑居: $r = .27$, $p < .01$, 隔離: $r = .33$, $p < .01$)。「充実・満足」と「独居」・「自由意志」との間に、弱い正の相関が見られた (独居: $r = .38$, $p < .001$, 自由意志: $r = .28$, $p < .01$)。

以上より、「自立・理想」は、プライバシー志向性の下位尺度7つのうち6つとの間に有意な相関が見られ、特に関連していることが確認された。これは、予測と一致する結果であった。「自立・理想」は、ひとりで過ごすことに自立的なイメージや理想を抱く感情・評価であり、ひとりで過ごすことを求める状態であるため、プライバシーを志向する状態と類似していると考えられ、このように関連が見られたと考えられる。関連が見られたもののなかで、「独居」・「自由意志」・「閑居」・「隔離」は、どれも他者から離れて (他者に邪魔されずに) 自分ひとりのプライバシーを求めるものであり、関連が見られたことが納得できる。また、関連が見られたもののなかで、「友人との親密性」・「遠慮期待」は、他者との関係に関わる志向性である。「自立・理想」は、ひとりでも

過ごせるようになりたい、友達と一緒になくても行動できるようになりたい、という理想を持ちながらも、実際にはまだそうすることができていない状態であり、他者との関係が安定しておらず、他者との関係に敏感である状態とも考えられる。そのため、親密な他者とのプライバシーを求める「友人との親密性」や、他者からの干渉を回避する「遠慮期待」との間にも関連が見られたものと推測される。

「充実・満足」は、「独居」・「自由意志」との間に関連が見られた。「独居」は、“私は、自分の部屋で一人になると心の安らぎを得られるので好きである” “ひとりでいることのできる時間や空間は、私にとって貴重である” (吉田・溝上, 1996, プライバシー志向性尺度の項目より) などの項目からなり、ひとりで過ごすことを好み、そのような時間や空間を大事に思う下位尺度である。また「自由意志」は、“私は他人に邪魔されずに自分の意志で自由に行動したい” “自分のやりたいことを他人に気がねなくやりたい” (吉田・溝上, 1996) などの項目からなり、他人に邪魔されたり気がねすることなしに、やりたいことをひとりで自由にやりたいという意志を示す下位尺度である。「独居」・「自由意志」ともに、ひとりで過ごすことを好み、そのような時間を大事に思い、自分の自由に過ごしたいと希望する下位尺度であるため、ひとりで過ごすことに充実感や満足感といったポジティブな感情を見出す「充実・満足」

と関連が見られたと考えられる。

「孤独・不安」は「友人との親密性」との間に相関が見られ、これは、親和動機との関連において、「孤独・不安」と「親和傾向」との関連が見られたのと同様に、ひとりで過ごすことに関する孤独・不安感が強いと、人と親密な関係を維持したいと考える親和傾向がより強まると考えられるためだと推測される。

なお、プライバシー志向性の下位尺度の中で「家族との親密性」については、ひとりで過ごすことに関する感情評価のどの下位尺度との間にも有意な相関は見られなかった。大学生期は、重要な他者として、家族よりも友人の存在が大きい時期であるため、「家族との親密性」との関連が見られなかったと考えられる。また、「独居」・「自由意志」は「自立・理想」とも「充実・満足」とも関連が見られ、関連が大きかった。プライバシー志向性の下位尺度の中で、「独居」・「自由意志」は、自分ひとり（単独）のプライバシー状況を希望する態度であるが、「友人との親密性」・「家族との親密性」は親密な他者を含めたプライバシー状況である。また、「独居」・「自由意志」が日常的な空間でのプライバシー志向性であるのに比べ、「閑居」・「隔離」は、他者からかなり離れた空間（人目につかない家など）、あるいは非日常的な空間（森の中など）を求める志向性であると考えられる。「遠慮期待」は、他者からの干渉を回避するという方向でプライバシーを求める態度であり、「独居」・「自由意志」とは質が少し異なる。ひとりで過ごすことに関する感情・評価尺度は、日常場面において自分単独で行為している場面を想定しているため、同様の状況である「独居」・「自由意志」が、ひとりで過ごすことに関する感情・評価尺度と特に関連が強い結果となったと推測される。

以上の結果から、ひとりで過ごすことに関する感情・評価尺度の構成概念妥当性が確認された。

まとめと今後の課題

本研究の目的は、ひとりで過ごすことに関する感情・評価尺度の信頼性を再確認すること、および、既存の尺度との相関から妥当性を検討するこ

とであった。信頼性分析の結果から、本尺度の信頼性が確認された。また、親和動機尺度およびプライバシー志向性尺度との相関分析から、本尺度の構成概念妥当性が確認された。

しかしながら、信頼性については、 α 係数が少し低めであった下位尺度も見られたため（「自立・理想」）、今後さらに検討していくことも必要と考えられる。

引用文献

- 岩田 紀 (1987). 日本人大学生におけるプライバシー志向性と人格特性との関連 社会心理学研究, 3, 11-16.
- Marshall, N. J. (1972). *Privacy and environment. Human Ecology*, 1, 93-110.
- 宮下一博 (2009). 序章 宮下一博 (監修) 松島公望・橋本広信 (編) ようこそ! 青年心理学—若者たちは何処から来て何処へ行くのか— ナカニシヤ出版 pp.1-8.
- Pedersen, D. M. (1979). Dimensions of privacy. *Perceptual and Motor Skills*, 48, 1291-1297.
- 杉浦 健 (2000). 2つの親和動機と対人的疎外感の関係—その発達的变化— 教育心理学研究, 48, 352-360.
- 海野裕子 (2006). 大学生における「ひとりの時間」の持つ意味 昭和女子大学大学院生活機構研究科生活文化研究専攻心理学講座臨床心理士養成コース修士論文 (未公開).
- 海野裕子 (2008). ひとりで過ごすことに関する感情・評価尺度の作成 日本教育心理学会第50回大会発表論文集, 453.
- 海野裕子・三浦香苗 (2010). 大学生における「ひとりの時間」と孤独感・対人恐怖心性との関連 昭和女子大学生生活心理研究所紀要, 12, 51-61.
- 海野裕子・三浦香苗 (印刷中). 青年期における「ひとりの時間」の発達的变化. 昭和女子大学大学院生活機構研究科紀要.
- Westin, A. F. (1967). *Privacy and freedom*. New York: Atheneum.
- 吉田圭吾・溝上慎一 (1996). プライバシー志向性尺度 (本邦版) に関する検討 心理学研究, 67, 50-55.

謝 辞

調査の実施にあたり、ご協力いただきました群馬社会福祉大学の森慶輔先生にお礼申し上げます。また、調査にご協力いただきました学生の皆様に心より感謝申し上げます。

(うみの ゆうこ 昭和女子大学大学院生活機構研究科)

(みうら かなえ 昭和女子大学大学院生活機構研究科)