

# 一人でいることは孤独か？<sup>1)</sup>

## —一人享楽と友人つながりからの検討—

和田 実\*

### Being alone is lonely?: An examination from enjoying by oneself and ties with friends

Minoru WADA\*

The purpose of this study was to investigate the being alone from “enjoying by oneself” and “ties with friends.” Combining these two point of views, the being alone was classified into four type: low “enjoying by oneself” and low “ties with friends” (LL), low “enjoying by oneself” and high “ties with friends” (LH), high “enjoying by oneself” and low “ties with friends” (HL), and high “enjoying by oneself” and high “ties with friends” (HH). The differences of the loneliness and some personality traits (self-esteem, affiliation motives, and interpersonal dependency) among the four types were investigated. Affiliation motives was composed of affiliation tendency and sensitivity to rejection. Interpersonal dependency was composed of affectional tendency and instrumental dependency. Participants were 149 male and 70 female undergraduates. LH and HH felt lonelier than LL and HL. LH had highest affiliation tendency, LL and HH had second highest affiliation tendency, and HL had lowest affiliation tendency. LL and LH had higher sensitivity to rejection than HL and HH. LL and LH had higher affectional dependency than HH and HL.

**key words:** being alone, enjoying by oneself, ties with friends, loneliness

#### 問題と目的

“視線気にせずおひとりさま 京大学食「ぼっち席」人気”というタイトルの記事が朝日新聞デジタル版に掲載されたのが2013年7月29日である（朝日新聞, 2013）。食堂の改修に合わせて2012年4月から、天板の真ん中に高さ約50 cmの衝立を取り付けた6人用テーブル10台を特注して作ったという。この頃から、“ひとり”や“ぼっち”がキーワード

となる現象が数多く報告されるようになった<sup>2)</sup>。大学の食堂に限らず、一人カラオケ、一人焼き肉を専門とする店まで出現した。また、『ひとりぼっちを笑うな』（蛭子, 2014）という本も出版された。さらに、一人だけの食事を満喫する主人公を描く「孤独のグルメ」という漫画が2012年1月からテレビ東京でドラマ化され、2017年にはSeason 6が放送されている。

2014年7月13日には、朝日新聞の天声人語でこ

- 1) 本研究は、伊藤由美さん（平成25年度名城大学人間学部卒業）の卒業研究（論文タイトル「一人でいられる能力—孤独感、親和性、依存性との関連—」）を再分析したものである。データを提供してくれた伊藤由美さんに謝意を表します。
- 2) それ以前の2009年7月6日の朝日新聞の夕刊（東京版）の1面に「友達いなくて便所飯？ 一人で食べる姿見られたくない」との記事が掲載され、それを受ける形で『なぜ若者はトイレで「ひとりランチ」をするのか』（和田, 2010）という本も祥伝社から出版されている。

\* 名城大学人間学部

Faculty of Human Studies, Meijo University, 4-102-9 Yadaminami, Higashi-ku, Nagoya-shi, Aichi 461-8534, Japan

のような現象が取りあげられ、反響がより大きくなった<sup>3)</sup>。天声人語では、「ぼっちには、1人は寂しい、かわいそう、自分はなりたくない、といった否定的な意味合いも込められているようだ。1人でいることそのものより、友達のいない人だと周りから見られることが耐えがたい。」と記されている。このように、一人(ぼっち)をネガティブな意味でとらえられることが多いが、ポジティブな意味で使われることもある。一人でできるようになることが発達課題という観点からの研究(松尾・小川, 2000; 野本, 2000; Winnicott, 1958)である。その観点からすると、一人でできないことが問題となる。例えば、Winnicott (1958)は、一人でいられる能力(the capacity to be alone)という概念を提出し、幼児が母親から離れて一人になることができるにはこの能力の確立が必要であるとしている。また、自己同一性の確立と関連するという研究も報告されている。金子(1995)は、「他の人と距離をおくこと(他の人と打ち解けあっていないこと)が強い者ほど同一性拡散の感覚が強く、「他の人との違い意識」がある者ほど「自分への確信」がしっかりしていることを見いだしている。

朝日新聞社が主体となってとりまとめているインターネット百科事典「コトバンク」は、(一人)ぼっちを“ぼっち充”と“ソロ充”に分けている。ぼっち充は“一人だけの生活が充実している様子、あるいは一人で楽しむ若者のこと。彼らは友達がいないか、または非常に少なく、その関係も希薄であり、一人で自室内にいたり、カラオケ・観戦・外食なども一人で楽しむ。他人と接するのが面倒・苦手・できないといった人が仕方なく楽しむもの”とある。ソロ充は“友達がいても独自に行動するのが好み「一匹狼」としてカッコいい存在でもある。他人とはFacebookなどのSNSではつながっているからと、一人ぼっちであることを引け目に思わない傾向もある”とある。

はたして、天声人語に記されたように「一人〇〇」をしている者は、友だちがいなくて寂しい、かわいそうな者なのであろうか。コトバンクの分類による“ソロ充”のように、友だちはいるのだが、「一人旅

の方が自由に行動できるから好き」、「好きな歌をすぐに歌えるから一人カラオケが好き」という者もいるであろう。博報堂生活総合研究所(2014)の調査によると、20代の男性の60.0%、女性の44.5%が「一人で外食することに抵抗はない方だ」と答えている。同じ20代の関連する項目結果を男女順に記すと、「自由な時間はひとりで過ごしたい方だ」は29.4, 35.4%、「人づきあいはめんどうくさいと思う」は31.3, 33.9%であった。すなわち、かなりの者が一人で過ごしたいと考えているのである。また、内閣府による「我が国と諸外国の若者の意識に関する調査」(2014)では、どんなときに充実していると感じるかをたずねている。その項目の一つに「他人にわずらわされず一人にいるとき」がある。結果によると、肯定する者が69.1%（「当てはまる」が23.8%、「どちらかという当てはまる」が45.3%）であった。一人でいるときに充実していると感じる者が7割ほどいるのである。

そこで、本研究では、一人でいること(一人でいる人)を「そもそも一人で楽しめるのかどうか」と「友人とのつながりがあるのかどうか」の観点から調べる。すなわち、これらを組み合わせ、①一人で楽しめず、友人とのつながりがない(低い)者、②一人で楽しめず、友人とのつながりがある(高い)者、③一人で楽しめ、友人とのつながりがない(低い)者、④一人で楽しめ、友人とのつながりがある(高い)者、の違いは何かを孤独感およびいくつかのパーソナリティ特性(自尊感情、親和動機、対人依存欲求)から調べる。

孤独感とは、個人の社会的相互作用の願望レベルと達成レベルの間の不一致から生じる不快な個人的経験(工藤・西川, 1983)である。したがって、友人とのつながりが低い者は孤独感が高いであろう(仮説1)。なかでも一人で楽しめず、友人とのつながりが低い者ももっとも高いであろう(仮説1-1)。

自尊感情とは、自己に対する評価感で自分自身を基本的に価値ある者とする感覚(遠藤, 1999)である。したがって、一人で楽しめる者は自尊感情が高いであろう(仮説2)。なかでも一人で楽しめて友人とのつながりが高い者は、自尊感情が高いであろう(仮説2-1)。

親和動機とは、他の人と友好的な関係を成立させ、それを維持したいという動機である(杉浦, 2000)。

3) 同年7月15日には、NHKの「視点・論点」という番組で、「ぼっち充」と“リア充”として取り上げられた。

これまでの研究では親和動機に以下の2つの性質があることが指摘されている(杉浦, 2000)。拒否に対する恐れや不安なしに人と一緒にいたいと考える親和傾向と、分離不安から人と一緒にいたいという気持ちを表し、他者からの拒否に対する恐れや拒否不安である。したがって、友人とのつながりが高い者の方が一緒にいたいという親和傾向は高いであろう(仮説3)。また、一人でいると友だちがいなくと思われるのが気になるので、一人で楽しめない者の方が拒否不安は高いであろう(仮説4)。

対人依存欲求とは、是認、支持、助力、保証などの源泉として他人を利用しないし頼りにしたいという欲求である(竹澤・小玉, 2004)。したがって、友人とのつながりが高い者はすでに対人依存欲求が満たされているので、一人で楽しめるかどうかの影響するであろう。そして、一人で楽しめる者は他者に依存しなくても楽しめるので、一人で楽しめない者の方が対人依存欲求は高いであろう(仮説5)。

さらに、本研究で扱う変数には性差があることが明らかとなっている。女性より男性の方が孤独感が高い(工藤・西川, 1993; 和田, 1992)、女性より男性の方が友人数は多い(和田・西田, 1991; 和田, 2007)が、情緒的なソーシャルサポートは男性より女性の方が多い(Hays & Oxley, 1986; 和田, 1992)などである。そこで、性差についても調べる。

## 方 法

### 調査対象者

調査対象者は現在付き合っている恋人がいない大学生269名であった。現在付き合っている恋人がいない者に限定したのは、恋人がいる者は、親友(友人)には依存しないが恋人に依存している可能性があり、それを排除するためである。同じ回答を繰り返すなど明らかな虚偽回答と判断された者、質問項目の3分の1以上に回答していない者を合わせた8名を除いた。次に、25歳以上の者(男性6名、女性0名)、親友がいないと回答した者(男性28名、女性8名)を除いたので、分析対象となったのは、男性149名、女性70名、計219名であった。平均年齢(SD)は、男性21.08(1.87)、女性19.53(1.05)であった(範囲: 男性18-24、女性: 18-23)。平均親友数(SD)は、男性5.32(5.20)、女性3.94(2.39)であった(範囲: 男性1-40、女性: 1-12)。性差を検討し

たところ、女性より男性の年齢の方が高く( $t(217)=6.49, p<.001$ )、親友数が多かった( $t(217)=2.11, p<.05$ )。親友数の性差は先行研究(和田・西田, 1991; 和田, 2007)と同様であった。

調査は2013年11月に実施された。調査用紙の最初のページに、研究目的のみに使用すること、データは統計的に処理され個人の結果が明らかになることはないことを記した。さらに、調査は回答を強制されるものではないことを記してあり、納得した者だけが回答している。したがって、倫理的な問題はない。

### 質問紙の構成

質問紙は次の5つの内容からなる。個人的背景要因、一人でいること、孤独感、自尊感情、親和動機、対人依存欲求を問う項目である。

**個人的背景要因** 性別、年齢、親友の有無、さらに親友がいる者は具体的な人数をたずねた。なお、後者2つは、倫理的問題に配慮し、質問紙の中程に入れた。

**一人でいること** 野本(2000)の項目を参考に、卒業ゼミ(心理学の教員1名、大学生女子7名)で「友人とのつながりがあるかどうか」と「一人で楽しめるかどうか」の2つの面からたずねる項目を出し合い、議論し、23項目を作成した(Table 1: 残り4項目は天井効果が見られたのでTable 1から省いてあり、結果の尺度構成の箇所に記されている)。回答は、各々の項目内容がどの程度当てはまるかについて「当てはまらない(1)~当てはまる(5)」の5件法で求めた。

**孤独感** 工藤・西川(1983)によるUCLA孤独感尺度の日本語版を用いた。この尺度は、「私は人とのつきあいがいい」、「私には頼りにできる人が誰もいない」などの20項目からなり、各々の項目内容を普段どの程度感じているかを「しばしば感じる(4)~決して感じない(1)」の4件法で求めた。

**自尊感情** 櫻井(2000)によるRosenbergの尺度の日本語版を用いた。この尺度は「私は自分には見どころがあると思う」、「私は自分に対して、前向きな態度をとっている」などの10項目からなり、各々の項目内容がどの程度当てはまるかを「はい(4)~いいえ(1)」の4件法で求めた。

**親和動機** 杉浦(2000)による親和動機尺度を用いた。この尺度は「人とつきあうのが好きだ」、「友

Table 1 「一人でいること」の因子分析結果

	I	II
・一人でいるとつまらない。	.70	-.11
・友だちと一緒にいなくても平気である。	-.69	-.08
・一人でいると、何事も楽しめない。	.69	-.11
・誰かと一緒にでないと、楽しむことができない。	.68	.03
・友だちと一緒にいないと不安になる。	.62	.20
・一人でいると、疲れた心が癒やされる。	-.57	.07
・一人でいると、とてもリラックスした気分になる。	-.57	.07
・一人でいると、ストレスから解放される時がある。	-.50	.18
・一人〇〇(カラオケ、旅行など)を楽しむことができる。	-.48	.07
・私は誰かとつき合っていないと、何となく不安で不安定な気持ちになる。	.44	.26
・一人でいると、ありのままの自分になれる時がある。	-.42	.03
・友だちにそばにいてほしい。	.41	.29
・私の悲しみを友だちと一緒に共有できる。	.04	.67
・自分には本当に心の通じ合う友だちがほとんどいない。	.08	-.60
・私の喜びを友だちと一緒に分かち合える。	-.07	.58
・今はそばにいないが、自分の心の支えになっている友だちがいる。	-.12	.52
・私は、周りの友だちとごく親しい関係を持っているわけではない。	.01	-.50
残余項目		
・一人でいる時間は、よりよい自分になるために重要だと思う。	-.28	.19
・完全に友だちに頼っている。	.39	.02
因子間相関		.16

だちと喜びや悲しみを共有したい」などの親和傾向9項目と「みんなと違うことはしたくない」、「どんなときでも相手の機嫌を損ねたくない」などの拒否不安9項目からなる。回答は、各々の項目内容を普段どのくらいそう思うかを「いつもそう思う(6)～まったくそう思わない(1)」の6件法で求めた。

**対人依存欲求** 竹澤・小玉(2004)による対人依存欲求尺度を用いた。この尺度は「病気のときや、ゆううつなときには誰かに慰めてもらいたい」、「いつも誰かに見守っていてもらいたい」などの情緒的依存欲求10項目と「何か対応に迷うときには、誰かに対応の仕方を聞きたい」、「面倒な仕事は誰かに手伝って欲しい」などの道具的依存欲求10項目からなる。回答は、各々の項目内容を普段どのくらいそう思うかを「いつもそう思う(6)～まったくそう思わない(1)」の6件法で求めた。

## 結 果

### 尺度の構成

**一人でいること** 「一人で過ごす時間を楽しむことができる」( $M=4.21, SD=0.96$ )、「友だちとのショッピングも好きだが、一人でショッピングすることも

好きである」( $M=3.72, SD=1.30$ )、「人と過ごす時間と同じくらい、一人で過ごす時間も重要だと思う」( $M=4.06, SD=1.05$ )、「私は何かあったとき、相談できる友だちがいる。」( $M=3.94, SD=1.12$ )の4項目に天井効果がみられた。そこで、これらの項目は以降の分析から除外した。

次に、男女別に因子分析(主因子法、プロマックス回転)を行ったところ、大きな差異は見いだされなかった。そこで全体のデータで因子分析を行った。固有値の減衰状況は、5.69, 3.16, 1.91, 1.37, 1.05, ……であり、当初設定したとおり2因子構造をなしていると考えた(Table 1)。

第I因子は、「友だちと一緒にいなくても平気である」(-.69)、「一人でいると、何事も楽しめない。」(.69)などの項目に高い負荷がみられた。これらの項目内容は、一人でいるのが平気で楽しめるかどうかを表している。そこで、『一人享樂』因子と命名した。第II因子は、「私の悲しみを友だちと一緒に共有できる」(.67)、「自分には本当に心の通じ合う友だちがほとんどいない」(-.60)などの項目に高い負荷がみられた。これらの項目内容は、支えになる友だちがおり、友人とつながりがあるかどうかを表し

ている。そこで、『友人つながり』因子と命名した。

尺度構成にあたっては、因子負荷量が絶対値.40以上の項目を選んだ。したがって、第I因子は12項目、第II因子は5項目からなる。得点が高いほど一人で楽しみ、友人とのつながりが強くなるように得点化し、項目の単純和を項目数で除したものを尺度得点とした。これらの尺度について Chronbach の  $\alpha$  係数を求めたところ、男女順に、一人享楽 .85, .84, 友人つながり .70, .72 であった。

2つの下位尺度の平均値 (SD) は、男女順に、一人享楽 3.51 (0.68), 3.59 (0.64), 友人つながり 3.65 (0.71), 4.00 (0.60) であった。友人つながりに性差が見られ (一人享楽:  $t(217)=0.83, n.s.$ , 友人つながり:  $t(217)=3.62, p<.001$ ), 男性より女性の友人つながりの方が高かった。

**その他の尺度** 既存の尺度については、従来通りの尺度構成とした。したがって、得点が高いほど、孤独を感じ、自尊感情、親和動機の親和傾向と拒否不安、対人依存欲求の情緒的依存欲求と道具的依存欲求が高いことを表す。男女別に  $\alpha$  係数を算出した

ところ (Table 2), いずれも高い値が得られた。

**性および一人でいるタイプによる分析**

一人享楽と友人つながりそれぞれの高低群の人数が等しくなるように、男女それぞれの中央値近辺 (男女の順に、一人享楽: 3.50, 3.70 以下, 友人つながり: 3.60, 4.00 以下を低群とした; 項目数で除してあるので、得点範囲は 1-5) で2分割した。そして、一人享楽と友人つながりがともに低い者 (LL群), 一人享楽が低く友人つながりが高い者 (LH群), 一人享楽が高く友人つながりが低い者 (HL群), 一人享楽と友人つながりがともに高い者 (HH群) の4群に分けた。今後、これらを一人でいるタイプと呼ぶ。

そして、性と一人でいるタイプによる差異を明らかにするために、各尺度値に対して、性 (2) × 一人でいるタイプ (4) の分散分析を行った (4つのタイプの相違を見るのが目的なので、性 × 一人享楽 × 友人つながりの分散分析は行わなかった)。条件ごとに各尺度の平均値 (SD) と分散分析結果 (F 値) を Table 2 に示した。

Table 2 条件ごとの平均値 (SD) と分散分析結果 (F 値)

	一人でいるタイプ				性 (df=1, 204)	一人タイプ (df=3, 204)	交互作用 (df=3, 204)
	LL	LH	HL	HH			
孤独感 ( $\alpha$ : .84, .86)							
男性	2.10 (0.34)	1.72 (0.34)	2.12 (0.34)	1.75 (0.29)	15.49***	17.41***	0.42
女性	1.93 (0.40)	1.59 (0.23)	1.87 (0.38)	1.46 (0.20)			
自尊感情 ( $\alpha$ : .80, .86)							
男性	2.47 (0.46)	2.60 (0.53)	2.50 (0.60)	2.55 (0.48)	4.05*	0.99	0.39
女性	2.21 (0.53)	2.36 (0.53)	2.42 (0.46)	2.45 (0.69)			
親和動機							
親和傾向 ( $\alpha$ : .87, .82)							
男性	3.52 (0.66)	4.12 (0.56)	3.22 (0.68)	3.70 (0.53)	3.20 <sup>†</sup>	12.30***	0.98
女性	3.92 (0.61)	4.13 (0.45)	3.40 (0.42)	3.77 (0.49)			
拒否不安 ( $\alpha$ : .84, .86)							
男性	3.37 (0.75)	3.59 (0.76)	3.01 (0.85)	3.11 (0.74)	0.01	5.42***	0.71
女性	3.43 (0.64)	3.68 (0.61)	3.20 (0.70)	2.83 (0.91)			
対人依存欲求							
情緒的依存 ( $\alpha$ : .90, .86)							
男性	3.48 (0.91)	3.88 (0.75)	2.74 (0.82)	3.00 (0.77)	1.05	9.50***	1.05
女性	3.63 (0.67)	3.69 (0.62)	3.20 (0.72)	3.12 (1.10)			
道具的依存 ( $\alpha$ : .85, .80)							
男性	3.86 (0.87)	4.26 (0.80)	3.45 (0.90)	3.85 (0.81)	5.30*	1.64	3.44*
女性	3.82 (0.50)	3.43 (0.72)	3.69 (0.55)	3.33 (1.02)			

注) LL: 一人享楽と友人つながりがともに低い者, LH: 一人享楽が低く友人つながりが高い者, HL: 一人享楽が高く友人つながりが低い者, HH: 一人享楽と友人つながりがともに高い者

尺度名の後の括弧内の  $\alpha$  係数は男女の順。

<sup>†</sup> $p<.10, *p<.05, **p<.01, ***p<.001$

なお、親友数について同様の分散分析を行ったところ、性 ( $F(1, 204)=6.96, p<.001$ ) と一人であるタイプ ( $F(3, 204)=4.06, p<.001$ ) の主効果が有意であった。性の主効果は、女性より男性の方が親友が多いことを示している。一人であるタイプの主効果について多重比較 (Bonferroni 法。以下同様) を行ったところ、HL 群より LH 群の方が親友が多く ( $p<.001$ )、LL 群よりも LH の方が多い傾向にあった ( $p<.10$ ) (LL, LH, HL, HH 順の各群の平均値: 4.76, 7.06, 3.80, 4.73)。すなわち、一人享楽が低く友人つながりが高い者が親友が多く、一人享楽が高く友人つながりが低い者が親友が少ないということである。

**孤独感** 性 ( $F(1, 204)=15.49, p<.001$ ) と一人であるタイプ ( $F(3, 204)=17.41, p<.001$ ) の主効果が有意であった。性の主効果は、女性より男性の孤独感の方が高いことを示している。一人であるタイプの主効果について多重比較を行ったところ、LH 群より LL 群と HL 群、HH 群より LL 群と HL 群の方が高かった (いずれも  $p<.001$ : LL, LH, HL, HH 順の各群の平均値: 2.03, 1.69, 2.03, 1.67)。すなわち、孤独感 は友人つながりが高い者より低い者の方が高いということである。

**自尊感情** 性の主効果 ( $F(1, 204)=4.05, p<.05$ ) のみが有意であった。これは女性より男性の自尊感情の方が高いことを示している。

**親和動機** 親和傾向は、一人であるタイプ ( $F(3, 204)=12.30, p<.001$ ) の主効果のみが有意であった。多重比較を行ったところ、LL 群より LH 群 ( $p<.001$ )、HL 群より LL 群 ( $p<.001$ ) と LH 群 ( $p<.001$ ) と HH 群 ( $p<.001$ )、HH 群より LH 群 ( $p<.01$ ) の方が高かった (LL, LH, HL, HH 順の各群の平均値: 3.71, 4.12, 3.29, 3.72)。すなわち、親和傾向は一人享楽が低く友人つながりが高い者がもっとも高く、次いで一人享楽と友人つながりがともに低い者と高い者が高く、一人享楽が高く友人つながりが低い者がもっとも低いということである。なお、性の主効果が有意な傾向にあった ( $F(1, 204)=3.20, p<.10$ )。これは、男性より女性の親和傾向の方が高い傾向にあることを示している。

拒否不安は、一人であるタイプ ( $F(3, 204)=5.42, p<.001$ ) の主効果のみが有意であった。多重比較を行ったところ、HL 群より LH 群 ( $p<.01$ )、HH 群より LH 群 ( $p<.01$ ) の方が高く、HH 群より LL 群 ( $p<.10$ )

の方が高い傾向にあった (LL, LH, HL, HH 順の各群の平均値: 3.41, 3.61, 3.07, 3.03)。すなわち、拒否不安は一人享楽が高い者より低い者の方が高いということである。

**対人依存欲求** 情緒的依存欲求は、一人であるタイプ ( $F(3, 204)=9.50, p<.001$ ) の主効果のみが有意であった。多重比較を行ったところ、HL 群より LL 群 ( $p<.001$ ) と LH 群 ( $p<.001$ )、HH 群より LL 群 ( $p<.01$ ) と LH 群 ( $p<.001$ ) の方が高かった (LL, LH, HL, HH 順の各群の平均値: 3.52, 3.89, 2.89, 3.04)。すなわち、情緒的依存欲求は一人享楽が高い者よりも低い者の方が高いということである。

道具的依存欲求は、性の主効果 ( $F(1, 204)=5.30, p<.05$ ) と性×一人であるタイプの交互作用 ( $F(3, 204)=3.44, p<.05$ ) が有意であった。交互作用について多重比較を行ったところ、男性は HL 群より LH 群 ( $p<.001$ ) の方が高かったが、女性には差がなかった。また、LH 群 ( $p<.01$ ) と HH 群 ( $p<.05$ ) において有意な性差がみられ、女性より男性の方が高かった。

#### 一人であるタイプの相違

各群の弁別の特徴をとらえるために、マハラノビスの汎距離  $D^2$  の最小値を最大化する変数選択基準に基づいたステップワイズ法による判別分析を男女別に行った (Table 3)。男女別に行ったのは、すでにこれまでの結果で記したようにいくつかの変数で性差が認められたからである。説明変数は、孤独感、自尊感情、親和動機 (親和傾向、拒否不安)、対人依存欲求 (情緒的依存欲求、道具的依存欲求) であった。

**男性** 2つの関数が基準を満たして選択された (第1関数: Wilks'  $\Lambda=0.58, \chi^2(6)=75.51, p<.001$ , 第2関数: Wilks'  $\Lambda=0.85, \chi^2(2)=22.30, p<.001$ )。そして、孤独感と情緒的依存欲求の2変数が基準を満たして選択された。第1関数は孤独感と正、情緒的依存欲求と負の関係にあった。グループ重心から、孤独感が高く、情緒的依存欲求が低いのが HL 群 (一人享楽が高く友人つながりが低い者)、情緒的依存欲求が高く、孤独感が低いのが LH 群 (一人享楽が低く友人つながりが高い者) である。第2関数は、孤独感と情緒的依存欲求ともに正の関係にあった。グループ重心から、孤独感と情緒的依存欲求がともに高いのが LL 群 (一人享楽と友人つながりがとも

Table 3 一人でいるタイプの判別分析

	標準化された正準判別関数係数			
	男性		女性	
	第1関数	第2関数	第1関数	第2関数
(正準相関係数:	0.56	0.38	0.51	0.44)
孤独感	0.72	0.70	1.00	-0.40
親和動機				
親和傾向	—	—	0.74	0.78
対人依存欲求				
情緒的依存欲求	-0.66	0.76	—	—
グループ重心				
LL	0.23	0.56	0.66	0.08
LH	-0.93	0.11	-0.03	0.78
HL	0.87	-0.10	-0.25	-0.64
HH	-0.15	-0.63	-0.89	0.39

注) LL: 一人享楽と友人つながりがともに低い者, LH: 一人享楽が低く友人つながりが高い者, HL: 一人享楽が高く友人つながりが低い者, HH: 一人享楽と友人つながりがともに高い者  
記されていない説明変数および—はその変数が選択されなかったことを表す。

に低い者), ともに低いのが HH 群 (一人享楽と友人つながりがともに高い者) である。全体の正判別率は 46.2% であった。

**女性** 2つの関数が基準を満たして選択された (第1関数: Wilks'  $\Lambda = 0.59, \chi^2(6) = 33.43, p < .001$ , 第2関数: Wilks'  $\Lambda = 0.81, \chi^2(2) = 13.82, p < .001$ )。そして, 2変数が基準を満たして選択された。第1関数は孤独感と親和傾向ともに正の関係にあった。グループ重心から, 孤独感と親和傾向ともに高いのが LL 群 (一人享楽と友人つながりがともに低い者), ともに低いのが HH 群 (一人享楽と友人つながりがともに高い者) である。第2関数は孤独感と負, 親和傾向と正の関係にあった。グループ重心から, 孤独感が高く, 親和傾向が低いのが HL 群 (一人享楽が高く友人つながりが低い者), 孤独感が低く, 親和傾向が高いのが LH 群 (一人享楽が低く友人つながりが高い者) である。全体の正判別率は 53.2% であった。

考 察

性, 一人でいるタイプによる孤独感, パーソナリティ特性の関連

孤独感, 友人つながりが高い者より低い者の方が高かった。よって, 友人とのつながりが低い者は孤独感が高いであろうとの仮説 1 は支持された。た

だし, 一人享楽と友人つながりがともに低い者と一人享楽は低く友人つながりが高い者の間に差はなかった。よって, 一人で楽しめず, 友人とのつながりが低い者よりも高くなるであろうとの仮説 1-1 は支持されなかった。孤独感, 個人の社会的相互作用の願望レベルと達成レベルの間の不一致から生じる不快な個人的経験 (工藤・西川, 1983) である。したがって, 一人で楽しめるかどうかは関係なく, 友人つながりが低い者は友人関係に期待するレベル (願望レベル) まで達成できていないので, 孤独感が高いのであろう。なお, 一人享楽と友人つながりがともに高い者は一人享楽が高く友人つながりが低い者よりも孤独感が低かった。よって, 本論文の表題への答として, 一人でいることは必ずしも孤独ではないと言えよう。すなわち, 友だちがいても, 「自由に行動できるから一人旅が好き」, 「好きな歌をすぐに歌えるから一人カラオケが好き」という者もいるということである。

また, 女性より男性の孤独感の方が高かった。工藤・西川 (1983) や和田 (1992) も女性より男性の孤独感の方が高いことを示している。本研究で性差が見られたのは, 本研究の調査対象者の友人つながりが女性よりも男性の方が低いことと関連しているのであろう。

自尊心は, 女性より男性の方が高いという性差

のみがみられ、一人でいるタイプによる差異はなかった。よって、一人で楽しめる者は、自尊感情が高いであろうとの仮説2は支持されなかった。自尊感情は一人享楽や友人つながりとは異なる他の要因が関わっているのであろう。

親和動機の親和傾向は、一人享楽が低く友人つながりが高い者がもっとも高く、次いで一人享楽と友人つながりがともに低い者と高い者が高く、一人享楽が高く友人つながりが低い者がもっとも低かった。よって、友人とのつながりの高い者の方が親和傾向は高いであろうとの仮説3は一部支持された。一人享楽が高く友人つながりが低い者はそもそも一人が好きで、友人とのつながりを必要としないのであろう。ただし、一人享楽が高く友人つながりが低い者は、一人享楽と友人つながりがともに低い者と同じレベルの孤独を感じており、孤独であるが他者と一緒にいるよりも一人でいたい、一人でやりたいと思っているのであろう。一人享楽と友人つながりがともに低い者と高い者の親和傾向に差がなかった点に興味を持たれる。本研究からは理由はわからないが、両者ともにそもそも他者とべったりとした関係にはなりたくないのであろう。

また、男性より女性の親和傾向の方が高い傾向にあった。この差は男女に対する社会化の違いによるのであろう (Sherrod, 1989)。すなわち、男性は達成、競争、独立を、女性は暖かさ、親密感、表情の豊かさを強調して育てられる (和田, 1993)。よって、男性よりも女性の親和傾向の方が高くなるのであろう。

親和動機の拒否不安は、一人享楽が高い者より低い者の方が高かった。よって、一人で楽しめない者の方が拒否不安は高いであろうとの仮説4は支持された。一人享楽が低い者は、一人でいるのは友だちがいなくと思われるのが気になるからであろう。一人享楽と友人つながりがともに高い者の拒否不安がもっとも低く、一人享楽が低く友人つながりが高い者の拒否不安がもっとも高かった。一人享楽が低く友人つながりが高い者は、親和傾向も高かった。よって、他者から一人でいるのを見られるのをもっとも嫌がるタイプであろう。

対人依存欲求の情緒的依存欲求は、一人享楽が高い者より低い者の方が高かった。よって、一人で楽しめない者の方が対人依存欲求は高いであろうとの

仮説5は支持された。一人で楽しめる者は他者に依存する必要がないからであろう。

対人依存欲求の道具的依存欲求は、男性では一人享楽が高く友人つながりが低い者より一人享楽が低く友人つながりが高い者の方が高かったが、女性には差がなかった。よって、男性のみで、一人で楽しめない者の方が対人依存欲求は高いであろうとの仮説5が支持された。男性の友人関係は道具的である (和田, 1993) ので、友人つながりが高い者の方が道具的依存欲求が高くなったのであろう。また、一人享楽が低く友人つながりが高い者と一人享楽と友人つながりがともに高い者において性差がみられ、女性より男性の方が高かった。つまり、友人つながりが高い男性の道具的依存欲求は女性よりも高いのである。これは男女で同性友人関係に求めるものが異なり、女性に比べ、男性の友人関係は道具的である (和田, 1993) からであろう。したがって、友人つながりが低い男性よりも高い男性の方が道具的依存欲求が高いのであろう。

#### 一人でいるタイプの相違はどこにあるのか

男性の正判別率は46.2%と若干低かったが、孤独感が高く情緒的依存欲求が低いのが“一人享楽が高く友人つながりが低い者”、孤独感が低く情緒的依存欲求が高いのが“一人享楽が低く友人つながりが高い者”、孤独感と情緒的依存欲求ともに高いのが“一人享楽と友人つながりがともに低い者”、ともに低いのが“一人享楽と友人つながりがともに高い者”であった。男性の一人でいるタイプは、孤独感と情緒的依存欲求の組合せで判別されるというのである。男性の友人関係はそもそも道具的であり (和田, 1993)、道具的依存欲求には差がないのもう一つの情緒的依存欲求が判別に大きくかかわったのであろう。

女性の正判別率は52.2%と若干低かったが、孤独感と親和傾向ともに高いのが“一人享楽と友人つながりがともに低い者”、ともに低いのが“一人享楽と友人つながりがともに高い者”、孤独感が高く親和傾向が低いのが“一人享楽が高く友人つながりが低い者”、孤独感が低く親和傾向が高いのが“一人享楽が低く友人つながりが高い者”であった。女性の一人でいるタイプは、孤独感と親和傾向の組合せで判別されるというのである。親和傾向は女性役割期待 (女性らしさ) と強く関連し、本研究でも男性

より女性の方が高い傾向にあった。すなわち、女性にとっては重要なのである。しかし、時代の変化とともに女性役割期待にばらつきが生じているので、女性の一人でいるタイプの判別に貢献したのであろう。

男女とも、一人でいるタイプの判別に孤独感が大きくかかわったが、一人享楽と友人つながりがともに高い者は孤独感が低かった。すなわち、一人でいることは必ずしも孤独ではないと言えよう。友だちがいても、一人〇〇をする者がいるということである。一方、一人享楽が高く友人つながりが低い者は孤独感が高かったことから、一人でいて孤独を感じている者がいるのも明らかとなった。

以上のことから、これまで述べてきた4つの群は以下のように命名できるであろう。“一人享楽と友人つながりがともに高い者”は自ら進んで一人で行動することがある者なので“能動的一人型”(コトバンクでは“ソロ充”)、“一人享楽が高く友人つながりが低い者”は仕方なく一人で行動しているので“受動的一人型”(コトバンクでは“ぼっち充”)、“一人享楽が低く友人つながりが高い者”は友人と一緒にでないで一人では楽しめないで“親友依存型”、“一人享楽と友人つながりがともに低い者”は一人で楽しめず依存できる親友もいない(少ない)ので“孤絶型”と言えよう。

#### 本研究の問題点と今後の課題

第一に、本研究では友人に依存はしないが恋人に依存している者を排除するために、調査対象者を恋人がいない者に限定した。しかし、両親や他の誰かに依存したままの者がいるかも知れない。その点を考慮して研究する必要があるだろう。

第二に、本研究は大学生を対象としており、4つの群分けも相対的なものである。したがって、“一人享楽と友人つながりがともに低い者”(孤絶型)とはいえ、問題とすべきほどの友人関係の困難を抱えているわけではないかも知れない。実際のところ、本研究の“一人享楽と友人つながりがともに低い者”(孤絶型)の平均親友数は4.76人であり、“一人享楽が低く友人つながりが高い者”(親友依存型)の平均7.06人よりは少ない傾向にあったが、その他の2群とは差がなかった。つまり、孤絶型と命名したが、あくまでも相対的なものに過ぎないということである。孤独感についても、本研究ではどのタイプ

も男女とも中立点を超えていない。そこで、調査対象者を広げて調べることが必要であろう。本研究で、一人享楽と友人つながりがともに低い男性は、孤独感と情緒的依存欲求ともに高く、一人享楽と友人つながりがともに低い女性は、孤独感と親和傾向がともに高かった。すなわち、友人関係に問題を抱えているわけではなく、情緒的依存欲求にしる、親和傾向にしる、他の人たちよりもより高いレベルを求めているから孤独を感じているのかも知れないのである。

第三に、本研究では一人でいるタイプの相違の一つとして孤独感を調べたが、さらなる精神的健康の指標を調べる必要があるだろう。それにより、“一人享楽と友人つながりがともに低い者”(孤絶型)は、友人関係(対人関係)の持ちように問題があるのかどうか明らかになるであろう。問題点を明らかにすることにより、対人関係に問題を抱える者に対する援助が可能となるであろう。

#### 引用文献

- 朝日新聞 2013 視線気にせずおひとりさま 京大学食「ぼっち席」人気 (<http://www.asahi.com/edu/articles/OSK201307270001.html>)
- 朝日新聞 2014 天声人語 東京本社版(7月13日)
- 蛭子能収 2014 ひとりぼっちを笑うな 角川書店
- 遠藤由美 1999 自尊感情 中島義明・安藤清志・子安増生・箱田祐司(編) 心理学辞典 有斐閣(CD-ROM版)
- 博報堂生活総合研究所 2014 生活定点 1992-2014 (<http://seikatussoken.jp/teiten2014>)
- Hays, R. B., & Oxley, D. 1986 Social network development and functioning during a life transition. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 305-313.
- 金子俊子 1995 青年期における他者との関係のしかたと自己同一性 発達心理学研究, 6, 41-47.
- 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.
- 松尾和美・小川俊樹 2000 青年期における「一人でいられる能力」について(I)―依存性との比較から― 筑波大学心理学研究, 22, 207-214.
- 内閣府政策統括官 2014 平成25年度 我が国と諸外国の若者の意識に関する調査 ([http://www8.cao.go.jp/youth/kenkyu/thinking/h25/pdf\\_index.html](http://www8.cao.go.jp/youth/kenkyu/thinking/h25/pdf_index.html))
- 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」精緻化の試み― 大阪大学教育学年報, 5, 125-137.

- 櫻井茂男 2000 ローゼンバーグ自尊感情尺度日本語版の検討 筑波大学発達臨床心理学研究, **12**, 65-71.
- Sherrod, D. 1989 The influence of gender on same-sex friendships. In C. Hendrick (Ed.), *Close relationships*. Newbury Park, CA.: Sage. pp. 164-186.
- 杉浦 健 2000 2つの親和動機と対人的疎外感との関係 教育心理学研究, **48**, 352-360.
- 竹澤みどり・小玉正博 2004 青年期後期における依存性の適応的観点からの検討 教育心理学研究, **52**, 310-319.
- 和田 実 1992 大学新生の心理的要因に及ぼすソーシャルサポートの影響 教育心理学研究, **40**, 386-393.
- 和田 実 1993 同性友人関係—その性および性役割タイプによる差異— 社会心理学研究, **8**, 67-75.
- 和田 実 2007 デート中の性行動の期待と正当性についての男女の認知差—デートの誘いとデート内容が及ぼす影響— 思春期学, **25**, 139-148.
- 和田 実・西田智男 1991 性に対する態度および性行動の規定因 (I)—性態度尺度の作成 東京学芸大学紀要第1部門 (教育科学), **42**, 197-211.
- Winnicott, D. W. 1958 The capacity to be alone. *International Journal of Psychoanalysis*, **39**, 416-420.

(受稿: 2016.8.22; 受理: 2017.3.6)

---