

孤独感の類型とシャイネス

杉 山 成

青年期の孤独感 (loneliness) については、その生活感情が社会・他者との関わり認識を反映していると考えられることから、自己開示や対人不安といったコミュニケーション過程との関連が検討されてきた。

孤独感と社会的接触の関連について、Cutrona, Russell, & Peplau (1979) は、恋人の有無や友人の数、家族との接触頻度等と孤独感の関連を検討し、それらの間に関連性がみられなかったことを報告しており、同様の結果は大学生に調査を行った Sisenwein (1964) においても確認されている。他方、Chelune, Sultan, & Williams (1980) は、女子大学生を対象とした調査において、自己開示と孤独感の負の関連性、すなわち、自己開示度の高い者ほど孤独感が低いという傾向を見出した。さらに、Solano, Batten, & Parish (1982) は、大学生の男女を対象とした調査により、両親に対する自己開示と孤独感の間には関連がないが、友人に対する自己開示と孤独感の間には先述の Chelune らの研究と同じ負の相関が見られることを報告している。こうした結果について榎本・清水 (1992) は、孤独感が単純な社会的接触の頻度というよりも、重要なごくプライベートなことを他者に話す機会があるかどうかということに関わっていると推測し、それゆえ、自分がどのような人物であるかを他者に言語的に伝える行為としての自己開示と孤独感が密接に関連することを示唆している。

自己開示は、対人関係において開示相手との心理的距離を減少させ、二者関係を強化・発展させる機能を持つことが確認されているが (安藤, 1994), そのような親密な関係の形成において、対人態度に関係するパーソナリティ要因が関わるということが考えられる。そのひとつがシャイネス傾向 (shyness ten-

dency)である。シャイネスとは、他者とうまくつきあうことを妨害する対人不安 (Jones & Russel, 1982) であり、引っ込み思案、内気といった感情や対人関係の抑制という行動を招きやすいことが見出されている。そうした点を考慮すると、親密な対人関係の形成過程において、こうしたシャイネス傾向の高低が、結果として生じる孤独感についての調整変数として機能することが推測される。

そこで、本研究ではシャイネス傾向というパーソナリティを取り上げ、孤独感と社会的適応との関連を検討する。その際、孤独感の尺度については、被験者間の孤独感の質的な差異を考慮に入れるために、落合 (1983) の孤独感類型判別尺度 (LSO) を用いる。従来の孤独感研究では、UCLA 孤独感尺度のように、一次元構造をもつ感情として孤独感を定義することが多かった。それに対し、LSO は自由記述データの分析結果等をもとにしてボトムアップ式に構成されたものであり、孤独感を「共感性」(人間同士共感しあえると感じているか否か)と「個別性」(人間の個別性に気づいているか否か)という2つの次元によってとらえようとする試みである。

Cheek & Buss (1981) は、一次元構造の孤独感尺度を用いて、シャイネス傾向と孤独感が正の相関関係にあり、シャイネス傾向が高い人ほど孤独感を経験しやすいことを報告しているが、孤独感において質的に異なるこの2つの次元はシャイネスとの関連においても異なる傾向を示すことが推測される。

まず、共感性次元における孤独感は、相手による自身の心情の理解可能性や他者との感情の共有可能性に関する信念であるので、こうした共感性に対する不信は、対人場面におけるコミュニケーション不安を促進すると推測される。よって、共感性次元の孤独感とシャイネス傾向は正の相関関係にあるであろう(仮説1)。他方、個別性次元における孤独感は、個性を持つ存在としての自覚を促す(榎本・清水, 1992)ものであり、自我同一性の感覚と関連する。青年期においては、他者との関係のなかでしばしば相手に呑み込まれ自分を見失ってしまうことへの不安が存在し、また、そうした傾向が自我

同一性の低さと結びついていることが指摘されている(Erikson, 1959)。このことから、人間の個別性に対する理解がこうした不安を低減する傾向を持つのではないかと推測される。よって、個別性次元の孤独感とシャイネス傾向は負の相関関係にあるであろうと予測される(仮説2)。以上の2仮説についての検証を行う。

方法

調査対象者 大学生 205 名 (男性 128 名, 女性 77 名)

質問紙の構成 被験者の基本的属性(所属, 年齢, 性別), 調査内容に関わりがあることが推測される要因(恋人の有無, 住居の形態, 地域活動やサークル等への参加状況)に関する質問と以下にあげる尺度で構成した。

(1) LSO (Loneliness Scale by Ochiai) : 落合 (1983) による 16 項目の尺度であり, 共感性 (LSO-U) と個別性 (LSO-E) の 2 つの下位尺度によって構成される。5 件法で評定させた。

(2) シャイネス尺度日本語版 : Jones & Russell (1982) の作成したシャイネス尺度を桜井・桜井 (1991) が邦訳作成した日本語版尺度を使用した。信頼性を考慮して挿入した 5 項目を含む 28 項目について 5 件法で評定させた。

(3) その他, 「あなたにとって, 孤独とはどんなことですか」という質問項目を設定し, 自由記述によって回答させた。

調査手続き 心理学の授業時間内において質問紙を配布し, 回答させた。

結果と考察

尺度の構成 被験者 205 名の年齢の平均は 19.25 歳, 標準偏差は 1.08 であった。また, その他の属性の内訳は, TABLE.1 のようになった。

LSO に関しては, 落合 (1983) に従って 2 つの下位尺度の得点化を行い, アルファ係数を算出して内的整合性を検討した。その結果, 6 項目から成る

TABLE. 1 被験者の内訳

	男性 (n=128)	女性 (n=77)
住居の形態		
一人暮らし	31 (24.2%)	17 (22.1%)
実家で同居	93 (72.7%)	55 (71.4%)
同居人あり	4 (3.1%)	5 (6.5%)
恋人の存在		
恋人あり	31 (24.4%)	28 (36.4%)
恋人なし	96 (75.6%)	49 (63.6%)
サークル・地域活動等に		
参加あり	92 (71.9%)	51 (66.2%)
参加無し	36 (28.1%)	26 (33.8%)

共感性得点 (LSO-U: 得点が高いほど人間同士理解・共感しあえると感じている傾向を示す) では、 $\alpha = .85$, 9項目から成る個別性得点 (LSO-E: 得点が高いほど人間の個別性に気づいている傾向を示す) では、 $\alpha = .55$ という結果が得られた。LSO-Eの内的整合性を示す値がやや低いが、この尺度が均一な性質というよりは多様な内容をカバーしたものであること、および、他の研究では今回の結果よりもやや高い信頼性係数が得られている等を考慮し、落合 (1983) と同じ方法による得点化を行うこととした。

シャイネス尺度についてもアルファ係数を算出したところ、 $\alpha = .87$ と十分な内的整合性が得られたので、桜井・桜井 (1991) と同様に一次元尺度としてとらえ、項目の合計得点をシャイネス得点として使用することとした。得点が高いほどシャイネス傾向が高いことを示す。これらの平均と標準偏差、アルファ係数は TABLE. 2 に記した結果となった。

TABLE. 2 各尺度の平均, 信頼性係数

	最小値	最大値	平均点	標準偏差	アルファ係数
LSO-E	-14	14	1.05	4.99	0.55
LSO-U	-14	18	8.95	6.57	0.85
シャイネス尺度	23	87	56.73	13.35	0.87

諸要因と孤独感の関連 LSO で測定された孤独感と生活条件との関連を検討するために、住居の形態、恋人の有無、サークル等への参加の有無というそれぞれの要因と性別を独立変数、孤独感を従属変数とした 2 要因分散分析を行なった。

住居形態と孤独感得点の関係は TABLE. 3 に示す結果となった。住居形態の主効果は有意なものではなく (LSO-U: $F(2, 203)=1.56, ns$; LSO-E: $F(2, 203)=0.96, ns$)、住居形態によって孤独感が異なるという傾向は見出されなかった。ただし、LSO-U に対する住居形態と性別の交互作用が有意となり、男性は一人暮らしよりも家族と同居している方が LSO-U の得点が高い傾向があるが、女性では逆の傾向を示すことが確認された ($F(2, 203)=3.55, p<.05$)。

恋人の有無について、数値でみる限りにおいては、恋人のいる被験者がいない被験者に比して、LSO-U において高く、LSO-E において低い傾向がみられるが (TABLE. 4)、それぞれの主効果や性別との交互作用は有意ではなかった (LSO-U: $F(1, 202)=3.80, ns$; LSO-E: $F(1, 203)=1.76, ns$)。サークル等への参加の有無との関連についても、主効果、交互作用ともに確認されず (LSO-U: $F(1, 203)=1.64, ns$; LSO-E: $F(1, 204)=1.29, ns$)、サークル等に参加している被験者と参加していない被験者の間に孤独感得点における差異は確認されなかった (TABLE. 5)。

このように対人接触の頻度と孤独感が平行な関係にあるという傾向

TABLE. 3 住居形態と孤独感の関係

	LSO-U		LSO-E	
	男性	女性	男性	女性
住居の形態				
一人暮らし	8.23(6.24)	12.82(4.89)	1.45(6.00)	0.41(4.37)
実家で同居	8.47(6.63)	8.78(6.41)	1.08(5.04)	1.30(4.62)
同居人あり	13.75(2.50)	6.80(11.80)	-4.00(4.24)	1.60(2.88)

(注) 括弧内は標準偏差。

は, Cutrona, Russell, & Peplau (1979) をはじめとした先行研究と一致するところであり, 青年期の孤独感が対人関係の単純な反映ではなく, 価値観や自我のレベル等の内部要因との複雑な関連を持つことを示すものと考えられる。

孤独感とシャイネスの関連 シャイネス傾向と LSO の共感性尺度の関連を検討した結果, TABLE.6 に示すように, LSO-U との相関は, 男性で $r = -.24$, 女性で $r = -.56$, 他方, LSO-E との相関は, 男性で $r = .15$, 女性で $r = .40$ となった。

LSO の 2 尺度のうち, 共感性得点 (LSO-U) は, 人間同士の理解・共感への確信の高さを示すものであり, 仮説 1 においては, この確信の低さは対人不安を招くであろうと予測した。結果として, この得点とシャイネス得点との間に負の関連が認められた。これは共感性への確信が高いほどシャイネス傾向が低いという傾向を示すものであり, 仮説と一致するものであった。また, 男女の比較においては, 女性の方が相関係数の値がかなり高いことが確

TABLE. 4 恋人の有無と孤独感の関係

	LSO-U		LSO-E	
	男性	女性	男性	女性
恋人の存在				
恋人あり	10.03(6.47)	10.82(5.54)	-0.35(6.11)	0.96(4.90)
恋人なし	8.02(6.41)	8.82(7.23)	1.49(4.98)	1.21(4.21)

(注) 括弧内は標準偏差。

TABLE. 5 地域活動・サークルへの参加の有無と孤独感の関係

	LSO-U		LSO-E	
	男性	女性	男性	女性
サークル・地域活動等に				
参加あり	9.24(5.70)	9.61(6.01)	0.48(5.11)	1.16(4.04)
参加無し	6.79(8.08)	9.42(8.01)	2.36(5.63)	1.04(5.23)

(注) 括弧内は標準偏差。

TABLE. 6 孤独感の2尺度とシャイネス尺度の相関係数

	LSO-U		LSO-E	
	男性	女性	男性	女性
シャイネス尺度	-.24**	-.56**	.15	.40**

(注) ** $p < .01$.

認められた。この傾向は、一般に女性は対人的敏感性 (interpersonal sensitivity) が男性に比して高いことから、他者とのコミュニケーションを図る際に、自身の気持ちを相手に理解してもらえるか、また、相手の気持ちをどれだけ理解できるか、といった相互理解の可能性を重視するということからくる結果であろうと考えられる。Berg & Peplau (1982) は、大学生を対象とした調査において、孤独感と自己開示との関連性が、男性に比して女性の方が高いことを示しているが、本研究の結果もそうした性差と一致する傾向といえよう。

他方の個別性得点 (LSO-E) は、孤独に関する意識のうち人間の個別性への気づきを示すものである。仮説2では、この個別性への気づきを、対人場面における自我同一性レベルの高さを示すものとしてとらえ、対人不安を抑制すると推測した。しかし、結果は逆方向の関連を示し、個別性得点とシャイネス得点の間に (男性では有意な相関はみられなかったが) 女性において正の関連が確認された。この結果は「人は固有の存在である」という個別性の意識が高いほどシャイネス傾向が高いということの意味している。

次に、LSOの2尺度とシャイネス傾向の関連をさらに詳細に検討するために、落合 (1983) の基準に基づいて、被験者をA型 (LSO-Uは高くLSO-Eは低い)、B型 (LSO-UとLSO-Eの両方が低い)、C型 (LSO-Uは低くLSO-Eは高い)、D型 (LSO-UとLSO-Eの両方が高い) の4群に振り分けた¹。

¹ 4群のうち、B群に属する被験者は1名のみであったので、以後の分析からは除いてある。

そして、3郡におけるシャイネス得点の平均値を算出し、LSD法による多重比較を行った結果、TABLE.7に示すように、A・D群に比して、C群のシャイネス得点が5%水準で有意に高いことが確認された。C群の特徴は、この群のみが個別性得点の低群で構成されているということであるので、このことを考慮すると、孤独感の類型による分析においても、個別性の認知とシャイネス傾向との間の正の関連が示唆されたといえる。

こうした個別性に関する意識とシャイネス傾向の関連性は、どのようなことを意味しているのであろうか。この尺度は「私の人生と同じ人生は、過去にも未来にもないと思う」「自分の問題は、最後には自分で解決しなくてはならないのだと思う」といった項目で構成されており、孤独にたえうる自我の強さを土台に自身の唯一性を認識するという心性を想定していることがわかる。実際、落合(1999)においては、LSO-E、LSO-Uのそれぞれが自我の発達とともに低得点から高得点へと移行し、類型についてもA型→B型→C型→D型と移行するというモデルが提示されている。しかし、上述のように、本研究の結果は、個別性尺度がそうした意味を持たないことを示すものであった。

解釈の一つの方向は、落合(1983)の尺度作成の対象となった被験者と本調査の被験者との間に個別性尺度の内容のとらえ方に差異があった可能性である。現代青年の特徴として、全体的には友人関係が希薄化・表層化する一方で、仲間うちに対しては、嫌われないようにしたり、必死にウケを狙おうとしたりするなど気を遣うという現象が指摘されており、岡田(1991)は、こうした現象を、次第に仲間内の中に「自閉」していく傾向として「集団内

TABLE.7 LSOの各類型におけるシャイネス平均値

	A型	C型	D型	多重比較の結果
シャイネス尺度	53.71 (14.29)	69.19 (11.39)	56.33 (13.18)	C型>D型=A型

(注) 括弧内は標準偏差。

自閉」と名づけている。現代青年の対人関係がそうした仲間との融合感や一体感によって支えられているのであれば、彼らはLSO-Eの項目内容を自我同一性の問題としてではなく、もっと表面的な、単なる「ひとりぼっち」「他者との関わりのなさ」「周囲との異質性」といった心情を意味するもの、すなわち、対人不安につながるような社会的孤立を導く状態として反応していた可能性がある。

最後に、そうした解釈の可能性を検討する参考資料として「あなたにとって、孤独とはどんなことですか」という問いに対する自由記述のデータを集計した。TABLE. 8は、回答を個別性得点の上位群(15名)、下位群(15名)ごとにまとめたものである。それによれば、個別性認知の高い群、低い群それぞれにポジティブ、ネガティブ両方のとらえ方があることが確認され、特に個別性得点との対応はみられなかった。ただ、一つの特徴として、孤独という状態を「大事である」「必要なことである」とする回答が少なく、大部分の回答が「気楽」「自由」といった表現がされているということが注目される。このことは現代青年が孤独をより表層で受け取っているという上述の解釈を

TABLE. 8 LSO-Eの高・低得点群における「孤独に対するイメージ」への回答

LSO-Eの低得点群の回答	LSO-Eの高得点群の回答
固定観念の強い人	TVをひとりで見ている自分に気付いたとき
友達がいらない	悪いこと
人と関わらない	寂しい、一人ぼっち
フラれたとき	人に気をつかわないで済む
かわいそう	気楽
だれも助けてくれない	自然な状態
誰にもかまってもらえない	他人との交わりが無いこと
たまにいいと思うときがある	話す相手がいらない、分かり合える相手がいらない
プライドが高い	何も考えずに楽でいられること
孤独はやはりイヤなイメージ	一人ぼっちで友人がいらない
ひとりであるよりも大勢でいるほうが楽しい	彼女がいらないとき
孤独はイヤだ	苦しい時に声をかけてくれる友人がいないと感じたとき
ひとりであることは寂しいと思う	自分
一人で寂しい感じ	強いけど、弱いこと
一人で部屋にこもっているような状態でしょうか	誰にも生きていと知られないこと

支持するものかもしれない。ただ、この自由記述データは探索的に得られたデータに過ぎないため、上述の傾向が本調査の被験者に特有のものであるのか、それとも現代の青年に共通する変化であるのかという問題を明確にしてい くためには、さらに綿密にデザインした研究によって分析する必要があるであろう。

要約 本研究では、孤独感の共感性と個別性という2次元とシャイネスという対人不安との関連を検討し、その結果、仮説通り、人間同士共感できるという認識が高いほど対人不安は低いことが確認された。その一方で、個別性次元については仮説と異なる傾向がみられた。

こうした結果は、尺度作成の際の被験者と、今回の被験者となった現代の青年との項目内容のとらえ方の違いに関連するものと考えられた。すなわち、前者においては人間の個別性への気づきは、自我の発達とともに進み、社会性を成熟させるものとしてとらえられるが、後者においてはそうした認知を他者とうまくつきあっていくための障害として認識しているということが示唆された。そこからは現代の青年が孤独状態の中で自己を確立していくという傾向は確認できず、こうした心理的側面に大きな変換が生じている可能性が示唆された。このように本研究では、孤独感という概念の現代青年における妥当性をめぐっていくつかの課題が提出された。

引用文献

- 安藤清志 1994 見せる自分／見せない自分 自己呈示の社会心理学 東京：サイエンス社。
- Berg, J.H., & Peplau, L.A. 1982 Loneliness: The relationship of self-disclosure and androgyny. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 8, 624-630.
- Cheek, J.M., & Buss, A.H. 1981 Shyness and sociability. *Journal of Personality and Social Psychology*, 41, 330-339.
- Chelune, G.J., Sultan, F.E., & Williams, C.L. 1980 Loneliness, self-disclosure, and

- interpersonal effectiveness. *Journal of Counseling Psychology*, **27**, 462-468.
- Cutrona, C.E., Russell, D.W., & Peplau, L.A. 1979 Loneliness and the process of social adjustment: a longitudinal study. *Paper presented at the meeting of American Psycho-logical Association.*
- 榎本博明・清水弘司 1992 自己開示と孤独感 心理学研究, **63**, 114-117.
- Erikson, E.H. 1950 *Childhood and Society*. W.W. Norton. (仁科弥生 (訳) 1977 『幼児期と社会 (I・II)』, みすず書房)
- 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.
- 落合良行 1999 孤独な心 寂しい孤独感から明るい孤独感へ 東京:サイエンス社.
- 岡田努 1991 現代青年の人格発達と対人関係に関する探索的研究 東京都立大学心理学研究, **1**, 1-18.
- 桜井茂男・桜井登世子 1991 大学生用シャイネス (shyness) 尺度の日本語版の作成と妥当性の検討 奈良教育大学紀要, **40**, 20-28.
- Sisenwain, R.J. 1964 Loneliness and the individual as viewed by himself and others. *Doctoral dissertation, Columbia University.*
- Solano, C.H., Batten, P.G., & Parish, E.A. 1982 Loneliness and patterns of self-disclosure. *Journal of Personality and Social Psychology*, **43**, 524-531.

謝辞 本研究のデータ収集にあたっては、杉中恵美子さん (小樽商科大学平成14年度卒業) の多大なご協力をいただきました。記して感謝を申し上げます。