

# ‘甘え’ と ‘ゆとり’ の関連についての考察

The Consideration of relation between ‘Amae’ and ‘Yutori’

伊 勢 真理絵

Marie ISE

中 野 靖 彦

Yasuhiko NAKANO

## 1. 問題と目的

甘えの概念を土居が提唱して以来、その臨床心理学的意味や発達心理学的意味などが多方面で検討されてきた。まず、甘えとは土居（1971）によると、「他者の好意に依存し、それをあてにすること」であり、一般的に母親に対する子どもの行動や態度を示すことが多いとされている。さらに、「その甘えは成人後も、新たに人間関係が結ばれる際には少なくともその端緒において必ず甘えは発動している」とされている。甘えは母子関係において切っても切れない関係にあり、母子関係で築かれた甘えが対人関係を築くときに表出されている。そのため、甘えは日常生活を営む上で重要な役割を果たしていることが考えられる。

この甘えは日本で特に発達しやすい傾向にある。玉瀬・脇本（2003）は、日本人には「大人でも集団を志向し、他者に対して言わなくても分かってもらえるだろうという「あてにする」意識が見られる。それが人間関係を結ぶ際にも、その端々に甘えが存在する」としている。土居（2000）は、「日本では甘えたいという欲求を上限することが社会的に許容されているため、親への依存性が育まれ、この行動パターンが社会構造にまで制度化されている」と指摘している。日本社会の社会制度自体甘えを容認しており、日本の風土に根付いた日本特有の概念であることがわかる。

甘え概念と類似する概念として愛着が挙げられる。愛着とは Bowlby（1969）によると、母性的人物に対する子どもの絆であり、永続的に続くものであるとされている。乳児は生後4ヶ月頃から周囲の人々に対する反応とは異なる反応を母親に対して示すようになり、母親に対してはほほ笑む、喃語を示す、後追いをするなどといった行動をするようになる（山内 2000）。これらの行動を愛着行動といい、愛着行動は乳幼児期が過ぎると消え去るのではなく、人格形成、対人行動の基礎となり、人間の一生を通して存続し、特定の対象に対して接近や伝達が維持される。その手段は年齢を重ねるにつれて、様々な行動を用いて愛着を表すとされている。

玉瀬・今村（2006）は、乳幼児期に形成された愛着と甘えはその後の人間関係を築く上で大きく関係しているとし、両者の関係を愛着を起点とした場合、どの程度甘えを予測しうるのかという視点で調査している。その結果、「安定型」と「相互依存的な甘え」の間に正の関連があり、「両価型」と「屈折した甘え」の間には負の関連があることがわかった。愛着は主に乳幼児期において母親から受けた養育態度が現在の子どもの行動特性を決めるものであるとし、母親との愛着関係が適切に成立していると子どもは其中で甘えたり、甘えられたりすることができる。甘えは愛着関係の中で発することができる感情であり、後に愛着と混ざる形で行動となって表出すると考える。大きく分けると愛着と甘えの違いは、愛着は主に行動を示し、甘えは感情を示すものであり、別概念であることが考えられる。

後に土居（2000）は、多義的である甘えを簡潔に2種類に区別している。1つは「素直な甘え」であり、自分が甘えたいときに甘え、相手からも必要なときには甘えて欲しいとする欲求である。これは、健康な心の発達に必要なものとされている。もう1つは「屈折した甘え」であり、一方的に甘えを欲求する形をとりながら、同時に甘えたいけれど甘えられないアンビバレントな性質をもっている。これは、より不健康な人にみられる心理的傾向であると捉えられている（玉瀬・相原 2004；玉瀬・今村 2006）。先行研究において谷（2000）は甘えを「直接的甘え」「屈折的甘え」「とらわれ」の3因子から捉えている。玉瀬・今村（2006）は甘えを「甘え希求」「甘え受容」「甘え歪曲」「甘え拒絶」の4つの因子から「甘え希求」と「甘え受容」を合わせて「相互依存的甘え」とし、「甘え歪曲」「甘え拒絶」を合わせて「屈折した甘え」という2つの側面から捉えている。谷の「とらわれ」因子として扱われている「とらわれ」は、心理臨床大事典（2004）によると甘えたい気持ちがあるけれど、恐怖で素直に甘えられない状態であり、玉瀬・今村が捉えている「屈折した甘え」の中を含むことができると考える。玉瀬・相原（2005）は、「甘えには「健康で素直な甘え」と「屈折した甘え」の2つがあるというのが土居の甘え理論の中核である」と述べていることから、本研究でも甘えを2つの側面から捉えることで簡潔にわかりやすく捉えることができると考え、2つの側面からみることにした。

土居（2000）は「『やすらぎ』は「甘え」の体験が先行しないと生まれない」とし、「母子の関係がよければ、子供は甘えを十分享受し、それが内面化され、子供の心は外からのストレスに対し緩衝的に働く。もし関係が悪ければ、不安と緊張が内面化され、子供の心は容易にストレスによってゆさぶられる」としている。つまり、子どもが母親からの甘え体験を十分享受すれば、やすらぎを得ることができるが、母親からの甘え体験が十分享受されなければ、やすらぎは得られない。やすらぎと類似した言葉にゆとりがある。ゆとりとは、広辞苑（第5版）によると、「余裕があること、窮屈でないこと」である。さらに、ゆとりの語源は、「'ゆるみゆとり'物事の間にくつろぎを置く、隙間を置くというところからきた言葉」（大言海）であり、窮屈な状態をさすのではなく、くつろぎがある状態をさす（富田 2008）。そして、広辞苑（第5版）によると、やすらぎは「こころの平安や気持ちの落ち着き」と定義されている。やすらぎとゆとりを比較すると、やすらぎは心が落ち着いており、波風が立っていない状態である。ゆとりは土居（2000）の言葉を借りれば「目先の必要に心が奪われていないときにはじめて生

まれてくる」とし、心に余裕があるという意味である。心に余裕が生まれるためには、心の落ち着きが必要である。つまり、ゆとりの根本にはやすらぎがあり、やすらぎが得られた時、ゆとりが生まれると考えられる。先行研究においてやすらぎを扱った研究よりも、ゆとりを扱った研究の方が多い。尺度作成についていえば、古川・山下・八木(1993)は社会人を対象に、8因子から成るゆとり尺度を作成し、富田(2008)は大学生、高校生を対象に主観的に感じられる心のゆとり感尺度を作成しており、ゆとりが心の健康を捉える上で重要であることが考えられる。これらのことから、ゆとりとは心が落ち着いた時に生まれる余裕であると定義することができる。やすらぎはゆとりの意味に含むことができると考え、本研究では、やすらぎとゆとりは同一概念として扱うこととする。

土居(2000)はやすらぎを味わうためには、過去において特に親との間で甘えを享受している必要があることや、甘えはその後の対人関係を築く上で重要な概念であると述べている。玉瀬・富平(2007)は大学生を対象に、甘えの程度によりどのような友人関係を形成するかを調査した。その結果、「相互依存的な甘え」は良好な友人関係を形成することを明らかにし、「屈折した甘え」は良好な友人関係をある程度阻害する傾向があるとしている。玉瀬・相原(2004)は、甘えと特性5因子の関係を調査し、「相互依存的な甘え」は外向性、調和性と正の相関があり、「屈折した甘え」は外向性、開放性、調和性と負の関連があったことを明らかにした。これらのことから「相互依存的な甘え」は、対人関係を築く際にいい影響を与えていることが考えられ、甘えが対人関係上で重要な役割を果たしていると考えられる。そして「屈折した甘え」は、良好な友人関係を築きにくいいため、どのように相手と接したらよいかかわからず、人との関わりについて消極的になりやすく、不安に陥りやすいと考える。

富田(2008)はゆとりを失ったり、回復したりする揺れの動きの中で主観的に感じられる心のゆとりに着目し、心にゆとりがある状態とない状態から心のゆとりを把握するため、心のゆとり尺度の作成を試みた。この尺度は、「心の充足・開放性」「切迫・疲労感のなさ」「対他的ゆとり」から成り、自分自身のゆとりと他者に対してのゆとりから構成されている。対人関係における甘えとゆとりの関係を考えると、「屈折した甘え」は、他者と接する前から、既に甘えがどこまで相手に受け入れられるのか、他者から甘えが拒否されるのではないかといった不安があり、他者と良好な関係を構築することが難しいと考える。反対に、「相互依存的な甘え」は他者と接触する際に、他者に甘えを受け止めてもらおうという考えではなく、相互に歩み寄りながら、支えていこうとする相互作用が自然と構築されており、他者に依存しようとは考えていない。そのため、対人関係において「屈折した甘え」は常に他者の前に立つと切迫、疲労感といった不安があり、心に余裕がない。そして、「相互依存的な甘え」は他者の前でも自分らしく振舞い、心が充実し、開放性に満ちており、心に余裕があると考えられる。これらのことから、幼い頃から親子間で十分に甘え経験をしないと、その後の対人関係において甘えの程度の示し方がわからず、対人関係をうまくこなしていくことが難しいと考える。甘えは精神的健康を保つ上で重要であり、対人関係における甘えの程度によって心のゆとりにも影響してくると考えられる。本研究では上記のことから以下の仮説を立て、甘えとゆとりの関連を考察するこ

ととする。

①「相互依存的な甘え」が高い人は、心の充足，開放性を感じやすい。

②「屈折した甘え」が高い人は，切迫，疲労感を感じやすい。

調査対象者は，藤原・黒川（1981）の研究で甘えは女子の方が表出しやすいという調査結果から，女子大学生を対象に調査を行った。

## 2. 方 法

### 2-1 調査対象者

本研究では，愛知県内の大学に通う女子大学生133名に質問紙調査を実施した。平均は20.98歳（SD=1.121）であった。調査期間は2009年10月～12月であった。

### 2-2 使用した尺度

#### （1）甘え尺度

甘え尺度は玉瀬・今村（2006）で使用されている「甘え希求」「甘え受容」「甘え歪曲」「甘え拒絶」の4因子から成る多元的「甘え」尺度の全20項目を使用した。「相互依存的な甘え  $\alpha = .69$ 」は，「甘え希求  $\alpha = .60$ 」「甘え受容  $\alpha = .75$ 」の10項目から成り，「屈折した甘え  $\alpha = .77$ 」は，「甘え歪曲  $\alpha = .69$ 」「甘え拒絶  $\alpha = .67$ 」の10項目から成っている。

#### （2）ゆとり尺度

ゆとり尺度は富田（2008）で作成された「心の充足・開放性  $\alpha = .923$ 」「切迫・疲労感のなさ  $\alpha = .877$ 」「対他的ゆとり  $\alpha = .805$ 」の3因子から成る「心のゆとり感」尺度全33項目を使用した。両者とも5件法で回答を求めた。

## 3. 結 果

甘え尺度全20項目について主因子法（プロマックス回転）による因子分析を行ったところ，2因子を採用した（Table.1）。累積寄与率は44%であった。因子負荷量の小さい項目や絶対値が0.4以下の質問項目を除外した。第1因子は「歪曲」4項目，「拒絶」3項目，「希求」2項目の全9項目から成り，一方的な甘えを示す項目が多いため，「屈折した甘え」と命名した。第2因子は「受容」の5項目から成り，甘えられたい項目から成っているため，「受容的な甘え」と命名した。

Table 1. 甘えの因子分析（プロマックス回転）

項目 $\alpha = .763$				
第1因子「屈折した甘え」 $\alpha = .784$		F1	F2	$h^2$
甘え6	自分の要望が通らないときは、ついつい相手を恨むことがある。	.649	.055	.432
甘え8	親しい人が私の好意に応えてくれないと、すねてしまう。	.629	.004	.396
甘え10	周りの人が私の努力を認めてくれないと、ふてくされてしまう。	.606	.095	.389
甘え4	身内にわがままをきいてもらえないと、ふてくされてしまう。	.544	-.013	.294
甘え5	サークル活動がうまくいかないときは、誰かになんとかしてもらいたい。	.535	-.093	.283
甘え16	自分はある程度約束をすっばかすことがあっても、他人にはそうされたくはない。	.484	-.044	.231
甘え18	自分の考えは回りに受け入れて欲しいが、周りの人の考えはあまり受け入れたいとは思わない。	.483	-.172	.244
甘え19	他人にきつい本音を言うことがあっても、他人からは本音を言われたくはない。	.479	.005	.230
甘え7	友達とけんかをしたときは、他の友達になんとかしてほしい。	.423	.164	.221
第2因子「受容的な甘え」 $\alpha = .821$				
甘え17	友達の日常生活に張り合いがなさそうなときは、私が相談に乗ってあげたい。	-.020	.768	.587
甘え15	友達が勉強で行き詰っているときは、私が相談にのってあげたい。	.017	.709	.506
甘え14	身近な人の体調がすぐれないときは、私をあてにしてほしい。	-.085	.693	.474
甘え12	友達が将来どの職業に就くべきか迷っているときは、私が相談に乗ってあげたい。	.071	.667	.460
甘え20	親しい人が落ち込んでいるときは、私が慰めてあげたい。	-.013	.628	.393
因子間相関		1	2	
	1	1.000	.113	
	2		1.000	

心のゆとり尺度全33項目について主因子法（プロマックス回転）による因子分析を行ったところ、3因子を抽出した（Table.2）。累積寄与率は46%であった。因子負荷量が小さい項目や、40以下の項目は除外した。因子名は先行研究と同様の名称とした。第1因子は全9項目であり、ほぼ逆転項目から成っているため、「切迫・疲労感のなさ」と命名した。第2因子は全10項目であり、心が十分に機能する項目から成っているため、「心の充足・開放性」と命名した。第3因子は全5項目であり、他者と接する時のゆとり項目から成っているため、「対他のゆとり」と命名した。

Table 2. ゆとりの因子分析 (プロマックス回転)

項目 $\alpha = .907$		F1	F2	F3	$h^2$
第1因子「切迫・疲労感のなさ」 $\alpha = .847$					
ゆとり8	おしつぶされそうな感じがする。(*)	.771	-.065	-.026	.534
ゆとり12	きつい、つかれたと感じる。(*)	.693	-.158	.174	.457
ゆとり17	いろいろなことにしていると感じる。(*)	.672	-.054	.179	.512
ゆとり22	なんだかつらいと感じる。(*)	.652	.096	.080	.552
ゆとり25	いろいろなことが気になってしょうがないと感じる。(*)	.627	-.067	-.043	.340
ゆとり14	息苦しい感じがする。(*)	.621	.098	-.154	.403
ゆとり6	不安を感じる。(*)	.613	-.017	-.062	.345
ゆとり3	焦りを感じる。(*)	.569	.098	-.265	.333
ゆとり10	時間に追われていると感じる。(*)	.438	-.031	-.013	.175
第2因子「心の充足・開放性」 $\alpha = .875$					
ゆとり9	自分の好きなことができていると感じる。	-.04	.812	-.211	.448
ゆとり5	自分の生活に満足していると感じる。	.026	.797	-.03	.627
ゆとり18	心から笑えると感じる。	-.001	.778	-.053	.553
ゆとり27	周りにあるものを見て楽しめていると感じる。	-.17	.661	.190	.525
ゆとり4	生きがいがあると感じる。	-.12	.571	.070	.318
ゆとり16	自分の気持ちを素直に受け入れていると感じる。	.085	.482	.257	.529
ゆとり21	感情を素直に表現していると感じる。	-.046	.468	.152	.311
ゆとり11	心身ともに満たされている感じがする。	.207	.437	.161	.473
ゆとり2	毎日が楽しいと感じる。	.133	.435	.105	.350
ゆとり7	自分のはのびのびと生きていると感じる。	.331	.425	-.020	.429
第3因子「対他的ゆとり」 $\alpha = .797$					
ゆとり19	自分のことだけでなく人のことも考えられると感じる。	-.195	.011	.815	.611
ゆとり23	他人に寛容になれると感じる。	-.129	.068	.725	.542
ゆとり15	他人のことも思いやれる余裕があると感じる。	-.061	.049	.723	.544
ゆとり34	気持ちの余裕があると感じる。	.265	.136	.543	.614
ゆとり29	柔軟な考えや姿勢を持っていると感じる。	.124	-.100	.537	.272
因子間相関		1	2	3	
	1	1.000	.545	.322	
	2		1.000	.662	
	3			1.000	

(\*)逆転項目を示す。

甘えがゆとりに及ぼす影響力をみるために、心のゆとり尺度3因子を従属変数とした2（受容的な甘え高・低）×2（屈折した甘え高・低）の分散分析を行った（Table.3）。その結果、「切迫・疲労感のなさ」は主効果、交互作用ともにみられなかった。「心の充足・開放性」は「受容的な甘え」の主効果のみが有意であった（ $F(1.113)=4.538, p<0.5$ ）。すなわち、「受容的な甘え」が高い者は、「心の充足・開放性」が高いといえる。「対他的ゆとり」は「屈折した甘え」の主効果のみが有意であった（ $F(1.113)=4.538, p<0.1$ ）。すなわち、「屈折した甘え」が高い者は、「対他的ゆとり」が低いといえる。

Table 3. 甘え高低群と心のゆとりの2要因分散分析

屈折した甘え	H群		L群		主効果	交互作用
	H群	L群	H群	L群		
切迫・疲労感のなさ	2.68(.749)	2.84(.750)	2.89(.763)	2.83(.699)	<i>n.s</i>	<i>n.s</i>
心の充足・開放性	3.60(.524)	3.50(.754)	3.91(.430)	3.53(.754)	.037*	<i>n.s</i>
対他的ゆとり	3.18(.501)	3.16(.678)	3.60(.788)	3.39(.786)	.010**	<i>n.s</i>

\* $p<.05$     \*\* $p<.01$

## 4. 考 察

### 4-1 仮説①について

仮説①「受容的な甘え」が高い人ほど心の充足・開放性を感じやすいことが今回の研究で支持された。他者に何かしてあげたいと思う気持ちが高い者は、他者に対して開放的な気持ちで接しており、余裕があると考えられる。すなわち心にゆとりを持っており、適切に自分自身の感情を相手に表現し、行動していると考えられる。特に身近な友達に何かあった場合に、してあげたいという気持ちが表出され、親しい間柄だと甘えられたい欲求が見られると考えられる。「受容的な甘え」は土居がいう「素直な甘え」に相当するため、女子大学生の多くが、心理的に健康な状態で対人関係を円滑に過ごしていることが考えられる。

富田（2008）は、心のゆとりという言葉を通して、心の状態を理解するとき、①窮屈で心のゆとりのない状態②心が落ち着いている状態③生活の中で充実感や楽しみを感じる状態と段階的にゆとりを捉えることが必要であると指摘している。そのため、「受容的な甘え」が高い者は、過去から現在において母親からの甘えを十分に享受しているため、他者との甘えたい、甘えられたい関係を無意識に理解しており、心にゆとりを持ちやすい状態にあると考えられる。つまり③生活の中で充実感や楽しみを感じる状態にあり、対人関係において程度な距離で心にゆとりを持ちながら、他者と接していると考えられる。そのため、女子大学生の多くが他者との接触する際、心にゆとりがあるといえる。

#### 4-2 仮説②について

仮説②では「屈折した甘え」が高い人は切迫・疲労感を感じやすいという仮説を立てたが支持されなかった。土居（2000）は「母子の関係が悪ければ、不安と緊張が内面化され、子供の心は容易にストレスによってゆさぶられ、やすらぎが得られない」と述べている。「屈折した甘え」が高い者は甘え体験が乏しいため、他者と接している際にどの程度甘えを示しているかわからず、もし他者から自分の考えと相反する態度や行動が出た場合、容易にストレスに揺さぶられるため不安や切迫感情を持っていると考えられた。しかし、その関係を見出すことはできなかった。玉瀬・今村（2006）は、「甘えは健康な心の発達を促す上でなくてはならないものであり、甘え体験を通して、対人関係のあり方を学ぶ」と述べており、「屈折した甘え」が高い者が、必ずしも他者とのやりとりの中で不安や切迫感を感じているとは言えず、幼少期から現在に至るまでの間に対人関係で起こる不安や緊張、切迫感を幾度と経験し、容易に自分の心が揺さぶられることはなくなっていたと考えられる。さらに、親しい他者であれば緊張や切迫した気持ちになることはないので、両者の関連を見出すことはできなかったと考える。

#### 4-3 屈折した甘えと対他的ゆとりについて

「屈折した甘え」と「対他的ゆとり」の間には関連があることが見出された。「屈折した甘え」は「甘えたいけれど甘えられない」や「一方的に甘えたい」といったアンビバレントな甘えが存在し、素直に甘えを表現できないものである。「屈折した甘え」が高い者は、自分の心に余裕がないと、他者を思いやることや寛容になることができず、相手の甘えを受けとることよりも、自分の甘え欲求を満たすことを優先してしまう。そのため他者とのやりとりの中で、甘えが満たされないと他者のせいにする傾向があるため、自分の心に切迫した感情を溜めることはないと考えられる。そのため、「屈折した甘え」と「切迫・疲労感のなさ」には関連がなかったと考えられる。さらに、玉瀬・富平（2007）は「屈折した甘え」がある程度友人関係を阻害する要因になると述べており、玉瀬・今村（2006）は甘え体験を通して人との関わり方を学ぶと指摘していることから、本研究でも「屈折した甘え」が高いと、他者に対して寛容になれず、相手のせいにしてしまう傾向が見受けられるため、ある程度対人関係に影響を及ぼすことがわかった。

#### 4-4 本研究の問題点

本研究の問題点として、玉瀬・今村（2007）では「希求」と「受容」から成る「相互依存的甘え」尺度が今回、「受容」の下位尺度のみしか抽出することができなかった。「相互依存的な甘え」は自分からも甘えたいが、他者からも甘えてもらいたいというものである。「希求」とは「誰かをあてにしたい」ため、他者への意識が強く働くことである。「希求」がかなり強くなると、神経症的傾向が高まり、必ずしも「健康的な甘え」として想定できないことを挙げている（玉瀬・相原 2003）。玉瀬・相原（2003）は「希求」による甘えたい意識を的確に捉えることが難しいことを指摘しており、本研究でもまとめることはできなかった。そのため、今

回の調査では「屈折した甘え」に「希求」が含まれたと考えられる。

今回の調査で、仮説①は支持されたものの、仮説②である‘屈折した甘え’が高い人は、切迫・疲労感を感じやすい’は支持されなかった。さらに、「屈折した甘え」と「対他的ゆとり」の間には関連があることが見出されたが、「受容的な甘え」と「対他的ゆとり」の間に関連を見出すことはできなかった。これらのことから、甘えとゆとりの間には、別の要因も働いていることが考えられるため、今後の調査で見ていくことも有用であると考えられる。さらに今回、女性を対象に調査を行い、結果を得ることができたが、玉瀬・今村（2006）は、愛着と甘えの関係について男女差がほとんど認められなかったが、わずかに男子の方が「甘え拒絶」が有意であったことや、玉瀬・相原（2005）は甘えと自己愛について男性は「他者からの評価への過敏性」と「屈折した甘え」に関連があることが明らかになっている。甘えは女性の方が表出されやすいが、男性も甘えとの関連がみられるため、男女差について検討していくことも重要であると考えられる。そのため、今後においてさらなる調査を行っていくことが必要である。

#### 4-5 総合的まとめ

今回の調査結果では仮説① ‘相互依存的な甘え’が高い人は、心の充足、開放性を感じやすい’が支持されたことと「対他的ゆとり」は「屈折した甘え」の主効果のみが有意であったことがわかった。この結果から健康な甘え持つ人は、他者と接するときには心にゆとりを持ちながら接しており、屈折した甘えを持つ人は、他者に対して甘え欲求が上手くいかないと他者のせいにする傾向があることが明らかになった。このことから、土居が指摘する甘えがゆとりに及ぼす影響を多少なりとも見出すことができた。そのため、対人関係における甘えとゆとりの関連を明らかにすることができたと考える。

※本論文は卒業論文の一部を加筆修正したものです。

## 5. 参考文献・引用文献

- ・ Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss*, Vol.1: *Attachment*. New York: Basic Books.  
（黒田実郎・大羽彙・岡田洋子（訳） 母子関係の理論 I-愛着行動 岩崎学術出版社 1976）
- ・ 土居健郎（1971） 「甘え」の構造 弘文堂
- ・ 土居健郎（1985） 「表と裏」 弘文堂
- ・ 土居健郎（2000） 土居健郎選集2 「甘え」理論の展開 岩波書店
- ・ 古川秀雄・山下京・八木隆一郎（1993） 「ゆとり」の構造 社会心理学研究 9（3）, 171-180.
- ・ 藤原武弘・黒川正流（1981） 対人関係における「甘え」についての実証的研究 実験社会心理学研究21, 53-62.

- ・林洋一（2009） 「やさしくわかる発達心理学」 ナツメ社
- ・加藤締三（2004） 「不機嫌」と「甘え」の心理 PHP 文庫
- ・谷冬彦（2000） 青年期における「甘え」の構造 相模女子大学紀要 63A, 1-8.
- ・玉瀬耕治・脇本真希子（2003） 大学生用「甘え」尺度の作成に関する研究 奈良教育大学紀要 52 (1), 209-219.
- ・玉瀬耕治・相原和雄（2004） 大学生の「甘え」と特性5因子の関係 奈良教育大学実践総合センター研究紀要 13, 23-31.
- ・玉瀬耕治・相原和雄（2005） 相互依存的甘えと思いやり、屈折した甘えと自己愛的傾向 奈良教育大学紀要 54 (1), 49-61.
- ・玉瀬耕治・今村友美（2006） 「甘え」と愛着(アタッチメント) 奈良教育大学教育実践総合センター紀要 15, 39-46.
- ・玉瀬耕治・富平美智子（2007） 大学生の「甘え」と友人関係 帝塚山大学心理福祉学部紀要 3, 59-72.
- ・富田真弓（2008） ‘心のゆとり’感尺度の作成の試み 九州大学大学院人間環境学府 9, 223-233.
- ・富田真弓・高橋靖恵（2005） 現代青年の‘心のゆとり’に関する基礎的研究—質的データの分析から— 6, 229-235.
- ・氏原寛・成田義弘・東山 紘久・亀山憲治・山中康弘（2004） 臨床心理学大辞典 培風館
- ・山内光哉（2000） 発達心理学 上 第2版 ナカニシヤ出版