愛知淑徳大学論集　―心理学部篇―　第11号　2021　35－45

大学生における友人との付き合い方が孤独感に及ぼす影響

― 友人関係を４類型化しての検討 ―

加 賀 麻友美

要旨

本研究では，大学生を対象に「深い―浅い」と「広い―狭い」の次元で友人関係を４つに類型化し，それぞれの友人との付き合い方と孤独感との関係を明らかにすることを目的とした。大学生279名に質問紙調査を行った結果，友人との付き合い方において，男女ともに「広い―深い」は最も孤独感が低く，「狭い―浅い」が最も孤独感が高かった。また「広い―深い」が「広い―浅い」よりも孤独感が低く，「狭い―深い」が「狭い―浅い」よりも孤独感が低いことから，友人と「深い」付き合い方をしていることが，孤独感を低くすることがわかった。そして，男性は「広い―浅い」が「狭い―浅い」よりも孤独感が低いことから，共に行動する友人がいることや，楽しさを共有できる「広い」付き合い方も孤独感を低くすると推察された。一方，女性は「広い―浅い」と「狭い―浅い」の孤独感が高かったことから，相手と親密な信頼できる関係を築く，つまり「深く」付き合うことが孤独感を低くすることが示唆された。今後は，たとえば友人関係に求めるものや，友人関係形成に至ったプロセスなど，孤独感以外の要因を含めて検討する必要がある。

キー・ワード：大学生，友人関係，孤独感

問題と目的

青年期の友人関係

青年期は，親から自立する時期であり，頼りにしたり，心を打ち明け悩みなどを話す相手として友人関係が重要な役割を果たすと考えられる。また，児童期とは異なり，心の支えを求め，共通の悩みや個人の悩みを共感しあい，互いに理解できるという，精神的なつながりを基準として友人を選ぶことができるようになる。

また，友人関係は自己概念の形成や精神的安定といった内的適応を促進する機能を果たしている。特に青年期は，ほかの年代以上に友人関係が個人の内的適応の促進に果たしている役割の重要性が高いと指摘されている（岡田，1993，1995）。

しかし，友人との関係が大切な時期であるにもかかわらず，現代青年の友人関係の特徴として，希薄化が指摘されている（千石，1991）。千石（1991）によると，希薄な友人関係とは，互いに相手のプライバシーに立ち入らないで，適度な距離を置き，傷つくことを防ぐという人間関係である。岡田（1995）も，最近の青年は友人関係の特徴として表面的な親密さや楽しさを求め，互いに傷つけたり傷つくことを恐れ，形式的な円満な友人関係を求めながら，関係が深まることを避ける傾向があると指摘している。

青年期の友人との付き合い方

現代青年の友人との付き合い方について岡田（1993）は，大学生の友人関係場面で深刻さを回避し楽しさを求め，友人と一緒にいることを好む「群れ志向群」，対人関係の深まりを避け，他者からの評価を気にする「対人退却群」，心を打ち明け，一人の友人との関係を大切にする「やさしさ志向群」の３群を見出した。

また，上野・上瀬・松井・福富（1994）は，高校生を対象に，青年の交友関係の中でも友人との心理的距離と，友人への同調に焦点を当てて，２

側面から交友関係を類型化した。その結果，友人との心理的距離が小さく同調性が低い「独立的交友」，友人との心理的距離が大きく同調性が低い「個別的交友」，友人との心理的距離が小さく同調性が高い「密着的交友」，友人との心理的距離が大きく同調性が高い「表面的交友」の 4 つに類型化した。

落合・佐藤（1996）は，中学生・高校生・大学生を対象に友人との付き合い方から，青年期における友人関係の発達的変化を検討した。友人との付き合い方を「本音を出さない自己防衛的な付き合い方（防衛的）」，「誰とでも仲良くしていたいという付き合い方（全方向的）」，「自分に自信をもって交友する自立した付き合い方（自己自信）」，「自己開示し積極的に相互理解しようとする付き合い方（積極的相互理解）」，「みんなと同じようにしようとする付き合い方（同調）」，「みんなから好かれることを願っている付き合い方（被愛願望）」の 6 つに分類した。さらに，二次因子分析を行い，「防衛的に浅くかかわろうとする―積極的に深くかかわろうとする」という「人とのかかわり方に関する姿勢」を表す軸と，付き合う相手を「広く，限定しない―狭く，限定する」という「自分がかかわろうとする相手の範囲」の 2 次元を示した。そして 4 パターンとの付き合い方と発達的変化を検討した結果，友達との付き合い方は，年齢が上がるにつれて，まず浅い付き合い方から深い付き合い方へと「人とのかかわり方に関する姿勢」が変化し，次に広い付き合い方から狭い付き合い方へと「自分がかかわろうとする相手の範囲」が変化することが明らかになった。

以上の研究から，現代青年は，相手に自分の心を打ち明けるような親密な付き合い方をしている人がいる一方で，相手と適度な距離を置き，表面的な関係を築いている人も存在していることがわかる。

友人との付き合い方と感情

現代青年は，どのような感情を持ちながら，上述した友人との付き合い方をしているのだろうか。友人関係と感情について，内田（1990）は，大学生は心の通い合う人の存在により充実感や幸福感を感じ，心の通い合う人の不在により孤独感や疎外感を感じていることを明らかにした。榎本（1999）は，親しい同性の友人 2 人を選んで回答させ，青年期の友人関係を外面的な「活動的側面」と内面的な「感情的側面」から検討した。感情的側面について，友人に対して基本的な感情は，信頼と安定感であるが，親密な関係には不安定が，互いに尊重する関係には，独立感が関連していた。このように，親密な友人により充実感を感じるという研究がある一方で，親密な関係だからこそ，不安定な感情を抱くこともある。

つまり，現代青年は，友人に対して様々な感情を抱いていることが考えられる。岡田（2010）は，個人が傷つくことを強く恐れる傾向が青年の間に広まり，その結果，友人関係において互いに傷つけあうことに対する不安から内面的な関係が避けられるようになってきたと述べている。親密な関係になり，不安定さを感じることを避けるために，相手と距離を置き，表面的な楽しさを求めていると考えられる。しかし，心の通い合う人の不在によって，孤独感も感じていることがわかる。以上のことから現代青年は，友人に対して，楽しく振る舞っているように見えても，友人に嫌われることを恐れて，言いたいことが言えない，自分のことをわかってもらえない，といった孤独感を抱いていると考えられる。

孤独感とは

Russell, Peplau & Cutrona（1980）によると，孤独感は，人間関係の中でわれわれがこうありたいという願望があるときに，その願望が十分に満たされなかったり，逆に心理的な満足感を低下させるような結果が生じたときに感じる感情の 1 つと定義した。Peplau & Perlman（1979）は，「孤独感の認知的くいちがいモデル」を提起した。このモデルによると，孤独感は，社会的相互作用についての願望水準と達成水準とのくいちがいの認知によって生じる不快情動である。その人が現在営んでいる社会的関係の状態が，その人が望んでいる状態を下まわるほど，孤独感が強くなる（諸井，1995）。

孤独感についての研究で，工藤・西川（1983）

は，Russell et al.（1980）が作成したUniversity of California, Los Angeles Loneliness Scale（以下，UCLA孤独感尺度）の妥当性を検証した。結果，孤独感と社会的行動については，孤独感の高い人は低い人に比べて，友人の数が少なく，気軽に話せる友人が少なかった。また，自尊心およびパーソナリティについては，孤独感の高い人ほど自尊心が低いという傾向が示された。

諸井（1987）は，大学生を対象にUCLA孤独感尺度を用いて，孤独感と自己意識傾向との関係を検討した。結果，孤独感は，男女ともに自尊心および他者からの評価的意識との間に有意な負の相関，社会的不安との間に正の相関が認められた。つまり，孤独感の高い人は，気軽に話せる友人が少なかったり，社会不安が高かったり，友人関係に対して消極的であることがわかる。

友人との付き合い方と孤独感

大学生の友人との付き合い方と孤独感との関係を検討した高木（2003）は，友人の人数や1日の会話人数に関係なく，どのような志向性を持っている友人と付き合っているかが孤独感により影響を及ぼすことを示した。特に，友人との付き合い方の中でも，「友人に自分のすべてをさらけ出すのは危険である」というような友人に自分の心を打ち明けられない「防衛」的な志向性を持っている人は孤独感が高いことが明らかになった。つまり，友人に対して，自分の心を打ち明けない「浅い」付き合い方をしている人は孤独感が高いといえる。また，榎本（1997）も，他者との頻繁な接触でなく，自分をさらけ出すことのできる親密な「深い」関係が孤独感を低くすると述べている。

高木（2003）と榎本（1997）の研究より，友人との付き合い方を「深い―浅い」でみたとき，「深い」付き合い方をしている人は，孤独感が低いことがわかる。しかし，友人関係を「深い―浅い」だけで捉えることはできない。落合・佐藤（1996）のように，友人関係を「深い―浅い」だけでなく，「広い―狭い」の観点からもみるとどうなるだろうか。

友人関係の4類型について

高木（2005）によると，落合・佐藤（1996）の尺度を用いて，友人関係を4つに類型化したとき，自分の意見を述べ，誰とでも仲良くする，つまり「深い―広い」付き合い方をしている人は，最も友人関係満足度が高かった。次に，誰とでも仲良くするのではなく，自分にとって重要である親密な関係の友人との付き合いが中心だが，自分の意見を相手に伝える付き合い方，つまり「深い―狭い」関係を築いている人の満足度が高かった。一方で，誰とでも仲良くするという友人関係を持ちながらも，自己主張が低い群，「広い―浅い」と，自分の意見を示さず，周囲と仲良くしようともしない群，「狭い―浅い」付き合い方は，友人満足度が低かった。

小塩（1989）は，大学生の友人関係の「広さ」は，自分自身に対する肯定感覚の高さを意味するとした。そして，友人関係の「深さ」は自尊感情と関連しており，青年期の親密な友人関係が心理的適応に影響を及ぼすと考えられた（小塩, 1989）。

性差について

青年期の友人関係では，男性と女性で異なる側面があることが指摘されている。丹野・松井（2006）は，大学生の友人関係において，男性は楽しさを共有することや，遊び仲間ということが友人関係の役割であり，女性は気軽に支援し合える，相談相手が友人関係の役割であることを示した。榎本（1999）は，中学，高校，大学を通して男子は友人と活動を共有することが中心で，女子は友人と親密的な関係を作ることが中心であることを見出した。男女の同性友人関係の性差は，社会で適切とされる役割期待，すなわち男性は達成，競争，独立，女は暖かさ，親密感，表情の豊かさを強調して育てられた結果である（和田, 1993）とすれば，男子と女子は，友人関係において本質的な差があることが考えられる（榎本, 1998）。

また，諸井（1987）は，大学生における孤独感は，男性が女性よりも有意に高いことから性差があることを示した。男性は身近な存在に対して「弱みを見せることが不適切」であり，女性は身近な存在に対して「自己開示することを求められ

る」といった性役割意識が影響しており，男性は，性役割上，情動的弱さや苦悩の表明が許容されないため，孤独状態に陥りやすいと考えられた。

本研究の目的

以上をまとめると，友人との付き合い方と友人関係満足度については，友人と親密な「深い」付き合い方で誰とでも仲良くする「広い」付き合い方をしている人は，関係満足度が高かった。また，自尊感情が高く心理的に適応しており，自分に対して肯定的感情をもっていた。

友人との付き合い方と孤独感については，友人との付き合い方を「深い―浅い」でみたとき，友人に自分の心を打ち明けるような，「深い」付き合い方をしている人は孤独感が低かったことから，孤独感には，友人と「深い」付き合い方が関係していることがわかった。しかし，高木（2003）と榎本（1997）の研究では，友人関係を「深い―浅い」でしか捉えていない。友人関係を「深い―浅い」だけでなく，「深い―浅い」と「広い―狭い」の次元も加えて４つに類型化したとき，それぞれの友人との付き合い方は，孤独感にどのような影響を及ぼしているのだろうか。現代青年は，友人と表面的な付き合い方をしていると言われており，孤独感を抱いていると考えられる。４類型化した友人関係と孤独感との関係について検討することは，現代青年の友人関係の特徴を知るために意義があると考えられる。また，男女で友人との関わり方や，友人関係の役割が異なるため，男女別で検討する必要があると考える。

そこで，本研究では，落合・佐藤（1996）を参考に友人関係を４つに類型化し，それぞれの友人との付き合い方と孤独感との関係を明らかにすることを目的とする。先行研究から，友人の人数や１日の会話人数よりも，自分の心を打ち明ける友人関係，つまり相手と「深い」関係を築いていることが孤独感を低くすることが示された。よって，孤独感には，「深い―浅い」の次元が最も関係していると予想される。そして，次に「広い―狭い」の次元が関係しており，「広い」関係を築いている人が，孤独感が低いことが予想される。

方　　法

調査対象者：大学生279名（男性104名，女子175名，平均年齢20.36歳，*SD*＝0.95）であった。

調査時期：2015年11月に実施した。

調査方法：質問紙を用いた調査を行った。講義の時間に質問紙を配布し，回答後その場で回収した。

質問紙構成：

①UCLA孤独感尺度（Russell et al., 1980 諸井訳 1991）：20項目。「以下の文章に述べられていることがらを，日頃あなたはどれくらい感じていますか」という教示のもと，「まったくあてはまらない（１）」～「非常にあてはまる（４）」の４件法で回答を求めた。

②友人とのつきあい方尺度（佐藤・落合，1996）：35項目。「友達とのつきあい方についてお尋ねします」という教示のもと，「まったくあてはまらない（１）」～「非常にあてはまる（４）」の４件法で回答を求めた。

結　　果

友人関係尺度の分析

（１）一次因子分析

友人との付き合い方の構造を明らかにするため，因子分析（主因子法，プロマックス回転）を実施した。共通性の低い２項目（13. だれにでも好かれるのは無理だと思っている，19. 私には，話しかけることのできる人たちがいる）を除いた33項目で分析を行った。固有値の減衰傾向及び解釈可能性に基づき，また寄与率が.32未満のものを除いて４因子を抽出した。第Ⅰ因子は，「友達と本音で話すのは避けている」などの項目に負荷の高い，自分のありのままを出さないという防衛的な付き合い方を表す「防衛」，第Ⅱ因子は，「どんな友達とも仲良しでいたい」などの項目に負荷の高い，どの人とも同じように仲良く付き合いたいというかかわり方を表す「全方位」，第Ⅲ因子は，「友達と意見や考え方がくいちがっても自信をなくしたりしない」などの項目に負荷の高い，互いに考え方の違いがあっても，自分に自信をもって付き合うことができる「自己自信」，第Ⅳ因子は，

Table 1　友人との付き合い方の因子分析結果（Promax回転後）

項目	Ⅰ 防衛	Ⅱ 全方位	Ⅲ 自己自信	Ⅳ 相互理解
24. 友達と本音で話すのは避けている。	**.85**	.06	.05	.02
9. 友達にはありのままの自分は出せない。	**.75**	.04	.02	.12
20. 傷つきたくないので，友達には本当の姿を見せられない。	**.72**	.07	-.19	.16
15. 友達とは本音で話さないほうが無難だ。	**.72**	.05	.15	-.06
27. 友達には自分の考えていることを全部言う必要はない。	**.56**	-.10	-.01	.09
2. 友達に自分のすべてをさらけ出すのは，危険である。	**.52**	-.18	.06	.13
7. 友達とは何でも本音で話し合うようにしている。	**-.51**	.19	-.10	.25
5. 友達とは，互いに傷つくような本音での話はしないようにしている。	**.50**	.08	.13	-.21
10. みんなとぶつかり合うのは避けている。	**.49**	.11	-.04	-.15
32. 自信をなくされるくらいなら，友達とかかわらないほうがいい。	**.40**	-.17	-.14	.14
12. 友達と分かり合おうとして傷つきたくない。	**.36**	.31	-.11	-.13
14. どんな友達とも仲良しでいたい。	.05	**.84**	.08	-.01
16. どんな人とも仲良くしようと思う。	.00	**.78**	.08	.00
33. どんな友達とも楽しくつきあいたい。	.01	**.78**	.04	.03
29. どんな人ともずっと友達でいたい。	-.16	**.75**	.12	-.12
35. みんなに好かれていたい。	.04	**.69**	-.04	.06
3. みんなから愛されていたい。	.00	**.62**	-.12	.18
1. どんな友達とも協調し合いたい。	-.05	**.61**	-.06	.05
30. みんなと何でも同じでいたい。	-.01	**.40**	-.20	-.15
31. . みんなと意見を合わせようと思う。	-.01	**.34**	-.30	-.19
21. 友達と意見や考え方がくいちがっても自信をなくしたりしない。	.27	.06	**.73**	.18
6. 友達と意見が対立しても，自信を無くさないで話し合える。	-.14	.11	**.64**	.09
11. 友達と本音でぶつかり合っても，自信をなくしてしまうことはない。	.07	-.06	**.62**	.05
25. 友達に自分を理解してもらえないと自信がもてない。	.10	.11	**-.61**	.32
23. 友達と意見を交わしあっても，それほどまどわされない。	.04	.04	**.60**	-.08
17. みんなと意見が違っても，できるだけ自分の意見を言うようにしている。	-.11	.10	**.37**	.27
18. . みんなと違うことはしたくない。	.12	.28	**-.36**	-.13
34. 友達と本音でぶつかり合っても平気である。	-.30	.17	**.32**	.19
26. 友達と分かり合おうとして傷ついても仕方ない。	.24	-.02	-.01	**.92**
8. 友達と本音を言い合うことで，傷ついても仕方ない。	.03	-.01	.04	**.73**
28. 友達と本当の姿を見せ合うことで，少しくらい傷ついてもかまわない。	-.17	.01	.04	**.56**
22. 少しぐらい傷つくことがあっても，自分のありのままの姿で接したい。	-.21	.10	.06	**.50**
4. 友達とは少しくらい傷ついても本当のことを言い合いたい。	-.38	.04	-.20	**.43**

「友達と分かり合おうとして傷ついても仕方ない」などの項目に負荷の高い，たとえ傷つくことがあっても，本当の姿を見せ，互いにわかり合おうとする付き合い方を表す「相互理解」と命名した（Table 1）。下位尺度の信頼性（α係数）は，「防衛」（α＝.85），「全方位」（α＝.88），「自己自信」（α＝.80），「相互理解」（α＝.81）であり，十分な信頼性が得られた。

（2）二次因子分析

因子分析で得られた友人関係4因子間の相関と因子内容をみると，4因子間の関係はまとまりがあると考えられた（Table 2）。そこで，友人との付き合い方をさらにまとめるために，二次因子分析を行った。主因子法，バリマックス回転により2因子を抽出し寄与率は52.33%であった（Table 3）。第Ⅰ二次因子に高い正の負荷量を示したのは「相互理解」，負の高い負荷量を示したのは「防衛」であった。一方，第Ⅱ二次因子に負の高い負荷量を示したのは「全方位」であった。第Ⅰ二次因子にも第Ⅱ二次因子にも高い負荷量を示した「自己自信」は，解釈の対象から外した。

これらを検討すると，第Ⅰ二次因子の1つの極は，ありのままの自分を出し，相手と積極的に関

Table 2　4因子間の相関

	1	2	3	4
1. 防衛	―			
2. 全方位	-.08	―		
3. 自己自信	-.40 **	-.26 **	―	
4. 相互理解	-.55 **	.03	.48 **	―

Table 3　友人との付き合い方の二次因子分析（Varimax回転後）

	第Ⅰ二次因子	第Ⅱ二次因子
相互理解	.77	.01
防衛	-.72	.08
自己自信	.61	.51
全方位	.05	-.58

わり合おうとする「深い」付き合い方であった。また，その対極は，自分のありのままの姿を出すことを避けるという「浅い」付き合い方であった。第Ⅱ二次因子は人とのかかわり方の範囲を表す，つまり「広い―狭い」を表す因子と解釈できた。また，この２因子は，直交し独立しており，友人との付き合い方を構成する２次元と考えられる。得られた直交解から因子得点を推定し，各個人の２つの因子得点を算出し，その正負を組み合わせ友人関係を４つに分類した（Figure 1)。「広い―深い」付き合い方は，誰とでも仲良く付き合おうとし，互いにありのままの姿をみせ，積極的に関わり合う付き合い方であった。「狭い―深い」付き合い方は，付き合う相手は限られているが，限られた相手と積極的にかかわり，わかり合おうとする付き合い方であった。「広い―浅い」付き合い方は，誰とでも仲良く付き合おうとするが，自分のありのままの姿を出さない付き合い方であった。「狭い―浅い」付き合い方は，限られた相手と付き合い，かつ自分のありのままの姿を出さない付き合い方であった。

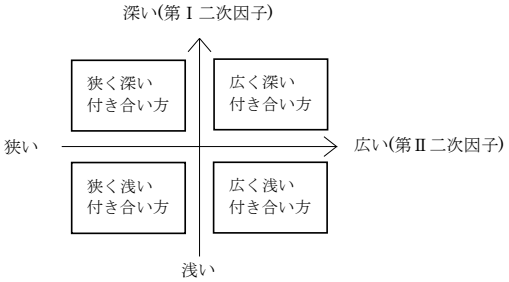

Figure 1. 落合・佐藤（1996）を参考にした友人との付き合い方の４類型。

孤独感尺度の分析

孤独感尺度の構造を確認したところ，１因子が抽出された（Table 4)。信頼性係数はα＝.90 であり，十分な信頼性が得られた。

友人との付き合い方と孤独感

友人関係の４類型によって孤独感に違いがあるかを検討するために，男女別に一元配置分散分析を行った。友人関係二次因子得点の平均値によって対象者を高群と低群に分け，友人関係の４類型を独立変数，孤独感を従属変数として一元配置分散分析を行った（Table 5)。

Table 4　孤独感尺度の因子分析結果

項目	Ⅰ
14. 私は，他の人たちから孤立している。	.79
20. 私には，頼りにできる人たちがいる。	-.74
13. 私をよく知っている人はだれもいない。	.67
7. 私は，今，だれとも親しくしていない。	.66
10. 私には，親密感の持てる人たちがいる。	-.65
16. 私には，私を本当に理解してくれる人たちがいる。	-.63
11. 私は，無視されている。	.63
12. 私の社会的なつながりはうわべだけのものである。	.61
19. 私には，話しかけることのできる人たちがいる。	-.61
3. 私には，頼りにできる人がだれもいない。	.60
1. 私は自分の周囲の人たちと調子よくいっている。	-.59
2. 私は，人とのつきあいがない。	.58
18. 私には，知人はいるが，私と同じ考えの人はいない。	.58
5. 私は，親しい仲間達のなかで欠くことのできない存在である。	-.55
4. 私は，ひとりぼっちではない。	-.53
6. 私は，自分の周囲の人たちと共通点が多い。	-.48
8. 私の興味や考えは，私の周囲の人たちとはちがう。	.46
15. 私は，望むときにはいつでも，人とつきあうことができる。	-.42
9. 私は，外出好きの人間である。	-.41
17. 私は，たいへん引っ込み思案なのでみじめである。	.40

Table 5　男女別の友人との付き合い方と孤独感の平均値と標準偏差

付き合い方	男性 (n=104)			女性 (n=175)		
		M	SD		M	SD
「広い―深い」	(n=27)	35.15	8.68	(n=58)	33.16	6.22
「狭い―深い」	(n=26)	40.08	7.45	(n=34)	36.09	8.02
「広い―浅い」	(n=26)	42.08	8.25	(n=46)	39.93	8.82
「狭い―浅い」	(n=25)	48.64	9.10	(n=37)	41.43	7.95

結果，男性では，主効果が有意であった（F(3,100)＝11.48, p ＜.01)。Tukey法による多重比較を行った結果，「広い―深い」と「狭い―浅い」の間に１％水準で有意であり，「広い―深い」が「狭い―浅い」よりも孤独感が低かった。「広い―深い」と「広い―浅い」の間に５％水準で有意であり，「広い―深い」が「広い―浅い」よりも孤独感が低かった。また，「狭い―深い」と「狭い―浅い」との間に１％水準で有意であり，「狭い―深い」が「狭い―浅い」よりも孤独感が低かった。さらに，「広い―浅い」と「狭い―浅い」との間に５％水準で有意差が見られ，「広い―浅い」が「狭い―浅い」よりも孤独感が低かった（Figure 2)。

女性においては，主効果が有意であった（F(3,171)＝11.27, p ＜.01)。Tukey法による多重比較を行った結果，「広い―深い」と「狭い―浅い」との間に１％水準で有意であり，「広い―深い」が「狭い―浅い」よりも孤独感が低かった。「広い―深い」と「広い―浅い」との間に１％水準で有意であり，「広い―深い」が「広い―浅い」よりも孤独感が低かった。また，「狭い―深い」と「狭い―浅い」との間に５％水準で有意であり，「狭い―深い」が「狭い―浅い」よりも孤独感が高かった（Figure 3)。

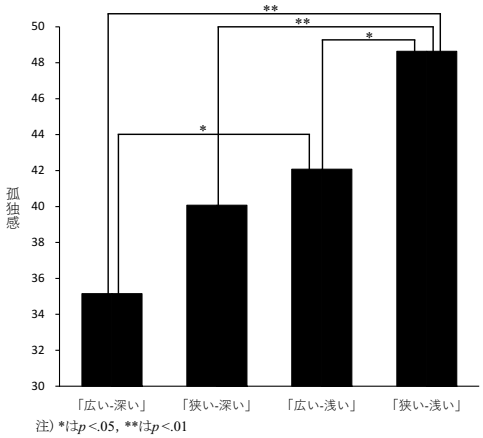

Figure 2.　男性の友人との付き合い方における孤独感の平均値。

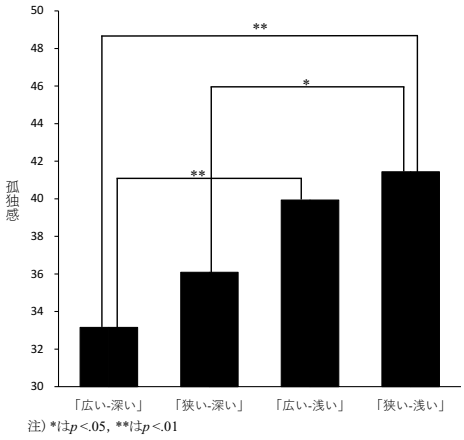

Figure 3.　女性の友人との付き合い方における孤独感の平均値。

考　　察

本研究では，大学生を対象に，友人との付き合い方を４つに類型化し，男女別にそれぞれの友人との付き合い方と孤独感との関係を検討した。本研究の仮説は，「広い―深い」友人関係を築いている人は最も孤独感が低く，「狭い―深い」付き合い方がその次に低い。「広い―浅い」は「狭い―深い」よりも高く，「狭い―浅い」は最も孤独感が高くなるであった。

友人との付き合い方の因子分析の結果，「防衛」，「全方位」，「自己自信」，「相互理解」の四因子が得られた。また，二次因子分析により，友人関係の広さの次元と深さの次元が見出され，２つの次元によって友人関係のあり方が４類型化され，落

合・佐藤（1996）と同様の結果が得られた。「広い―深い」は，誰とでも仲良く付き合おうとし，互いにありのままの姿をみせ，積極的に関わり合う付き合い方，「狭い―深い」は，付き合う相手は限られているが，限られた相手と積極的にかかわり，わかり合おうとする付き合い方，「広い―浅い」は，誰とでも仲良く付き合おうとするが，自分のありのままの姿を出さない付き合い方，「狭い―浅い」は，限られた相手と付き合い，かつ自分のありのままの姿を出さない付き合い方であった。

友人との付き合い方と孤独感について，男性，女性ともに「広い―深い」と「狭い―浅い」の間に有意差がみられ，「広い―深い」友人関係を築いている人が，「狭い―浅い」と比べて有意に孤独感が低かった。「広い―深い」友人関係を築いている人は，自分に自信を持ち，かつ友人との親密で信頼できる関係を築いているため，心理的にも適応している（小塩，1998）。よって，孤独感が最も低くなったと考えられた。一方で「狭い―浅い」付き合い方は，他者との付き合い方の範囲が狭く，かつ親密な関係を築くことができておらず，心理的適応も低いため（小塩，1998），孤独感が最も高かったと考えられた。

また，「広い―深い」と「広い―浅い」の間に有意な差がみられ，「広い―深い」友人関係を築いている人の方が孤独感は低かった。「狭い―深い」と「狭い―浅い」の間にも有意差がみられ，「狭い―深い」付き合い方が孤独感は低かった。孤独感には，「深い」付き合い合い方が関わっており，友人と「深い」付き合い方をしていることが，孤独感を低くすることがわかった。友人に自分の心を打ち明けられない「防衛」的な志向をもっている人は孤独感が高い（高木，2003）こと，友人関係の「深さ」は，親密な付き合いをするというあり方であり，親密で信頼できる友人との付き合い方は，心理的適応に影響を及ぼす（小塩，1998）。つまり，「深い」友人関係を築くことが，心理的な適応につながり，孤独感を低くすると考えられた。

ただ，男性，女性ともに「広い―深い」と「狭い―深い」で孤独感の有意差が見られなかった。これら２つの付き合い方は，付き合おうとする相手の範囲は異なるが，どちらも関わり方に対する姿勢が「深い」付き合い方であった。友人の人数よりも，友人に自分の心を打ち明ける付き合い方をしていることが孤独感を低くする（高木，2003）。よって，どちらの付き合い方も「深い」付き合い方であるため，孤独感に差がみられなかったと考えられた。また「狭い―深い」付き合い方は，周囲の誰とでも仲良くするという付き合い方ではないが，親密な関係を築いているため，心理的に適応しており（小塩，1998），孤独感は低いと考えられた。

そして，男性と女性で違いが見られたのは以下の点である。男性は，「広い―浅い」と「狭い―浅い」の間に有意な差がみられ，「広い―浅い」の方が孤独感は低かった。また，男性は「広い―浅い」付き合い方が，４類型の付き合い方の中で最も孤独感が高かった。青年期の男子は，共通の行動をすることが安定的な友人関係につながり（榎本，1999），楽しさを共有することや遊び仲間であるということが友人関係の役割である（松井・丹野，2006）。よって，どのように付き合うかというよりも，共に行動する友人がいることが重視されると考えられる。さらに，「狭い―浅い」は親密な関係を築かず，誰とでも仲良くする付き合い方でもない，友人との付き合い方を回避する付き合い方であり，共に行動する付き合い方ではないため，４類型の中で最も孤独感が高かったと考えられる。また，「広い―浅い」は「深く」付き合う親密なつき合い方ではないが，共に行動したり，楽しさを共有する「広い」付き合い方であるため，「広い―浅い」が「狭い―浅い」よりも孤独感が低くなったと考えられた。

一方で女性は，「広い―浅い」と「狭い―浅い」の間に孤独感の差はみられなかった。青年期の女子は，親密性を重視した関係を築き，他者を入れない親密な固い絆を友人との間で築くことが安定的な友人関係につながる（榎本，1999）。そして，気軽に支援し合える，相談相手が友人関係の役割である（松井・丹野，2006）。よって，付き合っている友人の人数よりも相手と親密な信頼できる関係を築く，つまり「深く」付き合うことが孤独

感を低くすることにつながるのだろう。よって，どちらも親密な関係を築く友人関係ではない「浅い」付き合い方であったために孤独感が高くなったと考えられた。

以上より，男性も女性も，「広い―深い」が最も孤独感が低く，「浅い―狭い」が最も孤独感が高いという結果になった。また，友人との付き合い方と孤独感には，「深い」付き合い方が最も関係しており，友人と「深い」付き合い方をしていることが，孤独感を低くすることが明らかになった。そして，男性は楽しさを共有できる付き合い方を重視しており，友人関係の「広い―狭い」「深い―浅い」の両方の次元が孤独感の大きさに影響していること，女性は，「深く」付き合うことが孤独感を低くしており，「深い―浅い」の次元が孤独感に影響していることが示唆された。

今後の課題

本研究では，友人との付き合い方の 4 類型と孤独感との関係が明らかになった。男性は友人と楽しさを共有できること，女性は親密な関係を築くことが孤独感を低くすることが示唆され，孤独感には，友人関係に求めるものが影響していると考えられたが，孤独感以外の要因については検討できなかった。今後は，たとえば友人関係に求めるものや，友人関係形成に至ったプロセス，友人関係を維持するものなど，孤独感以外の要因を含めて友人関係について検討する必要がある。これらの点について明らかにできれば，より孤独感との関係がみえてくると考えられる。

付　　記

本研究は2015年度に名城大学人間学部に提出した卒業論文のデータを再分析し，内容を加筆・修正したものである。本研究の分析および論文執筆にあたり，調査にご協力いただきました諸先生方，大学生の皆様，ご指導いただきました神谷俊次先生，髙野恵代先生に心より御礼申し上げます。

引用文献

榎本 淳子（1999）．青年期における友人との活動と友人に対する感情の発達的変化　教育心理学研究，*47*，180-190.

榎本 博明（1987）．青年期（大学生）における自己開示性とその性差について　心理学研究，*58*，91-97.

榎本 博明（1997）．自己開示の心理学的研究　北大路書房

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――実験心理学研究，*22*，99-108.

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.

諸井 克英（1987）．大学生における孤独感と自己意識　実験社会心理学研究，*26*，151-161.

諸井 克英（1991）．改訂UCLA孤独感尺度の次元性の検討　静岡大学人文学部人文論集，*42*，23-51.

諸井 克英（1995）．孤独感に関する社会心理学研究――原因帰属および対処方略との関係を中心として――　風間書房

丹野 宏昭・松井 豊（2006）．大学生における友人関係機能の探索的検討　筑波大学心理学研究，*32*，21-30.

岡田 努（1993）．現代青年の友人関係に関する考察　青年心理学研究，*5*，43-55.

岡田 努（1995）．現代大学生の対人関係と自己像・友人像に関する研究　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

落合 良行・佐藤 有耕（1996）．青年期における友達とのつきあい方の発達的変化　教育心理学研究，*44*，55-65.

Peplau, L. A. & Perlman, D. (1932). Loneliness: a sourcebook of current theory, research and therapy.
（ペプロー，L. A. & パールマン，D. 加藤

義明（監訳）（1988）. 孤独感の心理学　誠信書房）

Peplau, L. A., & Perlman, D. (1979). Blueprint for a social psychological theory of loneliness. In M. Cook & G. Wilson (Eds.), Love and attraction. Oxford, England: Pergamon Press.

Rusell, D., Peplau, L. A., & Cutrona, C. E. (1980). The revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology, 39,* 472-480.

千石 保（1991）.「まじめ」の崩壊――平成日本の若者たち――　サイマル出版社

高木 麻未（2003）. 大学生における同性友人との付き合い方と孤独感の関連　関西大学大学院人間科学：社会学・心理学研究, *61*, 129-141.

高木 麻未（2005）. 友人とのつきあい方の類型化と友人関係満足について　関西大学大学院人間科学：社会科・心理学研究, *63*, 143-154.

内田 圭子（1990）. 青年の生活感情に関する一研究　教育心理学研究, *38*, 117-125.

上野 行良・上瀬 由美子・松井 豊・福富 護（1994）. 青年期の交友関係における同調と心理的距離　教育心理学研究, *42*, 21-28.

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, *8-2*, 67-75.

Types of friendships and how they affect loneliness among university students
—Analysis of four types of friendships—

Mayumi Kaga

Abstract:

The goal of this research was to clarify the relationship between types of friendships and feelings of loneliness among university students. We classified friendship styles into two dimensions (two axes): degree of closeness between friends ("deep" meaning close, "shallow" meaning not close), and number of friends ("wide" meaning numerous, "narrow" meaning not numerous). We had 279 university students respond to a questionnaire survey. As a result, we found that both men and women had the lowest feelings of loneliness for "wide-deep" friendship styles and the highest feelings of loneliness for "shallow-narrow" friendship styles. Those with "wide-deep" friendships had lower feelings of loneliness than those with "wide-shallow" friendships. Likewise, those with "narrow-deep" friendships had lower feelings of loneliness than those with "narrow-shallow" friendships. These results showed that a "deep" friendship style reduces feelings of loneliness. In addition, men had lower feelings of loneliness for "wide-shallow" friendships than "narrow-shallow" friendships; we surmised that men's feelings of loneliness are reduced through shared activities with friends-in other words, through the presence of many people. In contrast, women had high feelings of loneliness for "wide-shallow" and "narrow-shallow" friendships, suggesting that women's feelings of loneliness are reduced through a high degree of closeness with their friends. In the future, we must conduct investigation that includes factors other than feelings of loneliness, such as what is desired in friendships and the process leading to the formation of a friendship.

Key words: University students, friendships, feelings of loneliness