

親しい人との愛着関係が対人不安に与える影響

—内的作業モデルと自己受容を媒介として—

森 下 正 康

(本学発達教育学研究科教授)

三 原 ま ど か

(発達教育学部10期生)

本研究は、周囲の親しい人との愛着関係が、対人不安にどのような影響を与えるかを明らかにすることを目的とした。親しい人（母親、父親、親しい同性の友人、親しい異性の友人）との安定した愛着関係が、安定した内的作業モデルと自己受容を高め、それらが共に対人不安を低下させるという仮説を設定し検討した。女子大学生に愛着関係、内的作業モデル、自己受容、および対人不安に関する質問紙調査を行った。記入漏れなどのない217名のデータを分析の対象とした。尺度項目について因子分析を行い、各因子に対応する尺度の信頼性を確認した。対人不安に関しては、「知らない人への不安」「人への恐怖心」「嫌いな人への緊張感」「異性不安」の4因子が得られ、前者3因子から『対人不安』という潜在変数を構成した。共分散構造分析の結果、次のようなことが明らかとなった。(1)「母親への愛着」の高さは、「自己受容」を高めると共に「異性不安」を直接高めていた。(2)「父親への愛着」の高さは「不安定な内的作業モデル」を緩和し、それを介して「自己受容」を高めると共に『対人不安』や「異性不安」を低下させていた。(3)「親しい同性」への愛着の高さは「安定した内的作業モデル」を高め、それを介して「自己受容」を高め『対人不安』や「異性不安」を低下させていた。(4)「親しい異性への愛着」の高さは、「異性不安」を直接低下させていた。したがって、父親や親しい同性の友人に対する愛着に関しては仮説が部分的に支持された。それに対して、母親への愛着は異性不安を高めるといふ仮説とは反対の結果であった。分散分析の結果、交互作用がみられ「母親」と「父親」に対する愛着が共に高い群は「不安定な内的作業モデル」得点が著しく低かった。また、「母親」と「異性の友人」に対する愛着が共に低い群は「自己受容」得点が低く、かつ「人への恐怖心」得点が高いことが明らかとなった。以上のように、親しい人への愛着パターンの違いが、内的作業モデルや自己受容および対人不安に異なった影響を与えることが示唆された。

キーワード：愛着、対人不安、内的作業モデル、自己受容

問 題

本論文では青年期の対人不安に焦点を当てた。青年期は、他者との触れ合いの中で、「自分とは何か」「どう生きるべきか」という問いを模索しつつ自己への関心が高まると共に、対人関係における不安も高まっていく。そのような不安は対人不安 (social anxiety) あるいは対人恐怖心性とよばれ、広く一般の人に見られる特徴であるが、時代の進行に伴い増大している可能性があるといわれている (堀井, 2011)。対

人不安は、現実の対人状況や想像上の対人状況において、個人的に評価されることや評価されると予想されることから生じる不安、と定義されている (高島・岩永・生和, 2003)。例えば、大勢の人の前で自己紹介する時にドキドキする、初めて会った人と雑談している時は落ち着かない、などの反応があげられる。このような場合、他者からの評価やその予想が不安の原因となっているという点は、対人不安と対人恐怖心性に共通しているようにみえるが、定義は研究者に

よって異なり、両者を実際に明確に区別することは難しい。そこで、本論文では二つの用語を同じような概念として扱い、先行研究の紹介以外は「対人不安」という用語に統一した。

ボウルヴィ(1976)の提唱した愛着理論(attachment theory)は、生涯を通してのパーソナリティ形成を包括的に説明する理論である(数井・遠藤, 2005; 山口, 2009)。乳幼児期における母子関係を通じて内的作業モデル(internal working model)が形成され、それが生涯にわたってその人の行動に影響すると考えられている(久保田, 1995)。発達初期の子どもと養育者とのかかわりの中で、養育者は子どもにとって心の安全基地としての機能をもつ。子どもは、そのような愛着関係(attachment)を通じて、養育者をはじめ他者や自己に関する一般的な認知的枠組み(仮説)を内在化する。このように形成されたものが内的作業モデルとよばれ、その中には母親に関するイメージや母親観、人間観、世界観、自分自身に関する自己観などが含まれている。幼少期の母子間の愛着関係が良好であれば、それは心の安全基地として働き安定した内的作業モデルが形成されると考えられている。しかし、内的作業モデルが幼少期に形成されるとしても、それは生涯変わらないというような固定したものではなく、その後に関係や体験を通じて、徐々に変容するものとする。

心の安全基地や心の支えとしての愛着対象は、乳幼児期から青年期にかけて、親から友人へ、そして恋人へ移行すると考えられている(高橋, 1968; 高橋, 2010)。青年期は、このように親だけでなく周りの友人や恋人へと愛着が深まっていく時期とされている。本研究において、青年期における、身の周りの親しい人との愛着関係が対人不安にどのような影響を与えるか、そこに内的作業モデルや自己受容(self acceptance)がどのような影響を与えるかに焦点を当てた。

1. 愛着関係・内的作業モデルと対人不安

久保(2000)は、大学生を対象に対人恐怖心性と親子関係像との関連を、内的作業モデルの

観点から質問紙法と家族法を用いて検討した。その結果、対人恐怖心性が高い者ほど、親子関係像は肯定的なまとまりをもたず、受容的な親の存在体験が希薄であり、不安定な親子関係像という内的作業モデルを持っていることが明らかとなった。また、小川・木村・林(1980)は、対人不安意識のない者は、幼少期の自己の家庭環境や自己像を安定感のある親和のとれたポジティブなイメージでとらえているが、対人不安意識の著しい者は、あらゆる面で自己や家庭をネガティブにとらえていることを明らかにした。同じように、岡田・永井(1990)の結果でも、対人恐怖的心性の低い者は幼児期の親との関係を安定したものとして認知していた。

関野ほか(1998)は大学生を対象に、内的作業モデル(3因子)と対人恐怖心性(5因子)との関連を検討した。その結果、一般に対人恐怖心性は、内的作業モデルのアンビバレント因子や回避因子とは正の相関が、安定因子とは負の相関が認められた。さらに親友や恋人へのアタッチメント安定因子は対人恐怖心性のすべての因子と有意な負の相関がみられたのに対して、母親へのアタッチメントについては、特定の因子のみに低い有意な相関がみられた。このように対人恐怖心性は因子によって愛着対象への愛着や内的作業モデルとの関連が異なること、そのような関連には性差があることが示された。

大学生の「見捨てられ不安」に関する研究では、見捨てられ不安と最も高い相関を示したのは、アンビバレントな愛着行動としての「他者への懸念」因子であった(斎藤・吉森・守谷, 2009)。同じように大学生を対象とした片岡・園田(2008)の研究では、アタッチメントスタイル(内的作業モデル)について、見捨てられ不安が高く親密性の回避の高い「恐れ型」は恋愛不安が高く、その正反対の「安定型」は恋愛不安が低かった。また、愛着スタイルが安定型の者は、これまでの恋愛経験において、より幸せで相手に対して信頼や友情を感じやすい傾向があること、「不安定型」の者は、相手への信頼感が低く嫉妬を感じやすいことなどが報告されている(金政, 2003)。

丹羽 (2005) は、大学入学というストレス状況における自尊感情や対人関係不安等に対して、親への愛着がどのような影響を与えるかを検討した。その結果、一般に親への愛着不安の低い群の方が自尊感情は高く、大学生活不安が低かった。2回の調査結果において愛着不安の高い群の方が低い群よりも、入学時の対人関係不安が高いことが分かった。このことから、親への愛着不安の低いことがストレス状況における対人不安を緩衝するというを示唆している。

このような先行研究から、一般に不安定（アンビバレント）な愛着関係や不安定な内的作業モデルは対人不安（対人恐怖心性）と関連が深いということが分かった。また、そのような関連は、男女によって、愛着対象によって、対人不安の因子によって異なることが示唆された。

2. 愛着関係と自己受容

菅原・伊藤 (2006) は、児童期の母親の態度を子ども自身がどのように認知しているかによって、青年期の自尊心 (self esteem) や対人不安の程度に有意差がみられたと指摘している。「厳格—拒否」型の養育態度は子どもの自尊心の向上を妨げ、対人不安を増大させる傾向があること、親の受容的な態度や自律性の尊重が子どもの自尊心を高めることを明らかにしている。ここでの自尊心とは自分自身を価値のある優れた存在と見る態度に伴う感情とされている。

自尊心に関連の深い概念として自己受容 (self acceptance) があるが、自己受容は他者と比較することによって優越感や劣等感を感じるのではなく、自分自身で自己に対する尊重や価値を評定する程度 (菅原・伊藤, 2006) とされている。言い換えれば自分自身をあるがままに肯定的にとらえ受け入れることである。自己受容は、小嶋が指摘するように、たんに現実の自分があるがままに受け入れるにとどまらないで、現実の自分をより価値ある存在へと高めようという力を内包していると考えられる (小嶋・森下, 2004)。本研究では、この自己受容を中心に取り上げた。

住友 (1996) の研究では、大学生男子では自

己実現的達成動機が高いほど精神的な領域での自己受容が高いのに対して、女子では恋人と友人に対する愛着が強いほど、自己受容が高かった。さらに、男女ともに、競争的達成動機が高いほどすべての領域で自己受容が低かったが、女子では母親に対する愛着が高い人は、その影響が少なかった。つまり、女子については母親との親密な関係を通して支えられれば自己受容が低下しないこと、男子では達成動機の内容が自己受容に重要な意味を持つことが示唆された。以上のように、女子については一般に、親・友人・恋人への安定した愛着関係が自己受容を高めると考えられる。

3. 自己受容と対人不安

岡田・永井 (1980) は、青年期においては、現実自己と理想自己のギャップをうめられず、低い自己評価をしてしまうことから対人恐怖心性が生じやすくなると考えている。また、鍋田 (2004) は、思春期の自我の機能の変化として、自分を第三者的な目で見ることが急激に増加すると共に、対人意識あるいは他者からの評価や視点を気にする心理が表われ、思春期心性として対人恐怖症的傾向が表われると述べている。調・高橋 (2002) は、対人不安意識の高い人ほど自己を肯定的に評価する程度が低いことを明らかにしている。

自己受容はあるがままの自己を受け入れることであるので、それが低い人は他者からの評価や態度に対して強い不安を抱くのに対して、自己受容が高い人はそのような不安は低いと予想される。その反対に、他者からの態度や評価に不安を抱かない人は自己をあるがままに受容でき、不安を抱く人は自己をありのままに受容できないという可能性もある。そこで、両者の間には負の相関が予想される。

4. 愛着関係と内的作業モデル・自己受容と対人不安

内的作業モデルと対人不安に関する従来の研究では、愛着スタイル (内的作業モデル) の安定傾向は、対人関係において劣等感を喚起するような経験を低め、愛着スタイルの不安定傾向はそのような経験を高めることが示唆されてい

る(大井・清水・岩治・井森, 2004)。したがって、安定した内的作業モデルは、自己受容を介して対人不安を低下させる可能性がある。

従来の研究では、対人不安や自己受容に対する影響として、安全基地としての愛着関係とそれによって形成される内的作業モデルの影響が必ずしも分離されていないように思われる。また、母親、父親、友人、恋人に対する愛着関係の影響の違いは明確になっていない。そこで、本研究では、周囲の親しい人(母親、父親、親しい同性の友人、親しい異性の友人)との愛着関係が、直接対人不安に影響するのか、それとも内的作業モデルや自己受容を介して、対人不安に影響するのかを明らかにしたい。

親しい人との愛着関係が直接、対人関係や対人不安に影響するのではなく、内的作業モデルや自己受容を媒介として対人不安に影響するのではないかと考えている。親しい人たちに受け入れられ安定した愛着関係が築けている場合は、人とかかわることに関して信頼を伴った安定した内的作業モデルを形成する。そして、それに支えられて、うまく人と関係を結ぶことができる。その反対に、不安定な愛着関係が不安定な内的作業モデルを形成し、それが対人不安を高めると予想される。

自己受容に関して、1歳6か月児の母親を対象とした研究において、パス解析の結果、安定した内的作業モデルは精神的自己や母親としての自己に関する自己受容を高め、その反対にアンビバレントな内的作業モデルはそのような自己受容を低下させていることが明らかとなった(武内・田井中・河野, 2014)。そして、このような内的作業モデルと自己受容が、養育態度に影響を与えていた。この研究結果からは内的作業モデルが自己受容に直接影響を与えているように見える。しかし、この研究においては、母親をはじめとする他者との愛着関係が測定されていないので、愛着関係が共通の要因として働き、内的作業モデルが自己受容を高めていたのかもしれない。このような研究は少ないので、内的作業モデルが直接自己受容に影響を与えるかどうか吟味してみる必要がある。

自己受容は自己に関する態度であるので、対人関係に関する内的作業モデルは自己受容には直接影響しないのではないかと考える。従来の研究結果から、自己受容は内的作業モデルを介さないで、むしろ安定した愛着関係に支えられて、直接、形成されるのではないかと考える。そのような自己受容が安定した内的作業モデルと共に、対人不安を低下させると予想される。その反対に、親しい人たちに受け入れられず低い自己受容が形成された場合、そのような低い自己受容が不安定な内的作業モデルと共に、対人不安を高めると予想される。

そこで、本研究において、次のような仮説を設定した。仮説：親しい人との愛着関係が安定しているほど、より安定した内的作業モデルや高い自己受容が形成され、それらが共に対人不安を低下させる。その反対に、親しい人との愛着関係が不安定であるほど、より不安定な内的作業モデルや低い自己受容が形成され、それらが共に対人不安を高める。このような仮説を検討すると共に、母親、父親、同性の友人、異性の友人、それぞれの人に対する愛着関係は、内的作業モデルや自己受容、そして対人不安に異なった影響を与えるかどうかについて、明らかにすることを本研究の目的とした。

方法

1. 調査対象

女子大学の発達教育学部児童学科の1, 3, 4回生240名を調査対象とした。そのうち有効回答者は217名であった(その中に、1項目だけ記入漏れがあった15名を含み、その場合は回答の中間の値を得点とした)。

2. 手続き

1, 3回生に対しては授業中に質問紙を配布し、10分程度の後に質問紙を回収した。4回生に対しては、授業中に配布し、後日回収した。

3. 調査時期

2013年7月

4. 質問紙の構成内容

質問紙は愛着尺度、自己受容・内的作業モデル尺度、対人不安尺度の3尺度で構成した。

(1) 愛着尺度

山口 (2009) の「安全基地」因子より 5 項目、「安全な避難所」因子より 5 項目の計 10 項目を選出した (表 1)。「安全基地」因子の項目内容は、自己が困難な状況や危険な状況の時に親しい人が助けてくれるであろうという確信に支えられて、その状況や課題に立ち向かうことができるという傾向を示している。「安全な避難所」因子の項目内容は、他者が自己に対して安心感や保護を与えてくれるという主観的な確信や期待を測定するものとなっている。各項目について、母親、父親、親しい同性の友人、親しい異性の友人について各 4 段階評定 (4 あてはまる, 3 ややあてはまる, 2 ややあてはまらない, 1 あてはまらない) を求めた。

(2) 自己受容と内的作業モデル尺度

自己受容については、山本・松井・山成 (1982) の「自己受容」因子より 3 項目、平石 (1990) の「自己受容」因子より 2 項目の計 5 項目を選出し、尺度を作成した。また、内的作業モデルについては、戸田 (1988) の「安定型」因子より 5 項目、「アンビバレント型」因子より 5 項目の計 10 項目を選出し、尺度を作成した (表 3)。各項目に対して上記と同じ 4 段階評定を求めた。

(3) 対人不安尺度

松尾・新井 (1998) の「情動的反応性」因子より 6 項目と「人への恐怖心」因子より 5 項目、毛利・丹野 (2001) の「親しくはない相手不安」因子より 8 項目、富重 (1994) の異性不安尺度) より 9 項目の計 28 項目を選出し、4 段階評定を求めた (表 4 参照)。

結 果

1. 尺度の因子分析

それぞれの尺度がどのような因子から成立しているかを確認するために、因子分析を行った。まず、主成分分析を行い固有値の変動 (スクリープロット) と分散を参考にして因子数を決定し、次に最尤法による因子分析を行い、最終的にプロマックス回転を行った (足立, 2006)。

(1) 親しい人との愛着関係

母親に対する愛着に関する項目の主成分分析の結果、1つの主成分を得、「母親への愛着」の因子と命名した。その内容は、親しい人を心の安全基地とし、心の支えとしていることを示している。同じように父親、親しい同性の友人、親しい異性の友人に対する愛着についてそれぞれ主成分分析を行い、同じような1つの主成分を得た。それぞれの α 係数は高い値を示していたので、因子に高く負荷する項目 (表 1) の素点の和を求め、それぞれの尺度得点とした。表 2 に示すように、母親、父親、同性の友人、異性の友人に対する愛着得点の間には、有意な正の相関がみられた。

(2) 自己受容と内的作業モデル

自己受容と内的作業モデルに関する項目の因子分析の結果、3つの因子が得られた (表 3)。第 1 因子は、自分の欠点や個性をあるがままに受け入れ肯定し満足している状態であり「自己受容」の因子と命名した。第 2 因子は、人とい関係性を結ぶことができるという自己の対する信頼を指し「安定した内的作業モデル」と命名した。第 3 因子は、人から見られる自分への自信のなさや不安を指し「不安定な内的作業モデル」と命名した。各因子に対応する尺度の α 係数は比較的高い値を示した。

(3) 対人不安

対人不安に関する項目の因子分析の結果、4つの因子が得られた (表 4)。第 1 因子は、異性に対する不安であり「異性不安」と命名した。第 2 因子は、よく知らない人や初対面の人に対する不安や緊張で「知らない人への不安」、第 3 因子は、人とかかわるのが怖いという、人に対する恐れで「人への恐怖心」、第 4 因子は、嫌いな人や苦手な人とかかわることへの強い緊張で「嫌いな人への緊張感」と命名した。 α 係数はすべての因子において比較的高い値を示した。

表1 親しい人に対する愛着の項目 (例: 母親の場合)

- 1 私が不安な時、いつでもお母さんは私と一緒にいて安心させてくれるだろう
- 2 とても落ち込んでいる時、お母さんはきっとそばにいて慰めてくれるだろう
- 3 お母さんが力になってくれると思うと、何でもできるような気がする
- 4 お母さんが私の力になってくれると思うと、私にとって少し難しいことでも挑戦できるように思う
- 5 お母さんは、いつでも私の気持ちに伝えてくれるだろう
- 6 お母さんが励ましてくれると思うと、少しは自信を持って何かに取り組むことができる
- 7 私が辛い時でも、お母さんはそばにいてくれないだろう*
- 8 お母さんが実際にそばにいないでも、きっと励ましてくれると思うだけで少しは頑張れるように思う
- 9 お母さんが支えてくれても、頑張ることができないように思う*
- 10 疲れている時や病気の時は、お母さんは私と一緒にいて助けてくれるだろう

*印は逆転項目

表2 愛着対象ごとの愛着得点の相関

	母	父	同性	異性
母親	—	.454**	.336**	.209**
父親	.454**	—	.357**	.308**
同性	.336**	.357**	—	.401**
異性	.209**	.308**	.401**	—
α 係数	.880	.913	.824	.900

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

表3 自己受容と内的作業モデルの項目 (α 係数)

- 「自己受容」 (.812)
- 1 自分のよいところも悪いところもありのままに認めることができる
 - 2 私には欠点もあるが、今のままでいいと思う
 - 3 私は完全な人間ではないが、自分が好きだ
 - 4 自分の個性を素直に受け入れている
 - 5 今の自分に満足している
- 「安定した内的作業モデル」 (.824)
- 6 私はすぐに人と親しくなる方だ
 - 7 初めて会った人とでもうまくやっていると自信がある
 - 8 私は知り合いができやすい方だ
 - 9 私は人に好かれやすい性質だと思う
 - 10 たいいてい人は私のことを好いてくれていると思う
- 「不安定な内的作業モデル」 (.786)
- 11 時々友達が、本当は私を好いてくれているのではないかとか私と一緒にいたくないのではと心配になることがある
 - 12 人は本当はいいやながら私と親しくしてくれているのではないかと思うことがある
 - 13 ちよっとしたことでも、すぐに自信をなくしてしまう
 - 14 自分を信用できないことがある
 - 15 あまり自分に自信が持てない方だ

表4 対人不安の因子と項目 (α 係数)

- 「異性不安」 (.891)
- 1 異性の友人に話しかけるときの、同性の友人に話しかけると同じくらい気楽にやれる*
 - 2 異性に接するときに緊張することはめったにない*
 - 3 異性の前だと思うようにふるまえない気がする
 - 4 異性と話をするときは、自分の言いたいことをうまく伝えられないような気がする
 - 5 異性にものをたずねるのが苦手だ
 - 6 異性と一緒にいるとき、内気になることがある
 - 7 初対面の異性と話すとき、たいいていリラックスしている*
 - 8 概して、異性と付き合うのが苦手である
 - 9 異性に電話をかけるとき、ドキドキしたりすることはない*
- 「知らない人への不安」 (.962)
- 10 あまりよく知らない人から話しかけられた時、顔があつくなる
 - 11 特別親しくはない友人 (同性) に話しかけると、とても緊張する
 - 12 あまりよく知らない人と話さなければならないとき、ドキドキする
 - 13 単なる知り合い (同性) で同年代の人と一緒にいる時の緊張感強い
 - 14 みんなから見られると、顔が赤くならないかと心配だ
 - 15 初めて会った人と雑談しているとき落ち着かない
 - 16 知らない人と会わなければならないとき、心配になる
 - 17 授業中、先生に当てられると、顔があつくなる
 - 18 あまりよく知らない友だち (同性) と二人だけになるのがこわい
- 「人への恐怖心」 (.763)
- 19 だれかに話しかけられるのがこわい
 - 20 人がまわりにたくさんいると、嫌な気分になる
 - 21 学校の外で、クラスの人と会うと、嫌な気分になる
 - 22 たくさんの人が集まる場所には、行かないようにしている
 - 23 すぐく仲の良い友人以外は、話をするのがこわい
 - 24 あまり親しくはない同年代の人 (同性) に出会ったとき、不安を感じてしまう
- 「嫌いな人への緊張感」 (.714)
- 25 嫌いな人 (同性) が話しかけてきたとき、落ち着かない気がする
 - 26 とても苦手な人 (同性) と偶然出会ったときの緊張感強い
 - 27 全く気の合わない人 (同性) と雑談しているときは、とても緊張する

*印は逆転項目

2. パス解析

仮説を検証するために、欠損値のない217のデータについて、まず、尺度間の相関係数を算出した (表5)。「自己受容」尺度は、「不安定な内的作業モデル」尺度と中程度の負の相関があった。「異性不安」を除く対人不安3尺度間

表5 変数間の相関係数

	自己受容	安定した内的モデル	不安定な内的モデル	異性不安	知らない人への不安	人への恐怖心	嫌いな人への緊張感
母	.235**	.126	-.116	.139*	.081	-.130	-.115
父	.194**	.202**	-.182**	-.021	-.088	-.117	-.171*
親しい同性	.156*	.274**	-.135*	-.039	-.079	-.215**	-.050
親しい異性	.125	.170*	-.151*	-.248**	-.091	-.111	-.110
自己受容	—	.386**	-.539**	.026	-.232**	-.230**	-.153*
安定した内的モデル	.386**	—	-.297**	-.233**	-.480**	-.484**	-.319**
不安定な内的モデル	-.539**	-.297**	—	.204**	.414**	.379**	.438**
異性不安	.026	-.233**	.204**	—	.466*	.340**	.279**
知らない人への不安	-.232**	-.480**	.414**	.466**	—	.574**	.499**
人への恐怖心	-.230**	-.484**	.379**	.340**	.574**	—	.461**
嫌いな人への緊張感	-.153*	-.319**	.438**	.279**	.499**	.461**	—

*p<.05 **p<.01

にはある程度高い正の相関がみられた。

また、4つの対人不安尺度は「安定した内的作業モデル」とは負の相関、「不安定な内的作業モデル」とは正の相関がみられた。

続いて、Amosを用いて共分散構造分析を行った(小塩, 2008; 豊田, 2007)。変数を整理するために、尺度間相関を参考にしながら、「知らない人への不安」「人への恐怖心」「嫌いな人への緊張感」の3尺度から『対人不安』という潜在変数を導入した。さらに、二つの内的作業モデルに関して、母親・父親・同性・異性の友人に対する愛着以外に共通した要因が関与

している可能性があると考えて、それらの誤差同士に双方向のパスを入れた。また同じようなことを考慮して、「異性不安」と『対人不安』の変数の誤差同士にも双方向のパスを導入した。仮説に沿ってパスモデルを作成して、有意でないパスをひとつずつ消し分析を続けた。最終的に図1のような比較的適合性の高いパスモデルを得た。パス係数はすべて1%ないしは5%レベルで有意な値を示していた。

共分散構造分析の結果、「自己受容」に関しては、「母親への愛着」が高いほど直接自己受容を高め、「親しい同性への愛着」は「安定し

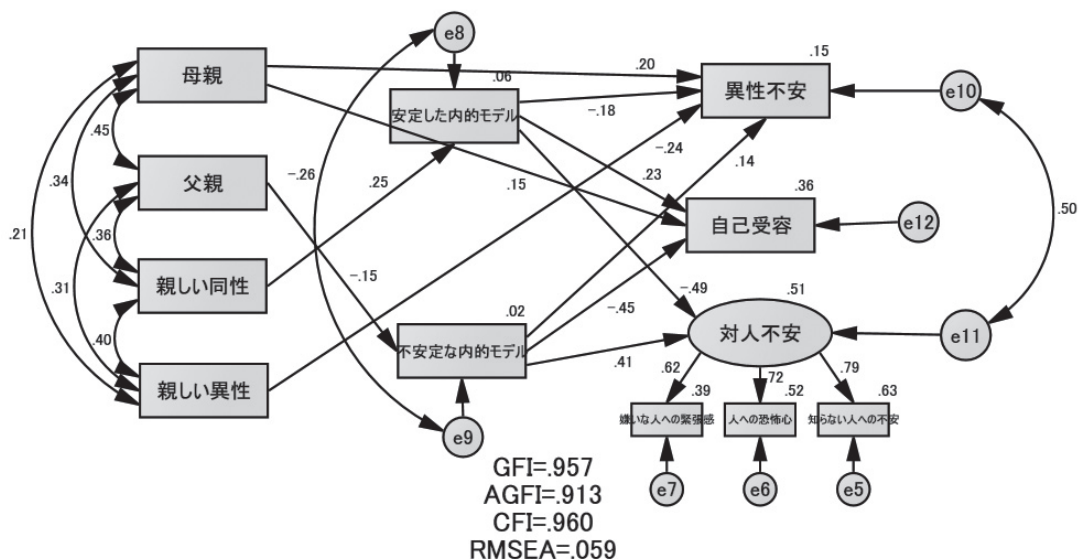


図1 愛着—内的作業モデル—自己受容・対人不安のパスモデル

た内的作業モデル」を高め、それを介して「自己受容」を高めていた。さらに「父親への愛着」は「不安定な内的作業モデル」を緩和し、それを介して「自己受容」を高めていた。

『対人不安』に関しては、「親しい同性への愛着」が「安定した内的作業モデル」を高め、それを介して『対人不安』を高めていた。また「父親への愛着」が「不安定な内的作業モデル」を緩和し、それを介して『対人不安』を低下させていた。

「異性不安」に関しては、「母親への愛着」が「異性不安」を直接高めるのに対して、「親しい異性への愛着」が「異性不安」を直接低下させていた。さらに「親しい同性への愛着」が「安定した内的作業モデル」を高めそれを介して「異性不安」を低下させ、また「父親への愛着」は「不安定な内的作業モデル」を緩和しそれを介して「異性不安」を低下させていた。

以上、特に「不安定な内的作業モデル」が「自己受容」を強く低下させていた。また、「安定した内的作業モデル」は『対人不安』を低下させ、「不安定な内的作業モデル」は『対人不安』を高めており、これらの影響力は大きかった。

以上の結果について、親しい人への愛着の影響に焦点を当てると、次のようにまとめることができる。(1)「母親への愛着」の高さは、「自己受容」と「異性不安」を直接高めていた。(2)「父親への愛着」の高さは、「不安定な内的作業モデル」を緩和し、それを介して「自己受容」を高め『対人不安』や「異性不安」を低下させていた。(3)「親しい同性への愛着」の高さは、「安定した内的作業モデル」を高め、それを介して「自己受容」を高め、「対人不安や」「異性不安」を低下させていた。(4)「親しい異性への愛着」は、「異性不安」を直接低下させていた。説明率は「自己受容」36%、「対人不安」51%、「異性不安」15%であった。

3. 要因間の交互作用

共分散構造分析において、親しい人たちに対する愛着と他の変数との間に有意なパスが得られなかったものがある。要因間の交互作用が有

意な場合には必ずしもパスが有意にならない可能性があることを考慮して、分散分析を行った。その結果、次のような交互作用が認められた。

(1) 父母への愛着と内的作業モデル

「不安定な内的作業モデル」を従属変数、「母親への愛着」と「父親への愛着」を独立変数として分散分析を行った。その際、それぞれの愛着得点について、中央値に基づいて愛着高(H)群と低(L)群に分けた。その結果、交互作用が有意($F(1,213)=5.431, p<.05$)であったので、Bonferroniの方法によりその後の検定を行った(石村, 2006)。母親に対する愛着H群では父親に対する愛着H群の方がL群より不安定な内的作業モデル得点が低く、父親に対する愛着H群では母親に対する愛着H群の方がL群より不安定な内的作業モデル得点が低かった。つまり、母親に対する愛着と父親に対する愛着が共に高い群(HH群)が、他の群より得点が低いことが明らかとなった(図2)。

(2) 母親と異性に対する愛着と「自己受容」

「自己受容」を従属変数、「母親への愛着」(L・H)と「親しい異性への愛着」(L・H)を独立変数として分散分析を行った。その結果、交互作用が有意($F(1,213)=5.626, p<.05$)であったので、その後の検定を行った。母親に対する愛着L群では、親しい異性の友人に対する愛着L群の方がH群より自己受容得点が低く、親しい異性の友人に対する愛着L群では、母親に対する愛着L群の方がH群より自己受容得点が低かった。つまり、母親に対する愛着と親しい異性の友人に対する愛着が共に低い群(LL群)は、他の群よりも自己受容得点が著しく低いことが明らかとなった(図3)。

(3) 母親と異性に対する愛着と対人不安

「人への恐怖心」を従属変数、「母親への愛着」(L・H)と「親しい異性への愛着」(L・H)を独立変数として分散分析を行った。交互作用が有意($F(1,213)=8.122, p<.01$)であったので、その後の検定を行った。母親に対する愛着L群では親しい異性の友人に対する愛着L群の方がH群より人への恐怖心得点が高かった。その反対に、母親に対する愛着H群では親しい

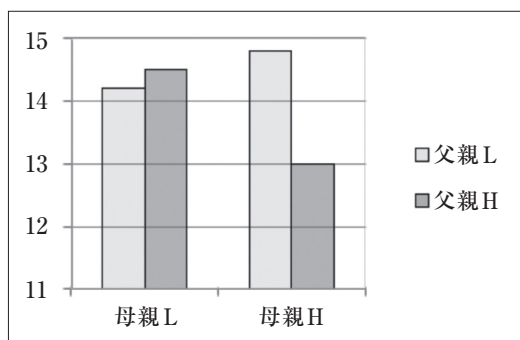


図2 父母への愛着と「不安定な内的作業モデル」

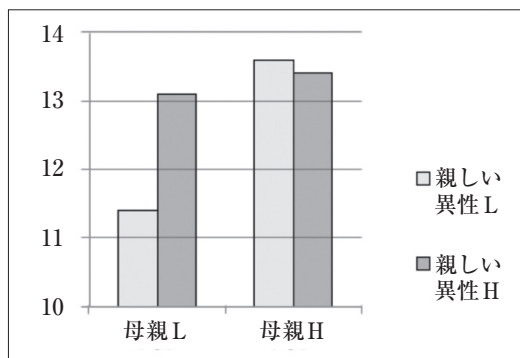


図3 母親と異性への愛着と「自己受容」

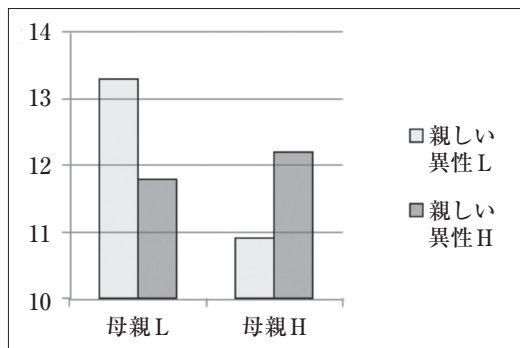


図4 母親と異性への愛着と「人への恐怖心」

異性の友人に対する愛着H群の方がL群より人への恐怖心得点が高い傾向があった。さらに、親しい異性の友人に対する愛着L群では母親に対する愛着L群の方がH群より人への恐怖心得点が高かった。つまり、異性の友人に対する愛着が低い場合、母親の対する愛着も低い群(LL群)は「人への恐怖心」得点が高く、母親に対する愛着が高い群(HL群)は「人への恐怖心」得点が高いことを示していた(図4)。

考察

本研究は、周囲の親しい人との愛着関係が対人不安にどのような影響を与えるか、そこにはどのような要因が媒介するかを明らかにすることを目的とした。

1. 愛着関係と内的作業モデル

共分散構造分析の結果、愛着関係が内的作業モデルに与える影響は、①「親しい同性への愛着」が高いほど「安定した内的作業モデル」得点を高めるという結果であった。このような安定した内的作業モデルへの影響は、母親や父親それに異性の友人に対する愛着関係にはみられなかった。このような結果から、愛着の対象としての同性の友人の存在が、対人関係における安定した内的作業モデルに影響を与えていることが明らかとなった。

また、②「父親への愛着」の高さは「不安定な内的作業モデル」を緩和していた。つまり、父親への愛着の高さが不安定な内的作業モデルの形成を緩和するということが示唆された。さらに、分散分析の結果、母親に対する愛着と父親に対する愛着が共に高い群が、他の群より不安定な内的作業モデル得点が著しく低かった。母親だけでなく父親に対する愛着が高い場合は、安定した内的モデルを高めるというよりは、不安定な内的作業モデルを緩和させるということに強く影響していることが注目される。

愛着理論では、愛着や内的作業モデルの形成にとって、乳幼児期の家族、特に母親との愛着関係が重要だと指摘されてきた(久保田, 1995; 数井・遠藤, 2005)。しかし、本研究の結果では、青年期の内的作業モデルに影響を与える愛着対象は、母親だけではなく主として父親や同性の友人だということが示唆された。

2. 愛着関係と自己受容

共分散構造分析の結果、③「母親への愛着」が「自己受容」を高めるという直接の影響があった。このように母親との愛着関係が良好であると自己受容の高まりが見られるのは、従来の研究結果(丹羽, 2005)と一致している。

また、④「親しい同性への愛着」が「安定した内的作業モデル」を高めることを介して、さ

らに「父親への愛着」が「不安定な内的作業モデル」を緩和することを介して、いずれも「自己受容」を高めるといった影響があった。つまり父親や同性の友人への愛着は内的作業モデルを介して、自己受容を高めるといったことが明らかとなった。このような間接的な関連は母親への愛着に関してはみられず、むしろ愛着関係から自己受容への直接的な影響は、母親にのみ認められた。

分散分析の結果では、⑤母親と親しい異性の友人に対する愛着が共に低い場合に、著しく「自己受容」得点が低かった。同性の母親だけでなく異性の友人との愛着関係が希薄だということが自己受容を低下させてしまうとみられる。したがって、母親あるいは異性の友人のどちらかの愛着関係が形成されていれば、自己受容の著しい低下が防げるといったことが示唆された。

3. 愛着関係と不安

⑥親しい人への愛着から『対人不安』への直接のパスはなく、「親しい同性への愛着」が「安定した内的作業モデル」を高め、それを介して、『対人不安』を低下させていた。また⑦「父親への愛着」が「不安定な内的作業モデル」を緩和し、それを介して『対人不安』を低下させるという影響があった。この結果においては、『対人不安』に対して母親からの直接的、間接的影響はいずれもなかった。

しかし、分散分析の結果、⑧「親しい異性への愛着」が低い場合に、「母親に対する愛着」が低い群は「人への恐怖心」が著しく高く、母親に対する愛着が高い群は「人への恐怖心」が著しく低いことが明らかとなった。「人への恐怖心」の内容は、「誰かに話しかけられるのがこわい」など人に対する比較的強い不安を示している。母親と異性の友人がいずれも心の安全基地となっていない人は、このような「人への恐怖心」が高いことを示唆する。その反対に、異性の友人への愛着が低く母親との愛着関係が高い場合は、「人への恐怖心」が極めて低いことが示された。母親との閉じられた愛着関係の中で、対人不安から守られ一応安定している可能性がある。

「異性不安」に関しては、⑨親しい「異性への愛着」が「異性不安」を直接低下させていた。また、⑩親しい「同性への愛着」が「安定した内的作業モデル」を高め、「父親への愛着」が「不安定な内的作業モデル」を緩和し、それらを介していずれも「異性不安」を低下させていた。つまり、安定した愛着関係は、異性の友人の場合は直接的に、父親の場合は間接的に異性不安を緩和する機能があることが示唆された。

それに対して、⑪「母親に対する愛着」が、内的作業モデルを介さずに直接「異性不安」を高めていた。仮説とは反対の結果であった。鍋田(2004)は、対人恐怖症者は幼児期の母親との関係性について、庇護されたり特別扱いを受けたりして過剰気味に快い状態におかれ、母子関係の中で本人の自己愛が満たされ母子の融合した状況が続いていると指摘している。そして、本人の意識として「あまりに母親との関係が深すぎた」や「共感しすぎてくれた」などの内容が語られている。本研究での「愛着関係」の内容は、母親を心の安全基地や安全な避難所とし、心の支えとする程度を指しているが、項目内容が示すように、あまりに得点が高い場合は母親との密着傾向が強いことを示すようにみえる。このような母親との密着した関係のなかでは、他者と深い関係を築く必要がなく、特に異性との関係を築くことが困難な状況が生まれるのかもしれない。母親へのあまりに強い愛着は果たして青年期の女子にとって望ましいことかどうか、今後検討すべき課題である。

他方、分散分析の結果、母親と異性の友人に対する愛着が共に低い場合は、著しく「人への恐怖心」が高いという結果であった。しかし、異性への愛着関係が低い場合でも母親との愛着関係が高い場合は、人への恐怖心は低かった。このように、異性の友人がいない場合でも、母親との愛着関係があれば「人への恐怖心」が緩和されるようだ。しかし、その母親との愛着関係さえもない場合は「人への恐怖心」を形成するのではないかと考えられる。

すでにみてきたように、「人への恐怖心」とは反対に、母親と異性の友人に対する愛着が共

に低い場合、「自己受容」が非常に低かった。ここでは、人への恐怖心と自己受容とは対照的であり、両者の間には負の相関がみられた。したがって、母親への愛着の低さは、異性への愛着の低さと共に、自己受容を低下させ、人への恐怖心を高めるようだ。しかしそれとは逆に、母親への愛着の高さは異性への不安を高めるという二面性を示しているように見える。この点は、山本（1988：1989）の指摘するような、自己の二面性（一体性と分離性）とかかわっている可能性がある。三雲・太田（2006）は、女子学生の2年生頃は一体性（人間関係の中で自己を規定していくあり方）の比重が、分離性（人間関係から分離し他者から隔たるあり方）の比重へと移行する転換期だと指摘している。母親との関係の中で自己を規定しつつ、そこから分離することへの不安が異性不安に表れているかもしれない。

4. 内的作業モデルと自己受容・対人不安

⑫「安定した内的作業モデル」が「自己受容」を高め、「不安定な内的作業モデル」が「自己受容」を強く低下させていた。そこでは不安定な内的作業モデルが「自己受容」を低下させる影響力の方が大きかった。母親への愛着は自己受容に対して直接的な影響を与えたが、父親への愛着や同性の友人への愛着は、内的作業モデルを介して自己受容に影響しており、その内的作業モデルの影響の方が大きく、仮説と一致しない結果であった。

従来の研究では、自尊心が高ければ対人不安は低いとされている（落合，2009）。そこで、自尊心と相関の高い自己受容は、対人不安等とは負の相関が予想された。自己受容は、異性不安との間に相関はないが、それ以外の対人不安との間には低い負の相関がみられた。したがって、自己受容の高い者ほど対人不安が低いということを示唆していた。しかし、自己受容から対人不安へのパスは有意ではなかった。

⑬「安定した内的作業モデル」は、『対人不安』を低下させ、それとは対照的に、「不安定な内的作業モデル」は『対人不安』を強く高めていた。内的作業モデルが安定している場合は、

すでに述べたように、他者との関係や他者から見られる自分について肯定的なイメージを持っているために人と関わることについての不安が少ないと考えられる。その反対に、内的作業モデルが不安定な場合、自分は本当は人から好かれていないのではないかなど自己に対する不安を抱えているために、人に対する不安が強いのだと考えられる。しかし、「異性不安」に関しては、パス係数をみると、いずれの内的作業モデルからの影響も有意ではあるが、それほど強いものではなかった。異性不安は人一般への不安の中で特別な特性だと考えられる。

以上、女子大学生について、父親に対する愛着は不安定な内的作業モデルを緩和し、親しい同性の友人に対する愛着は安定した内的作業モデルを高め、それらを介して自己受容を高めると共に対人不安を低下させるといえる。このような父親や親しい同性の友人に関する結果は仮説を支持していた。ただし、異性に対する愛着は、仮説とは異なって、内的作業モデルを介さずに直接「異性不安」を低下させていた。

5. 今後の課題

本研究では、対人不安に焦点を当てたので、安定した内的作業モデルと不安定な内的作業モデルのみを扱い、回避的な内的作業モデルについては扱わなかった。しかし、親しい人との愛着関係が回避的な内的作業モデルに対してどのような影響を与えるか、さらにそれが対人不安に対してどのような影響を与えるかは重要なテーマであり、今後の課題として残った。

また、本研究では女子大学生に限定して質問紙調査を実施したが、男子大学生を対象にした研究も必要である。それらの結果を比較することによって、女子大学生や男子大学生のそれぞれの特徴が明らかになるだろう。さらに、研究対象の年齢を変化させ、あるいは追跡的な研究を積み重ねることによって、この問題を発達の必要があるだろう。それと共に、各尺度の妥当性の検討も残された課題である。

引用文献

- 足立浩平 2006 多変量データ解析法—心理・教育・社会系のための入門— ナカニシヤ出版
ボウルヴィ, J.; 黒田実郎 [ほか] 訳. 1976 母子関係の理論 岩崎学術出版社
- 平石賢二 1990 自己肯定意識尺度 山本真理子(編) 心理測定尺度集Ⅰ—人間の内面を探る〈自己・個人内過程〉— pp.16-22. サイエンス社
- 堀井俊章 2011 大学生における対人恐怖心性の時代的推移 横浜国立大学教育人間科学部紀要Ⅰ, 教育科学, 13, 149-156.
- 石村貞夫 2006 SPSSによる分散分析と多重比較の手順(第3版) 東京図書
- 金政祐司 2003 成人の愛着スタイル研究の概観と今後の展望—現在, 成人の愛着スタイル研究が内包する問題とは— 対人社会心理学研究, 3, 73-84.
- 片岡 祥・園田直子 2008 青年期におけるアタッチメントスタイルの違いと恋人に対する依存との関連について 久留米大学心理学研究, 7, 11-18.
- 数井みゆき・遠藤利彦 2005 アタッチメント: 生涯にわたる絆=Attachment ミネルヴァ書房
- 小嶋秀夫・森下正康 2004 児童心理学への招待 [改訂版] サイエンス社
- 小塩真司 2008 初めての共分散構造分析: Amosによるパス解析 東京書籍
- 久保 恵 2000 対人恐怖心性と認知的・投影的親子関係像—内的ワーキングモデルの観点からの検討— 教育心理学研究, 48, 182-191.
- 久保田まり 1995 アタッチメントの研究: 内的ワーキング・モデルの形成と発達 川島書店
- 松尾直博・新井邦二郎 1998 対人不安傾向尺度 櫻井茂男 松井 豊(編) 心理測定尺度集Ⅳ—子どもの発達を支える〈対人関係・適応〉— pp.274-277. サイエンス社
- 三雲真理子・太田祥子 2006 青年・成人女性の自我同一性の感覚について—「自己」の二面性の観点から— 梅花女子大学現代人間学部紀要, 3, 43-54.
- 毛利伊吹・丹野義彦 2001 状況別対人不安尺度 松井 豊 宮本聡介(編) 心理測定尺度集Ⅵ—現実社会とかかわる〈集団・組織・適応〉— pp.243-249. サイエンス社
- 鍋田恭孝 2004 対人恐怖・醜形恐怖 金剛出版
- 丹羽智美 2005 青年期における親への愛着と環境移行期における適応過程 パーソナリティ研究, 13, 156-169.
- 小川捷之・木村方美 林 洋一 1980 対人恐怖症者に認められる対人不安意識に関する研究—幼少期の家庭環境と自己像に関する比較文化的検討— 横浜国立大学教育紀要, 20, 60-77.
- 大井京子・清水宏子・岩治まとか・井森澄江 2004 内的作業モデルと対人ストレス 日本教育心理学会発表論文集, 46, 358.
- 岡田 努・永井 徹 1990 青年期の自己評価と対人恐怖心性との関連 心理学研究, 60, 386-389.
- 落合萌子 2009 2種類の自己愛と自尊心, 対人不安との関係 パーソナリティ研究, 18, 57-60.
- 関野ゆき・松岡陽子・松村和恵・近藤清美 1998 大学生のアタッチメントと対人不安の関係 日本性格心理学会大会発表論文集, 7, 18-19.
- 斎藤富由起・吉森丹衣子・守谷賢二 2009 青年期における見捨てられ不安と愛着の関連性 千里金蘭大学紀要, 6, 35-41.
- 調 優子・高橋靖恵 2002 青年期における対人不安意識に関する研究—自尊心, 他者評価に対する反応との関連から— 九州大学心理学研究, 3, 229-236.
- 菅原正和・伊藤由衣 2006 児童期の母子関係が青年期の自我形成に及ぼす影響—自尊感情(Self Esteem)と対人不安を中心として— 岩手大学教育学部研究年報, 65, 31-44.
- 住友育世 1996 大学生の自己受容に関する諸要因—愛着と達成動機についての検討 日本教育心理学会総会発表論文集, 38, 235.
- 高橋恵子 1968 依存性の研究: I: 大学生女子の依存性 教育心理学研究, 16, 7-16.
- 高橋恵子 2010 人間関係の心理学: 愛情のネットワークの生涯発達 東京大学出版会
- 武内珠美・田井中華恵・河野伸子 2014 母親の養育態度に関する研究—母親自身の愛着スタイルと自己受容に焦点を当てて— 大分大学教育福祉科学部研究紀要, 36, 43-54.
- 戸田弘二 1988 内的作業モデル 吉田富二雄(編) 心理測定尺度集Ⅱ—人間と社会のつながりをとらえる〈対人関係・価値観〉— pp.109-114. サイエンス社
- 富重健一 1994 異性不安尺度 吉田富二雄(編) 心理測定尺度集Ⅱ—人間と社会のつながりをとらえる〈対人関係・価値観〉— pp.45-46. サイエンス社
- 豊田秀樹 2007 共分散構造分析 [Amos編] 東京書籍
- 山口正寛 2009 愛着機能尺度 (Attachment-Function Scale) 作成の試み パーソナリティ研究, 17, 157-167.
- 山本真理子・松井 豊・山成由紀子 1982 認知された自己の諸側面の構造 教育心理学研究, 30, 64-68.
- 山本里花 1988 女子学生の自我同一性に関する研究—自我の二志向性の観点から— 教育心理学研究, 36, 238-248.
- 山本里花 1989 「自己」の二面性に関する一研究—青年期から成人期にかけての発達傾向と正さの検討— 教育心理学研究, 37, 302-311.