

卒業を控えた大学生における孤独の捉え方

－ 1年生と比較して－

森 なな穂*・田邊 敏明

Understanding the Loneliness of University Students who are Facing Graduation
－ Compared with that of Freshmen －

MORI Nanaho*, TANABE Toshiaki

(Received September 25, 2020)

問題

青年期は「子どもから大人への過渡期」と一般的に定義されており、児童期までに依存してきた両親や教師から離れて自分の生き方について自己決定することを求めるようになる(加藤, 1987)。また、落合(1985)は青年期について自我の発見の時期であり自我同一性(アイデンティティー)を模索していくなかで孤独感は避けられないものであり、それゆえ孤独感は青年期の「基本的な生活感情」と述べている。加藤(1987)によると、およそ12-13歳から22-23歳までの約10年間は青年期と呼ばれている。そのなかで大学生は青年期後期に相当する。大学への進学に伴い生活環境や人間関係が大きく変化することや、一人暮らしを始めて自立した生活を求められること、自らの将来を決断しなければならない時期であることを考えると、孤独感を抱え孤独と向き合う大学生が多く存在することは容易に想像できる。そのため、孤独について調査することは青年、特に大学生の心理状態を理解する上で有意義なことだと考えられる。

ところで「孤独」という概念や言葉について考えた時に人々はどのような印象を持つのだろうか。先に孤独感は青年期の基本的な生活感情とされていることを述べた。しかし世間では、誰にも気づかれずに一人きりで死ぬことを表す「孤独死」や、昼食を共にする友だちがいないためにトイレ内で昼食をとることを示す「便所飯」などがメディアで取り上げられているように孤独に関するイメージはあまり好ましいものではない。

一方で、孤独の概念には多様性がある。落合(1999)は「孤独」について「一人であることであり、一人であるというあり方を表す語である」、また「孤独

感」については「自分は一人であると感じることである」としている。英語で孤独を表す言葉としてはaloneやsolitude、lonelinessなどがある。ジーニアス英和辞典によるとaloneとは「ただひとりである」、「lonelyと違って必ずしも寂しいことを含意しない」としており、田所(2003)はaloneにはネガティブな意味合いもポジティブな意味合いも含有していないとしている。また、Dorothy(1976)はalone、loneliness(aloneのネガティブな側面)、solitude(aloneのポジティブな側面)の3つに区別して説明している。つまり、本来「孤独」という概念にはニュートラルな側面と、ネガティブな側面・ポジティブな側面の両面をもつのであるといえる。実際に私たちは孤独に対してマイナスな印象を持ちながら孤独になるという行動をとることがある(田所, 2003)という。例えば、何かを熟考したいときや自分自身と向き合おうとしたときなどである。これは、ひとりである状態すなわち「孤独」な状態が深く物事を考えることを可能にし、人の内面を支えていると私たちが認識しているということであろう。また、「ひとりカラオケ」や「ひとり焼肉」などひとりであることを前提としたサービスの展開も増えていたり、「ひとり旅」がテレビや雑誌で多く取り上げられていたり、一人の時間を持つことに対する抵抗が下がり、孤独やひとりであることへの消極的・否定的なイメージが和らぎつつあると考えられる。このように様々な側面をもつ「孤独」という概念に対して現代の大学生はどのようなイメージを持っているのだろうか。

通常4年間にわたる学生生活には、小さいながらライフサイクルとよべるものがあると徳田(2008)は述べ

* 令和元年度山口大学教育学部学校教育教員養成課程小学校教育コース心理学選修卒業生
現在 鹿児島県中央児童相談所相談部相談対応第一課心理技師

ている。そのライフサイクルを日本の学生の実態に即して明確にしようとしたのが鶴田（2001）である。鶴田（2001）は学生期を、入学期（1年生）、中間期（2～3年生）、卒業期（4年生）という下位時期に区分し、各下位時期における学生たちの心理的特徴や発達課題を明らかにしている。この心理的特徴や発達課題は、学業、進路、学生生活、対人関係、親子関係など多様な領域にまたがる多元的なものである。これまで大学生を対象とした孤独、孤独感に関する研究は数多く存在し、大学生と孤独に深いつながりがあることは何度も示唆されてきている（宮下・細川，1993；工藤・西川，1983；海野・三浦，2010）。しかし、それらの研究のほとんどは大学生「全体」を対象としており、大学生を学年別に切り取り、孤独・孤独感をみた研究は少ない。鶴田（2001）が述べるように4年間の中にライフサイクルが存在するのならば、同じ大学生というくくりのなかでもライフサイクルの変化から、入学期にあたる1年生と、卒業期にあたる4年生では抱える孤独感の質に違いがあると考えた。

目的

卒業を控えた大学4年生、4年生の比較対象としては大学1年生に焦点を当て、それぞれの学年がもつ孤独の「質」に違いがあるのかどうか、違いがある場合どのように異なっているのかを明らかにすることを目的とする。また、孤独の「質」の違いをみるために、それぞれの学年が「孤独」についてどのようなイメージを持ち、どのような対処行動をとっているのか、さらに「孤独」のイメージや対処行動が孤独感や幸福感にどのような影響を与えているのかを明らかにしたい。

方法

調査時期 2019年11月

調査対象者 国立大学に通う4年生62名のうち回答に不備のあった3名を除いた59名（男性18名，女性41名，平均年齢21.73歳， SD 0.80）と、1年生138名のうち不備のあった39名を除いた99名（男性45名，女性54名，性別無記入2名，平均年齢18.77歳， SD 0.61）を分析対象とした。

質問紙の構成 質問紙はフェイス項目、改訂版UCLA孤独感尺度、主観的幸福感尺度、孤独に関する質問項目で構成された。また4年生に対してのみ就職状況について尋ねる質問項目を設けた。

フェイス項目 調査対象者の学部、学年、年齢、性別について回答を求めた。

改訂版UCLA孤独感尺度 Russell, Peplau, & Cutrona (1980) が構成した改訂版UCLA孤独感尺度を工藤・西

川（1983）が翻訳したものを使用した。この尺度はポジティブとネガティブの各10項目からなり、社会的関係での満足感と不満足感がそれぞれに反映されるように構成されている。回答は“しばしば感じる”、“時々感じる”、“めったに感じない”、“決して感じない”の4件法で求めた。

主観的幸福感尺度 伊藤・相良・池田・川浦（2003）によって作成された、青年期から成人期までに適用できる心理的健康を測定する尺度である。全15項目からなり、“人生に対する前向きな気持ち”、“達成感”、“自信”、“人生に対する失望感”、“至福感”の5領域から構成される。本調査においては対象者が大学生であり、項目内容の実感が困難であることから、“期待通りの生活水準や社会的地位を手に入れたと思いますか”、“これまでどの程度成功したり出世したと感じていますか”の2項目を尺度から除いた。また、“自分が周りの環境と一体化していて、欠かせない一部であるという所属感を感じるがありますか”、“自分が人類という大きな家族の一員だということに喜びを感じるがありますか”の2項目については、日本人の多くが日常生活に宗教的経験の基盤がなく、これらの項目が示す感覚に馴染みにくいことから尺度から除き、残り5領域11項目を用いた。各下位尺度項目は4件法で回答を求めた。

孤独に関する質問項目 本調査では以下の質問項目について自由記述での回答を求めた。

1. 「孤独」ということに対して、あなたはどのようなイメージを抱きますか。
2. あなたが「孤独だ」と感じるのはどんな時ですか。
3. あなたは「孤独だ」と感じた時に、それを解消するためにどのような行動をとりますか。

また、「ひとりであることが好きである」ということについて“全くあてはまらない”から“とても当てはまる”までの4件法で回答を求めた。

手続き 1年生については、質問紙を大学の講義時間内に配布しその場で回答を求め回収した。4年生に対しては個別に配布し、当日中または後日に回収した。

分析方法 「孤独に関する質問項目」に関しては、自由記述で得られた回答を分類し分析に用いた。ただし、分析の対象とする回答は調査対象者1人につき1件とした。複数個回答があった場合は最初の1件を分析対象とした。

結果

(1) 「孤独」のイメージについて

まず、「孤独」のイメージについて得られた自由記述による回答をKJ法（川喜田，1986）の「ラベルづくり」「グループ編成（表札づくり）」「A型図解（空間

配置、図解化)」の過程部分を参考に図解を作成したものを示す。
 のをFigure 1 (大学4年生)、Figure 2 (大学1年生)

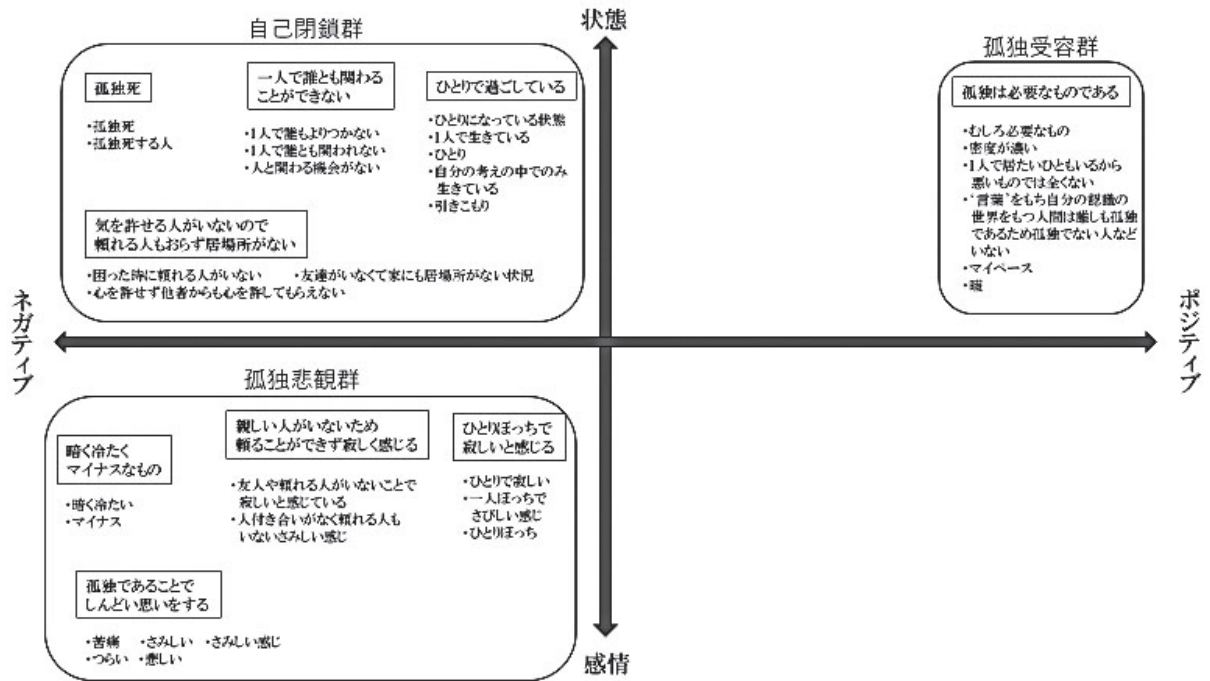


Figure1 「孤独」のイメージについての図解 (4年生)

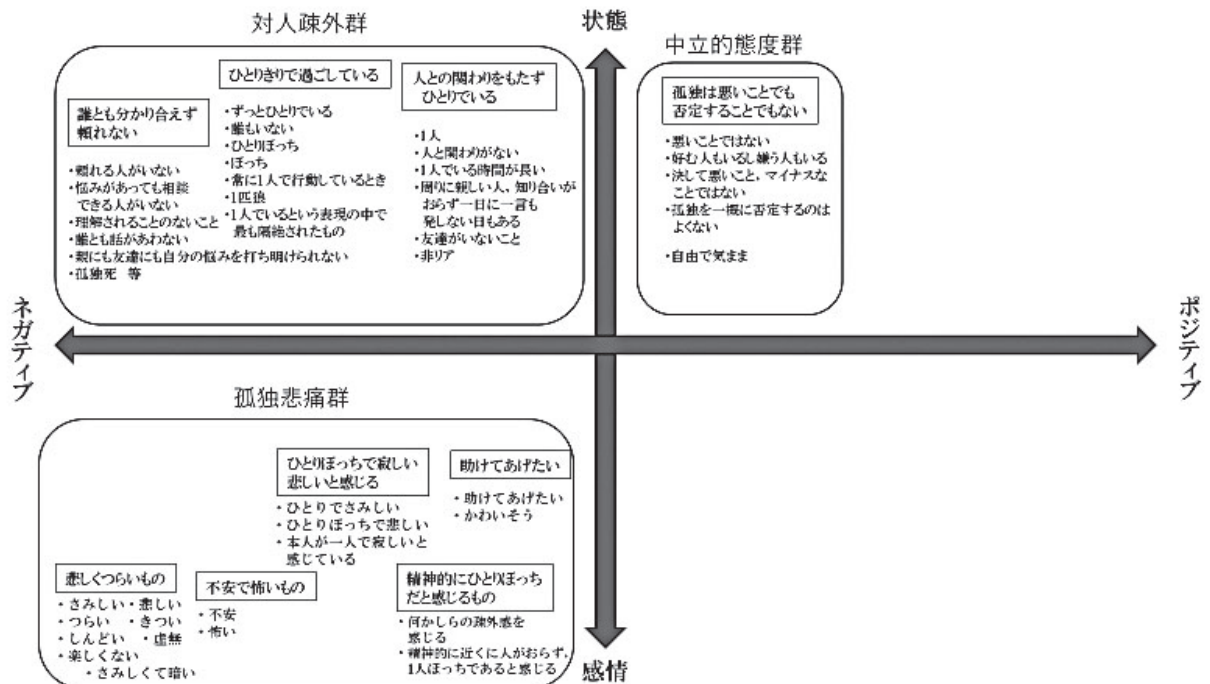


Figure2 「孤独」のイメージについての図解 (1年生)

4年生、1年生の両学年とも空間配置を行う中で、「ポジティブ・ネガティブ」と「状態・感情」という交差する軸を設け、その軸に沿って分類したところ、それぞれ3群に整理することができた。

大学生4年生は、「孤独はむしろ必要なものである」というグループを含む「孤独受容群」、「ひとりで過ごしている」、「一人で誰とも関わることができない」等のグループを含む「自己閉鎖群」、「暗く冷たくマイナスなもの」、「孤独であることでしんどい思いをする」等のグループを含む「孤独悲観群」の3群である。なお、それぞれの群に含まれる記述数であるが、「孤独受容群」に6件、「自己閉鎖群」に15件、「孤独悲観群」に38件となった。これら3群における改訂版UCLA孤独感尺度の合計得点の平均値を算出し、まとめたものをFigure 3に、主観的幸福感尺度の合計得点の平均値を算出しまとめたものをFigure 4に示す。

また、4年生の「孤独」のイメージについて分類された3群間で、改訂版UCLA孤独感尺度合計得点の一要因分散分析を行ったところ、有意な主効果がみられた ($F(2,56) = 3.57, p < 0.05$) が、Shaffer法による多重比較において有意差は見られなかった。なお、分散分析と多重比較はR (ver.3.4.3), anovakun_484.txtを用いて行った。

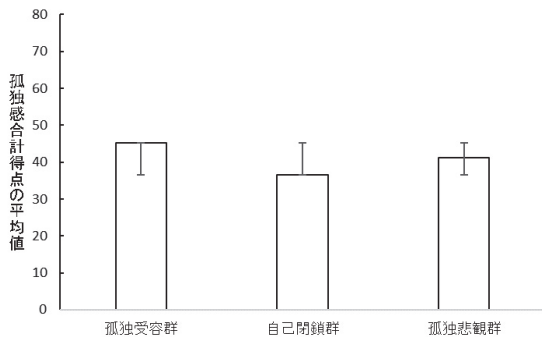


Figure 3 「孤独」イメージについて各群における改訂版UCLA孤独感尺度合計得点の平均値 (4年生)

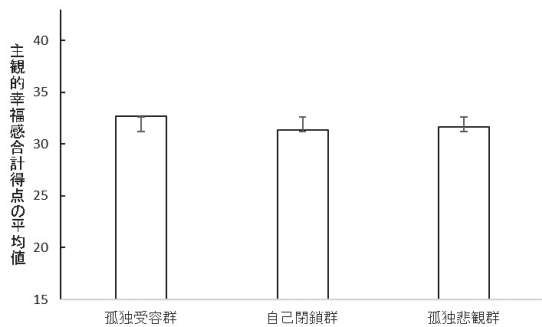


Figure 4 「孤独」イメージについて各群における主観的幸福感尺度合計得点の平均値 (4年生)

一方大学1年生は、「孤独は悪いことでも否定することでもない」というグループを含む「中立的態度群」、「人との関わりを持たずひとりである」、「誰とも分かり合えず頼れない」等のグループを含む「対人疎外群」、「不安で怖いもの」、「悲しくつらいもの」等のグループを含む「孤独悲痛群」の3群となった。なお、それぞれの群に含まれる記述数であるが、「中立的態度群」に6件、「対人疎外群」に42件、「孤独悲痛群」に51件となった。これら3群における改訂版UCLA孤独感尺度の合計得点の平均値を算出し、まとめたものをFigure 5に、主観的幸福感尺度の合計得点の平均値を算出しまとめたものをFigure 6に示す。また、1年生の「孤独」のイメージについて分類された3群間で、改訂版UCLA孤独感尺度の一要因分散分析を行ったところ、有意傾向がみられた ($F(2,96) = 2.84, p < 0.10$) が、Shaffer法による多重比較において有意差はみられなかった。

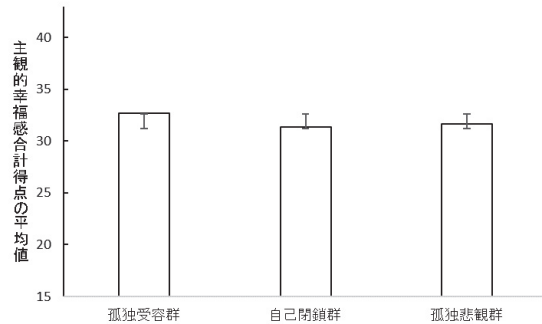


Figure 5 「孤独」イメージについて各群における改訂版UCLA孤独感尺度合計得点の平均値 (1年生)

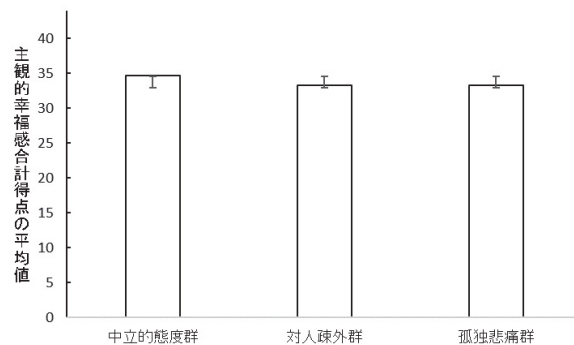


Figure 6 「孤独」イメージについて各群における主観的幸福感尺度合計得点の平均値 (1年生)

(2) 「孤独」への対処行動について

『(1) 「孤独」のイメージについて』と同様の方法によって図解を作成したものをFigure 7 (大学4年生)、Figure 8 (大学1年生)に示す。「孤独」への対処行動について分類、空間配置を行う中で、4年生、1年生の両学年とも「能動的・受動的」、「誰かと行う・ひとりで行う」という交差する軸を設け、その軸に沿ってそれぞ

れ3群に整理することができた。

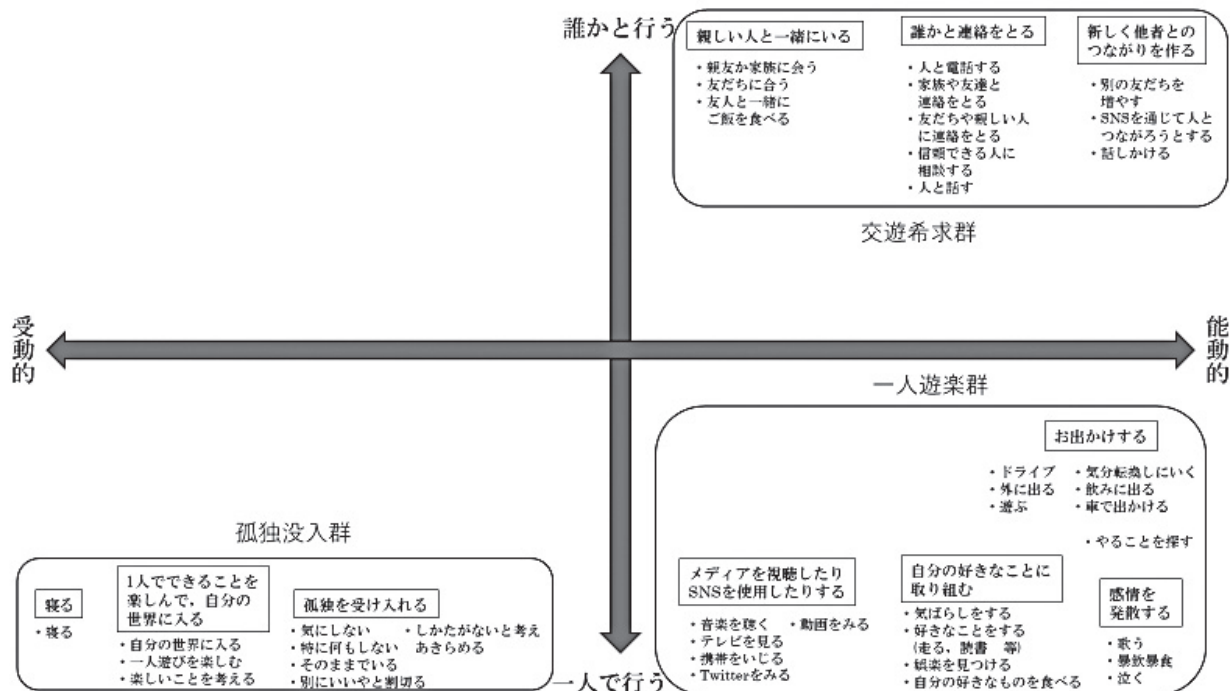


Figure7 「孤独」への対処行動についての図解（4年生）

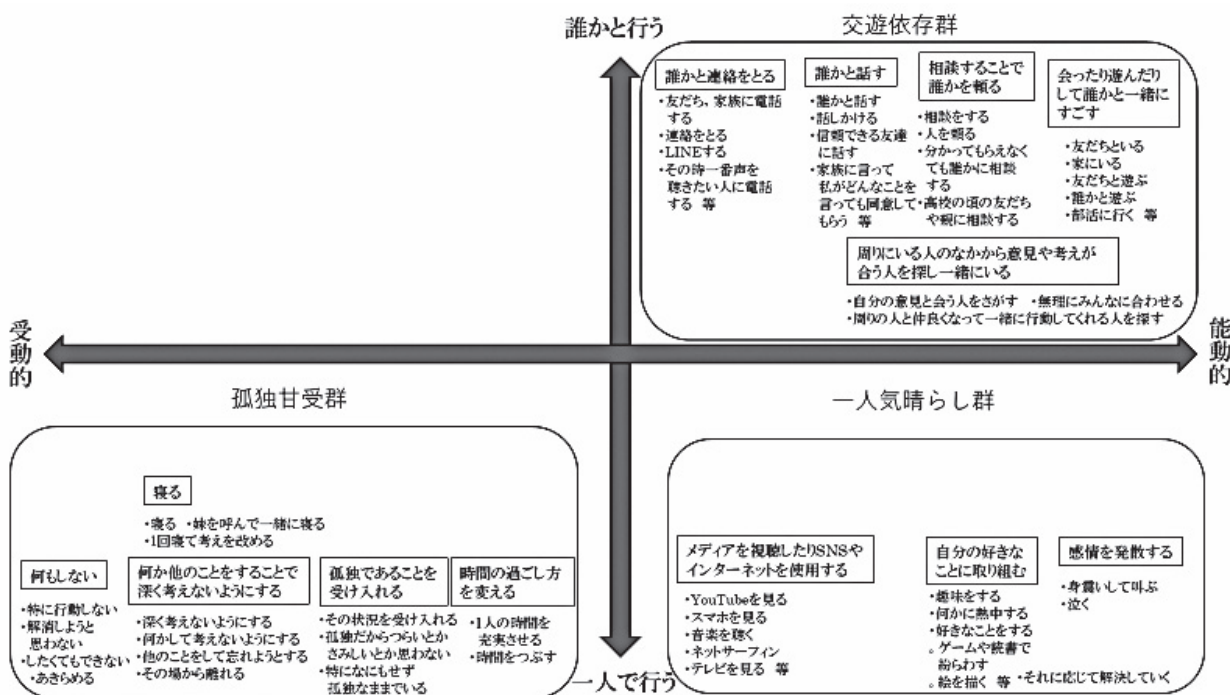


Figure8 「孤独」への対処行動についての図解（1年生）

まず、大学4年生は以下の“親しい人と一緒にいる”、“誰かと連絡をとる”等のグループを含む「交友希求群」。“孤独を受け入れる”、“1人でできることを楽しんで、自分の世界に入る”等のグループを含む「孤独没入群」。“自分の好きなことに取り組む”、“お出かけする”等のグループを含む「一人遊楽群」の3群である。なお、それぞれの群に含まれる記述数であるが、「交友希求群」に18件、「孤独没入群」に14件、「一人遊楽群」に27件となった。これら3群における改訂版UCLA孤独感尺度の合計得点の平均値を算出し、まとめたものをFigure 9に、主観的幸福感尺度の合計得点の平均値を算出しまとめたものをFigure 10に示す。

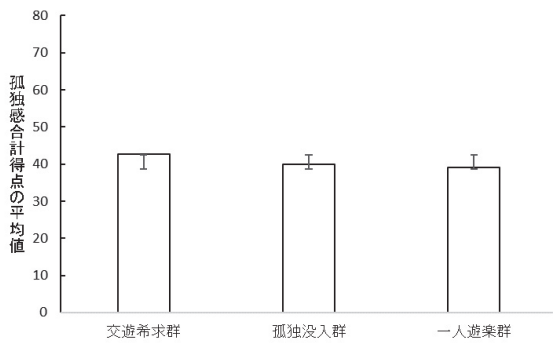


Figure 9 「孤独」への対処行動について各群における改訂版UCLA孤独感尺度合計得点の平均値（4年生）

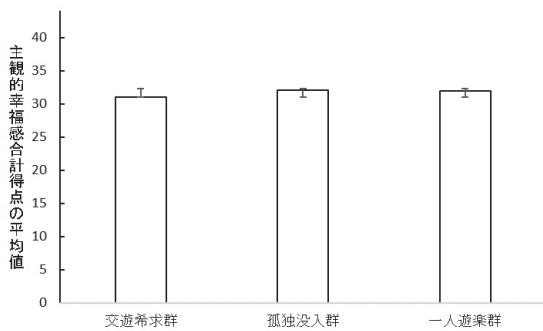


Figure 10 「孤独」への対処行動について各群における主観的幸福感尺度合計得点の平均値（4年生）

4年生の「孤独」への対処行動について分類された3群間で改訂版UCLA孤独感、主観的幸福感それぞれの一要因分散分析を行ったところ、どちらにも有意な主効果はみられなかった。

一方大学1年生は、“相談することで誰かを頼る”、“周りにいる人のなかから意見や考えが合う人を探し一緒にいる”等のグループを含む「交遊依存群」、“何もしない”、“何か他のことをすることで深く考えないようにする”等のグループを含む「孤独甘受群」、“メディアを

視聴したりSNSやインターネットを使用する”、“感情を発散する”等のグループを含む「一人気晴らし群」の3群に整理された。なお、それぞれの群に含まれる記述数であるが、「交遊依存群」に39件、「孤独甘受群」に31件、「一人気晴らし群」に29件となった。これら3群における改訂版UCLA孤独感尺度の合計得点の平均値を算出し、まとめたものをFigure 11に、主観的幸福感尺度の合計得点の平均値を算出しまとめたものをFigure 12に示す。

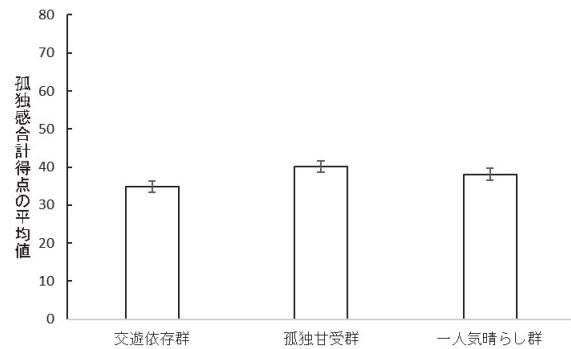


Figure 11 「孤独」への対処行動について各群における改訂版UCLA孤独感尺度合計得点の平均値（1年生）

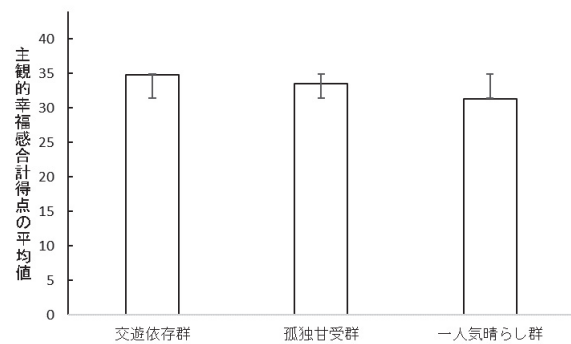


Figure 12 「孤独」への対処行動について各群における主観的幸福感尺度合計得点の平均値（1年生）

1年生に関して、改訂版UCLA孤独感の一要因分散分析を行ったところ有意な主効果がみられた ($F(2,96) = 3.22, p < 0.05$)。Shaffer法による多重比較の結果、「交遊依存群」より「孤独甘受群」の孤独感が有意に高かった。

さらに、「孤独」への対処行動について分類された3群間で、主観的幸福感の一要因分散分析を行ったところ有意な主効果がみられた ($F(2,96) = 4.58, p < 0.05$)。Shaffer法による多重比較の結果、「一人気晴らし群」より「交遊依存群」の主観的幸福感が有意に高かった。

考察

本研究では大学4年生と大学1年生を対象に、それぞれの学年がもつ孤独の「質」の違いを明らかにすることが目的であった。そこで、先行研究をもとに「孤独」のイメージと「孤独」への対処行動について自由記述式で質問項目を設け、KJ法（川喜田，1986）を参考に分類、整理した。また、KJ法によって分類された群と改訂版UCLA孤独感尺度、主観的幸福感尺度をそれぞれ一要因の分散分析にかけ、「孤独」に対するイメージの持ち方や対処行動が孤独感や幸福感にどのように影響しているのかを分析した。

（1）「孤独」のイメージ群について

まず、大学4年生と1年生のもつ「孤独」のイメージの特徴についてFigure 1、Figure 2の図解をもとに比較する。4年生では「孤独受容群」、「自己閉鎖群」、「孤独悲観群」の3群に、1年生は「中立的態度群」、「対人疎外群」、「孤独悲痛群」の3群に分類された。このうち4年生の「自己閉鎖群」、「孤独悲観群」はネガティブなイメージをもつ群であり、両群に含まれる記述数が全体の89.7%を占めるという結果となった。また、1年生の「対人疎外群」と「孤独悲痛群」の両群についてもネガティブなイメージを持つ群であり、両群に含まれる記述数が全体の93.9%を占めるという結果が示された。これらの結果より、4年生と1年生にとって「孤独」という概念はネガティブなイメージと強く結びついており、両学年の間において孤独のイメージに大きな差がないということが示された。

しかし、わずかではあるが孤独のイメージのポジティブな部分に4年生と1年生の違いが表れている。1年生の「中立的態度群」は“悪いことではない”、“好む人も嫌う人もいる”という回答が含まれているようにポジティブでもネガティブでもなく中立的なイメージを持つ群であることが分かる。一方、4年生の「孤独受容群」は“むしろ必要なもの”、“1人で居たいひとがいるから悪いものではない”という回答を含んでいるように、よりポジティブなイメージを持つ群であった。このことから大学4年間の間で孤独に対するイメージが変化し、4年生の方が、1年生よりも孤独に対してポジティブな態度をもっている可能性があることが示唆された。

伊波・松田・岡村（2014）は、大学生を対象に在学4年間のデータを縦断的に分析し、心理的特徴の推移を分析している。この研究では、1年生が他学年に比べて精神的に不健康であること、また各学年のなかで1年生が最も楽観性が低く、4年生が最も高いという結果が出ている。また、鶴田（2001）は入学期の大学生の課題として「学生生活への移行」、「今までの生活からの

分離」、「新しい生活の開始」を挙げている。特に「今までの生活からの分離」は1年生の不安や悩みの要因となっていると考えられる。大学入学に伴い生じる親との心理的・物理的分離や、友人との分離、住み慣れた環境からの分離は結果的に青年の精神的自立を促し、大学生の成長を促進させるものである。しかし、一度に様々な対象から分離することで精神的に不安定になりやすく孤独を感じる機会も増えると考えられる。このような不安になりやすい時期に抱える孤独のイメージはポジティブなものになりやすく、1年生のイメージにポジティブな記述が少なかったと考えられる。一方4年生は、3年間に所属する学部やサークル活動、アルバイトで様々な経験をし、新たな人間関係を築きながら精神的自立を達成しつつあるため、わずかではあるが1年生よりも孤独をポジティブに捉える記述が多かったと推測される。

大学4年生の方が孤独のイメージをポジティブだと感じているという結果となったが、全体的にみると、4年生、1年生の両学年とも圧倒的にネガティブなイメージを持つ人が多かった。これは「孤独」という言葉が持つイメージそのものがネガティブなものに変化しつつあることが影響していると考えられる。山田・上山（2017）は、孤独を一時的に悪いものとして捉えてしまう根本的な理由を以下のようにまとめている。一つ目は、現代における「孤独」とは「ひとりである状態」と区別され「寂しさ」等の感覚的なイメージを含みつつ「孤独感」と定義レベルで同一視されていること。二つ目はメディア表現において「ひとりである状態」を「孤独」としているものがあることである。特にマスコミヤエンタテインメント等では「孤独」の対立概念としての「友情」や「絆」を社会でのルールより上の価値や、問題解決の鍵として位置付けているものもあるという。これらの理由により、「ひとりカラオケ」や「ひとり旅」という行動をポジティブなものだと認知されるようになった現代においても、「ひとり」でいる人間の状態を「孤独」というネガティブなイメージから切り離せないため、4年生でも1年生でも「孤独」をネガティブなものだと捉えているのではないだろうか。

（2）「孤独」への対処行動群について

『「孤独」のイメージについて』と同様、大学4年生と1年生の「孤独」への対処行動をFigure 7、Figure 8の図解をもとに比較する。4年生は「交友希求群」、「孤独没入群」、「一人遊楽群」の3群に、1年生は「交友依存群」、「孤独甘受群」、「一人気晴らし群」の3群に分類された。4年生の「一人遊楽群」と1年生の「一人気晴らし群」はどちらも“感情を発散する”や“自分の好きなことに取り組む”などのグループが含まれ

ており、孤独に対して一人でかつ能動的な対処行動をとっている群であるが、4年生の「一人遊楽群」には“お出かけする”というグループが含まれており、より能動的な対処行動をとっていることがわかる。また、1年生の「一人気晴らし群」が全体の記述数の29.3%であるのに対し、4年生の「一人遊楽群」は全体の記述数の45.8%を占めており、4年生は1年生よりも一人でかつ、能動的に行動する人が多いことが示された。

上記に加え4年生と1年生で違いがみられた部分が4年生の「交友希求群」と1年生の「交友依存群」である。これら両群はどちらも誰かと一緒に、かつ能動的に対処行動をとる群となっている。4年生の「交友希求群」は“誰かと連絡をとる”や“親しい人と一緒にいる”などのグループが含まれており、孤独を感じた時に必要に応じて他者との接触を試みたり、他者と一緒に何かをしようと行動したりする群であることがわかる。一方1年生の「交友依存群」には“周りにいる人のなかから意見や考えが合う人を探し一緒にいる”や“相談することで誰かを頼る”というグループが含まれており、孤独への対処行動として他者への自己開示や同調行動が関わっていると考えられる。また、“周りにいる人のなかから意見や考えが合う人を探し一緒にいる”というグループには「無理にみんなに合わせる」、「周りの人と仲良くなって一緒に行動してくれる人を探す」という記述があり、自分自身を抑え込み、他者へ依存しようとする傾向がみられた。『「孤独」のイメージについて』でも述べたが、大学進学に伴い、青年は様々な環境の変化を迎える。親元を離れ、生活の自立を求められるようになり、大学という新しい環境のもとで友人を含め対人関係を一から築かなければならない。また、山本（1991）は青年期には両親からの心理的・物理的分離と並行しながら同輩・特に異性との親密な関係の形成が求められ、青年の帰属集団は家族から同輩グループへと移行すると述べている。ほかにも、友人関係を形成したり、維持したりする行動が大学適応感や大学生活の満足感を高め、また良好な友人関係が形成されていることが学習意欲や自尊感情を向上させると言われている（渡邊・堤，2017）。そのため大学1年生が友人や他者への繋がりを強く求めるのは、新しい環境への不安感や孤独感を軽減するため、また大学生活に適応するためであると考えられる。

（3）孤独のイメージ群と対処行動群における孤独感、および主観的幸福感について

『「孤独」のイメージについて』と『「孤独」への対処行動』という質問に対する記述を分類・整理し、分けられたそれぞれの群と孤独感・幸福感との関係を調べるために分散分析と多重比較を行ったところ、以下のよう

な結果が得られた。

まず、4年生の孤独感について、「孤独」のイメージについての記述で分類された3群の間に有意な主効果が見られた。多重比較では有意な差は見られなかったが、Figure 3を見ると、「自己閉鎖群」が最も孤独感得点が低く、他の2群よりも孤独感を感じていないという結果となった。また、Figure 4より「自己閉鎖群」は主観的幸福感もある程度保たれていることが分かる。Figure 1の図解を参照すると、「自己閉鎖群」はネガティブな空間に位置する群である。「自己閉鎖群」、「孤独悲痛群」はともにネガティブな空間にあるが、感情的な記述の多い「孤独悲痛群」と比較すると「自己閉鎖群」は“ひとりになっている状態”や“人と関わる機会がない”など孤独を状態として捉えていると考えられる記述がある。豊田・大賀・岡村（2007）はPerlman & Peplau（1981）の孤独の定義を3つのカテゴリーにまとめており、そのうちの1つに「孤独感は、主観的な経験であり、客観的な社会的孤立（social isolation）と同義はない」というものがある。すなわち、人々は一人ぼっち（aloneness）であっても孤独な（lonely）な感情に陥らなかつたり、あるいは群衆（crowd）の中にも孤独であると感ずることが少なくないと考えられる（豊田ら，2007）。また、Dorothy（1976）は孤独概念をalone、solitude、lonelinessの3つに区分して説明しており、aloneは「ただひとりである」、「lonelyと違って必ずしも寂しいことを含意しない」という意味がある（ジーニアス英和辞典）。このaloneに値する孤独のイメージを持っているのが「自己閉鎖群」であると考えられる。「自己閉鎖群」のもつ孤独へのイメージはネガティブなものであるが、「孤独悲痛群」のように感情的になり過ぎず、孤独を「ひとりである状態」だと客観的に捉えている。このように孤独というものを単に「一人であること（aloneness）」と受け止めるに留まるため、他の2群よりも孤独な感情（lonely）を持ちすぎず、孤独感が低くなったのではないかと推測できる。

一方、「孤独受容群」は“むしろ必要なもの”や“密度が濃い”などの記述があり、他の2群と比較して孤独に対してポジティブなイメージを持っている群である。しかし、Figure 3より「孤独受容群」は孤独感が高いことが分かる。このような結果となったのは、「孤独受容群」が孤独感を感じているからこそ、世間ではネガティブだと捉えられがちな孤独のイメージをポジティブに捉えることで自らの孤独感を抑制しようと努めるほど、かえって孤独感を感じさせるのではないかと考えられる。

1年生の孤独感について「孤独」のイメージの記述で分類された3群の間に有意傾向が見られた。こちらも多重比較では有意な差は見られなかったが、Figure 5

を見ると、「中立的態度群」が他の2群よりも孤独感得点が高くなっており最も孤独感を強く感じていることが分かる。この結果は「孤独」へのイメージをよりポジティブ・ニュートラルに捉えている大学生がネガティブに捉えている大学生よりも孤独感を強く感じているということを示唆している。抑うつ傾向の低い人は、孤独の肯定的側面に意識が向く可能性がある（大東・岩本，2009）という先行研究の結果もあるように、今回の調査においても孤独に対してポジティブなイメージをもつ人の方が孤独感は低いと予測した。しかし結果として、大学1年生においては孤独へのポジティブ・ニュートラルなイメージをもつ人ほど孤独感が高いことが認められた。孤独感は青年期の自我同一性の確立を促したり、精神的に成長させたりするため必要な感情ではあるが、少なからず青年への精神的負担を強いるものである。今回分類された「中立的態度群」には“悪いことではない”、“孤独を一概に否定するのはよくない”など、孤独を「悪いこと」だと捉えることへ反論するような記述があった。このようイメージを持つのは、「中立的態度群」が孤独感を感じており、孤独のネガティブなイメージをポジティブ・ニュートラルに捉え直そうと努めるほど、4年生の「孤独受容群」と同様に、かえって孤独感を感じさせるのではないかと考えられる。

次に1年生の孤独感、幸福感について、「孤独」への対処行動についての記述で分類された3群の間に有意な差が見られた。孤独感については「交遊依存群」よりも「孤独甘受群」の方が高得点で、孤独感をより感じていること、幸福感については「一人気晴らし群」よりも「交遊依存群」の得点が高く、幸福感を強く感じていることが分かった。この結果より1年生は孤独を感じた時、他者との交流を持たない人よりも積極的に友人や他者との交流を求める人の方が孤独感を感じにくく幸福感も高いことが示された。諸井（1989）は、孤独感と対処方略の関係について、友人との接触・交流に関する方略は孤独感の低減に有効であり、“何もせず一人である”、“悲しい気分ひたる”などの消極的受容方略は孤独感の長期化をもたらすことを示している。また、友人との関係を利用した対処方略は孤独感の慢性化を抑制すると述べており、諸井（1989）の結果と合致するものとなった。青年期は子どもでもおとなでもないという不安定な位置に置かれ、依存と独立との相反する要求のもとで、自己を安定させるために、悩みや考えを語り合える親密な友人関係を求めると言われている（久米，2001）。特に1年生は大学入学に伴う大きな環境変化のなか、大学への適応や新しい環境で生活を展開することが求められるため、不安や葛藤などの精神的ストレスが多くなる。今回、「交遊依存群」の孤独感が低く、幸福感が高かつ

たのは精神的ストレスを抱えやすい状況下で、友人や家族など他者と行動や活動を共有することで心理的な安定を図ることができたためだと考えられる。

今回の調査では対処行動と孤独感・幸福感のみをみたが、今後は自己肯定感や抑うつ傾向との関係を明らかにしたい。

引用文献

- 大東 美穂子・岩本 澄子（2009）. 青年の孤独に対する捉え方— 孤独感, 自己意識, 精神的健康, 自我同一性との関連— 久留米大学心理学研究, 8, 75-84.
- Dorothy, M, G (1976) . *The Psychology of loneliness*. Adams Press.
- ジーニアス英和辞典第3版（2001）. 大修館書店
- 伊波 和恵・松田 美登子・岡村 一成（2015）. 大学生における「メンタルヘルス調査」(1) —5年間のデータによる学年推移分析— 富士論叢, 58, 1-10.
- 伊藤 裕子・相良 順子・池田 政子・川浦 康至（2003）. 主観的幸福感尺度の作成と信頼性・妥当性の検討— 心理学研究, 74, 276-281.
- 加藤 隆勝（1987）. 青年期の意識構造—その変容と多様化— (pp.23-24) 誠心書房
- 川喜田 二郎（1986）. KJ法：渾沌をしてかたらしめる— 中央公論社
- 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.
- 久米 禎子（2001）. 依存のあり方を通してみた青年期の友人関係：自己の安定性との関連から— 京都大学大学院教育学研究科紀要, 47, 488-499.
- 宮下 一博・細川 あゆみ（1993）. 孤独感と性格・適応及び対処方略との関係— 千葉大学教育学部研究紀要, 41 (1), 33-38.
- 諸井 克英（1989）. 大学生における孤独感と対処方略— 実験社会心理学研究, 29 (4), 141-151.
- 落合 良行（1985）. 青年期における孤独感を中心にした生活感情の関連構造— 教育心理学研究, 33, 70-75.
- 落合 良行（1999）. 孤独— 中島義明・安藤清志・子安増生・坂野雄二・繁榎算男・立花政夫・箱田裕司（編）— 心理学辞典 (pp.274-275) 有斐閣
- 田所 撰寿（2003）. 「孤独」のイメージおよび積極的側面に関する研究—看護学生への自由記述調査の分析から— 明治学院大学心理臨床センター研究紀要, 1, 97-108.

- 徳田 完二 (2008) . 学生期ライフサイクルから見た職業決定プロセスの諸側面 立命館大学人間科学研究, 17, 1-14.
- 豊田 弘司・大賀 香織・岡村 季光 (2007) . 居場所(「安心できる人」)と情動知能が孤独感に及ぼす影響 奈良教育大学紀要, 56 (1) , 41-45.
- 鶴田 和美 (2001) . 学生サイクルとは 学生のための心理相談—大学カウンセラーからのメッセージ— (pp.2-11) 培風館
- 海野 裕子・三浦 香苗 (2010) . 大学生における「ひとりの時間」と孤独感・対人恐怖心性との関連昭和女子大生活心理研究所紀要, 12, 51-61.
- 山田 斗志希・上山 輝 (2017) . メディア表現における「孤独」と「孤独感」に関する考察 富山大学人間発達科学部紀要, 11 (2) , 89-101.
- 山本多喜司 (1991) . 大学生活への移行 人生移行の発達心理学 S.ワップナー編著 (pp179-204) 北大路書房
- 渡邊 賢二・堤 貴之 (2017) . 大学新入生の友人関係の変化と適応感との関連:短期縦断調査より 皇學館大學紀要, 55, 122-126.