

友人関係における”自己の在り方をめぐる葛藤”に関する研究

吉岡, 和子
九州大学大学院人間環境学府

<https://doi.org/10.15017/10284>

出版情報：九州大学心理学研究. 8, pp.195-200, 2007-03-31. 九州大学大学院人間環境学研究院
バージョン：
権利関係：

友人関係における“自己の在り方をめぐる葛藤”に関する研究

吉岡 和子 九州大学大学院人間環境学府

A study of “the conflict about what I should be” in peer relationship

Kazuko Yoshioka (*Graduate School of Human-Environment Studies, Kyushu University*)

This study examined “the conflict about what I should be” in peer relationship from the view of individual-relational self conflict. As a result of questionnaires toward 289 university / junior college students, the people who had higher satisfaction about peer relationship had less individual-relational self conflict. In addition, according to the interviews with 21 university / junior college students, the people who had higher satisfaction about the peer relationship, would choose the friend subjectively, adjust “what I should be” flexibly, and have a stable role during the friendship. Nonetheless, regardless of the satisfaction of the friendship, “the conflict about what I should be” was related to the consideration of relations, intention of maintenance of relations, and concerning of the others (120 words).

Keywords: “the conflict about what I should be” peer relationship Adolescence

問題及び目的

青年期について、J. コールマン・L. ヘンドリー (1999/2003) は、個人が、自分自身がまさに自分らしくあるためにはどんなことが大切かをはっきりさせるために苦闘する時期であるとし、一人ひとりの若者が社会に受け入れられた一員でありたいと願うと、『適切な役割を演じること』と『自分自身であること』のあいだに本質的なジレンマを抱えると述べている。特に、日本では、「現実の自分は「関係」の方に向いているが、理想としては「個」を志向しているという形の葛藤が多い」(谷, 1997) 可能性が指摘されている。つまり、理想としては『自分自身であること』を追求しつつ、現実には、他者との関係を維持し、受け入れられるために『適切な役割を演じること』の比重が大きくなり、葛藤が起こっていると考えられる。

従って、青年は、「個」(『自分自身であること』)と「関係」(『適切な役割を演じること』)と、理想(そうありたい)と現実の自分という二つの軸で葛藤を抱えることになるのではないだろうか。そこで、本研究では、この二つの軸で生じる葛藤を“自己の在り方をめぐる葛藤”として理解していくこととする。

これまで述べてきたように、他者との関係において自分自身であろうとすることは、ジレンマや葛藤を生じやすいものであると考えられる。青年にとって友人は、生活の多くの面に影響をもつ、より関係を深めたいと思う重要な他者であり、友人に受け入れられたいという欲求

が高まることが予想される。そのため、一層、友人の前での自己の在り方について悩みが生じることが考えられる。現代青年が、孤立することを恐れ良好な関係を維持するために友人に自分を合わせてしまう現状があることが指摘されている(上野ら, 1994; 橋本, 1997; 岡田, 1999)。このように、友人関係を維持するために、友人からの自分に対する評価が気になってしまい、『自分自身であること』と『適切な役割を演じること』のバランスをとることはむずかしくなり葛藤は大きくなると思われる。さらに、昨今は、携帯電話やインターネットの普及とともに非対面コミュニケーションの機会が増えたことによる対面場面におけるコミュニケーション能力の低下に関する話題がつきることがない。そのためか、友人に合わせすぎて自分の気持ちを伝えられず、一気に不満を爆発させたり、一方的に関係を切ったり、あるいは友人関係そのものからひきこもってしまう青年が増えてきているように思われる。裏を返せば、友人関係がうまくいっている青年は、友人からの評価に振り回されることなく、適切な役割を演じながら、葛藤が少ない形で自分自身がいられていると感じていると考えられる。

吉岡(2001)は、自己の在り方を受容できていると、友人関係に満足していることを見出した。しかしながら、自己内だけでなく友人関係の中で自分をどう表出しているか、普段の生活で実際にどのように行動しているか(吉岡, 2002)という点から、自己の在り方を検討する必要がある。

そこで本研究では、青年が様々な対人関係上の葛藤を抱きやすい友人関係において、どのように『自分自身で

あること』を感じているか、友人関係における“自己の在り方をめぐる葛藤”がどのような状況でおこっているか、青年がその葛藤をどのように感じているか、その背景を探索的に捉え理解していきたい。研究1では、質問紙調査により、友人関係の満足感と「個」-「関係」葛藤尺度との関連を検討する。研究2では、面接調査により、友人関係における“自己の在り方をめぐる葛藤”の背景を探索的に捉える。尚、本研究の対象者は、面接調査へ協力が可能で、友人関係について内省報告が充分にできると考えられる一般の大学生とする。

研究 I

方法

1. 調査時期 2000年7月上旬～11月上旬。
2. 調査対象 大学・短大生289名(男性126名, 女性163名)。平均年齢19.98歳(18-25歳)。
3. 調査内容

(1) 「個」-「関係」葛藤尺度：谷(1997)が「自己を他者から分化して捉えるか、あるいは、他者との関連において捉えるか、という対立的状況においての現実の自分の在り方と理想の自分の在り方との間の差異」であると操作的に定義し作成した尺度の20項目を用いた。「全くあてはまらない」から「全くその通りである」までの7段階評定(1～7点)で、現実水準(現在の自分にあてはまると思うもの)と理想水準(本当はそうありたいと思うもの)を評定させた(Table 1)。尚、「個」への方向が高い得点として得点化される。「個」-「関係」の葛藤尺度は、1因子構造であり、谷(1997)にならない、「個」および「関係」のどちらの方向のずれも、「個」-「関係」の葛藤であるとし、差を絶対値で算出した。

(2) 友人関係の満足感：内田(1990)が、「対人関係が非常にうまくいっており、心の許せる親和的な人が存在しているときの心の状態を捉えるもの」として定義し作成した生活感情尺度の対人関係の領域、8項目を加筆

修正したものを用い、5段階評定(1～5点)で回答を求め、友人関係の満足感得点とした。

4. 手続き

上記の内容からなる質問紙を作成し、講義時間に配布し、集団的に実施した。回答所要時間は10～15分であった。なお、本研究では、「同性の友人の中で、一番親しい人ひとり」を想定させた。

結果及び考察

友人関係の満足感得点により、満足感高群(上位25%)と満足感低群(下位25%)に分け、理想と現実及び葛藤得点についてt検定を行った。その結果、葛藤得点のみ有意差が見られ($t=3.68, p<.0001$)、満足感高群は満足感低群より、「個」-「関係」の葛藤得点が小さかった(Fig.1)。

「個」-「関係」の葛藤得点が小さいということは、理想として「個」を志向している人が、現実の自分も「個」の方に向いている、あるいは理想として「関係」を志向している人が、現実の自分も「関係」の方向に向いていると感じられているということになる。つまり、友人関係の満足感が高い者は、相互協調的自己観(自己

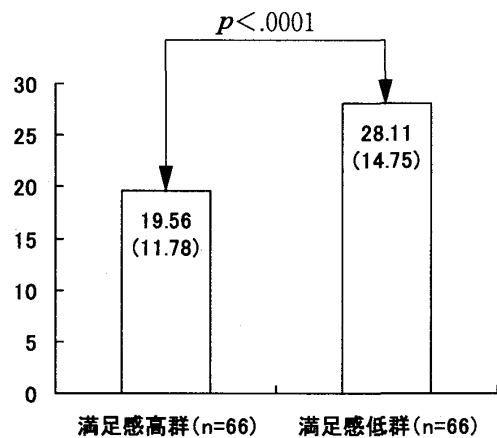


Fig.1 「個」-「関係」葛藤尺度 葛藤得点 t検定結果

Table 1 「個」-「関係」葛藤尺度 回答例

1. 自分の欲求を抑えても、友人との関係の維持に努める。

*現実の自分としてはかなりあてはまるが、本当は全くそうありたくない場合

| | | | | | | | | |
|----|-------|---|---|---|---|---|---|---|
| 現実 | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 理想 | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

と他者とが結びついているという観点) (北山, 1995) を前提とする日本の社会的文化的環境の中で生じやすい「個」-「関係」の対立的状況において、自分の在り方の揺れが小さいと考えられた。また友人関係において自分が理想とする在り方に応じて自分を表出することができていると思われた。

研究 2

方法

1. 調査時期 2000年9月上旬~11月上旬。
2. 調査対象 研究1で行った質問紙調査実施時に、面接調査の協力を得られた21名(男性10名, 女性11名)。平均年齢20.57歳(19-23歳)。

3. 調査内容

研究1で得られた分析結果と被調査者自身のデータを提示した。それに基づき再度質問紙の内容を確認しながら、友人関係の満足感と「個」-「関係」葛藤との関連についてどう考えているかを尋ねるという形で行った。

結果及び考察

Table 2に被調査者の概要を示す。以下では、被調査者の中で、満足感高群の5名(A, B, C, D, E)と満足感低群4名(F, G, H, I)について、方法で示した「個」-「関係」葛藤尺度に対する回答(Table 3)を比較検討する。「」内は面接調査で得られた被調査者自身の言葉に内容を忠実にしながら要約した形にしている。なお、アルファベット(大文字)はTable 2のIDに対応してい

Table 2
被調査者の質問紙調査結果概要

| ID | 性 | 年齢 | 想定した友人 | 満足感得点 | 現実 | 理想 | 葛藤 | |
|----------------|---|----|-------------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 満足感高群 | | | | | | | | |
| A | 女 | 20 | 中学から | 40 | 97 | 108 | 13 | |
| B | 男 | 21 | 高校から (同じ大学) | 39 | 96 | 102 | 12 | |
| C | 男 | 20 | サークル | 38 | 114 | 125 | 17 | |
| D | 女 | 21 | 学部 | 38 | 76 | 81 | 5 | |
| E | 女 | 22 | 学部 | 38 | 106 | 93 | 15 | |
| | 男 | 22 | 部活 | 36 | 90 | 97 | 11 | |
| | 女 | 22 | 学部 | 36 | 75 | 83 | 20 | |
| | 男 | 21 | サークル | 35 | 99 | 95 | 32 | |
| | 男 | 21 | サークル | 35 | 54 | 65 | 13 | |
| | 男 | 19 | 幼稚園から | 34 | 86 | 102 | 46 | |
| | 女 | 20 | 学部 | 32 | 78 | 77 | 17 | |
| | 男 | 22 | 部活 | 32 | 71 | 62 | 11 | |
| | 女 | 18 | 高校から | 32 | 80 | 91 | 23 | |
| | 女 | 20 | 小学校から | 32 | 101 | 116 | 19 | |
| | 女 | 22 | 短大から | 31 | 77 | 113 | 44 | |
| | 男 | 19 | 幼稚園から | 30 | 68 | 73 | 23 | |
| | 女 | 21 | 高校から (同じ大学) | 28 | 84 | 100 | 30 | |
| 満足感低群 | | | | | | | | |
| F | 女 | 21 | 小学校から | 25 | 70 | 85 | 33 | |
| G | 男 | 20 | 高校から | 22 | 89 | 113 | 36 | |
| H | 男 | 20 | 学部 | 21 | 82 | 91 | 39 | |
| I | 女 | 20 | 学部 | 20 | 87 | 103 | 22 | |
| 全対象者 (289名) | | | | 平均値 | 31.78 | 78.63 | 88.56 | 23.52 |
| | | | | SD | 5.81 | 15.15 | 13.01 | 12.98 |

Table 3
「個」－「関係」の葛藤に関する質問への回答

H群 (5名)

- A「人にどんなことを言われても自分の夢をつらぬきたいという理想はある。そういう理想は持っているけど、やっぱり周りとの兼ね合いでそうはいかないのが現実だなというのを感じている。…この人との関係で言うと、そんなには理想と現実がかけ離れてはいない。」
- B「一番仲のいい奴だったら、これは確かにびったりくらいになる。…それぞれ欲求を言うのがうちの付き合い方みたいになっていますから。…ほとんどやりたいことがイコールそいつのやりたいことにもなっていますから。」
- C「本当は言わないといけないと思っても言わないことがある。だから理想と現実のギャップが出ている。…やっぱり人の気持ちが気になる。…相手のことが嫌いだったら、もしかしたら反感かっても言うかもしれないけど、好きだったらなんが言いたくなくなってしまう。でもやっぱり正しいと思うことはやっぱり、自分の気持ちというのはやっぱり、正直に言いたくなるものかなと。理想ではやっぱり言いたい、でも無理して引っ込めるという感じに。」
- D「結構、みんながやさしいからわがまましていいという感じで。だから自分の感情を抑えなかったり気持ちを表してばかりしてしまうのが現実なんですけど、本当だったらそういうのを押さえ気味にするのが大人なかなと。…なんかありがたいなあという感じで。それがDらしいという感じで。だからついそのまま変化なく。」
- E「自分の言いたいことを現実に多分言っているけれども、一般的な感じとしては、やっぱり調和が乱れてもですね。…その関係が長く続くとある程度やっぱり、気をつかわないことはないだろうという気はします。その気をつかうといってもいろいろあって、例えばそこまででもないという友人となら、多少関係がこじれたらそれまでかというところがある。」

L群 (4名)

- F「ずれが大きいと思います。…クラスの半分が女の子という感じで、本当に知り合いになれる機会というのがすごく少ない。…積極的な人だったらまた変わって来るだろうけど…その中で合う人を探そうとなるとかなり難しい。…それなりにうまくはやっているけれども、自分の満足度という点あんまり。無理しているなというのをすごく感じていて。ちょっと無理しています。」
- G「多分バイトのことがちょっと入っていると思う。バイトが体育会系。だから、そういう意味で、実際に現実ではわりと抑えているというところが。＜一番親しい友人だと抑えているのがなくなる？＞そうですね。もう感情を抑えないほうですから、こっちが縮まるのかな。」
- H「やっぱり友人との関係の維持とか、実際のところはやっぱり友だちがいなくて淋しいから、やっぱり自分のことは抑えるべきだろうけど、自分の理想だったらやっぱり自分らしくふるまってそれと合う人とだけ付き合い合えばいい。」
- I「最悪なことに、私を取りたい行動は、よくかけ離れている。小心者だから、えーうそって思っただけ、ここは自分的に葛藤でしょうね。自分が一番大事なのは、自己中だけど、気が弱い自己中だから、走りきらない。…基本的にはどうなってもいいやみたいなのもありつつ気にしているよというのもある。」

る。

1) 満足感高群の特徴

高群は、友人関係において自分の言いたいことを大体言えていると感じているようであった。特にBやDは友人関係において、自分の言いたいことを伝えていくことが定着しているようである。Bの友人との付き合い方は「それぞれ欲求を言う」ものになっている。またDは「自分の感情を抑えなかつたり」あるいは「気持ちを表してばかり」してしまうが、それが友人にDらしいと言われていることで安心して居る。つまり、個を志向するという自己の在り方が確立し、友人に受け入れられている、安定した友人関係であると思われる。「集団所属によって否定されることのない自己の独立を保持できる時にこそ自分があるという意識が生まれる」という土居(1971)の指摘ともつながると考えられた。

2) 満足感低群の特徴

低群は、“自己の在り方をめぐる葛藤”を大きく感じており、自分を抑えないといけないという思いが強く、無理している感じを持っているように思われた。そしてH群とは違い、関係への配慮や理想の在り方が極端で、現実との差異が生じやすいものであることが窺われた。Iは「自分が一番大事なものは、自己中」であり、友人関係上で、理想の在り方が実際との差異を生じやすいものである。実際は、相手への配慮から自分のありたい方向に「走りきらない」状況がおこっている。そして、「基本的にはどうなってもいい」と、現実を消極的ながらも受けとめようと努力しているが、自分の思うようには自己表出できていない状態が続き、友人関係への不満が高まりやすいと思われた。また、Hも「友人との関係の維持」のために、「自分のことは抑えるべき」と現実を受け入れようとしているが、理想は「自分らしくふるまってそれと合う人とだけ付き合えばいい」と自己の在り方が関係の方向にも個の方向にも極端に動きやすい考え方をしていることが窺われた。

3) “自己の在り方をめぐる”葛藤が生じる背景

個を志向することで、関係を壊してしまうのではないかと、相手はどう思うかということへの懸念、自分への評価がマイナスになってしまう不安を抱えていたことが、両群の回答から窺われた。自分の考えを表したいと語りつつ、「やっぱり」という言葉に続き他者の存在による躊躇、葛藤を感じていることが語られた。その背景には、やはり友人との関係を大事にしたい思いがあることが窺われたが、さらに、自分の思うように自己表出することが、相手にとって不快なものであることが前提として考えられていることも推察された。一方、「相手のことが嫌い(C)」、「そこまででもない(E)」友人であるとき、相手との関係を維持しなくてもよいため、葛藤を生じず自己表出ができるようであった。また、相手の気持ちが

気になるために気を遣い、思うように自己表出できていない自分に気づき自己評価が下がる場合と、逆に自己表出はできているが、関係へ配慮していない自分に気づくと自己評価が下がる場合があることも見出された。

まとめと今後の展望

本研究では、友人関係の満足感をもとに、友人関係における“自己の在り方をめぐる葛藤”を質問紙調査と面接調査を通して検討した。友人関係の満足感が高い者は、①状況に応じて自己の在り方を柔軟に調整できている、②友人関係の中での役割が安定していることがわかった。一方、友人関係の満足感が低い者は、『自分自身であること』あるいは『適切な役割を演じること』のいずれかに偏りすぎている特徴が見られた。友人関係の満足感の高低に関わらず、①相手に合わせる必要性があるのではないかと、②関係を壊してしまうのではないかと、③相手はどう思うだろうか、④自分への評価がマイナスになるのではないかなど「他者にとっての自己の在り方を責める」(木村, 1972)という形で、『自分自身であること』への不安を抱えているように思われた。

本研究では、言語化が可能であり、日常生活において適応していると考えられる大学生を対象としたが、それでも友人関係において自己表出していくことに、難しさを感じていることが窺われた。北山(2001)は、本当の自分を出すことが実現するためには、そのための環境が必要であると述べ、「条件」付きであることを指摘している。本研究で言えば、その環境とは友人であり、友人関係の満足感が高い者は、“自己の在り方をめぐる葛藤”を抱えながらも、自らその環境を選択し、作り出すことができているように思われた。「条件」には、これまでの経験から培われた個人の友人関係に対する価値観が含まれていると考えられる。今後は、友人関係に対する個人の考え方や過去と現在の友人関係の関連も考慮していきたい。また、中高生も含め発達の視点をふまえた検討や、友人関係に悩みを持つ学生相談事例の検討等を行っていくことで、友人関係で悩む青年への援助活動へつなげていきたいと考えている。

付記

本研究は、平成12年度に提出した修士論文の一部であり、日本教育心理学会第43回総会で発表したものである。指導いただきました高橋靖恵先生、野島一彦先生、北山修先生に深謝いたします。また、執筆にあたり助言をくれた西村佐彩子さん、春日由美さん、研究に協力してくださった皆様に心より感謝いたします。

引用文献

- J. コールマン・L. ヘンドリー 白井利明他 (訳) (2003). 青年期の本質 ミネルヴァ書房 (John Coleman and Leo B. Hendry (1999). *The Nature of Adolescence*(Third Edition) London Routledge)
- 土居健郎 (1971). 「甘え」の構造 弘文堂.
- 橋本 剛 (1997). 現代青年の対人関係についての探索的研究—女子学生の面接データから 名古屋大学教育学部紀要(教育心理学科), 44, 207-219.
- 木村 敏 (1972). 人と人との間 精神病理学的日本論 弘文堂.
- 北山 修 (2001). 精神分析理論と臨床 誠信書房.
- 北山 忍 (1995). 文化的自己観と心理的プロセス 社会心理学研究, 10, 153-167.
- 岡田 努 (1999). 現代大学生の認知された友人関係と自己意識の関連について 教育心理学研究, 47, 432-439.
- 谷 冬彦 (1997). 青年期における自我同一性と対人恐怖的心性 教育心理学研究, 45, 254-262.
- 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 譲 (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.
- 吉岡和子 (2001). 友人関係の理想と現実のズレ及び自己受容から捉えた友人関係の満足感 青年心理学研究, 13, 13-30.
- 吉岡和子 (2002). 吉岡論文へのコメントに対するリプライ 青年心理学研究, 14, 85-88.