

## 成人の愛着行動とはどのようなものか? : 女子大学生の自由記述の内容分析を通して

中尾, 達馬  
九州大学大学院人間環境学府(中尾)

加藤, 和生  
九州大学大学院人間環境学研究院 : 助教授(加藤)

<https://doi.org/10.15017/852>

---

出版情報 : 九州大学心理学研究. 2, pp.99-106, 2001-03-31. 九州大学大学院人間環境学研究院  
バージョン :  
権利関係 :

# 成人の愛着行動とはどのようなものか？

—女子大学生の自由記述の内容分析を通して<sup>1)2)</sup>—

中尾 達馬<sup>3)</sup> 九州大学大学院人間環境学府  
加藤 和生 九州大学大学院人間環境学研究院

## What are attachment behaviors in adults?

—Content analysis of female college students' descriptions—

Tatsuma Nakao (*Graduate school of human-environment studies, Kyushu university*)

Kazuo Kato (*Faculty of human-environment studies, Kyushu university*)

Although many researchers explored relations between adult attachment style and other variables, no one attempted to describe adult attachment behaviors. In this study, we asked 191 college female college students to describe their own experience of attachment behaviors in various daily contexts, by asking: (1) what situation activates their attachment behaviors?, (2) who their attachment figure(s) is (are)?, (3) what kind of behaviors/interactions they engaged in at that, and (4) why they acted in the way they did? Main findings were as follows: (1) the situations that had activated their attachment behaviors were classified into physical damages, psychological damages, damages to close relationships, external crises, and strange situations, (2) principal attachment figures included friends, romantic partner, and family members, which is consistent to the findings of Hazan & Zeifman (1994), (3) their attachment behaviors mainly involved engaging in conversation, with a few proximity seeking behaviors mentioned, (4) their security needs were classified into needs for proximity, instrumental support, and emotional support. These findings suggest that classification scheme proposed in this study may provide a good analysis frame for the future research.

**Keywords:** adult attachment behaviors, security needs, attachment figures, open-ended question

## 問題と目的

Bowlby (1969) は、幼児における愛着行動の理論化を行った。さらに、Ainsworth, Blehar, Waters, & Wall (1978) は、幼児の愛着行動パターンの測定方法である新奇場面法 (Strange Situation Procedure: 以下 SSP とする) を考案した。それ以後、幼児における愛着研究は盛

んに行われるようになってきた (e.g., Vaughn, Egeland, Sroufe, & Waters, 1979)。

彼の愛着理論では、愛着行動と愛着<sup>4)</sup>は生涯を通して存在すると想定されている (Bowlby, 1969, 1973, 1980)。Hazan & Shaver (1987) は、この考えにもとづき、愛着理論を成人の恋愛 (romantic love) へと適用した。彼女たちは、恋愛を“愛着プロセス (a process of becoming attached)”と捉え直し (Hazan & Shaver, 1987, p.511)、すでに幼児の愛着研究で明らかになっている愛着パターン (スタイル) をもとに、成人で測定するための愛着スタイル尺度 (強制選択方式) を考案した。その際、“Ainsworth et al. (1978) の幼児の描写を成人の恋愛に適する用語に置き換える (Hazan & Shaver, 1987, p.513)”ことにより尺度構成を行なった。この尺度の開発により、親密な他者関係における成人愛着研究は急速に展開していった (Simpson & Rholes, 1998)。

だが、Hazan & Shaver (1987) がその際に主張している「愛着プロセス」とは一体何であろうか。Hazan & Shaver (1987) はそれを明確に定義していない。Bowlby (1969) は、幼児の愛着パターンが幼児の愛着行動と母親 (愛着人物<sup>5)</sup>) の養育行動との相互作用の質に応じて形成されると想定している。であるとすれば、成人

<sup>1)</sup> 本研究は九州大学人間環境学研究院に提出された修士論文 (1999年) の一部を加筆・修正したものである。なお、本研究の一部は九州心理学会第60回大会 (大分県立芸術文化短期大学) において発表された。

<sup>2)</sup> 本論文は、文部省科学研究費 (平成11~12年度基盤研究C-2, 課題番号: 11610126, 代表者: 加藤和生) の援助を受けたものである。

<sup>3)</sup> 本研究を行うにあたりご指導下さいました九州大学丸野俊一先生、遠藤利彦先生に心より感謝を申し上げます。また、本研究を行うにあたりいろいろご協力・アドバイスを頂きました。安永悟先生、笠原正洋先生、藤田豊先生、吉村宰先生、研究室の皆様方に心より感謝を申し上げます。最後に、調査にご協力下さいました被験者の皆様方ご協力ありがとうございました。

<sup>4)</sup> Bowlby は、愛着を“特定の人物に対する接近や接触を求める傾向 (Bowlby, 1969, p.371)”と定義している。本研究もこの定義に従うことにする。

<sup>5)</sup> Bowlby (1973) は、愛着人物を“愛着行動が向けられる人物”と定義している。本研究もこの定義に従うことにする。

での愛着プロセスを解明するためには、まず成人の愛着行動を分析する必要があるのではないだろうか。言い換えると、Bowlbyの愛着理論の観点から恋愛プロセスを愛着プロセスと仮定するのであれば、恋愛における愛着行動とそれに対する相手の行動をまず問題とするべきであろう。しかし、Hazan & Shaver (1987)は成人の愛着行動に関して何ら分析も行っていない。

次に、Hazan & Shaver (1987)が述べている“Ainsworth et al. (1978)の幼児の描写”とは、一体何を指しているのだろうか。Hazan & Shaver (1987)は、それが何であるかを具体的に指摘していない。Ainsworth et al. (1978)のSSPは、一般的に“ある一定のストレスフルな状況（すなわち愛着システムが活性化されやすい危機的状況）に際して乳幼児が特定の人物への物理的近接性およびその維持のためにどのような対処方略を取り得るか（そして自身の安全を確保しようとするか）という、個人差を際立たせようと創出されたもの（遠藤, 1998）”とされている。であるとすれば、それはSSPにおいて測定される愛着行動のパターンであると推測される。

したがって、Hazan & Shaver (1987)の尺度で測定されるべき愛着スタイルとは、幼児における愛着行動のパターンと対応している必要があるだろう。ところが、その愛着スタイルは、成人における愛着行動のパターンと本当に対応しているかどうかは明らかでない。というのは、Hazan & Shaver (1987)は、成人における愛着行動に関して何ら分析を行っていないからである。このため、愛着スタイルと成人の愛着行動のパターンが対応しているかどうかは不明瞭のままとなっている。

それでは、Hazan & Shaver (1987)以後の成人愛着研究は、愛着行動を調査したのだろうか。愛着行動と関連がある研究としては、サポートシーキング研究 (e.g., Florian, Mikulincer & Bucholiz, 1995; Simpson, Rholes, & Nelligan, 1992)、コーピング研究 (e.g., Feeney, 1998;

Mikulincer, Florian, & Weller, 1993)、あるいは、身体接触に対する態度の研究 (e.g., Brennan, Wu, & Love, 1998)を挙げることができる。しかし、いずれの研究も愛着行動を明確に定義していない。そのため、サポートシーキング、コーピング、身体接触に対する態度の一部に愛着行動は含まれているかもしれないが、成人における愛着行動とは一体何かがそれでも不明瞭なままとなっている。

それでは、成人における愛着行動とはどのように定義することができるのだろうか。上に述べてきたように、従来の研究では成人の愛着行動を明確に定義していない。そこで、BowlbyやAinsworth et al.の幼児の愛着行動の定義を参考にしながら、成人の愛着行動の定義を以下に試みた。幼児においては、愛着行動は以下のように定義されている<sup>6)</sup>。

“母性的人物 (mother-figure) との物理的近接性 (proximity) を保つように幼児を導く行動 (Bowlby, 1969, p.134)”

“母性的人物との物理的近接性を本人が望む程度一定に保つという通常の、あるいは、予測しうる結果になる行動の一群 (Ainsworth et al., 1978, p.302)”

幼児の愛着行動の定義における中核的要素は、(a)安全性 (security) が脅かされている状況、(b)母性的人物との物理的近接性を一定に保つ行動、(c)安全性の確保、である。ただ、これらの3要素をもとに成人の愛着行動の定義を作成する際には、(b)を修正する必要がある。というのは、幼児では主たる愛着人物は「母性的人物」であると特定できるが、成人では主たる愛着人物が「友人、恋人、家族」のいずれかあるいは全てであるため (Hazan & Zeifman, 1994)、いずれか一つに特定することができないのである。

さらに、幼児では物理的近接性が重要であるが、成人では必ずしもそれが重要ではない。というのは、成人では、愛着人物と実際に会って愛着行動が行われる場合もあれば、実際に会わずに電話などで愛着行動が行われる場合もあると想定することができるからである。つまり、物理的近接性を強調してしまうと、電話などで行われる愛着行動が定義に含まれなくなってしまうのである。そこで(b)を「他者へのかかわり、あるいは他者とのやりとり」に修正した。

これらの3要素を踏まえて、本研究においては愛着行動を次のように定義した。すなわち、愛着行動を「(a)人が身の危険を感じたり、自分が大切だと感じているものが傷つけられたりするとき、主体はネガティブな感情を体験し(原因)、(b)そのネガティブな感情を解消するために(欲求<sup>7)</sup>)、(c)他者と何らかのかかわりを持つ

<sup>6)</sup> なお、これらは安全性 (security) が脅かされている状況における定義である。Bowlby (1969)は愛着行動の機能として“略奪者 (predator) からの保護”を挙げており、SSPには“新奇場面、見知らぬ他者、母親との分離”が含まれている。このため、愛着行動が行われる状況とは安全性が脅かされている状況と言うことができる。

<sup>7)</sup> 本研究は、Bowlby (1969)とは異なり、安全欲求を仮定することにする。Bowlby (1969)は、曖昧な用語をできるだけ用いないようにするため、欲求や動機という用語を用いず、代わりに“行動システム”を用いた。行動システムは、外的刺激や内的刺激 (ホルモン状態、内分泌のバランスなど) により活性化される。しかし、現時点では、これら (特に内的刺激) は特定されていない。そこで本研究では、さしあたり、愛着行動システムの代わりに、安全欲求を仮定することにする。補足であるが、成人愛着研究において、愛着欲求 (attachment needs) という用語が用いられることがある (e.g., Mikulincer, Birnbaum, Woddis, & Nachmias, 2000)。しかし、その用語は明確な定義が行われないまま用いられており、それが何を指しているかは不明瞭である。

とすること、またはその意図にもとづき実際のやりとりを行う（行動）こと」と定義した。

そこで本研究では、まず上の定義に沿った愛着行動の記述を集め、(I)愛着行動の原因、欲求、行動の種類を分析する。これを通して、愛着行動の具体的な像を明らかにすると同時に、それぞれの要素の種類や特徴を明らかにする。また(II)具体的な事例を提示し、事例の中でこれら3要素がどのように含まれているかを示す。というのは、はじめにも述べたように従来の成人の愛着研究では愛着行動自体の分析を全く行っていないため、成人での愛着行動が具体的にどのようなものが分からず、そのため研究者間の議論のための共通の土俵がないままになっている。こうした分析は、このような土俵づくりの上でも不可欠と考えられる。

## 方 法

### 自由記述式質問紙

**被験者** 被験者は女子大学生191名 ( $M=20.16$ ,  $SD=1.24$ ) であった。

**質問紙** 質問紙はフェイスシート、自由記述式愛着行動質問紙から構成された。フェイスシートでは、学部、学年、年齢、性別を尋ねた。Kato (1995) の甘え交流の自由記述質問紙を参考にしながら自由記述式愛着行動質問紙を以下のように作成した。

#### (1) 教示と提示した例

教示：私たちは日常生活の中で、何かが起こって、「マイナスの感情」を体験することがよくあります。その気持ちをどうにかしたくて、「誰かとやりとり」をすることがあります。このような体験を例にしたがった形で挙げてください。

例：バイト先で仲の良い先輩から八つ当たりをされ悲しくなり、共感を求めて、親友を食事に誘い、そのことを相談するという内容のものである。

#### (2) 質問項目

- ①どんな出来事ですか。
- ②その時どんな気持ちが出て、どんなことを考えましたか（できるだけたくさん挙げて下さい）。
- ③マイナスの感情をどのくらい強く感じましたか（7段階評定）。
- ④誰とどういうやりとりをしましたか。
- ⑤なぜその人とやりとりをしようと思いましたか。
- ⑥その人にどうして欲しいと思いましたか。

### 4人の評定者による愛着行動の判定と出来事の種類

大学院生4名（男性2名、女性2名）が自由記述式愛着行動質問紙から得られた事例に関しての愛着行動の判

定と出来事の種類を行った。その際、2事例以上を挙げている被験者に関しては、第1反応のみを評定の対象とした。(a)愛着行動の判定と(b)出来事の種類を行う際の基準は以下の通りである。

(a)愛着行動を判定する基準 事例から次の要素がそれぞれの程度読みとれるかを5段階（1＝全く読みとれない～5＝非常によく読みとれる）で評定するよう教示した。主人公とは事例を挙げた人（被験者）を指す。

- (i)主人公は、自分の心や体が傷つく、あるいは、傷つきそうな状況にある。
- (ii)主人公はネガティブな感情を体験している。
- (iii)主人公は、自分の心や体の安全・安心・安定を取り戻したいと感じている。

(b)出来事进行分类する基準 それぞれの事例に対して、以下に示す基準のうち含まれているものを全てを挙げるよう教示した。評定者が2つ以上の基準を挙げた場合は、最も良く読みとれた基準に印をつけてもらった。なお、出来事进行分类する基準の作成過程は付録1に示した。

- (I)身体的ダメージ：疲労、空腹、病気、身体的苦痛、風邪などのように、主人公の体が傷つく、あるいは、傷つきそうである。
- (II)心理的ダメージ：自信喪失、アイデンティティ・価値観の崩壊、社会的地位が脅かされる、主人公の能力が否定される、などのように、主人公の心が傷つく、あるいは、傷つきそうである。
- (III)親しい人との関係のダメージ：親しい人物との死別・離別・関係の崩壊が起こる、あるいは、起こりそうである、親しい人物による拒絶などのように、主人公と親しい人物との関係が傷つく、あるいは、傷つきそうである。
- (IV)脅威事態：強い光・突然の暗闇・大きな音などのように、刺激の強さや突然の変化が起こる。あるいは、主人公が生命の危機を感じている。
- (V)新奇場面：通常の生活環境、あるいは、今までの生活環境とは異なる環境になる、あるいは、なりそうである。
- (VI)その他：基準I～基準VIに当てはまらない。

## 結果と考察

### I. 愛着行動の要素の種類

(i)愛着行動の判別 愛着行動の事例は、4人の評定者の評定が以下の基準を全て満たすものとした<sup>8)</sup>。すなわち、(1)基準ii, iiiにおいて評定者3人以上が4か5と評定し、(2)評定者がその他（基準VI）を最も顕著に

読みとれた基準として挙げなかった場合である。その結果、191事例中123事例(64.40%)が愛着行動の事例と判定された。以下では、この123事例を対象に分析を行った。

(ii) 出来事 出来事の分析は以下の手順で行った。第1著者が、それぞれの事例に対して4人の評定者が読みとった基準の頻度を計算し、最頻出の条件をその事例の出来事とした。例えば、事例5の出来事として、基準Ⅲが顕著であるとした評定者は4人、基準Ⅱを挙げた評定者は2人であった。そこで最頻出の基準Ⅲをこの事例の出来事とした。

しかし、最頻出の基準が2つ以上あった場合には、評定者が「最も顕著に読みとれた」と判断した基準の頻度を計算し、それにもとづき最終決定を行った。例えば、事例115の出来事として、基準Ⅱを挙げた評定者は3人、基準Ⅲを挙げた評定者は3人であった。そこで評定者が「最も顕著に読みとれた」基準の頻度を計算すると、基準Ⅱは1人、基準Ⅲは3人であった。したがって、事例115の出来事としては基準Ⅲを採用した。しかし、それでも分類できない場合は、重複する基準を全て示した。

ただし、基準Ⅰに明らかに脅威を与える対象が含まれている場合は、基準Ⅳとした。例えば、事例155の出来事は「近所に住んでいる男性が窓からじっとこちらを見ていた。それは1回だけではなく数回ある」である。ここで、基準Ⅰを挙げた評定者は2人、基準Ⅳを挙げた評定者は1人、基準Ⅵを挙げた評定者は1人であった。この事例には脅威を与える対象が明らかに存在する。そこで本来ならば基準Ⅰを採用すべきであるが、今回は基準Ⅳを採用した。これらの混同が起こったのは、基準Ⅰに自分の体が「傷つく」という語が含まれていたためであると考えられる。

この手続きによって分類をした結果、(Ⅰ)身体的ダメージは3事例(2.44%)、(Ⅱ)心理的ダメージは72事例(60.98%)、(Ⅲ)親しい人との関係のダメージは28事例(22.76%)、(Ⅳ)脅威事態は10事例(13.01%)、(Ⅴ)新奇場面は4事例(3.25%)となった。1つの基準で分類ができないものとしては、(Ⅰ)と(Ⅱ)の重複が1事例、(Ⅱ)と(Ⅲ)のそれが4事例、(Ⅱ)と(Ⅴ)のそれが1事例であった。

これらの結果から、次のことが言える。成人の愛着行動を活性化させる出来事としては、(Ⅱ)心理的ダメージが最も多く、次が(Ⅲ)親しい人との関係のダメージ、その次が(Ⅳ)脅威事態であった。これら3条件の合計は、全体の91.67%であった。特に、(Ⅱ)心理的ダメージは約7割を占めていることから、成人が日常的に行う愛着行

動の大半は、この状況において活性化されていると考えられる。加えて、この基準は、Bowlbyの幼児の基準(付録1参照)に含まれていないため、成人の特徴といえるかもしれない。

さらに本研究の基準を用いて、出来事の95.12%を分類することができた。したがって、本研究の基準は、成人の愛着行動を活性化させる状況を分類する際の有力な枠組みの1つであると考えられる。

(iii) ネガティブな感情 ネガティブな感情としては、Bowlbyの愛着理論にもとづくと、「不安、恐怖、悲しみ、寂しさ、ストレス、疲労」という反応が出てくることが予想される。そこで、第1著者がネガティブな感情を分類し、その頻度を計算した。なお、( )内の数字は頻度を表している。

まず第1反応について見てみると、イライラ(16)、不安(14)、悲しみ(12)、恐怖(11)、ショック(8)、嫌(6)、落胆(6)、悔しい(5)、ビックリ(4)、情けない(4)、申し訳ない(4)、辛い(2)、疲労(2)、きつい(2)、苦痛(2)、後悔(2)、困惑(1)、寂しさ(1)、心配(1)、ストレス(1)、不満(1)、むなしさ(1)、劣等感(1)が被験者により挙げられていた。

次に、第2反応について見てみると、悲しみ(9)、恐怖(6)、落胆(6)、イライラ(6)、不安(5)、悔しい(5)、嫌(2)、困惑(2)、寂しさ(2)、憂鬱(2)、うらやましい(1)、落ち着かない(1)、驚き(1)、気が重い(1)、気分が悪い(1)、苦痛(1)、後悔(1)、自己嫌悪(1)、ショック(1)、辛い(1)、情けない(2)、悩んだ(1)が挙げられていた。

上記の結果のうち、Bowlbyから想定された反応は全体の37.72%であった。上記の結果には、様々なバラエティを含んだ反応が現れており、これらが愛着行動が活性化される状況において示されることは、成人の特徴なのかもしれない。

(iv) 愛着人物 第1著者が愛着人物を分類し、その頻度を計算した。まず第1反応について見てみると、友人を挙げた被験者は75名(60.98%)、恋人を挙げた被験者は17名(13.82%)、家族を挙げた被験者は22名(17.89%)、先輩を挙げた被験者は4名(3.25%)、後輩を挙げた被験者は2名(1.63%)、先生を挙げた被験者は3名(2.44%)であった。なお、家族の中で母親と明記していた被験者は10名であった。

第2反応として第1反応と異なるカテゴリーを挙げた被験者は、友人は4名、恋人は7名、家族は2名、先輩は4名であった。最後に、第3反応として第1反応・第2反応と異なるカテゴリーを挙げた被験者は恋人を挙げた1名であった。第1反応から第3反応を合計すると、友人(79)、恋人(25)、家族(24)、先輩(8人)、後輩(2)、

<sup>8)</sup> 本研究においては、基準Ⅰを愛着行動の判別に用いなかった。なぜなら、この123事例において被験者はネガティブな感情を強く感じているからである( $M=6.25$ ,  $N=122$ )。

先生 (3) であった。なお、( ) 内の数字は反応数を示す。

上記の結果から、成人の主たる愛着人物は「友人、恋人、家族」のいずれかであることが示唆された。そして、これらのカテゴリで全反応の90.78%をカバーすることができた。

Hazan & Zeifman (1994) は研究2において、成人の主たる愛着人物として「友人、恋人、家族 (両親、兄弟姉妹)」を挙げ、恋愛関係の期間が長くなるにつれて、主たる愛着人物がこれら3者の中で変化することを示した。そして、これらのカテゴリで反応数の85%をカバーすることができることを示した。したがって、本研究の結果は、Hazan & Zeifman (1994) とほぼ一致していたと言える。

(v) 愛着行動 本研究は、成人においては「物理的的近接性」は重要でない想定したが、実際はどうであろうか。第1著者が愛着行動を分類し、その頻度を計算した。なお、( ) 内の数字は頻度を示す。

「誰かとのやりとり」の中に含まれていた被験者の行動のみを分析したところ、123事例全てに「会話でのやりとり」が含まれていた。これらの中には相談をする (21)、愚痴をこぼす (5) が含まれていた。なお、情報が少ないため (e.g., 恋人に相談した)、以下の分析に用いることができない事例は21であった。

次に、愛着行動の「手段」の頻度を計算したところ、電話 (36)、メール (1)、手紙 (1) が挙げられていた。その次に、物理的的近接性を求めるものを計算したところ、「何か (e.g., 食事、お茶) に誘ってあるいは誘われる」という行動が10事例において、「物理的的近接性を明らかに求めた行動 (e.g., 結構むりやり会ってもらった)」が8事例において挙げられていた。なお、物理的的近接性を求める事例を含め、愛着人物と実際に会って (e.g., 家に帰ってすぐに母親に話した) やりとりを行った事例の数は69であった。なお、手段として「電話」を挙げた被験者のうち、実際に会ったという反応も示した被験者は8名 (22.22%) であった。幼児における信号行動の1つである、「泣きあるいは泣きそう」の頻度を計算したところ、21事例においてこれが挙げられていた。また、相手からの働きかけに応じた形で愛着行動を行った事例は11事例であった。

これらのことから、成人の愛着行動は主に会話を介して行われ、幼児の場合のみならず成人の場合でも、愛着人物との距離が近い状態で愛着行動が行われることが示唆された (120事例中69事例; 56.10%)。したがって、予想に反して、幼児のみならず成人においても物理的的近接性は重要な要素かもしれない。ただし、物理的的近接性を明らかに求めた行動は123事例中8事例 (6.5%) と少なかった。これは、成人が愛着行動を行う際に、設定目標

として「物理的的近接性」が意識されにくいからだと考えられる。あるいは、電話などで愛着行動を行った場合、物理的距離を実際に短縮しなくても愛着人物を身近に感じることができるため、物理的的近接性を求める行動は起こりにくいとも考えられる。

(vi) 安全欲求 第1著者が「なぜ愛着行動を行ったのか」「相手に対する期待」の両方を含めて分類をし、その頻度を計算した。なお、前者と後者が同じ反応であった場合は片方のみを分析の対象とした。愛着人物の特性を答えた回答 (e.g., 信頼できるから) は除いて頻度の計算を行った。

123事例中「話を聞いて欲しい」を挙げた事例は76であった。物理的的近接性したいという欲求 (e.g., 側にいて欲しい) を挙げた事例は7であった。

Cutrona (1990) の道具的サポート (援助、資源、あるいは、問題解決法を提供すること)、情緒的サポート (慰めやいたわりを表現すること) の分類にしたがった形で被験者が求めたサポートを分類した。サポートの中身に關しては、それぞれ頻度を計算したため、それぞれの頻度を足すと合計を越える場合がある。なお、( ) 内の数字は頻度を示す。

道具的サポートを求めた事例は43であった。すなわち、アドバイス (30)、援助 (7)、ストレスに働きかけて欲しい (3)、一緒に何かをして欲しい (3)、守って欲しい (2)、であった。

一方、情緒的サポートを求めた事例は69であった。すなわち、励まして欲しい (21)、共感して欲しい (16)、気持ちを分かって欲しい (13)、慰めて欲しい (7)、今の状態・気持ちを知って欲しい (4)、同じような思いをしていて欲しい (4)、気分を変化させて欲しい (e.g., 笑わせて欲しい) (4)、「そんなことはない」と言って欲しい (3)、支えて欲しい (3)、優しくして欲しい (2)、自信を取り戻させて欲しい (2)、その他 (e.g., 自分が正しいことを認めて欲しい、大丈夫と言って欲しい) (9)、であった。

なお、道具的サポートと情緒的サポートの両方を挙げた被験者は24名、道具的サポートのみは19名、情緒的サポートのみは45名であった。なお、その他としては、「普段と同じように接して欲しい (2)」があった。

以上のことから、安全欲求には、「物理的的近接性を求める」、「道具的サポートを求める」、「情緒的サポートを求める」、があることが示唆された。これらの要素は単独で安全欲求となる場合もあれば、組合わされた形で安全欲求となる場合もある。なお、「話を聞いて欲しい」という反応は、何のために話を聞いて欲しいのかという情報が抜け落ちていたため、分類を行うことができなかった。

ところで、他者に対して道具的サポートあるいは情緒

Table 1  
愛着行動が行われやすい状況ごとの愛着行動の事例<sup>a)</sup>

(I) 身体的ダメージ	
出来事	やることが多く(卒論, 試験勉強など)時間が足りないのに, 暇そうだと思われて, 雑用を命じられた。
感情	これ以上やることを増やさないで欲しい。自分でできることは自分でやって欲しい。どこかにエスケープしたい。
やりとり	友人に全部話した。いつものことなので, 友人も「また? 信じられんよね。」と共感してくれた。それから, 「何であなのかな。」と話をし, 仕方がないから2人で頑張ろうということになった。
なぜ	その友人なら私の話をきちんと聞いて, 共感してくれると思ったから。
期待	共感して欲しかった。
(II) 心理的ダメージ	
出来事	バイト先で, 足を滑らせ, コップを派手に割ってしまった。
感情	今まで大きな失敗をしたことがなかったので, 泣きたいくらいのショックを受け, 悲しい気持ちになった。
やりとり	このバイトをしたことがある友人にまず話した。その日はサークルで集まりがあったので, そこにいたほとんどの人に失敗を言いまくった。彼氏にも電話で話をした。
なぜ	とにかくその失敗した時の気持ちを分かってもらいたかったから。友人には, 同情して, 慰めてもらいたかった。彼には, 優しい言葉をかけて欲しかった。
期待	記入なし
(III) 親しい人との関係のダメージ	
出来事	恋人に, 「少し距離をおいて, お互い考えてみよう。」と突然言われた。
感情	最初はとても驚いた。そして「何で?」という疑問を抱き悲しい気持ちになった。恋人が離れてしまうことに不安を感じた。
やりとり	後輩の女の子に電話をして, 話を全部聞いてもらった。後輩は自分も彼と同じような状態になるということを話してくれた。そして私の気持ちを分ってくれ「大丈夫ですよ。」と話してくれた。
なぜ	後輩も恋人と同じような付き合い方をしていたし, 私と彼のことをよく知っているのだから。私の気持ちを分ってくれるかなと思った。後輩の意見も聞きたかったから。
期待	話を全部聞いて欲しかった。そして, 私の気持ちを伝えて後輩がどう思うか, もしその立場だったらどうするか聞きたかったから。
(IV) 脅威事態	
出来事	夜, アパートに帰っていたら痴漢にあった。
感情	最初は一瞬のことだったのでビックリした。相手はどこかに行ってしまったが, 戻ってくるかもしれないと思ったら, すごく怖くなった。
やりとり	先ほど別れた女友人に電話して来てくれるように頼んだ。
なぜ	男性より女性のがよく, その友人はすぐに駆けつけてくれると思ったから。
期待	落ち着くまで, 側にいて欲しいと思った。
(V) 新奇場面	
出来事	この春から一人暮らしを始めた。家の近くには友人もいず, もちろん両親や姉妹もいなかった。
感情	1人ぼっちだと悲しくなった。この先4年間一人暮らしをやっているのだろうか不安になった。
やりとり	恋人に電話をして話を聞いてもらった。
なぜ	恋人なら, 私の心の支えになってくれると思ったから。親だと心配もかけるし, 話しにくかったから。彼なら素直に恥ずかしがらずに何でも言えるから。
期待	私を勇気づけて欲しかったし, 支えて欲しいと思った。

a) 出来事=どのような出来事ですか, 感情=ネガティブな感情, やりとり=誰かとのやりとり, なぜ=なぜそのようなやりとりを行いましたか, 期待=相手にどうして欲しいと思ったか, である。なお, プライバシー保護のため, 一部修正を施した。

的サポートを求めることを、愛着行動と言い換えることはできるのだろうか。愛着行動は「安全性」を得るために行われる行動である。したがって、安全性を確保するためにこれらのサポートを求める場合には、置き換えることが可能である。言い換えると、安全性が脅かされる状況下でこれらのサポートを求めることは、愛着行動とすることができる。

## II. 愛着行動の事例

これまで、愛着行動の定義における3要素（状況、欲求、行動）を個別に分析してきたが、ここでは、これらの要素が、一連の流れとして、実際の事例の中にどのように表れているのかを示すことにする。（I-ii）で分類した出来事ごとに、それら3要素が特徴的に含まれている具体的な事例をTable 1に示した。なお、事例の解説は以下に示した。

（I）**身体的ダメージ** 疲労（身体的ダメージ）という愛着行動が行われやすい状況である。この状況において、嫌悪のようなネガティブな感情を体験している。共感して欲しいという安全欲求を感じ（情緒的サポートを求め）、友人（愛着人物）に全てを話すという愛着行動を行っている。

（II）**心理的ダメージ** 自信あるいは能力が否定される（心理的ダメージ）という愛着行動が行われやすい状況である。この状況において、ショックを受け、悲しいというネガティブな感情を体験している。同情・慰めを得たいという安全欲求を感じ（情緒的サポートを求め）、友人（愛着人物）と話をするという愛着行動を行っている。また、優しい言葉かけが欲しいという安全欲求を感じ（情緒的サポートを求め）、恋人（愛着人物）に電話をしている（愛着行動）。この事例では、複数の愛着人物に対し愛着行動が行われている。

（III）**親しい人との関係のダメージ** 恋人との別れを予感させる（親しい人との関係のダメージ）という愛着行動が行われやすい状況である。この状況において、悲しみ・不安というネガティブな感情を体験している。自分の気持ちを分かってもらいたい、アドバイスを欲しいという安全欲求を感じ（情緒的サポートと道具的サポートの両方を求め）、後輩（愛着人物）に話を聞いてもらうという愛着行動を行っている。

（IV）**脅威事態** 痴漢にあう（脅威事態）という愛着行動が行われやすい状況である。この状況において、恐怖というネガティブな感情を体験している。側にいて欲しいという安全欲求を感じ（物理的的近接性を求め）、友人（愛着人物）に電話で家に来てくれるように頼むという愛着行動を行っている。

（V）**新奇場面の事例** 一人暮らしを始める（新奇場面）という愛着行動が行われやすい状況である。この状況に

おいて、悲しみ、不安というネガティブな感情を体験している。心の支えになって欲しい、勇気づけて欲しいという安全欲求を感じ（情緒的サポートを求め）、恋人（愛着人物）に電話で話を聞いてもらうという愛着行動を行っている。

## 本研究の限界点と課題

本研究には以下の4つの限界点あるいは課題がある。これらは今後の調査で明らかにしていく予定である。

1. 被験者が女性のみである。
2. Bowlby (1969) が挙げた愛着行動の4機能（物理的的近接性を求める (Proximity seeking)、分離抵抗 (Separation protest)、安全な隠れ家 (Safe haven)、安全基地 (Secure base)) のうち分離抵抗を記述していない。
3. 愛着行動とそれ以外のストレス対処法 (e.g., 音楽を聞く) を比較した場合、日常の文脈において、どちらの行動がよく行われるのかを調査する必要がある。これは中尾・加藤 (2000b) において調査を行った。
4. 愛着スタイルごとに、愛着行動が異なるか否かを検証していない。これは中尾・加藤 (2000a) において調査を行った。

## 引用文献

- Ainsworth, M.D.S., Blehar, M.C., Waters, E., & Wall, S. 1978 *Patterns of attachment: A psychological study of strange situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Bowlby, J. 1969/1982 *Attachment and loss. Vol. 1. Attachment*. England: Penguin Books.
- Bowlby, J. 1973 *Attachment and loss. Vol.2. Separation: Anxiety and anger*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. 1980 *Attachment and loss. Vol.3. Loss: Sadness and depression*. New York: Basic Books.
- Brennan, K.A., Wu, S., & Love, J. 1998 Adult romantic attachment and individual differences in attitudes toward physical contact in the context of adult romantic relationships. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships*. New York: The Guilford Press. Pp. 394-428.
- Cutrona, C. E. 1990 Stress and social support-in search of optimal matching. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 9, 3-14.
- 遠藤利彦 1998 アタッチメント研究の方法論に関する一試論: Strange Situation Procedure と Attachment Q-Sort は何を測り得るのか? 九州大学教育学部紀要 (教育心理学部門), 43, 1-21.
- Feeney, J. A. 1998 Adult attachment and relationship-

- centered anxiety: Responses to physical and emotional distancing. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships*. New York: The Guilford Press. Pp. 189-218.
- Florian, V., Mikulincer, M., & Bucholiz, I. 1995 Effects of adult attachment style on the perception and search for social support. *The Journal of Psychology*, **129**, 665-676.
- Hazan, C., & Shaver, P. 1987 Conceptualizing romantic love as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, **52**, 511-524.
- Hazan, C., & Zeifman, D. 1994 Sex and the psychological tether. In K. Barthoromew & D. Perlman (Eds.), *Advances in personal relationships. Vol. 5. Attachment processes in adulthood*. London: Jessica Kingsley. Pp. 151-178.
- Kato, K. 1995 Empirical studies of amae interactions in Japanese and American adults: Constructing relational models and testing the hypothesis of universality. Unpublished dissertation, University of Michigan (UMI Microform 9542870, Ann Arbor, MI: UMI Company).
- Mikulincer, M., Florian, V., & Weller, A. 1993 Attachment styles, coping strategies, and posttraumatic psychological distress: The impact of the Gulf War in Israel. *Journal of Personality and Social Psychology*, **64**, 817-826.
- Mikulincer, M., Birbaum, G., Woddis, D., & Nachmias, O. 2000 Stress and accessibility of proximity-related thoughts: Exploring the normative and intraindividual components of attachment theory. *Journal of Personality and Social Psychology*, **78**, 509-523.
- 中尾達馬・加藤和生 2000a 大学生における愛着行動とはどのようなものか? 日本心理学会第64回大会発表論文集, 50.
- 中尾達馬・加藤和生 2000b 大学生における愛着スタイルごとのネガティブな情動に対する対処法の違い—自由記述の第1反応の分析を通して—. 九州心理学会第61回大会発表論文集.
- Simpson, J. A & Rholes, W. S. 1998 Attachment in adults. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships*. New York: The Guilford Press. Pp. 3-21.
- Simpson, J. A., Rholes, W. S., & Nelligan, J. S. 1992 Support seeking and support giving within couples in an anxiety-provoking situation: The role of attachment styles. *Journal of Personality and Social Psychology*, **62**, 434-446.
- Vaughn, B., Egeland, B., Sroufe, L. A., & Waters, E. 1979 Individual differences in infant-mother attachment at twelve and eighteen months: Stability and change in families under stress. *Child Development*, **50**, 971-975.

## 付録1

本研究の出来事を分類する際の6基準は、幼児の愛着行動を活性化させる条件 (Bowlby, 1969, Pp.257-260) をもとに作成した。幼児の条件は以下の通りである。

- a: 子どもの条件 (疲労, 空腹, 病気, 苦痛, 風邪)
- b: 母親との距離
- c: 時間の経過 (母親と離れてからの)
- d: 母親の所在と行動 (母親の不在, 母親の離別, 子どもの接近に対する母親の拒絶)
- e: 強い光, 突然の暗闇, 大きな音など, 刺激の強さや突然の変化によって引き起こされるもの
- f: 見慣れないものや, 普通とは異なる状態など
- g: 他の成人や子どもたちによる (母親との物理的接近性を保つことの) 妨害

これらの基準のうち(a)をもとに(I)身体的ダメージを, (b)・(c)・(d)をもとに(III)親しい人との関係のダメージを, (e)をもとに(IV)脅威事態を, (f)をもとに(V)新奇場面を設定した。(g)に関しては, それに対応する基準を設定していない。なお, (II)心理的ダメージは, Bowlby (1969) においては想定されていないが, 本研究において追加したものである。