

修士論文（要旨）

大学生の友人関係満足感の検討  
－友人関係動機づけと対人ストレスコーピングの視点から－

主査 森 和代 教授

副査 石川 利江 教授

副査 山口 創 准教授

桜美林大学大学院 国際学研究科 人間科学専攻 健康心理学専修  
207J5017 津久井 達也

-目次-

I はじめに	2
1. 青年期における友人関係の位置づけ	
2. 現代青年の友人関係の問題	
3. 友人関係満足感	
4. 友人関係動機づけ	
5. 動機づけ理論	
6. 青年期の対人ストレス	
7. 対人ストレスとコーピング	
8. ストレスコーピングと精神的健康	
II 本研究の目的	16
III 予備調査	17
1. 目的	
2. 方法	
3. 結果1	
4. 結果2	
5. 考察－回答内容の分類	
6. 考察－事例の検討	
IV 本調査	31
1. 目的	
2. 方法	
3. 結果	
4. 考察	
V 総合考察	39
VI 今後の課題	40
VII 謝辞	41
VIII 参考文献	42

## I はじめに

青年期は、心理的離乳と言われる親離れが進む時期であり、その代償として友人との関わりを求めるとされている。また、青年期は自分自身に対する関心が高まるとともに、同一視をもたらすような深い友人関係をもつことを通じて、あらたな自己概念を獲得していく時期であるともされている（中園・野島，2003）。八木（2008）によると、ハヴィガースト（1953）は、青年期の発達課題の総括的な内容として、「仲間集団における成員の結びつき」をあげている。仲間集団における成員の結びつきに関しては、同年齢の仲間集団の役割が重視されている。したがって、対人関係において積極的に他者と関わろうとする傾向は、青年期における重要な発達課題であると述べている。1996年に発表された総務庁の調査では、青年が「生きがいを感じる時」がもっとも多いのは、「友人や仲間といる時」であると報告している。しかし、青年にとって、外面的にはうまくいっているように見えても、内面的には満足感をえられていないという友人関係も少なくない。

## II 本研究の目的

青年期における友人関係満足感は、発達の視点及び健康の視点において非常に重要な課題である。また、友人関係のあり方や友人関係での問題への対処の仕方により友人関係満足感は異なることが想定される。本研究は、青年期における友人関係満足感について検討することを目的としている。友人関係満足感に関わる要因のうち、友人関係の動機づけのあり方や対人ストレス場面でのストレスコーピングのあり方に着目して取り上げて、それらの影響を検証することを目的とする。

## III 予備調査

### 1. 目的

友人関係満足感に関連する要因を、友人関係動機づけやストレスコーピングなどの視点から質的に検討することを目的とする。

### 2. 方法

調査対象：大学生（12名、男子6名、女子6名）

調査時期：2009年3月、4月

### 3. 結果

「明るい性格」や「ポジティブな性格」のような友人と接するとき、「友人に頼ることができる」などのような場合に友人関係満足感が高いことが示唆された。

また、「つらいときに一緒にいてもらう」、「話を聞いてもらう」、「一緒に何かを成し遂げる」、「話をしている自分の視野がひろがる」などのような場面にでくわすことも友人関係満足感が高い。事例からは、友人関係満足感の高い人は低い人と比較して、友人関係形成の動機づけが高く、友人に積極的に関わり、友人を持つことの楽しさが述べられていることが読み取れる。

## IV 研究2

### 1. 目的

友人関係満足感は、精神的健康の指標のひとつと考えることができる。ライフイベントと精神的健康の媒介要因についての詳細な検討の必要性が指摘されている（熊野，2005）。媒介要因についての研究のうち、認知的評価を扱っている研究は、加藤（2001，2002，2007，2008）を中心に行われている。しかし、動機づけに着目した研究蓄積は十分とはいえない。友人関係動機づけと精神的健康の研究は、自律的動機づけが高いほど精神的健康が高いなどの知見がある（岡田，2001）。また、ストレス理論から精神的健康にはストレスコーピングの影響が示唆されている（加藤，2001）。ストレスコーピングの結果はストレス反応として現れると想定されるためストレス反応についても同時に検討する。

以上のことから、研究2では、友人関係動機づけと対人ストレス場面における対人ストレスコーピングが友人関係満足感に与える要因を具体的に検証する。

## 2. 方法

調査対象：都内3大学に在籍する大学生355名（男子158名、女子197名）所属学部は、キャリアデザイン学部、健康福祉学群、文学部、経済学部である。

調査時期：2008年12月、2009年1月

質問紙：①対人関係への動機づけ尺度（岡田，2005）、②友人関係満足感尺度（加藤，2001）、③ストレスコーピング尺度（加藤，2000）

## 3. 結果と考察

### 友人関係動機づけと友人関係満足感

内的調整、同一化的調整、外的調整から、友人関係満足感に有意なパスがみられたが、取り入れ調整からは有意なパスが見られなかった。内的調整、同一化的調整のような自律的な動機づけが友人関係満足感のようなポジティブな精神的健康に影響を与えた。 $(R^2 = .37)$  内的調整は、 $\beta = .28$ 、同一化的調整は、 $\beta = .33$ 、外的調整は、 $\beta = .11$  であり、友人関係動機づけの中では、同一化的調整の影響が最も高かった。その次に、内的調整であり、次いで外的調整からの正の影響もみられた。

### 対人ストレスコーピングと友人関係満足感

精神的健康には抑うつ・不安、不機嫌・怒り、無気力のようなストレス反応のネガティブな精神的健康、友人関係満足感のようなポジティブな精神的健康の2側面が考えられる。対人ストレスコーピングの結果は精神的健康に影響を及ぼす。精神的健康の2つの側面から検討を行った結果、本研究の重回帰分析は、ポジティブ関係コーピング（ $\beta = .40$ ）、ネガティブ関係コーピング（ $\beta = -.33$ ）から友人関係満足感に有意なパスが確認された（ $R^2 = .20$ ）。しかし、解決先送りコーピングからは、有意なパスがみられなかった。

## V 総合考察

本研究の結果から、友人関係満足感に影響する友人関係動機づけは、自律的動機づけだけでなく、外的調整にもみられた。従来、学習動機づけを中心とした動機づけの研究は、精神的健康に正の影響を及ぼすのは、自律的動機づけであるという知見が数多い。しかし、学習動機づけと異なり、相互作用が想定される友人関係満足感では、動機づけの要因の影響が異なることが示唆されたといえる。「友人の方から話しかけてくるから」、「親しくしていないと、友人ががっかりするから」という外的調整の項目からみられるように、相手の期待に答えるという相互に人が関わり合う友人関係における文脈の特殊性であると考えられる。文脈による違いを考慮して動機づけを論じる必要が示唆された。

また、対人ストレスコーピングによって友人関係満足感とストレス反応に及ぼす影響が異なることが示され、加藤（2001）による先行研究に近い結果が得られた。

友人関係満足感には対象との相互作用が関与すると考えられ、個人の要因、相手の要因、関係性の要因、状況の要因など、さまざまな要因の影響を受けると想定できる。本研究においては、そのうち個人の要因である友人関係動機づけと対人ストレスコーピングに焦点をあて、その影響を検討したが、これらの要因が、友人関係満足感に影響を与えるものであることを示すことができた。

## Ⅷ参考文献

- Deci, E. L., & Ryan, R. M. 1985 Intrinsic Motivation and self-determination in human behavior. New York: Plenum
- 榎本淳子 2000 青年期の友人関係における欲求と感情・活動との関連 教育心理学研究, 48, 444-453
- 榎本淳子 2003 青年期の友人関係の発達的变化 : 友人関係における活動・感情・欲求と適応 風間書房
- 福森崇貴・小川俊樹 2006 青年期における不快情動の回避が友人関係に及ぼす影響 パーソナリティ研究, 15, 13-19
- 原田雅浩、尾関友佳子、津田彰 1992 大学生の心理的ストレス過程-ストレスに対する認知的評価とコーピングおよびストレス反応 九州大学教養学部心理学研究報告, 10, 1-16
- 橋本剛 2003 対人ストレスの定義と種類-レビューと仮説生成的研究による再検討-, 静岡大学人文学部人文学科研究報告 54,
- 速水俊彦 1995 外発と内発の間に位置する動機づけ 心理学評論, 38, 171-193
- 速水敏彦 1998 自己形成の心理学 金子書房
- 本明寛 1991 ストレスの心理学 : 認知的評価と対処の研究 / リチャード・S. ラザルス, スーザン・フォルクマン著 実務教育出版
- 市川伸一 2001 学ぶ意欲の心理学 PHP 新書
- 上淵寿 2004 動機づけの最前線 北大路書房
- 加藤司 2000 大学生用対人ストレスコーピング尺度の作成 教育心理学研究, 48, 225-234
- 加藤司 2001 対人ストレス過程の検証 教育心理学研究, 49, 295-304
- 加藤司 2002a 対人ストレスコーピングのトレーニングによるストレス緩和効果の検証 日本心理学会 66 回大会論文集, 874
- 加藤司 2007 ストレスコーピングハンドブック ナカニシヤ出版
- 加藤司 2008 対人ストレス過程における対人ストレスコーピング ナカニシヤ出版
- 岡田涼 2005 友人関係への動機づけ尺度の作成および妥当性・信頼性の検討-自己決定理論の枠組みから パーソナリティ研究, 14, 101-112
- 岡田涼 2006 友人関係における感情経験と自律的な動機づけとの関連 日本パーソナリティ心理学会大会発表論文集, 15, 64-65
- 岡田涼 2006 自律的な友人関係への動機づけが自己開示および適応に及ぼす影響 パーソナリティ研究, 15, 52-54
- 岡村一成 浮谷秀一 青年心理学トウデイ 福村出版
- 大谷宗啓 2007 高校生・大学生の友人関係における状況に応じた切替 教育心理学, 55, 480-490
- Richard, J. F. & Schneider, B. H 2005 Assessing friendship motivation during preadolescence and early adolescence. Journal of Early Adolescence, 25, 367-385
- Ryan, R. M. & Deci, E. L., 2000 Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development and well-being. American Psychologist, 55, 68-78
- Ryan, R. M. & Connel 1989 Perceived locus of causality and internalization. Journal of Personality and Social Psychology, 57, 749-761
- 関・浦上 1996 青年期人間関係の現代的課題 齊藤誠一(編) 青年期の人間関係 培風館 169-192
- 杉野欽吾・亀島信也・安藤明人・小牧一裕・川端啓之 1999 人間関係を学ぶ心理学 福村出版
- 塚本貴文 濱口佳和 2003 親和動機と攻撃性社会的スキルが友人関係満足感に及ぼす影響 発達臨床心理学研究 15, 45-55
- Vansteekiste, Lens & Deci 2004 The Why and why not of job search behavior. Journal of Personality and Social Psychology, 34, 345-363
- 八木成和 2008 青年期に関する研究(Ⅲ) 四天王寺国際仏教大学紀要, 451, 241-251
- 吉森護 1991 人間関係の心理学ハンドブック 北大路書房
- 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