

他者に頼りたくても頼れない要因 ～自己愛と友人との付き合い方の観点から～

渡 邊 つかさ* ・ 池 志 保**

本研究では、健康で日常的な対人関係における依存を適応的な側面から捉え、「頼る」という行動を抑え「頼りたくても頼れない」状況になる要因について調査することを目的とした。これまでの研究では、依存欲求を弱さと捉えていたり、頼ることで孤立する不安を抱えていたりなどが要因として指摘されていたため、自己愛の中でも対人恐怖的で敏感で傷つきやすい状態にある過敏型自己愛傾向や、友人とどのような付き合い方をしているかという観点から量的に研究を行った。その結果、過敏型自己愛傾向の特徴のうち他者からの評価に敏感であるという傾向が強いこと、友人との付き合いの中で自己隠蔽や同調傾向が強いこと、被愛願望や気遣い傾向が弱いことが対人依存欲求と表出行動の差をうみ、「頼りたくても頼れない」に関連していた。また、男性の方が依存欲求を表出することをマイナスなものとして捉えており、女性は相手との関係性が頼るという行動をとる上で重要になることが示唆された。

Key Words : 対人依存 依存欲求 過敏型自己愛 友人関係

I. 問題と目的

依存性の研究は歴史的に見ると、親子関係の研究、しつけについての研究などの随伴物として始められた。やがてSears, R.R.らによって依存性そのものとして単独に研究されるようになり、その中でも、青年期以降の依存は退行的な心性として問題視されてきた(江口, 1966)。

しかし、健康で日常的な対人関係においては、依存は病的なものというより、適応的な役割を果たしている。竹澤・小玉(2004)の研究では、依存欲求の高い人は自己や他者への信頼感を持ち、それらの信頼感をもとに他者と信頼関係を築くことができる人である可能性が示唆された。ここでは、竹澤・小玉(2004)の定義に沿って適応的な側面での依存欲求を「情緒的依存、道具的依存の2つの側面からなり、是認、支持、助力、保証などの源泉として他人を利用しないし頼りにしたいという欲求」と定義する。情緒的依存とは「他

者との情緒的で親密的な関係を通して自らの安定を得ること」、道具的依存とは「自身の課題や問題解決のために、他者からの具体的な援助を求めようとすること」である。

適応的に他者に依存することは、他者からの効果的なソーシャルサポートを享受する上で必要になるものだが、中には依存欲求を抑え込み他者に頼ることを苦手とする人もいる。依存欲求を表出できないのはなぜか。その理由を解明できれば、問題を解決する上で適度に人に頼り自分の負担を軽減させることができるようになる。また、そのことは信頼関係のあるより良い人間関係を築くことにもつながるだろう。

西川(2003)は、発達心理学的観点からすると、頼りたくても頼れないというような依存行動の自己制御がクローズアップされるのが青年期であると述べている。青年期は、自己意識の高まりとともに人間関係の構造も変化していくからである。そこで本研究では、対人依存欲求の表出を抑え、他者に頼りたくても頼れないという状況が実際に起こっているかどうか、大学生を対象に対人依存欲求とその表出行動の差について調査する。また、それらは性別によって差が出ると考

*福岡県立大学大学院 人間社会学研究科 心理臨床専攻 修士課程1年

**福岡県立大学大学院 人間社会学研究科 心理臨床専攻 講師

え、男女の違いについても調査したい。

長谷川（1996）の研究では、他者に頼りたくても頼ることができないという葛藤は、自身の依存欲求を弱さと解釈していることや、対人関係において孤立する不安を持っていることが要因とされていて、このことが聞き取り調査による質的調査で研究されていた。そこで、本研究では、質問紙を使用し量的に調査する。他者に頼りたいという気持ちを弱さと解釈しているが故に依存欲求を表出できないということは、弱い部分を見せることに対してマイナスイメージがあり、それに対する他者からの評価を気にしたり、自分を他者に表現することを抑えていたりすることが背景にあると考え、過敏型自己愛傾向との関連が予想される。自己愛には、「無関心型」と「過敏型」があるが、無関心型が強い自己顕示欲や他者の反応に鈍感といった特徴を示すのに対して、過敏型は評価に敏感で傷つきやすく、対人恐怖的な特徴を示すとされる（稲永，2010）。この過敏型自己愛傾向が強い人の方が、傾向が弱い人よりも、一人でできないことを知られたくない、周りにどう思われるかわからないという気持ちから依存欲求を表出できずに「対人依存欲求と表出行動の差」が大きくなるのではないだろうか。このことから、過敏型自己愛傾向の強さが、頼りたくても頼れない状況である「対人依存欲求と表出行動の差」に影響すると予想する。

また、頼りたくても頼れない人と、頼りたいときに頼れる人とは、普段の友人との付き合い方にも違いがあるのではないだろうか。友人との付き合い方において、自分の本心を隠したがる自己隠蔽や、相手の気持ちを優先するよう気遣う傾向、対立を恐れ周りに同調する傾向や関わる人全てと良い関係を築きたい被愛願望が強いといった特徴は頼りたくても頼れない状況を引き起こし、「対人依存欲求と表出行動の差」に影響すると考える。これらが強い場合、頼りたいという本心を隠したり、頼ることで相手にかかる負担を考えたり、他者に頼ることで嫌われたくないという気持ちが生まれ、「対人依存欲求と表出行動の差」は大きくなるのではないだろうか。

さらに、友人との付き合い方でそういった特徴があったり、過敏型自己愛傾向が強かったりすると、他者との情緒的なつながりへの不安が高くなり、自分の気持ちや悩みなどを他者に伝えることは難しいと考える。そのため、情緒的依存欲求は道具的依存欲求よりも表出されにくいのではないか。つまり、過敏型自己愛傾向が強かったり、友人との付き合い方で自己隠蔽や気

遣い、同調、被愛願望などが強いといった特徴があったりする場合、「道具的依存欲求と表出行動の差」よりも「情緒的依存欲求と表出行動の差」の方が大きくなると考える。

これらのことから、本研究では、依存欲求があるのに表出できない、つまり頼りたくても頼れない要因を、過敏型自己愛傾向と友人との付き合い方の観点から調査する。

仮 説

- ① 大学生において、対人依存欲求とその表出行動には差がある。
- ② 対人依存欲求や対人依存欲求表出行動には性別によって差がある。
- ③ 過敏型自己愛傾向が強い人と弱い人では、「対人依存欲求と表出行動の差」に差がある。
- ④ 友人との付き合いの中で、自己隠蔽や周囲への同調、被愛願望や気遣いの傾向が強い人と弱い人では、「対人依存欲求と表出行動の差」に差がある。
- ⑤ 過敏型自己愛傾向が強い人や、友人との付き合いの中で、自己隠蔽や周囲への同調、被愛願望や気遣いをする傾向が強い人は、「道具的依存欲求と表出行動の差」と「情緒的依存欲求と表出行動の差」に差がある。

Ⅱ. 方 法

1. 調査対象：福岡県立大学の学生131名を対象にし、記入漏れのあった4名を除外した127名（男性27名、女性100名、平均年齢18.5歳、SD=0.82）を分析の対象とした。
2. 調査時期：2015年7月に実施。授業終了後、集団で一斉に配布し回収した。
3. 調査方法：無記名による質問紙を用いた。
4. 調査内容
 - 1) フェイスシート項目
 - ①学科 ②学年 ③年齢 ④性別
 - 2) 対人依存欲求尺度（竹澤・小玉，2004）を使用し、13項目に対して「5. 非常にあてはまる 4. 少しあてはまる 3. どちらともいえない 2. あまりあてはまらない 1. 全くあてはまらない」の5件法であてはまる数字を選択するよう求めた。
 - 3) 対人依存欲求表出行動尺度を作成し使用した。依存欲求を実際に表出できるかを、対人依存欲求尺度の文章を書きかえ、新たな尺度を作成することで測定した。妥当性を測るために、援助要請行動尺度（野

崎・石井, 2004) の貴重な資源の要請因子, 心的サポートの要請因子の質問項目を使用した。それらの23項目に対し「5. いつもそうする 4. 時々そうする 3. どちらともいえない 2. あまりそうしない 1. 全くそうしない」の5件法であてはまる数字を選択するよう求めた。

- 4) 過敏型自己愛傾向を測定する尺度として, 自己愛的脆弱性尺度短縮版(NVS短縮版)(上地・宮下, 2009)を使用し, 20項目に対し「5. 非常にあてはまる 4. 少しあてはまる 3. どちらともいえない 2. あまりあてはまらない 1. 全くあてはまらない」の5件法であてはまる数字を選択するよう求めた。
- 5) 友だちとのつきあい方尺度(諸井, 2003)を使用し, 19項目に対し「5. 非常にあてはまる 4. 少しあてはまる 3. どちらともいえない 2. あま

りあてはまらない 1. 全くあてはまらない」の5件法であてはまる数字を選択するよう求めた。

Ⅲ. 結果と考察

1. 因子分析

各尺度について因子分析を行い(最尤法, プロマックス回転), 因子負荷量が.40以下の項目と, 信頼性が $\alpha = .75$ 未満の因子を削除した。その結果, 対人依存欲求尺度は情緒的依存欲求因子4項目と, 道具的依存欲求因子5項目となった(Table 1)。対人依存欲求表出行動尺度は, 情緒的依存欲求表出行動因子4項目と, 道具的依存欲求表出行動因子5項目となった(Table 2)。自己愛的脆弱性尺度短縮版は承認欲求因子4項目と, 自己緩和不全因子5項目と, 自己顕示抑制因子3項目と, 評価への過敏性因子3項目となった(Table 3)。

Table1 対人依存欲求尺度因子分析結果(最尤法, 2因子, プロマックス回転)

	I	II
I 情緒的依存欲求<$\alpha=.76$>		
5 できることなら, いつも誰かと一緒にいたい	.85	-.29
1 いつも誰かに見守ってもらいたい	.83	-.20
6 人から「元気?」などの気くばりの言葉がほしい	.65	-.08
4 何かやろうとするときには, 誰かにはげまされたり, 気づかしてもらいたい	.50	.23
II 道具的依存欲求<$\alpha=.80$>		
10 忙しいときには誰かに手伝ってほしい	-.20	1.05
9 体調が悪くなったときは, 誰かに仕事を代わってほしい	-.29	.75
7 自分一人で片づけられない仕事があったときは, 誰かに手伝ってほしい	.06	.59
12 自分にはわからないことがあったら, 誰かに教えてほしい	.13	.58
8 むずかしい仕事を当てられるときには, 誰かと一緒の方がよい	.15	.54
因子寄与	3.01	3.16
因子間相関	.40	

Table2 対人依存欲求表出行動尺度因子分析結果(最尤法, 2因子, プロマックス回転)

	I	II
I 情緒的依存欲求表出行動<$\alpha=.82$>		
4 何かやろうとするときには, 誰かにはげましてもらおうとする	1.06	-.20
1 いつも誰かに見守ってもらおうとする	.80	.01
6 人から「元気?」などの気くばりの言葉をもらおうとする	.71	-.01
5 できるだけいつも誰かと一緒にしようとする	.52	.03
II 道具的依存欲求表出行動<$\alpha=.80$>		
7 自分一人で片づけられない仕事があったときは, 誰かに手伝ってもらおうとする	-.27	.87
10 忙しいときは誰かに手伝ってもらおうとする	.03	.75
9 体調が悪くなったときは, 誰かに仕事を代わってもらおうとする	-.21	.73
8 むずかしい仕事を当てられたときは誰かと一緒にしようとする	.01	.70
12 自分にはわからないことがあったら, 誰かに教えてもらおうとする	.06	.52
因子寄与	3.00	3.02
因子間相関	.51	

Table3 自己愛的脆弱性尺度因子分析結果（最尤法，4因子，プロマックス回転）

	I	II	III	IV
I 承認欲求 < $\alpha=.81$ >				
15 私は、周囲の人がもっと私の能力を認めてくれたらいいのと思う	.82	-.03	-.15	.04
13 まわりの人に対して「もっと私の気持ちを考えてほしい」と思うことがある	.80	.11	.01	-.14
12 まわりの人に対して「もっと私の発言を尊重してほしい」と思うことがある	.73	-.06	.04	-.03
18 他の人が私の発言や行動に注目してくれないと、自分が無視されているように感じる	.59	.02	.10	.05
II 自己緩和不全 < $\alpha=.81$ >				
7 悩みや心配事があるときには、自分の中にとどめておけなくて、すぐだれかに話したくなる	-.04	.80	.02	-.20
9 つらいことや苦しいことがあるときには、身近な人にそれを理解してほしいと強く期待する	.10	.74	-.10	.09
6 悩んだり落ち込んだりしたときに相談できる人が身近にいないと、私は生きていけないと思う	-.15	.63	.11	.07
8 精神的に不安定になっているときには、だれかと話していないと落ち着くことができない	.25	.44	.06	.01
10 不安を感じているときには、だれかから大丈夫だと言ってもらわないと安心できない	.03	.43	-.02	.39
III 自己顕示抑制 < $\alpha=.82$ >				
3 人前で自分のことを話したあとに、話した内容について後悔することがある	-.09	.02	.92	.06
2 「自分のことを話しすぎた」と思って、自己嫌悪におちいることがある	-.02	.03	.77	-.06
1 人と話した後に「あんなに自分を出すのではなかった」と後悔することがある	.13	-.10	.68	.06
IV 評価への過敏性 < $\alpha=.79$ >				
20 他の人から批判されると、そのことが長い間ずっと頭にこびりついて離れない	-.12	-.10	.09	.84
19 相手が私を避けているように思えると、私は非常に落ち込んでしまう	-.09	.19	-.00	.72
16 自分の発言や行動が他の人から良く評価されていないと、そのことが気になってしかたがない	.25	-.07	-.05	.66
因子寄与	2.41	2.04	1.98	1.90
因子間相関				
II	.56			
III	.36	.34		
IV	.42	.37	.32	

友だちとのつきあい方尺度は自己隠蔽因子4項目と、周囲への同調因子6項目と、被愛願望因子3項目と、気遣い因子4項目となった（Table 4）。

2. 対人依存欲求表出行動尺度の妥当性

対人依存欲求表出行動尺度の妥当性を検討するために、対人依存欲求表出行動尺度と援助要請行動尺度との関係をピアソンの積率相関分析を用いて調べた。結果は、 $r=.76$ ($p<.01$) の強い正の相関が見られ、十分な基準関連妥当性が確認された。また、心理学を専門とする教官1名と、その研究室の学生4名と共に情

緒的依存欲求表出行動と道具的依存欲求表出行動についての質問内容を検討した。その結果、対人依存欲求表出行動を測定する尺度として全ての項目において両尺度ともに内容的妥当性があると判断したため、両尺度をそのまま用いることにした。

3. 仮説①の検討

本研究では、まず大学生において、対人依存欲求と対人依存欲求表出行動に差があるという仮説をたてていた。対人依存欲求尺度、対人依存欲求表出行動尺度を実施した結果、対人依存欲求の平均が31.65、対人依

Table4 友だちとのつきあい方尺度因子分析結果（最尤法，4因子，プロマックス回転）

	I	II	III	IV	
I 自己隠蔽 < $\alpha=.87$ >					
1 友だちには自分の本心を見せたくない	.92	-.01	.05	-.13	
4 自分の内面に踏み込まれないように気をつける	.92	-.07	.08	-.03	
2 友だちに自分のすべてをさらけ出すのは危険である	.67	.01	-.23	.21	
3 友だちにはありのままの自分を出せない	.65	.27	-.01	-.09	
II 周囲への同調 < $\alpha=.80$ >					
19 まわりのみんなと意見を合わせるようにしたい	-.19	.75	-.15	.04	
10 誰からも良い人と思われたい	-.08	.66	.29	.09	
15 友だちから無神経な人間だと思われぬように気をつける	-.01	.65	.07	.14	
5 友だちとは当たりさわりのない話題ですませる	.33	.62	.11	-.23	
18 友だちと意見が対立するのがこわい	.05	.56	.11	-.04	
16 友だちと意見や考えが対立しても自信をなくさないで話し合える ●	-.04	.50	-.16	-.12	
6 友だちに自分の考えていることを全部言うことはない	.30	.43	-.21	.19	
III 被愛願望 < $\alpha=.91$ >					
9 どんな人とも友だちになりたい	.04	.03	.88	-.08	
7 どんな友達とも仲良しでいたい	.03	.04	.85	.10	
8 どんな友達とも楽しくつきあいたい	.04	.06	.83	.07	
IV 気遣い < $\alpha=.75$ >					
13 友だちを傷つけないように注意を払う	.04	-.05	-.05	.83	
12 友だちにやさしくするように心がける	-.05	-.06	.01	.71	
11 友だちの気持ちに注意を払う	-.23	.13	.12	.66	
14 友だちをがっかりさせないように気をつける	.05	.27	.08	.44	
	因子寄与	3.07	2.88	2.52	2.08
	因子間相関				
	II	.35			
	III	.00	.21		
	IV	.02	.33	.49	

●は逆転項目をさす

Table5 対人依存欲求尺度と対人依存欲求表出行動尺度の平均と標準偏差、および t 検定の結果（N=127）

	M	(SD)	t値
対人依存欲求（全体）	31.65	(6.25)	
対人依存欲求表出行動（全体）	26.06	(6.87)	12.00**
情緒的依存欲求	11.87	(3.64)	
情緒的依存欲求表出行動	10.05	(3.76)	7.75**
道具的依存欲求	19.78	(3.82)	
道具的依存欲求表出行動	16.02	(4.14)	12.60**
依存欲求と表出行動の差	5.58	(5.22)	
情緒的依存欲求と表出行動の差	1.82	(2.63)	
道具的依存欲求と表出行動の差	3.76	(3.35)	7.23**

** $p<.01$

存欲求表出行動の平均が26.06となった。これらに対応のあるt検定で比較したところ、対人依存欲求の方が有意に大きく ($t(126)=12.00$, $p<.01$)、頼りたくても頼れないという状況があることが明らかになったため、この仮説は支持された (Table 5)。大学生は青年

期後期にあたり、学業、将来の生き方、職業の選択などの自分自身についての課題や、親からの自立、友人関係、異性との交流といった対人関係における課題に直面し、アイデンティティ確立が成されていく時期である (高坂, 2012)。その中で、自分で考え、解決して

Table 6 性別と対人依存欲求・対人依存欲求表出行動の関連(N=127)

	女性			男性			t 検定
	N	M	(SD)	N	M	(SD)	t 値
対人依存欲求	100	32.35	(6.22)	27	29.04	(5.63)	2.49 *
対人依存欲求表出行動	100	26.55	(7.11)	27	24.26	(5.51)	1.54
情緒的依存欲求	100	12.45	(3.47)	27	9.70	(3.46)	3.63 **
道具的依存欲求	100	19.90	(3.77)	27	19.33	(3.98)	0.68
情緒的依存欲求表出行動	100	10.50	(3.84)	27	8.37	(2.91)	2.66 **
道具的依存欲求表出行動	100	16.05	(4.12)	27	15.89	(4.18)	0.18
依存欲求と表出行動の差	100	5.80	(5.48)	27	4.78	(4.01)	0.90
情緒的依存欲求と表出行動の差	100	1.95	(2.78)	27	1.33	(1.92)	1.08
道具的依存欲求と表出行動の差	100	3.85	(3.31)	27	3.44	(3.49)	0.55

** $p < .01$, * $p < .05$, + $p < .10$

いかなければならない問題は増え、それと同時に人間関係の構造も変化していくため、依存欲求を全て他者に表出することができず、頼りたくても頼れない状況がうまれているのだと考える。

4. 仮説②の検討

次に、性差について対応のないt検定で比較したところ、対人依存欲求尺度の情緒的依存欲求因子において、女性の平均が12.45、男性の平均が9.70で、女性の方が有意に情緒的依存欲求の値が大きかった ($t(125) = 3.63, p < .01$)。対人依存欲求表出行動尺度の情緒的依存欲求表出行動因子でも、女性の平均が10.50、男性の平均が8.37となり、対応のないt検定で比較すると女性の方が有意に情緒的依存欲求表出行動の値が大きかった ($t(125) = 2.66, p < .01$) (Table 6)。このことから、女性は男性よりも親密な関係を求め行動していることが明らかになった。よって、性別によって対人依存欲求や対人依存欲求表出行動に差があるという仮説は支持された。男性は、「誰かにそばにいてほしい」や「励ましてほしい」というような欲求自体が女性よりも弱く、表出行動も少ない。これには、従来性役割の男性性として「決断力のある」ことや「頼りがいのある」といったことが求められてきたため(伊藤, 1986)、男性の方が他者に頼ることを表出しにくい環境があると考えられる。

5. 仮説③の検討

本研究では、過敏型自己愛の傾向が強い人と弱い人では「対人依存欲求と表出行動の差」に差がうまれると仮説を立てていた。過敏型自己愛傾向を調べるために用いた自己愛的脆弱性尺度短縮版では、「承認欲求」「自己緩和不全」「自己顕示抑制」「評価への過敏性」の4つの因子があったため、それぞれの因子ごとに対

人依存欲求と表出行動との関連を調べた。まず、各因子において対象である127名の平均よりも低ければその因子の低群、高ければ高群として二群に分けた。そして低群と高群で、対人依存欲求尺度、対人依存欲求表出行動尺度の結果について対応のないt検定で比較した。結果は、有意差が何も出なかった「自己顕示抑制」以外の因子である、「承認欲求」「自己緩和不全」「評価への過敏性」においてそれらの因子の高群は低群より対人依存欲求と対人依存欲求表出行動が高く、特に、情緒的依存欲求表出行動が高くなっていった。対人依存欲求の値から対人依存欲求表出行動の値を引いて算出した「対人依存欲求と表出行動の差」という項目ではどの因子でも低群と高群に有意差が見られなかった。そこで、二群ではなくその因子の $\pm 1SD$ で低群・中群・高群の三群に分けた。「評価への過敏性」の低群と高群の「対人依存欲求と表出行動の差」を対応のないt検定で比較した結果、「評価への過敏性」の低群は「情緒的依存欲求と表出行動の差」の平均が0.70であるのに対し、高群は平均2.46と、値が有意に大きくなるという結果になった ($t(44) = -2.36, p < .05$) (Table 7)。つまり、「評価への過敏性」が強い場合、情緒的依存欲求とその表出行動の差は大きくなり、「頼れなくても頼れない」状況になっていると言える。先に述べたように、「評価への過敏性」の高群は低群より依存欲求の表出行動は多かったことから、他者からは依存欲求を表出しているように見えているかもしれないが、本人にとっては相手にどう思われるかを気にする気持ちから、自分の依存欲求を素直に相手に表出することはできておらず、依存欲求を抑えてしまう状況も多いと考えられる。他者との親密な関係を求める行動をとるためには、自分がある程度相手に好意を持たれている自信も必要になるため、自分への評価を気にする傾向が強い人はその自信が持てずに、親密な関係を求

Table7 「対人依存欲求と表出行動の差」に有意差がみられたもの
情緒的依存欲求と表出行動の差

	低群			高群			t 検定
	N	M	(SD)	N	M	(SD)	t 値
評価への過敏性	20	0.70	(2.10)	26	2.46	(2.69)	-2.36*
被愛願望	21	2.24	(2.89)	28	0.75	(2.92)	-1.73+

道具的依存欲求と表出行動の差

	低群			高群			t 検定
	N	M	(SD)	N	M	(SD)	t 値
自己隠蔽(男性)	17	2.29	(2.80)	10	5.40	(3.67)	-2.38*
周囲への同調(男性)	11	1.55	(2.46)	16	4.75	(3.49)	-2.53*
気遣い(女性)	55	4.56	(3.37)	45	2.98	(3.01)	2.43*

* $p < .05$, + $p < .10$

めることに対して臆病になっているのではないだろうか。それぞれの因子で低群と高群の「対人依存欲求と表出行動の差」に有意な差が見られたのは「評価への過敏性」のみであったため、仮説③は一部支持された。

6. 仮説④の検討

「頼りたくても頼れない」ことには、友人との付き合い方も影響すると考え、友だちとのつきあい方尺度の「自己隠蔽」「周囲への同調」「被愛願望」「気遣い」の4つの因子ごとに対人依存欲求と表出行動との関連を調べた。仮説③の検討と同様に、各因子において対象である127名の平均よりも低ければその因子の低群、高ければ高群として二群に分けた。そして低群と高群で、対人依存欲求尺度、対人依存欲求表出行動尺度の結果について対応のないt検定で比較した。それぞれの因子の低群と高群では、「頼ることで周囲から嫌われたくない」といった不安から、「対人依存欲求と表出行動の差」に差があると仮説を立て、高群の方がより「対人依存欲求と表出行動の差」が大きくなると考えていた。結果は、まず「自己隠蔽」の因子において、127名全体での低群と高群の比較ではどの項目にも有意差が出なかったが、男性のみで「自己隠蔽」因子の平均値で低群と高群に分け対応のないt検定で比較すると、「道具的依存欲求と表出行動の差」において、「自己隠蔽」の低群が2.29であるのに対し高群は5.40となり、高群の方が「道具的依存欲求と表出行動の差」が有意に大きくなっていった ($t(25) = -2.38, p < .05$) (Table 7)。これは、自分を隠そうとする傾向が強い男性は、課題解決のための具体的な援助を求めたい気持ちを他者に表出しにくいことを示している。道具的依存欲求を表出することは、その問題を一人では解決できない

という自分の能力の低さを他者に見せることにつながる。自己隠蔽の傾向が強いということは、自分のそういった部分を見せたくない気持ちも強くなるだろう。そして、この結果が男性にのみ見られたのは、仮説②の検討で述べた性役割として一般的に求められる男性性の影響も強いと考える。男性が弱さを表出しにくい環境がある中で、さらに本当の自分を隠したいという気持ちの強い男性は、素直に依存欲求を表出することが難しい。この結果から、男性にとっては「自己隠蔽」の強さが他者に頼りたくても頼れない要因になると言える。

「周囲への同調」の因子では低群よりも高群の方が情緒的・道具的どちらも欲求と表出行動が高かった。そして、男性の「道具的依存欲求と表出行動の差」において対応のないt検定で比較すると「周囲への同調」因子の低群が1.55、高群が4.75となり、高群が有意に大きくなっていった ($t(25) = -2.53, p < .05$) (Table 7)。このことは、対立を恐れ周囲に同調する傾向の強い男性は、傾向の弱い男性よりも具体的な援助を求める気持ちを表出しにくいことを示している。「周囲への同調」が強い女性の「対人依存欲求と表出行動の差」が大きくなることはなく、男性にのみこの結果が見られたことから、女性と男性では周りに合わせようとする気持ちが引き起こす行動に違いがあると考えられる。女性の場合は頼るという行動をとることによって他者との関係を築き、自分一人が周囲から浮いてしまわないようにするが、男性の場合は自分の依存欲求を抑え、相手の負担を減らすことで他者との関係をつくらうとするのではないだろうか。男性にとっては、自分のことは自分でするという態度が他者との対立を生まず、良い関係でいられることにつながっていると考えられ

る。そのため、「周囲への同調」が強いことは、男性にとって頼りたくても頼れない要因になると言える。

「被愛願望」の因子では、高群の方が低群よりも対人依存欲求表出行動が高かった。この因子の平均値で分けた低群・高群では有意差が出なかったが、二群ではなくその因子の±1SDで低群・中群・高群の三群に分け、その低群と高群において対応のないt検定で比較すると「情緒的依存欲求と表出行動の差」に有意傾向がみられた ($t(47) = -1.73, p < .10$) (Table 7)。しかし予想と反し、「被愛願望」の高群が0.75なのに対し、低群が2.24と、「被愛願望」の低群の方が「情緒的依存欲求と表出行動の差」が大きくなっていった。このことから、多くの人と仲良くなりたいたい、良い関係を築きたいという気持ちが強いと、依存欲求を抑えるのではなく、より表出行動を引き起こすということが示唆された。これは、既に依存欲求を表出しやすい関係性ができていたり、頼ることが他者との関係づくりのきっかけになっていたりとすることが理由として考えられる。反対に、幅広く、親密な友人関係に重点を置かない場合、頼り頼られるという他者との親密な関係が築きにくく、相手も限られてくると考えられる。よって、「被愛願望」の弱さは、親密な関係を求める情緒的依存欲求を表出しやすい他者との関係性が築けず、頼りたくても頼れない要因になると言える。

そして「気遣い」の因子では、平均値で分けた高群と低群では高群の方が情緒的依存欲求が高くなっていた。さらに、女性のみで「対人依存欲求と表出行動の差」について対応のないt検定で低群と高群を比較すると「道具的依存欲求と表出行動の差」に有意差が見られた ($t(98) = 2.43, p < .05$) (Table 7)。しかし予想と反し、「気遣い」傾向の高群が2.43であるのに対し、低群が4.56と、低群の方が「道具的依存欲求と表出行動の差」が大きかった。このことから、女性は普段友人を気遣う傾向が強いと、自分が援助が欲しい場合にそれを素直に表出しやすいことが明らかになった。相手の気持ちをよく考えながら友人との関係を築いてい

る女性は、その分十分に頼り頼られる関係性が築かれていて、相手に問題解決を手伝ってもらうなどの負担のかかる依存欲求も表出しやすくなると思う。また、自分では解決できない問題について教えてもらうことは相手の知識や経験を生かすことにもつながり、「気遣い」傾向が強い女性は、頼ることを人間関係を良好にするための手段として取り入れているとも考えられる。反対に、「気遣い」傾向の弱さは、他者との親密な関係づくりにつながりにくく、頼ることのできる関係が築きにくい。よって、この傾向が弱いことは女性にとって他者に頼りたくても頼れない要因になると言える。性別によって違いはあるが、「自己隠蔽」「周囲への同調」「被愛願望」「気遣い」全ての因子において、低群と高群の「対人依存欲求と表出行動の差」に差があったため、仮説④は支持された。

7. 仮説⑤の検討

最後に、過敏型自己愛傾向や、友人との付き合いの中で、自己隠蔽や周囲への同調、被愛願望や気遣いをする傾向が強い人は、「道具的依存欲求と表出行動の差」と「情緒的依存欲求と表出行動の差」に差があるという仮説を立てた。情緒的依存欲求表出行動の方が、自分の気持ちや悩みなどを他者に伝えることになり、問題解決のための具体的な援助を求める道具的依存欲求表出行動よりも難しいのではないかと考えていた。そのため、「情緒的依存欲求と表出行動の差」の方が大きくなると予想していたが、結果は、自己愛的脆弱性尺度短縮版、友だちとのつきあい方尺度の2つの尺度で、低群・高群どちらも対応のあるt検定で比較すると「道具的依存欲求と表出行動の差」がより大きくなっていった (Table 8)。両尺度の両群で結果が同じであったことから、道具的依存欲求の方が行動と差があり、表出されにくいことに、過敏型自己愛傾向や本研究であげた友人との付き合い方における特徴は関連しないことが明らかになった。この結果から、例えば落ち込んだときに励ましてもらうのと、仕事を手伝ってもらうの

Table 8 対人依存欲求と表出行動の差 平均と標準偏差およびt検定結果 (N=127)

	情緒的依存欲求と 表出行動の差			道具的依存欲求と 表出行動の差			t 検定
	N	M	(SD)	N	M	(SD)	t 値
自己愛的脆弱性 低群	64	1.61	(2.45)	64	3.88	(3.42)	-5.70 **
自己愛的脆弱性 高群	63	2.03	(2.79)	63	3.65	(3.28)	-4.49 **
友だちとのつきあい方 低群	65	1.80	(2.43)	65	3.66	(3.08)	-5.38 **
友だちとのつきあい方 高群	62	1.84	(2.84)	62	3.87	(3.61)	-4.87 **

** $p < .01$, * $p < .05$, + $p < .10$

では、後者の方が表出されにくいと言える。道具的依存欲求を表出するときには、相手にも手間や労力などの負担がかかる場合が多い。また、わからないことを教えてほしいというような欲求も、調べるなどして自分が努力することで解決できる可能性がある。情緒的依存欲求は反対に他者の存在がなければ満たされない欲求である。そのため、道具的依存欲求は表出されにくく、情緒的依存欲求よりも道具的依存欲求の方が行動との差が大きくなったと考える。過敏型自己愛傾向や友人との付き合い方との関連は見られなかったものの「情緒的依存欲求と表出行動の差」と「道具的依存欲求と表出行動の差」に差は見られたため、仮説⑤は一部支持された。

IV. まとめと今後の展望

1. まとめ

本研究では、日常的な対人関係における依存には適応的な側面もあるとして、「頼りたくても頼れない」といった、適応的な依存ができない要因に着目し過敏型自己愛傾向と友人との付き合い方という観点から調査した。過敏型自己愛傾向の特徴の中で「頼りたくても頼れない」ことに関連していたのは評価への過敏性のみであった。過敏型自己愛傾向が強いことは自分のことを理解してほしいという気持ちや他者からの保証を求める気持ちも含まれるため、過敏型自己愛傾向の中でも特に評価への過敏性が強い場合、他者に頼りたくても頼れない状況になりやすいことが明らかになった。友人との付き合い方においては、男女で違いはあるが友だちとのつきあい方尺度にある因子全てで「頼りたくても頼れない」ことに関連が見られ、大学生の人間関係において最も関わりが多い友人との間で実際にどのような関わり方が「頼りたくても頼れない」ことに影響しているのか調査することができた。

結果をまとめると、「頼りたくても頼れない」ことは、周囲からの評価に敏感になったり過度に気にしたりする傾向が強いこと、友人関係において幅広く親密な関係を築くことに重視していないことが要因として挙げられる。また、男性においては本当の自分を見せたくないという気持ちが強いこと、対立を恐れ周りに合わせようという気持ちが強いことも頼りたくても頼れない要因となり、女性においては友人関係で気遣い傾向が低いことも頼りたくても頼れない要因になるといえる。

長谷川（1996）は頼りたくても頼れない要因の一つとして依存欲求を弱さと解釈していることを挙げてい

た。本研究で、評価への過敏性が頼りたくても頼れない要因として明らかになり、弱さを見せたくないという思いと、他者にどう思われるかを気にする傾向が強いことは関連していると考えられる。また、対人関係において孤立する不安を持っていることや対人関係の希薄さも要因の一つとして長谷川（1996）は述べており、本研究では対立を恐れ周りに合わせようとすることや、友人と親密な関係が築けていないことなどが頼りたくても頼れない要因として明らかになった。よって、本研究は長谷川（1996）の結果を支持するものとなった。

他者に頼りたくても頼れない要因には、自身が依存欲求を表出することをどう思っているかと、その他者との関係が、依存欲求を表出しやすい関係かどうかという点が問題になると考える。評価を気にする気持ちや、自分を隠そうとする気持ち、周りに合わせようとする気持ちから依存欲求を表出できない場合は、依存欲求を弱さなどマイナスなものとして捉えている可能性がある。そのため、そのような依存欲求を人前で見せないようにし、頼りたくても頼れない状況につながる。男性の方がこの傾向が多く見られたため、男性はより依存欲求をマイナスなものとして捉えていると考えられる。弱さを見せたくないという気持ちや、他者に頼らず自分で解決しなければならないといった気持ちは、女性よりも男性の方が強いのだろう。また、友人関係において幅広く親密な関係を築くことを重視しない人や、普段から友人を気遣う傾向が低い人は、依存欲求を表出しやすい関係性ができていないと考えられる。この傾向は女性の方により見られたため、女性は依存欲求をどのように捉えているかというよりも、他者との関係性によって依存欲求を表出できるかできないかが変わると考えられる。親密な関係を築きたいという気持ちが強い場合や、友人の気持ちを考え、気遣いを意識した関わり方をしている場合は素直に依存欲求を表出しやすい関係があったり、もしくは頼ることを通してそのような関係を築こうとするために、頼りたいときに頼ることができる。女性は男性よりも依存欲求を表出する傾向は全体的に強かったため、依存欲求をマイナスなものとして捉えているのではなく、相手との関係性の希薄さや関係づくりへの意識の低さが頼りたくても頼れない要因になるといえる。また、全体的な傾向として、親密的な関係を求める依存欲求よりも、問題解決のための具体的な援助を求める依存欲求の方が表出されにくいことが明らかになった。

2. 今後の展望

本研究の結果から、頼りたくても頼れない要因は性別によっても異り、女性と男性を比べると、男性の方が依存欲求の表出行動が少なく、頼りたくても頼れない状況になりやすいと考えられる。今回は、女性100名に対し男性の人数が27名と少なかったため、より人数を増やして研究するとさらに詳しく頼りたくても頼れない要因を調査することができると考える。今後は、単純な性差だけではなく、性役割としての男性性、女性性も考慮に入れたり、頼ることに対して相手を特定したりなども検討する必要があるだろう。

V. 文 献

- 江口恵子 (1966) : 依存性の研究 教育心理学研究 第14巻 第1号
- 長谷川雅美 (1996) : 甘えられない青年の内的葛藤と要因について～優等生といわれて育った大学生の聞き取り調査から～ 日本看護科学会誌 16(2) 108-109
- 稲永要 (2010) : 「過敏型」自己愛傾向と自己不全感および空虚感との関連 九州大学心理学研究 第11巻 125-143
- 伊藤裕子 (1986) : 性役割特性語に意味構造一性役割測定尺度 (ISRS) 作成の試み一 教育心理学研究 第34巻 第2号 168-174
- 西川隆蔵 (2003) : 対人依存行動の研究一対人依存の自己制御と自己意識, ソーシャルスキル, 及び対人適応感との関係の検討一 人間文化学部研究年報 5 1-1
- 高坂茉莉 (2012) : 大学生の対人関係と学校ストレス一1年生と3年生を対象とした調査研究一 暁星論叢 第62号
- 竹澤みどり・小玉正博 (2004) : 青年期後期における依存性の適応的観点からの検討 教育心理学研究 第52号 310-319