

# 青年期女子における「ひとりでいられる能力」に 養育者との関係が与える影響について

博士前期課程 平成27年度修了生 瀬尾 采那

### 要約

本研究では、揺らぎの多い青年期の母娘間の援助について考えるための一助とすることを目的とし、ペアデータを用いて、母親もしくは主たる女性の養育者との間で形成されてきた内的作業モデル（以下、IWMと示す）と、現在の養育者との関係が青年期における「ひとりでいられる能力（以下、CBAと示す）」の獲得に影響を及ぼすのか検討した。その結果、IWMが回避傾向およびアンビバレント傾向にならないことがCBAの獲得に重要であると考えられた。現在の母娘関係とCBAとの関連については、受容・自立促進・適応援助・自信といった養育態度の各要素が、それぞれ適度にCBAの獲得に影響を及ぼしていることが示された。このことから、Winnicott（1952）が「ほどよい母親」と表現するように母親が養育態度の各要素をほどよく持ち合わせるものが肝要だと考えられた。以上のことから、CBAとは、ひとりでいることやそれに影響する要因に関して、肯定的・否定的な両側面を視野に入れ、そのアンビバレントさを抱えながら、一生を通して発達していく能力であることが再確認された。

キーワード：ひとりでいられる能力，内的作業モデル，養育態度

### I 問題と目的

#### 1. 「ひとりでいられる能力」について

青年期は数多くの課題を抱え、親から心理的に独立していく時期である。青年は“ひとりでいること”を否定的に捉えがちであるが、Winnicott（1958）はそれを肯定的に捉え、「ひとりでいられる能力（the capacity to be alone = 以下CBAと略す）」と名付けた。また彼は、CBAが確立するには、「幼児または小さな子どものとき、母親と一緒にいて一人であったという体験」が必要であると述べた。「一人でいられる人」は「二人でいた」時に得られた、重要な他者に対するほどよい信頼感があるため、たとえそばにいらなくても大事な人が心に生き続けていると感じられ、「誰かがいない」という病的な孤独を感じることはない（野本，2000）。よっ

て、CBAは養育者との相互作用により特別な絆を形成し、心の中に内在化した良い対象を持つことで、それを安全基地として探索行動に向かうというBowlbyのアタッチメント理論、特に内的作業モデルという概念と関係があると考えられる。

#### 2. 内的作業モデルについて

内的作業モデルとは、Bowlby（1969/1973）によって提唱された、乳幼児期における養育者との相互作用によって個人に内在化されるモデルのことである。一旦内在化されると個人はその内的作業モデルに従って様々な状況に対処していき、その影響は成人になっても続くと考えられている。成人の内的作業モデルを評価する場合、ストレンジ・シチュエーション法による、

乳幼児期のアタッチメントパターン(Ainsworth, Blehar & Waters & Wall, 1978)に対応した安定型・回避型・アンビバレント型という3つの類型で考えられてきた(Hazan & Shaver, 1987)。安定型は、養育者の有効性に確信を持っており、養育者を安全基地として、うまく利用することが出来るタイプである。分離時には不安を示すが、再会時には積極的に養育者への接触を求め、探索にスムーズに移行できる。回避型は、養育者の有効性を期待しないため、養育者を安全基地としてうまく利用することができないタイプである。アンビバレント型は、養育者の有効性に確信を持っていないため、養育者を安全基地として不十分にしか利用することができないタイプである(遠藤, 2007)。

### 3. 「ひとりでいられる能力」とアタッチメントスタイルの関連

鳥居・岡島・桂田(2011)は、青年期である大学生を対象に、一般他者へのアタッチメントスタイルとCBAの関係について検討し、アタッチメントスタイルが安定型だけでなく、拒絶型であってもCBAが高い、という結果を見出した。この結果は安定型と拒絶型に共通する自己観がポジティブであること、つまり他者に自分の存在を認めてもらわずとも自身の精神的安定を保つことができるかどうか、CBAの獲得に重要であるということを示している。

### 4. 本研究の目的

野本(2000)はCBAを、情緒的な発達が続く限り完成することなく発達し続ける能力であると述べている。したがって、「ひとりでいられる能力」の獲得には、乳幼児期の養育者との関係のみならず、現在の養育者との関係性も関係しているのではないかと考えられる。高富・桂田(2011)は、大学生の心理的自立と親の養育態度の関連について調査し、大学生の心理的自立には、親の受容的な養育態度、自立を促進する養育態度、自信を持った養育態度が重要であるという結果を示している。以上のことから、

母親の養育の在り方によって、娘の自立が抑制、あるいは促進され、ひいては「ひとりでいられる能力」の獲得にも影響を与えるのではないかと推測される。したがって本研究では、主たる養育者との間で形成されてきた内的作業モデルだけでなく、現在の養育者との関係も、青年期におけるCBAの獲得に影響を及ぼすのか検討する。

そこで、本研究では以下の仮説の検証を行う。

仮説1. 乳幼児期に獲得されたアタッチメントスタイルが安定型の人は、CBAが高い。

仮説2. 現在養育者から、受容的・自立促進的・適応援助的・自信を持った養育を受けていると感じている人ほど、CBAが高い。

仮説3. 現在養育者から、干渉的・分離不安的な養育を受けていると感じている人ほど、CBAが低い。

仮説4. 現在、養育者が受容的・自立促進的・適応援助的・自信を持った養育をしていると思っており、子どももそのように感じている人ほど、CBAが高い。

仮説5. 現在、養育者が干渉的・分離不安的な養育をしていないと思っているが、子どもはされていると感じている人ほど、CBAが低い。

## II 方法

### 1. 調査対象者

関西の大学に通う女子大学生・大学院生、およびその母親(母親に代わる女性の養育者)を対象に質問紙調査を行った。質問紙を126組に配布し、学生117名(平均年齢:19.84歳、実家生48名・下宿生52名・寮生17名)から有効回答が得られた(回収率:92.9%)。また、51名の養育者からの有効回答(平均年齢:50.35歳)が得られた(回収率:40.1%)。なお、学生—養育者間のペアデータが揃っていたのは49組(実家生21名・下宿生23名・寮生5名、回収率:38.1%)であった。

### 2. 調査時期・手続き

2015年7月下旬から8月下旬にかけて行った。

大部分の調査は、授業の一部の時間を使って集団法で行った。学生用質問紙と養育者用質問紙の2部を封筒に入れて学生に配布し、学生用質問紙には、その場で回答してもらい回収した。養育者用質問紙は、学生に封筒を持ち帰ってもらって調査を依頼し、郵送にて回収を行った。授業以外での収集は、調査者が個別に調査を依頼し、同意が得られた人に封筒に入れた質問紙を配布し、集団法実施時と同様に回収した。

### 3. 質問紙の構成

#### (1) 学生用質問紙

- ①フェイスシート：年齢、性別、居住形態（自宅・下宿・寮）を尋ねた。
- ②内的作業モデルを測定する尺度：内的作業モデル尺度（戸田，1988）を用いた。3因子構造であり、「安定」に関する6項目、「回避」に関する6項目、「アンビバレント」に関する6項目の計18項目から成る。本研究における信頼性は、「安定」 $a = .88$ 、「アンビバレント」 $a = .79$ 、「回避」 $a = .77$ であり、概ね高い信頼性が確認された。
- ③CBAを測定する尺度：CBA尺度（野本，2000）を用いた。4因子構造であり、「孤独不安耐性」に関する14項目、「くつろぎと孤独欲求」に関する13項目、「つながりの感覚」に関する12項目、「個別性の気づき」に関する7項目の計46項目から成る。野本(2000)は、これら4つの要素を全てバランス良く持っていることが、CBAの高さを示すと述べている。本研究での信頼性は、「くつろぎと孤独欲求」 $a = .84$ 、「孤独不安耐性」 $a = .84$ 、「つながりの感覚」 $a = .79$ 、「個別性に対する気づき」 $a = .66$ であり、ある程度高い信頼性が確認された。なお、「個別性の気づき」においては、野本（2000）が示した、自身がかけがえのないひとりの存在であると感じる傾向よりも、自分で自分の問題を解決していこうとする傾向を捉えていると考えられた。
- ④養育についての尺度：親役割診断尺度（PRAS; Parental Role Assessment Scale）（谷井・上地，

1993）を用いた。6因子構造であり、「干渉」に関する8項目、「適応援助」に関する8項目、「受容」に関する8項目、「分離不安」に関する8項目、「自立促進」に関する6項目、「自信」に関する4項目の計42項目から成る。なお、親から見た養育の尺度であったため、全ての項目を受動態にするという多少の改定を行った。本研究での信頼性は、「干渉」 $a = .75$ 、「適応援助」 $a = .62$ 、「受容」 $a = .58$ 、「分離不安」 $a = .79$ 、「自立促進」 $a = .71$ 、「自信」 $a = .73$ であった。「受容」については、高い信頼性を示しているとは言えないが、要因の関連を調べるために分析対象とした。

#### (2) 養育者用質問紙

- ①フェイスシート：年齢、性別を尋ねた。
- ②養育についての尺度：保護者親役割診断尺度（PRAS; Parental Role Assessment Scale）（谷井・上地，1993）を用いた。本研究での信頼性は、「干渉」 $a = .66$ 、「適応援助」 $a = .73$ 、「受容」 $a = .60$ 、「分離不安」 $a = .68$ 、「自立促進」 $a = .46$ 、「自信」 $a = .75$ であった。「自立促進」については、高い信頼性を示しているとは言えないが、要因の関連を調べるために分析対象とした。  
なお、学生用質問紙・養育者用質問紙にはノンバリリングをした上で配布した。

## III 結果

### (1) 学生用質問紙の分析

【仮説1《乳幼児期に獲得されたアタッチメントスタイルが安定型の人は、CBAが高い》の検証】

#### ①アタッチメントスタイルの群分け

内的作業モデル尺度の3因子それぞれの項目に対する評定値の合計得点を標準化し、ウォード法によるクラスター分析を行い、5クラスターを抽出した（Figure 1）。第1クラスターは、回避因子の得点のみが高く、安定・アンビバレント因子が平均よりも低くなったため、回避型（41名、35.0%）とした。第2クラスターは、安定因子の得点のみが高く、回避・アンビバレ

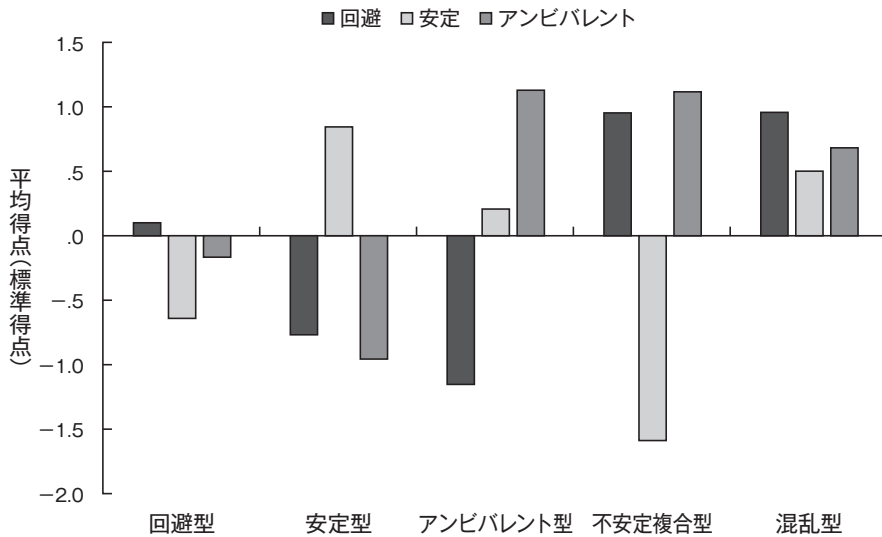


Figure 1. アタッチメントスタイル群のクラスター分析の結果

Table 1. アタッチメントクラスター群ごとのCBA各因子平均値

	回避型 (N=41)		安定型 (N=33)		アンビバレント型 (N=10)		不安定複合型 (N=10)		混乱型 (N=23)	
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
くつろぎと孤独欲求	3.65	0.622	3.52	0.528	4.04	0.506	3.77	0.591	3.95	0.623
孤独不安耐性	2.83	0.621	3.14	0.656	2.64	0.483	2.67	0.786	2.76	0.803
つながりの感覚	3.42	0.618	3.77	0.467	3.34	0.486	2.88	0.748	3.3	0.726
個性性に対する気づき	3.76	0.757	3.93	0.594	4.07	0.584	3.73	0.798	4.04	0.713

ント因子が平均よりも低くなったため、安定型 (33名, 28.2%) とした。第3クラスターは、アンビバレント因子の得点が高く、安定因子はほぼ平均程度であり、回避因子が平均よりも低くなったため、アンビバレント型 (10名, 8.5%) とした。第4クラスターは、回避・アンビバレント因子が両方とも高く、安定因子が平均より低くなったため、不安定複合型 (10名, 8.5%) とした。第5クラスターは、全ての因子が同時に高くなったため、混乱型 (23名, 19.7%) とした。

②アタッチメントスタイルとCBAの関連

アタッチメントスタイルの違いによって

CBAの獲得に違いがあるのかを見るために、クラスター分析により抽出された、アタッチメントスタイル群を独立変数、CBA各因子の得点を従属変数とする一元配置の分散分析を行った (Table 1)。

分析の結果、「くつろぎと孤独欲求」(F(4,112) = 2.81, p = .029), 「つながりの感覚」(F(4,112) = 4.95, p = .001) において、統計的に有意な差が認められた。そしてTukeyのHSD法による多重比較を行ったところ、「くつろぎと孤独欲求」において、安定型と混乱型の間に有意傾向が見られ、混乱型が安定型よりも得点が高かった。「つながりの感覚」においては、安定型が不安定複合型・混乱型よりも得点が有意に高かった。

以上のことから、仮説1「乳幼児期に獲得されたアタッチメントスタイルが安定型の人、CBAが高い」は必ずしも支持されたとは言えなかった。

【仮説2《現在養育者から、受容的・自立促進的・適応援助的・自信を持った養育を受けていると感じている人ほど、CBAが高い》と仮説3《現在養育者から、干渉的・分離不安的な養育を受けていると感じている人ほど、CBAが低い》の検証】

母親との間で、乳幼児期に形成されてきた内的作業モデルだけでなく、子どもが認識する母親の養育態度もCBAの獲得に影響を及ぼすのか検討するために、母親の養育態度6因子と内的作業モデル3因子を独立変数、CBAの4因子をそれぞれ目的変数とする、ステップワイズ方式による重回帰分析を行った。なお内的作業モデルについては、アタッチメントクラスターの分類において、回避・安定・アンビバレント因子得点単独の型だけでなく、複数の因子得点が高くなる型が見られた。そのため、それぞれのタイプとして捉えるのではなく、回避・安定・アンビバレントの因子をそれぞれ併存しうる特性として捉え、独立変数とした。

その結果、「くつろぎと孤独欲求」( $R^2=.145$ ,  $p=.000$ )には、3つの下位尺度から有意な影響が見られた。それぞれの下位尺度は、「回避」( $\beta=.282$ ,  $p=.002$ )、「干渉」( $\beta=-.195$ ,  $p=.027$ )、「適応援助」( $\beta=.179$ ,  $p=.042$ )である。

「孤独不安耐性」( $R^2=.232$ ,  $p=.000$ )には、2つの下位尺度から有意な影響が見られた。それぞれの下位尺度は、「干渉」( $\beta=-.322$ ,  $p=.000$ )、「アンビバレント」( $\beta=-.320$ ,  $p=.000$ )である。

「つながりの感覚」( $R^2=.290$ ,  $p=.000$ )には、4つの下位尺度から有意な影響が見られた。それぞれの下位尺度は、「アンビバレント」( $\beta=-.301$ ,  $p=.001$ )、「受容」( $\beta=.217$ ,  $p=.010$ )、「自立促進」( $\beta=.179$ ,  $p=.028$ )、「回避」( $\beta=-.186$ ,  $p=.029$ )である。

「個別性への気づき」( $R^2=.124$ ,  $p=.001$ )には、2つの下位尺度から有意な影響が見られた。それぞれの下位尺度は、「自信」( $\beta=-.337$ ,  $p=.000$ )、「受容」( $\beta=.207$ ,  $p=.024$ )である。

以上のことから、仮説2「現在養育者から、受容的・自立促進的・適応援助的・自信を持った養育を受けていると感じている人ほど、CBAが高い」はおおむね支持され、仮説3「現在養育者から、干渉的・分離不安的な養育を受けていると感じている人ほど、CBAが低い」は、干渉的な養育態度については支持されたが、分離不安的な養育態度については棄却された。

## (2) 学生用質問紙・養育者用質問紙のペアデータの分析

【仮説4《現在、養育者が受容的・自立促進的・適応援助的・自信を持った養育をしていると思っており、子どももそのように感じている人ほど、CBAが高い》

仮説5《現在、養育者が干渉的・分離不安的な養育をしていないと思っているが、子どもはされていると感じている人ほど、CBAが低い》の検証】

学生、養育者それぞれが認識している養育態度の違いによって、CBAの獲得に違いがあるのかを検討するために、学生と養育者それぞれが報告する親役割診断尺度の各因子合計得点の平均値を算出し、平均値以上を高群、平均値以下を低群として4つの群に分類した(以下、①養育者高群かつ学生高群を「高高群」、②養育者高群かつ学生低群を「高低群」、③養育者低群かつ学生高群を「低高群」、④養育者低群かつ学生低群を「低低群」と示す、Figure 2)。それらを独立変数、CBA各因子の得点を従属変数として、一元配置の分散分析を行った。各養育態度におけるペア群ごとのCBA各因子得点とTable 2に示す。

その結果、「干渉」においては「くつろぎと孤独欲求」、「孤独不安耐性」に有意な得点差が見られた( $F(3,45)=3.33$ ,  $p=.028$ ;  $F(3,45)=3.33$ ,

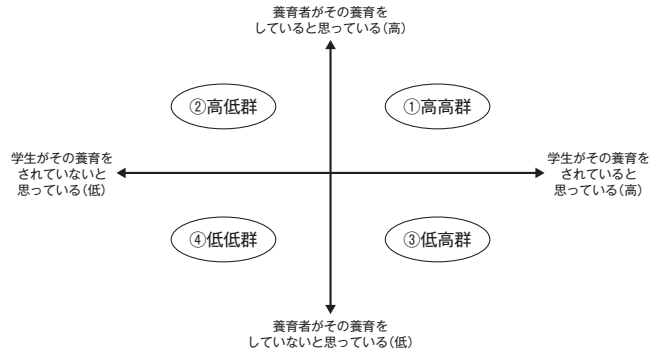


Figure 2. 養育者・学生それぞれの報告による養育パターンの群分け

Table 2. 各養育態度における、CBA各因子の平均値と標準偏差

	干渉								多重比較
	低低群 (N=17)		高高群 (N=12)		高低群 (N=10)		低高群 (N=10)		
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	
くつろぎと孤独欲求	3.61	0.673	3.36	0.516	4.14	0.626	3.77	0.474	高低群>高高群
孤独不安耐性	3.11	0.69	2.39	0.495	2.93	0.712	2.73	0.528	低低群>高高群
つながりの感覚	3.44	0.721	3.35	0.556	3.25	0.844	3.43	0.479	
個別性に対する気づき	4.12	0.645	4.03	0.627	3.7	0.793	3.83	0.134	
	受容								多重比較
	低低群 (N=17)		高高群 (N=11)		高低群 (N=11)		低高群 (N=10)		
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	
くつろぎと孤独欲求	3.58	0.599	3.89	0.622	3.46	0.629	3.91	0.663	
孤独不安耐性	2.73	0.555	3.27	0.722	2.53	0.559	2.78	0.719	
つながりの感覚	3.5	0.596	3.73	0.583	2.77	0.553	3.45	0.541	高低群>低低群, 高高群, 低低群
個別性に対する気づき	3.94	0.58	4.24	0.56	3.52	0.689	4.13	0.571	高高群>高低群
	適応援助								多重比較
	低低群 (N=12)		高高群 (N=15)		高低群 (N=10)		低高群 (N=12)		
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	
くつろぎと孤独欲求	3.89	0.72	3.55	0.549	3.43	0.513	3.89	0.672	
孤独不安耐性	2.86	0.885	2.74	0.552	2.7	0.491	2.97	0.746	
つながりの感覚	3.4	0.648	3.54	0.678	3.18	0.541	3.32	0.734	
個別性に対する気づき	3.86	0.577	3.96	0.677	3.77	0.817	4.19	0.46	
	自信								多重比較
	低低群 (N=19)		高高群 (N=10)		高低群 (N=11)		低高群 (N=9)		
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	
くつろぎと孤独欲求	3.65	0.653	3.55	0.409	3.61	0.721	4.04	0.654	
孤独不安耐性	2.72	0.591	2.72	0.559	2.78	0.918	3.18	0.528	
つながりの感覚	3.32	0.576	3.55	0.581	3.48	0.709	3.18	0.836	
個別性に対する気づき	3.82	0.622	3.97	0.532	4.3	0.526	3.78	0.816	
	自立促進								多重比較
	低低群 (N=13)		高高群 (N=13)		高低群 (N=16)		低高群 (N=7)		
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	
くつろぎと孤独欲求	3.66	0.474	3.52	0.587	3.67	0.698	4.1	0.765	
孤独不安耐性	2.85	0.561	2.59	0.598	2.97	0.639	2.82	1.001	
つながりの感覚	3.3	0.693	3.28	0.569	3.59	0.717	3.23	0.584	
個別性に対する気づき	3.74	0.434	3.9	0.417	4.08	0.793	4.14	0.879	
	分離不安								多重比較
	低低群 (N=7)		高高群 (N=9)		高低群 (N=17)		低高群 (N=16)		
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	
くつろぎと孤独欲求	3.48	0.581	3.49	0.66	3.76	0.649	3.82	0.631	
孤独不安耐性	2.74	0.695	2.53	0.752	2.89	0.684	2.94	0.589	
つながりの感覚	3.23	0.671	3.33	0.622	3.57	0.698	3.27	0.627	
個別性に対する気づき	3.76	0.763	4.22	0.577	3.88	0.564	3.96	0.698	

$p = .028$ )。なお、「干渉」における群分布は、高高群12名、高低群10名、低高群10名、低低群17名であった。そしてTukeyのHSD法による多重比較を行ったところ、「くつろぎと孤独欲求」では、高低群が高高群よりも有意に得点が高く、「孤独不安耐性」では、低低群が高高群よりも有意に得点が高かった。また、「つながりの感覚」、「個別性に対する気づき」には有意な結果は得られなかった ( $F(3,45) = 0.19$ ,  $p = .900$ ;  $F(3,45) = 1.08$ ,  $p = .368$ )。

「受容」においては、「つながりの感覚」と「個別性に対する気づき」に有意な結果が得られた ( $F(3,45) = 5.76$ ,  $p = .002$ ;  $F(3,45) = 3.11$ ,  $p = .036$ )。なお、「受容」の得点分布は、高高群11名、高低群11名、低高群10名、低低群17名であった。そこでTukeyのHSD法による多重比較を行ったところ、「つながりの感覚」では、高低群が全ての群で一番得点が有意に低かった。「個別性に対する気づき」では、高高群が高低群よりも有意に得点が高かった。また、「くつろぎと孤独欲求」、「孤独不安耐性」には有意な結果を得られなかった ( $F(3,45) = 1.47$ ,  $p = .236$ ;  $F(3,45) = 2.80$ ,  $p = .050$ )。

「分離不安」・「自立促進」・「自信」・「適応援助」においては、どの因子についても有意な結果は得られなかった(「分離不安」における「くつろぎと孤独欲求」 $F(3,45) = 0.82$ ,  $p = .491$ ;「孤独不安耐性」 $F(3,45) = 0.84$ ,  $p = .480$ ;「つながりの感覚」 $F(3,45) = 0.75$ ,  $p = .529$ ;「個別性に対する気づき」 $F(3,45) = 0.80$ ,  $p = .499$ ,「自立促進」における「くつろぎと孤独欲求」 $F(3,45) = 1.34$ ,  $p = .274$ ;「孤独不安耐性」 $F(3,45) = 0.77$ ,  $p = .517$ ;「つながりの感覚」 $F(3,45) = 0.813$ ,  $p = .493$ ;「個別性に対する気づき」 $F(3,45) = 0.924$ ,  $p = .437$ ,「自信」における「くつろぎと孤独欲求」 $F(3,45) = 1.20$ ,  $p = .322$ ;「孤独不安耐性」 $F(3,45) = 1.14$ ,  $p = .343$ ;「つながりの感覚」 $F(3,45) = 0.62$ ,  $p = .605$ ;「個別性に対する気づき」 $F(3,45) = 1.65$ ,  $p = .191$ ,「適応援助」における「くつろぎと孤独欲求」 $F(3,45) = 1.71$ ,  $p = .179$ ;「孤独不安耐性」 $F(3,45) = 0.38$ ,  $p = .768$ ;「つなが

りの感覚」 $F(3,45) = 0.65$ ,  $p = .585$ ;「個別性に対する気づき」 $F(3,45) = 0.94$ ,  $p = .431$ )。

以上のことから、仮説4「現在、養育者が受容的・自立促進的・適応援助的・自信を持った養育をしていると思っており、子どももそのように感じていると感じている人ほど、CBAが高い」と、仮説5「現在、養育者が干渉的・分離不安的な養育をしていないと思っているが、子どもはされていると感じている人ほど、CBAが低い」は棄却された。

#### Ⅳ 考察

##### 1. 内的作業モデルと、「ひとりでいられる能力」の関連についての考察

本研究では関西の大学に通う女子大学生・大学院生を対象に質問紙調査を行った。筆者は、Ainsworth (1978) が自身の研究で安定型である者の割合が一番多いと示したように、本研究においても安定型の人が多いと予測していたが、結果として、一番多いのは回避型で、次いで安定型、三番目に混乱型、そしてアンビバレント型と不安定複合型の順になった。また筆者は、Bowlby (1969/1973) が示したように、内的作業モデルは加齢と共に安定性・固定性を増し、一生を通して比較的变化せず持続するものと仮定していた。しかし、本研究では安定型・回避型・アンビバレント型だけでなく、それらが複合された不安定複合型や混乱型が存在した。このことは、大学に入学し親から離れて、パートナーや親しい友人を見つけていく等、成人期に向けて変化しつつある、揺らぎの多い青年期心性を示していると考えられる。

そして、仮説1「乳幼児期に獲得されたアタッチメントスタイルが安定型の人、CBAが高い」は、必ずしも支持されたとは言えなかった。結果として、他者と心の中でつながっているという「つながりの感覚」において、安定型が不安定複合型・混乱型より高いことが分かった。アタッチメントスタイルが安定型の人、自分は他者から受容される存在で、他者は困った時に助けてくれるという安心感がある。それゆえ

に、他者とつながっているという感覚を持つことができるのだろう。一方、ひとりでも快適さを感じ、ひとりになることを自ら求める、CBAの構成要素の一つである「くつろぎと孤独欲求」においては、混乱型が安定型よりも高い傾向が見られた。混乱型は、回避・安定・アンビバレントの全ての要素が同時に高くなった群である。他者に対する安心感はある程度持ちながらも、同時に人との付き合い方に悩むというのは、自我同一性の確立過程にある青年期にはしばしば見られることであり、揺らぎの多い青年期心性の一つの表れだろう。そのため、ひとりであることを居心地が良いと感じ、誰からも離れてひとりでありたいと感じる気持ちが強くなるのだと考えられる。安定型の人、そのような時期を乗り越えたか、あまり大きな揺らぎを経験しなくて済むために、ひとりでありたいとは強く感じないのかもしれない。これについては、自我同一性との関連を検討する必要がある。

また、内的作業モデルの傾向とCBAの関連について、得られた結果から考察したことは、以下の通りである。

### (1) 「くつろぎと孤独欲求」について

ひとりでも快適さを感じ、自らひとりを求める特性を示す「くつろぎと孤独欲求」は、内的作業モデルの回避傾向の得点が高いことから影響を受けていた。回避傾向の内的作業モデルを持つ人は、他者と深く関わることを避けるので、ひとりでもくつろぐことが出来て、ひとりになることを求めるのだろう。

### (2) 「孤独不安耐性」について

ひとりでも孤独に耐えられる特性を示す「孤独不安耐性」は、内的作業モデルがアンビバレント傾向の得点が低いことから影響を受けていた。アンビバレント傾向の内的作業モデルを持つ人は、自分は他者からいつ見捨てられるか分からないと思っており、常に他者の関心を引き付けようとするので(遠藤, 2007)、ひと

りではいられないのだと考えられる。従って、そのようなアンビバレント傾向の得点が低い人は、孤独に耐えられるのだと考えられる。

### (3) 「つながりの感覚」について

ひとりでも、誰かとつながっているという「つながりの感覚」は、内的作業モデルがアンビバレント傾向および、回避傾向の得点が低いことから影響を受けていた。内的作業モデルがアンビバレント傾向の人は、自分は他者からいつ見捨てられるか分からないと思っているので、他者とつながっているという感覚を抱きにくいのだと考えられる。また、回避傾向の人は、他者と情緒的に距離を置くことを好むので(遠藤, 2007)、つながりを持つとしないのだと考えられる。従って、それらのアンビバレント傾向と回避傾向が低いことによって、他者とつながっている感覚を持つことが出来るのだと考えられる。

鳥居ら(2011)は、アタッチメントスタイルとCBAとの関連について、アタッチメントスタイルが安定型および拒絶型であるとCBAが高いと示したが、本研究における内的作業モデルの各因子とCBAとの関連については、安定傾向であることよりも、アンビバレント傾向および回避傾向にならないことが、CBAの獲得には重要であることが示された。

Winnicott(1958)は、誰かとつながりながらひとりである感覚を「ひとりでもいられる能力」であると述べたが、内的作業モデルがアンビバレント傾向の人は、自分は他者からいつ見捨てられるか分からないと思うので、孤独に耐えられず、ひとりでもいられないのだと考えられる。また回避傾向の人は、他者と情緒的に距離を置くために、ひとりであることに快適さを感じ、誰かとつながりながらひとりである感覚は持ちにくいのだと考えられる。

また本研究において、内的作業モデルの安定傾向がCBAの獲得に影響を与えなかった要因として、尺度の構成が挙げられる。本研究において、安定傾向を示す項目は「私はすぐに人と



親しくなる方だ」・「私は知り合いがでしやすい方だ」等、外向性や社交性という対人関係における安定性を表す項目となったために、情緒的な安定傾向を捉え切れなかったのだろう。また内的作業モデルは、乳幼児期から連続して形成されていくものであるため、質問紙調査では限界があったと思われる。今後は面接法等、質問紙法とは異なる方法による検討が必要だろう。

## 2. 子どもが捉える母親の養育態度と、「ひとりでいられる能力」の関連についての考察

仮説2「現在、養育者から、受容的・自立促進的・適応援助的・自信を持った養育を受けていると感じている人ほど、CBAが高い」は、おおむね支持され、仮説3「現在養育者から、干渉的・分離不安的な養育を受けていると感じている人ほど、CBAが低い」については、干渉的な養育は支持されたが、分離不安的な養育については支持されなかった。

### (1) 「くつろぎと孤独欲求」について

「くつろぎと孤独欲求」は、子どもが母親の養育態度を非干渉的・適応援助的と認識していることから影響を受けていた。養育者に支えてもらいながら環境に適應することで自己肯定感が生まれ、ひとりでいても大丈夫だという気持ちを持てるのだと考えられる。また、母親からあまり干渉されずに、自分のやりたいと思うことをのびのびと行えるので、ひとりでいることに快適さを感じ、ひとりでいることを求めるのだろう。

### (2) 「孤独不安耐性」について

「孤独不安耐性」は、子どもが母親の養育態度を非干渉的だと認識していることから影響を受けていた。親から干渉されていないと感じる子どもは、自ら物事を決定し行動するので、母親がいなくても大丈夫だという気持ちを抱き、孤独に対する耐性が出来ているのだと考えられる。

### (3) 「つながりの感覚」について

「つながりの感覚」は、子どもが母親の養育態度を受容的・自立促進的であると認識していることから影響を受けていた。Winnicottは、まず母親を抱える環境として捉え、母親が乳児の欲求に適した環境を提供する存在であり、“抱えること (Holding)” の重要性を提唱したが、母親が過度に抱えすぎると、子どもの主体性の発達を阻害することさえあると述べている。そして、分離期の子どもに対しては、母親は抱えるのではなく、“あやすこと (Handing)” が重要である、とも述べている (館, 2013)。母親から情緒的に受け入れられ、進路などを自分で決めるように促される子どもは、ほどほどに抱えられ (受容され)、自身で外界にアプローチ出来るようにあやされている (自立促進されている) ので、ひとりでいながらも他者とつながっている感覚を持って、行動することが出来るのだと考えられる。

### (4) 「個別性に対する気づき」について

「個別性に対する気づき」は、子どもが母親の養育態度を受容的であると認識していることや、母親から自信のない養育をされていると認識していることから影響を受けていた。母親から情緒的に受容されていると感じる人は、自分自身に肯定的な感情を抱き、ひとりで自身の問題に立ち向かっていこうとするのだと考えられる。また“母親は子育てについて後悔することが多いと思う”等、母親が自分に対して自信のない養育をしていると感じている人は、自分が母親の思い通りになれなかったと感じ、それゆえに母親のもとを離れて自分自身の力で、自身の問題に立ち向かい、自分らしさを追求しようとしているのだと考えられる。

さらに、子どもが母親の分離不安をどのように捉えていようとCBAの獲得には影響がないという結果を得たことについて、考察する。

本研究の対象者は、関西の大学に通う大学生および大学院生で、平均年齢は19.84歳であった。その年代では、大学に通うために下宿をし

て、母親から物理的に離れていたとしても、就職をしていないので、経済的・心理的にまだ依存している状態である。それゆえに、母親のもとを離れて自立するという葛藤には至っていない段階だと考えられる。今後、就職・結婚など、自立に伴う葛藤が表面化しやすい年代を対象に調査すると、異なる結果が得られるかもしれない。

### 3. ペアデータについての考察

仮説4「現在、養育者が受容的・自立促進的・適応援助的・自信を持った養育をしている」と思っており、子どももそのように感じている人ほど、CBAが高い」と、仮説5「現在、養育者が干渉的・分離不安的な養育をしていない」と思っているが、子どもはされていると感じている人ほど、CBAが低い」は棄却された。

#### (1) 「くつろぎと孤独欲求」について

「干渉」的養育態度において、高高群よりも高低群の方が、ひとりでも快適さを感じ、ひとりになることを自ら求める特性である「くつろぎと孤独欲求」に高い数値を示した。このことから、自他ともに認める干渉的な態度は、CBAに負の影響を及ぼすことが分かった。

母親が過干渉だと、自分のやりたいことをのびのびと行えず、ひとりであることに対してくつろぐことは出来ないのだろう。また、常に母親に干渉されているために、ひとりであることに対して罪悪感を抱き、ひとりになろうとしないのだろう。一方、母親が過干渉でなければ、自分のやりたいことをのびのびと行うことができ、ひとりであることに快適さを感じ、ひとりで様々なことに挑戦していけるのだと考えられる。

このことから、全く母親が干渉しないのではなく、過干渉にならないよう適度に見守りながら、子どもが必要とする時には手を差し伸べるような「ほどよい母親 (good enough mother)」としての態度が必要であると考えられる。

#### (2) 「孤独不安耐性」について

「干渉」的養育態度において、低低群が高高群よりも、孤独に耐えられる特性を示す「孤独不安耐性」の数値が高かった。このことから、自他ともに認める干渉的養育態度は、CBAの獲得に負の影響を及ぼすことが分かった。

母親に干渉されていないと感じる人は、自ら決定し行動することで、ひとりであることにある程度耐性が出てきているのだと考えられる。自他ともに認めるほど母親が干渉的だと、子どもは「ひとりになること」に対して自信を持つことが出来ず、孤独に耐えられなくなるのだと考えられる。

#### (3) 「つながりの感覚」について

「受容」的養育態度において、高低群が他のどの群よりも、ひとりでも他者とつながっていると感じられる特性を示す「つながりの感覚」が最も低くなった。このことから、母親が受容していると感じていても、子どもがそのように捉えていないというズレが、CBAの獲得に負の影響を及ぼすことが分かった。

母親が情緒的に受容していると思っても、子どもがそのように感じていないというズレがある場合、自身の気持ちを受け入れてもらえない、理解してもらえないという経験が積み重なり、他者とつながっているという感覚を持ちにくいのだと考えられる。

また本研究では、母親が受容していると思っておらず、かつ子どもも母親から受容されていないと思っている群である低低群も、高低群より「つながりの感覚」が高くなるという結果を得た。そのように母娘間でズレがない場合、子どもはその母娘関係を当たり前だと思っており、母親に情緒的に受け入れてもらうことに対して、それほど期待しておらず、よって理解してもらえないという経験も少なくなるために、「つながりの感覚」が損なわれないのかもしれない。

#### (4) 「個別性に対する気づき」について

「受容」的養育態度において、高高群が高低

群よりも、自分で自分の問題を解決していこうとする特性を示す「個別性に対する気づき」の得点が高かった。このことから、母親が受容していると感じていても、子どもがそのように捉えていないというズレが、CBAの獲得に負の影響を及ぼすことが分かった。

母親が情緒的に受容し、子どももそのように感じる人は、自分自身に肯定的な感情を抱き、ひとりで自分の問題に立ち向かっていこうとするのだと考えられる。一方で、母親は受容していると思っても、子どもが受容されていないというズレがある場合、子どもは自分の気持ちを理解してもらえないというつらさを強く感じ、自身の問題を母親のせいだと考えたり、何とかして母親に分かってほしいとこだわってしまったりする可能性が考えられる。

以上のことから、母親が干渉していると思っても、子どもがそのように感じていなければCBAが高くなることや、母親が受容していると思っても、子どもがそのように感じていなければCBAは低くなることが示された。このことから、母親は干渉し過ぎないようにすることが肝要であろう。また、母親が肯定的な養育をしていると感じていても、子どもがそう感じていないというズレをなくすために、母親自身も日頃の養育態度を振り返ることが求められる。

## V. まとめと今後の課題

本研究では、乳幼児期に形成された内的作業モデルと現在の母娘関係の在り方が、母親との二者関係を通じて、「ひとりでいられる能力」の獲得に与える影響について検討した。現在の母娘関係とは、母親の養育態度について問うたものである。従来、母親の養育態度については、子どもがどう捉えているかに着目した研究が多い。しかし、本研究の特徴は、母親にも質問紙調査を行い、母親自身が子どもをどのように養育しているかを調査した点にある。

本研究で得られた結果は、アタッチメントスタイルについては、Ainsworth (1978) が示し

た安定型・アンビバレント型・回避型だけでなく、それらを複合した型が見られたということであった。このことは、大学に入学し親から離れて、恋人や親しい友人を見つけていく等、成人期に向けて変化しつつある、揺らぎの多い青年期心性を示していると考えられた。また鳥居ら (2011) は「アタッチメントスタイルが安定型あるいは拒絶型の人ほどCBAが高い」と示した結果を示したが、本研究では内的作業モデルにおいて、アンビバレント傾向および回避傾向でないことがCBAの獲得に重要であることが示された。青年期のCBAにとって、内的作業モデルが不安定的ではないこと、安定的であることは前提として必要だが、本研究の対象者は関西の大学生および大学院生であり、家庭的にも能力的にも比較的恵まれた層が多いために、CBAの獲得に際し、安定傾向の影響があまり見られなかったと思われる。今後は対象者の幅を広げて再検討する必要があると考えられる。

また、現在の母娘関係については、受容・自立促進・適応援助・自信といった養育態度の各要素が、それぞれ適度にCBAの獲得に影響を及ぼしていることが示唆された。このことから、「ほどよい母親 (Winnicott, 1952)」と表現されるように、養育態度の各要素をほどよく持ち合わせ、かつ母親が肯定的な養育をしている、子どもがそう感じていないというズレをなくすために、自身の養育を振り返ることが肝要だと考えられた。母親がほどよく子どもと関わるためには、母娘を支える第三者の存在が必要である。第三者には父親が挙げられるが、父親だけでなく治療者もまた、その存在の一端を担うだろう。本研究では母親との関係に焦点を当てたが、今後は母親だけでなく、父親を含めた三者関係も検討していく等、尺度の構成も含めて、更なる研究が必要であると考えられる。

なお、干渉的な養育態度については、CBAの獲得に良い影響は見られず、青年期において母親から干渉され過ぎないことが重要であることが示唆された。また分離不安的な養育態度については、CBAとの関連がみられなかった。

このことについては、青年期から成人期への移行期に焦点を当てて、再検討する必要があると考えられた。

CBAは孤独という否定的に捉えられがちな概念を、ひとりていられる力として肯定的に捉えなおしたものである。しかし、本研究では、その力にも内的作業モデルの混乱型や、母親の自信のない養育態度のように、一見否定的に思われる事柄が肯定的に関与していることが示された。このことから、野本(2000)が高次CBAを「アンビバレントに耐えながら自分の悩みを自分で悩める能力」と示したことが首肯できる。つまり「ひとりていられる能力」とは、ひとりていることやそれに影響する要因に関して、肯定的・否定的な側面両方を視野に入れ、そのアンビバレントさを抱えながら、一生を通して発達していく能力であることが、本研究でも認識できたと考えられる。

#### 引用文献・参考文献

- Abram, Jan, 館直彦監訳 (2006). ウィニコット用語辞典. 誠信書房.
- Ainsworth, M. D. D., Blehar, M. S., & Waters, E., & Wall, S. (1978). Patterns of Attachment: A psychological study of the Strange Situation. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Bartholomew, K. & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, **61**, 226-244.
- Blos, P. (1967). The second individuation process of adolescence. *Psychoanalytic Study of the Child*, **23**, 162-186.
- Bowlby, J., 黒田実郎・大羽葵・黒田洋子訳 (1976). 母子関係の理論 I 愛着行動. 岩崎学術出版社 (Bowlby, J (1969), Attachment and Loss, vol1, Attachment. The Hogarth Press).
- Bowlby, J., 黒田実郎・大羽葵・黒田洋子訳 (1977). 母子関係の理論 II 分離不安. 岩崎学術出版社 (Bowlby, J (1973), Attachment and Loss, vol2, Separation: Anxiety and anger. The Hogarth Press).
- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of attachment: An integrative overview. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment Theory and Close Relationships* (pp.46-76). Guilford Press.
- 遠藤利彦 (2007). 愛着理論の現在. *こころの科学*, **134**, 20-24, 日本評論社.
- Hazan, C. & Shaver, P. R. (1987). Romantic love conceptualized 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. Bartholomew & D. Perlman (Eds.), *Advances in personal relationships*, **5**, 151-178.
- 広沢俊宗 (2002). 孤独の感情, 対処行動に及ぼす孤独感, および Aloneness への耐性の影響. *関西国際大学研究紀要*, **3**, 81-96.
- 川上範夫 (2012). ウィニコットがひらく豊かな心理臨床 - 「ほどよい関係性」に基づく実践体験論 -. 明石書店.
- 北山修 (2012). 幻滅論. みすず書房.
- 北山修 (1993). 北山修著作集 日本語臨床の第1巻 見るなの禁止. 岩崎学術出版社.
- 國吉知子 (2015). 母と娘 - その光と闇 -. *女性学評論*, **29**, 24-49.
- Mahler, M. S., Pine, F., & Bergman, A. (1975). The psychological birth of the human infant Basic Books.
- 信田さよ子 (1997). 一卵性母娘な関係. 主婦の友社.
- 野本美奈子 (2000). Capacity to Be Alone の逆説性と多重性に関する研究 - 「一人でいる能力尺度」精緻化の試み -. *大阪大学教育学年報*, **5**, 125-137.
- 落合良行 (1999). 孤独な心 - 淋しい孤独感から明るい孤独感へ. サイエンス社
- 高石浩一 (1997). 母を支える娘たち ナルシズムとマゾヒズムの対象支配. 日本評論社.
- 高富莉那・桂田恵美子 (2011). 大学生の心理的自立と親の養育態度との関連. *臨床教育心理学研究*, **37**, 27-32.

- 詫摩武俊・戸田弘二（1988）. 愛着理論から見た青年の対人態度－成人版愛着スタイル尺度の試み－. 東京都立大学人文学報, **196**, 1-16.
- 谷井淳一・上地安昭（1993）. 中・高校生の親の自己評定による親役割診断尺度作成の試み. カウンセリング研究, **26**（2）, 113-122.
- 館直彦（2013）. ウィニコットを学ぶ－対話することと創造すること－. 岩崎学術出版社.
- 鳥居瑤子・岡島泰三・桂田恵美子（2011）. 大学生の一人で行われる能力と愛着スタイルとの関連－「一人行動に対する不安耐性」尺度の作成－. 臨床教育心理学研究, **37**, 33-39.
- Winnicott, D. W., 牛島定信訳（1977）. 情緒発達の精神分析理論. 岩崎学術出版社（Winnicott, D. W., (1958), The Capacity to be alone. International Journal of psycho-analysis, **39**, 416-420）.