

# 友人関係における動機づけと友人とのコミュニケーション および精神的健康との関連

Examining the Influence of friendship motivation on interpersonal communication styles  
and well-being in Japanese young adults

本田 周二<sup>1</sup>

<sup>1</sup>大妻女子大学 人間関係学部

Shuji Honda<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Faculty of Human Relations, Otsuma Women's University

2-7-1 Karakida, Tama-shi, Tokyo, Japan 206-8540

キーワード：友人関係，動機づけ，対人コミュニケーション，精神的健康

Key words : Friendship, Motivation, Interpersonal communication, Well-being

## 抄録

本研究は、親密さの程度の低い友人に焦点を当て、自己決定性の低い動機づけが友人とのコミュニケーション（対面および携帯でのコミュニケーション，対人葛藤時の対処方略），そして、友人との関係満足感，当人の精神的健康にどのような影響を与えているのかについて検討を行った。大学生247名（男性130名，女性115名，不明2名）を対象に質問紙調査を行った。相関分析および重回帰分析の結果、「取り入れ」と情緒的コミュニケーションとの間に正の関連が見られた。そして、「取り入れ」が回避スタイル，自己譲歩スタイルを促進すること，そして，友人関係満足感を低下させ，劣等感を促進させることが明らかとなった。一方，自己決定性の高い動機づけとコミュニケーションとの関連はほとんど見られなかった。現代青年の友人関係の特徴を捉える上で，自己決定性の低い動機づけや親密さの程度の低い友人に着目する必要性が示唆された。

## 1. 問題および目的

### 1.1. はじめに

本研究は，友人関係における動機づけと，友人とのコミュニケーション（対面および携帯でのコミュニケーション，対人葛藤時の対処方略），精神的健康との関連について検討することを目的とする。人は，日々様々な対人関係の中で生活しているが，中でも，高校生や大学生などに代表されるような青年期においては，他の年代に比べて友人関係が非常に重要な役割を果たしている<sup>[1][2]</sup>。内閣府が実施している世界青年意識調査によると，日本の青年は「悩みや心配事を相談する相手」に近所や学校の友だちを挙げる割合が多く，学校に通うことの意義として「友だちとの友情を育むこと」を挙げる割合が多い<sup>[3]</sup>。友人関係といえば，同性友人関係を指すことが多く<sup>[4]</sup>，様々な研究から同性の友人関係が個人にとって大きな支えにな

ることが示されている<sup>[5]</sup>。本田<sup>[6]</sup>は，日本における青年期の友人関係研究のレビューを行い，友人関係の特徴についてまとめている。それによると，青年期における友人関係の特徴とは，個人の精神的健康を促進し<sup>[7]</sup>，情緒的な拠り所となる関係であり<sup>[8]</sup>，友人と親密で深い関係を築くことが望ましいと考えられている。

しかし，一方で，傷つくのを恐れて友人との関係が深まることを拒絶する表面的な友人関係を持つ青年の存在<sup>[9]</sup>や，友人関係の特徴として，状況に応じて自己や付き合い合う相手を切り替える傾向<sup>[10]</sup>が指摘されている。また，子ども生活実態基本調査によると，中学生や高校生は仲間はずれにされないように話を合わせることや，友だちとのやりとりで傷つく経験をしていることが明らかになっている<sup>[11]</sup>。近年では，友人間に見られるいじめの研究も行われるようになってきており<sup>[12]</sup>，上述し

たような親密で深い関係とは異なる友人の存在が示唆されている。仲間はずれにならないように、相手からの評価を気にしながら、必要以上の気配りを必要とする友人とのつきあい方は、親密さや関係としての楽しさによって特徴づけられた個人的、自発的な関係<sup>[13]</sup>としての友人と比べて、本人にとって非常にストレスフルであると考えられる。

このように、青年期の友人とのつきあい方やそのつきあい方が当人に及ぼす影響には様々なものが存在しているが、これまでは、親密で深い関係を築くようなつきあい方やそれによる精神的健康の促進に主眼を置いた研究が行われてきた。しかし、表面的な友人とのつきあい方や仲間はずれにされないような友人とのつきあい方といった異なる側面からの研究も、現代青年の友人関係の特徴を捉える上では重要になると考えられる。

上述したような友人とのつきあい方の違いは、友人関係を形成、維持する動機の違いによって説明が可能であろう。人は楽しいからという理由以外にも、一緒にいることで何かしらのサポートを得ることができるのではないかと打算的に考えて、友人との関係を維持することがある。また、友人がいなくに対する不安からも友人を求める可能性がある。この点は、友人関係が外的な報酬や罰、他者からの働きかけによって維持されることがある<sup>[14]</sup>という研究からも示唆される。

## 1.2. 友人関係における動機づけ

岡田<sup>[14]</sup>は、動機づけの観点から友人関係を捉え、友人関係における動機づけ尺度を作成している。この尺度は、動機づけ理論の1つである自己決定理論<sup>[15]</sup>に基づき作成された尺度である。自己決定理論とは、非動機づけ、外発的動機づけ、内発的動機づけという3つの動機づけ状態を想定し、自己決定性の概念を元に、スポーツや学習、対人関係など様々な領域における動機づけを包括的に捉える理論である<sup>[16]</sup>。

友人関係における動機づけ尺度は、自己決定性の程度により外的な報酬や他者からの働きかけによって行動が開始される「外的」、不安や義務の感覚から、あるいは自己価値を維持したいために行動する「取り入れ」、個人的に重要であるからといった理由で自発的に行動がなされる「同一化」、興味や楽しさなどのポジティブな感情によって動機づけられる「内発」の4つの下位尺度から構成さ

れている (Figure 1)。

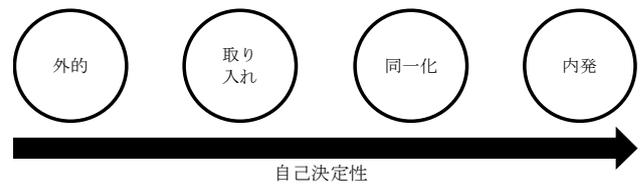


Figure 1 友人関係における動機づけ尺度の概念

自己決定理論の観点からすると、自律的に友人と積極的な相互作用を行うことが適応的な結果を導くと考えられる<sup>[14]</sup>。4つの下位尺度のうち、「同一化」や「内発」に関わりのある友人関係とは従来から扱われてきた親密さなどに基づく友人関係であると考えられる。そして、「外的」や「取り入れ」に関わりのある友人関係は、近年、焦点を当てられている表面的な友人関係や、相手からの評価を気にするために、必要以上に気配りを行う友人関係に対応していると考えられる (Figure 2)。

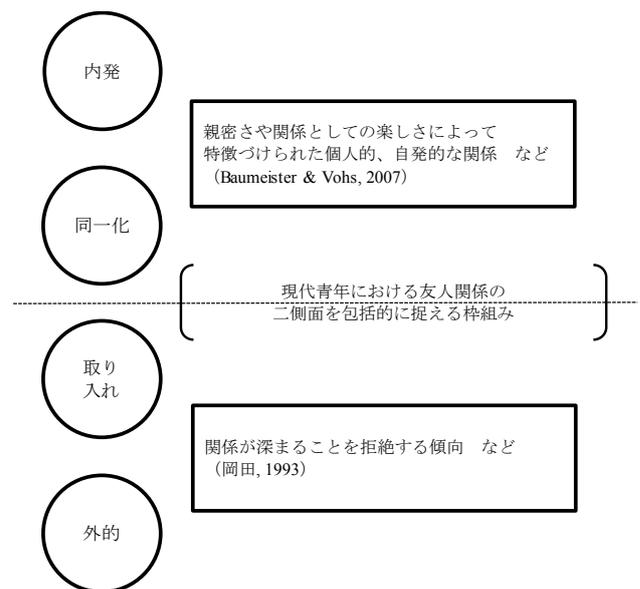


Figure 2 友人関係における動機づけと友人関係の特徴との関連

友人関係における動機づけに関しては、自己決定性の高い動機づけである「内発」や「同一化」などの動機づけが、友人への向社会的行動<sup>[14]</sup>や親和傾向<sup>[17]</sup>を促進することが明らかとなっている。また、中学生において「内発」が笑い話などの自己開示を促進し、「外的」「同一化」が深く傷ついた出来事などの内面的な自己開示を促進し、学校

享受感に正の影響を与えること<sup>[18]</sup>や、動機づけの  
高さが学習時に友人へ援助を求めることや相互学  
習を促進すること<sup>[19]</sup>などが明らかにされてきてい  
る。

このように、友人関係における動機づけに関し  
ては、友人とのコミュニケーション（自己開示、  
学習時における援助要請、相互学習など）や精神  
的健康（学校享受感など）との関連が検討されて  
きた。そして、自己決定理論で予測されている通  
り、自己決定性の高い動機づけが友人との積極的  
なコミュニケーションを促し、その結果、友人関  
係における適応に影響を与えることが明らかにさ  
れてきた。

これらは、主に友人関係において自己決定性の  
高い動機づけに着目して検討を行ってきたと言  
えるだろう。しかし、現代の友人関係における特  
徴の1つと考えられる表面的なつきあい方や過度  
の気配りが必要なつきあい方という点を考えると、  
自己決定性の低い動機づけである「外的」や「取  
り入れ」にも着目する必要があるだろう。また、  
友人とのコミュニケーションには先行研究におい  
て扱われてきたような相手との関係性を良好にす  
るコミュニケーションだけではなく、対人葛藤方  
略のような結果によっては相手との関係性が悪化  
する可能性のあるコミュニケーションも存在する  
と考えられるが、この点を検討した研究はほとん  
どない。本田<sup>[20]</sup>は、この点に着目をし、友人関係  
における動機づけと親しい同性友人との対人葛藤  
時の対処方略スタイルとの関連を検討している。  
そこでは、自己決定性の低い動機づけが、自分  
の意見を押し付けたり、相手との対立を避けよう  
とする対処方略スタイルを促進することが明らかに  
されている。この結果は、現代青年における友人  
関係の特徴を捉える上で、多様な動機に基づく友  
人とのつき合い方という観点が重要であることを  
示唆しているが、友人関係における動機づけと友  
人とのコミュニケーションに関する研究はあまり  
行われておらず、さらに、自己決定性の低い動機  
づけとの関連を検討しているものはまだ少ない。  
そこで、本研究においては、自己決定性の低い動  
機づけと友人との2種類のコミュニケーション  
（相手との関係を良好にするものと結果によっ  
ては悪化する可能性のあるもの）との関連を検討  
する。

また、本研究では、親密さの程度の低い友人と

のコミュニケーションに着目する。これまでの友  
人関係に関する研究では、親密さの程度の高い友  
人関係を対象に検討が行われてきた<sup>[21]</sup>。その中  
で、親密さの程度の低い友人関係は、親密さの程  
度の高い友人との比較対象として扱われてきたもの  
<sup>[22]</sup>、結果にはほとんど着目されてこなかったと言  
える。しかし、表面的な友人関係という現代青年  
の特徴や、友人の数の平均は150人程度である<sup>[23]</sup>  
といった知見を考えると、現代青年において、本  
人が友人であると認識している相手すべてと親密  
な関係を築いているとは想定しづらい。むしろそ  
こまで親しくない相手とコミュニケーションをと  
ることも十分に考えられる。だが、友人関係の研  
究において、そのような相手とどのようなコミュニ  
ケーションをとっているのかについての心理学的  
な検討はこれまでにほとんど行われていない。

以上を踏まえ、本研究では、自己決定性の低い  
動機づけと親密さの程度の低い友人とのコミュニ  
ケーション、そして精神的健康の関連に焦点を当  
てる。自己決定性の低い動機づけが友人とのコミ  
ュニケーション、そして、友人との関係満足感、  
当人の精神的健康にどのような影響を与えている  
のかについて明らかにすることは、現代青年にお  
ける友人関係の特徴を捉える上で重要であると考  
えられる。本研究では、友人とのコミュニケーション  
として、対面および携帯でのコミュニケーション  
と対人葛藤時の対処方略の2つを取り上げる。  
以下に、両者の先行研究について簡潔に述べる。

### 1.3. 対面および携帯でのコミュニケーション

友人との1対1のコミュニケーションに関して、  
従来は対面でのコミュニケーションを中心に検討  
がなされてきた<sup>[24]</sup>。しかし、現代青年は、対面  
だけではなく携帯電話を用いて友人とのコミュニ  
ケーションを頻繁に行っていると考えられる。平成  
27年通信利用動向調査によると、10代の携帯電話  
（スマートフォン含む）利用率は85.9%にもおよ  
び<sup>[25]</sup>、携帯電話を所有している20代の9割以上が  
携帯メールを使用している<sup>[26]</sup>。また、携帯メール  
と対面のどちらも用いてコミュニケーションを行  
っている人は対面のみを用いてコミュニケーション  
を行っている人よりも友人との親密さを高く評  
価している<sup>[27]</sup>。これらのことを考えると、日本の  
青年にとっては友人との携帯でのコミュニケーション  
は日常生活に浸透しており、対面でのコミュ

ニケーションと同様に、友人関係にとって重要であると言える。

ここで、対面でのコミュニケーションと携帯でのコミュニケーションとの違いについて考える。両者の違いに関しては、これまでにいくつか検討されている<sup>[28]</sup>。それらをまとめると、あくまでも相対的な比較ではあるが、同期性（コミュニケーションのやりとりがリアルタイムであるかどうか）は、携帯メールよりも対面、携帯通話が高く、匿名性（本人の情報を隠すことができる程度）は、対面では無いが、携帯通話、携帯メールにおいてはある。そして、空間的制約は、対面ではあるが、携帯通話、携帯メールにおいては無い、と言えるだろう。匿名性や空間的制約の点から見ると、対面よりも携帯でのコミュニケーションの方が比較的気軽に行うことができると考えられる（Table 1）。

Table 1 対面と携帯でのコミュニケーションの違い

	対面	携帯（通話）	携帯（メール）
同期性	高	高	低
匿名性	無	有	有
空間的制約	有	無	無

※黒川ら<sup>[28]</sup>などを参考に作成

携帯でのコミュニケーションと友人関係に関しては、大学新生において、大学入学後の友人に対するメール送信数の増加が孤独感を低減すること<sup>[29]</sup>、友人と親密になるにつれて、対面と携帯メールでの自己開示内容とその質が増加すること<sup>[30]</sup>といった研究がこれまでに行われてきた。しかし、対面コミュニケーションと比べるとまだ研究は少なく、さらに、友人関係における動機づけとの関連を検討したものは見られない。対面でのコミュニケーションだけではなく携帯でのコミュニケーションと動機づけとの関連を検討することは重要であろう。

#### 1.4. 対人葛藤方略

対人葛藤とは、他者との顕在的・潜在的対立を含む社会的状況であり、当事者の葛藤対処方略によって葛藤の結果が左右される<sup>[31]</sup>。これまでの対人葛藤研究において、葛藤対処方略に関する研究は数多く行われてきた<sup>[32]</sup>。Rubin et al.<sup>[32]</sup>は、自己の利害への関心と他者の利害への関心の2次元により解決方略を4つに分類する二重関心モデルを提案している。このモデルでは、自己と他者への

利害への関心における動機づけの高さによって選択される方略が異なることを想定している。そして、加藤<sup>[23]</sup>は、Rahim & Bonama<sup>[33]</sup>の対人葛藤方略の2次元5スタイルを参考に、対人葛藤方略スタイルを測定する尺度を作成し（Table 2）、対人葛藤方略スタイルと友人関係満足感、心理的ストレス反応、孤独感との関連を検討している。

Table 2 対人葛藤方略スタイル尺度（加藤, 2003）

統合スタイル	お互いの利益になるような決定をする お互いに満足するような結論を見つけ出そうとする お互いの目的を支持する
回避スタイル	最良の結果が得られるように、お互いの考えを理解する お互いの意見の相違に直面しないようにする 出来る限り口論にならないようにする 相手との衝突を避けようとする 対立を防ごうとする
強制スタイル	自分の意見を押し通すために、いろんなことをする 自分にとって有利な結果を得ようとする 自分の立場を押し通そうとする 自分の意見を通そうとする
自己譲歩スタイル	友人の要求に従う 友人の目的に添うようにする 友人の望み通りにする 友人の考えを認める
相互妥協スタイル	お互いの意見の間を取ろうとする お互いの意見を水に流すよう主張する お互いの妥協点を探そうとする お互いの意見の歩みよったところで、取り決めようとする

分析の結果、統合スタイルを多く使用する人は友人関係満足感が高く、強制スタイルを多く使用する人は友人関係満足感が低いことを明らかにしている。また、大淵・福島<sup>[31]</sup>は、葛藤解決における社会的動機に着目し、「関係目標」「パワー・敵意目標」「公正目標」「同一性目標」「個人的資源目標」「経済的資源目標」という6つの目標と対処方略との関連を検討している。そして、関係目標が協調方略、第三者方略に正の影響を与えること、パワー・敵意目標が対決方略に正の影響を与えること、同一性目標が協調方略に負の影響、回避方略に正の影響を与えることを明らかにしている。他にも、藤森<sup>[34]</sup>は、対人葛藤時の解決ストラテジーが相手への好意度に影響を及ぼしていることを明らかにしている。

このように、対人葛藤の研究において、本人の動機に着目した研究が行われてきており、葛藤時にどのような動機に基づくのかによって対処方略が異なることが明らかにされている。しかし、親しさの程度の低い友人に着目し、葛藤方略との関連を検討したものはほとんど見られない。現実場面において人は様々な友人とコミュニケーションをとっていることを考えると、親密さの程度が低い友人に着目し、その相手とのコミュニケーションについて検討することが重要であると考えら

れる。

### 1.5. 本研究における予測

それでは、友人関係における動機づけ（特に、自己決定性の低い動機づけ）と、対面および携帯でのコミュニケーション、対人葛藤方略そして精神的健康にはどのような関連が予測されるのだろうか。まず、友人関係における動機づけと対面および携帯でのコミュニケーションとの関連について考える。自己決定理論によると、自己決定性の高い動機づけは友人との積極的なコミュニケーションを促すことが明らかとなっているため、自己決定性の低い動機づけは、全般的に友人とのコミュニケーションとの関連は少ないと考えられる。しかし、携帯でのコミュニケーションは比較的気軽に行うことができるという特徴を有しているため、「外的」や「取り入れ」においてコミュニケーションが多く行われる可能性が高い。そして、本研究においては親密さの程度の低い友人とのコミュニケーションに着目している。基本的に、親密さの程度の低い友人とは積極的なコミュニケーションを行わないと考えられるが、自己決定性の低い動機づけの中でも、不安や義務の感覚によって行動が開始される「取り入れ」は、相手から拒否されることを避けて、なるべく多くの友人との関係を維持するための行動を取ると考えられる。そのために、親密さの程度が低い友人との間でもコミュニケーションを促進すると予想される。

次に、友人関係における動機づけと対人葛藤方略との関連について本田<sup>[20]</sup>の研究結果を踏まえて考える。本田<sup>[20]</sup>においては、親密な友人との葛藤時の対処方略について検討している。その結果、他者からの働きかけによって行動が開始される「外的」は強制スタイルを促進し、不安や義務の感覚によって行動が開始される「取り入れ」は回避スタイル、自己譲歩スタイルを促進することを明らかにしている。本研究においても、同様の結果がみられると考えられる。

最後に、友人関係における動機づけと友人関係満足感、精神的健康との関連について考える。本研究においては、精神的健康として学校適応感を用い、動機づけとの関連を検討する。友人関係における動機づけに関する先行研究において、自己決定性の高い動機づけは、友人関係における適応を促進することを促進することが明らかとなって

いる<sup>[14]</sup>。そして、本田<sup>[20]</sup>では、「取り入れ」が友人関係満足感を低下させることを明らかにしている。また、友人関係の良好さと学校適応には関連があることがこれまでの研究において明らかにされている<sup>[35]</sup>。これらを合わせると、自己決定性の低い動機づけは、友人関係満足感と学校適応感を低下させると考えられる。

## 2. 方法

### 2.1. 調査対象

東京都内の大学生 94 名および兵庫県内の大学生 153 名の計 247 名（男性 130 名、女性 115 名、不明 2 名）を対象に調査を行った。

### 2.2. 調査時期

調査は、2012 年 7 月に行った。

### 2.3. 調査内容

(1) 全般的な同性の友人関係に関する項目：1) 友人関係における動機づけ：回答者の友人関係全般における動機づけを測定するために、岡田<sup>[14]</sup>の友人関係における動機づけ尺度を用いた。この尺度は、「外的」「同一化」「取り入れ」「内発」の 4 つの下位尺度（各 4 項目）から成る。「あなたの友人に対する態度全般についてお聞きします。なぜ友人と親しくしたり、一緒に時間を過ごしたりしますか？それぞれの文章についてもっともあてはまる数字に○をつけてください」という指示を行い、「1. あてはまらない」から「5. あてはまる」の 5 件法で回答を求めた（Table 3）。

Table 3 友人関係における動機づけ尺度（岡田, 2005）

外的	親しくしていないと、友人ががっかりするから 友人関係を作っておくように、まわりから言われるから 一緒にいないと、友人が怒るから 友人の方から話しかけてくるから
取り入れ	友人がいないと、後で困るから 友人とは親しくしておくべきだから 友人がいないのは、恥ずかしいことだから 友人がいないと、不安だから
同一化	友人のことをよく知るの、価値のあることだから 友人関係は、自分にとって意味のあるものだから 友人といることで、幸せになれるから 友人と一緒に時間を過ごすのは、重要なことだから
内発	友人と一緒にいるのは楽しいから 友人と親しくなるのは、うれしいことだから 友人と話すのは、おもしろいから 友人と一緒にいると、楽しい時間が多いから

2) 友人関係満足感：鈴木<sup>[36]</sup>の主観的ウェルビーイングの下位尺度である友人関係満足感（6 項目、5 件

法)を用いた。「それぞれの項目についてあてはまる数字に1つ○をつけてください」と教示を行い、「1. 全くあてはまらない」から「5. 非常に良くあてはまる」までの5件法で回答を求めた。3) 親しい同性友人のイニシャル: 親しいと感じている同性の友人のイニシャルを思いつく限り記入させた。4) 携帯電話に登録している友人の数: 携帯電話に登録している友人の数を記入させた。

(2) 特定の同性の友人関係に関する項目: 1) 親しさの程度の低い同性友人のイニシャル: 親しさの程度の低い同性友人を1名想起させるために、「親しい同性友人としてイニシャルを記入してはいるが、携帯電話に登録している同性友人を1名思い浮かべて、その人のイニシャルを記入してください」と教示し、記入させた。2) 同性友人との親密度: 上記1)においてイニシャルを記入させた友人との親密さについて「1. 全く親しくない」から「6. とても親しい」までの6件法で回答を求めた。3) 対人葛藤方略スタイル: イニシャルを記入させた友人との間で実際に起きたことについてたずねた。「この1年の間に、あなたが次のような行動をとったことはどのくらいありましたか」という教示を行い、加藤<sup>[24]</sup>の対人葛藤方略スタイル尺度(20項目)について、「1. 全くなかった」から「5. 非常にあった」の5件法で回答を求めた(Table 2)。4) 友人とのコミュニケーション内容: 1)において記入した同性友人とどのような内容のコミュニケーションを行っているかを測定するために、古谷・坂田<sup>[37]</sup>のコミュニケーション尺度を使用した。この尺度は、課題的コミュニケーション(3項目)、情緒的コミュニケーション(3項目)、コンサマトリーのコミュニケーション(3項目)の計9項目から成る。回答の際にはコミュニケーション・メディア(対面, 携帯(通話), 携帯(メール))ごとに「友人とどの程度コミュニケーションを行っていると思いますか」とたずね、「1. 全く行っていないと思う」から「5. 非常にやっていると思う」の5件法で回答を求めた(Table 4)。

Table 4 コミュニケーション尺度(古谷・坂田, 2006)

課題的 コミュニケーション	問題解決のためのアドバイスや情報を伝えてもらうこと
	自分の能力や適性について、客観的な情報を交換すること
	問題解決のために現実的な手助けや支援をしてもらうこと
情緒的 コミュニケーション	自分の悩みや愚痴を伝えること
	励ましてもらうこと
	そのときの自分の気持ちを理解してもらうこと
コンサマトリーの コミュニケーション	おしゃべりなどをすること
	体験した出来事について伝えること
	今何をしているのかといった現状報告

(3) 精神的健康に関する項目: 1) 学校への適応感: 回答者の学校への適応感を測定するために、大久保<sup>[38]</sup>の学校への適応感尺度を用いた。この尺度は、「居心地の良さの感覚」「課題・目的的存在」「被信頼・受容感」「劣等感の無さ」の4つの下位尺度から成る(30項目)。本研究においては、回答者の負担などを考慮し、下位尺度ごとに因子負荷量の高い4項目ずつ(計16項目)を用いた。「あなたの大学生活についてお聞きします。あてはまる場所に○をつけてください」という教示を行い、「1. 全くあてはまらない」から「5. 非常にあてはまる」の5件法で回答を求めた(Table 5)。

Table 5 学校への適応感尺度(大久保, 2005)

居心地の良さの感覚	大学では、周囲に溶け込んでいる
	大学では、周囲となじめている
	大学では、周りの人と楽しい時間を共有している
課題・目的的存在	大学では、自由に話せる雰囲気である
	大学では、将来役立つことが学べる
	大学では、これからの自分のためになることができる
被信頼・受容感	大学では、やるべき目的がある
	大学では、好きなことができる
	大学では、周りから頼られていると感じる
劣等感の無さ	大学では、周りから期待されていると感じる
	大学では、周りから必要とされていると感じる
	大学では、周りから関心をもちたいと感じる
劣等感の無さ	大学では、周りに迷惑をかけていると感じる
	大学では、自分だけだめだと感じる
	大学では、役に立っていないと感じる
劣等感の無さ	大学では、嫌われていると感じる
	大学では、嫌われていると感じる
	大学では、嫌われていると感じる

## 2.4. 実施方法

講義中に集団で施行し、その場で回答・回収を行った。また、調査は無記名とした。倫理的配慮について説明し、同意を得た者にのみ回答を求めた。なお、247名のうち、回答に不備があったもの、年齢が高かったもの、そしてイニシャルを記入した同性友人との親密度に関して6件法のうち、5, 6であったものを除いた211名(男性104名, 女性106名, 不明1名, 平均年齢19.6(SD=1.06))を分析の対象とした。

### 3. 結果

各尺度の平均値、標準偏差およびα係数を Table 6 に示す。それぞれについて平均得点を分析に使用した。なお、友人関係における動機づけの「外的」は、α係数が  $\alpha=.44$  と低かったため、本研究では分析に用いないこととする。

Table 6 各尺度の平均値、標準偏差およびα係数

		平均値	標準偏差	α係数
友人関係における動機づけ尺度	取り入れ	3.0	0.92	.77
	同一化	4.0	0.76	.81
	内発	4.4	0.67	.83
対人葛藤方略スタイル尺度	統合スタイル	2.2	0.91	.90
	強制スタイル	1.8	0.73	.84
	回避スタイル	2.5	0.97	.88
	自己譲歩スタイル	2.2	0.84	.83
	相互妥協スタイル	2.0	0.75	.80
対面	課題的コミュニケーション	2.2	1.05	.82
	情緒的コミュニケーション	2.0	1.07	.85
	コンサマトリ的コミュニケーション	2.5	1.13	.80
携帯（通話）	課題的コミュニケーション	1.9	1.11	.89
	情緒的コミュニケーション	1.9	1.16	.93
	コンサマトリ的コミュニケーション	2.1	1.32	.90
携帯（メール）	課題的コミュニケーション	2.3	1.25	.87
	情緒的コミュニケーション	2.1	1.26	.92
	コンサマトリ的コミュニケーション	2.4	1.33	.87
学校への適応感尺度	居心地の良さの感覚	3.5	0.91	.86
	課題・目的の存在	3.7	0.83	.78
	被信頼・受容感	2.6	0.90	.86
	劣等感の無さ	3.2	0.89	.76
	友人関係満足感	3.9	0.66	.80

まず、友人関係における動機づけと各変数間の関連を検討するために相関分析を行った (Table 7)。分析の結果、自己決定性の低い動機づけである「取り入れ」と、対人葛藤方略スタイルである「回避スタイル」「相互妥協スタイル」、対面における「課題的コミュニケーション」、携帯（通話）における「情緒的コミュニケーション」、学校への適応感である「居心地の良さの感覚」「課題・目的の存在」「被信頼・受容感」「劣等感の無さ」との間に関連が認められた。友人関係満足感との間には関連が認められなかった。一方、自己決定性の高い動機づけである「内発」「同一化」は、対人葛藤方略スタイルおよび対面、携帯（通話）、携帯（メール）でのコミュニケーションとの間に関連は認められなかった。学校への適応感である「居心地の良さの感覚」「課題・目的の存在」「被信頼・受容感」、そして友人関係満足感との間に関連が認められた。

Table 7 各変数間の相関係数

		内発	同一化	取り入れ
対人葛藤方略スタイル尺度	統合スタイル	.03	.07	.04
	強制スタイル	-.02	.03	.12
	回避スタイル	.04	.05	.19 **
	自己譲歩スタイル	.01	.01	.13
	相互妥協スタイル	.00	.09	.16 *
対面	課題的コミュニケーション	.02	.06	.14 *
	情緒的コミュニケーション	.09	.12	.13
	コンサマトリ的コミュニケーション	.12	.13	.07
携帯（通話）	課題的コミュニケーション	.02	.01	.08
	情緒的コミュニケーション	.06	.06	.15 *
	コンサマトリ的コミュニケーション	.09	.07	.08
携帯（メール）	課題的コミュニケーション	.02	.02	.07
	情緒的コミュニケーション	.04	.08	.13
	コンサマトリ的コミュニケーション	.06	.04	.03
学校への適応感尺度	居心地の良さの感覚	.37 **	.44 **	.24 **
	課題・目的の存在	.09	.22 **	.17 *
	被信頼・受容感	.13	.24 **	.20 **
	劣等感の無さ	.04	.03	-.17 *
	友人関係満足感	.60 **	.56 **	.01

\*\*  $p < .01$ , \*  $p < .05$

次に、友人関係における動機づけの3下位尺度を説明変数、対人葛藤方略スタイル、対面、携帯（通話）、携帯（メール）でのコミュニケーション、学校への適応感、友人関係満足感を目的変数とした重回帰分析を行った (Table 8~12)。分析の結果、「内発」から対人葛藤方略スタイル、対面、携帯（通話）、携帯（メール）、学校への適応感への有意なパスは見られず、「友人関係満足感」へ有意な正のパスが見られた。次に、「同一化」に関して、対人葛藤方略スタイル、対面、携帯（通話）、携帯（メール）への有意なパスは見られず、「居心地の良さの感覚」へ有意な正のパス、「課題・目的の存在」へ有意な正のパス、「被信頼・受容感」へ有意な正のパス、「友人関係満足感」へ有意な正のパスが見られた。最後に、「取り入れ」に関して、対人葛藤方略スタイルの一つである「回避スタイル」へ有意な正のパスが見られた。また、「劣等感の無さ」へ有意な負のパス、「友人関係満足感」へ有意な負のパスが見られた。それ以外の関連は見られなかった。

Table 8 友人関係における動機づけ尺度と対人葛藤方略との関連（重回帰分析）

	統合スタイル	強制スタイル	回避スタイル	自己譲歩スタイル	相互妥協スタイル
内発	-.03	-.12	.07	.03	-.11
同一化	.08 ***	.07	-.04	-.07	.14
取り入れ	.02	.12	.20 **	.15 *	.13
$R^2_{adj}$	-.01	.01	.03 *	.01	.02

\*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$

Table 9 友人関係における動機づけ尺度と対面でのコミュニケーションとの関連 (重回帰分析)

	課題的 コミュニケーション	情緒的 コミュニケーション	コンサマトリ-的 コミュニケーション
内発	-.05	.02	.06
同一化	.03	.05	.06
取り入れ	.15	.11	.05
R <sup>2</sup> <sub>adj</sub>	.01	.01	.00

Table 10 友人関係における動機づけ尺度と携帯 (通話) でのコミュニケーションとの関連 (重回帰分析)

	課題的 コミュニケーション	情緒的 コミュニケーション	コンサマトリ-的 コミュニケーション
内発	-.01	.01	.06
同一化	-.04	-.01	-.01
取り入れ	.10	.15 *	.08
R <sup>2</sup> <sub>adj</sub>	-.01	.01	-.01

\* p < .05

Table 11 友人関係における動機づけ尺度と携帯 (メール) でのコミュニケーションとの関連 (重回帰分析)

	課題的 コミュニケーション	情緒的 コミュニケーション	コンサマトリ-的 コミュニケーション
内発	.00	-.04	.02
同一化	-.02	.07	.00
取り入れ	.08	.11	.03
R <sup>2</sup> <sub>adj</sub>	-.01	.00	-.01

Table 12 友人関係における動機づけ尺度と学校への適応感、友人関係満足感との関連 (重回帰分析)

	居心地の良さの 感覚	課題・目的の存在	被信頼・受容感	劣等感の無さ	友人関係満足感
内発	.15	-.09	-.11	.07	.45 ***
同一化	.26 *	.28 *	.26 *	.08	.26 **
取り入れ	.11	.07	.13	-.22 **	-.16 **
R <sup>2</sup> <sub>adj</sub>	.18 ***	.06 **	.06 **	.03 *	.40 ***

\* p < .05, \*\* p < .01, \*\*\* p < .001

#### 4. 考察

本研究では、自己決定性の低い動機づけと親密さの程度の低い友人とのコミュニケーションの関連に焦点を当て、友人関係における動機づけと友人との対面および携帯でのコミュニケーション、対人葛藤方略、そして精神的健康との関連を検討した。その結果、自己決定性の低い動機づけである「取り入れ」と、親密さの程度の低い友人とのコミュニケーション、精神的健康との間に関連が認められた。以下では、得られた結果について考察を行っていく。

##### 4.1. 友人関係における動機づけと対面および携帯でのコミュニケーション

本研究では、自己決定性の低い動機づけが、親密さの程度の低い友人とのコミュニケーションを促進すると予測していた。分析の結果、両者の関連について、おおむね予測通りの結果が得られた。友人がいないと不安だと考えて行動が開始される「取り入れ」は、対面での課題的コミュニケーション、携帯 (通話) での情緒的コミュニケーションと正の関連が見られていた。課題的、情緒的コミュニケーションは相手との関係を維持することを目標としたコミュニケーションであると考えられる<sup>[36]</sup>。しかも、匿名性の高い携帯 (メール) ではなく、対面や携帯 (通話) において関連が見られていた。友人がいないと不安だと考えて友人とのつきあいをしている場合は、積極的なコミュニケーションを必要としない親密さの程度の低い友

人との間でも、関係を維持、発展させるために積極的なコミュニケーションを行う可能性があることが明らかとなった。また、別の解釈として、親密さの程度の低い友人との間では、対面において内面的な話をするよりもある特定の課題を達成するためのコミュニケーションの方がやりやすいということも考えられる。一方、自己決定性の高い動機づけとの関連は見られなかった。これまでの研究では、自己決定性の高い動機づけは、友人との積極的なコミュニケーションを促進することが示されてきた<sup>[14]</sup>。本研究の結果、親密さの程度により動機づけと友人とのコミュニケーションとの関連が異なることを示すことができたことは本研究の意義の一つであると考えられる。

##### 4.2. 友人関係における動機づけと対人葛藤対処方略

本研究では、自己決定性の低い動機づけのうち、「外的」は強制スタイルを促進し、「取り入れ」は回避スタイル、自己譲歩スタイルを促進すると予測していた。「外的」に関しては、分析から除外したため判断できないが、本研究の結果、「取り入れ」に関しては一部予測通りの結果が得られた。本田<sup>[20]</sup>での結果と同様に、「取り入れ」では、相手の意見を優先させる方略がとられていた。「取り入れ」のように、相手への関心を常に優先することが、必ずしも相手からの評価を下げないことにつながるとは限らないが、友人がいないと不安だと考えて友人とのつきあいをしている場合は、たとえ親密さの程度の低い友人との間においても、友人から嫌われることを避けるために、相手優先の方略を選択してしまうのだろう。一方、対面および携帯でのコミュニケーションとの関連と同様に、自己決定性の高い動機づけとの関連は見られなかった。本田<sup>[20]</sup>では、自己決定性の高い動機づけは、親密さの程度の高い友人との葛藤時に、双方にとって満足度の高い方略が選択されることを明らかにしている。親密さの程度の低い友人とのコミュニケーションにおいて、自己決定性の高い動機づけの影響はほとんどみられないのかもしれない。

##### 4.3. 友人関係における動機づけと友人関係満足感、精神的健康

本研究では、自己決定性の低い動機づけが、友人関係満足感と精神的健康を低下させると予測し

ていた。本研究の結果、予測は一部支持された。本田<sup>[20]</sup>と同様に、「取り入れ」は友人関係満足感を低下させていた。そして、「取り入れ」は、学校での劣等感を促進する可能性があることが示された。しかし、学校での居心地の良さや受容感などと正の関連が見られていた。友人関係の良好さと学校適応との関連を検討している研究<sup>[35]</sup>が示唆しているように、学生にとって学校で適応するためにはそこでの友人関係が良好であることは非常に重要である。そのために、相手を優先するコミュニケーションを多くとることで、学校での居心地の良さや他者からの受容を獲得していると考えられる。しかし、過度に友人に対して気を遣うようなコミュニケーションは、友人関係満足感を低下させ、劣等感を生じさせることにもつながるのかもしれない。

#### 4.4. まとめと今後の課題

本研究においては、自己決定性の低い動機づけと親密さの程度の低い友人とのコミュニケーションの関連について検討を行った。従来の友人関係の研究では、親密な友人が対象の研究が多く、親密ではない友人には関心が払われてこなかった。また、自己決定性の低い動機づけに関しても、あまり着目されてこなかった。しかし、本研究の結果、自己決定性の低い動機づけは親密さの程度の低い友人とのコミュニケーションと関連しているが、自己決定性の高い動機づけとの関連はみられないことが示された。そして、自己決定性の低い動機づけは友人関係満足感を低下させ、劣等感を高めることも明らかとなった。対人関係において、関係満足の低下は関係の解消につながりやすいが、現代青年における友人関係においては、一人でも多くの友人との関係を維持するために、たとえ満足感が低くとも、そして親しいとはあまり感じていない友人であってもコミュニケーションをとっている可能性があると考えられる。現代青年における友人関係の特徴を明らかにする上で、自己決定性の低い動機づけや親密さの程度の低い友人とのコミュニケーションにも着目する意義が示されたと考えられる。

本研究の問題点としては、今回の研究で性差について扱っていないことが挙げられる。友人関係の研究に関してはいくつもの性差が明らかにされている<sup>[39]</sup>ため、性差に関しては今後検討していく

必要があるだろう。また、自己決定性の低い動機づけである「外的」と友人とのコミュニケーションについて検討できなかった点も本研究での問題である。本田<sup>[20]</sup>では、「外的」と「取り入れ」によって対人葛藤方略に異なる影響を与えていた。この点は今後明らかにしていく必要がある。最後に、本研究は一時点のみでの質問紙調査であるため、今後は友人関係における動機づけとコミュニケーション、そして精神的健康との関連について縦断データを用いて検討していくことで現代青年の友人関係の特徴を捉えていくことが重要であろう。

#### 引用文献

- [1]福岡欣治ほか(1997). 大学生と成人における家族と友人の知覚されたソーシャルサポートとそのストレス緩和効果 心理学研究, 68(5), p.403-409.
- [2]遠矢幸子(1996). 友人関係の特性と展開 大坊郁夫・奥田秀宇(編) 親密な対人関係の科学 誠信書房, p.90-116.
- [3]内閣府(2004). 第7回世界青年意識調査 内閣府.
- [4]和田実(1993). 同性友人関係: その性および性別役割タイプによる差異 社会心理学研究, 8(2), p.67-75.
- [5]Catherine L. Bagwell et al.(2005). Friendship quality and perceived relationship changes predict psychosocial adjustment in early adulthood. *Journal of Social and Personal Relationships*, 22, p.235-254.
- [6]本田周二(2009). 日本における友人関係研究の動向 東洋大学 21世紀ヒューマン・インタラクティブ・リサーチ・センター研究年報, 6, p.73-80.
- [7]丹野宏昭(2007). 友人との接触別にみた大学生の友人関係機能 パーソナリティ研究, 16(1), p.110-113.
- [8]柴橋祐子(2004). 青年期の友人関係における「自己表明」と「他者の表明を望む気持ち」の心理的要因 教育心理学研究, 52(1), p.12-23.
- [9]岡田努(1993). 現代の大学生における「内省および友人関係のあり方」と「対人恐怖的心性」との関係 発達心理学研究, 4(2), p.162-170.
- [10]大谷宗啓(2007). 高校生・大学生における状況に応じた切替: 心理的ストレス反応との関連にも注目して 教育心理学研究, 55(4), p.480-490.
- [11]Benesse教育研究開発センター(2010). 第2回子ども生活実態基本調査 ベネッセコーポレーション.

- [12]三島浩路(2008). 小学校高学年で親しい友人から受けた「いじめ」の長期的な影響—高校生を対象にした調査結果から— 実験社会心理学研究, 47, p.91-104.
- [13]Roy F. Baumerister et al. (Eds.)(2007). Encyclopedia of Social Psychology. Sage Publications.
- [14]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(1), p.101-112.
- [15]Richard M. Ryan et al.(2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. American Psychologist, 55, p.68-78.
- [16]岡田涼(2010). 自己決定理論における動機づけ概念間の関連性：メタ分析による相関係数の統合 パーソナリティ研究, 18(2), p.152-160.
- [17]岡田涼ほか(2011). 友人関係の形成初期場面における動機づけと親和傾向, 感情との関連—自己決定理論の枠組みから— 感情心理学研究, 19(1), p.28-33.
- [18]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(1), p.52-54.
- [19]岡田涼(2008). 友人との学習活動における自律的な動機づけの役割に関する研究 教育心理学研究, 56(1), p.14-22.
- [20]本田周二(2012). 友人関係における動機づけが対人葛藤時の対処方略に及ぼす影響 パーソナリティ研究, 21(2), p.152-163.
- [21]Mayta A. Caldwell et al.(1982). Sex Differences in Same-Sex Friendship. Sex Roles, 8, p.721-732.
- [22]宮崎弦太ほか(2011). 関係喪失のコストが社会的拒絶への反応に及ぼす影響：相互依存理論とソシオメーター理論による統合的アプローチ 社会心理学研究, 26(3), p.219-226.
- [23]Rubin Dunber(2011). How many friends does one person need? 藤井留美(訳) 友達の数は何人? インターシフト
- [24]加藤司(2003). 大学生の対人葛藤方略スタイルとパーソナリティ, 精神的健康との関連について 社会心理学研究, 18(2), p.78-88.
- [25]総務省(2016). 平成 27 年通信利用動向調査 総務省
- [26]Miyata, Kakuko et al.(2003). The Mobile-izing Japanese: Connecting to the Internet by PC and Webphone in Yamanashi. [http://www.chass.utoronto.ca/~wellman/netlab/PUBLICATIONS/\\_frames.html](http://www.chass.utoronto.ca/~wellman/netlab/PUBLICATIONS/_frames.html), (accessed 2016-5-21)
- [27]Igarashi, Tasuku et al.(2005). A longitudinal study of social network development via mobile phone text messages: Focusing on gender differences. Journal of Social and Personal Relationships, 22, p.691-713.
- [28]黒角健太ほか(2005). 携帯電話・携帯メールコミュニケーションに及ぼす性と性役割の影響 広島大学心理学研究, 5, p.69-92.
- [29]五十嵐祐ほか(2003). 大学新入生の携帯メール利用が入学後の孤独感に与える影響 心理学研究, 74(4), p.379-385.
- [30]古谷嘉一郎ほか(2005). 友人関係における親密度と対面・携帯メールの自己開示との関連 対人社会心理学研究, 5, p.21-29.
- [31]大淵憲一ほか(1997). 葛藤解決における多目標—その規定因と方略選択に関する効果 心理学研究, 68(3), p.155-162.
- [32]Dean Pruitt et al.(2004). Social conflict : Escalation, Stalemate, and Settlement(3rd ed.). New York : McGraw-Hill.
- [33]Afzalur Rahim et al.(1979). Managing organizational conflict: A model for diagnosis and intervention. Psychological Reports, 44, p.1323-1344.
- [34]藤森立男(1989). 日常生活にみるストレスとしての対人葛藤の解決過程に関する研究 社会心理学研究, 4(2), p.108-116.
- [35]Thomas J. Berndt(2002). Friendship quality and social development. Current Directions In Psychological Science, 11, p.7-10.
- [36]鈴木有美(2002). 自尊感情と主観的ウェルビーイングからみた大学生の精神的健康：共感性およびストレス対処との関連 名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要（心理発達科学）, 49, p.145-155.
- [37]古谷嘉一郎ほか(2006). 対面, 携帯電話, 携帯メールでのコミュニケーションが友人との関係維持に及ぼす効果：コミュニケーションのメディアと内容の適合性に注目して 社会心理学研究, 22(1), p.72-84.
- [38]大久保智生(2005). 青年の学校への適応感とその規定要因—青年用適応感尺度の作成と学校別の検討— 教育心理学研究, 53(3), p.307-319.

[39]石田靖彦(1998). 友人関係の親密化に及ぼすシヤイネスの影響と孤独感 社会心理学研究, 14(1), p.43-52.

---

### Abstract

---

Effects of friendship motivation on interpersonal communication styles (face to face and mobile phone communication, strategies for handling interpersonal conflicts) and well-being in Japanese Young Adults were investigated. Participants (N=247) completed a self-report questionnaire about friendship motivation, face to face and mobile phone communication, interpersonal conflict strategy, and well-being. Results of correlation analysis and multiple regression analysis revealed that introjected motivation was associated with a more emotional communication, avoiding and yielding style. In addition, introjected motivation was associated with a more feelings of inferiority, and lower friendship satisfaction. For the purpose of capturing the feature of a friendship among contemporary adolescents, the necessity of paying one's attention to the low self-determination motivation and low-level friend of intimacy was suggested.

---

(受付日 : 2016 年 5 月 25 日, 受理日 : 2016 年 10 月 28 日)

本田 周二 (ほんだ しゅうじ)

現職 : 大妻女子大学 人間関係学部 人間関係学科 社会・臨床心理学専攻 専任講師

東洋大学大学院社会学研究科社会心理学専攻博士後期課程修了.

専門は社会心理学. 現在は友人関係に関する社会心理学的研究と同時に, アクティブラーニングやキャリア教育に関する研究を行っている.

主な著書 : 心理学の基礎 (共著, 八千代出版), パーソナリティ心理学概論 (共著, ナカニシヤ出版)