

大学生の孤独感・孤独受容態度・孤独感対処行動について

～東京学芸大学生を対象にして～

A99-4412 菅野わかな (指導教官 朝倉隆司)

1. 目的

青年期は将来、自分の力で生きていくため、それまで依存していた家族や親から自立を果たす準備期間である。その準備過程の最中で多くの者が孤独感を抱く。孤独と向き合いつつ、自分の考えを持ち、自己決定力を養い、今後の人生に必要なスキルを身に付けていくのである。

本研究の目的は青年期である大学生を対象として、孤独の程度、受容態度、孤独感対処行動の関係を分析し検討することである。

2. 研究方法

対象者は東京学芸大学学部生(18歳～29歳)の男子192名 女子286名の計479名で、調査方法は質問調査で無記名自己記入・質問紙法で行った。調査内容は①基本属性②孤独感③孤独受容態度④孤独感対処行動である。

3. 主な結果と考察

孤独感と孤独受容態度(高群:孤独肯定 低群:孤独否定)を得点化し以下の基準で3分類した。

孤独感の3群を中心として孤独受容態度と孤独感対処行動との関連を検討した。

孤独感	高群	中群	低群
得点	43～70	33～42	21～32

(平均値:37.7 SD:9.0)

孤独受容態度	高群	中群	低群
得点	16～20	13～15	5～12

(平均値:13.5 SD:2.7)

1. 孤独感高群について

低受容群においては「カラオケに行く」対処行動が中・高受容群よりも頻繁にとられ(低受>中受>高受)、低・中受容群では「人に会う」「誰かに気持ちを打ち明ける」「携帯電話でメールを送る」「電話をかける」対処行動が高受容群よりも比較的とられ(低受>中受>高受)、孤独に対して否定的な態度が形成されている者ほど、対人接触行動をとる傾向があることが分かった。

「携帯電話でメールを送る」「電話をかける」行動に大きな差が見られた。これは、近年の急速な携帯電話の普及により、孤独を感じたときに簡単に誰かと連絡をとることができるという、携帯電話の利便性と深く関連があると示唆される。

2. 孤独感中群について

低・中受容群において「誰かに気持ちを打ち明ける」「電話をする」対処行動が高受容群よりも頻繁にとられ(低受>中受>高受)、孤独感高群と同様、孤独を否定的に捉えている者ほど対人接触行動をとる傾向があることが分かった。

孤独感中・高群については、対人接触対処行動をとっても孤独感が低いとはいえないので、孤独受容態度を高くするため対処行動を変化させることが自立には必要だと考えられる。

3. 孤独感低群について

高受容群において「旅をする」「仕事や勉強に打ち込む」対処行動が低・中受容群よりも頻繁にとられ、低受容群において「泣く」対処行動が中・高受容群よりも頻繁にとられていることが分かった。

「旅をする」ことは、非日常の世界で青年の経験値を高め視野を広げる。親や家族から離れて生活することも考えられ、自己を見つめ、自己概念を形成し、自立を促進する効果が期待できる行動であるといえる。「仕事や勉強に打ち込む」ことは自己の能力を高め、自己実現を成し遂げるために必要な行動だ。この2つの対処行動が、低孤独感、孤独を肯定的に捉えている者に多く見られる。一方「泣く」という対処行動は孤独感を否定的に捉えるものに多く見られる。

「旅をする」「仕事や勉強に打ち込む」対処行動をとることで孤独受容態度が高くなり、「泣く」ことで孤独受容態度は低くなると考えられる。

4. 結論

本研究で孤独感を3分類し、孤独受容態度と孤独対処行動を分析した結果、相互に関連が認められた。孤独感中・高群では、孤独を否定的に捉えている者ほど対人的接触対処行動を行い、孤独を解消していると伺えた。孤独感低群においては「旅をする」「仕事や勉強に打ち込む」対処行動をとることで、孤独に対して肯定的な受容態度が育まれるということが分かった。

5. 主な参考文献

1) 中野綾子・永江誠司, 青年期における孤独感及び孤独感の受容と精神的健康, 福島教育大学紀要, 第45号 第4分冊, p309～321, 1996