

提案論文 2

対人関係能力の低下と世相

静岡大学人文学部 諸井克英

ここでは、現代青年の対人関係能力の低下という長田（1994）による指摘に従い、「孤独感」という観点から、表面的には良好に見える対人関係とその基底にある対人技能の低下について論じる。

1. 孤独感は蔓延しているか

(1) 孤独感とは何か

孤独感とは、対人関係についての願望水準（望んでいる状態）と達成水準（現に営んでいる状態）とのくいちがいの認知によって生起する日常的な情動体験である（諸井，1995参照）。つまり、その人が現在営んでいる対人関係の状態が、その人が望んでいる状態を下まわるほど、孤独感が強くなる。また、その人の対人関係が客観的には希薄なものであっても、その人が対人的接触を望んでいなければ、孤独感は生じない。

街角やキャンパスでの若者を見ると、彼らは、常に「群れ」を成しており、孤独も感じていないのではないかと推測できる。18歳から24歳までの青年を対象とした調査をみても（総務庁青少年対策本部編，1995）、「親しい友人がいない」と答えた者は2.4%にすぎず、64.2%の者が休日を友人と過ごすことが多いというように、生活の中での友人存在の重要性を窺うことができる。つまり、「社会的孤立」に陥ってはいないことになる。また、友人との関係に大半の者が満足しているようである（「満足」64.1%；「やや満足」28.3%）。この点からは孤独にも陥っていないといえそうである。

(2) 実際のデータにみる孤独感

孤独感とは、日常的な対人関係の網の中で生起する。この網がどのように張り巡らされているかは、個人によって異なる。したがって、孤独感の程度にも個人差がある。Russell, Peplau, & Cutrona（1980）は、この孤独感の個人差を測定する20項目尺度を開発した。

諸井（1995）は、この尺度を利用して、高校生や大学生の孤独感の程度を測定した。数値上は、若者が深刻な孤独感に悩んでいるようにはみえない。たとえば、大学生を対象とした調査では（諸井，1995，第Ⅲ章第2節），20点から80点の尺度得点範囲で、男子は40.07，女子は37.61だった。しかし、注意しなくてはならないことは、この尺度が「社会的承認欲求の影響」を受けている可能性を示すデータもあることである（諸井，1995）。つまり、孤独感が一種の社会的烙印であるならば、孤独感尺度評定時には自ら孤独状態であることを認めない方向に評定を歪める可能性がある。また、認知的くいちがいモデルによれば、表面的な関係を営んでいても（達成水準），もともとそのような水準を志向していれば（願望水準），孤独感には陥らない。

したがって、孤独感尺度データからは、「孤独」方向か「非孤独」方向のいずれかに偏るという明確な結論は出てこない。しかし、先の全国調査で示された友人存在の重要性から推論できるほど、彼らの心は「薔薇色」ではないようである。

(3) 孤独感の兆候

若者が「群れ」ている状況と、TVゲームや電子ペットブームの流行は、必ずしも2極的状況として捉えるよりも、対人技能の低下の反映という点で共通性があるのかもしれない。つまり、対人技能の低

下が関係の親密化の妨げになっているばかりか、対人技能の低下にあわせた「適応形式」として一見2極的にみえる状況が生じていると考えられる。つまり、親和欲求あるいは親密化欲求自体を押さえる種々の装置によって、結局のところ孤独に陥らないように「もがいている」のではないだろうか。

2. 孤独感から親密感へ

(1) 親密な関係を築くために必要な対人技能

親密な関係を構築するためには、それなりの技能が形成される必要がある。たとえば、Buhrmester, Furman, Wittenberg, & Reis (1988) は、先行理論や経験的研究に基づき、対人的課題の点から基本的な対人技能の分類を提起した。彼によれば、次の5領域に対人的課題が分類される。a) 開始, b) 否定的主張, c) 開示, d) 情動的支援, e) コンフリクトの処理。これらの技能は、種々の対人関係経験によって形成されるが、対人関係の進展段階や状況によって、必要とされるべき技能は異なる。対人技能の基本次元については、和田(1991)も、a) 親密関係維持, b) 関係開始, c) 自己主張の3因子を見出している。

ここで、「ベルフレ」について考えてみる。「ベルフレ」とは、ポケットベルを利用して得た異性の友だちのことを指す。ポケットベルは、値段の安さによって若者が手軽に入手できる通信手段となった。ところが、若者の間では、本来の機能を越えて、交友の道具になっている。岩手・埼玉・愛知・和歌山・鹿児島県の5県の中学生・高校生を対象とした最近の調査によると(総務庁青少年対策本部, 1996)、女子高校生では12.1%の者が自分専用のポケットベルをもっており(男子 6.9%)、その理由として91.3%の者が「友人同士でのメッセージ交換」を挙げている(男子 73.0%)。1日あたりの受信回数をみてもかなり活発である(女子:「7~9回」22.5%,「10~19回」36.3%)。また、女子高校生では、44.8%の者が電話でポケットベルに送信したことがある(男子26.1%)。

さらに、ポケットベルは、異性の友だちをつくる装置として「進化」している。いわゆる「ベルフレ」現象である。適当に番号を入力して相手にメッセージを送る。相手は「その気」があれば反応メッセージを返す。相互の「基本的属性」に関する情報が交換されるわけである。その後、単純なメッセージの交換が続くことになる。うまくいけば、次の段階に進む。つまり、電話番号の交換である。非対面的一音声コミュニケーションが開始されるわけである。また、うまくいけば、直接の出会いの段階になる。

この「ベルフレ」現象では、関係形成のために必要な対人技能、たとえば先述の「開始」技能があまり必要とされない。また、相互に「異性とのつきあいの動機づけが存在している」ことが暗黙に仮定されていることも重要である。つまり、相互の意図の確認作業も省略できるわけである。

しかし、わずかな記号的情報交換から開始される「ベルフレ」システムは、相手に対する過度の期待や幻想を生み出すために、実際の対面的交際の段階で期待と現実との差のために破綻する可能性が大きいといわざるを得ない。しかし、期待通りでなければ、また、ポケベルに新たな番号を適当に入力すればよいのである。

このように、「ベルフレ」現象の基底には、若者の対人技能の低下を読みとることができる。最初に述べたように、親密な関係を構築するためには、それなりの技能が必要である。しかし、ポケットベルという装置は、一定の技能の省略を可能にし、「開始行動」の手軽さもあって、親密な関係を築くために必要な技能は形成されないのである。

対人関係の親密化過程について対照的な2つの考えがある(山中, 1996a参照)。親密な関係とそうでない関係が時間的経過とともに分化していくとする段階的分化説。出会いの初期に親密になるかならないかが決定されてしまうとする初期分化説。山中(1996a)は、初期分化説の支持を報告している。表面的類似性情報による友人選択が後々の時点まで継続されることは、表面的な関係への「安住」を反映しているとも解釈できる。対人技能が低い者の場合に初期分化傾向が顕在化することも(山中, 1996b)、この解釈と一致する。

ポケットベルは、初期分化という点からも、開始技能に乏しい者にとって都合のよい装置である。つまり、ポケットベルは、本来課せられたビジネス通信機能を越えたばかりでなく、電話コミュニケーションのもつ非対面性をもっと極端にした形で（諸井，1996）、表面的な関係への志向性の強い時代にふさわしい装置になったのである。

ところで、親密な関係は、即座に形成されるわけではなく、一定期間にわたる相互の投資やコストの蓄積によって築かれる。Mischel（1974）は、「充足遅延」能力について言及している。「充足遅延」とは、現在よりもよりよい報酬を得るために、即時的充足を遅延させ、その遅延によって生じるフラストレーションに耐えることである。もしも、そのような能力が培われていなければ、親密な関係を築くよりも、その場限りの報酬に目が向くはずである。つまり、親密な関係で得られる報酬よりも、表面的な関係で即座に得られる報酬のほうが好まれる。「援助交際」という名称のもとで、親密な異性関係で得られるはずの「セックスの喜び」が簡単に金銭と交換されるのも、この「充足遅延」能力の低下の反映と読み解くことができるかもしれない。

(2) 孤独感の抑制

認知的くいちがいモデルによると（諸井，1995）、人は孤独に陥ったときに次の3つの対処を取ることによって孤独から逃れようとする。a) 社会的接触に関する願望水準を変化させる。b) 社会的接触に関する達成水準を変化させる。c) 願望水準と達成水準とのくいちがいの認知を歪曲する方法である。

孤独感の対処について調べた調査によると、孤独感を抑制するためには、友人関係の活性化をはかる方略の使用が有効である（諸井，1995）。消極的な方略は、孤独感を慢性化する危険を孕んでいる。ところで、友人関係を活性化するためには、後述するように一定の対人技能を身につけていることが必要である。孤独感の高まりが対人関係の不全に由来することを考えると、この孤独感の抑制には対人技能が重要な働きをする。

ところが、対人技能が一般的に低下しているとすると、孤独感の抑制は、友人関係を活性化、つまり達成水準を上昇させることによってはいにくくなる。そこで、他の方法によって抑制を試みることになる。たとえば、友だちとして受容できる水準を低くしてしまえば孤独感は生じにくくなる。これが、親密化を回避しながら表面的な関係に「安住」する原因の1つと考えられる。また、対人関係に代わり得る対象の発見も孤独感に対処できる方法の1つである。この方法は、ペットブームなどに関係していると思われる。

3. 親密感の幻想

(1) 自己防衛的な「非」孤独感

落合・佐藤（1996）は、中学生・高校生・大学生を対象として、友達とのつきあい方に関する調査を行っている。その結果、「人とかかわり方に関する姿勢（積極的関与—防衛的関与）」と「自分がかかわろうとする相手の範囲（選択的—全方向的）」という基本的2次元を同定した。つきあい方のパターンが「浅く広くかかわるつきあい方」（中学生）から「深く狭くかかわるつきあい方」（大学生）へという変化傾向を認めた。

この変化パターンは、中学生から大学生までを一括した因子分析での得点に基づいているので、あくまでも相対的な変化として解釈できる。先述の論議とつきあい方の基本的2次元とを対応させると、「全方向的—防衛的関与」象限へと若者の交友が偏っているかもしれない。このつきあい方は、関係への深入りを回避することによってお互いが傷つかずにすむし、交友を広げることによって「孤立」の危険も少なくすることができる。つまり、孤独感に陥る可能性を小さくする方策であるように思える。

たとえば、今流行っている「プリクラ」（プリント倶楽部）などは、「全方向的—防衛的関与」パター

ンのつきあいを維持するための有力な装置かもしれない。一緒に「プリクラ」におさまったり、「プリクラ・シール」を交換することは、互いの絆の確認になる。しかし、それによって関係の親密化にとって重要である自己開示が促進されるわけではない。自分の「プリクラ・ストック」を多くすることが自分が取り残されていないことの確認となり、安心感を引き起こす。そのような意味で、表面的な水準でのつきあいを維持する巧妙な装置である。

(2) 「他者」の機能

友だちをもつことは、一定の同質性や生物学的な絆を基盤とする家族関係の中では得られない役割をはたす。年齢などの点で基本的には社会的には対等でありながら、未知の心をもつ他者に直面することによって、自分自身を形成することができる。

Festinger (1954) は、次のことを骨格とする社会的比較理論を提起した。a) 人は自分の意見や能力を評価しようとする欲求をもつ、b) 比較のための客観的基準がない場合には、他者との社会的比較が必要となる、c) 社会的比較は、類似した他者を対象として行われる。つまり、他者との比較は、自分の中の不確かさを明確にするという働きをもつために、自己形成に重要な働きをする。

しかし、先述した「全方向的—防衛的関与」型のつきあいでは、価値観や人生観などの内面的な比較は行われず、着衣などの外見的比較が行われる。言葉を換えて言うと、自他の内面的不一致に触れることによって関係崩壊の可能性を低くするために、内面的な比較を行わないのかもしれない。

茶髪、キャップなどの流行も外見的な比較の重要性の結果といえる。また、外見的比較によって他者との同質性を確保することは、同一の社会的カテゴリーへの所属によって得られる安心感を生み出しているともいえる。これは、社会的アイデンティティ理論の観点からも説明できる (Hogg & Abrams, 1988)。集団の間に利益対立や事前の敵意もなく、何の相互作用もない2集団に「偶然に」ふりあてられただけで、内集団成員と外集団成員に対する心理学的分化が引き起こされる。外見的比較による他者との同質性の確保は、他者から差別的態度をとられにくくするし、手軽に社会的自己感覚をもつことができる。

内面的な比較は、相手の考えを何らかの形で引き出す技能が必要となるし、比較の結果が自分に不都合なときに何らかの対処を行う技能も必要である。そのため、外見的比較のほうが好まれることになる。

つまり、他者は、自己形成のための準拠点としての機能よりも、外見的な同質性を確保する準拠点としての機能をもつようになったともいえる。

(3) 煩わしい対人関係からの逃避

20歳以上の者を対象とした全国調査をみると (総理府広報室, 1990), 34.7%の者がペットを飼育しており、日常生活の中にペットは浸透しているといえる。

Lewinson (1964) は、ペットのもつ心理学的重要性に着目し、臨床場面にペットを導入するペット・セラピーを提唱した。Fogle (1983) も日常生活の中でペットが果たす心理学的役割について論じている。諸井 (1995) は、社会的関係上の不適応としての孤独感がペットとの相互作用を通して癒されるという仮説を大学生を対象にして検討した。実家でペットを飼育している下宿者の場合、孤独感がペットへの補償的接近の動機づけを喚起する傾向があった。また、先の全国調査でも、ペット飼育の理由として「気持ちやわらぐから」を27.9%の者が挙げている。

対人関係の煩わしさをペットは癒してくれるとすれば、いわゆるペット・ブームの基底にあるものが見えてくる。また、このペット・ブームは、パソコンの中に入り込み、電子ペットにもなった。この電子ペットは、実際に餌や糞の始末をする必要がない。さらに、「死んでしまっても」、「リセット」すればよい。しかし、このペットには、パソコンを所有し、一定の操作ができることが必要である。持ち歩くわけには行かない。そこで登場した「たまごっち」は、画期的である。持ち歩き自由なために、常に

「交流」できる。電子ペットが「リアル」であるのに対して、「たまごっち」は象徴的な記号である。しかし、手軽に「交流」できる他者がいるという感覚は、表面的水準での他者との営みと等価な安心感を与えてくれるのであろう。

(4) 心の癒しの時代

我々は、日常生活の中で対人関係上のいさかみや悩みを体験する。さまざまな形でこれらを解決することが「自己」の成長につながる。しかし、対人的技能の低下は、これらの対人関係上の問題を自己解決できないことを意味する。まわりに適切な援助者がいればよいのだが、そうでない場合には対人的苦悩に対処できず、ますます深刻な状態に陥ってしまう。

援助規範意識の年代間比較を試みた研究をみると（箱井・高木，1987），次のような興味深い傾向が認められている。高年者に比べ、若年者は、自分の与える援助に対する相手からの見返りを期待する傾向が強いのに、相手からの過去の援助を気にかけず、返報を軽視する傾向がある。つまり、若年者の身勝手な意識が窺える。大平（1995）も、臨床的所見に基づいて、お互いを傷つけないやさしさの裏に利己的自己が存在していることを指摘している。

ここでは、他者との「ふれあい」という点でボランティアとカウンセリング・ブームについて述べる。

阪神大震災での救援活動やロシアのタンカーからの重油の除去作業などにみられるように、ボランティア活動は広く関心を集めている。全国調査をみても（総理府広報室，1994），ボランティア活動に半数以上の者が関心を持ち（61.9%），30.1%の者がボランティア参加を示している。しかし，ボランティア活動に関わったことがある者は，他者への支援自体よりも（「自分の経験や知識・技能を社会や人のために生かすことができた」12.1%，「他の人の学習活動を支援することができた」3.7%など），自分自身の有益性を挙げている（たとえば，「ものの見方や考え方が深まった」37.3%，「満足感や充実感を得ることができた」26.3%など）。他者への支援提供は，他者にとっての自己の重要性を確認することになり，自尊心高揚がもたらされると考えられる（諸井，1996）。

つまり，ボランティア・ブームの高まりは，「他者を癒したい」という向社会的志向性の高まりと喜ぶこともできるが，ボランティアを「援助者—被援助者」という枠組みの中に位置づけてみると，表面的な対人関係の中では得られない「自分探し」をしているとも読み解くことができる。

次に，カウンセリング・ブームについて考えてみる。心と心の触れあいが希薄な状況の中で，専門的な「心の援助者」としてのカウンセラー，とりわけスクール・カウンセラーの必要性が叫ばれている（上里，1996など）。しかし，忘れてならないことは，カウンセラーの配置が，対処療法的には意味があっても，問題の基本的解決にはならないのではないかということである。対人的技能を習得するシステムや，豊かな対人関係を育む教育を学校や社会の中で同時に行っていくことも不可欠である。そうでなければ，たとえば，カウンセリング・ルームは1つの安息場になるだけである。

学校社会でのいじめや不登校の問題が顕在化する中で，カウンセラーを志望する者が増加している。しかし，このカウンセラー志望も背景として対人技能の低下があるように思われる。つまり，苦悩している者と共に苦しみ援助してあげようというのではなく，人の悩みを傾聴し癒して「あげる」という枠組みの対人関係を求めているのではないだろうか。たとえば，同輩との関係枠組みでは両者は対等であり，対人技能が低ければ自分が不利な立場におかれることもある。しかし，「カウンセラー—クライアント」の枠組みでは，基本的に自分に有利な関係性が前提にされており，その中で相互作用を営む。カウンセラーの「資格」も対人的技能に乏しい者にとっては，「心の支え」になるかもしれない。

もちろん，この推測は，カウンセリングが「支配—被支配」という図式で行われているというのではない。クライアントの苦しみを自らの体験として共有し，自らを研鑽するとともに，苦しみの解決に尽力されている方たちが大半であろう。ここで言いたいことは，カウンセラー・ブームの背景には志望者自身の対人的技能の低下もあるのではないのかということである。

ところで、いじめや不登校の慢性的発生に対応して、スクールカウンセラーの配置が提唱されている。國分(1996)は、発達課題解決の援助サービスとしてのカウンセリングと、精神疾患治療としてのサイコセラピーを区別し、学校社会では前者のほうが効果的であることを主張している。いじめや不登校の問題の根幹に対人関係を扱う能力の乏しさがあるとすれば、國分の主張は妥当であるといわざるを得ない。とくに、ギャング・エイジの様相が変化していることに対応して(長田, 1994)、親密な対人関係を営むために必要な種々の技能習得をさせるとともに、子どもの状態と対人的環境の様相を見据えながら、援助していくべきだろう。

4. おわりに

一見表面的には良好な対人関係を営んでいるようにみえる若者が、関係の親密化や友人関係のもつ本来の機能から逸脱した様相をみせているように思われる。彼らは、そのような中で、孤独感に陥らないように「もがいて」いる。そのような観点から、彼らが示す特徴的な外見的行動を理解すれば、まわりへの気遣いなしに声高に「大したこと」でなさそうなことを携帯電話にしゃべりかけている若者の真の孤独がみえてくるのではないだろうか。

引用文献

- 上里一郎 1996 学校のメンタルヘルスをめぐって 精神療法, 22, 339-341.
- Buhrmester, D., Furman, W., Wittenberg, M. T., & Reis, H. T. 1988 Five domains of interpersonal competence in peer relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55, 991-1008.
- Festinger, L. 1957 A theory of social comparison process. *Human Relations*, 7, 117-140.
- Fogle, B. 1983 *Pets and their people*. London: Atony Shel Associates LTD. (小暮規夫監修『改題 ヒューマン—アニマル・ボンド 新ペット家族論—ヒトと動物との絆—』1992 ペットライフ社)
- 箱井英寿・高木 修 1987 援助規範意識の性別, 年代, および, 世代間の比較 社会心理学研究, 3, 39-47.
- Hogg, M. A., & Abrams, D. 1988 *Social identifications: A social psychology of intergroup relations and group process*. Routledge. (吉森 護・野村泰代『社会的アイデンティティ理論—新しい社会心理学体系化のための一般理論—』1995 北大路書房)
- 國分康孝 1996 スクールカウンセラーの機能と役割 精神療法, 22, 373-380.
- Levinson, B. M. 1964 Pets: A special technique in child psychotherapy. *Mental Hygiene*, 48, 243-248.
- Mischel, W. 1974 Processes in delay of gratification. *Advances in Experimental Social Psychology*, 7, 249-292.
- 諸井克英 1995a 『孤独感に関する社会心理学的研究—原因帰属および対処方略との関係を中心として—』 風間書房
- 諸井克英 1996 電話コミュニケーションと対人関係 川浦康至他共著『メディアサイコロジー—メディア時代の心理学—』 富士通ブックス Pp. 157-190.
- 落合良行・佐藤有耕 1996 青年期における友達とのつきあい方の発達の变化 教育心理学研究, 44, 55-65.
- 大平 健 1995 『やさしさの精神病理』 岩波新書
- 長田雅喜 1994 仲間・家族と現代青年 久世敏雄(編)『現代青年の心理と病理』 福村出版 Pp. 111-123.
- Russell, D., Peplau, L.A., & Cutrona, C. E. 1980 The revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and

- discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, 472-480.
- 総務庁青少年対策本部編 1995 『世界の青年との比較からみた日本の青年—第5回世界青年意識調査報告書—』 大蔵省印刷局
- 総務庁青少年対策本部 1996 『青少年と電話などに関する調査研究報告書』
- 総理府広報室編 1990 動物保護 月刊世論調査, 平成2年10月号, 2-16.
- 総理府広報室編 1994 生涯学習とボランティア活動 月刊世論調査, 平成6年5月号, 53-101.
- 和田 実 1991 対人的有能性に関する研究—ノンバーバルスキル尺度およびソーシャルスキル尺度の作成— 実験社会心理学研究, 31, 49-50.
- 山中一英 1996a 友人関係の親密化過程 長田雅喜(編)『対人関係の社会心理学』 福村出版 Pp. 101-110.
- 山中一英 1996b 大学生の友人関係の親密化過程に及ぼす個人差要因の影響 名古屋大学教育学部紀要(教育心理学科), 43, 221-229.