*Tsukuba Psychological Research*
2008, **35**, 65-72



# 自律的な依存の仕方が依存後の自己成長感に及ぼす影響について

筑波大学人間総合科学研究科・心理学系　竹澤みどり

The effects of autonomous dependency style on sense of self-growth after depending on others

Midori Takezawa (*Institute of Psychology, Graduate School of Comprehensive Human Science, University of Tsukuba, Tsukuba 305-8572, Japan*)

This study focuses on dependency styles that maintain autonomy as a key to distinguishing adaptive interpersonal dependencies from maladaptive interpersonal dependencies. Study 1 develops an autonomous dependency style scale and examines its reliability and validity. Study 2 examines the effects of autonomous dependency style on the sense of self-growth after depending on others. The results indicate that an autonomous dependency style in individuals, who depend on others, but who consider their own problems and make their own final decisions prompts self-growth and security, while reducing the sense of obstacles to self-growth.

**Key words:** autonomous dependency style, self-determination, sense of self-growth

## 問題と目的

青年期以降を対象とした依存性に関する研究では，うつや様々な病理との関連からその問題点が検討されている（竹澤・小玉，2006）。その一方で，依存性の積極的な側面についても注目されてきている。高橋（1968a）は，依存性を「道具的な価値ではなく，精神的な助力を求める要求」と定義し，中学生（1970），高校生（1968b），大学生（1968a）における依存性の様相を検討している。そして，依存性は自立の獲得・拡大に必要なものであるとし，青年期における依存性の重要性を示唆している。これらの研究では，青年期における依存性を問題視するのではなく，適応的な機能を有するものとして捉えている。依存性を扱った研究には，依存性を「病的」「不適応的」観点からとらえた研究とその積極・適応的側面に注目した研究が存在するが，どちらの研究においても依存性の不適応的側面または適応的側面のどちらか一方にのみ焦点を当てた研究が多い。しかし，全ての依存性が不適応的であるまたは適応的であると考えることは現実的ではなく，依存を適応・不適応の両側面から捉えることが重要である（Bonstein, 1998）。関（1982）は，依存性を適応的な依存性のあり方（「統合された依存性」）と問題をはらむ依存の在り方（「依存の拒否」）に分けて検討している。そして，統合された依存性の高い人は自己像がより肯定的であることを示している。しかし，関（1982）はこれら両概念の妥当性が十分に検討されていないという問題点を指摘している。以上のことから，依存性には問題となる不適応的なものがある一方で，適応的なものも存在することがわかる。しかし，依存性には適応的なものと不適応的なものの両方が存在するという視点からの研究は未だ少ない。

それでは，どのような依存が適応的でどのような依存が不適応的といえるのだろうか。竹澤・小玉（2006）は先行研究（American Psychiatric Association, 1994；小田，2000；Bonstein & Languirand, 2003）での指摘を概観し，依存性が適応的に機能するために重要な要因を，「相互依存性」，「依存状況においても自己決定や自律性を失わないこと」，「自分が依存することを受容すること」

「対象，場面，課題によって柔軟な依存が出来ること」の4つにまとめている。「相互依存性」とは，自分だけが一方的に依存するのではなく，他者の依存を受け入れ，依存される側の役割も果たすことであり，「依存状況においても自己決定や自律性を失わないこと」とは，他者に依存している状況においても全てを他者に委ね主体性を失うのではなく，自らも主体的に考え，その決定には責任を持つといった依存の仕方ができることであり，「自分が依存することを受容すること」とは自分自身が他者に依存することを肯定的に捉え受容することであり，「対象，場面，課題によって柔軟な依存が出来ること」とは相手の状況を考慮し，依存するべき問題なのか一人でやり遂げなければならない問題であるのかを見極めることである。しかし，以上のような観点から適応的な依存のあり方を実証的に検討した研究は少ない。

ここで特に，依存状況における自己決定や自律性に注目する。依存状況は，自己決定や自律性を失いやすい場面であるが，依存状況で自己決定や自律性を失うことで，依存状況を考慮することが困難となり，過度で不適応的な依存となってしまうと考えられる。その結果，依存対象との関係性にも否定的な影響を及ぼす可能性が大きいだろう。つまり，自己決定や自律性の保持は，依存状況における柔軟な対応を可能とし，依存対象との関係にも肯定的な影響を与えると考えられる。実際，天貝・新井（2000）は自己決定的に行動する人は友人関係における充実感が高いことを示している。以上より，「依存状況において自己決定や自律性を保持すること」はその他の要因にも影響を与えるより基本となる要因であると考えられる。さらに，依存状況において自己決定や自律性を保持することは自身の依存の仕方，つまり態度や行動に関するものであるため，自身で統制しやすいと考えられ，心理教育場面での介入を考える際にもより有効で，重要な視点であると考えられる。よって，本研究では，依存を適応・不適応に分ける視点として特に「依存状況においても自己決定や自律性を失わないこと」に注目し，依存状況においても自己決定や自律性を失わないことが適応的な依存のあり方であり，逆に自己決定や自律性を失ってしまうことが問題となる不適応的な依存のあり方であるのかを検討することとする。

本研究では，自律的な依存の仕方をすることによって依存が適応的に機能しているのか，つまり自律的な依存の仕方が適応的なあり方であるといえるのかを評価するために，依存後の感情に注目する。竹澤・小玉（2004）やTakezawa & Kodama（2004）は大学生が他者に依存することによって自分にどのような影響があると認識しているのかを検討している。その結果，大学生は情緒的な安定に加えて，自己成長に関連した影響を認識していることが示されている。社会に出る前段階，つまり将来の仕事の選択・獲得に向けた準備段階にある大学生にとって，自身が成長できるか否かは非常に重要であると考えられる。そこで本研究では，依存後の感情として特に自己成長感に焦点を当て，自己成長感が高まるような依存の仕方がより適応的なあり方であるとする。宅（2005）は，ストレスフルな出来事を経験することによってその後に自己成長感を感じることができることを示している。さらに，石毛・無藤（2005）は，辛い出来事や落ち込みに対して自分の判断や行動を見直して再度挑戦しようとする志向性が自己成長感をもたらすことを示している。他者に依存することは，何らかの問題やストレスを抱えていることを示しており，それに対してたとえ他者に頼り，他者の援助を得たとしても，自らも解決に寄与しようと主体的に考え，その決定に責任を持つような自律的な依存の仕方であれば，自己成長感を感じることができるのではないかと考えられる。逆に，自己決定や主体性を失って全てを依存対象に委ねてしまうような依存の仕方の場合は自分自身で対処するべきではなかったのかといった後悔や自身の成長する機会を失ったのではないかと不安を感じ，成長阻害感を感じやすいのではないかと考えられる。

以上より，まず研究1では先行研究を基に項目を作成し，依存状況における自己決定や自律性の保持を測定するための尺度「依存状況における自律性尺度」を開発し，その信頼性と妥当性を検討することとする。次に，研究2では研究1で作成した尺度を用いて自律的な依存の仕方を測定し，そのような依存の仕方が依存後の感情，特に自己成長に関連した感情に及ぼす影響を検討することとする。

## 研究1　依存の仕方を測定する尺度の開発および信頼性・妥当性の検討

### 目　的

研究1では，依存状況における自律性を測定するための尺度を作成し，その信頼性と妥当性を検討する。併存的妥当性検討のために，高井（1994）の作成した実存的生活意識インベントリーの下位尺度で，自分の生き方や自分の直面する状況への対処の仕方を自分で決定することができ，かつその責任も

自分で負うことができることを示す「決断性・責任性・独立性」との相関から検討する。自律的な依存の仕方ができる人は，「決断性・責任性・独立性」も高いことが推測され，両者の間には正の相関が見られるだろう。さらに，自律的な依存の仕方は，適応的な依存の在り方であるといえる。そこで，不適応的な依存性を測定するInterpersonal Dependency Inventory（IDI: Hirschfeld, Klerman, Gough, Barrett, Korchin & Chodoff, 1977）との関連からも，併存的妥当性を検討する。IDIで測定する依存性は不適応的な依存性であるため，自律的な依存の仕方ができる人は，不適応的な依存性が低いと考えられ，両者の間には負の相関が見られるだろう。

## 方　法

**調査対象者**　愛知県・茨城県・千葉県内の4年制大学の学生193名（男性138名・女性55名）を対象とした。平均年齢は，20.2歳（$SD=2.3$）であった。

**調査内容**

（1）依存状況における自律性予備尺度：依存状況において自律性を保持している程度を測定するために先行研究（Bonstein& Languirand, 2003；小田，2000など）を参考に，独自に項目を作成した。依存状況においても自分なりの意見・考えを持つことができることをあらわす4項目，最終的には自分で決定することができることをあらわす3項目，その決定に責任を持つことができることを表す4項目，主体性を保持することができることを表す4項目の計15項目で構成された。どのくらいあてはまるかについて，6件法（1：「全くあてはまらない」～6：「ぴったりあてはまる」）で回答を求めた。

（2）決断性・責任性・独立性：併存的妥当性を検討するために，高井（1994）の作成した実存的生活意識インベントリーの下位尺度「決断性・責任性・独立性」の12項目を用いた。この下位尺度は，自分の生き方や自分の直面する状況への対処の仕方を自分で決定することができ，かつその責任も自分で負うことができるといった内容の項目から成る。普段どのくらいそう思うかについて，5件法（1：「そうおもわない」～5：「そうおもう」）で回答を求めた。

（3）不適応的な依存性：Hirschfeld et al.（1977）が作成したInterpersonal Dependency Inventoryの日本語版Interpersonal Dependency Inventory Japanese Short Form（JIDI）（McDonald, 1988）を用いた。この尺度は，「情緒的依頼心」6項目，「社会的自信の欠如」9項目，「自律的主張」8項目の三つの下位尺度から成る。どのくらい自分に当てはまるかについて，4件法（1：「そうでない」～4：「非常にそうである」）で回答を求めた。

**調査時期**　2005年9月から12月にかけて実施した。

**調査手続き**　大学の講義時間中，集団形式で実施した。

## 結　果

依存状況における自律性予備尺度15項目について，1次元性の確認のため主成分分析を行った。その結果，第一主成分の負荷量の絶対値は全て.36以上となり，寄与率は34.23%であった。15項目の$\alpha$係数は.58（有効回答数285）であった。よって，依存状況における自律性尺度が一次元構造であることが確認された（Table 1-1）。そして，逆転項目の得点を反転させ，15項目の得点を足しあげることで依存状況における自律性得点を算出した。

次に，妥当性に関して述べる。依存状況における自律性と「決断性・責任性・独立性尺度」，JIDIの下位尺度である「情緒的依頼心」「社会的自信の欠如」「自律的主張」との関連を検討するため，相関係数を算出した（Table 1-2）。相関係数は順に$r=.52$（$p<.01$），$r=-.36$（$p<.01$），$r=-.44$（$p<.01$），$r=-.19$（$p<.01$）であった。

## 考　察

依存状況における自律性尺度は，全15項目で一次元構造であることが確認された。尺度の信頼性に関しては，Cronbachの$\alpha$係数によって検討された。$\alpha$係数がやや低めであったため，今後は，さらに項目を精選することが必要であろう。さらに，依存状況における自律性尺度と決断性・責任性・独立性尺度（高井，1994）との間に正の相関を示したことから，併存的妥当性が確認された。また，依存状況における自律性尺度とJIDI下位尺度「情緒的依頼心」「社会的自信の欠如」との間に中程度の負の相関が見られ，「自律的主張」との間に弱い負の相関が見られた。JIDIは不適応的な依存を測る尺度であるため，適応的依存を測定していると考えられる依存状況における自律性尺度と負の相関を示したことから基準関連妥当性が確認された。

ここで，「依存状況における自律性」もIDI下位尺度の「自律的主張」も自律性に関連した特徴を測定しているにもかかわらず，負の相関を示していた。両者は同じ自律性に関する尺度であるが，自律の内容が質的に異なるためと考えられる。本尺度の

Table 1－1　依存状況における自律性尺度主成分分析結果

| 項目 | *M* | *SD* | 第一主成分 | 共通性 |
|---|---|---|---|---|
| 12 人に相談したときに，相手の意見を受けいれるかどうかは自分が決める | 4.53 | 1.09 | .68 | .66 |
| 10 人に相談すると，自分自身で考えるのをやめてしまう（R） | 2.42 | 1.20 | －.68 | .60 |
| 13 人に相談したり，頼ったりするときにも自分でも何をしたいのか考えるようにしている | 4.41 | 1.08 | .65 | .58 |
| 11 人に相談したときは相手の意見を全て受け入れてしまう（R） | 2.58 | 1.23 | －.65 | .64 |
| 7 人に相談するときには，相手に全てを決めてほしい（R） | 2.33 | 1.18 | －.64 | .64 |
| 15 誰かに相談しているときも，相手に頼り切るのではなく自分でも何とかしようと思う | 4.45 | 1.09 | .64 | .61 |
| 14 人に相談したときには，問題の解決を相手に委ねてしまう（R） | 2.72 | 1.19 | －.62 | .57 |
| 6 人に頼っても最終的に物事を決定するのは自分だと思っている | 4.84 | 1.16 | .59 | .47 |
| 9 人に相談したときには，相手の意見を参考にしつつ，自分で考えようとする | 4.64 | 1.03 | .59 | .54 |
| 1 人に頼るときにも，自分の意見をある程度持っている | 4.39 | 1.00 | .57 | .67 |
| 8 相談しても，解決しないときには相手を責めたくなる（R） | 2.30 | 1.25 | －.54 | .50 |
| 3 自分が相談を持ちかけて，時に断られたとしても仕方ないと思える | 4.52 | 1.08 | .52 | .46 |
| 5 人に相談をしているときに，相手から意見を言われると，自分の考えを容易に変えてしまう（R） | 3.32 | 1.15 | －.52 | .50 |
| 4 人に相談して，決めたことで，失敗すると「私のせいではない」と思う（R） | 2.80 | 1.21 | －.36 | .38 |
| 2 相談する中で決めたことに責任を持てる | 4.18 | 1.07 | .42 | .68 |
| 固有値 | | | 5.15 | |

注：（R）は逆転項目である。

Table 1－2　依存状況における自律性尺度，決断性・責任性・独立性尺度，JIDIの尺度間相関係数および平均（標準偏差）

| | Ⅰ | Ⅱ | Ⅲ | Ⅳ | Ⅴ | *M*(*SD*) |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Ⅰ 依存状況における自律性尺度 | | .52** | －.37** | －.44** | －.19** | 66.52(9.82) |
| Ⅱ 決断性・責任性・独立性尺度 | | | －.21** | －.50** | .13** | 40.81(7.10) |
| Ⅲ JIDI：情緒的依頼心 | | | | .45** | .36** | 12.82(3.48) |
| Ⅳ JIDI：社会的自信の欠如 | | | | | .20** | 21.03(5.11) |
| Ⅴ JIDI：自律的主張 | | | | | | 14.31(4.94) |

$^{**}p<.01$

自律性は他者の援助を得ながらも，最終的に自分で決定しようとする姿勢を示す項目であるのに対し，IDIの「自律的主張」尺度は他者を排除し，一人になろうとする性質を測定しており，より孤立に近い概念であると考えられる。このような孤立は，対人関係の形成や親密性に悪影響を及ぼすとされており（小田，2000；畠中，2002），問題となる依存のあり方であると考えられる。依存の不適応的で問題となる状態として，依存に対して回避的な孤立状態と過度な依存状態の二つのパターンが考えられる。両者の違いは，依存対象との境界の質によって大きく分けられるだろう。家族療法における二者関係の密着度合いに関する概念として，「絡み合い状態－離散状態」「融合（拡散）－剛直」という概念がある。どちらも，人間関係における境界が明確ではない状態と非常に強い場合であり，問題視されている（石川・渋沢，1988）。この概念は，上述の病的な依存の二つのパターンに対応すると考えられる。他者との間の境界が明確でない場合は，必要以上に相手に依存的になったり，必要以上に相手の依存を受け入れたりといった，過度な依存となり，逆に境界が強すぎる場合は，個人が孤立してしまう。したがって，対人関係の間には適度な境界が存在することが望ましいとされる。適切な境界とは個々人が，一つの個として分化した状態で他者と関係を結ぶことであると考えられる。本研究で示した依存状況において自律性を保持することは，まさに依存対象との間に適切な境界を形成することであると言えるだろう。

## 研究2　自律的な依存の仕方が依存後の感情に及ぼす影響の検討

### 目　的

研究2では，依存することの影響として特に自己成長感を取り上げて，自律的な依存の仕方がその後の自己成長感にどのように影響を与えるのかを検討することを目的とする。自律性を保持した依存の仕方の場合は，他者に依存している間も，主体性を失うことなく自らも考え，行動する。さらに，最終的な自己決定は自分で行い，結果に対する責任も自分が負うこととなる。したがって，抱える問題の解決に自分自身も貢献することができたと感じ，自信を持つことができるかもしれない。また，他者の意見を聞いたり，他者から援助をもらうことで，自分一人では及ばなかった地点への到達が可能となるかもしれない。つまり，自律的な依存の仕方の場合，依存後に自信を持つことができるようになったり，これまではできなかったことができるようになったりなど自分が成長したと感じることができるのではないだろうか。

そこで，本研究では以下の仮説を立てて検証することとする。自律性を保持した依存の仕方の場合は，自分が成長することができたと感じやすく，成長が阻害されたと感じにくいだろう。

### 方　法

**調査対象者**　愛知県内・茨城県内・大阪府内・千葉県内の4年生大学の学生320名（男性137名・女性183名）を対象とした。平均年齢は，19.5歳（*SD*＝1.2）であった。

**調査内容**

（1）依存の仕方：研究1で作成した尺度「依存状況における自律性尺度」を用いた。

（2）依存することによる影響：Takezawa & Kodama（2004）が作成した依存することによる影響尺度を用いた。下位尺度の1つである「自己成長感」尺度は3項目と項目数が少ないため，竹澤・小玉（2004）の自由記述調査結果の自己成長感に関する記述を基に，さらに4項目を作成し，加えた。新たに加えた項目としては，「前向きになることができたと思う」「強くなったと思う」「物事に対処する力が増したと思う」「様々な側面から物事を見ることができるようになったと思う」である。依存することによる影響尺度の下位尺度である「拒否不安」は依存する際に感じる感情であるため，依存後に感じる影響を測定することを目的とする本研究には，適さないために使用しなかった。結果，最終的に計24項目を使用した。本研究では，人に頼った後に感じる感情を測定することが必要であったため，教示を「あなたが人に頼った後に，以下のことをどのくらい思ったり，感じたりしますか。当てはまる数字に○をつけてください。」とし，5件法（1：「全く思わない」～5：「強く思う」）で回答を求めた。

**調査時期**　2006年5月から7月にかけて実施した。

**調査手続き**　大学の講義時間中，集団形式で実施した。

### 結　果

**依存することによる影響尺度の因子分析**

24項目に対して因子分析（最尤法・プロマックス回転）を行った。固有値の推移や解釈妥当性から3因子解を妥当と判断した（Table 2－1）。

第1因子はTakezawa & Kodama（2004）での「能力低下・成長阻害感」にあたり，「自分で判断したり，決定できなくなってしまったと思う」「自分自身の考えがもてなくなってしまったと思う」「自分ひとりでは何もできなくなってしまったと思う」など，自分が頼ることで自身の成長が阻害されたと感じているという内容の9項目で構成されていた。したがって第1因子を『成長阻害感』と命名した。第2因子はTakezawa & Kodama（2004）での「情緒的安定」にあたり，「自分の不安が和らいだと思う」「心の支えが得られたと思う」「安心できるようになった」など，自分が頼ることで気持ちが安定したという内容の8項目で構成されていた。したがって，第2因子を『気持ちの安定』と命名した。第3因子はTakezawa & Kodama（2004）での「自己成長感」にあたり，「自分に自信が持てるようになった」「強くなったと思う」「前向きになることができたと思う」など，自分が他者に頼った経験によって自分が成長することができたという内容の7項目で構成されていた。したがって，第3因子を『自己成長感』と命名した。以上より，Takezawa & Kodama（2004）とほぼと同様の結果が得られた。これらの項目での信頼性係数は第1因子が$\alpha$＝.87，第2因子が$\alpha$＝.85，第3因子が$\alpha$＝.86であり，尺度の信頼性が確認された。

**依存の仕方が依存後の自己成長感に及ぼす影響**

まず，研究1と同様に依存状況における自律性尺度の逆転項目の得点を反転させ，15項目の得点を足しあげることで依存状況における自律性得点を算出した。他の尺度も同様に得点化した。依存状況おけ

る自律性尺度と依存することによる影響尺度の下位尺度「自己成長感」「成長阻害感」「気持ちの安定」との間の相関係数を算出した（Table 2-2）。相関係数は順に，$r=.23$（$p<.01$），$r=-.34$（$p<.01$），$r=.15$（$p<.01$），であった。依存状況における自律性がその後の感情（「自己成長感」「成長阻害感」「気持ちの安定」）にどのような影響を与えているかを検討するために，Amos4.0を用いてパス解

Table 2-1　依存することによる影響尺度の因子分析結果（最尤法・プロマックス回転）

| | *M* | *SD* | F1 | F2 | F3 | 共通性 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **F1 成長阻害感（α=.87）** | | | | | | |
| 18 自分で判断したり，決定できなくなってしまったと思う | 2.55 | 1.11 | .86 | .01 | .09 | .69 |
| 20 自分自身の考えがもてなくなってしまったと思う | 2.18 | 1.02 | .75 | -.10 | .19 | .51 |
| 7 自分ひとりでは何もできなくなってしまったと思う | 2.40 | 1.13 | .75 | .04 | -.05 | .57 |
| 14 自分の意思を主張できなくなってしまったと思う | 2.37 | 1.00 | .68 | -.20 | .29 | .43 |
| 23 自分が成長する機会をなくしてしまったと思う | 2.36 | 1.05 | .66 | -.01 | -.10 | .51 |
| 4 何でも人に頼ってしまうようになってしまったと思う | 2.88 | 1.17 | .63 | .23 | -.22 | .47 |
| 5 頼ったことを後悔している | 2.31 | 1.06 | .52 | -.11 | -.08 | .36 |
| 3 人に頼ることは自分のためにならなかったと思う | 2.60 | 1.05 | .42 | -.06 | -.13 | .26 |
| 1 人に頼る自分自身を情けなく感じてしまう | 3.15 | 1.15 | .41 | .28 | -.33 | .29 |
| **F2 気持ちの安定（α=.85）** | | | | | | |
| 13 自分の不安が和らいだと思う | 3.98 | 0.92 | -.04 | .78 | -.09 | .54 |
| 21 安心できるようになった | 3.71 | 0.96 | .00 | .74 | .03 | .58 |
| 24 心の支えが得られたと思う | 3.83 | 1.04 | .02 | .73 | .11 | .64 |
| 11 自分は一人ではないと感じることができたと思う | 3.75 | 1.12 | .07 | .62 | .20 | .56 |
| 6 救われたと思う | 4.05 | 0.92 | .08 | .59 | -.07 | .29 |
| 17 元気を取り戻すことができたと思う | 3.46 | 1.09 | .00 | .52 | .34 | .61 |
| 2 問題が解決しやすくなったと思う | 3.82 | 0.86 | -.11 | .43 | -.13 | .16 |
| 9 自分ひとりではできないこともできたと思う | 3.84 | 0.97 | .04 | .36 | .18 | .24 |
| **F3 自己成長感（α=.86）** | | | | | | |
| 16 自分に自信が持てるようになったと思う | 2.75 | 1.04 | .06 | -.10 | .85 | .63 |
| 8 強くなったと思う | 2.53 | 1.02 | .00 | -.11 | .70 | .41 |
| 22 自分が成長することができたと思う | 3.14 | 1.01 | -.08 | .11 | .61 | .51 |
| 19 前向きになることができたと思う | 3.24 | 1.04 | -.02 | .24 | .58 | .58 |
| 15 さまざまな側面から物事を見ることができるようになったと思う | 3.47 | 0.99 | .03 | .06 | .56 | .34 |
| 12 物事に対処する力が増したと思う | 3.41 | 0.97 | .01 | .09 | .55 | .36 |
| 10 それからもがんばることができたと思う | 3.61 | 0.90 | -.15 | .30 | .39 | .48 |
| 因子相関 F1 | | | | -.22 | -.37 | |
| F2 | | | | | .63 | |
| F3 | | | | | | |

Table 2-2　依存状況における自律性尺度，依存することによる影響尺度間相関係数および平均（標準偏差）

| | Ⅰ | Ⅱ | Ⅲ | Ⅳ | *M(SD)* |
|---|---|---|---|---|---|
| Ⅰ 依存状況における自律性尺度 | | .23** | -.34** | .15** | 62.68(9.29) |
| Ⅲ 自己成長感 | | | -.36 | .68** | 62.68(9.30) |
| Ⅳ 成長阻害感 | | | | -.21** | 62.68(9.31) |
| Ⅴ 気持ちの安定 | | | | | 62.68(9.32) |

**$p<.01$，*$p<.05$

析を行った。なお，依存することによる影響の各下位尺度間には共分散の影響が想定されるため，誤差変数間に共分散を設定した。その結果，「依存状況における自律性」は「自己成長感」「気持ちの安定」の両方に正の影響，「成長阻害感」へは負の影響を与えていた。(Fig. 1)。

## 考　察

本研究では，自律的な依存の仕方が依存後の自己成長感・成長阻害感に及ぼす影響を検討した。

パス解析の結果，依存状況においても最終的には自分で決定し，その決定の責任は自分が負うといった自律的な依存の仕方は，依存後に自己成長感や気持ちの安定を高め，逆に成長阻害感を低めていた。自己決定的な依存の仕方の場合，他者に依存しつつも自らも考えたり，決定しようとしたりするために主体性が失われず，成長が阻害されたと感じにくいのではないかと考えられる。さらに，依存過程を通して他者の新しい考え方や態度を学習したり，他者から力づけられることで自分の自信のなさが補強されたりすることで一歩前進することができると考えられ，自分が成長したと感じやすいと考えられる。逆に，自律性を失い，全ての決断を依存対象に委ね，自らは考えることもなく，ただ従順に従ってしまうような他者依拠的な依存の場合は全てを他者に任せてしまうために，自分も何らかの貢献をしたと感じることはなく，自分でやるべきだったのではないかといった後悔や不安が生じやすいのではないかと考えられる。その結果，自己成長感を感じにくく，成長が阻害されたと感じやすくなるのではないかと推測される。以上より，伝説は支持され，依存状況において自律性を保持した依存の仕方がより適応的な依存のあり方であり，依存が効果的に機能するやり方であることが示めされた。ここで，自己決定的な依存の仕方の場合には，依存後に気持ちの安定が高まっていた。自律性を失う，つまり自身によるコントロールが失われる状態は不安を喚起しやすいと考えられ，自己決定的な依存の場合は主体性を失わないために，頼ったことによる後悔や罪の意識を感じにくく，気持ちの安定が得やすいと考えられる。

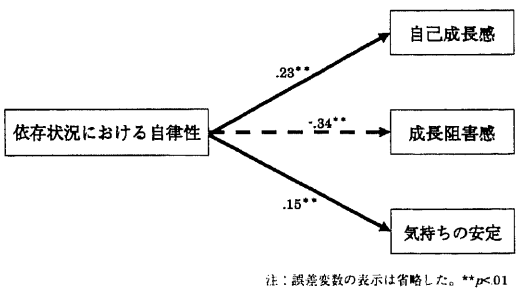


Fig. 1　依存状況における自律性がその後の自己成長感・成長阻害感・気持ちの安定に与える影響

## まとめと今後の課題

研究1では，依存の適応･不適応を分ける視点として自律的な依存の仕方に注目し，それを測定する「依存状況における自律性尺度」の開発を行った。不適応的な依存性を測定するJIDIとの間に負の相関が見られ，「依存状況における自律性尺度」はより適応的な依存のあり方を測定していることが示唆された。研究2では，研究1で開発した尺度を用いて，実際に自律性を保持した依存の仕方が適応的なあり方であるかどうかを，依存後の自己成長感に注目して検討した。その結果，自律性を保持した依存の仕方の場合，依存後に自己成長感や気持ちの安定を高め，逆に成長阻害感を低めていた。以上より，「依存状況における自律性尺度」の得点が高い場合はより適応的な依存のあり方であり，得点が低い場合つまり，依存状況において自律性が保持されない場合は，不適応的な依存のあり方となってしまうことが示された。

今後の課題としては，以下のことが考えられる。第一に，「依存状況における自律性尺度」についてである。α係数の値が若干低めであったため今後はさらなる項目の検討が必要である。第二に，本研究で適応性を評価するために用いた概念が依存後の自己成長感といった主観的なもののみであった点である。自分では依存がうまくいっていると感じていても，依存対象からみると実際は問題となる依存の仕方となっている場合も多く存在するだろう。したがって，今後は適応性の評価として，依存する側の主観的な視点のみではなく，依存される側といった他者からの視点や，依存対象者との対人関係性への影響といった観点からも検討することが必要である。第三に，調査対象者についてである。依存性は生涯を通して発達し変容し続けるものであると考えられ，各発達段階にあわせて異なる様相を呈することが推測される。したがって，依存性は生涯発達的観点から，青年期のみではなく成人期や老年期といった他の発達段階における依存についても検討していかなければならないと考えられる。

## 引用文献


天貝由美子・新井邦二郎（2000）．子供の自己決定とその発達 大阪教育大学紀要 第Ⅳ部門，49，47-58.

American Psychiatric Association (1994). *Quick reference to the diagnostic criteria from DSM-IV.* Washington D.C.: American Psychiatric Association.（American Psychiatric Association 高橋三郎・大野 裕・染谷俊幸（訳）（1995）．DSM-Ⅳ精神疾患の分類と診断の手引き 医学書院）

Bonstein, R.F. (1998). Depathologizing dependency. *Journal of Nervous Mental Disease*, **186**, 67-73.

Bonstein, R.F. & Languirand, M.A. (2003). *Healthy Dependency Leaning on Others Without Losing Yourself*. New York: Newmarket Press.

畠中宗一（編）（2002）自立と甘えの社会学 世界思想社

Hirschfeld, R.M., Klerman, G.L., Gough, H.G., Barrett, J., Korchin, S.J. & Chodoff, P. (1977). Aeasure of Interpersonal Dependency. *Journal of Personality and Assessment*, **41**, 610-618.

石川 元・渋澤田鶴子（1988）．概説－家族療法の各派 大原健士郎・石川 元（編）家族療法の理論と実際Ⅱ 星和書店 Pp.9-37.

石毛みどり・無藤 隆（2005）．中学生における精神的健康とレジリエンスおよびソーシャル・サポートとの関連－受験期の学習場面に着目して－ 教育心理学研究，**53**，356-367.

McDonald, S.P. (1988). Interpersonal dependency inventory Japanese short form(JIDI)：その作成と検定について 看護研究，**21**，451-460.

小田 晋（2000）．「日本人の依存」を精神分析する 大和書房

関 知恵子（1982）．人格適応面からみた依存性の研究－自己像との関連において－ 臨床心理事例研究，**9**，230-249.

高井範子（1994）．実存分析的視点による現代人の生き方意識の検討－実存的生活意識インベントリーの作成と成人に対する調査の実施－ 人間性心理学研究，**12**，62-73.

高橋恵子（1968a）．依存性の発達的研究Ⅰ－大学生女子の依存性－ 教育心理学研究，**16**，7-16.

高橋恵子（1968b）．依存性の発達研究Ⅱ－大学生女子との比較における高校生女子の依存性－ 教育心理学研究，**16**，216-226.

高橋恵子（1970）．依存性の発達的研究Ⅲ－大学生・高校生との比較における中学生女子の依存性－ 教育心理学研究，**18**，65-75.

竹澤みどり・小玉正博（2004）．依存することによる影響の検討－質的検討－ 日本心理学会第68回大会，659.

Takezawa Midori & Kodama Masahiro (2004). The Relationship Between Expression-Suppression Type of Dependence Behavior and Expectations Regarding the Effect of Dependence. The 2nd Asian congress of health psychology

竹澤みどり・小玉正博（2006）．適応的な依存とは？：依存概念の再検討 筑波大学心理学研究，**32**，73-86.

宅香菜子（2005）．ストレスに起因する自己成長感が生じるメカニズムの検討 ストレスに対する意味の付与に着目して 心理臨床学研究，**23**，161-172.


（受稿9月28日：受理11月8日）