Japanese Association of Educational Psychology

24　教育心理学研究, 2004, 52, 24—32

大学生の親友関係における関係性高揚と精神的健康との関係

——相互協調的—相互独立的自己観を踏まえた検討——

黒田祐二*　有年恵一**　桜井茂男***

本研究の目的は，大学生の親友関係における関係性高揚と精神的健康との関係について検討すること，及び，その関係に相互協調的－相互独立的自己観が及ぼす影響について検討することであった。結果から，日本の大学生において，自分たちの親友関係を他の親友関係より良いものであると評価する「積極的関係性高揚」と，悪くはないと評価する「消極的関係性高揚」は，相対的幸福感・自尊感情・充実感と正の関係を示し，抑うつと負の関係を示すことが見出された。さらに，この関係性高揚と精神的健康との関係は，相互協調的自己観ないし相互独立的自己観が自己に内在化されている程度によって異なることが示された。すなわち，相互協調的自己観の低い者より高い者において，そして，相互独立的自己観の高い者より低い者において，関係性高揚（積極的関係性高揚及び消極的関係性高揚）と精神的健康との関係が強くなることが示された。

キーワード：関係性高揚，親友関係，精神的健康，相互協調的—相互独立的自己観，日本人大学生

問題と目的

本研究は，日本人における，自己と他者との関係性についてのポジティブに偏った評価（すなわち,関係性高揚）の適応的な側面を検討するために，関係性高揚と精神的健康との関係を検討するものである。

近年，自己と精神的健康との関係についての研究が再び注目を集めている（遠藤, 1995）。従来の「自己についての正確な認識が精神的健康をもたらす」という考え方を反証する形で，「ほとんどの欧米人が，自己をポジティブに偏って評価するという『自己高揚』を示し，そのようなポジティブに偏った自己評価こそが精神的健康をもたらす」という結果が，欧米を中心に見出されているからである。

自己高揚と精神的健康との関係については，Taylor & Brown (1988) が，膨大な先行研究を基に理論化を試みている。Taylor & Brown (1988) によれば，ほとんどの欧米人が，①自分は他者よりもパーソナリティや能力などの側面において優れているという自己評価をもち，②自分の将来は他者のそれよりも明るいという楽観的な期待を示し，③外界に対する自己の統制力を非現実的に高く認知する，という自己高揚を示す。そして，このような自己高揚は，自尊感情・主観的幸福感・対人適応を促進したり，抑うつを抑制するなど，精神的健康をもたらすという。

しかしながら，欧米とは対照的に，日本においてはこのような自己高揚は一貫して見出されていない（遠藤, 1997）。例えば，調和性や誠実性といった性格の一側面においては自己高揚が示されるが（伊藤, 1999；外山・桜井, 2001），概して日本人は，自己を批判的・卑下的にみなす傾向にあるという（北山, 1995；北山・唐澤, 1995）。また，楽観主義に関する研究からは，欧米人においては個人的楽観主義（他者よりも自分に良い出来事は起こり，悪い出来事は起こらないと認知する傾向）が示されたのに対して，日本人においてはそれが示されず，反対に個人的悲観主義（悪い出来事は他人と同じか，他人よりも多く自分に生じるという認知）が示されている（Heine & Lehman, 1995）。さらに，原因帰属に関する文化比較的研究からも，欧米においては成功において内的帰属傾向が強く示されるが，日本においては逆に失敗において内的帰属が示され，失敗の原因を自己の能力に帰属することが示されている（北山, 1998）。

欧米において見出されている自己高揚と精神的健康との関係についても，日本においてはほとんどみられない（遠藤, 1995）。すなわち，集団においてポジティブ・イルージョンが示された調和性や誠実性などの側面に限って，自己高揚的な認知が精神的健康と関連するものの（外山・桜井, 2000），精神的に健康な多くの日本人は，自己を平均的であるとみなすか，むしろ自己批判

*　筑波大学心理学研究科　〒305-8572
茨城県つくば市天王台1-1-1
ykuroda@human.tsukuba.ac.jp
**　茨城県立並木高等学校
***　筑波大学心理学系

NII-Electronic Library Service

Japanese Association of Educational Psychology

的・自己卑下的でさえあるという（北山・唐澤, 1995）。

このように，欧米と日本における先行研究から，自己高揚と精神的健康との関係には文化差のあることが考えられる。自己高揚が，欧米においては精神的健康をもたらすが，日本においてはそれをもたらさない理由の１つは，それぞれの文化において優勢な「文化的自己観」の違いにあると考えることができる（cf.遠藤, 1995；北山・唐澤, 1995）。すなわち，欧米においては，他者とは異なる自己の価値ある独自性を見出し，それを表出していくことが重視される「相互独立的自己観」が優勢であるが，日本においては，他者との協調性や結びつきが重視される「相互協調的自己観」が優勢である（Markus & Kitayama, 1991）。従って，欧米人が自己を他者よりも優れているとポジティブに認知することは，欧米文化において優勢である相互独立的自己観と合致するために，精神的健康などの適応をもたらす。しかし，日本人が自分自身を他者より優れているとみなし，それを呈示することは，自己と他者との差異性が強調され，また，集団からの疎外を意味するために（すなわち，日本において優勢である相互協調的自己観と合致しないために），日本での適応をもたらさないと考えられる。

ところで，日本において自己高揚が欠落しているという結果について，遠藤（1999）は，日本人の自己について検討する際には，文化的要因を考慮する必要があると指摘している。つまり，自己が他者と明確に区別される欧米とは異なり，日本人の自己は，相互浸透的で状況依存的であり，自己と他者との関係性という視点から日本人の自己のあり方について検討する必要があると論じている。このような主張を踏まえ，遠藤（1997）は，自己高揚が示されなかった日本人にも，「自分たちの親友関係や夫婦関係（つまり，関係性）」を，「他の親友関係・夫婦関係よりも良い，ないし悪くないと評価」する，「関係性高揚」という現象が存在することを見出している（同様の結果として，外山, 2002）。

以上のような，①日本人においては欧米人のように自己高揚が示されず，かつそれが精神的健康をもたらすわけではないという知見，②自己高揚の代わりに，日本人においては関係性高揚が示されるという遠藤（1997）の知見，さらに，③日本人における精神的健康は，欧米文化とは異なる日本独自の文化的特徴を考慮して検討される必要があるという論考（遠藤, 1995；cf.北山・唐澤, 1995）を踏まえると，次のような可能性が考えられる。つまり，日本人においては，欧米人のように自己高揚が精神的健康をもたらすのでなく，関係性高揚が精神的健康をもたらしているという可能性である。

関係性高揚と精神的健康との関係は，日本における文化的自己観の特徴を考慮すると，具体的に次のように予測できるだろう。先述した通り，自己高揚が欧米において精神的健康と関係し，日本において精神的健康と関連しない１つの理由としては，相互独立的自己観が優勢であるかどうかの違いにあると考えられる。この仮説に基づくと，日本人が関係性高揚をもつことは，日本において優勢である相互協調的自己観，すなわち，他者との協調を重視し，他者との密接なつながりから自己を確認するという日本人の自己定義の仕方（北山・唐澤, 1995）と合致するために，精神的健康を高めると予測される。

しかしながら，文化的自己観の観点を踏まえて，関係性高揚と精神的健康との関係を積極的に検討した研究は，これまであまり行われていない。遠藤（1997）の研究においては，夫婦関係における関係性高揚と相対的幸福感（たいていの世の中の人に比べて自分が幸福である程度）との関係が検討されているが，この研究は，関係性高揚が日本人において示されるかどうかを検討することを主な目的として行われたものであり，文化的自己観の観点を踏まえて，関係性高揚の適応的な側面を積極的に検討するために行われたものではないと思われる。また，関係性高揚が日本人とカナダ人とで異なるかどうかを検討した Endo，Heine，& Lehman（2000）の研究においても，付加的に親友・家族・恋愛関係における関係性高揚と自尊感情・抑うつとの関係が検討されており，結果から，関係性高揚は自尊感情・抑うつと関係しないことが示されているが，この研究においては，①複数の精神的健康の指標を取り上げて，関係性高揚の適応的側面を積極的に検討しているわけではない，②関係性高揚の尺度の α 係数が低めである（.21～.94, 平均は.62），③「自分たちの家族ないし恋愛関係は他の関係よりネガティブでない」という消極的な関係性高揚は示されなかったが，この関係性の評定も含めて自尊感情及び抑うつとの関係が検討されている，という限界を指摘できる。

そこで，本研究では，日本人における関係性高揚と精神的健康との関連を，文化的自己観の観点も踏まえて，詳細に検討する。関係性高揚の指標としては，内的一貫性の高い指標を用い，精神的健康に関しては，複数の指標（相対的幸福感，自尊感情，充実感，そして抑うつ）を取り上げて検討する。

本研究の仮説をまとめると，次の通りである。本研究では，まず，次の仮説１を検討する。

NII-Electronic Library Service

Japanese Association of Educational Psychology

仮説1 相互協調的自己観の優勢な日本人においては，全般的に関係性高揚が精神的健康と関係するであろう。

次に，関係性高揚と精神的健康との関係には，文化的自己観が影響しているという予測を検証するために，以下の仮説2-1，2-2を検討する。

仮説2-1 相互協調的自己観の低い場合より高い場合において，関係性高揚と精神的健康との関係が強いであろう。

仮説2-2 同時に，自己と他者との独立性を強調する相互独立的自己観が高い場合より低い場合において，関係性高揚と精神的健康との関係が強いであろう[1]。

なお，本研究においては，①青年期において相互協調的自己観が自己に内面化されること（高田, 1999），②青年期においては親密な友人関係（親友関係）が精神的健康の維持・促進において大きな役割を担っていると考えられること，を考慮して，大学生を対象として，親友関係に関する関係性高揚と精神的健康との関係を検討する。

方　法

調査対象

大学生181名(男性73名, 女性108名)。平均年齢は20.23歳（標準偏差1.77）であった。

質問紙構成

関係性高揚 Endo et al. (2000) においては，個性記述的な方法により関係性高揚を測定しているが，この方法により得られた関係性高揚の得点は，α 係数が低い傾向にある。そこで，α 係数の高い関係性高揚尺度として，遠藤 (1997) の尺度を使用した。教示において，まず自分の親友を一人思い浮かべてもらい，続いて，自分の親友関係は，他の人々の親友関係と比べて特にどのようだといえるか尋ねた。質問項目は，友人関係におけるポジティブな側面と，ネガティブな側面で構成され，各項目はランダムに配置された。ポジティブな側面に関する項目は，「親密である」，「気が合う」，「必要な存在である」，「良い感じである」，「支援的である」，「安心できる」，「楽しい」の7項目であり，ネガティブな側面に関する項目は，「退屈な関係である」，「不誠実である」，「不満を感じる」，「惰性的である」，「長くは続かない」の5項目であった。各項目に対して，「あてはまらない」(1点)，「ややあてはまらない」(2点)，「どちらともいえない」(3点)，「ややあてはまる」(4点)，「あてはまる」(5点)，の5件法で評定を求めた。なお，データ入力の際，ネガティブな側面の項目については得点を逆転させたため，ネガティブな側面については，得点が高い程，自分たちの親友関係は他の親友関係よりネガティブな側面が当てはまらないことを意味する。以後，ポジティブな側面の合計得点を「積極的な関係性高揚」と表し，ネガティブな側面の合計得点を「消極的な関係性高揚」と表す。

相対的幸福感 遠藤 (1997) において用いられた1項目を用いた。「たいていの世の中の人に比べて，あなたはどの程度幸福ですか」という教示に続いて，「私の方がはるかに不幸」(1点)，「私の方がかなり不幸」(2点)，「私の方がまあ不幸」(3点)，「どちらともいえない」(4点)，「私の方がまあ幸福」(5点)，「私の方がかなり幸福」(6点)，「私の方がはるかに幸福」(7点)，の7件法で回答を求めた。

自尊感情 山本・松井・山成 (1982) の尺度を用いた。項目は，「少なくとも人並みに価値のある人間である」，「敗北者だと思う時がよくある」（逆転項目）など，10項目で構成されている。評定は，「あてはまらない」(1点)，「ややあてはまらない」(2点)，「どちらともいえない」(3点)，「ややあてはまる」(4点)，「あてはまる」(5点) の5件法であった。

充実感 大野 (1984) の充実感尺度の下位尺度である，充実感気分―退屈・空虚感尺度を用いた。項目は，「生活に充実感に満ちた楽しさがある」，「毎日毎日が空虚である」（逆転項目）など，11項目で構成されている。各項目に対する評定は，「今の自分に全くあてはまらない」(1点)，「今の自分にあまりあてはまらない」(2点)，「どちらともいえない」(3点)，「今の自分にかなりあてはまる」(4点)，「今の自分に非常にあてはまる」(5点) の5件法で求めた。

抑うつ 林 (1988) による，ベック抑うつ尺度の日本語版を用いた。本尺度においては，1つの問いに抑うつ症状を表す4つの文章があり（例えば，「私は落ち込んでいない」，「私は落ち込んでいる」，「私はいつも落ち込んでいるから急に元気にはなれない」，「私はとてもがまんができないほど落ち込んでいるし不幸だ」といった4つの文章），合計16の問いで構成されている。評定は，最近の自分の気持ちを最も表す文章の数字に○をつけるようになっている。抑うつの程度の最も低い文章から最も高い文章までを，それぞれ1点，2点，3点，4点として得点化した。また，本尺度は，同じ程度の選択肢があった場合，複数の項目への回答を求めるようになっており，採点時

[1] 相互協調的自己観と相互独立的自己観については，両者を1次元の両極であると捉える研究者もいるが（例えば，木内, 1995），本研究では，高田 (2000) などに従い，両者は独立した次元であると考える。

NII-Electronic Library Service

Japanese Association of Educational Psychology

にはいずれか1つを採用することになっているが，本研究においては，このような場合には，高い方の点数を得点化した。

相互協調的—相互独立的自己観　高田（2000）の尺度の短縮版を用いた。相互協調的自己観に関する項目は，「自分がどう感じるかは，自分が一緒にいる人や，自分のいる状況によって決まる」，「人が自分をどう思っているかを気にする」など，6項目で構成されている。また，相互独立的自己観に関する項目は，「自分の周りの人が異なった考えをもっていても，自分の信じるところを守り通す」，「自分でいいと思うのならば，他の人が自分の考えをなんと思おうと気にしない」など，4項目で構成されている。評定方法は，「全くあてはまらない」（1点），「あてはまらない」（2点），「ややあてはまらない」（3点），「どちらともいえない」（4点），「ややあてはまる」（5点），「あてはまる」（6点），「ぴったりあてはまる」（7点）の7件法であった。

手続き

授業時間等を利用して，集団で実施した。

結　　果

1．各尺度の平均値・標準偏差・α係数・尺度間相関と関係性高揚現象の検討

分析に先立ち，まず，各尺度の平均値，標準偏差，α係数，ならびに尺度間の相関係数を求めた。結果はTABLE 1に示されている。平均値に関しては，遠藤（1997）の結果と一致して，積極的及び消極的な関係性高揚尺度の平均値が高めであった。α係数に関しては，相互独立的自己観を除けば，全て.70以上であり，ほぼ十分な値が得られた。相互独立的自己観に関しても.68であり，許容範囲であると考えられる。相関係数に関しては，積極的な関係性高揚と相互独立的自己観との間に，正の有意な相関がみられた。しかし，相関係数は.15（$p<.05$）と弱いため，本研究では両者はほぼ独立しているとみなして以下の分析を行うことにする。また，相互協調的自己観と相対的幸福感・自尊感情・充実感との間に有意な負の相関が，抑うつとの間に有意な正の相関が示された。逆に，相互独立的自己観と相対的幸福感・自尊感情・充実感との間には有意な正の相関が，抑うつとの間には有意な負の相関が示された。

次に，関係性高揚現象を確認するために，関係性高揚尺度の各項目の平均値と中央値（=3）との違いを，t検定により検討した（TABLE 2）。その結果，遠藤（1997）の結果と同様に，全ての項目について有意な結果が得られた。すなわち，「自分たちの親友関係は他の親友関係よりも良い関係であって，悪い関係ではない」という，関係性高揚現象が示された。

2．関係性高揚と精神的健康との関係（仮説1の検討）

本研究の仮説1を検討するために，関係性高揚と精神的健康に関する各変数との相関係数を求めた。結果はTABLE 1（点線枠内の相関係数）に示されている。

まず，積極的な関係性高揚に関しては，相対的幸福感・自尊感情・充実感との間に，小さいながらも有意な正の相関が示され，抑うつとの間に有意な負の相関が示された。消極的な関係性高揚に関しても，相対的幸福感・自尊感情・充実感との間に有意な正の相関が，抑うつとの間には有意傾向の負の相関が，それぞれ示された。

以上の結果から，比較的小さい相関係数ではあったものの，本研究の仮説1は支持された。すなわち，日本人の大学生において，自分たちの親友関係が他の親友関係より良いと評価すればするほど（積極的な関係性高揚），そして，悪くないと評価すればするほど（消極的な関係性高揚），精神的健康が高まると考えられる。

TABLE 1　各尺度の平均値・標準偏差・α係数と，尺度間の相関係数

	平均値	標準偏差	α係数	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧
① 積極的な関係性高揚	28.33	4.45	.79	.63**	.18*	.18*	.19*	-.20**	-.01	.15*
② 消極的な関係性高揚	20.21	3.44	.70		.16*	.18*	.21**	-.14+	.04	.07
③ 相対的幸福感	5.01	1.17	—			.31**	.42**	-.34**	-.15*	.16*
④ 自尊感情	32.06	7.07	.82				.47**	-.58**	-.39**	.47**
⑤ 充実感	38.43	9.39	.92					-.60**	-.24**	.33**
⑥ 抑うつ	8.45	6.29	.81						.25**	-.31**
⑦ 相互協調的自己観	28.36	5.50	.75							-.55**
⑧ 相互独立的自己観	16.98	4.14	.68							

注1）$^{+}p<.10$，$^{*}p<.05$，$^{**}p<.01$.

注2）相対的幸福感は1項目であるため，α係数は算出できない.

NII-Electronic Library Service

Japanese Association of Educational Psychology

TABLE 2 関係性高揚尺度項目の平均値，標準偏差と t 検定の結果

	平均値	標準偏差	t 値
ポジティブな側面			
親密である	3.94	.97	13.07***
気が合う	4.19	.92	17.46***
必要な	4.05	1.01	13.95***
良い感じ	4.29	.74	23.63***
支援的	3.27	1.27	2.87**
安心できる	4.17	.92	17.01***
楽しい	4.42	.78	24.43***
ネガティブな側面			
退屈な関係	4.23	.88	18.73***
不誠実である	4.04	1.04	13.54***
長くは続かない	4.25	.97	17.35***
不満を感じる	4.02	1.07	12.79***
惰性的である	3.66	1.14	7.82***

注）**p<.01，***p<.001，N=181.

3．相互協調的自己観の高群及び低群における関係性高揚と精神的健康との関係（仮説 2-1 の検討）

続いて，仮説2-1を検討する。日本人において相互協調的自己観が優勢であるとはいえ，全ての日本人が相互協調的自己観を内面化しているわけではなく，そこには個人差が生じている（Markus & Kitayama, 1991；高田, 2000）。本研究は，この個人差に注目し，相互協調的自己観を中央値により高群・低群に分割し，各群における関係性高揚と精神的健康との相関係数を比較することにより，相互協調的自己観が関係性高揚と精神的健康との関係に及ぼす影響について検討した。結果はTABLE 3 に示されている。

まず，相互協調的自己観の高群における関係性高揚と精神的健康との関係について検討した。結果から，積極的な関係性高揚は，相対的幸福感・自尊感情・充実感と有意な正の相関を示し，抑うつと有意な負の相関を示した。同様に，消極的な関係性高揚は，相対的幸福感・自尊感情・充実感と有意もしくは有意傾向の正の相関を示し，抑うつと有意な負の相関を示した。

次に，相互協調的自己観の低群における関係性高揚と精神的健康との関係について検討した。結果から，相互協調的自己観高群の結果と対照的に，積極的な関係性高揚は，いずれの精神的健康の指標とも有意な相関を示さず，消極的な関係性高揚についても，充実感以外の精神的健康の指標とはいずれも有意な相関を示さなかった。

以上の結果から，相互協調的自己観の低群における消極的な関係性高揚と充実感との正の有意な相関を除いて，本研究の仮説2-1は支持された。相互協調的自己観の低群における消極的な関係性高揚と充実感との正の相関は，次のように考察できる。すなわち，充実感尺度は日常生活の充実感や楽しさ（あるいは，日常生活が空虚でないこと）を表しているが，多くの大学生にとっての生活の中心の1つは友人関係であると考えられるため，相互協調的自己観の低い者にとってさえも，「自分の友人関係は最低限悪くはない」と評価することは，大学生活における充実感（空しくはないこと）に影響するのであろうと考えられる。

4．相互独立的自己観の高群及び低群における関係性高揚と精神的健康との関係（仮説 2-2 の検討）

最後に，仮説2-2を検討する。仮説2-1の検討と同じように，相互独立的自己観を中央値により高群・低群に分割し，それぞれの群における関係性高揚と精神的健康との相関係数の強さを比較した。結果はTABLE 4 に示されている。

まず，相互独立的自己観の高群における関係性高揚と精神的健康との関係について検討した。その結果，

TABLE 3 相互協調的自己観の高群・低群における関係性高揚と精神的健康との相関係数

	精神的健康			
	相対的幸福感	自尊感情	充実感	抑うつ
相互協調的自己観高群				
積極的な関係性高揚	.28**	.29**	.21*	-.23*
消極的な関係性高揚	.26*	.32**	.19+	-.21*
相互協調的自己観低群				
積極的な関係性高揚	.07	.06	.18	-.18
消極的な関係性高揚	.04	.02	.26*	-.07

注）+p<.10，*p<.05，**p<.01.

TABLE 4 相互独立的自己観の高群・低群における関係性高揚と精神的健康との相関係数

	精神的健康			
	相対的幸福感	自尊感情	充実感	抑うつ
相互独立的自己観高群				
積極的な関係性高揚	.06	.09	.08	-.03
消極的な関係性高揚	.07	.03	.09	.00
相互独立的自己観低群				
積極的な関係性高揚	.28**	.21+	.26*	-.33**
消極的な関係性高揚	.23*	.29**	.31**	-.26*

注）+p<.10，*p<.05，**p<.01.

NII-Electronic Library Service

Japanese Association of Educational Psychology

積極的な関係性高揚及び消極的な関係性高揚は，いずれの精神的健康の指標とも有意な相関を示さなかった。

次に，相互独立的自己観の低群における関係性高揚と精神的健康との関係を検討した。その結果，相互独立的自己観高群の結果と対照的に，積極的な関係性高揚は，相対的幸福感・自尊感情・充実感と有意もしくは有意傾向の正の相関を示し，抑うつとは有意な負の相関を示した。同様に，消極的な関係性高揚は，相対的幸福感・自尊感情・充実感と有意な正の相関を示し，抑うつとは有意な負の相関を示した。

以上の結果から，本研究の仮説2-2は支持された。

考　　察

本研究は，大学生の親友関係における関係性高揚と精神的健康との関係について，文化的自己観の観点を踏まえて検討することを目的として行われた。

結果から，日本の大学生において，自分たちの親友関係を他の親友関係より良いものであると評価すればするほど(「積極的関係性高揚」)，そして，悪くないと評価すればするほど(「消極的関係性高揚」)，相対的幸福感・自尊感情・充実感が高まり，抑うつが低まることが示された（仮説1の検証)。

さらに本研究から，上記の関係性高揚と精神的健康との関係は，相互協調的自己観ないし相互独立的自己観が自己に内在化されている程度によって異なってくることが示された(仮説2-1と2-2の検証)。すなわち，相互協調的自己観の低い者より高い者において，そして，相互独立的自己観の高い者より低い者において，関係性高揚(積極的関係性高揚及び消極的関係性高揚)と精神的健康との関係が強くなることが示された。

文化的自己観の観点から，どのように日本人の精神的健康がもたらされるかを考えてみると，いくつかの心理的プロセスを想定できる。例えば，北山・唐澤(1995)は，相互協調的な文化における個人は，他者と調和するために必要であり，かつ自分に欠けている属性を探してそれを改善していくという，「自己批判と自己向上」の過程が，精神的健康をもたらすと論じている。この過程は，「(比較的) 消極的でネガティブな」プロセスであると考えられる。しかし，本研究における知見は，北山・唐澤（1995）の指摘した自己批判と自己向上の過程以外に，親密な関係性を高揚させるという「積極的でポジティブな」心理プロセスも，相互協調的な自己をもつ者においては，価値ある自己を見出し，精神的健康を維持するために必要な心理適応的メカニズムであることを示唆している。

また，従来の自己高揚に関する研究から，日本人においては自己高揚はみられないことが指摘されてきた。この点に関して，本研究における関係性高揚と自尊感情を含めた精神的健康との関係についての結果は，外山（2002）の論じているように，相互協調性を重視する日本人においては，直接的に自己の評価を高揚させるのでなく，自分を含めた親密な関係性の評価を高揚させることによって，間接的に自己評価を高めていることを示している。

他方，相互独立的自己観の高い者にとっては，自分の親友関係を他の親友関係より良い（悪くない）と評価することは，自分自身の評価には影響を及ぼさないようである。この結果は，相互独立的自己観の定義を考えれば，妥当であろう。つまり，相互独立的自己観の高い者においては，自己を他者と完全に切り離された存在としてみなし，他者にはない独自の属性をみつけてそれを高く評価していくことが最大の目標となる。従って，自己と他者との「関係性」という単位で自己について高く評価すること（低く評価しないこと）は，これらの目標の達成には直接関係しないため，自尊感情や充実感に結びつくことはないのであろう。相互独立的自己観の高い者は，あくまで自分独自の属性を直接的に高揚させることにより，自己評価を高めたり精神的健康を維持していると考えられる。

近年盛んに行われている自己と精神的健康との関係についての先行研究から，自己をポジティブに偏って評価する自己高揚は，欧米とは異なり，日本においては存在せず，また，それが欧米と同じような適応的な働きを果たさないことが示されてきた（遠藤, 1995；北山・唐澤, 1995)。同時に，日本人においては，自己評価を高揚させるのではなく，自己と他者の関係性についての評価を高揚させる関係性高揚が存在することが明らかにされてきた（遠藤, 1997；Endo et al., 2000)。本研究は，これらの研究を発展させ，自己高揚が精神的健康をもたらさない日本人においては，(代替的に)関係性高揚が精神的健康と関連すること，そして，日本人において関係性高揚が精神的健康と関連するのは，日本人において優勢であるとされている相互協調的自己観が関係していることを示唆したという点で，意義あるものと考えられる[2]。

ところで，本研究の結果を，現代青年の友人との付

[2] ただし，後に詳しく論じるように，関係性高揚と精神的健康との関係が，日本人に「特有に」みられるものであるかどうかについては，日本人のみを対象とした本研究からは結論できない。

NII-Electronic Library Service

Japanese Association of Educational Psychology

き合い方と，その中での自己形成という観点から解釈してみると，次のようなことがいえるだろう。現代の青年においては，友人関係が希薄であり，表面的な付き合いしか求めないということがしばしば指摘されている（例えば，千石，1985）。しかしながら，岡田（1999）は，このような表面的な対人関係について，大学生を対象として検討したところ，被調査者は，友人が表面的な関係を求めているから自分も表面的な関係をとっているだけであり，自分自身の理想としては親密で内面的な関係を求めていることを示している。さらに，このような親密で良好な友人関係は，青年期の自己の発達において重要な役割を果たしていることも指摘されている（松井，1990）。本研究の結果は，岡田（1999）や松井（1990）の研究と一致しており，現代の青年においても，「自分たちの親友関係は，他の（表面的な）関係とは違って，親密であると思いたい」という欲求が働いていることを示しており，そのような欲求に基づく関係性高揚が，青年の高い自己評価や充実感に結びつくことを示している。一見すると表層的な関係を求めているかのようにみえる現代青年においても，実は親密で深い友人関係を求めており，その関係の中で自己評価を確立し，精神的健康を維持・促進していることが窺える。

以上の通り，本研究は，自己高揚ならびに関係性高揚に関する既存の研究に新たな知見を提供した。また，その知見を基にして，現代青年においても，友人との親密な関わりを通してポジティブな自己形成を果たしている可能性を示唆した。しかしながら，同時にいくつかの問題点と課題も残されている。

第1に，本研究の被調査者は日本人の大学生であり，欧米の大学生は検討されていない。従って，本研究から，相互協調的自己観の高い者においては関係性高揚が精神的健康と関係し，相互独立的自己観の高い者においては関係性高揚と精神的健康が関係しないという結果が示されたとはいえ，この結果から直ちに，関係性高揚と精神的健康との関係が，相互協調的自己観の優勢であるとされる日本人特有の現象である（あるいは，相互独立的自己観の優勢であるとされる欧米人においては，関係性高揚は精神的健康と関連しない）と結論することはできない。今後は，日本と欧米との比較文化的な検討が必要である。

第2に，本研究における仮説は，一時点における調査により検討されたものであるため，関係性高揚と精神的健康との因果関係について確証されたわけではない。今後は，パネル調査などを用いることにより，両者の因果関係の方向性について検討する必要がある。

第3に，本研究では，大学生の親友関係に限定して関係性高揚と精神的健康との関係について検討を行った。今後は，恋愛・家族関係など，その他の親密な対人関係も取り上げ，大学生以外の異なる年齢集団のサンプルを用いることで，本研究と同じような結果が，関係性や年齢の違いを超えて示されるかどうかを検討する必要がある。

第4に，関係性高揚の測定法の問題がある。関係性高揚の測定方法としては，本研究のような相対的方法以外に，自分たちの関係性の評価と他の関係性の評価を独立させて評定させ，両者の差異を算出する「絶対的方法」や，第三者による被調査者の関係性の評価と被調査者自身の評価との差異を算出する方法などがある。関係性高揚と精神的健康との関係が，測定法の違いを超えて示されるかどうかも検討する必要がある。

最後に，本研究では，適応に関する変数として精神的健康を取り上げたが，今後は，関係性高揚が精神的健康以外の適応関連変数と関係するかどうかについても検討する必要がある。例えば，自己高揚は身体的健康ももたらすということが示されているが（Taylor, Kemeny, Reed, Bower, & Gruenewald, 2000），関係性高揚に関しても，身体的健康などと関係するかどうかを検討することは興味深い。関係性高揚が日本人においてどのような適応的な働きをもっているかについて，今後より詳細に検討していくことが望まれる。

引用文献

遠藤由美　1995　精神的健康の指標としての自己をめぐる議論　社会心理学研究，**11**，134-144．（Endo, Y. 1995 A critical review of studies on the self as an index of mental health. *Research in Social Psychology*, **11**, 134-144.）

遠藤由美　1997　親密な関係性における高揚と相対的自己卑下　心理学研究，**68**，387-395．（Endo, Y. 1997 Relationship-enhancement and relative self-effacement. *Japanese Journal of Psychology*, **68**, 387-395.）

遠藤由美　1999　「自尊感情」を関係性からとらえ直す　実験社会心理学研究，**39**，150-167．（Endo, Y. 1999 What is self-esteem ? : A review from an interpersonal perspective on self-esteem. *Japanese Journal of Experimental Social Psychology*, **39**, 150-167.）

Endo, Y., Heine, S.J., & Lehman, D.R. 2000 Cul-

NII-Electronic Library Service

Japanese Association of Educational Psychology

ture and positive illusion in close relationships : How my relationships are better than yours. *Personality and Social Psychology Bulletin*, **26**, 1571-1586.

林　潔　1988　学生の抑うつ傾向の検討　カウンセリング研究, **20**, 162-169. (Hayashi, K. 1988 An examination of students' depressive tendencies. *Japanese Journal of Counseling Science*, **20**, 162-169.)

Heine, S.J., & Lehman, D.R. 1995 Cultural variation in unrealistic optimism : Does the west feel more invulnerable than the east ? *Journal of Personality and Social Psychology*, **68**, 595-607.

伊藤忠弘　1999　社会的比較における自己高揚傾向—平均以上効果の検討—　心理学研究, **70**, 367-374. (Ito, T. 1999 Self-enhancement tendency in self and other evaluations : An examination of 'better-than-average effect' *Japanese Journal of Psychology*, **70**, 367-374.)

北山　忍　1994　文化的自己観と心理的プロセス　社会心理学研究, **10**, 153-167. (Kitayama, S. 1994 Cultural views of self and psychological processes. *Research in Social Psychology*, **10**, 153-167.)

北山　忍　1998　自己と感情—文化心理学による問いかけ—　共立出版

北山　忍・唐澤真弓　1995　自己：文化心理学的視座　実験社会心理学研究, **35**, 133-163. (Kitayama, S., & Karasawa, M. 1995 Self : A cultural psychological perspective. *Japanese Journal of Experimental Social Psychology*, **35**, 133-163.)

木内亜紀　1995　独立・相互依存的自己理解尺度の作成および信頼性・妥当性の検討　心理学研究, **66**, 100-106. (Kiuchi, A. 1995 Construction of a scale for independent and interdependent construal of the self and its reliability and validity. *Japanese Journal of Psychology*, **66**, 100-106.)

Markus, H.R., & Kitayama, S. 1991 Culture and self : Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, **98**, 224-253.

松井　豊　1990「友人関係の機能」菊池章夫・斉藤耕二・加藤隆勝編『ハンドブック社会化の心理学』川島書店　Pp.283-296.

岡田　努　1999　現代大学生の認知された友人関係と自己意識の関連について　教育心理学研究, **47**, 432-439. (Okada, T. 1999 Relation between perceived friendship and self-consciousness among contemporary college students. *Japanese Journal of Educational Psychology*, **47**, 432-439.)

大野　久　1984　現代青年の充実感に関する一研究—現代青年の心情モデルについての検討—　教育心理学研究, **32**, 100-109. (Ohno, H. 1984 The fulfillment sentiment in contemporary adolescence : An examination of the sentiment model for contemporary Japanese adolescence. *Japanese Journal of Educational Psychology*, **32**, 100-109.)

千石　保　1985　現代若者論：ポストモラトリアムへの模索　弘文堂

高田利武　1999　日本文化における相互独立性・相互協調性の発達過程—比較文化的・横断的資料による実証的検討—　教育心理学研究, **47**, 480-489. (Takata, T. 1999 Developmental process of independent and interdependent self-construal in Japanese culture : Cross-cultural and cross-sectional analysis. *Japanese Journal of Educational Psychology*, **47**, 480-489.)

高田利武　2000　相互独立的—相互協調的自己観尺度に就いて　奈良大学総合研究所所報, 8, 145-163. (Takata, T. 2000 On the scale for measuring independent and interdependent view of self. *Bulletin of Research Institute of Nara University*, 8, 145-163.)

Taylor, S.E., & Brown, J.D. 1988 Illusion and well-being : A social psychological perspective on mental health. *Psychological Bulletin*, **103**, 193-210.

Taylor, S.E., Kemeny, M.E., Reed, G.M., Bower, J. E., & Gruenewald, T.L. 2000 Psychological resources, positive illusions, and health. *American Psychologist*, **55**, 99-109.

外山美樹　2002　大学生の親密な関係性におけるポジティブ・イルージョン　社会心理学研究, **18**, 51-60. (Toyama, M. 2002 Positive illusions in close relationships among college students. *Research in Social Psychology*, **18**, 51-60.)

外山美樹・桜井茂男　2000　自己認知と精神的健康の関係　教育心理学研究, **48**, 454-461. (Toyama, M., & Sakurai, S. 2000 Self-perception and

NII-Electronic Library Service

Japanese Association of Educational Psychology

mental health. *Japanese Journal of Educational Psychology*, **48**, 454-461.)

外山美樹・桜井茂男 2001 日本人におけるポジティブ・イルージョン現象 心理学研究, **72**, 329-335. (Toyama, M., & Sakurai, S. 2001 Positive illusions in Japanese students. *Japanese Journal of Psychology*, **72**, 329-335.)

山本真理子・松井 豊・山成由紀子 1982 認知された自己の諸側面の構造 教育心理学研究, **30**, 64-68.

(2003.7.7 受稿, 11.28 受理)

Enhancement of close friendship and the mental health of Japanese college students : Moderating role of the interdependent-independent construal of the self

Yuji Kuroda (Doctoral Program in Psychology, University of Tsukuba), Keiichi Aritoshi (Namiki High School, Ibaraki Prefecture) and Shigeo Sakurai (Institute of Psychology, University of Tsukuba) *Japanese Journal of Educational Psychology, 2004, 52, 24—32*

The purpose of the present study was (1) to investigate relations between the enhancement of close friendship and the mental health of Japanese college students, and (2) to examine whether that relationship varied with the students' scores on interdependent-independent construal of the self. The results were as follows.: (1) "Active enhancement", in which participants evaluated their close friendship as better than others', and "passive enhancement", in which participants evaluated their close friendship as not worse than others', were positively correlated with subjective happiness, self-esteem, and fulfillment sentiment, and negatively correlated with depression. (2) Correlations were stronger for participants who scored high on interdependent construal of the self than for those who scored low on that measure. Similarly, correlations were stronger for participants whose scores were low on independent construal of the self than for those whose scores were high.

Key Words : friendship enhancement, close friendship, mental health, interdependent-independent construal of the self, Japanese college students

NII-Electronic Library Service