親しい友人関係のあり方及び怒り感情の抑制が大学生の抑うつ傾向に及ぼす影響

The influence of best friendship and anger suppression on depression in university students

中西　優（犬山病院）Yu NAKANISHI
緒賀　郷志（岐阜大学）Satoshi OGA

要約

本研究では，質問紙を用いて，大学生を対象に，親しい友人関係のあり方及び怒り感情の抑制が抑うつ傾向に及ぼす影響を検討した。因子分析からは 友人関係に関する５因子が抽出された。そのうち現実の親友関係の「自己開示・信頼」と「互いの尊重」は，抑うつ傾向と負の相関が見られた。親友関係の理想と現実から，「深い付き合いを理想とし，現実も深い付き合いをしている群（深―深群）」，「深い付き合いを理想としながら，現実は浅い付き合いをしている群（深―浅群）」，「浅い付き合いを理想とし，現実も浅い付き合いをしている群（浅―浅群）」，「浅い付き合いを理想としながら，現実には深い付き合いをしている群（浅―深群）」の4群に分類し，分析を行った。その結果は，「互いの尊重」の群分けの場合のみ，「深―浅群」は「深―深群」よりも抑うつ傾向が有意に高かった。また，親友への怒りの抑制と抑うつ傾向との間に関連は見られなかった。

キーワード：友人関係　怒り感情　抑制　抑うつ　大学生

問題と目的

対人関係の中心が家庭から社会へと移行する過渡期にいる大学生にとって，友人関係は最も重要な対人関係のひとつである。たとえば，人は怒りや悲しさといったネガティブな感情が喚起された場合に，自分自身の不安定な状態を解消し，他者に自分のことを理解し受け入れてもらうために，その感情を第三者に表出すること（社会的共有）がある。このような場合に大学生は社会的共有の相手として「親しい友人」を選ぶことが最も多い（川瀬，1999）。また，青木（1993）によれば，大学生が日常性，性格，金銭などの話題について話す相手に，同性の友人を選ぶことが最も多い（男子；46.5%，女子；58.2%）。そして2番目によく選ぶ相手は恋人である（男子；27.0%，女子；17.7%）。これらのことより，大学生の対人関係を考える際に最も重要視すべき他者は，第一に同性の親しい友人であると考えられる。

ところで最近になって，大学生における友人関係の希薄さが指摘されている。岡田（1995）は，現代の大学生の友人関係に「群れ関係群」，「気遣い関係群」，「関係回避群」の３つの群を見出し，現代の大学生の友人関係には，表面的な楽しさを求める傾向，傷つくことを恐れる傾向，深い関わりを回避する傾向があることを指摘した。また，藤井（2001）も，現代の大学生には「表面的な関係でいつづけることでトラブルを回避し，柔軟な関係を築いていると認知している姿がうかがえる」と述べている。このように，大学生の友人関係が重要であるにもかかわらず，大学生における友人との深いかかわりは少なくなっていることが明らかにされつつある。

さらに，吉岡（2001）によると，青年にとって友人関係が外面的にはうまくいっているように見えても，内面的には満足感を得られていないということが少なくない。言いかえれば，青年期において重要であるはずの友人に対して，現代の青年は満足感を得られるほどの深いかかわりを回避しており，友人関係の中で自分の考えや感情を見せ合うことができなくなっていると考えられる。

ところで友人関係において深いかかわりを回避することは次のような問題が生じることが考えられる。先に述べたように人は社会的共有という手段によって，ネガティブな感情によって引き起こされる不安定状態を緩和させる（川瀬，1999）のだが，そのネガティブな感情表出を避けるような深いかかわりを持たないことは，情動の安定につながらないといえよう。その点に関して，崔と新井（1998）は，ネガティブ感情表出を制御しすぎることは，その場限りでは円満に付き合うことを可能にするかもしれないが，長い目でみると打ち解けあって本当にお互いを理解し合っているという充実感や満足感が得られにくいことを報告している。同様に，友人関係における自己開示や信頼感が友人関係の満足感に関連していること（吉岡，2001）や，自分たちの親友関係が他の親友関係より良いと感じていることが精神的健康を高め，抑うつを低くすること（黒田・有年・桜井，2004）が見出されてきた。このことを逆の視点から述べると，現実の友人関係が深いほど抑うつ傾向が低くなると予測される。

ところでネガティブな感情にはさまざまなものがあるが，その中でも怒り感情は相手にとって攻撃的に受け取られやすいため，表出が抑制されやすい感情の一つである。さらに，怒りと抑うつは同時に喚起されやすいこと（鈴木，2002）や，怒りの表出抑制が抑うつを引き起こすこと（野口・藤生，2005）も指摘されている。しかも先述したように親しい友人との関係の希薄さが指摘されている現在，最も親しい友人であるはずの親友とのかかわりにおいても怒りの表出は抑制されてることが多いと考えられる。これらのことから，親友に対する怒りの抑制が高いほど，抑うつ傾向が高くなることが予測される。

加えて，吉岡（2001）による中学生と高校生を対象とした研究によると，理想の友人関係と現実の友人関係のずれが大きければ満足感が低いことが見出された。これを，かかわりの深さの点で考えると，浅いかかわりを理想としながらも深いかかわりを持つ人の存在は考えにくいが，ずれの大きな「深い付き合いを理想としながらも，現実は浅い付き合いをしている群（深―浅群）」が存在し，それらの人たちは，現実と理想のずれが小さい「深い付き合いを理想とし，現実も深い付き合いをしている群（深―深群）」や「浅い付き合いを理想とし，現実も浅い付き合いをしている群（浅―浅群）」と比べると満足感が低くなると考えられる。黒田ら（2004）の知見を組み合わせて考えると，深―浅群は他の２群よりも抑うつ傾向が高くなることが予測される。

以上のことを踏まえ，本研究では，現代の大学生における理想と現実の親友関係のあり方と，それに伴う怒り感情の抑制に注目し，抑うつ傾向との関連を明らかにすることを目的とする。

方法

１．調査対象

大学生140名（男子48名，女子92名）に対し質問紙調査を2006年に行った。分析に用いた最終的な有効回答数は，男子46名，女子89名の計135名であった。調査協力者の平均年齢は20.8歳であった。学年は学部３年生が全体の約９割を占めていた。

２．質問紙の構成

調査協力者の属性として，学年，年齢，性別を尋ねた。

①　**友人関係測定尺度**：吉岡（2001）が作成した友人関係測定尺度27項目を用いた。すべての項目に対し，理想の友人関係と現実の友人関係のそれぞれについて，４件法で回答を求めた。教示については，問題で指摘した点を踏まえ，吉岡（2001）の教示に「最も親しい同性の友人」という限定を加え，どの調査協力者も自分が最も信用できる親しい相手を想定するように統一した。具体的には，理想の友人関係については「あなたがこうであってほしい，こうありたい，と思う最も親しい友人との付き合い方はどのようなものですか」，現実の友人関係については「あなたの最も親しい友人との現在の付き合い方はどのようなものですか」と尋ねた。

②　**怒りの抑制**：鈴木（2002）が収集と分類した大学生の怒りの対人的感情喚起状況の中から，

大学生の怒りが喚起されやすい典型的な場面である「自分勝手」,「馬鹿にされた」,「不当な強制」（湯川・日々野，2003）に該当すると考えられる状況をそれぞれ一場面ずつ設定した。そして，それぞれの場面での怒りの対象は,「最も親しい同性の友人（以下，Aさんとする）である」と設定した。

具体的な場面設定は以下の通りである。

場面（ア）「約束にAさんが一時間以上遅れてきて,『ごめーん』と言いながらも笑っている（自分勝手）」

場面（イ）「将来について自分が真剣に話していたときに，Aさんに『お前には無理だ』と笑い飛ばされた（馬鹿にされた）」

場面（ウ）「Aさんの引越しを手伝いに行ったが，自分一人が重い荷物を運ばされて，Aさん本人はほとんど運ばなかった（不当な強制）」

各場面においては,「怒りをあらわす程度」と「怒りを感じる程度」を尋ねた。「怒りをあらわす程度」は,「このような場面で，あなたはAさんに対してどの程度怒りをあらわしますか？」という質問文を設定し,「全くあらわさない」を「1」,「非常に強くあらわす」を「10」とした10件法で回答を求めた。また,「怒りを感じる程度」は,「このような場面で，あなたはAさんに対してどの程度怒りを感じますか？」という質問文を設定し,「全く感じない」を「1」,「非常に強く感じる」を「10」とした10件法で回答を求めた。そして,「怒りを感じる程度」から「怒りをあらわす程度」を引いた得点の差を「怒りの抑制」とした。ただし，この変数を用いて分析する際には,「怒りを感じる程度」を「１．全く感じない」,「怒りをあらわす程度」を「１．全くあらわさない」と，ともに「１」を回答したものは除いて分析を行った。

③　**抑うつ傾向**：福田・小林（1973）の翻訳によるZungの自己評価式抑うつ性尺度（SDS）を用いた。「気が沈んで，憂うつだ」,「生活はかなり充実している」など全20項目に対し，４件法で回答を求めた。

結　果

１．友人関係測定尺度の因子分析の結果

友人関係に関する27項目について，理想と現実の友人関係に共通する因子項目決定して比較するために，それぞれを個別には因子分析を行わず，270名のデータと仮定した形で因子分析（主因子法，プロマックス回転）を行った。回転前の固有値の変化および回転後の因子項目内容にもとづいて最終的に５因子解を採用した。

第１因子に抽出された項目は，吉岡（2001）の「自己開示・信頼」因子として抽出されたものであり，相手への自己開示や信頼感をあらわすものであった。ただし項目4「電話などでよく話す」は，必ずしも友人への自己開示や信頼感をあらわす項目とは考えにくい点と因子負荷量が小さかった（.307）ことから，本研究では項目4は用いないこととした。また，第5因子として抽出された項目13「相手にいつも関心を持つことができる」の因子負荷量も.276と低かったが，第5因子に抽出されたほかの項目（項目5「自分の知らないことを教えてくれる」，項目24「いろいろな面で刺激を与えてくれる」）と同様に，“自分から友人に関わりを求めようとする”という点で共通した項目であると考えられたため，本研究では項目13は除外しないこととした。以上のことから，項目４のみを除外した26項目に対して再度，主因子法を用いてプロマックス回転を行い，５因子解を採用した。このとき5因子による累積寄与率は64.1％ であった。第1因子のように吉岡による5因子と類似している面もあったが，異なる面もあったため，抽出された５因子をそれぞれ「自己開示・信頼」,「互いの尊重」,「友人行動」,「類似」,「友人期待」とあらためて命名しなおした（Table 1）。

なお因子ごとに個々の項目得点の合計を項目数で割ったものを各下位尺度得点とした。下位尺度のα係数を算出したところ,「自己開示・信頼」でα=.918,「互いの尊重」でα=.871,「友人行動」でα=.762,「類似」でα=.793,「友人期待」でα=.643 であった。

２．抑うつ傾向の得点化

抑うつ傾向の得点化については，福田・小林

（1973）に従い単純加算をした。その結果，抑うつ性得点の最小値は25，最大値は65，平均値は42.6，標準偏差は8.15であった。

３．現実の親友関係と抑うつ傾向の相関

現実の親友関係の各下位尺度と抑うつ傾向との間のピアソンの積率相関係数を算出した。その結果，「自己開示・信頼」と抑うつ傾向との間に弱い負の相関が見られ（r= -.21，p<.05），ま

Table 1　友人関係測定尺度（プロマックス回転後の因子負荷量）（n=270）

		第1因子	第2因子	第3因子	第4因子	第5因子
第 1因子 「自己開示・信頼」（α=0.918）						
7	隠し事をしなくてもよい。	0.777	−0.023	0.072	0.047	−0.099
6	自分の嫌なところを見せることができる。	0.752	−0.115	0.092	−0.058	0.041
15	自分の素直な感情・態度を示すことができる。	0.735	0.028	−0.085	0.031	0.103
3	考えたことや感じたことを正直に話すことができる。	0.707	0.037	−0.039	−0.122	0.189
25	心を許すことができる。	0.647	0.107	−0.052	0.081	0.110
26	何でも話し合うことができる。	0.613	0.243	0.035	0.029	0.025
1	相談し合うことができる。	0.524	0.248	−0.122	0.014	0.157
20	互いに弱い部分を見せ合うことができる。	0.516	0.292	0.109	−0.095	−0.055
9	自分のことをよくわかってくれる。	0.502	0.300	−0.100	0.137	−0.016
第 2因子 「互いの尊重」（α=0.871）						
12	互いに励まし合うことができる。	0.091	0.794	−0.089	0.071	−0.088
10	将来の夢や希望について話し合う。	0.118	0.726	0.021	−0.030	−0.110
8	互いに高めあう。	0.052	0.629	−0.052	−0.064	0.214
18	互いに尊敬しあうことができる。	0.004	0.527	0.028	0.054	0.132
22	まじめな話ができる。	0.034	0.493	−0.085	0.030	0.289
2	嫌なことや、悲しいことがあったときになぐさめてくれる。	0.212	0.488	0.228	−0.055	−0.142
17	気持ちが通じ合う。	0.286	0.382	0.109	0.204	−0.033
第 3因子 「友人行動」（α=0.762）						
21	いつも一緒に行動する。	0.045	−0.070	0.803	0.011	−0.017
19	プレゼントをくれる。	−0.067	−0.079	0.604	0.069	0.017
23	共通の思い出をたくさん作る。	−0.035	0.325	0.548	−0.123	0.210
27	いつも自分に関心を持っていてくれる。	0.098	0.095	0.462	0.152	0.137
第 4因子 「類似」（α=0.793）						
14	考え方や感じ方が似ている。	−0.059	0.029	0.079	0.772	0.050
11	性格が似ている。	0.038	−0.006	0.112	0.721	−0.177
16	趣味や好みが一致している。	0.001	−0.008	−0.091	0.717	0.178
第 5因子 「友人期待」（α=0.643）						
5	自分の知らないことを教えてくれる。	0.238	−0.173	0.086	0.018	0.532
24	いろいろな面で刺激を与えてくれる。	−0.007	0.270	0.042	−0.020	0.522
13	相手にいつも関心を持つことができる。	0.054	0.137	0.254	0.199	0.302
	因子間相関　第1因子		0.680	0.375	0.450	0.452
	第2因子			0.434	0.490	0.460
	第3因子				0.450	0.271
	第4因子					0.320

た「互いの尊重」と抑うつ傾向との間にも弱い負の相関が見られた（r= -.23，p<.01）。「友人行動」，「類似」，「友人期待」と抑うつ傾向との間には相関はほとんど見られなかった（「友人行動」；r= .03，「類似」；r= -.03，「友人期待」；r= -.05）。

４．怒り・怒りの抑制と抑うつの相関

「怒りを感じる程度」と抑うつ傾向との間のピアソンの積率相関係数を場面ごとに算出した。その結果，3つのどの場面においても，「怒りを感じる程度」と抑うつ傾向との間には相関はほとんど見られなかった（場面（ア）；r= -.02，場面（イ）；r= -.12，場面（ウ）；r= .07）。

次に，「怒りの抑制」と抑うつ傾向との間のピアソンの積率相関係数を場面ごとに算出した。その結果は3つのどの場面においても，「怒りの抑制」と抑うつ傾向との間には相関がほとんど見られなかった（場面ア；n=128，r= .04，場面イ；n=128，r= .07，場面ウ；n=127，r= .07）。

５．親友関係の理想と現実のずれと抑うつ傾向

親友関係の理想と現実のずれと抑うつ傾向との間のピアソンの積率相関係数を算出した。その結果，「自己開示・信頼」におけるずれと抑うつ傾向との間に弱い正の相関が見られ（r= .25，p<.01），また「互いの尊重」におけるずれと抑うつ傾向との間にも弱い正の相関が見られた（r= .21，p<.05）。「友人行動」，「類似」，「友人期待」それぞれにおけるずれと抑うつ傾向との間には相関はほとんど見られなかった（「友人行動」；r= .12，「類似」；r= .14，「友人期待」；r= .07）。

６．親友関係タイプと怒りの抑制が抑うつ傾向に及ぼす影響

理想の親友関係と現実の親友関係から，「親友関係タイプ」の群分けを行った。まず，理想の親友関係と現実の親友関係について，友人関係測定尺度の５つの下位尺度得点および総合得点の各平均値と標準偏差を算出した（Table 2）。そして，得点が平均値より高いものを，親友との関係が「深い」，平均値より低いものを親友との関係が「浅い」とし，理想の親友関係と現実の親友関係のそれぞれについて「深い」，「浅い」を判定した。

Table 2　友人関係測定尺度の各下位尺度の平均値（標準偏差）

下位尺度	理想(n=135)	現実(n=135)	α係数(n=270)
自己開示・信頼	3.5 (0.72)	3.2 (0.82)	0.918
互いの尊重	3.5 (0.69)	3.2 (0.81)	0.871
友人行動	2.6 (0.99)	2.7 (0.95)	0.762
類似	2.9 (0.88)	2.8 (0.90)	0.793
友人期待	3.3 (0.74)	3.0 (0.79)	0.643
総合	3.2 (0.44)	3.0 (0.45)	―

次に，それらの組み合わせから「深い付き合いを理想とし，現実も深い付き合いをしている群（深―深群）」，「深い付き合いを理想としながら，現実は浅い付き合いをしている群（深―浅群）」，「浅い付き合いを理想とし，現実も浅い付き合いをしている群（浅―浅群）」，「浅い付き合いを理想としながら，現実は深い付き合いをしている群（浅―深群）」の４群に分類した。また，「怒りの抑制」が平均値より高いものを「抑制高群」，低いものを「抑制低群」とした。

この親友関係タイプ（「深―深群」，「深―浅群」，「浅―浅群」，「浅―深群」）と怒りの抑制（「抑制高群」，「抑制低群」）を独立変数，抑うつ傾向を従属変数とした，４×２の２要因の分散分析を，場面ごとに，親友関係の５つの下位尺度および総合得点の６群においておこなった（Table 3）。

分散分析の結果，「互いの尊重」の平均値を用いての群分けをした場合のみ，3場面すべてにおいて，親友関係タイプの主効果が有意であった（場面（ア）；F（3，127）=2.95，p<.05，場面（イ）；F（3，127）=2.92，p<.05，場面（ウ）；F（3，127）=3.05，p<.05）。交互作用は有意でなかった。Tukeyによる多重比較を行った結果，３場面すべてにおいて「深い付き合いを理想としながら，現実は浅い付き合いをしている群」の抑うつ傾向の平均のみが，「深い付き合いを理想とし，現実も深い付き合いをしている群」の平均よりも有意に高いことが見出された（場面（ア）；p<.05，場面（イ）；p<.05，場面（ウ）；p<.05）。

Table 3　各条件ごとの抑うつ傾向の平均値（標準偏差）および人数

			自己開示・信頼				互いの尊重			
怒りの抑制			深—深	深—浅	浅—浅	浅—深	深—深	深—浅	浅—浅	浅—深
全場面	低	Mean(S.D.)	40.55(8.86)	46.33(6.65)	44.52(7.57)	42.14(8.47)	39.41(9.40)	45.38(4.57)	44.50(7.34)	43.10(9.34)
		n	42	9	21	7	32	13	24	10
	高	Mean(S.D.)	43.33(8.67)	44.50(6.06)	43.28(8.04)	36.29(7.16)	41.06(9.47)	44.57(5.47)	43.35(7.02)	42.14(9.60)
		n	15	16	18	7	18	14	17	7
場面ア	低	Mean(S.D.)	40.95(8.88)	43.00(5.27)	44.33(10.92)	39.45(7.62)	39.40(9.53)	44.23(4.73)	43.58(7.38)	41.20(7.77)
		n	39	11	18	11	30	13	26	10
	高	Mean(S.D.)	42.00(8.89)	46.86(6.53)	43.62(7.72)	38.33(11.72)	40.90(9.27)	45.64(5.29)	44.80(6.89)	44.86(11.13)
		n	18	14	21	3	20	14	15	7
場面イ	低	Mean(S.D.)	40.95(9.14)	46.33(6.65)	43.44(8.12)	40.88(9.11)	39.85(9.71)	44.00(5.23)	44.45(7.53)	43.10(9.34)
		n	40	9	18	8	33	10	22	10
	高	Mean(S.D.)	42.06(8.22)	44.50(6.06)	44.38(7.53)	37.00(6.72)	40.29(8.93)	45.53(4.90)	43.53(6.83)	42.14(9.60)
		n	17	16	21	6	17	17	19	7
場面ウ	低	Mean(S.D.)	39.67(8.59)	45.64(6.31)	44.00(8.56)	38.89(9.20)	37.97(9.18)	44.13(5.04)	44.16(7.84)	42.93(9.74)
		n	39	11	28	9	31	16	25	15
	高	Mean(S.D.)	44.78(8.51)	44.79(6.33)	43.82(5.31)	39.80(6.69)	43.32(8.92)	46.18(4.85)	43.81(6.13)	41.00(2.83)
		n	18	14	11	5	19	11	16	2

			友人行動				類似			
怒りの抑制			深—深	深—浅	浅—浅	浅—深	深—深	深—浅	浅—浅	浅—深
全場面	低	Mean(S.D.)	43.32(10.06)	42.00(5.00)	42.52(6.17)	39.86(7.84)	43.03(10.30)	39.14(6.79)	42.60(6.28)	42.15(7.72)
		n	37	3	25	14	34	7	25	13
	高	Mean(S.D.)	43.67(8.48)	46.00(4.97)	42.44(8.47)	37.50(4.93)	43.35(8.66)	49.00(9.33)	42.05(6.50)	38.00(5.02)
		n	21	9	18	8	23	5	22	6
場面ア	低	Mean(S.D.)	43.58(9.66)	41.00(5.23)	41.50(5.32)	38.20(7.72)	43.29(10.01)	39.83(7.17)	40.79(6.05)	41.36(7.68)
		n	36	4	24	15	31	6	28	14
	高	Mean(S.D.)	43.23(9.30)	47.00(3.89)	43.73(8.92)	40.71(4.72)	43.00(9.26)	46.67(10.11)	44.63(6.15)	39.40(5.73)
		n	22	8	19	7	26	6	19	5
場面イ	低	Mean(S.D.)	43.29(10.63)	42.50(4.20)	42.52(6.13)	39.07(7.27)	42.20(10.31)	38.86(5.90)	42.95(6.95)	42.73(8.01)
		n	35	4	21	15	35	7	22	11
	高	Mean(S.D.)	43.70(7.50)	46.25(5.26)	42.45(8.12)	38.86(6.57)	44.68(8.32)	49.40(9.69)	41.80(5.80)	38.25(5.04)
		n	23	8	22	7	22	5	25	8
場面ウ	低	Mean(S.D.)	42.79(9.85)	46.17(6.18)	41.07(7.09)	38.36(8.28)	42.45(10.47)	41.71(11.03)	41.45(6.73)	40.71(7.27)
		n	38	6	29	14	33	7	33	14
	高	Mean(S.D.)	44.70(8.72)	43.83(3.92)	45.43(6.50)	40.13(3.60)	44.13(8.35)	45.40(5.90)	44.43(4.82)	41.20(7.50)
		n	20	6	14	8	24	5	14	5

			友人期待				総合			
怒りの抑制			深—深	深—浅	浅—浅	浅—深	深—深	深—浅	浅—浅	浅—深
全場面	低	Mean(S.D.)	41.75(8.90)	43.67(7.06)	42.15(7.86)	44.20(13.33)	41.65(10.79)	44.67(4.50)	42.56(5.87)	42.36(8.68)
		n	32	15	27	5	31	9	25	14
	高	Mean(S.D.)	39.43(7.37)	44.68(8.74)	43.57(7.10)	39.50(3.54)	41.60(8.88)	46.33(7.38)	42.08(7.60)	40.33(2.31)
		n	14	19	21	2	15	12	26	3
場面ア	低	Mean(S.D.)	41.27(8.90)	43.38(6.03)	41.04(7.10)	44.75(15.33)	41.41(10.91)	44.56(4.16)	41.08(4.88)	42.13(8.41)
		n	33	16	26	4	29	9	26	15
	高	Mean(S.D.)	40.46(7.50)	45.00(9.43)	44.82(7.59)	40.33(2.89)	42.00(8.88)	46.42(7.50)	43.60(8.16)	41.00(2.83)
		n	13	18	22	3	17	12	25	2
場面イ	低	Mean(S.D.)	41.17(9.40)	43.60(7.58)	42.42(7.71)	42.60(13.69)	41.48(10.93)	43.56(6.13)	42.46(5.80)	42.45(9.38)
		n	29	15	26	5	31	9	24	11
	高	Mean(S.D.)	40.82(6.80)	44.74(8.39)	43.18(7.39)	43.50(2.12)	41.93(8.50)	47.17(6.09)	42.19(7.60)	41.17(4.75)
		n	17	19	22	2	15	12	27	6
場面ウ	低	Mean(S.D.)	39.97(8.46)	43.75(8.17)	42.03(8.02)	44.67(18.77)	40.14(10.70)	46.70(6.53)	41.34(6.80)	42.54(8.72)
		n	33	20	31	3	29	10	35	13
	高	Mean(S.D.)	43.77(8.11)	44.93(7.85)	44.12(6.42)	41.50(3.32)	44.18(8.71)	44.64(6.07)	44.44(6.33)	40.25(4.86)
		n	13	14	17	4	17	11	16	4

考　察

１．現代大学生の親友関係

現実の親友関係と抑うつ傾向については，「自己開示・信頼」・「互いの尊重」と抑うつ傾向との間に負の相関が見られた。また，理想の親友関係と現実の親友関係のずれと抑うつ傾向についても，「自己開示・信頼」・「互いの尊重」と抑うつ傾向との間において正の相関が見られた。このことから，ありのままの自分を見せ，互いに励まし高めあえるような内面的な付き合いの親

友関係を築くことができない場合，抑うつ傾向が高くなることが検証された。

中高生に比べると大学生は「何かにつけ，一緒に行動できる。いつも一緒にいる」（共行動）といった行動面を重視した友人関係よりも，「いろいろな面で刺激を与えてくれる。自分を向上させてくれる」（自己向上）といった内面的な交流のある友人関係を期待している（和田，1996）と言われているが，本研究の結果も，大学生の親友関係において重要と考えられるものは，「友人行動」のような行動面での関わりよりも，「自己開示・信頼」や「互いの尊重」のような内面的なかかわりであることを示している。

また，現代の大学生は，友人関係における心理的距離のとり方として，「お互いのペースを尊重している」，「お互いの世界を尊重している」といった「互いを尊重する柔軟な距離のとり方」をとることが最も多いと言われている（藤井，2001）。これは，「互いの尊重」と抑うつ傾向に負の相関がみられ，互いに尊重し合えるような関係の持ち方が大学生の親友関係において重要であるという本研究の結果と一致すると言えよう。

2．怒りの抑制と抑うつ傾向について

本研究では怒りの抑制と抑うつ傾向との関連が見られず，親しい友人に対する怒りの抑制が高いほど，抑うつ傾向が高くなるだろうという仮説は支持されなかった。仮説が支持されなかった理由は，最も親しい友人であるからこそ相手を尊重しようとし，心から相手のことを思って自然に怒りを抑制していること，すなわち怒りの抑制が心に負担を与えないあり方で行われた行動であったため，抑うつにつながらなかったことが考えられる。いいかえると，親しい友人とはありのままの自分で本音を伝えあえる付き合いをしたいと思うと同時に，その友人を大切にしたい，尊重したい，という願いを持っているため，そういった友人関係で行われる「怒りの抑制」は，我慢や努力を必要としない，きわめて自然で無理のない行動である可能性が考えられるだろう。

大渕（1985）によると，女性は怒りの喚起場面において，相手が好きな知人である場合，心を鎮めようとする傾向があるという。本研究でも好きな知人に対しては怒りを鎮めようとする傾向が，親しいとされる友人関係においても反映されたとも考えられる。つまり，現代の青年は互いに素直な感情を伝え合うことを求めていても，それは，思ったことを何もかも率直にぶつけ合うことを意味するのではなく，相手も自分も無理をしない程度に，互いを気遣い，自分の気持ちを伝えられるということを意味しているのであろう。そして，このような互いに大切に思いあえる付き合いこそが，親しい友人との関係として現代の青年に最も望まれているのであろう。

このことは，本研究の結果において，友人関係測定尺度の５つの下位尺度のうち，「自己開示・信頼」と「互いの尊重」が抑うつ傾向との関連において重要な要因として見出されたこととも一致する。いいかえれば，本研究で怒りの抑制と抑うつ傾向との関連が見られなかったのは，親しい友人関係における怒りの抑制は自分に無理をさせて行うことで抑うつに影響を及ぼすような抑制ではなく，相手にとっても自分にとっても親友関係のほどよいバランスをとるために自然と行われる行動であると考えられる。

加えて，怒りの抑制と抑うつ傾向に関連がみられなかった別な解釈としては，研究の前提に問題があったとも考えられる。すなわち最も親しい友人であるからこそ，その付き合い方や感情の伝え方にはほどよいパターンというものが形成されている可能性が考えられる。たとえば，「激しく相手を非難する」としても，相手を許すまいという強い気持ちで非難する場合と，心では初めから許しているが，相手のためを思った非難の場合や，あるいは相手をからかうような冗談めいた意味合いでわざと非難する場合とがある。これらは表出方法としては同じでも，表出する際の表出者の感情はまったく逆のものであるといえる。

これらの点を踏まえると，問題で考えていたように現代青年においては親友に対しても怒りの表出抑制を強くしているだろうという前提を見直す必要があると言えよう。加えて，対人関係上の怒りに関係すると思われる攻撃性のパー

ソナリティ要因も統制しておく必要があったのかもしれない。しかしながら，親しい友人関係における怒りの抑制が抑うつ傾向に影響を及ぼすという結果が得られなかったということは興味深いものと言えよう。その点から，親しくはないけれども交友を続ける必要がある友人や知人に対しての怒りの抑制の影響について検討していくことが今後重要であろう。

３．理想と現実の親友関係と抑うつ傾向

分散分析の結果，５つの下位尺度の中で「互いの尊重」の平均値を用いての群分けの場合においてのみ，「深い付き合いを理想としながら，現実は浅い付き合いをしている群」は「深い付き合いを理想とし，現実にも深い付き合いをしている群」よりも抑うつ傾向が高いことが示された。これは，『深い付き合いを理想としながら，現実は浅い付き合いをしている群』は『深い付き合いを理想とし，現実も深い付き合いをしている群』や『浅い付き合いを理想とし，現実も浅い付き合いをしている群』に比べて抑うつ傾向が高いだろうという仮説を一部支持する結果であった。このことから，親しい友人との関係の中には，達成されていないと抑うつに影響を与えるほど重要な要因と，達成されていなくても抑うつには影響を与えない要因とが存在することが示された。つまり，友人関係測定尺度の５つの下位尺度のなかでも「12.互いに励まし合うことができる」や「10.将来の夢や希望について話し合う」といった「互いの尊重」が，現代青年の親しい友人関係において抑うつとの関連の中でとくに重要な要因であることが見出された。

藤井（2001）は，現代の大学生の友人関係について，互いに深くかかわって相手の心を理解するやさしさと，滑らかな関係を維持するために互いを傷つけないやさしさとが混同されていることを指摘している。本研究における「互いの尊重」とは，「気持ちが通じ合う」深いかかわり，また「嫌なことや悲しいことがあったときになぐさめる」などの滑らかな関係の維持への配慮が窺える付き合いのことであり，この藤井（2001）による現代の大学生の友人関係と類似したものと考えられる。

次に，「互いの尊重」以外の，抑うつ傾向に有意な差が見られなかった４つの下位尺度（「自己開示・信頼」，「友人行動」，「類似」，「友人期待」）について補足的に検討する。

まず，「自己開示・信頼」を用いた群分けの場合，有意ではなかったが，怒りの抑制の高低に関わらず，全場面において，４つの群のうち「深い付き合いを理想としながら，現実は浅い付き合いをしている群（「深―浅群」）」の抑うつ傾向が最も高かった。このことから，怒りの抑制の高低よりも，親しい友人関係における「自己開示・信頼」の要因のほうが，抑うつ傾向に及ぼす影響が大きい可能性が示唆される。

次に，「友人行動」を用いた群分けの場合，有意ではなかったが，場面（ア）と場面（イ）において，「深―浅群」は，ほかの３つの群（「深―深群」，「浅―浅群」，「浅―深群」）よりも，怒りの抑制の高低が抑うつ傾向に影響を及ぼしている様子が窺えた。また同様のことは，「類似」を用いた群分けの場合の「深―浅群」においても見られた。「友人行動」や「類似」というのは，先に述べたように，中高生に比べて大学生の友人関係においてはとくに重要視される要因ではないと考えられてきた。しかし，最も親しい友人に対して「友人行動」や「類似」を求めながら，現実にはそれらが得られていない人においては，怒りの抑制が高い場合に抑うつ傾向がとくに高まる様子が窺われることから，「友人行動」や「類似」もある程度達成されていないと，抑うつ傾向が引き起こされる準備となる可能性があると考えられるかもしれない。

また，「友人期待」を用いた群分けの場合，全場面において，怒りの抑制高群では，「深―浅群」の抑うつ傾向が最も高かった。しかし，抑制低群では，場面（ア）と場面（ウ）において，「深い付き合いを理想としながら，現実は浅い付き合いをしている群」よりも「浅い付き合いを理想としながら，現実は深い付き合いをしている群」の抑うつ傾向が高くなっているなど，ほかの下位尺度とは異なる傾向がみられた。ただしこの点に関しては，「浅―深群」の人数自体が少数のために今後さらなる検討が必要であろう。

今後の課題

友人関係に関して，大学生は中学生や高校生に比べて，学校以外にも，サークル，アルバイト先，地元の友人など，複数のコミュニティの中で生活している。本研究では，怒りの抑制の対象として，「最も親しい同性の友人」一名を想定してもらったため，それが常に行動を共にしている学校の友人であるのか，実際に会う頻度は少ないが付き合いの長い友人であるのかといった，その親友との具体的な付き合い方については統制されていない部分があった。そのため，学校での親友関係では理想と現実に大きなずれを感じている人でも，学校以外の場所での満足している親友を想定したことも考えられる。それにより，本研究では，予想していたよりも「深い付き合いを理想としながら，現実は浅い付き合いをしている群」の人数が少なく，「深い付き合いを理想とし，現実も深い付き合いをしている群」の人数は多くなっており，群分けの際の人数の偏りが出てしまったことが考えられる。このことが一つの下位尺度でのみにしか群間において抑うつ傾向に差が出なかった理由のひとつとも思われる。以上のことから，友人関係を測定する際には，想定してもらう「最も親しい同性の友人」との関係を詳細に明らかにした上で研究をすること，あるいは親しくなくても「日常生活の中で最も行動を共にしている友人」などと，想定する友人を具体的に統一させた上で研究をすることの必要性が明らかになったと言える。

さらに大学生にとっての重要な他者としては，本研究で取り上げた「同性の友人」のほかにも「恋人」や「仲間」の存在もある。難波（2005）は，「仲間」とは『親密さ（内面的な付き合いの深さや心理的距離が近いこと。自己開示，個人的な感情や考えの共有などの程度が大きいこと。）』は「親友」に次いで高く，また友人関係の中でも最も『目的・行動の共有の顕著さ（ある場で何らかの目的や行動を共有し，共に活動するという，仲間との関わり方。）』が高い存在であるとしている。そして，成人期に求められる，「社会を構成する一員として他者との関係を形成し，社会的な役割を果たすという，役割に基づいた関係」の持ち方を，青年期において経験できるのが，この「仲間」関係であるという。このように大学生にとっては「仲間」そして「恋人」との関係も視野に入れる必要があるだろう。

本研究により，最も親しい同性の友人関係内での怒りの抑制は必ずしも抑うつに影響を与えない可能性が見出されたのだが，今後は，最も親しい同性の友人との付き合い方だけでなく，親しくなくても付き合わなければならないクラス・ゼミや部活動における「友人」や「知人」との関係，そして「仲間」や「恋人」などの交友関係を視野に入れた，より詳細な議論をしていくことが必要であろう。

引用文献

青木多寿子（1993）．青年における身近な他者への役割期待の違いと性差　心理学研究，64，140-146.

藤井恭子（2001）．大学生の友人関係における心理的距離のとり方　茨城県立医療大学紀要，6，69-78.

福田一彦・小林重雄（1973）．自己評価式抑うつ性尺度の研究　精神神経学雑誌，75，673-679.

川瀬隆千（1999）．感情を語る理由：人はなぜネガティブな感情を他者に語るのか　宮崎公立大学人文学部紀要，7，135-149.

木野和代（2000）．日本人の怒りの表出方法とその対人的影響　心理学研究，70，494-502.

黒田祐二・有年恵一・桜井茂男（2004）．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―　教育心理学研究，52，24-32.

難波久美子（2005）．青年にとって仲間とは何か：対人関係における位置づけと友だち・親友との比較から　発達心理学研究，16，276-285.

野口理英子・藤生英行（2005）．怒りの表出抑制と抑うつへの反応スタイルとの関連　上越教育大学心理教育相談研究，4，39-48.

大渕憲一（1985）．怒りの経験における男女差の検討―身分，対象の性別及び被験者との関係との交互作用効果―　大阪教育大学紀要　第Ⅳ部門，34，37-47.

岡田努（1995）．現代大学生の友人関係と自己像・友人像に関する考察　教育心理学研究，43，354-363.

崔京姫・新井邦二郎（1998）．ネガティブな感情表出の制御と友人関係の満足感および精神的健康と

の関係　教育心理学研究，46，432-441.
鈴木常元（2002）．大学生における抑うつと怒りを喚起する対人的状況　カウンセリング研究，35，1-9.
和田実（1996）．同性への友人関係期待と年齢・性・性役割同一性との関連　心理学研究，67，232-237.
吉岡和子（2001）．友人関係の理想と現実のズレ及び自己受容から捉えた友人関係の満足感　青年心理学研究，13，13-30.
湯川進太郎・日比野桂（2003）．怒り経験とその鎮静化過程　心理学研究，74，428-436.

Abstract

This survey examined the influence of anger suppression and the best friendship on depression in the university students. Five friendship factors are extracted. In these factors, “self-disclosure and trust” and “mutual respects” with actual friends are negatively correlated with depression. Using discrepancy between ideal friendships and actual friendships, 4 groups are divided. These are “close friendships in both ideal and actual”, “ideal close friendships but not actual”, “distant friendships in both ideal and actual”, “distant friendships in ideal but close in actual”. When divided by “mutual respects”, Depression score of “ideal close friendships but not actual” group was significantly higher than of “close friendships in both ideal and actual” group. Moreover, the relationship was not found between anger suppression to the best friend and depression.

Keywords: friendship, anger, suppression, depression, university student