

# 女子大学生の対人ストレスコーピングおよび友人との付き合い方に及ぼす性格特性の影響

谷岡 瞳<sup>1)</sup>・田頭 穂積<sup>2)</sup>

## Effects of personality trait on coping with interpersonal stress and dealing with friends in female college students

Hitomi TANIOKA & Hozumi TAGASHIRA

### 要 約

本研究では、対人ストレスコーピングおよび友人との付き合い方に及ぼす性格特性の影響について検討した。95名の女子大学生を対象に、対人ストレスコーピング、友人との付き合い方、性格特性の尺度を用いて、因子分析を行った。対人ストレスコーピング尺度においては「回避」「関係維持」「解決先送り」「プラス思考」「自己正当化」の5因子、友人との付き合い方尺度については、「防衛的」「自己自信」「同調的」「全方向」「被愛願望」「積極的相互理解」の6因子、また性格特性 (Big Five) 尺度においては、「情緒不安定性」「外向性」「誠実性」「調和性」「開放性」の5因子が抽出された。本研究の因果モデルにおいて、性格特性が友人との付き合い方、対人ストレスコーピングとそれぞれ正の関連性を持つことが示された。

キー・ワード：対人ストレスコーピング、友人との付き合い方、性格特性 (Big Five)

### 1. 問題と目的

現代社会はストレス社会と言われるように、日常のあらゆる場面でストレスに直面せざるをえなくなっている。これまでストレスに関する研究はさまざま行われているが、特にストレスとコーピングの関連性については数多くの研究がなされている (加藤, 2007, 2008)。

日本の女性 (15~24歳) の大きなストレスイベントとしては、厚生労働省の平成12年度保健福祉動向調査によると、職場や学校での人付き合いが45.2%、次いで、仕事上のこと (26.2%)、自由になる時間がない (20.9%)、収入・家計 (15.4%)、家族関係 (15.1%) などとなっている。中でも、職場や学校での人付き合いなどの対人関係に起因した対人ストレスイベントが最も大きなストレス状況となっている。加藤 (2000) によると、“青年にとって、対人ストレスイベントとの遭遇は避けることのできない問題であり、ストレスフルなイベントのなかでも比較的大きな割合を占めて

いる”。また、高井 (2008) は、大学生の悩みが生じる人間関係の種類として、友人関係や恋愛関係、家族関係、先輩後輩関係やアルバイト先の人間関係などを挙げており、内容的には性格領域に関するストレスに分類されるものが最も多く、男子よりも女子の割合が多かった。具体的に、「人見知りをしてしまう」や「人が自分のことをどう思っているのか非常に気になる心配」という他者懸念や不安感、劣等感や自身欠如に関するものである。次いで、対人スキル不足、コミュニケーションスキル不足、心を許せる友人がいない、希薄な人間関係などを挙げている。高井 (2008) の結果より、青年期の女子の39%が友人関係で悩んでおり、その中でも、自分の性格に関する悩みが最も多いことがわかる。また、遠矢 (1996) は、“友人関係に起因するストレスは、青年が発達課題に直面する際に不可避であり、中でも友人関係は最も重要な人間関係である”と述べている。これらの研究を概観すると、青年期女子において対人ストレスコーピングと友人との付き合い方は重要な課題であると考えられる。

一方、対人ストレスコーピング研究において性格特

1) 広島文教女子大学大学院人間科学研究科教育学専攻

2) 広島文教女子大学人間科学部初等教育学科

性と対人ストレスコーピングとの関連についてはあまり検討されていない。加藤（2001）は、Big Fiveと対人ストレスコーピングとの関連性について、情緒不安定性、開放性の高い人はネガティブ関係コーピングを、外向性、調和性の高い人はポジティブ関係コーピングを、開放性、誠実性の高い人は解決先送りコーピングを選択する傾向が強いと述べている。加藤（2001）は、誠実性と解決先送りコーピングとに弱い正の関連性を認めているのに対して、O'Brien & DeLongis（1996）では、誠実性（Big Five）と回避的コーピングには負の関連性が示されている。このように性格特性（Big Five）と対人ストレスコーピングの間には必ずしも一貫した結果が示されていない。

また、加藤（2001）の対人ストレスコーピングは3尺度であったが、O'Brien & DeLongis（1996）は、9尺度の対人ストレスコーピングを用いており、内容的に対応するコーピング尺度はあまり存在しない。このため、加藤とO'Brien & DeLongis（1996）の研究結果を直接比較することはできないと考えられる。そこで、本研究では加藤（2001）によるわが国の対人ストレスコーピングを基にBig Fiveとの関連性について、再検討する。

ところで、加藤（2006）は、友人関係目標を、“同性、異性を含めた友人と、どのような付き合い方をしたいと考えているか”と定義し、対人ストレス過程における友人関係目標が果たす役割を検討している。加藤（2006）は、落合・佐藤（1996）の友達との付き合い方6因子を用いているが、さらにクラスタ分析を行い、防衛、自己自信、相互理解の因子を友達付き合いの「深い-浅い」次元に、また全方位的、同調、被愛願望の因子を「広い-狭い」次元に統合し、4つのタイプ（深い広い、深い狭い、浅い広い、浅い狭い）別に対人ストレスコーピングとの関係を検討している。友人関係目標の4つのタイプによって対人ストレスコーピングの使用状況が異なることから、友人関係目標が対人ストレス過程において重要な変数であることを示唆している。しかし加藤は、実際に友人との付き合い方が対人ストレスコーピングにどのような影響を及ぼすのかについての検討を行っていない。一方、落合・佐藤（1996）は6因子からなる、青年期における友達との付き合い方の発達的变化のみを研究しており、友人との付き合い方と対人ストレスコーピングの関連については検討していない。また、これまでわが国で性格特性（Big Five）と友人との付き合い方の関連性を検討した研究は、筆者の知る限りでは見受けら

れない。そこで本研究では、友人との付き合い方を基に、性格特性（Big Five）が対人ストレスコーピングおよび落合・佐藤（1996）の友人との付き合い方にどのような影響を及ぼすか、3者の関連性について検討することを目的とした。

## 2. 方法

対象者：広島県内の女子大学生（1～4年生）95名を対象とした。

調査時期：2010年11月。

調査用紙：本調査の質問紙は、3つの尺度から構成された。①和田（1996）によるBig Fiveの情緒不安定性・外向性・調和性・誠実性・開放性は、各12項目で構成されているが、本研究では各因子の因子負荷量の高い方から6項目を抽出し計30項目を採用した。②友人との付き合い方の尺度は、落合・佐藤（1996）の青年期における友人との付き合い方の尺度35項目を使用した。③対人ストレスコーピングの尺度は、加藤（2000）の大学生用対人ストレスコーピング尺度34項目を使用した。

手続き：調査用紙を授業時に配布し、無記名で回答してもらった。全ての尺度項目の評定は、「5：非常に当てはまる」「4：かなり当てはまる」「3：どちらとも言えない」「2：あまり当てはまらない」「1：全く当てはまらない」の5件法で行った。

## 3. 結果と考察

### 尺度の因子構造

Big Fiveの尺度30項目に対して、主因子法（Promax回転）による因子分析を行った。因子負荷量が.40以下の5項目を除外し、残りの25項目について再度因子分析を行ったところ、和田（1996）と同様の5因子が抽出されたため、「情緒不安定性」「外向性」「誠実性」「調和性」「開放性」の因子と命名した（Table 1）。

次に、友人との付き合い方の尺度35項目に対して、主因子法（Promax回転）による因子分析を行った。因子負荷量が.40以下の9項目を除外し、残りの26項目で再度因子分析を行ったところ、「防衛的」「自己自信」「同調的」「全方向」「被愛願望」「積極的相互理解」の6因子が抽出された（Table 2）。「同調的」の尺度には、落合・佐藤（1996）の「積極的相互理解」の因子項目「友達と分かり合おうとして傷ついても仕方ない」が含まれていた。この項目は因子負荷量が負のため、傷つかないように友達と分かり合おうとして、友達に同調的な付き合い方をすると解釈できることが

Table 1 性格特性 (Big Five) の因子分析結果

項目内容	F1	F2	F3	F4	F5
<b>F1「情緒不安定性」</b>					
不安になりやすい	.84	-.02	-.04	.06	-.09
弱気になる	.83	-.53	-.01	-.15	.07
心配性である	.79	.24	.06	-.04	-.07
悩みがちである	.79	-.05	-.04	.06	-.09
傷つきやすい	.75	-.04	.13	.06	-.10
気苦労が多い	.64	-.04	-.18	.03	.18
<b>F2「外向性」</b>					
話好きである	.13	.80	-.09	-.10	.00
外交的である	.08	.77	.03	.03	.00
陽気である	-.03	.77	-.21	-.05	.01
社交的である	-.04	.71	.06	.32	-.15
積極的である	-.04	.67	.19	-.05	.02
活動的である	-.13	.66	-.02	.04	.13
<b>F3「誠実性」</b>					
いい加減でない	-.09	-.20	.83	.15	-.09
面倒くさがりでない	-.09	.14	.78	-.10	.18
ルーズでない	.08	-.02	.74	-.12	-.01
成り行き任せでない	.13	-.11	.58	.08	.02
無頓着でない	.00	.06	.52	.03	-.02
怠惰でない	-.09	.05	.48	-.11	.01
<b>F4「調和性」</b>					
寛大である	-.09	-.11	-.16	.77	.06
親切である	.10	.02	.15	.72	.12
温和である	.08	.05	-.09	.68	-.05
良心的である	-.01	.19	.13	.60	-.03
<b>F5「開放性」</b>					
独創的である	-.03	.09	.00	-.05	.82
美的感覚が鋭い	.23	-.05	.16	.01	.55
想像力に富んでいる	-.15	-.03	-.09	.19	.55
因子間相関	F1	F2	F3	F4	F5
	—	-.009	-.069	.069	-.086
		—	.158	.541	.266
			—	.070	.065
				—	.220
					—

Table 2 友人との付き合い方の因子分析結果

項目内容	F1	F2	F3	F4	F5	F6
<b>F1「防衛的」</b>						
友達に自分のすべてをさらけ出すのは危険である	.87	.02	-.02	.01	-.04	.14
友達にはありのままの自分は出さない	.83	.02	-.05	.07	-.02	-.14
友達と本音で話すのは避けている	.82	.07	.18	.00	-.05	.06
友達に自分の全てをさらけ出すのは危険である	.80	.05	.05	-.13	.20	.06
友達とは本音で話さない方が無難だ	.74	.22	.29	.01	-.02	.05
友達には自分の考えていることを全部言う必要はない	.68	-.11	-.30	.11	.04	.15
傷つきたくないの、友達には本当の姿を見せられない	.67	-.09	.06	.00	.10	-.15
友達とは何でも本音で話し合うようにしている	-.65	.04	.16	.04	.24	.29
<b>F2「自己自信」</b>						
友達と意見が対立しても、自信を無くさないで話し合える	.07	.86	.11	-.16	.15	.10
友達と意見や考えが食い違っても、自信をなくしたりはしない	.09	.78	-.07	.11	-.15	.09
友達と本音でぶつかりあっても、自分のありのままの姿で接したい	-.07	.60	-.01	.12	-.10	.11
友達と意見を交し合っても、それほど感わされない	.06	.58	-.33	.05	.08	-.06
みんなと意見が違っても、できるだけ自分の意見を言うようにしている	.03	.55	-.27	-.06	.04	-.16
<b>F3「同調的」</b>						
みんなと違うことはしたくない	-.01	-.22	.75	.01	-.03	.04
みんなと何でも同じでいたい	.11	-.05	.66	.17	.02	-.05
友達と分かり合おうとして傷ついても仕方がない	.12	-.07	-.59	.29	-.27	.14
みんなと意見を合わせようと思う	.13	-.17	.54	.14	.02	-.01
<b>F4「全方向」</b>						
どんな人ともずっと友達でいたい	-.07	.06	.21	.79	-.13	-.08
どんな友達とも協調しあいたい	.06	-.04	-.13	.65	.12	-.01
どんな友達とも仲良しでいたい	.00	.20	.01	.53	.38	-.12
どんな友達とも楽しく付き合いたい	.02	-.19	-.12	.48	.39	.13
<b>F5「被愛願望」</b>						
みんなから愛されていたい	.04	.05	.02	.07	.85	-.05
みんなに好かれていたい	.01	-.05	.19	.11	.75	.02
<b>F6「積極的相互理解」</b>						
友達と本当の姿を見せ合うことで、少しくらい傷ついてもかまわない	-.09	.25	.08	.05	.63	.63
誰にでも好かれるのは無理だと思っている	.38	-.19	-.09	-.18	.47	.47
友達と本音を言い合うことで、傷ついても仕方がない	-.14	.08	-.23	-.04	.45	.45
因子間相関	F1	F2	F3	F4	F5	F6
	—	-.187	.208	-.161	-.053	-.284
		—	-.347	.012	-.069	.263
			—	.320	.261	-.270
				—	.369	.105
					—	-.004
						—

Table 3 対人ストレスコーピングの因子分析結果

項目内容	F1	F2	F3	F4	F5
<b>F1「回避」</b>					
話をしないようにした	.80	-.14	-.23	-.08	-.11
無視するようになった	.71	-.31	-.01	-.11	-.01
友達付き合いをしないようにした	.63	-.22	-.08	-.23	.02
人を避けた	.63	-.17	.11	.12	-.11
表面上の付き合いをするようにした	.59	-.29	.17	.16	-.02
1人になった	.59	-.01	-.04	.08	-.23
相手に患者にした	.55	-.28	.01	-.01	-.26
相手の鼻を明かすようなことを考えた	.51	.07	.02	-.10	.32
<b>F2「関係維持」</b>					
相手の良いところを探そうとした	-.08	.68	-.03	.19	.21
相手の気持ちになって考えてみた	-.27	.67	-.01	.12	.12
挨拶をするようになった	-.17	.65	.03	.01	.06
相手を受け入れるようになった	-.29	.60	.04	.11	.10
自分のことを見つめなおした	-.04	.49	-.07	.39	-.12
関わりあわないようにした	.27	-.48	.13	-.08	-.28
<b>F3「解決先送り」</b>					
あまり考えないようにした	.10	-.14	.89	-.09	.14
そのことにこだわらないようにした	.09	-.21	.75	.05	.10
そのことは忘れるようにした	.44	-.20	.63	.11	.10
気にしないようにした	-.02	.19	.56	.01	-.09
何もせず、自然の成り行きに任せた	.05	.15	.47	.03	-.13
<b>F4「プラス思考」</b>					
この経験で何かを学んだと思った	-.05	.17	-.06	.84	.05
人間として成長したと思った	-.06	.20	-.10	.80	.16
これも社会勉強だと思った	.05	.18	.12	.51	-.03
<b>F5「自己正当化」</b>					
自分の存在をアピールした	-.23	.06	.11	-.05	.69
積極的に話をするようにした	-.11	.18	.13	.22	.52
自分の意見を言うようにした	-.00	.04	-.13	-.04	.50
たくさん友人を作ることにした	-.24	.21	-.02	.14	.48

ら、「同調的」と命名した。また、「積極的相互理解」の尺度には、落合・佐藤（1996）の「防衛的」の因子項目「誰にでも好かれるのは無理だと思っている」が含まれていた。これは、積極的に相互理解しようとするれば誰からも好かれるのは無理であると解釈することが出来るため、この因子を「積極的相互理解」と命名した。

次に対人ストレスコーピングの尺度34項目に対して、主因子法（Varimax回転）による因子分析を行った。因子負荷量が.45以下の8項目を除外し、残りの26項目について再度分析を行ったところ、5因子解が得られた（Table 3）。各因子は以下のように解釈された。第1因子は、「話をしないようにした」「無視するようになった」「友達付き合いをしないようにした」などの項目が高い正の負荷量を示したので、「回避」因子と命名した。第2因子は「相手の良いところを探そうとした」「相手の気持ちになって考えてみた」「挨拶するようにした」などの項目が高い正の負荷量を示したので、「関係維持」因子と命名した。第3因子は「あまり考えないようにした」「そのことにこだわらないようにした」「そのことは忘れるようにした」などの項目が高い正の負荷量を示したので、「解決先送り」因子と命名した。第4因子は「この経験で何かを学んだと思った」「人間として成長したと思った」「これも社会勉強だと思った」などの項目が高い正の負荷量を示したので、「プラス思考」の因子と命名した。第5因子は「自分の存在をアピールした」「積極的に話をするようにした」「自分の意見を言うようにした」などの項目が高い正の負荷量を示したので、「自己正当

化」の因子と命名した。

加藤（2000）の大学生用対人ストレスコーピングでは、「ポジティブ関係」「ネガティブ関係」「解決先送り」の3コーピング因子が抽出されているが、本研究では、加藤の「ポジティブ関係」コーピング因子が「関係維持」「プラス思考」「自己正当化」の3つに分かれたために、5因子解となった。

対人ストレスコーピング、友人との付き合い方、性格特性との関連性

性格特性（Big Five）が友人との付き合い方、ならびに対人ストレスコーピングに影響を及ぼすという因果モデルを立て、Amos19.0を用いて共分散構造分析を行った。最も当てはまりのよい因果モデルとしてFigure 1のようなパスが得られた。適合度指標は、GFI=.876, AGFI=.794, CFI=.799, RMSEA=.108となった。適合度は十分に高いとは言えないが、Big Fiveから友人との付き合い方へのパス係数は.59 ( $p < .05$ )、対人ストレスコーピングへのパス係数は.93 ( $p < .01$ )で、それぞれ有意となった。

性格特性（Big Five）から友人との付き合い方へのパス係数が有意となったことから、性格特性が友人との付き合い方に影響を及ぼすことが確認されたと言える。しかし性格特性（Big Five）の5因子が対人ストレスコーピングに影響を及ぼすわけではなく、調和性、外向性、開放性の高い人が、被愛願望的、全方向的、同調的な友人との付き合い方をする傾向が強いと言える。

次に、性格特性（Big Five）が対人ストレスコーピ

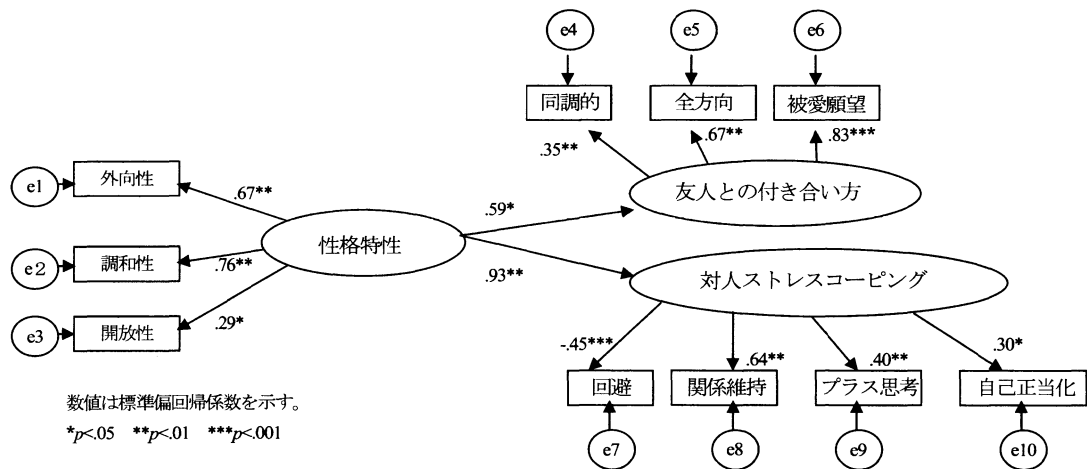


Figure 1 性格特性 (Big Five) と友人との付き合い方, 対人ストレスコーピングの因果モデル

ングに及ぼす影響について検討する。性格特性 (Big Five) から対人ストレスコーピングへのパス係数が有意であったことから、調和性、外向性、開放性の高い人は、関係維持、プラス思考、自己正当化のコーピングを選択し、回避的なコーピングを使用しない傾向が強いと言える。本研究の関係維持、プラス思考、自己正当化の対人ストレスコーピングは、加藤 (2001) のポジティブ関係コーピングと対応することから、加藤の結果を支持するものといえよう。加藤 (2001) のネガティブ関係コーピングは、本研究と同じ回避的コーピングから構成されており、調和性から回避的コーピングへのパス係数は、両者とも負となっている。しかし、開放性は、加藤 (2001) ではポジティブ関係、ネガティブ関係、解決先送りの全てのコーピングと正の関連性が認められているが、O'Brien & DeLongis (1996) では、回避的コーピングと負の相関があった。このことから、本研究の結果はO'Brien & DeLongis (1996) を支持しているといえよう。また本研究では、加藤 (2001) の性格特性 (Big Five) と「解決先送りコーピング」との関連性は、見られなかった。

性格特性 (Big Five) は友人との付き合い方、対人ストレスコーピングのそれぞれに影響を及ぼすことが示されたが、友人との付き合い方から対人ストレスコーピングへの有意なパスは示されなかった。青年期における友人関係は、心理的に自立していくプロセスにおいて大きな支えとなる。友人との付き合い方によって、ストレスfulな状況になったり、ストレスが軽減されたりもする。今後の課題として、親友あるいは友人との付き合い方が対人ストレスコーピングにどのように影響するのか比較検討する余地が残される。

## 文献

- 加藤 司 2000 大学生用対人ストレスコーピング尺度の作成 教育心理学研究, 48, 225 - 234.
- 加藤 司 2001 対人ストレスコーピングとBig Fiveとの関連性について 性格心理学研究, 9, 140 - 141.
- 加藤 司 2006 対人ストレス過程における友人関係目標 教育心理学研究, 54, 312 - 321.
- 加藤 司 2007 対人ストレス過程における対人ストレスコーピング ナカニシヤ出版.
- 加藤 司 2008 対人ストレスコーピングハンドブック 一人間関係のストレスにどう立ち向かうか ナカニシヤ出版.
- 厚生労働省大臣官房統計情報部 2002 平成12年度保健福祉動向調査の概況  
(<http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/hftyosa/hftyosa00/>)
- O'Brien, T.B., & DeLongis, A. 1996 The interaction context of problem-, emotion-, and relationship-focused coping: The role of the big five personality factors. *Journal of Personality*, 64, 775-813.
- 落合良行・佐藤有耕 1996 青年期における友達との付き合い方の発達的变化 教育心理学研究, 44, 55 - 65.
- 鈴木綾子 2006 大学生のストレス対策 小杉正太郎 (編) ストレスと健康の心理学 朝倉書店 Pp.149 - 152.
- 高井範子 2008 青年期における人間関係の悩みに関する検討 太成学院大学紀要, 10, 89-95.
- 遠矢幸子 1996 友人関係の特性と展開 大坊郁夫・奥田秀宇 (編) 親密な対人関係の科学 誠信書房 Pp.86 - 116.
- 和田さゆり 1996 性格特性用語を用いたBig Five尺度の作成 心理学研究, 67, 61 - 67.