

【研究ノート】 高校生における愛着スタイルと感情抑制の関連

牧 野 真由子

小木こどもファミリークリニック

Attachment Style and Emotional Suppression in High School Students

Mayuko Makino

Koki kodomo family clinic

This study examined the relationship between attachment style and emotional suppression. Participants included 115 Japanese high school students (62 males and 53 females). Attachment styles of participants were measured with the Internal Working Model Scale (Toda, 1988), based on the secure, ambivalent, and avoidant factors. The scores were compared with the Emotional Suppression Tendency Scale (Kashimura and Iwamitsu, 2007); pleasure and anxiety were especially focused on as they relate to attachment style and emotional suppression. The collected data was analyzed. The results indicated that insecure and avoidant attachment styles tended to suppress emotions of pleasure and anxiety. In contrast, ambivalence in attachment did not affect the expression and suppression of emotions. These results could be potentially useful in adolescents' school counseling and psycho-education.

Keywords: attachment, emotion suppression, adolescent

問題と目的

内的作業モデルとは、愛着対象との持続的な相互交渉を通じて人の内部に形成される愛着対象及び自己に関する心的表象を示すことばである（戸田, 1991）。Bowlby（1973）は、内的作業モデルが、愛着対象以外の他者へと般化されることを指摘している。こうした理論をもとにAinsworth, Blehar, Waters, & Wall（1978）は、愛着の個人差を把握する手法であるStrange Situation Paradigmを考案し、愛着スタイルを、「avoidant（回避型）」「secure（安定型）」「anxious/ambivalent（抵抗・アンビバレント型）」の3つに分類した。これらのスタイルは、乳幼児期以降における対人関係の築き方にも影響を与えるものであると考えられており、様々な観点からの研究が蓄積されている。愛着の発達的变化について、児童期はアタッチメント対象の移行期であると考えられており（近藤, 2001）、児童期後期から青年期前期にかけて養育者に回避的な態度をとる傾向が強まり、依存性は影を潜め、独立性が高まりを見せることが指摘されている（Kerns, 2008）。また、佐藤（1993）は、中学生、高校生、大学生を対象として、年齢が上がるにつれて親への愛着の持つ影響力が小さくなることを示している。このように、これまでの研究では、発達段階に沿った愛着対象の移行プロセスや、幼児期に形成された内的作業モデルが青年期以降の対人関係にどのように影響を与えるかが検討されてきた。このことから示されるように、愛着対象の移行期として児童期に着目した研究を蓄積することには意義がある。同時に、思春期・青年期は、多様な対人関係の中でアイデンティティが確立され、その後の人生設計にも関わる重要な時期である。よって、この時期の愛着スタイルと対人関係の持ち方について詳細な検討をすることも重要な課題であると考えられる。

対人関係の持ち方や環境への適応をとらえる上で様々な視点が存在するが、本研究では、特に感情表出・感情抑制の観点からの検討を行う。Bretherton（1990）は、安定した愛着関係においては、オープンな情動的コミュニケーションが促進されることを指摘している。さらに、逆に不安定な愛着関係では、

情動的コミュニケーションにおいて選択的にある種のシグナルが無視されやすいことから、偏ったコミュニケーションパターンが作られ、愛着と情動制御が密接な関係を持つことが示唆されている。一方で、浜井・利根川・小野田・上淵（2011）の研究のように、嫌悪感や劣等感に関しては、愛着が安定した群と不安定な群の間に差が見られなかったことから、対人葛藤場面においては、安定した愛着スタイルが常にネガティブな感情の生起を抑制するものではない可能性も示唆されている。このように、各愛着スタイルと情動表出やその制御との関連については、近年、研究が積み重なっているものの未だ検討する必要があるといえる。

檜村・岩満（2007）が指摘しているように、従来、臨床心理学領域の感情を対象とした研究の多くは陰性感情を中心に検討したものが多かったが、近年は陽性感情への注目が集まってきており、新たな価値づけが行われてきている。さらに、感情を抑制しやすい人は陰性感情と陽性感情の両面を抑制しやすいといった報告もある（Gross & John, 2003）。高校生の情緒制御に関する研究として、平山（2006）は、男子の方が家族や友人からのサポートが多いほど抑うつが低く自尊心が高いことを指摘し、同性の親や友人が自分のことをわかってくれて支えてくれると期待できることが高校生の時期には大事であると述べている。また、Spokas, Luterek, & Heimberg（2009）は、社会不安の増加によって、感情を爆発させるリスクが増し、ポジティブ感情とネガティブ感情両方の感情表出が増加することを指摘している。このように、陽性感情と陰性感情の表出および抑制に関しては、個人をとりまく環境やパーソナリティの影響が大きいと考えられ、より詳細な検討を行っていくことが重要であると考えられる。このような観点から、本研究では、高校生の愛着スタイルと感情抑制の関連を検討することを目的とする。

方法

公立高校1年生および2年生115名（男性62名、女性53名）を調査対象とした。データに欠損値のあった7名のデータを除外し、108名分のデータを分析対象とした。

愛着スタイルの指標として、「内的作業モデル尺度」(戸田,1988)を用いた。これは、「安定」6項目、「アンビバレント」6項目、「回避」6項目の全18項目で構成され、一般的な他者との関係に対する基本的対人態度の傾向を自己評定するものである。もともとは、6段階評定であったが、調査対象者が容易に回答できるよう、本研究では「あてはまらない」～「あてはまる」の5段階評定で回答を求めた。

次に、感情抑制の指標として、檜村・岩満(2007)による「陽性感情抑制傾向尺度」および「陰性感情抑制傾向尺度」を用いた。「陽性感情抑制傾向尺度」は、「愛情」、「喜び」、「驚き」から、「陰性感情抑制傾向尺度」は、「怒り」、「悲しみ」、「不安」から構成されている。どちらの尺度も得点が高いほど感情抑制傾向が高いことを示し、計24項目、4段階評定によって測定される。本研究では、「陽性感情抑制傾向尺度」から「喜び」の8項目、「陰性感情抑制傾向尺度」から「不安」の8項目を使用し、「あてはまらない」～「あてはまる」の4段階評定で回答を求めた。

結果

尺度の信頼性を確認するため、各尺度における因子ごとに α 係数を算出した。内的作業モデル尺度では、「安定」($\alpha = .84$)と「アンビバレント」($\alpha = .79$)においては一定の信頼性が認められた。「回避」($\alpha = .60$)においては、やや低い数値であったが、先行研究において十分な妥当性が確認されていることから、以降の分析においても従来の3類型を採用した。また、陽性感情抑制傾向尺度の喜び因子(α

Table1. 内的作業モデル尺度・感情抑制傾向尺度における各下位因子得点の平均値と標準偏差

	Mean	SD
内的作業モデル		
安定	3.01	0.80
アンビバレント	3.20	0.81
回避	2.68	0.66
感情抑制傾向		
陽性感情(喜び)	1.92	0.61
陰性感情(不安)	2.80	0.64

$= .73$)と、陰性感情抑制傾向尺度の不安因子($\alpha = .89$)においても一定の信頼性が認められた。内的作業モデル尺度・感情抑制傾向尺度における各下位因子得点の平均値と標準偏差をTable 1に示した。

愛着スタイルが感情抑制に影響を与えるという仮説にもとづき、構造方程式モデリングを用いたパス解析を行った。有意でないパスを削除し、最終的にFigure1に示すモデルを採用した。モデルの適合度は十分な値を示した($\chi^2(4) = 6.49, n.s., CFI = .978, GFI = .978, AGFI = .919, RMSEA = .076$)。愛着スタイルにおける「安定」は喜び($p < .01$)および不安($p < .01$)の抑制に負の影響を与え、「回避」は喜びの抑制に正の影響($p < .01$)を与えることが示された。

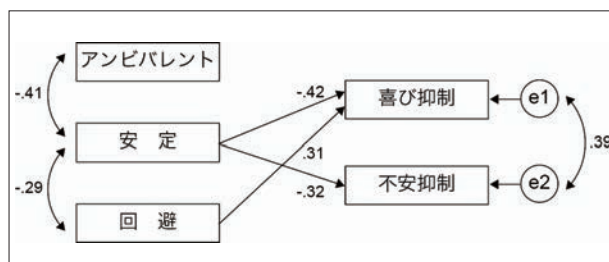


Figure1. 愛着スタイルと感情抑制の関連

考察

分析の結果から、愛着スタイルの「安定」は、喜び・不安両感情の抑制に負の影響を与えることが示された。このことは、愛着スタイルが安定している人ほど、陽性感情も陰性感情も適度に表出できていることを示している。先行研究では、安定型において悲しみや怒りなどのネガティブな感情が生起しにくいことが示されている(坂上・菅沼, 2001)。一見すると、本研究の結果は、これらの知見と矛盾するようにも見える。しかし、今回は、ネガティブな感情の中でも、特に不安感情に焦点を当てた検討を試みており、このことが先行研究との違いに影響を与えていると考えられる。日常場面において不安を表出する際には、それを誰かに受け止めてもらうことで緩和したいという心理的プロセスが働いていると推測される。他者との安定した関係が構築できている群では、親や友人などの重要な他者に対して自

身の不安を表出した場合、それを受け止めてもらえるという安心感が基盤にあるため、過度な抑制をすることなく表出がされていると考えられる。同様に、喜びなどの陽性感情についても、これまでの経験から他者に共感してもらえするという期待や自信に支えられ、表出が促進されやすいのではないか。反面、安定した愛着関係を持っていない群では、陽性であろうと陰性であろうと、感情表出をした際の他者の反応についてポジティブな見通しが持ちにくいことが予想される。岩田（2003）は、思春期子どもたちの対人関係について、周りが横一線に足並みをそろえる対人関係を求めているため、自らの行為を抑制せざるをえず、意思表示を認めてもらえない状況にあると述べている。このように、過度な感情抑制は、過剰適応の問題とも関連があり、教育現場においては生徒たちにとってより感情表出をしやすい環境調整をすることも重要であると考えられる。

アンビバレントな愛着スタイルに関しては、感情抑制との間に有意な関連は認められなかった。愛着スタイルにおけるアンビバレンスは、他者との関係性において、常に両価的な価値基準の板挟みになったり、葛藤状態に置かれたりしやすいことにつながると考えられる。そのため、アンビバレントな愛着スタイルを有する人は、感情表出場面において、自分が表出した感情を相手がどのように受け止めるかについて両価的な判断基準の狭間で葛藤を抱えやすいことが予測される。そして、このような葛藤から一方的に表出を抑制するわけではなく、受け入れてもらいたいという欲求も同時に兼ね備えていると考えられる。このことから、アンビバレント特性の高さが、直接的に感情抑制の高さにつながるわけではないという結果が示されたのではないだろうか。

回避傾向に関しては、この特性が高いほど喜びの感情を抑制しやすいことが示された。坂上・菅沼（2001）は、回避傾向の特徴として、負の情動（悲しみ・怒り・恐れなど）が生じにくいことを指摘しているが、本研究の結果から、喜びなどの陽性感情においても抑制する傾向が示された。回避傾向の特徴として、他者に対する信頼感の低さや、積極的な関わりを避けることがあげられる。この特性は、“感情表現しても受けとめてもらえないだろう”と

いう考えを抱きやすいことにつながると考えられる。安定傾向とは対照的に、回避傾向が高い群では、感情表出が対象とのその後の関係性に与える影響についてポジティブな見通しを持ちにくいと予測される。このことにより、自身の中に様々な感情が生じた際に、それが陽性であれ陰性であれ外部に対して表出することをためらい、抑制するという機制を用いやすくなっているのではないだろうか。今回は高校生を対象とした検討を行ったが、このようなパターンは、コミュニケーションの欠如に起因する学級での孤立などの問題とも関連すると考えられる。また、抑うつや、感情を適切に表出できないアレキシサイミアなどの病理との関連も想定されるため、臨床心理学的な視点を加えた今後の検討が必要であろう。

本研究では、愛着の中の「安定」、「アンビバレント」、「回避」の各側面に焦点を当て、その度合いと感情抑制の関連を検討してきた。従来の研究では、同様の尺度を用いて、愛着タイプごとに群分けをして比較するものが多くみられる。しかし、実際は、特定のタイプの典型例のような人もいれば、複数の要素を併せ持った人もいる。このような観点から、本研究のように特性論的アプローチによって、特性ごとの特徴を理解することも有用であると考えられる。今後は、愛着と感情抑制に影響を与える媒介変数なども考慮に入れた検討をしていきたい。また、本研究では、一般の高校生を対象としたが、記述統計の結果から、回避性の低さやアンビバレント傾向の高さを見て取ることができる。このことは、他者と関わりたいという欲求を抱えながらも、傷つきやすさやコミュニケーションの苦手さなどを併せ持ち、狭い対人関係の中で生きる現代青年の特徴を反映している可能性もある。時代背景や社会的要因も含めた研究を展開することで、今後より一層理解を深めていきたい。

文 献

- Ainsworth, M.D.S., Blehar, M.C., Waters, E. & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Hillsdale: Erlbaum.
- Bowlby, J. (1973). *Separation: Anxiety & Anger. Attachment and Loss* (vol. 2). London: Hogarth Press.

- Bretherton, I. (1990). *Open communication and internal working models; Their role in the development of attachment relationships*. In R.A. Thompson (Ed.), *Socioemotional development* (Nebraska Symposium on Motivation, 36), 57-113. Lincoln: University of Nebraska Press.
- Gross, J.J. & John, O.P. (2003) *Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationship and well-being*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 348-362.
- 浜井聡美・利根川明子・小野田亮介・上淵寿 (2011). 愛着スタイルが対人的葛藤事態における情動に及ぼす影響 東京学芸大学紀要, 総合教育科学系 I, 62, 305-314.
- 平山聡子 (2006). 高校生の精神的健康と情動制御および家族・友人関係 お茶の水大学人間文化論叢, 9, 369-375.
- 岩田満 (2003). 思春期の子どもたちの対人関係における過剰な気づかいや不安についての一考察: 自己の経験の対象化とかわらせて 北海道教育大学情緒障害教育研究紀要, 22, 205-208.
- 檜村正美・岩満優美 (2007). 感情抑制傾向尺度の作成の試み —尺度の開発と信頼性・妥当性の検討— 健康心理学研究, 20 (2) 30-41.
- Kerns, K.A. (2008). *Attachment in middle childhood*. In J. Cassidy & P.R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (2nd ed.), 366-382 New York: Guilford Press.
- 近藤清美 (2001). きずなの発達 米谷淳・米沢好史 (編) 行動科学への招待—現代心理学のアプローチ—, 92-105, 福村出版
- 坂上裕子・菅沼真樹 (2001). 愛着と情動制御 教育心理学研究 49, 156-166.
- 佐藤朗子 (1993). 青年の対人的構えと親および親以外の対象への愛着の関連 名古屋大学教育学部紀要, 教育心理学, 40, 215-226
- Spokas, M., Luterek, J.A., and Heimberg, R.G. (2009). *Social anxiety and emotional suppression: The mediating role of beliefs*. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 40, 283-291.
- 戸田弘二 (1988). 青年期後期における基本的対人態度と愛着スタイル—作業仮説 (working models) からの検討— 日本心理学会第 52 回大会発表論文集, 27.
- 戸田弘二 (1991). *Internal Working Models* 研究の展望 北海道大学教育学部紀要, 55, 133-143.