大学新入生における友人関係構築行動に関する探索的検討
―大学１年生への面接調査から―

宮　川　真　綾（立正大学大学院心理学研究科）
髙　橋　尚　也（立正大学心理学部）

An Exploratory Study of the Friendship Building Behaviors in University Freshmen
―Interview research of the freshmen students―

Maaya MIYAKAWA（*Graduate School of Psychology, Rissho University*）
Naoya TAKAHASHI（*Faculty of Psychology, Rissho University*）

Abstract

This study focused on the behaviors of university freshmen in forming and maintaining friendships. Semi-structured interviews were conducted with first-year undergraduates（N=6）, asking about their actions taken before and after enrollment that are conscious of friendships and their behavioral changes after settling into university, especially schoolwork and campus activities. The result revealed that similar to Self-disclosure, and social skills among previous research, that was positive behaviors is taken for new friends. In addition, it was revealed that students pay attention to friend's expressions and pretend having fun to be conscious of improving relationships with new friends. On the other hand, it does not correspond to the previous research, it was revealed that students reached out to new friends through social media before enrollment. Furthermore, it was revealed that students talk about self-deprecating episodes to show their similarities after enrollment. This study shows that the necessity to reconsider scale the results of this study and conduct a study based on quantizable data in the feature.

Key words： university freshmen, friendships, school adjustment, semi-structured interviews

問　題

本研究では、大学新入生が大学内で友人との親密化がなされる際に特徴的な行動や考えの探索的検討を行なった。具体的事例として、大学１年生における大学内の友人関係の構築行動に注目した。大学１年生に半構造化面接を実施し、個人の考えや行動が友人との関係構築にどのような影響を及ぼしているのか現状の把握を試みた。

青年期後期（高校生後期から大学生期）の親密な友人関係の形成・維持には、他者との情緒的な異なりを受け入れながら、信頼を構築するよう努めたり、自己開示を行なったりすると考えられている（Atwater,1992）。本論文では、はじめに、大学入学初期における対人関係と適応に関する知見を概観する。つづいて、青年期に特有の心理的特徴である対人恐怖心性に関する研究を概観し、大学入学初期における対人関係を分析するための視点を整理する。

１　大学入学初期の対人関係と適応

本節では、大学入学初期における友人関係の形成・維持がなされる際の心理状態（不安や孤独感）と、入学直後と入学後の大学適応感の変化に関する研究を概観する。

（１）大学入学初期の友人関係形成に関わる心理状態

大学入学初期における友人との親密化過程の研究を紹介する。梅本（1996）は、大学入学直後の友人関係と不安との関連を検討した。その結果、入学後３週間時点で女子学生のほとんどが親密な友人ができていると感じていた。その一方、男子学生では半数に留まることが明らかになった。また、新たな環境移行場面に不安を抱きやすい学生は、大学入学直後の共行動（例えば、一緒に講義を受ける、昼食を食べるなど）が不安の低減に効果をもたらすことが明らかになった。

また谷口・清水（2015）は、大学新入生の友人関係の形成段階における自己呈示と自尊心の関連について検討した。この研究では、自己呈示の方略のうち、自己高揚的自己呈示（自身が有能であることを積極的に主張し、他者から高い評価を得ようとする自己呈示の方法）に注目し、自尊心との関連を検討した。その結果、自身が友人から「有能であったり、親しみやすい人であったりす

る」といった評価がなされているという認知が、友人関係の満足感や自らの自尊心に影響を及ぼすことが明らかになった。

これらの研究（梅本, 1996；谷口・清水, 2015）から、大学入学直後の不安の低減には、学生との共行動が効果的であることが示され、積極的な自己呈示を行うことで、他者からポジティブな評価がなされていると認知することが、大学での友人関係満足感や精神的健康に影響を及ぼす可能性が示された。

（2）大学入学初期における大学適応感の変化

大学入学初期から大学適応感の変化を縦断的に調査した研究を紹介する。谷口（2004；2007）は、大学新入生の友人関係と孤独感や大学適応感の変化について縦断的調査を用いて検討した。その結果、大学入学直後では、接触頻度や手段に問わず、大学入学後にできた友人との関係評価が高まることで孤独感を低めることが明らかになった。大学入学後では、大学入学前から付き合いのある友人もしくは大学入学後に付き合い始めた友人であるかどうかに関わらず、親密な友人との関係が継続されており、相手から高い評価を得ていると感じていれば孤独感は感じないことが明らかになった。大学適応感について、大学入学後中期では大学入学後に知り合った友人との関係が良好であることが、大学適応感を高めていたことが明らかになった。

谷口（2004；2007）の一連の研究から、大学入学初期の友人関係評価が親密化段階へ踏み込むかどうかのポイントとなり、初期段階での孤独感の低さが大学適応感へと繋がることが示されている。

（3）大学新入生における過剰適応

大学内で友人との親密化過程を促進し、大学に適応しようとすることの負の作用を指摘した研究もある。石津・安保（2008）は、友人関係が良好であっても、自尊心は低く自己不完全感を経験する状態があることを指摘している。このような状態を石津・安保（2008）は“過剰適応”と捉え、個人の精神的健康を害する可能性があることを示唆している。

石津（2006）は、過剰適応を“内的な欲求を抑圧し、外的な期待や欲求に、個人が完全に近い形で答えようとする行動”とに定義し、過剰適応を一時点で測定する過剰適応尺度を作成した。この尺度は、個人が備え持つ内的側面（個人特性）である「自己抑制」、「自己不完全感」と、自身の適応を維持・促進させるためにする外的側面である「他者配慮」、「期待に沿う努力」、「人からよく思われたい欲求」のあわせて５因子から構成されている（石津・安保, 2008）。

過剰適応が促進される要因として、親からの愛情や承認を求めること（伊藤, 1999；Jones & Berglas,1978；Oleson et al., 2000）や、自らの低い自尊心を補填しなければならないという内的プレッシャー（Giacobello,2000）から起こりうると示唆されている。また、過剰適応は抑うつ（山本, 2010）や、友人関係スタイルと学校適応（石本・久川・齋藤・上長・則定・日潟・森口, 2009）、愛着スタイルと恋愛関係（鈴木・五十嵐・吉田, 2015）などの視点から研究されているが、過剰適応が必ずしも適応の悪さに繋がる訳ではないことも示されている（石津・安保, 2008）。このように、過剰適応はたとえ友人関係が良好であっても自己不完全感を経験する状態を示しているものの、他者との関係維持の方略としても用いられることから、適応に対して両価的効果を示しているといえる。

（4）まとめ

ここまで、大学入学初期における友人関係形成に関わる心理状態に関する研究と、入学直後と入学後の大学適応感の変化に関する研究を概観した。これらの研究から、大学入学直後は、学生との共行動が不安を低減させることに効果があることが示された。また、友人から親しみやすいといった印象を抱いてもらうために、積極的な自己呈示を行うことで、友人関係満足度や自尊心を維持することに影響を及ぼし、友人とより親密な関係構築を行う段階へ向かうかどうかの指標となることが示された。

一方で、大学内で友人との親密化過程を促進し、大学に適応しようとすることの負の作用として、過剰適応の存在も指摘された。過剰適応は、他者との関係方略の方法として用いられることから、大学に適応しようと過度に他者の期待に応え関係に配慮しようとすることで、自尊心が低減したり自己不完全感を感じたりする不適応状態を呈することが示されている。

2　青年期における対人恐怖心性

（1）青年期における友人関係形成に関する心理的特徴

現代青年の友人との関係を構築する際の心理的特徴として千石（1985）は、“一人になることを極端に恐れ、群れ的な関係を取り、相手を傷つけてしまうことを恐れ、その場に盛り上がりを演じる”と論じている。このようなタイプは、“ふれあい恐怖”（岡田, 1993）と呼ばれ、親密な関係に発展する場面において他者との距離の取り方がわからず、友人と親密な関係を構築するための行動に困難が生じることから、内向きにこもってしまうタイプが増加していると指摘されており（山田・安藤・宮川・奥田, 1987；山田, 1989）。この“ふれあい恐怖”は、対人恐怖という概念に含まれている。対人恐怖とは、DSM-Ⅵ-TR（APA,2000）における社会恐怖（Social Phobia）として“日本などにおける文化特異的な特徴”とされて

いる。また、笠原（1972）は対人恐怖を“他者と同席する場面で不当に強い不安と精神的緊張が生じ、他者から軽蔑されるのではないか、不快な感じを与えるのではないか、嫌がられるのではないかと案じて、対人関係からできるだけ身をひこうとする神経症の一型”と定義されている。

（2）青年期における自意識や適応状態と友人関係スタイル

清水（2009）は、対人恐怖における青年期の自意識や適応状態に注目し対人恐怖心性と妄想的観念[(1)]の関連性を検討した。その結果、対人不安意識の高群・低群、自己関係付けの高群・低群の４つから成り立つことが示された。対人不安意識が高く自己関係づけが低い群は、他者への注意は薄く、被害者的認知もされにくく自己に影響を及ぼさない群と示された。次に、対人不安意識および自己関係づけのどちらも高い群は、他者の言動や行動に強く影響を受けるため、被害的認知が強く、自己の安定性が低いことが示された。反対に、対人不安意識および自己関係づけが低い群は、自分と他者の境界線を強く持つため、他者の行動や言動の影響を受けないことが示された。最後に、対人不安意識が低く自己関係づけが高い群は、他者の言動や行動、見られている自分に対し敏感に反応するため、相手に合わせることを重視するよう振る舞うことが示された。

（3）まとめ

これらの研究から、青年期の心理的特徴について岡田（1993）は、友人と親密な関係を構築することに不安を抱える“ふれあい恐怖”の存在を指摘した。また、対人恐怖心性と妄想的概念との関連を探索的に検討した研究では、対人恐怖が強い場合、自ら友人と親密な関係を築くことから退く傾向にあることが示された。また、妄想的観念が強い場合には、友人に対し気遣いや配慮を行うことで、集団から逸脱しないよう振る舞うことが明らかになった。

3　本研究の視点と目的

本研究ではこれまで、大学新入生が友人関係を構築する際の心理状態と心理的特徴に関する研究を概観した。大学入学直後の大学新入生が友人関係を構築する際の心理状態として、友人との共行動や自身のポジティブな印象形成のために自己呈示を行うことが、不安の低減に効果を示し、入学後の友人関係満足度や大学適応、精神的健康に影響を及ぼすことが示された。次に、青年期の心理的特徴として、対人恐怖や妄想的観念といった個人特性が、友人との関係構築に消極的になったり、集団から逸脱することを恐れることから友人に配慮した振る舞いを行ったりすることが示された。

このような青年期の友人関係における心理状態や心理的特徴に関する研究から、友人との関係をより良いものにしようと考えたり、集団から逸脱したくないと感じたりすることから、友人に配慮した行動がなされていると考えられる。しかし、友人との関係に配慮した行動が、過度に行われたり、長期的に行われたりすることは、個人の大学適応感や精神的健康を低下させる可能性があると指摘できる。そこで本研究では、大学生１年生への面接調査を用い、先行研究であまり注目されていない２点に注目し、大学新入生が友人関係を構築するためになされる行動を探索的に検討することを目的とする。第１は、「大学入学直前・直後」、「大学入学後」の２時点に注目し、新たな友人に対する働きかけがなされた行動の把握を試みる。第２は、大学入学後、新たな友人との関係に配慮するためになされる行動は、友人との親密化が促進されるにつれて減少すると考えられる。そのため、安定的な友人関係が形成されたと想定される大学入学後後期の段階における対人関係を構築するための行動を把握する。

方　法

本研究は半構造化面接法を用いて行われた。

1　面接時期

面接は、2021年10月25日～10月30日の期間に行った。

2　面接協力者および手続き

面接協力者は、立正大学心理学部の１年生６名（男性：２名、女性：４名）であった。面接は、オンライン（ビデオ面接）を用い面接者（筆者）と面接協力者の１対１で行った。面接時間は、30分～１時間であった。インフォーマントの権利や倫理規定について説明し、了承を得た後に面接を開始した。

3　質問内容

大学に進学してから、現在に至るまでの行動や考えを把握するため、それらを網羅できる項目を作成した。質問内容は、入学直前・直後の行動や振る舞いを尋ねるため ①大学入学直後に親しくなった友人との出会いの状況や最初に交わした会話 ②友人を作ることを意識して自身が努力したり変えたりしたことの有無、変えようとした理由や変えることの難しさ ③大学入学後～夏季休暇前までに友人を作るために活動を始めたことの有無、始めた理由、始めることの難しさについて回答を求めた。

次に、友人との関係を意識に行った行動やふるまいを尋ねるため、④友人との関係を意識し、自分自身が努力したり気を遣ったりしたこと ⑤友人関係を広げようと、

無理していたり頑張りすぎたりしていると感じた経験やその内容 ⑥友人への配慮が、自分自身を疲れてしまったり頑張り過ぎたりした経験についての回答を求めた。

最後に、大学入学中期以降の行動変化や学業や学内活動などに関する不満を尋ねるために、⑦入学してから始めたことや変えたことを辞めたことやその理由 ⑧学業や学内活動などに関する不満 についての回答を求めた。

結　果

全ての質問項目に対し自由回答を求めたため、KJ 法を援用し結果の整理を行った。回答は、「入学直前・直後」、「入学後」の 2 時点でなされた対人関係の構築行動と、「大学入学後中期以降」の対人関係の構築行動とに分けて分類された。

1　入学直前・直後の行動や振る舞い

（1）親密友人との出会いの状況

親密な友人との出会いの状況として、SNS で繋がることでお互いを知ることが示された（Table 1）。具体的な回答としては、「入学前に大学専用の SNS アカウントを作成すること」や「同じ大学に進学する学生を SNS 上で検索すること」が挙げられた。また、SNS 上で見つけた「学生をフォロー」したり「メッセージのやりとり」などが行われたりすること分かった。これらは“SNS を用いた大学生活への準備”と命名した。

（2）大学で新たな友人を作ることを意識して努力したり変えたりしたこと

大学という新たな環境で友人を作ることを意識し、回答者が努力したり変えたりしたことについて尋ねた。その結果、「新しい服を購入すること」や「メイクをきちんとしようと心がけること」、「身だしなみを清潔にしようと心がけること」というような外見的な努力がなされることが分かった（Table 1）。これらは“身なりへの興味・関心”と命名した。

次に、友人を作ることを意識した内面的な努力行動として、「自分から話しかける」こと「積極的に話しかける努力をすること」といったような、振る舞いに関する努力がなされること分かった（Table 1）。これらは“積極的振る舞い”と命名した。このグループからは除外されたが、自分の目や顔の表情を意識して、笑っているときは笑っているように魅せるという意識または行動があることが示された。

（3）大学内において学業以外で参加したり所属したりした活動の有無や始めた理由

大学入学後には、サークルや部活動、委員会といった学業以外の活動に参加する学生が多かった（Table 1）。それらの活動に参加する動機には、「運動をしたい」と考える人や「高校時代までに経験したスポーツや文化活動を継続したい」と考える人がいることが分かった。これらは“学内活動への自発的参加”と命名した。

サークルや部活動、委員会といった学内活動に所属す

Table 1　入学直前・直後の行動や振る舞い

回答内容	小グループ
（1）　SNS で大学専用アカウントの作成	SNS を用いた大学生活への準備
（2）　SNS で何人かと繋がったのちに親密になった	
（3）　SNS で学内活動の情報収集	
（4）　同じ大学に進学する学生を SNS で検索	
（5）　衣服を購入した	身なりへの興味・関心
（6）　身だしなみは清潔にしようと心がけた	
（7）　メイクをちゃんとしよう	
（8）　自分から話しかける	積極的振る舞い
（9）　自分から積極的に話しかける努力をした	
（10）　前後左右に座っている同級生へ声をかける	
（11）　一緒に学内活動の体験へ参加してくれる人を探した	
（12）　目や顔の表情を気にした *	
（13）　運動をしたい	学内活動への自発的参加
（14）　高校までに経験している活動を継続したい	
（15）　友達できるかなという期待や不安	学内活動がもたらす交友関係の拡大期待
（16）　孤立したくないから，学内活動に所属したい	
（17）　授業だけで友人を作ることは大変かなと思う	

* 1 項目のため項目を記載

る学生には、上述した内容だけでなく、友人を作るためにといった動機で学内活動に所属する学生もいることがわかった（Table 1）。具体的には、「友達ができることへの不安や期待」を感じることや「孤立したくないためにサークル活動に所属したい」、「授業だけで友人を作ることは大変だと感じる」ことが分かった。これらは“学内活動がもたらす交友関係の拡大期待”と命名した。

2　友人との関係を意識に行った行動やふるまい

（1）友人との関係を意識し、自分自身が努力したり気を遣ったりしたこと

大学入学後、回答者が友人との関係を良好なものにするため、努力したり気遣ったりしたことについて尋ねた（Table 2）。その結果、「大学の友人と親しくなろうと、普段よりもテンションを上げて話しすぎる」ことや「相手のテンポに合わせて話すことに疲れてしまう」ことが分かった。これらは“実際とは異なる振る舞い”と命名した。

また、回答者自身が周りの学生もしくは特定の学生に積極的に話しかけたつもりが「相手から期待とは異なる振る舞いをされた」と感じることを経験することが分かったため、“親しみを拒絶した振る舞い”と命名した。

さらに、大学入学後、友人との関係が親密になり始める段階では、「友人との関係をより良いものにしようと、相手の表情を読み取る」ことや、相手からの反応が回答者の予想と異なると「自分が相手に何かしたのではないかと不安になる」ことで、「自分に非がなかったかと振り返る」行動が頻繁に行われるが分かった。これらは“他者からの非言語的反応に対する心配”と命名した。

（2）友人関係を広げようと、無理していたり頑張りすぎたりしていると感じた経験やその内容

回答者が、自分以外の学生に対し、友人関係を広げようと、無理していたり頑張りすぎたりしていると感じたりした振る舞いについて尋ねた（Table 2）。その結果、「いろんな学生に手当たり次第声をかけること」や「無理に交友関係を広げようとしている」と感じることが分かった。また「話しかけると相槌を打つ隙間もない勢いで話し続ける」と感じることが分かった。これらは“交友関係拡大の希求”と命名した。

（3）友人への配慮が、自分自身を疲れてしまったり頑張り過ぎたりした経験

回答者本人が、友人への配慮が、自分自身を疲れさせ

Table 2　友人との関係を意識に行った行動やふるまい

	回答内容	小グループ
(18)	普段よりテンションを上げて話してしまう	実際とは異なる振る舞い
(19)	相手とテンポが合っていると安心するが，何人もの人にやると疲れてしまう	
(20)	普段よりも控えめに話始めること	
(21)	話しかけたのに，求めていなかった的な目の表情をされる	親しみを拒絶した振る舞い
(22)	相手の表情を読み取る	他者からの非言語的反応に対する心配
(23)	相手からの反応が異なると，自分が何か変なことを言ったか不安になる	
(24)	自分に非がなかったか，振り返る	
(25)	聞きに回ったり，その人に合わせた話をする	
(26)	いろんな人に手当たり次第に声をかけている	交友関係拡大の希求
(27)	グイグイと話かけまくる	
(28)	話しかけると，倍返しで話しかけられ困ってしまう勢いで話しかけられる	
(29)	毎日たくさんの人と会っている	
(30)	一緒にいる人が毎日異なる	
(31)	無理に交友関係を広げようとしている	
(32)	その場から立ち去りたいときに，自分のタイミングで立ち去ることができない	逸脱することの恐れや不安
(33)	自分がついていけない話で盛り上がっている時に，どうすればよいか悩む	
(34)	自分が話したい感じの話題が話せないとき	
(35)	その場を盛り上げるために，必要以上に話し続ける	
(36)	知ったかぶりをする	
(37)	無理をして話を合わせている	
(38)	自分のことを話しすぎてしまう	自嘲的アピール
(39)	自分を下げる話ばかりする	
(40)	自分が嫌いなのかと感じることばかり話す	

たり、頑張りすぎたりした経験について尋ねた（Table 2）。その結果、「自分がついていけない話題で盛り上がっているとき、どうしていたらいいか分からない」ことや「自分がその場から立ち去りたいタイミングで立ち去ることができない」と感じることが分かった。具体的な回答内容として、「帰りたいということを友人に伝えづらい」、「一人で課題に取り組みたいため、図書館に行きたいことを友人に言えない」といった内容であった。

次に、回答者が自分以外の学生に対し、友人への配慮がその人自身を疲れさせたり、頑張りすぎたりしているとみられる行動について尋ねた（Table 2）。その結果、「場を盛り上げるために止まることなく話し続けること」や「知ったかぶり」、「無理をして話を合わせている」と感じることが分かった。これらは“逸脱することの恐れや不安”と命名した。

さらに、回答者が自分以外の学生に対し、友人への配慮が空回りしてしまっていると感じた経験について尋ねた（Table 2）。その結果、「自分のことを話しすぎている」と感じることや「自分自身の評価を自ら下げるような話をする」、「悲観的な内容ばかり話す」などと友人へ感じることが分かった。具体的な回答内容として、「複数人で会話をしている際に、友人の会話を遮断し自分の話題にすり替える」といった行動がなされるといった内容であった。

友人の外見や性格について、素直な気持ちで褒めると、謙遜を超えた返答（例えば「私なんかより、○○さんのほうが××だから、私なんてたいしたことない」といった内容）を頻繁になされるといった経験をしたことが分かった。これらは“自嘲的アピール”と命名した。

3　大学入学中期以降の行動変化や学業や学内活動などに関する不満

（1）入学してから始めたことや変えたことを辞めたことやその理由

入学後、安定した友人関係を形成された段階もしくは、入学後ある程度経った段階（夏季休暇が終わった以降）で、回答者自身が止めたことについて尋ねた（Table 3）。その結果、入学前や入学直後に作成したSNSアカウントを削除したり、沢山の友人を作ることや将来のための友人づくりをすることをやめたりすることが示された。これらは“大学生活への膨らんだ期待”と命名した。また、友人と仲良くなるために自分を偽ったり、猫を被ったりすることを辞めようと考えることが分かった。これらは“自分らしさのごまかし”と命名した。

（2）学業や学内活動などに関する不満

学生生活において特に学業や学内活動などに関する不満について尋ねた（Table 3）。その結果、学業に関する内容では「グループワークなどの集団作業を自分ばかりやってしまう」ことが分かった。

学内活動については、学内活動に興味があったものの、活動が不定期であったり、活動に関する情報収集が億劫になってしまったりすることで、活動への所属に至らない場合があると分かった。また、学内活動で知り合った友人らと、友達となった実感があまりないと思うことも分かった。これらは“学業や学内活動に関する不満”と命名した。さらに、自らが興味を持つ活動があったのにも関わらず、別の活動に所属するという行動がなされることも示された。

考　察

本研究では、学生への面接調査を行い、大学新入生の友人関係の形成や維持がなされる際に行われる行動や考えの探索的検討を行った。

1　入学直前・直後の行動や振る舞い

入学直前・直後に大学専用のSNSを作成し、フォローし、事前にメッセージのやり取りが行われた。また、新しい洋服を購入したり、メイクや髪型などに意識を向けたりして、新たな大学の友人へ自分から積極的に話しか

Table 3　大学入学中期以降の行動変化や学業や学内活動などに関する不満

回答内容	小グループ
(41)　大学専用のSNSの削除	大学生活への膨らんだ期待
(42)　友達を沢山作ろうと思っていたこと	
(43)　将来のために友人を沢山作ること	
(44)　友達と仲良くなるために，自分を取り繕うこと	自分らしさのごまかし
(45)　猫を被ること	
(46)　グループワークで自分ばかりやってしまう	学業や学内活動に関する不満
(47)　学内活動の日数があまりない	
(48)　学内活動に関する情報収集が面倒で探すのをやめた	
(49)　友人になった実感がない	
(50)　興味のあった活動とは違う活動に所属した	

ける振る舞いがなされた。一方で、大学で友人を作ることに不安を**感じる**ことから、サークルや部活動といった学内活動への積極的な参加意欲を示していた。

「学内活動がもたらす交友関係の拡大期待」に分類された内容は、友人関係構築への不安感から、学内活動への所属意欲を抱くことを含んでいた。この大学内の新たな友人に同調する形で学内活動に所属する行動は、梅本（1996）による入学直後の共行動が不安の低減に繋がるという知見に対応した内容と考えられる。

また、入学直後の大学内の友人に対する「積極的ふるまい」は、従来の親密化研究における自己開示の知見や社会的スキル研究の知見と対応しており、新たな友人に対して積極的に働きかける行動であると解釈できる。

「SNS を用いた大学生活の準備」は、入学前に SNS でのコミュニケーションを通じ、新たな友人への働きかけが行われていることを意味している。近年では、入学後の不安の低減に対面接触以前に SNS での関わりなされていることは、本研究での新たな知見であると考えられる。

2　友人との関係を意識に行った行動やふるまい

大学入学後では、友人との関係を意識するがゆえに、相手のテンポに合わせたコミュニケーションをとることへの疲れを感じることがある。また、友人との関係が良好でありたいと思うために、相手の表情を読み取ったり、自分の行動を振り返ったりする行動がなされること示された。

大学入学後の「実際とは異なる振る舞い」、「交友関係拡大の希求」に分類される内容は、友人の顔色を伺った行動だと考えられる。また、「逸脱することの恐れや不安」に分類された内容は、友人との関係を円滑なものにしようと考えていたことから、友人への配慮行動や友人に対する緊張を含んでいると解釈される。このような行動は、過剰適応（石津・安保 ,2008）で言及されている、外的な期待に応えるという定義に類似する行動だと考えられる。石津・安保（2008）によれば、過剰適応の外的側面は、中学生の学校適応感とストレス反応正の関係が示されていた。この知見に基づけば、大学生においても、友人への配慮行動は学校適応やストレス反応に正の関係がある可能性が示唆されるが、これらの行動の長期的な適応については縦断的な検討を行う必要がある。

次に、大学入学後の友人とのコミュニケーション方法として「自嘲的アピール」がなされると示された。これは、自分を蔑むことで、友人との類似性を魅せたり、友人の方が有能だと示したりするコミュニケーション方法だと考えられる。谷口・清水（2015）は、自己高揚的自己呈示により友人関係満足度や自尊心を高めることが示されていた。この「自嘲的アピール」は自己卑下的自己呈示であると考えられ、谷口・清水（2015）を援用すれば、友人満足度や自らの自尊心を低下させる可能性がある行動と考えられる。

3　大学入学中期以降の行動変化や学業や学内活動などに関する不満

大学入学後、安定した友人関係が形成された時期には、入学直後に作成した SNS アカウントを削除したり、友人に対し自分を取り繕う行動をやめたりする行動がなされることが示された。これらの内容は、先行研究では触れられておらず、新たな友人との関係が安定に向かう段階では、自分を取り繕ったり、集団への同調や配慮したりすることが入学直後に比べ減少する可能性を示唆している。

4　まとめと今後の課題

本研究では、大学新入生の友人関係を形成するためになされる行動を探索的に検討した。入学の直前・直後には、これまでの研究でも指摘されてきた「積極的ふるまい」や「学内活動がもたらす交友関係の拡大期待」が行われていた。また、入学直後に友人関係構築のために意識した行動では、友人との関係をより良好なものにしようと意識するため、友人の表情を伺ったり、場の盛り上がりを見せるために無理をしたり、自己卑下的な呈示をしたりする行動が行われていていることが確認された。入学後の行動変化では、自分らしさをごまかしたり大学生活に不満を示したりする可能性が示唆された。

本研究の結果は以下の３点に整理される。第１に、大学生新入生の友人関係構築においては、入学前から SNS などを用いて対人印象に配慮したコミュニケーションがなされていた。第２に、大学入学直後には、相手の反応や友人関係構築に過敏になり、自己呈示的行動が多くなされていた。第３に、この第２の整理内容が、中期以降に SNS の削除などでコントロールされることもあるが、継続すると不適応につながる可能性がある。

本研究の制約として、本研究の結果は、探索的な面接に基づいて得られた質的な仮説であることが挙げられる。また、調査協力者も少数にとどまっている。そこで今後は、本研究で示された内容をもとに尺度化を行い、量的な検討を行うことが求められる。

引用文献

Atwater,E.（1992）. Adolescent（3rd ed）Prentice Hall.:New Jersey.

American Psychiatric Association（2000）. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders Forth Eddition Revised*：DSM-Ⅵ-TR. Washington, DC: Author.（アメリカ精神医学会　高橋 三郎・大野 裕・染矢 俊幸（訳）（2002）. DSM-Ⅵ-TR 精神疾患の分類

と診断の手引　医学書院）
Giacobello, J.（2000）. *The dangers of overachieving: A guide for relieving pressure and anxiety*. New York: The Rosen Publishing Group, Inc.
五十嵐 裕・吉田 俊和・鈴木 伸哉（2015）. 愛着スタイルとしての関係不安と過剰適応行動が恋愛関係における親和不満感情に及ぼす影響　対人社会心理学研究, *15*, 63-69.
石津 憲一郎（2006）. 過剰適応尺度作成の試み　日本カウンセリング学会　第39回大会発表論文集, 137.
石津 憲一郎・安保 英勇（2008）. 中学生の過剰適応傾向が学校適応感とストレス反応に与える影響　教育心理学研究, *56*, 23-31.
石田 靖彦（2003）. 友人関係の形成過程におけるシャイネスの影響：大学新入生の縦断的研究　対人社会心理学研究, *3*, 15-22.
石本 雄真・久川 真帆・齋藤 誠一・上長 然・則定 百合子・日潟 淳子・森口 竜平（2009）. 青年期女子の友人関係スタイルと心理的適応および学校適応との関連　発達心理学研究, *20*, 125-133.
伊藤 研一（1999）. 異常心理学　コントロール不全対コントロール過剰　心理臨床の海図（pp.84-86）　八千代出版
Jones, E. E., & Berglas, S.（1978）. Control of attributions about the self through self-handicapping strategies: The appeal of alcohol and the role of underachievement. *Personolity and Social Psychology Bulletin*, *4*, 200-206.
金子 一史（1999）. 被害妄想的心性と他者意識および自己意識との関連について性格心理学研究 *8*, 12-22.
金子 一史（2001）. 被害的観念および妄想に関する研究の概観 名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要 心理発達科学 *48*, 163-173.
笠原 嘉（1972）. 正視恐怖・体臭恐怖 医学書院
岡田 努（1993）. 現代の大学生における「内省および友人関係のあり方」と「対人恐怖的心性」との関係　発達心理学研究, *4*, 162-170.
Oleson,K.C., Poehlmann, K. M., Yost, J. H., Lynch, M. E., & Arkin, R. M.（2000）. Subjective overachievement: Individual Differences in self-doubt and concern with performance. *Journal of Personality*, *68*, 491-524.
清水 健司（2009）. 青年期における対人恐怖心性と自己関係づけの関連　人文科学論集　人間情報学編, *43*, 65-75.
谷口 淳一（2004）. PB064 大学新入生の友人関係と孤独感との関連（1）（ポスターB, 研究発表）. 日本教育心理学会総会発表論文集 第46回総会発表論文集. 一般社団法人 日本教育心理学会.
谷口 淳一（2007）. 大学新入生の大学適応感、及び孤独感の規定因―自己呈示動機と友人からの反映的自己評価からの検討―, 日本心理学会大会発表論文集 日本心理学会 第71回大会. 公益社団法人 日本心理学会.
谷口 淳一・清水 裕士（2017）. 大学新入生の自己高揚的自己呈示が友人関係の形成と自尊心に及ぼす影響―APIM を用いたペア縦断データの分析―　実験心理学研究, *56*, 175-186.
丹野 義彦・石垣 琢磨・杉浦 義典（2000）. 妄想的観念の主題を測定する尺度の作成　心理学研究, *71*, 379-386.
千石 保（1985）. 現代若者論：ポストモラトリアムへの模索　東京：弘文堂
梅本 伸章（1996）. 大学入学直後の友人関係と不安に関する研究 盛岡大学紀要, *15*, 183-189.
山田 和夫（1989）. 境界例の周辺：サブクリニカルな問題性格群　李刊精神療法, *15*, 350-360.
山田 和夫・安藤 恵美子・宮川 京子・奥田 良子（1987）. 問題のある未熟な学生の親子関係からの研究（第2報）：ふれ合い恐怖（会食恐怖）の本質と家族研究　安田生命社会事業団助成論文集, *23*, 206-215.
山田 有希子（2010）. 青年期における過剰適応と見捨てられ抑うつとの関連　九州大学心理学研究, *11*, 165-175.

注

1）妄想的観念とは、統合失調症などの精神病理の判断指標とされ、DSM-Ⅵ-TR（APA,2000）により“外的現実に対する間違った推論に基づく誤った確信であり、その矛盾を他の殆どの人が確信しており、矛盾に対して反論の余地のない明らかな証明や証拠があるにもかかわらず、頑固に維持されるもの”と定義されている。近年では、一般健常者も経験される軽度の妄想的観念の研究もなされている。例えば、金子（1999）は、自己関係づけを「自己とは無関係かもしれない出来事を被害的に自己と関係づける傾向」と定義し、自己関係づけ尺度を作成している（金子, 2000）。このほかにも、丹野・石垣・杉浦（2000）による妄想的観念尺度など、一般青年への測定可能な妄想的観念に関する尺度が存在している。

要　約

本研究では、大学新入生の友人関係の形成や維持がなされる際に行われる行動に注目し、個人の行動や考えを探索的に検討することを目的とし、大学１年生（N=6）に対して半構造化面接を行った。入学直前・直後の行動や友人との関係を意識し行った行動や振る舞い、大学入学後の行動変化や学業・学内活動に関する不満について質問した。回答から、従来の親密化研究における自己開示や社会的スキル研究の知見と対応するような、友人への積極的働きかけや振る舞いが行われることが分かった。大学入学後には、友人との関係をより良いものにしようと意識するために、友人の表情を伺ったり、場の盛り上がりを見せるために無理をしたりするといった行動が行われることが分かった。これまでの先行研究とは対応づかないものとして、入学前の対面接触以前にSNSを通して新たな友人への働きかけが行われていることが明らかになった。大学入学後には、友人に対し自らを蔑むような内容を話題にすることで、友人との類似性を魅せるような行動がなされることが分かった。今後は、本研究の結果をもとに尺度化を行い、量的な検討を行うことが求められる。

キーワード：大学新入生、友人関係、学校適応、半構造化面接