

コロナ（COVID-19）禍での大学生の友人関係における山アラシ・ジレンマの質的検討

修士課程1年 古屋万帆 修士課程1年 安井歩美
博士課程1年 鳥羽翔太 修士課程1年 神谷宏
修士課程1年 谷小雪 博士課程1年 中山莉子
教授 高橋美保

問題と目的

青年期の対人関係と山アラシ・ジレンマ

かねてより、相手との心理的距離のとり方や親密さをめぐる葛藤は、現代青年の対人関係における重要なテーマであるとされてきた（藤井，2001）。青年期の日本人大学生世代に特徴的な対人恐怖の類型として、自他ともに関心が低い「ふれあい恐怖の心性」が報告されており（岡田，1993）、岡田（2002）は、ふれあい恐怖を持つ青年は親密な関わりそのものを避ける傾向があると指摘している。

その背景要因の一つとして、現代青年がお互いに傷つけあうことへの回避があると考えられる。友人からの評価は現代青年にとって大きな意味を持つ一方で、それゆえその評価によって自分を傷つけないように、友人とは距離を持った関わり方をする（岡田，2012）。淨沼・伊藤（2020）は、青年期における傷つけあい回避傾向と信頼感の関連に関する研究を行い、対象者の半数以上が友人との心理的距離を確保することで、傷つけられることを避ける傾向があるという結果が得られている。

もう一つの要因として、現代青年の自立性への希求が挙げられる。西浦・大坊（2010）は、現代大学生が友人に感じる魅力から「自立性」という因子を見出し、常に密着した依存性の高い友人関係が望まれるわけではないことを示唆している。このように、現代青年は、友人との関わり方において、相手との適切な心理的距離に悩まされる様相が窺われる。

本研究では、このような青年期における他者との心理的距離をめぐる問題について検討するため、「山アラシ・ジレンマ（porcupine dilemma）」の概念に着目した。山アラシ・ジレンマとは、対人関係、とくに二者関係における「近づきたい—離れたい」というジレンマを指し、他者との適度な心理的距離をめぐる葛藤を表す（Bellak，

1970 小此木訳 1974）。藤井（2001）は、大学生を対象としたインタビュー調査により、現代青年の友人関係に特有の山アラシ・ジレンマとして、相手との深い関わりをもつなかで生じる「近づきたい—離れたい」という極端なジレンマではなく、「近づきたい—近づきすぎたくない」、「離れたい—離れすぎたくない」といった、より適度さに敏感なジレンマが見出されたことを報告している。藤井（2001）によれば、ある程度の関わりが成立してはいるが、相手との関係を重要だとは思えなかったり、相手との心理的距離が遠いと感じたりする友人関係において、最も心理的距離のとり方が不安定になり、山アラシ・ジレンマが生じやすいという。そして、相手との心理的距離を遠く感じる（A）→自分に対する被害を回避しようとするジレンマが生じる→不安定な混乱状態を反映した心理的対処反応を起こす→相手との心理的距離をますます遠く感じる（A'）という悪循環を明らかにしている（藤井，2001）。しかしながら、現代青年の多くが抱くこうしたジレンマやそれに伴う対人適応の問題について、有効な支援方法は提唱されていないのが現状である。

コロナ禍とその心理的影響

2020年1月頃に本格的に発生した新型コロナウイルス感染症（以下COVID-19）のパンデミック（以下、コロナ禍）はわが国でも依然として猛威を振るっており、感染拡大対策が喫緊の課題となっている。その影響を強く受けたものの一つが大学であり、現在も多くの大学がキャンパスでの活動を制限し、授業形態も従来の対面講義に代わり、オンライン講義を採用している（中山他，2021）。そうした学生生活の変化が大学生に与える心理的影響も指摘されており、実際、学生を対象とした実態調査では、コロナ禍に対する心理的反応として、孤独感や不安、抑うつなどのネガティブな感情体験が報告され

ている (NHK, 2020)。

また、対人関係に着目した研究では、コロナ禍を対人適応に関連した脅威とみる向きもある。例えば、中尾 (2021) は、大学生において、コロナ禍では他者からの分離不安が3ヵ月後の精神的健康に対して負の影響をもち、孤独感が3ヵ月後の対人回避傾向に対して正の影響をもつことを示した。これらの報告と分離不安や対人回避傾向が心理的距離の感じやすさにつながること (丹羽, 2016; Yukawa, 2007) を考え合わせると、コロナ禍においては、孤独感や抑うつといったネガティブな感情が喚起されるに伴って、分離不安や対人回避といった対人適応の問題が誘発され、他者との間に心理的距離が感じられやすいことが想定される。加えて、山アラシ・ジレンマは心理的距離を感じる相手に対してとくに生じやすいことから (藤井, 2001)、他者との間に心理的距離を感じやすいコロナ禍においては、青年の多くが山アラシ・ジレンマを体験していると考えられる。一方で、上述のようにキャンパスでの活動が制限され、以前とは学生生活が大きく変化したコロナ禍にあつては、青年の山アラシ・ジレンマの性質自体、藤井 (2001) が指摘したような従来のジレンマとは異なっている可能性がある。しかしながら、コロナ禍に特有の青年の山アラシ・ジレンマについて実証的に明らかにした研究はみられない。

加えて、孤独感や対人適応の問題が生じやすいコロナ禍では、対人関係に焦点を当てた心理社会的支援の確立が切実な課題であるといえる。実際、対人関係に焦点を当てた支援の有効性が主張されており (Rajkumar, 2020)、アタッチメント理論の観点などから具体的な方法も検討されるようになってきているが (Levy, et al., 2021等)、実証的な知見は十分とはいえ、模索段階にあるのが現状である。

本研究の目的

以上を受け、本研究では、かねてよりその存在が指摘されてきた大学生の山アラシ・ジレンマが、コロナ禍という特異な状況においてどのような性質を有するのかを検討することにした。それにあたって、藤井 (2001) に倣い、青年期の中心的な人間関係であつて、かつ心理的距離の適度さに対して最も敏感になりやすい同性の友人関係に絞り、検討した。一方、以前とは学生生活が大きく異なるコロナ禍にあつては、山アラシ・ジレンマの性質も従来とは異なることを想定し、コロナ禍における青年の山アラシ・ジレンマを、藤井 (2001) の見出した「近づきたい—近づきたくない」「離れたい—離れすぎたくない」といった適度さに重きを置いたジレンマではなく、

Bellak (1970 小此木訳 1974) の「近づきたい—離れたい」という本来の山アラシ・ジレンマに立ち返って探索的に検討することにした。研究方法としては、先行研究の乏しいテーマであることから、探索的なモデル構築に相応しい質的研究法を採用した。

方法

調査協力者

2021年10月下旬から11月上旬、都内の大学に通う学部生4名を機縁法により募集し、協力を依頼した。各調査協力者の属性はTable 1の通りである。なお、X大学においては、COVID-19の感染対策として、2020年度の前期は原則として講義がオンライン化され、2020年度の後期から2022年度1月現在まで、少数の授業を除き、オンライン講義を継続している状況であつた。また、Y大学においても同様で、1セメスターに一つ対面授業が実施される程度であつた。

Table 1. 各調査協力者の属性

ID	性別	大学	学年	年齢
A	女性	X大学	学部3年	20
B	女性	X大学	学部3年	22
C	男性	X大学	学部3年	21
D	女性	Y大学	学部2年	20

データ収集

インタビュー調査は、2021年10月下旬から11月上旬にZoomアプリケーションを用いて実施された。実施にあたっては、目的、研究協力の任意性と撤回の自由、個人情報保護、研究参加者にもたらされる利益及び不利益等について説明した後、同意を得た。その後、Table 2のインタビューガイドを参考に半構造化インタビューを実施した。インタビューの内容は、対象者に同意を得て録音し、インタビュー終了後に逐語録に書き起こされた。

データ分析

木下 (2007) による、修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチ (以下M-GTA) を参考にしながら実施した。M-GTAは、人間同士の社会的相互作用を重視し、研究対象がプロセス的な特性を帯びている場合に適用するとされる (木下, 2007)。本研究で扱うコロナ禍における「山アラシ・ジレンマ」という概念には人間同士、ひいては人間とコロナ社会との相互作用で築かれていくという社会構築的かつプロセス的な側面があるため、

Table 2. インタビューガイドの概要

友人との交流について（授業，サークル活動，プライベートにおける交流の頻度や使用ツールなど）
友人との交流に対し，コロナ禍が及ぼす影響について
「コロナ禍の大学生活で，同性の友人に対して『近づきたい一方で離れたい』と感じることがある」と思った体験について
（対面・オンライン・SNS上で「近づきたい」「離れたい」と感じた具体的な状況，どのような点でコロナ禍ならではのだと感じるか，それに対する考え）
友人との距離感に関する問題を解決しようとして実施した工夫（工夫の内容，結果，葛藤の変化）
まとめ

M-GTAが適切であると考えられた。本研究では，分析対象者を「コロナ禍で大学生活を送っている大学生」，分析テーマを「コロナ禍での大学生の友人関係において距離感に難しさを感じるプロセス」とした。

結果と考察

結果

分析の結果，生成されたカテゴリ・概念は以下のとおりであった（Table 3）。カテゴリ・サブカテゴリの相互の関連性は，モデル図としてFigure 1に示した。モデル図の表記は，図中の凡例に示したとおりである。なお，文中の隅付き括弧【】はカテゴリを，二重山括弧《》は概念を表している。

ストーリーライン コロナ禍での大学生の友人関係の距離感に難しさを感じるプロセスは以下の通りである。まず，【コロナによる社会変化の影響】によって，親密度の低い友人とは，友人関係構築のプロセスの一部が消失する【友人関係構築プロセスの途切れ】が生じる。一方で，親密度の高い友人とは，コロナ禍は《一過性の騒動であるという信念》によって【親密度の高い友人との新規代替手段による交流】が生じ，《親密度の高い友人関係は安定》する。また，その信念によって，友人関係かどうかを考える時の基準が対面を前提としたものになる《対面交流を前提とした友人定義の維持》が行われ，部活やサークルの《決められた定期的接触機会》によっても《親密度の高い友人関係は安定》する。

しかし，《代替手段による定期的交流機会の維持》を

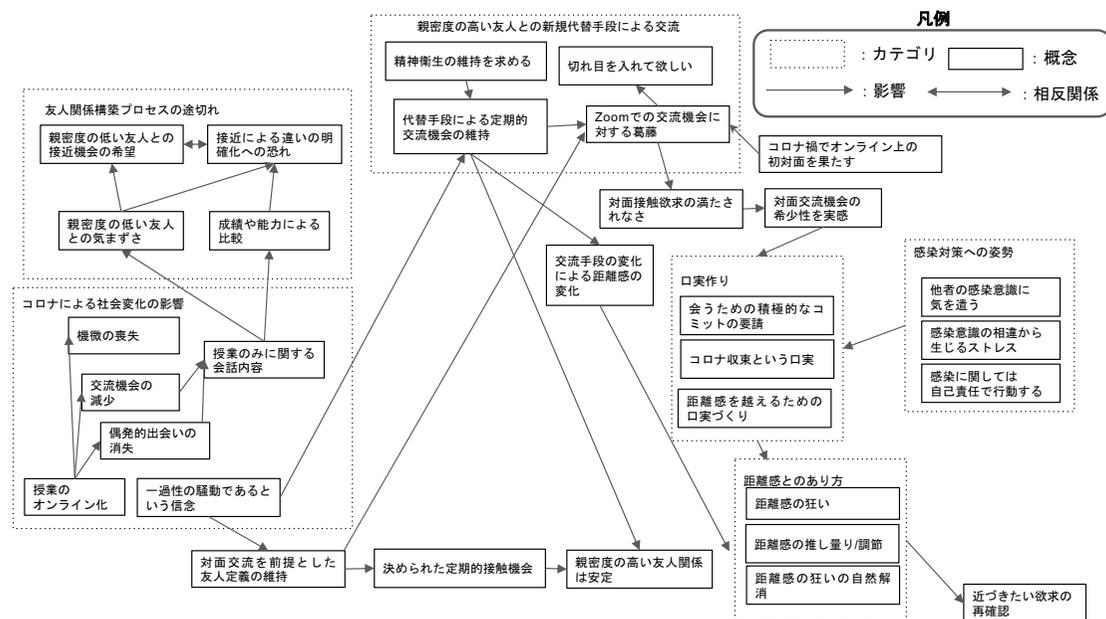


Figure 1. コロナ禍で大学生が友人関係において距離感に難しさを感じるプロセスのモデル図

Table 3. カテゴリによる分類と概念の定義

カテゴリー	概念名	定義
コロナによる社会変化の影響	授業のみに関する会話内容	学科の友人と行うやりとりは授業の話題のみとなる。
	偶発的な出会いの消失	コロナ禍では意図しなければ友人に会うことはできず偶発的な出会いがなくなっている。
	授業のオンライン化	元々対面で、同期や先輩と出会う機会になっていた授業が学校側の感染対策のためオンライン形式になる。
	交流機会の減少	これまで交流があった人や本来なら関係を築いていったであろう人との接触が減少することと親密な関係を築くのが難しいと感じること。
友人関係構築プロセスの途切れ	機微の喪失	コロナ禍においては相手の表情などの機微情報が失われてしまう。
	一過性の騒動であるという信念	コロナ禍の状況は一過性的なものだと信じること。
	親密度の低い友人との接近機会の希望	これまであまり親しくしていなかった友人に対して近づきたいと思う。
	親密度の低い友人との気まずさ	しばらく会えていない友人に対し、今更会い始めたところで持続的で親密な関係になるかどうか不安に思ったり、既に親密な相手に対してよりも気を遣う。
親密度の高い友人との新規代替手段による交流	成績や能力による比較	微妙な距離感にいる知人を測るときに一番最初に用いる物差しが成績（能力）になってしまう。
	接近による違いの明確化への恐れ	近づくことで自分の至らなさを実感してしまうことを恐れる。
	切れ目を入れてほしい	オンラインにおける交流は終わりのタイミングがわかりづらいため離れたいという気持ちが強くなる。
	代替手段による定期的交流機会の維持	コロナ禍の期間でも親しい友人とであればオンラインの形式に変えるなどして定期的な交流機会を設けている。
口実作り	Zoomでの交流機会に対する葛藤	コロナ禍で主流となったツールZoomでは一対一ではなく集団で交流する機会が多い。その集団内部においては親しい個人同士のコミュニケーションのみを展開することは難しく、親しくない人ともコミュニケーションの場を共有せざるを得なくなったことで生じる葛藤。
	精神衛生の維持を求める	コロナ禍で人との交流の機会が減少し、気分が落ち込むときがあり、その対策として友人と会う機会を確保する。
	距離感を越えるための口実づくり	コロナ禍で会えない期間が長引いて距離感が遠くなり、会うための口実がなければ会いづらくなっている。
	コロナ収束という口実	コロナ禍の情勢が落ち着いている期間であれば、対面での交流をすることが可能であることを認識して、自分が会いやすい人物に対して声をかけることができる。
感染対策への姿勢	会うための積極的なコミットの要請	誰かと会うために自ら積極的に約束を決める行程を踏むことが必要になること。
	感染に関しては自己責任で行動する	感染対策が個人の手に委ねられているため自分で距離感を考えなければならない。
	感染意識の相違から生じるストレス	対面で会うことができる機会とコロナリスクとの葛藤がストレスを生じさせる。
距離感のあり方	他者の感染意識に気を遣う	対面での交流に相手を誘う前に相手の感染意識を気にしてしまうこと。
	距離感の推し量り/調節	対面でのやり取りでは得られていた非言語的情報が減少したり、一度に複数の人が会話する余地が失われたりして会話が難しくなり、距離感を押しはかる必要が増えている。
	距離感の狂い	オンラインから対面というコミュニケーションの形態の変化や、しばらく会えていない期間を挟んでいることにより、いざ対面になると『何らかの理由』で緊張感を覚える。
	距離感の狂いの自然解消	一時的に発生した距離感の狂いは、しばらくやりとりを続けると以前の感覚を思い出すことで解消されていく。
	対面交流機会の希少性を実感	コロナ禍によって友人と会う機会が限られたため、それまでは当たり前と思っていた友人との交流の楽しさを意識し、一回一回を大事に思う。
	親密度の高い友人関係は安定	親密な友人であれば離れたとは思わない。
	対面交流を前提とした友人定義の維持	友人関係かどうかを考えるときの基準は対面交流が前提とした定義になる。
	決められた定期的接触機会	部活動やサークルなどの関係では対面での定期的な交流をすることができており、人間関係が構築されている。
	交流手段の変化による距離感の変化	オンライン（Zoom）と対面ではコミュニケーションの取り方が微妙に変化しており、両者を行き来すると混乱してしまう。
	コロナ禍でオンライン上の初対面を果たす	コロナ中にオンラインでの交流機会が設けられ、オンライン上で初対面を果たす体験をするが、友人関係の構築には難しさを覚える。
対面接触欲求の満たされなさ	コロナ禍で接触機会が減少したことで関係性が希薄になった友人との関係をもう一度盛り返したいと思っているが、コロナ禍が続くためにやはり会うことができず、その欲求が満たされない。	
近づきたい欲求の再確認	コロナ禍で親密な友人と会えない期間が長引くにつれて、コロナ禍で近づくことで生じる大変さも十分体験・承知した上で、コロナ収束を希望的に感じ、親密な友人と離れたいたいと思いつつも、友人と近づきたい欲求を認識するようになる。	

行う時、《対面交流を前提とした友人定義の維持》を行っているがために、親密な友人と対面交流で行うような一対一とは異なる集団での《Zoomでの交流機会に対する葛藤》が生じる。そして、親密な友人に対しては、オンライン上の交流に対する《対面接触欲求の満たされなさ》を感じ、《対面交流機会の希少性を実感》する。そこで、感染対策に対する自身や他者の姿勢への多様な意識や感情である【感染対策への姿勢】を抱き、友人との対面交流に対して感染対策面から接近すべきか回避すべきかの葛藤を持ちながら、対面での交流機会を得るために【口実作り】を行う。

一方、《交流手段の変化による距離感の変化》という友人との距離感に対する混乱が生じており、その中で、友人と交流する際の距離感に対する自らの感覚である【距離感とのあり方】を多様に体験し、オンライン交流と対面交流における友人との距離感の違いや、普段の対面交流と久しぶりの対面交流における友人との距離感の違いを認識する。そして、コロナ禍で親密な友人と会えない期間が長引くにつれて、コロナ禍で近づくことで生じる大変さも十分に体験・承知し、親密な友人と離れたいたい思いながらも、コロナ収束を期待し《近づきたい欲求の再確認》を行うようになる。

結果の詳述 1.【コロナによる社会変化の影響】によって、親密度の低い友人とは、友人関係構築のプロセスの一部が消失する【友人関係構築プロセスの途切れ】に至るプロセス 【コロナによる社会変化の影響】は、大学に《授業のオンライン化》をもたらす。それによって、《偶発的出会いの消失》や、本来であれば関係を築いていたはずの人や交流のあった人との接触が減少したり、親密な関係の構築を困難に感じたりする《交流機会の減少》、そして、対面交流では存在していた相手の表情などの《機微の喪失》が生じる。さらに、《偶発的出会いの消失》や《交流機会の減少》は、《授業のみに関する会話内容》という学科の友人や授業が被っているに過ぎない親密度の低い友人との関わり方への影響をもたらす。これによって、親密度の低い友人とは友人関係構築のプロセスの一部が消失する【友人関係構築プロセスの途切れ】に至る。つまり、《授業のみに関する会話内容》によって、《親密度の低い友人との気まずさ》や、相手との距離感を推し量るために《成績や能力による比較》を行うといったことが生じる。その中で、《親密度の低い友人との気まずさ》は、さらに親密になりたいという《親密度の低い友人との接近機会の希望》をもたらすが、一方で、相反する感情として近づくことで自身の至らな

さを実感してしまうことへの恐れである《接近による違いの明確化への恐れ》を抱く。また、《成績や能力による比較》は、その恐れを助長する方向に働く。

2.《一過性の騒動であるという信念》から【親密度の高い友人との新規代替手段による交流】を行い《近づきたい欲求の再確認》に至るプロセス コロナ禍の状況が一過性のものであると信じる《一過性の騒動であるという信念》から【親密度の高い友人との新規代替手段による交流】を行う。そこでは、《精神衛生の維持を求める》ことによって、親密な友人との交流の手段としてオンラインの形式に変更するなどの《代替手段による定期的交流機会の維持》を行う。しかし、友人関係かどうかを考える時の基準が対面を前提としたものとする《対面交流を前提とした友人定義の維持》から、対面の1対1とは異なる集団での同時の交流を前提とし、対面時のように親密な人と個々で話すことが機能上困難な《Zoomでの交流機会に対する葛藤》を抱く。また、オンラインの交流形式では親密な友人と交流機会を得るためには集団での同時の交流をせざるを得ないために、親密な友人の親密な友人という自分とは親密度の低い人と《コロナ禍でオンライン上の初対面を果たす》ことが生じるともあり、それによって《Zoomでの交流機会に対する葛藤》を抱く。そして、これらの葛藤から《切れ目を入れてほしい》というその場から離れたい気持ちが生じる。親密な友人とは、対面とは異なるオンライン上の交流に対して《対面接触欲求の満たされなさ》を感じ、《対面交流機会の希少性を実感》する。

しかし、対面で会うにあたり、《感染に関しては自己責任で行動する》という状況や、自身と他者の《感染意識の相違から生じるストレス》《他者の感染意識に気を遣う》ことが生じる感染対策に対する自身や他者の姿勢への多様な意識や感情である【感染対策への姿勢】が影響する。これによって、コロナ禍の大学生は、友人との対面交流に対して感染対策面から接近すべきか回避すべきかの葛藤を持ちながら、対面での交流機会を得るために【口実作り】を行う。【口実作り】には、コロナの長期化により広がっている《距離感を越えるための口実づくり》をしたり、コロナの情勢が落ち着いている期間を対面での交流可能な時期と位置付けて会う理由とする《コロナ収束という口実》を使ったり、そもそも会うために自分自身から積極的に約束を決める行程を踏む《会うための積極的なコミットの要請》が行われる。一方、《交流手段の変化による距離感の変化》という友人との距離感に対する混乱が生じる中で、友人と交流する際の距離感に対する自らの感覚や姿勢である【距離感のあり方】を多様

に体験する。それには、対面でのやり取りでは得られていた非言語情報や、複数人が一度に会話を行うといったコミュニケーション形式の喪失から距離感を押し量る必要性が生じることで行われる《距離感の押し量り／調節》や、対面で会う際に緊張感を抱く《距離感の狂い》がある。しかし、《距離感の狂い》は、一時的であり、しばらく対面でのやり取りを続けることで《距離感の狂いの自然解消》が生じる。そして、コロナ禍で親密な友人と会えない期間が長引くにつれて、コロナ禍で近づくことで生じる大変さも十分体験・承知した上で、コロナ収束を希望的に感じ、親密な友人と離れたいたい思いながらも《近づきたい欲求の再確認》を行うようになる。

3. 《一過性の騒動であるという信念》から《親密度の高い友人関係は安定》に至るプロセス コロナ禍の状況が一過性のものであると信じる《一過性の騒動であるという信念》により、友人関係がどうかを考える時の基準が対面を前提としたものになる《対面交流を前提とした友人定義の維持》につながる。そして、部活やサークルの定期的な交流機会である《決められた定期的な接触機会》によって《親密度の高い友人関係は安定》する。また、親しい友人とはオンラインの形式に変更するなどの《代替手段による定期的な交流機会の維持》することによって、《親密度の高い友人関係は安定》する。

総合考察

本研究では、コロナ禍での大学生の友人関係における山アラシ・ジレンマの性質を明らかにするという目的のもと、M-GTAを援用し、質的な検討を行った。

山アラシ・ジレンマ

本研究では、友人との親密度の高低によって異なる距離感の難しさが見られ、接近及び回避の欲求が葛藤する様子が示された。Bellak (1970 小此木訳 1974) による、人間関係における適切な距離の取り方に関する「近づきたいー離れたたい」葛藤という山アラシ・ジレンマの定義と照らし合わせると、本研究の結果から、コロナ禍での大学生の対人交流においても山アラシ・ジレンマが存在することが示唆された。

コロナ禍における山アラシ・ジレンマ

本研究では、コロナ禍においては、葛藤を抱く対象や場面等の違いにより異なる特徴を持つ複数の山アラシ・ジレンマが生じることが示唆されたが、表面化しやすい山アラシ・ジレンマは、COVID-19の市中感染状況の変

化を示す「波」の状況に応じて変化する可能性が考えられ、詳細をFigure 2に示した。

最初期 COVID-19が流行し始め、大学の授業オンライン化が始まる頃を指す。このフェーズにおいては、特に親密度の低い友人に対する山アラシ・ジレンマが表面化すると考えられる。授業をきっかけに親密度の低い友人とさらに親密になりたいと思い、接近欲求が現れる。一方で、オンライン授業では成績等の分かりやすい指標で他者と自分を比較する傾向にあり、自らの至らなさを実感してしまう恐れがあり、回避欲求も生じる。

なお、このフェーズにおいて、親密度の高い友人に対しても山アラシ・ジレンマが生じる可能性を否定することは出来ない。しかし、最初期は日本における新学期に重なっており、オンライン授業でしか交流しないような親密度の低い友人が新しく増える時期であるため、このフェーズでは親密度の高い友人に対する山アラシ・ジレンマよりも親密度の低い友人に対する山アラシ・ジレンマの方が表面化しやすいのではないかと推測する。

増加期 COVID-19の流行が拡大し始める頃を指す。このフェーズにおいては、親密度の高い友人に対する山アラシ・ジレンマが表面化すると考えられる。特に初期はCOVID-19の流行が一過性のものであると考えられており、人々はオンライン交流の実施等で接近欲求を満たしている。一方で、対面とは異なるオンライン交流のあり方に対する不満もあり、回避欲求も生じる。

減少期 COVID-19の流行が落ち着き始め、対面交流を再開するかどうか人々が検討し始める頃を指す。このフェーズにおいては、親密度の高い友人に対する山アラシ・ジレンマが表面化すると考えられる。増加期で対面交流の希少性を実感するため、感染状況が落ち着き始める減少期には対面での接近欲求が高まるものの、同時に対面交流に伴う様々なリスク等を鑑みた結果としての後ろ向きな気持ちも見られ、回避欲求も生じる。

安定期 COVID-19の流行が一時的に収束し安定しており、対面交流が積極的になされるようになる頃を指す。このフェーズにおいては、親密度の高い友人に対する山アラシ・ジレンマが表面化すると考えられる。久しぶりの対面交流で緊張感を抱くため、回避欲求が見られるが、次第に以前の距離感を取り戻し、接近欲求も生じる。

再発期 COVID-19の流行が再拡大し始め、対面交流を自粛するべきかどうか人々が検討し始める頃を指す。このフェーズにおいては、親密度の高い友人に対する山アラシ・ジレンマが表面化すると考えられる。安定期で対面交流を行う中で、対面交流の良さを実感し接近欲求を抱くものの、減少期と同様、対面交流に伴う様々な

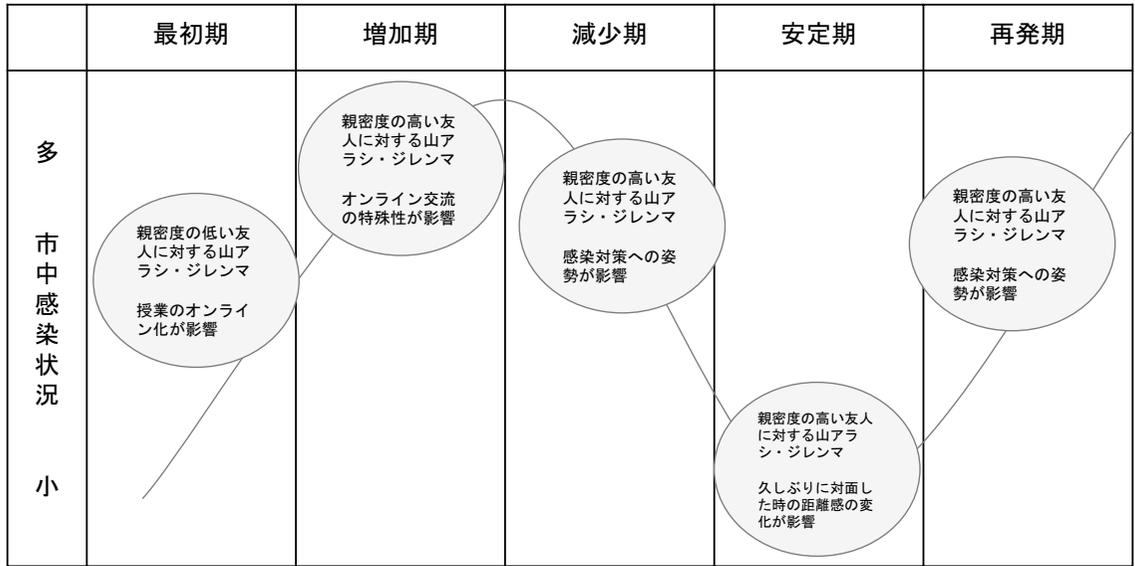


Figure 2. 「波」に応じた山アラシ・ジレンマの変化

スクを鑑みた結果、回避欲求も生じる。

以降、増加期→減少期→安定期→再発期→…という「波」の周期性に応じて、山アラシ・ジレンマも同様の变化の流れを繰り返していくと推測される。

山アラシ・ジレンマの発生に影響を与えた事象

授業のオンライン化 本研究の結果から、授業のオンライン化は、特に親密度の低い友人に対する山アラシ・ジレンマの発生を促進する要因となりうることを示唆された。中山他（2021）は、コロナ禍で講義が否応なしにオンライン化したことで、講義前後の雑談は量的・質的に変化し、それにより行動面や心理面に影響が現れたことを指摘している。本研究においても、《授業のオンライン化》によって《交流機会の減少》が生じ《授業のみに関する会話内容》となっている現状が認められ、先行研究に沿う結果が得られたと言える。

オンライン交流の特殊性 オンライン授業の普及に伴い、オンライン会議システムは次第にゼミやサークルなどより私的な交流場面でも活用されるようになった。しかし、オンライン交流においては、対面でのコミュニケーションとは異なる距離感の難しさがあると考えられる。実際、通常の対面での出会いにおいては人々は相手に対する警戒感を徐々に解き、距離を少しずつ縮めて親密な関係に入っていくが、オンライン上での交流場面においてはそうした段階を踏むことが難しい上に、どんな相手であっても親しさとは無関係に同じ距離感で対峙す

る必要がある（秋本，2020）。距離の調節が難しいというオンライン交流の特殊性が山アラシ・ジレンマの発生に大きな影響を与えると考えられる。

さらに、オンライン交流が増えたコロナ禍においては、パブリックとプライベートの境界が曖昧になっている可能性が示唆される。コロナ禍以前は、SNS等のオンライン交流手段は主にプライベート場面で用いられていた（松田，2021；青山・高橋，2015；ICT総研，2020）。しかし、コロナ禍の現在においては、オンライン会議システム等のオンライン交流手段が授業等のパブリック場面で用いられることが増えている（中山他，2021）。パブリックとプライベートの境界の曖昧さは、大学生の対人交流のあり方に混乱をきたしていると考えられる。

感染対策への姿勢 榎原・大藪（2020）は、日本人の感染予防行動が性別や協調性、自己や他者の感染リスクに起因することを明らかにしており、感染対策への姿勢は個人差が非常に大きいことが示唆されている。つまり、大学生が友人との間で感染対策への姿勢に違いを感じることは稀ではないと推測される。

また、当該の社会環境において、個人が自らの選好に応じて新たな対人関係を形成し、既存の関係を解消出来る自由度を指す関係流動性という社会学的概念があり、日本は関係流動性が非常に低いことが明らかになっている。鬼頭・前田（2021）は、低関係流動性社会では、自身や家族が感染することでコミュニティ内に不和を引き起こすことを恐れ、不安に感じることは、自然な反応で

あると指摘している。感染対策への姿勢が山アラシ・ジレンマの背景に存在することは、日本社会の特徴に起因する部分があると示唆される。

久しぶりの対面交流の際に生じる距離感の変化
Wiese et al. (2011) は、特定個人との交流機会の頻度はその人との距離の近さに影響し、例えば、交流機会の頻度が高いほど距離を近く感じることを指摘している。心理的距離を遠いと感じる対人関係において最も山アラシ・ジレンマが生じやすいという藤井 (2001) の知見をふまえると、COVID-19の流行により友人との交流機会が減った結果として、大学生は久しぶりにあった友人との距離を速く感じるようになっていた可能性があり、山アラシ・ジレンマの発生に寄与したと考えられる。

なお、特定個人と頻繁に会うことで、その人に対して抱く安心感が低下する可能性があるとして示唆する先行研究もある (西浦・大坊, 2010)。しかし、この研究で得られた結果としての安心感と会う回数との相関関係は弱いものであった。また、結果はあくまでも相関関係であり、因果関係が存在するかどうかについては、さらなる検討が必要であると言える。

本研究の意義と今後の課題

本研究の意義 本研究は、知見の蓄積が少ない山アラシ・ジレンマについて検討を行った点で意義があったと考えられる。また、コロナの「波」が対人交流のあり方に与える影響に関する研究が寡少な中、山アラシ・ジレンマという側面に限ってはあながち、示唆をもたらすことが出来たと言える。

今後の課題 本研究では、Bellak (1970 小此木訳 1974) による、人間関係における適切な距離の取り方に関する「近づきたいー離れたい」葛藤という山アラシ・ジレンマの定義を採用し、検討した。しかし、藤井 (2001) が再定義した「近づきたいけど近づきすぎたくない」「離れたいけど離れすぎたくない」といった距離感の程度に関する葛藤を含む山アラシ・ジレンマに関する検討は出来ていない。

また、山アラシ・ジレンマの質も「波」の状況により左右されることが示唆されるため、時点を変えてさらにインタビューデータを集め、詳細に検討する必要があると言える。

加えて、藤井 (2001) は、相手との心理的距離が遠いと感じる友人関係において最も心理的距離のとり方が不安定になり山アラシ・ジレンマが生じやすいことを示しているが、本研究はコロナ禍の山アラシ・ジレンマの質的な検討にとどまっていたため、どのような場合に最も

山アラシ・ジレンマが生じやすいのか等の量的な検討は出来ていない。定義に関する前述の議論も含め、山アラシ・ジレンマに関する知見の蓄積は、今でも決して十分であるとは言えないため、ボトムアップに理論を構築すべく引き続き質的研究を行う必要があるものの、将来的には量的研究によって検討する意義も高いと言える。

2022年2月現在、COVID-19の世界的な流行は継続しており、収束の気配はない。大学のオンライン化が進み、学生の心理的問題への対策の必要性が叫ばれる中で、オンライン交流の場を設ける等の取り組みは行われている。しかし、本研究で示唆されたように、大学生が友人との距離感に難しさを感じるプロセスは非常に複雑であり、現状の取り組みでは学生のニーズに十分に答えることが出来ていない可能性がある。山アラシ・ジレンマも含め、コロナ禍での大学生の対人交流に関するさらなる研究の実施と、それをふまえた効果的な介入の必要性が高い。

引用文献

- 秋本倫子 (2021). デジタル時代の出会いにおける「距離」と「身体性」——対人相互作用研究「から」そして「へ」の示唆—— 東洋英和女学院大学人文・社会科学論集, 38, 39-53.
- 青山郁子・高橋舞 (2015). 大学生におけるインターネット依存傾向、攻撃性、仮想的有能感の関連 日本教育工学会論文誌, 39 (Suppl), 113-116.
- Bellak, L. (1970). *The Porcupine Dilemma: Reflections on the human condition*. New York: Citadial Press. (ベラック, L. 小此木啓吾 (訳) (1974). 山アラシのジレンマ ダイアモンド社)
- 藤井恭子 (2001). 青年期の友人関係における山アラシ・ジレンマの分析 教育心理学研究, 49, 146-155.
- ICT総研 (2020). 2020年度SNS利用動向に関する調査 ICT総研 Retrieved from <https://ictr.co.jp/report/20200729.html/> (2022年2月16日)
- 木下康仁 (2007). 修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチ (M-GTA)の分析技法 富山大学学会誌, 6(2), 1-10.
- 浄沼和浩・伊藤大輔 (2020) 青年期における傷つけあい回避傾向と信頼感の関連 発達心理臨床研究, 26, 39-46.
- 鬼頭美江・前田友吾 (2021). COVID-19の感染拡大および終息に与える関係流動性の影響——社会生態学的視点からの考察—— 心理学研究, 92(5), 473-481.
- Levy, S., Mason, S., Russon, J., & Diamond, G.

- (2021). Attachment - based family therapy in the age of telehealth and covid-19. *Journal of Marital and Family Therapy*, 47, 440-454.
- 松田美佐 (2021). 若年層におけるスマートフォン・SNS利用 中央大学文学部紀要社会学・社会情報学, 31, 107-117.
- 中山莉子・加藤明日香・和智遥香・野村佳申・隅田玲・高橋美保 (2021). コロナ (COVID-19) 禍による大学講義のオンライン化にともない, 学生間の雑談様式はどのように変化したか——講義前後のやりとりに着目して—— 東京大学大学院教育学研究科臨床心理学コース紀要, 44.
- 中尾達馬 (2021). コロナ禍での大学生におけるアタッチメントと孤独感や精神的健康との経時的な相互関係 心理学研究, 92, 390-396.
- NHK (2020). 新型コロナ 大学調査で学生の心への影響が浮き彫りに Retrieved from <https://www3.nhk.or.jp/news/html/20200902/k10012597361000.html> (2022年2月16日)
- 西浦真喜子・大坊郁夫 (2010). 同性友人に感じる魅力が関係継続動機に及ぼす影響: 個人にとっての重要性の観点から 対人社会心理学研究, 10, 115-123.
- 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(2), 162-170.
- 岡田努 (2002). 現代大学生の「ふれ合い恐怖的心性」と友人関係の関連についての考察 性格心理学研究, 10(2), 69-84.
- 岡田努 (2012). 現代青年の友人関係に関する新たな尺度の作成—傷つけ合うことを回避する傾向を中心として—
- Rajkumar, R. P. (2020). Attachment theory and psychological responses to the COVID-19 pandemic: A narrative review. *Psychiatry Danub.*, 32(2), 256-261.
- 榎原良太・大菌博記 (2020). 日本におけるCOVID-19をめぐる心理・行動に関する調査——予防行動・将来の見通し・情報拡散に焦点を当てた検討—— *PsyArXiv Preprints*.
- 丹羽智美 (2016). 親への愛着と親友人との心理的距離の関係 四天王寺大学紀要, 62, 187-197.
- Wiese, J., Kelley, P. G., Cranor, L. F., Dabbish, L., Hong, J. I., Zimmerman, J. (2011). Are you close with me? are you nearby?: investigating social groups, closeness, and willingness to share. *UbiComp'11: Proceedings of the 13th international conference on Ubiquitous computing*, 197-206.
- Yukawa, S., Tokuda, H., & Sato, J. (2007). Attachment style, self-concealment, and interpersonal distance among Japanese undergraduates. *Perceptual and Motor Skills*, 104, 1255-1261.

(指導教員 高橋美保教授)

付記：本研究は2021年度の学部生を対象とした講義において、学部生が収集したデータを、許可を得て二次利用したものである。