

## 論 文

テレビ番組『NHK ハートネット TV』を利用した孤独感  
の測定の試み

—「ひとりぼっち」と孤独感—

諸 井 克 英

同志社女子大学・生活科学部・人間生活学科・特別任用教授

Attempt to Measure Loneliness in TV Program  
“NHK HEART NET TV”:

Hitoribocchi (Aloneness) and Loneliness

MOROI Katsuhide

Department of Human Life Studies, Faculty of Human Life and Science, Doshisha Women's College of  
Liberal Arts, Special appointment professor

## Abstract

This study examined the loneliness data collected in TV Program “NHK HEART NET TV”. In the program Web pages, the Loneliness Scale (Moroi, 1992; 1993), questions regarding descriptive characteristics, and self-labeling questions related to personality characteristics were administered to the Web page viewers ( $N = 35,268$ ). The statistical analyses of loneliness data indicated that loneliness is one-dimensional. Interestingly, the respondents living alone did not show scores high for loneliness. Ordinary usage of “Hitoribocchi” was discussed from the perspective of the cognitive discrepancy model for loneliness (Peplau & Perlman, 1979; Moroi, 1995).

**Key words:** loneliness, aloneness, cognitive discrepancy model for loneliness, “Hitoribocchi”

## I. 問題

『ハートネット TV』は、現代の日本社会が直面している福祉に関わる様々な問題を多角的に扱う NHK-E テレの番組である（ハートネット TV, 2018）。2018 年初めに英国政府が「孤独担当大臣」を設けたことをきっかけに、この番組内に「“ひとりぼっち”をみんなで考えようプロジェクト」が立ち上げられた（2018 年

5 月から 2019 年 1 月にかけて 5 回放送）。このプロジェクト内で孤独感を測定する試みが企画され、著者が番組に関わることになった。本研究の目的は、社会的話題としての「ひとりぼっち」あるいは「ぼっち」の問題に寄与するために、この番組を利用して収集されたデータを計量的観点から解析した知見の提供にある。

2018 年初頭に英国政府は新たに「孤独担当相 (Minister for Loneliness)」を設置し、ク

ラウチ氏 (Tracey Elizabeth Anne Crouch) が就任した (朝日新聞デジタル, 2018; BBC NEWS JAPAN, 2018)。これは、英国内に「孤独を感じている人が900万人以上いるとされ (英国の人口6,560万人)、友人や親戚と1か月以上会話していないお年寄り約20万人」という英国の社会的状況への対応である (朝日新聞デジタル, 2018)。つまり、メイ首相 (Theresa Mary May) は、孤独を「現代における悲しい現実」と捉え、この課題に向き合うことを決断したのだ。『ハートネットTV』は、英国政府による「孤独担当相」の設置を現代の日本社会にも通底する問題としてプロジェクトを企画したのである。

インターネット内で散乱する言葉にもなっている「ひとりぼっち」とは、「たったひとりであること。身寄り、仲間相手などのないこと。またそのこと。」と国語的に定義される (日本国語大辞典第二版編集委員会編, 2001)。興味深いことに、この言葉は、元々「独法師 (ひとりぼうし)」が変化したものであり (日本国語大辞典第二版編集委員会編, 2001)、特定の宗派に属さない僧侶を指す言葉なのだ。

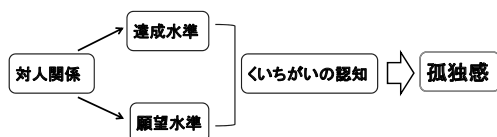


図1 孤独感に関する認知的くいちがいモデル (Peplau & Perlman, 1979; 諸井, 1995より)

では、社会心理学の観点からは、孤独感はどのように定義されているのだろうか。Peplau & Perlman (1979) は、孤独感の生起と変化の過程を説明するために認知的くいちがいモデルを提起した (図1)。このモデルに従えば、孤独感とは、社会的相互作用についての願望水準と達成水準とのくいちがいの認知によって生じる不快経験である。当該の人物が現在営んでいる社会的関係の状態が、その人が望んでいる状態を下まわるほど、孤独感が強くなる。例え

ば、当該人物の社会的関係が客観的には希薄なものであっても、その人が対人的接触を望んでいなければ孤独感が生じない。また、社会的相互作用に関する達成水準が低い状態を意味する社会的孤立は、両水準のくいちがいに由来する孤独感と明確に区別すべき概念である。このモデルに従って、つまり孤独感が社会的関係の不全に由来するという状況的立場から UCLA 孤独感尺度が作成された (Russell, Peplau, & Cutrona, 1980; Russell, Peplau, & Ferguson, 1978)。この尺度を用いて孤独感に焦点をあてた多くの実証的研究が行われている (諸井, 1995 参照)。

日本語としての「ひとりぼっち」という言葉は (日本国語大辞典第二版編集委員会編, 2001)、認知的くいちがいモデルでは区別される孤立と孤独とがインターネットなどでは混交して用いられるようになる。「ひとり」という社会的ネットワークからの隔絶が必ずしも孤独感を生起させるのではなく、当事者が営む社会的関係への願望が鍵となるはずである。例えば、高齢者の孤独感は高くなると思われがちであるが、これは次のような三段論法に基づいている (諸井, 1995 参照)。a) 「老年になるとひとり暮らしになる」、b) 「ひとり暮らしになると孤独になる」、c) 「老年になると孤独になる」。a) は兎も角、b) や c) に関する実証的証拠に基づくこと、この三段論法がステレオタイプであることが明らかにされた (諸井, 1995 参照)。したがって、孤立と孤独とを混交して用いられがちな「ひとりぼっち」という言葉は、社会心理学の観点からは適切とはいえないが、この言葉はインターネット内で独特の意味を負荷され、例えば「ぼっち女子」という言葉まで「創造」されている (ニコニコニュース, 2017)。

本研究では、NHK-E テレで企画された「“ひとりぼっち”をみんなで考えようプロジェクト」 (ハートネットTV, 2018) での孤独感測定の試みへの関与を契機として、これまでの様々な実証的研究で得られた諸知見との基本的突き合わせを行うことにした。ただし、後述するよう

にインターネットを利用した調査であるので、事前の対象者抽出などの統制は行われていない。

## II. 方法

### 1. 実施方法と対象

NHK-E テレの番組サイトの「ハートネットTV」内に（ハートネットTV, 2018）, 「“ひとりぼっち”をみんなで考えようプロジェクト“ぼっち”メーター公開中!」というリンクを貼り、設問サイトに誘導した。設問サイトでは、以下に説明する各設問に回答しないと（クリック）、次の設問に進めないようにしてある。サイトの最後の場面で回答者の孤独感の高さが百分率で表された（孤独感に関する8つの設問への回答に基づき孤独感を算出し、百分率に換算した；全く孤独でない0%～100%かなり孤独である）。

このようにして、本研究では2018年10月22日から11月5日に入力された35,268名の回答を分析対象とした（以上に述べた設問サイトの仕組みから完全回答）。なお、回答にあたって、回答者自身を特定できる情報（メール・アドレスなど）は入力の必要がなく、回答に対する何らの報酬も与えられなかった。

### 2. 設問

設問は、a) 回答者の基本的属性、b) 自己特徴タイプに関する設問、c) 回答者が抱く孤独感の測定に関する設問から構成されている。なお、回答者が日常生活の中で営んでいる社会的相互作用の様態に関する詳細な設問も研究上は必要であるが、ここでは孤独感の測定が中心であることから、回答者の評定（クリック）負担を考慮し収集されなかった。

#### (1) 回答者の基本的属性

①回答者の性別：「男性」、「女性」、「選ばない」の選択肢のいずれかを選択させた。

②回答者の年代：回答者の年代について以下の選択肢を設けた。「9歳以下」、「20代」、「30代」、「40代」、「50代」、「60代」、「70歳以上」、「選ばない」。

③回答者の現在のすまい：回答者が回答時に住

んでいる都道府県を選択させた。

④回答者の同居状況：回答者の同居者を選択させた（複数選択可）。「ひとりぐらし」、「パートナーと同居」、「親と同居」、「子どもと同居」、「祖父・祖母と同居」、「その他」。

#### (2) 自己性格特徴ラベリングに関する設問

次に示す8つの性格特徴のうち、回答者自身にあてはまると思うタイプを選ばせた（複数選択可）。「嫌でもはっきり断れない」、「自分より他人を優先する」、「なんでも思い通りにしたい」、「決断力のある方だ」、「『頑固』『まじめ』と言われる」、「行動する前によく情報収集する」、「話を聞くより話す方が好きだ」、「飽きっぽい」。

#### (3) 回答者が抱く孤独感に関する測定

孤独感を測るためにRussell *et al.* (1980)が開発した尺度は20項目から構成される。これに基づき諸井(1992; 1993)は8項目から成る縮約版を作成した。本研究では、この8項目の表現を若干修正した（表4-a参照）。それぞれの項目で述べられている気持ちにどの程度あてはまるかを4件法で回答させた（「0. 全く感じない」、「1. あまり感じない」、「2. やや感じる」、「3. たびたび感じる」）。

## III. 結果

### 1. 回答者の基本的属性

回答者の基本的属性に関する結果を概観すると次のような傾向があった（表2-a～2-d）。a) 女性のほうが男性よりも10%近く多かった、b) 「20代」、「30代」、および「40代」が全体の7割を占めた（76.61%）、c) 都市部（「東京都」、「神奈川県」、「埼玉県」、「大阪府」、「千葉県」、「愛知県」）の回答者が半数を上回った（53.79%）、d) 回答者の1/4が「ひとりぐらし」であった。

次に「ひとりぐらし」の者が「性別」や「年代」でどのような割合になっているかを検討した（表2-a, 2-b）。「ひとりぐらし」の者は、男性のほうが多く、「20代」、「30代」、および「70歳以上」でそれぞれ多かった。

表 1-a 回答者の性別

	N	%
男性	15,197	43.10
女性	18,896	53.60
選ばない	1,175	3.30
合計	35,268	100.00

表 1-b 回答者の年代

	N	%
19歳以下	3,069	8.70
20代	10,480	29.70
30代	8,556	24.30
40代	7,983	22.60
50代	3,954	11.20
60代	728	2.10
70歳以上	118	0.30
選ばない	380	1.10
合計	35,268	100.00

表 1-c 回答者の居住地

	N	%		N	%
東京都	7,543	21.40	青森県	293	0.80
神奈川県	3,308	9.40	石川県	272	0.80
埼玉県	2,254	6.40	富山県	265	0.80
大阪府	2,180	6.20	沖縄県	262	0.70
千葉県	1,856	5.30	岩手県	262	0.70
愛知県	1,828	5.20	秋田県	257	0.70
北海道	1,530	4.30	山形県	251	0.70
兵庫県	1,261	3.60	熊本県	247	0.70
福岡県	1,084	3.10	鹿児島県	232	0.70
京都府	873	2.50	山梨県	230	0.70
宮城県	783	2.20	山口県	220	0.60
静岡県	692	2.00	愛媛県	180	0.50
茨城県	672	1.90	香川県	177	0.50
広島県	590	1.70	長崎県	177	0.50
長野県	542	1.50	大分県	164	0.50
新潟県	468	1.30	和歌山県	156	0.40
奈良県	415	1.20	佐賀県	137	0.40
福島県	406	1.20	鳥根県	132	0.40
栃木県	399	1.10	福井県	129	0.40
群馬県	398	1.10	徳島県	122	0.30
海外	376	1.10	宮崎県	121	0.30
岡山県	365	1.00	高知県	95	0.30
岐阜県	365	1.00	鳥取県	82	0.20
三重県	323	0.90			
滋賀県	294	0.80	合計	35,268	100.00

回答者数が多い都道府県順に表示。

表 1-d 回答者の同居状況

	N	%
ひとりぐらし	10,179	28.90
パートナーと同居	9,187	26.00
親と同居	13,415	38.00
子どもと同居	6,605	18.70
祖父・祖母と同居	1,131	3.20
その他	1,854	5.30

複数回答可。

表 2-a 回答者の性別とひとりぐらし

	[ひとりぐらし]		合計
	no	yes	
[性別]			
男性	9,604	<u>5,593</u>	15,197
	63.20%	<u>36.80%</u>	100.00%
女性	14,661	4,235	18,896
	77.60%	22.40%	100.00%
選ばない	824	351	1,175
	70.10%	29.90%	100.00%
合計	25,089	10,179	35,268
	71.10%	28.90%	100.00%

$$\chi^2_{(2)} = 850.23, p = .001$$

表 2-b 回答者の年代とひとりぐらし

	[ひとりぐらし]		合計
	no	yes	
[年代]			
19歳以下	2,572	497	3,069
	83.80%	16.20%	100.00%
20代	6,528	<u>3,952</u>	10,480
	62.30%	<u>37.70%</u>	100.00%
30代	5,968	<u>2,588</u>	8,556
	69.80%	<u>30.20%</u>	100.00%
40代	6,062	1,921	7,983
	75.90%	24.10%	100.00%
50代	3,054	900	3,954
	77.20%	22.80%	100.00%
60代	558	170	728
	76.60%	23.40%	100.00%
70歳以上	77	<u>41</u>	118
	65.30%	<u>34.70%</u>	100.00%
選ばない	270	110	380
	71.10%	28.90%	100.00%
合計	25,089	10,179	35,268
	71.10%	28.90%	100.00%

$$\chi^2_{(7)} = 821.41, p = .001$$

表 3 回答者にあてはまる自己性格特徴の選択

	N	%
嫌でもはっきり断れない	17,262	48.90
自分より他人を優先する	11,994	34.00
なんでも思い通りにしたい	11,749	33.30
決断力のある方だ	6,924	19.60
「頑固」「まじめ」と言われる	16,857	47.80
行動する前によく情報収集する	16,833	47.70
話を聞くより話す方が好きだ	6,673	18.90
飽きっぽい	16,658	47.20
全体	35,268	

複数選択可。

## 2. 自己性格特徴の選択傾向

提示した自己性格特徴タイプについては次の傾向があった(表3)。全体として3割から4割以上の回答者があてはまると判断していた。しかし、「決断力のある方だ」と「話を聞くより話す方が好きだ」を選択した者は、2割に満たなかった。

## 3. 孤独感尺度の検討

逆転項目の得点調整を行った上で以下の分析を行った(孤独感が高いほど得点が高くなるようにした)。孤独感尺度は先行研究で単次元性を仮定されている(諸井, 1992; 諸井, 1993)。そこで、信頼性分析と主成分分析によってこの8項目尺度の単次元性の検討を

表 4-b 孤独感得点の分布

	N	%	N	%	
0	187	0.50	14	2,407	6.80
1	168	0.50	15	2,371	6.70
2	309	0.90	16	2,168	6.10
3	454	1.30	17	1,872	5.30
4	663	1.90	18	1,681	4.80
5	851	2.40	19	1,431	4.10
6	1,180	3.30	20	1,319	3.70
7	1,477	4.20	21	1,168	3.30
8	1,711	4.90	22	804	2.30
9	2,035	5.80	23	598	1.70
10	2,135	6.10	24	797	2.30
11	2,380	6.70	合計	35,268	100.00
12	2,555	7.20	平均値		13.17
13	2,547	7.20	標準偏差		5.27
			中央値		13.00

分布の正規性(Kolmogorov-Smirnov検定):  
Lillieforsの修正値 .045,  $p = .001$

試みた(表4-a)。8項目のいずれでも項目の同質性を認めることができた。さらに、主成分分析での第Ⅱ主成分固有値が1.00に満たなかったことから(第Ⅱ主成分以下の固有値 $\leq .96$ )、尺度の多次元性の可能性を統計的に棄却できた。

以上の結果より、8項目の合計得点を孤独感得点とした(得点範囲0~24点; 尺度中性点

表 4-a 孤独感尺度 8 項目に関する単次元性の検討

	(a)	(b)
周りの人とうまくいっていないと感じる。	.49	.61
親密にしている人がひとりもいないと思う。	.69	.78
知り合いはいるけれど同じ考えの人はいないと思う。	.59	.70
周りの人たちとの共通点が少ないと感じる。	.61	.72
頼りにできる人がいると思う。	.49	.61
仲間うちで自分は欠かせない存在だと思う。	.56	.67
私のことをよく分かっている人がいると思う。	.65	.75
「会いたい」「話したい」と思ったときにすぐに交流できる人がいると思う。	.67	.77
	$\alpha = .85$	49.44%

N=35,268

(a): 信頼性分析(当該項目得点と当該項目を除く合計得点との間のピアソン相関値, Cronbachの $\alpha$ 係数値)

(b): 主成分分析(未回転第Ⅰ主成分負荷量, 第Ⅰ主成分説明率, 第Ⅱ主成分固有値 .96)

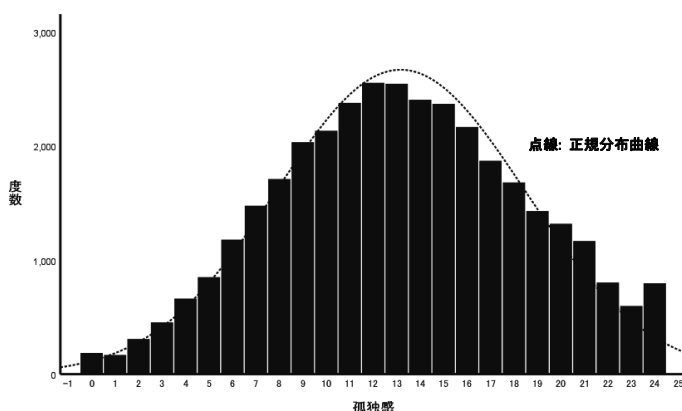


図2 孤独感得点の分布

12点)。この分布は（表4-b; 図2）、正規分布と有意に異なり、高得点方向にやや偏っていた（歪度=-.02）。しかし、正規分布曲線（図2）からの突出した逸脱はなかった。平均値は中性点よりも有意に高く（ $t_{(35267)}=41.70$ ,  $p=.001$ ）、本サンプルの回答者が抱えている孤独感は若干高いといえる。なお、先述したように、本研究では匿名性を保証した形でインターネットを介してデータ収集を行った。原理的には同一の回答者による反復回答が可能であるが、孤独感得点分布の形状から反復入力はいないと推測できる。

#### 4. 孤独感の規定因

##### (1) 基本的属性と孤独感

回答者の基本的属性と孤独感との関係について検討した。

回答者の性別の有意な効果があったが（表5-a）、これは性別を「選ばない」とした者の孤独感が高いことによっていた。男性と女性の孤独感に有意差は検出されなかった。

回答者の年代の有意な効果があった（表5-b）。下位比較によると、「30代」の者が最も高い孤独感、「19歳以下」の者が最も低い孤独感を示したが、全体としては顕著な差異とはいえない。

性別と年代の設定で「選ばない」を選んだ者を除き、性別×年代の2要因分散分析を行っ

た（表5-c）。年代の主効果と交互作用効果とともに有意であった。下位比較によると、「50代」では女性のほうが、「70歳以上」では男性のほうが高い孤独感を示し、他の年代の下位比較では男女差は得られなかった。さらに、「ひとりぐらし」の者に限定し、同様の分散分析を行ったが（表5-d; セル数を考慮して「60代」と「70歳以上」を合体）、何の有意な効果も現れなかった。したがって、回答者の性別を加味しても高齢者が深刻な孤独に陥るとは明確にはいえなかった。

回答者の同居状況を見ると（表6-a）、まず「ひとりぐらし」の者とそうでない者との間に孤独感に有意差は認められなかった。同居者がいる者に限定した分析では（表6-b）、「親との同居」が孤独感を高め、「パートナーとの同居」や「子どもとの同居」は逆に孤独感を抑制していた。「祖父・祖母と同居」の有意な効果はなかった。孤独感に対する同居形態の相対的影響を見るために重回帰分析などを利用することも可能である。しかし、家族に関する詳細な情報を収集していないので、本研究では同居形態の相対的影響を検討しなかった。

##### (2) 自己性格特徴ラベリングと孤独

次に、回答者の自己性格特徴ラベリングと孤独感との関係を調べた（表7-a）。「嫌でもはっきり断れない」、「なんでも思い通りにしたい」、



表 5-a 回答者の性別と孤独感得点一元配置の分散分析ー

	N	平均値	*	標準偏差値
男性	15,197	13.15	a	5.29
女性	18,896	13.14	a	5.24
選ばない	1,175	13.85	b	5.35

[一元配置の分散分析]  $F_{(2,35265)} = 10.17 p = .001$

\*: 異なる英数字は、互いに有意に異なることを示す (5%: Bonferroni の方法)

表 5-b 回答者の年代と孤独感得点一元配置の分散分析ー

	N	平均値	*	標準偏差値
19歳以下	3,069	12.96	be	5.18
20代	10,480	13.10	bd	5.20
30代	8,556	13.34	a	5.24
40代	7,983	13.12	bc	5.35
50代	3,954	13.19	ab	5.37
60代	728	13.05	acde	5.10
70歳以上	118	13.75	acde	5.47

[一元配置の分散分析]  $F_{(6,34881)} = 3.04 p = .006$

年代で「選ばない」を選択した者を除く。

\*: 異なる英数字は、互いに有意に異なることを示す (5%: Bonferroni の方法)

表 5-c 孤独感得点におよぼす性別と年代の影響ー分散分析ー

年代	[男性]			[女性]		
	N	平均値	標準偏差値	N	平均値	標準偏差値
19歳以下	1,454	12.81	5.37	1,510	13.08	4.97
20代	5,365	13.05	5.24	4,759	13.08	5.15
30代	3,767	13.38	5.27	4,581	13.29	5.21
40代	2,939	13.25	5.37	4,896	13.02	5.35
50代	1,319	12.94	5.26	2,576	13.31	5.43
60代	274	13.28	5.13	445	12.90	5.09
70歳以上	53	14.91	5.85	59	12.76	5.10

[分散分析] 性別の主効果  $F_{(1,33983)} = 3.76, ns.$   
年代の主効果  $F_{(6,33983)} = 3.24, p = .001$   
交互作用効果 (性別×年代)  $F_{(6,33983)} = 2.63, p = .001$

[下位比較] 50代-男性対女性  $F_{(1,33983)} = 4.34, p = .037$   
70歳以上-男性対女性  $F_{(1,33983)} = 4.63, p = .031$  他の年代 *ns.*

「性別」と「年代」で「選ばない」を選択した者を除く。

表 5-d 孤独感得点におよぼす性別と年代の影響ー「ひとりぐらし」回答者に限定した分散分析ー

年代	[男性]			[女性]		
	N	平均値	標準偏差値	N	平均値	標準偏差値
19歳以下	309	13.00	6.21	178	12.91	5.26
20代	2,333	12.86	5.31	1,488	13.07	5.19
30代	1,461	13.33	5.27	1,059	13.12	5.38
40代	988	13.31	5.51	892	12.90	5.46
50代	406	13.08	5.33	476	13.31	5.41
60代+70歳以上	85	13.95	5.12	122	12.78	5.04

[分散分析] 性別の主効果  $F_{(1,9785)} = 1.87, ns.$   
年代の主効果  $F_{(5,9785)} = 0.92, ns.$   
交互作用効果 (性別×年代)  $F_{(5,9785)} = 1.50, ns.$

「性別」と「年代」で「選ばない」を選択した者を除く。

表 6-a ひとりぐらしと孤独感得点との関係－*t* 検定－

		N	平均値	標準偏差値	[ <i>t</i> 検定]
ひとりぐらし	no	25,089	13.20	5.23	$t_{(18434.11)} = 1.49, ns.$
	yes	10,179	13.10	5.36	

表 6-b 回答者の同居状況と孤独感得点との関係－*t* 検定－

		N	平均値	標準偏差値	[ <i>t</i> 検定]
パートナーと同居	no	15,974	<u>13.34</u>	5.17	$t_{(18515.21)} = 5.53, p = .001$
	yes	9,115	12.95	5.32	
親と同居	no	11,757	13.09	5.30	$t_{(24535.69)} = -2.90, p = .004$
	yes	13,332	<u>13.29</u>	5.17	
子どもと同居	no	18,492	<u>13.30</u>	5.24	$t_{(25087)} = 5.24, p = .001$
	yes	6,597	12.91	5.19	
祖父・祖母と同居	no	23,974	13.18	5.23	$t_{(25087)} = -1.82, ns.$
	yes	1,115	13.48	5.25	

「ひとりぐらし」を選択した者を除く。

「『頑固』『まじめ』と言われる」, および「飽きっぽい」を自己性格特徴として挙げた者のほうが孤独感が有意に高かった。逆に、「決断力のある方だ」と「話を聞くより話す方が好きだ」を選ばなかった者は有意に高い孤独感を示した。

孤独感に対する自己性格特徴ラベリング 8 変数の相対的影響を調べるために、重回帰分析を行った(表 7-b)。「『頑固』『まじめ』と言われる」, 「嫌でもはっきり断れない」, 「なんでも思い通りにしたい」は高孤独者, 「決断力のある方だ」

表 7-a 自己性格特徴ラベリングと孤独感得点との関係－*t* 検定－

		N	平均値	標準偏差値	[ <i>t</i> 検定]
嫌でもはっきり断れない	no	18006	12.98	5.29	$t_{(35266)} = -7.06, p = .001$
	yes	17262	<u>13.37</u>	5.23	
自分より他人を優先する	no	23274	13.13	5.28	$t_{(35266)} = -1.84, ns.$
	yes	11994	13.24	5.25	
なんでも思い通りにしたい	no	23519	13.10	5.26	$t_{(35266)} = -3.54, p = .001$
	yes	11749	<u>13.31</u>	5.28	
決断力のある方だ	no	28344	<u>13.31</u>	5.24	$t_{(10404.95)} = 9.87, p = .001$
	yes	6924	12.61	5.35	
「頑固」「まじめ」と言われる	no	18411	12.97	5.28	$t_{(35266)} = -7.57, p = .001$
	yes	16857	<u>13.39</u>	5.25	
行動する前によく情報収集する	no	18435	13.18	5.25	$t_{(35266)} = 0.53, ns.$
	yes	16833	13.15	5.29	
話を聞くより話す方が好きだ	no	28595	<u>13.23</u>	5.26	$t_{(35266)} = 4.57, p = .001$
	yes	6673	12.90	5.28	
飽きっぽい	no	18610	13.10	5.27	$t_{(35266)} = -2.55, p = .001$
	yes	16658	<u>13.25</u>	5.27	



表 7-b 孤独感得点におよぼす自己性格特徴ラベリングの影響—重回帰分析（ステップワイズ法）—

独立変数： 自己性格特徴 8 変数 (no ⇒ 0, yes ⇒ 1 とダミー化)		
従属変数： 孤独感得点	標準偏回帰係数	
決断力のある方だ	$\beta = -.05$	$p = .001$
「頑固」「まじめ」と言われる	$\beta = .04$	$p = .001$
嫌でもはっきり断れない	$\beta = .02$	$p = .001$
なんでも思い通りにしたい	$\beta = .03$	$p = .001$
話を聞くより話す方が好きだ	$\beta = -.02$	$p = .001$
	$R^2 = .01$	$p = .001$

N = 35,268

ステップワイズ法：投入基準  $p < .05$ ; 除去基準  $p > .05$

と「話を聞くより話す方が好きだ」は低孤独者それぞれの特徴といえる。

#### IV. 考察

本研究では、NHK-E テレで企画された『“ひとりぼっち”をみんなで考えようプロジェクト』（ハートネットTV, 2018）の一環として収集されたインターネット調査データの統計的解析を行った。まず、先行研究（諸井, 1992; 諸井, 1993）に基づき 8 項目で孤独感測定を試みた。尺度の測定対象が孤独感という単一概念（諸井, 1995）であるという前提で行った分析は、良好な結果を示した。先行研究（諸井, 1992; 諸井, 1993）では、項目の表現方向によって 2 側面に分離される可能性を示したが（「孤独方向表現」, 「反孤独方向表現」）, 35,268 名の回答を対象とした本研究では、8 項目尺度の 2 次元性に関する統計的証拠は認められなかった。したがって、この 8 項目の合計得点（逆転項目を調整）は心理学的に有意義であると結論できた。

ところで、先に説明したように、対象としたデータは、NHK-E テレの番組内（ハートネットTV, 2018）のプロジェクトとして収集された。したがって、回答者は、「“ひとりぼっち”をみんなで考えようプロジェクト“ぼっち”メーター公開中！」というリンクの存在を知った者に限定される。ここでのプロジェクトの内容からすると、日常的に孤独に少なからず陥ってい

る者がこのリンクに関心や興味をもち回答する可能性がある。しかし、孤独感得点の分布は孤独方向への顕著な偏りを示さなかった。統計的には正規分布からの有意な逸脱が認められたが、突出した逸脱ではなかった。これらのことから、収集方法から懸念されるバイアスは生じなかったといえよう。番組視聴者には「ひとりぼっち」の問題には関心や興味を抱いていても深刻な孤独に陥ってはいない者も多く含まれていることを示唆している。しかしながら、回答者の基本的属性を見ると、a) 女性のほうが少し多い、b) 「20 代」, 「30 代」, および「40 代」が全体の 7 割を占める、c) 都市部居住者が多いなど、インターネットを介した調査であることに由来する偏りが存在することは否めないだろう。

先述したように、認知的くいちがいモデル（Peplau & Perlman, 1979; 諸井, 1995）によれば、孤立と孤独は異なる概念である。本研究の回答者で「ひとりぐらし」の者はそうでない者と同水準の孤独感を示した。これは、「ひとりぐらし」が社会的関係不全を必ず招くわけではなく、「ひとりぐらし」に該当しない者が良好な社会的関係を必ずしも営んでいるわけではないことを示している。要は、どのような水準の社会的関係を望み、それが達成されているかが重要なのであり、「ひとりぼっち」という言葉が孤立と孤独が混交した概念であることが示されたといえよう。回答者が営む社会的相互作用を質的および量的に把握したうえで（諸井, 1995 参照）、この問題をさらに検討すべきであろう。

従来の研究では、女性に比べて男性の孤独感が高い傾向が報告されている（諸井, 1995 参照）。これは、性役割規範によって解釈できる。性役割規範により情動的弱さや苦悩の表明が許容されない男性は孤独状態に陥り易く、間接的表現から成る孤独感尺度上で高孤独方向に反応し易い。本研究では、性別と年代を組み合わせた分散分析を行った。性別の有意な効果はなかったが、「50 代」では女性のほうが、「70 歳以上」では男性のほうが高い孤独感を示すとい

う興味深い交互作用効果が得られた。しかし、「ひとりぐらし」の者を除き同様な分析をするとう何の有意な効果も得られなかった。したがって、本研究での性別に関する結果は従来の研究（諸井，1995 参照）と異なるといえよう。これは、男女平等意識の進展により、悩みの表明に関する伝統的な性役割規範が希薄になったためと考えられる（諸井，2003 参照）。

また、「ひとりぐらし」の者を除き同居形態と孤独感との関係を見ると、興味深いことに、「親との同居」が孤独感を高め、「パートナーとの同居」や「子どもとの同居」は逆に孤独感を抑制していた。これは、社会的勢力（social power）によって説明できるかもしれない。社会的勢力とは、French & Raven（1960）によれば「ある事柄に関して一方が他方に影響をおよぼし得る最大潜在能力である」である。一般的に、親は回答者に対して社会的勢力を行使しがちであり、パートナーや子どもとはその行使が双方向的であろう。社会的勢力が受け手の側に心理的拘束を与えるとすれば、親の存在は社会的勢力の行使によって回答者の社会的関係の自由な営みを抑制しがちになり、孤独感を高めるのかもしれない。このように家族関係の力動的働きを捉えるには、世帯構成のもっと精緻な情報が必要となる。

次に、自己性格特徴ラベリングと孤独感との関係について考察しよう。従来の研究では（諸井，1995）、高孤独者が自己主張性や自己開示における不全兆候を伴っていることが認められている。「嫌でもはっきり断れない」、「決断力のある方だ」（自己主張性）、および「話を聞くより話す方が好きだ」（自己開示）に関する有意な傾向は、それぞれ従来の知見と一致した。他方、「『頑固』『まじめ』と言われる」や「なんでも思い通りにしたい」は自己中心性を表す特徴であり、周囲への同調や協調に関わる（諸井，1995）。したがって、本結果が示すように、これらの2つの性格特徴タイプは高孤独者にあてはまる。

このように、今回の調査で設定した自己性格

特徴ラベリングは孤独感とおおむね予測通りの結果を示した。しかし、今回のインターネットによる調査では、回答者が抱えている孤独感の測定を中心が中心であることや、回答者の「評定」（クリック）負担を考慮して、孤独感と関連があると仮定される様々な特徴（諸井，1995 参照）を網羅的に設定しているのではない。したがって、本研究で認められた高孤独者の性格特徴タイプに関する結果は限定的であることに留意しなければならない。

以上に述べたように、本研究は、NHK-E テレビの番組内（ハートネットTV，2018）のプロジェクトで収集されたデータを解析したものであるが、興味深い様々な結果が得られた。最も注目すべき結果は、孤独感に偏りを生じさせることが予想されるデータ収集方法にもかかわらず、回答した35,268名の孤独感得点が正規分布にほぼ近い形状を示したことである。つまり、「ひとりぼっち」を前面に出したプロジェクトであることを考えると意外な結果であった。最初に述べたように、「ひとりぼっち」という言葉は（日本国語大辞典第二版編集委員会編，2001）、国語学的には認知的くいちがいモデル（図1）の「達成水準」を指している。しかし、とりわけインターネット世界の中で孤立と孤独の混交的用法が氾濫し、「ひとりであることは孤独なんだ」という図式が成立していると思われる。しかし、今回のように孤独感の測定を試みると、達成水準自体が孤独につながるのではないという認知的くいちがいモデルでの仮定と一致して正規分布が生じるのだ。

Moustakas（1972）は、孤独に対する不安と実存的孤独感とを区別することによって「ひとりぼっち」の肯定的側面を強調した。孤独に対する不安は、「生と死の重要な問題に直面するのを避けるために、絶えず他人との関わりを求め、忙しく立ち働いて、本質的孤独を打ち消そうとする防衛から生まれるもの」を指す。実存的孤独とは、「人間の本质に目覚めていることの証であり、生の動乱や悲劇、変転に直面してゆく際に育まれるもの」である。さらに、こ

の実存的孤独に対して、「逃げることなく」、「身を沈め」、「なすがままに任せておく」ことによって、自覚と自己変革を成し遂げることができる。したがって、彼の考えによれば、隠者、孤独な思索家、世捨て人などは、「自己との対話」を行っているがゆえに、「真の意味で健全な人々」である。

さらに「ひとりぼっち」の語源が「独法師」であることを考えれば（日本国語大辞典第二版編集委員会編，2001）、「ぼっち」（法師）は気高い精神生活者を指す言葉になる。石田（1970）によれば、中世の草庵生活者は、孤独独居を貴び、「全くの孤独と果てしなき寂しさに身をおくことによって「人生に於ける最も高き美しき生活」に触れ得た。興味深いことに、人里離れて草庵生活を送る多くの者が、おそらく独居生活に由来する孤独感に対処するために、筆硯を携えており、それがいわゆる草庵文学の創造につながったのである。すまいの孤立化を通して到達される草庵生活者の境地は、まさに Moustakas（1972）の唱える境地に類似している。

最後に本研究の意義を述べよう。上述した理由で、本研究では回答者が日常的に営んでいる社会的相互作用の様態などの情報を収集しなかった。しかし、「ひとりぼっち」という言葉が付与されたプロジェクトに触れた限定サンプルであっても、様々な点で有意義な知見をもたらした。日常の中で「ひとりぼっち」という言葉に一種の「烙印」として浸っている者でも、実は孤独感症状とは異なることを理解することができれば幸いである。

#### 〈付記〉

- (1) 本研究は、NHK-E テレの番組『NHK ハートネット TV』のためにインターネットを通して収集されたデータに基づいている。筆者は番組ディレクターからデータ解析を依頼された。回答者のプライバシー保護を前提として、番組趣旨である「ひとりぼっち」問題への貢献のために、番組ディレクターの同意を経て論文として公刊した。
- (2) インターネット調査解析の機会を頂いた、番組ディレクターの持丸彰子氏および豊田義勝氏に

感謝致します。また、番組内での長岡秀貴氏（待学園理事長〈長野県上田市〉）との論議も著者にとって有意義であった。

- (3) 本論文での解析結果に関する考察の責任は、これまで社会心理学の観点から孤独感の実証的研究に取り組んできた著者にある。
- (4) データの統計的解析にあたって、IBM SPSS *Statistics version 25 for Windows* を利用した。

## V. 引用文献

- French, J.R.P & Raven, B. 1960 社会的勢力の基礎 D. Cartwright & A. Zander (Eds.) *Group dynamics: Research and theory*. TAVISTOCK PUBLICATIONS. 三隅二不二・佐々木薫（訳編）『グループ・ダイナミックス II [第二版]』1970 誠信書房 727-748.
- 石田吉貞 1970 『改訂 中世草庵の文学－「附篇」茶美の構造－』北沢図書出版
- 諸井克英 1992 孤独感と電話行動に関する社会心理学的研究 (2) 電気通信普及財団研究調査報告書, 6, 211-224.
- 諸井克英 1993 大学生における孤独感と電話コミュニケーション 人文論集（静岡大学人文学部）, 43 (2), 1-32.
- 諸井克英 1995 『孤独感に関する社会心理学的研究－原因帰属および対処方略との関係を中心として－』風間書房
- 諸井克英 2003 『夫婦関係学への誘い－揺れ動く夫婦関係－』ナカニシヤ出版
- 諸井克英 2005 女子青年における父親と母親からの影響認知 学術研究年報（同志社女子大学）, 56, 89-96.
- Moustakas, C.E. 1972 *Loneliness and love*. Prentice-Hall. 片岡康・東山紘久訳『愛と孤独』1984 創元社
- 日本国語大辞典第二版編集委員会編 2001 『日本国語大辞典 第二版 第十一巻』小学館
- Russell, D., Peplau, L.A., & Cutrona, C.E. 1980 The revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, 472-480.
- Russell, D., Peplau, L.A., & Ferguson, M.L. 1978 Developing a measure of loneliness. *Journal of*

*Personality Assessment*, **42**, 290–294.

[インターネット]

朝日新聞デジタル 2018「英国、孤独担当大臣を新設 900万人以上孤独、対策へ」〈2018年1月18日〉 <https://www.asahi.com/articles/ASL1L12BGL1KUHBI04N.html> 〈2018年12月3日閲覧〉

BBC NEWS JAPAN 2018「英政府、『孤独担当大臣』新設 殺害された議員の仕事継続」〈2018年1月18日〉 <https://www.bbc.com/japanese/4272>

8308 〈2018年12月3日閲覧〉

ハートネットTV 2018 <https://www.nhk.or.jp/heart-net/program/heart-net/> 〈2018年12月3日閲覧〉

ニコニコニュース 2017「会社でいつも一人の“ほっち女子” それも生き方のひとつ？」 〈2017年12月22日〉

<https://news.nicovideo.jp/watch/nw3167513> 〈2018年12月3日閲覧〉