青年期の愛着スタイルと自立との関連

村木佑実子・岡島　泰三・桂田恵美子

要約：本研究では，成人愛着スタイルと自立との関連について，大学生と専門学校生 360 名（男性＝134；女性＝221；不明＝5）を対象に質問紙調査を行った。愛着スタイルは Relationship Questionnaire（RQ）の邦訳版（加藤，1998）によって，自立は大石・松永（2008）による自立尺度によって測定された。その結果，自立得点において，愛着スタイルの主効果は有意であり（$F(3, 346) = 10.22$, $p < .001$），安定型が，拒絶型，とらわれ型および恐れ型よりも自立得点が高かった。この結果は，自立と類似した概念である「一人でいられる能力」と愛着スタイルの関連を検討した先行研究（鳥居・岡島・桂田，2011）の結果と比較して議論された。

キーワード：青年期，成人愛着スタイル，自立，Relationship Questionnaire

問題と目的

青年期は，親や大人に依存していた児童期から，自ら主体的に考え，責任のある自立した行動をとる成人期の中間的時点として存在する。江口（1966）によると，青年は自立することで自信を得て，自己主張することができ，アイデンティティを確立することができるようになる。自立は青年期の最も重要な発達課題のひとつである。しかし，大石・松永・伊藤・鈴木・前野（2007）によると，青年期の終盤と考えられる現代の日本の大学生には，大人の自覚や，大人になることへの積極的な憧れは見られず，いつまでも子どもでいたいという願望を持ち続ける大学生や，大人になることの意味やメリットが見出だせない大学生が多数存在するという。

白井（2006）によると，自立とは，「自分なりの見通しをもって，人生を切り開いていくこと」（p.4）であるという。すなわち，自立するためには，青年期以前のように親や大人の意見に従うだけではなく，自分一人で考え，悩んだ末に人生についての道筋を見つけ出す必要があると考えられる。このため，青年期に入ると心理的離乳等が生じ，これまでの親への心理的依存から脱却し，個としての自分を探求するようになる。このような心理的自立の発達には，親子関係を含む家族の影響があると言われている（大石・松永，2008）。高坂・戸田（2005）は，青年が家族内で自由なコミュニケーションが取れており，家族に対して肯定的な評価を持ち，さらにまとまりを感じているほど心理的自立が高くなると述べている。

Bowlby（1973/1977）によると，子どもと親に密接なつながりがあり，親が子どもに支持と励ましを与えていた家庭では，子どもは，自立心と，必要時に援助を求められる能力を同時に兼ね備えた適応力のある人に育つという。Bowlby（1969/1976）は，乳幼児期に子どもが養育者との間で安定した愛着を形成することが，後の適切な対人関係を形成するために重要であると述べた。乳幼児期に，養育者が，乳幼児の泣きなどの発信行動に対して応答的である場合，その乳幼児は安定した愛着関係を形成する。一方，養育者が乳幼児の発信行動に対して拒絶的であったり，一貫した応答を示さなかったりする場合，その乳幼児は不安定な愛着関係を形成する。子どもは養育者との愛着を基礎として，愛着の対象を拡大していくことで，対人関係能力を発達させ，社会化を促進させる（繁多，1999）。

乳幼児期に形成された愛着スタイルにある程度沿って発達した青年の愛着スタイルは，対人関係における認知や行動，感情，社会的な適応性にまで影響を及ぼすとされている（金政，2003）。そこで，このような青年期の愛着スタイルを捉えるために，Bartholomew & Horowitz（1991）は成人の愛着スタイルを，Bowlby（1973/1977）が提唱した自己観（自分は他者が，特に愛着対象者が，援助してくれる種類の人間かどうか）と他者観（支援や保護を求めた時に，愛着対象者や他者が応答してくれるかどうか）の 2 つの要素をポジティブかネガティブかという視点に沿って 4 つのスタイルに分類した。自己観がポジティブで，他者観もポジティブな安定型の人は，親密な友人関係を重視し，自立しつつ，親しい友人関係を維持できるという。自己観がポジティブで，他者観がネガティブな拒絶型の人は，他者と親しくなることを重視

せず，感情を表すことが少なく，独立していることを重視するという。自己観がネガティブで他者観がポジティブなとらわれ型の人は，親密な関係を過剰に望み，他者に受け入れてもらうことで幸福を感じられるという。自己観がネガティブで他者観もネガティブな恐れ型の人は，他者を信じられず，他者から拒絶されることへの恐怖から，親密な関係を避けるという（加藤，1998）。

Bowlby（1973/1977）が示唆するような子どもと親に密接なつながりがあり，親が子どもに支持と励ましを与えていた家庭は，安定した愛着スタイルを形成しやすい家庭であると考えられるが，Bartholomew & Horowitz（1991）の分類においても，安定型は，他の愛着スタイルよりも自立的であると仮定されている。

しかし，鳥居・岡島・桂田（2011）は，大学生の愛着スタイルにおいて，安定型だけではなく，拒絶型の人も一人でいられる能力（the capacity to be alone；以下，CBA と略記）が高いという結果を示している。CBA とは，一人場面であっても他者と心理的なつながりを感じることができ，一人でいることに過度な不安を感じることなく，一人でいることを受容し，楽しめる能力である（鳥居ら，2011）。このような CBA は他者と適切な人間関係を築きつつ独り立ちしているという自立と共通する概念であると思われる。さらに，鳥居ら（2011）は，拒絶型は，CBA の下位尺度である孤独不安耐性に関して，安定型と同等の孤独不安耐性を示す一方で，同じく CBA の下位尺度である他者とのつながりの感覚において，拒絶型は安定型よりも他者とのつながりを感じていないことを示した。これらのことから，鳥居ら（2011）は，自己観がポジティブで他者観がネガティブな拒絶型は，親密な関係を過小評価する傾向にあるため，孤独に対して不安を感じず，一人でいることを好むためではないかと示唆している。

しかし，自立とは自分のことが自分一人で何でもできるという捉え方だけでは不十分であり，他者との適切な人間関係を築き上げ，維持することを基盤として発達するものだという側面がある（福島，1997）。すなわち，自立は，単純に一人で生きていくことを指すのではなく，適切な人間関係を築き，適応できることを指すのである。CBA を扱った鳥居ら（2011）は，愛着安定型の人は一人でいなければならない時には一人でいられるが，一人でいなくて良いときには自立しつつも他者と過ごすことを好む一方，拒絶型の人は一人でいることはできるが，適切な対人関係を築くことができず，一人でいなくて良い時にも他者を拒絶し，一人でいることを好むと示唆している。拒絶型の人が，適切な対人関係を容易にとることができないのであれば，一人でいることは可能でも，自立しているとは言い難い。そこで，本研究では，青年の愛着スタイルと自立との関連を検証することを目的とする。本研究の仮説として次の 2 つを挙げる。第一の仮説は，大学生の愛着スタイルと自立との関連では，愛着安定型の人が，不安定型の人より自立していることである。第二は愛着安定型の人と拒絶型の人では，自立の中でも特に対人関係の部分に違いが生じ，安定型の人の方が拒絶型の人より良好な対人関係を築きながら自立しているということである。

方　　法

調査対象者　本研究では，関西圏の 4 年制大学と専門学校に通う学生を対象に質問紙調査を行った。369 名に質問紙を配布し，有効回答数は 360 名（男性 134 名，女性 221 名，不明 5 名）であった。年齢は 18 歳から 38 歳，平均年齢は 20.20 歳（SD＝2.62）であった。

調査時期　本研究は 2011 年 7 月から 10 月にかけて実施した。

質問紙の構成および内容　質問紙は基本的属性を問うフェイスシートと愛着スタイル，自立を問う質問紙から構成されている。

愛着スタイル　本研究では，愛着スタイルを測定するために，Bartholomew & Horowitz（1991）の作成した Relationship Questionnaire（以下，RQ と略記）の邦訳版（加藤，1998）を使用した。RQ は，自己観・他者観がそれぞれポジティブであるか，ネガティブであるかの 2 次元の組み合わせから，愛着スタイルを安定型・拒絶型・とらわれ型・恐れ型の 4 タイプに分類するものである。被調査者は，まず，それぞれの愛着スタイルの特徴を記述した 4 つの文章を読み，それぞれの文章について，「全くあてはまらない」（1 点）から「非常にあてはまる」（7 点）の 7 件法で自己評定を行った。次に，被調査者は，4 つの愛着スタイルの中から，自分に最もあてはまると思う愛着スタイルをひとつ選択した[1)]。

自立　本研究では，自立の程度を測定するために，大石・松永（2008）により作成された自立尺度を用いた。これは，自己の考えや判断，行動の主体性に関する「主体的自己」9 項目，思いやりをもち，協調的な対人関係を築き，維持することに関する「協調的対人関係」5 項目，社会の出来事に対する興味に関する「社会的関心」3 項目，自己の生活，健康，お金の管理に関する「生活管理」5 項目，日常生活の自活に関する「生活身辺処理」3 項目，お金における自活に関する「経済的自活」3 項目，親との信頼関係や心理的な距離に関する「共生的親子関係」4 項目の 7 因子，計 32 項目からなっている。回答は，「全くあてはまらない」（1 点）から

Table 1　自立尺度の因子分析結果

	1	2	3	4	5
社会的関心					
18　社会の出来事に関心がある	.804	.058	.003	−.054	−.007
20　日本の政治に関心がある	.768	−.080	.001	−.003	.014
19　社会的に広い視野をもっている	.704	.162	.068	.016	−.068
22　社会の一員としての自覚をもっている	.595	.056	−.069	.085	−.030
21　新聞を読む	.585	−.258	−.017	−.040	.103
協調的対人関係					
5　他人の気持ちを思いやることができる	.003	.778	−.060	.034	−.044
6　相手の気持ちを察して、適切な対応ができる	−.063	.715	.085	.021	−.090
8　周りの人とよい関係を維持することができる	−.059	.664	−.048	−.073	.173
7　周りの人と協力して物事に取り組むことができる	.037	.660	−.077	−.014	.054
主体的自己					
2　自分のことは自分で判断する	−.047	−.161	.779	−.001	.006
3　自分で決めたことを行動にうつせる	.001	.038	.702	−.001	.094
1　自分の考え・意見をもっている	−.010	−.040	.682	.035	−.043
4　自分の言動に責任をもてる	.079	.253	.541	−.005	−.006
生活身辺処理					
25　日頃の自分の食事は自分で作る	.013	−.005	.032	.885	−.006
24　自分の洗濯物は自分で洗濯する	−.008	−.011	−.005	.869	.026
良好な親子関係					
28　親のことを信頼している	.048	−.005	−.108	.042	.826
29　親は自分のことを信頼している	−.012	.063	.035	.066	.688
12　自分の居場所がある	−.034	−.003	.167	−.103	.516

「非常にあてはまる」（5点）の5件法で求めた。

本研究における Cronbach の α 係数を算出した結果，.38〜.75 とやや低い値であった[2]。そこで，本研究では，再度，因子分析（主因子法・プロマックス回転）を行った。スクリープロットより，6因子が適当と判断した。共通性が .16 未満の項目と，因子負荷量が .40 未満の項目を削除した後，因子分析を繰り返したところ，解釈可能な6因子20項目が抽出された。本研究では，α 係数が低い1因子を削除して，5因子18項目を自立尺度とした（Table 1 参照）。

第1因子は，「社会の出来事に関心がある」や「日本の政治に関心がある」等，社会の状況への関心についての5項目であったことから，「社会的関心」とした。第2因子は，「他人の気持ちを思いやることができる」や「周りの人とよい関係を維持することができる」等，協調性のある対人関係についての4項目であったことから，「協調的対人関係」とした。第3因子は，「自分のことは自分で判断する」や「自分で決めたことを行動にうつせる」等，自己判断や自己主張についての4項目であったことから，「主体的自己」とした。第4因子は，「日頃の自分の食事は自分で作る」や「自分の洗濯物は自分で洗濯する」という基本的な生活を送るための能力についての2項目であったことから，「生活身辺処理」とした。第5因子は，「親のことを信頼している」や「自分の居場所がある」等，親子関係の良好さについての3項目であったことから，「良好な親子関係」とした。

社会的関心に関する Cronbach の α 係数は $\alpha=.81$，協調的対人関係では $\alpha=.79$，主体的自己では $\alpha=.78$，生活身辺処理では $\alpha=.86$，良好な親子関係では $\alpha=.71$ であり，比較的高い信頼性が確認された。

結　　果

愛着スタイルの分布　本研究では，RQ における各記述において，自分に最もあてはまると強制選択した愛着スタイルを，その被調査者の愛着スタイルとみなした。ただし，自分に最もあてはまる愛着を選択していなかった被調査者5名については，それぞれの愛着スタイルについてどの程度自分にあてはまるか評定した得点のうち，最も得点が高かった愛着スタイルをその被調査者の愛着スタイルとみなした。また，自分に最もあてはまる愛着スタイルを選択しておらず，それぞれの愛着スタイルについてどの程度自分にあてはまるか評定した得点のうち，複数の愛着スタイルに最も高い同じ得点を評定していた被調査者5名については，愛着スタイルを決めかねるため，分析から除外した。

最終的な被調査者の愛着スタイルは，安定型95名（26.4%），拒絶型38名（10.6%），とらわれ型141名（39.2%），恐れ型86名（23.9%）であった。

愛着スタイルと自立　愛着スタイルと自立得点との関連を調べるため，愛着スタイルを独立変数，自立得点，および，自立尺度の各下位尺度を従属変数とした一元配置分散分析を行った。その結果，自立得点，協調的対人関係得点，主体的自己得点，および，良好な親子関係得点において，愛着スタイルの主効果は有意であった（自立得点：$F(3, 346)=10.22$，$p<.001$；協調的対人関係得点：$F(3, 354)=22.94$，$p<.001$；主体的自己得点：$F(3, 353)=6.61$，$p<.001$；良好な親子関係得点：$F(3, 354)$

Table 2 愛着スタイルと自立得点および自立の下位尺度との関連

	安定型	拒絶型	とらわれ型	恐れ型	F 値
自立	63.27(7.47)$_a$	57.33(10.32)$_b$	58.00(8.47)$_b$	57.05(8.91)$_b$	10.22***
社会的関心	13.44(4.51)	13.94(4.77)	12.61(4.26)	12.50(4.12)	1.62
協調的対人関係	16.54(2.17)$_a$	13.18(3.42)$_c$	15.06(2.30)$_b$	13.82(3.07)$_c$	22.94***
主体的自己	15.57(2.65)$_a$	15.08(3.19)	13.94(2.70)$_b$	14.74(3.04)	6.61***
生活身辺処理	4.80(2.93)	4.92(2.87)	4.82(2.86)	4.66(2.76)	.09
良好な親子関係	12.92(2.07)$_a$	10.86(2.82)$_b$	11.67(2.18)$_b$	11.33(2.62)$_b$	10.49***

注）異なるアルファベット（a, b, c）は，多重比較の結果，グループ間の有意差を表わす ***p<.001

＝10.49, p<.001）（Table 2参照）。Tukey の HSD を用いた多重比較によると，自立得点において，安定型が，拒絶型，とらわれ型および恐れ型よりも有意に得点が高かった。協調的対人関係得点においては，安定型がとらわれ型より有意に得点が高く，とらわれ型が拒絶型および恐れ型よりも有意に高かった。また，主体的自己得点においては，安定型がとらわれ型より有意に得点が高かった。さらに，良好な親子関係得点において，安定型が，拒絶型，とらわれ型および恐れ型よりも有意に得点が高かった。

社会的関心得点，および，生活身辺処理得点に関して，愛着スタイルの有意な主効果は認められなかった。

考　　察

本研究の目的は，大学生の愛着スタイルと自立との関連を検討することであった。本研究の結果は，大学生において，安定型の人は不安定型（拒絶型・とらわれ型・恐れ型）の人よりも自立していることを示していた。この結果は，本研究の第一の仮説である“愛着安定定型の大学生は，不安定型の大学生より自立している”ということを支持するものである。安定型だけでなく拒絶型の人も一人でいられる能力である CBA が高いという鳥居ら（2011）の研究結果とは，本研究の結果は異なっていた。CBA は，一人場面であっても他者との心理的なつながり感を感じることができ，一人でいることに過度な不安を感じることなく，一人でいることを受容し，楽しめる能力（鳥居ら，2011）であるが，これは，自立と同等の概念ではなく，自立の中の一つの要素なのかもしれない。自立は，一人でいられる能力ばかりではなく，社会への興味，他者との協調性，自分の身の回りのことができているか否か等の適応的な側面を含むものである。これに対して，CBA は，「他者との心理的なつながりを感じることができ」という文言がその定義に含まれているものの，自立尺度に含まれる「適切な人間関係」という側面を捉えていないと考えられる。実際に，本研究では，自立の一つの側面である協調的対人関係は，安定型より拒絶型を含む不安定型のほうが不得手であることを示した。これは，第二の仮説を支持するものであり，拒絶型の人は，CBA は持っているものの，他者との良好な関係を築くことができるというような自立した状態には達していないのではないかと考えられる。すなわち，鳥居ら（2011）の研究で，一見，適応的であるかのように思われた拒絶型は，他の不安定型であるとらわれ型，恐れ型の人と同じように，必ずしも適応的であるとは言えないのであろう。先述したように，子どもから大人になるに当たり，他者との良好な対人関係を構築する能力が不可欠になってくるが，自己観や他者観のいずれかでもネガティブである不安定型の人には，このような良好な対人関係を容易に構築することが困難なのであろう。

さらに，本研究では，自立の下位尺度である良好な親子関係においても，安定型の人が不安定型の人よりも得点が高かった。愛着スタイルは，乳幼児期の養育者との愛着関係において形成され，発達したものであるが（金政，2003），このような愛着スタイルは，現在の親子関係の良好さをも捉えるようである。勿論，本研究では，乳幼児期からの縦断研究を行っているわけではないため，愛着の連続性については述べることができないが[3]，乳幼児期の親子関係が幼児期の愛着につながっており，乳幼児期の愛着は成人の愛着に発展するものである（繁多，1999）ならば，乳幼児期の親子関係が，将来の自立と関連するような青年期以降の親子関係を予測しうる可能性もあると考えられる。今後の研究として，愛着の連続性ばかりではなく，そもそもの親子関係がどのように変化していくのかを，また，乳幼児期の親子関係がその後の親子関係をどの程度予測しうるかということについて，長期の縦断研究を行う必要があると思われる。

また，とらわれ型の人は愛着安定型の人より主体的に自己を主張するような行動には結びつきにくいようであった。とらわれ型の特徴として，他者に受け入れられるかということに対する不安が存在するが，このような不安があるがために，自己が主体的に考え，行動するよりは，他者の考えや行動に従属することのほうが安心感を得ることができるのであろう。このことは，やはり自立的であるとは考えにくく，さらには，とらわれ型の人が望んでいるような他者から受け入れられるような良好な対人関係とも必ずしも結びつくものではないだろう。

本研究の結果を総合的に見てみると，愛着スタイルと自立とが関連するものであると言える。すなわち，大石・松永（2008）が指摘するように，自立の発達には，親

子関係が大変重要であると考えられる。しかし，本研究において，社会的関心と生活身辺処理では，愛着スタイルによる違いが認められなかった。大学生の愛着スタイルは，乳幼児期に形成された愛着が発達し，対人関係様式全般に影響を及ぼすものとされていることから，社会や政治への関心や，生活面での自活とは関連が見いだせなかったのかもしれない。すなわち，親子関係が及ぼす自立の側面は，あくまでも対人関係に関連するものだけであり，それ以外の大学生の興味関心や生活力といったことには影響を及ぼさないのであろう。これらの自立の側面は，実際に自らが経験することやその経験について他者と会話を行うことなどを通じて発達するものであるかもしれない[4]。さらに，本研究での自立を測定する尺度はオリジナルのもの（大石・松永，2008）とは異なり，本研究での因子分析の結果，経済的な自立に関する項目等，いくつかの項目や因子が削除されてしまった。大石・松永（2008）は，自立は心理的な問題であるだけでなく，経済的な条件が満たされることも自立するために欠かすことができないと述べており，本研究の自立を測定する尺度では，包括的な自立の概念を捉えていないのかもしれない。今後は，大学生と専門学生の経済的能力と自立の関係や，経済的自立と愛着スタイルの関連等，引き続き検討が必要だと考えられる。

注釈

1）本研究では，Griffin & Bartholomew（1994）の提案に従い，尺度の妥当性を確かめている。被調査者は，はじめに各愛着スタイルについてどの程度自分にあてはまるかを評定した。次にその得点を用いて，自己観得点と他者観得点を算出した。その算出方法は，自己観得点＝安定型得点＋拒絶型得点－（とらわれ型得点＋恐れ型得点），他者観得点＝安定型得点＋とらわれ型得点－（拒絶型得点＋恐れ型得点）である。自己観がポジティブな安定型・拒絶型と自己観がネガティブなとらわれ型・恐れ型で，自己観得点に差があるかどうかについてt検定を行ったところ，有意差が見られた（$t(358)=16.10$, $p<.001$）。自己観がポジティブである安定型・拒絶型（M＝1.75, SD＝2.91）が，自己観がネガディブであるとらわれ型・恐れ型（M＝－3.33, SD＝2.88）より，自己観得点が高かった。また，他者観がポジティブな安定型・とらわれ型と他者観がネガティブな拒絶型・恐れ型で他者観得点に差があるかどうかについて，t検定を行ったところ，有意差が見られた（$t(208)=14.57$, $p<.001$）。他者観がポジティブである安定型・とらわれ型（M＝2.96, SD＝2.33）が，他者観がネガティブである拒絶型・恐れ型（M＝－1.44, SD＝2.91）より，他者観得点が高かった。これらの結果から，安定型は自己観・他者観がポジティブであり，拒絶型は自己観がポジティブ，他者観がネガティブ，とらわれ型は自己観がネガティブ，他者観がポジティブ，恐れ型は自己観・他者観がネガティブであることが，本研究においても確認された。

2）尺度を作成した大石・松永（2008）において報告されているCronbachのα係数は，主体的自己で$\alpha=.81$，協調的対人関係で$\alpha=.81$，社会的関心で$\alpha=.70$，生活管理で$\alpha=.62$，生活身辺処理で$\alpha=.65$，経済的自活で$\alpha=.68$，共生的親子関係で$\alpha=.59$であった。

3）愛着の連続性に関するレビューは，金谷（2009）や岡島（2008）を参照のこと。

4）本研究において，実家暮らしとひとり暮らしとでは，社会的関心得点，および，生活身辺処理得点の両方で有意な違いが認められている（社会的関心得点：$t(345)=2.58$, $p<.05$；生活身辺処理得点：$t(139)=-23.21$, $p<.001$）。社会的関心では，実家暮らし（M＝13.3, SD＝4.28）のほうがひとり暮らし（M＝11.9, SD＝4.48）より得点が高く，生活身辺処理では，ひとり暮らし（M＝8.77, SD＝1.67）のほうが実家暮らし（M＝3.61, SD＝1.91）より得点が高かった。すなわち，実家暮らしでは，家族で社会的な出来事に関する会話を行う機会があることや新聞等の情報が手に入りやすい環境であることが社会的関心を伸ばすことにつながっているのではないかと考えられる。しかし，一方で，炊事洗濯等は，親に任せているため，生活身辺処理の経験を培うのは難しいのではないかと考えられる。

参考・引用文献

Bartholomew, K. & Horowitz, L. M.（1991）. Attachment styles among young adults: A test of four-category model. Journal of Personality and social Psychology, 61, 226–244.

Bowlby, J.（1969）. Attachment and Loss, vol.1, Attachment. London: The Hogarth Press.（黒田実朗・大羽蓁・岡田洋子（訳）（1976）. 母子関係の理論Ⅰ 愛着行動. 東京：岩崎学術出版社）.

Bowlby, J.（1973）. Attachment and Loss, vol.2, Separation: Anxiety and anger. London: The Hogarth Press.（黒田実朗・岡田洋子・吉田恒子（訳）（1977）. 母子関係の理論Ⅱ 分離不安. 東京：岩崎学術出版社）.

江口恵子（1966）. 依存性の研究. 教育心理学研究, 14

(1), 45–58.

福島朋子（1997）．成人における自立観－概念構造と性差・年齢差－．仙台白百合女子大学紀要，創刊号，15–26.

Griffin, D. & Bartholomew, K.（1994）. The metapsysics of measurement.: The case of adult attachment. In K. Bartholomew & D. Parlman（Eds.）. Advance in Personal relationship, 5, Attachment process in adulthood（pp.17–52）. London: Jessica Kingsley Publishers.

繁多進（1999）．乳幼児発達心理学－子どもがわかる好きになる－．東京：福村出版.

金谷有子（2009）．愛着の縦断研究とその臨床応用への寄与について．埼玉学園大学紀要（人間学部篇），9, 185–196.

金政祐司（2003）．成人の愛着スタイル研究の概観と今後の展望－現在，成人の愛着スタイル研究が内包する問題とは－．対人社会心理学研究，3，73–84.

加藤和生（1998）．Bartholomew らの4分類愛着スタイル尺度（RQ）の日本語版の作成．認知・体験過程研究，7, 41–50.

高坂康雅・戸田弘二（2005）．青年期における心理的自立（Ⅲ）－青年の心理的自立に及ぼす家族機能の影響－．北海道教育大学紀要（教育科学編），55（2），77–85.

岡島泰三．（2008）．内的作業モデルの変化に関する研究の展望と今後の課題．臨床教育心理学研究，34, 33–39.

大石美佳・松永しのぶ・伊藤嘉奈子・鈴木公基・前野澄子（2007）．青年から大人への移行期の自立意識に関する研究－大学生の自立意識の構造とその実態－．鎌倉女子大学学術研究所報，7, 55–73.

大石美佳・松永しのぶ（2008）．大学生の自立の構造と実態－自立尺度の作成－．日本家政学会誌，59（7），461–469.

白井利明（2006）．よくわかる青年心理学．京都：ミネルヴァ書房.

鳥居瑶子・岡島泰三・桂田恵美子（2011）．大学生の一人でいられる能力と愛着スタイルとの関連－「一人行動に対する不安耐性」尺度の作成－．臨床教育心理学研究，37, 33–39.