

原 著

## 日常ストレス経験に伴う特定の親友との 相互作用と心理的健康 —過去1ヶ月間の経験に関する検討—

福 岡 欣 治<sup>\*1</sup>

### 要 約

本研究では、過去1ヶ月間でのストレス経験について、特定の親友との関係における、サポートおよび否定的相互作用と精神的健康の関係を調べた。回答者は大学生271名（男性165名、女性106名）であった。調査内容として、まず日常的な接触のある親しい友人を一人だけ挙げてもらった。次に6つの生活ストレス体験状況について、それぞれ過去1ヶ月間での経験の有無をたずねた。そして、ストレス状況の経験がある場合に、先に挙げた特定の親友に自分の体験を話したか、その親友からサポートが得られたか、否定的な相互作用があったかどうかをたずねた。そのうえで、最近1週間の気分状態（ポジティブ、ネガティブ）、およびストレス体験を通じた心理的变化（下位尺度は「成長」「否定」「感謝」）との関連性を検討した。その結果、親友からのサポートはポジティブ気分そして心理的变化の成長および感謝と相関があり（ $r=.22-.34, p<.001$ ）、否定的相互作用はネガティブ気分および心理的变化の「成長」「否定」と有意な相関があった（ $r=.13-.25, p<.05-.001$ ）。ストレス体験に伴う親友との相互作用は、先行研究と同様にサポート受領と否定的相互作用がそれぞれ異なる関連性を示し、また気分状態だけでなくストレス体験による心理的变化との間にも有意な関連性が認められた。

### 1. 問題と目的

日常生活の中で、一方が自分のストレス体験について話し、それを受けて他方が何らかのサポート行為をおこなうことがある。ストレス状況を体験した際、親しい友人にそのことを開示してサポートが得られることは、良好な気分状態の維持に寄与する<sup>1)</sup>。しかし、ストレス体験時、周囲から常に適切なサポートが得られるとは限らない。

この問題は旧来、ソーシャル・サポート受領の測度がしばしばストレス経験と交絡する<sup>2)</sup>（ストレス経験を体験した人が他者からサポートを受けるため、サポートの多さが同時にストレス経験の多さを反映してしまう）という問題から、必ずしも十分な検討がおこなわれていなかった<sup>3)</sup>。しかし、ストレス経験を体験とソーシャル・サポート受領を独立に測定し、前者で後者を補正することにより対処

できる<sup>4,5)</sup>。

福岡<sup>6)</sup>は、過去1週間での日常ストレス経験の友人への開示とその後のサポートはポジティブな気分と、開示後の否定的相互作用はネガティブな気分と関連することを示した。ただし、否定的相互作用の頻度は高いものではなかった。そこで福岡<sup>7)</sup>は対人ストレスの観点からの橋本<sup>8)</sup>の議論をふまえて「望まない相互作用」と「望んでいる相互作用の非実現」の2側面から否定的相互作用を把握した。その結果、サポート受領はポジティブな気分および充実感と正の、否定的相互作用はネガティブな気分と正、充実感と負の相関を示した。また後者では特に「望む相互作用の非実現」において「望まない相互作用の生起」よりも相対的にやや強い傾向を示した。

ただし、これらの研究では「親しい友人」を特定しておらず、相互作用の相手が複数のストレス経験

\*1 川崎医療福祉大学 医療福祉マネジメント学部 医療秘書学科  
(連絡先) 福岡欣治 〒701-0193 倉敷市松島288 川崎医療福祉大学  
E-Mail : fukuoka@mw.kawasaki-m.ac.jp

を通じて共通であるのか経験毎に異なるのかが明らかではなかった。特定の友人関係についての認知と友人関係一般についての認知とが異なる意味をもつことは、たとえば互惠性に関する研究ではしばしば指摘されている<sup>9)</sup>。自らのストレス体験やそれに伴う感情を打ち明ける相手は親密度の高い限られた友人であると思われるが、特定の親友1名との関係における相互作用が、必ずしも1名に限定されない不特定の親友との間での相互作用と結果的に同様の影響を心理的健康に及ぼすのか、ということは重要な問題である。なぜなら、相互作用が心理的健康に及ぼす影響には、その相互作用以前に存在していた関係の質や相手への期待、その時点で双方がおかれている状況など、さまざまな要因が関連すると考えられるからである<sup>7)</sup>。

そこで福岡<sup>10)</sup>は、日常的なストレス状況体験時の親しい友人からのソーシャル・サポート受領がポジティブな気分と関連し、親しい友人との否定的な相互作用がネガティブな気分と関連する<sup>6,7)</sup>、という研究の枠組みを踏襲しつつ、想起させる友人関係を特定の親友1名に指定し、そのうえでストレス体験時におけるその親友との間での相互作用についてたずねた。その結果、親友からのソーシャル・サポート受領はポジティブ気分および充実感と正の相関がある一方、否定的相互作用は充実感と負の相関があった。「望む相互作用の非実現」ではネガティブ気分とも有意傾向の関連性が認められた。これらは、相互作用の相手である親友を1名に特定していない福岡<sup>7)</sup>とおおむね同様の結果であった。

本研究では、この知見のさらなる拡張を目指し、想起させる友人関係を特定の親友1名に指定しつつ、過去1ヶ月間での日常ストレス経験についてたずねた。また、近年のストレス後成長に関する先行研究<sup>11-13)</sup>を参考に、その1ヶ月間のストレス経験と親友との相互作用をふまえた肯定的および否定的な心理的变化<sup>14)</sup>を測定した。そのことによって、日常的なストレス経験にともなう特定の親友との相互作用の、より長期的な影響について検討した。

## 2. 方法

### 2.1 対象者

大学生271名(男165名, 女106名)から有効回答を得た。年齢は19-34歳(M=20.31, SD=1.32)。自宅通学者の比率は85.1%であった。福岡<sup>7)</sup>に比べると男子学生の方が多く自宅通学者の比率が高いものの、おおむね類似した人口統計学的特徴をもつサンプルであった。

### 2.2 調査内容

2.2.1 現在の親友 現在の同性親友1人(同程度に親しい人が複数いる場合は、接触頻度の多い方)のイニシャルを記入してもらい、その親友と自分との親密度および接触頻度を各1項目(1.それほど親しく/頻繁ではない~7.非常に親しく/頻繁である)でたずねた。

2.2.2 ストレス状況体験 福岡<sup>7)</sup>で用いられた8状況のうち、回答者の負担を考慮して体験率が相対的に低かった2状況を削除した6状況を用いた(各ストレス状況の内容は表1を参照)。これらを順に提示し、それぞれについて過去1ヶ月間で体験したかどうかを4段階(3.大いに、2.かなり、1.少し、0.全然)でたずねた。

表1 ストレス状況の体験率(%)

No.	ストレス状況の内容	体験率
①	どうしようかと迷うようなことが...	73.4
②	気分的に落ち込んでしまうようなことが...	66.4
③	いらいらしたり腹立たしくなるようなことが...	64.9
④	頭を悩ませてしまうようなことが...	72.7
⑤	不安になってしまうようなことが...	67.2
⑥	気晴らしに何かしたくなるようなことが...	76.4

2.2.3 ストレス体験後の相互作用 各ストレス状況を体験していた場合、状況体験にかかわる親しい友人との間での以下の相互作用を、それぞれ4段階(3.大いに、2.かなり、1.少し、0.全然)で回答を求めた。この回答を求めるにあたって、福岡<sup>7)</sup>とは異なり、先の質問で挙げられた特定の親友1名との間での4種類の相互作用について回答するよう指示した。すなわち、①ストレス体験の自己開示: 体験した出来事やそれに関する自分自身の気持ちについて、親しい友人に話したかどうか。②ソーシャル・サポート受領: 親しい友人とのやりとりの中で、友人がしてくれてよかったと思うことがあったか。③「望まない相互作用の生起」としての否定的相互作用: 親しい友人とのやりとりの中で、できれば友人にしないでほしかったと思うことがあったか。④「望む相互作用の非実現」としての否定的相互作用: 親しい友人とのやりとりの中で、できればしてほしかったのに、してくれなかったと思うことがあったか。なお、回答者が具体的に想起しやすいよう、②については「例: あなたの気持ちを受けとめる、話を聴く、元気づける、気分を和ませる、友人なりの考えを言うなど」、③については「例: 大したことでもないように言う、安易に同情する、あなたの考えを否定したり攻めたりするなど」、④に

については「例：気持ちを受けとめてくれない、話を聞いてくれない、元気づけてくれないなど」とそれぞれ付記したうえで回答を求めた。これらの付記の内容は、②については福岡<sup>4,5)</sup>、③④については橋本<sup>8,15)</sup>などを参考に設定した。

2.2.4 心理的健康 ①気分状態：福岡<sup>6)</sup>の20項目より、因子負荷量の低かった順に4項目を除いた計16項目（「ほっとした気持ちだ」などポジティブ8項目、「気持ちが沈んでしまう」などネガティブ8項目）を使用した。各項目について最近1週間での気分にあてはまるかどうかを、それぞれ3段階（全然ちがう、少しそうだ、そのとおりだ）でたずねた。②ストレス体験を通じた心理的变化：福岡<sup>14)</sup>により、ストレス体験によって自分自身に生じたと考えられる自己、他者、周囲についての考え方の変化について、肯定的な側面と否定的な側面の両方が含まれるよう作成された20項目を用いた。これらは「成長」（例：物事に取り組むときの忍耐強さが増した、困難な出来事にも立ち向かっていけると思うようになった）、「否定」（例：人間の醜さ・邪悪さを感じるようになった、自分に自信がもてなくなった）、「感謝」（例：生命の大切さを実感するようになった、他人を思いやる気持ちをもてるようになった）の3内容からなる。上述の6状況およびその際の相互作用を経て、自分自身に変化があったと思うかどうかを4件法（1. そうでない～4. おおいにそうである）で回答してもらった。

### 2.3 手続き

複数の大学の授業において、受講者に対して説明および調査票を配布し、その場で回収した。調査はいずれも無記名でおこない、かつ別途調査への協力に関する文書での同意を得た。

## 3. 結果

### 3.1 親友との関係

親密度と接触頻度の平均値（SD）は、それぞれ

5.79（1.04）、4.24（1.73）であった。また、最頻値は前者が6、後者が5であった。相当に親密であり、少なくとも中程度の接触頻度のある友人が挙げられていることが確認された。

### 3.2 ストレス状況体験の頻度

6状況の内容と体験率（「少しあった」「かなりあった」「大いにあった」を合わせた回答率）を表1に示す。いずれもほぼ6-7割以上（64.9-76.4%）の体験率であった。6つのストレス状況のうち回答者がいくつの状況を体験したかを示す状況体験個数の平均値は4.21（SD=1.77）であった。そして、回答者の95.6%（259名）は最低1つ以上のストレス状況を過去1か月間のうちに体験していた。これらの数値はいずれも、過去1週間での体験をたずねた福岡<sup>7)</sup>を若干上回る程度であった。

### 3.3 ストレス状況体験時における親しい友人との相互作用

6状況のうち最低1つ以上を体験した人（N=259）を対象に、挙げてもらった特定の親友1名との間での、ストレス状況体験時における相互作用について調べた。すなわち、相互作用の生起率（ストレス状況の場合と同じく、「少し」「かなり」「大いに」あったと回答した人を合計した割合）、最低1状況以上を経験した人の割合、相互作用を経験した状況数の平均、さらにストレス状況を経験した場合に1状況あたりではどの程度の相互作用があったか、すなわち状況の体験個数（=相互作用の回答がなされる項目の数）で相互作用度の合計点を除した、状況当たりの相互作用度（理論値は0-3）の平均値を算出した。

その結果、表2に示すとおり、自己開示とソーシャル・サポート受領を少なくとも1度は経験した人の比率は83.0%であり、状況別にみても5割前後から8割近い経験率であった。他方、否定的相互作用は状況別では生起率が低かったものの、過去1ヶ月間に少なくとも1度は経験した人が半数近くみら

表2 ストレス状況体験時における相互作用

状況体験時の相互作用	6状況での生起率 (%)	最低1状況以上の経験率 (%)	経験した状況の数 平均 (SD)	1状況あたりの相互作用度 平均 (SD)
ストレス体験の自己開示	52.8-75.4	83.0	2.30 (1.97)	1.06 (0.80)
ソーシャル・サポート受領	50.0-78.4	83.0	2.68 (1.92)	1.03 (0.78)
否定的相互作用				
望まない相互作用の生起 (A)	12.1-30.5	33.2	0.77 (1.41)	0.20 (0.39)
望む相互作用の非実現 (B)	14.8-29.4	35.9	0.91 (1.53)	0.23 (0.42)
否定的相互作用計 (A+B)	18.1-39.7	45.2	1.15 (1.66)	0.43 (0.76)

(N=259)

れた。これらの結果は、6状況を通じた経験率としては過去1週間について調べた福岡<sup>7)</sup>とほぼ同様であり、開示やソーシャル・サポート受領がごく一般にみられること、否定的な相互作用もまれな現象ではないことが示された。他方、個別の状況で見ると経験率が低く、相互作用の量も多くはないことが示された。

### 3.4 ストレス体験、相互作用と精神的健康の関連性

ストレス状況を最低1つ以上体験した回答者(N=259)を対象に、状況体験度、状況体験の開示度、親友からのソーシャル・サポート受領、そして否定的相互作用(望まない相互作用、望む相互作用の非実現、両者を合わせた得点の3種類)について、それぞれ評定値の合計点をストレス状況の体験個数で割ることにより、ストレス状況を経験した場合におこなわれた相互作用を表すものとして各個人の得点を算出した。また、心理的健康(気分状態、ストレス体験を通じた心理的变化)については、それぞれ主成分解・プロマックス回転の因子分析により、先行研究と同様の下位尺度での各因子得点を算出した。そして、これらの変数間での関連性を、回答者の性別ならびに親友との親密度および接触頻度を統制した偏相関係数により検討した。その結果を表3に示す。

まず、ストレス体験の多さは様々な相互作用の多さと結び付いている一方、ネガティブな気分を強め、ポジティブな気分を減少させていた。これに対し、ストレス体験にかかわる自己開示とその際のサポート受領はともにポジティブな気分を強める方向での関係性があり、否定的相互作用は逆に、ネガティブな気分を強める方向での関係性が認められた。なお、否定的相互作用のうち「望まない相互作用

の生起」と「望む相互作用の非実現」では、後者の方がわずかながらネガティブ気分との関連が強いようであった

ストレス体験に伴う心理的变化に注目すると、ストレス体験は「成長」「感謝」「否定」のすべて、つまり肯定的変化と否定的変化の両方と正の相関を示した。自己開示とサポート受領はいずれも「成長」「感謝」という肯定的変化と有意な正の関連性示し、かつその関係の強さは開示よりもサポート受領の方が大きかった。否定的相互作用はいずれも心理的变化の「否定」と0.1%水準での有意な正の相関を示したが、「成長」とも弱いながら有意な正の相関を示した。「感謝」との有意な関連性はみられなかった。

### 4. 考察

本研究は、日常的なストレス状況体験時の親しい友人からのソーシャル・サポート受領がポジティブな気分と関連し、親しい友人との否定的な相互作用がネガティブな気分と関連する<sup>6,7)</sup>、という知見に対して、2つの点での拡張を意図しておこなわれた。1つは、福岡<sup>10)</sup>と同様に、特定の親友との間での相互作用を捉えること、そしてもう1つは、過去1ヶ月間での日常ストレス体験とその後の相互作用がもつ影響に目を向け、その際に、その時点での気分状態だけでなく、1ヶ月間のストレス体験と相互作用をふまえた肯定的および否定的な心理的变化との関連性も検討することであった。

本研究の結果は総じて、従来の知見の拡張に成功したと考えられる。すなわち、親友からのソーシャル・サポート受領はポジティブ気分と正の相関がある一方、否定的相互作用は「望む相互作用の非実現」を中心にネガティブ気分と正の相関があった。

表3 ストレス体験、相互作用と精神的健康の関連性(偏相関係数)

変数	①ストレス体験	②自己開示	③ソーシャルサポート	④望まない相互作用	⑤望む相互作用の非実現	⑥否定的相互作用全体(④+⑤)
① ストレス体験						
② 自己開示	.16 *					
③ ソーシャルサポート	.17 *	.74 ***				
④ 望まない相互作用	.19 **	.18 **	.10			
⑤ 望む相互作用の非実現	.24 ***	.14 *	.07	.75 ***		
⑥ 否定的相互作用全体(④+⑤)	.23 ***	.17 **	.09	.93 ***	.94 ***	
⑦ ネガティブ気分	.51 ***	-.03	-.06	.14 *	.18 **	.17 **
⑧ ポジティブ気分	-.19 **	.20 ***	.22 ***	.07	.03	.05
⑨ 心理的变化:成長	.19 **	.21 ***	.34 ***	.13 *	.13 *	.14 *
⑩ 心理的变化:否定	.33 ***	-.07	-.06	.22 ***	.24 ***	.25 ***
⑪ 心理的变化:感謝	.21 ***	.18 **	.30 ***	.09	.07	.08

#性別, 親密度, 接触頻度を統制した偏相関係数 (df=252) \*\*\*p<.001 \*\*p<.01 \*p<.05

さらに、心理的变化との関連では、サポート受領が「成長」や「感謝」といった肯定的な変化を強める方向での関連性を持ち、これに対して否定的相互作用は否定的な変化を強める方向での関連性をもっていった。日常のストレス体験後の親友との相互作用は、その内容に応じて当人の心理的健康に異なる影響をおよぼすことが強く示唆される。なお、ストレス体験時のソーシャル・サポートと心理的变化の「成長」や「感謝」との関係、また否定的相互作用と心理的变化の「否定」との関係は、それぞれのポジティブ気分やネガティブ気分との関連性よりも強いようであった。ストレス体験時の相互作用は、短期的によりも長期的に当人の心理的健康を変化させるのかもしれない。

なお、本研究ではストレス体験後の否定的相互作用が弱いながらも心理的变化の「成長」と有意な正の相関を示した。ストレス体験の強さが肯定的および否定的変化の両方と正の相関をもつことは以前の研究<sup>10,16)</sup>でも報告されているが、否定的相互作用が成長を促進するということは実証的なデータとしては示されていない。1つの可能性として、否定的相互作用の生じた原因となるストレス事象が、従来の心理的变化に関する研究では、非常に強い外傷的なストレス体験（たとえば「今までの経験で最もストレスフルであった事柄」<sup>12-14)</sup>）が主に取り上げられていたのに対して、本研究では過去1ヶ月間に生じた日常的なストレス体験を取り上げており、ネガティブな気分を強めるような否定的相互作用の影響を克服することが自身の成長感につながったのかもしれない。

特定の親友1名に関して過去1ヶ月間のストレス体験に伴う相互作用を測定した場合でも、このようにサポート受領と否定的相互作用が精神的健康とそれぞれ異なる関連性を示したことは、福岡<sup>10)</sup>が述べているとおり、この測定の枠組みにもとづいて、いわゆるペア・データによって親友との関係における相互作用の影響を検討し得ることを意味する。親友

の視点からみた当人のストレス状況や、親友自身の認識によるソーシャル・サポートの提供、否定的な結果に終わった相互作用についての認識などについても検討することが可能である。もちろん、ペア・データの収集は自己報告に比べて調査の労力が大きい、親友側からの視点と本人の視点とのズレを含めて、より緻密に現象を検討する意義は大きいと考えられる。

ただし、本研究の結果のすべてが従来の研究と整合性をもっていたわけではない。たとえば、特定の親友との関係を検討した福岡<sup>10)</sup>では、各状況での相互作用の生起頻度が低めであり、またストレス体験とそれに関する事象開示やソーシャル・サポート受領の関連性が有意でなかった。本研究では、ストレス体験率は高いものの相互作用は福岡<sup>10)</sup>と同様に低く、他方、ストレス体験と開示やサポート受領との関係は、福岡<sup>7)</sup>など特定の親友に限定しない研究と同程度の有意な関連性がみられた。これについては、親密度の高い友人ではストレス状況の体験が一定以上積み重なることで相互作用が補償的に（親密であるがゆえに）増加するという可能性もあるが、過去1週間の回顧報告では関連がなく過去1ヶ月では関連があることに対して合理的な説明をすることは難しい。現象そのものが不安定であるという可能性もある。結果の一般性を高める意味でも、さらに研究を積み重ねる必要がある。

#### 注

本稿は、日本心理学会第75回大会（2011年9月、日本大学文理学部）での発表内容にもとづき、新たな観点を加えてまとめ直したものである。本研究の実施にあたり、平成21-23年度科学研究費補助金（基盤研究（C））、課題番号21530669）による補助を受けた。また、調査の実施に際しては、阿蘇裕矢先生（静岡文化芸術大学）ならびに畑中美穂先生（名城大学）のご助力を得ました。記して謝意を表します。そして、貴重な回答を寄せてくださった学生の皆さんに深く感謝いたします。

#### 文 献

- 1) 福岡欣治：日常ストレス状況での友人への自己開示とソーシャル・サポート（3）—開示に対する友人からのサポートと気分状態の改善—。静岡文化芸術大学研究紀要, 8, 25-30, 2008.
- 2) Barrera M Jr: Distinction between social support concepts, measure, and models. *American Journal of Community Psychology*, 14, 413-445, 1986.
- 3) Rook KS and Underwood LG: Social support measurement and intervention: Comments and future directions. In Cohen S, Underwood L and Gottlieb B. (Eds.) *Social support measurement and intervention: A guide for health and social scientists*. Oxford: Oxford University Press. 311-334, 2000.
- 4) 福岡欣治：日常ストレス状況における友人との支持的な相互作用が気分状態に及ぼす効果。静岡県立大学短期大学部研究

- 紀要, 14(3), 7-1-7-19, 2000.
- 5) 福岡欣治：日常ストレス状況体験における親しい友人からのソーシャル・サポート受容と気分状態の関連性. 川崎医療福祉学会誌, 19(2), 319-328, 2010.
  - 6) 福岡欣治：日常ストレス経験に伴う対人相互作用と気分状態の関係—気分尺度の予備的検討—. 川崎医療福祉学会誌 20(2), 475-479, 2011.
  - 7) 福岡欣治：日常ストレス経験に伴う友人との肯定的および否定的相互作用と心理的健康—否定的相互作用の種類に注目した検討—. 川崎医療福祉学会誌, 21(1), 115-119, 2011.
  - 8) 橋本剛：肯定的／否定的対人関係のストレス媒介効果. 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, 47, 89-101, 2000.
  - 9) 谷口弘一：ソーシャル・サポートの互恵性と適応—個人内および個人間発達の影響—. 谷口弘一・福岡欣治編, 初版, 北大路書房, 京都, 117-134, 2006.
  - 10) 福岡欣治：日常ストレス経験に伴う特定の友人との相互作用と心理的健康—過去1週間での経験に関する検討—. 川崎医療福祉学会誌, 21(2), 304-308, 2012.
  - 11) 逆井麻利, 松田英子：終末期医療に携わる臨床看護職者のストレスとストレス関連成長 (Stress-Related Growth) に関する研究. 健康心理学研究, 22(2), 40-51, 2009.
  - 12) 宅香菜子：ストレスに起因する自己成長感が生じるメカニズムの検討—ストレスに対する意味の付与に着目して—. 心理臨床学研究, 23(2), 161-172, 2005.
  - 13) Taku K, Calhoun LG, Tedeschi RG, Gil-Rivas V, Kilmer RP, and Cann A : Examining posttraumatic growth among Japanese university students. *Anxiety, Stress & Coping*, 20, 353-367, 2007.
  - 14) 福岡欣治：ストレス体験に伴う相互作用と自己概念の肯定的／否定的変化—実行されたサポートの役割に注目した探索的検討—. 日本社会心理学会第49回大会発表論文集, 230-231, 2008.
  - 15) 橋本剛：対人関係領域による支援的／問題的介入と心理的ストレスの関連. 人文論集, 52(2), A91-A106, 2002.
  - 16) 福岡欣治：ストレス体験の性質と自己概念の肯定的／否定的変化—ソーシャル・サポートとの関連を含めて—. 日本社会心理学会第52回大会発表論文集, 302, 2011.

(平成24年5月2日受理)

## Positive and Negative Social Interactions that Accompany Everyday Stress and Psychological Well-being: An Examination of the Influence of the Interactions with a Close Friend in the Last Month

Yoshiharu FUKUOKA

(Accepted May 2, 2012)

**Key words** : stress experiences, positive and negative social interactions, social support, close friend, psychological well-being

### Abstract

The present study examined the relationship of support and negative interaction with mental health concerning experience of stress in the last month in relationships with specific close friends of the participating 271 college students (165 men, 106 women). Participants were first asked to identify one close friend whom they had daily contact with. They were then asked whether they had experienced any of the six situations of life stress in the past month, and if they had, whether they had told the experience to the specific friend that they had identified, whether they had obtained support from the friend, and whether there had been negative interactions. Subsequently, correlations with mood (positive, negative) in the last week and psychological change through the stress experience (subscales: growth, denial, gratitude) were analyzed. Results demonstrated that support from close friend correlated with positive mood as well as psychological change of growth and gratitude ( $r = .22 - .34, p < .001$ ). Negative interactions showed significant correlations with negative mood as well as psychological change of growth and denial ( $r = .13 - .25, p < .05 - .001$ ). Interactions with a close friend related to stress experience were found to have different kinds of correlations for received support and negative interaction, and they showed significant correlations with psychological change from stress experience in addition to mood.

Correspondence to : Yoshiharu FUKUOKA

Department of Medical Secretarial Arts  
Faculty of Health and Welfare Services Administration  
Kawasaki University of Medical Welfare  
Kurashiki, 701-0193, Japan  
E-Mail : [fukuoka@mw.kawasaki-m.ac.jp](mailto:fukuoka@mw.kawasaki-m.ac.jp)  
(Kawasaki Medical Welfare Journal Vol.22, No.1, 2012 53-59)