

他者依存性とソーシャル・サポートが 心理的健康に及ぼす影響 —大学生の友人関係における実際のサポート授受に注目して—

福 岡 欣 治*¹

要 約

他者依存的な人は、ソーシャル・サポートが得られると感じていても、それが心理的な健康につながりにくく、サポートが得られる関係への満足度も低い。しかし、他者依存的な人では実際にサポートのやりとりが少ないのかどうかについての検討はまだなされていない。そこで、調査1では大学生179名を対象に、他者依存性と友人関係におけるサポートの入手および提供可能性との関係、およびそれらと抑うつおよび充実感との関係について検討した。1ヶ月後におこなった調査2では、調査1に回答した大学生のうち116名の協力を得て、他者依存性と友人関係における過去1ヶ月間での実際のサポート授受との関係、およびそれらと抑うつおよび充実感との関係について検討した。その結果、他者依存性の高さは、サポート入手・提供の可能性のみならず実際のサポート量を減少させることによって、心理的健康に影響することが示された。

1. 問題と目的

ソーシャル・サポート研究は、支持的な対人関係の存在やそこから得られる様々な援助が、心身の健康の維持に寄与することを主張してきた^{1,2)}。一方、ソーシャル・サポートに代表される養護的・支持的な関係を慢性的に強く求める他者依存的な人は、抑うつを始めとする種々の心理的苦痛に陥りやすいことが指摘されてきた^{3,4)}。

他者依存的な人は、仮にソーシャル・サポート（以下適宜「サポート」と表記する）が得られると感じていても、それが心理的な健康につながりにくい⁵⁾。また、多くのサポートを望みつつも実際にサポートを得ることは心理的な抵抗感をより強く感じており、サポートのやりとりが想定される対人関係への満足度も低い⁶⁾。なお、これらの特徴は、大学生の場合、家族サポートよりも友人サポートにおいて顕著に見出される⁷⁾。

しかし、他者依存的な人では実際にサポートのや

りとりが少ないのかどうか、についての検討はなされていない。Shahar⁸⁾は他者依存性に関する3つの測度とソーシャル・サポートの関係を検討しているが、そこで扱われているソーシャル・サポートの指標は入手可能性である。田中⁹⁾は他者依存性とサポートの入手可能性と求めるサポートおよび両者のズレとの関係を検討しているが、やはり実際のサポート授受については扱っていない。他者依存性が心理的苦痛を生み出す要因、またサポートが効果を発揮する個人内の条件を知る上で、実際のサポート授受について検討することは重要である。

そこで本研究では、大学生の友人関係におけるサポートの授受に注目した2つの調査を実施した結果について報告する。調査1ではサポートの入手および提供の可能性（いわゆる知覚されたサポート）を、調査2では実際のサポートの入手と提供（実行されたサポート）を測定する。本研究の目的は、他者依存性と知覚されたサポートおよび実行されたサポー

*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

との関係, そしてこれらと心理的健康(充実感, 抑うつ)との関係について検討することである。

2. 調査1

2.1 目的

他者依存性とサポートの入手および提供可能性との関係, およびそれらと抑うつおよび充実感との関係について検討する。

2.2 方法

2.2.1 対象者と手続き

大学生を対象に調査を実施した。心理学関係科目の受講者に協力を求め, 2週間の提出期間を設けて回収した。有効回答者数は179名(男子91名, 女子88名)であり, 年齢の範囲は18-22歳(M=19.40, SD=0.95), 自宅通学者の割合は58.7%であった。

2.2.2 測定内容

(1) 他者依存性

Hirschfeldら¹⁰⁾による他者依存性尺度(Interpersonal Dependency Scale: IDI)の日本語版¹¹⁾から, 福岡^{5,6)}と同様に「情緒的依頼心(6項目)」「社会的自信の欠如(9項目)」の計15項目を用いた。評定方法は4件法(1. そうでない~4. 非常にそうである)であり, 両尺度の平均値を指標とした。合成前の各尺度におけるCronbachの α 係数はそれぞれ0.65と0.74であり, 両者の相関は $r=.16$ ($p<.05$)であった。

(2) サポートの入手および提供可能性

親しい友人との関係を想定させ, サポートの入手と提供の可能性をそれぞれ8項目でたずねた。入手可能性の項目は福岡¹²⁾で用いられたのと同様であり(例: 私が落ち込んでいるときがあれば, 友だちは私を元気づけてくれるだろう), 提供可能性については自分が親しい友人に対して自分がおこなうサポートについてたずねた(例: 友だちが落ち込んでいるときがあれば, 私は友だちを元気づけてあげられるだろう)。評定方法は入手可能性・提供可能性ともに4件法(1. そうでない~4. そうである)とした。Cronbachの α 係数は, 入手可能性・提供可能性とも0.80以上であった。

(3) 心理的健康

①充実感, 抑うつ 心理的健康を肯定的側面と否定的側面の両方から捉えることを意図し, 充実感と抑うつを測定した。内容は, 福岡¹³⁾を修正した18項目を用いた。充実感9項目は大野¹⁴⁾, 抑うつ9項目は健康調査票THI(Today Health Index)¹⁵⁾の下位尺度である抑うつ性尺度にもとづき作成した。評定方法はいずれも4件法(1. そうでない~4. 非常にそうである)とした。 α 係数はともに0.80以上であった。

②精神健康調査票(GHQ)12項目版 中川と大坊¹⁶⁾による日本語版GHQから該当項目を抜粋して使用した。高得点ほど不健康であることを表す尺度であり, メンタルヘルスのスクリーニング検査としてもしばしば使用されている(たとえば本田ら¹⁷⁾)。

表1 調査1における変数間の関連性(偏相関係数)

変数	①	②	③	④	⑤
①他者依存性					
②サポート入手可能性	-.18*				
③サポート提供可能性	-.20**	.76**			
④抑うつ	.49***	-.21***	-.17*		
⑤充実感	-.07	.19*	.16+	-.13+	
⑥GHQ12項目版	.29***	-.14+	-.10	.43***	-.29***

*** $p<.001$, ** $p<.01$, * $p<.05$, + $p<.10$

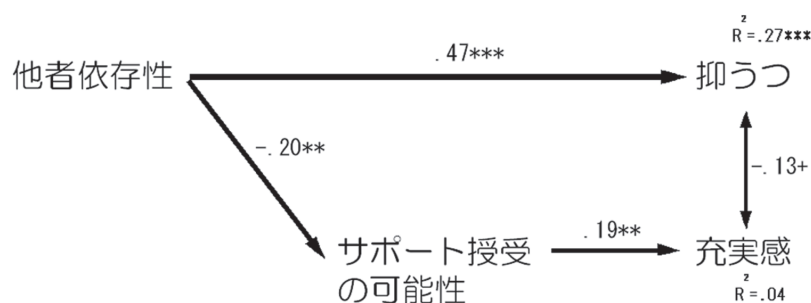


図1 他者依存性とサポート授受の可能性, 心理的健康の関連性

本研究では、心理的健康を表すものとして用いた充実感、抑うつとの関係の検討、ならびに調査2における統制変数として使用した。α係数は0.79であった。

2.3 結果と考察

年齢・性別・居住形態（自宅=1, 自宅外=2）を統制した上で、変数間の関係を検討した（表1）。その結果、他者依存性はサポート入手・提供可能性とは負の、抑うつとは正の有意な相関があった。サポートは入手・提供可能性とも抑うつと負の、充実感と正の相関があった。

サポートの入手-提供の相関が非常に高かったため両者を「サポート授受の可能性」を表すものとして合成し、「他者依存性→サポート授受の可能性→心理的健康」の仮説的な影響関係を想定した重回帰分析によるパス解析をおこなった（図1）。その結果、他者依存性は抑うつをもたらすだけでなく、サポート授受の可能性を低めることで充実感を低下させることが示唆された。

3. 調査2

3.1 目的

他者依存性と友人関係における実際のサポート授受との関係、およびそれらと抑うつおよび充実感との関係について検討する。

3.2 方法

3.2.1 対象者と手続き

調査1の回答者に対し5週間後に同一の形式で再度協力を求め、116名（男女各58名、年齢M=19.47, SD=0.93, 自宅通学者54.3%）から有効回答を得た。なお、調査1の全ての変数について、調査2への回答の有無による有意差は認められなかった。

3.2.2 測定内容

(1) ストレス体験とサポートの入手・提供

親しい友人との関係を想定させ、過去1ヶ月間での自分のストレス体験時のサポート入手、および友人のストレス体験時のサポート提供について、各8項目で測定した。具体的には、入手・提供可能性の測定項目の前半すなわち状況部分（「……のとき」まで）を独立させて体験の有無を3段階（0.全然なかった~2.大いにあった）でたずね、体験があればその際にサポートを入手ないし提供したかを4段階

表2 調査2における変数間の関連性（偏相関係数）

変数	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧
①他者依存性								
②ストレス体験量(自分)	.24*							
③サポート受容量	.05	.65*						
④平均サポート受容量	-.14	-.13	.58***					
⑤ストレス体験量(友人)	.12	.62***	.57***	.13				
⑥友人へのサポート提供量	-.03	.54***	.70***	.37***	.84***			
⑦平均サポート提供量	-.20*	-.04	.34***	.49***	-.18+	.30**		
⑧抑うつ	.41***	.32***	.03	-.30**	.13	.11	-.12	
⑨充実感	.11	.08	.25*	.19+	.11	.14	.09	-.16

***p<.001, **p<.01, *p<.05, +p<.10

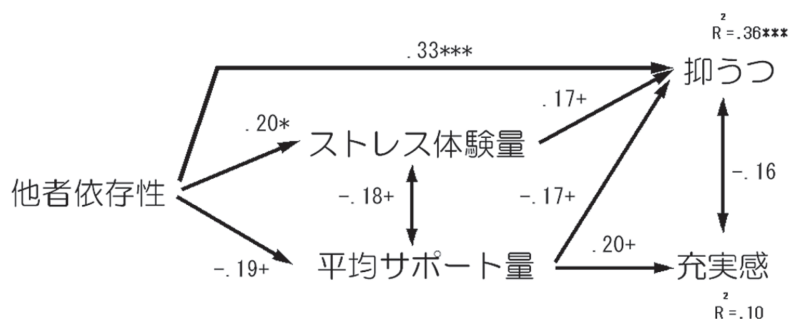


図2 他者依存性とストレス体験、実際のサポート授受と心理的健康の関連性

(1. そうでない～4. 非常にそうである) で回答させた。指標化にあたっては、サポート量の単純加算のほか、自分自身および友人のストレス状況体験、さらにサポート量を状況体験度で除した値(平均サポート量)も算出した。なお、これらの測定方法ならびに得点化の仕方は、福岡¹⁸⁾と同様であった。

(2) 心理的健康(充実感, 抑うつ)

調査1と同じ内容で測定した。 α 係数はともに0.80以上であった。

なお、分析にあたり、他者依存性とGHQ12項目版の得点については調査1のデータを使用した。

3.3 結果と考察

年齢・性別・居住形態, および調査1時点でのGHQ12項目版の得点を統制した上で, 変数間の関係を検討した(表2)。その結果, 他者依存性は自分自身のストレス体験および抑うつと正の, 友人への平均サポート提供量と負の相関があった。その他, ストレス体験量は抑うつと正の, 平均サポート受容量は抑うつと負, 充実感と正の相関があった。

自分自身と友人のストレス体験, およびサポートの入手と提供の相関が高かったため, それぞれの得点を合成して「ストレス体験」, 「平均サポート授受」の得点とした。その上で「他者依存性→ストレス体験, 平均サポート授受→心理的健康」の仮説的な影響関係を想定して, 調査1と同じく重回帰分析によるパス解析をおこなった。その結果, 依存性は直接あるいはストレス体験を介して抑うつをもたらすが, さらに平均サポート授受を減じることで心理的健康を損なうことも示唆された(図2)。

4. 総合考察

本研究の結果は, 他者依存性と心理的健康との関係が, 友人関係におけるサポート授受によって仲介されていることを示している。とりわけサポート授受は心理的健康のポジティブな側面としての充実感に影響するようであるが, 他者依存性は友人関係に

おける適切なサポート授受の妨げになる要因として考えることができる。

先行研究によれば, 他者依存性の高い人は, 無力な自己スキーマ(自己の無力感にかかわるスキーマ)を持つとされる^{19,20)}。このスキーマは依存関連情報のみならず他者の態度全般に対して敏感に反応することにもつながることが示唆されているが²¹⁻²³⁾, 特にその反応は依存に関係した動機づけや行動, 感情をもたらし得るか否かを左右するような対象に対して強くなることも報告されている²⁴⁾。

これらをふまえれば, 本研究で示唆された他者依存性の強い人における実際のサポート授受の少なさは, 実際には提供された, あるいは自ら提供したサポートに関する想起が不十分であるためとは考えにくい。たとえば社会的なスキルの不足などに起因する, サポートが必要な事態においてもそれに対応した行動ができないことから, 実際のサポート量の低さを反映していると考えられる。なお, Shahar⁸⁾はHirschfeldら¹⁰⁾のIDIで測定された他者依存性が, 同一時点でのサポートの入手可能性とは有意な相関をもたないのに対して, 8週間後に測定されたサポートの入手可能性とは負の有意な関連性をもつことを報告している。このことは, 他者依存性の高い人においてサポートを得るためにふさわしい対人関係の維持が困難であることを示唆しており, 社会的なスキルの影響が想定される。

ただし, 本研究は大学生を対象とした小規模な横断研究であり, 得られた関連性のいくつかは有意傾向にとどまっている。そのため, より大規模な縦断調査によって結果の再現性を確認する必要がある。また, 他者依存性に関しては複数の指標が併存しており, それぞれ測定している内容が異なるとの指摘がある⁸⁾。加えて, 親密な関係において相手に依存し得ることの意義²⁵⁾や, 依存性の適応的な側面に注目した研究の流れもある²⁶⁻²⁹⁾。今後, より幅広い視点から他者依存性の影響を考えていく余地も残されている。

注

本論文は, 著者と橋本幸同志社大学文学部教授(当時)との共同研究の一部に新たな観点を加えてまとめ直したものであり, 本論文のデータにもとづく最初の報告は, 日本性格心理学会大会(現:日本パーソナリティ心理学会)第12回大会にておこなわれた。なお, 調査の実施に際し, 橋本幸先生のほか, 佐藤豪先生(同志社大学心理学部教授)のご協力を賜りました。調査の実施に協力していただいた先生方, および回答者の皆様に対し, 改めて御礼申し上げます。

文 献

- 1) Cobb S: Social support as a moderator of life stress. *Psychosomatic Medicine*, 38, 300-314, 1976.
- 2) 久田満: ソーシャル・サポート研究の動向と今後の課題. *看護研究*, 20, 170-179, 1987.

- 3) Blat SJ, D'Afflitti JP and Quinlan DM : Experiences of depression in normal young adults. *Journal of Abnormal Psychology*, 88, 388-397, 1976.
- 4) Bornstein RF and Johnson JG : Dependency and psychopathology in a nonclinical sample. *Journal of Social Behavior and Personality*, 5, 417-422, 1990.
- 5) 福岡欣治 : 依存的な人にとってのソーシャル・サポートの限界—他者依存性と知覚されたサポートの効果に関する基礎的研究—。静岡県立大学短期大学部研究紀要, 12(3), 4-1-4-11。
http://sizcol.u-shizuoka-ken.ac.jp/~kiyou/12_3.html, 1998.
- 6) 福岡欣治 : 他者依存性と心理的苦痛の関係に及ぼすソーシャル・サポートの影響。対人社会心理学研究, 3, 9-14, 2003.
- 7) 福岡欣治 : 他者依存性と家族および友人との関係におけるソーシャル・サポート—大学生を対象として—。川崎医療福祉学会誌, 20(1), 259-265, 2010.
- 8) Shahar G : What measure of interpersonal dependency predicts changes in social support? *Journal of Personality Assessment*, 90, 61-65, 2008.
- 9) 田中花香理 : 他者依存性がソーシャル・サポートのストレス緩衝効果に及ぼす影響。広島大学大学院心理臨床教育研究センター紀要, 12, 90-99, 2013.
- 10) Hirschfeld RMA, Klerman GL, Gough HG, Barrett J, Korchin SJ, and Chodoff P : A measure of interpersonal dependency. *Journal of Personality Assessment*, 41, 610-618, 1977.
- 11) McDonald-Scott P : INTERPERSONAL DEPENDENCY INVENTORY Japanese Short Form (JIDI) : その作成と検定について。看護研究, 21, 451-460, 1988.
- 12) 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, 319-328, 2010.
- 13) 福岡欣治 : 友人関係におけるソーシャル・サポートの互恵性と感情状態(2) —認知レベル, 実行レベルでのサポート授受のズレとその安定性—。日本グループ・ダイナミクス学会第46回大会発表論文集, 152-153, 1998.
- 14) 大野 久 : 現代青年の充実感に関する一研究 : 現代日本青年の心情モデルについての検討。教育心理学研究, 32, 100-109, 1984.
- 15) 鈴木庄亮, 青木繁伸, 柳井晴夫編著 : THIハンドブック : 東大式日記健康調査のすすめ方。初版, 篠原出版, 東京, 1989.
- 16) 中川泰彬, 大坊郁夫 : 日本版 GHQ 精神健康調査票手引。初版, 日本文化科学社, 東京, 1985.
- 17) 本田純久, 柴田義貞, 中根允文 : GHQ-12項目質問紙を用いた精神医学的障害のスクリーニング。厚生指針, 48(10), 5-10, 2001.
- 18) 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.
- 19) Bornstein RF : The dependent personality: Developmental, social, and clinical perspectives. *Psychological Bulletin*, 112, 323, 1992.
- 20) Bornstein RF, Hg HM, Gallagher HA, Kloss DM and Regier NG : Contrasting effects of self-schema priming on lexical decisions and interpersonal stroop task performance: Evidence for a cognitive/interactionist model of interpersonal dependency. *Journal of Personality*, 73, 731-761, 2005.
- 21) Juni S and Semel SR : Person perception as a function of orality and anality. *Journal of Social Psychology*, 118, 99-103, 1982.
- 22) Masling J, Johnson C and Saturansky C : Oral imagery, accuracy of perceiving others, and performance in Peace Corps training. *Journal of Personality and Social Psychology*, 30, 414-419, 1974.
- 23) Masling J, O'Neill RM and Katkins ES : Autonomic arousal, interpersonal climate, and orality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42, 529-534, 1982.
- 24) 石川健太, 山口美和子, 澤 幸祐, 高田夏子, 大久保街亜 : 対人依存傾向が視線方向判断に与える効果。心理学研究, 85, 87-92, 2014.
- 25) Feeney BC : The dependency paradox in close relationships : Accepting dependence promotes independence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92, 268-285, 2007.
- 26) Bornstein RF and Languirand MA : *Healthy Dependency*. Newmarket Press, New York, 2004.
- 27) Fiori K, Cosedine N and Magai C : The adaptive and maladaptive faces of dependency in later life : Links to physical and psychological health outcomes. *Ageing and Mental Health*, 12, 700-712, 2008.

- 28) 竹澤みどり, 小玉正博: 青年期後期における依存性の適応的観点からの検討. 教育心理学研究, 52, 310-319, 2004.
- 29) 竹澤みどり, 小玉正博: 適応的な依存とは?—依存概念の再検討—. 筑波大学心理学研究, 31, 73-86, 2006.

(平成26年11月5日受理)

Interpersonal Dependency and Receiving and Giving Social Support with Friends in University Students

Yoshiharu FUKUOKA

(Accepted Nov. 5, 2014)

Key words : interpersonal dependency, social support, friends, late adolescence

Abstract

It is difficult for people with a dependent personality to utilize social support for maintaining psychological health. Through the two studies, we investigated the relationship among interpersonal dependency, social support with friends, and depression and the sense of fulfillment as psychological health in university students. We focused on possibility of receiving and giving support in study 1, and the actual amount of them during a one-month period. The results indicated that the degree of dependency on other people affected psychological health through decreasing the possibility of receiving and giving support, as well as the actual amount of support.

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

(Kawasaki Medical Welfare Journal Vol.24, No.2, 2015 201 – 207)