

資料

## 日常ストレス経験に伴う親友からの肯定的および 否定的相互作用と心理的健康 — ペア・データを含めた検討 —

福岡 欣治\*<sup>1</sup>

### 1. 問題と目的

自分自身のストレス体験について親しい他者に話し、あるいは親しい他者がそれに気づくことによって、その他者との間に何らかの相互作用が生まれる。これは、ストレス体験の自己開示<sup>1)</sup>、および開示後のソーシャル・サポートの授受<sup>2)</sup>にかかわる過程であり、従来から臨床社会心理学<sup>3,4)</sup>において注目されてきた。

ただし、ストレス状況を経験した後、周囲の他者がいつも適切なソーシャル・サポートを提供してくれるとは限らない。他者を助けようと意図した行為であっても受け手にとっては不適切であるかもしれないし、また単に何気ない行動が結果的に受け手を傷つけてしまうこともある<sup>5)</sup>。大学生の友人関係におけるソーシャル・サポート受領と否定的相互作用を取り上げた研究<sup>6)</sup>では、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ソーシャル・サポート受領はポジティブな気分と関連すること、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。また福岡<sup>7)</sup>は否定的相互作用を「望まない相互作用」と「望んでいる相互作用の非実現」の2側面からを把握し、ソーシャル・サポート受領と心理的健康との関連性を検討した。その結果、ソーシャル・サポート受領はポジティブな気分および充実感と正の関連をもつ一方、2側面からとらえた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すことを報告している。

以上の研究は友人関係一般についてのもの（特定の関係に限らない形での検討）であったが、友人関係一般についての認知と特定の友人関係についての認知は異なる意味をもつ<sup>8)</sup>。ストレス体験やそれに伴う感情は極めて個人的なことであり、それを打ち

明けるのは、単なる知人に対してではなく、親しさの程度の高い限定された友人関係においてであると推測される<sup>9)</sup>。さらに、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と考えられる。なぜなら、サポートを提供する側の視点に立った時、特定個人が親友に対しておこなう相互作用によって受け手の心理的健康が左右されるならば、それを実行するか否かは相手との関係にとっても大きな意味をもつことになるからである。

そこで福岡<sup>9)</sup>は、日常的に接触のある親しい友人を1人具体的に挙げさせたうえで、過去1週間でのストレス状況体験時のこの友人との相互作用についてたずねた。その結果、特定の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り、「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とを報告している。この結果は、特定の親友1名との関係における相互作用が、不特定の親友との間での相互作用と、おおむね同様の影響を心理的健康に及ぼすことを示唆している。

特定の親友との関係における相互作用が心理的健康と一定の関連性を示したことは、本人とその親友の双方から両者間での相互作用について回答を得る、いわゆるペア・データによる分析にも道を開くものといえる<sup>9)</sup>。ペアによる測定は、同一事象に関するそれぞれの認識の対応関係、およびそれらと他の変数との関連性の検討を可能にする。友人関係におけるペア・データの収集はパーソナリティ研究を

\*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

中心におこなわれている<sup>10,12)</sup>が、ソーシャル・サポート研究においては知見の蓄積が乏しい。

他方、ソーシャル・サポート研究の文脈においては、従来からサポートの受け手（受領者）と送り手（提供者）の間での認識の不一致が問題視されてきた。尾見<sup>13)</sup>は先行研究を概観し、指標を厳密にすると送り手-受け手のサポートに関する認識の一致率が低くなることを指摘している。また、中学生をサポートの受け手とし母親を送り手とする調査により、両者の認識の一致度が低いこと、母親の回答によるサポート提供は中学生の母親への満足度と関連しなかったことを報告している。ただし、それらの研究におけるサポートの指標は、一定期間内での実際の授受ではなく、ふだんの状態がどうであるかの評価であった。この場合、送り手と受け手で想起する事態が異なれば、サポートの授受に対しても異なる回答がおこなわれることになる。心理的健康との関連性も検討されていない。

これに対して福岡<sup>14)</sup>は、過去1週間でのストレス経験に際して特定の親友から受けたサポートおよび否定的相互作用の影響を検討する際、その特定の親友からも回答者（本人）に対するサポートおよび否定的行動についての情報を得た。そして、本人の回答する気分状態と、本人の回答による親友からのサポートおよび否定的相互作用との関連、ならびに親友の回答による本人に対するサポートおよび否定的相互作用との関連を調べた。しかし、サンプルおよびストレス状況の項目数が少なかったためか、ストレス状況の体験率が従来の研究よりも低く、また否定的相互作用と気分状態、充実感との有意な関連性が、従来は見出されてきた本人の回答においても認められなかった。

本研究ではその結果を受け、サンプル数の拡大、およびストレス状況の設定項目数を従来の研究と同数に戻すこと、の2点を改善した上で同じ問題を検討することとした。従って、本研究の目的は、過去1週間でのストレス経験に際して特定の親友から受けたサポートおよび否定的相互作用を、受領した本人の回答と提供した友人の回答の両面から測定し、両者の対応関係、ならびに心理的健康との関連性を検討することである。

## 2. 方法

### 2.1 対象者

大学生82名（男40名、女42名）と同性の親友1名のペア計82組を対象とした。平均年齢は本人が20.2歳（SD = 1.41）、親友が20.3歳（SD = 1.76）であり、自宅通学者の割合は本人が73.2%、友人が80.5%で

あった。これらにおいて本人と親友の間に有意差はなかった。

### 2.2 調査内容

調査票は本人用と親友用とで対応する内容からなり、本人用は基本的に自分自身のストレス体験にかかわる事項、親友用は相手のストレス体験にかかわる事項についての質問で構成された。なお、本人用調査票の内容は福岡<sup>9)</sup>と基本的に同様であった。

#### 2.2.1 本人用

(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、①その友人と自分との親密度（1.それほど親しくない～7.非常に親しい）、②ふだんの接触頻度（直接会ったりメールや電話などでやりとりする頻度：1.それほど頻繁ではない～7.非常に頻繁である）、③過去1週間での接触頻度（やりとりした日数：1.なし（0日）～5.ほぼ毎日）をたずねた。なお、イニシャルの記入を求めたのは、特定の親友1人を確実に思い出し、以下がその人についての回答であることを明確に意識してもらうためであった。

(2) ストレス状況体験 福岡<sup>6,15)</sup>で用いられた8つのストレス状況のうち、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週間での体験したかどうかを4段階（3.大いにあった～0.全然なかった）でたずねた。

(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相互作用の程度について、それぞれ4段階で回答を求めた。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；3.大いに話した～0.話さなかった）、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.あった～0.なかった）、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；3.あった～0.なかった）、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；3.あった～0.なかった）、についてたずねた。

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、そっとしておくなど」、③については「例：大したことでないように言う、安易に同情する、あなたの考えを否定したり責めたりするなど」、④については「例：気持ちを受けとめてくれない、話しを聴いてくれない、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>6,15)</sup>、③④については橋本<sup>16,17)</sup>などを参考に設定した。

(4) 心理的健康 ①気分状態：福岡<sup>18)</sup>の20項目をもとに因子負荷量の低かった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<sup>19)</sup>。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(1.全然ちがう、2.少しそうだ、3.そのとおりだ)でたずねた。②充実感：大野<sup>20)</sup>の充実感尺度から抜粋して作成した6項目(例：「毎日の生活にはりがある」など)を用い、現在の状態にあてはまる程度を5段階(1.まったくあてはまらない～5.ひじょうにあてはまる)でたずねた。

### 2.2.2 親友用

(1) 本人との関係 調査票を手渡してくれた人との関係について、まず①その人を良く知っているか(0.あまりよくは知らない～7.非常に良く知っている)を確認した後、本人用と同様に、①本人と自分との親密度(1.それほど親しくない～7.非常に親しい)、②ふだんの接触頻度(直接会ったりメールや電話などでやりとりする頻度：1.それほど頻繁ではない～7.非常に頻繁である)、③過去1週間での接触頻度(やりとりした日数：1.なし(0日)～5.ほぼ毎日)をたずねた。

(2) ストレス状況体験 本人用と同じ6つのストレス状況を順に提示し、それぞれについて、(自分自身ではなく)本人が過去1週間では体験したかどうかを推測させ、4段階(3.大いにあったと思う～0.全然なかったと思う/まったく想像がつかない)でたずねた。

(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本人との間での相互作用の程度について、それぞれ4段階で回答を求めた。すなわち、①本人によるストレス体験の自己開示(本人が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、自分に話してくれたかどうか；3.大いに話してくれた～0.話してくれなかった)、②ソーシャル・サポート提供(本人とのやりとりの中で、本人のためにしてあげられてよかったと思うことがあったか；3.あった～0.なかった)、③本人が望まない相互作用の生起としての否定的相

相互作用(本人とのやりとりの中で、自分がしなければよかったと思うことがあったか；3.あった～0.なかった)、④本人が望む相互作用の非実現としての否定的相互作用(本人とのやりとりの中で、できればしてあげたかったのに、できなかったと思うことがあったか；3.あった～0.なかった)、についてたずねた。

なお、本人用と同様、回答者が具体的に想起しやすいよう、②については「例：気持ちを受けとめる、話しを聴く、元気づける、気分を和ませる、自分なりの考えを言う、そっとしておくなど」、③については「例：大したことでないように言う、安易に同情する、結果的に本人の考えを否定してしまったなど」、④については「例：気持ちを受けとめられなかった、話しを聴いてあげられなかった、元気づけられなかったなど」とそれぞれ付記したうえで回答を求めた。

なお、以上の他に心理的健康についても本人用と同じ項目で回答を求めたが、本研究の焦点とは異なるため、分析には含めなかった。

### 2.3 手続き

複数の大学・クラスで本人用と親友用の調査票をセットで配布し、協力可能な人に親友用を持ち帰ってもらった。調査実施時期は2011年12月および2012年1月であった。本人用は原則その場で回答してもらい、親友用は郵送にて提出するよう依頼した。本人には調査票を速やかに親友に調査票のセットを手渡すこと、親友には調査票を受け取り次第速やかに回答するよう書面で依頼した。調査は本人用・親友用ともに無記名とし、本人用と親友用の調査票にあらかじめ同一番号を付して、回収時にペア・データとして扱えるようにした。また、親友用については調査票と同時に「回答終了はがき」の投函を求め、回答の終了日と自分が受け取った調査票における「本人」の学籍番号を記入してもらった。これは本人の回答と親友の回答時期にズレがないことを確認するためのものであり、調査票と回答終了はがきの到着日にズレがある場合、および両者の到着日が本人の回答日から1週間以上遅かった場合は、本人と親友とが異なる期間について回答していると判断し、無効回答とした。本人用からは出席者として191部が回収され、親友用で最終的に返送があったのは107部であった。このうち両者に記入漏れや回答日のズレ等不備のない回答が揃った82組のデータを分析対象とした。なお、ペア・データが揃った回答と片方のみであった回答との間に、後述する各指標の有意差はみられなかった。

### 3. 結果

#### 3.1 親友との関係

最初に、本人と親友との関係性を確認し、教示に沿った相手について回答がなされているかを確認した。すなわち、本人および親友の回答による、相手との関係について平均値と標準偏差を算出した。また両者が相互の関係について同様の認識を持っているかについて検討するため、t検定をおこなった。その結果を表1に示す。親密度およびふだんの接触頻度の平均値からみて、相当に親密であり中程度以上の接触のある友人が挙げられていた。なお、表1に示す各指標については、t検定の結果、本人と親友の差異だけでなく、回答者の性別による差異も有意ではなかった。

#### 3.2 ストレス状況の体験率

続いて、本人のストレス状況体験に関して、本人の回答と親友による気づきの程度を確認するため、計6状況についてたずねた状況の体験頻度を集計した(表2)。その結果、本人は自身の体験として95.1%が最低1つ以上のストレス体験を報告していた。各状況の体験率は56.1~72.0%であった。なお、親友に1つ以上のストレス体験を開示していたのは、86.6%であった。

他方、親友は本人の体験への気づきとして、80.2%が最低1つ以上の本人によるストレス体験を報告していた。各状況の体験への気づきは37.8~52.4%であった。なお、本人から1つ以上のストレス体験の開示を受けていたのは、全体の75.6%で

あった。

これらの数値から明らかなように、ストレス状況の体験率と親友による本人の体験への気づきには差があり、一部のストレス体験は親友に開示されず、親友もまた本人のストレス体験に気付かない場合もあるという結果であった。なお、わずかではあるが本人が直接に開示していないものの本人のストレス体験に気付いているというケースもみられた。

#### 3.3 ストレス状況体験とその後の相互作用に関する本人と親友の回答

さらに、6項目により測定されたストレス状況体験とその後の相互作用に関する得点を変数毎に集約し、本人と親友による回答の対応関係を、平均値の比較と相関分析の二通りで検討した。平均値はストレス状況体験や相互作用の量的な水準の一致度を、相関関係は本人の親友のペアによる回答の量的な関連性を意味する。集約にあたり、本人のストレス状況体験および親友による気づきについては、該当する状況の個数および4段階評定による評定値の合計点を算出した。また、その後の相互作用としての「ストレス体験の自己開示」、「ソーシャル・サポート」、「否定的相互作用」については、それぞれ評定値の合計点をストレス状況ないし気づきの体験数で割った1状況当たりの指標として、各個人の得点を算出した。なお、自分自身にストレス状況体験がない、あるいは本人のストレス状況体験に気付いていない場合、その後の相互作用についての評定がおこなわれないため、福岡<sup>14)</sup>と同様に、本人と親友の双方が最低1

表1 相手との関係

指標	可能な 得点範囲	本人の回答		親友の回答	
		平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
相手を知っている程度	1-7	-	-	5.62	1.18
親密度	1-7	5.72	1.14	5.71	1.20
ふだんの接触頻度	1-7	4.78	1.76	4.61	1.88
過去1週間のやりとり	1-5	2.46	1.08	2.39	1.10

表2 ストレス状況の内容と体験率

ストレス状況の内容	本人による	親友による
	体験	気づき
どうしようかと迷うようなことが...	70.7	50.0
気分的に落ち込んでしまうようなことが...	70.7	45.1
いらいらしたり腹立たしくなるようなことが...	56.1	37.8
頭を悩ませてしまうようなことが...	68.3	52.4
不安になってしまうようなことが...	61.0	40.2
気晴らしに何かしたくなるようなことが...	72.0	50.0
最低1つ以上の状況を体験した人の割合	95.1	80.2

注：単位は%

つ以上のストレス状況体験(本人は自分自身の体験, 親友は本人のストレス体験への気づき)があった人 (N=63) についてのみ集計した。

表3の中央には, 集計された各指標の平均値と標準偏差, および t 検定による本人の回答と親友の回答との比較結果が示されている。ストレス経験の程度には有意差があり, 本人の方が得点が高かった (t(62)=4.45, p<.001)。しかし, 本人の自己開示とそれに対する気づきについては有意差がなく, これはソーシャル・サポートでも, また望まない相互作用の生起についてもおおむね同様であった (t(62)<2.0, p<.10ないし n.s.)。ただし, 否定的相互作用のうち「望む相互作用の非実現」については親友の方が有意に高得点であった (t(62)=5.47, p<.001)。

また, 表3の右端は, 同一指標に対する本人の回答と親友の回答との相関係数が示されている。ストレス経験の程度には中程度以上の強さの相関があり (r=.42, p<.001), 本人による自己開示と親友によるそれへの気づきとの相関も高かった (r=.58,

p<.001)。これに対して, ソーシャル・サポートと否定的相互作用の「望まない相互作用の生起」については有意ないし有意傾向ではあるものの相関係数の値そのものは相対的に低かった (r=.27, p<.05と r=.23, p<.10)。そして, 否定的相互作用の「望む相互作用の非実現」については有意な相関がみられなかった (r=.06, n.s.)。

### 3.4 ストレス体験, 相互作用と心理的健康の関連性

最後に, 本人と親友の回答による, 本人のストレス状況体験と親友からの肯定的および否定的相互作用が本人の心理的健康とどのように関連するかの検討をおこなった。

前項の分析と同様, ストレス状況体験ないしそれへの気づきを本人と親友の双方が最低1つ以上報告したペアについて, 本人の心理的健康に関する指標としてのネガティブ気分, ポジティブ気分, 充実感と, ストレス状況体験およびその後の相互作用との関連性を検討した。相互作用についてはそれぞれ評定値の合計点をストレス状況ないし気づきの体験数

表3 ストレス状況体験とその後の相互作用に関する本人と親友の回答

指標	本人の回答		親友の回答		t 検定結果 (df=62)	本人-親友 の相関
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差		
ストレス状況体験 (4段階評定)	7.10	4.62	4.67	3.00	4.45***	.42***
ストレス体験の自己開示	1.30	0.81	1.41	0.76	1.19	.58***
ソーシャル・サポート	1.53	0.89	1.27	0.81	1.98+	.27*
否定的相互作用						
望まない相互作用の生起	0.38	0.63	0.55	0.66	1.69+	.23+
望ましい相互作用の非実現	0.37	0.56	1.03	0.81	5.47***	.06

最低1個以上のストレス体験を共通して回答した人についての集計 (N=63)

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

表4 本人の心理的健康とストレス状況体験および相互作用との相関

回答	体験と相互作用	ネガティブ	ポジティブ	充実感
		気分	気分	
本人	ストレス状況体験 (4段階評定)	.27*	-.17	-.15
	ストレス体験の自己開示	-.18	.25+	.14
	ソーシャル・サポート	-.24+	.27*	.22+
	望ましくない相互作用の生起	.23+	.10	.28*
	望ましい相互作用の非実現	.24+	.04	.12
親友	ストレス状況体験 (4段階評定)	.08	-.03	-.17
	ストレス体験の自己開示	-.11	.07	-.19
	ソーシャル・サポート	.02	.07	-.19
	望ましくない相互作用の生起	.19	-.19	.00
	望ましい相互作用の非実現	-.14	.09	.08

最低1個以上のストレス体験を共通して回答した人についての集計 (N=63)。本人の回答による性別, 親密度, 接触頻度を統制した偏相関係数。

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

で割った1状況当たりの指標として、各個人の得点を算出した。気分状態と充実感についてはそれぞれ因子得点を算出した。なお、福岡<sup>9,14)</sup>と同様に、本人の回答による親密度、接触頻度、および性別はこれらを統制し、偏相関係数とした(単相関の方が若干係数の値が大きいようであったが、基本的には同様の結果であり、ここではより厳密な数値として偏相関係数を記載する)。

その結果、表4に示すとおり、本人のストレス状況体験と否定的相互作用は、総じてネガティブな気分を強めていた (partial  $r=.23-.27$ ,  $p<.05-.10$ )。他方、ストレス体験の自己開示とソーシャル・サポートはポジティブな気分を強めていた (partial  $r=.25$ ,  $p<.10$ と partial  $r=.27$ ,  $p<.05$ )。また、ソーシャル・サポートは充実感と正、ネガティブ気分と負の相関も有意傾向であった (partial  $r=.22, -.24$ , ともに  $p<.10$ )。なお、望ましくない相互作用の生起は、ネガティブ気分および充実感と関連していた (partial  $r=.23-.28$ ,  $p<.05-.10$ )。しかし、親友の回答によるストレス体験への気づきおよびその後の相互作用に関する指標は、ストレス体験、相互作用ともに、本人の心理的健康に関する諸指標との間に有意な関連性を示さなかった (partial  $r=-.19-.19$ , いずれも n.s.)。

#### 4. 考察

本研究の目的は、過去1週間でのストレス経験に際して特定の親友から受けたサポートおよび否定的相互作用を、受領した本人の回答と提供した友人の回答の両面から測定し、両者の対応関係、ならびに心理的健康との関連性を検討することであった。その結果、いずれの指標も本人と親友の回答にはある程度の関連性が認められたが、ストレス体験やその自己開示に比べ、ソーシャル・サポートおよび否定的相互作用に関してその関連性は強いものではなかった。そして、本人の回答によるサポートおよび否定的相互作用の受領は心理的健康と弱いながらも関連していたが、親友の回答によるこれらの提供は、本人の心理的健康とまったく関連していなかった。

ソーシャル・サポートや否定的相互作用における受け手(本人)と送り手(親友)の回答が弱い関連性しか示さなかったことは、従来のソーシャル・サポート研究における受け手と送り手の認識が一致しないという知見と符合する。本研究では過去1週間という限られた期間について受け手と送り手の体験を調べた。その上で本人と親友の回答に強い関連性がみられなかったことは、ソーシャル・サポートに関する受け手と送り手の不一致という従来の知見を

強化し、友人関係における実際のサポート授受に、また否定的相互作用に拡張するものと言えるであろう。なお、ストレス体験やその自己開示の方が相対的に本人と親友の回答に強い関連性がみられたことは、これらが一連の過程であり、ソーシャル・サポートや否定的相互作用がストレス体験やその体験に関する他者への開示をその背景としていることを反映していると考えられる。

親友の回答による相互作用が本人の心理的健康と関連していなかったことの背景として、具体的にはいくつかの可能性が考えられる。たとえば、友人は親しいといえども生活上の経験を常に共有しているわけではない。特に今回の調査において回答者となった親友と本人の過去1週間での接触頻度は、表1に示されているように、「それほど頻繁でない-非常に頻繁である」という回答の midpoint よりも少し多い程度であり、やりとりをした日数の平均値は「4, 5日」と「2, 3日」の間に位置していた。加えて、親友として本人に対し何らかの働きかけをしたとしても、それを本人が認知しなければ、直接的な影響は生じない可能性が高い。特に今回の場合、過去1週間での相対的には些細なストレス状況にかかわる相互作用を取り上げており、本人のストレス状況体験もまた気分状態への影響は少なかった。重要な試験の受験や失敗、あるいは失恋など本人にとってそもそも影響が大きいと思われる出来事<sup>21,22)</sup>について取り上げた場合は、その経験が親友に開示される可能性も、またその後の親友との相互作用も相互に認知されやすく、心理的健康に対する影響も大きくなった可能性がある。友人関係は夫婦や恋人あるいは親子関係とは排他性・限定性という点で性質が異なるが、本研究での結果をふまえても、まだ検討の余地が残されていると考えられる。

なお、本研究において、本人によって挙げられた同性の友人は相当に親密である一方、接触頻度は中程度以上にとどまっていた。本研究で測定された接触頻度は、LINEなどのソーシャル・ネットワーク・サービス(SNS)の普及を考えると、現実にはより高頻度の接触が行われている可能性がある。教示に際して「やりとり」という語を使用したことにより、一方的な連絡でなく両者の間で双方向的な相互作用がおこなわれた場合について回答された可能性があるが、他方では「直に会う機会があり、親しくしている」同性の友人を挙げさせているため、最も親しい友人が挙げられたとは限らない。接触の程度に関する本研究の結果(本人の平均値4.78, SD = 1.76, 親友の平均値4.61, SD = 1.88)は福岡<sup>9)</sup>が本人のみから回答を得た調査の結果(平均値4.78, SD

=1.78) とほぼ一致しているが、接触頻度のより高い親友からの相互作用、あるいはSNS上のやりとりを積極的に含むかあるいは対面でのやりとりで限定した場合の相互作用による影響については、検討の余地がある。

本研究において、本人の回答によるストレス体験後の親友への自己開示とその後の親友からのソーシャル・サポート受領は心理的健康を維持する方向での関連性を示した。サンプルの拡大とストレス状

況の設定を改善することで、従来と同様の知見を得たと言える。他方、否定的相互作用については、ネガティブ気分との関連は示されたものの、ソーシャル・サポートに比べると顕著な結果とは言い難いものであった。否定的相互作用は生起頻度が低いことから、日常的なストレス状況のみを取り上げることではその影響の検討に限界があるのかもしれない。今後より慎重な検討が必要である。

#### 注

本稿は、中国四国心理学会第68回大会(2012年11月、福山大学)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。調査の実施に際してご協力くださいました諸先生方、そして回答を寄せてくださった学生とその親友の皆さんに、改めてお礼申し上げます。

#### 文 献

- 1) 丸山利弥, 今川民雄: 自己開示によるストレス反応低減効果の検討. 対人社会心理学研究, 2, 83-91, 2002.
- 2) 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.
- 3) 坂本真士, 佐藤健二編: はじめての臨床社会心理学—自己と対人関係から読み解く臨床心理学. 初版, 有斐閣, 東京, 2004.
- 4) 坂本真士, 丹野義彦, 安藤清志: 臨床社会心理学(叢書実証にもとづく臨床心理学). 初版, 東京大学出版会, 東京, 2006.
- 5) Wortman CB and Lehman DR: Reactions to victims of life crisis: Support attempts that fail. In Sarason IG and Sarason BR eds, *Social support: Theory, research and applications*, Martinus Nijoff, 463-489, 1985.
- 6) 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.
- 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) 谷口弘一: ソーシャル・サポートの互惠性と適応—個人内および個人間発達の影響—. 谷口弘一, 福岡欣治編, 対人関係と適応の心理学—ストレス対処の理論と実践, 初版, 京都, 北大路書房, 117-134, 2006.
- 9) 福岡欣治: 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.
- 10) 金政祐司: 青年・成人期の愛着関係での悲しき予言の自己成達は友人関係でも成立するのか? パーソナリティ研究, 22(2), 168-181, 2013.
- 11) 長谷川孝治: 攻撃的ユーモア志向性とセルフ・モニタリング傾向が機能不全的ユーモア表出に及ぼす影響. 人文科学論集<人間情報学科編>(信州大学人文学部), 46, 39-52, 2012.
- 12) 金政祐司: 青年期の愛着スタイルと友人関係での適応性との関連について—友人とのペアデータを用いて—. 日本パーソナリティ心理学会第14回大会発表論文集, 165-166, 2005.
- 13) 尾見康博: ソーシャル・サポートの提供者と受領者の間の知覚の一致に関する研究—受領者が中学生で提供者が母親の場合—. 教育心理学研究, 50, 73-80, 2002.
- 14) 福岡欣治: 日常ストレス経験に伴う親友との肯定的および否定的相互作用と精神的健康—ペア・データを含めた検討—. 日本感情心理学会第20回大会プログラム, 9, 2012.
- 15) 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.
- 16) 橋本剛: ストレスと対人関係. 初版, ナカニシヤ出版, 京都, 2005.
- 17) 橋本剛: 対人関係領域による支援的/問題の介入と心理的ストレスの関連. 人文論集, 52(2), A91-A106, 2002.
- 18) 福岡欣治: 日常ストレス経験に伴う友人との相互作用と心理的適応—ソーシャル・サポートと否定的相互作用に関

- する予備的検討一. 日本健康心理学会第23回大会発表論文集, 39, 2010.
- 19) 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.
  - 20) 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.
  - 21) 宅香菜子: 高校生における「ストレス体験と自己成長感をつなぐ循環モデル」の構築—自我の発達プロセスのさらなる理解にむけて—. 心理臨床学研究, 22(2), 181-186, 2004.
  - 22) 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.

(平成26年10月24日受理)



## Positive and Negative Interactions with a Close Friend, Daily Stress Experiences and Psychological Well-Being: Examination with Pair Data

Yoshiharu FUKUOKA

(Accepted Oct. 24, 2014)

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

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.24, No.2, 2015 273–281)