

原 著

ソーシャルスキルと知覚されたサポート，実行されたサポートが大学生の孤独感と抑うつに及ぼす影響 —短期縦断的研究—

福 岡 欣 治*¹

要 約

ソーシャルスキルの高さはソーシャル・サポートの多さと結びついて心理的な適応をもたらすと考えられる。しかし従来の研究ではサポートの入手可能性としての知覚されたサポートが検討されていた。本研究では知覚されたサポートとともに実際のサポート受領としての実行されたサポートに注目した。大学生を対象とした1ヶ月間隔での2回の調査を実施した。調査1ではソーシャルスキル，親友および両親への自己開示，知覚されたサポート，孤独感を測定した。ソーシャルスキルは親友および両親の自己開示を介して知覚されたサポートに影響し，親友のサポートが孤独感を低減させていた。調査2では同じ対象者に実行されたサポートと孤独感，抑うつを測定した。調査1の親友および両親の知覚されたサポートは，調査2におけるそれぞれの実行されたサポートと関連していた。そして，親友の実行されたサポートが多いほど孤独感および抑うつは低かった。2つの調査を通じて，ソーシャルスキルはサポートの入手可能性を高めるだけでなく実際のサポート受領と結びついて孤独感や抑うつを低減することが示唆された。本研究の調査は非常に小規模であるため，その知見は今後より大きなサンプルでの調査によって検証される必要がある。

1. 緒言

人が幸せに生きていくために，良い対人関係が必要である。ソーシャルスキル(社会的スキル)とソーシャル・サポートは，ともにこの良い対人関係と関連する社会心理学的変数である。ソーシャルスキルは他者と円滑な対人関係を維持していくために必要な認知的判断や行動を指し¹⁾，ソーシャル・サポートとは(確定した定義がないとの批判はあるものの)その人をとりまく対人関係において得られる様々な援助(サポート)²⁾，あるいはそれが必要なときに得られるという期待に関わる概念である。

従来より，ソーシャルスキルの高さがソーシャル・サポートの多さと結びつき，心理的な適応をもたらすとされてきた。ソーシャルスキルの不足は孤独感や抑うつを引き起こす一方³⁾，ソーシャルスキルがあればソーシャル・サポートの豊かさによってその

ような心理的不適応が防がれる，という考え方である。これはソーシャルスキルが円滑な対人関係の形成・維持に寄与し，そのような対人関係におけるソーシャル・サポートが心理的な適応と関連するという意味で，心理学的ストレスモデルにおけるソーシャルスキルの位置づけ⁴⁾からみても自然な考え方である。なお，この考え方の基礎にはソーシャルスキルに関する脆弱性モデル⁵⁾がある。ソーシャルスキルの脆弱性モデルとは，ソーシャルスキルが不足することで適切なソーシャル・サポートが得られず，結果的に心理的不適応を引き起こされるという考え方である。近年このモデルに沿って，1年間の縦断的研究により，ソーシャルサポートの高さがソーシャルスキルと心理的苦痛の低さを媒介することが報告されている⁶⁾。

ただし，この図式に沿った従来の研究は，その多くがソーシャル・サポートの指標として知覚された

*1 川崎医療福祉大学 医療福祉学部 臨床心理学科
(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

サポート (perceived support) を用いてきた⁷⁻¹¹⁾。知覚されたサポートは必要ときにサポートが得られるという入手可能性の知覚であるが、しかしこれは実際にサポートを受けた経験を表す実行されたサポートとしてのサポート受領とは異なる。相対的にみて、知覚されたサポートは時間的に安定した特性的な変数であるのに対し、実行されたサポートは、受け手が何らかのストレスフルな状況を体験しているといったサポートのニーズに応じて提供され、その有効性が発揮される¹²⁾。また、潜在的な受け手が自分自身の状況を開示することによって提供されるという性質をもつ¹³⁾。

なお、従来の研究でもソーシャルスキルと実行されたサポート (実際のサポート受領) の関係を扱ったものは一部にあるが¹⁴⁻¹⁶⁾、これらの研究では、実行されたサポートの測定にあたって受け手のニーズを考慮していない。例えば内田と橋本¹⁶⁾は実行レベルのサポートの互惠性の指標として入手量と提供量のズレが少ないことを取り上げ、ズレの絶対値とソーシャルスキルの間に関連性がなかったことを報告している。また最近おこなわれた酒井ら¹⁵⁾でも、友人からのサポート受領^{†1)}は因果モデルによる分析でソーシャルスキルとの間に関連がなく、主観的幸福感とも関連がなかったとされている。しかし、これらの研究では潜在的な受け手のニーズは一切考慮されていない。これらは、実行されたサポートの有効性が適切に検討できていないことを表すと考えられる¹²⁾。

本研究では、大学生におけるソーシャルスキルとソーシャル・サポートの関係、さらにそれらが心理的な適応としての孤独感や抑うつに及ぼす影響を、知覚されたサポートと実行されたサポートの両方に注目して検討する。ソーシャルスキルおよびソーシャル・サポートは、従来からこれらの孤独感や抑うつと関連づけられてきた¹⁷⁻¹⁹⁾。ソーシャル・サポートについては、誰との関係におけるサポートであるか、つまりサポート源の区別も重要であり、本研究では親しい友人と両親の2つを設定する。青年期は心理的離乳の時期であり^{20, 21)}友人関係がきわめて重要であるが、父母もまた一定の役割を担うことが考えられる。たとえば福岡と橋本¹⁸⁾は、同性友人の知覚されたサポートが主に孤独感と、父母の知覚されたサポートが抑うつと関連することを報告している。また、概念的にみてソーシャルスキルが高い人は自己開示を積極的におこなうことが考えられるが、自己開示は新たな関係の親密化に寄与すると同時に、自己の状況を相手に理解してもらうことで、その後のサポートが得られやすくなると考えられる。そこで、ソーシャルスキルが自己開示を介し

て知覚されたサポート、さらに実行されたサポートを介して孤独感や抑うつに影響することを想定する。さらに、ソーシャルスキルやソーシャルスキルとソーシャル・サポートの関係を扱った先行研究^{3, 10, 11)}と同様に、短期の縦断的なデザインによって、これらの変数間の関連性を検討する。調査1では友人および家族の知覚されたサポートについて孤独感との関連を確認し、1ヶ月後に実施する調査2ではそれぞれからの実行サポートについて、孤独感とともに抑うつも含めて関連を検討する。

2. 方法

2.1 被調査者

X県内の大学生男女に調査への協力を依頼した。調査1の回答者は大学生115名、その1ヵ月後に実施した調査2の回答者は101名であり、それぞれの有効回答者は90名と86名であった。そして、両調査においてすべての尺度に有効回答し、かつ両者のマッチングが可能であった回答者は56名であった。この56名における個人属性は、男性10名・女性46名、年齢の範囲は18-23歳 (うち20歳以下91.0%)、自宅通学者は83.9%であった。

2.2 測定内容

個人属性のほか、調査1ではソーシャルスキル、自己開示、知覚されたサポートと孤独感を、調査2では実行されたサポートと孤独感および抑うつを測定した。それぞれの内容は以下のとおりである。

2.2.1 ソーシャルスキル

菊池^{22,23)}によって作成された18項目からなる Kiss-18を使用した。この尺度は日本でのソーシャルスキルとソーシャル・サポートの関係を検討した複数の研究で用いられている。項目例は「他人と話していて、あまり会話が途切れないほうである」「初対面の人に、自己紹介が上手にできる」などであり、原版のとおり「いつもそうでない」(1点)から「いつもそうだ」(5点)の5件法でたずね、合計点を指標とした。

2.2.2 自己開示

加藤²⁴⁾によって作成された自己開放性の尺度 (計32項目) を用いた。項目例は「自分の顔をどう思っているか」「自分の将来の進路や希望について」などであり、「十分にくわしく打ち明けて話す」(2点)、「話すことは話す、それほど深く話さない」(1点)、「そのことについては何も話さない。または、そのことについては『うそ』をついたり、不正確に述べたりする」(0点)の3件法である。本研究では、後述するソーシャル・サポートと同様に、親しい友人と両親についてたずね、それぞれ合計点を指標とした。

2.2.3 知覚されたサポート(サポートの入手可能性)

福岡²⁵⁾による友人との支持的相互作用を測定する尺度から、サポートの入手可能性についてたずねた8項目を使用した。項目例は「私がどうしようか迷っているとしたら、友人は友人なりの考えを言ってくれるだろう」(※親友に関する質問の場合)などであり、「大いにそうである」(5点)から「そうでない」(1点)の5件法で、親しい友人と両親についてたずね、それぞれ合計点を指標とした。

2.2.4 実行されたサポート (サポート受領)

福岡¹³⁾のソーシャルサポート尺度8項目を用いた。福岡²⁵⁾の項目の前半部分に相当する生活ストレス状況8つについて、まず最近1週間に自分自身が各状況(例：どうしようか迷っていること)を体験したかどうかをたずね、それぞれ体験があった場合に、福岡²⁵⁾の項目の後半部分に相当する内容のサポートを、両親と親しい友人が自分に対してしてくれたかを4件法でたずねる尺度である。評定による直接の結果は生活ストレス体験と実行されたサポートの程度であるが、本来の実行されたサポートは、サポートの回答の合計を体験した生活ストレス状況の得点で割り、体験したストレス状況あたりの平均サポート量の形で算出される。この「ストレス状況あたりの平均サポート量」という指標の特徴は、潜在的な受け手のニーズに応じてどの程度のサポートが得られたかを表す点にある。同様の測定方法を用いた福岡¹²⁾において、この実行されたサポートの指標は、ポジティブな感情と正、ネガティブな感情と負の関係をもつことが報告されている。

2.2.5 孤独感

工藤と西川²⁶⁾による UCLA 孤独感尺度の日本語版20項目を使用した。孤独感に関する日本における多くの研究で用いられている尺度である。項目例は「私は自分の人たちと調子よくいっている」「私はひとりぼっちではない」(※逆転項目)などであり、「しばしば感じる」(4点)から「決して感じない」(1点)の4件法でたずね、合計点を指標とした。

2.2.6 抑うつ

130項目からなる東大式健康調査票 THI (Today Health Index) より、抑うつ尺度の10項目を使用した。この尺度は単独でも使用される簡便な抑うつ尺度である²⁷⁾。項目例は「近ごろ元気がないですか」などであり、「よく」(3点)から「いいえ」(1点)の3件法で尋ね、合計点を算出した。

2.2.7 基本属性

学年、年齢、性別、居住(自宅・自宅外)について回答を求めた。

2.3 実施手続き

心理学関連の複数の授業終了後、担当教員ならびに同教員の所属学科長の了解を得て出席者に調査票を配布し、趣旨に同意した場合に回答することを求めた。また、その1ヵ月後に再度同じ授業教室に赴き、授業終了後に調査票を配布し、継続調査であることを説明のうえ、趣旨に同意した場合に回答することを求めた。調査票はいずれもその場で回収した。調査は無記名で実施され、両調査の回答をマッチングするために、本人のみが識別できるアルファベットと数字の組み合わせによる7桁の回答者コードを調査票に記入してもらった。

2.4 倫理的配慮

当該科目担当教員および同教員の所属先の長による承諾を得た後、教室に向向いて調査の趣旨を説明し、依頼状と調査票をセットにした配布した。調査結果は研究目的にのみ使用すること、すべての回答を集団の統計的な傾向として処理すること、個人別の結果は一切公表しないこと、回答しないことによる不利益は一切ないこと等を文書および口頭で説明のうえ、無記名により調査を実施した。なお、調査実施時点においては調査実施者の所属先における倫理審査の組織的体制が整備されていなかったため、当該分野の慣例に従って上記の措置をとった。実施主体等は調査票と依頼状の両方に明記されていたが、実施後のクレーム等はなかった。

3. 結果

3.1 回答者の属性

調査1と調査2における回答者の基本属性を表1に、両調査に共通して回答した人と調査1のみに回答し

表1 調査1および調査2における回答者の個人属性

属性	区分	調査1		調査2	
		人数	%	人数	%
学年	1年	52	57.8	50	58.1
	2年	28	31.1	26	30.2
	3年	8	8.9	5	5.8
	4年	2	2.2	5	5.8
年齢	18歳	19	21.1	17	19.8
	19歳	44	48.9	40	46.5
	20歳	21	23.3	19	22.1
	21歳	3	3.3	4	4.7
	22歳	2	2.2	5	5.8
	23歳	1	1.1	1	1.2
性別	男性	21	23.3	20	23.3
	女性	69	76.7	66	76.7
居住	自宅	75	83.3	71	82.6
	自宅外	15	16.7	15	17.4

た人における基本属性の比較を表2に示す。特に後者について、調査1のみ回答した人と両調査に回答した人の基本属性に有意差は認められなかった。

表2 調査1のみの回答者と両調査共通の回答者における個人属性の比較

属性	区分	回答		χ^2 検定 ^{注)}
		調査1のみ	両調査共通	
学年	1年	16	36	$\chi^2(1)$ =2.57
	2年以上	18	20	
年齢	18歳	6	13	$\chi^2(2)$ =1.80
	19歳	15	29	
	20歳以上	13	14	
性別	男性	11	10	$\chi^2(1)$ =2.49
	女性	23	46	
居住	自宅	28	47	$\chi^2(1)$ =0.04
	自宅外	6	9	

注) すべてn.s.

3.2 調査1に関する分析

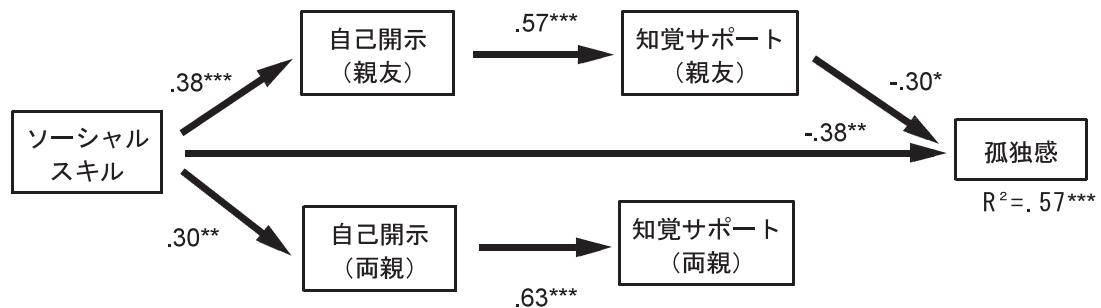
各変数についてCronbachの α 係数を算出し、いずれも0.80以上であることを確認した上でそれぞれの個人別得点を算出した。一部の变数で個人属性による平均値の有意差が認められたことから、性別・居住・学年(1年生, 2年生以上)を統制した偏相関係数を算出した(表3)。ソーシャルスキルは両親のサポートを除き他変数と有意な関連を示しており、また自己開示と知覚されたサポートの間にも強い相関がみられた。また孤独感はずべての変数と有意に関連していた。そこで、「ソーシャルスキルが自己開示とソーシャルサポートを介して孤独感に影響する」ことを仮定したパス解析をおこなった(図1)。ソーシャルスキルと孤独感の直接のパスも有意であったが、スキルが高いほど親友への自己開示をより多くおこない、知覚されたサポートが豊かであることによって孤独感が低減される、という媒介的影響も有意であった。両親への自己開示および知覚されたサポートを介した影響は(単相関では両変数は孤独感と関連していたものの)有意ではなかった。

表3 調査1における各変数の記述統計量と変数間の関連性(偏相関係数)

変数	平均値	標準偏差	①	②	③	④	⑤
① ソーシャルスキル	52.74	9.53					
② 自己開示(親友)	41.21	13.77	.40 ***				
③ 自己開示(両親)	33.89	15.36	.31 **	.68 ***			
④ 知覚されたサポート(親友)	32.69	6.05	.30 **	.63 ***	.45 ***		
⑤ 知覚されたサポート(両親)	29.23	7.16	.17	.25	.51 ***	.52 ***	
⑥ 孤独感	38.14	10.18	-.56 ***	-.51 ***	-.41 ***	-.57 ***	-.40 ***

注) 性別, 学年, 居住を統制

p<.01, *p<.001



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

図1 調査1におけるパス解析の結果

(有意な係数のみを記載; 同順位の変数間の相関係数は省略)

3.3 調査2に関する分析

調査1と同様、各変数についてCronbachの α 係数を算出したところ（ストレス体験による割り算を含むサポート受領の変数を除く）、いずれも0.80を上回っていた。そして、調査1のみに回答した人と調査1・2の両方に回答した人との間で調査1の測定変数に関して平均値の t 検定をおこなったが、いずれも有意差は認められなかった。そこで、両調査に共通する回答者におけるデータを用い、調査1・2の全変数間の関連性を検討した。その際、調査1と同様に、性別・居住・学年を統制した偏相関係数を算出した。その結果、表4に示す通り、ストレス状況体験で除した実行されたサポートにおいてソーシャルスキルと有意な関連性があった。調査1の知覚されたサポートと調査2の実行されたサポートの間には、同一の関係（親友なら親友、両親なら両親）についてより強い正の関連が認められた。調査2の孤独感は調査1の孤独感と非常に強い関連があったほか、調査1で孤独感と関連していた変数に加え、調査2の親友による実行されたサポート、自己開示、ソーシャルスキルとの関連も有意も有意であった。抑うつともっとも強い関連があったのは同時点での孤独感であり、友人の実行されたサポートがそれに続く強さであった。なお、ストレス状況体験を考慮しない単純加算による実行されたサポートの得点（表4における⑧⑨）では、ソーシャルスキルとの間にも、また知覚されたサポートとの間にも、有意な関連がみられなかった。

以上の結果をふまえ、調査1の変数に加え調査2での実行されたサポートが調査2の孤独感と抑うつを規定する、という仮説的な因果モデルを設定したパス解析をおこなった。その結果、図2に示すように、親友と両親それぞれの知覚されたサポートから実行されたサポートへのパスが有意である一方、調査1の孤独感から調査2の実行されたサポートへのパスは有意ではなかった。そして、調査1の孤独感が調査2すなわち1ヶ月後の孤独感と抑うつに強く影響しているが、その影響を統制してもなお、親友の実行されたサポートが孤独感と抑うつを低めるパスが有意であることが示された。また、ソーシャルスキルから親友の実行されたサポートを高める方向への直接の（自己開示や知覚されたサポートを介さない）パス、知覚されたサポートから孤独感を低める直接の（実行されたサポートを介さない）パスがともに有意傾向であった。なお、両親の知覚されたサポートが高いほど調査2での親友の実行されたサポートが低い、というパスも有意であった。

4. 考察

4.1 本研究の分析対象者

本研究はごく小規模な1ヶ月間隔での2回の調査による縦断的研究である。対象者のほとんどは大学1年生と2年生であり、8割前後が女性である。本研究の知見はこのような対象における分析結果である。ただし、調査1のみに回答しその後の調査に回答しなかった人と、縦断的分析が可能であった両調査共通の回答者との間に、基本的な属性の差はみられていない。その意味で、特に調査2の分析は対象者の偏りを背景にした結果というわけではないと言える。なお、相対的に男性よりは女性の方が多く、主として大学1・2年生であるという対象者の特徴は、従来の日本におけるソーシャルスキルとソーシャル・サポートの関連を扱った先行研究⁸⁻¹¹⁾でも基本的に同様である。

4.2 ソーシャル・スキルが知覚されたサポートを介して孤独感に及ぼす影響

調査1の分析で、ソーシャルスキルは自己開示を介して、その対象としての親友および両親についての知覚されたサポートと関連していた。なお、調査1の測定変数間には単相関のレベルでは関係の種類を問わず有意な関連があったが、因果モデルを想定したパス解析で見出された関連性は関係特異的であり、親友への自己開示は親友についての知覚されたサポートと、両親への自己開示の多さは両親についての知覚されたサポートのみと関連していた。このことは、実際に自己開示をおこなうような関係において、必要なときにサポートが得られることを示している。ただし、孤独感との関連は自己開示を介した親友のサポートのみが関連していた。このことは福岡と橋本^{9,18)}における同性友人の知覚されたサポートに関する分析結果と符合しており、先行研究と整合する知見であると言える。

4.3 実行されたサポートの媒介的影響

本研究における最も重要な知見は、ソーシャルスキルが他の変数を介しつつ、実行されたサポートに影響して孤独感を低減していたことである。調査1の孤独感を統制してもなお、親友についての知覚されたサポートは親友の実行されたサポートすなわち実際に受けたサポートの多さと結びつき、それが孤独感の低さと結びついていた。また、親友の実行されたサポートはパス解析において抑うつとも負の関連性を示した。このような実行されたサポートの効果は、ソーシャルスキルがソーシャルサポートの基盤として心理的健康に寄与することを主張する従来の研究の多くで、明示的に扱われてこなかった。しかし、単に「必要があればサポートが得られるだけ

表4 調査1・2両方の回答者における各変数の記述統計量と変数間の関連性 (偏相関係数)

測定変数	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫		
調査1の測定変数														
① ソーシャルスキル	53.55	9.67												
② 自己開示(親友)	42.88	12.33	.39 **											
③ 自己開示(両親)	35.20	15.12	.31 *	.57 **										
④ 知覚されたサポート(親友)	33.13	5.64	.41 **	.68 **	.38 **									
⑤ 知覚されたサポート(両親)	29.54	7.04	.26 +	.25 +	.58 **	.41 **								
⑥ 孤独感	36.98	8.81	-.57 **	-.55 **	-.40 **	-.58 **	-.32 *							
調査2の測定変数														
⑦ ストレス状況体験	5.25	2.63	-.17	-.21	-.28 +	.01	-.05	.14						
⑧ 単純加算による実行されたサポート(親友) ^{注1)}	8.93	6.31	.26	.23	-.03	.45 **	-.05	-.29 *	.59 **					
⑨ 単純加算による実行されたサポート(両親) ^{注1)}	4.84	5.32	.21	.09	.07	.26 +	.39 **	-.13	.37 **	.55 **				
⑩ 実行されたサポート(親友) ^{注2)}	1.68	0.76	.45 **	.41 **	.12	.52 **	-.04	-.50 **	.07	.79 **	.39 **			
⑪ 実行されたサポート(両親) ^{注2)}	0.92	0.79	.30 *	.17	.21	.26 +	.48 **	-.18	.09	.39 **	.93 **	.35 *		
⑫ 孤独感	37.98	9.08	-.54 **	-.50 **	-.28 +	-.65 **	-.24 +	.88 **	-.02	-.48 **	-.16	-.61 **	-.15	
⑬ 抑うつ	17.82	4.16	-.39 **	-.33 **	-.34 *	-.30 *	-.21	.61 **	.28 +	-.24 +	-.18	-.46 **	-.21	.88 **

注1) 実行されたサポートの評定値を単に足し合わせたものであり、ストレス状況体験が多いほど数値が大きくなる。

注2) 実行されたサポートの評定値をストレス状況体験で除いた値であり、ストレス状況を体験したときにどの程度のサポートが得られたかを示す。

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

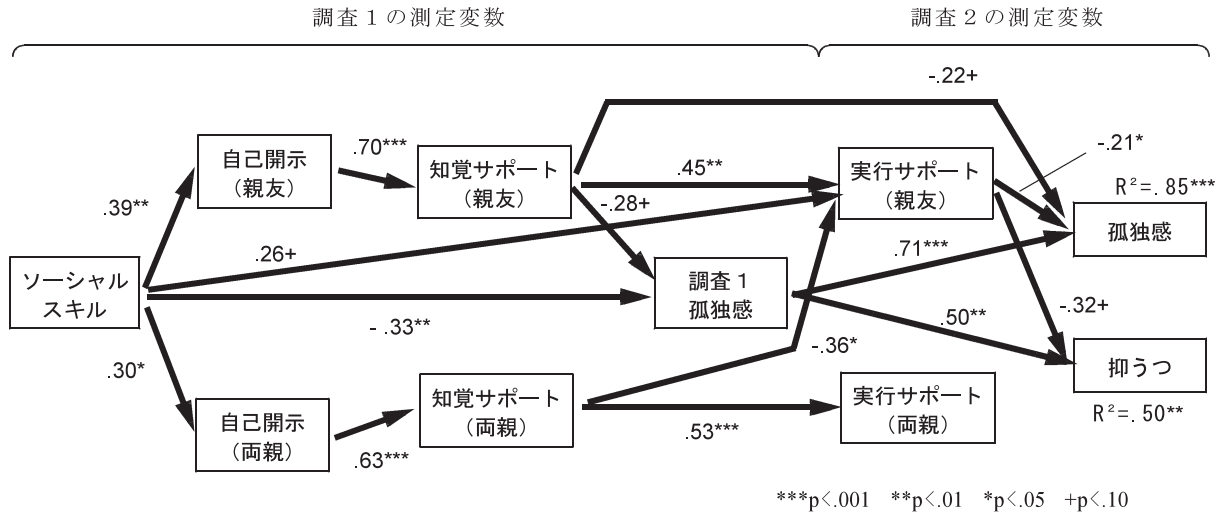


図2 調査1・2両方の回答者におけるパス解析の結果
(有意な係数のみを記載；同順位の変数間の相関係数は省略)

う」という期待レベル（入手可能性）のみならず、実際にそれが得られたという経験をすることによって孤独感や抑うつが低減されると言える。なお、知覚されたサポートと異なり、実行されたサポートに対してはソーシャルスキルから直接のパスも有意傾向ながら見出された。このようなソーシャルスキルから（心理的苦痛を軽減するものとしての）実行されたサポートへの媒介的および直接的な影響は、ソーシャルスキルがソーシャル・サポートの獲得機会を増すことで心理的苦痛を予防するという、ソーシャルスキルのモデルに関する主張⁶⁾を支持する直接的な知見といえる。そして、この知見が、サポートの潜在的な受け手が経験する生活ストレス状況を測定上考慮に入れる本研究の指標化の方法によって得られたことは、実行されたサポートに関してその考慮をおこなってこなかった旧来の研究の不十分さを示唆するものである。

なお、両親についての知覚されたサポートはその関係における実行されたサポートを高める方向で関連していたが、1ヶ月後の親友についての実行されたサポートに対しては逆にそれを低める方向で関連していた。両親から必要に応じて豊富なサポートが得られると考えている大学生にとって、何らかのストレスを経験しても親友からサポートが得られる対人的状況になりにくいのかもしれない。親友の知覚されたサポートが両親の実行されたサポートを低める影響が見出されなかったことから、これは親からの心理的離乳や家族を超えた親密な対人関係の拡大といった、青年期の対人関係における発達の課

題²⁸⁾との関連から解釈することができるように思われる。

4.4 本研究の問題点と課題

本研究の調査規模は非常に小さい。本研究では有意でなかった変数間の関連性も、同じ値の大きさであれば、より大きなサンプルでの調査によって有意になる可能性がある。また、サンプルの拡大によって逆に、今回見出された関連性が見出されなくなる可能性もある。本研究の知見は明らかに、今後のより大きなサンプルでの研究によって再検証される必要がある。加えて、本研究では抑うつに対する両親のサポートからの効果が見出されなかった。これは福岡と橋本¹⁸⁾を含め、抑うつに対する家族サポートの効果を報告してきた従来の研究結果と整合しない。偏相関分析（表4）における両親の知覚されたサポートと実行されたサポートの抑うつとの偏相関係数は、いずれも-.21であった。両側確率5%水準での相関係数は自由度が86のとき臨界値0.210となるため²⁹⁾、本研究のほぼ2倍の規模のサンプルであれば、有意な関連性があると判断されることになる。しかしながら、このような問題とは別に、本研究で用いた指標が不十分であった可能性もある。例えば、本研究で用いた抑うつの測度は健康指標（THI）の下位尺度であり項目数が孤独感尺度の半分しかないものであった。またサポートの測定に用いた項目は結果的に主として情緒的な内容を扱っており³⁰⁾、家族の場合には手段的なサポートが期待されまたストレス緩和効果が見出されるという知見³¹⁾を考慮すれば、両親のサポートについては十分な把握ができな

かった可能性がある。このような方法面の改善も含めた発展的研究が必要である。

謝 辞

本研究の調査は、山本隆広さん（2008年3月静岡文化芸術大学卒業）との共同研究として実施され、主要な分析結果は日本心理学会第72回大会においてポスター発表されました。本稿はその内容に対して新たな観点にもとづく大幅な加筆修正をおこなったものです。山本隆広さん、調査の実施に協力して下さった方々、回答者である学生の皆さんに心より感謝いたします。

注

- †1) 酒井ら¹⁵⁾では「ソーシャルサポートの受容」と表記している。また、この研究では「ソーシャルサポートの実行」という用語も使われているが、本論文の「実行されたサポート」と異なり、友人へのサポートの実行すなわちサポート提供を指している。

文 献

- 1) 堀毛一也：恋愛関係の発展 崩壊と社会的スキル。実験社会心理学研究, 34(2), 116-128, 1994.
- 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(2), 2-11, 1987.
- 3) 相川充, 藤田正美, 田中健吾：ソーシャルスキル不足と抑うつ・孤独感・対人不安の関連—脆弱性モデルの再検討—。社会心理学研究, 23(1), 95-103, 2007.
- 4) 相川充：人づきあいの技術—ソーシャルスキルの心理学—。安藤清志, 松井豊編, セレクション社会心理学20, 新版, サイエンス社, 東京, 2009.
- 5) Segrin C : The relationship between social skills deficits and psychosocial problems: A test of a vulnerability model. *Communication Research*, 23(4), 425-450, 1996.
- 6) Segrin C, Mcnelis M and Swiatkowski P : Social skills, social support, and psychological distress: A Test of the social skills deficit vulnerability model. *Human Communication Research*, 42(1), 122-137, 2016.
- 7) Cohen S, Sherrod DR and Clark MS : Social skills and the stress-protective role of social support. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50(5), 963-973, 1986.
- 8) 和田実：対人的有能性とソーシャルサポートの関連—対人的に有能な者はソーシャルサポートを得やすいか?—。東京学芸大学紀要。1部門 教育科学, 42, 183-195, 1991.
- 9) 福岡欣治, 橋本幸：対人的有能性と知覚された友人サポート, 及び心理的苦痛の関連性。同志社心理, 40, 27-37, 1993.
- 10) 堀匡, 島津明人：大学新入生のソーシャルスキルが, 入学後の友人サポート, 抑うつ, 孤独感に及ぼす影響。ストレス科学, 19, 245-253, 2005.
- 11) 種市康太郎：大学新入生の心理的ストレス反応に及ぼすソーシャル・サポートとソーシャル・スキルの影響についての縦断的検討(1)。聖徳大学心理教育相談所紀要, 3, 39-46, 2006.
- 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(2), 319-328, 2010.
- 13) 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(2)—開示に対する友人からのサポートとその影響—。静岡文化芸術大学研究紀要, 7, 53-57, 2006.
- 14) 弘世純三：勤労者における被援助志向性とソーシャルスキルがソーシャルサポートに及ぼす影響。臨床心理学研究, 6, 123-139, 2008.
- 15) 酒井智弘, 谷口淳一, 相川充：大学生のソーシャルスキルが友人関係満足とソーシャルサポートを媒介して主観的ウェルビーイングに及ぼす影響。筑波大学心理学研究, 52, 59-66, 2016.
- 16) 内田若希, 橋本公雄：大学生のメンタルヘルスの改善・増強に有効な理論モデルの検討—社会的スキルとソーシャル・サポートの互恵性に着目して—。健康心理学研究, 26(2), 83-94, 2013.
- 17) 相川充, 佐藤正二, 佐藤容子, 高山巖：孤独感の高い大学生の対人行動に関する研究—孤独感と社会的スキルとの関係—。社会心理学研究, 8, 44-55, 1993.
- 18) 福岡欣治, 橋本幸：個人のもつ特定のサポート源に関するソーシャルサポートの測定。健康心理学研究, 5(2), 32-39, 1992.
- 19) 和田実：ストレスとソーシャルサポートが疾病徴候, 孤独感, および学校満足度に及ぼす影響—看護学生についての縦断研究—。健康心理学研究, 8(1), 31-40, 1995.

- 20) 久世敏雄：家族への甘えと独立—親子関係—。齊藤耕二，加藤隆勝編，高校生の心理，有斐閣，東京，123-142，1981。
- 21) 落合良行：親子関係の変化からみた心理的離乳への過程の分析。教育心理学研究，44(1)，11-22，1996。
- 22) 菊池章夫：思いやりを科学する。川島書店，東京，1988。
- 23) 菊池章夫：社会的スキルを測る—KiSS-18ハンドブック—。川島書店，東京，2007。
- 24) 加藤隆勝：青年期における自己意識の構造（心理学モノグラフ14）。日本心理学会モノグラフ委員会，東京，1977。
- 25) 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影響。静岡県立大学短期大学部研究紀要，14(3)，1-19，2000。
- 26) 工藤力，西川正之：孤独感に関する研究(1)—孤独感尺度の信頼性・妥当性の検討—。実験社会心理学研究，22(2)，99-108，1983。
- 27) 川田智之，久保田文雄，大西直樹，佐藤浩司：抑うつ状態評価のための簡易スクリーニングテストの有効性，産業医学，34(6)，576-577，1992。
- 28) 松井豊：親離れから異性との親密な関係の成立まで。齊藤誠一編，人間関係の発達心理学4，青年期の人間関係，培風館，東京，19-54，1996。
- 29) 森敏昭，吉田寿夫編著：心理学のためのデータ解析テクニカルブック。北大路書房，京都，1990。
- 30) 福岡欣治：友人関係におけるソーシャル・サポートの入手—提供の互惠性と感情状態—知覚されたサポートと実際のサポート授受の観点から—。静岡県立大学短期大学部研究紀要，13(1)，57-70，1999。
- 31) 福岡欣治，橋本宰：大学生と成人における家族と友人の知覚されたソーシャル・サポートとそのストレス緩和効果。心理学研究，68(5)，403-409，1997。

(平成29年11月24日受理)

Effects of Social Skills and Perceived and Enacted Social Support on Loneliness and Depression of University Students: A Short-term Longitudinal Study

Yoshiharu FUKUOKA

(Accepted Nov. 24, 2017)

Key words : perceived and enacted social support, social skill, loneliness, university students

Abstract

It is considered that social skills contribute to psychological well-being through social support. However, previous research focused mainly on perceived support as its availability. This study dealt with enacted support as its actual reception as well as perceived support. Two surveys with one month interval were conducted to the same group of university students. In the first survey, participants responded to the scales of social skill, self-disclosure to parents and to close friends, perceived support from parents and from close friends, and loneliness. Path analysis showed that social skill had the indirect relations with perceived support through self-disclosure in each of the relationship with parents and with close friends and that perceived support from close friends decreased loneliness. In the second survey, enacted support by parents and by close friends in the past one week, loneliness, and depression were measured. Path analysis showed that perceived support in the first survey had the effect on enacted support by each relationship and that enacted support by close friends decreased loneliness and depression in the second survey. Because the sample of this study is very small, its findings need to be re-examined by the future study with the bigger sample.

Correspondence to : Yoshiharu FUKUOKA

Department of Clinical Psychology

Faculty of Health and Welfare

Kawasaki University of Medical Welfare

Kurashiki, 701-0193, Japan

E-mail : fukuoka@mw.kawasaki-m.ac.jp

(Kawasaki Medical Welfare Journal Vol.27, No.2, 2018 303 – 312)