

原 著

青年期において自立と依存のバランスが ソーシャルサポート期待と適応感に及ぼす影響

荒武悠佳^{*1} 福岡欣治^{*2}

要 約

依存性は従来その不適応的側面に焦点が当てられがちであったが、最近は適応的な側面も注目されている。Bornstein (1992) は自立と依存のバランスがとれた状態として healthy dependency (HD) の概念を提案し、不適応的な状態である「過剰依存：依存しすぎる事」および「分離：自立にこだわる事」と区別した。本研究では、依存性に関するこれらの3区分とソーシャルサポート期待との関連(目的1)、依存性3区分によるソーシャルサポートの有効性の違い(目的2)を検討した。その際、ソーシャルサポート期待を「入手可能性」と「欲求」の2側面から、親密度の異なる「家族」「最も親しい人」「知人」の3つの関係について測定した。大学生を対象に質問紙調査を実施し、196名(男性43名、女性153名)から有効回答を得た。目的1に関して、サポート欲求は、過剰依存では相手との関係の種類を問わず相関が正であり、分離では無相関であり、HD では最も親しい人>知人>家族の順に相関が高かった。目的2に関して、重回帰分析の結果、サポート入手可能性によるストレス緩衝効果や依存性3区分による違いは認められなかった。そこで、当初の仮説とは異なるが、HD がサポート入手可能性を促進し、またストレス経験を抑制することで適応感を促進することを新たな暫定モデルとする共分散構造分析をおこなったところ、この関係がおおむね支持された。

1. 緒言

1.1 病理的概念としての依存性とその2側面

青年期以降を対象とした依存研究では、依存性の病的側面に着目したものが多く、例えば、依存の病理として問題とされているものとして依存性人格障害がある。DSM-IV¹⁾では、依存性人格障害には自ら決断することができず他人に任せてしまうという特徴が示されている。このように、不適応的、あるいは病的な依存は「自信のなさ」や「自分で意思決定できない」という特徴を有しているとされ、一般的に他者に依存することは問題と思われるがちである²⁾。Bornstein³⁾は、他者依存性 (interpersonal dependency: 「対人依存」とも訳される) は不適応的なパーソナリティ特性としての依存性であり、他者依存的な人はその根底に養護的・支持的な関係を獲得し維持したいという強い欲求を慢性的にもつと述べている。

また、依存性はこれまで様々な心理的な障害や病気の危険因子としても捉えられてきた。例えば、うつや自殺、DV といった事柄とも関連があるとされている。Murphy et al.⁴⁾の研究では、依存性とDVの加害者との関連を検討した研究において、暴力的ではない男性に比べて、暴力的な男性は妻に対してより依存性が高いことが示され、パートナーへの暴力には依存性が重要な要因であると報告している。竹澤と小玉⁵⁾は、このような非常に強い依存性の背後には自分自身に対する不信感や自信の無さがあることを指摘しており、依存性それ自体というよりはむしろ、その背後にある自分に対する不信感や自信のなさが不適応的問題を生じさせている可能性がある」と述べている。

Bornstein et al.⁶⁾は、これまでネガティブな特性として扱われてきた依存を「過剰依存」とし、依存を否定し、他者とのつながりを築けないことを「分

*1 元 川崎医療福祉大学 医療福祉学研究科 臨床心理学専攻 (2024年度修了生)

*2 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

離」として概念化している。Bornstein et al.⁶⁾はこれらについて、対人関係プロフィールテスト RPT (Relationship Profile Test)⁷⁾の尺度を構成する4つの側面から説明している。すなわち、過剰依存は「認知：自己を弱く、無力であるとみなす、情緒：他者からの否定的評価懸念、見捨てられ不安、動機：世話をしてくれる人や、権力者との密接な繋がりを維持したい、行動：しがみつきの、再確認傾向、無力であるという自己呈示」、分離は「認知：他者を有害で信用できないとみなす、情緒：傷つけられることや圧倒される（感情的に強く影響される）ことを恐れる、動機：他者との距離を保ちたい、自分でコントロールしたいという欲求を持つ、行動：社会的回避、自律的という強い自己呈示」という特徴があるとされる。このような特徴は、不適応的な依存性が高いことによって他者との関係性に応じた柔軟に他者との関わりが困難となることを示唆している。

1.2 適応的な依存性への着目とヘルシー・ディペンデンシー (HD)

依存的パーソナリティや他者依存性あるいは過剰依存の概念は、依存性の病的あるいはネガティブな性質に着目したものであった。しかし、依存性に関する研究においては、そのポジティブな側面にも焦点が当てられている。

元来、依存は発達の未熟の象徴として考えられていたが、現在はそのような一面的な見方は支持されていない。むしろ、依存性は人間にとって普遍的なものであり、発達に伴って消失するのではなく、より成熟したものに変容していくと考えられるようになった⁸⁾。そして竹澤と小玉⁵⁾は、依存性が適応的に機能するためには「相互依存（他者の依存性を受け入れること）」「依存状況においても自己決定や自律性を失わないこと」「自分が依存することを受容すること」「対象、場面、課題によって柔軟な依存ができること」が必要であることを指摘している。その後、竹澤⁹⁾は、大学生を対象に、依存状況においても自己決定権や自律性を失わない「自律的な依存」の仕方が依存後の自己成長感に及ぼす影響を検討した。そして、自律的な依存を求めることで、依存後の自己成長感や気持ちの安定感が高まり、成長阻害感を低めていたことを報告している。これらのことから、適応的な依存では、自律性を保ちつつ自己決定をおこなったり、自身も他者に対して柔軟に依存する等の点で、不適応的な依存とは異なるものであると考えられる。

また、Bornstein et al.⁶⁾は、竹澤と小玉による一連の研究に先立って、前述の「過剰依存」と「分離」という不適応的な依存性概念と区別し、自立を前提

としながらも他者に頼ったり親密な関係を築いたりすることのできる状態を表す「ヘルシー・ディペンデンシー (healthy dependency; 以下 HD)」という適応的な依存性の概念を提唱した。Bornstein et al.⁶⁾の対人関係プロフィールテストの尺度を構成する4つの側面の特徴として、HD は「認知：自己を有能とみなし、他者を信用できるとみなす、情緒：安心して人と親密になる、自律性に自信を持っている、動機：他者との近接や親密さを望むが、自律・自立を前提とする、行動：自律的に機能しながらも、状況に適した援助を要請する」という特徴が示されている¹⁰⁾。

1.3 依存性とソーシャルサポート

依存性の概念は従来からしばしばソーシャルサポートと関連づけられており、不適応的な依存性の高さとソーシャルサポートの量あるいは効果との関連が検討されている。福岡¹¹⁾の研究では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について検討をしており、他者依存性の高い人は、より多くのサポートを望んではいないものの、実際にサポートを得ることについては心理的な抵抗感をより強く感じていることが報告されている。また、福岡¹²⁾において、依存的な人はそうでない人と量的には同程度のサポートが得られると認知していても、心理的苦痛に対するサポートの効果が認められなかったことが報告されている。このことは、他者依存性が高い人は、ソーシャルサポートがストレス緩衝効果を発揮するように生かすことができていないと考えられる。

HD とソーシャルサポートの関係を直接に扱った先行研究はないようであるが、池田と磯崎¹⁰⁾は、援助要請行動及び援助要請スタイルと過剰依存・分離・HD との関連を検討している。援助要請スタイルには、困難を抱えても自身での問題解決を試み、どうしても解決が困難な場合に援助を要請する傾向である「援助自立型」と、問題が深刻でなく、本来なら自分自身で取り組むことが可能でも、安易に援助を要請する傾向がある「援助要請過剰型」、問題の程度にかかわらず、一貫して援助を要請しない傾向である「援助要請回避型」がある¹³⁾。池田と磯崎¹⁰⁾の結果として、過剰依存と分離はともに援助要請行動と関連がなく、HD のみが正の関連を有していた。また、過剰依存は援助要請のスタイルとして「援助要請過剰型」のみと正の関連があったが、HD はこれに加えて回避型と負、自立型と正の関連を示した。分離は「回避型」「自立型」の両方と正の関連があった。これらのことから、過剰依存では他者へ援助を過剰に求めようとする傾向にはあるが実際には援助

が要請できるとは限らず、分離では援助を求めることを避ける傾向にある一方、HD では自律的に援助を求める行動を実行できると考えられる。

1.4 ソーシャルサポートにおける期待とその2側面

池田と磯崎¹⁰⁾の取り上げた「援助要請」は他者に援助を求める行動を指しているが、その根底には、他者からのサポートに対する期待があると考えられる。すなわち、自らの望むサポートが得られると期待することで、援助を実際に求めるという行動につながっていると考えられる。これらのことから、依存と自立のバランスからみた3区分は、それぞれ異なるソーシャルサポート期待、すなわち、過剰依存と関係の性質を問わない高い期待、分離と全般的に低い期待、HD と関係の性質に応じた適切な期待と関連し、ソーシャルサポートの有効性も異なることが考えられる。

ただし、ソーシャルサポートにおける期待には、性質の異なる2つの要素があると考えられる。1つは、周囲の他者から必要な時に助けが得られると思うかどうかといった、認知としての側面を含んだ期待としての「入手可能性」である。そしてもう1つは、サポートが欲しいというその人の情緒的な側面を含んだ期待としての「サポート欲求」である。そして、それぞれの性質上、入手可能性は対象者（潜在的なサポート提供者すなわちサポート源）との関係性に依拠し、サポート欲求は自分自身の内的な部分により強く依拠すると考えられる。

従来、ソーシャルサポートの期待に着目した研究はおこなわれているが（例えば中村と浦¹⁴⁾）、その性質を入手可能性と欲求に区分した検討はほとんどおこなわれていない（例外として福岡¹¹⁾があるが「期待」という概念枠組みを直接には使用していない）。そして、適応的な依存性に着目して期待の程度を把握しようとするアプローチはこれまで皆無であった。そこで、本研究ではソーシャルサポートの対象者として「家族」「最も親しい人」「知人」という親密性や間柄が異なる関係性を設定し、依存性によってソーシャルサポートの入手可能性及びサポート欲求がこれらの関係性によってどのように異なるかを検討していく。

1.5 本研究の目的・仮説・意義

本研究では2つの目的を設定する。第一の目的は、適応的な依存性である HD を含む、依存性の3区分（過剰依存、分離、HD）が、ソーシャルサポートへの期待（入手可能性、サポート欲求）とどのような関連があるのかを検討することである。また、第二の目的は、ストレス経験に対するソーシャル

サポートの入手可能性の有効性が依存性の3区分によって異なるかどうかを検討することである。第一の目的では、福岡¹²⁾より、依存性によるサポートの入手可能性に違いはないと考えられるため、主にサポート欲求に着目して検討する。また、第二の目的ではストレス緩衝効果の有効性を検討するため、ソーシャルサポートの入手可能性に着目して検討する。

本研究では、以下の2つの仮説を設定する。これらの検証により、自立と依存のバランスが適応的に重要であることの新たな証拠を提供し、好ましい対人関係の構築に向けた基盤となる知見の拡張を目指す。

【仮説1】依存性の3区分とサポート期待（欲求、入手可能性）の量的な関連性

サポート欲求は、過剰依存とはサポート源によらず正、分離とはサポート源によらず負、HD とは最も親しい人>家族>知人の順に大きい正の相関がみられる（依存性の高低による違いがある）。入手可能性は、サポート源によらず依存性と関連しない（依存性の高低による違いがみられない）。

【仮説2】依存性3区分とサポートの入手可能性の有効性との関連性

過剰依存と分離では、ソーシャルサポートを有効に活用することが難しいため、サポートの入手可能性がストレスの影響を和らげるというストレス緩衝効果がみられない。HD では、特に最も親しい人と家族のサポート入手可能性においてストレス緩衝効果がみられる。

2. 方法

2.1 被調査者

大学生に対して質問紙調査をおこない、229名分を回収した。そのうち不同意や記入不備を除き、196名（男性43名、女性153名；年齢の平均±標準偏差は19.3±1.0歳）のデータを分析対象とした。

2.2 測定内容

2.2.1 依存性（依存と自立のバランス）

対人関係プロフィールテスト RPT (Relationship Profile Test)⁷⁾ の日本語版¹⁰⁾を用いた。過剰依存、HD（各10項目）の3下位尺度で構成される。このうち、池田と磯崎¹⁰⁾が確認的因子分析により採用したのは25項目（過剰依存9項目、分離7項目、HD 9項目）であり、本研究でもこれらを採点に使用した^{†1)}。項目例として、「過剰依存」は「何かに責任を持つことは緊張する」、「私は、批判されるとすぐに傷つく」等、「分離」は「私は、一人で作業している時が一番うれしい」、「私は、もっと自分一人の時間が

あったらいいのにと思う」等,「HD」は「私の人間関係において、他の人が援助を必要としている時には気軽に援助するし、自分が援助を必要としている時には気軽に援助を求める」等が含まれている。各項目について,「1:全くあてはまらない」から「5:非常にあてはまる」の5件法で回答を求めた。先行研究では特定の相手を想定せずに尋ねる形式をとっており、本研究でも同様とした。

2.2.2 ソーシャルサポートの期待(欲求, 入手可能性)

欲求と入手可能性それぞれ同じ7項目を使用し,「家族」「最も親しい人」「知人」の別に回答を求めた。7項目は相馬と浦¹⁵⁾が中村と浦¹⁴⁾をふまえ使用した「悩みや愚痴を聞いてもらう」「以前、似た状況をその人物がうまく切り抜けたときの経験談を話してもらう」「励ましてもらう」「問題解決のため、有効なアドバイスや情報を与えてもらう」「問題解決のため、現実的な手助けや支援行動をしてもらう」「その時の自分の気持ちを理解してもらう」「自分の能力・適性について、客観的な情報を与えてもらう」を用いた。まず、サポート欲求の教示文では,「あなた自身の『家族』・『最も親しい人』・『知人』を、具体的に思い浮かべてください。各項目について、あなたはそれぞれの人にとどの程度『して欲しい』と思いますか? 現実にとどの程度あるかとどの程度かはともかくとして、あなた自身の気持ちにもっともあてはまるものに○をつけてください。」という教示のもと,「5:とてもしてほしい」「4:してほしい」「3:どちらでもない」「2:してほしくない」「1:全くしてほしくない」の5件法で回答を求めた。この回答が終わった後、調査票の構成上ページが変わる位置に入手可能性の教示文を記載し、再び,「あなた自身の『家族』・『最も親しい人』・『知人』を、具体的に思い浮かべてください。各項目について、あなたはそれぞれの人と現実にとどの程度『してくれる』と思いますか? もっともあてはまるものに○をつけてください。」という教示のもと,「5:とてもしてくれる」「4:してくれる」「3:どちらでもない」「2:してくれない」「1:全くしてくれない」の5件法で回答を求めた。

2.2.3 ストレッサー経験

高比良¹⁶⁾のライフイベント尺度短縮版を用いた。過去3ヶ月間に体験したライフイベントを測定する尺度である。この尺度は対人と達成の2領域(短縮版は各15項目)で構成され、前者は「人から無視された」等、後者は「授業についていけなくなった」等の項目を含む。ただし本研究では、ストレッサー経験の種類に応じた仮説を設定していないこと、お

よび両者の相関の高さ(本研究の場合、 $r=.634$, $p<.01$)をふまえ、30項目の合計点を指標として用いた。

2.2.4 適応感

大久保¹⁷⁾の青年用適応感尺度を用いた。この尺度は斜交解(Promax 回転)の因子分析で4因子(居心地の良さの感覚、課題・目的の存在、被信頼・受容感、劣等感の無さ)に分類されており、項目内容の例として順に「周囲に溶け込んでいる」「将来役に立つことが学べる」「周りから頼られていると感じる」「周りに迷惑をかけていると感じる」(逆転項目)等がある。ただし、因子間相関は比較的高く、池田と磯崎¹⁰⁾では $r=.42\sim .80$ という結果が報告されており、全体の合計点($\alpha=.95$)も合わせて用いられている。本研究でも同様であったことから、煩雑さを避けるため全体の合計点に関する結果を提示する。なお、回答方法は原版と同じ5件法(5:非常によくあてはまる、4:ややあてはまる、3:どちらともいえない、2:あまりあてはまらない、1:全くあてはまらない)とし、得点が高いほど適応感が高くなるように集計することとした。

2.2.5 個人属性

回答者の個人属性として、学年と年齢、性別をたずねた。

2.3 手続き

2024年6月から7月に実施された心理学関連の計4つの講義時に、担当教員の協力を得て、授業に支障がないよう講義前に各自取ってもらう形で調査票等一式(説明文書を含む)の入ったクリアファイルを配布した。調査対象者には、文書及び口頭での説明により同意を得た。回収は翌週授業後の提出を原則とし、当日に提出可能な人については講義後の退室時に回収ボックスに各自投函してもらう形で回収をおこなった。なお、調査への協力は自由意思に基づいており、回答しないことによる不利益は生じないこと、結果は統計的に処理されるため個人が特定されないこと、得られた調査票及びデータは厳重に扱われること、調査への協力が得られない場合は白紙のまま提出することができ、回答を始めても途中で止めることができること等を文書及び口頭で説明した。また、協力の有無も個人情報の一部にあたると考え、協力の有無にかかわらず調査票を提出するよう依頼した。

3. 結果

3.1 尺度の信頼性と記述統計量、男女差の確認

依存性の3区分、サポート源毎のサポート欲求及び入手可能性、ストレッサー経験と適応感(いずれ

も全項目)について, Cronbach の α 係数を算出した. その結果, 依存性の3区分はいずれも0.80を下回っており, 特に「分離」では0.62と低めであった. ただしこれらはいずれも池田と磯崎¹⁰⁾と同程度であり, また Bornstein et al.⁶⁾の用いた基準である0.60を上回っていたことから, 高いとは言えないものの許容範囲内であると判断した. 他の尺度についてはいずれも0.80以上と十分な値が得られた. 平均値および標準偏差とともに表1に示す.

続いて, 各尺度の得点における男女差の有無を確認するため, 対応のない t 検定をおこなった. その結果, 「知人」についてのサポート欲求に有意差(女性>男性)がみられたが, 効果量は大きなものではなかった(男性 $M=24.21$, $SD=6.73$; 女性 $M=21.50$, $SD=6.95$, $t(194)=2.27$, $p=.024$, Cohen's $d=0.39$). また, 他の変数については有意

差がみられなかった. そこで, 本研究では男女差は考慮せずに以降の分析をおこなうこととした.

3.2 仮説1の検証——変数同士の相関関係

依存性の3区分とサポート源毎のサポート期待(欲求, 入手可能性), ストレッサー経験, 適応感の相互関係を検討するために, Pearson の積率相関係数を算出した. (表2). 仮説1は依存性の3区分とサポート源毎にみたサポート欲求および入手可能性の关系到言及するものであるため, 相関分析によって基本的な検証が可能となる.

サポート欲求との相関は, 過剰依存ではサポート源によらず正, 分離ではサポート源によらず負, HD では親しい関係ほど正になると予測していた. 分析の結果, 過剰依存ではいずれも正の有意な相関である一方(ただし値の大きさはサポート源によって異なり「最も親しい人>家族>知人」の順), 分

表1 各尺度の信頼性と記述統計量

変数・下位尺度	Mean	SD	Cronbach's α
依存性			
過剰依存	34.45	5.86	.77
分離	24.34	4.46	.62
HD	29.69	6.45	.77
サポート欲求			
家族	28.23	5.96	.83
最も親しい人	28.77	5.55	.87
知人	22.10	6.98	.90
サポート入手可能性			
家族	28.56	6.28	.91
最も親しい人	28.88	5.75	.90
知人	22.69	6.75	.93
ストレッサー経験	5.04	4.52	.84
適応感	103.93	19.30	.94

表2 変数間の相関関係

変数・下位尺度	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)	(10)	(11)	
依存性											
過剰依存	(1)	.269 ***	.092	.227 ***	.329 ***	.156 *	.209 **	.139	.116	.025	-.045
分離	(2)		-.113	.080	-.076	-.118	.206 **	-.101	.019	-.034	-.144 *
HD	(3)			.289 ***	.456 ***	.347 ***	.310 ***	.474 ***	.398 ***	-.201 **	.595 ***
サポート欲求											
家族	(4)				.438 ***	.371 ***	.558 ***	.193 **	.260 ***	-.158 **	.227 ***
最も親しい人	(5)					.556 ***	.222 **	.642 ***	.388 ***	.008	.399 ***
知人	(6)						.135	.240 ***	.545 ***	-.040	.239 ***
サポート入手可能性											
家族	(7)							.383 ***	.368 ***	-.279 ***	.308 ***
最も親しい人	(8)								.471 ***	-.128	.497 ***
知人	(9)									-.124	.274 ***
ストレッサー経験	(10)										-.319 ***
適応感	(11)										

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

離ではサポート源によらず有意な相関がみられなかった。HD ではいずれも有意な正の相関があり、「最も親しい人>知人>家族」の順にサポート欲求との相関が高かった。サポートの入手可能性との相関は依存性の3区分いずれも有意ではないと想定していたが、それに合致していたのは過剰依存と分離における「最も親しい人」「知人」のみであり、他はいずれも有意な正の相関であった。家族のサポート入手可能性は依存性の3区分すべてと（過剰依存と分離では弱いものの）正の相関があり、HD は他のサポート源の種類によらずすべて正の相関がみられた。以上より、仮説1はサポート欲求に関して部分的に支持され、サポート入手可能性については支持されなかった。

なお、仮説に含まれない変数間の関係として、サポート欲求と入手可能性の間には顕著な正の相関がみられた ($r=.545-.642$, $p<.001$)。その他、依存性の3区分のうち HD はストレス経験と負の相関があり、適応感とは顕著な正の相関を示した。過剰依存および分離はストレス経験とはほぼ無相関であり、加えて適応感との相関もわずかであった（分離のみ負の弱い相関が有意であった）。なお、

依存性3区分間の関係として、過剰依存と分離の間に強くはないが正の有意な相関がみられ、HD と他2区分との相関はいずれも有意ではなかった。

3.3 仮説2の検証——依存性、ストレス経験、入手可能性と適応感の関連

仮説2を検証するため、適応感を従属変数とし、ストレス経験、サポートの入手可能性（家族、最も親しい人、知人の別）、依存性（過剰依存、分離、HD の別）とそれらの一次および二次の交互作用を順に投入する階層的重回帰分析をおこなった（表3）。この分析の焦点は、依存性と他の変数との交互作用、とりわけストレス経験を含む二次の交互作用（ストレス経験×サポート入手可能性×依存性）が有意な寄与を示すかどうか、すなわち依存性の水準によってストレス経験とサポート入手可能性の交互作用が異なるかどうかにある。そこで、ストレス経験・サポート入手可能性・依存性の3つについてはこの順序で（Step 1・2・3）、交互作用についてはストレス経験を含むものを先に、サポート入手可能性を含むものを次に、依存性を含むものをその後投入し（Step 4・5・6）、そして3変数の組み合わせである二次の交互作用を最後に（Step 7）投入して、各変

表3 ストレス経験、依存性3尺度、サポート入手可能性による階層的重回帰分析

依存性	独立変数	入手可能性：家族			入手可能性：最も親しい人			入手可能性：知人		
		ΔR^2	B	β	ΔR^2	B	β	ΔR^2	B	β
過剰依存	(切片)	104.05 **			104.167 ***			103.867 ***		
	ストレス経験 (Str)	.102 ***	-1.147	-.269 ***	.102 ***	-1.198	-.281 ***	.102 ***	-1.353	-.317 ***
	サポート入手可能性 (SS)	.052 ***	.789	.257 ***	.212 ***	1.622	.483 ***	.056 ***	.725	.254 ***
	依存性 (De)	.008	-.332	-.101	.011	-.359	-.109	.004	-.237	-.072
	Str×SS	.000	.004	.009	.000	-.002	-.003	.002	.004	.006
	Str×De	.001	.006	.008	.000	.005	.008	.001	-.007	-.009
	SS×De	.001	-.011	-.029	.001	-.028	-.054	.001	-.001	-.002
	Str×SS×De	.004	.006	.078	.009	.010	.100	.006	.007	.094
		$R^2 = .168^{***}$			$R^2 = .335^{***}$			$R^2 = .170^{***}$		
分離	(切片)	103.808 ***			103.738 ***			103.834 ***		
	ストレス経験 (Str)	.102 ***	-1.007	-.236 ***	.102 ***	-1.216	-.285 ***	.102 ***	-1.292	-.303 ***
	サポート入手可能性 (SS)	.052 ***	.978	.318 ***	.212 ***	1.536	.457 ***	.056 ***	.658	.230 ***
	依存性 (De)	.042 **	-.849	-.196 **	.011	-.460	-.106	.025 *	-.742	-.171 *
	Str×SS	.000	.032	.070	.000	-.011	-.021	.005	-.041	-.067
	Str×De	.013	-.067	-.073	.000	-.041	-.045	.007	-.076	-.083
	SS×De	.007	.059	.110	.003	-.044	-.065	.002	-.014	-.027
	Str×SS×De	.005	.010	.097	.000	-.001	-.009	.001	.005	.039
		$R^2 = .222^{***}$			$R^2 = .329^{***}$			$R^2 = .197^{***}$		
HD	(切片)	103.862 ***			104.342 ***			104.198 ***		
	ストレス経験 (Str)	.102 ***	-.608	-.142 *	.102 ***	-.852	-.200 **	.102 ***	-.825	-.193 **
	サポート入手可能性 (SS)	.052 ***	.276	.090	.212 ***	.857	.255 ***	.056 ***	.097	.034
	依存性 (De)	.249 ***	1.546	.516 ***	.138 ***	1.296	.433 ***	.239 ***	1.607	.537 ***
	Str×SS	.001	-.046	-.100	.000	-.001	-.002	.002	-.049	-.080
	Str×De	.002	.026	.045	.002	.026	.046	.007	.052	.090
	SS×De	.000	-.001	-.002	.001	-.016	-.036	.000	-.009	-.022
	Str×SS×De	.011	-.009	-.163	.000	.001	.024	.000	.000	.004
		$R^2 = .417^{***}$			$R^2 = .455^{***}$			$R^2 = .406^{***}$		

ΔR^2 : R^2 増分, B : 非標準化係数, β : 標準化偏回帰係数

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

数投入時の説明率 (R^2) の増分が有意になるかどうかを調べた。

その結果、投入時点で Step 1でのストレスの寄与はすべての分析で有意であり、適応感に負の影響を及ぼしていた。また、Step 2のサポート入手可能性は適応感を高める有意な寄与を示していた。そして Step 3の依存性については、過剰依存の寄与は有意でなく、分離は適応感に対して負、HD は正の寄与を示していた。しかし、Step 4以降の交互作用については一次、二次を問わず有意なものは皆無であった。従って、仮説2は支持されなかった。

3.4 補足的分析——相関関係をふまえた暫定モデルの検討

相関分析の結果、依存性、特に HD とサポート入手可能性との間に有意な正の関連がみられた。加えて、ストレス経験とサポート入手可能性の間にも一部に有意な関連が認められた。これらは、依存性とストレスおよびサポート入手可能性との交互作用を検討する際の、相互の独立性という前提に抵触する。さらに、ストレス経験と適応感の間での負の関連、依存性およびサポート入手可能性と適応感の間で関連が認められていることと合わせて考えると、事前の仮説には含まれていないが、依存性とりわけ HD と適応感の関係に対して、サポート入手可能性やストレス経験が部分的に媒介している可能性が考えられる。そこで、当初の仮説には含まれないが、依存性がサポート入手可能性を促進し、またストレス経験を抑制することで適応感を促進する、という暫定モデルにもとづく共分散構造分析をおこなった。

適合度の観点から最終的に採用されたモデル (図1) において、HD からはすべての関係におけるサ

ポート入手可能性に有意な正のパスがみられ、また、家族からのサポート入手可能性はストレス経験を有意な負の影響を及ぼすことが示された。そして、最も親しい人におけるサポート入手可能性は適応感に有意な正の影響を及ぼしていた。分離からサポート入手可能性への有意なパスは家族のみであり、その符号は正であった。また、過剰依存からサポート入手可能性に符号としては正のパスがみられたが、いずれも有意ではなかった。

以上のことより、一部の依存性とりわけ HD がサポート入手可能性を促進し、またストレス経験を抑制することで適応感を促進するという暫定モデルはおおむね支持された。そして、特に HD はすべての関係におけるサポート入手可能性を高めることで適応感に直接あるいはストレス経験の抑制を介して適応感を高めていることが示唆された。

4. 考察

本研究の目的は2つあった。第一の目的は、適応的な依存性である HD を含む、依存性の3区分 (過剰依存、分離、HD) が、ソーシャルサポートへの期待 (入手可能性、サポート欲求) とどのような関連があるのかを検討することであった。そして、第二の目的は、依存性によるストレス経験に対するソーシャルサポートの有効性の違いを検討することであった。以下にそれぞれの仮説ならびに仮説に含まれない補足的分析に対する解釈をおこない、最後に今後に向けた課題を述べる。

4.1 変数同士の相関関係——仮説1に関して

本研究の仮説1は、依存性の3区分とサポート期待の関連を、サポート欲求と入手可能性の違いを含め

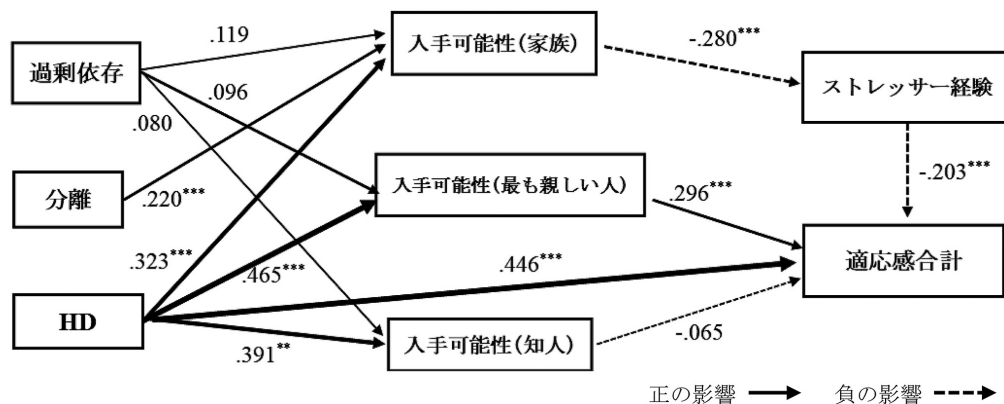


図1 依存性がサポート入手可能性を介して適応感に及ぼす影響

*** $p < .001$, ** $p < .01$

$\chi^2(10) = 14.761$, ns . $GFI = .982$, $AGFI = .934$, $RMSEA = .049$, $CFI = .985$

注: 誤差項および同順の変数間の相関は、煩雑さを防ぐため省略している。

て扱うものであった。結果は、サポート欲求については部分的に支持され、入手可能性については支持されなかった。

サポート欲求に関して、過剰依存ではサポート源を問わず正の有意な相関がみられたが、その値は「最も親しい人>家族>知人」の順に高かった。そして、分離では有意な相関はみられなかった。HDはいずれも正の相関が有意であり、その値の大きさは「最も親しい人>知人>家族」の順であった。これらの結果は仮説と完全に一致しているわけではないが、過剰依存では相手との関係の種類を問わず相関が正であること、また、分離では過剰依存とは異なり、相手との関係の種類を問わず相関が正ではないことから、相関のパターンは類似していたとも解釈し得る。また、HDでも「最も親しい人」でもっとも高かった点は仮説に沿っていた。過剰依存におけるサポート欲求との相関は、過剰依存の「自己を弱く、無力であるとみなす」特徴から、自分に自信が持てないがゆえに、他者に頼ることにより、自分の自信の無さを補完してもらっていることを反映すると考えられる。分離については、問題が生じて他者を信用して頼ることよりも、自分自身で問題を解決したいという気持ちを抱く可能性が高いことが反映されたものと考えられる。HDに関する結果は、家族外にも親密さの程度に応じてサポートを求めやすい関係を構築できることを表すのではないかと考えられる。

依存性によって入手可能性が異なるという結果は、福岡¹²⁾の結果とは異なっていた。その要因の1つとして、依存性に関する測定尺度の違いが考えられる。福岡¹²⁾では、Hirschfeld et al.¹⁸⁾の Interpersonal Dependency Inventory (IDI) の日本語版¹⁹⁾の一部が用いられた。IDIは「情緒的依頼心」「社会的自信の欠如」「自律の主張」で構成され、福岡¹²⁾でそれらのうち前2者の合成得点を用いている。「情緒的依頼心」は大切に思っている他者から得られないと耐えられないという感情を測定しており、「社会的自信の欠如」は相手に受け容れられるか否かに対しての不安が強く自分の判断力に自信がない等の要素を含む¹⁹⁾。これらの要素から測定される依存性は、池田と磯崎¹⁰⁾の「過剰依存」における自己を弱く、無力であるとみなす認知的な特徴や、他者からの否定的評価懸念を抱く情緒的な特徴と類似のものであったと考えられる。

ただし、この考察が適切であったとしても、それだけでは本研究と福岡¹²⁾との違いは説明がつかない。福岡¹²⁾では、サポート源別（父親・母親・友人）の入手可能性に依存性の高低による有意差がみられなかった。本研究では過剰依存とHDで正の相関が

みられ、分離では相関がみられなかった。もしも情緒的依頼心や社会的自信の欠如が過剰依存と類似していたとしたら、過剰依存は入手可能性と有意な関連をもたなかったはずである。

このことに関連する可能性のある本研究の結果として、サポートの欲求と入手可能性の相関の高さがあげられる。本研究では教示において“現実にはどうであるかどうかはともかくとして”サポート欲求を回答するように求めたが、対象者は、入手可能性とサポート欲求を関連付けて、いわば「得られる可能性があるから求める」といった回答していたのかもしれない。福岡¹²⁾でこのような混同が生じていなかったという証拠はないが、今後の測定を精緻化させる必要性は示唆される。

しかし、本研究の結果は池田と磯崎¹⁰⁾から想定されるものと大きく矛盾しているわけではない。例えば、過剰依存では入手可能性よりもサポート欲求のほうが相関係数の値が大きいという結果は、池田と磯崎¹⁰⁾の過剰依存傾向が高い人は簡単なことで援助を要請するという結果と符合する。

4.2 階層的重回帰分析による検討——仮説2に関して

適応感を従属変数とし、ストレス経験×サポートの入手可能性(家族、最も親しい人、知人の別)×依存性(過剰依存、分離、HDの別)において階層的重回帰分析をおこなった。ストレス経験、依存性、サポート入手可能性は各ステップにおいて有意な寄与を示したが、交互作用項を加えたステップでの説明率の増分はいずれも有意ではなく、仮説2は支持されなかった。

仮説が支持されなかった原因は、複数想定される。例えば、交互作用項を用いた調整効果の分析では主効果(main effect)に比べ統計的な検出力が低くなるのが従来から知られており(例えばMcClelland & Judd²⁰⁾)、その意味において本研究における200未満という最終的な分析対象者数は十分とはいえない²¹⁾。さらに、個々の変数の測定という観点からも、例えば本調査の対象者ではストレス経験が少なかった。高比良¹⁶⁾で報告されているネガティブライフイベント経験数の平均値は10.80であり、本調査のデータではその2分の1程度であった。適応感との関連は有意であったが相関分析においても顕著ではなかった($r = .32$)。この点は、例えば尾関ら²²⁾等で扱われているような経験したストレス者に対する個人の受け止め方にも着目することによって、その影響をより詳細に検討することができた可能性がある。なお、本研究では池田と磯崎¹⁰⁾と同じく適応感を最終的な従属変数としたが、

これはストレス反応と異なりストレッサーからの直接的な影響を受けづらい変数であったとも考えられる。加えて、本研究では依存性に関する交互作用とは別に、サポート入手可能性とストレッサー経験の交互作用も実質的な寄与を示さなかった (R^2 増分が最も大きな場合で $\Delta R^2=.005$, $B=-.041$, $\beta=-.067$, ns)。先行研究^{14,15)}にもとづくとはいえ、7項目のみによる入手可能性の把握にも一定の限界があった可能性がある。

さらに、本研究ではそもそも、池田と磯崎¹⁰⁾の結果が十分には再現されていない。依存性の3区分と適応感の関係として、池田と磯崎¹⁰⁾では分離との相関が $r=-.44$ であったのに対して、本研究では $r=-.14$ にとどまっていた。さらに、依存性3区分の相互関係として、池田と磯崎¹⁰⁾では過剰依存と分離の関係がほぼ無相関 ($r=.06$) で分離とHDの相関は負 ($r=-.40$) である一方、本研究では過剰依存と分離の相関は正 ($r=.27$) で分離とHDの相関は有意ではなかった ($r=-.11$)。過剰依存と分離の正の相関は、両者がいずれも「依存」を意味することの反映であるとも考えられるが、類似の下位尺度をもつIDIでもこのような結果は報告されていない。現時点では整合性のある結論を導くことは困難であり、今後の慎重な検討が必要であると考えられる。

4.3 補足的分析に関して——相関関係をふまえた暫定モデルの検討

HDと過剰依存がサポート入手可能性と関連をもち、またHDと家族のサポート入手可能性がストレッサー経験と負の関連を示したことから、当初の仮説とは異なるが、一部の依存性がサポート入手可能性を促進し、またストレッサー経験を抑制することで適応感を促進することを新たな暫定モデルとする共分散構造分析をおこなった。その結果、この関係がおおむね支持され、特にHDはすべての関係におけるサポート入手可能性を高めることで適応感に直接あるいはストレッサー経験の抑制を介して適応感を高めていることが示唆された。

これらの結果は総じて、HDの適応的（文字どおりに言えば“healthy”な）特徴を裏付けるものであるとともに、実のところ池田と磯崎¹⁰⁾が当初想定していた「HD－援助要請行動－適応感」の因果関係（援助要請行動を介した媒介的關係）によく一致している（池田と磯崎¹⁰⁾では媒介分析の結果として援助要請行動と適応感の関係は有意でなく、HDが直接に適応感を高める効果のみが有意であったことが報告されている）。「過剰な」依存が実際には満足しうる高いサポート入手可能性をもたらさず、自立を前提としたバランスのとれた依存性を表すHD

が、様々な関係について高いサポート入手可能性をもたらし、ストレッサー経験を抑制しつつ適応感を導くという結果は、Bornstein & Languirand⁷⁾の提唱する好ましい特徴としてのHDの概念に対して、サポート入手可能性の観点からそれを支持するものであると考えられる。

4.4 本研究の結論と展望

本研究は事前の仮説を支持するものではなかったとはいえ、HDの適応的意義を強調するものであったといえる。特に補足的な共分散構造分析の結果は、HDは様々なサポート源からのサポート入手可能性を高め、適応感に直接あるいはストレッサー経験の抑制を介して適応感を高めることを示していた。本研究では直接の測定をおこなっていないが、HDは状況に応じて柔軟にサポートを求められることと関連し、困難を克服するのに有用な特性であると考えられる。一方、過剰依存はサポートを求めつつも実際に安定したサポートを得ることとは結びつきづらく、また分離の特性は家族のみに限定されたサポート源との関係にとどまり、必要な援助を得たりそれを活用したりすることにはつながりにくいことが懸念される。この場合、HDの特性を高めること、および過剰依存や分離の特性を低減すること、そして両者を組み合わせることがより適応的な結果をもたらす可能性がある。このような介入的な検討は本研究においては未着手であり、今後の検討に委ねざるを得ない。加えて、過剰依存や分離の特徴をもつ人に対しても有益なサポート提供方法があるのかどうかという問題は、本研究の視点を超えるものであるとはいえ、臨床的には重要な側面を含むと考えられる。

本研究の方法論的な限界は少なくない。まず何より、本研究は横断的なデザインによる調査データにおいて因果性を仮定した分析を適用したに過ぎず、依存性がソーシャルサポートの期待に影響することを直接に証明しうるものではない。加えて、個々の変数の測定という観点からみても、たとえば依存性の3区分は池田と磯崎¹⁰⁾にもとづくものであったが、とくに「分離」の信頼性係数は低かった。本研究の結果は過剰依存や分離の病理的特徴を必ずしも明瞭に示していないが、これが測定の精度に由来するのか日本の大学生における発達的ないし文化的特徴によるのかは不明である。サポート入手可能性のストレス緩衝効果が見られなかったことについても、適応感以外の結果変数を指標としたうえで再検討する余地があると思われる。HDの概念的有用性とともに、知見の信憑性を支えるさらなる証拠の提供が必要である。

倫理的配慮

本研究における調査の実施に先立ち、川崎医療福祉大学倫理委員会の承認を得た（承認番号24-024）。

謝 辞

本研究の実施に先立ち尺度使用のご許可をくださった先生方、研究の遂行に際してご支援とご助言をくださった先生方、そして調査に参加し回答してくださった学生の皆様に、改めて深謝申し上げます。なお、本研究は第一筆者が2024年度川崎医療福祉大学医療福祉学研究科臨床心理学専攻に提出した修士学位論文に加筆修正を施したものであり、岡山心理学会第72回大会（2024年11月開催）において発表されています。

注

†1) RPT は各下位尺度に逆転項目がなく、採用項目のみを使用した場合、項目の比率および並び順にアンバランスを生じる。日本での研究が乏しいこともふまえ、実施時には池田と磯崎¹⁰⁾と同じく30項目を並び順も含めそのまま使用した。なお、これら30項目（池田と磯崎¹⁰⁾が確認の因子分析により採用した25項目および不採用の5項目）の内容は、同論文の電子付録2（J-STAGE 公開、<https://doi.org/10.2132/personality.30.1.3>）に掲載されている。

文 献

- 1) American Psychiatric Association ed : *Diagnostic and statistical manual of mental disorders*. 4th ed, American Psychiatric Association, Washington, DC, 1994.
- 2) 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*, 53(3), 310-319, 2004.
- 3) Bornstein RF : The dependent personality: Developmental, social, and clinical perspectives. *Psychological Bulletin*, 112(1), 3-23, 1992.
- 4) Murphy CM, Meyer SL and O'Leary KD : Dependency characteristics of partner assaultive men. *Journal of Abnormal Psychology*, 103(4), 729-735, 1994.
- 5) 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.
- 6) Bornstein RF, Geiselman KJ, Eisenhart EA and Languirand MA : Construct validity of the Relationship Profile Test: Links with attachment, identity, relatedness, and affect. *Assessment*, 9, 373-381, 2002.
- 7) Bornstein RF and Languirand MA : *Healthy dependency: Leaning on others without losing yourself*. Newmarket Press, New York, 2003.
- 8) 関知恵子 : 人格適応面から見た依存性の研究—自己像との関連において—. *京都大学教育学部心理教育相談室臨床心理事例研究*, 9, 230-249, 1982.
- 9) 竹澤みどり : 自律的な依存の仕方が依存後の自己成長感に及ぼす影響について. *筑波大学心理学研究*, 35, 65-72, 2008.
- 10) 池田亜紗, 磯崎三喜年 : 青年期において自立と依存のバランスが援助要請に及ぼす影響. *パーソナリティ研究*, 30(1), 23-32, 2021.
- 11) 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.
- 12) 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), 4-14-11, 1998.
- 13) 永井智 : 援助要請スタイル尺度の作成—縦断調査による実際の援助要請行動との関連から—. *教育心理学研究*, 61, 44-55, 2013.
- 14) 中村佳子, 浦光博 : 適応および自尊心に及ぼすサポートの期待と受容の交互作用効果. *実験社会心理学研究*, 39(2), 121-134, 2000.
- 15) 相馬敏彦, 浦光博 : 恋愛関係は外部からのソーシャル・サポート取得を抑制するか—サポート取得の排他性に及ぼす関係性と違いと一般的信頼感の影響—. *実験社会心理学研究*, 43, 75-84, 2007.
- 16) 高比良美詠子 : 対人・達成領域別ライフイベント尺度(大学生用)の作成と妥当性の検討. *社会心理学研究*, 14(1), 12-24, 1998.
- 17) 大久保智生 : 青年の学校への適応感とその規定要因—青年用適応尺度の作成と学校別の検討—. *教育心理学研究*, 53, 307-319, 2005.

- 18) 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.
- 19) 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.
- 20) McClelland GH and Judd CM : Statistical difficulties of detecting interactions and moderator effects. *Psychological Bulletin*, 114(2), 376-390, 1993.
- 21) Sommet N, Weissman DL, Cheutin N and Elliot AJ : How many participants do I need to test an interaction? Conducting an appropriate power analysis and achieving sufficient power to detect an interaction. *Advances in Methods and Practices in Psychological Science*, 6(3), 25152459231178728, 2023.
- 22) 尾関友佳子, 原口雅浩, 津田彰 : 大学生の生活ストレス, コーピング, パーソナリティとストレス反応. 健康心理学研究, 4(2), 1-9, 1991.

(2025年5月20日受理)

Effects of the Balance between Autonomy and Dependency on Support Expectations and Adaptation among University Students

Yuka ARATAKE and Yoshiharu FUKUOKA

(Accepted May 20, 2025)

Key words : dependency, social support expectation, adaptation, college students

Abstract

Bornstein (1992) proposed the concept of healthy dependency (HD) as a state of balance between independence and dependence, and distinguished it from the maladaptive states of destructive overdependence, being too dependent, and dysfunctional detachment, being obsessed with independence. In this study, we investigated the relationship between these three categories of dependency and expectations for social support (Objective 1), as well as differences in the effectiveness of social support based on the three categories of dependency (Objective 2). A questionnaire survey was conducted targeting university students in late adolescence, and valid responses were obtained from 196 people. Regarding objective 1, the need for support was positively correlated in the case of overdependence regardless of the type of relationship, was uncorrelated in the case of separation, and was highly correlated with closest person > acquaintances > family in the case of HD. Regarding objective 2, the multiple regression analysis did not reveal any stress-buffering effect of support availability or significant differences among the three dependency categories. Therefore, we conducted a covariance structure analysis using a new tentative model in which HD promotes the availability of support and promotes a sense of adaptation by suppressing stressor experiences, which differed from the original hypothesis. The results largely supported these relationships.

Correspondence to : Yoshiharu FUKUOKA

Department of Clinical Psychology

Faculty of Health and Welfare

Kawasaki University of Medical Welfare

288 Matsushima, Kurashiki, 701-0193, Japan

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

(Kawasaki Medical Welfare Journal Vol.35, No.1, 2025 65 – 75)