

対人関係の両面性と精神的健康の関連

—その否定的側面を中心に—

橋本剛

①

報告番号 甲第 4376 号

対人関係の両価性と精神的健康の関連
—その否定的側面を中心に—

橋本 剛

目次

はじめに	5
第1章 対人関係と精神的健康を取り巻く3つの領域	7
第1節 対人葛藤	8
1-1-1. 対人葛藤研究の進展	
1-1-2. 対人葛藤研究の問題点	
第2節 ソーシャルサポート	13
1-2-1. ソーシャルサポート研究の進展	
1-2-2. ソーシャルサポート研究における対人関係の両価性	
第3節 心理社会的ストレス	22
1-3-1. 精神的健康とは何か	
1-3-2. 心理社会的ストレス研究	
1-3-3. 心理社会的ストレス研究の問題点	
第4節 モデルの提唱	29
1-4-1. 各研究領域の問題点の要約	
1-4-2. 3領域の共通項-主体と環境の二段階媒介モデル-	
1-4-3. 「否定的な出来事」と「否定的な関係性」の弁別 -対人ストレス生起過程因果モデル-	
1-4-4. 対人ストレスはひとつか?-対人ストレスイベントの類型-	
1-4-5. 本論文の目的	
第2章 対人関係の否定的側面の因果と種類	38
第1節 対人ストレス生起過程因果モデルの検討	39
2-1-1. 問題と目的	
2-1-2. 研究I	
2-1-3. 研究II	
2-1-4. 全体的考察	
第2節 対人ストレスイベントの類型	53
2-2-1. 問題と目的	
2-2-2. 研究I再分析	
2-2-3. 研究III	
2-2-4. 全体的考察	

第3章 現代青年における対人関係と精神的健康	67
第1節 対人ストレスにおける青年の独自性 ……………	68
3-1-1. 青年期の対人関係とストレス	
3-1-2. 社会的スキル	
3-1-3. 現代青年の対人方略	
3-1-4. 対人ストレス・社会的スキル・対人方略の関連可能性	
3-1-5. 本章の目的	
第2節 現代青年における対人関係の探索的検討 ……………	78
3-2-1. 問題と目的	
3-2-2. 研究IV	
3-2-3. 全体的考察	
第3節 対人ストレスイベントと社会的スキル・対人方略の関連 ……	92
3-3-1. 問題と目的	
3-3-2. 研究V	
3-3-3. 全体的考察	
第4章 対人ストレス生起過程因果モデルを取り巻く論点	103
第1節 対人ストレス生起過程因果モデルに関する3つの疑問 ……	104
4-1-1. 対人ストレス生起過程因果モデルの因果の妥当性	
4-1-2. 対人ストレス生起過程因果モデルにおける主体的要因	
4-1-3. ネットワークの肯定性/否定性の展開	
第2節 縦断データにおける対人ストレス生起過程因果モデル ……	111
4-2-1. 問題と目的	
4-2-2. 方法	
4-2-3. 結果	
4-2-4. 考察	
第3節 対人ストレス生起過程因果モデルとパーソナリティ ……	124
4-3-1. 問題と目的	
4-3-2. 方法	
4-3-3. 結果	
4-3-4. 考察	
第4節 2つの縦断研究に関する総合的考察 ……………	135
4-4-1. 大学新生のネットワーク適応過程	
4-4-2. 変数の位置づけの可変性	
4-4-3. パーソナリティ・アプローチの疑問と限界	
4-4-4. 対人関係の両価性と親密性	
4-4-5. 今後の課題	

第5章 対人関係と精神的健康の関連が意味するもの	147
第1節 本論文の全体的考察	148
5-1-1. 本論文における知見の要約	
5-1-2. 対人関係と精神的健康の関連	
-対人ストレス生起過程因果モデルに関する知見を中心に-	
5-1-3. 現代青年における対人関係の変貌とは	
-対人ストレスイベントの類型に関する知見を中心に-	
5-1-4. 議論の統合-対人ストレス生起過程因果モデル、対人ストレス イベントの類型、そして主体と環境の二段階媒介モデル-	
5-1-5. その他の課題ならびに展望	
第2節 対人関係の両価性と精神的健康の関連の背後にあるもの	157
5-2-1. 本論文のテーゼと本節の目的	
5-2-2. メタセオリーからの展開	
5-2-3. 結語-なぜヤマアラシにはトゲがあるのか-	
引用文献	170
おわりに	187

はじめに

「ある冬の日、寒さにこごえた山アラシのカップルがお互いを暖めあっていた。ところが彼らは、自分たちのトゲでお互いを刺してしまうことに気がついた。そこで彼らは、離れてみたが、今度は寒くなってしまった。何度もこんな試みを繰り返した後に、ようやく山アラシたちは、お互いにそれほど傷つけ合わないですみ、しかもある程度暖め合えるような距離を見つけ出した。」(Bellak, 1970)

ショーペンハウアーの寓話「山アラシのジレンマ」にも見られるように、昔から人間は愛し合う存在であると同時に傷つけ合う存在でもあること、そしてそのジレンマに苦しむことはさまざまな形で言及されてきた。この事実は時には喜劇であるが、また時には悲劇である。日常の対人関係における嫉妬、葛藤、不安から、同じ地球に生きて、愛しあうこともできるはずの者同士の殺戮戦争に至るまで。そんなジレンマを抱え込んだ人間存在とは果たして何なのか。同じくショーペンハウアーは、このような哲学を残している。

「世界の本質は、盲目的な生への服従である。」

思春期から現在に至るまで、筆者は時には真剣に、また時には投げやりに、この言葉の意味を考えてきた。本論文は、ショーペンハウアーが残したこの二つの命題に対して、心理学的的方法論に基づいて回答を探究した試みである。筆を下ろすにあたって筆者の推測を述べるならば、やはり彼の主張したように、人間はジレンマの呪縛からは逃れられず、生にも服従せざるを得ない。しかし、「盲目的」状況からの脱却は可能なのではないだろうか。しっかりと目を見開いてそのジレンマを直視し、そのうえでより高次の生を追求する一助となることができたならば、この論文の目的は達せられたものと筆者は考えている。

本論文の究極の目的は、「望ましい対人関係の在り方を模索する」という曖昧なものである。しかし、その曖昧さに方向性を付与するために、精神的健康という概念を基本的な従属変数として想定する。つまり、対人関係の肯定性／否定性が精神的健康という観点から定義され、さらにそれらと精神的健康の関連の理解が全編を通じての目的となる。その中でも特に、対人関係の否定的側面と精神的健康の関連の理解が中心的な論点となる。そしてその必然性は、これから展開される議論において示されることとなる。

本論文の概略を章ごとに簡単に述べる。

第一章は先行研究のレビューを行い、本論文のテーマに関連すると考えられる、対人葛

藤・ソーシャルサポート・そして心理社会的ストレスという三つの研究領域について、先行研究の知見を整理するとともに、検討すべき問題点を指摘し、それらを統合し得る枠組みとして、『主体と環境の二段階媒介モデル』を提示する。

第二章は、対人関係の否定的側面についての二つの論点に関する基礎的研究を行う。具体的には、対人ストレス生起規定要因としてのソーシャルネットワークに着目した『対人ストレス生起過程因果モデル』の検討、ならびに対人ストレスイベントの類型を議論する。

第三章では、本論文で主な調査対象となる現代の青年の独自性という観点から、対人関係と精神的健康の関連を議論する。具体的には、青年の独自性に言及している知見のレビューを元に、社会的スキル・対人方略を導入した調査、ならびに面接研究を実施し、対人ストレスイベントの主体的規定要因を中心に議論することとなる。

第四章は、対人ストレス生起過程因果モデルにおける、因果の妥当性・第3変数の媒介可能性などの疑問点を、大学新入生を対象としたふたつの縦断研究によって再検討する。また、その結果のさらなる理解のために、パーソナリティや親密性とモデルとの関連の議論も行うこととなる。

第五章は最終章ということで、本論文で見いだされた知見の要約し、全体的な考察および今後の展望を行う。さらに、本論文の究極の目的である望ましい対人関係の模索、そして「愛し合い、傷つけ合う人間存在とはいったい何なのか」という疑問に再び戻っていくこととなる。

第1章

対人関係と精神的健康を取り巻く

3つの領域

第1章第1節 対人葛藤

本論文の目的は、対人関係と精神的健康の関連を、肯定的／否定的両側面について検討することであり、特に従来あまり議論されることのなかった対人関係の否定的側面を包括的に扱うことにその独自性がある。しかし、そのことは同時に、精神的健康の観点から対人関係の否定的側面を検討した研究は決して多くはないということも意味している。そしてそれを補うためには、精神的健康との関連の有無を問わず、否定的と考えられる対人関係を扱っている研究領域に着目することも必要であろう。そこでまず本節では、社会心理学における対人葛藤研究に着目する。対人葛藤研究は集団間紛争なども含んだ葛藤研究の下位概念として発展してきたが故に、当事者間の葛藤の生起および解決を中心的問題として扱うのが通例である。その結果、これらの研究が従属変数としての情動や精神的健康についての議論をおろそかにしてきたことは否めない。しかし、ストレッサーおよびストレス媒介因としての対人関係の独自性を検討する上で、対人的葛藤事態の規定因から解決方略まで幅広く議論してきたこの分野の知見を概観することは有用かつ不可欠であろう。

1-1-1 対人葛藤研究の進展

Kelley (1987) によれば、対人葛藤に関する変数は大まかには (1) 構造、(2) 内容やトピック、そして (3) プロセスという3側面に区分可能である。そして中でもプロセスへの着目が多いことを反映して、対人葛藤の定義としては、「他の人の行動によって、情緒・思考・行為の因果を経由してある人の行動が妨害される対人プロセス」(Kelley, 1987)、「個人の欲求、目標、期待が他者によって妨害されていると個人が知覚するときに生じる対人的過程であり、感情、認知、行為を含むものである」(藤森・藤森, 1992) などの表現が用いられている。これらの定義はいずれも「二者(以上)の間に生じる何かに着目している」(Kelley, 1987) ことから、基本的には対人葛藤には社会的相互作用の存在が前提となっていると考えられよう。ただし、顕在化した葛藤的相互作用の存在が対人葛藤の必要条件なのかは、必ずしも明確ではない。現実には、「見解や嗜好が不一致であっても、相互依存関係とかかわりがなければ、紛争(葛藤)は生じない。」(松本, 1997, p. 79, 括弧筆者) とするように相互作用を強調する場合もあれば、「潜在的葛藤」(大淵, 1991; 1992) という言葉で表現されるように、葛藤的相互作用を必要としない場合もある。また、その葛藤的相互作用についても明確な定義や類型化はなされていない。例えば Kelley (1987) は (1) 期待された文脈的支持の不提供と (2) 肯定的な感情や思考の妨害という2種類を挙げているが、それと同時に「結局のところ、葛藤の一般的な弁別はおそ

らくないであろう」と述べている。いずれにせよ、対人葛藤という概念はかなり恣意的に用いられているようである。

さて、葛藤研究の古典的名著 (e. g. Deutsch, 1973 ; Lewin, 1948) の随所から伺えるように、社会心理学における葛藤研究は、科学者の立場からの第二次世界大戦の反省という意味で、戦後急速に発展してきたテーマである。そのため、初期の葛藤研究においては集団間葛藤が中心的論点であり、それに付随する形で言及された個人間葛藤、ならびに個人／集団両者の葛藤に共通する論説が、今日の対人葛藤研究の基礎となっている。

わが国においても葛藤と紛争の初期研究では、集団間葛藤を中心としつつ、対人葛藤に関しても該当するであろう内容の議論が展開されている。例えば池内 (1971) は、Mack & Snyder (1957) を簡略にまとめ、葛藤行動、葛藤関係などによって葛藤事象を記述し、その疑問点を指摘した。具体的には、彼は葛藤行動が行われる葛藤関係と葛藤行動が行われない葛藤関係の存在、さらにこの関係を当事者の両方が結ぶ場合と一方のみが結ぶ場合の存在を示唆している。そしてこれらは葛藤対処方略にも影響を及ぼす重要な要因である。なぜなら、葛藤行動 (非難、陰口、暴力など) が行われており、かつ両者が葛藤関係を結んでいる場合には葛藤関係が明確に意識され、葛藤関係にある両者ともに対処方略の必要性を意識し、対処方略の相互作用も生じ得る。しかし、葛藤行動が行われなかったり、葛藤関係が一方向性のものだとすると、対処方略の実行が困難であったり、そもそも対処方略が必要なのかという疑問が生じることとなるからである。このことに関連して、池内は実験的に葛藤を生じそうな場面に被験者を追い込んでも、彼らの間に期待されるほどの葛藤が生じないことも述べているが、これは葛藤が潜在的にはあってもなかなか顕在化されない典型的な例であり、潜在的葛藤 (大淵, 1992) とも言えるものである。また池内は、葛藤が社会的システムの産物であり、葛藤の成立には、いつも家庭や組織や種族が持つ、規範や価値体系や文化が介在していることを指摘している。さらに葛藤の分類 (「課題志向的葛藤」と「人格志向的葛藤」)、葛藤の過程 (潜在的、一過的、慢性的、進行的)、そして葛藤解決の類型 (征服、独占、システム破壊、システム再編成、暫定的処理、関係解消) といった葛藤研究における基礎理論がここでは提示されている。また、佐藤 (1971) は、個人が集団内で達成しようとする個人的目標が、集団の拘束力が強い場合達成できない場合、集団成員に対する要請と異なる場合、集団目標と相反する場合は、個人は心理的葛藤状態に陥ることを指摘している。これも対人葛藤が個人と集団の相互作用によって生じること示唆する指摘として重要であろう。

このように、初期研究は (概略的ではあるものの) 主に葛藤生起における環境 (状況) 的要因の重要性を示唆している。しかし葛藤のプロセスは個人内と個人間で並行して進行するものであり、そこには状況要因と個人要因の両者が介在する (Kelley, 1987)。実際、対人葛藤の生起に影響を及ぼす主体的 (パーソナリティ) 要因の研究も少なからず行われており、例えば敵意 (Hardy & Smith, 1988 ; Smith, 1992) や協調性 (agreeableness :

Graziano, Jensen-Campbell, & Hair, 1996) などで、対人葛藤の生起や解釈とパーソナリティの関連が報告されている。よって対人葛藤の生起・拡大のプロセスは、主体的/環境的両要因に規定されると考えられよう。

一方、葛藤の生起や拡大過程に対して、解決過程の研究も次第に増大し、今日では対人葛藤解決方略において、さまざまな次元ならびに類型が提唱されている。Table 1-1-1に示されるこれらの類型は、大まかには葛藤対象の主張を排斥するか受容するかという軸と、葛藤の解決に積極的か消極的かという軸の兼ね合いで弁別されており、その多くは類似したものであると考えられる。藤森・藤森 (1992) はこれを簡潔に、競争的/協同的次元とコミュニケーションの促進/抑制次元の2次元4象限にまとめている。さらに福島・大淵 (1997) は、先行研究の知見を次元モデル、類型モデル、そして第三者介入に分類しているが、やはり多くの次元モデルは上記の2次元4象限と同様、2軸を想定していることに言及している。さらに彼らが言及している第三者介入は、ソーシャルサポート研究における道具的サポートの一種としても想定可能であろう (橋本, 1995b)。

Table 1-1-1 対人葛藤解決方略の次元と類型

<次元>

Falbo & Peplau (1980)	直接-間接	一方向-双方向
Sillars (1980)	情報交換の促進-抑制	個人解決-相互解決
藤森 (1987; 1989)	コミュニケーション促進-抑制	個別的解決-協調的解決
van de Vliert & Euwema (1994)	活動性	協調性

<類型>

梶田 (1988)	他譲志向	方向探索	無譲志向	自譲志向	状況離脱志向
吉野 (1987)	強硬型	柔軟型			放置型
藤森 (1987; 1989)	個別型	統合型		同調型	回避型
Kilmann & Thomas (1977)	競合型	協同型	妥協型	順応型	回避型
Rahim (1983)	支配型	統合型	妥協型	従属型	回避型
福島・大淵 (1997)	攻撃	統合 懐柔	分配	同調	回避
		第三者介入			

さらに対人葛藤解決方略の次元や類型は、その背景にある、方略規定因としてのパーソナリティを反映しているとも考えられる。大淵 (1996) のレビューでは、葛藤解決方略と関連するパーソナリティとして、社会的スキル・マキャベリアニズム・他者/自己志向性・(達成・保持・用語・支配・理解) 欲求・認知的複雑性などが挙げられている。しかしその一方で、葛藤解決方略は(性差の背景ともなる)社会的勢力などの環境的要因によっても規定される可能性が指摘されている (Eagly & Wood, 1982)。このどちらがより決定的要因なのかは一概には言えず、例えば Sternberg & Soriano (1984) は、個人が葛藤の領域内/領域間を通じて一貫したモードを用いることから、葛藤解決のモードはある程度は知性や人格特性といった主体的要因から予測可能であると述べている。しかしその一方で、Utley, Richardson, & Pilkington (1989) は対人葛藤解決方略とパーソナリティの関連を

調査し、葛藤処理反応の理解には人格と状況の両要因を考える必要があると示唆している。さらに、わが国でも解決方略の規定因として、パーソナリティの他にも性差や関係性 (Ohbuchi & Baba, 1988)、解決目標 (大淵・福島, 1997)、生態学的個人属性 (吉野, 1993)、そして文化差 (e.g. 福島・大淵, 1997; 大淵, 1997) 等、多様な変数が挙げられている。これらの知見から、やはり対人葛藤解決方略も、主体的要因と環境的要因両者の影響によって、決定されると考えるべきであろう。

1-1-2 対人葛藤研究の問題点

古くは Likert & Likert (1976) において、(組織内) 葛藤は「課題の本質に根ざした葛藤」と「対人関係の情緒的、感情的側面から生じた葛藤」に区別されると主張されたように、対人葛藤研究もそもそもは、葛藤課題のみならず情緒的側面についても考慮していた。しかし、今日の葛藤解決方略研究は、課題解決に傾倒する一方で情緒的側面が看過され、その結果、対人関係が精神的健康に及ぼす影響というテーマとは整合性のない方向へと進展している。そしてその原因はふたつ考えられる。

ひとつは、対人葛藤の定義と、実際に行われている研究内容とのギャップである。先述したように、本来、対人葛藤の定義はその内容およびプロセスにおいて、非常に広範囲をカバーするものである。しかし現在の対人葛藤研究で扱われる対人葛藤は、葛藤的相互作用が存在するもの、つまり仲たがいの状況や不合理な要求をされた状況など、社会規範から逸脱したもの、もしくは明らかに不快感を与えるものに限定されている傾向がある。池内 (1971) の言葉を借りれば、葛藤行動も併存している葛藤関係に限定されているとも言えよう。だが例えば、人見知りする人にとっての初対面の人との会話なども、不安や緊張を喚起するという意味では、本来の対人葛藤の定義に含まれる。そしてこのような、葛藤的相互作用の存在しない葛藤関係、つまり潜在的葛藤は、現実の葛藤事態においても稀ではない。そしてそのような状況が対人葛藤研究であまり扱われていないという事実は、対人関係の否定的側面が精神的健康に及ぼす影響を包括的に考える際に、対人葛藤研究の知見だけでは不十分であることを意味していると言えよう。

そしてもうひとつは、これらの研究で扱われた対処方略がいずれも葛藤の解決度のみを従属変数として想定し、ストレス反応を想定しなかったことである。対人葛藤をストレスサーとして心理社会的ストレス研究の枠組みで考えたときに、葛藤解決方略にはあくまで問題焦点型対処 (顕在化した対人関係の軋轢の解決を目的とした対処) としての有効性が問われており、情動焦点型対処 (精神的により状態を保つことを目的とした対処) としての有効性は問われていない。今日、ストレスをはじめとする精神的健康度の指標を従属変数として設定している対人葛藤研究は非常に少ない。例えば「日常生活におけるストレス

としての対人葛藤の解決過程に関する研究」(藤森, 1989)というタイトルの論文ですら、ストレスに関する変数は扱われていない。これは対人葛藤研究において、葛藤そのものの解決が偏重され、それ以外に考えられ得る従属変数の軽視の反映とも言えよう。

しかし、最近、対人葛藤研究においても従属変数として身体/精神的健康を想定すべきという主張がなされている(橋本, 1995b; 久保, 1997)。例えば久保(1997)は、葛藤研究の知見の現実応用可能性の問題について、「実験室と現実との間でズレが生じるのは、葛藤処理という行動が、現実場面では、問題解決だけを指向するものではなく、人間関係の維持やストレスへの対処といったさまざまな側面を含んでいるから」(p. 222)であることを指摘し、ストレス研究の枠組みを導入することによって、これまでは単なる「問題回避」に過ぎなかった葛藤の潜在化を詳細に議論し得る可能性を示唆している。Kelley(1987)は「否定的情動は葛藤の十分な基準にはならない」と述べているが、それには「否定的情緒が明白に相互作用に帰属されない限りにおいて」とあるという条件が加えられている。その意味でも、対人葛藤研究と心理社会的ストレス研究の統合というテーマは、両方の研究にとって有意義な知見を還元し得るものとして、今後の展開が期待されよう。

第1章第2節

ソーシャルサポート

社会心理学の研究テーマは、対人認知・社会的相互作用・集団力学どれをとっても、そこに価値観を付与し得る。その中には、例えば肯定的事象としての援助行動や向社会的行動、否定的事象としての対人不安や対人葛藤など、背景にある価値観が比較的明確な研究も少なくない。実は対人関係の肯定性／否定性の包括的議論とは、究極的には社会心理学すべての研究を網羅した議論ということになるのではないかと筆者は考えている。

残念ながら現時点では、そのような議論を展開するのは困難である。しかし、研究テーマを限定する以外にも、価値観を限定することでさまざまな研究を統合することは可能であろう。そこで本論文では、「精神的健康」という価値観に基づいて、対人関係の包括的議論を行うこととなる。かつて Heider (1958) は、「一般的な」利益と危害という観点から、対人関係の肯定的／否定的影響力を説いた。社会心理学が十分な成長を遂げていなかった当時は、肯定性／否定性の背景にある価値観の不明瞭性に関する議論を「一般性」という言葉で代替できたのかも知れない。しかし、学問が成熟し、かつ価値観が多様化した現代は、何をもって肯定的／否定的とするのかという疑問が生じるのも決して不自然ではない状況である。そして1970年代から、あるひとつの価値観に基づいた研究領域が飛躍的に拡大していったのは、この疑問に対するひとつの回答とも考えられよう。それこそ、身体的／精神的健康という価値観を基軸とした対人関係研究、すなわちソーシャルサポート研究である。

1-2-1 ソーシャルサポート研究の進展

ソーシャルサポート研究の学際性

ソーシャルサポートは心理学のみならず、社会福祉や社会学、疫学、精神医学、看護学など、非常にさまざまな領域で研究が行われているテーマである。それ故にその定義もまた多様であるが、例えば南・稲葉・浦 (1988) はその「経験的な対応 (empirical referent)」として「特定個人が、特定時点で、彼／彼女と関係を有している他者から得ている、有形／無形の諸種の援助」と述べている。また、Rook (1985) はソーシャルサポートのアイデンティティとしてストレス低減機能を挙げている。これらの観点から、ソーシャルサポートの中核的定義は「継続的対人関係によるストレス低減機能」と考えられる。そしてこのような観点は、社会的な絆が健康機能への本質であることを言及した Durkheim (1897/1960) に既に見いだされる。つまり、彼の研究をソーシャルサポート研究の端緒と考えれば、ソーシャルサポート研究は1908年に始まったとされる社会心理学よ

りも古い歴史を持つとも言えよう。

このようにソーシャルサポート研究の歴史は、古くは上記の Durkheim の自殺研究にまで遡る。久田 (1987) によると、その後、1950年代のイギリスの社会人類学者の対人ネットワーク分析や Rogers, C. R. に代表される人間学的心理療法、さらに Maslow, A. H. の人格理論を経て、1974年の Caplan, G. によるソーシャルサポートシステムの概念提唱、そして同年の Cassel, J. の研究がソーシャルサポート研究の本格化のきっかけであるとされている。時代の要請という背景もあって、その後爆発的な数の研究が現在に至るまで続けられており、今日でもソーシャルサポート研究は、心理学に留まらず、非常に学際的な研究テーマである。社会福祉 (e. g. Maguire, 1991) やコミュニティ心理学 (e. g. Orford, 1992) の領域で扱われているかと思うと、その一方で看護学の雑誌でも、Norbeck (1986) を中心としてソーシャルサポート特集が組まれている。また、ソーシャルサポートを特集した「現代のエスプリ」(福西, 1997) で議論の中心となっているのは医療関係者であり、もちろん社会心理学の観点からも優れた概論書 (e. g. 浦, 1992) が刊行されている。さらに心理学に限定して考えても、このテーマは社会心理学と臨床心理学を基礎としつつ、そこから派生した健康心理学やコミュニティ心理学、さらに産業・組織心理学、そして教育心理学や発達心理学の視点も導入可能な、極めて学際的なテーマであるといえよう。ちなみにここで中心となっている臨床と社会の関連性は、決して目新しいものではない。社会心理学の著名な雑誌である *Journal of Personality and Social Psychology* と、同じく臨床心理学における *Journal of Abnormal Psychology* は、かつて *Journal of Abnormal and Social Psychology* (1925-1964) という雑誌で統合されていたし、今日でも *Journal of Social and Clinical Psychology* という雑誌が存在する。わが国でも例えば木村・相場・南 (1972) は、人間関係という社会心理学の主題を臨床的観点から検討する臨床社会心理学という立場を提唱しており、現在に至るまで、臨床と社会の統合を主張する意欲的な試みは少なからずなされている (e. g. Leary & Miller, 1986 ; 坂本, 1997) 。

このように、ソーシャルサポートというテーマは、特定の学問領域のパラダイムに準拠するにはあまりにも多様な背景を持っている。この点に留意しつつも、次に、ソーシャルサポート研究の今日までの動向を概略する。

ソーシャルサポートとは

Barrera (1986) によれば、ソーシャルサポートは、抑うつ、ガン、出産合併症、心理的苦痛 (ディストレス)、職務不満足、児童虐待、神経症などの諸問題に対して、肯定的影響力を持つことが示唆されている。しかし、「ソーシャルサポート」という概念が提唱されてから現在に至るまで、膨大な量の研究が行われているにも関わらず、その定義は必ずしも明確ではない。もちろん初期のサポート研究において、この問題は重要なトピックとなったが、そこでの議論を経て今日では、ソーシャルサポートの定義は大きく3種類ある

ことで暗黙のコンセンサスが得られているようである。ひとつは構造的定義、それから機能的定義、さらには包括的定義がそれである。

まず構造的定義とは、個人が持っているソーシャルネットワークもしくは社会的包絡 (social embeddedness) をソーシャルサポートを同義に扱う立場である。つまりこの立場は、個人が持っているネットワークの構造それ自体をサポートネットワークであると見なすものであり、客観的指標に基づくというメリットがあるので、心理的要因をあまり鑑みない疫学・社会学的研究でわりと用いられる傾向がある。ただしこの立場は、対人関係の存在が精神的健康に対して肯定的であることを前提としており、対人関係が精神的健康に否定的な影響を及ぼし得る可能性を軽視している点、さらに、主体的要因によってその影響力が左右される可能性を考慮していない点が問題点として考えられる。

次に機能的定義とは、具体的にどのようなサポート行動が行われる可能性があるか、もしくは行われたかという側面からの定義である。「ソーシャルサポートの概念は、現実的もしくは心理社会的資源の実際の、もしくは予期された交換を通じての対処、尊重、所属、そして能力を含んだ関係の相互作用の過程として定義され得る。」 (Gottlieb, 1994) という言葉に象徴されるように、この立場は「ソーシャルサポートとは対人的相互作用の過程である」とするところに特徴があり、その測定に際しては、どの程度のサポートが得られそうか、もしくは得られたか、を評定する。したがってこの立場では、個人のソーシャルネットワークはサポートを提供する源であり、それ自体はソーシャルサポートではないことになる。よってソーシャルネットワークとソーシャルサポートが弁別され、構造からの定義の問題点はある程度解決される。しかしこの見解にも問題点はないわけではない。それは、予期されたサポートを評定する際には、主観的評定に頼らざるを得ないので、どうしても個人のパーソナリティ要因が介在し、客観的指標としての妥当性に問題が生じやすいという点である。また、実行されたサポートを用いた場合は、この主観性の問題が解決される一方で、後追いの的にならざるを得ないので因果関係が特定できないという問題が生じる。

最後に包括的定義とは、Barrera (1986) の「ソーシャルサポートを総称的概念として利用し、経験的な操作的概念としてはそれを利用しない。」という見解に示されるような、操作的概念としての定義を放棄した立場である。したがってこの見解に基づいた、定型的なサポート測定法というものは存在せず、サポートのどの側面を測定するかは研究の文脈によることとなる。

これらの定義の違いは、そのままソーシャルサポートの測定法の多様性に反映されている。Tardy (1985) はその詳細なレビューでサポート尺度の5つの次元を同定しているが、ここではPayne & Jones (1987) で挙げられている著名ないくつかの尺度について触れるにとどめる。まず、Barrera, Sandler, & Ramsay (1981) の Inventory of socially supportive behaviours (ISSB) は、サポートの具体的な内容を記述し、過去1ヶ月にそれらのサポー

ティブな行動をどのくらい受けたかを質問する形式である。したがってここではネットワークは問題とされず、あくまで実際に行われた機能が問題となる。一方、Procidano & Heller (1983) の Perceived social support from family and friends scale (PSS-Fa & PSS-Fr) では、サポートネットワークを家族と友人に限定した上で、してくれそうだと知覚されたサポート、ならびに実際に行われたサポートの両方を測定している。また、McFarlane, Neale, Norman, Roy, & Streiner (1981) の Social relationship scale (SRS) や Sarason, Levine, Basham, & Sarason (1983) の Social support questionnaire (SSQ) では、サポートしてくれる(であろう)人を挙げることによって、構造的な測定も可能となっている。ただし前者は実際に行われたサポート、後者はサポートしてくれそうだという知覚を測定しているという相違点がある。そして、それぞれの尺度においてソーシャルサポートがストレスを低減することが見いだされたので、1980年代半ばからは、どのパラメーターの予測力が高いのか、そしてソーシャルサポートのどの側面がどうストレスを低減するのかに関心が寄せられた。前者については、例えば Blazer (1982) が、愛着、知覚されたサポート、社会的相互作用という3つのサポートパラメーターの相対的な致死予測率を比較し、知覚されたサポートが最も予測力が強いことを見いだしている。また、後者の問題に関しては、Cohen & Wills (1985) がレビューの結果、「構造を測定したときに直接効果が現れやすく、機能を測定したときに緩衝効果が現れやすい」という結論を導き出している。ちなみに、サポートの直接効果とは、「(個人が) サポートティブな対人関係のなかにいるか否かは、(ストレスフルイベントの有無に関わらず) その人の心身の健康に直接的な影響を及ぼす」とする仮説であり、サポートの緩衝効果とは、「ソーシャルサポートが心身の影響に好ましい影響を与えるのは、それがストレスの悪影響を緩衝するからだ」とする仮説である(浦, 1992)。

いずれにせよ、ソーシャルサポートが心身の健康に対してポジティブな影響を及ぼしていることは確かである。また、構造と機能の相対的影響力は一概には言えず、どちらの立場をとるかに拘泥することはあまり実りのないことであると考えられる。したがって、本研究においてはソーシャルサポートを総称的概念として捉え、「特定個人が、特定時点で、彼/彼女と関係を有している他者から得ている、有形/無形の諸種の援助」(南ら, 1988) という(経験的な)定義を用いることとする。ただし、以上の「サポート提供者として想定されるという認知」と「実際に行われたサポート」というサポートの定義および測定法に関する議論は、本研究の主題である、対人関係の否定的な側面について考える際に、重要な示唆を与えるものであることを言及しておく。

さらに、ソーシャルサポートがどのような要因に規定されるかに関しても、数多くの研究が展開されている。その多くは主体的要因に関するものであり、Locus of Control (Sandler & Lakey, 1982) や対人不安、社会的望ましさ、シャイネス、孤独感 (Sarason, Shearin, Pierce, & Sarason, 1987) などの人格特性的変数から、自我同一性 (Caldwell, Bogat,

& Cruise, 1989)、不合理な信念 (irrational belief : Hart & Hittner, 1991)、達成動機 (堀野, 1991) などの、パーソナリティと一概には言えない非人格特性的個人属性まで、さまざまな概念とサポートとの関連が検討されている (特にパーソナリティとサポートの関連については、Pierce, Lakey, Sarason, & Sarason, 1997 ; Sarason, Sarason, & Gurung, 1997参照)。しかしその一方で、サポートの知覚や満足にネットワークの人数や構成が影響し (Cutrona, 1986 ; Vaux & Harrison, 1985)、さらにサポートの効果は性、民族、年齢等に基づいた集団間で異なることが見いだされている (Vaux, 1985)。Lakey, McCabe, Fiscaro, & Drew (1996) も、知覚されたサポートの判断は知覚者とサポーターの交互作用、サポーター特性、知覚者のバイアスの順に説明されることを明らかにしている。これらの知見は主体的要因と同時に、環境的要因もサポートの規定因として考慮すべきことを示唆していると言えよう。

1-2-2 ソーシャルサポート研究における対人関係の両価性

対人関係は常に肯定的か

ソーシャルサポート研究には、「対人関係の存在、もしくはそこで行われる社会的相互作用は健康に肯定的影響を及ぼし得る」という暗黙の仮定がある。しかし、これが必ずしもすべての対人関係に該当するわけではないことは言うまでもない。そもそも、ソーシャルサポートに関する初期研究のひとつである Cassel (1976) は、ストレスの心理社会的プロセスにおいて、(対人関係を含む) 社会的環境を「ストレッサーか非ストレッサーかの一次元でなく、ストレッサー次元と保護・利益的次元の二次元で扱うべき」と主張している。つまり、かつてストレスと社会的環境の関わりは否定的側面が強調されていたのに対し、その肯定的側面も重視すべきとして始まったのがソーシャルサポート研究なのである。その意味で、今日、多くのサポート研究がその肯定的側面のみに注目し、否定的側面を軽視しているのは皮肉であるとも言えよう。実際、次節で扱う心理社会的ストレス研究において、日常の対人関係ストレッサーは非対人関係ストレッサーよりも相対的に否定的影響力が大きいことが明らかにされている (Bolger, DeLongis, Kessler, & Schilling, 1989 ; 長根, 1991 ; 岡安・嶋田・丹羽・森・矢富, 1992 ; 大迫, 1994)。また、サポートと同様、対人関係の否定的側面も、抑うつ (Hammen, Burge, Daley, Davila, Paley, & Rudolph, 1995)、ガン (Wortman & Dunkel-Schetter, 1979)、背筋痛 (Schwartz, Slater, & Birchler, 1994)、過食症 (Grissett & Norvell, 1992) など、さまざまな身体/精神的症状との関連が議論されている。つまり、対人関係が健康に対して否定的であるとき、その影響力は決して軽微なものではないのである。もちろんこのことはソーシャルサポート研究者も認識しており、サポート研究においても、対人関係の肯定的側面を強調するのみならず、その否定的側面も考

慮すべきであることは常々指摘されている (e. g. Coyne & DeLongis, 1986 ; Holahan, Moos, & Bonin, 1997 ; House, Landis, & Umberson, 1988 ; Rook, 1985, Tilden & Galyen, 1987) 。

否定的な対人関係とは

しかしそれ以前に、(特にわが国では) 対人関係の否定的側面と精神的健康との関連は、ソーシャルサポート研究において十分に議論されているとは言い難いのが現状である。これにはさまざまな理由が考えられるが、何よりもまず、「対人関係の否定的側面」がさまざまに概念化され、統一された理論的枠組みを持たないことが主な原因の一つとして挙げられよう。つまり、否定的な対人関係とはいったい何なのか、研究における明確なコンセンサスは未だ得られておらず、「研究者たちは理論的/経験的にと言うより、直感的に否定的交換を研究してきた」(Rook, 1990) のである。その結果、「精神的健康に悪影響を及ぼす対人関係の否定的側面」という同一もしくは類似の概念は、Table 1-2-1に示したように、極めて雑多である。もちろんこれらを含めようという試みもないわけではなく、例えば Rook (1990) はより幅広い概念として、ソーシャルストレイン (social strain) というタームを提唱している。彼女はこのソーシャルストレインを、「個人の私的なソーシャルネットワーク成員による、個人に(怒り、悲しみ、神経内分泌反応の上昇などの) 心理的・生理的な反応を

経験させるような行動であり、この定義には社会的交換理論における従来の『コスト』、つまり関係の維持に必要な時間、金銭、物質は含まない。また、この定義には、苛立たせても継続する苦痛を生じさせないメンバーの行動も含まない。それは好意に帰属されるからである。代わりに人々が悪事もしくは違反と知覚し、苦痛を生じさせる行為を強調したい。」と定義している。しかし、対人関係

Table 1-2-1 精神的健康に否定的影響を及ぼす対人関係の概念

名称	出典
対人ストレス (interpersonal stress)	Davila, Hammen, Burge, Paley, & Daley (1995) Hammen, Burge, Daley, Davila, Paley, & Rudolph (1995) Hewitt & Flett (1993) Schwartz, Slater, & Birchler (1994) Suitor & Pillemer (1993)
社会的葛藤 (social conflict)	Abbey, Abramis, & Caplan (1985) Major, Zubek, Cooper, Cozzarelli, & Richards (1997) Shinn, Lehmann, & Wong (1984)
対人妨害 (interpersonal obstacles)	Shinn, Lehmann, & Wong (1984)
社会的妨害 (social hindrance)	Ruehlman & Wolchik (1988)
否定的相互作用 (negative interactions)	Rook (1984) Schuster, Kessler, & Aseltine (1990)
葛藤的サポートネットワーク (conflicted support network)	Sandler & Barrera (1984)
ソーシャルネットワーク混乱 (social network upset)	Fiore, Becker, & Coppel (1983)
ソーシャルアンダーマイニング (social undermining)	Vinokur, Price, & Caplan (1996) Vinokur & van Ryn (1993)
社会的拒絶 (social rejection)	Kaplan (1985) Lefcourt (1985)
ネガティブサポート (negative support)	Antonucci (1985)
関係ストレス (relational stress)	Jones (1985)
軽視 (disregard)	Abbey, Andrews, & Halman (1995)
社会的ストレス (social stressors)	Holahan, Moos, Holahan, & Brennan (1997)

の否定的側面を包括するには、この概念でも疑問が残る。何故なら、Rook はソーシャルストレーンを行動／行為として定義したにも関わらず、実際は社会的相互作用以外の概念（例えば否定的関係であると評価されたネットワークの大きさ）もソーシャルストレーンに含めているからである。そして、もし「実際に生じた出来事」と「関係性の認知」がそれぞれ、「ストレッサー」と「ストレス規定／媒介要因」として弁別すべきものであるとすれば、ソーシャルストレーンは必ずしも明確な概念とは言えないであろう。そこで、精神的健康に対して否定的な対人関係を、統合的に理解する枠組みを模索するために、次にソーシャルサポート研究において対人関係の否定的側面を取り上げてきた研究を概観する。

筆者が概観したところ、「否定的な対人関係」という概念は、①否定的影響力を内包するソーシャルサポート、②否定的であることが明確な社会的相互作用、③否定的であると認知された関係性、のいずれかに大まかには分類可能であると考えられた。

まず、肯定的な影響を意図したサポート行動、もしくはサポートネットワークが不適応に寄与する場合（Antonucci, 1985; Wortman & Lehman, 1985）も広義には否定的な対人関係に含まれるであろう。サポートネットワークが不適応に寄与する場合としては、（1）サポートが自尊心を低下させるとき（Fisher, Nadler, & Whitcher-Alagna, 1982）、（2）サポート提供可能者が受け手の必要性に鈍感なとき（Wortman & Lehman, 1985）、（3）サポートタイプな関係が葛藤や苛立ちの源でもあるとき（e. g. Sandler & Barrera, 1984の conflicted support）、などが考えられる（Barrera, Chassin, & Rogosch, 1993）。また、Fondacaro & Heller（1983）では、社会的相互作用が心理的症状と負の相関を持つ一方で、飲酒と正の相関があることが見いだされている。この知見は、従属変数に何を想定するかによって、サポートが健康に対して同時に正負両方の影響を及ぼし得ることを示唆しており興味深い。しかしこれらのケースについては、Rook（1990）がソーシャルストレーンの定義から除外した「否定性を意図していない対人関係」と考えられる。また、議論の煩雑化を避けるためにも、このケースについては本論文では特に扱わないこととする。

次に、否定的社会的相互作用、つまり対人関係において実際に生じた否定的な出来事を測定した研究がある。いくつか研究例を挙げると、Abbey, Abramis, & Caplan（1985）は大学生を対象に、（1）ネットワーク全般（2）恣意的なメンバー（3）重要な他者の3ターゲットとの葛藤頻度を測定している。Lepore（1992）も同様に、大学生を対象に、（1）ルームメイト（2）友人との葛藤頻度を測定し、ターゲットの補完性を見いだしている。既婚者の標本を用いた Schuster, Kessler, & Aseltine（1990）は、婚姻関係における一般的な緊張、不和、怒りや冷淡さの場合の頻度、友人や親戚を対象として、過度の要求、非難、怒りを喚起するような主張の頻度を測定している。さらに、これらの否定的対人的相互作用を下位分類する試みもある。例えば大学生を対象とした Shinn, Lehmann, & Wong（1984）は、否定的社会的相互作用を因子分析した結果、（1）社会的葛藤（social

conflict: 望まない行動を取らせるような他者からの圧力) と、(2) 対人妨害 (interpersonal obstacles: 他者による個人の目標達成阻害) という2因子を見いだしている。この結果は、前節における Kelley (1987) の対人葛藤の分類と類似しており興味深い。さらに、精神病患者の介護家族を調査対象とした Rautkis, Koeske, & Tereshko (1995) では否定的社会的相互作用の頻度を測定した結果、非援助的行為/発言、拒否、退却の3因子が見いだされている。Abbey, Andrews, & Halman (1995) は否定的側面として「軽視」尺度を用いているが、その下位尺度は嫌悪、怒り、軽蔑、気遣いの欠如といった「否定的情緒」と、決めつけ、非常識の指摘、不賛成などの「不満」で構成されている。これらの知見は、否定的相互作用に下位類型がある可能性を示唆している。

三番目に、否定的であると認知された関係性を測定している研究もある。例えば Rook (1984) は高齢者の未亡人を対象として、ソーシャルネットワークにおいてプライバシーを侵害したり、弱みにつけ込んだり、約束を破ったり、怒りや葛藤を喚起させたり、これらの問題をしばしば生じさせる人を同定させている。また Sandler & Barrera (1984) は、サポートと同時に苛立ちも提供する人数を測定している。さらに Finch, Okun, Barrera, Zautra, & Reich (1989) は、最近身体障害が生じた群、最近配偶者と死別した群、そして統制群計246名の高齢者(60~80歳)を対象に、肯定的/否定的な社会的結びつき (social ties) の因子構造を研究しているが、その際用いられた尺度は14項目中10項目が道具的/情緒的サポート提供者の同定項目、残り4項目が否定的社会的経験源となる個人の同定項目(批判的、弱みにつけ込む、約束を破る、怒らせる)であり、人数を質問している。

加えて、「出来事」か「関係性の認知」かの判別が困難な研究もある。例えば Fiore, Becker, & Coppel (1983) や Pagel, Erdly, & Becker (1987) は、深刻な病状の家族を介護している人の標本を用いて、社会化、自己開示、認知的ガイダンス、情緒的サポート、物質的援助の5側面について、ソーシャルネットワークメンバーがどの程度苦痛を生じさせるかという、いわば知覚されたストレスを測定している。他にも Pierce, Sarason, & Sarason (1991) など、対象を特定化した上でその関係性の肯定性/否定性を問う形式では、実際に生じた出来事と関係性の認知を弁別していないものもある。したがって評定対象をネットワーク全般とするのか、それとも特定関係に限定するのかも、対人関係の両価性を検討する上で考慮すべき問題であろう。

しかし以上のレビューから、サポート研究におけるサポートネットワーク構造/サポート機能(知覚・実行されたサポート)の弁別と同様、対人関係の否定的側面も大まかには、構造(否定的であると認知された関係)/機能(実際に生じた否定的な対人的相互作用)という弁別が可能であると考えられる。ただし、出来事と関係性という否定的対人関係の2側面を同時に検討している研究は Rook (1984) など少数に過ぎず、その関連についての議論はほとんど行われていない。加えて重要な問題は、以上のレビューにおけるサポート研究での対人関係の否定的側面に関する知見が、すべて海外の研究によるものであると

いう事実である。つまり、精神的健康と関連する対人関係の否定的側面は、わが国のソーシャルサポート研究ではほとんど議論されていないのである（ただし最近、ようやくこの問題がわが国でも議論されるようになってきた。e. g. 菅沼・福岡・橋本, 1997）。

対人関係の肯定的／否定的側面の関連

他に、対人関係の否定的側面がこれまで十分に議論されてこなかった理由として、対人関係の肯定的側面と否定的側面が一次元で考えられてきたことも挙げられよう。すなわち、サポートが少ない／サポートに不満である対人関係こそが、否定的な対人関係であるという考え方である。確かに、サポーティブでない関係はサポーティブな関係と比較すると、精神的健康に悪影響を及ぼし得る（DeLongis, Folkman, & Lazarus, 1988）。しかし、非サポーティブすなわち否定的な対人関係という考え方が必ずしも妥当ではない可能性が、近年の研究から明らかになりつつある。というのは、非サポーティブな対人関係と否定的対人関係が同義であるならば、サポートと否定的対人関係の指標は逆相関するはずである。そしてそのような傾向を示す知見（Lepore, 1992；Pierce et al., 1991；Schuster et al., 1990）がある一方で、この両側面は基本的に独立しているとする知見（Finch et al., 1989；Lakey, Tardiff, & Drew, 1994；Rook, 1984；Ruehlman, & Wolchik, 1988）もあるのである。この問題には未だ明確な結論は出ていないが、ここには Abbey et al. (1985) が示したように、測定対象となる対人関係、または関係性の認知／相互作用頻度のどちらを測定しているのかといった測定法によって結果が左右される可能性が考えられよう。このような観点から対人関係の両価性の関連を議論するためにも、さらなる知見の蓄積が望まれる。

対人関係の肯定的／否定的側面の相対的影響力

また、対人関係の否定的側面に着目する研究の増加につれて、その相対的影響力の強さも着目されるようになってきた。肯定的な社会的相互作用は否定的相互作用より頻繁に生じる（Rook, 1984；Schuster et al., 1990）にもかかわらず、対人関係の否定的側面が精神的健康に及ぼす悪影響が、肯定的側面が及ぼす好影響を凌駕することを見いだしている研究は少なくない（Faucett & Levine, 1991；Fiore et al., 1983；Helgeson, 1993；Horwitz, McLaughlin, & White, 1997；Pagel et al., 1987；Rook, 1984；Ruehlman & Wolchik, 1988；Sandler & Barrera, 1984；Schuster et al., 1990）。そしてこの相対的影響力、ならびにその理由の検討こそが本論文の中心的論点のひとつとなるのであるが、これに関連して Taylor (1991) は、否定的な事象は強いインパクトを持つがその影響は長続きせず、同時に肯定的な事象はインパクトは小さいがその影響力は持続するという活性化—最小化仮説（mobilization-minimization hypothesis）を提唱している。この仮説はソーシャルサポート研究においてもその妥当性が指摘されており（Vinokur & van Ryn, 1993；Barrera et al., 1993）、この仮説は本論文においても重要なキーワードのひとつとなる。

第1章第3節

心理社会的ストレス

ところで、前節で扱ったソーシャルサポート研究が活性化したのは、疫学的観点からのストレスについての議論が契機とされている(久田, 1987)。この観点からの初期のストレス研究は、Holmes & Rahe (1967)の社会的再適応評価尺度に代表されるように、ストレッサー(ストレスの原因となる出来事)となり得るライフイベントの同定、ならびにその対策を中心に、多くの有用な知見を提供してきた。しかしながら、Holmes & Rahe (1967)の尺度はストレッサーを一律に得点化しており、個人差や社会的文脈を考慮していないという問題点も内包していた。その結果、「ストレス(ストレッサー)だけでは不適応状態を十分に説明できない」(Rabkin & Struening, 1976、括弧筆者)という批判が生じ、そこに介在する媒介過程に研究の論点は移行した。その際キーワードのひとつとなったのがソーシャルサポートであるが、もうひとつ、媒介過程でキーワードとなった理論がある。それが本節で述べる、心理社会的ストレスの認知的評価・対処理論である。

1-3-1 精神的健康とは何か

ところで、本論文の重要なキーワードのひとつであり、基本的な従属変数として想定される精神的健康という概念は、心理学という学問そのものにおいても欠くべからざる概念である。心理学に限らず、すべての学問はヒューマン・ウェルフェアに貢献することを重要な目的のひとつとして位置づけるべきであるし、臨床心理学などはまさしくこれが基本的なテーゼとなっている学問領域であろう。しかし臨床心理学は対処を中心としているという意味で限界があり、これに対して、予防的側面を重視した学問が近年急速な発展を遂げつつある。その中でも「健康の推進・維持・疾病の予防・治療、健康・疾病・機能不全に関する病因学的及び診断学的にみた相互関係、さらにヘルス・ケア・システムと健康政策の策定の分析と改善に対する心理学領域の特定の教育的、科学的、専門的貢献のすべてを包含したもの」と定義される(本明, 1990)健康心理学は、身体もしくは精神的健康に関する包括的議論を志している領域である。

しかしそもそも、精神的健康(mental health)とは何であろうか。実はこの概念は、それを扱ってしかるべき、最近の健康心理学の概論書(中川・宗像, 1989; 島井, 1997; 岡堂, 1991; Stone, 1987)ですら、明確な概念化がなされていない。これらの概論書で共通して言えるのは、ストレスフルな状態は精神的に不健康であるという暗黙の前提が想定されているということである。つまり、経験的な対応として、ストレスという概念が精神的健康という概念とかなり重複すると考えることができよう。

ただし、精神的健康の基準を「不健康か、そうでないか」とする消極的な立場に対して、WHO の保健憲章による健康概念が well-being な状態を強調しているように、ただ単に身体的・精神的・社会的に正常であるだけでは決して健康とは言えず、さらに健康という概念に積極的な価値観を持たせる立場もある。例えば Shultz (1977) は、「神経症的、精神病的行動がないというだけでは人を健康な人格とみなすことはできない」として、著名な心理学者の健康に関する議論を概観し、それらの共通点として、生活の意識的統制、ならびに現在への関与を挙げている。Ryff (1989) も同様に先行研究における理論から精神的健康の次元を検討し、自己受容、他者との肯定的関係、自律性、環境支配、人生の目的、人格の成長の六次元を同定している。わが国では藤南・園田・大野 (1995) が WHO の定義に基づいた主観的健康観尺度を作成しており、そこでは心的動揺・身体的不健康・友人欠如という消極的健康観を反映した下位尺度と同時に、全体的幸福感・社会的支援・家族の支援・対処の自信という積極的健康観を反映した下位尺度が含まれている。ただし支援とは前節で述べたソーシャルサポートと同義であり、これが健康という概念に含まれるのか、それとも健康と関連するが異なる概念なのかという疑問は残る。また、幸福感 (Argyle, 1987)、充実感 (大野, 1984) など同様に、積極的な意味での健康と考えられよう。ただし、Shultz が最終的に「万人に共通する健康な人格、精神的健康についての普遍的な規定というようなものは存在しないのだろう。」と述べているように、これら積極的な意味での健康は多次元的である。それに対して消極的な意味の健康、つまり「精神的不健康」は、死へのリスクの程度という意味においては収斂可能であろう。そこで本論文では精神的健康を、心理的諸問題の有無や程度を基準とする消極的な立場から考えることとする。さらに、この消極的な立場についても、抑うつ、不安、社会的活動障害、神経質などさまざまな下位区分が可能であるが、これらを包括し得る概念として「ストレス」という概念を用いることとする。

1-3-2 心理社会的ストレス研究

ストレス (stress) という概念が健康を害する危険因子という意味で研究に導入されたのは、1935年の Selye, H. の論文が最初とされている (田多井, 1980)。林 (1990) によれば、Selye は外界からの侵襲時に生じる「一般適応症候群」のときに働いている生体の適応メカニズムを「ストレス」と呼称し、Cannon, W. B. が提唱したホメオスタシス (homeostasis: 恒常性) 維持への働きと位置づけた。その後、Holmes & Rahe (1967) の社会的再適応評価尺度やその是非を中心として、ストレスという概念の定義や付随する現象、さらにその概念の適用可能性を巡って数多くの議論が行われ、今日ではストレスという語は日常用語として市民権を得るまでに至っている。しかしその詳細な議論は概論書

(e.g. 石原・山本・坂本, 1985 ; 河野・田中, 1986 ; 宗像, 1991 ; 田多井, 1980) に譲って、本論文では心理社会的ストレスの概略的な理解から始めたい。

心理(社会)的ストレスとはストレスの下位概念であり、ストレッサーが認知的評価を媒介する点、ならびに、その脅威によって心理的不快感や混乱、行動障害、人格障害をもたらす過程を指すという点において、生理的ストレスと弁別される(山本, 1985)。Kaplan (1996) は心理社会的ストレスを、「社会的に導かれ、条件づけられ、状況づけられた、主体的苦痛に基づく何らかのもしくはすべての情緒障害の健在化の心理的過程である(p. 3)」と定義し、この領域の多くの研究が、類似の概念的枠組み(生活環境→生活環境の主観的評価→適応/対処/防衛反応→結果)における要素間の分析的弁別を描写していると述べている。そしてその代表的な枠組みが、Lazarus & Folkman (1984) による、ストレスの認知的評価・対処理論である。

Lazarus がストレスを「ある個人の資源に何か重荷を背負わせるような、あるいは、それを越えるようなものとして評価された要求である」と定義している(林, 1990) ことから伺えるように、彼らの理論の最大の特徴は、個人がストレッサーに直面してからストレス反応を顕在化させるまでの過程を媒介する認知的評価を重要視した点である。

簡単にそのモデル (Figure 1-3-1) を述べると、人はまずライフイベントやデイリーハズルズといったストレッサーとなり得る出来事に直面したとき、その出来事についての「一次的評価」を行う。これは、その出来事が自分にとって無関係なのか、無害-肯定的なものか、ストレスフルであるか、という評価である。次に、その出来事が自分にとってストレスフルであると評価されたとき、「二次的評価」が行われる。これは、個人がどのような対処資源を持っており、どのよ

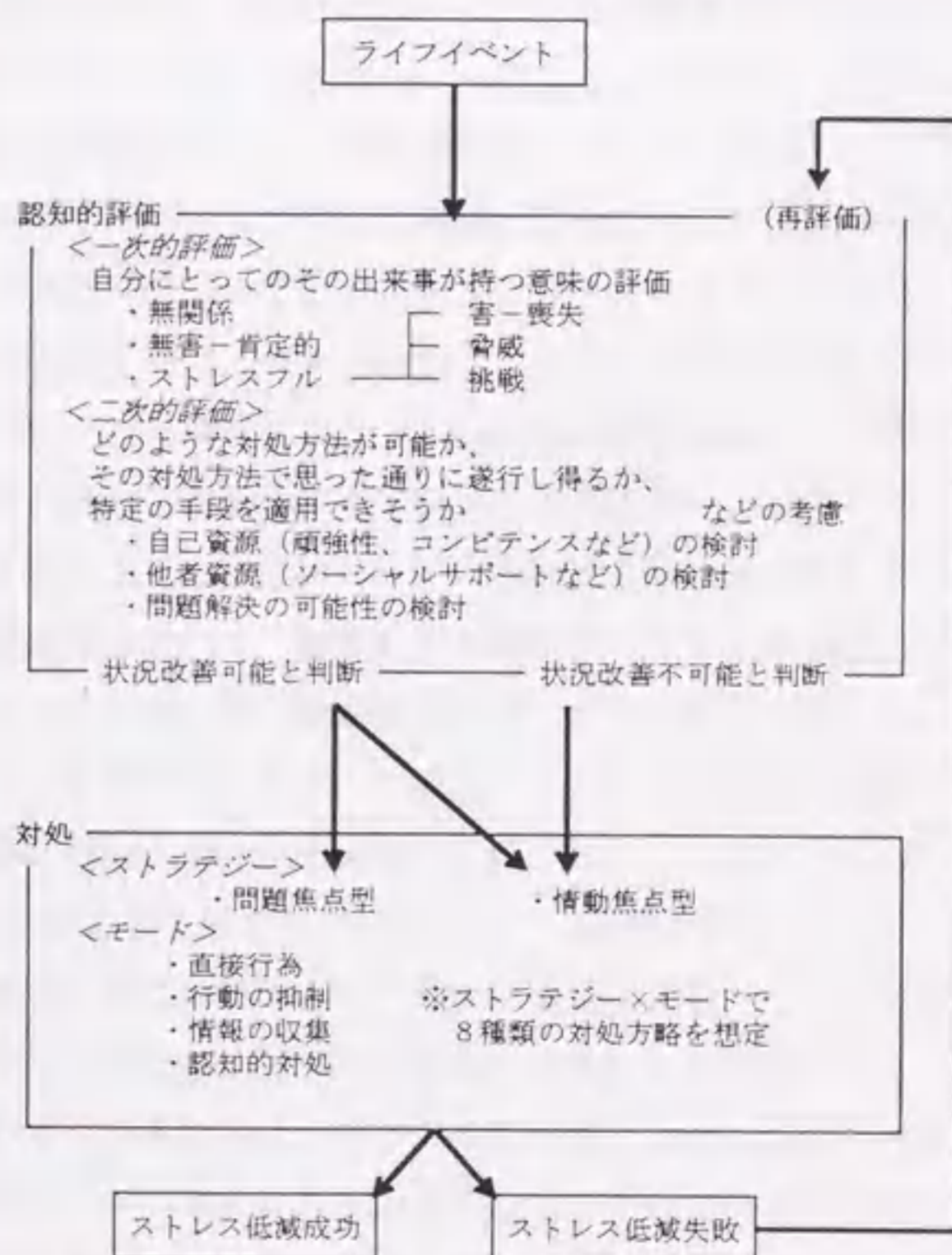


Figure 1-3-1 心理社会的ストレスにおける認知的評価・対処過程モデル (Lazarus & Folkman, 1984を参考に作成)

うな対処方略が可能か、その対処方法で対処を成し遂げられそうか等を判断する、複雑な評価プロセスである。対処のための資源としては、身体的なもの、社会的なもの、心理的なもの、物質的なものが挙げられる (Folkman, 1984)。そしてこれらの評価に基づいて対処が実行され、場合によってはさらに再評価が行われることとなる。この理論は、先述の Holmes らの視点に欠けていた個人差を考慮しており、さらに対処方略としてソーシャルサポートも想定することが可能であること、知覚されたサポート研究の立場にも合致する (Barrera, 1986) ことなどから、今日では多くの支持を得るに至っている。

現在の心理社会的ストレス研究においては、この認知的評価・対処理論に代表される一連のストレス過程を規定・媒介する要因が興味を中心となっているようである。その詳細は本論文の目的とするところではないので多くは触れないが、まず、ストレス過程を媒介する主体的要因としてのパーソナリティについては数多くの先行研究が蓄積されている。例えば Taylor & Aspinwall (1996) のレビューでは、ネガティブなムードや情動、神経質傾向、悲観主義と楽観主義、ハーディネス、統制感、自尊心、自己信頼、自我強度、人生の首尾一貫性、人生の意味や目的、ユーモアなど多くのパーソナリティがストレス媒介要因として挙げられている。またその一方で、近年はストレス規定要因としてのパーソナリティ研究も散見されるようになり、同じく Taylor & Aspinwall (1996) のレビューで、ストレスの生起報告と関連する要因としても、神経質傾向、ハーディネス、タイプ A、Locus of Control、抑うつなどが挙げられている。特に神経質的傾向については、ストレスの生起が部分的には外向性や神経質的傾向などのパーソナリティによることが示されている (Magnus, Diener, Fujita & Pavot, 1993) 一方で、ライフイベントの頻度の報告に神経質傾向は実質的な効果を持たないという報告もあり (Zautra, Reich & Guarnaccia, 1990)、さらなる研究の発展が期待される。また、肯定的なイベントと否定的なイベントが同一個人で同一時期に生起する (Suh, Diener, & Fujita, 1996) という知見もあり、それを規定しているのは個人の活動性などの主体要因なのか、確定した生活環境なのかは興味深いところである。現在、媒介要因と比してストレス規定要因の研究が相対的に不足していることから、これらは今後注目すべき領域であろう。わが国でもストレス過程と関連する主体的要因として、楽観性 (藤南・園田, 1994; 戸ヶ崎・坂野, 1993)、自尊心 (川西, 1995)、ハーディネス (桜井, 1995) などさまざまなパーソナリティが扱われている。

その一方で、主に社会学の領域では環境的要因としてのマクロ社会変数、つまり生態学的変数がストレスに影響を及ぼすことが数多く明らかにされている。この領域では、コミュニティを対象とした研究において、階層体系における人々の地位と well-being の一貫した強い結びつきが見いだされており、パーソナリティ、ストレス、そして社会環境的変数の関連について、主体に問題があるから社会的状況も悪くなるのか、それとも状況が悪いから主体に問題が生じるのかという議論が行われている。これら社会的要因と精神的健康の因果を巡っての社会的因果仮説 (social causation hypothesis: 社会的変数が精神的健康に

影響を及ぼすとする仮説)と社会的淘汰仮説 (social selection hypothesis: 精神的健康状態によって社会的変数が決定されるとする仮説)の論争に明確な結論は未だ出ていないが、社会経済的地位と心理的障害の反比例関係について、Wheaton (1978) がパネルデータの因果分析から社会的因果仮説の優位を主張して以来、精神分裂病の場合 (Mechanic, 1972) 等の例外はあるものの、一般的には社会的階層と精神的健康との間の関連は、社会的淘汰よりも社会的因果の方がより重要であると指摘されている (Aneshensel, 1992)。また、精神的健康と結婚状況 (Gove, 1972) や、精神的健康と性差 (Nolen-Hoeksema, 1987) に関しても同様に社会的因果仮説の優勢が示唆されている。また社会的淘汰仮説を支持する論説の方法的問題も指摘されており (Fox, 1990)、以上の先行研究から Turner, Wheaton, & Lloyd (1995) は社会的因果仮説の優位を主張している。あくまで間接的ではあるが、これらの知見は精神的健康をすべて個人属性に帰属させることの危険性、ならびに環境的要因への介入による個人の精神的健康の改善可能性を示唆していると言えよう。精神的健康のみならず、その他のストレス過程変数とマクロ社会変数との関連に言及している研究もある。例えばパーソナリティと社会環境的要因の関連という観点からブラックアメリカンの自尊心と効力感を検討した Hughes & Demo (1989) では、自尊心は家族・友人・コミュニティとの関わりなどのミクロ社会システムとの関連が強い一方で、効力感には社会的不均衡が背後にある社会的地位の経験というマクロ社会システムの影響が大きいことが指摘されている。この結果は、パーソナリティが実は、環境的要因の差異を反映した媒介変数ともなり得る可能性を示唆している。その他にも、対処方略の状況要因への依存 (Mattlin, Wethington, & Kessler, 1990)、ライフストレスプロセスにおける社会的環境の役割の重要性 (Ensel & Lin, 1991)、さらに数多くのソーシャルサポート研究における社会環境的要因のストレス過程各段階における影響などから、社会環境的要因の考慮は不可欠であると考えられ、今後はさらなる知見の蓄積とともに、個々の知見を統合し得るパースペクティブの構築も求められよう。結論としては、心理社会的ストレス過程もまた、主体的/環境的両要因によって、規定/媒介されるのである。

1-3-3 心理社会的ストレス研究の問題点

さて、心理社会的ストレス研究において、対人関係にまつわるストレスラーがそれ以外のストレスラーよりも大きいインパクトを持つ可能性は少なからず指摘されている (Bolger et al., 1989; Levenstein, Prantera, Varvo, Scribano, Bertó, Luzi, & Andreoli, 1993; 小石, 1995; 長根, 1991; 岡安ら, 1992; 大迫, 1994)。また、対人葛藤や関係の崩壊など、対人関係上のイベントは、社会的再適応評価尺度などのポピュラーなライフイベント尺度でも相対的にかなりストレスフルなイベントであるとされている (Thoits, 1982; Shinn et al.,

1984)。しかしながら、個人が体験するストレスを包括的に捉えることが主流となっている現在の心理社会的ストレス研究では、個々のストレッサーに特有の性質を考慮することの困難さから、ストレッサーの種類を弁別するような研究はあまり行われていない。そしてもちろん、Lazarus & Folkman (1984) が指摘しているように、ストレッサーのインパクトは個人によってかなり異なると考えられる。しかし、Holmes & Rahe (1967) が各種のイベントの持つインパクトを相対的に得点化したように、ストレッサー特有の影響力は個々に異なると考えられるのも事実である。そして、Holmes & Rahe (1967) の社会的再適応評価尺度を日本で実施した八尋・井上・野沢 (1993) では、43の出来事のうち24の出来事が、90%以上の人でストレッサーだと見なされている。この結果は、個人の資源にかかわらず、ほとんどの人に否定的なインパクトを持つストレッサーも少なからず存在することを示唆している。また、対処行動はストレッサーの性質や状況によって規定される側面もあり (Mattlin et al., 1990; 大迫, 1994)、対処を考える上でもストレッサーの性質は考慮されるべきであろう。以上から、対人関係のストレッサーを他のストレッサーと別個に扱うことは、心理社会的ストレス研究にとっても重要な課題であると考えられよう。

そこで本論文では、対人関係に起因するストレス (対人ストレス) についての議論が主題となるが、その際に考慮すべき論点として、本論文では次の二点に特に着目する。

まずひとつは、対人ストレスの種類・類型である。例えば、どんなときに対人関係でストレスを感じるかという問いに対して、ある人は「けんかをしたとき」と答えるであろうし、ある人は「他者からの視線を感じているとき」と答えるであろう。またある人は、「愚痴を聞かされているとき」と答えるかもしれない。そして、果たしてこれらすべてを、対人ストレスという言葉の元に弁別しないのは妥当なのであるだろうか。これらの状況は理論的にはすべて、藤森・藤森 (1992) における広義の対人葛藤の定義に該当し、その意味ではいずれも、対人葛藤状況もしくは対人ストレッサーと考えられる。しかしこれらの背景には、まったく別の要因が存在し得る。例えば典型的な対人葛藤である「けんか」の背景には、攻撃心が存在すると考えられる (e.g. 大淵, 1993) ので、そのような状況における介入方略としては、攻撃心を低減するような方略が挙げられよう。それに対し、「他者からの視線」にストレスを感じる時、背景にはシャイネスや対人不安が存在すると考えられ (e.g. Leary, 1983)、その不安を低減するような介入方略が必要とされるであろう。このように、対処方略の有効性という観点から、対人ストレスの種類を弁別は重要である。しかし前述のように、心理社会的ストレス研究では、対人関係におけるストレス分類はほとんど試みられておらず、夫婦関係で生じるストレスなど (Pearlin & Turner, 1987) で若干見られる程度である。そして本論文では、「どこに真の問題が横たわっているのか、どんな状態がストレスフルでどんな状態がそうでないのかを理解するためにも、ストレッサーを識別する必要がある。弁別の重要性は、ストレッサーとして両親の不和と離婚のどちらが相対的に重要かを比較するようなものであり、離婚を問題群のパッケージとして帰属

させることではない」(Wheaton, 1996, p41) という立場をとることとする。

もうひとつは、対人ストレスの規定因である。ストレスの認知的評価・対処理論(Lazarus & Folkman, 1984)によると、人は何らかのライフイベントに遭遇したときに、そのイベントに対する認知的評価を行う。つまり、イベントの生起がストレスの直接的な規定因となるわけであるが、イベントの生起はある程度偶発的な側面もある。その一方で、個人のネットワークに対する評価は基本的に安定している(e. g. Sarason, Sarason, & Shearin, 1986)。そして、先述の対人葛藤研究において、ネットワークの性質が葛藤の生起に影響を及ぼすことが知られている(e. g. 山口, 1997)。さらに、ネットワークの構造的ストレインが対人関係上の問題を予測しうることも見いだされている(Horwitz et al., 1997)。これらの知見は、個人をとりまくネットワークに問題が多いと、対人関係上の問題を経験する機会も多くなることを示唆している。したがって、ストレッサーのインパクトの緩衝のみならず、その予防まで考慮するならば、イベントのみならずネットワークの性質にも着目する必要があるだろう。そして特に、本論文では、個人のネットワークにおけるストレスフルな人の存在、すなわち「ネットワークストレイン」について検討する。なぜならネットワークストレインは以下の点において、ストレス過程で重要な位置を占める可能性があるからである。まずネットワークがストレスフルなものであれば、個々のイベントにいくら対応しても根本的な解決は得られない。また、この変数はストレス媒介過程において、イベントのインパクトを増幅したり、対処方略の選択肢を限定してしまう可能性も考えられる。ちなみに、この「ネットワークストレイン」という名称は、個人内の歪みがストレスという用語で表現される一方で、集団の歪みは主に社会学などでストレインという用語で言及される傾向がある(Lazarus & Folkman, 1984) ことに準拠したものである。

ただし、このネットワークストレインという概念は筆者が新たに提唱するものであり、これまでの心理社会的ストレス研究で先行研究があるわけではない。そして、その定義としては前節で触れた「否定的であると認知された関係性」とほぼ同義であるが、この定義に基づいて議論を展開するためには、ソーシャルサポート研究と心理社会的ストレス研究の統合が不可欠である。そこでその点も含めて、これまでレビューした対人葛藤研究、ソーシャルサポート研究、心理社会的ストレス研究の統合を次節で試みることにする。

第1章第4節

モデルの提唱

本論文の目的は、対人関係と精神的健康の関連を、肯定的／否定的両側面を統合して議論することである。そのためにこれまで、対人葛藤、ソーシャルサポート、そして心理社会的ストレスという、このテーマを議論するにあたって有用な知見を提供するであろう領域の先行研究をそれぞれレビューした。そして、これら3つの領域のうち複数を同時に議論している研究も皆無ではない。心理社会的ストレス研究とソーシャルサポート研究の統合はこれまでも少なからず示唆されている (e. g. Barrera, 1986 ; Thoits, 1986) が、その他にも例えば、ソーシャルサポートと対人ストレスによる分裂病患者の予後の予測 (Goldstein & Caton, 1983)、低サポート受容者における葛藤解決方略としての攻撃の使用の多さ (Kashani & Shepperd, 1990)、墮胎が精神的健康に影響を及ぼす過程における、サポートと社会的葛藤の関連や影響を検討した Major らの一連の研究 (Major & Cozzarelli, 1992 ; Major, Cozzarelli, Sciacchitano, Cooper, Testa, & Mueller, 1990 ; Major, Zubek, Cooper, Cozzarelli, & Richards, 1997)、敵意が対人葛藤を媒介して疾病のリスクを増加させることに加えて、高敵意者の対人葛藤の多さ、サポートの少なさを見いだした Smith の一連の研究 (Hardy & Smith, 1988 ; Smith, 1992) などはいずれも、先述の領域のうち複数を同時に議論した試みと考えられよう。にもかかわらず、これらの先行研究間の関連を議論・統合することはかなり困難である。なぜなら、これらはすべて特定の研究文脈に基づいており、これらの研究をさらに統合可能にするような、対人関係と精神的健康の全般的関連のメタモデルというべきものが想定されていないからである。そこで本節では、そのような試みを行う上で必要であろう概念的整理ならびに統合モデルの検討が中心的論点となる。

1-4-1 各研究領域の問題点の要約

本章ではここまで、対人関係の肯定的／否定的両側面と精神的健康との関連を議論する上で有用な知見を提供するであろう研究領域として、対人葛藤研究、ソーシャルサポート研究、そして心理社会的ストレス研究をとりあげ、各領域で得られた知見と問題点をレビューしてきた。それを簡略に要約すると、以下のようにまとめられよう。

まず対人葛藤研究は、対人葛藤の生起やその解決に関して多くの知見が蓄積されているものの、それが精神的健康に及ぼす影響という観点からは整合性のない方向へと進展していることが指摘された。さらにその原因として、(1) 対人葛藤の定義と実際に行われている研究内容との乖離、(2) 従属変数として葛藤の解決度のみを想定し、ストレス反応を想定してこなかったこと、が挙げられた。

次にソーシャルサポート研究のレビューでは、対人関係の肯定的側面と精神的健康の関連が示された一方で、否定的側面の考慮不足が問題点として指摘された。さらに今後それを議論するために検討すべき論点として、(1) 生じた出来事と認知された関係性の弁別、(2) 対人関係の肯定的／否定的側面の関連、(3) 同じく対人関係の肯定的／否定的側面の精神的健康に対する相対的影響力、などが挙げられた。

心理社会的ストレス研究のレビューでは、対人関係がインパクトの大きいストレスとなる可能性は少なからず指摘されているにもかかわらず、対人ストレスの独自性を考慮した研究が少ないことが指摘された。そしてその議論のために検討すべき点として、(1) 対人ストレスの種類、(2) 対人ストレスの規定因の検討、等が挙げられた。

つまり、本論文の主題である (a) 否定的側面を中心とした、(b) 対人関係と、(c) 精神的健康の関連、を議論するにあたって、対人葛藤研究は (c)、ソーシャルサポート研究は (a)、心理社会的ストレス研究は (b) の側面がそれぞれ軽視されていると言えよう。しかしこのことは逆に、これらの領域の統合によって、本論文の主題が議論可能となることを意味している。

1-4-2 3領域の共通項—主体と環境の二段階媒介モデル—

この3領域は、個人を取り巻くネットワークのなかでイベントが生じ、主体的／環境的文脈によってその影響や結果が左右されるという共通の枠組みを持っている。そして対人関係上の問題およびその解決に着目する一方で精神的健康を考慮しなかったのが対人葛藤研究、対人関係の肯定的側面のみに注目してきたのがソーシャルサポート研究、対人関係に限定することなくその一連のプロセスをストレスという観点から議論してきたのが心理社会的ストレス研究と言えよう。したがって、これらの領域を補完的に統合することによって、対人関係の肯定的／否定的両側面と精神的健康の関連を議論することは可能である

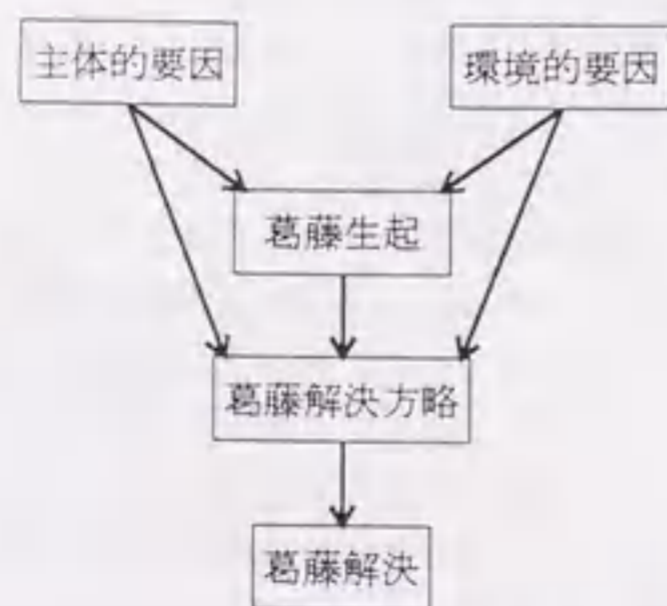


Figure 1-4-1 対人葛藤研究の基本的な枠組み

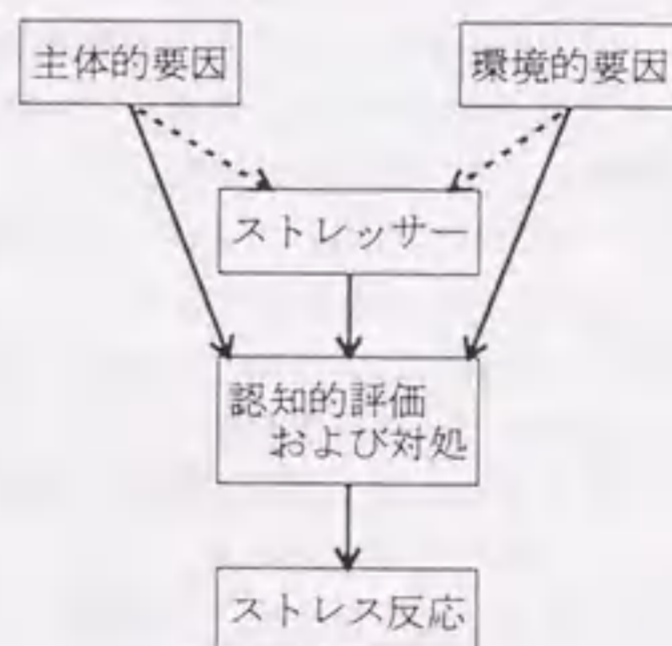


Figure 1-4-2 心理社会的ストレス研究の基本的な枠組み

と考えられる。そのことを図示したのが Figure 1-4-1から1-4-4である。

まず対人葛藤研究 (Figure 1-4-1) と心理社会的ストレス研究 (Figure 1-4-2) は、極めて類似した枠組みを持っている。これらは問題解決とディストレスのどちらを従属変数とするか、対人関係上の問題に限定するかしないか、などの点を除いては、枠組みに大きな差異はない。そこで、本論文では「対人関係の両価性と精神的健康」を主題とする必要上、従属変数としてディストレスを用い、対人関係上の問題に限定し、イベントの規定因まで含めて議論することでこれらを統合する。

これらと比べて Figure 1-4-3のソーシャルサポート研究は、その枠組みが若干異なっている。さらにこの図も決して絶対的なものではなく、ソーシャルサポートとストレスやディストレスとの関連については、厳密にはさまざまな枠組みが考えられる (e. g. Barrera, 1986)。しかし本論文では議論整合性の観点からここに示した枠組みを用い、対人葛藤解決方略研究で言うところの第三者介入、そして心理社会的ストレス研究

で言うところの他者資源を用いた対処を含む、包括的概念としてソーシャルサポートを位置づける立場をとることとする (橋本, 1995b)。前章でも心理社会的ストレスの認知的評価・対処理論とソーシャルサポート研究の整合性については触れたが、この観点からもソーシャルサポートは対処の一方略として統合するのが妥当であろう。

ところで、この「対処」という概念については、議論の煩雑化を避けるために本論文の主題としては扱わない。しかし、この概念は対人関係と精神的健康の関連を考える上で非常に重要なものであることも事実である。そこで、基礎的な知見を補充すると同時に、3領域の統合可能性を補足するものとして、心理社会的ストレス研究における対処方略研究、そして対人葛藤研究で言うところの葛藤解決方略の関連についてもここで簡単に触れておきたい。まず前者については、2つのストラテジーと4つのモードで分類される Folkman & Lazarus (1980) の Ways of coping scale をはじめ、Lazarus & Folkman (1984) を参考に作成した坂田 (1989) の SCS、さらに尾関・原口・津田 (1991) などにおいて、対処方略の下位概念の検討が行われている。そしてこれらの研究ではいずれも、問題焦点型対処と情動焦点型対処という大まかな区分がなされている。一方、対人葛藤解決方略の類型は前章で触れたように、大きくは葛藤の解決に積極的か消極的かという次元、葛藤対象の主張を排斥するか受容するかという次元で類型化が可能である。そしてこの2次元は、問題焦点型対処への積極性と、情動焦点型対処を自身のみに対して/自他ともに対して用いるかという分類であるとも考えられよう。加えて、ソーシャルサポート研究においても、「道具的サポート (ストレスに苦しむ人にそのストレスを解決するのに必要な資源を提供したり、その人が自分でその資源を手に入れることができるような情報を与えたりするような働きか

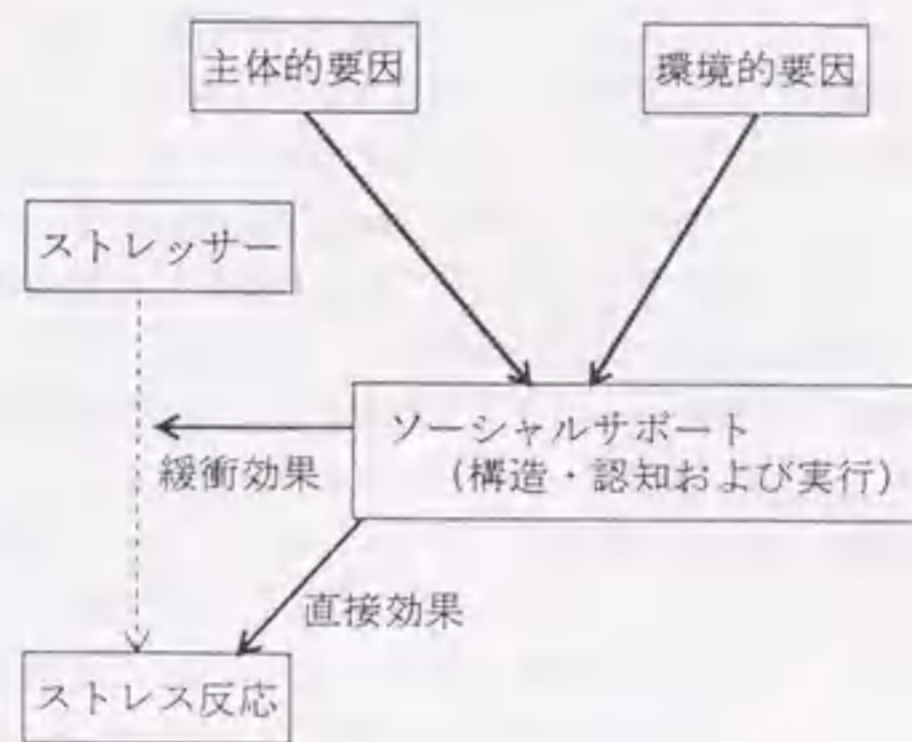


Figure 1-4-3 ソーシャルサポート研究の基本的な枠組み

け)」と「情緒的サポート（ストレスに苦しむ人の傷ついた自尊心や情緒に働きかけてその傷を癒し、自ら積極的に問題解決に当たれるような状態に戻すような働きかけ）」がその基本的な機能的分類として挙げられる（浦, 1992, p. 58）。そしてこれらが、他者資源を利用した形での「問題焦点型対処」/「情動焦点型対処」と同義であることは言うまでもない。このように、対処/解決方略という側面においても、これら3領域は類似した枠組みを持っている。ちなみに、この「問題焦点型/情動安定型」という分類の類似性はこれら3領域に留まらない。三隅（1978）のPMリーダーシップ理論における「課題解決と集団維持」も「問題焦点型と情動焦点型」という枠組みと同義であり、菅沼・浦（1997）はこの点に着目してリーダーシップ研究とソーシャルサポート研究の統合を試みている。その他にも動機づけ研究における達成動機と親和動機、説得過程研究における中心的態度変化と周辺的態度変化など、社会心理学が扱うテーマは、問題そのものと、問題に付随する情動の二側面から議論されることが多いようである。なお、その背景については第5章第2節で再度議論する。

この類似性にもかかわらず、その統合の試みはやはり多くはない。だが、現実の対処は問題解決機能と情動調節機能の両方がかかわり合っている複雑なプロセスであり、そのパターンは、個人的要因だけでも状況的要因だけでも決定できないものである（Folkman & Lazarus, 1980）。おそらく人は、ストレスフルな出来事を経験したとき、ほとんどが問題焦点型と情動焦点型の両方の対処を用い、状況が変化し得るときには問題焦点型対処を増加させ、状況が変化し得ないときに情動焦点型対処を増加させると考えられる（Folkman, 1984）。このことは対人葛藤研究においても指摘されており、例えば、解決目標や葛藤対象との関係によって対処方略は異なってくる（大淵・福島, 1997；大迫・高橋, 1994）。そしてそれらの方略が、問題解決と同時にストレス低減にどの程度有効なのかという疑問に関して、橋本（1995a）は、対人葛藤事態における問題解決とストレス低減は必ずしも同義ではないことを見いだしている。前述の各領域における知見の整合性から、対人ストレス状況における対人葛藤解決方略の、ストレス低減への有効性を議論することは可能であると考えられ、さらなる研究の進展が望まれよう。

さて、本論文では対人関係の両側面と精神的健康との関連を検討するために、対人葛藤研究・ソーシャルサポート研究・心理社会的ストレス研究の問題点を補完し合うこととなる。それでは、前述の問題点を解決するためには、どのような研究の枠組みが必要であるかを列挙する。まず対人葛藤研究における定義と現実のギャップについては、狭義の対人葛藤に拘らず、対人関係上の問題を全般的に扱うべきである。さらに従属変数としてストレス反応を想定することによって、対人葛藤をストレス研究の遡上に乗せることが求められる。次にソーシャルサポート研究の問題点である否定的側面の十分な検討のためには、生起した対人関係上のイベントと認知された関係性を弁別して測定する尺度の作成、ならびにそれらと関連概念の関係の検討によって、対人関係の肯定的/否定的側面の関連、および対人関係の肯定的/否定的側面の相対的影響力を議論すべきであろう。さらに心理社会的ストレス研究における、対人ストレスを個別に扱った研究の少なさについては、今回作成される尺度による対人ストレスの種類を検討、さらに対人関係を取り巻く諸変数の因果の検討、等が要求されよう。そして以上の条件を満たす枠組みの構築によって、対人葛藤研究における精神的健康の検討不足、ソーシャルサポート研究における肯定的側面の過剰な傾倒、心理社会的ストレス研究における対人関係の独自性の考慮不足という問題点は解決されると考えられる。そこで考案された、3領域を統合し得る大まかな枠組みがFigure 1-4-4であり、本論文ではこれを「主体と環境の二段階媒介モデル」と呼称する。

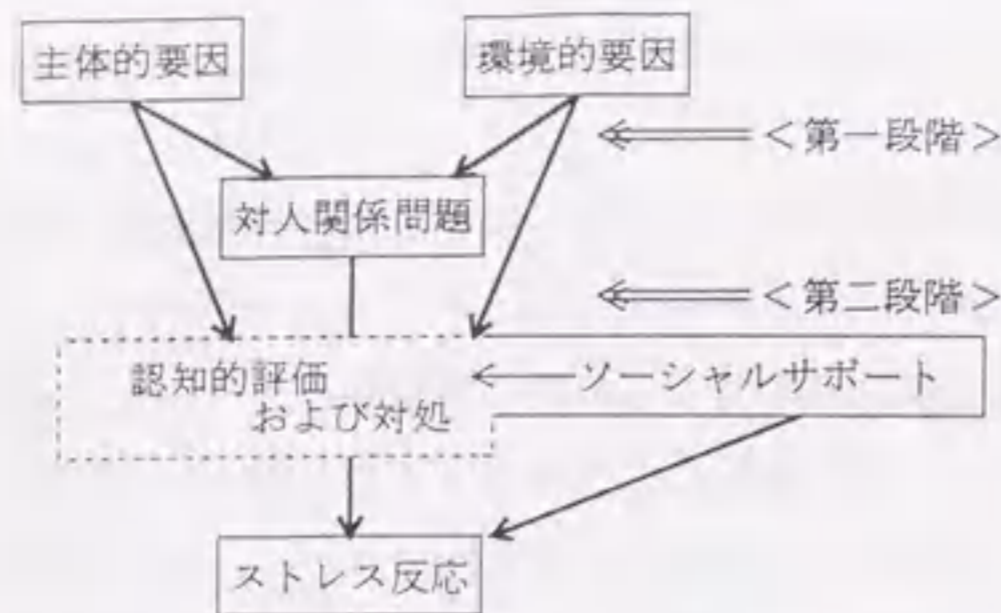


Figure 1-4-4 本論文における基本的な枠組み
(主体と環境の二段階媒介モデル)

このモデルの根幹は、Lazarus & Folkman (1984) による心理社会的ストレスの認知的評価・対処理論を基礎として作成したものであり、ストレッサーが生じてから認知的評価・対処を経てディストレスを従属変数とすることを中心軸に設定している。しかし同時に、(1) ストレッサーを対人関係の問題に限定し、(2) 認知的評価・対処段階におけるソーシャルサ

ポートの役割に特に注目し、(3) 主体的要因と環境的要因が認知的評価・対処段階(第二段階)のみならず、ストレッサーの生起段階(第一段階)にも影響を及ぼすことを仮定する、という点がその独自性として挙げられる。そしてこのモデルによって、対人関係上の問題を全般的に扱い、従属変数としてストレス反応を想定するという課題は解決し得ると考えられる。

1-4-3 「否定的な出来事」と「否定的な関係性」の弁別—対人ストレス生起過程因果モデル—

ただし、イベントと関係性の弁別、対人関係の肯定的/否定的側面の関連の検討、対人関係の肯定的/否定的側面の相対的影響力の検討、対人ストレスの種類の見直し、対人関係を取り巻く諸変数の因果の検討などの課題を議論するためには、主体と環境の二段階媒介モデルに加えて、さらに詳細なモデルを想定する必要がある。なぜなら、先述のモデルでは、対人関係の否定的側面は、ストレッサーとしてしか位置づけられていない。つまり、生じたストレッサーを取り巻く、環境的要因としての対人関係(ネットワーク)の性質を反映する変数が明確にモデル内に位置づけられていないのである。そこでそのために考案されたのが、Figure 1-4-5に示した「対人ストレス生起過程因果モデル」である。これは、否定的な対人関係上の出来事(イベント)を、一連のストレス過程の出発点であるストレッサーとして想定する一方で、否定的であると認知された関係性を、イベントの規定因かつイベントの影響の増幅因として想定したモデルである。イベントとしての対人ストレスと、ネットワークの性質としてのストレスフルな関係性の弁別とも言えよう。前章のサポート研究のレビューで、「実際に行われたサポート」と「サポータティブな関係であるという認知」というふたつのサポート測定法について述べたが、ここで提唱しているのは、

「サポート」を「ストレス」に置き換え、「実際に生じたストレッサー」と「ストレスフルな関係であるという認知」を弁別し、かつ、その両方を一連のプロセスに含めようということである。

この概念的弁別によって、例えばサポート研究で課題とされていた、過度の援助提供がストレッサーとして、そしてサポートと同時に葛藤をも提供するような関係性が環境的要因として、捉え得ることとなる。このような観点に基づいて、一連のストレスプロセスにおける、対人関係に関する諸変数の位置を示したのが Figure 1-4-5である。まず対人ストレスイベントとは、ストレスを喚起しうる対人関係上の出来事であり、Lazarus & Folkman (1984) のモデルにおけるストレッサーと同列に位置づけるべきものである。次にネットワークストレインとは、個人のソーシャルネットワークにおいて、否定性を含むと主体に認知された関係性である。さらにサポートネットワークとは、個人のソーシャルネットワークにおいてサポータティブであると主体に認知された関係性である。さらに、ソーシャルネットワークとは、日常的に関わりがあると個人に認知されたエージェントの総体である。そして矢印は、本論文で仮定される変数間の規定方向を示したものである。

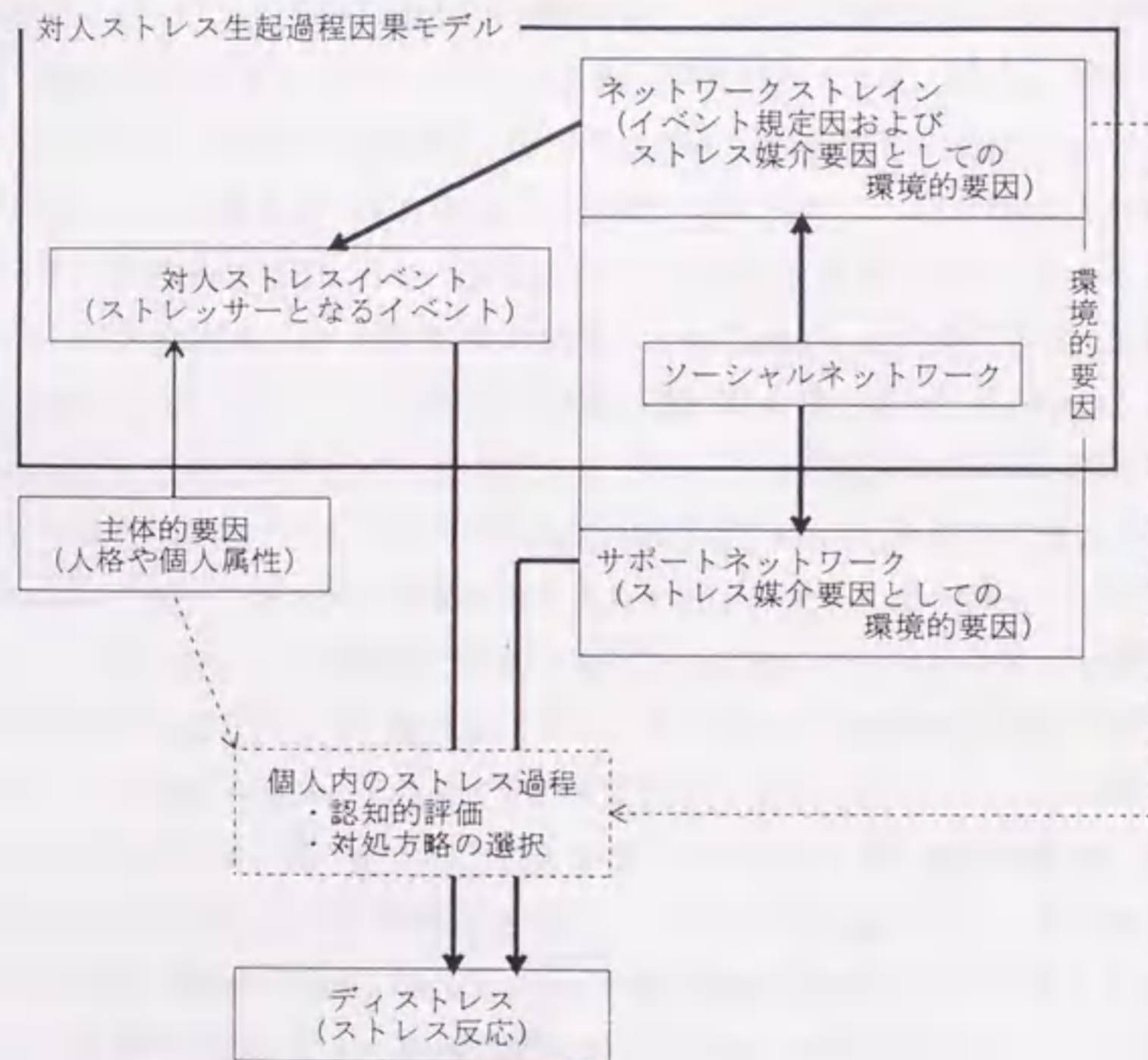


Figure 1-4-5 対人ストレス生起過程因果モデルを含んだ
 ストレス過程関連変数の因果モデル
 (実線は本論文で主に検討される因果、破線はそれ以外の仮定される因果)

本論文は、モデルの妥当性や適用可能性を考慮しつつ、このモデルを中心に、ここまで

に提示してきた諸問題を議論することを中心的課題とする。その端緒として次章第1節では、対人関係の否定的側面が精神的健康に及ぼす影響を、対人ストレス生起過程因果モデルに基づいて検証することとなる。具体的には、対人ストレスイベントはストレス反応の主たる規定因として、また、ネットワークストレインとソーシャルサポートは、対人ストレスイベントの生起および媒介に影響を及ぼす変数として検討する。一方、肯定的側面が精神的健康に及ぼす影響については、対処の一方略としてのソーシャルサポートという観点から主に捉えることとなる。そして仮定された一連の因果の検討を中心に、イベントと関係性の弁別、対人関係の肯定的／否定的側面の関連の検討、対人関係の肯定的／否定的側面の精神的健康に及ぼす相対的影響力、等が今後議論されることとなる。

1-4-4 対人ストレスはひとつか？—対人ストレスイベントの類型—

対人ストレスの種類の詳細については、前述の対人ストレス生起過程因果モデルで用いる、対人ストレスイベント尺度を詳細に検討することとなる。この問題に関して、対人葛藤研究の文脈では、葛藤的相互作用の類型として、(1) 肯定的な感情や思考の妨害、と (2) 期待された支持の不提供、という分類が考えられていた (Kelley, 1987)。また、ソーシャルサポート研究の文脈では、否定的な対人的相互作用の類型として、(1) 社会的葛藤 (望まない行動を強いられるような他者からの圧力)、と (2) 対人妨害 (他者による個人の目標達成阻害)、という分類があった (Shinn et al., 1984)。そして第1章第3節では、(1) けんか、と (2) 他者の視線、ともにストレスを感じる対人的状況であることが指摘された。そしてこれらは研究領域の違いにも関わらず、いずれも、(1) 個人が望まない相互作用に従事している状況、と (2) 個人が望む相互作用を実現できない状況、という共通項で分類されているという点で一致している。したがって対人ストレスイベントの類型化でも、これらの2側面が抽出されることが大まかな仮説として考えられる。

加えて、対人ストレスの種類の詳細については、見いだされた知見の普遍性ならびに独自性も検討すべきであろう。例えば、近年、青少年の対人関係の変貌を指摘する声が少ない。朝日新聞 (1996) に連載された特集記事「傷つくのがこわい—『やさしさ』世代の若者たち—」では、傷つくのを恐れるが故に人間関係に深く関与できない現代青年像が描かれている。また、藤竹 (1994) や千石 (1991; 1994) は自分らしさの追求の結果、他者との不必要な摩擦を避け、現代青年の人間関係の希薄化が生じたことを指摘している。さらに、心理学においても、同様の傾向が「ふれあい恐怖的心性」 (e.g. 岡田, 1993) という術語で指摘されている。もちろん、これらの指摘がどの程度現状と一致しているのかという議論もあるが、このような指摘が増えているのは事実であり、この傾向に何らかの社会的要因が影響を与えているのであれば、これは社会心理学にとっても、決して看過

できる問題ではないと考えられよう。それと同時にこれらの指摘は、現代社会ならびに青年期の独自性が、青年独特の対人ストレスと関連している可能性を示唆しているとも考えられる。従来においても青年が発達課題に直面する際において、対人ストレス生起の不可避性は指摘されている (Seiffge-krenke & Shulman, 1993)。しかし、先述したように、種々のストレスを包括的に扱うのが主流となっている現在の心理社会的ストレス研究では、ストレスの特徴を弁別して把握した上でそれぞれの対処方略を検討するような研究はあまり行われていない。以上の問題を踏まえれば、前章第3節で指摘された対人ストレスイベントの類型化は欠くべからざる論点であろう。本論文では次章第2節以降で、この問題を議論することとなる。

1-4-5 本論文の目的

以上から本論文は、主体と環境の二段階媒介モデル、そして対人ストレス生起過程因果モデルを用いて、(1) 対人関係の否定的側面の同定ならびに精神的健康との関連の検討、(2) 対人ストレスの生起/媒介規定要因の検討、(3) 対人関係の肯定的/否定的両側面が精神的健康に及ぼす相対的影響力の検討、(4) 精神的健康という観点からの望ましい対人関係の模索、を中心的課題とする。さらにそこで付随する問題も必要に応じて議論していくこととなるが、それらも含めて、本論文の概略を示したのが Figure 1-4-6である。この図と対応させながら以降の内容を簡単に記す。まず第2章では、第1節で対人ストレス生起過程因果モデル(太矢印)の単一時点における検討、第2節では対人ストレスイベントの類型化を行い、本論文の議論の基盤となる知見を得ることを目的とする。

第3章は現代青年の独自性を中心に、対人ストレスイベントの主体的規定因を検討する。まず第1節では、対人ストレスの青年期における重要性、近年の青年の対人関係上の問題の深刻さとともに、時代的/社会的背景に関する指摘をレビューする。さらに時代的背景を反映しうる変数として社会的スキル・対人方略を中心的に取り上げ、第2節の面接研究、第3節の調査研究のデータに基づいて、青年の対人関係における否定的側面を取り巻く要因を検討することとなる。

第4章では再び対人ストレス生起過程因果モデルを取り上げる。まず第1節では、第2章第1節の研究から導かれた問題点を整理し、第2節と第3節のふたつの縦断研究データに基づいてそれらの問題点を検討する。ここでは因果の妥当性、第3変数としての主体的要因の影響力、主体的/環境的要因の相対的影響力などが中心的論点となる。加えて第4節では、大学新生のネットワーク適応、親密性と対人関係の両価性など、そこまで議論されていないが重要であると考えられるトピックに関する補足的考察を行う。

それらの議論をふまえ、最終章となる第5章では包括的議論を行う。まず第1節では、

本論文で見いだされた知見を要約・整理し、主体と環境の二段階媒介モデルに基づいた統合的理解、さらに今後の課題を展望する。第2節は、対人関係と精神的健康の関連を不可避的に導く根本的なメカニズムを考察し、「精神的健康の観点から望ましい対人関係の模索」という本論文の主題の意味と限界を議論する。

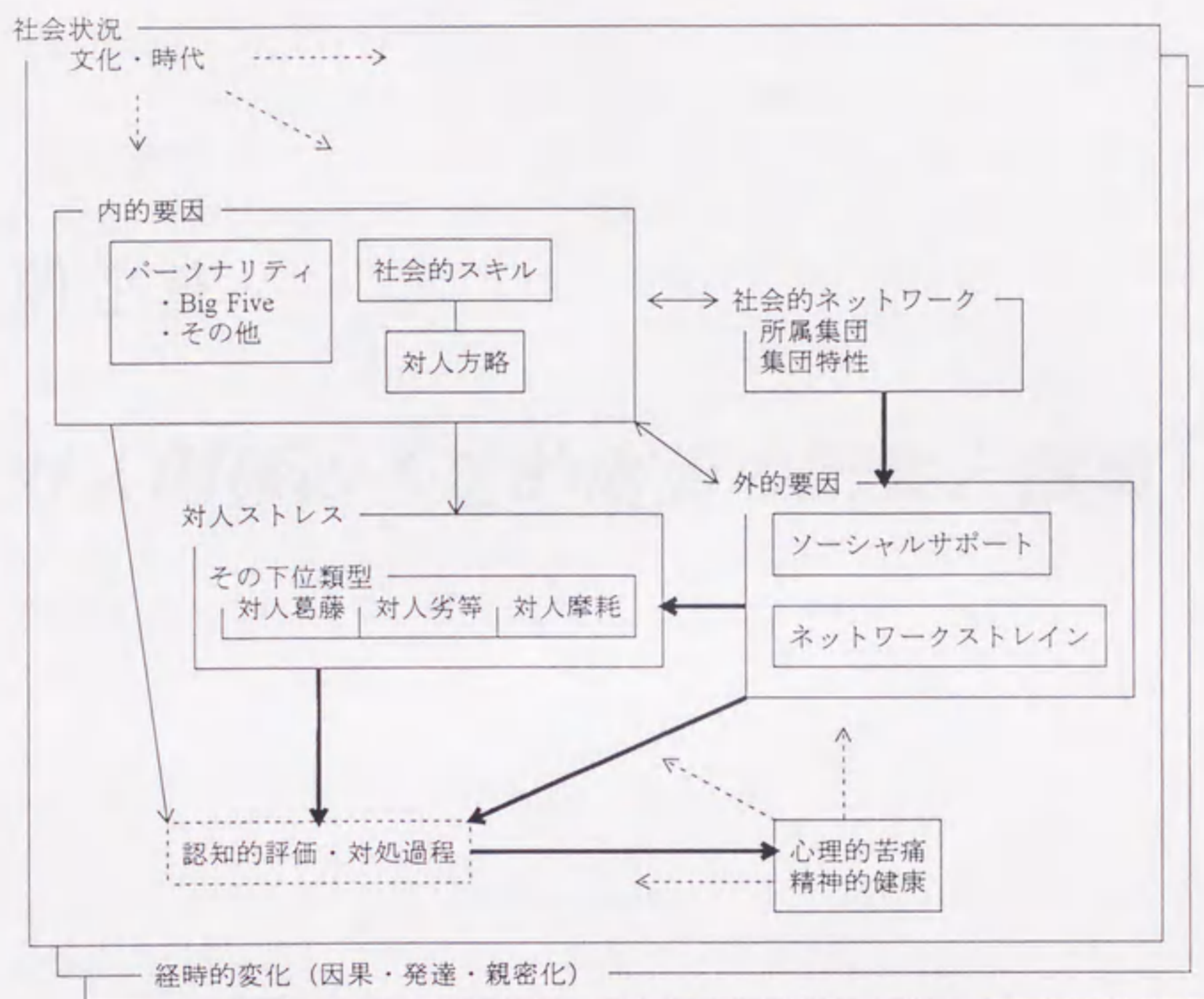


Figure 1-4-6 本論文の概要

対人関係の否定的側面

対人ストレス発起過程因果モデルの検討

対人関係の否定的側面は、対人関係の質や量、対人関係の持続性などが、対人ストレス発起過程に与える影響を考察する。対人関係の否定的側面は、対人関係の質や量、対人関係の持続性などが、対人ストレス発起過程に与える影響を考察する。

第2章

対人関係の否定的側面の因果と種類

対人関係の否定的側面は、対人関係の質や量、対人関係の持続性などが、対人ストレス発起過程に与える影響を考察する。

対人関係の否定的側面

対人関係の否定的側面は、対人関係の質や量、対人関係の持続性などが、対人ストレス発起過程に与える影響を考察する。対人関係の否定的側面は、対人関係の質や量、対人関係の持続性などが、対人ストレス発起過程に与える影響を考察する。

第2章第1節

対人ストレス生起過程因果モデルの検討

近年のソーシャルサポート研究の隆盛にみられるように、対人関係は精神的健康に好影響を及ぼし得る。しかしその一方で、対人関係は強力なストレスナーにもなり得ることも、多くの研究で指摘されている。そこで本節では、対人関係が精神的健康に及ぼす肯定的／否定的両側面の影響を包括した議論を可能とする枠組みとして、対人ストレス生起過程因果モデル (Interpersonal Stress Arousal Process Model) を提唱し、その妥当性の検証を試みた。研究Ⅰでは、ソーシャルネットワークの大きさがネットワークストレインを規定し、ネットワークストレインが対人ストレスイベントを規定し、対人ストレスイベントがディストレスのもっとも強い規定因であるという一連のパスが見いだされた。次に、ソーシャルサポートを導入した研究Ⅱでは、ソーシャルネットワークとソーシャルサポートの間に強い関連がみられるものの、サポートのディストレスに対する影響力は対人関係の否定的側面の影響力に及ばないことが明らかにされた。これらの研究から、対人ストレスイベント生起過程因果モデルの妥当性が考察され、このモデルに関する今後の課題・展望が議論された。

2-1-1 問題と目的

今日までの心理社会的ストレス研究は、Lazarus & Folkman (1984) の理論に代表されるように、個人の内的／外的資源を、心理社会的ストレス過程における媒介要因として扱ってきた。しかし治療のみならず予防も視野に容れるという健康心理学の観点を考えれば、ストレスナー生起の規定要因の検討も必要であると考えられよう。この媒介／規定というふたつの視点について、Aneshensel (1992) は、前者はストレスナーを社会システムのロケーションから独立させた臨床的方向性、後者はストレスナーを社会的パターンとして概念化した社会学的方向性として弁別し、後者の視点による研究の少なさを指摘している。また Pearlin (1989) も、多くの研究はストレスナーの構造的由来を検討することなしに、個人経験のストレスナーとなり得るものから研究を開始していることを指摘している。そして前節では、ストレス媒介要因のみならず、ストレスナーの規定要因についても検討するための枠組みとしての「主体と環境の二段階媒介モデル」、ならびにその環境規定要因を重視した「対人ストレス生起過程因果モデル」が提唱された。本論文ではこのモデルに基づき、さまざまな内的／外的資源をストレス過程媒介要因／ストレスナー規定要因の両要因とする立場を取る。その上で本節は、対人ストレス生起過程因果モデルの枠組みから、肯定的／否定的ネットワークと、ストレスナーとなりうる対人関係上の出来事 (対人スト

レスイベント)の関連を検討し、かつ、それらのネットワークと対人ストレスイベントの、精神的健康に及ぼす相対的な影響力を検証することを目的とする。

2-1-2 研究 I

目的

対人ストレスの生起過程においては、実際に生じる他者との出来事に、個人が持っているネットワークストレインサイズが影響を及ぼすことが予測される。つまり、否定的であると認知された対人関係の増加は、対人関係上のトラブルを誘発する可能性が考えられる。そしてこれまでの研究では、ストレッサーが所与の変数として想定されており、ストレッサーの生起を規定する要因、ならびに出来事と関係性の認知の二側面の弁別がなされていないという問題がある。そこで本研究では、個人のソーシャルネットワークサイズ、さらにネットワークストレインサイズ、ストレッサーとなり得る対人イベントの3変数を測定することによって、そのそれぞれがストレス反応に及ぼす相対的な影響力、およびそれらの影響過程を検討することを目的とする。具体的には、ストレス過程の直接的起因はイベントであるとされていること (Lazarus & Folkman, 1984; Wheaton, 1996)、本研究のモデルではネットワークの歪みが対人ストレスイベントの頻度を高めると想定されていること、そして多くの構造的サポート研究においてネットワークの存在自体は肯定的に考えられているものの、肯定的な事象より否定的な事象の方が強いインパクトを持つと考えられること (Taylor, 1991) から、ここでは以下の仮説が立てられた。

仮説 I-1: 本研究で用いる対人関係に関する変数のうち、ディストレスを規定する最大の要因は実際に生じたストレスイベントである。

仮説 I-2: 対人ストレスイベントの生起においては、ネットワークストレインサイズが大きいとストレスイベントの生起頻度も高くなる。また、ストレスイベントが多いとディストレス (心理的苦痛) が高まるという一連のパスが形成される。

仮説 I-3: ソーシャルネットワークの大きさはディストレスと逆相関するが、その影響力は対人ストレスイベントの影響力を下回る。

方法

予備調査: 1995年5月上旬、東海地区3大学の大学2~4年生258名 (男子104名、女子131名、不明23名) を対象に、「あなたは現在の人間関係で、どのようなことにストレスを感じますか。思いつくことをなるべくたくさん、なるべく具体的にお書き下さい。」という指示により、自由記述を求めた。その結果、128名 (49.6%) から有効な回答が得られた。本調査の実施: 1995年7月、国立 N 大学の大学1~2年生139名を対象に、質問紙法によ

り実施した。有効回答数は137名（男子71名、女子65名、性別不明1名）であった。

質問紙の内容：質問紙は5つの尺度で構成された。

①対人ネットワークマトリックス

「現在のあなたの日常的な人間関係を構成している人数の内訳を記入して下さい」という教示により、5つのカテゴリー×3つの親密度=15のセルについてそれぞれ人数の記入を求めた。カテゴリーの内訳は「家族・親類（以下家族）」「大学の級友・サークル仲間（同大学）」「高校以前の級友・部活仲間（同高校）」「アルバイト・仕事関係の知人（同仕事）」「その他の知人（同その他）」、親密度の内訳は「非常に親密」「わりと親密」「面識はあるが親密ではない」である。

②対人ストレスイベント尺度

先行研究のストレッサー尺度（久田・丹羽, 1987；尾関, 1993）、さらに先述の予備調査による自由記述の結果を参考に、対人関係においてストレッサーとなり得る出来事を40項目抽出し、各項目について、過去1カ月の間にその出来事を経験したか否か、さらにそのことでどの程度ストレスを感じたかを4段階（全く感じなかった～非常に感じた）で評定してもらい、それをその項目得点（1～4点）とした。経験しなかった人についてはその項目の評定を求めず、項目得点は0点とした。

③ネットワークストレイン尺度

相手にストレスを与え得ると考えられる特性（無責任、怒りっぽい、自分勝手、愚痴っぽいなど）を20種類挙げ、それぞれについてその特性を持った人が、被調査者の現在の人間関係で何人いるか回答を求めた。（分析段階では、外れ値によるデータの歪曲を防ぐため、9人以上の場合は9人として処理した。）さらに、妥当性検討のため、その項目に該当する人が周囲に1人以上いると答えた被調査者については、その人との相互作用がどの程度ストレスフルなものか（ストレス度）を4段階で評定させた。

④ディストレス尺度

中川・大坊（1985）によるGHQ（General Health Questionnaire）の28項目版を用いた。これは最近数週間における身体的症状、不安と不眠、社会的活動障害、うつ状態を測定するものである。

結果

尺度の検討：対人ネットワークマトリックスについては、セル毎の記入人数が被調査者間で非常に散らばっていた。そこで、まず各群の度数がなるべく等分されるように、セル毎の記入人数で、家族・大学・高校については4群、仕事・その他については2群に分けた。そして、最も記入人数の少ない群の被調査者はそのセル得点は1点、最も記入人数の多い群の被調査者はそのセル得点は4（2）点と得点化した（記入人数が多いほど得点も高くなる）。さらに、全セルの合計得点をソーシャルネットワーク得点として採用した。した

がって、その得点可能範囲は15～48点となる。この平均値は29.81、標準偏差は6.19であった。

対人ストレスイベント尺度については、全40項目でその出来事の実験率が30%を越えており、非普遍的な項目はないと判断した (Table 2-1-1)。そこで全項目について因子分析 (主因子法、バリマックス回転) を行ったところ、固有値の減衰状況 (12.51, 2.68, 2.01, 1.58, 1.52...) から1因子性もしくは3因子性と解釈されたが、3因子としたプロマックス回転 (次節 Table 2-2-1) 時も因子間に中程度の相関が見られた (.35～.46) ので、全40項目の合計得点を対人ストレスイベント得点とした ($M=56.21, SD=29.50$)。

ネットワークストレイン尺度については、ストレス度 (1「全然感じない」～4「非常

Table 2-1-1 対人ストレスイベント尺度の反応割合 (N=136、数字は%)

番号	内容	なかった	あった			
			全く 感じなかった	(ストレスを) 少し 感じた	少し 感じた	非常に 感じた
1	知人から自分のことについて干渉された。	33.8	16.9	20.6	18.4	10.3
2	知人のけんかの仲裁をした。	69.1	20.6	7.4	0.7	2.2
3	グループで重要な責任を負わされた。	51.5	11.8	14.0	11.0	11.8
4	知人から責められた。	54.4	15.4	12.5	11.8	5.9
◎5	嫌いな人と会話をした。	34.6	11.0	16.9	22.8	14.7
6	おしゃべりしたいとき、会話する相手がいなかった。	28.7	11.0	20.6	28.7	11.0
◎7	自慢話や愚痴など、聞きたくないことを聞かされた。	28.7	16.9	23.5	16.9	14.0
◎8	知人と意見が食い違った。	27.9	21.3	28.7	16.2	5.9
9	片思いや三角関係など、恋愛に関する問題を抱えた。	42.6	14.7	11.8	14.7	16.2
10	知人に誤解された。	51.5	10.3	19.9	15.4	2.9
11	自分の言いたいことが、相手に上手く伝わらなかった。	23.5	10.3	23.5	29.4	13.2
12	相手の言うことが理解できなかった。	33.8	13.2	29.4	18.4	5.1
◎13	あまり親しくない人と会話をした。	22.8	18.4	27.9	22.1	8.8
◎14	上下関係に気を使った。	30.1	13.2	27.2	17.6	11.8
15	相手に嫌な思いをさせないよう気を使った。	16.2	12.5	20.6	35.3	15.4
16	しゃべりたくないときにしゃべらなければならなかった。	28.7	3.7	20.6	30.1	16.9
17	相手が自分の思った通りに行動してくれなかった。	33.8	10.3	26.5	24.3	5.1
18	知人が非常識な行動をした。	53.7	13.2	15.4	9.6	8.1
19	知人に軽蔑された。	61.0	11.8	12.5	10.3	4.4
20	会話相手の言葉遣いが気に入らなかった。	44.9	13.2	17.6	15.4	8.8
◎21	約束を破られた。	52.9	15.4	19.1	8.1	4.4
22	集団に溶け込めず、違和感を感じた。	24.3	10.3	14.0	39.0	12.5
◎23	知人が無責任な行動をした。	55.9	11.8	13.2	12.5	6.6
24	周りの人から疎外されている気がした。	46.3	6.6	19.9	22.1	5.1
◎25	知人に対して劣等感を抱いた。	43.4	8.1	16.9	21.3	10.3
◎26	親しくなりたい相手となかなか親しくなれなかった。	30.9	8.8	19.1	27.9	13.2
◎27	会話中に気まずい沈黙があった。	27.9	12.5	24.3	23.5	11.8
◎28	無理に相手にあわせた会話をした。	25.7	9.6	25.0	27.9	11.8
◎29	知人に無理な要求をされた。	63.2	12.5	12.5	8.1	3.7
30	知人に嫉妬した。	58.1	11.8	8.1	15.4	6.6
31	自分の気持ちに反して、周囲の期待にあわせた行動をした。	39.0	8.1	22.1	24.3	6.6
32	知人のご機嫌とりをした。	54.4	11.8	16.9	14.7	2.2
◎33	同じことを何度も言われた。	51.5	15.4	15.4	10.3	7.4
◎34	知人とけんかした。	67.6	19.9	6.6	4.4	1.5
35	会話中、何をしゃべったらいのか分からなくなった。	35.3	9.6	16.9	30.1	8.1
36	知人よりも損をしている気分になった。	54.4	8.1	13.2	19.1	5.1
37	嫌な顔をされた。	58.1	10.3	14.7	11.8	5.1
◎38	知人が自分のことをどう思っているのか気になった。	27.2	5.9	22.8	27.2	16.9
39	知人とどのようにつきあえばいいのか分からなくなった。	41.2	5.9	15.4	27.2	10.3
40	知人に嫌な思いをさせた。	48.5	9.6	21.3	11.8	8.8

Note:◎は研究Ⅱで「対人ストレスイベント尺度短縮版」として使用された項目

に感じる」の4段階評定)の平均が2.50以上の項目を、ストレスを生じさせ得るネットワーク項目として採用した (Table 2-1-2)。さらに、その基準に該当する13項目について因

子分析（主因子法）を行ったところ、固有値の減衰状況（6.02, 1.25, 1.02...）から1因子性が確認されたので、全13項目の合計人数を、そのままネットワークストレスインサイズ得点とした（ $M=11.96, SD=13.83$ ）。

GHQについてはLikert法により得点化し、全28項目の合計得点をGHQ（ディストレス）得点として採用した（ $M=54.71, SD=12.76, \alpha=.91$ ）。また、以上の4得点に関して性別によるt検定を行ったところ、ソーシャルネットワーク得点（ $t(134)=-1.02, n.s.$ ）、ネッ

トワークストレスインサイズ得点（ $t(111.2)=1.13, n.s.$ ）、対人ストレスイベント得点（ $t(133)=0.67, n.s.$ ）、GHQ得点（ $t(131)=0.57, n.s.$ ）のいずれにおいても性差はみられなかった。

相対的影響力および対人ストレス生起過程因果モデルの検証：ソーシャルネットワーク、ネットワークストレスインサイズ、対人ストレスイベント、GHQの4変数間の相関係数を示したものがTable 2-1-3である。その結果、ディストレス（GHQ得点）に対してストレスイベント得点が高い正

の相関、そしてソーシャルネットワーク得点がい負の相関を示し、ネットワークストレスインサイズはディストレスとは無相関であった。

次に、仮定したモデルの妥当性を検討するために、性別毎に尺度得点を標準化して性差を統制した上で構造方程式分析を行った。その結果（Figure 2-1-1）、モデル全体の妥当性が確認された（ $\chi^2=5.848, df=3, GFI=.977, AGFI=.923$ ）。また、ネットワークストレスインサイズと対人ストレスイベントに双方向の因果を仮定したところ、ネットワークストレスインサイズから対人ストレスイベントへのパスは有意であったが、対人ストレスイベントからネットワークストレスインサイズへのパスは有意ではなかった。以上の結果、そして対人ストレスイベントは最近1カ月に限定しているという時系列的な観点から、以下の分析はネットワークストレスインサイズから対人ストレスイベントへの一方向因果を想定することとする。

Table 2-1-2 ネットワークストレスイン尺度の平均と標準偏差

	人数		ストレス度	
	M	SD	M	SD
◎おせっかいな人	0.79	1.17	2.76	1.06
◎無責任な人	1.81	8.60	2.83	0.95
◎怒りっぽい人	0.65	1.43	2.62	0.92
◎自分勝手な人	1.18	1.82	2.94	0.88
◎態度がはっきりしない人	1.40	2.15	2.68	1.04
◎上下関係にこだわる人	0.92	3.22	2.74	1.12
◎態度が露骨な人	0.99	1.42	2.54	1.00
◎八方美人的な人	0.77	1.10	2.63	0.98
◎あなたに劣等感を与える人	1.70	4.75	2.76	0.89
◎面白味の無い人	1.02	1.76	2.38	1.01
◎一方的にしゃべる人	0.90	1.08	2.33	1.04
◎会話のペースが違う人	1.86	2.52	2.45	0.91
◎上下関係をわきまえない人	0.60	1.50	2.16	1.00
◎要領の悪い人	0.82	1.41	2.10	0.92
◎すぐ自慢する人	0.78	1.60	2.90	0.98
◎プライドの高い人	1.02	1.73	2.48	0.98
◎冗談の通じない人	0.79	1.60	2.84	1.04
◎愚痴っぽい人	0.73	1.99	2.51	0.99
◎要領のいい人	1.81	2.99	2.01	0.97
◎押しつけがましい人	0.75	1.53	3.00	0.90

Note:◎の項目（ストレス度の平均が2.5以上）をネットワークストレスイン項目として採用した。

Table 2-1-3 主要変数間の相関係数（研究1）

	ソーシャル ネットワーク	ネットワーク ストレス イン サイズ	対人 ストレス イベント
ネットワークストレスインサイズ	.33 ***		
対人ストレスイベント	-.02	.37 ***	
GHQ（ディストレス）	-.16 +	.06	.37 ***

***: $p < .001$ +: $p < .10$

さらに、性別毎に尺度得点を標準化して性差を統制した上で、ソーシャルネットワーク・ネットワークストレインサイズ・対人ストレスイベント・GHQの4変数による対人ストレス生起過程の因果モデルを表現したパス・ダイアグラムが

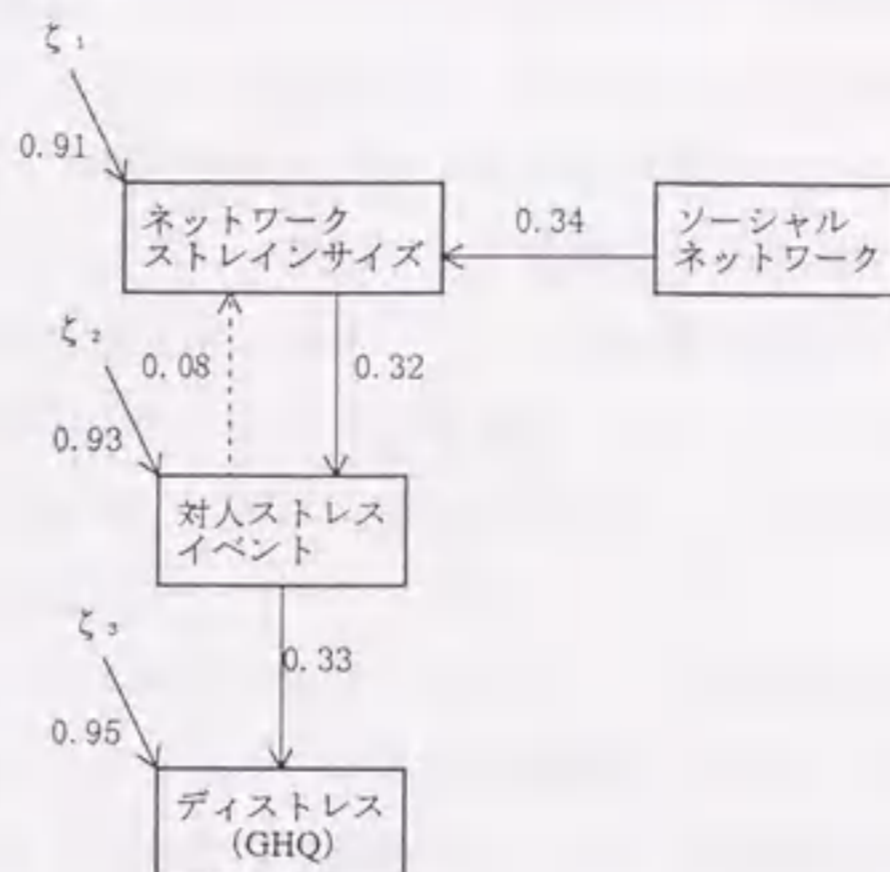


Figure 2-1-1 双方向因果モデルによる構造方程式分析結果のパス・ダイアグラム (GFI=.977, AGFI=.923, 実線のパスは全て $p < .05$ で有意)

Figure 2-1-2である。その結果、ソーシャルネ

ットワーク得点が高い（対人関係が多い）人は、ネットワークストレインサイズ得点（否定的であると認知された関係量）も高く、ネットワークストレインが多いと対人ストレスイベント（ストレスを感じる対人関係上の出来事）も多く、ストレスを感じる出来事が多いとディストレス

（GHQ 得点）も高くなるという一連のパスが見いだされた。しかしながら、ストレスを感じさせる人の多さは、直接的にはディストレス

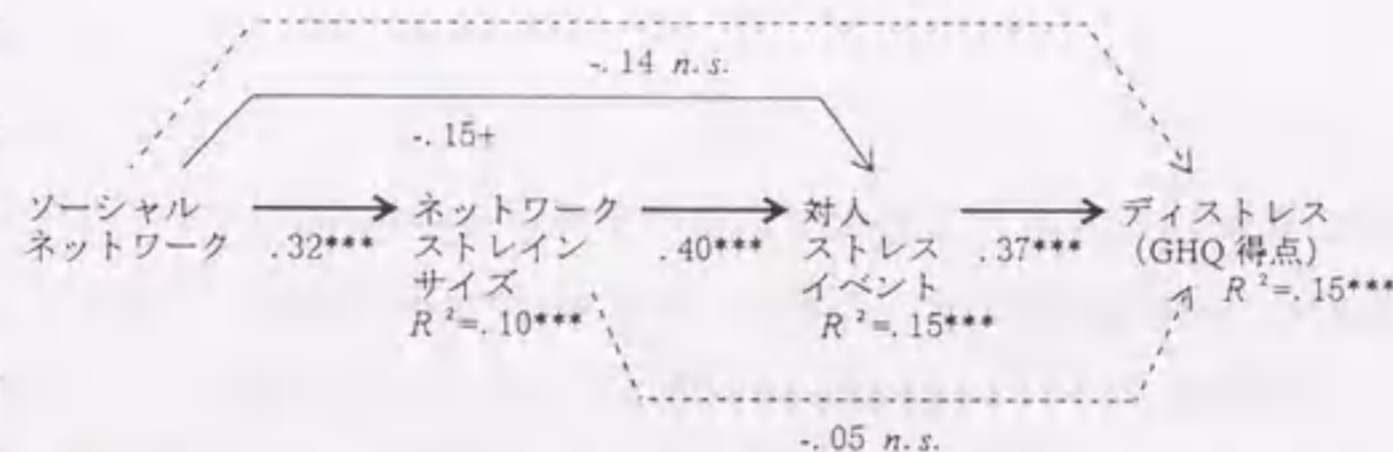


Figure 2-1-2 対人ストレス生起過程因果モデルに基づくパス・ダイアグラム（研究I）
数字は標準偏回帰係数、***: $p < .001$ +: $p < .10$

に影響を及ぼさなかった。また、ソーシャルネットワークの大きさ（対人関係の多さ）については、直接的にはストレスフルな出来事と逆相関する傾向がみられた。以上の結果から、対人関係の多さは、それ自体は精神的健康にどちらかと言うと肯定的な影響を及ぼすものであるが、そこから派生するネットワークストレインは対人ストレスイベントの潜在的な起因でもあり、最終的には精神的健康に悪影響を与えるパスが好影響を与えるパスの影響力を凌駕することが推測される。以上の結果から、仮説はいずれも支持されたと考えられる。

考察

対人ストレスにおけるストレス側の変数の相対的な影響力の検証および対人ストレスの生起過程における媒介変数間の因果モデルの作成に関して、3つの仮説すべてが支持

された。そしてこれらの結果は従来の知見とも一致するものである。しかし本研究において留意すべき点が少なくとも2つある。まずひとつは、ソーシャルネットワークそのものの肯定性/否定性である。従来のサポート研究では、ソーシャルネットワークの存在、そしてネットワーク成員との接触自体がサポートの指標として見なされる傾向があった。そして本研究においてもネットワークの大きさはディストレスと逆相関を示し、その意味ではサポートと考えることも可能である。しかしその一方でネットワークの大きさはネットワークストレインサイズにも寄与しており、一概に支援的であるとは言い切れない。この問題に関しては、研究Ⅱで再度検討する。

もう一点は、ネットワークストレインサイズと対人ストレスイベントの因果である。本研究ではネットワークストレインが対人ストレスイベントの生起を規定するという方向性での分析を行ったが、この2変数間は逆方向因果の可能性も考えられ、現実的には互恵的・循環的であると推測される。本研究では議論を簡略化するために、構造方程式分析の結果、ならびにネットワークに対する認知は比較的安定している一方で対人ストレスイベントについては最近1カ月に限定しているという時系列に基づいて分析を進めたが、モデルの妥当性を高めるために、今後は縦断研究なども必要であろう。

2-1-3 研究Ⅱ

目的

これまでに多くの研究が、対人関係の否定的側面が肯定的側面よりも精神的健康に対して強い影響力を持つことを示している (e. g. Rook, 1984 ; Sandler & Barrera, 1984 ; Vinokur & van Ryn, 1993)。ただし、Taylor (1991) は、否定的な出来事はインパクトは強いが短期間しか持続せず、一方で肯定的な出来事はインパクトは弱いが長期間持続するという活性化-最小化仮説 (mobilization-minimization hypothesis) を唱えている。サポート研究の文脈からこの仮説を検討した Vinokur & van Ryn (1993) でもこの仮説は支持されており、その観点から考えれば、研究Ⅰは単一時点によるデータなので対人関係の否定的側面の影響が顕著に現れたとも考えられる。したがって、「対人関係の精神的健康に対する影響は否定的影響の方が大きい」と一概にはいえず、今後、縦断研究などによるさらなる知見の蓄積が必要である。

しかしそれ以前に研究Ⅰでは、対人関係が精神的健康に及ぼす影響のうち、否定的な側面のみしか扱わなかった。そして多くのソーシャルサポート研究に示されるように、対人関係は精神的健康に肯定的な影響も及ぼし得る。そこで次に研究Ⅱでは、ソーシャルサポートも導入し、個人のソーシャルネットワークがどのような変数を媒介して精神的健康に影響を及ぼすのかを、肯定的/否定的両側面から検討する。また、前章で議論したように、

対人関係の肯定的な側面の影響と否定的な側面の影響とは必ずしも対称的なものとは言えず、少なくとも個別的な対人関係のサポート次元と葛藤次元とは相互に独立していることが明らかにされている（浦・高野, 1995a）。そこで、このことはネットワーク全般においても該当するののかについての検討も行うこととする。ここでは、「コストよりも報酬が多く、有用な機能を果たす社会的な結びつきを個人は選択する」という社会的交換理論の見、Taylor (1991) の活性化-最小化仮説、さらに研究 I の結果に基づいた以下の仮説を検証する。

仮説Ⅱ-1：ソーシャルネットワークの大きさはサポートネットワークサイズおよびネットワークストレインサイズ両変数と相関するが、相対的にはサポートネットワークとより強く関連し、ソーシャルネットワークの大きさそのものもディストレスに対しては負の関連を持つ。

仮説Ⅱ-2：ソーシャルサポートと対人ストレスイベントは独立である。

仮説Ⅱ-3：ソーシャルネットワークおよびソーシャルサポートは精神的健康に肯定的な影響を及ぼすが、対人ストレスイベントがディストレスに及ぼす否定的な影響はそれらの肯定的な影響を上回る。

方法

調査の実施：1995年10月、心理学の講義時間中に、質問紙法により調査を実施した。被調査者は東海地区の大学1～4年生および短大1年生計399名、うち回答に不備や欠損がなかった321名（男子114名、女子207名）を分析対象とした。

質問紙の内容：質問紙は以下の質問で構成された。

①対人ネットワークマトリックス短縮改訂版

「現在のあなたの日常的な人間関係を構成している人数の内訳をお尋ねします。以下の表の9つそれぞれのマスに、選択肢（A～G）の中から該当するものを一つ選んで記入して下さい。」という教示により、3カテゴリー×親密度3水準＝9のセルについてそれぞれ該当する人数の選択肢の記入を求めた。カテゴリーの内訳は「家族・親類」「友人・同級生・先輩・後輩」「その他の知人」、親密度の内訳は「非常に親密」「わりと親密」「面識はあるが親密ではない」である。また、選択肢はA（0人）、B（1人）、C（2～3人）、D（4～6人）、E（7～10人）、F（11～20人）、G（20人以上）である。なお、分析ではA～Gをそれぞれ1～7点に得点化した。研究Iよりカテゴリーを少なくしたのは、詳細なカテゴリー化によって得られたところが少なく、被調査者の負担を考えて項目を少なくするのが賢明であると判断したためである。また、人数を直接記入するのではなく選択肢を設定したことについては、人数記入における欠損値および外れ値の出現頻度の高さを考慮したものである。

②対人ストレスイベント尺度短縮版

研究 I で用いた対人ストレスイベント尺度を 3 因子と解釈した際に、それぞれの因子で因子負荷が高かった 5 項目ずつ、計 15 項目を用いた。最近 1 カ月の間にその出来事を経験した人については、そのことでどの程度ストレスを感じたかを 4 段階（全く感じなかった～非常に感じた）で評定してもらい、それをその項目の得点（1～4 点）とした。経験しなかった人についてはその項目の評定を求めず、項目得点は 0 点とした。

③ ネットワークストレイン尺度改訂版

研究 I で用いたネットワークストレイン尺度のうち、実際に採用された 13 項目について、それぞれその特性を持った人が、被調査者の現在のネットワークにおいて何人いるかの記入を求めた。（分析段階では、外れ値によるデータの歪曲を防ぐため、9 人以上の場合は 9 人として処理した。）

④ ディストレス尺度

中川・大坊（1985）による GHQ（General Health Questionnaire）の 28 項目版を用いて、最近数週間の精神的健康度の指標とした。

⑤ ソーシャルサポート尺度

ソーシャルネットワーク全般に対するソーシャルサポートの認知の尺度として、松崎・田中・古城（1990）による SSQ9 を用い、それぞれの項目について該当する人が被調査者のソーシャルネットワークで何人いるか（SSQ9N）と、それぞれの項目についての満足度（SSQ9S：4 段階評定）の評定を求めた。

結果

尺度の検討：対人ネットワークマトリックスについては、9 つのマトリックスすべての合計をソーシャルネットワーク得点とした（ $M=35.32, SD=6.68$ ）。対人ストレスイベント尺度については、研究 I と同様に固有値の減衰状況（4.57, 1.50, 1.11, 1.00...）から 1 因子性が確認されたので、その合計をストレスイベント得点とした（ $M=27.10, SD=10.96$ ）。ネットワークストレイン尺度についても、研究 I と同様に固有値の減衰状況（4.54, 1.19, 1.01...）から 1 因子性が確認されたので、全項目の合計をネットワークストレインサイズ得点とした（ $M=13.31, SD=10.92, \alpha=.83$ ）。ディストレス尺度（GHQ）については、Likert 法により得点化し、全 28 項目の合計をディストレス得点とした（ $M=55.10, SD=12.22, \alpha=.90$ ）。ソーシャルサポート尺度については、人数（SSQ9N）および満足度（SSQ9S）ともに固有値の減衰状況（人数：5.34, 0.82, 0.59...；満足度：5.77, 0.68, 0.57...）から 1 因子性と判断し、その合計をそれぞれ SSQ9N 得点（ $M=32.62, SD=16.97, \alpha=.91$ ）、SSQ9S 得点（ $M=27.87, SD=5.07, \alpha=.93$ ）とした。また、性差について t 検定を行ったところ、ソーシャルネットワーク得点（ $t(239)=-0.88, n.s.$ ）、ネットワークストレインサイズ得点（ $t(239)=-0.11, n.s.$ ）、対人ストレスイベント得点（ $t(233)=-0.59, n.s.$ ）に関しては差はみられなかったが、SSQ9N 得点（ $t(239)=-1.97, p<.05$ ）、SSQ9S 得点（ $t(105)$

=3.28, $p < .01$)、GHQ 得点 ($t(238) = 2.65, p < .01$) に関してはいずれも女性の方が高いという有意差が見られた。

対人ストレス生起過程因果モデルにおけるソーシャルサポートの位置の検討：まず主要変数間の相関を示したものが Table 2-1-4 である。

Table 2-1-4 主要変数間の相関係数 (研究 II)

	ソーシャル ネットワーク	ネットワーク ストレス サイズ	対人 ストレス イベント	SSQ9N	SSQ9S
ネットワークストレスサイズ	.09+	—	—	—	—
対人ストレスイベント	-.03	.42***	—	—	—
SSQ9N	.36***	.19***	-.00	—	—
SSQ9S	.22***	.00	-.05	.28***	—
GHQ	-.21***	.23***	.31***	-.16**	-.21***

***: $p < .001$ **: $p < .01$ +: $p < .10$

研究 I と比較すると、ソーシャルネットワークとネットワークストレスの相関が前回の調

査よりかなり低くなっており、正の有意傾向がみられるに留まっている。その一方でネットワークストレスが GHQ (ディストレス) と有意な正の相関を示した。また、ソーシャルネットワークは研究 I と同様、対人ストレスイベントとは無相関であった。今回新たに加わったソーシャルサポートに関しては、ソーシャルネットワークと正の相関、対人ストレスイベントとは無相関、GHQ 得点とは負の相関が示された。以上の結果から、仮説 II-1 は支持されたと考えられる。また、ネットワークストレスとサポート人数が正の相関を示したのに対し、ネットワークストレスとサポート満足度は無相関だった。これは、被調査者がネットワークの形態と内容を弁別した上で評定していることを示唆していると考えられる。

また、ソーシャルサポート変数は対人ストレスイベントと無相関であった。さらにサポート人数とサポート満足度の上位下位それぞれ約30%を人数/満足度の高群/低群とし、それらを独立変数、対人ストレスイベントを従属変数とした2要因分散分析を行った結果、有意差がみられなかった ($F(3, 95) = 0.21, n.s.$)。以上の結果はサポートネットワークの

大きさやサポートネットワークに対する満足度は対人ストレスイベントとは無関係であることを示唆しており、これらのことから、仮説 II-2 も支持されたと考えられる。

次に、性別毎に尺度得点を標準化して性差を統制した上で、構造方程式分析 (Figure 2-1-3) ならびに対

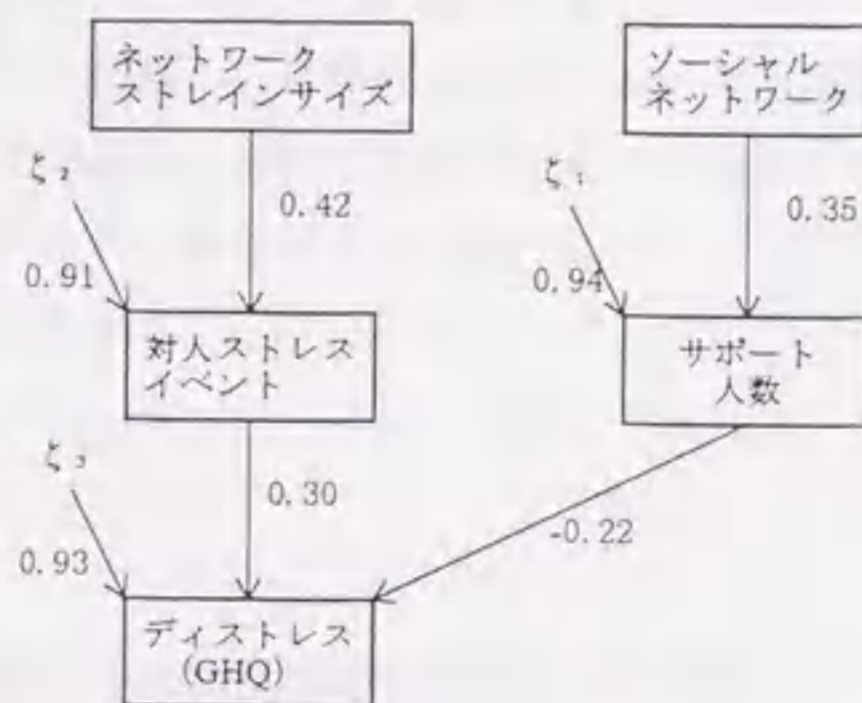


Figure 2-1-3 サポート人数を導入した構造方程式分析結果のパス・ダイアグラム (研究 II) (GFI=.977, AGFI=.930, パスは全て $p < .01$ で有意)

人ストレス生起過程因果モデルに基づいたパス解析 (Figure 2-1-4) を行った。なお、サポートに対する満足度はサポート人数とほとんど同じ傾向を示したので、冗長性を防ぐためにこの分析では除外した。その結果、ソーシャルネットワーク、ネットワークストレス、サポート人数、対人ストレスイベントの全てが GHQ 得点に有意な寄与を示したが、パス係数の絶対値および有意水準から、対人ストレスイベント > サポート人数 = ソーシャルネットワーク \geq ネットワークストレスサイズの順で GHQ 得点に影響力があることが伺える。よって、仮説 II-3 も支持されたと考えられる。

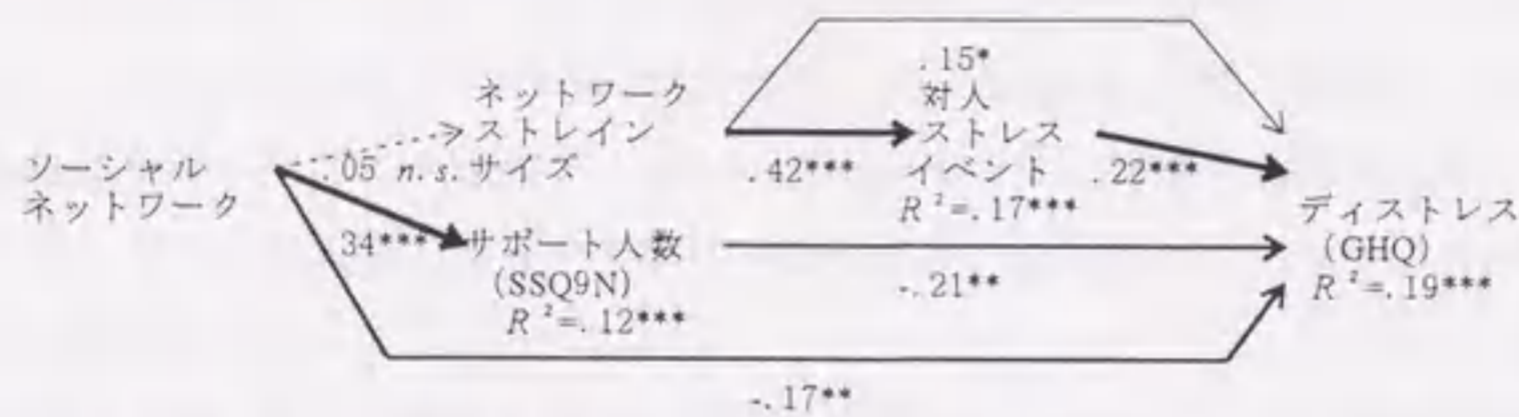


Figure 2-1-4 サポート人数を導入した対人ストレス生起過程因果モデルに基づくパス・ダイアグラム (研究 II) (パスの下の数字は標準偏回帰係数、***: $p < .001$ **: $p < .01$ *: $p < .05$ +: $p < .10$)

考察

ソーシャルサポートを含んだ全般的な対人関係における、対人ストレス生起過程因果モデルに関して本研究で新たに得られた知見としては、(1) ソーシャルネットワークはネットワークストレスサイズよりもソーシャルサポートと強い関連がある、(2) 対人ストレスイベントはネットワークストレスと関連して生起し、ソーシャルサポートとは無関係である、(3) 単一時点の測定では、対人関係の否定的な側面のディストレスに対する影響力が肯定的な側面の影響力を上回る、の3点である。これらはすべて仮説通りであり、先行研究の知見とも一致する。ただし、ソーシャルネットワークとネットワークストレスの相関の低下ならびにパスの消滅、ネットワークストレスとディストレスの相関の顕在化など、ネットワークストレスに関しては研究 I と異なる結果も現れ、その尺度の安定性に疑問が残された。これらの問題点については全体的考察で言及する。しかしそれ以外は研究 I とほぼ同様の結果が得られ、本研究でも全般的に対人ストレス生起過程因果モデルの妥当性は支持されたと考えられる。

2-1-4 全体的考察

イベントとしての対人ストレスと、認知された否定的関係性としてのネットワークストレスを測定する尺度の作成：まず前者については「対人ストレスイベント尺度」として、

自由記述から抽出された40項目を研究Iで実施した。ここで測定される変数はストレスの認知的評価・対処理論で言うところのライフイベントに該当するものである。そしてこの変数がディストレスにもっとも強く影響することが明らかにされたことから、一連のストレス過程におけるこの尺度の位置づけは妥当なものであると考えられる。なお、この尺度についてはその下位分類が次節で議論される。

一方後者については、個人のソーシャルネットワーク全般を対象に、そのネットワークの歪みの大きさを評定する「ネットワークストレイン尺度」が作成された。ネットワークストレイン尺度は、ネットワーク全般のサポートィブネスを問うソーシャルサポート尺度のカウンタースケールとして作成されたので、その形式も SSQ (Sarason, Levine, Basham & Sarason, 1983) などの全般的ソーシャルサポート尺度に準拠する形となっている。よって、ネットワークを人数で測定することとなったが、ここにはソーシャルサポート研究と同様の問題が存在する。

まずひとつは、ここで測定されている変数が意味する内容である。先行研究において、サポートの自己評定が「現実にサポートィブな対人関係の総体」と言うよりも、むしろ「対人関係一般に対する構えの肯定性の個人差の指標」と考えられる可能性が少なからず指摘されている (Lakey & Cassady, 1990; Sarason et al., 1986; Sarason, Pierce, Shearin, Sarason, Waltz, & Poppe, 1991)。よってそれと同様に、ネットワークストレインもまた、対人関係一般に対する構えの否定性の個人差の指標ではないかという疑問は当然考えられ、確かにそのような側面は否めないのも事実である。しかし、果たして個人の認知傾性がすべてなのかという問題について、浦 (1992) は Vinokur, Schul, & Caplan (1987) の研究から、認知スタイルのみならず、実際の対人関係もサポートの知覚には重要であることを指摘している。言うまでもなく個人内の認知も重要であるが、それと同時に環境的要因としてのネットワークをストレスイベントの規定因として想定している点が本論文の独自性である。そしてその仮説を確証するためには、ネットワークの否定的な認知における個人特性の影響力の検証も不可欠であろう。

そしてもうひとつは、例えば SSQ が全般的なサポートの指標として人数と満足度という、ネットワークの量と質の両方を想定しているように、ネットワークがどの程度否定的であるかを測定するのにも、人数で測定する方法と、ネットワークの持つ脅威度を測定する方法が考えられるということである。さらに、測定法の違いがもたらす影響の違いの可能性 (Cohen & Wills, 1985) を考えると、測定法による影響の違いがサポートのみならずストレインにおいても存在するのかを検討する必要が生じよう。ちなみにこの問題を検討した橋本 (1997a) は、人数評定に比べて脅威度評定の方が認知が歪みやすく、したがって人数記入方式の方が客観性が高いと考えられることを示唆している。また、多くのサポート尺度と同様、今回作成されたネットワークストレイン尺度も1因子性であったが、サポートは概念的にいくつかの種類に弁別されている (e. g. Cutrona & Russell, 1990)。同様に、

概念的に弁別されるネットワークストレインが、異なる種類の対人ストレスイベントを生起させることも考えられ、これも今後の課題のひとつとして考えられよう。

対人ストレス生起因果過程モデルならびにソーシャルサポートの影響力の検証：本節では、ソーシャルネットワークが大きいとネットワークストレインサイズも大きく、ネットワークストレインサイズが大きいと対人ストレスイベントも生じやすく、対人ストレスイベントが多いとディストレスが増加するという一連のプロセス、ならびにディストレスに最も影響を与えるのはネットワークにおける否定的な関係性ではなく、実際に生じたイベントであることが見いだされた。ただし、ソーシャルネットワークとネットワークストレインの関連については研究Ⅰと研究Ⅱで関連の程度がかなり異なっている。この理由としては、まずソーシャルネットワークの評定法が研究Ⅰと研究Ⅱで異なっていたことが影響した可能性が考えられる。また、調査の実施時期の影響も考えられる。つまり、研究Ⅰは新年度が始まって3カ月後、研究Ⅱは新年度になって半年後に実施している。また、前者は低学年を対象としているのに対し、後者は全学年を対象としている。その結果、前者は個人にとってコストより報酬を多く提供する社会的結びつきの選択における過渡期であり、ネットワークがまだ不安定な分、否定的な側面が顕在化しやすくなったのに対し、後者はその選択も終了してネットワークの安定性が高まり、否定的な側面があまり顕在化しなくなったという可能性が考えられる。この点についても、縦断研究により検証する必要がある。

また、ソーシャルサポートは対人ストレスイベントとは独立であることも実証された。したがって、「ネットワークの性質は、対人ストレスが生起するまでの過程と、対処方略を決定するまでの認知的評価の両段階で影響を及ぼす」という二段階媒介モデルのうち、サポートは前者については該当しなかった。この知見は、ソーシャルサポートはあくまでストレスのインパクトを調整する要因であり、ストレスの生起を左右する要因ではないという、本論文におけるソーシャルサポートの位置づけの妥当性を示唆するものであると言えよう。

その他の考察・課題・展望：本節で目的とした(1)対人ストレス生起過程因果モデルの妥当性の検証、(2)対人関係の肯定的／否定的両側面が精神的健康に及ぼす相対的影響力の検討、という2点は、若干の課題を残しながらも、大まかには達成されたと考えられる。しかしこれらは、本論文第1章で挙げられた、多くの論点についての議論を可能とするための一段階にすぎない。そこで以下に、本節の知見から考えられる考察および今後の課題・展望を述べる。

第一に、ネットワークの性質という意味でのサポートとストレインを比較すると、サポートのディストレスに対する影響力は、ストレインのディストレスに対する影響力とかなり拮抗している。しかし、それ以上に、ネットワークストレインは対人ストレスイベントの強力な予測因であり、ディストレスに対するインパクトがもっとも強いのは、対人ストレスイベントであった。このことは、イベント／関係性いずれの側面を測定するかによっ

て、対人関係の肯定的／否定的両側面が精神的健康に及ぼす影響は違うことを意味している。したがって、概念を精緻化した上で、個々の変数が一連のプロセスの中でどのような影響を及ぼしあっているのかという観点からのさらなる研究が必要であろう。

第二に、ネットワークストレインの大きさが対人ストレスイベントと密接な関係にある一方で、ソーシャルサポートは対人ストレスイベントの生起とは無関係であった。そして、理論的にはどちらのネットワークもソーシャルネットワークという同一変数から生起している。その意味では、ソーシャルネットワークの大きさ自体は基本的にはニュートラルなものであると考えられる。そこから、ソーシャルネットワークと、ソーシャルサポートおよびネットワークストレインを媒介する要因は何かという疑問が新たに生じよう。つまり、対人関係の肯定性／否定性を促進するのはどのような要因かという問題である。ここにもやはり、個人の内的要因と環境による外的要因が併存することが考えられるが、例えば個人内要因として、前述した認知スタイル、そして対人関係に関する信念などが考えられる。また、外的要因ではネットワークの密度などの要因が考えられる。例えば密度が高いネットワークでは肯定性／否定性が増幅されることが知られており (Hobfoll & Stephens, 1990)、集団凝集性や役割、社会的勢力など、幅広い視点から研究を進めていくことが望まれる。さらに、内的要因と外的要因の関数である親密性も重要な役割を果たす概念であろう。

第三に、因果の方向性の問題がある。本節では「ネットワークストレインが対人ストレスイベントを増加させる」というパスが示されたが、その一方で、「対人ストレスイベントの生起によってネットワークが否定的なものであると認知される」というパスも実際には考えられるであろう。また、対人ストレスとディストレスの関連についても、ストレス反応の蓄積に伴う精神的健康状態の悪化が原因となって、対人ストレスが生起する可能性が高まることも十分考えられる。本節では仮定されたモデルにしたがってパスを設定したが、今後もさらに知見を蓄積していくことが望まれる。

他にも、本論文では青年を調査対象としたが、対人ストレスに関する知見の普遍性、及び青年の特殊性を明らかにするためには、その他の世代での研究も必要である。また、パーソナリティや性差など、本節では特に扱わなかったが、その影響力が推測される重要な変数も少なからず存在する。しかし、関連研究は多いものの、対人関係をストレスの枠組みで研究するためには、概念的・理論的な整理が現状ではまだ不十分である。本節はそれらの疑問を討論するための大まかな枠組みを提示することを試みたが、今後、この枠組みを用いたさらなる議論の展開が求められよう。

第2章第2節

対人ストレスイベントの類型

心理社会的ストレス研究において、対人関係に起因するストレス（対人ストレス）の否定的影響力の大きさは少なからず指摘されている。また、近年さまざまな領域で、青年の対人関係の変貌とその問題点が指摘されている。しかし、青年期の対人ストレスや、それらの生起を規定している要因に関する実証的研究は決して多くはない。そこで本節ではその端緒として、青年における対人ストレスイベントの分類を試みた。まず研究Ⅰの再分析では、対人ストレスイベントには対人葛藤、対人劣等、対人摩耗の3種類があることが見いだされた。さらに研究Ⅲでは、これらのイベントに対するストレス度とイベントの頻度を弁別し、主体的要因との関連を検証することによって、これらの概念の明確化を試みた。結果は概ね構成概念の妥当性を支持し、ストレス低減のためにイベント類型ごとにそれぞれ異なる介入方略が必要である可能性が示唆された。

2-2-1 問題と目的

第1章で述べたように、対人関係がインパクトの大きいストレスとなる可能性は先行研究でも少なからず示唆されており、特に青年期においては発達課題に直面する際に、対人ストレス（interpersonal stress：対人関係に起因するストレス）の生起は不可避である（Seiffge-krenke & Shulman, 1993）。だが、同じく先述したように、種々のストレスを包括的に扱うのが主流となっている現在の心理社会的ストレス研究では、ストレスの特徴を弁別して把握した上でそれぞれの対処方略を検討するような研究はあまり行われていない。しかしストレスの類型ごとに規定/媒介要因が異なる可能性を考えれば、対人ストレスイベントの類型の有無、ならびにその概念明確化は欠くべからざる課題であると考えられる。なお、第1章第4節で述べたように、対人葛藤研究・ソーシャルサポート研究などで、対人関係の否定的側面は（1）個人が望まない相互作用に従事している状況、と（2）個人が望む相互作用を実現できない状況、という共通項で分類される可能性が示唆されている。したがって対人ストレスイベントの類型化でも、これらの2側面が抽出されることを大まかな仮説として、対人ストレスイベントの類型化を行うことを本節の目的とする。

加えて、この問題に関しては、見いだされた知見の普遍性ならびに独自性も検討すべきであろう。特に近年、青少年の対人関係の変貌を指摘する声が少なくない。もちろん、これらの指摘がどの程度現状と一致しているかという問題もあるが、このような指摘が増えているのは事実であり、この傾向に何らかの社会的要因が影響を与えているのであれば、

これは社会心理学にとっても、決して看過できる問題ではないと考えられよう。それと同時にこの指摘は、現代社会ならびに青年期の独自性が、青年独特の対人ストレスと関連している可能性を示唆しているとも考えられる。この問題に関しては次章で詳細な議論を展開することとなるが、とりあえず上記2種類の類型に加えて、現代社会の世相を反映した、別の対人ストレスの類型が存在する可能性も考えられることに言及しておく。

そこで本節ではこれらの問題を踏まえ、まず研究Iのデータを用いて対人ストレスイベントにはどのような種類があるかを探索的に検討し、可能であれば下位次元での区分を試みる。さらに研究IIIで、それぞれの対人ストレスイベント下位概念と主体的要因の関連を検討することによって、併存的妥当性の観点から対人ストレスイベントの概念を明確化することを目的とする。

2-2-2 研究I再分析

目的

対人ストレスイベントにはどのような種類があるかを探索的に検討し、可能であれば下位次元での分類を試みる。

方法

本研究は前節の研究Iと同一のデータを用いて行ったので、以下の方法に関する記述は前節と重複している。

予備調査：1995年5月上旬、東海地区3大学の大学2～4年生258名（男子104名、女子131名、不明23名）を対象に、「あなたは現在の人間関係で、どのようなことにストレスを感じますか。思いつくことをなるべくたくさん、なるべく具体的にお書き下さい。」という教示のもとに、自由記述を求めた。その結果、128名（49.6%）から有効な回答が得られた。

本調査の実施：被調査者は国立N大学の大学1～2年生139名、調査は質問紙法により実施した。有効回答数は137名（男子71名、女子65名、性別不明1名、平均年齢18.79歳、 $SD=1.98$ ）であった。

質問紙：先行研究のストレッサー尺度（久田・丹羽，1987；尾関，1993）、さらに先述した予備調査による自由記述の結果を参考に、対人関係においてストレッサーとなり得る出来事を40項目抽出し、対人ストレスイベント尺度として作成した。個々の項目について、その出来事の過去1ヶ月における経験の有無を尋ね、経験した人については、そのことでどの程度ストレスを感じたかを4段階（全く感じなかった～非常に感じた）で評定してもらい、それをその項目得点（1～4点）とした。経験しなかった人についてはその項目の

評定を求めず、項目得点は0点とした。

結果と考察

まず対人ストレスイベント尺度40項目で、性別による *t* 検定を行ったところ、すべての項目について5%水準で性差は見られなかった。また、すべての項目が経験率30%を越えていたので、全被調査者を対象に、対人ストレスイベント全40項目について因子分析（主因子法、プロマックス回転）を行った結果、固有値の減衰状況および解釈可能性から3因子が抽出された（Table 2-2-1）。第Ⅰ因子は日常生活でときどき起こる、社会の規範からは望ましくない顕在的な対人葛藤に関するものと考えられたので、対人葛藤因子と命名した。この因子負荷が高い項目群は、主に他者の行動に起因するものが多い。第Ⅱ因子は、対人関係において劣等感を触発する事態やスキルの欠如などに関するものと考えられたので、対人劣等因子と命名した。この因子負荷が高い項目群は、対人葛藤と対照的に、主体側に起因するものが多い。第Ⅲ因子は日常のコミュニケーションにおいてわりと頻繁に生

Table 2-2-1 研究Ⅰにおける対人ストレスイベント尺度の因子分析（主因子法、プロマックス回転）

番号	内容	因子			h ²
		I	II	III	
34	知人とけんかした。	.804	-.033	-.279	.525
23	知人が無責任な行動をした。	.651	-.085	.091	.430
40	知人に嫌な思いをさせた。	.645	.264	-.204	.541
2	知人のけんかの仲裁をした。	.631	-.120	.203	.470
29	知人に無理な要求をされた。	.625	.080	.023	.458
21	約束を破られた。	.578	-.156	.200	.387
19	知人に軽蔑された。	.563	.030	.193	.463
18	知人が非常識な行動をした。	.556	-.253	.460	.582
37	嫌な顔をされた。	.556	.207	.113	.539
32	知人のご機嫌とりをした。	.549	.221	-.005	.460
10	知人に誤解された。	.493	.173	.234	.530
4	知人から責められた。	.492	-.014	.264	.408
30	知人に嫉妬した。	.452	.290	.041	.436
33	同じことを何度も言われた。	.446	.029	.200	.328
3	グループで重要な責任を負わされた。	.444	-.114	.318	.354
36	知人よりも損をしている気分になった。	.440	.423	-.008	.539
31	自分の気持ちに反して、周囲の期待にあわせた行動をした。	.385	.324	-.038	.350
9	片思いや三角関係など、恋愛に関する問題を抱えた。	.312	.151	.073	.196
17	相手が自分の思った通りに行動してくれなかった。	.309	.247	.231	.378
35	会話中、何をしゃべったらいいのか分からなくなった。	.200	.655	-.033	.572
38	知人が自分のことをどう思っているのか気になった。	.058	.638	-.016	.437
39	知人とどのようにつきあえばいいのか分からなくなった。	.225	.637	-.073	.550
15	相手に嫌な思いをさせないよう気を使った。	-.179	.612	.259	.443
27	会話中に気まずい沈黙があった。	-.013	.547	.019	.300
28	無理に相手にあわせた会話をした。	-.009	.516	.056	.285
26	親しくなりたい相手となかなか親しくなれなかった。	-.067	.485	.215	.316
25	知人に対して劣等感を抱いた。	.182	.416	.107	.335
11	自分の言いたいことが、相手に上手く伝わらなかった。	-.097	.415	.307	.303
24	周りの人から疎外されている気がした。	.162	.365	.218	.345
12	相手の言うことが理解できなかった。	.153	.287	.247	.287
7	自慢話や愚痴など、聞きたくないことを聞かされた。	.116	.018	.517	.339
14	上下関係に気を使った。	.023	.121	.501	.320
22	集団に溶け込めず、違和感を感じた。	-.199	.381	.451	.364
6	おしゃべりしたいとき、会話する相手がいなかった。	-.024	.313	.448	.381
8	知人と意見が食い違った。	-.218	.067	.438	.355
13	あまり親しくない人と会話をした。	-.041	.231	.410	.267
5	嫌いな人と会話をした。	.164	.009	.386	.232
1	知人から自分のことについて干渉された。	.270	.007	.299	.231
20	会話相手の言葉遣いが気に入らなかった。	.259	.113	.278	.264
16	しゃべりたくないときにしゃべらなければならなかった。	.051	.138	.265	.139
因子寄与		9.56	7.70	6.23	

Note: 第Ⅰ因子が対人葛藤因子、第Ⅱ因子が対人劣等因子、第Ⅲ因子が対人摩擦因子

じるであろう、社会規範から逸脱したものではないが配慮や気疲れを伴う対人関係がストレスをかけている事態に関するものと考えられ、対人摩耗因子と命名した。

この結果について、概念の弁別性という観点から考察すると、対人葛藤や対人劣等などの顕在的な問題の他に、対人摩耗という、潜在的な問題がストレスラーとして見いだされたことが興味深い。この点に関して、現代の大学生においては、「人と争わない」ということが強力な規範として存在している、という知見がある。例えば「マサツ回避の世代」というタイトルに表現される千石の一連の著作（1991；1994）、その他にも鶴田・森田（1992）、和田（1990）などでも現状の友人関係が非常に表面的であることが指摘されている。また、同輩との対人葛藤がストレス反応に及ぼす影響を検証した橋本（1995a）では、同輩との葛藤はその中身でなく、葛藤の有無自体がストレス反応に影響を及ぼすことを見いだしている。以上の知見は、対人葛藤が現在の大学生の対人関係においては非常に稀なものであること、また、非常に親密な同級生に対してさえ気疲れをしているという可能性を示唆しており、その意味からも、対人葛藤と対人摩耗は弁別されるべき概念であろう。また、多少飛躍するが、近年、燃え尽き症候群（バーンアウト：burnout）という概念が注目されている。これは、「長期間にわたり人に援助する過程で、心的エネルギーが絶えず過度に要求された結果、極度の心身の疲労と感情の枯渇を主とする症候群であり、卑下、仕事嫌悪、関心や思いやりの喪失等を伴う状態である」と定義されている（Maslach, 1976）が、本研究で概念化された対人摩耗はまさしく、「人に援助する（関わる）過程で、心的エネルギーが過度に要求され」ているにもかかわらず、それ自体は社会規範からは逸脱していない状態である。そしてこの状態は社会規範から逸脱していないが故に、従来の対人葛藤の知見で捉えるには限界がある。今後は対人葛藤と対人摩耗の概念の明確化と共に、それぞれについての適切な対処を探ることが重要な課題であろう。したがって対人ストレスをその対処まで考慮して論じた場合、今回抽出された対人ストレスの3因子を下位概念として弁別することは有意義であると考えられる。

2-2-3 研究Ⅲ

目的

研究Ⅰでは、対人関係においてストレスラーとなり得るイベントとして、対人葛藤事態（社会の規範から逸脱した顕在的な対人葛藤事態）、対人劣等事態（社会的スキルの欠如などにより劣等感を触発する事態）、対人摩耗事態（対人関係を円滑に進めようとする事により気疲れを引き起こす事態）の3種類があることが見いだされた。しかし、研究Ⅰではそれらのイベントの頻度と、イベントに対する個人のストレス度が明確に弁別されておらず、構成概念も多少曖昧であるという問題が残されている。そこで本研究では、これ

ら2つの問題を検討することによって、対人ストレスイベントの下位分類を明確にし、ストレス低減のための介入方略を検討するための示唆を得ることを目的とする。具体的には、以下の仮説を検討する。

仮説Ⅲ-1：Zimbardo, Pilkonis, & Norwood (1975) はシャイネスの対人的問題として、不安、抑うつ、孤独感などの否定的情動状態、主張性の欠如や意見表明の困難性、まずい自己投影、他者が存在するところでの意思伝達や思考の困難性などを挙げているが、これらは本研究における対人劣等事態と重複するところが大きい。したがって、シャイネスは対人劣等事態の頻度と正の関連を示す。

仮説Ⅲ-2：先行研究によって、高敵意者は対人葛藤の頻度が多いことが明らかにされている (Smith, 1992)。そこで、敵意にも下位分類がいくつかあるが (Buss & Durkee, 1957)、本研究では対人葛藤の“駆動” (motor) 要素であり、かつ通状況的である短気尺度を用いる。短気は対人葛藤事態の頻度と正の相関を持つことが推測される。

仮説Ⅲ-3：推測された概念の性質上、対人葛藤事態は他者の過失に起因し、一方、対人劣等事態は自己の対人関係能力不足に起因する側面を含んでいると考えられる。つまり、対人葛藤の原因は外的に帰属されやすく、一方対人劣等の原因は内的に帰属されやすいと考えられるので、内的帰属傾向は対人葛藤と負の相関、対人劣等と正の相関を持つ。

仮説Ⅲ-4：研究Ⅰの結果と考察で述べたように、対人摩耗事態は「人に関わる過程で、心的エネルギーが過度に要求され」ているにもかかわらず、それ自体は社会規範からは逸脱してない状態という意味で、バーンアウトの原因であるヒューマンサービスにおけるストレッサーと非常に類似しているため、対人摩耗の現実のインパクトは、ストレス反応としてのバーンアウトに類似した症状と正の相関を持つ。

方法

東海地区の大学生144名を被調査者とし、心理学の講義時間中、質問紙により調査を実施した。有効回答数は141名 (男性28名、女性113名、年齢平均20.99歳、 $SD=1.81$) であった。質問紙は以下の尺度によって構成された。

①対人ストレスイベント尺度改訂版 (ストレス度)

対人ストレスイベントの3類型がより明確になることを意図して、研究Ⅰで用いられた尺度のうち3類型のいずれにも含まれなかった項目を削除し、3類型のいずれかに含まれそうな内容の項目を付加して改訂したもの。人間関係においてストレッサーとなり得る出来事を30項目挙げ、それぞれについて、もしその出来事が生じたとき、どの程度ストレスを感じるかを、「全く感じない」から「非常に感じる」までの4段階で評定を求めた。

②特性シャイネス尺度

相川 (1991) によって作成された16項目、5段階評定。

③短気尺度

Buss & Durkee (1957) を邦訳した小林・水田・織田・難波・澁上・大淵 (1991) による11項目、5段階評定。

④ LOC (Locus of Control) 尺度

鎌原・樋口・清水 (1982) による18項目、4段階評定。内的統制が高いほど高得点になるように設定してある。

⑤ 日常バーンアウト尺度

研究Iで見いだされた対人摩耗事態はヒューマンサービスにおけるバーンアウト現象の起因と類似しており、対人摩耗事態のさらなる概念明確化のために今回作成された尺度。バーンアウト尺度の中でも、もっとも著名とされる (田尾・久保, 1996) Maslach Burnout Inventory (Maslach & Jackson, 1981) の日本語版 (稲岡, 1988) を、日常の対人関係にも適用可能になるよう修整した22項目を用いた。それぞれの項目について、最近1カ月の間、どのくらいの頻度で経験したり感じたりしたかを、「ほとんどない」～「よくある」までの4段階で評定を求めた。

⑥ 対人ストレスイベント尺度改訂版 (頻度)

対人ストレスイベント尺度改訂版 (ストレス度) と同じ30項目をランダムに並べ変え、そのような事態が最近3カ月の間、どの程度の頻度で起こったかを、「全くなかった」～「しばしばあった」の4段階で評定を求めた。

結果と考察

対人ストレスイベント尺度 (ストレス度) から導かれる変数について：はじめに、対人ストレスイベント尺度 (ストレス度) について、若干の説明をしておく必要がある。これまでのストレス研究において、ストレス度の評定に関しては大きく分けて二つの考え方があられる。一つは Holmes & Rahe (1967) に代表される、ストレッサーにはそれぞれ固有の影響力があるという考え方、もう一つは Lazarus & Folkman (1984) に代表される、どのストレッサーについても個人がどう評価するかが重要という、言うなれば個人のストレス耐性 (もしくはストレス感受性) に由来した評価を重視する考え方である。そして筆者は、本研究におけるこの尺度の評定は、ストレッサーであるイベント固有の影響力と、個人のストレス感受性が合成された結果として考えている。

ストレッサーの生起からストレス反応に至るまでの過程においては、この弁別を行わなければならない必然性は小さい。しかし、ストレスイベントに対する対処ということを考えてときに、この弁別は必要であると考えられる。なぜなら、Lazarus & Folkman (1984) の考え方は、対処においても最終的に個人内要因の改善という結論に至らざるを得ないからである。そしてそれは時には、弱い者が悪いという論理に基づく、状況改善の放棄につながる危険がある (この問題については第4章第4節でも議論する)。確かに相対的にストレス耐性の弱い個人に対しては、耐性を高めるアプローチも必要であろう。しかし、

多くの人々がストレスを感じるようなイベントについては、イベントそのものの生起を抑制するような、ネットワークに対する介入もまた必要であろう。以上を考慮して、本研究では以下の概念を操作的に定義し、文脈に応じて使い分けることとする。

イベント強度：個々のストレスイベントに固有の影響力。誰もがそのイベントの影響力を高く評価すればそれはそのイベント固有の影響力が強いと考えられる。したがって、個々のイベント項目について、被調査者全員のストレス度の平均をイベント強度として操作的に定義する。

ストレス感受性：個人毎のストレスの感じやすさ。どのイベントに対してもストレスを感じやすい人は、ストレス感受性が高いと考えられる。したがって、複数のストレスイベント項目に対する個人内のストレス度評価平均を、ストレス感受性として操作的に定義する。

ストレス度：個々のイベントに対する個人の評価。イベント強度とストレス感受性の関数であることが仮定される、実際の評価である。個々のストレスイベントに対する個人毎の評価、つまり本研究の対人ストレスイベント尺度（ストレス度）の raw data に該当する。

尺度の検討：対人ストレスイベント尺度に関しては、ストレス度、頻度、そして実際に経験したイベントのインパクトとして、項目毎にストレス度と頻度を掛け合わせたもの（以下インパクト）のそれぞれに関して、因子分析（主因子法、プロマックス回転）を行った。

Table 2-2-2 研究Ⅲにおける対人ストレスイベント尺度・ストレス度の因子分析
(主因子法、プロマックス回転)

番号	内容	因子		F ²
		I	II	
◎28.	知人が自分のことをどう思っているのか気になった時	.813	-.107	.641
◎17.	周りの人から疎外されていると感じるようなことがあった時	.774	.038	.611
◎29.	知人とどのようにつきあえばいいのか分からなくなった時	.733	.054	.554
◎27.	知人に嫌な顔をされた時	.721	-.110	.504
◎30.	知人に嫌な思いをさせた時	.674	-.133	.440
◎7.	知人に誤解された時	.619	-.174	.376
◎14.	知人に軽蔑された時	.606	.103	.400
◎24.	知人とけんかした時	.582	.111	.373
◎12.	相手が嫌な思いをしていないか気になった時	.579	-.212	.337
◎25.	会話中、何をしゃべったらいいのか分からなくなった時	.453	.145	.249
◎8.	自分の言いたいことが、相手に上手く伝わらなかった時	.444	.095	.221
◎26.	好意的な知人の誘いを断った時	.404	.077	.180
18.	知人に対して劣等感を抱いた時	.379	.143	.183
2.	知人から責められた時	.367	.243	.225
16.	知人が無責任な行動をした時	.340	.156	.158
6.	知人と意見が食い違った時	.323	.243	.191
19.	親しくなりたい相手となかなか親しくなれなかった時	.298	.105	.111
○5.	自慢話や愚痴など、聞きたくないことを聞かされた時	-.145	.664	.428
○4.	テンポの合わない人と会話した時	-.068	.537	.280
○10.	あまり親しくない人と会話した時	.098	.445	.223
○9.	知人のストレス発散に付き合い合わせた時	-.059	.435	.184
○11.	上下関係に気を使った時	.227	.428	.269
○21.	無理に相手に合わせた会話をした時	.346	.405	.333
○3.	嫌いな人と会話した時	-.016	.400	.158
15.	約束を破られた時	.104	.378	.167
23.	同じことを何度も言われた時	-.018	.312	.096
22.	知人に無理な要求をされた時	.295	.304	.211
1.	誰が悪いというわけでもないとき、自分から謝った時	.091	.302	.109
20.	会話中に気まずい沈黙があった時	.238	.274	.155
13.	知人に深入りされないように気を使った時	.195	.230	.107
因子寄与		6.02	2.89	

Note:◎は顕在的対人ストレス項目、○は潜在的対人ストレス項目をそれぞれ示す。

Table 2-2-3 研究IIIにおける対人ストレスイベント尺度・頻度の因子分析
(主因子法、プロマックス回転)

番号 内容	因子			h ²
	I	II	III	
◎22. 知人に無理な要求をされた	.818	-.069	.027	.633
◎24. 知人とけんかした	.732	.012	-.111	.508
◎2. 知人から責められた	.718	.110	.006	.605
◎14. 知人に軽蔑された	.694	.158	-.139	.559
◎16. 知人が無責任な行動をした	.624	-.219	.236	.434
◎7. 知人に誤解された	.595	.258	-.103	.523
◎27. 知人に嫌な顔をされた	.524	.382	.013	.616
◎23. 同じことを何度も言われた	.446	-.010	.254	.326
◎6. 知人と意見が食い違った	.427	.123	.157	.323
9. 知人のストレス発散に付き合わされた	.359	-.242	.201	.161
15. 約束を破られた	.314	-.020	.119	.128
1. 誰が悪いというわけでもないとき、自分から謝った	.303	.221	.018	.209
◎28. 知人が自分のことをどう思っているのか気になった	-.029	.741	.015	.536
◎12. 相手が嫌な思いをしていないか気になった	-.006	.694	-.059	.457
◎17. 周りの人から疎外されていると感じるようなことがあった	.076	.686	-.034	.512
◎20. 会話中に気まずい沈黙があった	-.106	.643	.203	.465
◎29. 知人とどのようにつきあえばいいのか分からなくなった	.140	.613	.208	.612
◎19. 親しくなりたい相手となかなか親しくなれなかった	-.112	.583	.151	.355
◎25. 会話中、何をしゃべったらいいのか分からなくなった	-.056	.541	-.024	.261
◎18. 知人に対して劣等感を抱いた	.079	.522	-.047	.303
◎8. 自分の言いたいことが、相手に上手く伝わらなかった	.048	.478	.095	.291
30. 知人に嫌な思いをさせた	.352	.383	-.085	.367
11. 上下関係に気を使った	.088	.204	.105	.095
△4. テンポの合わない人と会話をした	-.005	.075	.741	.584
△3. 嫌いな人と会話をした	.144	-.053	.576	.380
△10. あまり親しくない人と会話をした	-.139	.161	.563	.347
△5. 自慢話や愚痴など、聞きたくないことを聞かされた	.262	-.116	.518	.369
△21. 無理に相手に合わせた会話をした	.048	.199	.430	.297
△26. 好意的な知人の誘いを断った	.218	.075	.374	.274
13. 知人に深入りされないように気を使った	-.037	.088	.185	.045
因子寄与	6.22	6.06	3.50	

Note:◎は対人葛藤頻度項目、○は対人劣等頻度項目、△は対人摩耗頻度項目をそれぞれ示す。

その結果、固有値の減衰状況（ストレス度：6.89, 2.90, 1.91, 1.59, 1.45...、頻度：8.50, 2.55, 2.20, 1.61, 1.37...、インパクト：7.93, 2.95, 2.36, 1.47, 1.39...）および解釈可能性から、ストレス度（Table 2-2-2）は2因子、頻度（Table 2-2-3）およびインパクト（Table 2-2-4）は3因子を抽出した。ストレス度は、第I因子が対人葛藤と対人劣等に該当する項目を含んでおり、顕在的対人ストレス因子と命名した。第II因子は対人摩耗項目の負荷が高く、潜在的対人ストレス因子と命名した（因子間相関=.18）。また、頻度およびインパクトで抽出された3因子は、研究Iで見いだされた対人葛藤、対人劣等、対人摩耗にほぼ該当した（因子間相関：頻度=.29～.47、インパクト=.12～.41）。さらにそれぞれの分析で、いずれかの因子において因子負荷が.40以上の項目をその尺度項目とし、その合計を項目数で割ったものを尺度得点とした（Table 2-2-5）。その結果、全体的に顕在的対人ストレス項目の方が、潜在的対人ストレス項目よりもイベント強度が強いことが明らかとなった。また、対人葛藤生起頻度は対人劣等や対人摩耗の頻度よりも低く、「その他の対人ストレスイベントより頻度が低い」という研究Iで提示された対人葛藤の概念と一致した。よって対人ストレスイベント間の相対的な概念弁別性は確認されたと考えられ、対人ストレスイベントには3種類あることが再度確認された。なお、下位尺度間の相

Table 2-2-4 研究Ⅲにおける対人ストレスイベント尺度・インパクトの因子分析
(主因子法、プロマックス回転)

番号 内容	因子			h ²
	I	II	III	
◎24. 知人とけんかした	.757	-.004	-.093	.563
◎2. 知人から責められた	.743	.019	.143	.611
◎22. 知人に無理な要求をされた	.707	-.041	.081	.496
◎14. 知人に軽蔑された	.697	.123	-.067	.563
◎16. 知人が無責任な行動をした	.688	-.244	.111	.417
◎27. 知人に嫌な顔をされた	.619	.316	-.057	.634
◎7. 知人に誤解された	.596	.202	-.120	.487
◎6. 知人と意見が食い違った	.454	.015	.102	.233
15. 約束を破られた	.357	-.077	.125	.135
1. 誰が悪いというわけでもないとき、自分から謝った	.353	.081	.102	.175
23. 同じことを何度も言われた	.352	-.100	.318	.225
○12. 相手が嫌な思いをしていないか気になった	-.072	.778	-.127	.559
○28. 知人が自分のことをどう思っているのか気になった	.173	.752	-.158	.692
○17. 周りの人から疎外されていると感じるようなことがあった	.163	.696	-.061	.595
○29. 知人とどのようにつきあえばいいのか分からなくなった	-.215	.661	.171	.666
○20. 会話中に気まずい沈黙があった	-.177	.592	.343	.450
○25. 会話中、何をしゃべったらいいのか分からなくなった	-.110	.570	.168	.333
○19. 親しくなりたい相手となかなか親しくなれなかった	-.127	.565	.115	.302
○18. 知人に対して劣等感を抱いた	-.061	.517	.029	.302
○8. 自分の言いたいことが、相手に上手く伝わらなかった	.068	.459	.061	.253
○30. 知人に嫌な思いをさせた	.381	.415	-.050	.440
11. 上下関係に気を使った	-.037	.312	.172	.131
△5. 自慢話や愚痴など、聞きたくないことを聞かされた	.314	-.200	.619	.485
△4. テンポの合わない人と会話した	.015	.156	.571	.376
△10. あまり親しくない人と会話した	-.157	.325	.537	.402
△3. 嫌いな人と会話した	.144	.060	.503	.309
△21. 無理に相手にあわせた会話をした	.078	.307	.429	.344
26. 好意的な知人の誘いを断った	.239	.230	.253	.249
9. 知人のストレス発散に付き合わされた	.184	-.120	.215	.079
13. 知人に深入りされないように気を使った	-.122	.159	.194	.064
因子寄与	5.77	5.76	2.45	

Note:◎は対人葛藤項目、○は対人劣等項目、△は対人摩耗項目をそれぞれ示す。

関 (Table 2-2-6、インパクトは除く) から、対人ストレスイベントの頻度とストレス感受性は基本的に独立であることも確認された。ただし、ストレス感受性の高い者は、対人劣等頻度も多いことが示唆されている。この結果は、対人葛藤や対人摩耗の生起が外的な偶発要因を含むのに対し、対人劣等は主に個人内の問題に起因するという知見を支持していると考えられる。

Table 2-2-5 尺度の平均、標準偏差、α係数

	項目数	平均	SD	α
対人ストレスイベント尺度				
《イベント強度》				
顕在的対人ストレス	12	3.11	0.50	.88
潜在的対人ストレス	7	2.65	0.49	.69
《頻度》				
対人葛藤頻度	9	1.62	0.56	.88
対人劣等頻度	9	2.39	0.60	.85
対人摩耗頻度	6	2.27	0.59	.76
《インパクト》				
対人葛藤	8	5.16	2.07	.87
対人劣等	10	8.09	2.80	.87
対人摩耗	5	6.67	2.48	.74
特性シャイネス尺度				
特性シャイネス尺度	16	47.73	12.06	.92
短気尺度	11	31.79	7.97	.84
LOC尺度	11	31.24	5.01	.77
日常バーンアウト尺度				
潜在的日常バーンアウト	9	15.38	5.04	.85
日常自己成就	8	18.83	4.47	.82

行った結果、固有値の減衰状況 (6.17, 2.33, 1.79, 1.34...) および解釈可

能性から2因子が抽出された (Table 2-2-7)。第I因子は、人間関係に疲労感を覚えており、表面には出さないものの本人はそれに気付いているという内容の項目で負荷が高く、潜在的日常バーンアウト因子と命名した。第II因子は、バーンアウトの下位概念で言うところの自己成就に該当する項目で負荷が高く、日常自己成就因子と命名した。また、いずれかの因子で因子負荷が.40以上の項目を尺度項目として採用した結果、潜在的日常バーンアウト尺度は9項目、日常自己成就尺度は8項目で構成された。

併存的妥当性の検証

：本研究で用いた既存の尺度と対人ストレスイベント尺度の関連を検証することによって、3種類の対人ストレスイベントの併存的妥当性を

Table 2-2-6 対人ストレスイベント下位尺度間の相関

	《ストレス感受性》		《頻度》		
	顕在的対人ストレス	潜在的対人ストレス	対人葛藤頻度	対人劣等頻度	対人摩耗頻度
《ストレス感受性》					
顕在的対人ストレス	—				
潜在的対人ストレス	.22**	—			
《頻度》					
対人葛藤頻度	.14+	.02	—		
対人劣等頻度	.36***	.19*	.50***	—	
対人摩耗頻度	-.09	.17+	.43***	.41***	—

(***:p<.001 **:p<.01 *:p<.05 +:p<.10)

検証する。なお、ストレスイベントに対するストレス感受性、イベントの頻度、そして実際のインパクトという対人ストレスの持つ3側面のいずれとの関連を検証するのかは、使用された尺度毎に多少異なる。

<特性シャイネス尺度との関連>：シャイネス尺度と有意な相関を示した対人ストレスイベント下位尺度は、潜在的対人ストレスと対人劣等頻度の2変数のみであった (Table 2-2-8)。潜在的対人ストレスとは、親しくない人との会話、上下関係への気遣いなど、言うなれば社会的スキルの発揮が要求される場面での気疲れの程度である。つまり、シャイで

Table 2-2-7 日常バーンアウト尺度の因子分析 (主因子法、バリマックス回転)

番号 内容	因子		h ²
	I	II	
◎ 8. 人間関係に飽き飽きした感じである	.728	-.248	.591
◎ 2. 日々の人間関係に疲れはてた気持ちである	.670	-.221	.498
◎ 14. 人間関係が多すぎると思う	.655	-.048	.431
◎ 13. 人間関係に欲求不満を感じている	.649	-.217	.468
◎ 11. 今の人間関係は自分の気持ちを無感覚にしまうような気がする	.549	-.084	.308
◎ 20. 全てのエネルギーを使い果たしたような気持ちである	.547	-.120	.313
◎ 10. 人々に対し冷淡になってきている	.542	-.170	.322
◎ 16. 人と一緒にいることは非常にストレスである	.512	-.328	.370
◎ 3. 朝、人と会うことを考えて憂鬱になる	.493	-.369	.380
◎ 6. 終日人と一緒にいることは非常に気を使う	.374	-.237	.196
◎ 5. あたかも人を人でないような扱い方をしている自分に気付く	.326	-.174	.137
◎ 1. 人間関係に情緒的エネルギーが使われている	.315	-.034	.100
◎ 15. 知人に何が起ころうとあまり気にしない	.260	-.067	.072
◎ 22. 知人がその人自身の問題のことで自分を責めているような気がする	.181	-.012	.032
○ 17. 知人と容易にくつろいだ雰囲気を作ることができる	-.223	.701	.541
○ 7. 知人の問題に対し非常に積極的にアドバイスしている	.046	.679	.463
○ 18. 知人に働きかけると満足感を感じる	-.055	.641	.414
○ 9. 人間関係を通してみんなにいい影響を与えている	-.168	.597	.384
○ 4. 知人の問題について、その人がどのように感じているか容易に理解できる	-.026	.566	.321
○ 19. 多くの価値ある人間関係を持っている	-.272	.550	.377
○ 12. 元気はつらつに生活している	-.289	.482	.316
○ 21. 人間関係上での問題を冷静に取り扱うことができる	-.260	.434	.255
寄与率 (%)	18.1	15.0	33.1

Note:◎は潜在的日常バーンアウト項目、○は日常自己成就項目をそれぞれ示す。

ない人ではそれほどの負担にならないであろう、社会的スキルの要求される場面が、シャイな人にとってはストレスを感じる状況であると考えられ

Table 2-2-8 対人ストレスイベント下位尺度と関連変数との相関

	特性 シャイネス	短気	LOC	日常 バーンアウト	
				潜在的 日常 バーンアウト	日常 自己成就
《ストレス感受性》					
顕在的対人対人	-.05	.15+	.04	.06	-.03
潜在的対人対人	.17*	.43***	-.10	.29***	-.23**
《頻度》					
対人葛藤頻度	.02	.34***	-.09	.46***	-.09
対人劣等頻度	.18*	.35***	-.20*	.51***	-.34***
対人摩擦頻度	-.11	.34***	-.01	.46***	.06
《インパクト》					
対人葛藤	.03	.36***	-.08	.39***	-.06
対人劣等	.10	.34***	-.15+	.42***	-.29***
対人摩擦	.02	.52***	-.08	.48***	-.06

(***:p<.001 **;p<.01 *;p<.05 +;p<.10)

る。また、シャイな人ほど、対人関係において劣等感を感じる状況が多いことも容易に推測できる。ただしその一方で、対人劣等事態に対するストレス感受性を含んでいる顕在的対人ストレスは、シャイネスとは無相関であった。その原因としては、この下位尺度が対人葛藤の側面も含んでいることや、シャイであることは対人劣等場面を生起させ易いが、そのような場面でどの程度ストレスを感じるかというのはシャイネスとはまた別の問題であるという可能性が考えられる。

<短気尺度との関連>：短気尺度は対人葛藤との関連が予測されたが、対人ストレスイベントの下位尺度ほとんどすべてと、有意な相関を示した (Table 2-2-8)。したがって、短気な人は全般的にストレス感受性が高く、対人ストレスイベントが生起する頻度も多いことが明らかにされたが、概念の弁別にはなんら寄与しなかった。

<LOC 尺度との関連>：LOC 尺度は対人関係上の出来事の原因を外的に帰属させるか、内的に帰属させるかという意味で、対人葛藤とは負、対人劣等とは正の関連が推測された。しかし、LOC 尺度と対人ストレスイベント尺度の相関を求めた結果、対人劣等 (インパクト) 尺度で負の傾向差、そして対人劣等頻度で負の有意差がみられ、仮説は支持されなかった (Table 2-2-8)。このことについては、自己の状況統制能力を低く認知している者は、そのような自分の力不足に劣等感を感じる場面も認知しやすいという可能性が考えられる。また、対人葛藤との関連は見いだせず、ここでも仮説は支持されなかった。これは LOC 尺度が、ただ単に帰属を内的に行うか外的に行うかを測定するのみならず、その得点の高さが自己効力の高さというニュアンスを含んでいることに由来するのではないだろうか。また、対人劣等は個人内に問題があるとして帰属しやすいのに対し、対人葛藤は自分にも相手にも問題があるという喧嘩両成敗的な帰属がされやすく、内的帰属と外的帰属が相殺し合うということも考えられる。

<日常バーンアウト尺度との関連>：まず潜在的な日常バーンアウト尺度との関連では、ほとんどの対人ストレスイベント下位尺度が有意な相関を示し、顕在的対人ストレスのみが

無相関であった (Table 2-2-8)。つまり、ストレス感受性にのみ注目すると、対人関係に対する疲労感は、対人関係上でトラブルが起こったときのストレス感受性とは独立であるが、対人関係を円滑に進めて行くための社会的スキルを発揮すべき状況に対するストレス感受性と正の関連を持つ。その意味で、対人ストレスを低減させるための方略であるはずの社会的スキルの実行が、人によっては新たなストレスとなり、対人関係のストレスを別の側面で増幅している可能性が考えられる。また、日常自己成就尺度との関連では、潜在的対人ストレスと対人劣等頻度がそれぞれ有意な負の相関を示した (Table 2-2-8)。この結果は、対人関係における配慮に気疲れを感じやすい人、そしてスキルを上手く発揮できない機会が多い人は、対人関係における達成感が低いことを示している。そして、日常バーンアウトの二つの下位尺度ともに潜在的対人ストレス尺度と関連し、潜在的対人ストレス尺度の項目が対人摩耗事態にほぼ該当する内容であることから、対人摩耗の概念妥当性も支持されたと考えられる。さらに、この日常バーンアウト尺度得点は、対人ストレスイベントの現実のインパクトに対するストレス反応と考えられる。そこで、対人ストレスイベントの3側面のインパクトを独立変数、日常バーンアウト尺度の下位尺度を従属変数とした重回帰分析を行った。その結果、潜在的日常バーンアウト尺度は3種類のイベントすべてからの有意なパスが見いだされた (Figure 2-2-1) が、特に対人摩耗のインパクトの影響が最も強い寄与を示した。この結果も、対人摩耗がバーンアウトと類似した側面

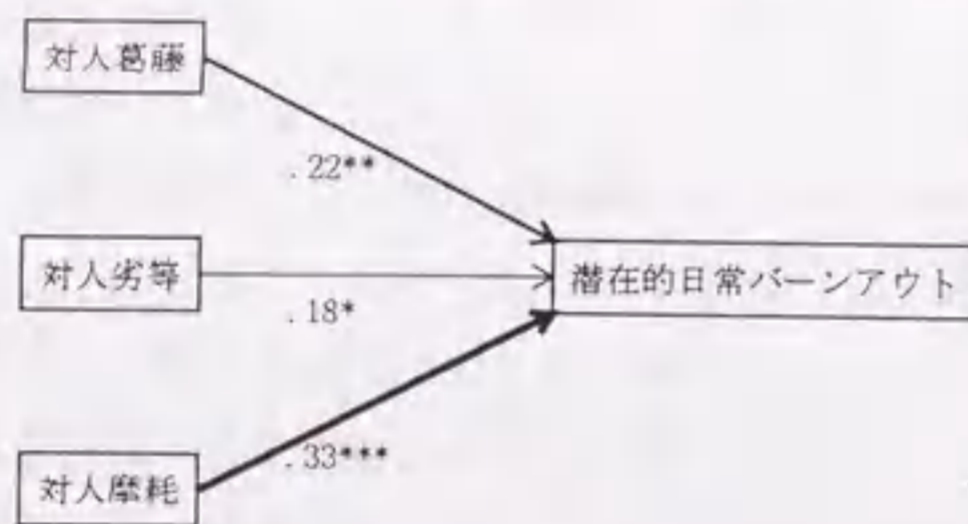


Figure 2-2-1 潜在的日常バーンアウトを従属変数にした重回帰分析
($R^2 = .31^{***}$ ***: $p < .001$ **: $p < .01$ *: $p < .05$)

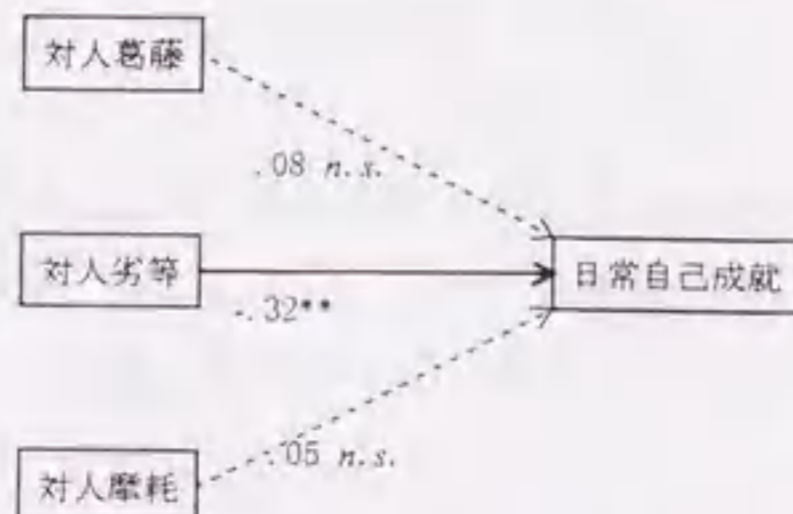


Figure 2-2-2 日常自己成就を従属変数にした重回帰分析
($R^2 = .08^*$ **: $p < .01$ *: $p < .05$)

を持っていることを支持している。その一方で、日常自己成就を従属変数とした重回帰分析 (Figure 2-2-2) では、対人劣等のインパクトのみが有意であった。この理由として、日常自己成就とは、言うなれば自分が望ましい人間関係を持っているという達成感である。よって、対人ストレスという否定的なイベントよりは、肯定的なイベントによる影響の方が大きいのではないだろうか。ここで提示した二つの従属変数の重相関係数の差は、そのことを反映していると考えられる。

以上の結果から、対人劣等、対人摩耗の併存的妥当性は概ね確証されたが、対人葛藤の併存的妥当性は明らかにされなかった。しかし対人葛藤については、表面的妥当性からその構成概念は明確であると考えられる。

2-2-4 全体的考察

本研究では対人ストレスイベントの分類を試み、対人葛藤・対人劣等・対人摩耗という3種類の対人ストレスイベントが見いだされた。また、その概念弁別性について、対人ストレスイベント下位尺度の併存的妥当性の観点から検証した。その結果、大まかには3種類の対人ストレスイベントの概念弁別性は支持されたが、検討すべき課題もいくつか残されている。

まずひとつは、対人ストレスと社会的スキルとの関連である。本研究で提示された対人ストレスイベントは、いずれも社会的スキルと関連を持つことが推測される。具体的には、対人葛藤については社会的スキルを発揮できるか否かが対処に影響を及ぼす可能性、対人劣等については社会的スキルの欠如がそれをもたらす可能性、そして対人摩耗については許容量を越えた社会的スキルの発揮がそれをもたらしている可能性である。社会的スキルにもさまざまな側面があり（菊池・堀毛, 1994）、どの側面を扱うかによって対人ストレスとの関連もまた異なってくると考えられるが、対人ストレスイベントの弁別の意義がその対処まで視野に容れていることを考えると、これは避けては通れない課題である。

また、本研究で見いだされた3種類の対人ストレス間の相互関係についての議論がなされていない。そしてここにはふたつの可能性が考えられる。ひとつは、対人摩耗が累積することによって対人葛藤や対人劣等が顕在化するという仮説、もうひとつは、対人葛藤や対人劣等が生起することによって対人摩耗も増加するという仮説である。もちろんこれらは背反的なものではないが、もしそこに循環性があるならば、その循環を断ち切ることが重要であると考えられる。ちなみに後者の仮説について、Wanger, Compas, & Howell (1988) は、否定的な日常イベントが、大きな否定的イベントと心理的疾患兆候の関連を媒介するという統合仮説を提唱している。そのインパクトから対人葛藤や対人劣等を大きなネガティブイベント、対人摩耗を日常ネガティブイベントと仮定すれば、対人葛藤や対人劣等によって対人摩耗が引き起こされ、その対人摩耗がストレス反応の直接因となると考えられる。しかしその一方で、大きな否定的イベントと日常の否定的イベントはそれぞれ独立した影響を及ぼすという説もあり（Rowlison & Felner, 1988）、これら下位尺度間の関連、さらにこれらとその他のライフイベントとの関連はまだまだ多くの研究が必要であろう。

さらに、本研究では対人ストレスイベントとその関連変数との因果関係は明らかにされ

ていない。対人ストレスイベントの生起によってストレス反応が生じるのみならず、ストレス反応が顕著になることによって、対人ストレスイベントを誘発する可能性が高まることも十分考えられ、この疑問については縦断研究が不可欠であろう。さらに、本研究では大学生を調査対象としたが、対人ストレスに関する知見の普遍性、および現代青年の特殊性を明らかにするためにも、その他の世代を対象とした研究の蓄積も求められよう。

第2章 第3節

対人関係における青年の自立性

青年期の自立性は、対人関係において重要な役割を果たす。自立性とは、自己の意思で行動し、責任を負う能力を指す。この能力は、対人関係の質を決定する重要な要素である。自立性が高い青年は、対人関係においてより積極的に関与し、自己の意見を表明し、責任を負うことができる。一方、自立性が低い青年は、対人関係においてより受動的に関与し、自己の意見を表明できず、責任を負えない。したがって、青年期の自立性を高めることは、対人関係を改善し、精神的健康を促進するために重要な課題である。

第3章

現代青年における対人関係と

精神的健康

現代青年における対人関係と精神的健康の関係は、重要な課題である。現代社会は、高度な競争とストレスの多い環境であり、青年は対人関係において多くの困難を経験している。対人関係の悪化は、精神的健康に悪影響を及ぼし、うつ病や不安障害などの精神疾患を引き起こす可能性がある。一方、良好な対人関係は、精神的健康を促進し、ストレスを軽減する効果がある。したがって、現代青年における対人関係を改善し、精神的健康を促進することは、重要な課題である。

対人関係の重要性

対人関係は、人間の生活において重要な役割を果たす。対人関係を通じて、人は自己の価値観を学び、自己の能力を伸ばすことができる。また、対人関係は、精神的健康を促進し、ストレスを軽減する効果がある。一方、対人関係の悪化は、精神的健康に悪影響を及ぼす可能性がある。したがって、対人関係を改善し、精神的健康を促進することは、重要な課題である。

対人関係を改善するためには、自己の意見を表明し、責任を負う能力を高める必要がある。また、対人関係を改善するためには、自己の感情をコントロールし、ストレスを軽減する必要がある。したがって、対人関係を改善し、精神的健康を促進することは、重要な課題である。

第3章第1節

対人ストレスにおける青年の独自性

前章では大学生を対象として、対人ストレス生起過程因果モデル、ならびに対人ストレスイベントの類型を検討した。しかし、いずれもそこには調査対象の特性を考慮する必要がある。まず対人ストレス生起過程因果モデルに関しては、そのネットワーク構造や経験するイベントに、大学生の独自性が反映される可能性が考えられる。例えばソーシャルサポート初期研究のひとつである Cassel (1976) は、社会的境界人は有意義な社会的接触が剥奪されているが故に、さまざまな不適応が生じることを主張している。そして大学生は青年心理学において境界人とされており、現実には社会的包絡が人生においてもっとも希薄になりうる時期であろう。また、対人ストレスイベントの類型については、青年が発達課題に直面する際の、対人ストレス生起の不可避性 (Seiffge-krenke & Shulman, 1993) が指摘されており、大学生も青年期として、対人関係上の問題が重要な発達段階であると考えられる。そして、前章では対人葛藤、対人劣等、対人摩耗という3類型が見いだされたが、後述するようにこれらの類型の生じやすさには、現代青年の独自性が反映される可能性が考えられる。また、本章で扱う社会的スキルと対人方略、そして、対人ストレスイベントは、いじめ・孤独感・視線無視症候群などの現代的諸問題への対処を検討する上で重要な鍵となり得る概念である。そこで本章は、大学生を中心とする青年の対人関係の独自性について発達の・時代的観点から議論し、青年期の対人ストレス解決に有用な示唆を得ることを目的とする。まず本節で、関連先行研究のレビューから始めたい。

3-1-1 青年期の対人関係とストレス

欧米の先行研究

発達心理学においては一般に、青年期という概念が確立されたのは20世紀とされているが、青年のステレオタイプの行動は古くはプラトンやアリストテレスの時代から言及されている (Petersen, 1988)。「青年のステレオタイプ」とはすなわち「疾風怒濤 (strom und drang)」であるが、これを Petersen (1988) が storm and 「stress」(鍵括弧筆者) と訳しているのは興味深い。つまり、青年期とは古典的な意味でも、ストレスに象徴される時期であると言えよう。

さて、この「疾風怒濤」を提唱した Hall, G. S. や精神分析家の知見は、青年の精神的健康研究にも多大な影響を及ぼしてきたが、彼らの知見のひとつに「青年期の重大な問題は、正常で健康的な発達の象徴」というものがある。それ故に青年期のトラブルは、従来の研究では深刻な問題として扱われない傾向があった。しかし近年の知見は、典型的な青年は

決して多数派ではないこと。また、青年期の困難はしばしば深刻な精神的症状をもたらすことを明らかにしている。したがって、青年期の心理的問題は、正常かつ発達を促すものであるという論説は不適切と言えよう。

そのような背景から、青年心理学の視点を導入したストレス研究が海外では少なからず行われている。その中から本論文に関連する知見をいくつか取り上げてみよう。Petersen (1988) は青年の発達に関するレビューにおいて、男子は達成状況で不安を生じやすいが、女子は対人状況で不安を生じやすいという、対人ストレスの性差を指摘している。さらに、親子葛藤はジェネレーションギャップであるという信念は必ずしも正しくないとして、その原因は青年側の問題のみならず親側にもあること、さらに高水準の親子葛藤は別離、家出、カルト入信、早期の結婚や妊娠、ドロップアウト、精神障害、自殺念慮、ドラッグ濫用と関連することから、親子葛藤は基本的には健全であるという仮説も支持されないことを指摘している。また、Wanger & Compas (1990) は青年期における対人ストレスの性差について、中高生では女子の方が男子よりも多くの対人ストレスを報告すること、中学生では家族、高校生では友人、大学生では学業のストレスがディストレスと最も関連することを見いだしている。この知見は、大学生以上に、中高生にとって対人ストレスが重要な問題である可能性を示唆しており、検討が望まれるが、いずれにせよ対人ストレスは青年期のクリティカルな問題であることは確かなようである。

その一方で、青年期の特性を考慮した上での、ソーシャルサポートを含むストレス対処方略の研究も少なからず行われている。例えば Compas, Orosan, & Grant (1993) は最近の8つの研究をレビューし、対人ストレスを含むさまざまなストレスに対する情緒焦点型対処と、年齢や発達水準（認知発達など）との間に一貫して正の関連があること、その一方で、問題焦点型対処と年齢との相関には一貫性がないことを見いだしている。さらに、女子は男子より対人ストレスの否定的な影響を受けやすいこと、女子は反省的、男子は忘却的な情動焦点型対処を行いやすいので女子の方が抑うつが過剰化、長期化しやすいことを指摘して、対人ストレスの青年前中期における心理的苦痛への重要性、ならびに性差の考慮の必要性を提唱している。特に性差については、青年女子はソーシャルネットワークストレスの影響に、より反応的で、それらのストレスに対して情緒的注目／反省的対処スタイルで応答しやすいことが言及されている。また、統制可能性の観点からは、対人イベント（親との葛藤、親友との絶交など）は非対人イベント（学校の試験の結果など）よりも統制が困難であり、その結果、情緒焦点型対処の使用を喚起しやすい（逆に統制可能なら、問題焦点型対処の使用が増加する。e.g. Compas, Malcarne, & Fondacaro, 1988）。多くの対人ストレス、特にネットワークの中での他者との生活で生じる「ネットワークストレス」は個人の統制力を超越したものと知覚され、問題焦点型対処は受け入れられない。その結果、多くの対人ストレスは情緒焦点型対処を喚起することも彼らは指摘している。ただし、ここには明確な論拠が示されているわけではなく、わが国におい

ても該当する知見なのか否かは課題として残されている。その他にも、Ebata & Moos (1994) は青年期の対処方略について、年長・活動的・ストレッサーを統制可能と判断・社会的資源の保持などの条件が接近対処(積極的対処)を促し、回避対処(消極的対処)を用いる青年はディストレスに陥りやすく、慢性ストレッサー・ネガティブライフイベントともに多いことを見いだしている。また、ソーシャルサポートについての知見としては、Man, Ledue, & Labreche-Gauthier (1993) で青年の自殺念慮とサポートの関連が検討されている。そこでは、ストレスとサポート満足度が中程度の相関、サポート人数と弱い相関を示している。さらに、高校生におけるサポートの性差を検討した Slavin & Rainer (1990) では、女子は男子よりも、家族以外の大人、そして仲間からのサポートを多く報告し、それらのサポートが女子のみにおいて抑うつ症状を予測することが見いだされている。加えて、女子の方が抑うつリスクが高いという性差を発達プロセスの観点から検証している Petersen, Sarigiani, & Kennedy (1991) など、海外の青年期の対人関係とストレスについての研究は性差に焦点を合わせたものが多いようである。

わが国の先行研究

しかし海外に比してわが国では、青年期の特質を考慮した上での対人関係とストレスに関する研究はほとんど行われていないのが現状である。まず青年心理学の領域では、役割緊張という、実質的には学校ストレッサーと考えられる内容を研究した平石・杉村(1996)などの例外を除いては、この領域での心理社会的ストレス研究は皆無に等しい。これはわが国の青年心理学がアイデンティティ研究を基軸としており、心理社会的ストレスの観点からの検討も有用であろう課題についても、アイデンティティの観点からの議論に終始する傾向があることに由来するのではないだろうか。

一方、教育心理学や健康心理学の領域では、青年を対象とした心理社会的ストレス研究は少なからず行われている。対人関係のストレスについても、先述したように、小学校高学年(長根, 1991)から中学生(岡安ら, 1992)、高校生(大迫, 1994)まで、一貫して対人関係がインパクトの大きいストレッサーであることが示されており、青年期における対人関係の否定的側面が精神的健康に及ぼす影響の大きさは、わが国でも明らかにされている。ただし、そこに青年期の特性を考慮した研究はやはり多くない。しかし現代青年の時代的/社会環境的要因を背景とした特性は、後に述べるように常々指摘されており、何らかの形で考慮すべきではないだろうか。

3-1-2 社会的スキル

さて、対人関係と精神的健康の関連を検討する上で青年期に着目することの意義として、

教育による介入可能性が挙げられよう。そしてその具体的な手段としては、本論文で中心的なテーマとなっているネットワークへの介入と同時に、主体的要因への介入も考えられ、介入可能変数のひとつとして社会的スキル (social skills) が現在注目されている。社会的スキルという概念は統一的な定義づけが成されておらず、研究の伝統的な流れの影響もあって、さまざまな定義が存在する (堀毛, 1990)。そのような状況に対して相川 (1996a) は、不完全な定義の模索よりは、その生起過程における特徴から概念を明確化していくことを試み、自身の提唱したモデルから社会的スキルの特徴として、①目標志向的であり、②効果性と適切性を兼ね備えており、③認知的側面と行動的側面の両方を含み、④対人反応として実行され、⑤強化やモデリングによって学習され、⑥欠如や過多は特定/介入し得ることを挙げている。そこで本論文でも社会的スキルの明確な定義は議論せず、上記の特徴に留意しつつも総称的概念として使用することとする。

社会的スキル研究にはその概念に関する議論、従来の知見との統合、トレーニングに関するものと並んで、対人的な不適応をスキルの観点から捉え直すという視点もある。その視点からは、引っ込み思案 (佐藤, 1996)、対人不安 (菅原, 1996)、孤独感 (相川, 1996b)、うつ病 (渡辺, 1996) などと社会的スキルの関連が議論されており、それらの知見の多くは本論文の主題である対人関係と精神的健康の関連について、有益な示唆を与えるものである。例えば相川・佐藤・佐藤・高山 (1993) は大学生の孤独感と社会的スキルとの関係を検討し、孤独感の高い者は言語の明瞭さ、表情の適切さ、言葉の早さや視線の適切さを欠く傾向があり、対人的相互作用後に自他ともに否定的に評定する傾向があることを見いだしている。この知見は、社会的スキルの欠如が孤独感というストレス反応とともに、対人ストレスをも誘発させる可能性を示唆している。また、中学生を対象とした戸ヶ崎・岡安・坂野 (1997) でも、社会的スキルの学校ストレス抑制効果が見いだされており、社会的スキルはストレスの生起やそこから生じる認知的評価・対処を規定する要因の一つと考えられよう。また、社会的スキルはソーシャルサポートとの関連についても少なからず研究が行われており、サポート高群と低群で社会的スキルに差があることを見いだした Sarason, Sarason, Hacker, & Basham (1985) をはじめ、一般に社会的スキルがサポートの授受を促進することが指摘されている (Cohen, Sherrod, & Clark, 1986; Dunkel-Schetter & Bennett, 1990; 和田, 1991b)。このように、対人関係と精神的健康の関連を規定/媒介する要因として、社会的スキルはさまざまな可能性を秘めており、研究の一層の発展が期待される。

しかし本論文では、さらに検討すべき二つの疑問を提示したい。ひとつは、社会的スキルと対人関係の否定的側面、つまり対人ストレスとの関連である。この関連は社会的スキルに関する先行研究から考えれば、一見自明の理のようにも感じられよう。しかし、これまでの社会的スキル研究は、ストレスサー・主体的/環境的要因・そしてディストレスのいずれに関しても、限られた特定の変数との関連の議論に終始する傾向があり、その結果、

ある特定のスキルがある種のストレスに対してはポジティブに作用しても、別のストレスに対してはネガティブに働く可能性が看過されているという問題がある。これまでも述べてきたように、対人関係の否定的諸側面をストレスの観点から包括的かつ力動的に扱う研究は、実はまだ端緒についたばかりであり、したがって社会的スキルと否定的諸側面の関連を具体的かつ包括的に検討した研究もまた、皆無に等しい。さらに、対人関係の肯定的な側面と否定的な側面は基本的には独立しているという知見 (Barrera et al., 1993; Finch et al., 1989; Vinokur & van Ryn, 1993) を考慮すれば、対人関係と社会的スキルの関連について、特定の否定的側面やサポートのような肯定的側面のみならず、対人関係の否定的側面全般を視野に容れた実証的研究も必要であると考えられよう。特に、前節では対人ストレスイベントの類型として、対人葛藤、対人劣等、対人摩耗の3種類が見いだされている。これらのイベント毎の特徴と社会的スキルとの関連を推測すると、社会の規範からの逸脱である対人葛藤や、他者と対等にコミュニケーションが取れない事態である対人劣等は、社会的スキルの欠如から生じると考えられる。しかしその一方で、他者との関係を円滑に進めることに付随して気疲れを感じる対人摩耗は、社会的スキルの保持によって誘発されるとも考えられ、社会的スキルの保持が対人ストレスイベントの生起を抑制するとは一概には言えないであろう。

もうひとつは、社会的スキルとわが国の現代青年の特徴の関連である。社会的スキルが現在注目されている背景には、現代青年の社会的スキル低下があるとしばしば指摘されている (e.g. 磯貝, 1992; 松元, 1996)。ただし、このことを指摘している文献の多くは、主観的推測の域を出ないものが多く、この実証のためには、コホート分析などとともに、現代青年の特性と社会的スキル、ならびに対人関係上の問題を同時に扱う研究が不可欠である。そしてこの指摘がもし事実ならば、その背景には、現代青年の対人方略があると考えられる。

3-1-3 現代青年の対人方略

近年、現代青年の対人関係や価値観には、独特の傾向が存在することを指摘し、そして時にはその傾向を懸念する論調が多く見られる (藤竹, 1994; 小谷, 1993; 栗原, 1989; 宮台, 1994; 千石, 1996; 1994; 1991など)。さらに、その結果顕在化した問題として取り上げられているものの中には、いじめの質的変貌、新興宗教や超常現象への傾倒など、心理学において重要なトピックとなっているものも少なくない。その中には指摘の妥当性が疑問視される部分も少なからずあるが、その検証も含めて、これらは心理学においても傾聴すべき知見であると考えられる。

そこでまずこれらの論調を概観してみると、その多くが現代青年の特徴として、「マサ

ツ回避の世代」(千石, 1994)、「自分が傷つくことを恐れるあまりに、自己完結的であり、自己閉鎖性を土台としたもの」(岸, 1989)等の表現で、内集団での閉鎖的平和主義、そして自分と関わりのない他者への配慮の欠如を挙げている。ただし、この指摘をしている論説の多くは、実証的データに基づくものではない、社会現象からの主観的推測の域を出ないものであることには留意しておくべきであろう。しかし、少数ながらも、実証的研究によって現代青年の対人関係の変容の有無およびその内容を明らかにし、さらにそこから生じる種々の問題を検討しようという試みも存在する。

心理学

青年心理学においては、青年期は深い友人関係を持つことを通じて新たな自己概念を獲得し、健全な成長が促進される(西平, 1990)という見解が主流であった。しかしその一方で、青年期の友人関係の希薄化を指摘する声を受けて、岡田(1996)はその指摘が事実なのか、そして現代青年の対人関係様式が適応にも影響を及ぼすのかを検討している。彼は自身の一連の研究結果から、まず前者の問題については、現代青年の特徴として記述される「表面的関係にとどまり群れる」側面と「互いに傷つけないように関わりを避ける」面は別であること、また、内省が高い、理想自己像と現実自己像との相関が高いなどの特徴を持つ、従来の青年像を体現する者も一定の群を成しており、大半の青年が「現代的」であるわけではないことを指摘している。また、後者の問題については、従来の青年像に合致する群の対人恐怖的傾向の高さの一方で、群れ志向群は適応的特徴を示すことを明らかにしている。このことは、最近20数年の間に青年の友人関係が良好になってきていると同時に、その友人関係が「切磋琢磨する」ことよりも「会って群れる」こと自体を目的化するようになったという関・浦上(1996)の指摘とも合致する。

その一方で、円滑な関係の維持が重要視されるようになったのに伴って、顕在的な対人衝突を極度に避ける傾向が、その場しのぎ的な対人的相互作用を促し、かえって深刻な関係性の歪みや精神的苦痛を生じさせる危険も指摘されている(宮台, 1994; 大平, 1995)。上野・上瀬・松井・福富(1994)は、交友関係における同調と心理的距離の2軸から高校生を表面的交友(心理的距離大・同調高)、個別的交友(心理的距離大・同調低)、密着的交友(心理的距離小・同調高)、独立的交友(心理的距離小・同調低)の4群に類型化し、表面群の劣等感の高さを指摘している。この知見は、表層的な対人関係の、精神的健康に対するリスクを支持するものであるとも考えられよう。ちなみに上野らは、この類型間に発達段階による差はないとしているが、その一方で友人関係の広さや深さは発達段階によって規定されるという知見もある(落合・佐藤, 1996)。対人方略を規定する要因としての、発達段階などの主体的要因と、社会状況などの環境的要因との相対的影響力は今後さらに検討されるべき課題の一つであろう。

このように、疾風怒濤的な古典的青年像、そして表層的な現代青年像、ともに精神的不

健康に陥る可能性は指摘されている。それでは、どのような青年像が適応的であると考えられるであろうか。この疑問に回答するのが本章の目的の一つであるが、大学生の人生観の年代の変遷について「60年代から80年代へかけて個人主義化と順応主義の台頭がみられ、それは90年代にも維持されている」こと、「現代の大学生は、急速な社会的変化に対処せんがために、自らのパーソナリティの一貫性を重視することよりも、むしろ絶えず変容の可能性をもった柔軟な人間像を望んでいる」ことを指摘している岡林・大井・原（1995）の知見は一つのヒントともなろう。

社会学

一方、社会文化的背景に基づいた、青年の対人方略（人間観や社会観に基づいた人付き合いのスタイル）の変容についてのデータ分析も存在する。例えば岩間（1995）は、80～90年代に実施した大量のサンプルによる調査研究の結果から、現代青年像を典型的に考察している。まず彼は、物質的にも精神的にも個人の独自性を重視し、結果的に評価懸念を高める性質を持っていた80年代の差異化文化における日本の大学生の類型として、高度の情報処理能力を持ち、対人関係や社会への期待水準を自在に調節する「ミーハー」、対人関係という期待外れが生じ易い領域から退却する「ネクラ」、ミーハーに追従する模倣的な「ヨリカカリ」、期待水準が高く、期待外れには規範的に対処する「バンカラ」、期待水準を低めに設定し、期待外れを免疫化する「ニヒリスト」の5種類を挙げている。そして、これらの類型と対人関係や社会との関わりについては、ミーハーとバンカラは積極的、諦め顔で退却しているのがネクラ、最初から接触を絶つことでプライドを維持するニヒリスト、そしてそれらの中間に位置するヨリカカリという反応パターンを示している。しかし、この流れを受けた90年代の調査では、先述の5類型について、ミーハーとバンカラの激減、ヨリカカリとニヒリストの激増、ネクラの増減なしという傾向が指摘されている。特に、群れ志向のヨリカカリと他者に期待しないニヒリストの激増は、90年代の青年像を明らかにする上で一つの鍵となる可能性もあろう。つまり、差異化文化の矛盾が露呈し、かつ評価懸念は残ったままの90年代は、「自分（たち）の感覚のみを頼りにして、他者の目を気にするのはやめよう」という方略が採用されやすく、調査結果はこの方略の有効性を反映しているとも考えられるのである。現在、「視線無視症候群」（大塚，1997）等の言葉で表現される内集団完結傾向に、この方略が作用していることは想像に難くない。

3-1-4 対人ストレス・社会的スキル・対人方略の関連可能性

さて、現代青年の対人関係に世代的特徴があるとすれば、その特徴が対人ストレスに何らかの影響を及ぼす可能性も十分に推測されよう。具体的には、まず第1に、現代青年が

対人関係のどの側面にストレスを感じるかが、従来の青年とは異なる可能性が考えられる。第2章第2節では、ストレッサーとして想定される対人ストレスイベントとして、対人葛藤（社会の規範から逸脱した顕在的な対人衝突事態）、対人劣等（社会的スキルの欠如などにより劣等感を触発する事態）、対人摩耗（対人関係を円滑に進めることにより気疲れを引き起こす事態）の3種類が見いだされているが、指摘される一般的な現代青年像からは、対人葛藤はなるべく避けられ、そのための対人摩耗はやむを得ないとする方略の使用が想定される。そして実際、第2章第2節のデータでも、対人摩耗の頻度は対人葛藤の頻度を大きく上回っている。これは、従来の疾風怒濤的な青年像では対人葛藤の多さが推測されることと対照的である。

第2の影響可能性として、ストレス緩衝要因として重要な役割を果たす、サポートネットワークの質的変容可能性が考えられる。先述した傾向は、「内集団では波風を立てることを避けて、気を使ってとりあえず仲良くやっとうよう」という対人方略を体現させる。そしてこの方略においては、深刻な話題は評価懸念からタブーとなり易いことも推測されるが、評価懸念を生じさせうるサポートはその機能を十分には発揮し得ない（菅沼・古城・松崎・上野・山本・田中、1996）。その結果、深刻な問題に直面したとき、周囲の対人関係がサポートネットワークとしてその機能を果たし得ず、表面では笑いながらも内心は解答の模索に戸惑い、例えば「自分さがし」と銘打ったセミナーやサークル、もしくは宗教の影響力を過大なまでに受けてしまう、という現象にもつながり得よう。つまり、深い関わりを避ける風潮の結果、何らかの回答を提示する特定集団に過度に関与してしまう可能性が高まるというパラドックスが生じ得るのである。そして、“ある社会的アイデンティティで特徴づけられた個人は、情動的に意味を持つアイデンティティに関連した価値を侵す行動、出来事、進行中の経験を見出し、それらは大切にしている価値が脅威にさらされる範囲において心理的に苦痛であろう”（Kaplan, 1996）。また、“どんな場合でも、外集団差別は肯定的な社会的アイデンティティを獲得する唯一の方法である”（Turner, 1987）としたら、迷走の末に見つけた準拠集団に過度のコミットメントを持ち、さらにその準拠集団が選民思想的になる事態も当然生じ得よう。また、第2章第2節では、対人葛藤や対人劣等よりも対人摩耗が、バーンアウトに類似した症状である。対人関係に対する疲労感や嫌悪に強い影響を及ぼすことも見いだされている。その意味でも、現代に特徴的とされる群れ志向的な友人関係に適応できない者は、深くコミット出来る集団を見いだしたときは集団外に対して、見いだせないときは対人関係全般に対して、嫌悪や敵意を増大させる可能性がある。

第3に、同じくストレス緩衝要因で、ソーシャルサポートなどの外的要因のみならず、社会的スキルや頑健性などの内的対処資源の変容も考えられる。刺激過多で絶対的な価値観や枠組みが喪失された現代では、個々の他者が全般的他者の代表として一般化できなくなりつつある。そしてさまざまな他者の心情を同時に考慮するのは不可能だとしたら、選

択しうるストラテジーは自己保身に基づいた、愛他性や共感の低減もしくは限定であろう。現実が混乱していることが解っていても、混乱が混乱のままでは、自分のコミットする世界を限定して守っていくくらいしか明瞭な方策はない、ということである。そして、島宇宙化（宮台，1994）とも言えるこの内集団の細分化は、相対的に自分がコミットしない対人関係領域の拡大、さらにその領域と接触しなければならない際の摩擦の増幅をもたらす可能性を多分に含んでいる。これは、対人ストレスイベントの規定因であるネットワークストレイン、つまり脅威的対人関係の拡大とも解釈できる。そのような状況で円滑な対人的相互作用を行うには、文脈に応じた多様な社会的スキルが必要とされる。しかしそのスキルを習得・利用することは、必然的に対人摩耗の増大を意味し、かといってそのスキルを用いなければ、対人葛藤、もしくはもっと大きいレベルでの集団間葛藤が生じるのは必至であろう。青年期の友人関係の発達の意義の一つとして社会的スキルの学習が挙げられる（松井，1990）一方で、先述したように現代青年の社会的スキルの欠如が指摘されている。これには、上記の社会状況的背景によって、青年期の友人関係が社会的スキル学習の場として機能しなくなった、青年期の友人関係で習得する社会的スキルが通状況的なものでなくなったなど、さまざまな可能性が考えられるが、いずれにせよ現代青年の対人方略の独自性が媒介要因として存在すると考えられる。

これらの可能性から、青年の対人関係と精神的健康の関連を議論する上で、現代青年の対人方略を考慮することもまた、必要不可欠であると言えよう。

3-1-5 本章の目的

さて、本章で扱う「対人方略」とは、他者との関わり方／スタイルの総称的概念である。本論文における対人方略という概念の使用は、現代青年の対人関係の特徴を描写しているさまざまな概念が、基本的にすべて「他者との関わり方／人付き合いのスタイル」に関する概念である点に着目したものであり、それらを包括する上位概念として「対人方略」という語を便宜上用いたものである。よって、その具体的な内容は決して普遍性が仮定されるものではなく、どちらかと言えば時代的／文化的要因によって大きく変動し得るものである。ただし、時代的・文化的要因もそこにコンセンサスが得られれば、単なる誤差ではなく、現実の行動を説明する上で重要な意味を持つものである。しかし、仮説検証に拘泥した結果、普遍的ではないが現状では大きな影響力を持つ要因を同定するのに過度の手続きと時間を必要とするのは、即時性が要求されるテーマには非効率的な側面もある。また、いうまでもなく現代青年の世代性という本稿の主題を議論するには、多数のサンプルを対象とした数量的データも必要かつ重要であるが、調査研究には、研究者の想定した枠組みの範囲内では議論できず、かつ回答者に抵抗のない顕在的な変数しか扱えないとい

う欠点がある。本研究の主題の性質を考慮すると、少数でも研究者の枠組みを覆しうる自由発想的データから詳細な情報を得ることは、議論の妥当性の検証、さらに現象記述からの仮説の構築というふたつの意味で重要であろう。そこで本章第2節では、半構造化面接によって現代青年の特徴を示唆すると考えられる要因について、現象記述的に検討することを目的とする。

さらに本章第3節では、青年の社会的スキルならびに対人方略（他者や社会との関わり方／スタイル）と対人ストレスイベントの関連を実証的に検討することを目的とする。前述したように、社会的スキルと対人関係の否定的側面、つまり対人ストレスとの関連に関する研究は、未だ十分には行われていない。よって、社会的スキルが対人ストレスイベントの生起を抑制／影響を緩衝しうるのかが、ここでの第一の論点となる。次に、対人ストレスイベントと現代青年の対人方略との関連について、現代青年の摩擦回避傾向や「やさしさ」に関する議論から、現代青年は対人葛藤をなるべく避け、その一方で、対人摩耗はやむを得ないとする方略を用いることが予測される。そこで、先行研究における現代青年の類型を参考にしつつ、第二の論点として、どのような類型、もしくはどのような特徴が、対人ストレスイベントの諸側面と関連するのかを検討する。さらに、第三の論点として、社会的スキルと対人方略の関連も議論する。本当に現代青年の社会的スキルが低下しているならば、何らかの現代的な特徴を持った青年は、そうでない青年よりもスキルが低いことが推測される。本章では、対人方略という概念から現代青年の特徴を把握することによって、この問題を検討する。

第3章第2節

現代青年における対人関係の探索的検討

本節では面接データに基づいて、現代青年の世代的特徴が対人関係と精神的健康の関連に影響を及ぼす可能性、ならびに関連研究における知見の妥当性を検討することを目的とした。大学生および大学研究生の女子29名を対象に、2回にわたって実施された半構造化面接のデータから、以下の可能性が示唆された。(1) 現代青年の対人関係に関するストレスは、直接的な衝突によるものよりも、良好な関係を維持するためのコストや、それが上手くできない劣等感が中心となっている。(2) 葛藤を回避すること、そして個人の立場を尊重することが強力な規範となっている。(3) ただしその一方で、能動的な他者への働きかけも重要であると考えられている。(4) 価値観の多様性が前提として存在し、その前提が対人関係の深化を妨げている可能性がある。(5) しかし、関係深化への意志も少なからずある。(6) 冷静には対人関係維持のコストを自覚しつつも、情緒的に集団からの孤立を恐れている。

3-2-1 問題と目的

前節では、青年期の対人関係と精神的健康の関連について、特に社会的スキルや対人方略との関連可能性が提示された。そこで本節では、面接データに基づいて、現代青年の世代的特徴が対人関係と精神的健康の関連に影響を及ぼす可能性、ならびに関連研究における知見の妥当性を、現象記述的手法によって再度検討することを目的とする。

これまでの議論で述べたように、筆者は現代青年の社会的スキル/対人方略を、時代的/文化的要因により変動し得る概念であると仮定している。そしてこの立場に基づくならば、多角的な視点で現実の社会/対人関係を検討することは、同一の概念で描写され得る事象の、研究と現実のギャップの程度を明確にするために重要である。また、多数のサンプルを対象とした数量的データに基づく研究も必要かつ重要であることは言うまでもないが、調査研究には研究者の想定した枠組みの範囲内でしか議論できず、かつ回答者に抵抗のない顕在的な変数しか扱えないという欠点がある。そして本章の主題の性質を考慮すれば、少数でも研究者の枠組みを覆しうる自由発想的データの収集および検討は、議論の妥当性の検証、さらに記述的現象からの仮説の構築というふたつの意味で有用であろう。そこで本節では、半構造化面接によって現代青年の対人関係と精神的健康の関連における特徴を示唆すると考えられる要因について、現象記述的に検討する。

本研究で議論されるのは以下の論点である。まずひとつは、対人ストレスの類型や生起頻度である。ここでは、対人関係に起因するストレスに関して、現代青年の独自性を現象

記述的に導き出すことが目的となる。次に、現代青年の対人関係において重要視されている規範を検討する。ここでは、円滑な対人関係の維持が過度に重視されているという指摘の是非とともに、社会的スキル研究における一般的な議論の適用可能性も検討する。最後の論点は、そのような現在の対人関係に対する満足感である。ただし、対人関係にはネットワークの大きさなどの量的側面と、関係における親密性などの質的側面が考えられ、その弁別および関連も考慮しつつ検討する必要がある。さらにそこから、現代青年がどのような対人関係を回避しようとしており、どのような対人関係を望んでいるのかを明らかにすることによって、理想と現実のギャップ、ならびにそれがもたらし得るものまで議論を展開したい。

3-2-2 研究IV

目的

現代青年の世代の特徴が対人関係と精神的健康の関連に影響を及ぼす可能性、ならびに関連研究における知見の妥当性の検討。

方法

被験者：心理学の講義中に面接調査への協力を依頼し、承諾した大学2～4年生および学部研究生、計31名（女子29名、男子2名）。ただし男女比の偏りが大きいため、本研究では女子29名のデータのみを扱うこととする。なお、回答の具体的内容については、本節末の Appendix 参照のこと。また、Appendix における個々の回答の前の数字は回答者番号である。

実施方法：第1回を1995年7月、第2回を同年10～11月に実施した。毎回、半構造化個別面接によって、対人関係や精神的健康に関連すると考えられる質問を実施した。なお、面接は被面接者の承諾を得て録音した。また、被面接者には回答したくない質問に関しては回答しなくてもよい旨が伝えられた。

結果と考察

第1回：第1回の面接から、ここではふたつの質問を取り上げる。まず第1の質問は、「人間関係で、どのようなときにストレスを感じるか」である。これまで議論してきたように、対人関係と精神的健康の関係はソーシャルサポートをはじめとする肯定的な側面が強調される傾向がある一方で、対人関係は非常に影響力の大きいストレス、もしくはストレスの間接的原因やストレスの影響力の増幅要因になる可能性もある。さらに前節で議論した現代青年の独自性も考慮し、ここでは対人関係に起因するストレスに関

して、現代青年の特徴を導き出すことを試みた。その結果、回答 (Appendix 3-2-1) を概観したところ、第2章第2節で見いだされた対人ストレスイベント3類型のうち、対人劣等事態と対人摩耗事態で多くが占められている。よって、現代の大学生においては、直接的かつ顕在的な衝突である対人葛藤はあまり問題とされず、表面的には円滑な人間関係の中で、その関係維持に費やすコスト (対人摩耗) や、関係の中で生じる不安・劣等感 (対人劣等) が中心の問題となっていることが伺える。しかし、もちろん対人葛藤、さらに対人ストレス以前の、関係形成不全による孤独感も挙げられていることには留意すべきであろう。

第2の質問は、「人付き合いをする際、心掛けていることは何ですか?」というものである。先の質問結果からも示唆されたように、現代青年においては円滑な人間関係の維持は非常にクリティカルな課題であると考えられる。社会的スキル研究においてもこの課題についての一般的な議論はなされているが、実際に彼女ら自身が重要視している側面を探索することは、現代青年の人間関係の独自性を反映し得るかも知れない。

さて、回答結果 (Appendix 3-2-2) を概観すると、その内容は大まかに3種類の志向性を含んでいるようである。まずひとつは「葛藤回避」、つまりともかくトラブルはできるだけ避けるようにする志向性であり、この種の回答はかなり多く見受けられる。第2は「個人の尊重」と考えられる志向性であり、「葛藤回避」と連動するところも大きい。人は人、自分は自分で意見・価値観等が違ったら、それについて議論したり自己主張したりしないという志向性であると解釈されるものである。これは相手の立場を尊重するというニュアンスでの回答が多かったが、自分と (価値観が) 合った人と接触するようにしているという回答も、自分の立場を尊重するという意味で、この志向性に含められよう。そしてこれらの志向性は、現代青年論でよく議論される表層的関係志向や個人主義志向を確証するものと考えられる。しかし、もう一つ見いだされた志向性は「積極的関与」と考えられるもので、なるべく自分から能動的に関係を形成していくという志向性である。先行研究でもこのスキルは少なからず指摘されており、Buhrmester, Furman, Wittenberg, & Reis (1988) は、友人関係に求められるコンピテンスとして、関係開始・自己開示・他者の行為に対する不快の主張・情緒的サポートの供給・対人葛藤の調整を挙げている。また、和田 (1991a) は関係維持・関係開始・自己主張の3因子を抽出している。このように、「積極的関与」と密接に関連すると考えられる関係開始や自己主張のためのスキルは、社会的スキルの中でも重要なもののひとつであることは、社会的スキル関連文献 (e.g. Argyle & Henderson, 1985; Nelson-Jones, 1990) や社会的スキル尺度の構成からも明らかである。よって、この志向性は現代青年のみならず、普遍的に重要なスキルであると考えられる。しかしその一方で、前述した「葛藤回避」や「個人の尊重」に言及している社会的スキル研究は決して多くはない。したがって、そこに現代青年の独自性が潜んでいる可能性があり、大学生を調査対象とした和田 (1991a) においても、関係開始・自己主張

スキルの平均値がニュートラルポイントを下回っているのに対し、「関係維持」のみがニュートラルポイントを越えているのは示唆的である。しかしその一方で堀毛（1994）は、人当たりの良さのサブスキルである同調性・素直さ・自己抑制を日本的な特徴であるとしている。また、日本は高コンテクスト文化であるがゆえにコミュニケーションが婉曲的であるという高井（1994）の指摘、さらに対人葛藤の生起および解決方略の研究における日本人の葛藤回避傾向を考え合わせると、「葛藤回避」や「個人の尊重」は世代よりも文化に基づくという解釈も有り得よう。ただし、その場合は日本文化の高コンテクスト性、つまり「言わずとも分かり合えるからあえて言わない」というコンセンサスの存在が前提となる。しかし現実には、「言っても無駄だからあえて言わない」という可能性も考えられる。この疑問については次の質問で議論することになるが、とりあえずこの質問に対する回答を包括すると、青年の対人関係においては、「スムーズに関係を形成し、関係に積極的に関与しつつも、個人の価値観やプライベートを侵害せず、葛藤を回避する」ことが要請されていると考えられよう。

第2回：第2回の面接からは3つの質問を取り上げる。第1の質問は、「『今の青年は表面的な付き合いは上手いけど、関係が深化しない』という指摘がありますが、この指摘についてどう思いますか？」というものである。当然、個々の回答（Appendix 3-2-3）の冒頭では「そう思う」か「そうは思わない」かが述べられているが、回答者数の少なさ、さらに質問自体が誘導的であることなどを考慮して、ここではこの指摘の是非自体には触れず、何故そうなるのか、さらに現状の是非についての回答に着目したい。

ここでまず興味深いのは、「『価値観が多様化している』という信念」である。これは、個人の独自性が相互作用によって認識されるわけではなく、個人の独自性を前提として、その先の認識および相互作用を行うという意味である。対人的相互作用の結果、他者の価値観を認めるわけではなく、自己と他者は価値観が異なるという前提の元に、対人的相互作用を行っている、とも言えよう。指摘肯定派の「個人の立場重視」的発言、指摘否定派の「昔の人のことは知らないけど」というコメントの両方でこの信念は認められていると解釈される。これは言うなれば「全員と仲良くするのは不可能だ」という前提を仮定することによって他者に対する期待水準をあらかじめ低く設定しておく方略であり、自尊心の維持には有効であるが、その一方で、相互理解のための働きかけを抑制している要因となっている可能性も考えられよう。さらに、現状に対する働きかけについては、コストに言及している回答が少なからず見られた。つまり、現状に不満を抱いていても、それを改善するための労力や危険を考えると、あえて現状の改善に取り組む必要はない、もしくは取り組めないとする回答である。さらにその具体的内容としては、状況的なもの（忙しいなど）と心理的なもの（深く踏み込むのは怖いなど）の両要因が見いだされた。

さて、そのような現状に対する満足度を求めたのが次の質問、「現在の人間関係に何%くらい満足しているか」である。ただしこの回答（Appendix 3-2-4）についても、数字そ

のものには言及しない。代わりに、100%と言えないのはなぜかという質問に対する回答に着目すると、回答は大まかには対人関係の数を増やしたいという量的側面と、関係を深化させたいという質的側面が見いだされた。そして相対的には、量的側面で不満とする回答より、質的側面で不満とする回答の方が数多く見受けられる。多くの回答者が量的側面については現状に満足している一方で、ほとんどの回答者が質的側面には不満を抱えていることから、全般的には多くの回答者が現在の人間関係にある程度満足しつつも、さらに深い関係を形成することを望んでいると考えられる。さらに、「トラブルの絶えない集団の一員であるのと、孤立するのとどちらがいやか」という質問では、孤立を避ける回答者の方が多かった (Appendix 3-2-5)。また、その理由を尋ねたところ、トラブル集団の方がいやだとする回答者は「余計なことにエネルギーを使いたくない」等の客観的かつ冷静な判断に基づく回答が主だったのに対し、孤立がいやだとする回答者では「ひとは耐えられない」などの情緒的な恐怖や不安が多く挙げられた。Baumeister & Leary (1995) は、所属欲求 (the need to belong) と言うべきものが強力かつ基本的な動機であり、たとえそれがコストを要するものでも人は関係の解消を基本的には望まないことを明らかにしているが、今回の回答はその指摘と合致するものである。ただし、孤立そのものよりも、孤立による他者からの否定的評価が恐怖の対象となっていることを伺わせる回答は、現代の特徴の一つとして評価懸念の高さが挙げられる、という指摘を反映しているのかも知れない。

3-2-3 全体的考察

本研究の面接データから示唆された知見を簡略にまとめると、以下の点が挙げられよう。

1. 現代青年の対人関係に関するストレスは、直接的な衝突によるものよりも良好な関係を維持するためのコストや、それが上手くできない劣等感が中心となっている。
2. それと関連して、葛藤の回避、そして個人の立場や価値観の尊重が強力な規範となっている。ただしその一方で、能動的な他者への働きかけも重要であると考えられている。
3. いろいろな (価値観の) 人がいるという暗黙裡の前提があり、その前提が対人関係の深化を妨げている可能性がある。
4. その一方で、関係を深化させたいという意志も少なからずある。
5. 冷静には対人関係維持のコストを自覚しつつも、情緒的に集団からの孤立を恐れている。

前節では、現代青年の世代の特徴が対人関係と心理社会的ストレス過程に影響を及ぼす可能性として、具体的には (1) 対人ストレスイベント、(2) サポートネットワーク、(3) 社会的スキル、の変容可能性が挙げられた。そして今回のデータからは、そのそれぞれに関して、(1) 対人葛藤よりも対人劣等や対人摩耗の方がクリティカルな問題であ

る可能性、(2) サポートネットワークが質的に不満足なものである可能性、(3) 既存の社会的スキル研究ではあまり扱われないスキルが重要である可能性、が示唆された。また、対人ストレスイベントに関する回答の全般的傾向は、第2章第2節の調査結果とも合致した。以上のことから、世代的特徴の影響可能性の探索、および関連研究の知見の妥当性の検証という本研究の全般的な目的は、大まかには達成されたと考えられる。

そしてこれらの知見から、現代青年における対人関係の理想的なスタイルとしては、「集団内でスムーズに関係を形成し、関係に積極的に関与しつつも、個人の価値観やプライバシーを侵害せず、葛藤は極力回避する」という典型像が想定されよう。しかし、これら全ての条件を満たすのは、現実的に非常に困難であることは想像に難くない。そしてここで検討すべき問題は、現代青年にとっての現実生活における、この理想像の重要性、そしてこれが実現できないときに生じ得る反動であろう。この理想像を実現するためには、言うまでもなく大きなコストが付随する。集団における自己の存在価値を維持するためには、個々の集団成員の理解、さらにその中で共通項を見いだしての円滑な立ち振る舞いが要求される。そしてその実現を目指した場合、これらの実行に要する心理社会的コストがかなりの負荷となり、その結果、それ以外の社会的関係（例えば世代間関係や公共規範）に対して払うべきコストを低減させるという方略が採用されているのではなかろうか。岡田（1995）は、群れ関係群では親友との比較によって自己評価がなされると考えられる一方で、内省傾向が乏しいことを指摘している。この指摘も、内集団の過度の重視、そしてそれ以外の軽視を反映しているという意味で、この考察を支持するものであろう。

しかし、この規範を受容しないということは、個人が集団内で達成しようとする個人的目標が集団成員に対する要請と異なる、もしくは集団目標と相反する場合であり、そのような場合に個人は心理的葛藤状態に陥り（佐藤、1971）、さらに、所属集団からの疎外を引き起こす危険に晒されることとなる。そして本研究でも示唆されたように、集団からの離脱は情動的に耐え難いものである。そのようなジレンマの中、現代青年の対人関係規範を肯定的に体現している者は集団外関係に問題を抱え、疑問を持ちつつもとりあえずその規範にコミットしている者は対人関係維持のコストにストレスを感じ、そしてこの規範にコミットできない者は集団からの疎外感を感じているという現状が推測されよう。つまり、現代青年の対人関係は集団内における理想が非常に高いが故に、それが体現できない現実において、さまざまな歪みを提示しているのではなかろうか。かつて Fromm（1941）は、健康を「社会への適応」と「人間的価値」の二面性、つまり社会からの承認と自己からの承認という観点から概念化している。同時に彼は、社会への適応は多くの場合、その代償に自己の放棄があるが故に、この両側面はほとんど両立しないことを主張している。そして冒頭で述べた現代青年の特徴、つまり「内集団での閉鎖的平和主義、そして自分と関わりのない他者への配慮の欠如」という現象は、コミットする範囲をある程度限定することによって「社会」と「自己」を両立させようとする試みなのかも知れない。

レビューで述べたように、現代青年の対人関係については、「対人関係能力が低下している」から種々の問題が生じるという指摘がある（e.g. 藤竹, 1994; 松元, 1996）。もちろんその指摘を否定するわけではないが、本研究を通じて筆者は「対人関係規範のインフレーション」、つまり対人関係能力の現実の低下のみならず、対人関係能力の理想の高騰を強く感じた。同様の指摘をしている相川（1997）は、このような状況を生み出した要因として、価値観の多様化と規範の拘束力の低下、そして産業構造の変化を挙げている。青年期を対象としてその対策を議論するにあたっては、まず前者についてはその要因についての詳細な検討とともに、情報の取捨選択能力の育成や規範の存在意義の教育等の介入も今後検討すべき課題となろう。そしてそれを行う場として吉田（1997）は公教育を挙げているが、これは大学の心理学教育にとっても該当する課題であると言えよう。心理学、特に社会心理学はこれまで、権威主義的パーソナリティなどの非柔軟的な思考の否定的側面に警鐘を鳴らし、理不尽な集団規範の形成や維持のメカニズムを明確化することによって、個人の自由を拡大することに大きく貢献してきた。しかしこれらの歩みは同時に、結果的には、抛り所のない自由を持て余し、快樂原則に束縛されるしか明瞭な方策がない時代の形成にも寄与してきたのかも知れない。もちろん、これまでの心理学研究の歴史は決して否定されるべきものではない。しかし、既成の概念やシステムを再検討する姿勢とともに、既成概念を打破されて困惑している個人に、何らかの形で向社会的な方向づけを行うことまで、今後の心理学は視野に容れるべきではなからうか。一方後者については、産業構造に付随する、現代社会のイメージの肯定性の獲得も有効であろう。現代日本社会では、物質的のみならず精神的な側面の充実が叫ばれている一方で、“現代の青年は、全般的に、自分としては人間的環境や対人関係に価値を置いており、物質的なものにはそれほど価値を置いていないが、社会（世間）の側ではこれとは逆に、物質的なものに比較的価値が置かれ、それ以外の側面にはそれほど価値が置かれていないと認知している”（宮下, 1994）。内集団への高関与と外集団への低関与が生じている背景には、このような現代社会の理想と現実のギャップが反映されているとも考えられ、さまざまな意味で、望ましい社会イメージ獲得への努力が行われるべきであろう。

また、対人葛藤や孤独感などの、対人関係の否定的側面の意義（e.g. Collins & Laursen, 1992; 諸井, 1996）の模索など、対人関係において要求される能力が高騰している傾向の必然性の再検討、さらに規範の可塑性を高めるための方略も検討されるべきであろう。例えば、対人葛藤は確かにインパクトの大きいストレスであるが、その一方で青年の発達において重要な役割を果たすことは対人葛藤の精神分析モデル、社会生態学的モデル、認知発達のモデル、社会的関係モデルのいずれでもコンセンサスが得られており（Laursen & Collins, 1994）、その意味では適度の対人葛藤の必要性は認められよう。

最後に、本研究の問題点として、何よりも見いだされた知見の妥当性の検討が求められるのは言うまでもない。本研究は学歴・性差など被面接者に大きく偏りがあることには留

意すべきである。加えて、本研究はやむをえず筆者の主観的解釈に依存するところが大きくなったが、別の視点による新たな分析がなされることも必要であろう。

1 話が全然合わない人と、長時間話さざるを得ないようなとき。

3 ちょっと親しいくらいだと、会話がなくなってしまうのが気話まり、合わないと感じる人と喋るときに困る。

4 (前略)ほんとに喋りたくないときが結構あって、そのあとすごく喋りたい期間があって、その切り替わりの時にそれまで遠ざけていた友達のところに行きたくらいな気がして、「きっかけがむずかしい」そうですね、(中略)喋りたくないときに話しかけられると苦痛。

5 自分の思うことを、思うように相手に伝えることが出来ない。伝えられないというのは、自分の表現力不足、言葉が見つかからないこともあれば、自分の気持ち自体が分からないこともある。(中略)相手を傷つけているというのはい、自分がそうされたときに、自分もそうしていいのかわからないかと思う。傷ついたら、表面では笑っている方。そう思っているなら言うて欲しい。そして一人になったときに落ち込む。

6 自分は嫌いなんだけど他人の雑話とか芸能人の話とかで、突然ふられるとリアクションに困る。人を覚えるのが苦手なので、どのくらい仲良くしているのかわからず、やりづらい。あまり話をしない人にあつたとき、気が付かないふりをしてこそそそ超けてしまう。

7 話さなきゃいけないのに話さなくて、自分に対してストレスを感じるときがある。人に対してストレスは感じない。自分に対してひとりだけでいららくよくよする。

8 自分ではちゃんと(仕事を)こなしているつもりでも、もう少し頑張れといわれていて、そう言われてもすぐできるわけはなくて。

9 私が勝手に、こう動いてくれたらとか思っ、その通りに動いてくれない。言えはいいのかも知れないけど、言っで自分が悪く思われるのもいや。(中略)自分の考えを認めてくれないというのは、受けとめてくれない。分かってきて、それに対して意見を言ってくれるのはいいけど、考えていること自体をのっけからあしらわれると、結構人の動きが気になる。一回親しくなればいいんだけど、そこに行くまでのが、親しくなりたくても、自分から話しかけられない。

10 人に合わせる傾向があるけど、合わせるのはやだなと思う。

11 自分がこういう人間だと思われていると、私はそうしたくなくても、周りがそう望んでいるから、その動かないちやいけないうプレッシャーを感じる。自分はその枠から抜け出せない。羽目を外したくても外させてくれない。自分の気持ちより周りの期待を優先させてしまう。もうひとつは、人のいいところが自分にはないなあということ。ありありと感じたときに、自分が田舎なことを人がやってると羨ましいなあという気が、自分には田舎な気がないから、断絶して、人が私にもう話してくれないような感じがする。断絶すると、どこかふつつかって、あとでおおひの手紙を書くというパターンになっちゃう。

12 相手の考えに同調しないといけないうとき、言っではいけないことがあるとき、「自己主張できない？」やううとおもえはできるけど、そのあとどうなるかが怖いのでこらえる。あと、自分の意見が通らないとき。

13 して欲しいことをいわれたときにどう対応したらいいのかというときがあった。でも一応引き受けてやるけど、そのときはいららす。仕事自体がいや、それともその人に頼まれることがいや。頼まれること、他の人からは平気。その人とは波長が合わない。結構人見知りするので、初対面の時にストレスを感じる。

14 顔はよくみるけどほとんど喋ったことがない友達の友達みたいな人にとりすればいいか。
好きな人の嫌いな顔面を見て、相手よりは自分の気持ちにストレスを感じる。自分が普通の時に、友達がいらいらしてたりとか落ち込んでたりとかで、それをぶつけてこられるとこっちまで沈んでしまい、いやだなあと思う。

15 自分でと手く話そうと思っすぎてしまっ、それが喋りにつながらない。表現力不足で、相手の顔色を伺っ、しよとこっで察する。その大学生活で、生い立ちとかを喋る相手がなくて、そこまで喋れないと親しくなつたと思えないから、今の状況は表面的でいいやだ。全ての人とそうなるのは不可能だとは分かっているけど。

16 最近是被つたけど、特に中学の頃、集団で楽しくやつているところに入っで行けなかつた。疎外感かな。

17 言っでることが伝わらないのは、自分の表現力不足、そんな自分にいららす。みんなが楽しそうな時は、損したような気分になる。自分に分らない話の時は、早くおわんないかなあと思う。馬鹿にされるというのはい、そんなことも知らないの？と言われたとき、どうでもいいことにこたわられたとき。

18 多数には従つた方がいいようなときに(ストレスを)感じる。いったん嫌いになると、どこか嫌いになるのでそこであつて行かなければならないときにストレスを感じる。基本的にいやな人は無視するけど、一対一ではなくていろんな人がいる場合はそうも行かないので、後で自己嫌悪を感じる。ただし表面上はうまく繕っている。

19 あまり気が合わないというが、気を使うのが大きい。根本的に違つていうが、それで気疲れする。

20 みんなで何かしなきゃいけないときに、なんにもしない人がいて、手伝っあげても何もいわなくて、礼儀がなつてないと思つた。当たり前のことが出来ない人が結構駄目。劣等感を感じやすい。初めての状況に放り込まれたとき、人と仲良くなるちよつと前の時、お互い喋るうでしているときに沈む。

21 言いたいことを言えない人には、極端に言えない。親密度に関係があると思っ。親密なんだけど受け入れるだけで言っしてくれない人の時にいららす。

22 自分とペースが合わない人と一緒にいると、禁れる。

23 例え、あまり仲良くない人に、自分がどういふ人が決めつけられること。(中略)あと、親しくない人には自分から壁を作つてしまうので、そこから入つて来られるといららす。

24 自分は話がうまくないから、沈黙のときに何を話せばいいのかわからなくて、そこで自分を罰めしてしまう。何となく、嫌われたかなあと思っ、軽率な発言をしたがしたとき、やりとりに変化は無いけど、自分に後ろめたいところがあるから気にしてしまう。

25 あまり親しくない人と一緒にいるときは気疲れする。初対面くらいだと気楽な部分もあるけど、ちよつと知ってるくらいの人だと、あ、どうしようって。あと、自分の嫌いな人と会つたとき。

26 「サークルで」気を使わなければならない(状況になつた)から、面度見かた。仲がいいと思ったいだけ、マイナスが顔れるとストレスを感じる。

27 約束がいっぱいあつてそれを選ばなければならないとき、優先順位がつけられない。みんなと仲良くしたいから、うまい返しが思いつかない。普段は考えずに動いているけど、あと我に痛つたとき、これはすごい迷惑を掛けているかでは無いかと思っ、はあつたくなる。自分自身の人がきき合ひの仕方が間違っているのではないかと思っ、まっつくとおいう友達がいて、自分が機嫌が悪いときはかちんとなる。疲れてるときはよけいストレスを感じる。

28 みんなに楽しんでもらえたかなあと思っしたり、一緒にやつた子に迷惑や負担をかけたかなあと思っしたり、そういふことです。内心にやるダメージ。
意見が合わなかつた友達がいて、私はその後は普通に接したつもりたつたのに、相手は根に持つて、態度が違つて顔に来た。

29 噂がすぐに広まる。

Appendix 3-2-2 人付き合いをする際、気をつけていることは？
 (実線は葛藤回避、点線は個人の尊重、波線は積極的関与に該当すると考えられる内容)

- 1 気になるいやなところを見ないようにしている。
- 2 喋らないと分かってもらえないことが分かって、笑わせるようなこともわりとやるようになった。
- 3 相手が傷つくことは言わない。
- 4 口が悪いので、できるだけ穏やかにしようとする。
- 5 合わない人に無理に合わせるよりは、自分にあつた人を大切にしようと思う。自分が会わせようとするとき被れるので。
- 6 相手の機嫌を損ねない。初対面の人には、自己主張せずにごにこしている。場所や相手によって使い分ける。
- 7 相手の生活にはあまり踏み込まない。というか、踏み込めない。
- 8 なるべく話しかけるようにしようとは思っている。
- 9 まず自分が嫌われないように。そのために、相手にとっていやな行動はしないようにする。
- 10 嫌われないように、きついことを言わないようにしている。
- 11 特になし。人によって、どれくらい押しついたらいいのかわからず、それは感覚の部分で、こうしようとか考えることはない。相手が喋る人だったら聞いてあげようと思うし、喋らない人だったら自分からとんとん喋るし、それで喋っていると、相手が実は嫌がってたりすることも。『あなたは、表面と内心は一致してるの？』怒るときははっきりと怒るけど、落ち込んでるときはみせないように努力する。いやな人には近付かないようにする。話をうまく切り上げるとか。
- 12 その人を傷つけないように。
- 13 自分の意見はいうけど、強制はしないようにしている。違うところは、認める部分は認める。あと、言っただけじゃないことは言わないようにしている。
- 14 自分が我慢すればやり過ごせるときは、とことん我慢する。事を荒立てない。
- 15 なるべく名前を呼ぶようにする。ちゃんとその人を認識して話したいから、と思う。呼びかけてから話をする。
- 16 意識はしていないが、表情に気を向けてしまう。つまらない表情をしていると、それで落ち込んでしまう。
- 17 怒らせない。自分の価値観を押しつけない。
- 18 なるべく喧嘩は避ける。喧嘩するくらいだったら自分の主張を殺す。『どうして喧嘩を避けるんですか？』争いごとはしたくない。出来ることなら平穏無事に過ごしたい。面倒だし、ストレスになる。人間関係のいざこざが一番ストレスになるから。
- 19 昔から、人の傷つくことは言わない。見極めが難しいので、プライベートなことは言わない。
- 20 最低の礼儀は守る。でも適度に崩す。気を遣わせないようにする。
- 21 あまり自分を出さないこと。相手を見きわめてから出すこと。
- 22 意識してるのはあんまり無いけど、相手よりも弱いっていうか、下の立場に行く。ついてく方が自分っぽくて、それは無意識にそうしているのかなあと思う。相手が引っ張り易いように、何もできないから頼みます、みたいな(笑)。
- 23 口調には気をつけている。あと、なるべく人には頼らないっていうのがあって、絶対頼らなければならない状況になるまではなるべく頼らないようにしている。あと、なかなかできないけど、人の話をしっかり聴くということ。
- 24 やっぱり自分から話さないとか目かなど思い、前よりはそつ心掛けている。
- 25 相手に不快感を与えない。そのため、疲れてても笑顔で、とか、あまり髪の手ざらさで来ないとか。
- 26 約束を破らない。なるべく話題が続くようにする。
- 27 つまらなさそうな人がいたら、声を掛けようと思う。拒否されなければ、誰とでも友達になれる。
- 28 特にきめてはないけど、そのときそのときで、自分の態度を、適切に振る舞おうとする。
- 29 人の悪口をむやみに言わない。

1 当たってると思う。実感もある。ほんとに深い関係の友達は数えるほど。会ったら喋る友達はたくさんいるけど、「それに対して、どう思う？」今は、喋れる友達、悩みを聞いてもらえる友達に満足している。(中略)「どうしてそうなるんだろう？」よくわからない。

2 その通りだと思う。なかなか難しい。深い関係の人は少ない。何でも話せるというのは考え方が似てないと難しい。普段は深いことまでしゃべらないし、時間的にも真の心から、わりとみんな忙しいし、「ならないというより無理がない」そうですね。「周りには？」どうでしょう。解らない。(後略)

3 人それぞれなんでよく解らないけど、一般的にはそうなのかも知れない。周りを見ると、自分は自分で何とかするって友達が多い。それを表面的って言うのかも知れない。「周囲より自分を優先させる傾向？」そう、ですね。「じゃあ、当たって悪くはない？そんなに冷たい関係ではないけど。(中略)「それ以上深入りしたくないしされたくないってあります？」そうは思わない、意識してない。「集団重視より個人重視？」大学に入ってからそんな感じ。「時代的なもの？」うーん。「それはいいことなのかな？」高校の頃はみんな仲良かったんで、大学来てから一っつとしゃべって一っつと別れる傾向にひっくり返ったって言うか、ああ、あんまり仲良くならないんだって感じたことはあるけど、今は特に、違和感はない。「いい悪いじゃないで、それが自然だと。」そうですね。

4 当たってるような気もするけど、…当たってるかな。「自分は？」私はそう、広く浅く。「深入りしないのはなぜ？」したくてもできないときと、したくないからやらないときがある。気分によらがあるから、人恋しいときと一人で行きたいときがあるから、人恋しいときは上手くやって行けるけど、人に接したくないときも我慢しなきゃいけないけど。「我慢できないから、浅いところにとどまってる？」そうですね。(中略)今はみんなと親しくなりたいと思うけど、もしかしら2ヶ月くらい経つと、これでもいいやと思うかも知れない。今は親しくなりたいけどできない。(中略)「他の人は？」私の常識では考えられないような人がいて、やっぱり自分が変だと思ふことがたびたびある。「じゃあ、自分のような付き合い方が少数派だと思う？」ほんとに深い人はいないかも知れないけど、ある程度深い友達はいらってひとと大勢いると思う。

5 両方いると思う。「自分は？」私は多分深い付き合いをするタイプ。深い人も多くないけどいなくはない。表面的なのは得意じゃない。(後略)

6 と思う。自分自身その方が楽と思う。深い関係はない方が楽。「どうして？」休み時間とか一人で行きたいけど、趣味が一人でやることだから、自分勝手なので、ずつと付き合いなんてなくていいんじゃないかと。「大事なときは一人で行きたい」は、「他の人は？」私の周囲はそうなのかなあと。「で、それはいいこと？」ですね。

7 人によるけど、増えてきたと言われたらそうかも知れない。けど人によるから、そうは思わない。「自分は？」なるべく干渉しないようにしているので。(中略)普通にしていると干渉しない。「何でも言い合う相手は？」相手がそういう人なら言い合うけどその人の家庭の事情みたいなものは言わない。関係ないことは話さない。

8 表面的なのは多いと思うけど。(中略)深いのはやっぱりだと大変だと思う。普通に過ごしてたら表面的になるのは当然だと思う。きっかけがあれば、普通に生活してたら表面で済む。でも表面だけでも困る。深い付き合いも3人くらいいた方が安定すると思う。この人とはそれくらいだとなつてのを見つけて付き合いやすいと思う。「他の人は？」他の人も、表面的でもない。

9 (前略)自分を考えると、深い関係を結ばないというよりは、したいんだけど難しい。できないということが多くあって、「どうして？」どうしてでしょう。いや、性格の問題があるのかな。「じゃあ自分に関してはそれは当たってますか？」うん、わりと表面ではへへへって感じで、でもそれがみんなに当てはまるかっていうのは、ちゃんと深く付き合ってる子もいるし、一般的には言えないんじゃないかと。「どっちが多い？」それなりにちゃんと深いつながりを持つてる人が多いと思う。(後略)

10 そう思う。自分でもそう。頑張らないと、「頑張りが必要？具体的には？」自分を閉じこめないで。「どうしてそれができない？」こわいからか、自分を出すのが嫌だからとか、慣れてないとか。「行動に移そうとしますか？」あまりやってない。けどそうしなきゃと思ってはいる。「今、深い関係って何人くらい？」10人いない。5人はいる。それに家族を足して。「それをもう少し増やしたい？」それが、その人達ともう少し深く。「周囲の人は？」うーん、大学ではそんな感じ。

11 あんまり実感しないけど。(中略)自分の好きなグループだとよく話すけど、知らない人たちには打ち解けられないと思う。私の場合は最初に人を見て、話せそうかっていうのを勝手に決めちゃって、話す人をえらんじやうとこころがあって、そうでない人には人見知りたけど、話せそう人にはすごく積極的に話しかけたりして、自分がいったときにドンと跳ね返ってくるのがこわいからだと思う。「話す人ってのは、どういう基準で選ぶの？直感？」そんな感じ。ほんとにみんな話せると思うけど、のりが違う人には話せない。私ははしゃぐ方ではないんで、はしゃぐ人には話しかけられない。でも結構八方美人。みんな適当な浅さで付き合っていて、ほんとに深い人はそんなにいない。深い人はう人前後。分野によって違うけど、全然話せない人はそんなにいない。だいたい話せるけど、少数の自分とは違う人たちは話せなかったり。話しても挨拶程度。挨拶してからなにか話す人はいっぱいいる。「1割苦手、1割深く、8割普通？」そうですね。でも、話せないなと思うともうシャットアウトしちゃう。「その方が楽？」楽と言えは楽、別に全員と話さなくちゃいけないわけじゃないし、たくさんの人と普通に話せるだけで、もう少し深い話しをする人が増えたらいいなとも思うけど、少数でいいとも思う。今は不自由はない。「周りには？」同じだと思う。でも、深い人がどれだけいるか、結構違うなと思って。自分は疎られたくないから一人で行動しようとするけど、いざというとき頼りにされなくて、いっつもいっしょにいる子たちは、そういう場合羨ましいなと。

12 結構当たってると思う。知り合いは多いけど、ほんとに何でも話せる友達って、誰がいるかなと思うときもあるし。この人にはこれを話したらいけないって言うのは結構ある。相手によって使い分ける。(中略)「それについて、どう思う？」深い付き合いがしたい。「他の人は？」私よりも何でも話してるんじゃないかなあ。私は仲がいいつもりなんだけど、思い返すと、それほどでもないんじゃないかと思うときもある。

13 結構そうだと思う。話しをして、自分の内面を言わなくても会話が成り立って、それから進めないような子が結構いるんで、そういうのは表面の付き合いだと思う。内面を話す人もいるので、やっぱり分けてるのかなって。「その差は一体？」受け入れたりよく考えてくれるか、それとも流しちゃうか、多分向こうの受け答えによって分けている。深い人も最近増えている。(後略)

14 そうだと思う。私もそう。周囲を見てもそう思う。深く付き合うようになると欠点も見ることになりますよね。欠点も見ながら上手く付き合うのができないんじゃないかと。「そのことはいいこと、悪いこと？」どちらもいえない。理想をいえば、欠点もちゃんと覚えて、上手く付き合っていくというのがいいんだろうけど、欠点を受け入れるのは相手が好きなほど心の負担になる気がする。だからなるべく目を反らす。(後略)

15 結構当たってると思う。自分もそうだし、周りも実は結構それほど深くはないんじゃないかと思う。「それに対して、どう思う？」できるなら、表面的な付き合いより深くつき合えた方がいいと思う。「どうしてそうなるんだろう？」みんなが自分に自信を持ってなかったりとか。「深入りして傷つくのがこわい？」そうですね。私は確かに自分に自信がないけど、踏み込んだら相手かどう思うかなあって考えると頭がはめない。まぐり合ってる。

16 確かに、遊びに行く友達は多いけど、相談する人は少ないのが現状。周囲でも、知り合いの数は多いけど親友は少ない人が多いから、あなたが嘘ではないと思う。付き合いの中身の違いと思うけど、干渉しないで見られる関係はそれはそれで有り難いから、相手によると思う。どちらも大切。「人数やバランスは？」これ以上深くという欲求もないし、現状で満足している。

17 「自身は？」何でも話せるのは2、3人だけ、それが少ないって言われちゃうと、やっぱり表面的な付き合いしかできてないなと思うし、そういう人が一人でもいれば、深い関係を持てる人だって、「他の人は？」私の周りには表面的な付き合いだけって人はあんまりいないと思う。「2、3人って人数は自分に取って適当だと思う？」適当だと思う。

18 大きく広く浅く、その中心に深い人がちよつとなのか。だから全体的にみると、広く浅くの方が多いいだけ。「自分も？」そう、ですね。「周囲は？」だいたいそんな感じなのかなあって。

19 そうなんですか、そうかも知れない、自分はそう。性格がそうかも知れないけど、仲良くなっても気を使っちゃうとか。「そのことについてどう思う？」その人がそれで良ければいいし、考え次第。「あなたは？」自分は、何でも言える友達欲しい。「いまのままじゃあちよつと」うん。「他の人は？」でも、ある程度深くて、そういう人が何人かいれば別に。(後略)

20 そういうところもあるかなあって気はする。自分もそうかも知れない。ほんとに仲良くなれば深い付き合いもあるけど、そうでないひとはそのときだけ上手くやってればいいやというのがあるから、だから人間関係作っていくのが下手、っていうのは違つかも知れないけれど、まあそれなりにその指摘は当たっていると思う。「それはいいこと、悪いこと？」私は表面的な付き合いは、全てがそうだしやだから、その中で何人かとはちゃんとした付き合いをしてるから、でも全ての人とそういう付き合いをするのは無理だから、それはしかたない。(後略)

21 私の場合は当たってると思うけど、どこまで感じ合えれば深く付き合ってるのかを考えたときに、昔の人と今の人とでは尺度が違う気がする。私たちの感覚で深くって言うのも、昔の人の運命共同体みたいなものよりは薄れてる気はする。自分として残しておきたいところを言える人は私はまだ見つかっていないって言うか、どこか自分のある部分をかくしてると言うのは感じる。(中略)「そのことはいいの？」今は言いたくても言えないのかも。もし100%言える人が現れたらそっちの方がいいと思うけど、なかなかないなあと、私の性格上、そういうのができないのかもしれないけど、外からみたら殻が堅いかも知れない。物足りなさよりも、自分の性格的なものかやだと思つ。「周囲の人は？」周囲の人も、どこか話さない部分はあると思うし、深入りし過ぎると困るって言うか、どこか他人でよってしとかないといけな部分があると思う。表面的なことが悪いとは言わないけど、深くつき合えなくなつたっていわれると、そうかもしれない。みんなは他にもっと深い関係の人がいるのかなとも思うけど、物足りないと言うよりは、まあこんなもんじゃないという感じじゃないかなあ。

22 それは私にはピンと来ない。昔の者は知らないけど私にすれば十分助け合ってると思うし、支えになってると思うし。(中略)中学高校の友達とも仲いいし。「周り」は？」私の友達はそうだと思う。自分がそうだからみんなそうなんじゃないかなと思っちゃう。

23 そう思う。自分がそういう方だと思う。誰一人知らない状態だとすごくしゃべれるけど、一人知ってる子がいると、絶対その手とがーとしゃべっちゃう。少し仲いい状態だと、相手に踏み込まれると、自分で止めちゃう。でも、来ないでと思うけど、自分から踏み込まないから、相手が踏み込んでこないともっと仲良くなれない。それでだいぶシャッフルされちゃう。真ん中へんが充実してない。それじゃいけないと思う。でも気付くと引いてる。(中略)「周りの人は？」人それぞれと思うけど、どっちとは言

きれない。「どっちが多いと思う？」表面上の人が多いと思う。

24 当たってなくはないけど、自分は表面的な付き合いは上手くないから。「客観的にみると」うまいって言うより、状況的に表面的な付き合いが多くなると思う。大学ってそういうところだから、授業でも、サークルでも、バイトでも、「じゃあ、時間的余裕がない」という状況がそうさせている？」意識して表面的な人もいるかもしれないけど、私の感覚ではそう。「それはどっちかっていうと、良い、悪い？」どっちかっていうと、悪いのかなあ。でも、少数深い関係の人がいればいい。「じゃあ、表面的な関係がたくさんあって、中に少数深い関係があるのが理想？」理想って言うか、自分も含めて、ほとんどの人がそうだと思う。

25 ある意味では当たってるし、ある意味では外れてる。「どういうこと？」人それぞれ広い付き合いをしていると思うけど、それとは別に深い付き合いもちゃんとしてると思うから。「自分も？」あたしも挨拶程度とか、ちよつと話してって言う人もいれば、かなり話し込んだりする人もいるから、表面的だけでもなければ深い人だけでもない。「他の人も？」多分そうやってるんじゃないかなあと思う。「表面も深いのも上手い？」上手い人もいれば、八方美人もいるし、困っちゃうな。(後略)

26 表面的な付き合いしかできないって言うか…あたしに関して言えば、そんなに友達も多くはないけど、表面的な付き合いはめんどくさいって言うか、できないんで、深い友達としか付き合っていないんで、自分ではそんなにあてはまらない。表面的な付き合いは気をつかわなきゃいけない部分があるんで、顔に出ちゃったりするんで、表面的な付き合いをする人は避けるって言うか、付き合わなければそれで済んでいってしまうことなんで。(中略)気が合わない人とはどどんと深めていこうって努力はもうしない。中学の時はそれでもみんな仲良くって努力してたけど、それが覆れてきちゃって。「周囲は？」似たような感じだと思いますけど。私の友達はそういう人が多い。

27 現代しか知らないからよく解らないけど、安保反対のような意気込みはない(笑)。思うのは、行動に起こさないだけじゃないかなあと。信頼と行動は一致しない。自分を大切にしている。一緒に行動しないから深くはないというわけではないという気持ちがある。

28 そういう人が多くなったのかなとは思ふ。「自分」は？」ほんとに深く接しているのはほんとに限られた人しかいないし、あとは楽しくやってるって感じで、自分がこのくらいいたらと思うほどではない。で、まずいとは思わないけど、もうちよつと深く付き合いたいと思う。「どっちかと言うと悪いこと？」うん。「どうしてそうなるんだらう？」深く関わりすぎて裏切られるのがこわいとか、自分が傷つくんじゃないかと、じゃないですかねえ。「自身は？」躊躇したりします。「どうして？」踏み込んで行って、そこまで入り込んで行っていいのとか、相手を傷つけないだらうかと。「周囲？」うん。「他の人は？」どうなんでしょう。相手を傷つけないと、自分にも返ってくるから。

29 (前略)人によって違う。「自分」は？」表面的だけとは思わない。深い人もいる。他の人の話を聞くと、でもそういう傾向はあると思う。「どうしてそうなる？」接触時間が少ないから。話すことも限られてくるし、話してる量が少ない。忙しくて、大学の友達と遊ぶほうと、バイトとか、サークルとかいって遊ぶことになる。それはいいことだ。みんな深い付き合いだとしてんごくになるから、まあそれでいいんじゃないかと。私もある程度という人がほとんど、深いのは2、3人。

- 1 50%くらい。「残りは何?」自分の意見を隠し、相手に合わせる人間関係が良くないなど。本音でつきあえるのは何人くらい? 学内では3、5人、それ以外の人とも本音を言い合えるようになりたい。そうできたら人数は? 今で満足している。
- 2 すごく狭い中では100%だけど、狭すぎると思うから、80%くらい。それほど親しくない人との関係が残りの20%。でもその改善のための働きがほしい。残りの大学生活ではできないと思う。
- 3 特に不満はないので、80%。ゼミの人とかでプレッシャーはあるけど、あとは楽しいし、「人数的にも今がベストくらい?」そうですね。
- 4 30%くらい。「残りは何?」気分のムラと、もう少し深い付き合いの友達が欲しい。共感できる友達が今はなかなかいない。なれそうな人はいるけど、一緒にいる時間が少なくて、もう一歩、知り合いの数を増やしたいというのはない。深くなりた。でもそれには自分のことをいっは話さなきゃいけないから、そこで批判をされるのがこわい。(後略)
- 5 80%くらい。「残りは何?」仲がいい人が近くにいないので、なかなか会えない。こっちが会いたいときに向こうも会いたいとは限らない。
- 6 70か80くらい。「残りは何?」人数は多い方がいいと思うけど、これ以上増やすときつと思う。だから人数的には今がベスト。私は一人であるのが好きなので、ほっといて欲しい。(後略)
- 7 25%くらい。自分から働きかけられない。そういう部分のウェイトが高いので。残り75%は自分の問題。「人数は何?」知り合い程度はこんなもんだと思うけど、すこいよらないことでも言える人は少ない。
- 8 75%。友達は満足してるけど、先生や院生が苦手で、それが今困ってる。「どうすればいいかな?」徐々に、目上と接する機会がなかったから、どうしていいか解らないので、徐々に慣れて行くしかない。
- 9 50%くらい。「残りは何?」もっと多くの人とコンタクトがあった方がいいと思うし、それ自体はそんなになくてもいいけど、もっと深い関係の人がいれればいいかな。でもそれがないのは自分が不精だから、というのがあっても知れない。私がそういう気なら、向こうだって、結構向いてくれるだろうし、ふだん会ってる子でも、もっとこちらから積極的に話しかけることによって、また違ったものが得られるかなって。
- 10 50%くらい。「残りは何?」新しい友達も欲しいし、でもその人と深い関係になれなかったら別にいいって感じ。少数精鋭で、「理想は、深い関係が何人かいて、表面的にはあまりいらない」うん。「じゃあ、残り50%は質の問題?」はい。(後略)
- 11 50%くらい。「残りは何?」自分をしっかり持ててない。周りが見えてない。相手が悪いと思ってたら友達にならないから、その人達は人間関係にいられてない。親しい人たちで上手くいってない場合を考える。
- 12 50%。「残りは何?」もっとみんなと仲良くなって、遊びや旅行にいったり、そういうこと。今仲いい子と仲をもっと深めていきたいとか。(中略)「大付き合いを広げるための行動は?」きっかけがあったら話しをするようにしている。ひとつのきっかけで親しくなることが多いから。
- 13 75%くらい。「残りは何?」話して疲れる人があるんで、そういうのが大部分。でも、友達も増やしたい。(後略)
- 14 60%くらい。でも、悩みの渦中にあるから50%くらいかも。(中略)「残り40%は何?」恋人とゼミと、親友の欠点を受け入れられない部分があって、それに触れる機会があったときに、数は丁度いい。
- 15 50%くらい。「残りは何?」踏み込めないとか、遠慮。あとは、自分が何に対しても思っていることを上手く言えないから、遠慮してる。
- 16 90はある。「100と言いきれないのは?」配慮で気を使うので、関係維持のコスト。
- 17 60%くらい。「残りは何?」誰とでも気楽には話せない。顔や名前だけ知ってる人には挨拶をしようか迷っちゃう。それが40%の中の30%。残りの10%が恋人。あと親との関係も、お互いに子離れ親離れしてないと思うんで、考え方が違う、時代と思うけど。
- 18 80、90くらい。100とは言い切れないけど、人数的にはベスト。ちょっと疎遠になってる友達が引っかかるかなってくらい。(後略)
- 19 (前略) 50%。「友達のウェイトが重い」うん。家族はあまり関係ない。
- 20 80%くらい。残りは忙しくなって仲のいい子と会えなくなったので、もうちょっとみんなと会いたいというのが。(後略)
- 21 80%。「残りは何?」全部分かり合えるってのではないと思うけど、できるだけ深い部分で知り合えるっていうの、悪い面もあると思うけど、それにあこがれてる部分もある。
- 22 90%。「残りは何?」具体的にはわからないけど、これからはもっと仲良くなれる気がするから、それくらいとどこかかな。(笑)
- 23 70%くらい。残り30%は、友人がもっと欲しい。自分が心を開ける人間関係がもう少し欲しい。あとは、後氏ともっと仲良くなりたい。親戚ももう少しあえたらいいと思う。
- 24 友人とかでいえば7割か8割。いろんな人を全部含めるともっと低くなる。上手く人と話せないから、交友関係が広がっていかない。そういう部分を見ると、「じゃあ、量的に足りない?」親しい友人に関しては満足してるけど、もっと他の人とのつながりに関しては足りない。(後略)
- 25 80%くらい。「残りは何?」バイト先の人間関係とか、そういう表面的な人たちとこのままでもいいのかなっていうのがある。踏み込んでみたいなって子もいるから、「どうして踏み込まない?」相手も深い関係を望んでいないかもしれないと思うと、「この人とはこの程度の関係ってわかる?」この子とはただ一緒に騒ぐだけってのはある。あとはきっかけしだい。でも、自分からじゃなくって、相手から話してきたら、もっと親しくなってもいいかなと思う。結構臆病だから、自分から爆弾抱えて飛び込むのはできない。「残り20%の割合は?」バイトが15%、そのほか(恋人も含めて)が5%。
- 26 80%くらいですか。「残りは何?」恋人がいれば、もう少し精神的に安定するんだろうと。去年はいたんだけど、価値観が合わなかった。
- 27 30%。あとは量より質の問題。知り合いは多いといわれる。「その質を何とがするには?」まず自分が大人になること。
- 28 70%くらい。まあまあ。「残りは何?」もっと身近(大学)で深く付き合いたい。数ももう少し欲しい。「数と質の比率は?」質が60、数が40。
- 29 60%くらい。「残りは何?」もう少し自分を出せる人が欲しいと思うときがある。自分を作ってる人がいっぱいいると疲れる。調整してあげる(美化してる)人がいっぱいいると思うと、でも踏み込む機会がない。けど会うと挨拶する人はいっぱいいる。踏み込む準備はできている。深いと、中くらいのと、浅いのとで、浅い人を中くらいにしだして、今中間層がない。深いのは今まで通りでいい。あと、深いのは中学校からの人で遠いので、もうちょっと近くに欲しい。物理的に近くに。

Appendix 3-2-5 トラブル集団と孤立とどちらがイヤ?
(実線は客観的・冷静な判断、点線は情緒的恐怖・不安)

- 1 トラブル集団の方がイヤ。「どうして?」仲間内で苦しむくらいなら一人で苦しむ方がましだから。 はこわい..
- 2 トラブル集団がイヤ、孤立の方が楽と思う。わりと逃げちゃうほう。ちょっとわかんないけど。 17 孤立がイヤ。「どうして?」自分一人にいれる人は自分に自信があるからだと思うけど、私はまだそういうのがないので、何かの集団に属してないと安心できない。(後略)
- 3 それは孤立でいいです。トラブルにエネルギーを使いたくない。 18 孤立する方。「どうして?」基本的に寂しがりやだから、こちやこちややりながらも、まだ人間関係繕っててる方が..
- 4 トラブル集団の方がいい。「どうして?」トラブルがあった方が深まって行きそう。 19 やっぱり周りにいた方がいい。「どうして?」孤立よりはまし..さびしい..耐えられない..
- 5 孤立には耐えられない。 20 集団の方がいいかもしれない。トラブルには何とか対処できるかも知れない。トラブルが起こせるというのは、いいたいことが言えるということだから。
- 6 集団がイヤかも知れない。孤立の方がまし。自分がしっかりあればいい。 21 どっちかって言うと孤立の方がこわい。トラブルの方が精神的にまだまし。孤立すると、今の状況に近いかもしれないけど、言えば返ってくる関係がないと、人間何となく耐えられないような感じがこの頃する..
- 7 関心を払っていない集団なら孤立してもかまわないけど、自分が親しくしたい人の中で孤立するなら喧嘩をしていた方がいい。(後略) 22 孤立がイヤ。「どうして?」私はすごい一人に弱くて、だから、トラブルがあっても、みんなといる方が全然いいと思う..
- 8 トラブルの方がいい。「どうして?」孤立することによってすごい不安がある。それよりはまだ、腹が立っても人と関わる方がいいと最近思え、自分からは孤立できない。 23 孤立するほう。友達ってたいせつだから。喧嘩するほど仲がいい。人間から友人関係をとったら、かたよっちゃうし、薄くなるし、淋しいから、山あり谷ありの方が差も大きい..
- 9 孤立する方がイヤかな。「どうして?」孤立してしまったら、相談する人もいないし、解決する手だてが見つかることが少ない気がして、トラブルだったら、ストレスは多いかも知れないけど、いい方向に持っていく努力が周りの人と一緒にできるような気がするから、孤立していると、こからトラブルを見たら二重のストレスがかかる。 24 孤立の方がイヤかなあ。やっぱり、人がいた方が安心できる。いがみ合ってるだけの集団なんて無いと思う。でも、いがみあひしあひしない集団だったら一人の方がいいのかなあ。
- 10 精神的には孤立している方がイヤだと思う。「どうして?」孤立すると後ろ向きになって、そういうのを客観的にみるとイヤ。 25 孤立する方がイヤ。寂しがりやだから..
- 11 孤立の方がイヤ。「どうして?」しょっちゅうトラブルがあるということはすぐに仲直りできてるということだから、外からみると、ずっといいなと、トラブルもできなくなったら寂しいと。 26 やっぱり孤立する方が辛い。トラブルが起きるのも大変だろうけど、孤立したら人間関係に入れない寂しさがある..
- 12 孤立する方がイヤ。トラブルもイヤだけど、周りに人がいた方が、心が安定する。あの子一人なんだと思われるのがイヤ。 27 孤立する方がイヤ。「どうして?」どうしてでしょうね。心理学の実験だと、小さいときの愛情とか言いますけどね。親和欲求が強いと思う。昔いじめられたからかな?
- 13 トラブルの方がイヤ。ごたごたに巻き込まれたくない方が強い。 28 孤立がイヤ。「どうして?」集団の一員だと安心できるし、私は何でも一緒にやるのは好きではないけど、孤立は全部が一人に思えて、寂しいなと思うときがあるんじゃないかと..
- 14 やっぱり集団の方がいい。孤立は嫌いですからというか、孤独感よりはまし。 29 孤立するの。「どうして?」トラブルが起きてても、関わらないようにしとけばいいかなって。「関わらざるを得なかったら?」孤立すると何もできなさそうなんで。(後略)
- 15 孤立するほう(がイヤ)。「どうして?」孤立したら淋しいし、トラブルがあって、離れたときに他の人がいればそっちの方がいいけど、いなかったら...。トラブルは何か上手く行くかも知れない。
- 16 孤立はイヤ。トラブルは解決すれば済む。孤立するの、

第3章第3節

対人ストレスイベントと社会的スキル・ 対人方略の関連

本節では(1)社会的スキルと対人ストレスイベントの関連、(2)対人方略と対人ストレスイベントの関連、(3)対人方略と社会的スキルの関連、を検討することを目的とした。分析対象は大学生計200名(男性105名、女性95名、平均年齢19.38歳)であった。分析の結果、社会的スキルは対人劣等とは負の関連をもつという仮説は支持されたが、対人摩擦と正の関連を持つという仮説は支持されなかった。また、社会的スキルの対人ストレス緩衝効果は示されず、部分的に直接効果が示された。対人方略と対人ストレスイベントの関連については、内省傾向が否定的影響力をもつことが確認された。対人方略と社会的スキルの関連については、対人関係の深化を回避する傾向が社会的スキルと負の関連を持つことが確認された。

3-3-1 問題と目的

現代青年の対人関係における諸問題が生じる原因のひとつとして、社会的スキルの欠如が指摘されている(e.g. 磯貝, 1992; 松元, 1996)。しかし、これらの指摘は主観的推測の域を出ないものが多く、その実証のためには、現代青年の特性と社会的スキル、ならびに対人関係上の問題を同時に扱った研究が必要であろう。これまでも、対人関係・精神的健康と社会的スキルとの関連はソーシャルサポート研究で扱われており(e.g. Cohen et al., 1986; 和田, 1991)、そこでは社会的スキルがサポートの授受を促進することが指摘されている。ただし、これらはサポートという対人関係の肯定的側面を検討するに留まり、対人関係の否定的側面と社会的スキルの関連は検討されていない。そして、対人関係の肯定的な側面と否定的な側面は基本的には独立しているという知見(e.g. Barrera et al., 1993; Finch et al., 1989)を考慮すれば、対人関係の否定的側面と社会的スキルの関連についても別個に検討すべきであろう。そこで本研究では、第一に社会的スキルと対人ストレスイベントの関連を検討することを目的とする。具体的には、(1)対人ストレスイベントと社会的スキルの相関、さらに(2)対人ストレスイベントの精神的健康に及ぼす影響を社会的スキルが緩和する可能性、という二点について検討する。この二点を検討するのは、個人の内的/外的資源は、ストレスorとなりうるイベントの規定因であると同時に、ストレスorのインパクトの媒介因としても考えられるからである(本論文第1章第4節; Taylor & Aspinwall, 1996)。さらに、第2章第2節では、対人ストレスイベントの類

型として、対人葛藤（社会の規範から逸脱した顕在的な対人衝突事態）、対人劣等（社会的スキルの欠如などにより劣等感を触発する事態）、対人摩耗（対人関係を円滑に進めようとする事により気疲れを引き起こす事態）の3種類が見いだされている。これらのイベント毎の特徴と社会的スキルとの関連を推測すると、社会の規範からの逸脱である対人葛藤や、他者と対等にコミュニケーションが取れない事態である対人劣等は、社会的スキルの欠如から生じると考えられる。しかしその一方で、対人関係を円滑に進めることに付随して気疲れを感じる対人摩耗は、社会的スキルの保持によって誘発されるとも考えられ、社会的スキルの保持が多様な対人ストレスイベントの生起を同様に抑制するかは疑問である。本研究ではこの点も合わせて検証する。

ところで、対人ストレスや社会的スキルと関連するであろう、現代青年の対人関係の世代的特徴を検討するには、コホート分析に限らずとも、青年心理学における現代青年の特徴に関する研究や、社会学的研究における現代若者論を援用することも可能であると考えられる。前者として例えば岡田（1996）は、疾風怒濤的な従来の青年像に合致する群の対人恐怖的傾向が高い一方で、群れ志向群は適応的特徴を示すことを明らかにしている。また後者の例として岩間（1995）は、評価懸念は残ったままマニュアル文化や差異化文化が衰退した90年代では、「自分の感覚のみを頼りにして、人の目を気にするのはやめよう」という方略が選択されやすいことを指摘している。そこで本章第1節ではこれらの論説を概観し、さらに本章第2節では女子学生を対象とした面接から、時代的・社会文化的背景が青年の対人関係とそれに起因するストレスとの関連に及ぼす影響を検討した。そしてここでは、①現代青年においては、対人葛藤よりも対人劣等や対人摩耗の方が中心の問題である可能性、②価値観の差異が導く深化回避傾向によってサポートネットワークが量的には十分でも質的には不十分である可能性、③既存の社会的スキル研究では扱われない現代青年特有のスキルが存在する可能性、が示唆された。そこで本研究では、現代青年の他者との関わり方／スタイル（本研究では対人方略と総称する）を取り上げ、これらと対人ストレスイベントや社会的スキルとの関連を検討することも目的とする。まず対人ストレスイベントと対人方略との関連については、現代青年の摩擦回避傾向や「やさしさ」に関する議論（e.g. 藤竹, 1994；大平, 1995；千石, 1994）から、対人葛藤回避傾向の強さ、評価懸念による劣等感の高さ、価値観の多様化による対人摩耗の増加など、さまざまな可能性が推測される。また、青年の対人関係と適応に関する議論では、これまでいくつかの研究で、類型化による類型毎の適応の議論が展開されている（岡田, 1993；岩間, 1995；上野ら, 1994）。そこで本研究でも類型化を行い、どのような類型、もしくはどのような特徴が、対人ストレスイベントの諸側面と関連するのかを検討する。また、社会的スキルと対人方略の関連については、青年期の友人関係の発達の意義の一つとして社会的スキルの学習が挙げられる（松井, 1990）一方で、先述したように現代青年の社会的スキルの欠如が指摘されている。これには、青年期の友人関係が社会的スキル学習の場として機能しな

くなったこと、青年期の友人関係で習得する社会的スキルが通状況的なものでなくなったことなど、さまざまな可能性を推測できるが、いずれにせよそこには現代青年の対人方略の独自性が背景にあると考えられる。

以上から、本研究ではまず、社会的スキルと対人ストレスイベントに関する以下の仮説を検証する。

仮説V-1：社会的スキルは対人葛藤・対人劣等とは負の関連を持ち、対人摩耗とは正の関連を示す。

仮説V-2：社会的スキルは、対人ストレスイベントが精神的健康に及ぼす否定的影響を緩和する。

さらに、仮説は設けないが、対人方略と対人ストレスイベントの関連、対人方略と社会的スキルの関連、についても探索的に検討する。

3-3-2 研究V

目的

(1) 社会的スキルと対人ストレスイベントの関連、(2) 対人方略と対人ストレスイベントの関連、(3) 対人方略と社会的スキルの関連、の検討。

方法

調査は1997年1月および1998年5月に、国立4年制大学の大学生を対象に実施し、質問紙に不備のなかった者200名（男性105名、女性95名、平均年齢19.38歳）を分析対象とした。本研究の分析では以下の尺度を使用した。

① KiSS-18

社会的スキルを測定する尺度。青年の全般的社会的スキルを測定するという目的に合致し、かつ妥当性も確認されている尺度として、菊池（1988）によって作成された18項目、5段階評定のものを使用した。その妥当性については、菊池（1998）を参照のこと。

②内省傾向に関する尺度（以下内省尺度と略記）

岡田（1991；1993）で用いられた11項目、7段階評定。

③友人関係の深さに関する尺度（同友人尺度）

同じく岡田（1991；1993）で用いられた12項目、7段階評定。

④対人ストレスイベント尺度

第2章第2節で用いられた、対人関係においてストレスを生じさせうるイベント30項目。各項目内容が最近3カ月間にどの程度の頻度で起こったかを、「全くなかった」から「しばしばあった」までの4段階で評定を求めた。

⑤ GHQ28

全般的健康度の指標として設定された中川・大坊（1985）による28項目、4段階評定。

なお、本研究では②③の下位尺度を対人方略の尺度として使用するが、先述したように、対人方略とは他者との関わり方／スタイルの総称的概念であり、これら二つの尺度は対人方略の下位概念の一部であるとする立場を筆者はとっている。先述したように、本章における対人方略という概念の使用は、現代青年の対人関係の特徴を描写しているさまざまな概念がすべて「他者との関わり方／人付き合いのスタイル」に関する概念である点に着目したものである。よって本研究では、それらを包括する上位概念として「対人方略」という語を便宜上用いることとする。そしてその中でも岡田（1991；1993）の尺度を利用したのは、これらの尺度が種々の現代青年に関する議論を考慮した上で作成されたものであり、その意味で本研究の主題の検討にもっとも適していると考えられたからである。

結果

尺度の構成：尺度の構成はすべて、原典の尺度構成を採用した際の信頼性係数を確認し、信頼性が不十分であると判断された場合のみ、再構成を行った。その結果、まず KiSS-18については合計点を KiSS-18得点とした。内省尺度については、因子分析ならびに項目尺度相関の結果から信頼性が確認されたので、岡田（1991；1993）による下位尺度（「内省傾向」と「軽薄短小」）をそのまま採用した。また、友人尺度については、岡田（1991；1993）による下位尺度を採用した場合の信頼性係数が十分でないと考えられた（躁的防衛で $\alpha = .58$ ）ので、因子分析（主因子法、バリマックス回転）を行い、固有値の減衰状況（3.00, 2.27, 1.34, 0.99, …）と解釈可能性から2因子を抽出した。また、それぞれの因子で負荷が.4以上の項目を下位尺度項目としたところ、「深化回避」と「気遣い」の下位尺度が構成された。本研究では、内省尺度と友人尺度から導かれた4下位尺度を対人方略の尺度として使用する。対人ストレスイベント（以下対人ストレスと略記）については、合計点を対人ストレス得点とし、さらに第2章第2節による下位尺度（対人葛藤8項目、対人劣等9項目、対人摩耗7項目）を採用した^{*1}。なお、下位尺度については合計点を項目数で割っているので得点範囲は1～4点となる。GHQ28については、合計点を GHQ 得点とした。

以上の尺度について t 検定により性差を検討したところ、深化回避で男性が高得点という有意差、対人摩耗と KiSS-18で女性が高得点という傾向差がみられたが、その他の尺度について性差は認められなかった。したがって、性差が及ぼす全般的な影響は小さいと考

*1 ただし、項目23番「同じことを何度も言われた」は第2章第3節では対人葛藤項目とされているが、対人葛藤尺度に含んだ場合の項目尺度相関が低く、対人摩耗尺度に含んだ場合の項目尺度相関が高かったため、表面的妥当性も考慮して、本研究では対人摩耗項目として扱った。

えられるので、以下の分析では性差は扱わない。なお、今回使用された対人方略の尺度の項目例を Table 3-3-1、尺度の平均、標準偏差、 α 係数なら

Table 3-3-1 対人方略尺度の項目例

内省傾向 (7項目)	「ものごとを深く考える傾向がある」 「自分がどんな人間なのか関心がある」 「自分が何の為に生きているのか考え込んだことがある」
軽薄短小 (4項目)	「軽く生きていく主義だ」 「軽い生き方をするようにしている」 「今さえ楽しければよいと思う」
深化回避 (6項目)	「友達と真剣に議論するのは恥ずかしいことだ」 「友達には自分の本心は見せない」 「友達と精神的に深い関係を持ちたい」(逆転項目)
気遣い (3項目)	「友達を傷つけないように注意を払っている」 「友達と楽しい雰囲気になるよう気を使っている」 「友達からどう思われるか気になる」

びに性差を Table 3-3-2 に示す。また、対人ストレスに関しては、対人葛藤は対人劣等・対人摩耗よりも生起頻度が低いという、第2章第2節と同様の傾向が確認された。対人ストレスイベント・精神的健康と社会的スキルの関連：対人ストレスと社会的スキルの相

Table 3-3-2 尺度の平均値・標準偏差・ α 係数および性差

尺度	M	SD	α	男性M	女性M
対人ストレス	62.53	12.93	.91	61.41	63.76
対人葛藤	1.78	0.55	.86	1.79	1.78
対人劣等	2.39	0.55	.81	2.35	2.44
対人摩耗	2.15	0.49	.71	2.09	2.22
KISS-18	54.39	10.22	.88	53.43	55.44
内省傾向	28.56	7.29	.79	28.70	28.40
軽薄短小	8.72	5.10	.84	8.90	8.52
深化回避	13.44	5.96	.78	14.57	12.19
気遣い	12.17	2.71	.65	12.07	12.28
GHQ	56.35	12.50	.91	56.26	56.44

** $p < .01$ + $p < .10$

関を求めた結果 (Table 3-3-3)、対人劣等と社会的スキルの間に高い負の相関が見いだされたが、対人葛藤と対人摩耗は社会的スキルと無相関であった。したがって、「社会的スキルは対人葛藤・対人劣等とは負の関連を持ち、対人摩耗とは正の関連を示す」という仮説V-1は、対人劣等についてのみしか支持されなかった。さらに社会的スキルとGHQの間にも1%水準で有意な負の相関が見いだされたが、その値は対人ストレスとGHQの相関と比べて小さいものであった。したがって、社会的スキルは対人劣等の頻度と密接な関連がある一方で、対人葛藤や対人摩耗の生起頻度とは無関連であること、社会的スキルと精神的健康との直接的な関連は、対人ストレスと精神的健康との関連よりは弱いことが示された。

Table 3-3-3 対人ストレスイベント・GHQとKISS-18の尺度間相関

尺度	KISS-18	GHQ
対人ストレス	-.26**	.46***
対人葛藤	-.12	.39***
対人劣等	-.40***	.45***
対人摩耗	-.03	.28***
GHQ	-.19**	-

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

さらに、社会的スキルのストレス緩衝効果を検討するため、KISS-18得点および対人ストレス得点を平均値で高群と低群に分け、これらを独立変数、GHQ得点を従属変数とした2要因分散分析を行った。その結果、対人ストレスは主効果を示した ($F(1, 196) = 27.51, p < .001$) もの、KISS-18の主効果 ($F(1, 196) = .15, n.s.$) と交互作用 ($F(1, 196) = .43, n.s.$) は認められなかった。さらに、対人ストレスをその下位尺度で代替した分散分析も行ったが、いずれも下位尺度の主効果が示された一方で、KISS-18の主効果ならびに交互作

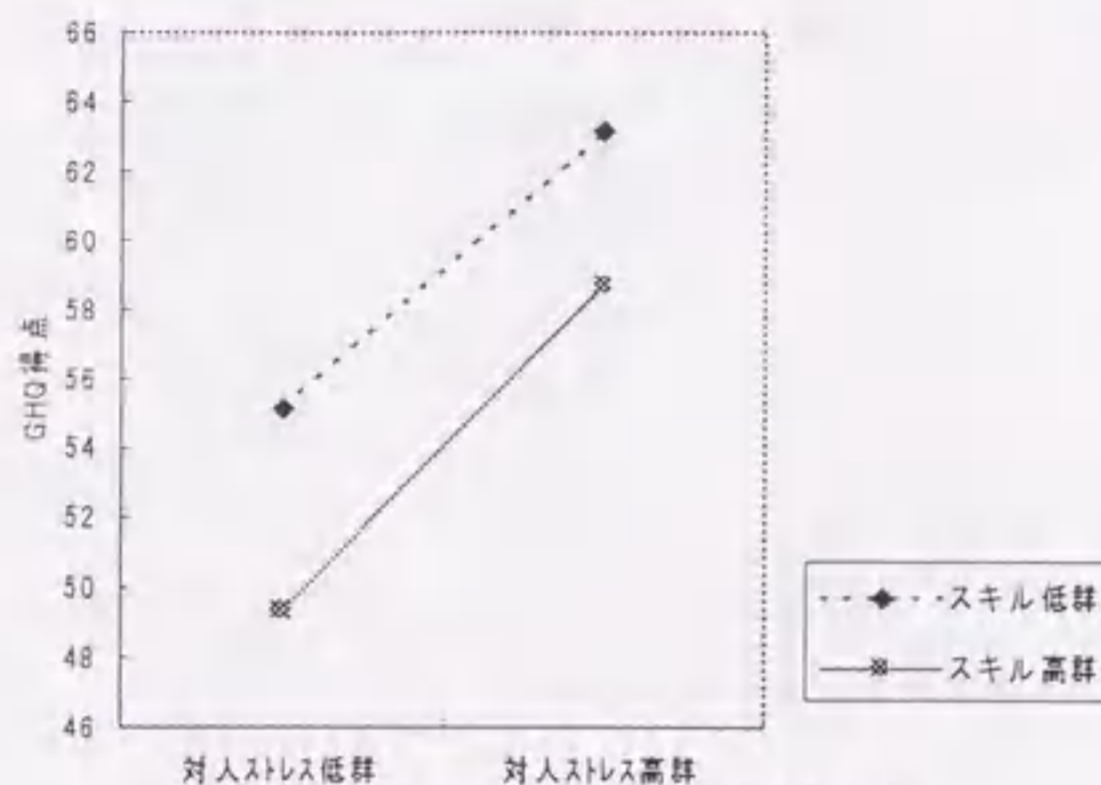


Figure 3-3-1 対人ストレスとKiSS-18による分散分析

用は認められなかった。ただし、KiSS-18の上位30%を高群、下位30%を低群とした2要因分散分析では、交互作用は見いだされなかったものの、対人ストレス ($F(1, 119)=19.49, p<.001$) に加えて、KiSS-18 ($F(1, 119)=6.84, p<.01$) の主効果が見いだされた (Figure 3-3-1)。したがって、「社会的スキルが対人ストレスイベントのインパクトを緩和する」という仮説V-2は、緩衝効果という意味では支持されな

かったが、部分的には直接効果が示された。

対人ストレスイベントと対人方略の関連：まず対人方略4尺度と対人ストレスイベントとの相関を求めたところ (Table 3-3-4)、対人劣等が内省傾向・深化回避・気遣いと有意な正の相関を示し、内省傾向は対人葛藤とも、気遣いは対人摩耗とも正の相関を示した。ちなみに対人方略とGHQの相関も求めたところ、内省傾向のみがGHQと高い正の相関を示した。

ところで、先述の岡田 (1993) では現代青年の類型化が行われ、類型による対人恐怖的心性の差異が示唆されている。そこで本研究もこれと同様に、内省尺度と友人尺度でクラスター分析 (SPSSによるQuick Cluster) を行い、得られた4クラスターを独立変数とする1要因分散分析によって、クラスター間の対人ストレス生起頻度を比較検討することを試みた (Table 3-3-5)。まず、構成された各クラスターの特徴を、内省尺度および友人尺度から検討する (Table 3-3-5、Figure 3-3-2)。第1クラスターは、軽薄短小の高さが顕著である。また、深化回避傾向も高めで、軽く浅い対人関係を志向する群であると考えられ

Table 3-3-4 対人方略に関する尺度間相関

尺度	内省傾向	軽薄短小	深化回避	気遣い
軽薄短小	-.25***	—		
深化回避	-.11	.23**	—	
気遣い	.38***	.05	-.02	—
対人ストレス	.30***	-.04	.09	.27***
対人葛藤	.18*	-.01	.05	.12
対人劣等	.41***	-.11	.19**	.37***
対人摩耗	.13	.09	-.02	.19**
GHQ	.39***	-.10	.03	.06
KiSS-18	-.06	-.08	-.48***	-.06

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

るので、「表層群」と命名する。第2クラスターは、内省傾向および気遣いが低いのが顕著な特徴である。つまり、自己も他者もあまり省みない群であると考えられ、「無関心群」と命名する。第3クラスターと第4クラスターはともに内省傾向が

Table 3-3-5 内省傾向と友人関係に関する尺度による各クラスターの平均

尺度\クラスター	第1クラスター 表層群 (N=43)	第2クラスター 無関心群 (N=48)	第3クラスター 積極群 (N=74)	第4クラスター 内向群 (N=35)
内省傾向	31.09 b	18.45 a	32.42 b	31.14 b
軽薄短小	13.58 c	10.06 b	6.31 a	6.00 a
深化回避	16.63 c	13.81 b	8.14 a	20.23 d
気遣い	13.16 b	10.79 a	12.47 b	12.20 ab
対人ストレス	66.60 b	57.35 a	62.77 ab	64.09 ab
対人葛藤	1.87	1.67	1.79	1.80
対人劣等	2.58 b	2.09 a	2.38 ab	2.59 b
対人摩耗	2.31	2.04	2.16	2.09
GHQ	59.28 b	50.77 a	58.28 b	56.29 ab
KiSS-18	50.37 a	54.92 ab	58.66 b	49.54 a

Note:異なるアルファベットのみがある群間は5%水準で有意
 (同じアルファベットがある群間は有意差なし
 アルファベットの無い群はその他いずれの群とも有意差なし)
 数値は調和平均

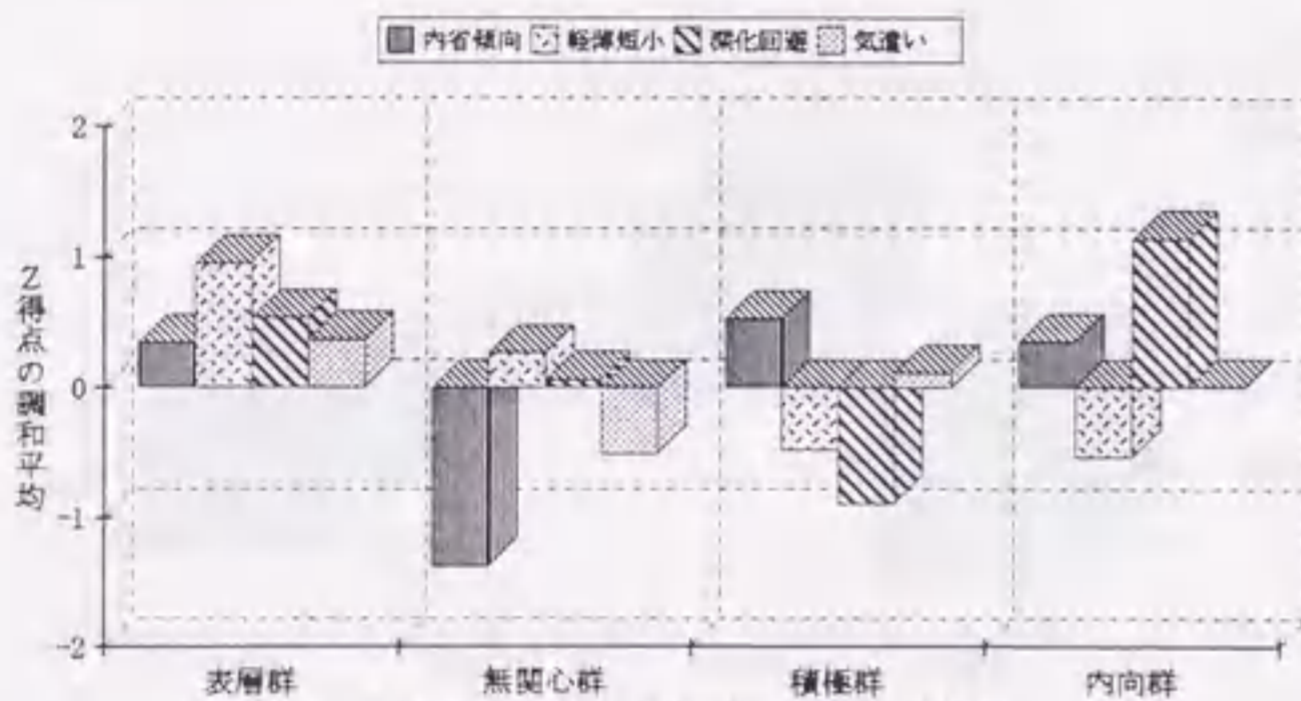


Figure 3-3-2 各クラスターの対人方略得点

平均的、軽薄短小が低得点という共通点がある。ただし、深化回避傾向における第3クラスターの低さと第4クラスターの高さが特徴的な差異であろう。このことから、第3クラスターは、内省傾向と関係深化志向が両立している、つまり自己に

も他者にも積極的に関与する群であると考えられるので、「積極群」と命名する。一方第4クラスターは、内省傾向が高い一方で関係深化を回避する、いわば自己には積極的だが他者には消極的な群であると考えられるので、「内向群」と命名する。これらの類型は岡田(1993)とは異なるものとなったが、簡潔に言えば対人関係において、軽い関係の維持

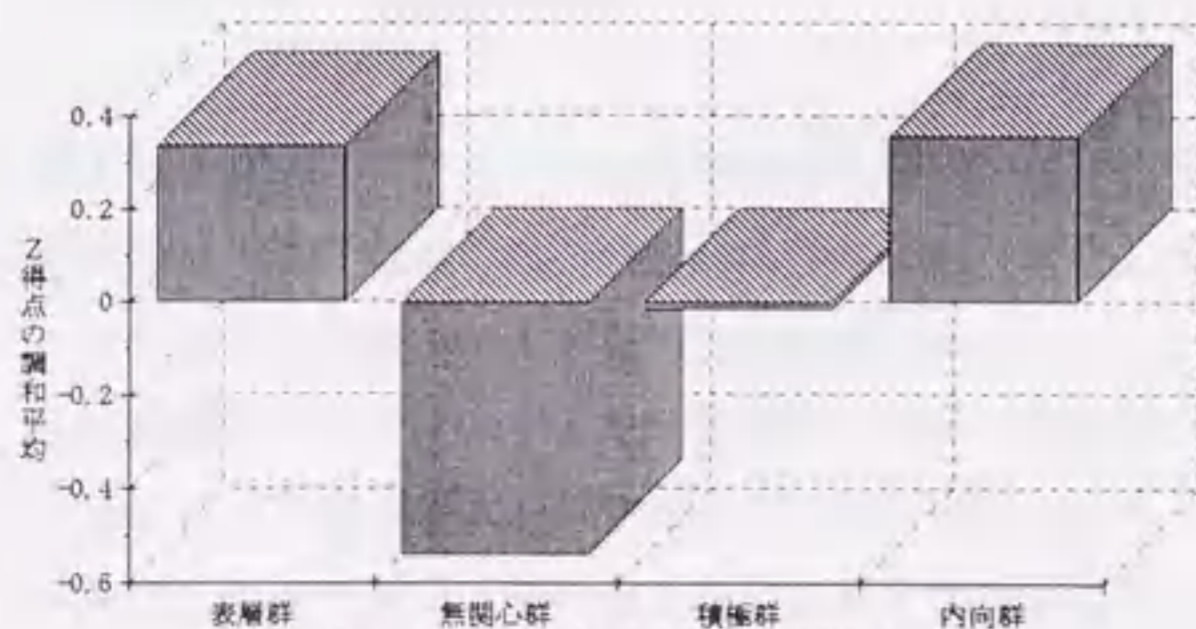


Figure 3-3-3 各クラスターの対人劣等得点

を望むか(第1クラスター)、何も望んでいないか(第2クラスター)、自身と対人関係をともに深めることを望むか(第3クラスター)、対人関係に期待せず自身を深めることを望むか(第4クラスター)、という区分であると考えられよう。ちなみに χ^2 検定で性による偏

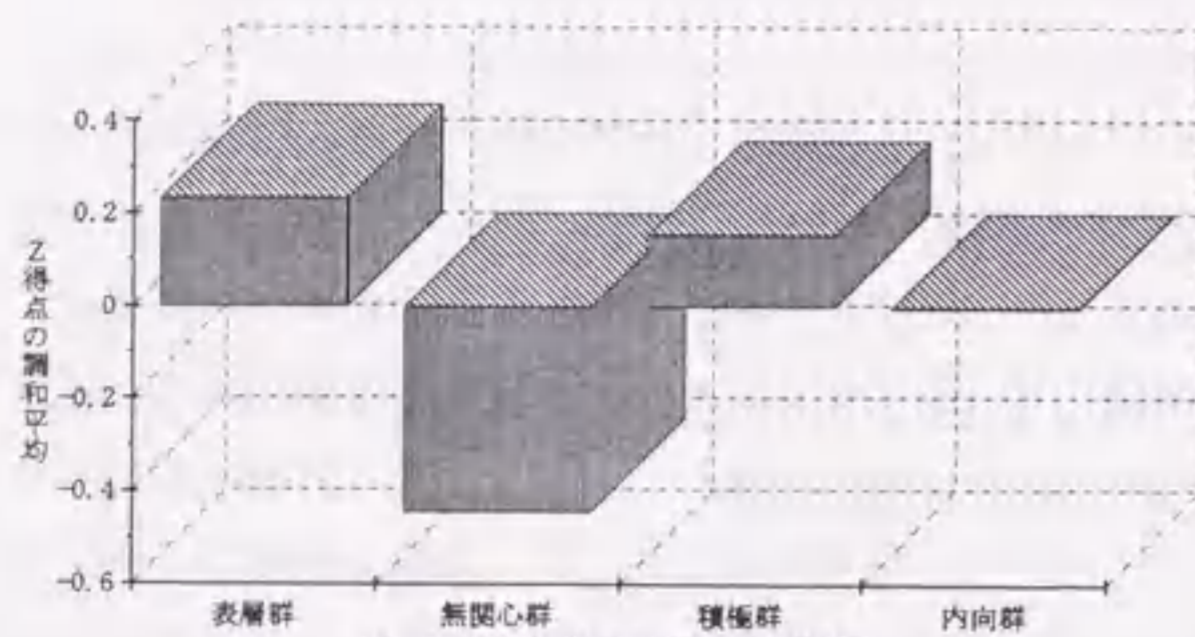


Figure 3-3-4 各クラスターのGHQ得点

無関心群の得点の低さが示された (Table 3-3-5、Figure 3-3-4)。以上から、対人方略と対人ストレス、そして精神的健康との関連については、内省傾向の高さが否定的に働く傾向が示されたと考えられよう。

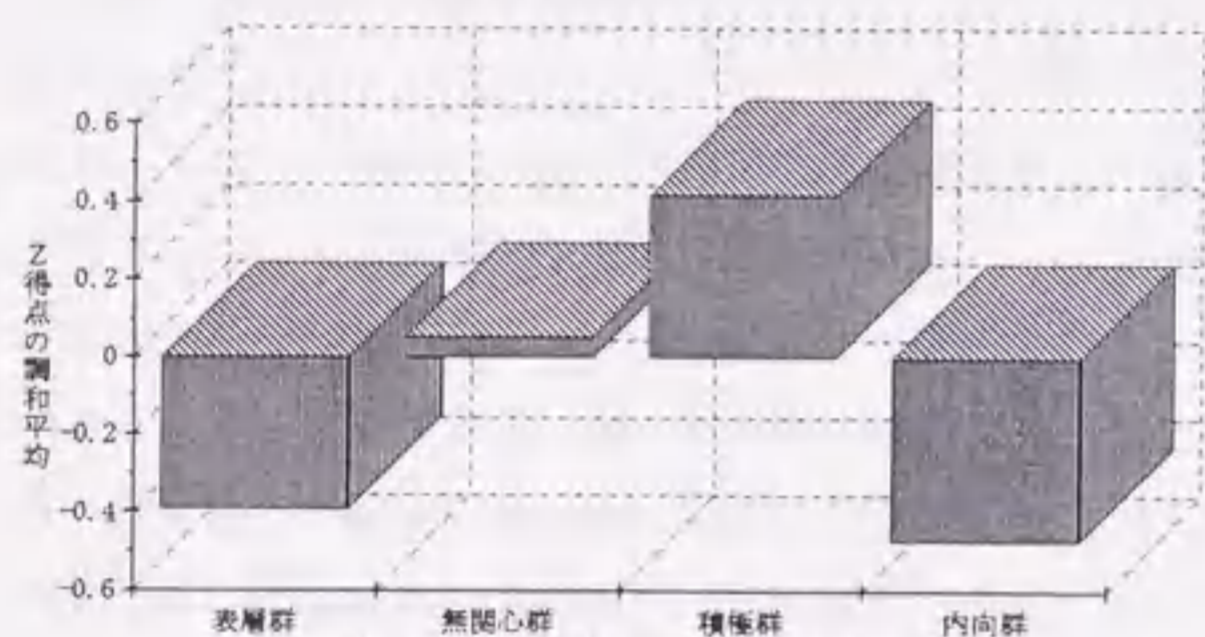


Figure 3-3-5 各クラスターのKISS-18得点

第1クラスター (表層群) と第4クラスター (内向群) が低得点、第3クラスター (積極群) が高得点であった。以上から、対人方略と社会的スキルの関連については、相関・クラスター間の比較ともに、深化回避傾向が社会的スキルと負の関連を持つことが確認された。

3-3-3 全体的考察

対人ストレスイベント・精神的健康と社会的スキルの関連：まず対人ストレスイベントと社会的スキルの関連では、社会的スキルが対人劣等との間に高い有意な負の相関を示した一方で、対人葛藤・対人摩耗とは無相関であった。したがって、社会的スキルは対人劣等と負の関連を示すという仮説は支持されたが、社会的スキルが対人葛藤と負の相関、対人摩耗と正の相関を示すという仮説は支持されなかった。この結果は、社会的スキルの保持が時には対人ストレスを促すという仮説を棄却するものであるが、それと同時に、少なく

りを検討したところ、有意な偏りは見いだされなかった。

これらのクラスター間における対人ストレスイベントの平均値の差を分散分析で検討したところ、対人劣等について、無関心群の低得点が示された (Table 3-3-5、Figure 3-3-3)。さらに GHQ についても、

対人方略と社会的スキルとの関連：まず対人方略と社会的スキルとの相関を求めた結果 (Table 3-3-4)、深化回避のみが高い負の相関を持つことが確認された。さらに、先述のクラスター間でも社会的スキル得点に有意差がみられ (Table 3-3-5、Figure 3-3-5)、

とも本研究における社会的スキルが対人関係上の問題すべてに対して、その抑制に有効であるわけではないことも意味している。これまでの社会的スキル研究は、そこで扱う問題として引っ込み思案・対人不安・孤独感など、「個人が望む対人関係が実現できない状態」を取り上げることが多かった (e.g. 相川・津村, 1996)。そして本研究の結果は、そのような問題への社会的スキルの有効性ととも、「個人が望まない対人関係に従事している状態」への非有効性を示しているとも考えられる。前節では現代青年に特有のスキルの存在可能性が示唆されているが、一般的な社会的スキルに加えて、今後は問題特定の社会的スキルの検討も課題とすべきであろう。

また、社会的スキルと GHQ の関連については、相関は有意だったものの決して高くはなく、さらに分散分析でも、社会的スキルが対人ストレスイベントのインパクトを緩和するという緩衝効果は支持されなかった。これらの結果から、社会的スキルが精神的健康に直接的に及ぼす影響は、決して大きくはないと考えられる。しかし部分的には直接効果が示され、数少ない介入可能性のある変数という意味でも、社会的スキルはやはり重要な概念であろう。

対人ストレスイベントと対人方略の関連：次に対人方略尺度と対人ストレスイベント尺度の関連では、内省傾向・気遣いが対人ストレスと正の相関を示した。特に気遣いが対人摩耗と有意な相関を示したのは、対人摩耗の構成概念妥当性を支持する結果であると考えられよう。さらにクラスター間の平均値の比較では、対人ストレス・GHQ とともに、無関心群が肯定的、表層群が否定的な傾向にあることが見いだされた。そして、本研究において疾風怒濤に該当するのは積極群、群れ志向に該当するのは表層群であると考えれば、この結果は、疾風怒濤的な群が不適応的であり、群れ志向群が適応的であるという岡田 (1996) の指摘とは必ずしも合致しない。この原因として、本研究では岡田 (1993 ; 1996) で想定されていない無関心群が想定され、その適応的な結果が相対的に他の群の不適応的な結果を導いたことが考えられる。しかし上野ら (1994) では、心理的な距離が大きく同調傾向が高い「表面的交友」の劣等感の高さが指摘されており、本研究における表層群の不適応傾向はこの知見とは合致するものである。そしてクラスター間の GHQ の違いは、表層的か否かを問わず対人関係に気を使う表層群・積極群より、対人関係にあまりコミットしない無関心群・内向群の方が相対的に適応的であることを意味している。前述した青年論や若者論においては、青年の対人方略の時代的変遷として、自分も対人関係も高めようとする積極群は70年代までの、軽い人間関係を志向する表層群は80年代の典型的なスタイルであるとされている。そしてそれに対して、自分の興味にしか関心を示さないオタク的な内向群・考えるのをやめてしまった無関心群は90年代の典型的なスタイルであることが指摘されている。よってこの結果は、他者へのコミットの低減という現代青年の特徴が、現代社会への適応方略として採用されたという可能性を示唆しているのかもしれない。ただし、自己も他者も省みない群が最も適応的であることの是非については後述する。また、クラ

スター間で対人葛藤や対人摩擦に差がみられなかったことは、これらのイベント生起における対人方略の影響を否定するものである。したがって対人ストレスの生起は、イベントの種類によっては対人方略以外の要因に規定されると考えられ、この点は今後の検討課題である。

対人方略と社会的スキルとの関連：対人方略と社会的スキルとの関連については、深化回避が高い負の相関を示した。ここから、対人関係を深化させないのは個人が主体的に望んでいるわけではなく、スキルの欠如に由来する可能性が考えられ、その意味では、「現代青年の対人関係上の問題はスキル欠如に由来する」という多くの指摘を支持する結果であると言えよう。また、クラスター間の社会的スキルの比較では、表層群と内向群のスキルの低さが見いだされた。この結果も深化回避志向の影響を反映していると考えられ、表層群は決して積極的に表層的な関係を志向しているのではなく、実は表層的な関係を受容せざるを得ない状況にあるという可能性が考えられる。つまり、この群は無関心群ほど対人関係に淡泊なわけではなく、しかし積極群ほどのスキルを持っていないが故に、表層的対人関係で満足せざるを得ないということである。しかしこれはあくまで一つの類推的な考え方であり、より詳細な検討が必要であろう。

今後の課題：本研究では対人方略から、表層群、無関心群、積極群、内向群の4類型が形成された。そして、その他3群と比較して、無関心群の適応のよさが顕著であった。しかしこの群にも、客観的な社会的適応という点で問題が内包されている可能性がある。というのは、無関心群は自己も対人関係も省みない群である。内省もせず他者評価も気にしなければ対人関係の悩みもなく、個人内のストレスは低い水準で維持されるであろう。しかしこのような対人方略が他者にとっては傍若無人に映る可能性は十分に考えられる。つまり、この群は個人内の心理的過程では適応的ではあるが、客観的観点からの社会適応という意味においては、必ずしも適応的ではない可能性が考えられるのである。よって、無関心群を適応的とすることにも疑問は残り、この問題を解消するには、前節で触れた「社会からの承認」と「自己からの承認」の両側面を適応の指標とした研究も行われるべきであろう。

本章は(1)「現代青年はスキルが低下している」から(2)「スキルの欠如によって対人関係の問題が生じやすい」という指摘の是非を問うことが根本的な目的であったが、今回見いだされた知見は、必ずしもこの指摘を全面的に支持するものではなかった。まず(1)の指摘については、深化回避が現代青年の特徴であるならば、この考えは支持されたと言えよう。かつての疾風怒濤群と考えられる積極群のスキル得点の高さもこれを支持するものである。しかしその一方で、同じく現代に特徴的とされる無関心群のスキル得点は決して低くはなかった。これは今回の尺度が自己評価形式だったことに基づくとも考えられるが、この結果は(1)の指摘を支持するものではない。よって、「現代青年のスキルの低下」は基本的には支持されたが、部分的には疑問も残ると言えよう。次に(2)の指摘に

については、対人劣等とスキルが負の相関を示した一方で、対人葛藤・対人摩耗はスキルと相関を示さなかった。したがって「スキルの欠如による問題の生起」は、部分的な支持に留まったと言えよう。今日顕在化している青年の対人関係上の諸問題が、果たしてスキル欠如に基づくのか、そしてそれぞれの問題の抑制・早期解決にはどのようなスキルが有効なのか、残された検討課題は少なくない。今後は調査対象・問題の内容・そしてスキルの内容それぞれを何らかの形で分類した上で、それらの詳細な対応関係を検討することが望まれよう。