

## 青年期の友人関係における主観的幸福感, ソーシャル・スキルおよび対人相互作用の質との関連

徳永美紗子\*・松下姫歌\*

The relation among subjective well-being, social skills and quality of interpersonal interaction  
in adolescent friendships

Misako Tokunaga\* & Himeka Matsushita\*

The aim of this research was to examine the following relationships in adolescent friendships: social skills (assertive skills and responsive skills), quality of interpersonal interaction (closeness, enjoyment, responsiveness, influence, and confidence), and subjective well-being. The results of the analysis revealed that for people with higher responsive skills and lower responsiveness, the lower the assertive skills, the higher the subjective well-being. By contrast, for people with higher assertive skills and responsive skills, the higher the subjective well-being, the higher the responsiveness of the subjects. In this study, only responsiveness out of the quality in interpersonal interaction was found to affect social skills and subjective well-being, and did not support the hypothesis of being part of all the five qualities of interpersonal interactions.

**Key words:** subjective well-being, social skill, quality of interpersonal interaction

### 問題

#### 主観的幸福感の概念

世界保健機関（WHO）憲章の前文（1946）では、「健康とは、単に疾病や障害の無い状態ではなく、身体的、精神的、社会的に完全に調和のとれた良い状態」であるとされている。より良いあり方(well-being)を追求するためには、心身の両面と心理社会的側面を含めた、自らの全体的なあり方を、心がどう捉えているかが重要となる。この点に関し、従来、心理学で情緒を扱う場合、不安や抑うつなどの否定的感情に着目することが多かったが、心の健康をより積極的にとらえていくには、人生や自分に対する肯定的感情にも着目する必要がある。その中で、近年注目されてきている肯定的感情として、主観的幸福感（subjective well-being ; SWB）があげられる。心理学の分野では、

---

\* 広島大学教育学研究科 (Graduate school of Education, Hiroshima University)

幸福感はあまりにもとらえ難く曖昧で、科学的研究の対象になりえないとされてきた。しかし、1970年代前後からこのような状況に変化が現れ、「幸せとは、その個人のみが感じるところの主観的なものである」（Wilson, 1967）という共通理解をもとに、主観的幸福感の実証的研究が開始された。

概念構造に関する実証的研究において、主観的幸福感は、認知的側面である「人生に対する満足感」と感情的側面である「肯定的感情の存在」と「否定的感情の不在」から構成されていることが示されている（寺崎・綱島・西村, 1999）。このうち、「人生に対する満足感」とは、将来への希望、現在への満足、過去への満足など時間的展望を含むものである。「肯定的感情の存在」とは、自己受容、自尊感情、充実感を含むもので、「否定的感情の不在」は抑うつ、不安などが無い状態だとされている（森田, 2003）。

### **主観的幸福感と対人相互作用**

主観的幸福感の変容という面について、その関連要素として根建・田上（1995）は、自己受容、論理的柔軟的認知、問題処理行動、自己実現目標、他者接触活動をあげている。これらのうち、どのような対人関係が主観的幸福感に結びつくのかという点に絞って見た場合、他者接触活動においては対人相互作用（interpersonal interaction）の重要性が指摘されている。多くの研究において、社会生活における人々の「つながり」、つまり対人関係の重要性が強調されており（大坊, 2006）、日本での研究においては、愛情関係や友人関係、親密な他者といった対人関係が主観的幸福感の要因として、大きいものであることが示されている（牧野・田上, 1998b；大木・山内・織田, 1998；植田・吉森・有倉, 1992）。その中で、主観的幸福感と対人相互作用との関連について検討したのものとして、牧野・田上（1998a）の研究があげられる。

牧野・田上（1998a）は、対人相互作用の量的側面および質的側面と主観的幸福感との関連について検討している。具体的には、対人相互作用の量的測定については、①1日あたりの人数、②1日に費やした時間、③1回あたりの長さ、④各タイプの割合（例えば、同性の親密な友人を含む割合）の4指標をとりあげ、対人相互作用の質的測定については、対人相互作用の社会情緒的な次元である、①接近度：関わった相手をどの程度人間関係で心理的に近く感じているか、②愉快度：相互作用がどの程度喜ばしい満足できるものであったか、③応答度：関わった人はどの程度自分の要求や感情に反応を返してくれたか、の3次元に加え、対人相互作用の社会道具的次元である、④影響度：何をするか、どこで行うかなどの決定に対してどの程度自分は相手に影響を及ぼすことができたか、⑤自信度：相手と自分との関係性に対しどの程度自分に確固たる自信があるか、の2次元を加えた5指標をとりあげ、対人相互作用の量的4指標、質的5指標と主観的幸福感の相関分析をおこなっている。

その結果、対人相互作用の「量」ではなく「質」と主観的幸福感との間に正の相関が認められ、接触した他者の人数や回数が多いという量的な体験ではなく、親密で相手からの応答が得られる質の高い対人関係を体験している人ほど、高い主観的幸福感を抱いていることが示されている。

### **対人相互作用の質とソーシャル・スキル**

対人相互作用の質を規定する要因の1つとして、個人の内的資源であるソーシャル・スキル

(social skill) が挙げられる。ソーシャル・スキルとは、対人場面において、個人が相手の反応を解説し、それに応じて対人目標と対人反応を決定し、感情を統制した上で対人反応を実行するまでの循環的な過程であると定義されている(相川, 2000)。

実際の対人相互作用において使用されるソーシャル・スキルには、主張性(assertiveness)と反応性(responsiveness)があり、対人コミュニケーション能力(interpersonal communication competence)の本質的な要素であるという指摘がなされている(McCrosky & Richmond, 1996)。主張性スキルは、独立(independent)、支配(dominant)、攻撃(aggressive)、競争(competitive)、強制(forceful)といった記述によって特徴付けられ、積極的に自らの要求や意見を明らかにし、肯定的感情や否定的感情を示し、会話の進行を決定し、他者を非難することなしに自分自身の主張を行う能力であり、自己とコミュニケーション過程の両方をコントロールすることのできる人物が示す能力である。反応性スキルは、援助(helpful)、共感(sympathetic)、同情(compassionate)、誠実(sincere)、親切(friendly)といった記述によって特徴付けられ、コミュニケーションに敏感であり、よき聴き手であり、他者の欲求や要求を認め心地よさを与える能力であり、他者とのコミュニケーションに率直で共感的態度を示すことができる人物が示す能力である。

門田・寺崎(2005)は、ソーシャル・スキルと対人相互作用の質との関連について、反応性スキルを使用したと認知している人ほど、質を高く評価し、主張性スキルを使用したと認知している人ほど、質を低く評価することを見出している。

### 本研究の視点

このように、従来の実証的研究において、主観的幸福感と対人相互作用の質に正の相関が見いだされ、ソーシャル・スキルの種類によって対人相互作用の質の評価に違いがあることが見出されている。しかし、ソーシャル・スキルの種類、対人相互作用の質、主観的幸福感の三者間にどのような関連があるかについては明らかにされていない。そこで本研究では、これら三者間の関連について検討する。従来の研究による知見を踏まえると、ソーシャル・スキルのうち、主張性スキルが高い人ほど、対人相互作用の質を低く評価し、ゆえに主観的幸福感が低く、反応性スキルが高い人ほど、対人相互作用の質を高く評価し、ゆえに主観的幸福感が高いと考えられる。

この点について検討する端緒として、今回は、大学生を対象として研究をおこなう。大学生は、成人期を前にした青年期後期にあたり、他者との間でどのように自己を位置づけ、自らの生の意味を見出していくかという、アイデンティティの確立が課題とされる時期にあたる。したがって、自らの主張性スキルと反応性スキルおよび対人相互作用の質に関する自己評価が、主観的幸福感とどのような関連をもちうるのかについて検討することは、こうした青年期後期の課題の質的側面や個別性の理解に資すると考えられる。

また、青年期後期の対人関係について捉える際、乳幼児期では両親とのかかわりが重要であるが、青年期では両親に代わり、同様の悩みを抱える同年代の仲間との深い結びつきが心の支えとなることが指摘されている(鈴木・寺崎・金光, 1998)。青年期における友人関係の重要性と、対象によって対人相互作用が異なる可能性も考えあわせ、今回は、友人との対人相互作用にしばって検討する。

## 目的

本研究では、大学生を対象に、ソーシャル・スキル（主張性スキル、反応性スキル）と対人相互作用の質（接近度、愉快度、応答度、影響度、自信度）が、主観的幸福感とどのように関わっているのかについて検討することを目的とする。

具体的には、以下の仮説について検討する。

仮説1「主張性スキルが高い人ほど、対人相互作用の質を低く評価し、ゆえに主観的幸福感が低い」。

仮説2「反応性スキルが高い人ほど、対人相互作用の質を高く評価し、ゆえに主観的幸福感が高い」。

## 方法

**調査対象者** 大学生 83 名（18 歳～26 歳，平均 20.84 歳， $SD=1.57$ ）を対象に実施した。男子 23 名（18 歳～26 歳，平均 21.48 歳， $SD=1.88$ ），女子 60 名（18 歳～23 歳，平均 20.60 歳， $SD=1.37$ ）であった。

**調査内容と手続き** 2009 年 5 月～10 月に、以下の質問紙と対人相互作用記録用紙を配布、回収した。はじめに質問紙に回答し、対人相互作用記録用紙は配布当日から 7 日間毎日記録し、記録終了後に提出することとした。

(1) 質問紙：主観的幸福感尺度〔Subjective Well-Being Scale：以下 SWBS と表記，伊藤・相良・池田・川浦（2003）〕

WHO が開発した心の健康自己評価質問紙 Subjective Well-being Inventory(SUBI)をもとに項目内容を整理して作成された，青年から成人までを対象に，主観的幸福感の認知的側面と感情的側面を測定しうる尺度である。「人生に対する前向きな気持ち」，「達成感」，「自信」，「至福感」，「人生に対する失望感」の 5 領域（各 3 項目）の計 15 項目から構成され，うち逆転項目が 3 項目ある。各項目について，「1. 全くあてはまらない」から「4. 非常にあてはまる」までのいずれか 1 つを選択させる 4 段階評定を求めた。得点が高いほど，主観的幸福感が高いことを示す。なお，SWBS は，伊藤他（2003）によって，信頼性と妥当性が実証されている。

ただし，今回は，質問項目 7 及び 8 に関して，学生が調査対象であることを考えると項目内容が実感と離れたものであると判断したため，項目内容を学生の状況にあてはまるような表現に変換した。質問項目 7（“期待通りの生活水準や社会的地位を手に入れたと思いますか”）は，「期待通りの進学や大学生活をしていると思いますか」に，質問項目 8（“これまでどの程度成功したり出世したと感じていますか”）は「これまでどの程度目標を達成したり，活躍できていると感じていますか」に変換した。

(2) 対人相互作用記録用紙

対人相互作用の諸側面を測定するために，門田・寺崎（2005）が Rochester Interaction Record (RIR；Wheeler & Nezlek, 1977)，すなわち，調査対象者が日記をつけていき，調査者が日記の中に記載された対人相互作用の量と質を分析していく体験抽出法の一つ，に基づいて作成した対人相互

作用記録用紙をもとに、本研究の目的に沿った形式で以下の通り作成したものをを用いた。

表紙が1枚、記録用紙への記入にあたっての説明と注意点を記載した用紙が1枚、1日3ページの記録用紙7日間分計21枚の順で綴じられたA4版の小冊子である。自らのソーシャル・スキルに関する評価17項目は、項目(5)、対人相互作用の質についての評価5項目は項目(6)の形で冊子に組み込まれている。

a) 対人相互作用の7日間分の記録用紙には、1日の中で、その日最も印象に残っているやりとりをした1人の「友人」との、「直接会っての会話」について記録することとした。この記録をもとに、自らの用いたソーシャル・スキルと、対人相互作用の質について、以下の自己評価をおこなう。

b) 門田・寺崎(2005)のソーシャル・スキル(反応性スキル・主張性スキル)の使用程度を測定する尺度で、やりとりにおける自分の行動への評価に関する17項目からなり、「1. 全くあてはまらない」から「4. 非常にあてはまる」までのいずれか1つを選択させる4段階評定を求めた。

c) 牧野・田上(1998a)の対人相互作用の質を測定する5指標(接近度、愉快度、応答度、影響度、自信度)計5項目。「1. 全くあてはまらない」から「9. 非常にあてはまる」までのいずれか1つを選択させる9段階評定を求めた。

**整理方法** (1) SWBSの各項目の評定値について、平均、標準偏差、分散を算出し評定における偏りがないか、項目分析をおこない、間隔尺度として扱うことが可能であることを確認した。SWBSの逆転項目に関しては、1から4の評定値をそれぞれ4から1に逆転させ、全15項目の評定値の合計点を主観的幸福感得点とした。

(2) 対人相互作用記録用紙に記されたソーシャル・スキル(反応性スキル、主張性スキル)の7日間の平均値をひとりずつ求めた。

(3) 対人相互作用記録用紙に記された対人相互作用の質(接近度、愉快度、応答度、影響度、自信度)の7日間の平均値をひとりずつ求めた。

## 結果

### 主観的幸福感とソーシャル・スキルおよび対人相互作用の質の関連

主観的幸福感とソーシャル・スキル(主張性スキル、反応性スキル)、対人相互作用の質(接近度、愉快度、応答度、影響度、自信度)の関連を検討するために、ソーシャル・スキルと対人相互作用の質を中央値を用いて調査対象者を高群と低群に分けた独立変数とし、主観的幸福感を従属変数とする、主張性スキル(高低群)×反応性スキル(高低群)×各対人相互作用の質(高低群)の3要因分散分析を行った(Table1, Table2, Figure1)。

第1に、「応答度」の主効果が認められ、応答度が高い群が低い群に比べて主観的幸福感の平均値が有意に高かった(応答度高群の平均値は42.31( $SD=4.55$ ), 応答度低群の平均値は37.75( $SD=6.56$ );  $F(1,75)=8.22$ ,  $p<.01$ )。

第2に、「主張性スキル×反応性スキル×応答度」の交互作用が有意であった( $F(1,75)=4.07$ ,  $p<.05$ )。そのため、単純交互作用の検定および単純・単純主効果の検定を行った(Table3,

Table4)。単純交互作用については、「反応性スキル（高群）」における「主張性スキル × 応答度」の交互作用と ( $F(1,75)=5.13, p<.05$ ) , 「主張性スキル（高群）」における「反応性スキル × 応答度」の交互作用が認められた ( $F(1,75)=4.18, p<.05$ )。そのため、単純・単純主効果の検定をおこなった。その結果、①「反応性スキル（高群） × 応答度（低群）」における「主張性スキル」の単純主効果が見られ、反応性スキル高群・応答性低群において、主張性スキル低群が主張性スキル高群に比べて、主観的幸福感の平均値が有意に高かった ( $F(1,75)=7.06, p<.01$ )。また、②「主張性スキル（高群） × 反応性スキル（高群）」における「応答度」の単純主効果が見られ、主張性スキル高群・反応性スキル高群において、応答度高群が低群に比べて、主観的幸福感の平均値が有意に高かった ( $F(1,75)=12.06, p<.001$ )。

Table 1  
各組み合わせにおける主観的幸福感の平均(標準偏差)

|            | 反応性スキル(低群)   |              | 反応性スキル(高群)   |              |
|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
|            | 応答度(低群)      | 応答度(高群)      | 応答度(低群)      | 応答度(高群)      |
| 主張性スキル(低群) | 38.17 (6.65) | 42.60 (2.61) | 40.75 (4.79) | 41.60 (6.03) |
| 主張性スキル(高群) | 38.18 (6.39) | 40.00 (5.00) | 32.40 (6.95) | 43.31 (3.28) |

Table 2  
分散分析結果(主張性スキル × 反応性スキル × 応答度)

|                       | 平方和(SS) | 自由度(df) | 平均平方(MS) | F値     |
|-----------------------|---------|---------|----------|--------|
| 主張性スキル                | 69.40   | 1       | 69.40    | 2.16   |
| 反応性スキル                | .63     | 1       | .63      | .02    |
| 応答度                   | 264.65  | 1       | 264.65   | 8.22** |
| 主張性スキル × 反応性スキル       | 13.35   | 1       | 13.35    | .42    |
| 主張性スキル × 応答度          | 45.27   | 1       | 45.27    | 1.41   |
| 反応性スキル × 応答度          | 24.71   | 1       | 24.71    | .77    |
| 主張性スキル × 反応性スキル × 応答度 | 130.89  | 1       | 130.89   | 4.07*  |
| 誤差                    | 2415.16 | 75      | 32.20    |        |
| 総和                    | 3070.02 | 82      |          |        |

\* $p<.05$  \*\* $p<.01$

Table 3

単純交互作用効果の検定結果(主張性スキル×反応性スキル×応答度)

|                          | 平方和(SS) | 自由度(df) | 平均平方(MS) | F値    |
|--------------------------|---------|---------|----------|-------|
| 応答度(低群)における主張性スキル×反応性スキル | 113.93  | 1       | 113.93   | 3.54  |
| 応答度(高群)における主張性スキル×反応性スキル | 30.32   | 1       | 30.32    | .94   |
| 反応性スキル(低群)における主張性スキル×応答度 | 11.10   | 1       | 11.10    | .35   |
| 反応性スキル(高群)における主張性スキル×応答度 | 165.06  | 1       | 165.06   | 5.13* |
| 主張性スキル(低群)における反応性スキル×応答度 | 20.93   | 1       | 20.93    | .65   |
| 主張性スキル(高群)における反応性スキル×応答度 | 134.67  | 1       | 134.67   | 4.18* |
| 誤差                       | 2415.16 | 75      | 32.20    |       |

\* $p < .05$ 

Table 4

単純・単純主効果の検定結果(主張性スキル×反応性スキル×応答度)

|                              | 平方和(SS) | 自由度(df) | 平均平方(MS) | F値       |
|------------------------------|---------|---------|----------|----------|
| 反応性スキル(低群)×応答度(低群)における主張性スキル | .00     | 1       | .00      | .00      |
| 反応性スキル(低群)×応答度(高群)における主張性スキル | 22.04   | 1       | 22.04    | .68      |
| 反応性スキル(高群)×応答度(低群)における主張性スキル | 227.32  | 1       | 227.32   | 7.06**   |
| 反応性スキル(高群)×応答度(高群)における主張性スキル | 9.56    | 1       | 9.56     | .30      |
| 主張性スキル(低群)×応答度(低群)における反応性スキル | 21.76   | 1       | 21.76    | .68      |
| 主張性スキル(低群)×応答度(高群)における反応性スキル | 3.26    | 1       | 3.26     | .10      |
| 主張性スキル(高群)×応答度(低群)における反応性スキル | 108.78  | 1       | 108.78   | 3.38     |
| 主張性スキル(高群)×応答度(高群)における反応性スキル | 35.77   | 1       | 35.77    | 1.11     |
| 主張性スキル(低群)×反応性スキル(低群)における応答度 | 64.08   | 1       | 64.08    | 1.99     |
| 主張性スキル(低群)×反応性スキル(高群)における応答度 | 2.36    | 1       | 2.36     | 0.07     |
| 主張性スキル(高群)×反応性スキル(低群)における応答度 | 10.84   | 1       | 10.84    | 0.34     |
| 主張性スキル(高群)×反応性スキル(高群)における応答度 | 388.25  | 1       | 388.25   | 12.06*** |
| 誤差                           | 2415.16 | 75      | 32.20    |          |

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

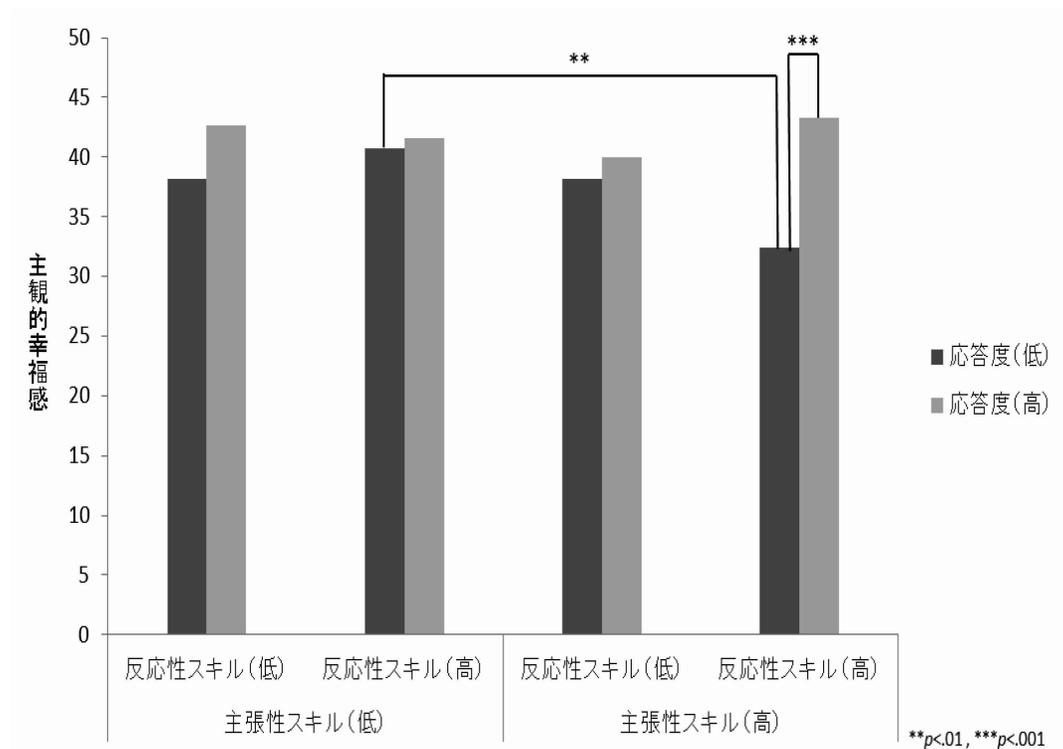


Figure 1 主張性スキル(高低), 反応性スキル(高低), 応答度(高低)の組み合わせにおける主観的幸福感の比較

### 考察

#### 主観的幸福感とソーシャル・スキルおよび対人相互作用の質の関連

本研究では、2種類のソーシャル・スキルすなわち主張性スキルと反応性スキルと対人相互作用の質が主観的幸福感の高さとどのような関係があるかについて、3要因の分散分析を用いて検討した。その結果、対人相互作用の質のうち応答度の主効果と、応答度およびソーシャル・スキルである主張性スキル・反応性スキルの交互作用が認められた。つまり、関わった人がどの程度自分の要求や感情に反応を返してくれたかということと、自分自身の主張を行う能力、相手に心地よさを与える能力の関係が、主観的幸福感を感じる度合いの違いを生じさせるということが明らかになった。

#### 1. 応答度の主効果

対人相互作用の質について、応答度を高く評価している人の方が、低く評価している人より、主観的幸福感を感じる度合いが高いことが明らかとなった。つまり、応答度、すなわち、関わった人がどの程度自分の要求や感情に反応を返しているかと評価しているかが、自らが備えていると評価しているソーシャル・スキルの種類に関わらず、主観的幸福感の高さと関係すると言える。この結果は、応答度などの対人相互作用の質は、主観的幸福感と正の相関があるとする牧野・田上(1998a)の結果を支持するものと言える。ただし、牧野・田上(1998a)は、主観的幸福感と対人相互

作用の質における「接近度」, 「愉快度」, 「応答度」, 「影響度」, 「自信度」の5つの指標すべてとの間に正の相関が見られたと報告している。これに対し, 本研究においては, 単に相関が見られるかどうかというだけでなく, これらの対人相互作用の質についての評価が高い場合が低い場合に比して, 主観的幸福感の高さに意味のある差が見られるかどうかという観点から検討した。その結果, 「応答度」という, 関わった人がどの程度自分の要求や感情に反応を返してくれたかと認知しているかという点が, 主観的幸福感の高さに有意な違いを生じさせるということが新たに明らかになったといえる。

## 2. 主張性スキル × 反応性スキル × 応答度の交互作用

一方で, 対人相互作用における応答度についての評価と, 自ら備えていると評価しているソーシャル・スキルの性質との組み合わせによって, 主観的幸福感を感じる度合いが異なるということが次の2点に示された。

① 対人相互作用において応答度を低く評価している人で, 自らの反応性スキルが高いと評価している人の場合は, 自らの主張性スキルを高く評価している人の方が, 低く評価している人よりも, 主観的幸福感を低く感じていることが明らかになった。

すなわち, 自分は相手の要求や感情をよく受けとめ反応する能力が高いと感じているが, 相手は自分の要求や感情に反応をあまり返してくれていないと感じている場合は, 自らについて, 自分の主張を通しながら相手とのコミュニケーションを調整する能力が高いと感じている人の方が, 低いと感じている人より, 主観的幸福感が低い。つまり, 自分は相手を受けとめているのに相手には受けとめられていないという互惠性にまつわる欲求不満を感じている場合, 自分が相手に意思を伝える力があると感じている人の方が, 相手に意思を伝える力が足りていないと感じている人よりも, 対人関係における欲求不満が高く, 主観的幸福感が低いと言える。

② 自らのソーシャル・スキルについて, 主張性スキルが高く, 反応性スキルも高いと評価している人の場合は, 対人相互作用における応答度を高く評価している人の方が低く評価している人よりも, 主観的幸福感を高く感じていることが明らかになった。

すなわち, 自分は自らの意思を相手に伝えたり, 相手の意思を受けとめたりする能力が高いと感じている人の場合, 相手に受けとめられているという応答性を感じている度合いが高い人の方が, 相手の応答性を低く感じている人よりも, 主観的幸福感が高いと言える。

## 結論

本研究では, 2種類のソーシャル・スキルの組合せおよび, それらと対人相互作用の質との組合せと, 主観的幸福感を感じる度合いとの関連について検討し, 以下の点が明らかとなった。

自らのソーシャル・スキルに対する評価の如何にかかわらず, 相手が自分の思いを受けとめてくれていると感じる度合いが, 主観的幸福感の高さに関係することが明らかとなった。この点については先行研究を支持する知見が得られた。

加えて, 本研究では, 先行研究を踏まえ, 仮説1「主張性スキルが高い人ほど, 対人相互作用の質を低く評価し, ゆえに主観的幸福感が低い」, 仮説2「反応性スキルが高い人ほど, 対人相互作用

用の質を高く評価し、ゆえに主観的幸福感が高い」という2つの仮定を設定していたが、結果からは、想定よりも複雑な交互作用が見出され、従来の知見に加えて、次の点が新たに明らかとなった。

自らが備えているソーシャル・スキルの種類とその自己評価の高さは、それだけでは、主観的幸福感の高さとは結びつかない。しかし、備えているソーシャル・スキルの組み合わせによる質および相手の応答性によって、主観的幸福感を感じるパターンが異なる。特に、自らのソーシャル・スキルに関して、相手の思いを受けとめる反応性スキルが高いと感じている人の中でも、自分の思いを伝える主張性スキルについての評価や相手の応答性によって、主観的幸福感を感じる度合いが異なることが示された。

具体的には、自らについて反応性スキルが高くかつ主張性スキルが高いと評価している場合、すなわち、自分は相手の思いを受けとめたり、自分の思いを伝えたりする能力が高いと感じている人は、①相手に自分の思いを受けとめてもらっていると感じる度合いが高いほど、主観的幸福感が高く、②相手に自分の思いを受けとめてもらっていると感じる度合いが低い場合、自分の思いを伝える能力を低く見積もっている人に比べて、主観的幸福感が低いことが明らかとなった。

先行研究では、主張性スキルと反応性スキルは、主観的幸福感のいずれの側面にも直接的な影響を及ぼしていないことが報告されている（門田・寺崎，2005）。この点については、思弁的次元では、反応性スキルが高いという認知は、他者の欲求や要求を認め心地よさや喜びを与えることで自らも心地よさを感じ、他者と親密に関わっているという感覚を生じさせる、と想定しうるところである。一方、主張性スキルが高いという認知は、自分の意思を相手に伝え、コミュニケーションを調整しうる自己効力感を通じて、自分や相手との関係に満足感を得られることが、思弁的には想定しうるかもしれない。しかし、本研究の結果でも、実際には、反応性スキルと主張性スキルのいずれについても、その自己評価が高い群と低い群では主観的幸福感の高さに違いはみられず、反応性スキルもしくは主張性スキルの自己評価それだけでは、主観的幸福感に結びつかないことが示された。また、ソーシャル・スキルの種類が主観的幸福感の高さに関係するという結果も見られなかった。したがって、これらの結果は、門田・寺崎(2005)の知見を支持するものと言える。

しかし、この点に関して、先行研究は2種類のソーシャル・スキルを別々に扱っており、両者の組み合わせによる、個人の備えるソーシャル・スキルの質を扱っていない。McCrosky & Richmond (1996) は、対人関係の重要な要素として両者は同等に扱われていると述べており、それぞれを適宜使い分け、自他両者の意思を交換する方法が重要であると考えられる。つまり、日常のコミュニケーションにおいて使用するソーシャル・スキルはどちらかに偏ったものではなく、両者を用いたものであることが考えられる。したがって、どちらか一方のみではなく2つのソーシャル・スキルの組合せや使い分けについて、主観的幸福感への影響を検討していくことが有効なのではないかと考えられる。そのため、本研究では2つのソーシャル・スキルの組合せおよび対人相互作用の質との組合せが、主観的幸福感とどのような関係にあるかを検討し、それらの組合せによって主観的幸福感を感じるパターンが異なることを明らかにした点で、意義があると考えられる。

## 引用文献

- 相川充 (2000) . セレクション社会心理学 20 人づきあいの技術 社会的スキルの心理学 サイエンス社
- 大坊郁夫 (2006) . 幸福感および生きがいと人間関係 島井哲志 (編) ポジティブ心理学— 21 世紀の心理学の可能性— ナカニシヤ出版, pp.193–208.
- 伊藤裕子・相良順子・池田政子・川浦康至 (2003) . 主観的幸福感尺度の作成と信頼性・妥当性の検討 心理学研究, **74**(3) , 276-281.
- 牧野由美子・田上不二夫 (1998a) . 主観的幸福感と社会的相互作用の関係 教育心理学研究, **40**(1), 52-57.
- 牧野由美子・田上不二夫 (1998b) . 主観的幸福感と自己受容の関係 心理学研究, **69**(2), 143-148
- McCrosky,J.C. and Richmond,V.P. (1996) . Communication competence. *Fundamentals of human communication : An interpersonal perspective*, 90-93.
- 門田昌子・寺崎正治 (2005) . パーソナリティと主観的幸福感との関連—対人相互作用におけるソーシャル・スキルの役割— 川崎医療福祉学会, **15**(1), 67-74.
- 森田薫 (2003) . 青年期におけるソーシャル・サポートと主観的幸福感との関連 —対象表象の視点を加えて— 九州大学心理学研究, **4**, 167-175.
- 根建由美子・田上不二夫 (1995) . 主観的幸福感に関する展望 カウンセリング研究, **28**(2), 203-211.
- 大木桃代・山内真佐子・織田正美 (1998) . 日常生活における QOL (Quality of Life) に影響を及ぼす要因の検討 早稲田心理学年報, **30**(2), 79-90.
- 鈴木素子・寺崎正治・金光義弘 (1998) . 青年期における友人関係期待と, 現実の友人関係に関する研究 川崎医療福祉学会誌, **8**(1), 55-64.
- 寺崎正治・網島啓司・西村智代 (1999) . 主観的幸福感の構造 川崎医療福祉学会誌, **9**(1), 43-48.
- 植田智・吉森護・有倉巳幸 (1992) . ハッピーネスに関する社会心理学的研究 (2) —大学生におけるハッピーネスと生活領域に対する満足度との関連— 日本心理学会第 56 回大会論文集, 190.
- Wheeler,L. and Nezlek,J. (1977) . Sex differences in social participation. *Journal of Personality*, **35**(10), 742-754.
- Wilson,W. (1967) . Correlates of avowed happiness. *psychological Bulletin*, **67**, 297-306.
- World Health Organization. (1946) . Official Records of the World Health Organization, No. 2, pp.100.