

## 知覚されたソーシャルサポート利用可能性の 発達的变化に関する基礎的研究

嶋田 洋徳

広島大学総合科学部人間行動研究講座

### Developmental Change of Perceived Availability of Social Support

Hironori SHIMADA

*Department of Behavioral Sciences, Faculty of Integrated Arts and Sciences,  
Hiroshima University, Higashi-Hiroshima 739, Japan*

**Abstract** : A lot of studies have been achieved on the effects of social support on psychological stress or psychological well-being. Few of them, however, have focused their attention on the interactive influences by various support resources. The purpose of this study was to investigate the effects of developmental change of perceived availability of social support from parents, friends (boys and girls were separated) and teachers on psychological stress responses in junior high school students, high school students and undergraduate students. Subjects were requested to complete the perceived social support scale and the psychological stress response scale. Cluster analysis (Q-mode) on score pattern of five support resources divided children and adolescents into four clusters regardless of their developmental stage or sex as follows: (i) high scores on all support resources, (ii) low scores on all support resources, (iii) relatively higher scores on parents than the others, and (iv) relatively higher scores on friends than the others. One factor analyses of variance were used to examine the relationship between the pattern of social support resources and psychological stress responses. The results revealed a negative correlation between perceived availability of social support and psychological stress responses. Furthermore, it was suggested that perceived availability of social support from parents was important to reduce stress responses in junior high and high school students. On the other hand, perceived availability from friends was effective to alleviate stress responses in undergraduate students. The results have highlighted the importance of consideration on balance of social support resources according to developmental stage from a viewpoint of clinical psychology.

**Key words** : perceived social support, developmental change, psychological stress responses, parents, friends.

## 問 題

ソーシャルサポート (social support ; 社会的援助) とは、ある人を取り巻く重要な他者 (家族、友人、同僚、専門家など) から得られるさまざまな形の援助のことであり、その人の健康の維持増進に重要な役割を果たすことが知られている (久田, 1987)。特に、その人に知覚されたソーシャルサポート (perceived social support) は、ストレス反応 (ネガティブに評価される潜在的ストレスラーによって引き起こされた情動的、認知行動的、身体的変化) の表出との間に負の相関があること、すなわち知覚されたサポートの水準が高いほどストレス反応の表出が小さいことが報告されている (Turner, 1981 ; Schaefer, Coyne, & Lazarus, 1981)。この知覚されたサポートの水準が高いこととは、過去に他者からサポートを受けた経験が多いことや他者との親密度が高いこと、すなわちソーシャルサポートの利用可能性の知覚 (perceived availability) が高いことを意味している (Barrera, 1986 ; 岡安・嶋田・坂野, 1993 ; 福岡・橋本, 1995a)。そして一般に、サポート利用可能性の知覚の程度が、さまざまな潜在的ストレスラーに対する「嫌悪性」や「コントロール可能性」といった認知的評価 (cognitive appraisal : Lazarus & Folkman, 1984) に影響を及ぼすことによって、ストレス反応の表出を軽減する機能を持つと考えられている (Cohen & Wills, 1985)。

ソーシャルサポートの機能の分類については、これまで多くの方法が提唱されているが (浦, 1992)、Schaefer et al. (1981) の分類は最もオーソドックスな方法のひとつであると考えられる。すなわち、①情緒的サポート (emotional support) : 喜びを分かちあう、お互いに慰めあうなどの情緒的側面からの援助、②実体的サポート (tangible support) : 金銭的、物質的なやりとりや就職の世話などの実質的な援助、③情動的サポート (informational support) : 問題を解決するために必要な情報や助言の提供などの情報面からの援助、という3つの側面からの分類である。これらの中でどのサポートの機能がストレス反応の軽減に有効であるのかについては、ストレスラーやストレス反応の種類によって異なると考えられている (Schaefer et al., 1981)。

わが国のこれまでのソーシャルサポートとストレス反応や精神的健康に関する研究の多くは、主に一般成人や大学生を対象として調査や実験が行われており (堀野・森, 1991 ; 浦, 1993 ; 菅沼・古城・松崎・上野・山本・田中, 1996)、児童期や青年期を対象とした研究はそれほど多く見受けられない (森・堀野, 1992 ; 嶋田, 1993 ; 嶋田, 1994)。また、久田 (1987) はサポート源 (サポートを提供する人) やサポートの受け手の属性 (性、年齢など) によって、ソーシャルサポートのストレス反応軽減効果が異なることを指摘しているが、広い年齢層を同時に視野に入れたソーシャルサポート研究はほとんど行われていない。さらに、岡安ら (1993) は中学生を対象とした研究の中で、ストレス反応の軽減には両親のサポートの果たす役割が大きいことを指摘しているが、児童期や青年期の発達段階を考慮すると、適切な時期に自立ができずにいつまでも両親に過剰に依存するような場合には、必ずしも両親のサポートが得られることが最良の状態であるとは言いがたい。したがって、児童期から青年期にわたって広くサポートの発達の变化を検討することは非常に重要であると考えられる。

ところで、従来のソーシャルサポートに関する研究は、対人関係機能の記述や分析にとどまらず、それらの知見を臨床場面に応用していこうとする試みも行われており、その具体的方策についてもいくつかの提案が行われている (嶋田, 1990 ; 嶋田, 1996)。これらの方策に共通する観点は、臨床場面においてクライアントのソーシャルサポートネットワーク (ある人を取り巻く複数の人々の関係が全体としてどのような特徴を持っているか) のあり方を査定し、どのような人からのサポートが不十分なのか、またどのような機能のサポートが欠如しているのかを明らかにして、サポートの

脆弱な部分を補っていくような介入を考えているということである。

臨床場面の治療に具体的にかかわるセラピストにとって、クライアントが児童期や青年期にあたる場合に限らず、生育歴や家族構成、家庭環境、学校環境などのクライアントに関する基本的な情報を把握しておくことは必須である。ところが、クライアントのおかれている家庭環境や学校環境が適切な水準にあるのかどうかといった判断は、これまでセラピストの経験に基づくことが多かったと考えられる。クライアントの問題行動、不適応状態の解決や治療を考える際にはそれに対応できる場合も少なくないが、健康心理学や認知行動療法の枠組みから問題行動や不適応状態の生起の予防を考える際には、いわゆる普通に適応した生活を送っている人々の環境の状態を適切に記述しておくことが必要であると思われる。その際に、知覚されたソーシャルサポートは「援助の利用可能性」の広がりという観点から、人々の日常の心理的な環境をある程度体系的にとらえる上で、ひとつの有効な手がかりになると考えられる。

ところが、「家族からのサポート」や「友人からのサポート」といったように、サポート源別の測定を行った研究は数多く報告されているものの、家族のサポート源と友人のサポート源を組み合わせた場合に、個人の健康や適応に対してどのような意味があるのかといった問題が取り上げられることは少なかった（福岡・橋本，1995a）。現実には、特定のサポート源のみが存在する状況はむしろ特殊な場合であり、ある単一のサポート源に関する知見を一般化しようとする際には、現実場面には必ずしもあてはまらない場合が多く生じることが予測される。実際に児童を対象とした研究では、友人サポートのみを分析した場合には、友人のサポート利用可能性の知覚の高さがストレス反応軽減効果を持つことが示されているが、家族サポートを考慮した場合には、友人のサポート利用可能性の知覚が高い場合であっても、家族のサポート利用可能性の知覚が低い場合にはストレス反応の表出が軽減されないことも示されている（嶋田，1993）。

このような問題を解決するひとつの方法として、サポートの受け手や送り手の相互関係を分析していくアプローチが考えられる（福岡・橋本，1995a）。ところが、特に児童期や青年前期における家族サポートの重要性や必然性を考慮すると、必ずしもそのようなアプローチだけが有効であるとは限らない。なぜならば児童期や青年前期においては、家族からのサポートは存在することが大前提であり、従来の臨床心理学においては、子どもが家族からのサポートが得られない状態になってはじめて、養育態度（たとえば、積極的拒否型など）に代表される親側の側面から臨床的に問題であるとされてきたからである。すなわち、この時期の発達段階においては、サポートの受け手や送り手の相互作用というよりはむしろ、親からの一方向的な作用の占める割合が多いということである。

したがって、特に対象が児童期や青年期にあたる場合には、サポートをする側とされる側との相互作用に加え、周囲のサポート源のサポート利用可能性の知覚のバランス、すなわち、周囲にいるどのような人にどの程度のサポート利用可能性の知覚をするのかというバランスを検討していくことも、精神的健康や適応の問題を考える上でひとつの有効な手段になると考えられる。なお本研究では、たとえば Fig. 1 において、3種類のサポート源（家族、友人、教師）を想定した時に、Aのようなパターンが見られた時には、サポート利用可能性の知覚のバランスがとれていると考えることにする（縦軸は粗点ではなく、サポート源ごとの標準得点）。したがって、Bのようなパターンが見られた時には、サポート利用可能性の知覚が家族に偏っていると見なすことになる。

以上のような問題点を踏まえ、本研究では中学生から大学生を対象として、知覚されたソーシャルサポート利用可能性の発達的变化を検討する基礎的な資料を得るために、周囲のサポート利用可能性の知覚のパターンと心理的ストレス反応との関連性を検討することを目的とした。

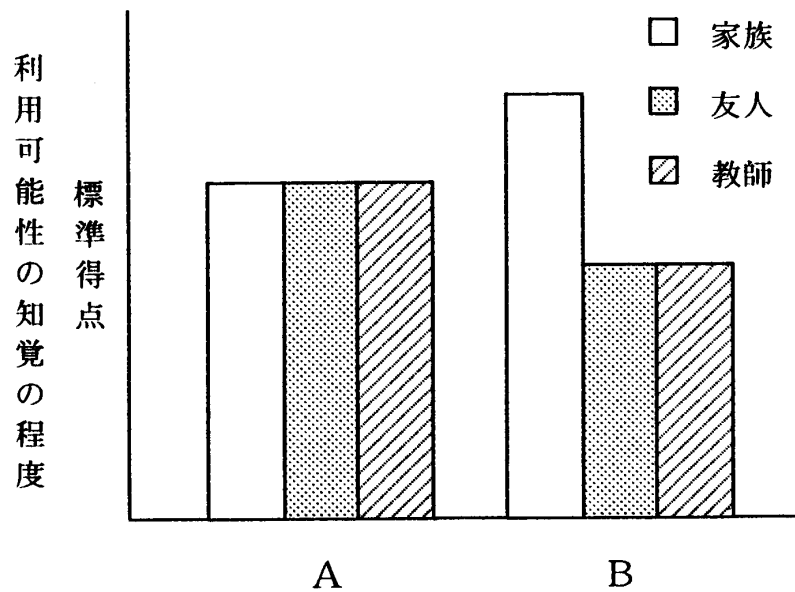


Fig. 1 サポート利用可能性の知覚のパターンの例

ところで、これまでの児童期青年期を対象としたソーシャルサポート研究を概観すると、小学生を対象とした嶋田 (1993) や中学生を対象とした岡安ら (1993) は、ストレス反応の軽減にはサポート源として両親が重要であることを指摘している一方で、高校生を対象とした嶋 (1994) や大学生を対象とした福岡・橋本 (1995a) は、精神的健康を得るためにはサポート源として両親よりも友人が重要であることを指摘している。そこで本研究においては、発達段階を経るにしたがって、家族の知覚されたサポート利用可能性のストレス反応軽減効果は小さくなり、友人のサポート利用可能性のストレス反応軽減効果が大きくなるという仮説を立てた。

## 方 法

(1) 調査測度：①知覚されたソーシャルサポート：嶋田 (1996) によって作成された知覚されたサポート尺度を用いた。本尺度は、5項目 (1因子構造) で構成されており、Schaefer et al. (1981) のサポートの機能的分類 (情緒的サポート、実体的サポート、情動的サポート) の各側面が包括されるように考慮されている (Table 1)。また、同時に高い信頼性と妥当性を持つことも確認されている (嶋田, 1996)。本研究においては、岡安ら (1993) や嶋 (1991, 1994) によって報告された児童期、青年期のソーシャルサポートネットワークの現状を考慮し、父親、母親、男性友人、女性友人、学校の先生の5つのサポート源を設定した。なお、友人や先生のサポート源に関しては、自分に最も身近な人の場合についての回答を求めた。回答は項目に示された内容について、どの程度自分の場合に当てはまるかについて4件法 (絶対にちがう～きっとそうだ) で評定を求める形式であり、サポート利用可能性の知覚が高い方から4～1点が与えられた。

②心理的ストレス反応：嶋田 (1996) によって作成された中学生用ストレス反応尺度、および鈴木・嶋田・坂野 (1995) によって作成された心理的ストレス反応尺度 (高校生から一般成人が適用対象) を用いた。中学生用尺度は4つの下位尺度 (身体的反応、抑うつ・不安、不機嫌・怒り、無気力) 合計24項目で構成されている。また、心理的ストレス反応尺度は3つの下位尺度 (抑うつ・不安、不機嫌・怒り、無気力) 合計18項目で構成されている。なお、各尺度ともに高い信頼性と妥当性を

持つことが確認されている（嶋田，1996；鈴木・嶋田・三浦・片柳・坂野，1995）。回答は項目に示された内容について、どの程度自分にあてはまるかについて4件法（全然あてはまらない～よくあてはまる）で評定を求める形式であり、ストレス反応の表出が高い方から3～0点が与えられた。ただし、本研究では分析の煩雑性を避けるために、各ストレス反応下位尺度の合計得点をストレス反応得点として分析に用いた。

(2)被調査者：公立中学校に在籍する中学1年～3年生の生徒705名（男子348名、女子357名）、公立高等学校に在籍する高校1年～3年生の生徒689名（男子339名、女子350名）、私立大学に在籍する大学1年～4年生の学生901名（男子446名、女子455名）を対象として質問紙調査を実施した。そして、上記の測定尺度に記入もれや記入ミスがあった回答を除外した被調査者の回答を分析対象とした（Table 2）。なお、本研究においては、サポート源のバランスを考慮した全体的な傾向を探ることを目的としたために、サポート源に該当する人が存在しない場合の回答は分析対象から除外した。

Table 1 ソーシャルサポート尺度の項目

項目	機能
1 あなたに元気がないと、すぐに気づいてはげましてくれる。	情緒的
2 あなたがなやみや不満を言っても、いやな顔をしないで聞いてくれる。	情緒的
3 あなたが何か失敗しても、そっと助けてくれる。	実体的
4 ふだんから、あなたの気持ちをよくわかってきている。	情緒的
5 あなたが何かなやんでいる時に、どうしたらよいか教えてくれる。	情動的

Table 2 本研究の対象者

	男子			女子		
	調査 実施数	分析 対象数	有効 回答率(%)	調査 実施数	分析 対象数	有効 回答率(%)
中学1年	121	102	84.30	119	99	83.19
中学2年	111	96	86.49	110	98	89.09
中学3年	116	96	82.76	128	111	86.72
高校1年	112	101	90.18	121	105	86.78
高校2年	109	100	91.74	111	100	90.09
高校3年	118	105	88.98	118	107	90.68
大学1年	116	110	94.83	120	112	93.33
大学2年	105	99	94.29	110	107	97.27
大学3年	117	108	92.31	116	112	96.55
大学4年	108	103	95.37	109	101	92.66

## 結 果

(1) サポート源別の平均得点：各被調査者の回答に基づき、サポート源別に各学年ごとの男女別に平均得点を算出した (Table 3~4; Fig.2~4)。その結果、所属集団や性別にかかわらず、家庭内では母親の利用可能性の知覚が全般的に高く、父親の利用可能性の知覚は相対的に低い傾向にあった。また、友人の利用可能性の知覚は、中学生と高校生では異性の友人と比較して同性の友人の利用可能性がそれぞれ高いのに対し、大学生になると同性と異性の利用可能性の知覚の程度の差が小さくなる傾向にあった。一方、学校の先生の利用可能性の知覚は、大きな変動は見られなかった。さらに性差に関しては、全般的に女性の得点が高いことが示された。

Table 3 サポート源別得点の平均値, 標準偏差 (男性)

N	中1 102	中2 96	中3 96	高1 101	高2 100	高3 105	大1 110	大2 99	大3 108	大4 103
父親	13.98 (4.04)	12.67 (4.18)	12.96 (4.04)	12.80 (3.66)	11.38 (3.33)	11.95 (3.32)	13.06 (3.44)	13.81 (3.50)	14.24 (3.26)	13.66 (3.43)
母親	15.12 (3.94)	14.30 (3.43)	14.41 (4.08)	13.27 (4.13)	12.46 (3.54)	13.07 (3.30)	14.17 (3.26)	15.14 (3.17)	15.32 (2.92)	14.50 (3.34)
友人男子	13.92 (3.52)	12.82 (3.52)	14.26 (3.38)	13.75 (3.14)	13.52 (3.34)	13.67 (3.08)	14.78 (2.44)	14.79 (2.76)	15.16 (2.37)	15.45 (2.62)
友人女子	9.80 (3.48)	9.92 (3.71)	11.29 (3.54)	12.01 (3.49)	11.33 (3.55)	12.01 (3.35)	14.36 (2.60)	13.97 (3.59)	14.67 (2.64)	14.99 (2.73)
先生	13.05 (3.95)	11.69 (3.87)	12.99 (3.85)	12.09 (3.12)	9.69 (3.06)	12.04 (3.28)	11.17 (3.46)	10.20 (3.69)	11.44 (3.17)	10.86 (3.83)

得点範囲：5~20, ( )内は標準偏差

Table 4 サポート源別得点の平均値, 標準偏差 (女性)

N	中1 99	中2 98	中3 111	高1 105	高2 100	高3 107	大1 112	大2 107	大3 112	大4 101
父親	12.81 (4.27)	12.67 (3.71)	12.93 (3.59)	13.29 (3.43)	11.35 (3.79)	12.51 (3.84)	13.73 (3.42)	13.71 (3.31)	14.53 (3.48)	14.97 (3.35)
母親	15.38 (4.23)	16.28 (3.48)	15.43 (3.65)	15.32 (3.52)	13.58 (4.14)	15.38 (3.61)	15.83 (3.26)	16.07 (3.17)	16.92 (2.65)	16.38 (3.11)
友人男子	9.48 (3.34)	9.58 (3.30)	10.06 (3.36)	12.54 (3.13)	11.96 (3.41)	12.52 (3.11)	17.28 (2.58)	16.82 (2.57)	16.96 (2.19)	16.81 (2.55)
友人女子	16.07 (3.39)	17.05 (2.84)	16.39 (2.92)	17.07 (2.42)	16.83 (2.84)	17.08 (2.40)	15.33 (3.09)	15.43 (2.78)	15.80 (2.55)	16.08 (3.03)
先生	12.17 (3.30)	12.07 (3.34)	12.37 (3.95)	11.90 (3.12)	9.86 (3.34)	13.47 (2.79)	11.44 (3.81)	11.36 (3.40)	12.12 (3.14)	12.36 (2.74)

得点範囲：5~20, ( )内は標準偏差

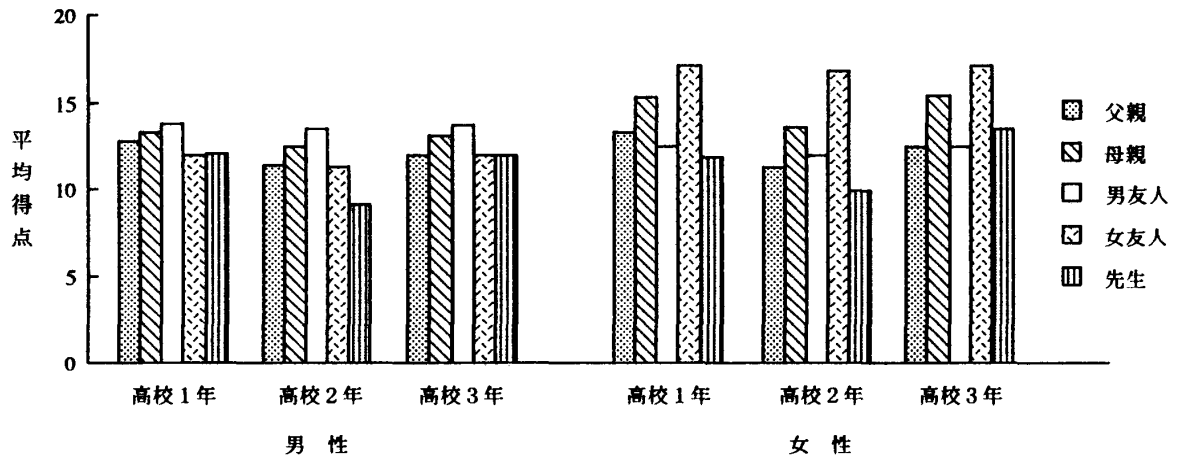


Fig. 2 中学生のサポート源別の平均得点

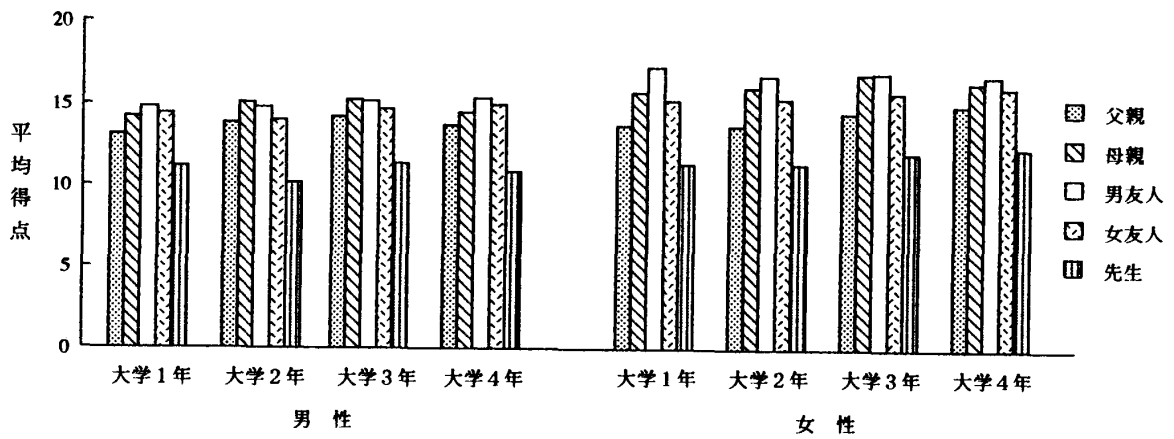


Fig. 3 高校生をサポート源別の平均得点

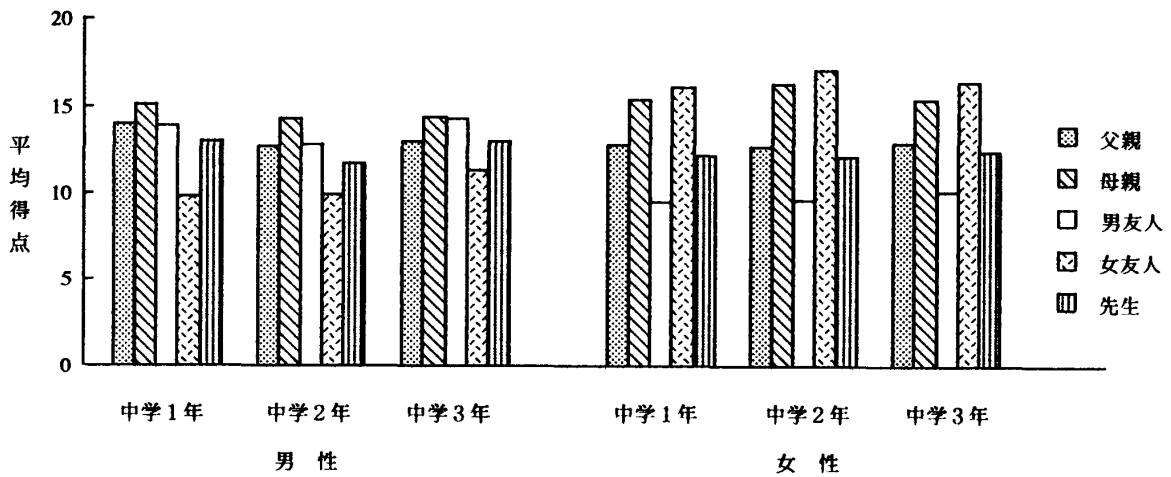


Fig. 4 大学生をサポート源別の平均得点

(2) サポート利用可能性の知覚のパターン：次に、サポート源別の平均得点が各所属集団（中学生、高校生、大学生）の中において学年によらずそれぞれ一貫した傾向が見られたことから、本研究では被調査者のサポート源別の得点を各所属集団ごとの男女別に標準化し、その標準得点に基づいてQモード、k-means法によるクラスター分析を行った。その結果、多少のばらつきが見られるものの、中学生男女、高校生男女、大学生男女のそれぞれに解釈可能な4クラスターが抽出された（Table 5～6；Fig.5～6）。各クラスターには概ね、①全体的にすべてのサポート源の利用可能性の知覚が高い（たとえば、Fig. 5の第4クラスター、Fig. 6の第1クラスター）、②逆にすべてのサポート源の利用可能性の知覚が低い（Fig. 5の第1クラスター、Fig. 6の第4クラスター）、③両親の利用可能性の知覚（家庭内）が相対的に高い（Fig. 5の第2クラスター、Fig. 6の第2クラスター）、④友人の利用可能性の知覚（家庭外）が相対的に高い（Fig. 5の第3クラスター、Fig. 6の第3クラスター）、という特徴が見られた。なお、各群に含まれる被調査者数の全体に占める割合は、男性14.68～35.95%、女性8.33～38.78%であった。

(3) サポート利用可能性の知覚のパターン別のストレス反応表出の差異：次に、クラスター分析の結果に基づいて、性、所属集団別にそれぞれ4つのクラスターに含まれる被調査者を用いて4群を構成した。そして、群を要因とし、ストレス反応得点を従属変数とした分散分析を行った。その結果、被調査者の所属集団や性別にかかわらず、すべて群の主効果が有意であることが示された（中学男

Table 5 各群別のサポート標準得点（男性）

	中学生				高校生				大学生			
	CL1	CL2	CL3	CL4	CL1	CL2	CL3	CL4	CL1	CL2	CL3	CL4
N	96	78	76	43	46	86	64	110	116	70	140	92
(%)	32.76	26.62	25.94	14.68	15.03	28.10	20.92	35.95	27.75	16.75	33.49	22.01
父親	0.91 (0.56)	0.11 (0.58)	-0.42 (0.69)	-1.45 (0.55)	-1.24 (0.74)	0.06 (0.57)	-0.64 (0.70)	0.84 (0.65)	0.84 (0.70)	-1.34 (0.72)	-0.10 (0.60)	0.14 (0.79)
母親	0.90 (0.50)	0.06 (0.54)	-0.37 (0.72)	-1.41 (0.82)	-1.49 (0.73)	0.10 (0.47)	-0.40 (0.89)	0.77 (0.58)	0.76 (0.70)	-1.45 (0.80)	-0.07 (0.55)	0.31 (0.65)
友人男性	0.60 (0.72)	-0.58 (0.73)	0.43 (0.65)	-1.01 (1.05)	-1.36 (0.90)	-0.45 (0.61)	0.68 (0.71)	0.56 (0.58)	0.65 (0.71)	-0.72 (0.90)	-0.53 (0.69)	0.64 (0.76)
友人女性	0.55 (0.92)	-0.70 (0.63)	0.60 (0.68)	-0.98 (0.53)	-1.21 (0.87)	-0.58 (0.54)	0.54 (0.70)	0.65 (0.73)	0.55 (0.63)	-0.63 (0.87)	-0.62 (0.76)	0.80 (0.68)
先生	0.86 (0.66)	-0.30 (0.81)	-0.19 (0.77)	-1.08 (0.75)	-1.00 (0.79)	-0.11 (0.63)	-0.56 (0.95)	0.80 (0.70)	1.04 (0.54)	-0.94 (0.76)	0.01 (0.73)	-0.61 (0.72)

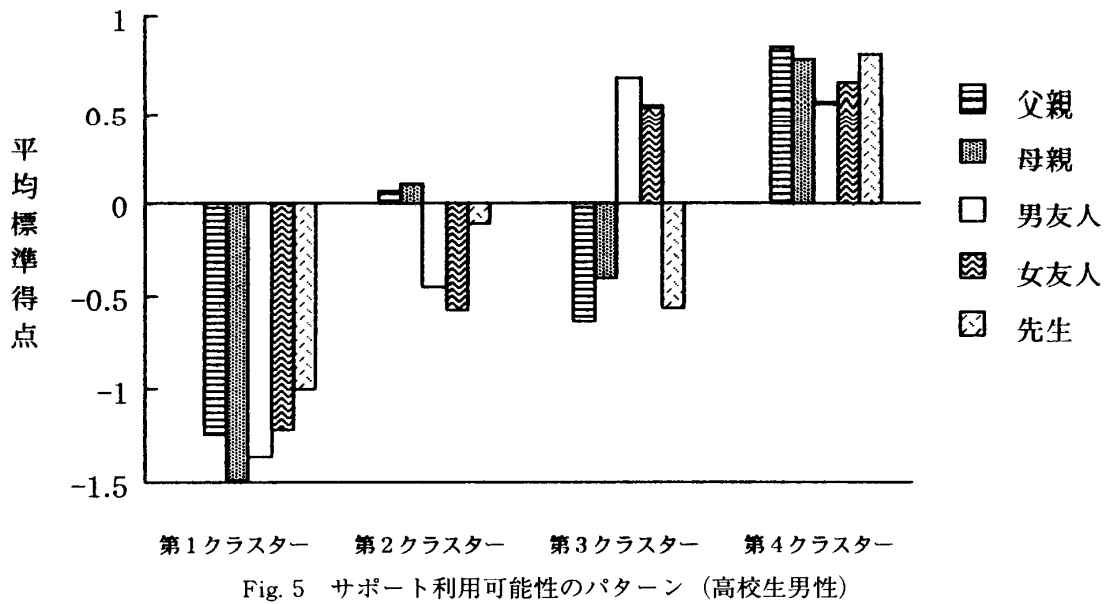
( )内は標準偏差

Table 6 各群別のサポート標準得点（女性）

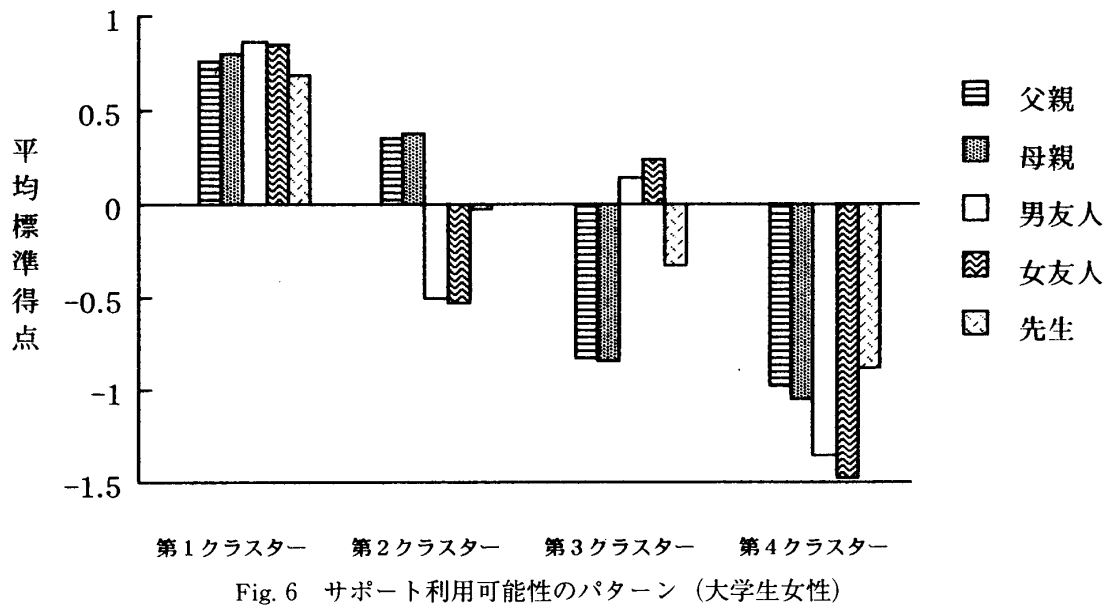
	中学生				高校生				大学生			
	CL1	CL2	CL3	CL4	CL1	CL2	CL3	CL4	CL1	CL2	CL3	CL4
N	112	92	40	64	118	47	121	26	134	128	120	50
(%)	36.36	29.87	12.99	20.78	37.82	15.06	38.78	8.33	31.02	29.63	27.78	11.57
父親	0.83 (0.63)	-0.37 (0.70)	-1.32 (0.63)	-0.09 (0.83)	0.65 (0.77)	-1.13 (0.81)	-0.02 (0.75)	-0.84 (0.79)	0.77 (0.65)	0.36 (0.60)	-0.82 (0.81)	-0.97 (0.76)
母親	0.60 (0.63)	-0.06 (0.72)	-1.86 (0.60)	0.21 (0.57)	0.68 (0.56)	-1.26 (0.81)	0.12 (0.67)	-1.39 (0.66)	0.80 (0.40)	0.38 (0.58)	-0.84 (0.85)	-1.05 (0.83)
友人男性	0.54 (0.92)	-0.05 (0.92)	-0.36 (1.03)	-0.67 (0.66)	0.65 (0.71)	0.47 (1.01)	-0.57 (0.69)	-1.17 (0.71)	0.86 (0.42)	-0.50 (0.73)	0.14 (0.74)	-1.35 (1.00)
友人女性	0.32 (0.63)	0.71 (0.48)	-0.90 (1.11)	-1.01 (0.80)	0.62 (0.60)	0.35 (0.65)	-0.31 (0.73)	-1.98 (0.97)	0.85 (0.62)	-0.52 (0.61)	0.24 (0.70)	-1.47 (0.77)
先生	0.83 (0.67)	-0.30 (0.88)	-0.72 (0.85)	-0.56 (0.73)	0.70 (0.73)	-0.97 (0.91)	-0.11 (0.75)	-0.90 (0.85)	0.69 (0.88)	-0.02 (0.79)	-0.33 (0.87)	-0.87 (0.88)

( )内は標準偏差





第1クラスター 第2クラスター 第3クラスター 第4クラスター  
Fig. 5 サポート利用可能性のパターン (高校生男性)



第1クラスター 第2クラスター 第3クラスター 第4クラスター  
Fig. 6 サポート利用可能性のパターン (大学生女性)

:  $F [3, 289] = 71.40$ 、中学女:  $F [3, 304] = 59.67$ 、高校男:  $F [3, 302] = 96.31$ 、高校女:  $F [3, 308] = 43.49$ 、大学男:  $F [3, 414] = 41.60$ 、大学女:  $F [3, 428] = 75.52$ 、すべて、 $p < .01$ )。多重比較 (Tukey 法) の結果、全体的にサポート利用可能性の知覚が高い群が最もストレス反応得点が低く、逆に全体的にサポート利用可能性の知覚が低い群が最も得点が高いことが示された (いずれも、 $p < .01$ )。また、中学生、高校生においては、両親の利用可能性の知覚が高い群が友人の利用可能性の知覚が高い群よりもストレス反応得点が有意に低いことが示された (いずれも、 $p < .01$ ; Fig.7)。ところが、大学生においては、逆に友人の利用可能性の知覚が高い群が家族の利用可能性の知覚が高い群よりも得点が低いことが示された (いずれも、 $p < .01$ ; Fig.8)。

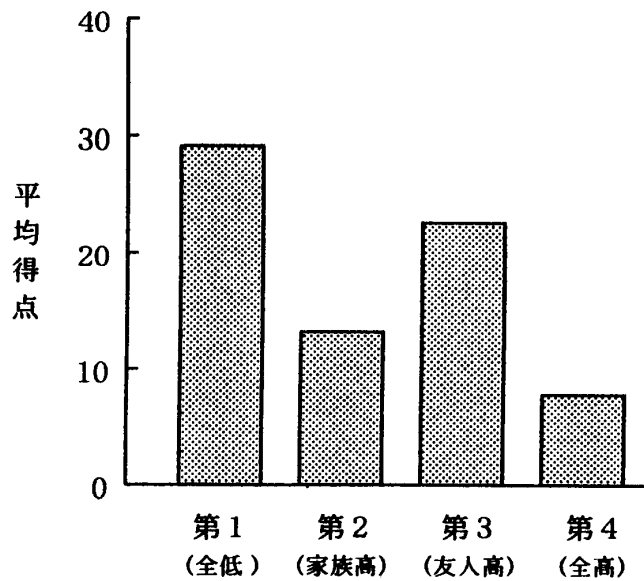


Fig. 7 群別のストレス反応得点 (高校生男性)

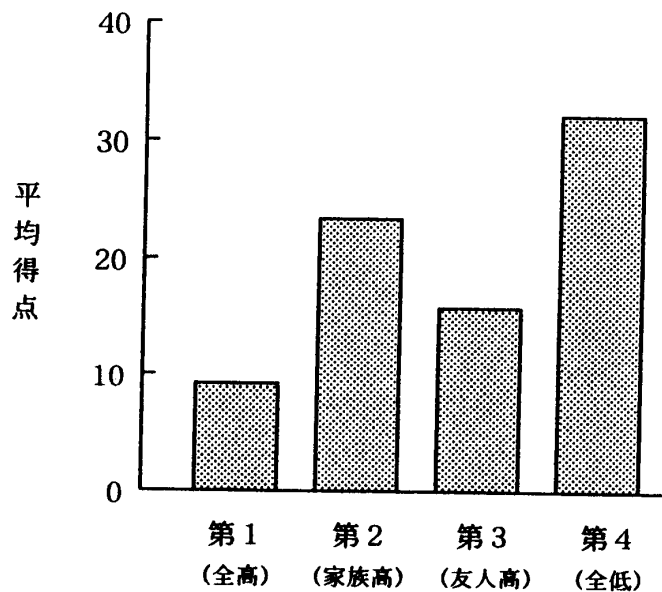


Fig. 8 群別のストレス反応得点 (大学生女性)

## 考 察

本研究の目的は、知覚されたサポート利用可能性を測定し、質問紙の自己評定によるストレス反応の表出を手がかりとしながら、どのような人にとどの程度の援助を期待するのか、すなわちどのようなサポート利用可能性の知覚の「パターン」が、児童期や青年期の精神的健康を考える上で有効であるのかを検討することであった。

サポート源別の平均得点を算出した結果、所属集団や性別にかかわらず家庭内では母親のサポート利用可能性の知覚が父親よりも高いこと、中学生や高校生では同性の利用可能性の知覚が異性よりも高いが大学生ではその差が小さくなること、各サポート源の利用可能性の知覚は女性が男性よ

りも高いことが明らかにされた。これらの結果は、いずれも先行研究の知見と一致している(岡安他, 1993; 嶋, 1991, 1994; 福岡・橋本, 1995a)。

また、サポート源別の標準得点を用いたクラスター分析の結果、サポート源によって利用可能性を知覚する水準は異なるものの、児童期や青年期においては、母親と父親という「家族」からのサポートと性別にかかわらない「友人」からのサポート、および学校の「先生」からのサポートという区別が行われていることが示された。したがって、これまで主として大学生や一般成人を対象として、接触頻度や最大サポート(最も頼りになる人からのサポートの程度)を手がかりとして分類されてきた「家族」と「友人」というサポート源の区別(たとえば、嶋, 1992; 福岡・橋本, 1992, 1995a)は、児童期や青年期においても妥当な区別の方法であると考えられる。また、本研究の結果は、大学生や高校生を対象としてソーシャルサポートネットワークを測定した研究の知見とも一致する(嶋, 1991, 1994)。

そして、本研究ではクラスター分析の結果得られた被調査者クラスターを群とし、分散分析を用いてストレス反応の表出との関連性の検討を行った。その結果、一般に性別や所属集団にかかわらず、ソーシャルサポートの利用可能性の知覚が高いほどストレス反応の表出が少ないことが明らかにされた。これは、ソーシャルサポートの利用可能性を指標として用いた従来の多くの研究の知見と一致すると考えられる(田中, 1992; 浦, 1992, 1993)。ところが、サポート利用可能性の知覚が比較的特定のサポート源に偏っている群(家族サポートが優位、あるいは友人サポートが優位)では、所属集団によってストレス反応の表出に差異が見られ、中学生、高校生においては家族サポートが優位な群の方が、また大学生においては友人サポートが優位な群の方がそれぞれストレス反応の表出が少ないことが示された。したがって、本研究の仮説は支持されたとと言える。これは、従属変数として用いている尺度に含まれる項目が多少異なるものの(中学生用、高校生以上用)、全体的にストレス反応の表出が少ない、すなわち精神的健康度が高い状態のサポート利用可能性の知覚のパターン(どのサポート源が優位な状態にあるのか)が発達段階によって異なる可能性があることを示唆している。さらに、この結果は、中学生や高校生において精神的健康を維持増進するためには、友人のサポート利用可能性の知覚よりも家族のサポート利用可能性の知覚が高いことが重要であるという指摘と一致する(岡安他, 1993; Shimada & Sakano, 1996)。

個々のサポート源が独立であり、またサポートを得られることが常にポジティブな意味を持つと仮定すれば複数のサポート源による交互作用的な影響は少ないことが予想される(福岡・橋本, 1995a)。特に、児童期青年期を対象とした場合には、個々のサポート源が独立した機能を持つと考えられる。実際、家族からの援助が不足していることが思春期の問題行動の原因であるとされる症例の報告を総括すると、家庭における物理的環境が単親家族の場合には、不登校をはじめとする問題行動の生起する確率が高いことが示されている(稲村, 1993)。したがって、教育心理学や発達心理学の分野で指摘されているように、子どもの発達や適応には両親の存在が少なからず影響を及ぼしていることを常に考慮する必要があると考えられる(Dubow & Tisak, 1989)。

本研究の結果から、両親のサポート利用可能性の知覚の程度は母親と父親では多少の水準の相違がみられるものの、同じような利用可能性の知覚のパターンであることが示された。本研究においては単親の被調査者のデータを分析から除外しているために、結果を概観する際にはその点に留意する必要があるが、母親の就業率が6割強以上である(稲村, 1993)ことを考えると、母親のサポート利用可能性を知覚する程度は、母親との接触時間にかかわらずかなり強いと予測できる。この点については、今後児童期青年期における母親サポートの機能の詳細な分析を行っていくことによってさらに検討する必要がある。そして、発達段階別に母親サポートが果たす機能が明らかになれば、単親家族のようにサポート源が物理的にないことが臨床的に問題であるとするのではなく、その分

のサポート源を知覚のバランスを考慮してカバーする、すなわち、その人に選択可能なサポート源の中から、不足しているサポート源と同じような機能役割を持つ異なったサポート源を探していくという介入が可能になると考えられる。

稲村(1993)は、問題行動を起こした思春期の児童生徒の治療を考える際に、母親の治療への参加はもちろんのこと、治癒率の高さや治療期間の短さ、また予後の良さといった観点から、父親の治療への参加が必要であると指摘している。すなわち、母親のサポートは存在して当然であると考えられることから、臨床心理学における問題行動の解決を考える際には、むしろ父親のサポートが大きな意味を持つということである。これは、中学生を対象としてソーシャルサポートのストレス反応軽減効果を検討した岡安ら(1993)のデータからも裏づけることができる。また、児童期青年期にあたる児童生徒をクライアントとした臨床場面においては、過保護、過干渉、溺愛のタイプの母親が多いことが指摘されている(坂野, 1989)。この現象は見方を変えると、利用可能性を知覚するサポート源に著しい偏りが生じているとも理解することができる。すなわち、特に思春期の児童生徒の場合には、サポートすることが過剰な依存性を生起させるという懸念から、両親のサポートに満ちている状態が必ずしも最良の状態ではないということである(嶋田, 1996)。本研究で得られた結果のように、その発達段階に応じた標準的なサポート利用可能性の知覚のバランスを考慮することによって、このようなソーシャルサポートの矛盾点(精神的健康の維持増進という長所と依存性の増長という短所)を解明していくひとつの手がかりとなると思われる。この場合にもやはりサポート源の機能の役割を明確にしていくことが重要であると考えられる(周, 1993)。また、本研究においては、普通に学校に通っている中学生、高校生、大学生を対象とした研究を基にして、標準的なサポートネットワークであると考えられるサポート源を設定したが、ソーシャルサポートといった観点から、児童期青年期における人間関係の機能分析的な視点を持つことも必要である。

さらに本研究においては、学校に通う人々の身近なサポート源として学校の先生を設定したが、発達段階の全般を通じてサポート利用可能性の知覚の程度は相対的に低いことが示された。このような結果が得られた原因のひとつとして、児童生徒の評価懸念が考えられる。一般に児童生徒は自分が評価されることに対して敏感である。児童生徒が先生にサポートを求めることは、ある種の脆弱性を先生の側にさらすことになり、それが学業に代表される先生の評価に影響するのではないかと懸念する児童生徒は少なくない(嶋田, 1996)。したがって、児童生徒の評価懸念の高さを考慮すると、これから新たにサポート源としての役割が期待される学校カウンセラーは、専門家としてサポートを与える機能的側面からの役割行動はもちろんのこと、サポート源として学校の先生や学業評価からの独立性を強調していく必要もあると考えられる。

ところで、福岡・橋本(1995b)は、ストレス反応の水準が低いにもかかわらずサポートが多く得られるという状況は、精神的健康という点から見て必ずしも好ましいものであるとはいえないことを指摘している。また、他者から援助的な行動が得られるかどうかという知覚されたサポートは特にストレスが存在する状態でのみ機能することから、サポートが有効に機能するかどうかについてはストレスの分析が必要であることも指摘されている(小牧, 1994)。したがって、サポート源と結果変数(ストレス反応の表出の程度や精神的健康度など)との関係ばかりではなく、潜在的ストレスの分析を進めていく必要があるといえる。ところが、発達的变化という観点からサポートの効果を検討しようとする際には、各所属集団によってネガティブに評価されるストレスが異なるという問題が残る(岡安・嶋田・丹羽・森・矢富, 1992; 嶋田, 1996)。本研究では、このような理由から特にストレスを取り扱わなかったが、ストレスの持つ質的な側面を各所属集団で揃えることによって、この問題は是非とも解決しなくてはならない。その前段階として、

本研究で収集されたデータは基礎的な資料になると考えられる。

知覚されたソーシャルサポートを扱っていく最大の利点は、実際に実行的なサポートが実施できないような場合であっても、「あの人からの援助はいつでも手に入れることができる」というように認知的変容を促す介入によって操作が可能なところにある。もちろんそれには当てはまらない症例も多くあるが、少なくとも発達途上にある児童生徒にとっては認知的変容だけでも問題行動や不適応行動の低減に有効に作用し、実際に介入が有効であった症例も報告されている(嶋田, 1996)。したがって、同じような発達課題(和田, 1992; 嶋田, 1993)、疾患の治療(金・嶋田・坂野, 1996)といったように同じ状況におかれている人々のソーシャルサポートネットワークの記述を多く行い、知覚されたサポート利用可能性のバランスを検討することは、臨床心理学的な観点から治療方針を決定する上で重要な手がかりになると考えられる。本研究においては、発達段階を考慮するにあたり20歳代の被調査者として大学生を対象としたが、詳細なデータを集めるためには大学生に限らず、小牧・田中(1996)、和田(1995)の報告にもあるように若年労働者なども視野に入れていく必要があると考えられる。

## 文 献

- Barrera, M., Jr. 1986 Distinction between social support concepts, measures, and models. *American Journal of Community Psychology*, 14, 413-445.
- Cohen, S., & Wills, T. A. 1985 Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98, 310-357.
- Dubow, E. F., & Tisak, J. 1989 The relation between stressful life events and adjustment in elementary school children: The role of social support and social problem-solving skills. *Child Development*, 60, 1412-1423.
- 福岡欣治・橋本 幸 1992 個人のもつ特定のサポート源に関するソーシャルサポートの測定 健康心理学研究, 5(2), 32-39.
- 福岡欣治・橋本 幸 1995a 大学生における家族および友人についての知覚されたサポートと精神的健康の関係 教育心理学研究, 43, 185-193.
- 福岡欣治・橋本 幸 1995b 知覚されたソーシャル・サポートのストレス緩和効果におけるサポート源とサポート内容の影響: 看護教員養成講習会の受講者を対象として 健康心理学研究, 8(2), 1-11.
- 久田 満 1987 ソーシャルサポート研究の動向と今後の課題 看護研究, 20, 170-179.
- 堀野 緑・森 和代 1991 抑うつとソーシャルサポートとの関連に介在する達成動機の要因 教育心理学研究, 39, 308-315.
- 稲村 博 1993 思春期臨床事例の問題発生要因からみた父親の役割・母親の役割に関する研究 社会心理学研究, 8, 145-158.
- 周 玉慧 1993 在日中国系留学生に対するソーシャル・サポートの次元: 必要とするサポート, 知覚されたサポート, 実行されたサポートの間の関係 社会心理学研究, 9, 105-113.
- 金 外淑・嶋田洋徳・坂野雄二 1996 慢性疾患患者におけるソーシャルサポートのストレス軽減効果 日本健康心理学会第9回大会発表論文集, 94-95.
- 小牧一裕 1994 職務ストレスとメンタルヘルスへのソーシャルサポートの効果 健康心理学研究, 7(2), 2-20.

- 小牧一裕・田中國夫 1996 若年労働者に対するソーシャルサポートの効果 社会心理学研究, 11, 195-205.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. 1984 *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- 森 和代・堀野 緑 1992 児童のソーシャルサポートに関する一研究 教育心理学研究, 40, 402-410.
- 岡安孝弘・嶋田洋徳・丹羽洋子・森 俊夫・矢富直美 1992 中学生の学校ストレスの評価とストレス反応との関係 心理学研究, 63, 310-318.
- 岡安孝弘・嶋田洋徳・坂野雄二 1993 中学生におけるソーシャル・サポートの学校ストレス軽減効果 教育心理学研究, 41, 302-312.
- 坂野雄二 1989 無気力・引っ込み思案・緘黙 黎明書房
- Schaefer, C., Coyne, J. C., & Lazarus, R. S. 1981 The health-related function of social support. *Journal of Behavioral Medicine*, 4, 381-406.
- 嶋 信宏 1990 ソーシャルサポート研究の現状と臨床場面への応用 東京大学教育学部心理教育相談室紀要, 12, 63-72.
- 嶋 信宏 1991 大学生のソーシャルサポートネットワークの測定に関する一研究 教育心理学研究, 39, 440-447.
- 嶋 信宏 1992 大学生におけるソーシャルサポートの日常生活ストレスに対する効果 社会心理学研究, 7, 45-53.
- 嶋 信宏 1994 高校生のソーシャルサポート・ネットワークの測定に関する一研究 健康心理学研究, 7(1), 14-25.
- 嶋田洋徳 1993 児童の心理的ストレスとそのコーピング過程：知覚されたソーシャルサポートとストレス反応の関連 ヒューマンサイエンスリサーチ, 2, 27-44.
- 嶋田洋徳 1996 児童生徒の心理的ストレスと学校不適応に関する研究 早稲田大学大学院人間科学研究科平成7年度博士論文
- Shimada, H., & Sakano, Y. 1996 Enhancement of tolerance to psychological stress in children. *Proceedings of the International Conference on Stress Management Education*, 29-36.
- 鈴木伸一・嶋田洋徳・三浦正江・片柳弘司・坂野雄二 1995 新しい心理的ストレス反応尺度 (S R S -18) の妥当性の検討 日本行動療法学会第21回大会発表論文集, 130-131.
- 鈴木伸一・嶋田洋徳・坂野雄二 1995 新しい心理的ストレス反応尺度 (S R S -18) の作成 日本行動医学会第2回学術総会論文集, 112-113.
- 田中宏二 1992 ストレスとソーシャル・サポート研究の現状 日本労働研究雑誌, 394, 45-55.
- Turner, R. J. 1981 Experienced social support as a contingency in emotional well-being. *Journal of Health and Social Behavior*, 22, 357-367.
- 菅沼 崇・古城和敬・松崎 学・上野徳美・山本義史・田中宏二 1996 友人のサポート供与がストレス反応に及ぼす効果 実験社会心理学研究, 36, 32-41.
- 浦 光博 1992 支えあう人と人：ソーシャルサポートの社会心理学 サイエンス社
- 浦 光博 1993 現代社会とソーシャルサポート 心理学評論, 36, 340-372.
- 和田 実 1992 大学新入生の心理的要因に及ぼすソーシャルサポートの影響 教育心理学研究, 40, 386-393.
- 和田 実 1995 ストレスとソーシャルサポートが疾病徴候, 孤独感, および学校満足度に及ぼす影響：看護学生についての縦断研究 健康心理学研究, 8(1), 31-40.