

クライシスにおけるソーシャルサポートと 自己認知の関係について

橋 本 京 子

問 題

1. クライシス

人間は、生きていく中で様々な困難な出来事を経験する。その中には、単なる困難ということだけにとどまらず、個人の人生において重大な意味をもち、人生の転換点となるものがある。このような経験は、一般的に、クライシス（crisis）と呼ばれる。クライシスの辞書的な意味には、「危機」「決定的段階」「重大局面」「（人生・運命などの）重大な分かれ目」「転換期」などがある。また、コミュニティ心理学の領域では、Caplan（1961）が「危機状態とは、人生上の重要目標が達成されるのを妨げられる事態に直面した時、習慣的な課題解決法をまず始めに用いてその事態を解決しようとするが、それでも克服できない結果発生する状態である。危機状態になると混乱と動揺の時期がしばらく続き、その間、打開するための様々の試みがなされる。しかし結果的にある順応が、その人自身やまわりの人にとって最もよい結果をもたらすか、またはそうでないかもしれない結果で形成される」と述べている。さらに山本（1986）は、クライシスは必ずしも病的な状態というものではなく、成長を促進させる可能性を有していること、および古い習慣を打ち破り新しい発展を促す大切な要因となることを主張している。これらを踏まえ、本研究では、クライシスを「困難として認識されるが、個人にとって重大な意味を持ち、人生の転機となる経験」として定義する。

2. ソーシャルサポート

クライシスに対処するための資源の一つとして、他者からの支えがある。他者から支えてもらったり助けてもらったりすることを示す概念として、ソーシャルサポート（social support, 社会的支援）をあげることができる。ソーシャルサポートは、「ある個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」（久田，1987）と定義されている。1970年代に、コミュニティ心理学の領域でCaplan（1974）が提唱した概念であるが、近年、心理学、医学、看護学、福祉などさまざまな領域においてソーシャルサポートに関する研究が増加しており、ソーシャルサポートと精神的健康、身体的健康との関連が注目されてきている。

ソーシャルサポートは、その内容によって、情緒的サポートと道具的サポートの2種類に大きく分けられることが確認されている。情緒的サポートとは「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あたれるような状態に戻すような働きかけ」（浦，1992）と定義される。一方、道具的サポートとは「何らかのストレスに苦しむ

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け」(浦, 1992)と定義される。

また、これら2種類のサポートが誰から与えられるかという問題、すなわちサポート源について考慮することも重要である。どのようなサポートであっても、それぞれに適した送り手から与えられてこそ、効果を発揮するであろう。その中でも、友人と家族は代表的なサポート源として数多く検討されてきている(福岡・橋本, 1997など)。特に、情緒的サポートは、家族や友人など親密な他者から提供されたときに、道具的サポートは専門家から提供されたときに、有益だとみなされやすいということが明らかになっている(浦, 1992)。

3. 自己認知

一方、クライシスにおいて、クライシスを経験している人間がどのような状態にあるかを検出するために、自己認知を取り上げる。ここで自己認知を取り上げるのは、自己認知のあり方が、主体の状態を表すものであると同時に、行動の規定因にもなりうると考えられるからである。例えば、「何らかのきっかけで自己知覚のしかたが変われば、それによって行動も変容していく」(榎本, 1998)といった指摘がある。

なかでも、ポジティブな自己認知をすることは、クライシスにおいて、主観的によい状態であることを示すとともに、広い意味でクライシスを乗り越えるためのきっかけとなると考えられる。なぜなら、ポジティブな自己認知は高い自己評価に類似したものであり、心身の健康や適応とながるものであるとみなされているからである。遠藤(1998)は、「自尊感情の高さや自己の能力の高さ、統制力に対する確信、あるいは楽観的展望は動機づけを高める」と指摘している。

ポジティブな自己認知のうち、特にクライシスに関係があると考えられる側面は、次の2側面である。一つは、情緒安定的な自己認知である。つまり、クライシスという困難な状態においても情緒的に安定した状態を保っているという側面である。もう一つは、意欲的な自己認知である。つまり、クライシスという困難を乗り越えて積極的に頑張りたいという意欲を示す側面である。

4. クライシスにおけるソーシャルサポートと自己認知について

では、クライシスにおいては、ソーシャルサポートを受けることと自己認知とはどのような関係にあるだろうか。クライシスは、困難な事態、つまり環境からの要請が自己の対処能力を超え、脅威として認知された事態のひとつであり、ストレス反応を引き起こしうる事態であると考えられる。一方、ソーシャルサポートは、ストレッサーがストレス反応に及ぼす否定的な効果を緩和したり(Lakey & Cohen, 2000; Cohen & Wills, 1985)、直接的にストレス反応を軽減したり(Thoits, 1985)することが指摘されている。ゆえに、クライシスにおいて、ポジティブな自己認知とソーシャルサポートを受けることが正の相関関係にあると考えられる。

他者から支えてもらうことで、情緒が安定したり、意欲が高まったりすることは、日常的にもよくあることである。先行研究においても、一般にポジティブな自己認知を持つ人は、ソーシャルサポートを多く受けているという結果が得られている。例えば、遠藤(1998)は、ポジティブな自己評価を持ち情緒的に朗らかな人は、ソーシャルサポートを受け取ることも多く、それに対して満足感が高いことを指摘している。また、Sarason et al. (1991)においては、必要なとき

にソーシャルサポートを利用できると認知している者は、自己を肯定的に認知しているという結果が得られている。以上の指摘から、多くのソーシャルサポートを受け取ることが、ポジティブな自己認知の高さと正の相関関係にある可能性が高いといえる。しかし、これらの結果は、一般の人を対象としたソーシャルサポート研究の中で、平常時の心身の健康や自己認知との関係を検討したものが多い。そして、本研究で取り上げるクライシスのような、困難ではあるが重大な意味を持つという両面性を有した経験において、ソーシャルサポートと自己認知とがどのような関係にあるかを検討したものは少ない。

以上の問題を踏まえ、本研究は、クライシスにおいて受容したソーシャルサポートと自己認知との関係を検討することを目的とする。クライシスについては、どのような出来事がクライシスになるのかは個人によって異なると考えられるため、個人にとって最も重要なクライシスを取り上げるために、回想法を用いて調査する。ソーシャルサポートについては、サポートの種類として情緒的サポートと道具的サポートを、サポート源として友人と家族とをとりあげる。自己認知については、意欲的自己認知と情緒安定的自己認知とを取りあげる。また、クライシスの内容によってどのような違いが見られるのかもあわせて検討する。

方 法

被調査者 京都府、大阪府、奈良県の大学に在籍する、国立・私立大学学生および大学院生265名（18歳～31歳，平均年齢20.71歳，SD=2.14）。うち男性135名（18歳～31歳，平均年齢20.50歳，SD=2.31），女性130名（18歳～27歳，平均年齢20.92歳，SD=1.94）。

質問紙の構成 デモグラフィック要因（年齢，性別，大学名，学部，学年）についての質問のあと，大別して次の3種類について，(1)～(3)の順序で調査した（なお，質問紙にはその他の調査項目も含まれていたが，本稿ではその部分は割愛する）。

(1)クライシス：個々の被調査者にとってクライシスとなった経験を1つ想起するよう求めた。その際の指示は，「あなたがこれまで生きてきた中で，非常に困難を感じたが，自分自身にとって重要な転機となったと思われる経験，自分の人生の中で大きな意味を持ったと思われる経験，あるいは自分自身の生き方や考え方が変わったと思われる経験を思い出してみてください（例えば進路決定，進学，受験，恋愛，別れ，病気，事故など）」とした。さらに，いつ頃のどんな経験であったかを，被調査者に差し支えない範囲で自由に記述させた。

(2)自己認知：長島・藤原・原野・斎藤・堀（1966），桑原（1991），井上・小林（1985）を参考に若干の項目を加え，自己記述に際して用いる特性語として，ポジティブな項目10項目，ネガティブな項目（逆転項目となる）10項目を，単極の形でランダムに並べた。それぞれの項目について，(1)で想起したクライシスにおける自分の状態にどの程度当てはまっているかを，5段階にて評定を求めた（1点：「全然あてはまらない」～5点：「非常によくあてはまる」）。

(3)ソーシャルサポート：嶋（1991），森・堀野（1992），周（1992），和田（1992），岡安・嶋田・坂野（1993），渡辺（1995），周・深田（1995），福岡・橋本（1992）を参考に項目を作成した。その際，情緒的サポートに関する項目と道具的サポートに関する項目が含まれるようにした。ただし，本研究で取り上げるクライシスに対するサポートとして適当でないと思われるものについ

ては、表現を変更した。それに筆者が若干の項目を加え、計24項目を設けた（情緒的サポートと想定される項目14項目、道具的サポートと想定される項目10項目）。この24項目については、被調査者自身の家族と友人について同じ24項目を用い、両者からどの程度のサポートを得たかを別々に回答させた。

友人については、まずクライシスにおいて支えとなってくれたり助けてくれたりした友人の数を回答するよう求めた。次に、その友人が各項目にあげられていることをどの程度してくれたかを、5段階にて評定を求めた（1点「全然あてはまらない」：～5点：「非常によくあてはまる」）。家族については、家族の構成員（祖父、祖母、父、母、兄、姉、弟、妹、その他）を列挙し、その中でクライシスにおいて支えとなってくれたり助けてくれたりした家族に○印をつけるよう求めた（複数回答可とした）。次に、その家族が各項目にあげられていることをどの程度してくれたかを、5段階にて評定を求めた（1点「全然あてはまらない」：～5点：「非常によくあてはまる」）。なお、友人からのサポートと家族からのサポートの提示順序はカウンターバランスした。

調査時期と手続き 調査は1998年11月中旬から12月上旬にかけて実施した。B5判12ページの冊子形式に綴じた調査用紙を、主に手渡しにより個別に依頼し、後日指定の回収箱に本人が投函する、もしくは郵送する方法で回収した。一部は授業時間の一部を用いて集団実施された。所要時間は10分～15分であった。

結 果

1. 自己認知尺度の構成

自己認知尺度20項目に対して、因子分析を行った（因子抽出法：主因子法，プロマックス回転）。固有値の推移と解釈可能性から、2因子解が適当であると判断された。結果をTable 1に示す。第1因子（ $\alpha=0.891$ ）は、「ねばり強い」「意志の強い」などの項目が高く負荷しているため、「意欲的自己認知」と命名した。第2因子（ $\alpha=0.869$ ）は、「さびしい（逆転項目）」「暗い（逆転項目）」などの項目が高く負荷しているため、「情緒安定的自己認知」と命名した。各因子に0.35以上の因子負荷量を持つ項目の合計得点を求め、下位尺度得点とした。

2. ソーシャルサポート尺度の構成

ソーシャルサポート尺度については、家族からのサポート24項目、友人からのサポート24項目に対して、別々に因子分析を行った（いずれも因子抽出法：主因子法，プロマックス回転）。

友人からのサポートについては、固有値の推移と解釈可能性から、2因子解が適当であると判断された。結果をTable 2に示す。第1因子（ $\alpha=0.893$ ）は、「私が落ち込んでいると、なぐさめてくれた」などの項目に高い負荷を持ち、「情緒的サポート」と命名した。第2因子（ $\alpha=0.849$ ）は、「困難を解決する方法を教えてくれた」などの項目に高い負荷を持ち、「道具的サポート」と命名した。各因子に0.35以上の因子負荷量を持つ項目の合計得点を求め、下位尺度得点とした。

家族からのサポートについては、固有値の推移と解釈可能性から、3因子解が適当であると判断された。結果をTable 3に示す。第1因子（ $\alpha=0.873$ ）は、「私の悩みや不満をよく聞いてくれた」などの項目に高い負荷を持ち、「情緒的サポート」と命名した。第2因子（ $\alpha=0.845$ ）は、

Table 1 自己認知尺度因子分析結果(プロマックス回転後)

No. 項目	F1	F2	共通性
12 ねばり強い	0.880	-0.308	0.515
16 意志の強い	0.864	-0.196	0.564
5 積極的な	0.846	-0.059	0.654
1 意欲的な	0.836	-0.054	0.643
14 前向きな	0.651	0.185	0.615
6 あきらめの早い*	0.580	-0.228	0.215
11 無気力な*	0.524	0.196	0.447
17 頼りない*	0.513	0.178	0.414
10 自信を持っている	0.481	0.326	0.543
7 楽観的な	-0.249	0.770	0.404
4 さびしい*	-0.118	0.731	0.435
2 暗い*	0.042	0.730	0.574
8 落ち込んでいる*	0.119	0.727	0.656
18 明るい	0.161	0.627	0.551
3 落ち着いている	-0.226	0.530	0.176
15 自分のことをだめだと思う*	0.193	0.517	0.434
13 弱気な*	0.314	0.500	0.553
19 いらいらしている*	-0.123	0.482	0.170
20 自分のことを好きである	0.247	0.471	0.435
9 短気な*	-0.081	0.282	0.056
因子間相関		0.653	

注：*は逆転項目

Table 2 友人からのソーシャルサポート尺度因子分析結果(プロマックス回転後)

No. 項目	F1	F2	共通性
15 私が落ち込んでいると、なぐさめてくれた	0.874	-0.154	0.630
14 私が悲しんでいると一緒に悲しんでくれた	0.775	-0.183	0.468
10 私が落ち込んでいることに気がついてくれた	0.678	-0.089	0.397
6 私の良いところも悪いところもあるままに受け入れてくれた	0.644	-0.106	0.346
1 私を元気づけてくれた	0.636	0.040	0.436
17 私の気持ちをよくわかってくれた	0.569	0.078	0.381
5 私のことを信じてくれた	0.561	0.015	0.325
11 私の話をよく聞いてくれた	0.543	0.202	0.463
8 私の悩みや不安をよく聞いてくれた	0.537	0.278	0.540
22 「私が必要なら知らせてほしい」と言ってくれた	0.527	0.059	0.317
7 私の相談にのってくれた	0.512	0.304	0.536
2 寂しいときに一緒にいてくれた	0.502	0.113	0.331
23 私を高く評価してくれた	0.495	-0.004	0.243
3 気晴らしに遊んでくれた	0.275	0.120	0.129
19 冗談を言ったりして気をまぎらさせてくれた	0.229	0.041	0.065
21 私の欲しいものをプレゼントして元気づけてくれた	0.123	0.122	0.048
4 困難を解決する方法を教えてくれた	-0.107	0.787	0.533
9 どうすればよいかアドバイスをしてくれた	0.060	0.756	0.628
18 わからないことを教えてくれた	-0.166	0.723	0.411
12 誰(どこ)に相談すればよいか教えてくれた	-0.009	0.629	0.389
16 似たような状況で、以前自分がどのようにしたか教えてくれた	0.004	0.593	0.354
20 私にとって重要なことを教えてくれた	0.114	0.572	0.416
13 私の悪いところを率直に言ってくれた	-0.024	0.555	0.293
24 自分の経験を話してくれた	0.127	0.547	0.397
因子間相関		0.584	

Table 3 家族からのソーシャルサポート尺度因子分析結果(プロマックス回転後)

No. 項目	F1	F2	F3	共通性
8 私の悩みや不安をよく聞いてくれた	0.792	0.176	-0.223	0.725
11 私の話をよく聞いてくれた	0.708	0.189	-0.142	0.634
1 私を元気づけてくれた	0.693	-0.168	0.257	0.523
10 私が落ち込んでいることに気がついてくれた	0.653	-0.216	0.054	0.310
7 私の相談にのってくれた	0.625	0.376	-0.340	0.694
15 私が落ち込んでいると、なぐさめてくれた	0.544	-0.029	0.318	0.500
6 私の良いところも悪いところもありのままに受け入れてくれた	0.509	0.069	0.152	0.398
17 私の気持ちをよくわかってくれた	0.439	0.179	0.152	0.421
5 私のことを信じてくれた	0.414	0.126	0.031	0.268
23 私を高く評価してくれた	0.280	0.141	0.157	0.225
18 わからないことを教えてくれた	-0.108	0.805	0.161	0.662
4 困難を解決する方法を教えてくれた	-0.008	0.744	-0.046	0.522
9 どうすればよいかアドバイスをしてくれた	0.156	0.604	-0.062	0.478
24 自分の経験を話してくれた	-0.080	0.596	0.282	0.495
16 似たような状況で、以前自分がどのようにしたか教えてくれた	-0.056	0.540	0.238	0.402
13 私の悪いところを率直に言ってくれた	-0.013	0.534	-0.094	0.247
20 私にとって重要なことを教えてくれた	0.221	0.514	0.052	0.492
12 誰(どこ)に相談すればよいか教えてくれた	0.033	0.431	0.063	0.232
19 冗談を言ったりして気をまぎらせてくれた	-0.037	0.102	0.612	0.413
21 私の欲しいものをプレゼントして元気づけてくれた	-0.089	0.068	0.605	0.363
3 気晴らしに遊んでくれた	0.053	-0.057	0.547	0.299
2 寂しいときに一緒にいてくれた	0.442	-0.217	0.521	0.473
22 「私が必要なら知らせしてほしい」と言ってくれた	-0.074	0.337	0.425	0.356
14 私が悲しんでいると一緒に悲しんでくれた	0.269	0.116	0.371	0.371
因子間相関				
F1	1.000			
F2	0.648	1.000		
F3	0.373	0.392	1.000	

Table 4 クライシスの内容と人数

内容	男	女	合計
受験・進路	44	34	78
対人関係・恋愛	19	20	39
生き方・考え方の変化	10	7	17
部活動・サークル活動	4	7	11
死別	3	3	6
病気	4	1	5
留学	0	4	4
家庭内の問題	1	4	5
教育実習	0	2	2
融合したもの	2	7	9
その他・分類不能	17	13	30
不明	31	28	59
合計	135	130	265

「わからないことを教えてくれた」などの項目に高い負荷を持ち、「道具的サポート」と命名した。第3因子($\alpha = 0.755$)は、「冗談を言ったりして気をまぎらせてくれた」などの項目に高い負荷を持ち、「日常的サポート」と命名した。各因子に0.35以上の因子負荷量を持つ項目の合計得点を求め、下位尺度得点とした。

3. クライシスの内容の分類

被調査者のあげたクライシスを、内容によって分類した(Table 4)。その結果、「受験・進路」(受験, 進路選択, 進路変更など)をあげた者と、「対人関係・恋愛」(対人関係上のトラブルや悩み, 恋愛で悩んだ経験や成就した経験, 失恋など)をあげた者以外は、個々のカテゴリーに属する人数が少なく、そのカテゴリーを独立して取りあげることが不可能であった。そのため、以下の分析は、被調査者全体(265名)と「受験・進路」を挙げた群(以下「受験・進路」群, 67名)と「対人関係・恋愛」を挙げた群(以下「対人関係・恋愛」群, 39名)に分けて行い検討することとした。なお、「受験・進路」群、「対人関係・恋愛」群における具体的な回答には、以下のようなものがあった。「学部変更を伴う中で自分のしたいことがわからなくなってきた。しかしそれまで生きてきた中で一番悩み、苦しみ、努力もしたと思う」(「受験・進路」群, 26歳女性)。「浪人時代に、これ以上勉強できないと思うほど勉強して苦しかったが大学に合格できた。このことで、一生懸命やればどうにかなるものだと思った」(「受験・進路」群, 20歳女性)。「片思いしてえらくこっぴどく振られた。その上、引き続き今でも避けられたり冷たくされている。まだ続いている困難だが、乗り越えたら大きな転機になると思う」(「対人関係・恋愛」群, 22歳女性)。「クラブ仲間と対立したが、とことん話し合って、相手を理解するよう努力した」(「対人関係・恋愛」群, 18歳男性)。

4. 基礎統計量

被調査者全体、「受験・進路」群、「対人関係・恋愛」群における、各下位尺度の信頼性係数、平均値、標準偏差、得点可能範囲、最小値、最大値などの基礎統計量をTable 5に示す。

5. 友人からのサポートと家族からのサポートとの関係

被調査者全体、「受験・進路」群、「対人関係・恋愛」群それぞれについて、サポート源として挙げられた友人の数と家族の数の平均値を算出し(Table 5)、家族についてはどの家族をサポート源として挙げたかを集計した(Table 6)。家族の中では、母親がサポート源として多く挙げられていた。また、家族からサポートを受けなかったと報告した被調査者の割合は、被調査者全体では24.5% (65名)、「受験・進路」群では14.1% (11名)、「対人関係・恋愛」群では51.3% (20名)であった。特に「対人関係・恋愛」群において、家族からサポートを受けなかったと報告した被調査者の割合が高いことが明らかになった。なお、友人からサポートを受けなかったと報告した被調査者の割合は、被調査者全体では10.9% (29名)、「受験・進路」群では10.3% (8名)、「対人関係・恋愛」群では15.3% (6名)であった。

Table 5 各下位尺度の基礎統計量(被調査者全体,「受験・進路」群,「対人関係・恋愛」群)

	信頼性 係数 (α)	得点可 能範囲	被調査者全体 (N=265)			「受験・進路」群 (N=78)			「対人関係・恋愛」群 (N=39)		
			平均値 (SD)	最小値	最大値	平均値 (SD)	最小値	最大値	平均値 (SD)	最小値	最大値
自己認知											
意欲的自己認知	0.861	9~45	28.46 (8.28)	10	45	30.97 (8.00)	14	45	28.23 (7.85)	16	44
情緒安定的自己認知	0.869	10~50	27.63 (8.53)	11	50	29.55 (8.15)	14	50	25.15 (9.06)	11	44
友人からのソーシャルサポート											
情緒的サポート	0.893	13~65	45.25 (10.03)	16	65	42.84 (9.36)	19	58	47.93 (9.01)	27	63
道具的サポート	0.849	8~40	23.19 (6.82)	8	40	22.51 (6.62)	8	38	24.00 (6.78)	8	35
家族からのソーシャルサポート											
情緒的サポート	0.873	9~45	30.76 (7.55)	9	45	30.82 (7.22)	15	45	30.00 (8.79)	9	41
道具的サポート	0.845	8~40	21.17 (6.81)	8	39	20.58 (7.21)	8	35	18.32 (5.14)	8	27
日常的サポート	0.755	6~30	13.62 (4.92)	6	30	13.42 (5.14)	6	30	13.16 (3.59)	6	18
サポート源(サポートしてくれた人数)											
友人の人数	-	-	3.71 (3.06)	0	20	3.74 (3.19)	0	20	3.26 (2.75)	0	10
家族の人数	-	-	1.37 (1.29)	0	6	1.75 (1.34)	0	5	0.81 (1.12)	0	4

Table 6 サポート源として挙げられた家族の構成員とその構成員をサポート源として挙げた被験者数

サポート源	父	母	兄	姉	弟	妹	祖父	祖母	いとこ	合計
被調査者全体										
男	41	66	7	7	10	8	4	5	0	148
女	39	88	4	5	4	13	8	12	2	175
合計	80	154	11	12	14	21	12	17	2	323
「受験・進路」群										
男	21	30	2	4	2	1	1	1	0	62
女	16	24	2	4	1	2	5	5	0	59
合計	37	54	4	8	3	3	6	6	0	121
「対人関係・恋愛」群										
男	2	4	0	0	2	2	0	0	0	10
女	3	10	1	0	0	1	0	0	0	15
合計	5	14	1	0	2	3	0	0	0	25

次に、友人からのサポートと家族からのサポートの相関(Pearsonの積率相関係数)を求めた(Table 7)。被調査者全体および「受験・進路」群においては、友人のサポートと家族のサポートの間に中程度の有意な相関が見られたが、「対人関係・恋愛」群においてはほとんど相関が見られなかった。

Table 7 友人からのサポートと家族からのサポートとの相関係数 (Pearsonのr)

友人からのサポート	家族からのサポート		
	情緒的	道具的	日常的
被調査者全体			
情緒的	0.351***	0.311***	0.230**
道具的	0.368***	0.377***	0.167*
「受験・進路」群			
情緒的	0.293*	0.383**	0.511***
道具的	0.380**	0.586***	0.457**
「対人関係・恋愛」群			
情緒的	0.145	-0.057	-0.284
道具的	0.032	-0.042	-0.102

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

6. ソーシャルサポートと自己認知の相関関係

ソーシャルサポートの各下位尺度得点と自己認知の各下位尺度得点の相関 (Pearsonの積率相関係数) を、被調査者全体, 「受験・進路」群, 「対人関係・恋愛」群別に求めた (Table 8)。

被調査者全体では、ソーシャルサポートと自己認知の間にはほとんど相関が見られなかった。「友人からの道具的サポート」と「意欲的自己認知」の間に有意な正の相関, 「友人からの情緒的サポート」と「情緒安定的自己認知」の間に有意な負の相関が見られたが、いずれも低い相関であった。「受験・進路」群においては、「家族からの情緒的サポート」と「意欲的自己認知」の間に高くはないが有意な正の相関が見られた。「対人関係・恋愛」群においては、「家族からの情緒的サポート」と「意欲的自己認知」、および「家族からの情緒的サポート」と「情緒安定的自己認知」の間に中程度の負の相関が見られた。また、「友人からの道具的サポート」と「意欲的自己認知」の間に中程度の正の相関が見られた。

Table 8 ソーシャルサポートと自己認知との相関係数 (Pearsonのr)

	友人からのサポート		家族からのサポート		
	情緒的	道具的	情緒的	道具的	日常的
被調査者全体					
意欲的自己認知	0.029	0.175**	0.037	0.078	0.046
情緒安定的自己認知	-0.145*	0.068	-0.069	0.091	0.050
「受験・進路」群					
意欲的自己認知	-0.058	0.138	0.256*	0.125	0.036
情緒安定的自己認知	-0.197	0.103	0.076	0.198	-0.082
「対人関係・恋愛」群					
意欲的自己認知	0.116	0.343+	-0.490*	-0.332	-0.021
情緒安定的自己認知	-0.140	0.099	-0.506*	0.025	0.089

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

考 察

1. ソーシャルサポート尺度の構成について

ソーシャルサポート尺度の因子構造を、サポート源別に検討したところ、友人からのサポートと家族からのサポートは異なる因子構造を示した。友人からのサポートについては、情緒的サポートと道具的サポートの2因子に分かれたが、家族からのサポートについては、情緒的サポート、道具的サポート、日常的サポートの3因子に分かれた。家族からのサポートについては、当初情緒的サポートとして想定したものが、情緒的サポートと日常的サポートの2因子に分かれる結果となった。日常的サポートとして分類された項目には、冗談を言ったり気晴らしに遊んだりというものが含まれるが、これは直接的には援助を意図してはいないが結果として援助的な効果をもたらす(嶋, 1991)ものであると考えられる。家族からのサポートの場合は、そのようなサポートが、直接的な問題に対する援助とは別に存在するものとして認識されと考えられる。

なお、先行研究では、和田(1992)の研究において、本研究と同様に友人のサポートが2因子(情緒的、道具的)に、家族のサポートが3因子(情緒的、道具的、気楽さ)に分かれたという結果が得られている。

2. クライシスの内容によるソーシャルサポートと自己認知の関係の検討

2.1. 「受験・進路」群における、ソーシャルサポートと自己認知の関係

「受験・進路」群においては、「家族からの情緒的サポート」と「意欲的自己認知」の間に有意な正の相関が見られた。つまり、受験や進路に関するクライシスにおいては、家族から情緒的サポートを多く受け取っている場合に、意欲的な自己認知が高いということが明らかになった。これは、情緒的サポートが、「自ら積極的に問題解決にあたれること」(浦, 1992)、「自信を持つように強化すること」(林, 1997)という機能を持つことと関係があると考えられる。

また、意欲的な自己認知と相関が見られたのは家族からのサポートであり、友人からのサポートとは相関が見られなかった。特に受験に関しては、友人もまた受験という同じクライシスの状況にある場合が多いので、友人はしばしばライバルになりうる。対して家族は、同じクライシスを経験するわけではないが、身近に存在して支えてくれる他者である。ゆえに、友人からのサポートは自己認知の高さと関連せず、家族からのサポートが意欲的な自己認知の高さと正の相関関係を示したのではないかと考えられる。

2.2. 「対人関係・恋愛」群における、ソーシャルサポートと自己認知の関係

「対人関係・恋愛」群においては、家族からの情緒的なサポートを多く受け取っている場合、意欲的な自己認知も情緒安定的な自己認知も低いという、仮説とは逆の結果が得られた。また、「対人関係・恋愛」群については、家族からサポートを受けなかったと報告した被調査者の割合が「受験・進路」群と比較して高いことと、友人のサポートと家族のサポートの間にほとんど相関が見られなかったことも特徴的であった。この結果から、対人関係や恋愛に関するクライシスは、家族からはサポートを受けない場合が多く、友人からサポートを受けることが多いと考えられる。意欲的な自己認知の高さと友人の道具的サポートに正の相関関係が見られた理由も、このことと関係していると考えられる。特に、本研究の対象である青年期中期の発達段階においては、

対人関係や恋愛に関する問題を、家族には相談しにくい、あるいはしたくないという気持ちが強く現れるのであろう。意欲的な自己認知の高さおよび情緒安定的な自己認知の高さと家族からの情緒的なサポートとの間に負の相関が見られた理由は、ポジティブな自己認知が低くなった危機的な状態においては、最も身近で得やすいサポートである家族の情緒的サポートを利用せざるを得ないからではないかと考えられる。

2.3. クライシスの内容によるソーシャルサポートと自己認知との関係の違い

以上のことから、クライシスにおけるソーシャルサポートと自己認知の関係は、クライシスの具体的内容によって異なるということが明らかになった。これは、Cohen & McKay (1984) が提唱した、ストレッサーとソーシャルサポートのマッチング仮説、つまりそれぞれのストレッサーに対して有効なサポートは異なっており、ストレッサーによって引き起こされた対処欲求に適切なサポートが効果的であるという考え方を支持するものであると考えられる。

また、特にクライシスにおけるソーシャルサポートと自己認知の関係を検討する場合、次の2点を考慮することが重要であると考えられる。

ひとつは、クライシスの問題の中心は、自分自身に関することか他者関係に関することかという点である。受験や進路に関するクライシスは、主に自分自身の能力や適性に関する問題である。一方、対人関係や恋愛に関するクライシスは、他者との関わりに関する問題である。そのような場合においては、対人関係上の葛藤に敏感になっているため、同じく対人関係に関わる問題であるソーシャルサポートを受けることが、必ずしも意欲的な自己認知や情緒安定的な自己認知の高さに関係するとは限らないであろう。浦 (1988) は、「ひとりの人物は複数の対人関係を同時にもっているが、その中には否定的な影響の大きなものもあれば、肯定的な影響の大きなものもあり、それら全体をひとまとまりの対人関係あるいは社会的ネットワークとして捉えると、否定的な側面の悪影響が肯定的な側面の好影響をしのぐ」と述べており、ソーシャルサポートの肯定的な効果に限界があることを指摘している。

次に、他者がその出来事において果たす役割や位置づけが、クライシスの内容によって異なるという点である。受験や進路に関わるクライシスにおいては、友人は同じクライシスを経験する者として、時にはライバルとして存在する。一方、対人関係に関わるクライシスにおいては、友人はサポートを求めやすく、家族はサポートを求めにくい者として存在する。サポートを与えてくれるような重要な他者がクライシスにおいてどのような役割や位置づけにあるかということによって、受け手にとって適切とみなされるサポートも、質、量、サポート源において異なり、サポートと自己認知の関わりも異なってくるのだと考えられる。

3. 今後の展望

今後の課題としては次のようなことが挙げられる。まず、クライシスの内容による検討について、今回は受験や進路に関するクライシスと対人関係や恋愛に関するクライシスの検討にとどまった。しかも、対人関係や恋愛に関するクライシスをあげた被調査者の数は十分多いとは言えない。被調査者を増やしたうえで、クライシスの内容をある程度限定して検討することが必要である。また、クライシスを経験した時期や、クライシスから経過した時間についても検討することが必要である。

また、クライシスにおいて実際にどのような認知的対処や行動的対処が行われたかが、本研究では十分に検討されていない。クライシスは広義のストレスフルイベントの1つと考えられるが、ストレスフルイベントにおいては、自己や状況に対するポジティブな認知が特に明白に現れ、抑うつを軽減するなど精神的健康の維持に重要な役割を果たし、積極的な対処行動を促進するという指摘もなされている (Taylor & Brown, 1988; 橋本, 2003など)。ソーシャルサポートや自己認知が、クライシスにおいて、どのような認知的、行動的対処と結びつき、どのように成長や変化を促進するのか、そのメカニズムを検討することが今後必要であると考えられる。

謝 辞

本論文作成にあたり、京都大学大学院教育学研究科教授子安増生先生に貴重な御指導、御助言を賜りました。心より御礼申し上げます。

文 献

- Caplan, G. 1961 *An approach to community mental health*. New York : Grune & Stratton.
(山本和郎 (訳)・加藤正明 (監修) 1968 地域精神衛生の理論と実際 医学書院)
- Caplan, G. 1974 *Support systems and community mental health*. New York : Behavioral Publications. (近藤喬一・増野肇・宮田洋三 (訳) 1979 地域ぐるみの精神衛生 星和書店)
- Cohen, S. & McKay, G. 1984 Social support, stress and the buffering hypothesis : A theoretical analysis. In A. Baum, S. E. Taylor, & J. E. Singer(Eds.), *Handbook of psychology and health*. Hillsdale, NJ : Lawrence Erlbaum Associates. pp. 253-267.
- Cohen, S., & Wills, T. A. 1985 Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, **98**, 310-357.
- 遠藤由美 1998 自己と適応 安藤清志・押見輝男 (編) 自己の社会心理 対人行動学研究シリーズ6 誠信書房 pp.23-45.
- 榎本博明 1998 「自己」の心理学—自分探しへの誘い— サイエンス社.
- 福岡欣治・橋本幸 1992 個人の持つ特定のサポート源に関するソーシャル・サポートの効果 健康心理学研究, **5**, 32-39.
- 福岡欣治・橋本幸 1997 大学生と成人における家族と友人の知覚されたソーシャル・サポートとそのストレス緩和効果 心理学研究, **68**, 403-409.
- 橋本京子 2003 ストレスフルイベントにおけるポジティブ幻想と精神的健康との関係 京都大学大学院教育学研究科紀要, **49**, 327-337.
- 林素子 1997 ソーシャルワークから見たソーシャル・サポート 現代のエスプリ, **363**, 30-39.
- 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.
- 井上正明・小林利宣 1985 日本におけるSD法による研究分野とその形容詞対尺度構成の概観 教育心理学研究, **33**, 253-260.
- 桑原知子 1991 人格の二面性について 風間書房.
- Lakey, B. & Cohen, S. 2000 Social support theory and measurement. In S. Cohen, L. U. Gordon, & B. H. Gottlieb(Eds.), *Social support measurement and intervention*. New York : Oxford University Press. pp.29-52.
- 森和代・堀野緑 1992 児童のソーシャルサポートの測定に関する一研究 教育心理学研究, **40**, 402-410.
- 長島貞夫・藤原喜悦・原野広太郎・斎藤耕二・堀洋道 1966 自我と適応の関係についての研究(2)ー

- Self-Differentialの作製－ 東京教育大学教育学部紀要, **13**, 59-83.
- 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.
- Sarason, B. R., Pierce, G. R., Shearin, E. N., Sarason, I. G., Waltz, J. A., & Poppe, L. 1991
Perceived social support and working model of self and actual others. *Journal of Personality and Social Psychology*, **60**, 273-287.
- 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.
- 周玉慧・深田博巳 1995 青年の心身の健康に及ぼすソーシャル・サポートのネガティブな効果 広島
大学教育学部紀要 第一部 (心理学), **45**, 45-52.
- Taylor, S. E., & Brown, J. D. 1988 Illusion and well-being : A social psychological
perspective on mental health. *Psychological Bulletin*, **103**, 193-210.
- Thoits, P. A. 1985 Social support processes and psychological well-being. In I. G. Sarason, &
B. Sarason (Eds.), *Social support : Theory, research and applications*. The Hague : Martinus
Nijhoff. pp.51-72.
- 浦光博 1992 支え合う人と人－ソーシャル・サポートの社会心理学－ サイエンス社.
- 浦光博 1998 ソーシャル・サポートと対人関係 松井豊・浦光博 (編) 人を支える心の科学 対人
行動学研究シリーズ7 誠信書房 pp.177-206.
- 山本和郎 1986 コミュニティ心理学 東京大学出版会.
- 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.
- 渡辺弥生 1995 大学生のソーシャルサポートと社会的スキルに関する研究 静岡大学教育学部研究報
告 (人文・社会科学篇), **45**, 241-254.

(教育認知心理学講座 博士後期課程3回生)

(受稿2008年9月8日、改稿2008年12月1日、受理2008年12月11日)

Social Support and Self-Perception in Crisis

HASHIMOTO Kyoko

The purpose of this study was to investigate the relationship between social support and self-perception in crisis. College students (N=265) were administered a questionnaire. They were asked to answer the subject of their crisis, their self-perception, and received social support from their friends and family members. According to a factor analysis of the self-perception scale, two factors were found: stable self and active self. Social support received from their friends was divided by factor analysis into emotional support and instrumental support. Social support received from their family members was divided by factor analysis into emotional support, instrumental support, and routine support. In such crises as taking an examination and choosing their courses of study, emotional support from families was positively correlated with active self. In such crises as human relations and love affairs, though, emotional support from families was negatively correlated with active and stable self, but instrumental support from friends positively correlated with active self. These results suggest that the relationship between social support and self-perception in crisis differs with contents of crisis, because friends and family members take various roles in various crises.