

# 大学生用ソーシャルサポート尺度の作成と信頼性・妥当性の検討 —— 評価的支持を含む多因子構造の観点から ——

片 受 靖\*<sup>1</sup>・大 貫 尚 子\*<sup>2</sup>

## Development and Validation of Social Support Scales for Japanese College Students —— Including Appraisal Support ——

KATAUKE Yasushi and OHNUKI Naoko

### Abstract

A scale assessing social support, including appraisal support was developed for Japanese college students and the reliability and validity of the scale were investigated. Participants were Japanese college students (N =677), who completed a questionnaire. Results of exploratory factor analysis indicated a three-factor model for the social support scale. One- and three-factor models of the scale were compared and tested using confirmatory factor analysis. The findings showed that the three-factor model had a better fit index than the one-factor model. Each of the three factors also showed acceptable internal consistency, as indicated by Cronbach's alpha coefficient reliability. The validity of this scale was examined by correlation analysis. Overall, the findings indicated that the social support scale was reliable and valid, and appraisal support has a stronger correlation with mental health, compared to informational/instrumental support and emotional/companionship support.

[Keywords] appraisal support, perceived support, college students, social support, mental health.

### I. 問題と目的

我が国における若者の自殺は増加傾向にあり、2009年には15-39歳における死亡原因の第1位を占めた（厚生労働省大臣官房統計情報部, 2010）。また自殺に至らないまでも、大学生の精神的・身体的健康は、非常に重要な問題であることが指摘されている（坂口, 2009）。

大学生におけるこのようなメンタルヘルスの問題を考える上での重要な概念のひとつに、ソーシャルサポートがある。他の年代と同様に大学生においても、ソーシャルサポートは、ストレス緩和やメンタルヘルスを良好に保つ上で有効であることが報告されている（嶋, 1992; 和田, 1992）。例えば、就職活動ストレス（下村・木村, 1997）、無気力感（下坂, 2001）、病気対処行動（飯塚・箕口・兒玉, 2005）、自己否定感（上田・窪田・樋口・橋本・宗像, 2010）など、様々な問題を緩和することが明らかになっている。

ソーシャルサポートは、もともと1970年代から米国などを始めとする国々において、医学・疫学・福祉・社会心理学や臨床心理学など多くの領域で注目を集め、これまで数多くの研究がなされている（浦, 1992; Cohen, Underwood, & Gottlieb, 2000）。しかし、多領域で用いられるがゆえに、研究者や研究領域によって用いられる定義は様ざまであり、統一した定義が難しい用語でもある（稲葉・浦・南, 1988; 浦, 1992）。そのため、ソーシャルサポートを測定するための尺度も数多く作成されているものの、いずれも定義に十分則ったものであるとは言い難い。そこで本研究では、先行研

\* 1 立正大学心理学部准教授

\* 2 トヨタ自動車(株)東京本社東京総務部

究におけるソーシャルサポートの定義と尺度を概観した上で、大学生における新たなソーシャルサポート尺度を作成することを目的とする。

ソーシャルサポートの定義は、多様性があるが必ずしも明確ではない（谷口・福岡, 2006）。例えば、研究が始まった当初の代表的な定義に、「自分が世話を受け、愛され、価値あるものとして評価され、コミュニケーションと相互の責任のネットワークの中の一員であると信じるに至る情報を得ること（Cobb, 1976）」というものがある。これは、Cassel (1974) や Caplan (1974) の研究の流れを受け、ソーシャルサポートを情報として捉えた上で、概念的な定義化と理論的な整理を目指して提唱されたものである。しかしこの定義を含め、この当時のソーシャルサポートの定義の多くは、他者から提供される事柄について、その事柄が、援助的（サポータータイプ）であるが故にソーシャルサポートになりうるという循環的な言明を含んでいるという問題がある。中には、こうした結果的事態に依存しない定義も試みられてはいるが（Shumaker & Brownell, 1984）やはりどのような定義にも問題がある（e.g. 稲葉ら, 1988）。

しかしながら「サポート」そのものについては、「周囲からの支持的・援助的な行動」と捉えることができ、我が国においては、「特定個人が、特定の時点で、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・稲葉・浦, 1988）という定義が、比較的一般的に用いられている。そこで本研究も、この定義をソーシャルサポートとして捉えることにする。

また、ソーシャルサポートは、サポートの次元の観点から、社会的包絡（social embeddedness）、必要とするサポート（needs for support）、知覚されたサポート（perceived support）、実行されたサポート（received support）という4つの次元に分類されている。それぞれ、受け手が有しているネットワークの大きさや結びつき（connection）、送り手に求めるサポート、送り手の意図に関わらず主観的に知覚した利用可能性（perceived availability）とサポートの結びつきの十分さ（adequacy of supportive tie）、実際に受け取ったサポート、または送り手の行動の事実認知を意味している（Barrera, 1986；周, 1993b）。

これら4つの次元の中で、最もメンタルヘルスに資すると考えられるのが、知覚されたサポートであり（浦, 2009）、これを支持する様々な実証的研究が存在する（Brown, Sheffield, Leary, & Robinson, 2003; Schnall, Harber, Stefanucci, & Proffitt, 2008）。そこで本研究では、作成するソーシャルサポート尺度の次元として、知覚されたサポートを扱うこととする。

さらに、ソーシャルサポートはサポート内容の観点からも分類がなされている（周, 1993a）。

しかし Table 1 に示すように、その分類は研究者によって異なり、2タイプ（Barrera, Sandler, & Ramsay, 1981; Power, Champion, & Aris, 1988）や3タイプ（Cobb, 1976; Sykes & Eden, 1985）、4タイプ（Barrera & Ainaly, 1983; Cohen, & Hoberman, 1983; Cohen & Wills, 1985; House, 1981, 片受・庄司, 2003；南ら, 1988；嶋, 1991；周, 1993a）や5タイプ（Goodman, Sewell, & Jampol, 1984）など、様々な分類が存在する。和田（1989）はこれらの先行研究に基づき、ソーシャルサポートの内容を、信頼、共感、愛などが与えられる情緒的サポート（emotional support）、レジャーや余暇活動の時間を一緒に費やし、社会的友好をもたらす、所属的サポート（companionship support）、問題を理解してくれる人から、アドバイスや指示を与えられて処理する際の助けとなる、情報のサポート（informational support）、必要なサービスの提供や、金銭的、物質的援助をしてくれる道具的サポート（instrumental support）、肯定、フィードバック、社会的比較などから、尊重され受容されているという情報をもたらしてくれる評価的サポート（appraisal support）の5つに分類している。

この5タイプは、ソーシャルサポートの介入研究の指導を試みた Cohen et al. (2000 小杉ら訳 2005) の分類とも一致している。また、過去の様々なソーシャルサポートの定義、内容を網羅しており、ソーシャルサポートを捉えるには、この5つの内容を考慮し、メンタルヘルスへの寄与を検討することが重要であると考えられる。

しかしながら、我が国にはこの5タイプを網羅した上で、知覚されたサポートを測定する尺度は存在しない。ソーシャルサポートの内容の分類が研究者によって異なるのと同様、例えば単因子の尺度や（久田・千田・箕口, 1989）、複数因子から構成されるものの5つのタイプを網羅していないもの（嶋, 1991；和田, 1992；周, 1993a）などが多く、いずれも評価的サポートが含まれていない（Table 2）。

評価的サポートは、自尊心サポート（self-esteem support）、もしくは尊重サポート（esteem support）とも称され（和田, 1989）、「自分を認め、受け入れ、評価・尊重してくれる他者からのポジティブな情報」である。実際、人から

Table 1 先行研究で使用されたソーシャルサポート内容のタイプ

報告者	因子数
Barrera,Sandler & Ramsay(1981)	物質的援助, 感情的援助
Barrera & Ainlay(1983)	物質的援助, 非直接的サポート, ポジティブな社会的交互作用 直接的指導
Cobb(1976)	感情的サポート, 尊重的サポート, 情報
Cohen & Hoberman(1983)	物質的援助, 評価的サポート, 自尊的サポート, 所属的サポート
Cohen & Wills(1985)	道具的援助, 尊重的サポート, 社会的仲間, 情報
Goodman et al.(1984)	物質的援助, 身体的援助, 親密的交互影響, ポジティブな社会参与 指導, フィードバック
House(1981)	情緒的サポート, 情動的サポート, 道具的サポート, 評価的サポート
片受・庄司(2003)	情緒的サポート, 情動的サポート, 道具的サポート, 娯楽的サポート
南・稲葉・浦 (1988)	実際のサポート, 所属的サポート, 尊重的サポート, 評価的サポート
Power et al.(1988)	実用的サポート, 感情的サポート
嶋(1991)	心理的サポート, 娯楽関連的サポート, 道具・手段的サポート, 問題解決志向的サポート
Sykes & Eden(1985)	感情的サポート, 尊重的サポート, 情動的サポート
周(1993a)	物質的サポート, 心理的サポート, 指導的サポート, 情動的サポート
和田(1989)	情緒的サポート, 所属的サポート, 情動的サポート, 評価的サポート 道具的サポート

Table 2 既存の大学生用尺度におけるソーシャルサポートタイプ

報告者	因子数	ソーシャルサポートタイプ
Cohen &Hoberman(1983)	4	情緒的サポート, 道具的サポート, 所属的サポート, 評価的サポート
福岡・橋本(1997)	2	情緒的サポート, 手段的サポート
久田・千田・箕口 (1989)	1	単因子
片受・庄司(2003)	4	情緒的サポート, 情動的サポート, 道具的サポート, 娯楽的サポート
嶋(1991)	4	心理的サポート, 娯楽関連的サポート, 道具・手段的サポート, 問題解決志向的サポート
周(1993a)	4	物質的タイプ, 心理的タイプ, 指導的タイプ, 情動的タイプ
和田(1992)友人によるサポート	2	情緒的サポート, 道具的サポート
和田(1992)両親によるサポート	3	情緒的サポート, 道具的サポート, 気楽さサポート

受け入れられているという感覚は、様々な適応指標と関連することが明らかになっている、(鈴木・小川, 2008) これらのことから、大学生における評価的サポートが、抑うつや不安感情などの不適応要因の低減に有用である可能性が考えられる。そのため評価的サポートは、ソーシャルサポートと個人の適応との関連を考慮する上で重要な要因であると考えられる。そのため、個人を取り巻くソーシャルサポートを包括的に測定するためには、この評価的サポートを含む5タイプのサポートを網羅した尺度を用いる必要があると考えられる。しかしながら既に我が国に存在している様々な尺度は、こうした内容を十分網羅しているとは言い難い。

そこで本研究では、大学生用のソーシャルサポートにおいても、「評価的サポート」を因子に含むという仮説を立て、情緒的、所属的、情動的、道具的、評価的サポートという5つの内容を網羅した、知覚されたソーシャルサポートを作成することを目的とする。多因子構造からなる新たな大学生用ソーシャルサポート尺度を作成し、信頼性と妥当性を検

討することを目的とする。

尺度の信頼性の検討としては、下位尺度ごとに Cronbach の  $\alpha$  係数を算出する。また、尺度の妥当性検討としては、以下の3点を検討する。第1に、尺度の内容の妥当性を確保するため、予備調査により自由記述調査を実施し、大学生が実際に日頃経験している評価的サポートについて記述を集め、尺度項目とする。第2に、基準関連妥当性として、今回作成するソーシャルサポート尺度が、基準関連妥当性を有するかを確認するため、既存のソーシャルサポート尺度との関連を検討する。また、構成概念関連妥当性を検討するために、ソーシャルサポートとの関連がしばしば指摘される、抑うつ、状態不安、自尊感情、援助要請スキルとの関連を検討する (Cohen et al., 2000 小杉ら訳 2005; 本田・新井・石隈, 2010)。

更に、男性は女性よりもソーシャルサポートを得がたいとの結果があるため (Leavy, 1983; 嶋, 1992; 和田, 1989; 和田, 1992)、性差についても検討する。最後に、補助的分析として、今回新たに加える評価的ソーシャルサポートと抑うつなどの変数との関連の強さと、従来のソーシャルサポートと抑うつなどの変数との関連の強さと比較を行う。

## II. 方法

### 1. 予備調査

まず、大学生のソーシャルサポートにおける評価的サポートの項目収集を目的として予備調査を行った。

#### 1) 方法

a) 調査対象者 都内私立大学の大学生および大学院生31名 (男性11名、女性20名、平均年齢21.7歳、 $SD=1.5$ ) を調査対象者とした。

b) 調査期間 2009年7月

c) 調査内容 評価的サポートに関して、自分が過去に受けた (または受ける可能性のある) 体験を、誰から、どんな時に、どのように今まで受けた (または今後受けられそうか) を教示し、無記名の自由記述を求めた。

2) 結果 自由記載126件の回答を、KJ法を用いて分類を行った。その結果まず、「成果・結果」「努力・心がけ」のそれぞれに対する「評価」「感謝」「労い」という計6つのカテゴリーが得られた。それに加え、「考え・意見に対する評価」「期待」「他者の前での評価」という3つのカテゴリーが得られ、合計9つのカテゴリーが得られた。そこでこれら各カテゴリーの代表的な記述を一つずつ選択し、評価的サポートの項目の候補とした (Table 3)。

Table 3 評価的ソーシャルサポート9項目

質問項目	分類
1 あなたの成果を評価してくれる	成果・結果：評価
2 あなたの努力や心がけを評価してくれる	努力・心がけ：評価
3 あなたの考えや意見を評価してくれる	考え・意見：評価
4 あなたに期待してくれる	期待：評価
5 他者の前であなたを評価してくれる	他者の前：評価
6 あなたの成果に感謝してくれる	成果・結果：感謝
7 あなたの努力や心がけを労ってくれる	努力・心がけ：労い
8 あなたの成果を労ってくれる	成果・結果：労い
9 あなたの努力や心がけに感謝してくれる	成果・結果：感謝

## 2. 本調査

### 1) 方法

a) 調査対象 都内私立大学の大学1年生～4年生677名（男性284名、女性393名、平均年齢19.4歳、 $SD=1.3$ ）を調査対象者とした。

b) 調査期間 2010年4月～5月

#### c) 調査内容

**大学生用ソーシャルサポート尺度:**嶋（1992）、久田ら（1989）をはじめとする既存の大学生用ソーシャルサポート尺度の項目複数含む片受・庄司（2003）の勤労者用ソーシャルサポート尺度に、予備調査で得られた評価的サポート9項目を加えた合計32項目を用いた。片受・庄司（2003）の勤労者用ソーシャルサポート尺度は、情緒的、情動的、道具的、娯乐的（所属感サポートに対応）という4つの内容の知覚されたサポートを測定する尺度である。本尺度の内、評価的サポートに対応すると考えられる「あなたを評価してくれる（情緒的）」という項目を削除し、予備調査で得られた9項目を追加した。また、「カラオケやお酒を飲み連れて行ってくれる（娯楽・所属的）」を大学生用として「気分転換に付き合ってくれたり、遊びにつれて行ってくれる」に変更した。それぞれの項目について「1：全くあてはまらない」～「4：非常にあてはまる」の4件法で回答を求めた。

**抑うつ:**Radloff（1977）によるCES-D（Center for Epidemiological Studies Depression Scale）の邦訳版（島・鹿野・北村・浅井，1985）を用いた。全20項目について「1. ない」～「4. 5日以上」の4件法で回答を求めた。

**状態不安尺度:**Spielberger, Gorsuch & Lushene（1970）によるSTAI（State-Trait Anxiety Inventory）の邦訳版（中里・水口，1982）を用いた。全20項目について「1. 全くちがう」～「4. その通りだ」の4件法で回答を求めた。

**自尊感情:**Rosenberg（1965）による自尊感情尺度の邦訳版（山本・松井・山城1982）を用いた。全10項目について「1. 全くあてはまらない」～「4. 非常にあてはまる」の4件法で回答を求めた。

**援助要請スキル:**本田ら（2010）による援助要請スキル尺度を用いた。全17項目について「1：全くあてはまらない」～「4：非常にあてはまる」の4件法で回答を求めた。

**ソーシャルサポート:**嶋（1991）による学生用ソーシャルサポート尺度、を用いた。全12項目について「1. 全くあてはまらない」～「5. 非常にあてはまる」の5件法で回答を求めた。

## Ⅲ. 結果

### 1. 尺度の探索的因子分析

因子分析に先立ち、全32項目について天井効果とフロアー効果を検討したところ、該当する質問項目は無かった。そこで32項目全てを対象として、因子分析（主因子法・プロマックス回転）を実施した。いずれの因子にも負荷量が低い項目や、複数の因子にも負荷量が高い項目を削除しながら分析を繰り返した結果、最終的に23項目から構成される3因子が得られた（Table 4）。

第1因子は「あなたの成果に感謝してくれる」、「あなたの努力や心がけを評価してくれる」など、予備調査で得られた評価的サポートに関する9項目のうち8項目を含んでいた。そこでこの因子を「評価的サポート」と命名した。第2因子は「問題解決方法について、アドバイスをしてくれる」、「分からないことがある時に教えてくれる」など、情動的サポートと道具的サポートに関する項目から構成されており、「情報・道具的サポート」と名付けた。第3因子は「一緒に遊びに出かけてくれる」、「あなたの悩みやグチを聞いてくれる」など、情緒的サポートと所属的サポートに関する項目から構成されており、「情緒・所属的サポート」と命名した。

### 2. 尺度の確認的因子分析

探索的因子分析によって得られた大学生用ソーシャルサポート尺度の因子構造が、実際にデータに適合しているかを確認するために、共分散構造分析による確認的因子分析を行った。その際、多くのソーシャルサポート尺度が単因子構造で構成されることから（e.g., 嶋，1991），1因子モデルについても併せて適合度を検討し、適合度を比較した。その結果、1因子の適合度はGFI=.769, AGFI=.723, CFI=.857, RAMSA=.096であり、3因子の適合度はGFI=.903, AGFI=.883,

Table 4 大学生用ソーシャルサポート項目の因子パターン行列 (N =677)

	F1	F2	F3	M	SD
F1: 評価的サポート( $\alpha=.94$ )				31.55	5.95
22 あなたの成果に感謝してくれる	.88	.03	-.10	3.02	.77
32 あなたの成果を労ってくれる	.86	.06	-.06	3.19	.70
29 あなたの努力や心がけを評価してくれる	.78	.13	-.06	3.22	.71
26 あなたの努力や心がけを労ってくれる	.75	.07	.05	3.20	.74
11 あなたに期待してくれる	.70	-.11	.09	3.05	.77
16 あなたの努力や心がけに感謝してくれる	.67	-.01	.12	3.14	.78
2 あなたの成果を評価してくれる	.63	.18	-.05	3.23	.73
19 他者の前であなたを評価してくれる	.61	.17	-.04	2.85	.83
27 あなたの良いところをほめてくれる	.60	.06	.22	3.28	.73
33 あなたを信頼してくれる	.58	-.07	.29	3.37	.67
F2: 情報・道具的サポート( $\alpha=.88$ )				22.80	3.85
3 問題解決方法について、アドバイスをしてくれる	-.01	.86	-.07	3.24	.72
8 どうしたら良いかを助言してくれる	.05	.82	-.09	3.26	.72
14 分からないことがあるときに、教えてくれる	-.05	.60	.24	3.40	.67
9 新しいことを学びたいときに、教えてくれる	.12	.59	-.04	3.02	.81
24 あなたに必要な情報を与えてくれる	.12	.58	.09	3.34	.67
18 決心がつかないときに、アドバイスをしてくれる	.05	.57	.14	3.24	.74
31 あなたが間違ったときに指摘してくれる	.14	.49	.02	3.29	.68
F3: 情緒・所属的サポート( $\alpha=.87$ )				20.83	3.25
5 一緒に遊びに出かけてくれる	-.06	-.06	.82	3.53	.69
15 気分転換につきあってくれたり、遊びに連れていってくれる	.06	-.09	.80	3.40	.76
10 一緒にいて楽しい時間を過ごしてくれる	.03	-.03	.70	3.64	.60
30 あなたの個人的な話を聞いてくれる	-.04	.20	.68	3.55	.64
17 あなたの気持ちを落ち着かせてくれる	.21	.07	.52	3.25	.75
20 あなたの悩みやグチを聞いてくれる	-.01	.25	.52	3.45	.71
因子間相関	F1	.76	.70	75.17	11.84
	F2		.69		
	F3				

CFI=.945,RAMSA=.060であった。このようにいずれの指標も、3因子モデルの方が適合度が良く、さらに適合基準として許容される値を示した。

### 3. 尺度の信頼性・妥当性の検討

新たに得られた3つの下位尺度ごとにCronbachの $\alpha$ 係数を算出したところ、「評価的サポート」は.94,「情報・道具的サポート」は.88,「情緒・所属的サポート」は.87であった。

続いて、尺度の妥当性を検討するために、作成したソーシャルサポート尺度の合計得点および各下位尺度得点と、抑うつ、状態不安、自尊感情、援助要請スキル、嶋(1991)の尺度によるソーシャルサポートの相関係数を算出した(Table 5)。

その結果、作成したソーシャルサポート尺度の合計得点および各下位尺度得点はいずれも嶋(1991)の学生用ソーシャ

Table 5 大学生用ソーシャルサポート尺度と既存尺度との相関 (N =677)

	抑うつ	状態不安	自尊感情	援助要請 スキル	ソーシャル サポート (嶋, 1992)
大学生用ソーシャルサポート尺度	-.30***	-.35***	.24***	.62***	.71**
評価的サポート	-.32***	-.37***	.30***	.59***	.62**
情報・道具的サポート	-.23***	-.27***	.16***	.54***	.62**
情緒・所属的サポート	-.24***	-.30***	.15***	.55***	.71**

\*\*\*  $p < .001$

ルサポート尺度との間に有意な正の相関を示した ( $r=.62\sim .71, p<.001$ )。また、作成した尺度の合計得点および各下位尺度得点は、いずれも自尊感情 ( $r=.15\sim .30, p<.001$ ) および援助要請スキル ( $r=.54\sim .62, p<.001$ ) との間に有意な正の相関を示した。逆に尺度の合計得点および各下位尺度得点は、抑うつ ( $r= -.27\sim .30, p<.001$ ) および、状態不安との間に有意な負の相関 ( $r= -.23\sim .35, p<.001$ ) を示した。

最後に、本研究で追加された評価的サポートと自尊感情、援助要請スキル、抑うつ、状態不安との関連の強さが、他のサポートと異なるかを検討するため、相関係数の差の検定を行った。その結果、評価的サポートは情報・道具的サポートに比べ、自尊感情、援助要請スキル、抑うつ、状態不安との間により強い相関 ( $t(674) = 6.42\sim 13.45, p<.01$ ) を持つことが示された。同様に評価的サポートは、情緒・所属的サポートに比べ各変数との間により強い相関 ( $t(674) = 4.37\sim 11.29, p<.01$ ) を持つことが示された。

#### 4. 性差の検討

今回作成したソーシャルサポート尺度に、先行研究と同様の性差がみられるかどうかを確認するため、尺度の合計得点および各下位尺度得点に対して  $t$  検定を実施した (Table 6)。

Table 6 大学生用ソーシャルサポート得点と性差 (N =677)

	男性 N=284		女性 N=393		t値	得点範囲
	Mean	SD	Mean	SD		
大学生用ソーシャルサポート得点	70.75	11.82	78.36	10.79	-8.57***	23～92
評価的サポート	29.78	5.93	32.83	5.63	-6.74***	10～40
情報・道具的サポート	21.54	3.85	23.71	3.59	-7.45***	7～28
情緒・所属的サポート	19.44	3.48	21.83	2.66	-9.70***	6～24

\*\*\*  $p < .001$

結果、本大学生用ソーシャルサポート得点および3つの下位尺度得点とも、男性よりも女性のほうが0.1%水準で有意に高いことが示された。この傾向は嶋 (1991) の学生用ソーシャルサポートと同様であった。

## IV. 考 察

### 1. 本研究で作成した尺度について

本研究の目的は、評価的サポートを含む5つのサポート内容を網羅するソーシャルサポート尺度を作成することであった。嶋 (1992)、久田ら (1989) をはじめとする既存の大学生用ソーシャルサポート尺度の項目複数含む片受・庄司 (2003) の勤労者用ソーシャルサポート尺度に、予備調査で得られた評価的サポート9項目を加えて作成した新たなソーシャルサポート尺度は、確認的因子分析により、3因子構造が最も適切であると判断された。

本尺度の合計得点および各下位尺度得点は、嶋 (1991) の学生用ソーシャルサポート尺度・援助要請スキルとは正の相関を示し、抑うつ・状態不安とは負の相関を示した。また性差の検討結果では、和田 (1989) と同じく男性は女性よりも有意にソーシャルサポートを受け難いという結果が得られた。このことから、本尺度は一定の構成概念妥当性を有していると考えられる。また本尺度で新たに追加された評価的サポートの項目は、自由記述調査によって得られた記述から構成されていることから、本尺度は一定の内容的妥当性を有していると考えられる。また、各下位尺度および合計得点ともに高い  $\alpha$  係数が得られており、本尺度は十分な信頼性を有していると判断された。以上から、本研究で作成された尺度は、全体として一定の信頼性と妥当性を有しているものと判断される。

また相関係数の差の検討からは、評価的サポートが、情報・道具的サポート、情緒・所属的サポートよりも、自尊感情、援助要請スキル、抑うつ、状態不安との間に有意に強い相関を示すことが明らかになった。このことは、評価的サポートがさまざまな適応上の変数との関連において、有用なものである可能性を示唆するものと考えられる。

以上から、新たに追加された評価的サポートは、ソーシャルサポートの5タイプ (eg, Cohen et al, 2005) を網羅するだけでなく、従来の尺度と比べてソーシャルサポートをより総合的に測定し、個人の適応や精神的健康について詳細

に検討することができる可能性を有すると考えられる。

また評価的サポートの10項目は、予備調査から得られた8項目と既存の尺度をもとに作成した2項目である。成果・結果が出る以前の、努力や心がけ、期待、信頼が10項目中5項目と半数を占めていた（あなたに期待してくれる。あなたを信頼してくれる等）。成果や結果のみならず、成果や結果が出る前段階での評価的サポートも、重要であることが示唆された。

## 2. 臨床心理学的支援と援助要請スキル

ソーシャルサポートは、個人の様々な身体的・精神的指標に影響することが明らかになっている（eg, Cohen et al, 2000）。大学生における家族と友人サポートの存在は、自尊感情に対して正の影響、自尊感情の脆弱性に負の影響を与え、精神的健康に良い作用を与えるが、ソーシャルサポートは単に直線的な関連性の中で発生しているわけではなく、自尊感情、援助要請意図、抑うつ、悩みなどの関連要因を包括的に捉える必要がある（永井, 2010）。本田ら（2010）は、ソーシャルサポートを得るためには、適切な援助者を選択し、適切な方法で援助を要請し、適切に援助希望内容を伝える援助要請スキルが重要であり、援助要請スキルが高いものは、多くの援助を受けたと報告した。

本研究においても、援助要請スキルはソーシャルサポート得点および3つの下位尺度得点とも正の相関を有していた。さらに本尺度の相関係数の差の検討から、評価的サポートは情報・道具的サポート、情緒・所属的サポートよりも、援助要請スキルと有意に強い相関を示しており、援助要請スキルが高い者は評価的サポートを多く受けている、または評価的サポートを多く受けている者は援助要請スキルが高いことが示唆された。これらの事から、評価的サポートを得るためには、個々人の援助要請スキルを上げることが重要であることが示唆された。

さらに評価的サポート10項目を詳細にみると、「他者の前であなたを評価してくれる」が最も平均点が低く（ $M=2.85$ ,  $SD=.83$ ）、本尺度全23項目中においても最低であった。「他者の前であなたを評価してくれる」という評価的サポートは、自己努力だけでは得難いタイプの項目であろう。評価的サポートの実施には、本人の援助要請スキルを上げる等の支援のみならず、援助の送り手側（彼・彼女らが所属する集団・組織）への臨床心理学的支援も重要であることが示唆された。

## 3. 本研究の課題

今回の結果から、大学生におけるソーシャルサポートは、当初仮定していた5因子ではなく3因子であることが示された。項目の詳細を見ると情動的サポートと道具的サポート、情緒的サポートと所属的サポートが組み合わさって因子が構成されており、大学生においてはサポートが分化していない可能性が示唆された。今後は更なる調査による検証が望まれる。また性差の検討結果から、男性は女性よりも有意にソーシャルサポートを受け難いという結果が得られたことは、臨床心理学的支援において、留意すべき重要であろう。

近接年齢である勤労者においては、上司と人間関係が良好な者は有意に抑うつが低く、上司から適正な評価を受けていると感じていることが報告されている（白石・塚本・杉山・菊池, 2003）。評価的サポートを受けることは、改善意欲や創意工夫などを始めとする、生産性向上の行動にも寄与する可能性があるであろう。今後は、大学生のみならず勤労者のソーシャルサポートにおいても、評価的サポートの観点による研究が期待される。

## 謝 辞

本研究にあたり、立正大学学生ならびに院生の皆様、臨床心理学専攻の諸先生方に多大なご協力とご指導を頂きましたことを心より御礼申し上げます。

## 引用文献

- Barrera, M., & Ainlay, S.L. 1983 The structure of social support: A conceptual and empirical analysis. *Journal of Community Psychology*, 11, 133-143.
- Barrera, M. Jr. 1986 Distinction between social support concepts, measures, and models. *American Journal of Community Psychology*, 14, 413-445.



- Barrera, M., Sandler, I., & Ramsay, T. 1981 Preliminary development of a scale of social support: Studies of college students. *American Journal of Community Psychology*, **9**, 435-447.
- Brown, J.L., Sheffield, D., Leary, M.R., & Robinson, M.E. 2003 Social support and experimental pain. *Psychosomatic Medicine*, **65**, 276-283.
- Caplan, G. 1974 Support systems and community mental health. New York: Behavioral Publications. (近藤喬一・増野肇・宮田洋三 共訳 1979 地域ぐるみの精神衛生 星和書店)
- Cassel, J. 1974 Psychological processes and stress: Theoretical formulations. *International Journal of Health Service*, **4**, 471-482.
- Cobb, S. 1976 Social support as a moderator of life stress. *Psychosomatic Medicine*, **38**, 300-314.
- Cohen, S., & Hoberman, H.M. 1983 Positive events and social support as buffers of life change stress. *Journal of Applied Social Psychology*, **13**, 99-125.
- Cohen, S., Underwood, L.G., Gottlieb, B.H. 2000 Social Support Measurement and intervention. A Guide for Health and Social Scientists.
- Cohen, S., & Wills, T.A. 1985 Social support, stress and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, **98**, 310-357.
- Goodman, S.H., Sewell, D.R., & Jampol, R.C. 1984 On going to the counselor: Contributions of life stress and social supports to the decision to seek psychological counseling. *Journal of Counseling Psychology*, **31**, 306-313.
- 久田満・千田茂博・箕口雅博 1989 学生用ソーシャル・サポート尺度作成の試み(1) 日本社会心理学会第30回大会論文集, 143-144.
- 本田真大・新井邦二郎・石隈利紀 2010 援助要請スキル尺度の作成 学校心理学研究, **10**, 33-40.
- House, J.S. 1981 Work stress social support and social support. Reading, Mass.: *Adison-Wesley*.
- 飯塚暁子・箕口雅博・兒玉憲一 2005 大学生の病気対処行動とソーシャル・サポートの関連 広島大学大学院心理臨床教育研究センター紀要, **4**, 90-99.
- 稲葉昭英・浦光博・南隆男 1988 ソーシャルサポート研究の現状と課題 哲学, **85**, 109-149.
- 周玉慧 1993a 在日中国系留学生用ソーシャルサポート尺度作成の試み 社会心理学研究, **8**, 235-245
- 周玉慧 1993b 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**, 105-111.
- 片受靖・庄司一子 2003 ソーシャルサポートにおける欲求及び実行と満足感との関係—ある製造メーカー従業員を対象として 産業カウンセリング研究, **6**, 1-10.
- 厚生労働省大臣官房統計情報部 大臣官房統計情報部人口動態・保健統計課 2010 第7表 死因順位1) (1~5位) 別死亡数・死亡率(人口10対), 性・年齢別(5歳階級)人口動態統計月報年計(概数)の概要
- Leavy, R.L. 1983 Social support and psychological disorder: A review. *Journal of Community Psychology*, **11**, 3-21.
- 中里克治・水口公信 1982 新しい不安尺度 STAI 日本語版の作成 心身医学, **22**, 107-112.
- 永井智 2010 大学生における援助要請意図—主要な要因間の関連から見た援助要請意図の規定因—教育心理学研究, **58**, 46-56.
- 南隆男・稲葉昭英・浦光博 1988 ソーシャルサポート研究の活性化に向けて—若干の資料—哲学, **85**, 151-184.
- Power, M. J., Champion, L.A., & Aris, S.J. 1988 The development of a measure of social support: The significant others (SOS) scale. *British Journal of Clinical Psychology*, **27**, 349-358.
- Radloff, I.S. 1977 The CES-D scale: A self report depression scale for research in the general population. *Applied Psychological Measurement*, **1**, 385-401.
- Rosenberg, M. 1965 *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton Univ. Press.
- 坂口守男 2009 学生の精神的・身体的自覚症状の動向—最近5年間のUPIでみた推移—大阪教育大学紀要 第三部門, **58**, 45-55
- Schnall, S., Harber, K.D., Stefanucci, J.K., & Proffitt, D.R. 2008 Social support and the perception of geographical slant. *Journal of Experimental Social Psychology*, **44**, 1246-1255.

- Shumaker, S.A., & Brownell, A. 1984 Toward a theory of social support: Closing conceptual gaps *Journal of Social Issues*, **40**, 11-36.
- 島悟・鹿野達男・北村俊則・浅井昌弘 1985 新しい抑うつ性自己評価尺度について 精神医学, **27**, 717-723.
- 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関する効果 社会心理学研究, **7**, 45-53.
- 下坂剛 2001 青年期の各学校段階における無気力感の検討 教育心理学研究, **49**, 305-313.
- 下村英雄・木村周 1997 大学生の就職活動ストレスとソーシャルサポートの検討 進路指導研究, **18**, 9-16.
- 白石尚子・塚本浩二・杉山温人・菊池英弥 2003 生産性と健康に好影響を与える職場要因に関する検討—上司関係を軸として—産業衛生学雑誌, **45**, 221.
- Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., & Lushene, R.E. 1970 Manual for state-trait anxiety inventory (Self-Evaluation Questionnaire). Palo Alto, California: Consulting Psychologists Press.
- 鈴木真吾・小川俊樹 2008 中学生における自尊心と被受容感からみたストレス反応・本来感の検討 筑波大学心理学研究, **36**, 97-104.
- Sykes, I. J., & Eden, D. 1985 Transitional stress, social support, and psychology strain. *Journal of Occupational Behavior*, **6**, 293-298.
- 谷口弘一・福岡欣治 2006 対人関係と適応の心理学—ストレス対処の理論と実践 北大路書房
- 上田敏子・窪田辰政・樋口倫子・橋本佐由理・宗像恒次 2010 大学生の自己否定感とソーシャルサポートとの関連 日本教育心理学会総会発表論文集, **52**, 569.
- 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 2009 排斥と受容の行動科学 サイエンス社
- 山本真理子・松井豊・山成由紀子 1982 認知された自己の諸側面の構造 教育心理学研究, **30**, 64-68.
- 和田実 1989 ソーシャルサポートに関する一研究 東京学芸大学紀要1部門, **40**, 23-38.
- 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.

## Appendix

### 大学生用ソーシャルサポート尺度項目

- 1 あなたの成果に感謝してくれる
- 2 問題解決方法について、アドバイスをしてくれる
- 3 一緒に遊びに出かけてくれる
- 4 あなたの成果を労ってくれる
- 5 どうしたら良いかを助言してくれる
- 6 気分転換につきあってくれたり、遊びに連れていってくれる
- 7 あなたの努力や心がけを評価してくれる
- 8 新しいことを学びたいときに、教えてくれる
- 9 一緒にいて楽しい時間を過ごしてくれる
- 10 あなたの努力や心がけを労ってくれる
- 11 分からないことがあるときに、教えてくれる
- 12 あなたの個人的な話を聞いてくれる
- 13 あなたに期待してくれる
- 14 あなたに必要な情報を与えてくれる
- 15 あなたの気持ちを落ち着かせてくれる
- 16 あなたの努力や心がけに感謝してくれる
- 17 決心がつかないときに、アドバイスをしてくれる
- 18 あなたの悩みやグチを聞いてくれる
- 19 あなたの成果を評価してくれる
- 20 あなたが間違ったときに指摘してくれる
- 21 他者の前であなたを評価してくれる
- 22 あなたを信頼してくれる
- 23 あなたの良いところをほめてくれる