

一般的信頼とソーシャルサポートのストレス緩衝効果

福岡 欣治

(川崎医療福祉大学 臨床心理学科)

問題と目的

ソーシャルサポートはストレス対処資源としてその有効性が議論されてきた。その1つにサポート源の多様性がある。相馬・浦(2007)は恋愛関係におけるサポート取得の排他性を、一般的信頼(他者一般に対する信頼;山岸,1998)と絡めて検討している。

吉本・長谷川(2017)は、一般的信頼が精神的健康を導くメカニズムとして、多様な関係からのサポート取得が促されるとしている。しかし、この研究ではソーシャルサポートを直接には測定していない。本研究は「親友」と「知人」からのサポート入手可能性に着目し、一般的信頼の高低によるストレス反応との関連の違いを検討した。

方法

参加者

大学生257名に調査票を配布し、記入不備や30歳以上を除く大学生184名(男子61、女子123)のデータを分析対象とした。

主な測定内容

一般的信頼 山岸(1998)の尺度。吉本・長谷川(2017)と同一項目を使用。5項目、7件法。

ソーシャルサポート 嶋田(1996)による知覚されたサポートの尺度。5項目、4件法。本研究では最も親しい親友、他の友人・知人、家族の3者について同一項目で測定した(以下では親友サポート、知人サポート、家族サポートと表記)。

ストレス経路 高比良(1998)による対人・達成領域別ライフイベント尺度短縮版。各15項目で、過去3ヶ月間での体験の有無を回答。

ストレス反応 鈴木他(1997)のストレス反応尺度。18項目、4件法。本研究では合計点を使用。

実施手続き

2クラスでの集合調査。担当教員の了承を得て受講者に協力を依頼し、その場で回収。無記名。

結果

一般的信頼の高低による尺度得点の差異

各尺度の信頼性を確認した後、小杉・山岸(1998)や相馬・浦(2007)と同様に、中央値で一般的信

頼の高低2群を設定し(高群97名、低群87名)、他の尺度得点についてt検定をおこなった。その結果、親友サポートでは有意差がない一方、知人と家族のサポートは信頼高>信頼低、ストレス者とストレス反応は信頼高く信頼低であった。

一般的信頼の高低別にみたサポートの効果

信頼の高低2群別に、ストレス反応を従属変数、ストレス者、ソーシャルサポート、両者の交互作用からなる階層的重回帰分析をおこなった。その結果、信頼高群ではサポートの主効果(ストレス反応抑制)がすべて有意であったが信頼低群では一部有意ではなかった。交互作用は信頼低群の対人ストレス者と親友サポートの組み合わせのみ有意であったが、これは「高サポートでも対人ストレス者が高いとストレス反応が高まる」ことを示すものであった(図1)

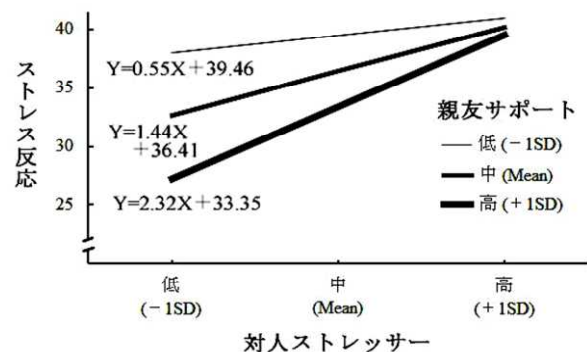


図1 信頼低群における対人ストレス者と親友サポートの交互作用

考察

一般的信頼が低い場合、親友からはサポートが入手できるものの他の友人・知人や家族から得られると思うサポートは少なく、また親友のサポートもストレスフルな状況では有効でないことが示された。これは一般的信頼の低さがより広範なサポート資源の獲得を阻害し、結果として精神的健康を損なう可能性を意味すると考えられる。

■本発表の調査は、森亘平さん(川崎医療福祉大学2019年3月卒業)との共同研究として、発表者の所属学科が定める倫理指針に沿っておこなわれました。調査にご協力くださった先生方および匿名の回答者の皆様に深く感謝いたします。