Tsukuba Psychological Research
2015. 49. 33-43

特性感謝がソーシャルサポートの知覚に及ぼす効果
—感謝の利益発見機能からの検討—

筑波大学大学院人間総合科学研究科　吉野　優香

筑波大学人間系　相川　　充

The effects of trait gratitude on perceived social supports: From the perspective of the benefit-detector function of gratitude

Yuka Yoshino (*Graduate School of Comprehensive Human Sciences, University of Tsukuba, Tsukuba 305-8572, Japan*)
Atsushi Aikawa (*Faculty of Human Sciences, University of Tsukuba, Tsukuba 305-8572, Japan*)

McCullough et al. (2008) have proposed that gratitude has a benefit-detector function, where affective gratitude elicits beneficiary awareness of the fact that they have benefited from some prosocial behavior of a benefactor. Based on this benefit-detector function, we hypothesized that higher levels of trait gratitude should elicit greater awareness of the forms of social support. Thus, we administered to 173 respondents a questionnaire constructed from some measures of trait gratitude and perceived social supports. Trait gratitude was found to only be related to perceived instrumental support from family and perceived emotional support from friends. However, six forms of trait gratitude were found to be partially related to perceived social support. The relations between trait gratitude and perceived social support suggest that gratitude may indeed enhance perception for some forms of benefit.
Key words: trait gratitude, perceived social supports, the benefit-detector function of gratitude

目　的

「感謝」は，道徳的な感情であるとされ(McCullough, Kilpatrick, Emmons, & Larson, 2001)，対人場面はもちろん，自然や神など様々な対象に対して生じるが，本研究は対人場面での感謝を対象とする。対人場面での感謝は，「他者の善意によって自己が利益を得ていると認知することで生じるポジティブな感情」と定義されている（Tsang, 2006)。

「感謝」の概念は，「状態感謝」と「特性感謝」の２つに区分することが可能である（Watkins, Gelder, & Frias, 2009)。「状態感謝」は，先の定義で説明するならば，他者の善意によって自分が利益を得ていると認知したとき，その場で生じているポジティブな感情である。これに対して「特性感謝」は，「感謝」に関する個人差を包括的に示す概念である。そもそも，個人が経験する感謝は，主にありがたみを感じる「感情」としての感謝と，感謝を他者に表明する「行動」としての感謝の２種類が考えられる。これに照らし合わせると，「特性感謝」は，「感謝感情における特性感謝」と，「感謝行動における特性感謝」の２種類が存在することとなり，それらを示す研究もある（e. g. 相川，2013)。一般的に「特性感謝」として研究で用いられているものは「感謝感情における特性感謝」であり，「状態感謝」の強さに関する個人差を表す概念である。つまり，他者の善意によって自分が利益を得ていると認知したことで生じるポジティブ感情の強さが，各個人によって異なることを表している。他方，「感謝行動おける特性感謝」は，感謝行動を他者に表明する傾向に関する個

人差を表す概念である。つまり，他者に対し，感謝感情の有無にかかわらず，例えば「ありがとう」と言語化する傾向に関する個人差を表す概念である。

感謝研究は，主にFredrickson（1998, 2001）の拡張・形成理論に基づき，感謝をすることは，感謝を経験している人の主観的幸福感や，創造性，ソーシャルサポートなど人間の恒久的な資源を広げ，新たに形成するという主張の検証を目的として，進められてきた（Emmons & McCullough, 2003）。

拡張・形成理論は，ポジティブ心理学の領域で，ポジティブ感情全般の機能に関して提唱された理論であり，ポジティブ感情が持つ独特な影響を説明するための循環上昇型の理論モデルである。拡張・形成理論において，ポジティブ感情は，まず第1段階として人々の思考と行動のレパートリーを一時的に広げ，次いで，個人の資源の形成を行うものであるとされている。感謝もポジティブ感情であるため，拡張・形成理論に基づき，認知を拡大させる機能を持つことが考えられる（Fredrickson, 2004）。

他方，感謝研究ではポジティブ感情としての機能とは別に，感謝の機能を明らかにしようとする研究も行われている。その代表的な研究が，McCullough, Kimeldorf, & Cohen（2008）の「感謝の利益発見機能（the benefit-detector function of gratitude）」についての指摘である。McCullough et al.（2008）は，感謝を感じている人ほど，他者から受けた向社会的なふるまいを利益であると感じると推測し，感謝には他者から与えられた利益を知覚させる働きがあると提唱している。つまり，状態感謝は，自らに利益となるものやサポート資源を多く知覚させると主張するのである。

感謝に利益の発見機能があるとするならば，状態感謝を経験しやすい程度である特性感謝が高い個人は，日常生活において自らの利益となる社会的資源を知覚しやすいと仮定できる。この仮定は，拡張・形成理論において，日常生活の社会的資源についての認知を拡張させた結果だと考えても導き出せる妥当な仮定と言えよう。

他者から得られる典型的な社会的資源は，ソーシャルサポートである。ソーシャルサポートとは，受け手を取り巻く，家族や友人など様々な人々から与えられる有形・無形の支援である（嶋，1991）。ソーシャルサポートの内容は，従来の研究で様々に分類されているが（宗像，2006など），基本的には，情緒的サポートと，手段的サポートの2つに分けられる。情緒的サポートは，話を聞くなど精神面によりそい，受け手を支えるようなサポートである。一方，手段的サポートは，アドバイスをすることや物を貸すなど，物理的な面でのサポートである。加えて，ソーシャルサポートは，サポート内容だけではなく，サポートを与える人ごとにも，サポートの影響が検討されている（浦，1992）。

また，ソーシャルサポートは3つの次元に分類されている（Barrera, 1986; 岡本・嶋田・坂野，1993）。それは，「社会的包絡（social embeddedness）」，「知覚されたサポート（perceived support）」，「実行サポート（enacted support）」の3つである。これらソーシャルサポートの次元のうち，「知覚されたサポート」は，他者から援助を受ける可能性に対する期待，あるいは援助に対する主観的評価を指す。この「知覚されたサポート」の水準が高いことは，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を意味し，生活上のストレスフルな出来事が心身の健康に及ぼす悪影響を緩和しうる対人的な要因であると考えられている（浦，1992；岡本ら，1993）。つまり，知覚されたソーシャルサポートは，受け手にとって重要な利益と言えるであろう。

感謝に利益の発見機能があり，知覚されたソーシャルサポートが個人にとって利益であるとするならば，特性感謝とソーシャルサポートの知覚の程度の間には相関関係があると考えられる。したがって，「感謝の利益発見機能」の観点に立つならば，感謝を感じやすい人は，社会的な利益であるソーシャルサポートを多く得ていると知覚する，という予測が立てられる。

以上より，本研究は，特性感謝がソーシャルサポートの知覚に及ぼす影響について検討することを目的とする。特性感謝がどのようにソーシャルサポートの知覚へ影響を与えるか，詳細に検討するために，一般的な特性感謝とソーシャルサポートの知覚の関係を調査するだけではなく，感謝する対象（家族・友人）ごとに特性感謝と，ソーシャルサポートの知覚の関係も調査する。さらに，特性感謝は，感謝感情と感謝行動の2側面に分けて検討する。

方　法

手続きは，質問紙調査法を用いた。調査対象者は，関東の大学に通う大学生であった。対象者には，個人を特定できる形ではデータを公表しないこと，調査への回答は自由意志であり回答しないことによる不利益は一切生じないこと，途中で回答を拒否しても何ら不利益を受けないことを伝え，倫理的な配慮を十分に行った。分析対象となったのは，173名（男性76名，女性92名，未回答5名）であった。

質問紙構成

質問紙は，特性感謝を測定する尺度，ソーシャルサポートの知覚の程度を測定する尺度により構成した。各尺度の回答順は，２種類の質問紙を用意し，カウンターバランスを取った。使用した尺度の説明は，以下のとおりである。

一般的な特性感謝の測定

一般的な特性感謝はMcCullough, Emmons, & Tsang（2002）が作成したGratitude Questionnaire-6（以下GQ6）で測定した。この尺度は，包括的な特性感謝を測る尺度である。GQ6における特性感謝は，６項目で構成される１因子構造である。GQ6の質問項目は，相川・矢田・吉野（2012）で用いられた和訳を使用し，「まったくあてはまらない」，「あてはまらない」，「あまりあてはまらない」，「どちらでもない」，「少しあてはまる」，「あてはまる」，「非常にあてはまる」の７件法で回答を求めた。

特性感謝の２側面（感情・行動）の測定

特性感謝の２側面（感情・行動）は，感謝感情－行動尺度（相川，2013）で測定した。この尺度は，対人関係に特化した特性感謝尺度であり，特性感謝を感情面と行動面にわけて測定できるという特徴がある。つまり，感謝感情を抱く傾向としての特性感謝と，感謝行動をとる傾向としての特性感謝という，異なる特性感謝を測定できるのである。この尺度は，友人への感謝（５項目），家族への感謝（４項目），すまない感謝（３項目），友人への感謝行動（４項目），家族への感謝行動（３項目），儀礼的な感謝行動（３項目）の６つの下位尺度から構成されている。

質問項目は，合計22項目あり，「まったくあてはまらない」，「あてはまらない」，「あまりあてはまらない」，「どちらでもない」，「少しあてはまる」，「あてはまる」，「非常にあてはまる」の７件法での回答を求めた。

ソーシャルサポートの知覚の程度の測定

本研究では，ソーシャルサポートの入手に関する知覚を，ソーシャルサポートを与える人別（家族・友人）かつ，サポートの種類別（手段的サポート・情緒的サポート）に測定することを目的とし，福岡・橋本（1997）を参考に作成した。この尺度は，家族と友人それぞれに対し，手段的サポートの知覚（６項目），情緒的サポートの知覚（６項目）の２つの下位尺度から構成した。

サポートを与える人（家族・友人）それぞれについて手段的サポート，情緒的サポート，計12項目を提示し，「あてはまらない」，「ややあてはまらない」，「どちらともいえない」，「ややあてはまる」，「あてはまる」の５件法での回答を求めた。

結　果

初めに，尺度ごとに，変数の作成を行った。

一般的な特性感謝の変数の作成

GQ6の６項目は，逆転項目である３項目めと６項目めの得点を逆転させて，主成分分析を行った。しかし，６項目めの主成分負荷量が低かったため（.40），６項目めを削除した５項目で再度主成分分析を行った。第一主成分の寄与率は58.19％であった。

GQ6は，６項目で作成されている既存の尺度であるが，海外で作成された尺度であるため日本で完璧に適合するか疑問である点と，主成分負荷量が低い値を示す項目があるという点を踏まえ，本研究ではGQ5と呼称を変え，５項目の尺度として使用する。

一般的な特性感謝の変数は，因子を構成する５項目の得点を合計し作成した。

特性感謝の２側面（感情・行動）の各変数の作成

感謝感情－行動尺度を相川（2013）と同様に，６因子に指定し，因子分析（主因子法，バリマックス回転）を行った（Table 1）。その結果，相川（2013）と同様の構造の因子が抽出された。各因子の命名は，相川（2013）と同様に行ったが，感情に関する因子には「感情」を足し，元の因子名よりも因子の内容がわかりやすくなるよう変更を加えた。

各因子の命名と信頼性は次のとおりである。第１因子は「家族への感謝感情」（α = .90），第２因子は，「友人への感謝感情」（α = .90），第３因子は，「友人への感謝行動」（α = .89），第４因子「すまない感謝感情」（α = .79），第５因子「儀礼的な感謝行動」（α = .81），第６因子は，「家族への感謝行動」（α = .87）であった。

各因子は，因子を構成する項目の得点を合計し，それぞれの変数とした。

ソーシャルサポートの知覚の各変数の作成

家族からのソーシャルサポートの知覚を測る尺度では，因子の確認のため，因子分析（主因子法，バリマックス回転）を行った。その結果，２つの因子

Table 1
感謝感情－行動尺度の因子分析結果

因子名		因子						共通性
		1	2	3	4	5	6	
家族への感謝感情（α＝.90）	6．私が今までやってこられたのは，家族が見守ってくれていたおかげだと思う	**.842**	.206	.200	.127	.108	.125	.727
	11．今まで私を支えてきてくれた家族をありがたいと思う	**.813**	.287	.159	.132	.052	.072	.658
	2．私が安心して暮らしていられるのは，家族のおかげだと思う	**.742**	.160	.095	.071	.125	.230	.689
	7家族が私のことを理解してくれるので感謝している	**.728**	.292	.085	.010	.156	.214	.751
友人への感謝感情（α＝.90）	3．私が悩みを解決できるのは，友人が助言をしてくれるおかげだと思う	.231	**.778**	.087	.034	－.002	.146	.680
	1．友人が私のことを励ましてくれるので，ありがたいと思う	.290	**.761**	.189	.138	.093	－.001	.835
	4．私は自分のことを助けてくれる友人に感謝している	.243	**.724**	.298	.273	.033	－.062	.692
	12．友人が指摘してくれるおかげで，まちがいに気付くことができると思う	.119	**.685**	.301	.227	.018	.036	.479
	9．友人が私にやさしく接してくれるのでありがたいと思う	.198	**.596**	.318	.435	.062	.056	.691
友人への感謝行動（α＝.89）	15．私が知りたいことを教えてくれる相手にありがとうと言う	.110	.181	**.762**	.178	.085	.211	.788
	13．私は自分を手助けしてくれる人に，ありがとうと伝える	.243	.173	**.761**	.162	.038	.200	.794
	22．私に気をつかってくれる友人に感謝の言葉を口にする	.079	.268	**.725**	.125	.158	.133	.627
	19．私が困っているときに相談にのってくれる友人に，感謝の言葉を口にする	.120	.315	**.677**	.211	.045	.084	.736
すまない感謝感情（α＝.79）	10．私のことで誰かに精神的な負担をかけたとき，すまないと思う	.155	.141	.194	**.833**	.029	－.110	.668
	5．私のせいでほかの人に苦労をかけたとき，すまないと思う	.192	.162	.148	**.762**	－.008	－.119	.708
	8．友人が私のために時間を使ってくれることをすまなく思う	－.134	.214	.104	**.612**	.092	.145	.649
儀礼的な感謝行動（α＝.81）	18．本当は感謝していなくても，感謝の言葉を口にする	.072	－.083	.090	－.069	**.786**	.164	.712
	16．本当はありがたく思っていなくても，友人の気分を損ねないために，ありがとうと言う	.052	.066	－.027	.814	**.776**	.072	.670
	21．感謝すべき状況であれば，心では感謝していなくても感謝の言葉を口にする	.215	.135	.196	－.003	**.714**	－.042	.626
家族への感謝行動（α＝.87）	20．私が間違いを犯したとき叱ってくれる家族に，感謝の言葉を伝える	.280	.048	.258	－.026	.114	**.815**	.825
	17．私の過ちを指摘してくれる家族に，ありがとうと言う	.317	.078	.358	－.054	.134	**.647**	.614
	14．私に優しく接してくれる家族に，ありがとうと言う	.468	.055	.453	－.085	.096	**.474**	.662
	因子寄与	3.359	3.136	3.067	2.191	1.884	1.647	
	因子寄与率（％）	15.268	14.253	13.941	9.959	8.563	7.486	

注）因子負荷量が0.40以上のものを，太字にした。

が抽出された。第1因子は「7．私が精神的なショックで動揺しているときなぐさめる」，「6．私が学校や職場，地域，家庭などでの人間関係について悩んでいるとき，相談にのる」など6項目で構成されていた。これらの項目は，家族から精神的に寄り添われることに関する内容であるため，第1因子は，「家族からの情緒的サポートの知覚」と命名した（α =.82）。

第2因子は「10．私に何か事情があれば，しばらくの間泊まる場所を提供する」，「11．私が財布をなくしたり物をこわした弁償などで急に数千円必要になったとき，その分のお金を貸す」などの5項目で構成されていた。これらの項目は，家族からの具体的に物資等の援助を受けることに関する内容であるため，第2因子は，「家族からの手段的サポートの知覚」と命名した（α =.74）。なお，「3．私が忙しくしているとき，ちょっとした用事（家事や簡単な仕事など）の手助けをする」の項目は，因子負荷量が0.4以下であり，信頼性を下げる項目であったので削除した。削除後の因子分析結果は，Table 2に示した。

友人からのソーシャルサポートの知覚の尺度においても，家族からのソーシャルサポートの知覚の尺度と同様の手続きをとり，因子分析（主因子法，バリマックス回転）を行った（Table 3）。その結果，第1因子は，「7．私が精神的なショックで動揺しているときなぐさめる」，「6．私が学校や職場，地域，家庭などでの人間関係について悩んでいるとき，相談にのる」などの5項目で構成されていた。これらの項目は，友人から精神的に寄り添われることに関する内容であったので，「友人からの情緒的サポートの知覚」と名付けた（α =.89）。

第2因子は「8．私が病気で数日間寝ていなくてはならないとき看病や世話をする」，「2.私が緊急にかなり多額のお金を必要とするようになったとき（家賃や学費の支払い・自己の弁償など）その分の金を出す」などの7項目により構成されていた。これらの項目は，友人から具体的に物資等の援助を受けることに関する内容であったので，「友人からの手段的サポート」と名付けた（α =.85）。各因子は，因子を構成する項目の得点を合計し，それぞれの変数とした。

本研究で使用する変数の平均値と，標準偏差値は，Table 4に示した。

一般的な特性感謝（GQ5）と各ソーシャルサポートの知覚の関係

各サポートの知覚は，家族に関する2つのサポー

Table 2
家族からのソーシャルサポート因子分析結果

		因子		共通性
		1	2	
家族からの情緒的サポート（α =.82）	7．私が精神的なショックで動揺しているときなぐさめる	**.862**	.165	.669
	6．私が学校や職場，地域，家庭などでの人間関係について悩んでいるとき，相談にのる	**.847**	.190	.344
	5．私が勉強や仕事のことで問題を抱えているとき，アドバイスする	**.807**	.205	.491
	1．私が落ち込んでいるとき元気づける	**.800**	.169	.694
	4．私がやっかいな問題に頭を悩ませているとき，冗談を言ったり一緒に何かやったりして私の気をまぎれさせる	**.697**	.068	.753
	12．私が自分にとって重要なこと（たとえば進学や就・転職，長期ローンを組むべきかなど）を決めなくてはいけないとき，アドバイスする	**.532**	.441	.770
家族からの手段的サポート（α =.74）	10．私に何か事情があれば，しばらくの間泊まる場所を提供する	.098	**.698**	.247
	11．私が財布をなくしたり物をこわした弁償などで急に数千円必要になった時，その分のお金を貸す	.069	**.600**	.364
	2．私が急にかなり多額のお金を必要とするようになったとき（家賃や学費の支払い・自己の弁償など）その分の金を出す	.080	**.581**	.496
	9．私に引っ越しなどの大がかりな用事があるとき，その手伝いをする	.171	**.578**	.364
	8．私が病気で数日間寝ていなくてはならないとき看病や世話をする	.254	**.428**	.478
	因子寄与	3.451	3.045	
	因子寄与率（%）	28.755	25.375	

注）因子負荷量が0.40以上のものを，太字にした。

トの知覚の間，友人に関する2つのサポートの知覚の間，家族からの情緒的サポートの知覚と友人からの情緒的サポートの知覚の間の，3組のサポートの知覚間に関係が強いことが想定された。その理由は，次の通りである。家族に関する2つのサポートの知覚の間，友人に関する2つのサポートの知覚の間のそれぞれの関係は，サポートの種類は異なってもサポートを与えている人が同種であるため，関係があると想定できる。また，家族からの情緒的サポートの知覚と友人からの情緒的サポートの知覚の関係は，サポートを与えている人は異なっているが，話を聞くことや，寄り添うことといった情緒的サポートは家族からであっても友人からであっても，同様の質のサポート内容だと想定できる。

以上のことを考慮して，GQ5と各サポートの知覚の関係を検討する際，検討するサポートの知覚と関連が想定できるサポートの知覚を制御して偏相関係数を算出した（Table 5）。

GQ5と家族からの手段的サポートの知覚の偏相関係数は，.28であり，0.1%水準で有意な関係がみられた。GQ5と家族からの情緒的サポートの知覚の偏相関係数は，.02であり有意な関係がみられなかった。GQ5と友人からの手段的サポートの知覚の偏相関係数は，−.10であり，有意な関係はみられなかっ

Table 3
友人からのソーシャルサポート因子分析結果

		因子		共通性
		1	2	
友人からの情緒的サポート（α＝.89）	7．私が精神的なショックで動揺しているときなぐさめる	**.823**	.915	.543
	6．私が学校や職場，地域，家庭などでの人間関係について悩んでいるとき，相談にのる	**.781**	.270	.566
	5．私が勉強や仕事のことで問題を抱えているとき，アドバイスする	**.734**	.254	.337
	4．私がやっかいな問題に頭を悩ませているとき，冗談を言ったり一緒に何かやったりして私の気をまぎれさせる	**.707**	.237	.553
	1．私が落ち込んでいるとき元気づける	**.701**	.278	.601
友人からの手段的サポート（α＝.85）	8．私が病気で数日間寝ていなくてはならないとき看病や世話をする	.195	**.827**	.708
	2．私が急にかなり多額のお金を必要とするようになったとき（家賃や学費の支払い・自己の弁償など）その分の金を出す	.155	**.734**	.738
	9．私に引っ越しなどの大がかりな用事があるとき，その手伝いをする	.195	**.654**	.680
	11．私が財布をなくしたり物をこわした弁償などで急に数千円必要になった時，その分のお金を貸す	.277	**.633**	.445
	12．私が自分にとって重要なこと（たとえば進学や就・転職，長期ローンを組むべきかなど）を決めなくてはいけないとき，アドバイスする	.465	**.517**	.309
	3．私が忙しくしているとき，ちょっとした用事（家事や簡単な仕事など）の手助けをする	.331	**.492**	.472
	10．私に何か事情があれば，しばらくの間泊まる場所を提供する	.360	**.420**	.481
	因子寄与	3.451	3.045	
	因子寄与率（%）	28.755	25.375	

注）因子負荷量が0.40以上のものを太字にした。

Table 4
各変数の平均値と標準偏差

変数	M（SD）	変数	M（SD）
一般的な特性感謝（GQ6）	28.60（4.54）	儀礼的な感謝行動	14.50（3.61）
家族への感謝感情	23.47（4.53）	家族の手段的サポート	25.87（3.65）
家族への感謝行動	14.43（4.30）	家族の情緒的サポート	16.79（5.52）
友人への感謝感情	27.67（5.30）	友人の手段的サポート	22.57（6.16）
友人への感謝行動	23.47（3.52）	友人の情緒的サポート	20.34（3.97）
すまない感謝感情	17.22（3.07）		

た。GQ5と友人からの情緒的サポートの知覚の偏相関係数は，.34であり，0.1％水準で有意な関係がみられた。

GQ5と各サポートの知覚の偏相関は，家族からの手段的サポートの知覚と友人からの情緒的サポートの知覚にのみ，特性感謝が影響を及ぼしていることを示した。

特性感謝の2側面（感情・行動）が各ソーシャルサポートの知覚に及ぼす影響

どのような特性感謝が各ソーシャルサポートの知覚に影響を及ぼすか検討するために，特性感謝の2側面（感情・行動）と，各サポートの知覚との関係を検討した。感謝感情－行動尺度の6因子（家族への感謝感情・家族への感謝行動・友人への感謝感情・友人への感謝行動・すまない感謝感情・儀礼的な感謝行動）を独立変数とし，各サポートの知覚（家族からの手段的サポートの知覚・家族からの情緒的サポートの知覚・友人からの手段的サポートの知覚・友人からの情緒的サポートの知覚）を従属変数をとして，共分散構造分析を行った。

モデルの作成は，次のようにした。独立変数として用いる感謝感情－行動尺度の各因子は，特性感謝を測定していることから，因子同士に関係があることを想定した。

従属変数として用いる各サポートの知覚は，特性感謝（GQ5）との関係の検討の際と同様に，家族に関する2つのサポートの知覚同士，友人に関する2つのサポートの知覚同士，家族からの情緒的サポートの知覚と友人からの情緒的サポートの知覚の，3組のサポートの知覚の誤差間に関係があることを想定した。

独立変数と従属変数を結ぶパスは，分析の結果，標準化されたパス係数が絶対値で0.1以下であると示されたものを削除した。

上記のようにモデルの検討を行い，適合度指標を比較した結果，Figure 1のモデルが最も適切なモデルであると判断した（$\chi^2(14)=0.27$, *ns*; GFI＝0.98, AGFI＝0.93, CFI＝0.10, RMSEA＝0.03）。以下に，分析の結果を，従属変数ごとに記していく。

特性感謝の2側面が家族からの手段的サポートの知覚へ及ぼす影響

家族からの手段的サポートの知覚へは，「家族への感謝感情」，「家族への感謝行動」，「友人への感謝行動」，「すまない感謝感情」から，パスがひかれていた。家族からの手段的サポートの決定係数は，R^2＝.27であった。

「家族への感謝感情」は，家族からの手段的サポートの知覚へ0.1％水準で有意に正の影響を与えていた（β＝.42, p<0.001）。「家族への感謝行動」は，家族からの手段的サポートの知覚へ，有意に影響を与えていなかった（β＝－.12, ns）。「友人への感謝行動」は，家族からの手段的サポートの知覚へ5％水準で有意に正の影響を与えていた（β＝.18, p<0.05）。「すまない感謝感情」は，家族からの手段的サポートの知覚へ5％水準で有意に正の影響を与えていた（β＝.14, p<0.05）。

この結果より，「家族への感謝感情」と「友人への感謝行動」，「すまない感謝感情」の特性感謝は，家族からの手段的サポートの知覚を促進することが示された。

特性感謝の2側面が家族からの情緒的サポートの知覚へ及ぼす影響

家族からの情緒的サポートの知覚へは，「家族への感謝感情」，「家族への感謝行動」，「友人への感謝行動」から，パスがひかれていた。家族からの情緒的サポートの知覚の決定係数は，R^2＝.40であった。

「家族への感謝感情」は，家族からの情緒的サポートの知覚へ0.1％水準で有意に正の影響を与えていた（β＝.41, p<0.001）。「家族への感謝行動」は，家族からの情緒的サポートの知覚へ0.1％水準で有意に正の影響を与えていた（β＝.36, p<0.001）。「友人への感謝行動」は，家族からの情緒的サポートの知覚へ5％水準で有意に負の影響を与えていた

Table 5
GQ6と各サポートとの相関と偏相関（括弧内は，制御した変数）

家族の手段的サポート（家族の情緒的サポート）		家族の情緒的サポート（家族の手段的サポート＆友人の情緒的サポート）		友人の手段的サポート（友人の情緒的サポート）		友人の情緒的サポート（家族の情緒的サポート＆友人の手段的サポート）	
相関	偏相関	相関	偏相関	相関	偏相関	相関	偏相関
.34***	.28***	.19**	.02	.14 †	－.10	.37***	.34***

***0.1％水準で有意，**1％水準で有意，*5％水準で有意，†10％水準で有意

（$\beta = -.14$, $p<0.05$）。

この結果より，「家族への感謝感情」と「家族への感謝行動」の特性感謝は，家族からの情緒的サポートの知覚を促進し，「友人への感謝行動」は，家族からの情緒的サポートの知覚を抑制することが示された。

特性感謝の2側面が友人からの手段的サポートの知覚へ及ぼす影響

友人からの手段的サポートの知覚へは，「家族への感謝感情」，「友人への感謝感情」，「儀礼的な感謝行動」から，パスがひかれていた。友人からの手段的サポートの決定係数は，$R^2=.23$であった。

「家族への感謝感情」は，友人からの手段的サポートの知覚へ有意に影響を与えていなかった（$\beta = -.11$, ns）。「友人への感謝感情」は，友人からの手段的サポートの知覚へ0.1％水準で有意に正の影響を与えていた（$\beta = .47$, $p<0.001$）。「儀礼的な感謝行動」は，友人からの手段的サポートの知覚へ0.1％水準で有意に正の影響を与えていた（$\beta = .21$, $p<0.001$）。

この結果より，「友人への感謝感情」と「儀礼的な感謝行動」の特性感謝は，友人からの手段的サポートの知覚を促進することが示された。

特性感謝の2側面が友人からの情緒的サポートの知覚へ及ぼす影響

友人からの情緒的サポートの知覚へは，「家族への感謝感情」，「友人への感謝感情」，「友人への感謝行動」から，パスがひかれていた。友人からの情緒的サポートの決定係数は，$R^2=.55$であった。

「家族への感謝感情」は，友人からの情緒的サポートの知覚へ1％水準で有意に負の影響を与えていた（$\beta = -.18$, $p<0.01$）。「友人への感謝感情」は，友人からの情緒的サポートの知覚へ0.1％水準で有意に正の影響を与えていた（$\beta = .71$, $p<0.001$）。「友人への感謝行動は」，友人からの情緒的サポートの知覚へ0.1％水準で有意に正の影響を与えていた（$\beta = .19$, $p<0.001$）。

この結果より，「友人への感謝感情」と，「友人への感謝行動」の特性感謝は，友人からの情緒的サポートの知覚を促進し，「家族への感謝行動」の特性感謝は，友人からの情緒的サポートの知覚を抑制することが示された。

考　察

本研究では，特性感謝がソーシャルサポートの知覚に影響を与えるのかを検討するため，一般的な特性感謝（GQ5）とソーシャルサポートの知覚との関

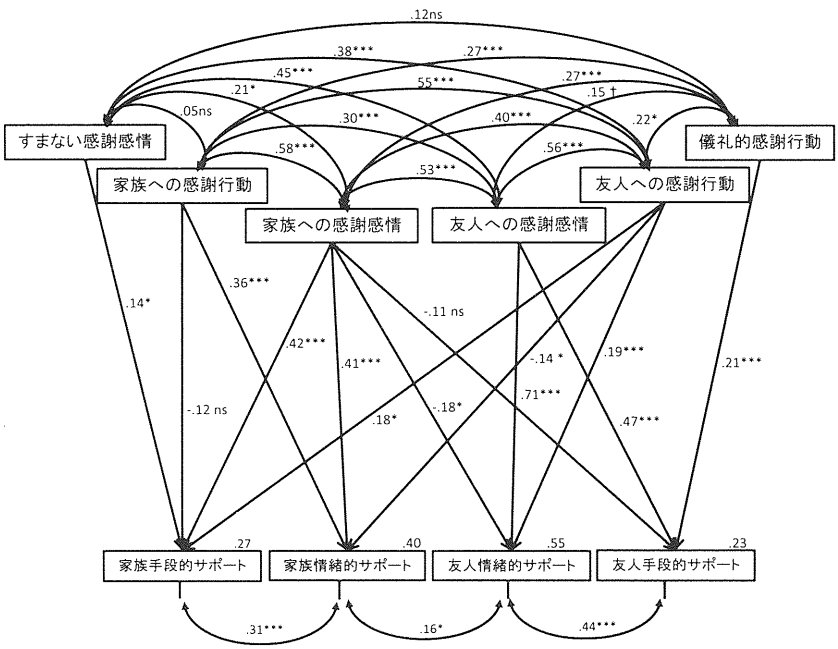


Figure 1.　特性感謝と手段的サポートの知覚の回帰モデル
***0.1％水準で有意，**1％水準で有意，*5％水準で有意，†10％水準で有意，ns 非有意

係の検討し，さらに，特性感謝の２側面（感情・行動）とソーシャルサポートの知覚との関係の検討を行った。

一般的な特性感謝と各ソーシャルサポートの知覚との関係の検討では，一般的な特性感謝が高いと，家族からの手段的サポートと，友人からの情緒的サポートを，多く知覚するという関係があることが明らかになった。しかし，一般的な特性感謝の程度は，家族からの情緒的サポートと，友人からの手段的サポートの知覚の程度に関係しないことが示された。

特性感謝の２側面と各ソーシャルサポートとの関係の検討では，詳細な特性感謝ごとに，影響を与えるソーシャルサポートの知覚の程度が異なるということが明らかになった。

家族への感謝感情を感じやすい人は，家族からの手段的サポートと，家族からの情緒的サポートの知覚が促進されることが明らかになった。家族へ感謝行動をとりやすい人は，家族からの情緒的サポートの知覚が促進され，友人からの情緒的サポートの知覚が抑制されることが明らかになった。

友人へ感謝感情を感じやすい人は，友人からの手段的サポートと，友人からの情緒的サポートの知覚が促進されることが明らかになった。友人へ感謝行動をとりやすい人は，家族からの手段的サポートと，友人からの情緒的サポートの知覚が促進され，家族からの情緒的サポートの知覚が抑制されることが明らかになった。

相手の援助に対して，「すまない」という感謝を感じやすい人は，家族からの手段的サポートの知覚が促進され，「儀礼的感謝行動」つまり感謝感情を伴わずに感謝行動をとりやすい人は，友人からの手段的サポートの知覚が促進されるということが明らかになった。

本研究で明らかになった特性感謝とソーシャルサポートの知覚との関係は，「感謝の利益発見機能」の存在を部分的に示唆する結果であった。

一般的な特性感謝とソーシャルサポートの知覚について

一般的な特性感謝は，家族からの手段的サポートの知覚と，友人からの情緒的サポートの知覚と関係していた。この明らかになった関係は，感謝の機能とは，受益者に対し全ての利益を等しく気がつかせるのではなく，受益者にとって重要な利益を気がつかせる，ということを示唆している。このような結果になったのは，調査対象者が大学生であったことから説明ができる。

大学生は，一人暮らしをしたり，将来について考えたり，自立や自律をした生活を始めるころである。しかし，大学生の多くは社会へ出ていない学生であるため，完璧な自立や自律を成せていない。このようなことから，大学生は，受けとったと知覚できるソーシャルサポートごとに，利益と感じる程度が異なると推測できる。

大学生が受ける手段的サポートは，友人からの課題の手助けや日常の手助けよりも，家族からの一人暮らしのための仕送りや，学費の援助，衣食住の提供などが，利益であると認識されやすいのであろう。つまり，調査対象者は，感謝をすることで，家族に生活を支えてもらっているという，日常生活の基盤を支えるサポートの知覚を増しているということである。

大学生が受ける情緒的サポートは，成長に伴い情緒的サポートを求める先が，家族から友人に移っているのであろう。成長とともに，情緒的サポートの供与者が家族という小さい社会から，友人のいる広い社会へと移ることは自然なことである。つまり，調査参加者は，感謝をすることで，情緒面の安定をもたらしてくれる友人からの情緒的サポートの知覚を増しているのである。

特性感謝の２側面とソーシャルサポートの知覚について

特性感謝の２側面である感情と行動ごとに，影響を与えるソーシャルサポートの知覚が異なり，また，サポートの知覚を促進するか抑制するかという影響も異なることが明らかになった。

家族への感謝感情が，家族からの手段的・情緒的サポートの知覚を促進し，友人へ感謝感情が，友人からの手段的・情緒的サポートを促進するということは，「感謝の利益発見機能」が働いていることを示す結果となった。感謝感情が感謝を抱く対象と対応する利益を認識させていることが示唆された。

一方，家族への感謝行動が家族からの情緒的サポートの知覚を促進し，友人への感謝行動が，家族からの手段的サポートと，友人からの情緒的サポートの知覚を促進することは，拡張・形成理論の存在を支持する結果である。感謝行動は，資源を拡張・形成するための他者との相互作用にとって重要な要素である。この結果は，感謝行動が行動をとるべき利益供与者からのサポートはもちろん，それ以外の人のサポートの知覚にも影響をもたらす可能性を示唆した。感謝行動に関しては，感謝感情を伴わずに感謝行動をとる，儀礼的な感謝が，友人からの手段的サポートの知覚を促進するという結果から，ソー

シャルスキルの1つとして感謝スキルが用いられていることを示唆するかもしれない。

一般的な特性感謝とソーシャルサポートの知覚との関係の結果と関連する結果も得られた。家族への感謝行動が，友人からの情緒的サポートの知覚を抑制し，友人への感謝行動が，家族からの情緒的サポートの知覚を抑制するという結果は，情緒的サポートの求め先の差異の影響によるものと考えられる。情緒的サポートの求め先は，上述した成長による変化以外にも，調査参加者の志向といった個人差や環境の影響で異なることが考えられる。感謝行動は，利益供与者からの利益を途絶えさせないための重要な相互作用であると言えるので，家族にサポート先を求めている人は，友人からのサポートを知覚しづらく，友人にサポート先を求めている人は，家族からのサポートを知覚しづらいと考えられる。

また，相手の援助に対して「すまない」と感謝を感じやすい人ほど家族からの手段的サポートを知覚するという結果は，感謝の際に謝罪をする日本人独特の感謝の特徴が示されたと解釈できる。

本研究の限界と今後の課題

本研究の限界は，まず，因果関係の検討の不十分さがあげられる。本研究は，質問紙法を用いた調査研究で実施した。特性感謝がソーシャルサポートに及ぼす影響を検討することを目的としていたが，質問紙法では，因果関係の検討に限界が生じる。特性感謝とソーシャルサポートの知覚の因果関係を主張するならば，実験による検討や，縦断研究による検討を加えるべきであろう。

次に，本研究の限界には，詳細な特性感謝とソーシャルスキルとの関係の検討における，標準偏回帰係数の値の低さがあげられる。作成したモデルは，有意な値であることが示されているが，標準偏回帰係数が絶対値で0.20以下であるパスも見られた。非常に弱い影響しか示しておらず，正確に特性感謝の影響を十分にとらえているとは言い難い。

分析ではっきりとした結果を示せなかったのは，測定するソーシャルサポートの種類に考慮が必要であるからと考える。本研究で用いたソーシャルサポートの知覚の尺度は，調査参加者の受けている，または受けられると期待するソーシャルサポートの知覚を測定するものであった。知覚されたソーシャルサポートの程度は，サポートを受けられる期待などサポートを与える側との親密度を意味しているが（岡安・嶋田・坂野，1993），サポート自体の価値については明確ではないように思われる。

一方，本研究で検討しようとした「感謝の利益発見機能」は，単純な利益の発見ではなく，特に“価値ある，重要な”利益を発見する機能として働いているのかもしれない。そのため，「感謝の利益発見機能」の検討には，知覚されたサポートに加え，サポートの受容や，応答的なサポートに焦点をあて，測定することが重要となるだろう。

引用文献

相川　充（2013）．対人関係に及ぼす「感謝」のポジティブ効果に関する拡張・形成理論からの実験的研究：対人場面における感謝感情尺度および感謝行動尺度の作成　平成23・24・25年度科学研究費助成事業（基盤研究C，課題番号23530815）研究成果報告書

相川　充・矢田さゆり・吉野優香（2012）．感謝を数えることが主観的ウェルビーイングに及ぼす効果についての介入実験　東京学芸大学紀要総合教育科学系Ⅰ，**64**，125-138.

Barrera, M., Jr. (1986). Distinction between social support concepts, measures, and models. *American Journal of Community Psychology*, **14**, 413-445.

Emmons, R.A. & McCullough, M.E. (2003). Counting blessings versus burdens: An experimental investigation of gratitude and subjective well-being in daily life. *Journal of Personality and Social Psychology*, **84**, 377-389.

Fredrickson, B.L. (1998). What good are positive emotions? *Review of General Psychology*, **2**, 300-319.

Fredrickson, B.L. (2001). The role of positive emotion in positive psychology: The broaden-and- build theory of positive emotions. *American psychologist,* **56**, 218-226

Fredrickson, B.L. (2001). Gratitude, Like Other Positive emotions, Broadens and builds. In Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (Eds.), The psychology of gratitude. New York: Oxford University Press. pp.145-166.

福岡欣治・橋本　宰（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　教育心理学研究，**68**，403-409.

McCullough, M.E., Emmons, R.A., & Tsang, J.A. (2002). The grateful disposition: a conceptual and empirical topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, **82**, 112-127.

McCullough, M.E., Kilpatrick, S.D., Emmons, R.A., & Larson, D.B. (2001). Is gratitude a moral effect? *Psychological Bulletin*, **127**, 249-266.

McCullough, M.E., Kimeldorf, M.B., & Cohen, A.D. (2008). An adaptation for altruism? The social causes, social effects, and social evolution of gratitude. *Current Directions in Psychological Science*, **17**, 281-284.

宗像恒次（2006）．セルフケアとソーシャルサポートネットワーク　日保医療行動会報，**5**，1-17.

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.

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.

Tsang, J.A. (2006). The effect of helper intention on gratitude and indebtedness. *Motivation and Emotion*, **30**, 199-205.

浦　光博（1992）．セレクション社会心理学8　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

Watkins, P.C., Van Gelder, M., & Frias, A. (2009). Furthering the science of gratitude. In R. Snyder & S. Lopez (Eds.), *The Oxford handbook of positive psychology*. 2 nd ed. New York: Oxford University Press. pp.437-445.

（受稿10月31日：受理11月6日）