

# 大学生のソーシャルスキルが友人関係満足と ソーシャルサポートを媒介して 主観的ウェルビーイングに及ぼす影響

帝塚山大学心理学部心理学科 酒井 智弘

帝塚山大学心理学部 谷口 淳一

筑波大学人間系 相川 充

The effect of social skills of university students on their subjective well-being through their satisfaction of friendship and social support

Tomohiro Sakai (*Faculty of Psychology, Tezukayama University, Gakuenminami, Nara 631-8585, Japan*)

Junichi Taniguchi (*Faculty of Psychology, Tezukayama University, Gakuenminami, Nara 631-8585, Japan*)

Atsushi Aikawa (*Faculty of Human Sciences, University of Tsukuba, Tsukuba 305-8572, Japan*)

The purpose of this study was to examine the effect of social skills of university students on their subjective well-being through their satisfaction of friendship and social support. In this study, three hypothetical models were assumed. In hypothesis 1, students, who have higher social skills, are satisfied with the friendship, and their satisfaction mediates social skills and their subjective well-being. In hypothesis 2, students, who have higher social skills, receive more social support from their friends and give more social support to their friends, and their social support mediates social skills and their subjective well-being. In hypothesis 3, students, who have higher social skills, are satisfied with the friendship, and their satisfaction promotes receiving and giving of social support, and then both their satisfaction and social support mediate social skills and their subjective well-being. From the results of statistical analysis, only hypothesis 1 was supported.

**Key words:** social skills, satisfaction of friendship, social support, subjective well-being

## 問題と目的

### 大学生とソーシャルスキル

大学生は、発達心理学的分類では青年期に含まれ、主な対人関係は、それまでの親子関係から友人関係へと移行する時期にいる（高坂、2010）。友人関係は大学生にとって重要な対人関係である（牧野、2012）にもかかわらず、近年、大学生の友人関係の希薄化が問題になっている（大坊、2005）。

友人関係の希薄化の原因の一つとして、大学生が

大学生にとって必要なソーシャルスキルを学習していないことが考えられる。ソーシャルスキルとは、他者と円滑な対人関係を保持していく為に必要な認知的判断や行動をさす（堀毛、1994）。

ソーシャルスキル不足は、抑うつ、孤独感、対人不安を悪化させ、悪化した抑うつ、孤独感、対人不安がソーシャルスキル不足をより増悪させる（相川、2007）。

逆に、ソーシャルスキルの高い大学生は、対人関係において他者から正の強化を受けるので、ますます

す積極的に対人関係を展開する(渡部, 1999)。また、ソーシャルスキルの高い大学生は、他者評価によってもソーシャルスキルを高く評価され、初対面場面において、相手との会話を展開したり維持したりすることができる(谷村・渡辺, 2008)。ソーシャルスキルの高い大学生は、円滑な交友関係を築いており、友人関係に満足していることが示唆される。

以上のことから、円滑な対人関係を進めていくためには、総合的なソーシャルスキルが重要であり、それらのソーシャルスキルを臨機応変に使える必要がある(大坊, 2006)と考えられる。ただし水野(2003)は、すべてのスキルが必要であるとは限らないと述べている。良好な対人関係の生成や維持には、主張性スキルや関係開始スキルは関連しないか、むしろ負の関係を持つこと、また、関係維持スキルが重要であり、このスキルが不足していると、良好な対人関係を維持できないことを示している(水野, 2003)。

従って、ソーシャルスキルが対人関係に及ぼす影響を検討するには、総合的なソーシャルスキルの中に含まれている下位スキルに注目する必要がある。そこで本研究では、相川・藤田(2005)に準じて、主張性、関係開始、関係維持、記号化、解説、感情統制の6つのスキルを取り上げ、どの下位スキルが重要な影響を及ぼしているか検討する。

### 大学生とソーシャルサポート

牧野(2013)によると、青年期に在る大学生は、何らかの有形無形の援助を必要とするときに、周りの友人からソーシャルサポートを受けていて、コミュニケーション・スキルが高い大学生ほど、周りの友人からソーシャルサポートを受けている。

ソーシャルサポートとは、家族や友人など、ある個人を取り巻く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には、道具的サポートと情緒的サポートの二種類がある(浦, 1992)。道具的サポートとは、支援を必要とする人にその問題を解決するのに必要な資源を提供したり、その人が自分で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のことである。情緒的サポートとは、支援を必要とする人の傷ついた自尊心や情緒に働きかけてその傷を癒し、当人が積極的に問題解決に当たれるような状態に戻すような働きかけのことである。

嶋(1992)の研究では、大学生は、男女共に同性の友人からのソーシャルサポートの得点が高かった。また、福岡(2010)の研究では、友人からのソーシャルサポートがポジティブな気分を高め、ネガティブな気分を低めるということが明らかになって

いる。

以上のことから、大学生にとって、同性の友人からのソーシャルサポートの「受容」は、重要であると言えるが、本研究では、友人へソーシャルサポートを与える「実行」の側面も同時に取り上げる。大学生は、友人との関係において、ソーシャルサポートを受動的に「受容」しているばかりでなく、友人にソーシャルサポートを能動的に与える「実行」も、日常的に経験しているからである。また、田中(2009)も、ソーシャルスキルが高ければ、ソーシャルサポートの実行が増加すると述べている。さらに福岡(1999)は、親しい友人関係においては、友人がソーシャルサポートを必要とするならばソーシャルサポートを提供し、自分がソーシャルサポートを必要とするならば友人からのソーシャルサポートを得るという、ソーシャルサポートの授受の互恵性が成立していると述べている。

そこで本研究では、ソーシャルスキルが高ければ、ソーシャルサポートの受容と実行に影響を与え、ソーシャルサポートの受容と実行の両側面が、大学生の主観的ウェルビーイングに影響を与えていると仮定する。

### 主観的ウェルビーイングについて

大学生が、自分の人生や生活を、全体的にポジティブにとらえており、満たされていると認知していれば、ウェルビーイングを獲得しているということになる(上出, 2010)。

ウェルビーイングは、複合的な概念であるが、主観的側面を強調するときは、「主観的ウェルビーイング」(以下、SWB)と呼ばれる(橋本・子安, 2011)。SWBとは、ポジティブとネガティブな感情的反応、人生満足感の全体的な判断を含む、広い範疇の事象である(Diener, Eunkook, Richard, Lucas, & Heidi, 1999)。Diener(2000)によれば、SWBが高い状態とは、人生満足感とポジティブ感情が高く、ネガティブ感情が低い状態のことである。

本研究でもDiener(2000)に準じて、SWBの3つの要素である「人生満足感」「ポジティブ感情」「ネガティブ感情」を扱う。

### 本研究の目的

これまで述べてきたことを踏まえ、以下の点を本研究の目的とする。

大学生のソーシャルスキルが、友人関係満足とその友人とのソーシャルサポートの授受を媒介して、SWBに及ぼす影響について検討する。

なお、ソーシャルスキルがSWBに影響を及ぼす

経路は、直接効果と間接効果に分けて考える必要があるという指摘がある（大坊・堀毛・相川・安藤・大竹，2009）。そこで本研究では、ソーシャルスキルが、友人関係満足のみを媒介してSWBに影響する場合と、ソーシャルスキルが友人関係満足感とソーシャルサポートの授受の2つを媒介してSWBに影響する場合の両方を検討する。

以上のことから本研究では、下記のような仮説モデルを想定する。

仮説1，ソーシャルスキルが高い大学生は、友人関係満足度が高く、これを媒介して、SWBも高い（aのパス）。

仮説2，ソーシャルスキルの高い大学生は、ソーシャルサポートの受容と実行が高く、これを媒介して、SWBも高い（bのパス）。

仮説3，ソーシャルスキルが高い大学生は、友人関係満足度が高く、この満足度は、ソーシャルサポートの受容と実行を高めて、これらを媒介して、SWBも高い（cのパス）。

Figure 1に仮説モデルを示す。

## 方 法

### a. 調査協力者

私立大学四年制大学に通う大学生の男女計201名が質問紙に回答した。

### b. 調査時期

2014年5月26日、5月30日に実施した。

### c. 調査方法

個別自記入形式の質問紙調査で実施した。心理学関連の授業の中で、集団調査形式で実施した。実施時間は約15分であった。

回答依頼時に文書と口頭で説明し、承諾を得て倫

理的配慮を行った。謝礼は提示していない。

回答は無記名で行った。

### d. 質問紙の構成

質問紙は、フェイスシート、ソーシャルスキル、友人関係満足度、ソーシャルサポート、人生満足感、ポジティブ感情・ネガティブ感情に関する尺度によって構成された。

#### ①フェイスシート

年齢、学年、性別の記入を求めた。

#### ②ソーシャルスキル尺度

相川・藤田（2005）の成人用ソーシャルスキル自己評定尺度を使用した。本尺度は、「相手とすぐにうちとけられる」などの項目を含む「関係開始」（8項目）、「表情やしぐさで相手の思っていることがわかる」などの項目を含む「解読」（8項目）、「自分が不愉快な思いをさせられたときには、はっきりと苦情を言う」などの項目を含む「主張性」（7項目）、「感情をあまり面にあらわさないでいられる」などの項目を含む「感情統制」（4項目）、「相手の立場を考えて行動する」などの項目を含む「関係維持」（4項目）、「表情が豊かである」などの項目を含む「記号化」（4項目）の6因子、計35項目を調査協力者のソーシャルスキルを測定する為に用いた。4件法（4. 当てはまる（4点）、3. 少し当てはまる（3点）、2. あまり当てはまらない（2点）、1. 当てはまらない（1点））である。得点が高い程、ソーシャルスキルが高いことを示す。

#### ③大学での友人の有無と友人の数の質問

大学での友人の有無と友人の数を尋ねた。「あなたには、同じ大学に通っている友人がいますか？（どちらかに○をつけて下さい）」という質問を「いる・いない」で回答させ、その質問に「いる」と回答した者は「同じ大学に通っている友人が何人います

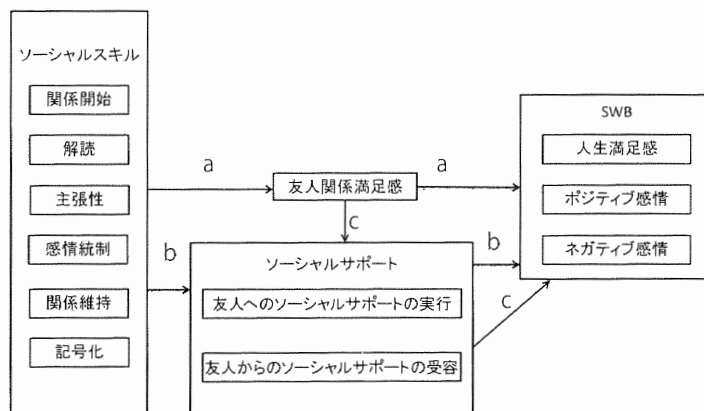


Figure 1. 本研究の仮説モデル。

か?」という質問を「約～人」で回答させた。一方、「いない」と回答した者は、友人関係満足感尺度とソーシャルサポート尺度の各項目を回答しないように指示した。

#### ④友人関係満足感尺度

加藤 (2001) の友人満足感尺度6項目を用いた。本尺度は、我が国の青年を対象にして作成したものである。調査協力者の大学の同性の友人との主観的な良好な関係の程度を測定する為に用いた。各項目の一部を修正して用いた。具体的には、項目内容に「(大学の) 友人」という表現を付け加えた。本尺度の項目として、「周囲の人達に受け入れられていると感じる」、「私は友達ととても気持ちが通じ合っている」などの項目が含まれている。4件法 (4. 当てはまる (4点), 3. 少し当てはまる (3点), 2. あまり当てはまらない (2点), 1. 当てはまらない (1点)) で回答させた。友人関係満足感が高い程、(大学の) 同性の友人と良好な関係とする。

#### ⑤ソーシャルサポート尺度

福岡 (1999) のソーシャルサポートを測定する尺度9項目を用いた。本尺度は、慰め、励まし、愚痴を聞く、相談に乗るなどのサポート行動からなる。具体的な項目の内容として、「落ち込んでいるとき、元気づける」、「頭を悩ませているとき、冗談を言ったりして気をまぎれさせる」などの項目がある。

これらの項目を、大学の同性の友人 (たち) からのソーシャルサポートの受容と、大学の同性の友人 (たち) へのソーシャルサポートの実行を測定する為に用いた。

##### a. ソーシャルサポート受容

ソーシャルサポートの受容を問う項目としてわかりやすい表現になるように各項目の一部を修正して用いた。具体的には、各項目の先頭に、「友人は」という表現と各項目の中に「自分」という表現を追加した。さらに語尾を、「～してくれる」という表現に変え、回答者が同性の友人からソーシャルサポートを受容していることを認識しやすいようにした。6件法 (6. とても受けている (6点), 5. 受けている (5点), 4. 少し受けている (4点), 3. あまり受けていない (3点), 2. 受けていない (2点), 1. 全く受けていない (1点)) で回答させた。なお、ソーシャルサポートの得点が高い程、同性の友人からのソーシャルサポートを受けていることを示す。

##### b. ソーシャルサポート実行

ソーシャルサポートの実行を問う項目もわかりやすい表現になるように各項目の一部を修正して用いた。具体的には、各項目の先頭に、「あなたは」と

いう表現と各項目の中に「友人」という表現を追加した。調査協力者が大学の同性の友人にソーシャルサポートを実行しているということを認識しやすいようにした。6件法 (6. とても実行している (6点), 5. 実行している (5点), 4. 少し実行している (4点), 3. あまり実行していない (3点), 2. 実行していない (2点), 1. 全く実行していない (1点)) で回答させた。なお、ソーシャルサポートの得点が高い程、大学の同性の友人 (たち) にソーシャルサポートを実行していることを示す。

#### ⑥主観的ウェルビーイング (SWB) の測定

##### a. 人生満足感

伊藤・相良・池田・川浦 (2003) の主観的ウェルビーイング尺度の15項目のうち、13項目を使用した。本尺度は、主観的ウェルビーイング (SWB) の3つの要素である「人生満足感」、「ポジティブ感情の存在」、「ネガティブ感情」のうち、「人生満足感」を測定することを目的として用いた。本尺度の「期待通りの生活水準や社会的地位を手に入れたと思いますか」、「これまでどの程度成功したり出世したと感じていますか」という項目を除外した。これは、本研究の調査協力者が大学生であり、この項目が大学生にとって実感が湧かない項目であると考えたからである。なお、本尺度は、大学生にも適応可能である (伊藤他, 2003)。

項目として、「あなたは人生が面白いと思いますか」、「過去と比較して、現在の生活は幸せか」などの項目がある。人生満足感が高い程、高得点となる。

本尺度は各項目によって回答形式が異なっており、項目に沿って4件法で回答させた。

##### b. ポジティブ・ネガティブ感情

寺崎・岸本・古賀 (1992) の多面的感情状態尺度の項目の一部を使用した。本尺度は、主観的ウェルビーイング (SWB) の3つの要素のうち、「ポジティブ感情」、「ネガティブ感情」を測定することを目的として用いた。

ポジティブ感情として「活動的快」、「非活動的快」から各5項目ずつ、また、ネガティブ感情として「抑うつ・不安」、「倦怠」、「敵意」から各5項目ずつ、計25項目を用いた。また、項目の選択は、大学生が普段の生活で感じるであろう項目を選んだ。「活動的快」の項目の中には、「活気のある」、「元気いっぱい」などの項目がある。「非活動的快」の項目の中には、「のんびりした」、「ゆっくりした」などの項目がある。「抑うつ・不安」の項目の中には、「気がかりな」、「不安な」などの項目がある。「倦怠」の項目の中には、「つまらない」、「不機嫌な」などの項目がある。「敵意」の項目の中には、「憎ら

しい」「挑戦的な」などの項目がある。

回答は、4件法（4. はっきり感じている（4点）、3. 少し感じている（3点）、2. あまり感じていない（2点）、1. 全く感じていない（1点））で求めた。それぞれの感情について強く感じられている程、高得点となる。

## 結 果

調査協力者は大学生の男女計201名であったが、分析対象者は男性59名、女性115名、計174名、平均年齢19.60（ $SD=1.04$ ）歳であった。

分析から除外した者は、質問紙への回答が抜けていた者19名、「友人がいない」と回答した者8名である。なお、「友人がいる」と答えた者の友人数の平均は11.40（ $SD=12.96$ ）人であった。

相川・藤田（2005）の成人用ソーシャルスキル自己評定尺度の6つの下位尺度、および加藤（2001）の友人関係満足感尺度、福岡（1999）のソーシャルサポート尺度の受容と実行、伊藤他（2003）の主観的ウェルビーイング尺度を人生満足感、寺崎他（1992）の多面的感情状態尺度をポジティブ・ネガティブ感情とし、それぞれの尺度の記述統計量と信頼性係数を Table 1 に示した。信頼性係数は、ソーシャルスキル自己評定尺度のうち、「関係維持」スキル尺度が $\alpha=.62$ と若干低いものの、概ね $\alpha=.70$ 以上であり、それぞれ尺度は、一定の信頼性を有すると判断した。

ソーシャルスキル自己評定尺度の6つの下位尺度、友人関係満足感、ソーシャルサポートの受容と実行、人生満足感、ポジティブ、ネガティブ感情、相互れの相関係数を算出したところ、Table 2 の結

Table 1  
各項目の記述統計および信頼性係数

	最小値	最大値	平均値	$SD$	$\alpha$	項目数
関係開始	8	32	18.66	5.57	.89	8
解説	10	31	21.37	3.85	.82	8
主張性	8	28	17.63	4.06	.83	7
感情統制	4	15	8.95	2.73	.77	4
関係維持	6	16	12.11	1.86	.62	4
記号化	6	16	11.84	2.49	.72	4
友人関係満足感	9	24	18.37	3.77	.88	6
ソーシャルサポート受容	19	54	41.89	8.11	.95	9
ソーシャルサポート実行	20	54	42.93	7.32	.94	9
人生満足感	17	50	34.95	6.33	.87	13
ポジティブ感情	10	40	25.99	6.04	.88	10
ネガティブ感情	15	56	35.71	8.61	.88	15

Table 2  
各尺度間の相関

	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫
① 関係開始	—	.47 **	.47 **	-.02	.43 **	.56 **	.45 **	.30 **	.37 **	.61 **	.29 **	-.30 **
② 解説		—	.48 **	.17 *	.57 **	.40 **	.41 **	.30 **	.34 **	.47 **	.27 **	-.22 **
③ 主張性			—	-.02	.52 **	.52 **	.31 **	.23 **	.29 **	.52 **	.31 **	-.27 **
④ 感情統制				—	.14	-.28 **	-.02	-.09	-.17 *	.09	.06	-.25 **
⑤ 関係維持					—	.45 **	.40 **	.28 **	.43 **	.44 **	.20 **	-.25 **
⑥ 記号化						—	.47 **	.42 **	.51 **	.49 **	.44 **	-.31 **
⑦ 友人関係満足感							—	.74 **	.66 **	.55 **	.44 **	-.33 **
⑧ ソーシャルサポート受容								—	.76 **	.43 **	.37 **	-.26 **
⑨ ソーシャルサポート実行									—	.38 **	.30 **	-.14
⑩ 人生満足感										—	.53 **	-.60 **
⑪ ポジティブ感情											—	-.38 **
⑫ ネガティブ感情												—

\*\*  $p < .01$  \*  $p < .05$

果が得られた。

ソーシャルスキルの6つの下位尺度のうち、「関係開始」は、「感情統制」以外の他の下位尺度と有意な相関を示した。「解釈」は、他のすべての下位尺度と有意な相関を示した。「主張性」は、「感情統制」と有意な相関を示さなかったが、他の下位尺度とは有意な相関を示した。「感情統制」は、「解釈」「記号化」「ソーシャルサポート実行」「ネガティブ感情」と有意な相関を示した。「関係維持」は、「感情統制」と有意な相関を示さなかったが、他の下位尺度とは有意な相関を示した。「記号化」は、全ての下位尺度と有意な相関を示した。

友人関係満足感は、「感情統制」と有意な相関を示さなかったが、他の下位尺度とは有意な相関を示した。

「ソーシャルサポートの受容」は、「感情統制」と有意な相関を示さなかったが、他の下位尺度とは有意な相関を示した。「ソーシャルサポートの実行」は、「ネガティブ感情」と有意な相関を示さなかったが、他の下位尺度とは有意な相関を示した。

SWBの3つの要素のうち、「人生満足感」は「感情統制」と有意な相関を示さなかったが、他の下位尺度とは有意な相関を示した。「ポジティブ感情」は、「感情統制」と有意な相関を示さなかったが、他の下位尺度とは、有意な相関を示した。「ネガティブ感情」は、「ソーシャルサポート実行」と有意な相関を示さなかったが、他の下位尺度とは有意な相関を示した。

本研究の目的であるソーシャルスキルがSWBに与える影響についての仮説モデルを検証するために、共分散構造分析を行った。

ソーシャルスキル、ソーシャルサポート、SWBを潜在変数にすると適合度が下がったため、ソー

シャルスキルの各下位スキル、ソーシャルサポートの「受容」と「実行」、SWBの3要素である「人生満足感」と「ポジティブ感情」「ネガティブ感情」を、それぞれ観測変数として使用した。

分析結果によると、モデルの適合度指標は、 $\chi^2=29.78$ ,  $df=29$ ,  $n.s.$ ,  $GFI=.97$ ,  $AGFI=.93$ ,  $CFI=.999$ ,  $RMSEA=.01$ となり、高い適合度が示された。そこで、このモデルを採択した。その結果をFigure 2に示した。Figure 2では、ソーシャルスキルの各因子間の共分散、ソーシャルサポート、SWBの各因子の誤差相関の表示は省略した。

ソーシャルスキルの下位スキルのうち、「関係開始」から「友人関係満足感」に有意な正のパスがみられた。「記号化」からは、「友人関係満足感」と「ソーシャルサポートの実行」に有意な正のパスがみられた。「関係維持」と「感情統制」から、「ソーシャルサポートの実行」に有意な正のパスがみられた。ソーシャルスキルの下位スキルのうち「主張性」と「解釈」からは有意なパスはみられなかった。

「友人関係満足感」からは「人生満足感」、「ポジティブ感情」に有意な正のパスが、「ネガティブ感情」に有意な負のパスがみられた。また、「友人関係満足感」からは、ソーシャルサポートの「受容」と「実行」に有意な正のパスがみられた。

ソーシャルサポートの「受容」と「実行」からは、SWBの3つの要素のいずれにも有意なパスはみられなかった。

## 考 察

本研究の目的は、大学生のソーシャルスキルが、友人関係満足と友人とのソーシャルサポートを媒介して、主観的ウェルビーイングに及ぼす影響につい

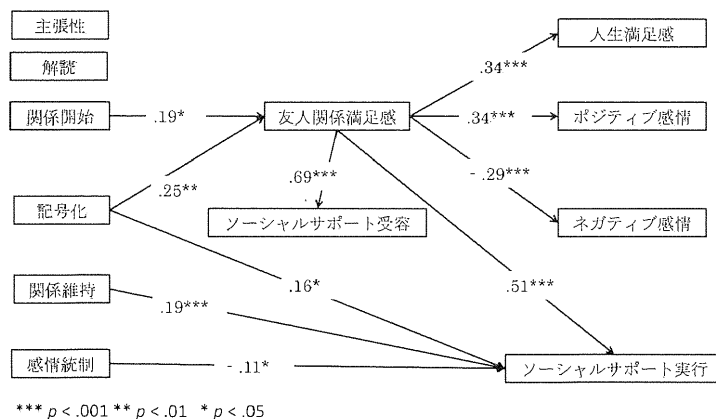


Figure 2. 友人関係満足感およびソーシャルサポートを媒介変数としたソーシャルスキルからSWBの因果モデル。

て検討することである。本研究ではこの目的に沿っての3つの仮説を立てた。

仮説1は、「ソーシャルスキルが高い大学生は、友人関係満足度が高く、これを媒介して、SWBも高い」であり、「ソーシャルスキル」→「友人関係満足」→「SWB」のパスを仮定したものであった。共分散構造分析の結果、関係開始スキルと記号化スキルが友人関係満足感を高め、友人関係満足度が高いと、SEWも高いという有意なパスが得られた。この結果は、仮説1を支持する結果であった。

仮説2は、「ソーシャルスキルの高い大学生は、ソーシャルサポートの受容と実行を高く、これを媒介して、SWBも高い」であり、「ソーシャルスキル」→「ソーシャルサポート」→「SWB」のパスを仮定したものであった。共分散構造分析の結果、記号化スキルと関係維持スキルは、ソーシャルサポートの実行を高めていた。記号化スキルや関係維持スキルが高ければ、表情の豊かさやボディ・ランゲージを有効に使いながら、友人に自分の意思を適切に伝えることができるので、これらのスキルが友人へのソーシャルサポートの実行を促していると考えられる。しかし、ソーシャルサポートの実行がSWBを高める有意なパスはみられなかった。この結果は、仮説2を支持しないものであった。

仮説3は、「ソーシャルスキルが高い大学生は、友人関係満足度が高く、この満足度は、ソーシャルサポートの受容と実行を高めて、これらを媒介して、SWBも高い」であり、「ソーシャルスキル」→「友人関係満足」→「ソーシャルサポート」→「SWB」のパスを仮定したものであった。共分散構造分析の結果、関係開始スキルと記号化スキルが友人関係満足感を高め、友人関係満足度が高いと、ソーシャルサポートの受容と実行を高めていたが、ソーシャルサポートの受容と実行が、SWBを高める有意なパスは見られなかった。この結果は、仮説3を支持しないものであった。

以上のことから、本研究での分析結果は、仮説1のみを支持していた。ただし、ソーシャルスキルの中でも関係開始スキルと記号化スキルがSWBに影響を与えていた。従って、関係開始スキルを使って同性の友人とすぐにうちとけたり、記号化スキルを使って同性の友人に対して身振り手振りをまじえて話したりすることが得意な大学生ほど、同性の友人との関係に満足をし、友人との関係に満足している大学生ほど、人生満足感とポジティブ感情が高く、ネガティブ感情は低いと言える。

仮説2と仮説3が支持されなかったのは、いずれもソーシャルサポートが、ソーシャルスキルと

SWBの媒介効果を持たなかったことに依る。ソーシャルサポートの受容と実行は対人場面に直接関わる現象であり、ソーシャルスキルは、その対人場面で発揮されるべき具体的な対人行動である。そこで、ソーシャルサポートの受容と実行に、ソーシャルスキルは強く影響すると仮定したが、これを支持したパスは、「記号化」→「ソーシャルサポートの実行」のみであった。また、福岡(2010)では、友人からのソーシャルサポートがポジティブな気分を高め、ネガティブな気分を低めることが示されているが、本研究では、ソーシャルサポートの受容と実行からSWBへのパスは、いずれも有意ではなかった。

ソーシャルスキルが、ソーシャルサポートを媒介してSWBに及ぼす効果を持たなかった理由として、大坊他(2009)のソーシャルスキルの間接効果についての考えが参考になる。大坊他(2009)が主張するソーシャルスキルの間接効果とは、ソーシャルスキルの高さが、第三者との関係を良好にし、この第三者からのソーシャルサポートを受容する結果、目の前の相手との問題解決につながってSWBをもたらしという効果である。本研究で仮定した、ソーシャルスキルがソーシャルサポートを媒介してSWBに及ぼす効果も、間接効果ではあるものの、第三者の存在や、当人の問題解決については考慮に入れなかった。このような要因を考慮に入れていれば、ソーシャルサポートからSWBへのパスが繋がったかもしれない。

別の理由としては、本研究で測定したソーシャルサポートは、調査協力者が実際に受容している、または実際に与えているソーシャルサポートの「状態」の程度を測定していたことに依るかもしれない。ソーシャルサポート以外の要因は、ソーシャルスキルも友人関係満足度もSWBも、調査協力者の「特性」に近いものを測定していた。このように、測定した概念の「特性」か「状態」かのレベルの違いが、ソーシャルサポートの効果を生まなかったのではないかと考えられる。

なお、本研究では、感情統制スキルは、ソーシャルサポートの実行に有意な負の影響を与えることが示された。これは、感情統制スキルが高いほど、自分の気持ちを抑制して相手のことを気遣い、自分の方から相手にソーシャルサポートを実行しづらくなるためであると思われる。

本研究の限界は、調査対象者の数が少なかったこと、およびソーシャルスキル、ソーシャルサポートの受容と実行について、自己評定のみに頼っていることが挙げられる。

今後の課題は、ソーシャルスキルが、ソーシャルサポートを媒介してSWBに及ぼす効果について再検討することである。そのためには、実験的検討をしたり、測定変数を増やしたり、使用する尺度を精選したり、あるいは、ソーシャルサポートの受容と実行をより厳密に測定することなどが考えられる。

### 引用文献

- 相川 充・藤田正美 (2005). 成人用ソーシャルスキル自己評定尺度の構成 東京学芸大学紀要, 56, 87-93.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective Well-Being: Three Decades of Progress. *Psychological Bulletin*, 125, 267-302.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American psychologist*, 55, 34-43.
- 大坊郁夫 (2005). 第6章 社会的スキル・トレーニングの効果性の検討 大坊郁夫 (編著) 社会的スキル向上を目指す対人コミュニケーション (pp. 135-155) ナカニシヤ出版
- 大坊郁夫 (2006). コミュニケーション・スキルの重要性 日本労働研究雑誌, 48, 13-22.
- 大坊郁夫・堀毛一也・相川 充・安藤清志・大竹恵子 (2009). Well-beingを目指す社会心理学の役割と課題 対人社会心理学研究, 9, 1-32.
- 橋本京子・子安増生 (2011). 楽観性とポジティブ志向および主観的幸福感の関連について パーソナリティ研究, 19, 233-244.
- 福岡欣治 (1999). 友人関係におけるソーシャル・サポートの入手・提供の互惠性と感情状態 静岡県立大学短期大学部研究紀要, 13, 57-70.
- 福岡欣治 (2010). 日常ストレス状況体験における親しい友人からのソーシャル・サポート受容と気分状態の関連性 川崎医療福祉学会誌, 19, 319-328.
- 堀毛一也 (1994). 恋愛関係の発展・崩壊と社会的スキル 実験社会心理学研究, 34, 116-128.
- 伊藤裕子・相良順子・池田政子・川浦康至 (2003). 主観的幸福感尺度の作成と信頼性・妥当性の検討 心理学研究, 74, 276-281.
- 加藤 司 (2001). 対人ストレス過程の検証 教育心理学研究, 49, 295-304.
- 高坂康雅 (2010). 大学生における同性友人, 異性友人, 恋人に対する期待の比較 パーソナリティ研究, 18, 140-151.
- 牧野幸志 (2012). 青年期におけるコミュニケーション・スキルと友人関係—同性・異性友人に対するコミュニケーション・スキルの性差, 学年差の検討 経営情報研究, 20, 17-32.
- 牧野幸志 (2013). 青年期におけるコミュニケーション・スキルと精神的健康—同性・異性友人に対するコミュニケーション・スキルと精神的健康との関連 経営情報研究 摂南大学経営情報学部論集, 20, 35-47.
- 水野邦夫 (2003). どの社会的スキルが良好な対人関係の形成・維持に関連するか 聖泉叢書, 14, 55-59.
- 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.
- 田中健吾 (2009). ソーシャルサポートの衡平性とソーシャルスキルとの関連 大阪経大論集, 59, 187-193.
- 谷村圭介・渡辺弥生 (2008). 大学生におけるソーシャルスキルの自己認知と初対面場面での対人行動との関係 教育心理学研究, 56, 364-375.
- 寺崎正治・岸本陽一・古賀愛人 (1992). 多面的感情状態尺度の作成 心理学研究, 62, 350-356.
- 上出寛子 (2010). 親密な対人関係と well-being 堀毛一也 (編集) 現代のエスプリ ポジティブ心理学の展開 「強み」とは何か, それをどう伸ばせるか (pp. 109-119) 至文堂
- 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
- 渡部玲二郎 (1999). 対人関係能力と対人欲求の関係 心理学研究, 70, 154-159.

(受稿 3月31日: 受理 4月26日)