

令和 3 年 6 月 15 日現在

機関番号：33809

研究種目：若手研究

研究期間：2018～2020

課題番号：18K13308

研究課題名(和文) 青年期の友人関係における慰め効果：自尊感情の高低・変動性による違いに着目して

研究課題名(英文) The effectiveness of consolation within friendships in adolescence: differences in the level and instability of self-esteem

研究代表者

小川 翔大(Ogawa, Shota)

静岡福祉大学・社会福祉学部・講師

研究者番号：90805409

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 2,600,000円

研究成果の概要(和文)：本研究では、大学生を対象に質問紙調査と面接調査を行い、友人関係における自尊感情の高さと変動性による慰め効果の個人差を解明した。その結果、自尊感情が低く安定した人は、慰められた時の感謝が相対的に低く、慰めを含む友人との情緒的な交流で躊躇しやすいことが明らかとなった。さらに本研究では、尺度評定で自尊感情の変動性を測定する、知覚された自尊感情の変動性尺度(P-SEI尺度；Howard, 2017)の日本語を作成した。

研究成果の学術的意義や社会的意義

青年の友人関係では「近づきたい-近づきすぎたくない」というジレンマがあり、親密な深い関係が築きにくい。本研究は慰め行為の個人差を検討して、この友人関係の特徴は自尊感情が低く安定した人でみられやすいことを解明した。本研究の成果は、教育的支援に向けた青年期の理解において社会的意義がある。また、従来の方法よりも簡便に自尊感情の変動性が測定できる日本語版P-SEI尺度を作成した点で学術的意義がある。

研究成果の概要(英文)：This study conducted questionnaire and interview surveys with Japanese university students and investigated differences in the comforting effects within friendships on the level and instability of self-esteem. Our results showed that people with stable low self-esteem feel relatively less gratitude for receiving comfort and tend to hesitate to engage in emotional interactions (including with regard to comfort) with friends. In this study, the Japanese version of the perceived self-esteem instability measure (P-SEI measure; Howard, 2017), which measures self-esteem instability by direct assessment via a scale, was developed.

研究分野：発達心理学、教育心理学

キーワード：自尊感情の変動性 友人関係 慰め サポート

1. 研究開始当初の背景

慰めには、親密な関係の形成・維持といったポジティブな影響だけでなく、不用意な慰めが相手の自尊心を傷つけて不快感情を生じさせるネガティブな影響も示されている(小川, 2018)。欧米では、どのような慰め方が受け手にポジティブな影響を与えるのかを検討するため、相手の気持ちに共感して寄り添う「人間中心性(person-centeredness)」の高い言葉かけ内容の研究が進められてきた(Burleson, 1994)。近年の研究では、慰めをする人の言葉かけ内容だけでなく、慰めを受ける人の個人特性や心理状態によって慰め効果が異なるという見解が主流となりつつある(Bodie & Jones, 2015; Burleson, 2008)。

現時点で慰め効果を検討した研究蓄積は少なく、慰め効果の理論的基盤を提供した研究はほとんどない。特に、様々な失敗経験や心理状態の悪化で友人から慰めを受ける機会が多い青年期では、友人の慰めが受け手の心理状態に与える効果や、友人関係に与える影響が十分に検討されていない。青年期における友人との関わりでは、自分や相手を傷つけることを怖れて友人との心理的距離が遠いままになる傾向や(岡田, 2016)、落ち込んでいる友人への関わり方がわからずに困惑し、慰め行動が抑制される傾向が示唆されている(山村, 2013)。さらに、青年期の間は、自己価値の不明瞭さ、他者評価に対する敏感さなどにより、自尊感情が変動しやすい(Kuster & Orth, 2013)。青年期は、自尊感情が低く不安定になりやすいため、自己についての葛藤や適応上の問題が生じやすい時期だといえる。そのため、青年の友人関係の特徴を理解し、適応を促す教育的支援を考える上で、友人への効果的な慰めに関する知見の蓄積が必要と考えた。

2. 研究の目的

本研究では、個人特性として自尊感情の高さと変動性に着目し、青年期における友人からの慰め効果の違いを検討した。具体的には、質問紙調査を行い、自尊感情の変動性の測定方法(評定尺度法と経験的サンプリング法の比較; 調査1, 調査2)、及び、慰めによって生じる受け手の感情の違い(調査1)を検討した。次に、質問紙調査の参加者の一部に面接調査を行い、友人関係における慰め行為の実態とその個人差を質的に検討した(調査3)。

3. 研究の方法

(1) 調査1

分析対象者 大学2校と短期大学1校の学生200名(男性53名, 女性147名, 有効回答率83.0%), 平均年齢は19.59歳($SD = 1.34$, 範囲: 18歳から27歳)であった。

手続き 翻訳した知覚された自尊感情の変動性尺度(Howard, 2017; P-SEI), 日本語版ロゼンバーグ自尊感情尺度(Mimura & Griffiths, 2007; RSES), 日本語版K6(Furukawa et al., 2008)などに回答を求めた。また、自尊感情の変動性研究で頻繁に使用され、測定方法のゴールドスタンダードとされる経験的サンプリング法も用いて、自尊感情の高さと変動性を測定した。経験的サンプリング法では、google formで1日1回の計7日間、状態自尊感情尺度(阿部・今野, 2007)に回答を求めた。状態自尊感情の高さ(GS-SEL)は7日分の尺度平均値を、状態自尊感情の変動性(GS-SEI)は7日分の尺度平均値の標準偏差を指標とした。なお、協力者が1日に2回以上回答した場合は、1回目の回答データのみ分析に使用した。また、協力者が回答しない日があった場合は、8日目以降に不足日数分の回答を許可した。回答が7日分より少ない協力者、及び、7日分の回答に要した期間が2週間以上になった協力者は、この指標を用いる分析から除外した。経験的サンプリング法で7日分の回答が得られたのは200名中116名であった。

慰められた時の感情は、同性の友人Aから慰められるシナリオ(Table 1)を読み、その場面を想定して慰められた時の感情尺度(小川, 2014)に回答を求めた。慰められた時の感情の種類は、感謝、自責、反発の3種類であった。慰められるシナリオ場面の統制変数として、友人Aの親密さ、シナリオ場面の深刻さ、統制可能性についても回答を求めた。

Table 1 同性の友人Aから慰められるシナリオ

ある日、友人Bはあなたに対してすごく怒っていました。友人Bに怒っている理由を聞いてみると「あなたが陰で悪口を言っているのを聞いた」と言いました。しかし、あなたにはそのようなことを言った覚えはありません。誤解を解こうとしたのですが、友人Bはあなたに対して怒り続けていて、とても話ができませんでした。そのあと、あなたが友人Bの誤解がとけず落ち込んでいることに、近くにいた友人Aは気づきました。

(2) 調査2

分析対象者 大学1校の学生87名(男性46名,女性41名,有効回答率73.7%),平均年齢は18.22歳($SD=0.69$,範囲:18歳から22歳)であった。

手続き 2時点(T1とT2;4週間間隔)でP-SEI尺度に回答を求めた。T1ではRSES,K6,主観的幸福感尺度(島井ら,2004;SHS)にも回答を求めた。

(3) 調査3

分析対象者 調査1に参加した学生40名(男性12名,女性28名),平均年齢は19.23歳($SD=1.12$,範囲18歳から22歳)であった。

手続き 半構造化面接を個別に行った。面接時間は平均36分であった($SD=9.07$,範囲:19分から65分)。面接では,友人との慰め体験を思い出してもらい,「慰めをした/慰めを受けた」という出来事の内容や,友人との関係性などを尋ねた。

4. 研究成果

(1) 日本語版P-SEI尺度の作成(調査1,調査2)

自尊感情の変動性の測定は,数日間の状態自尊感情の標準偏差がゴールドスタンダードであった。しかし,この方法は協力者にかかる時間と負担が大きく,協力者が測定途中で脱落する可能性が高いという問題点があった(本研究でも,200名中84名が脱落した)。また,経験的サンプリング法は,日常生活の文脈で自尊感情の変動性を測定できるという利点があるものの,測定期間中に経験するライフイベントの内容によって,測定値に誤差が生じる可能性も高い。さらに,数日間の状態自尊感情の高さの平均値(GS-SEL)とその標準偏差(GS-SEI)を指標とするため,「GS-SELが中程度の場合はGS-SEIが高い場合も低い場合もあるが,GS-SELが極端に高い(もしくは低い)場合はGS-SEIが低い値にしかならない」という二変量分布の制約も問題とされていた。

そこで調査1では,一試行で回答する尺度評定法であるP-SEI尺度の日本語版を作成し,その妥当性と信頼性を検討した。その結果,P-SEI尺度8項目で因子的妥当性が確認された(Table 2)。調査2では,P-SEI尺度の再検査信頼性が確認された($r=.71, p<.01$)。RSESを統制した偏相関係数では,P-SEIはK6と弱い正の相関($r=.33, p<.01$)を示したが,SHSとの関連はみられなかった($r=-.15, n.s.$)。したがって,P-SEI尺度は主観的幸福感といったポジティブな側面と直接的に関連せず,自我脅威への感受性や脆弱性といったネガティブな側面を反映する概念であると考察された。

Table 2 日本語版P-SEI尺度の記述統計と確認的因子分析($N=200$)

	Mean	SD	負荷量
私は自分自身に対する意見をよく変える (My opinion of myself often changes)	4.69	1.51	.41
私の自尊感情は不安定だ (My self-esteem is instable)	4.76	1.62	.73
特定の出来事が私の自尊感情を変える (Certain events make my self-esteem change)	4.90	1.51	.46
私は自分についての不安定な意見を持っている (I have an unstable opinion about my self)	4.69	1.55	.67
私自身についての感情は変化する (My feelings about myself change)	5.40	1.35	.62
私の自尊感情のレベルは絶えず変化している (My self-esteem level is constantly changing)	4.12	1.57	.63
私の自尊感情は一定ではない (My self-esteem is NOT constant)	4.72	1.54	.76
私はよく自分自身をどのように見ているのかわからなくなる (I am often unsure how I view myself)	4.70	1.79	.63
		(得点範囲:1-7点)	=.83

注. カッコ内の英文はHoward (2017, 2019) で用いられた項目の原文

(2) 慰められた時の感情の違い(調査1)

経験的サンプリング法と尺度評定法のデータ別に、自尊感情の高さと変動性による慰められた時の感情(感謝, 自責, 反発)の違いを重回帰分析で検討した。その際、友人Aの親密さ, シナリオ場面の深刻さ, 統制可能性の影響を統制して分析した。経験的サンプリング法の結果(Table 3)をみると、自尊感情の変動性(GS-SEI)は慰められた時の感情に影響しなかった。尺度評定法の結果(Table 4)をみると、感謝において自尊感情の変動性(P-SEI)の影響が有意であり($\beta = .25, p < .05$), P-SEIが高いほど慰められた時の感謝が高かった。また、感謝において自尊感情の高さ(RSES)と変動性(P-SEI)の交互作用が有意であった($\beta = -.17, p < .05$)。単純傾斜分析の結果(Figure 1), RSESが低い人はP-SEIが低いほど感謝の得点が低くなった($\beta = .42, p < .01$)。つまり、自尊感情が低く安定した人は、友人から慰められた際に感謝が相対的に低いといえる。

Table 3 慰められた時の感情を予測するGS-SELとGS-SEIの重回帰分析

	感謝		自責		反発	
	β	[95% CI]	β	[95% CI]	β	[95% CI]
友人Aの親密さ	.37 **	[.20, .55]	-.13	[-.30, -.03]	-.36 **	[-.54, -.19]
シナリオ場面の深刻さ	.29 **	[.12, .46]	.04	[-.13, .21]	-.01	[-.19, .16]
統制可能性	.14	[-.03, .33]	.47 **	[.29, .64]	.00	[-.18, .18]
GS-SEL	.02	[-.16, .20]	-.19 *	[-.36, -.02]	-.20 *	[-.38, -.02]
GS-SEI	.01	[-.17, .18]	-.04	[-.20, .13]	.07	[-.11, .25]
GS-SEL×GS-SEI	.13	[-.06, .31]	.03	[-.15, .21]	-.13	[-.31, .06]
R^2	.23		.27		.20	

注. CIは信頼区間.

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

Table 4 慰められた時の感情を予測するRSESとP-SEIの重回帰分析

	感謝		自責		反発	
	β	[95% CI]	β	[95% CI]	β	[95% CI]
友人Aの親密さ	.39 **	[.22, .56]	-.08	[-.24, .08]	-.38 **	[-.53, -.20]
シナリオ場面の深刻さ	.23 **	[.06, .40]	-.07	[-.23, .09]	.01	[-.18, .17]
統制可能性	.19 *	[.03, .36]	.47 **	[.32, .63]	-.06	[-.24, .11]
RSES	.06	[-.13, .25]	-.25 **	[-.44, -.07]	-.18	[-.39, .02]
P-SEI	.25 *	[.05, .45]	.16	[-.02, .35]	-.12	[-.33, .09]
RSES×P-SEI	-.17 *	[-.33, -.00]	-.02	[-.18, .14]	-.11	[-.07, .29]
R^2	.27		.35		.19	

注. CIは信頼区間.

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

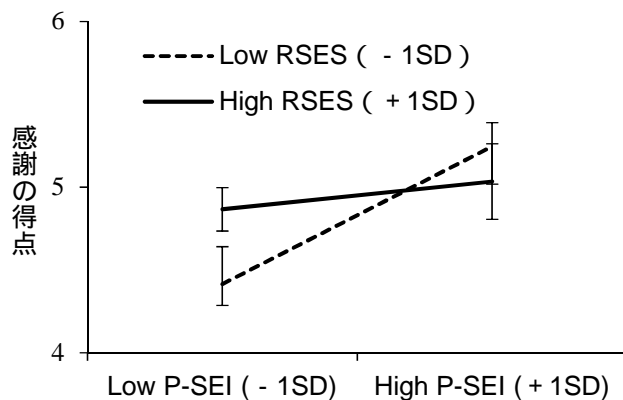


Figure 1 感謝に対するRSESとP-SEIの交互作用

(3) 友人関係における慰め行為の実態とその個人差 (調査3)

全体的な傾向として、全対象者(40名)に友人がおり、仲良くなるきっかけは「クラスが一緒になった」「部活が一緒だった」「幼馴染で昔から仲が良かった」などが多かった。また、全対象者に「慰めをした/慰められた」という経験があった。友人関係は趣味や共通の話題などから徐々に深まっており、愚痴や悩み相談などをきっかけに慰めが生じていた。なお、副次的な結果として、自分の愚痴や悩みをSNS(Twitterなど)で友人や不特定多数に公開する者が8名いた。その理由には、「自分の気持ちの整理のため」「誰かに見て反応してもらいたい」「自分と同じような悩みをもつ人とつながりたい」などがあった。

次に、自尊感情の高さと変動性の得点について、理論的中央値を基準に群分けを行った。その結果、自尊感情が低く安定した群(5名)、自尊感情が低く不安定な群(22名)、自尊感情が高く安定した群(6名)、自尊感情が高く不安定な群(7名)となった。その内、自尊感情が低く安定した群では、自分が落ち込んだ時に「友人に心配をかけたくない」「慰められるとさらに気持ちが落ち込む」などの理由から、自ら積極的に慰めを求めない傾向がみられた。

(4) 成果のまとめと今後の展望

本研究では、質問紙による量的調査と面接による質的調査を併用し、自尊感情の高さと変動性の個人差に着目して、青年期における友人からの慰め効果の違いを検討した。P-SEIによる結果(Table 4)をみると、自尊感情が不安定なほど、慰められた時の感謝が高かった。友人との親和欲求が高い青年期において、友人からの慰めは友人関係の中で自分が受容されている感覚を高める機能があると考えられる。そのため、自尊感情の変動性が高い大学生は、友人からの慰めによって自尊感情を向上しやすく、より感謝を感じたと考えられる。

また、自尊感情の高さ(RSES)と変動性(P-SEI)の交互作用(Figure 1)から、自尊感情が低く安定した人は、それ以外の人と比べると相対的に感謝が低く、友人の慰めを求めないことが示された。とはいえ、自尊感情が低く安定した人であっても、友人から慰められた時には感謝を感じており、友人が落ち込んでいる時には慰めを試みようとする行為としていた(「一言だけ声をかけてみる」、「まずはLINEだけ入れて相手の反応を見る」など)。

以上より、自尊感情が低く安定した人は、友人関係を築きつつも、自分や友人が傷つくリスクに敏感で、慰めといった情緒的に深い交流で躊躇しやすいと考えられる。つまり、自尊感情が低く安定した人は、「近づきたい 近づき過ぎたくない」「離れたい 離れ過ぎたくない」という山アラシ・ジレンマ(藤井, 2001)の状態になりやすいと考えられる。青年期の自己価値のあり方は、友人との交流や距離のあり方と相互に影響し合うことが予想されるため、今後はその相互的な影響プロセスについて実証的に解明していくことが課題である。

近年は、自尊感情の変動性が社会的リスクや精神疾患に与える影響について検討されてきている(例えば、van Tuijl et al., 2018; Vrabel et al., 2018)。本研究では、友人間の慰め行為を検討することで、自尊感情の高さと変動性が友人関係に与える影響の一端を解明できた。そして、自尊感情の変動性を測定するための日本語版 P-SEI 尺度も作成できた。自尊感情の変動性の研究では、経験的サンプリング法が用いられてきたが、その方法論上の問題から途中脱落のリスクが高く、縦断研究がほとんど行われてこなかった。今後は、P-SEI 尺度を用いることで、自己価値の一側面である自尊感情の高さと変動性の発達の变化や、友人関係との双方向的な因果関係を実証的に解明することが期待される。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計1件（うち査読付論文 1件 / うち国際共著 0件 / うちオープンアクセス 1件）

1. 著者名 小川翔大	4. 巻 91
2. 論文標題 知覚された自尊感情の変動性尺度の日本語版作成と信頼性・妥当性の検討	5. 発行年 2020年
3. 雑誌名 心理学研究	6. 最初と最後の頁 173 - 182
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.4992/jjpsy.91.19209	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 -

〔学会発表〕 計2件（うち招待講演 0件 / うち国際学会 0件）

1. 発表者名 Ogawa, S
2. 発表標題 Moderating effects of self-esteem instability on the association between self-esteem level and support effect of comfort.
3. 学会等名 2020 Society for Personality and Social Psychology (SPSP) convention (Hyatt regency in New Orleans)
4. 発表年 2020年

1. 発表者名 小川翔大
2. 発表標題 知覚された自尊感情の変動性尺度の日本語版作成と信頼性・妥当性の検討
3. 学会等名 日本心理学会
4. 発表年 2019年

〔図書〕 計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

6. 研究組織

氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考
---------------------------	-----------------------	----

7. 科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕 計0件

8 . 本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関
---------	---------