

対人ストレスコーピングの効果における個人差¹⁾

—小・中・高校生を対象にして—

谷口弘一（教育学部人間発達講座）

Abstract

This study examined individual differences in the effects of interpersonal stress coping on mental health among elementary, junior high, and high school students. The respondents were 105 sixth-year elementary school students, 157 second-year junior high school students, and 133 first-year high school students. They answered the Interpersonal Stress-Coping Inventory (consisting of positive relationship-oriented coping, negative relationship-oriented coping, and postponed-solution coping), a measure of depression for mental health, and a measurement of emotional empathy for individual difference. Positive relationship-oriented coping was significantly and negatively related to depression among elementary and junior high school students with high levels of emotional empathy. Results also indicated that postponed-solution coping was significantly and negatively correlated with depression among elementary school students with low levels of emotional empathy.

Key words: interpersonal stress coping, emotional empathy, elementary school students, junior high school students, high school students.

問題と目的

対人関係に起因するストレスフルな出来事のことを対人ストレッサーといい、また、こうした対人ストレッサーに対するコーピングのことを対人ストレスコーピングという（加藤，2000，2003）。対人ストレスコーピングは、ポジティブ関係コーピング，ネガティブ関係コーピング，解決先送りコーピングの3つに分類される。ポジティブ関係コーピングは、ストレッサーを引き起す対人関係に対して、積極的にその関係を改善し、より良い関係を築こうと努力するコーピングである。

¹⁾ 本論文は、著者の指導のもとで堀 智樹氏が実施した卒業研究のデータを再分析し、執筆したものである。

ネガティブ関係コーピングは、対人ストレスが生じている関係に対して、そうした関係を放棄・崩壊するようなコーピングである。解決先送りコーピングは、ストレスフルな対人関係を問題とせず、時間が解決するのを待つようなコーピングである。

対人ストレスコーピングが精神的健康に与える影響は、3つのコーピングそれぞれで異なる。ポジティブ関係コーピングは抑うつと無相関、ネガティブ関係コーピングは抑うつと正の相関、解決先送りコーピングは抑うつと負の相関があることが明らかとなっている（加藤，2007a）。こうした影響の相異を説明するモデルが、加藤（2007a）によって提唱されている「対人ストレス過程における社会的相互作用モデル」である。このモデルでは、対人ストレスコーピングが精神的健康に与える影響を2つの過程に峻別している（Figure 1）。第一過程は、ある対人ストレスコーピングを使用することによって、そのコーピングが、実行者自身の精神的健康に「直接的」に影響を与える過程である（パスⅠ）。一方、第二過程は、ある対人ストレスコーピングを使用することによって、そのコーピングが、コーピングの「受け手」の感情・行動・関係に影響を与え、それらを仲介することによって、最終的には、実行者自身の精神的健康に「間接的」に影響を与える過程である（パスⅡ）。加藤（2007a）の社会的相互作用モデルによると、ポジティブ関係コーピングは、抑うつを第一過程では増大、第二過程では減少させる。ネガティブ関係コーピングは、第一過程と第二過程ともに抑うつを増大させる。解決先送りコーピングは、第一過程と第二過程ともに抑うつを減少させる。いずれのコーピングにおいても、影響力は第一過程の方が大きい。

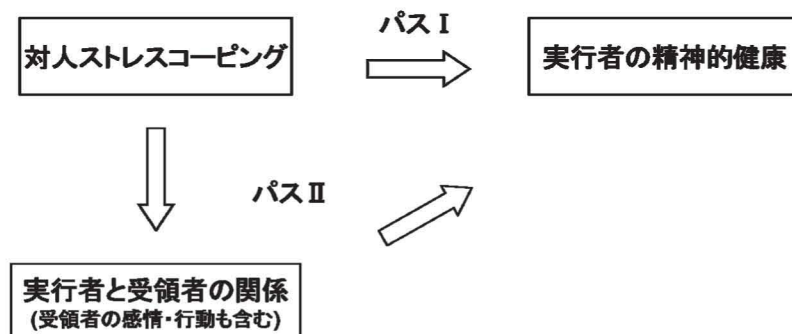


Figure 1 対人ストレス過程における社会的相互作用モデル（加藤, 2007a）

こうした知見とは別に、第一過程と第二過程の影響力の差は個人差によるものである可能性も指摘されている（谷口, 2007）。例えば、ポジティブ関係コーピングと精神的健康との関連について見てみると、先行研究の結果は概ね無相関であることから（加藤，2007a），第一過程と第二過程の影響力は、ほぼ同じであると考えられる。そう仮定した場合、2つの過程の影響力に差が生じるとすれば、それは個人差によるものである可能性が高い。谷口（印刷中）は、他人の感情や行

動に対する個人の興味・関心の程度を表す個人差変数として、対人志向性と共感性という2つの変数を取りあげ、対人ストレスコーピングと精神的健康との関連に対するそれら2変数の調整効果を検討した。その結果、ポジティブ関係コーピングと抑うつとの負の相関は、対人志向性、共感性が高い群においてのみ認められた。すなわち、対人志向性、共感性が高い人では第二過程の影響力が相対的に強くなり、対人志向性、共感性が低い人では第一過程と第二過程の影響力がほぼ等しくなることが示唆された。一方、解決先送りコーピングと抑うつとの負の相関は、対人志向性、共感性が低い群においてのみ認められた。加藤（2007a）の研究結果によると、解決先送りコーピングは、第一過程および第二過程ともに、抑うつを低減させ、第一過程の方が第二過程よりも影響力が強いことが確認されている。しかしながら、谷口（印刷中）の結果は、そうした先行研究の結果とは異なり、第一過程が抑うつに対して低減効果、第二過程が増大効果を持つ可能性、さらには、対人志向性、共感性が高い人では第一過程と第二過程の影響力がほぼ等しく、対人志向性、共感性が低い人では第一過程の影響力が強くなる可能性を示唆している。実際、谷口・加藤（2007）や谷口（2012）では、解決先送りコーピングの抑うつ低減効果が確認されていないため、解決先送りコーピングと抑うつとの関連では、第一過程と第二過程の効果が異なる可能性が非常に高い。

本研究では、小・中・高校生を対象にして、対人ストレスコーピングと精神的健康との関連に対する共感性の調整効果を検討した。

方 法

調査対象者と調査手続き

小学6年生105名（男子53名、女子52名、平均年齢11.7歳）、中学2年生157名（男子94名、女子63名、平均年齢13.8歳）、高校1年生133名（男子97名、女子36名、平均年齢15.8歳）が調査に参加した。各学級担任の先生が調査を実施した。

調査内容

小学生用の調査用紙には、年齢、性別などを質問するフェイスシートに加えて、下記の尺度が含まれていた。

対人ストレスコーピング 福田・加藤・鈴木（2006）の児童・生徒用対人ストレスコーピング尺度を使用した。本尺度は加藤（2000, 2003）の対人ストレスコーピング尺度を、小学生にも理解が容易となるように平易な文章に変更し、全体

項目数を 15 項目に短縮したものである。加藤 (2000, 2003) の対人ストレスコーピング尺度と同様に、本尺度には、ポジティブ関係コーピング、ネガティブ関係コーピング、解決先送りコーピングの 3 つの下位尺度があり、それぞれ 5 項目ずつから構成されている。回答は、あてはまらない (1) ～よくあてはまる (4) の 4 件法であった。分析には各下位尺度の合計点を用いた。得点が高いほど、各対人ストレスコーピングの使用頻度が高いことを示す。 α 係数は、ポジティブ関係コーピングが .74、ネガティブ関係コーピングが .93、解決先送りコーピングが .75 であった。

抑うつ 村田・清水・森・大島 (1996) が作成した子ども用抑うつ自己評価尺度 Depression Self-Rating Scale for Children (DSRS) の日本語版を用いた。ただし、本研究では、佐藤・新井 (2002) と同様に、実施上の問題を考慮して、本来の日本語版 18 項目から 2 項目を削除した 16 項目のみを用いた。本尺度は、活動性・楽しみの減退 (9 項目)、抑うつ気分 (7 項目) の 2 つの下位尺度をもつ。回答は、そんなことはない (0) ～いつもそうだ (2) の 3 件法であった。分析には全項目の合計点を用いた。得点が高いほど、抑うつ傾向が高いことを示す。 α 係数は .88 であった。

共感性 桜井 (1986) が作成した 9 項目からなる児童用共感測定尺度 (Empathy Scale for Children: ESC) を用いた。回答は、いいえ (1) ～はい (5) の 5 件法であった。分析には全項目の合計点を用いた。得点が高いほど、他者の気持ちに共感する程度が高いことを示す。 α 係数は .77 であった。

中・高校生用の調査用紙には、年齢、性別などを質問するフェイスシートに加えて、下記の尺度が含まれていた。

対人ストレスコーピング 加藤 (2000, 2003) が作成した 34 項目からなる対人ストレスコーピング尺度を用いた。本尺度は、ポジティブ関係コーピング (16 項目)、ネガティブ関係コーピング (10 項目)、解決先送りコーピング (8 項目) の 3 つの下位尺度をもつ。回答は、あてはまらない (1) ～よくあてはまる (4) の 4 件法であった。分析には各下位尺度の合計点を用いた。得点が高いほど、各対人ストレスコーピングの使用頻度が高いことを示す。 α 係数は、ポジティブ関係コーピングが中学生 .86、高校生 .86、ネガティブ関係コーピングが中学生 .83、高校生 .81、解決先送りコーピングが中学生 .83、高校生 .83 であった。

抑うつ Center for Epidemiologic Studies Depression Scale (Radloff, 1977) の邦訳版 (島・鹿野・北村・浅井, 1985) を用いた。本尺度は 20 項目で構成されている。回答は、あてはまらない (1) ～よくあてはまる (4) の 4 件法であった。分析には全項目の合計点を用いた。得点が高いほど、抑うつ傾向が高いことを示す。 α 係数は中学生 .86、高校生 .88 であった。

共感性 加藤・高木 (1980) が作成した 25 項目からなる情動的共感性尺度

(Emotional Empathy Scale: EES) を用いた。本尺度は、感情的暖かさ (10 項目)、感情的冷淡さ (10 項目、逆転因子)、感情的被影響性 (5 項目) の 3 つの下位尺度をもつ。回答は、全くちがうと思う (1) ～全くそうだと思う (7) の 7 件法であった。分析には全項目の合計点を用いた。得点が高いほど、他者の気持ちに共感する程度が高いことを示す。 α 係数は中学生 .84、高校生 .85 であった。

結果

対人ストレスコーピング、抑うつ、共感性の学年差

測定変数の平均値と標準偏差を Table 1 に示す。同一尺度を使用した中・高校生間で各得点を比較した結果、ポジティブ関係コーピング ($t(284)=-3.141, p<.01$) と抑うつ ($t(284)=-2.463, p<.05$) において有意差が認められた。いずれも高校生の得点が中学生よりも高いことが示された。

Table 1 測定変数の平均値と標準偏差

	小学生	中学生	高校生
ポジティブ関係コーピング	10.14 (3.08)	30.44 (9.27)	33.79 (8.67)
ネガティブ関係コーピング	8.68 (4.09)	19.15 (6.27)	18.54 (5.08)
解決先送りコーピング	12.11 (3.79)	19.01 (5.84)	19.70 (5.33)
抑うつ	10.35 (6.76)	34.81 (9.46)	37.77 (10.39)
共感性	30.48 (7.66)	112.40 (20.47)	116.09 (18.87)

Note. $N=101-105$ (小学生), $144-155$ (中学生), $127-132$ (高校生).

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

全体サンプルにおける対人ストレスと抑うつ、孤独感の関連

全体サンプルにおける相関分析の結果を Table 2 に示す。抑うつに対して、小学生では、ポジティブ関係コーピングが有意な負の相関 ($r=-.24, p<.05$)、ネガティブ関係コーピングが有意な正の相関 ($r=.52, p<.01$)、解決先送りコーピングが有意な負の相関を示した ($r=-.24, p<.05$)。すなわち、ポジティブ関係コーピングと解決先送りコーピングの使用は抑うつを低下させ、ネガティブ関係コーピングの使用は抑うつを増加させていた、中・高校生では、ネガティブ関係コーピングのみが有意な正の相関を示していた (中学生: $r=.46, p<.01$; 高校生: $r=.57, p<.01$)。

共感性の調整効果

調査参加者を共感性の平均点で高低の2群に分類し、各群において相関分析を行った (Table 3)。小学生において、共感性の低い群では、ポジティブ関係コーピングは抑うつと無相関であり、ポジティブ関係コーピングの使用が抑うつを低下させる機能をもっていなかった。ネガティブ関係コーピングは抑うつと有意な正の相関があり ($r=.58, p<.01$)、解決先送りコーピングは抑うつと有意な負の相関があった ($r=-.29, p<.05$)。一方、共感性の高い群では、抑うつに対して、ポジティブ関係コーピングは有意な負の相関があり ($r=-.33, p<.05$)、ネガティブ関係コーピングは有意な正の相関があり ($r=.39, p<.01$)。解決先送りコーピングは無相関であった。共感性の高い人では、解決先送りコーピングの使用が抑うつを低下させる機能を持っていなかった。

中学生において、共感性の低い群では、ポジティブ関係コーピングは抑うつと有意な正の相関があり ($r=.28, p<.05$)、ポジティブ関係コーピングの使用が抑うつを増加させていた。ネガティブ関係コーピングは抑うつと有意な正の相関があり ($r=.39, p<.01$)、解決先送りコーピングは抑うつと無相関であった。一方、共感性の高い群では、小学生の結果と同様に、抑うつに対して、ポジティブ関係コーピングは有意な負の相関があり ($r=-.26, p<.05$)。ネガティブ関係コーピングは有意な正の相関があり ($r=.50, p<.01$)。解決先送りコーピングは無相関であった。共感性の高い人では、解決先送りコーピングの使用が抑うつを低下させる機能を持っていないことが再確認された。

高校生において、共感性の低い群では、ポジティブ関係コーピングは抑うつと無相関であり、ポジティブ関係コーピングの使用が抑うつを低下させる機能をもっていなかった。ネガティブ関係コーピングは抑うつと有意な正の相関があり ($r=.62, p<.01$)、解決先送りコーピングは抑うつと無相関であった。一方、共感性の高い群では、抑うつに対して、ポジティブ関係コーピングは無相関であり、ネガティブ関係コーピングは有意な正の相関があり ($r=.46, p<.01$)。解決先送りコーピングは無相関であった。共感性の高い人では、ポジティブ関係コーピング、解決先送りコーピングの使用が抑うつを低下させる機能をもっていなかった。

Table 2 全サンプルの相関分析の結果

	抑うつ
小学生	
ポジティブ関係コーピング	-.24*
ネガティブ関係コーピング	.52**
解決先送りコーピング	-.24*
中学生	
ポジティブ関係コーピング	.01
ネガティブ関係コーピング	.46**
解決先送りコーピング	.08
高校生	
ポジティブ関係コーピング	-.09
ネガティブ関係コーピング	.57**
解決先送りコーピング	.07

Note. $N=103-104$ (小学生), 143 (中学生), $122-126$ (高校生). * $p<.05$, ** $p<.01$.

Table 3 共感性の調整効果

	抑うつ	
	低群	高群
小学生		
ポジティブ関係コーピング	-.09	-.33*
ネガティブ関係コーピング	.58**	.39**
解決先送りコーピング	-.29*	-.25
中学生		
ポジティブ関係コーピング	.28*	-.26*
ネガティブ関係コーピング	.39**	.50**
解決先送りコーピング	.12	.00
高校生		
ポジティブ関係コーピング	-.18	.05
ネガティブ関係コーピング	.62**	.46**
解決先送りコーピング	.08	-.02

Note. N=51(小学生低群), 49(小学生高群), 66-68(中学生低群), 64-65(中学生高群), 56-58(高校生低群), 63-65(高校生高群).

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

考察

小・中学生において、ポジティブ関係コーピングと抑うつとの負の相関は、共感性が高い群においてのみ認められた。これらの結果は、大学生を対象にした（谷口，印刷中）の研究結果とほぼ一致しており、共感性が高い人では第二過程の影響力が相対的に強くなり、共感性が低い人では第一過程と第二過程の影響力がほぼ等しくなるかあるいは第一過程の影響力が相対的に強くなることを示唆している。対人志向性や共感性が高い人は、自分の感情や欲求を抑えることよりも、相手の感情や欲求を受け入れることの方が精神的負担はより少ないと感じるために、ポジティブ関係コーピングが抑うつを低下させると考えられる。一方、高校生では、共感性の高い人も低い人も、ポジティブ関係コーピングと抑うつが無相関であった。高校生において共感性の調整効果が見られなかった理由としては、共感性の高い高校生が、小・中学生さらには共感性の低い高校生と比較して、より親密性の高い友人関係を築いていた可能性が挙げられる。加藤（2007b）によると、関係が進展した最も親しい友人関係では、ポジティブ関係コーピングとストレス反応が正の相関を示す。このことは、第一過程の方が第二過程より強い影響力を持つことを意味する。共感性の高い人が、非常に親密な相手に対して、ポジティブ関係コーピングを行う場合は、第一過程と第二過程の影響力がほぼ等しくなり、抑うつとの関連が無相関になると考えられる。

小学生において、解決先送りコーピングと抑うつとの負の相関は、共感性が低い群においてのみ認められた。こうした結果は、大学生を対象とした谷口（印刷中）の結果と一致するものである。解決先送りコーピングでは、第一過程が抑うつ

つに対して低減効果，第二過程が増大効果を持ち，共感性が高い人では第一過程と第二過程の影響力がほぼ等しく，共感性が低い人では第一過程の影響力が強くなる可能性が示唆された。一方，中・高校生では，共感性の低い人も高い人も，解決先送りコーピングと抑うつが無相関であった。中・高校生において共感性の調整効果が認められなかった理由としては，発達とともに，友人関係のつきあい方が数人のグループでの気軽な友だちづきあいから一人の友だちとの深いつきあいへと変化すること（國枝・古橋，2006；落合・佐藤，1996；菅原，1985）が挙げられる。一人の友人と深くつきあうことが多くなる中・高校生では，たとえ共感性が低い場合でも，その友だちとの関係を非常に重要視するために，第二過程の影響力がさほど低下しないのであろう。

調整変数として取り上げた共感性には従来から性差が認められており（加藤・高木，1980；Mehrabian & Epstein, 1972），本研究においても，小学生（ $t(99) = -5.80, p < .01$ ），中学生（ $t(142) = -2.10, p < .05$ ），高校生（ $t(128) = -3.51, p < .01$ ）のいずれにおいても，女性の方が男性よりも共感性が高いことが示された。対人ストレスコーピングに関しては，先行研究（加藤，2000，2003；谷口・加藤，2007）では性差が確認されているが，本研究では男女間で有意差は見られなかった。また，抑うつに関しても，中・高校生では有意な性差はなかった。以上のことから，本研究では，対人ストレスコーピングと抑うつとの関連を検討する場合に，性差を統制して偏相関係数を求めることは行わなかった。先に示したとおり，本研究では共感性に性差が認められることから，共感性の調整効果と性の調整効果が交絡している可能性も考えられる。しかし，共感性の高低 2 群で性差に大きな偏りが見られないこと，性別を調整変数として対人ストレスコーピングと抑うつとの関連を検討した結果が本研究の結果と同一にならないことなどから，交絡の可能性は低いと考えられる。

今後の研究では，大学生を対象とした谷口（印刷中）の研究と同様に，小・中・高校生においても，共感性だけでなく対人志向性など別の個人差変数を取り上げ，その調整効果を検討する必要があるだろう。

引用文献

- 福田美紀・加藤 司・鈴木直人（2006）. 小学生用対人ストレスコーピング尺度作成の試み日本心理学会第 70 回大会発表論文集, 1302.
- 加藤隆勝・高木秀明（1980）. 青年期における情緒的共感性の特質 筑波大学心理学研究, 2, 33-42
- 加藤 司（2000）. 大学生用対人ストレスコーピング尺度の作成 教育心理学研究, 48, 225-234.
- 加藤 司（2003）. 対人ストレスコーピング尺度の因子的妥当性の検証 人文論究（関西学院大学人文学会）, 52, 56-72.

- 加藤 司 (2007a). 対人ストレス過程における対人ストレスコーピング ナカニシヤ出版
- 加藤 司 (2007b). 大学生における友人関係の親密性と対人ストレス過程との関連性の検証 社会心理学研究, 23, 152-161.
- 國枝幹子・古橋啓介 (2006). 児童期における友人関係の発達 福岡県立大学人間社会学部紀要, 15, 105-118.
- Mehrabian, A., & Epstein, N. (1972). A measure of emotional empathy. *Journal of Personality*, 40, 525-543.
- 村田豊久・清水亜紀・森 陽次郎・大島祥子 (1996). 学校における子どものうつ病—Birlleson の小児期うつ病スケールからの検討— 最新精神医学, 1, 131-138.
- 落合良行・佐藤有耕 (1996). 青年期における友だちとのつきあい方の発達的变化 教育心理学研究, 44, 55-65.
- Radloff, L. S. (1977). The CES-D Scale: A self-report depression scale for research in the general population. *Applied Psychological Measurement*, 1, 385-401.
- 桜井茂男 (1986). 児童における共感と向社会的行動の関係 教育心理学研究, 34, 342-346.
- 佐藤 寛・新井邦二郎 (2002). 子ども用抑うつ自己評価尺度 (DSRS) の因子構造の検討と標準データの構築 筑波大学発達臨床心理学研究, 14, 85-91.
- 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.
- 菅原健介 (1985). 青少年の友人関係の発達的变化と構造 東京都生活文化局(編) 大都市青年の人間関係に関する調査—対人関係の希薄化の問題との関連からみた分析— 東京都生活文化局 pp. 115-118.
- 谷口弘一 (2007). 対人ストレスコーピング研究の再考 同志社心理, 54, 78-85.
- 谷口弘一 (2012). 対人ストレスと対人ストレスコーピングの交互作用効果 日本カウンセリング学会第 45 回大会発表論文集, 190.
- 谷口弘一 (印刷中). 対人ストレスコーピングの効果における個人差 長崎大学教育学部紀要：教育科学, 77.
- 谷口弘一・加藤 司 (2007). 対人ストレスと対人ストレスコーピング 日本社会心理学会第 48 回大会発表論文集, 496-497.