

# 共感性が対人ストレスコーピングおよび ストレス反応の表出に及ぼす影響

下田 芳幸・黒山 竜太\*・吉村 隆之\*\*

## Influence of Empathy on Interpersonal Stress Coping and Psychological Stress Response

Yoshiyuki SHIMODA, Ryuta KUROYAMA and Takayuki YOSHIMURA

キーワード：共感性，対人ストレス，コーピング，ストレス反応

keywords：Empathy, Interpersonal Stress, Stress coping, Psychological Stress Response

### 問題と目的

本研究は、共感性が対人ストレスコーピングおよびストレス反応に及ぼす影響について検討するものである。

人は日々、様々なストレスフルな出来事を体験するが、頻繁に遭遇するものの一つに、対人関係に起因する対人ストレスイベントがある（加藤，2000，2001a；Maybery & Graham, 2001）。対人ストレスイベントによって生じた対人関係ストレスは、経験頻度、心理的ストレス反応の表出などの心身への影響度ともに大きい（岡安・嶋田・丹羽・森・矢富，1992；尾関，1993）。したがってこのような対人ストレスイベントへの対処の仕方は、心身の健康を考える上で非常に重要であるといえる。

このような対人ストレスイベントで生じる対処行動のうち、当該の対人関係の変容や維持を主たる目的とするものは対人ストレスコーピングと呼ばれ、積極的にその対人関係を改善することを試みるポジティブ関係コーピング（積極的に話をするようにした，など），そうした対人関係を放棄するようなネガティブ関係コーピング（無視するようにした，など），問題を一時的に棚上げするといった解決先送りコーピング（自然の成り行きにまかせた，など）の3つに分類される（加藤，2000，2003）。また加藤の一連の研究により，ポジティブ関係コーピングはストレス反応を高める（加藤，2006）または

低減しない（加藤，2001a，2001b）が，友人関係の満足度を高めること（加藤2001a），ネガティブ関係コーピングはストレス反応を増加させること（加藤2001a），解決先送りコーピングはストレス反応や孤独感を減少させること（加藤2001a，2002a）などが明らかとなっている。

このように，対人ストレスコーピングが精神的な健康にどのような効果を示すかについての知見は蓄積されている一方で，対人ストレスコーピングの実行にどのような心理的変数が関与しているかについては，楽観性や自尊心（加藤，2001a）やパーソナリティの基本次元である Big Five との関連（加藤，2001b）などは検討されているものの，まだ十分とは言えない。しかし，人間関係の希薄化といった質的変容が多く指摘される現在，対人ストレスの影響度の大きさを考慮すると，対人ストレスコーピングの実行に関与する心理的変数をより詳細に検討していくことは，対人ストレスコーピングの望ましい変容や，その結果として対人関係の改善を図るうえでも重要であり，意義があると考えられる。

そこで本研究では，対人ストレスコーピングに影響を及ぼすことが予想される心理的変数として，共感性に着目し検討を行うこととした。

共感性とは，他者の体験している感情状態を観察した側の内面に，それと一致した（他者が嬉しがっている様子を見て自分も嬉しくなる），あるいは対応した（他者の苦痛を見てかわいそうといった感情を抱く）感情的反応が生じるといった，他者の経験についてある個人が示す反応に関する構成概念である（Davis, 1994；植村・萩原・及川・大内・葉山・

\*長崎国際大学人間社会学部

\*\*九州大学大学院人間環境学府

## 方 法

鈴木・倉住・櫻井, 2008)。Davis (1994) によると、それ以前の共感性研究は「他者の視点に立って考えてみる」といった認知的側面と、「悲しんでいる他者をかわいそうだと感じる」といった感情的側面のどちらかを重視する研究が行われていたが、近年では認知面・感情面両方を捉える多次元的な立場が中心となっている (Davis, 1994; 鈴木・木野, 2008; 登張, 2003; 植村ら, 2008)。

ところでこのような共感性は、向社会的行動の実行 (Hoffman, 1982)、思いやり、良好なコミュニケーション、対人葛藤の軽減とその適切な処理 (Davis, 1994)、あるいは良好な社会的相互作用 (Eisenberg & Miller, 1987) に影響を及ぼすことが明らかとなっており、単に他者を観察して個人に何らかの反応が生じるといった個人内で帰結するものでなく、對他者への行動を動機づける要因でもあるといえる。他者との関係で生じたストレスを軽減する対人ストレスコーピングも、対人関係に働きかける行動の一つであることから、共感性が対人ストレスコーピングの実行に影響を及ぼすことは十分予想されるものの、これまでそのような検討はなされていない。

また、アサーション行動のトレーニングにおいて、共感性が重要な要因の一つであることが指摘されるなど (例えば園田, 2002)、対人適応を図る心理教育においても、その基盤としての共感性への関心が高まっている。そこで、これまでなされていなかった、共感性と対人ストレスコーピング、そしてその結果としてのストレス反応との関連を検討することは、基礎的研究、実践的研究いずれの面においても意義があると考えられる。

以上のことから本研究は、多次元的な視点で捉えられた共感性が、対人ストレスコーピングおよびストレス反応に及ぼす影響について探索的に検討することを目的とした。なお共感性、対人ストレスコーピングおよびストレス反応とも、得点に男女差が報告されていることから (共感性については Baron-Cohen & Wheelwright, 2004; 植村ら, 2008 など、対人ストレスコーピングについては加藤, 2000、ストレス反応については鈴木ら, 1997)、関連性に男女差が示される可能性を考慮しつつ検討を行った。

**調査協力者** 北陸地方の大学 1 校と九州地方の大学 2 校に在籍し、調査への協力が得られた大学生 547 名が対象であった。そのうち、回答に不備の見られたものを除く 523 名 (男性 222 名、女性 301 名、平均年齢 20.00 歳、範囲 18—24 歳、SD=2.00) を分析対象とした。

**実施時期** 2009 年 6 月に調査を行った。

**手続き** 本研究では、共感性、対人ストレスコーピングおよびストレス反応を測定するために、以下の尺度を使用した。調査は大学の講義時間終了後に協力を依頼し、調査の目的と回答が任意であることを説明したうえで一斉に実施し、その場で回収した。使用した尺度 本研究では、以下の尺度をフェイスシート (無記名式で、調査の目的の説明と年齢・性別を問うもの) とともに 1 組に綴じたものを使用した。

(1) 共感性：共感性を多次元的に測定するために、鈴木・木野 (2008) の多次元共感性尺度を使用した。

本尺度は共感性を多次元的に捉えることを目的に作成されており、「被影響性」(5 項目)、「他者指向的反応」(5 項目)、「想像性」(5 項目)、「視点取得」(5 項目)、そして「自己指向的反応」(4 項目) の計 24 項目から構成されている。

本尺度では、「以下の項目は、普段のあなたの考えや行動に、どれくらいあてはまりますか」という教示に続いて 5 件法 (非常にあてはまる、ややあてはまる、少しあてはまる、ほとんどあてはまらない、全くあてはまらない; 4—0 点、逆転項目は 0—4 点) にて回答を求めた。

(2) 対人ストレスコーピング：対人ストレスコーピングを測定するために、加藤 (2000) が作成した対人ストレスコーピング尺度の短縮版 (加藤, 2002b) を使用した。

本尺度は「ポジティブ関係コーピング」(5 項目)、「ネガティブ関係コーピング」(5 項目)、および「解決先送りコーピング」(5 項目) の 3 下位尺度、計 15 項目から構成されている。

本尺度では、対人ストレスを説明とともに「あなたは、実際に経験した人間関係のストレスにたいして、普段、どのように考えたり、行動したりしますか」という教示に続いて 4 件法 (よくあてはまる、

あてはまる, 少しあてはまる, あてはまらない; 3-0点)で回答を求めた。

(3) ストレス反応: 心理的なストレス反応を測定するために, 鈴木・嶋田・三浦・片柳・右馬埜・坂野(1997)によって作成された, 心理的ストレス反応測定尺度を使用した。

本尺度は「抑うつ・不安感情」(6項目), 「不機嫌・怒り感情」(6項目), および「無気力的認知・思考」(6項目)の3下位尺度, 計18項目から構成されている。

本尺度では, 「以下の項目は, あなたのここ2, 3日の気持ちや行動の様子にどれくらい当てはまりますか」という教示に続いて4件法(そのとおりだ, まあそうだ, いくらかそうだ, 全くちがう; 3-0点)で回答を求めた。なお本研究では, 3下位尺度を合計したストレス反応の合計得点を分析に用いた。

### 結 果

本研究では, 帰無仮説の棄却を危険率5%水準で判断した。また分析には SPSS 17.00および Amos 17.00を使用した。

**各変数間の相関関係** 共感性, 対人ストレスコーピングおよびストレス反応の関連を検討するため, まず各下位尺度得点間の相関係数を算出した。男女別の相関係数, 平均値, 標準偏差, および平均値の差の *t* 検定結果をまとめたものを表1に示す。

共感性と対人ストレスコーピングの関連について, ポジティブ関係コーピングは男女とも他者指向的反応, 想像性, 視点取得と有意な弱いまたは中程度の正の相関を示した ( $r=.141\sim.443, p<.05$ )。女性では, 自己指向的反応と有意な弱い負の相関を示した ( $r=-.162, p<.05$ )。ネガティブ関係コーピングは, 男女とも他者指向的反応で有意な弱い負の相関を(男性:  $r=-.137, p<.05$ ; 女性:  $r=-.204, p<.05$ ), 自己指向的反応と有意な弱いまたは中程度の正の相関を示した(男性:  $r=.225, p<.05$ ; 女性:  $r=.345, p<.05$ )。また男性では想像性と弱い正の相関 ( $r=.184, p<.05$ )を, 女性では視点取得と弱い負の相関 ( $r=-.194, p<.05$ )を示した。解決先送りコーピングは, 男性において視点取得との間のみ, 有意な弱い負の相関が示された ( $r=-.154, p<.05$ )。ストレス反応については, 男女とも「被影響性」「想像性」「自己指向的反応」において有意な弱いまたは

表1 各尺度の男女別の平均値(M), 標準偏差(SD)および尺度間相関と平均値の差の検定

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	男性(N=222) M(SD)	女性(N=301) M(SD)	t 値	効果量 (d)
1 被影響性		.133*	.191*	-.067	.244*	-.015	.008	-.078	.394*	10.04(3.95)	11.44(3.88)	-4.04*	0.37
2 他者志向的反応	.173*		.221*	.500*	-.182*	.433*	-.204*	-.059	-.015	12.92(3.24)	14.83(3.15)	-6.76*	0.60
3 想像性	.325*	.134*		.187*	.281*	.171*	.030	-.008	.209*	11.53(4.08)	12.50(3.51)	-2.87*	0.26
4 視点取得	-.135*	.376*	.096		-.177*	.443*	-.194*	.010	-.059	12.21(3.21)	13.06(2.99)	-3.12*	0.28
5 自己指向的反応	.304*	-.108	.447*	-.026		-.162*	.345*	-.040	.354*	9.60(2.83)	9.29(2.63)	1.32 <sup>n.s.</sup>	0.11
6 ポジティブ関係C	-.100	.306*	.141*	.354*	.002		-.196*	.057	.006	5.95(3.12)	5.82(3.00)	0.45 <sup>n.s.</sup>	0.04
7 ネガティブ関係C	.014	-.137*	.184*	-.123	.225*	-.105		.293*	.224*	4.91(3.48)	4.45(3.22)	1.55 <sup>n.s.</sup>	0.14
8 解決先送りC	-.007	-.033	.113	-.154*	.001	.025	.338*		-.153*	8.07(3.19)	7.39(3.83)	2.21*	0.19
9 ストレス反応	.295*	-.004	.288	-.121	.371*	.125	.213*	.062		20.53(13.51)	22.34(12.78)	-1.56 <sup>n.s.</sup>	0.14

\* $p<.05$  相関表の対角線右が女性, 左が男性。Cはコーピングの略

中程度の正の相関が示された ( $r=.209\sim.394, p<.05$ )。

なお、共感性のうち自己指向的反応を除く4下位尺度と、対人ストレスコーピングの解決先送りコーピングにおいては、有意な男女差が示された ( $t=-6.76\sim 2.21$ , いずれも  $p<.05$ )。

**重回帰分析の結果** 次に、共感性が対人ストレスコーピングおよびストレス反応へ及ぼす影響の知見を得るため、共感性の各下位尺度得点を説明変数、対人ストレスコーピングの各下位尺度得点およびストレス反応尺度合計得点をそれぞれ基準変数とした、ステップワイズ法による重回帰分析を行った。結果をまとめたものを表2に示す。女性で解決先送りコーピングを基準変数とした場合を除き、すべての決定係数は有意であった。

男女とも、ポジティブ関係コーピングは他者指向的反応および視点取得から有意な正の影響を受けていた (他者指向的反応：男性で  $\beta=.201$ , 女性で  $\beta=.282$ ; 視点取得：男性で  $\beta=.279$ , 女性で  $\beta=.301$ , いずれも  $p<.05$ )。ネガティブ関係コーピングは、男女とも自己指向的反応から有意な正の影響を受けていた (男性で  $\beta=.225$ , 女性で  $\beta=.318$ , いずれも  $p<.05$ )。また女子のみ、他者指向的反応から有意な負の影響を受けていた ( $\beta=-.146, p<.05$ )。解決先送りコーピングは、男性のみ視点取得から有意な負の影響を受けていた ( $\beta=-.154, p<.05$ )。ストレス反応は、男女とも被影響性および自己指向的

反応から有意な正の影響を受けていた (被影響性：男性で  $\beta=.201$ , 女性で  $\beta=.327$ ; 自己指向的反応：男性で  $\beta=.309$ , 女性で  $\beta=.274$ , いずれも  $p<.05$ )。

なお、共感性と対人ストレスコーピングの交互作用によって心理的ストレス反応が決定されるかどうかを検証するために、共感性の中心化した各下位尺度得点および対人ストレスコーピングの中心化した各下位尺度得点を説明変数、心理的ストレス反応得点を基準変数とする階層的重回帰分析を行った。共感性の下位尺度得点ごとに、Step 1として共感性の中心化した各下位尺度得点のみを、Step 2として中心化した対人ストレスコーピングの各下位尺度得点を、Step 3として共感性の中心化した各下位尺度得点と対人ストレスコーピングの中心化した各下位尺度得点の交互作用項を、説明変数として投入した。

その結果、男性においてのみ、被影響性、想像性の各下位尺度得点について交互作用の決定係数の変化量が有意であった (順に  $R=.439, R^2=.193, \Delta R^2=.030$ ;  $R=.407, R^2=.165, \Delta R^2=.043$ , いずれも  $p<.05$ )。有意な交互作用項は、被影響性でポジティブ関係コーピングとの交互作用項 ( $\beta=-.131$ )、想像性では解決先送りコーピングとの交互作用項 ( $\beta=-.242$ ) であった。

**構造方程式モデリング** 最後に、共感性が対人関係コーピングの実行やストレス反応の表出にいたる

表2 共感性を説明変数、対人ストレスコーピングおよびストレス反応を基準変数とした重回帰分析結果

		基準変数							
		対人ストレスコーピング						ストレス反応	
		ポジティブ		ネガティブ		解決先送り			
$\beta$	$t$	$\beta$	$t$	$\beta$	$t$	$\beta$	$t$		
男性	被影響性	—	—	—	—	—	—	.201	3.12
	他者志向的反応	.201	3.01	—	—	—	—	—	—
	想像性	—	—	—	—	—	—	—	—
	視点取得	.279	4.17	—	—	-.154	-2.32	—	—
	自己指向的反応	—	—	.225	3.43	—	—	.309	4.80
	$R(R^2)$	.400	.160	.225	.051	.154	.024	.417	.174
女性	被影響性	—	—	—	—	—	—	.327	6.23
	他者志向的反応	.282	4.89	-.146	-2.67	—	—	—	—
	想像性	—	—	—	—	—	—	—	—
	視点取得	.301	5.22	—	—	—	—	—	—
	自己指向的反応	—	—	.318	5.82	—	—	.274	5.22
	$R(R^2)$	.506	.256	.373	.139	—	—	.476	.226

注：5%水準で有意なもののみ記述



ロセスを検証するため、構造方程式モデリングを行った。共感性、対人ストレスコーピングの各下位尺度については原尺度（加藤，2002b，および鈴木・木野，2008）において因子負荷量の高いものから、3つずつを観測変数として投入した。なお、観測変数の数を減じることで、測定の妥当性に問題が生じる場合がある（南風原，2002）。そこで南風原（2002）に倣い、観測変数の減じることによって潜在

変数間のパス係数の推定値が大きく影響されないことをあらかじめ確認した。ストレス反応は、下位尺度の合計得点を観測変数とした。

モデルはここまでの分析結果を中心に、先行研究の知見（加藤，2000，2007）を加味して構築し、算出された標準化解の有意性検定の結果を元に、適宜修正を行った。最終的に採用された男性のモデルを図1、女性のモデルを図2に、そして各潜在変数

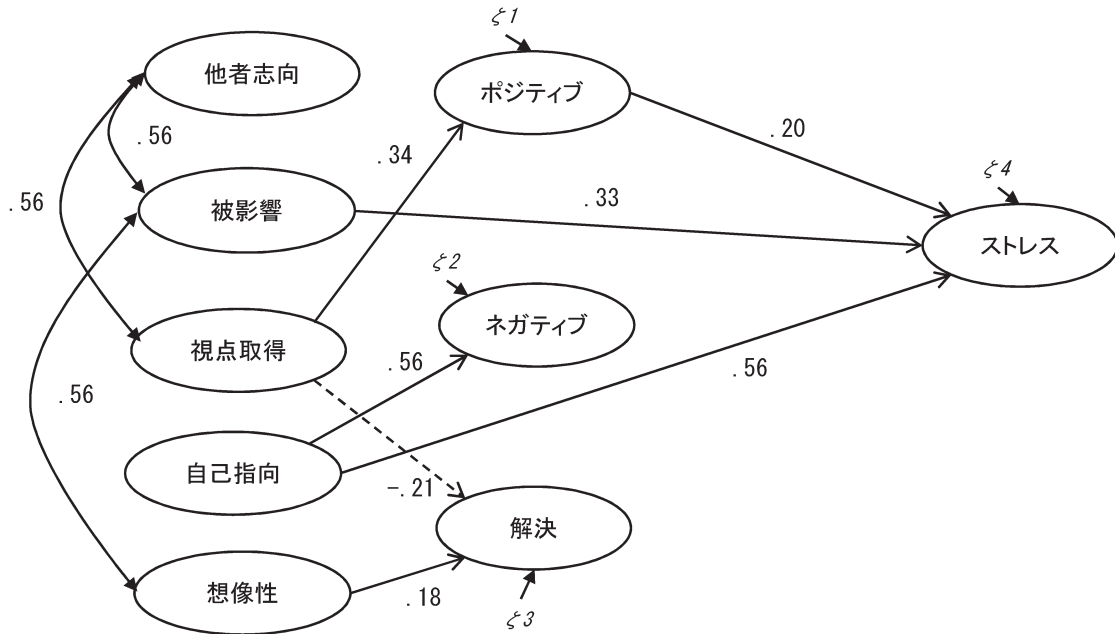


図1 男性における共感性と対人ストレスコーピングおよびストレス反応との関連

有意なパスのみ表示。単方向の矢印の数値は影響指標を、双方向の矢印の数値は相関係数を、破線は負の値であることを示す。ストレス反応の抑うつ・不安感情と不機嫌・怒り感情の誤差変数には共分散を仮定している。

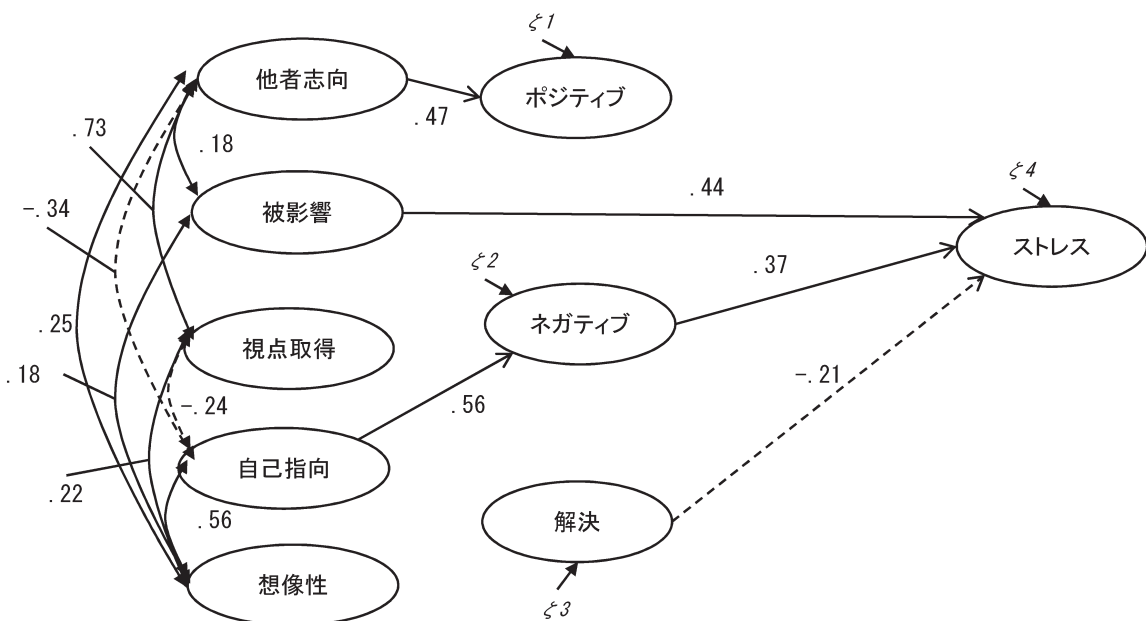


図2 女性における共感性と対人ストレスコーピングおよびストレス反応との関連

有意なパスのみ表示。単方向の矢印の数値は影響指標を、双方向の矢印の数値は相関係数を、破線は負の値であることを示す。ストレス反応の抑うつ・不安感情と不機嫌・怒り感情の誤差変数には共分散を仮定している。

から観測変数への影響指標をまとめたものを、表3に示す。

男性 ( $GFI=.853$ ,  $AGFI=.823$ ,  $CFI=.869$ ,  $RMSEA=.059$ ) では、視点取得がポジティブ関係コーピングに正の、解決先送りコーピングに負の影響を、自己志向性はネガティブ関係コーピングに、想像性が解決先送りコーピングに正の影響を及ぼしていた。またポジティブ関係コーピングがストレス反応の生起に正の影響を及ぼしていた。一方女性 ( $GFI=.886$ ,

$AGFI=.861$ ,  $CFI=.911$ ,  $RMSEA=.050$ ) では、他者志向的反応がポジティブ関係コーピングに正の影響を及ぼしており、またネガティブ関係コーピングがストレス反応の生起に正の、解決先送りコーピングが負の影響を及ぼすといった違いも示された。男女とも、被影響性は直接ストレス反応を生起しており、さらに、自己志向的反応がネガティブ関係コーピングに正の影響を及ぼしていた点は共通であった。

表3 構造方程式モデリングで用いた項目および男女別の影響指標

	男性	女性
共感性		
被影響性		
自分の信念や意見は、友人によって左右されることはない。	.83	.78
他人の成功を見聞きしているうちに、焦りを感じる人が多い	.59	.58
自分の感情はまわりの人の影響を受けやすい	.58	.72
他者志向的反応		
悲しんでいる人を見ると、なぐさめてあげたくなる	.77	.75
人が頑張っているのを見たり聞いたりすると、自分には関係なくても応援したくなる	.68	.75
まわりに困っている人がいると、その人の問題が早く解決するといいなあ、と思う	.58	.71
想像性		
面白い物語や小説を読んだ際には、話の中の出来事がもしも自分に起きたらと想像する	.82	.77
小説の中の出来事が、自分のことのように感じることはない	.51	.52
空想することが好きだ	.48	.51
視点取得		
自分と違う考え方の人と話しているとき、その人がどうしてそのように考えているのかをわかろうとする	.68	.62
人の話を聞くときは、その人が何を言いたいのかを考えながら話を聞く	.62	.50
常に相手の立場に立って、相手を理解するようにしている	.61	.86
自己志向的反応		
他人の失敗する姿をみると、自分はそうなりたくないと思う	.32	.53
苦しい立場に追い込まれた人を見ると、それが自分の身に起こったことでなくてよかった、と心の中で思う	.44	.79
他人の成功を素直に喜べないことがある	.69	.54
対人ストレスコーピング尺度		
ポジティブ関係コーピング		
相手のことをよく知ろうとした	.62	.60
相手の気持ちになって考えた	.93	.80
積極的に話をするようにした	.78	.78
ネガティブ関係コーピング		
友だち付き合いをしないようにした	.71	.73
人を避けた	.80	.75
かかわり合わないようにした	.70	.72
解決先送りコーピング		
あまり考えないようにした	.71	.80
こんなもんだと割り切った	.76	.73
気にしないようにした	.81	.88
ストレス反応		
抑うつ・不安感情合計得点	.81	.80
不機嫌・怒り感情合計得点	.72	.72
無気力的認知・思考合計得点	.91	.84

## 考 察

本研究の目的は、共感性が対人ストレスコーピングおよびストレス反応に対してどのような影響を及ぼすかを明らかにすることであった。そこでまず、共感性の変数ごとに考察していくこととする。

被影響性の影響について 分析の結果、男女とも被影響性はストレス反応の直接の表出に影響することが明らかとなった。周囲からの影響を受けやすいことは、ストレスの影響を通常より高く評価しやすくなることに関連すると推測される。ストレスの影響性認知はストレス反応表出に大きく関与する心理的変数であることから (Lazarus & Folkman, 1984; 島津, 2002), 被影響性がストレス反応の表出に直接影響を及ぼしたことが考えられる。なお階層的重回帰分析の結果から、男性では、ポジティブ関係コーピングの実行の程度によって、ストレス反応表出が抑制される可能性も示された。

自己指向的反応の影響について 自己指向的反応は、男女ともネガティブ関係コーピングの実行につながることを示された。先行研究において自己指向的反応は、日本版 Buss-Perry 攻撃性質問紙 (安藤・曾我・山崎・島井・嶋田・宇津木・大芦・坂井, 1999) で測定された短気、敵意と中程度で正の相関が示されている (順に  $r=.35$ ,  $r=.36$ ; 鈴木・木野, 2008)。またネガティブ関係コーピングは、友人との付き合い方における防衛的態度と中程度で正の相関関係 ( $r=.40$ ) が得られている (加藤, 2007)。これらの知見を踏まえると、自分に不快な体験を誘発させる原因とされた相手への、報復的・防衛的な対応として、心理的な距離をとったり、関係を放棄するといったネガティブ関係コーピングの実行が誘発されやすいことが考えられる。

ところで、男性の自己指向的反応はストレス反応表出にも直接的な影響を及ぼしていたが、女性ではストレス反応への直接の影響は示されなかった。自己指向的な反応は、他者の感情を自己に置き換えたときに生じる反応ではあるが、同じ感情的反応でない“応答的反応”であり (Davis, 1994; 鈴木・木野, 2008), そのためしばしば「個人的苦痛」として扱われる場合もある (Davis, 1994; 登張, 2003)。また項目内容から、自己指向的反応においては競争心や焦りが誘発されやすいことも考えられる。したがって男性では、他者の様子を観察したときに、そ

れが自分自身への苦痛として知覚されたり、競争心や焦りから心理的な負担となることが予想され、それがストレス反応として表出されることにつながるのかもしれない。

なお女性では、自己指向的反応はネガティブ関係コーピングを経由してストレス反応表出に至っていたのに対し、男性ではネガティブ関係コーピングとストレス反応表出の間に関連は見いだされなかった。ネガティブ関係コーピングは、相手を不快にさせることで関係が悪化したり、得られるソーシャル・サポートが減少することで孤独感が高まることが示されている (加藤, 2002a)。本研究の対象者である大学生では、ソーシャル・サポートの知覚量は女性の方が多いため (福岡・橋本, 1997), ソーシャル・サポートの影響が大きい女性では、ネガティブ関係コーピングの実行によるサポート量の減少が、直接的にストレス反応を増加させることが考えられる。あるいは、男性は関係の悪化や孤独感の高まりを不快と認知しにくく、その結果ストレス反応の増加に結び付かないのかもしれない。

他者指向的反応および視点取得の影響について 本研究では、男性において視点取得が、女性において他者指向的反応が、それぞれポジティブ関係コーピングの実行に影響することが明らかとなった。ポジティブ関係コーピングは、ストレスフルな対人関係において、関係を維持・改善することを目的としたコーピングである (加藤, 2000)。したがって、自己本位でなく、他者との関係性あるいは他者への配慮を示すことに主眼が置かれたコーピングとの解釈が可能である。視点取得、他者指向的反応とも、共感性を多次元で捉えた場合の「他者指向性」次元に含まれる (鈴木・木野, 2008)。したがって、このような他者を指向する傾向が、他者への配慮であるポジティブ関係コーピングの実行に影響を及ぼしたと考えられる。

ところで男性においては、視点取得が解決先送りコーピングを抑制すること、ポジティブ関係コーピングがストレス反応を誘発することも明らかとなった。視点取得は向社会的行動との関連が指摘されていることから (植村ら, 2008), ストレスフルな対人関係に直接働きかけない解決先送りコーピングが実行されにくくなるのかもしれない。またポジティブ関係コーピングは、相手との関係性の改善・維持のために自分の感情や欲求を抑えるといった側面が

あり、そのためにストレス反応が生じる場合があることが先行研究で実証されている（加藤，2006，2008）。本研究もこの知見を支持するものと思われるが、男女差が示された理由は明らかではなく、向社会的行動と対人ストレスコーピングの関連や、対人ストレス場面における感情抑制の性差など、今後の検討課題である。

**想像性の影響について** 想像性は男性において、解決先送りコーピングに影響することが示された。想像性は自己指向性に含まれる概念であり、自己没入や自己意識などとの関連が見られている（鈴木・木野，2008）。したがって、自分を中心に据えた結果として解決先送りコーピングが実行される可能性と、解決先送りコーピングの結果の想像に想像性が関連していることが考えられ、今後検証していく必要があるだろう。

なお、男性における想像性および解決先送りコーピングの交互作用によるストレス反応への影響は、構造方程式モデリングでは示されなかった。この点も今後の課題である。

ところで解決先送りコーピングに関して、女性では共感性からの影響は受けておらず、その一方でストレス反応の軽減効果が明らかとなった。これまでに、解決先送りコーピングを使用するほど心理的ストレス反応が低下することが、調査研究（加藤，2001a，2002b）や実践研究（加藤，2005）によって明らかとなっているが、これらの知見は本研究では女性において支持されたことになる。解決先送りコーピングは自分が傷ついたり他者を傷つけたりする可能性といった精神的負担から回避できるためにストレス反応が低下したり（加藤，2005）、他者に好意的な印象を抱かせ、他者との良好な関係を築くのに寄与することでストレス反応が低下するが（加藤，2002a）、本研究でも、女性に関してはこのようなメカニズムが働いていることがうかがわれる。ただし分析結果から、解決先送りコーピングは共感性とは異なる心理的プロセスによって実行されると推測される。また男性では解決先送りコーピングによってストレス反応が軽減するという結果は得られなかった。つまり解決先送りコーピングの機能や捉えられ方が男女によって異なる可能性が考えられるものの、男女差についてはこれまでに検討されておらず、今後さらなる知見を蓄積する必要がある。

**本研究の実践応用への示唆について** 以上を踏まえ、

本研究結果の実践への示唆に関して述べる。まず、他者の様子を自分に置き換えて考える、といった自己指向的反応を高める働きかけは、ネガティブな感情を生じさせた他者への報復的な対処としてのネガティブ関係コーピングを誘発することが予想される。また、感受性を高めるといった働きかけも、被影響性を高め、ストレス反応を誘発する可能性が考えられる。そのため、共感性を高める心理教育を行う際には、気持ちの発散に焦点を当てた情動焦点型コーピングを身につけるなど、ネガティブ関係コーピングやストレス反応を抑制するための働きかけも同時に行うのがよいと考えられる。

次に解決先送りコーピングについては、共感性からは影響を受けないか、男性の場合は視点取得が高まることにより、その実行が抑制されることが予想される。したがって、解決先送りコーピングを身につけ、その実行を促すには、共感性を高めるものとは別のアプローチを用いる必要があるだろう。またその際、男性は解決先送りコーピングでストレス反応が低減しない可能性がある点にも留意する必要がある。

また、他者指向的反応や視点取得はポジティブ関係コーピングの実行につながる一方、ストレス反応を増加させることも予想される。しかし一方で、関係性が改善されることによってストレス反応を軽減させること、すなわち間接的なストレス緩和効果があることも示されている（加藤，2007）。したがって、他者指向的反応や視点取得を高める働きかけでは、ポジティブ関係コーピングの直接的効果と間接的効果の両方の理解を促す概念教育も併せて行うなどして、ストレス反応の増加を避けるためにポジティブ関係コーピングの実行が抑制されないよう配慮することが重要であると考えられる。

**今後の課題** まずこれまでも述べたように、本研究では、変数間の関連のいくつかで男女差が示されたものの、その理由は本研究では明らかでなく、今後の検討が必要であると考えられる。

次に、男性の構造方程式モデリングについては、Schermelleh-Engel, Moosbrugger & Müller (2003) が提案する適合度 (*GFI* と *AGFI* の差が小さい、*AGFI* が.85以上、*RMSEA* が.10以下) と比べ、*AGFI* の値がやや不良であった。よって今後、尺度項目やモデル作成のための知見をさらに洗練させる必要があるだろう。



また本研究の対象者は大学生であった。しかし、発達段階によって共感性（登稻，2003）や対人ストレスコーピング（福田・鈴木，2007）に差異が示されており，したがって他の発達段階においては，変数間の関連が異なる可能性も考えられる。特に現在では，学校教育の中で予防的な心理教育的アプローチの重要性が指摘されていることから（例えば嶋田，1999；山中・富永，2001），とりわけ小中学生における検討を早急に行う必要がある。これらの知見を蓄積し，より適切な対人ストレスコーピングの実行が促され，ストレス反応の低減をはじめとするよりよい精神的健康の達成を目指すことが望まれる。

## 引用文献

- 安藤明人・曾我祥子・山崎勝之・島井哲志・嶋田洋徳・宇津木成介・大芦 治・坂井明子（1999）. 日本版 Buss-Perry 攻撃性質問紙（BAQ）の作成と妥当性,信頼性の検討 心理学研究, **70**, 384-392.
- Baron-Cohen, S., & Wheelwright, S. (2004). The Empathy Quotient : An Investigation of adults with Asperger Syndrome or High Functioning Autism, and normal sex difference. *Journal of Autism and Developmental disorders*, **34**, 163-175.
- Davis, M.H. (1994). *Empathy: A social psychological approach*. Madison, WI: Brown & Benchmark. (デイヴィス, M.H. 菊池章夫 (訳) (1999). 共感の社会心理学 川島書店)
- Eisenberg, N., & Miller, P.A. (1987). The relation of empathy to prosocial and related behaviors. *Psychological Bulletin*, **101**, 91-119.
- 福田美紀・鈴木直人 (2007). 児童生徒における対人ストレス過程の検証 日本心理学会第71回大会発表論文集, 1182.
- 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 心理学研究, **68**, 403-409.
- 南風原朝和 (2002). モデル適合度の目標適合度—観測変数の数を減らすことの是非を中心に 行動計量学, **29**, 160-166.
- Hoffman, M.L. (1982). Development of prosocial motivation : Empathy and guilt. In N. Eisenberg. (Ed.), *The development of prosocial behavior*. Pp281-313. New York : Academic Press
- 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 (2001a). 対人ストレス過程の検証 教育心理学研究, **49**, 295-304.
- 加藤 司 (2001b). 対人ストレスコーピングと Big Five との関連性について 性格心理学研究, **9**, 140-141.
- 加藤 司 (2002a). 対人ストレス過程における社会的相互作用の役割 実験社会心理学研究, **41**, 147-154.
- 加藤 司 (2002b). 短縮版対人ストレスコーピング尺度の信頼性と妥当性の検討 神戸女学院大学学生相談室紀要, **7**, 17-22.
- 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, **52**, 56-72.
- 加藤 司 (2005). ストレス反応の低減に及ぼす対人ストレスコーピングの訓練の効果に関する研究—看護学生を対象に 心理学研究, **75**, 495-502.
- 加藤 司 (2006). ポジティブ関係コーピングと精神的健康—ポジティブ関係コーピング尺度の作成 東洋大学社会学部紀要, **44**, 85-101.
- 加藤 司 (2007). 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 (2008). 対人ストレスコーピングハンドブック人間関係のストレスにどう立ち向かうか ナカニシヤ出版
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York : Springer Publishing Company. (本明 寛・春木 豊・織田正美 (監訳) (1991). ストレスの心理学—認知的評価と対処の研究 実務教育出版)
- Marbery, D. J., & Graham, D. (2001). Hassles and uplifts : Including interpersonal events. *Stress and Health*, **17**, 91-104.
- 岡安孝弘・嶋田洋徳・丹羽洋子・森 俊夫・矢富直美 (1992). 中学生の学校ストレスの評価とストレス反応との関係 心理学研究, **63**, 310-318.
- 尾関友佳子 (1993). 大学生用ストレス自己評価尺度の改訂—トランスアクションな分析に向けて 久留米大学大学院比較文化研究科年報, **1**, 99-114.

- Schermelleh-Engel, K., Moosbrugger, H., & Müller, H. (2003): Evaluating the fit of structural equation model: Tests of significance and descriptive goodness-of-fit measures. *Methods of Psychological Research Online*, **8**, 23-74.
- 嶋田洋徳 (1998). 小中学生の心理的ストレスと学級不適応に関する研究 風間書房
- 島津明人 (2002). 第3章 心理学的ストレスモデルの概要とその構成要因 小杉正太郎 (編著) ストレス心理学—個人差のプロセスとコーピング 川島書店 Pp. 31-58.
- 園田雅代 (2002). クライエント中心療法から見るアサーション教育の効果—参加者の<語り>を手掛かりに 創価大学教育学部論集, **53**, 17-38.
- Sonoda, M. (2002). The Effect of the Assertion Education from the Viewpoint of the Client-Centered Counseling: Based on the Participants' Stories during the Workshop. *Bulletin of the Educational Research Society of Soka University*, **53**, 17-38.
- 鈴木伸一・嶋田洋徳・三浦正江・片柳弘司)・右馬埜力也・坂野雄二 (1997). 新しい心理的ストレス反応尺度 (SRS-18) の開発と信頼性・妥当性の検討 行動医学研究, **4**, 22-29.
- 鈴木有美・木野和代 (2008). 多次元共感性尺度 (MES) の作成—自己指向・他者指向の弁別に焦点を当てて 教育心理学研究, **56**, 487-497.
- 登張真穂 (2003). 青年期の共感性の発達—多次元的視点による検討 発達心理学研究, **14**, 136-148.
- 谷口弘一 (2007). 対人ストレスコーピングの再考 同志社心理, **54**, 78-85.
- 植村みゆき・萩原俊彦・及川千都子・大内晶子・葉山大地・鈴木高志・倉住友恵・櫻井茂男 (2008). 共感性と向社会的行動との関連の検討—共感性プロセス尺度を用いて 筑波大学心理学研究, **36**, 49-56.
- 山中 寛・富永良喜 (編著) (2000). 動作とイメージによるストレスマネジメント教育 基礎編—子どもの生きる力と教師の自信回復のために 北大路書房

(2011年5月12日受付)

(2011年7月20日受理)