



Tokyo Gakugei University Repository

東京学芸大学リポジトリ

<http://ir.u-gakugei.ac.jp/>

Title	ソーシャルスキルが2者間会話場面のストレス反応に与える効果に関する実験的検討：2者間のソーシャルスキルにおける相対的差異の影響
Author(s)	田中, 健吾; 相川, 充; 小杉, 正太郎
Citation	社会心理学研究, 17(3): 141-149
Issue Date	2002-03-29
URL	<a href="http://hdl.handle.net/2309/95326">http://hdl.handle.net/2309/95326</a>
Publisher	日本社会心理学会
Rights	著作権は日本社会心理学会に属する。

## ソーシャルスキルが2者間会話場面のストレス反応に 与える効果に関する実験的検討： 2者間のソーシャルスキルにおける相対的差異の影響<sup>1)</sup>

田中 健 吾 (早稲田大学大学院文学研究科)

相川 充 (東京学芸大学教育学部)

小杉 正 太 郎 (早稲田大学文学部)

The experimental study of the effect of social skills on stress reactions in interpersonal situations:  
The effect of relative differences in the social skills of two persons interacting with one another

Kengo TANAKA (*Waseda University; Graduate School of Literature*)

Atsushi AIKAWA (*Tokyo Gakugei University, Faculty of Education*)

Shotaro KOSUGI (*Waseda University, Faculty of Literature*)

This experimental study examined the effects of relative differences in the social skills of two persons interacting with one another with respect to each person's interpersonal stress reactions. Pairs of subjects made 10-min conversations in a laboratory. Each subject's social skills, psychological stress reactions, and eyeblinks were measured. Fifty-seven undergraduates (22 male and 35 female) participated. Subjects with lower levels of social skills than their partners exhibited more psychological stress reactions (anger, depression, and anxiety) and blinked more frequently. These findings suggest that we should consider the relative differences in social skills of two persons when evaluating the degree of interpersonal stress reactions.

Key words: social skills, interpersonal situation, psychological stress reaction, blinking rate  
キーワード: ソーシャルスキル、対人場面、心理的ストレス反応、瞬目率

### 問題と目的

相川(2000)は、ソーシャルスキルに関する諸研究を概観し、ソーシャルスキルを以下のように定義している。「ソーシャルスキル (social skills) とは、対人場面において、個人が相手の反応を解釈し、それに応じて対人目標と対人反応を決定し、感情を統制した上で対人反応を実行するまでの循環的な過程である」。このように定義されるソーシャルスキルは、対人関係に起因する心理・社会的ストレスとの関連で1970年代から注目されてきた。例えば、Mechanic (1976) は、ソーシャルスキルの程度と種々の具体的問題解決能力との2側面から適応行動を規定した上で、適応行動の不足は個体のストレスレベルを上昇させ疾患発症の危険度を高める、と述べている。Asher & Hymel (1981) は、ソーシャルスキルに問題のある子どもは、学校不適応や精神病理学的な問題を起こす割合が高いと述べている。また、Fisher-Beckfield & McFall (1982) は、ソーシャルスキル得点の低い男子大学生が、高い抑うつ反応を示していたと報

告している。

彼らの指摘を端緒として、ソーシャルスキルと心理的ストレスモデル、あるいはストレス性疾患との関連が注目され、幾つかの後続する研究が報告されているが、その殆どは彼らの指摘を支持している。例えば、Lazarus & Folkman (1984) は、心理ストレスモデルにおけるソーシャルスキルについて、「人間として適応的な行動を営んでいく上で不可欠であり、対処行動の原動力として重要である」と述べ、ストレスに関係する個人資源としてのソーシャルスキルの重要性を示唆している。Segrin & Abramson (1994) は、ソーシャルスキル—ストレス仮説を提案し、ソーシャルスキルの不足は、対人領域のストレスをより多く受ける結果を招き、うつ病発症を促進すると述べている。嶋田・戸ヶ崎・岡安・坂野(1996)は、ソーシャルスキルは心理的ストレスモデルにおける認知的評価(cognitive appraisal)と対処方略(coping strategies)とに影響する個人資源であって、ストレス反応の個人差を生み出す要因の一つであり、高いソーシャルスキルはストレス反応の軽減効果を持つことを明らかにしている。同様の報告は、丹羽・山際(1991)、橋本(2000)などによってもなされている。上記に代表される諸研究では、対人相互作用場面を構

1) 本研究は、第一著者が東京学芸大学教育学研究科に提出した1999年度修士論文の一部を再分析し、加筆、修正したものである。

成する相互作用の与え手と受け手の内、与え手のソーシャルスキルの程度のみを要因とし、ソーシャルスキルと心理的ストレスモデルの関連が検討されている。しかし、心理的ストレスモデルを検討するのであれば、対人相互作用場面を構成する相互作用対象者のソーシャルスキルの程度も考慮し、要因とすべきであろう。何故ならば、心理ストレス研究では、他者からのソーシャルサポートによるストレス低減効果が広く認められ(小杉, 1999)、低減効果を決定する重要な要因としてソーシャルサポートの与え手と受け手のソーシャルスキルの程度が注目されているからである。例えば、Richy, Lovell, & Reid (1991) は、ソーシャルサポートを得やすいソーシャルスキルを受け手に獲得させることによって、治療的效果を上げる臨床的援助方略を明らかにしているし、また、Herzberg, Hammen, Burge, Daley, Davila, & Lindberg (1998) は、情動的サポートを他者に提供するソーシャルスキルの不足が、対人ストレス生成のリスク要因となることを明らかにし、与え手のソーシャルスキルに注目した考察を行っている。しかしながら、ソーシャルスキルと心理的ストレスに関して、対人場面での相互作用対象者の要因に着眼した研究は今のところない。

すなわち、質問紙調査法を用いた研究(今津, 1998; 戸ヶ崎・岡安・坂野, 1997)では、被調査者が想起する相互作用対象者は日常生活で接する不特定多数の人物であるから、相互作用対象者の有するソーシャルスキル得点によって変化するであろう被調査者と相互作用対象者との関係を統制することができない。また、実験的研究方法では、無作為に抽出された被験者2名によって対人場面を設定する方法(Segrin, 1999)、予め用意した特定の面接者と被験者によって対人場面を設定する方法(神村, 1996)、あるいは、訓練を受けた特定の協力者と被験者による対人場面を設定する方法(相川・佐藤・佐藤・高山, 1993)などが用いられ、Segrinの方法では、被験者を無作為抽出し、ペアにすることによって、また、神村および相川らの方法では、面接者のソーシャルスキルの程度を一定に保つことによって、それぞれ対人場面の統制を試みている。しかし、これらの研究では、相互作用対象者のソーシャルスキルを測定しているわけではない。

ところで、中村(1999)は、対人相互作用を、被験者と相互作用対象者双方の互いの行動が相手の行動を引き起こす刺激となり、同時に互いの行動が相手の行動に対する反応となりながら展開されていく社会的交換プロセスとして捉えている。中村に依拠して、ソーシャルサポートの与え手・受け手の観点から対人相互作用を捉えた場合、以下の3点が予測できる。すなわち、1) 与え手のソーシャルスキルの程度は、受け手が実行するソーシャルスキルの程度に影響を与えること、2) 受け手の

有するソーシャルスキルの程度によって相互作用の受け手と与え手の間の社会的交換プロセスに変化が生じること、3) 社会的交換プロセスの変化は、受け手と与え手の間に生起する満足感、喜びなどの肯定的感情を低下させ、結果として対人ストレスの生成に影響を与えることである。

上記の予測を踏まえ、本研究は、相互作用対象者と被験者とのソーシャルスキルの程度の差異が両者間に生起する対人ストレスの強度を決定するとの前提に立って計画された実験的研究である。実験の目的は、初対面の2名の被験者によって構成される会話場面において、両被験者のソーシャルスキル得点の相対的差異が両被験者の表出するストレス反応に与える効果の検討に置かれている。なお、実験ではまず、「ソーシャルスキル高得点者の心理的ストレス反応は、低得点者と比べて低い」とする仮説①の検討によって、ソーシャルスキルのストレス反応低減効果を明らかにし、続いて、「相互作用対象者のソーシャルスキル得点が被験者の得点より大きいほど、被験者の心理的ストレス反応は高い」とする仮説②の検討によって、相互作用対象者と被験者とのソーシャルスキルの相対的差異とストレス反応の関係が検討されている。

なお、本実験では対人ストレス反応の指標として、質問紙法による心理的ストレス反応と瞬目率による生理的ストレス反応とを用いた。本研究に関連する領域では従来から、質問紙法による心理的ストレス反応を指標として使用することが多く、瞬目は、これまで殆ど使用されていなかった。しかし、最近になり2者間の対人距離の研究(大森・宮田, 1998)、電話による会話場面の研究(Hirokawa, Yagi, & Miyata, 2000)などで用いられ、指標としての敏感な応答性、客観性、妥当性、測定容易さなどが保証されたため、ストレス反応の重要な指標と考えて使用することにした。

## 方 法

### 被験者

国立大学に在学する大学生60名が実験に参加した。このうち、実験で用いた質問紙に欠損値のあった1名を除く59名(男性24名, 女性35名, 平均年齢=21.10,  $SD=1.43$ )を分析対象者とした。

### ソーシャルスキルの測定

8 mm ビデオカメラ(SONY製, CC-V89)により実験中の被験者の全身画像を撮影録画し、実験終了後に訓練された心理学専攻の大学生4名(男性2名, 女性2名)によって、被験者のソーシャルスキルを評定した。評定に用いた尺度は、相川ら(1993)の尺度に若干の修正を加えたものであった(Table 1)。なお、評定の対象となった時間は、実験開始直後3分間とした。会話場

Table 1 ソーシャルスキル評定尺度

評定領域と項目
a. 「非言語的行動」: 7項目
①声の大きさ (声の大きさは適当である)
②ことばの明瞭さ (発音や言葉の変化が明瞭である)
③ことばの速さ (適当な速さで話している)
④姿勢 (適度にリラックスした姿勢である)
⑤表情 (表情豊かである)
⑥身振り (適当な身振りである)
⑦視線 (適度に相手を見て話している)
b. 「自己表現に関わるスキル」: 3項目
①素直な自己表現 (自分の気持ちを素直に表している)
②経験の開示 (自分の経験を述べている)
③意見表明 (自分の言い分や考えを表している)
c. 「会話維持に関わるスキル」: 5項目
①会話への積極的参加 (積極的に会話に参加している)
②質問スキル (相手に質問をしている)
③フィードバックスキル (相手の話に対してコメントしている)
④同意表現 (相手の話に対して同意表現がみられる)
⑤否定的態度 (相手に対して否定的である; 逆転項目)

注) 評定は全て4件法(「非常にそうである」~「全くそうでない」)で行い、ソーシャルスキルが高い順に4~1点が与えられた。

面等の対人場面の実験研究で用いられる時間には、相川ら(1993)は、15分間の対人場面を設定した実験場面で5分毎の3期に分けてソーシャルスキルを測定したが、各期に有意差が認められないことを確認している。初対面の人物との相互作用に関する実験研究は、5分間(Hirokawa, Yamada, & Miyata, 2000)、15分間(相川ら, 1993)など様々な時間設定で行われている。現実場面以外では、1分間という短時間の人物画像を呈示し、対人認知について検討したもの(大森・山田・宮田, 1997)や、電話による3分間の会話場面で言語能力およびソーシャルスキルと瞬目率・心拍を検討したもの(Hirokawa, Yagi, & Miyata, 2000)もある。初対面の会話場面を設定した本研究の目的に沿えば、ソーシャルスキルの実行がより明確に現れる時間は、自己紹介等が行われる実験時間の前半であろうという予測のもと、3分間を評定対象とした。

評定の信頼性を確認する目的で評定者4名が14名の被験者について、上記項目の評定を行った。評定者間の合計評定得点の相関係数は.71~.92 ( $p < .01$ ,  $N = 14$ )で

あり、高い信頼性が保証された。そこで4名の中で最も評定得点の相関係数が高かった男女各1名 ( $r = .92$ ,  $p < .01$ ,  $N = 14$ )を選び評定者とし、各々評定者が23名ずつ評定した。この2名の評定得点を尺度得点として使用した。

#### ストレス反応の主観的指標(心理ストレス反応)の測定

Stress Response Scale-18(鈴木・嶋田・三浦・片柳・右馬埜・坂野, 1998)を使用した。SRS-18は、「抑うつ・不安」、「不機嫌・怒り」、「無気力」の3つの下位尺度(各6項目)からなる18項目で構成されている。回答は4件法で行われ、心理的ストレス反応が高い順に3点~0点が与えられるものである。なお、記入に際しての教示は「実験中に感じた行動や感情について評定して下さい」と変更し、実験場面に起因したストレス反応の収集につとめた。

#### ストレス反応の客観的指標(瞬目)の測定

瞬目は対人場面や緊張・不安等のストレス反応を敏感に反映する(八重澤・吉田, 1981)ため、指標として取り上げた。瞬目は手掌等に電極をつけるなどして被験者に不自然な状態を強制することが防げるという利点がある。測定時間は、実験前の開眼安静時3分間(ベースライン)、実験時間の0~3分(T1)、7~10分(T2)の3時点とした<sup>2)</sup>。測定方法は以下の通りである。

実験室の天井の対角にビデオカメラ(SONY製, DXC-325)を設置し、別室に設置したVTR(三菱電機製, HVBS-23)によって瞬目画像を録画した。この画像は、被験者の斜め上方から、顔面上部をフレーム内に撮影したもので、別室のコントロールボックスにより、被験者の体の動きによって両眼がフレームから外れないように追尾して録画された。録画画像をもとに行動コーディングシステム(電機計測販売製, IFS-18)を使用し、瞬目数を計測した。

#### 手続き

異性間に発生するストレス反応を考慮し(神村, 1996)同性同士をペアとした。総ての被験者は事前に「会話行動の実験」と告げられて実験場面に参加した。また、各ペアには実験直前に、初対面同士であることの確認をとった。

まず瞬目のベースライン値を測定するために、被験者2名を1名ずつ実験室に入室させた。被験者には「機材の準備とカメラテストを行うため、3分間、目を開けた

- 2) 瞬目の測定は、実験時間内の全時間帯であるが、実験時間内で瞬目率が変化するならば、実験時間の前半と後半を比較すれば、その変化が最も大きいであろうという予測のもと、10分の実験時間を3+4+3分の3つに分け、そのうちの前半3分と後半3分を比較している。実験時間内での瞬目率変化を検討するための探索的な設定であったため、中間の4分を除いた積極的理由はない。

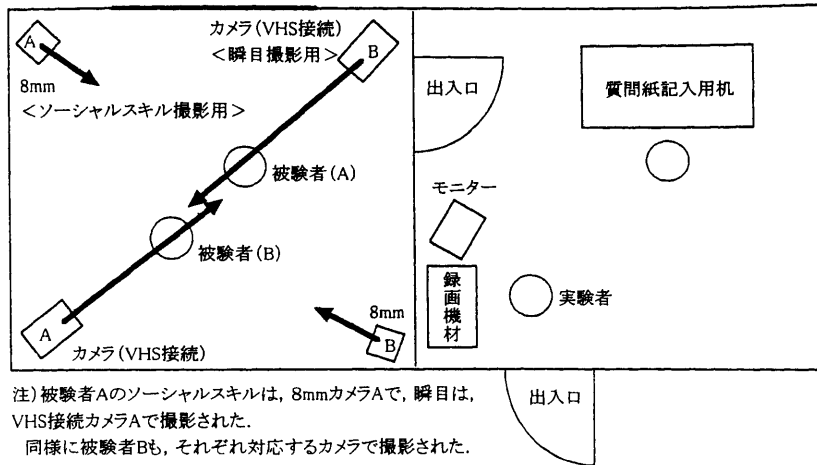


Figure 1 実験室の様子

まま正面をぼんやり眺めて静止するように、またまばたきをしなくても構わない」との教示を与え、開眼安静時瞬目の撮影を行った。ベースライン値の測定はこのVTR画像によって行った。ベースライン画像の撮影後、2名を実験室に入室させ、「会話行動の実験を行うので、“大学の講義”、“今日体験した出来事”、“アルバイト”を話題として会話すること。話題が逸れても構わない」と教示した。実験者の退室と同時に別室で瞬目撮影用のVTR装置を起動し、実験を開始した。10分間の会話行動終了後、VTR装置を停止させてから実験者が入室し、心理的ストレス反応尺度への記入を求めた。被験者が質問紙への記入を終えた後、実験の本来の目的を伝え、実験を終了した。所要時間は25分間程度であった。

被験者用椅子は、2者間の相互作用場面では対人距離が瞬目(大森・宮田, 1998)と非言語行動に影響を与える(和田, 1988)ため、約60cm間隔で固定した。また、2者間には机など一切の物品を置かず、被験者双方の注意の分散を防ぐと共に、適度の緊張が保たれるよう配慮した。実験室の様子をFigure 1に示す。

## 結 果

### ソーシャルスキル評定尺度の得点

評定したソーシャルスキルの平均得点および標準偏差をTable 2に示す。健常大学生を被験者としているため、平均得点は高値に分布した。性差は本研究の主題ではなく、かつ考慮しなくても研究目的を扱う上で支障はないと考えられたため、扱わない。

### 心理的ストレス反応の得点

鈴木ら(1998)に従い測定した心理的ストレス反応の平均得点および標準偏差をTable 2に示す。なお本研究では、会話場面において話題による脅威度を統制する

Table 2 各測度の平均値と標準偏差

	N	M	SD
ソーシャルスキル	59	52.41	5.36
(無気力)	59	5.42	4.57
心理ストレス反応 (不機嫌・怒り)	59	2.37	2.88
(抑うつ・不安)	59	2.12	2.56

目的で、「大学の講義」等の日常的な話題を設定していた。このため、会話場面で強度の反応を示した被験者は無く、本尺度において分布が反応強度の弱い方向に大きく偏ったため、以降の本尺度を用いた分析ではノンパラメトリック法を用いた。

### 瞬目率の算出と分析に用いる指標の検討

心的負荷、心的興奮、ストレスなどは、瞬目率を増加させるという知見、減少させるという知見の両方がある(田多, 1991)。そこで、瞬目率の増減で被験者を2群に分け、ベースライン、T1、T2の3時点における平均瞬目率を算出した。結果をTable 3に示す。また、瞬目には性差があるといわれているため(田多, 1981)、3時点における平均瞬目率について、瞬目率の増加群・減少群別に、時間経過×性別の分散分析を行ったところ、瞬目率増加群では時間経過( $F(2, 72) = 31.55, p < .001$ )の主効果のみが有意であり、TukeyのHSD検定による多重比較によって検討したところ、T1の瞬目率は、ベースラインよりも増加し( $p < .001$ )、T2の瞬目率は、ベースラインよりも有意( $p < .001$ )に増加することが、それぞれ認められた。なお、T1とT2の瞬目率に有意差はなかった。瞬目率減少群では、時間経過( $F(2, 34) = 22.67, p < .001$ )、および性別( $F(1, 17) = 5.43, p < .05$ )の主効果が有意であり、女性( $M = 42.01$ )は男性( $M =$

Table 3 瞬目率の増加群・減少群別の時間経過と性別による瞬目率変化

時間経過		ベースライン			T1			T2		
		N	M	SD	N	M	SD	N	M	SD
瞬目率増加群	男性	13	23.38	(12.07)	13	35.15	(16.26)	13	41.05	(26.79)
	女性	25	27.52	(11.57)	25	42.76	(13.94)	25	43.09	(13.38)
	計	38	26.11	(11.74)	38	40.16	(15.01)	38	42.39	(18.71)
瞬目率減少群	男性	9	34.44	(20.46)	9	23.67	(11.85)	9	23.22	(11.10)
	女性	10	51.80	(16.07)	10	36.87	(12.17)	10	37.37	(16.09)
	計	19	43.58	(19.86)	19	30.61	(13.50)	19	30.67	(15.39)

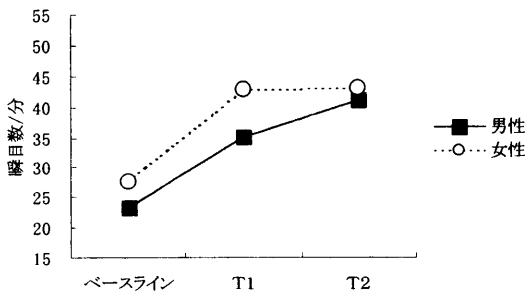


Figure 2-1 瞬目率増加群の男女別瞬目率

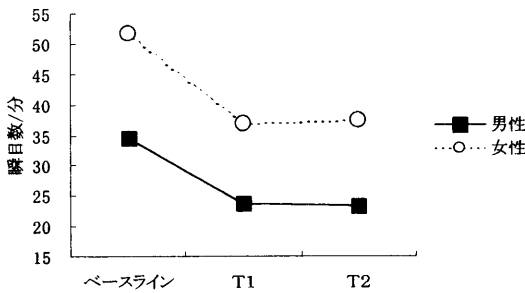


Figure 2-2 瞬目率減少群の男女別瞬目率

27.11) に比べて瞬目率の高いことが明らかになった。また、時間経過に伴う瞬目率の変化について、Tukey の HSD 検定による多重比較によって検討したところ、T1 の瞬目率は、ベースラインよりも減少し ( $p < .001$ )、T2 の瞬目率は、ベースラインよりも有意 ( $p < .001$ ) に減少することが、それぞれ認められた。なお、T1 と T2 の瞬目率に有意差はなかった。以上の結果をグラフに表すと Figure 2-1、および Figure 2-2 の通りになる。したがって瞬目は安静時に比べ実験中に増加あるいは減少するが、実験中には変化しないことが明らかになった。瞬目率は、心理的負荷の増加に伴う覚醒水準の増大によって高まるが、負荷に視覚情報処理を必要とする場合には、低下を示すことがあり、一定の方向性を失うことがあるとされている (田多, 1991)。しかし、方向性は

別にして、心理的負荷、すなわちストレスラーが、瞬目率の増加や減少に影響を与えていることも、明らかである (田多, 1991)。ストレス反応を「ストレスラーによって引き起こされる反応」とするならば、瞬目率の増加・減少ともに、ストレス反応の指標として用いることができると考えられる。また、本研究でのストレスラーにあたる会話場面は、視覚、聴覚等の様々な負荷が複合されたもので、これらを明確に分離することは不可能であることから、本研究では瞬目率の増加・減少の方向性は問題とせず、瞬目率の変化量を指標として用いることとした。本研究では、T1 と T2 の平均瞬目率を算出し、これらとベースラインとの差の絶対値 (瞬目率変化量) をもってストレス反応の指標とした。瞬目減少群において性差が認められているが、本研究では瞬目率の増加・減少を区別せず「変化量」として扱うため、以降の分析では性差には言及しない。

心理的ストレス反応と、瞬目率変化量との関係を明らかにするために、Spearman の順位相関係数を求めたところ、SRS-18 全体では  $r = .24$  ( $p < .10$ ) と弱い相関傾向が認められ、下位尺度では、「無気力」にのみ有意な相関 ( $r = .28, p < .05$ ) が認められた。

**被験者のソーシャルスキルがストレス反応に及ぼす効果**

被験者のソーシャルスキルの程度のみが被験者のストレス反応に与える効果を検討するために、被験者のソーシャルスキルの平均値を基準に、 $\pm 1$  点を示す 5 名を除き、平均値以上を示す高群と、平均値以下を示す低群とした。この 2 群について、クラスカル・ウォリス検定を行った結果、「抑うつ・不安」にのみ被験者のソーシャルスキルの高群・低群の間に有意差が認められ ( $H(1, 54) = 4.33, p < .05$ )、低群 (Mean Rank = 32.00) は高群 (Mean Rank = 24.64) よりも「抑うつ・不安」が高いことが明らかになった。しかし、「不機嫌・怒り」 ( $H(1, 54) = 1.76, n.s.$ ) と「無気力」 ( $H(1, 54) = 0.01, n.s.$ ) については有意な差は認められず、また瞬目率変化量についても同様に検定を行ったところ、ソーシャルスキル高群、低群の間に有意差は認められなかった ( $H(1, 54)$

Table 4 ソーシャルスキルの相対的程度が異なる3群の心理ストレス反応および瞬目率変化量

相対的關係	ソーシャルスキル 得点の差			無気力		不機嫌・怒り		抑うつ・不安		瞬目率変化量	
	N	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
被験者>相互作用対象者	19	7.72	5.04	4.42	2.67	1.37	0.96	1.58	1.02	8.42	6.89
被験者=相互作用対象者	19	0.14	1.40	5.05	4.02	1.89	1.29	1.63	2.29	17.34	16.81
被験者<相互作用対象者	19	-7.72	5.04	6.79	6.21	3.84	4.43	3.16	3.52	17.52	11.18

=1.04, n.s.)。

**相互作用対象者と被験者のソーシャルスキル得点の相対的差異が被験者のストレス反応に及ぼす効果**

被験者と相互作用対象者のソーシャルスキルの評定得点に基づき、その差が上位1/3、中位1/3、下位1/3の3群に分け、順に、被験者のスキルが相互作用対象者よりも高い群(被験者>相互作用対象者)、被験者のスキルが相互作用対象者と同程度の群(被験者=相互作用対象者)、被験者のスキルが相互作用対象者より低い群(被験者<相互作用対象者)、の3群を新たに構成した。そこで構成された群ごとの各得点の要約統計量をTable 4に示す。なお、Table 4では、評定得点上位群と中位群、および中位群と下位群の境界に同点の被験者が各1名存在したため、この2名を除外して、3群間の差が検討されている。

心理的ストレス反応を従属変数としたクラスカル・ウォリス検定の結果、「不機嫌・怒り」に関して、群間に有意差が認められた( $H(2, 57) = 7.13, p < .05$ )。Scheffeの検定による多重比較の結果、「被験者<相互作用対象者」の群(Mean Rank=35.03)と「被験者>相互作用対象者」の群(Mean Rank=22.24)の間に有意差( $p < .05$ )が認められた。また、「抑うつ・不安」に関しては、有意傾向が認められた( $H(2, 57) = 4.83, p < .10$ )。多重比較の結果、「被験者<相互作用対象者」の群(Mean Rank=34.08)と「被験者=相互作用対象者」群(Mean Rank=24.37)の間に有意傾向( $p < .10$ )が認められた。その結果、被験者のソーシャルスキルが相互作用対象者よりも下回っている場合に、被験者のソーシャルスキルが相互作用対象者よりも上回っている場合よりも「不機嫌・怒り」が高く、また、被験者のスキルの程度が相互作用対象者より下回っている場合に、被験者のスキルの程度が相互作用対象者と同等の場合よりも「抑うつ・不安」が高いことが明らかになった。「無気力」( $H(1, 57) = 0.01, n.s.$ )には、有意差が認められなかった。

また、瞬目率変化量を従属変数とした検定でも、上記の群間に有意差が認められ( $H(2, 57) = 6.63, p < .05$ )、多重比較から、「被験者<相互作用対象者」の群(Mean Rank = 34.79)と「被験者>相互作用対象者」との群(Mean Rank = 21.32)との間に有意差( $p < .05$ )が認めら

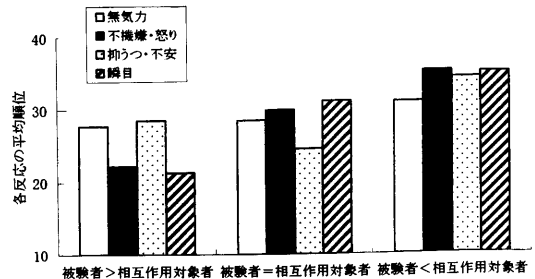


Figure 3 ソーシャルスキルの相対的程度とストレス反応

れた。この結果をFigure 3に示す。瞬目率変化量も、被験者のスキルの程度が相手より下回っている場合にも高い値を示すことが明らかになった。

**考 察**

従来の研究では、被験者のソーシャルスキル得点が心理ストレス反応に及ぼす効果は、相互作用対象者のソーシャルスキル得点を考慮しないまま検討がなされてきた。しかしながら、このような条件では、被験者のソーシャルスキルは、心理ストレス反応の一部にしか影響を与えていないことが本研究から明らかとなり、仮説①は部分的にしか支持されなかった。一方で、相互作用対象者と被験者のソーシャルスキル得点の両方を要因として分析した本研究の結果から、相互作用対象者よりも被験者のソーシャルスキル得点が低い場合には、無気力を除く全ての心理ストレス反応と瞬目率変化量が高いという仮説②を支持する結果が得られた。

したがって、対人場面におけるソーシャルスキルの影響を検討する場合には、被験者と相互作用対象者とのソーシャルスキル得点の相対的な程度を考慮する必要性が明らかになった。相対的程度の差異がストレス反応に与える効果に関しては、被験者が相互作用対象者よりも低いソーシャルスキルを發揮した場合に、「不機嫌・怒り」、「抑うつ・不安」、「瞬目」というストレス反応が最も高いということは明らかとなった。しかし、この3種類のストレス反応のうち、「不機嫌・怒り」と「瞬目」は、被験者が相互作用対象者よりも高いソーシャルスキ

ルを發揮する場合に最も低く、「抑うつ・不安」は、被験者が相互作用対象者と同等のソーシャルスキルを發揮する場合に最も低かった。この結果より、被験者と相互作用対象者とのソーシャルスキル得点の相対的差異がどの程度かによって、影響を受けるストレス反応の質・量が異なることが指摘できる。同じ主観的評定による心理的ストレス反応において、被験者のソーシャルスキルの高さや相互作用対象者のソーシャルスキルの低さの差異が大きければ、「不機嫌・怒り」が低まり、その差異が均衡していれば「抑うつ・不安」が低まることについては以下のように考えることができる。

まず、ソーシャルスキルの相対的程度によって、相互作用場面のストレスラーとしての脅威度が異なる可能性が指摘できる。より脅威度の高いストレス状況となる対人相互作用は、被験者のソーシャルスキルが相互作用対象者のソーシャルスキルを大きく下回る場合であって、同程度の場合には脅威度は相対的に低いと考えられる<sup>3)</sup>。この脅威度の評定に差異が生じるのであれば、ストレス反応の質・量に差異が引き起こされることも予測できよう。ただし、本研究では場面自体には特にストレス負荷がないよう統制することで、個人の認知する脅威度の評定については取り上げないこととした。今後、実際の認知的評定については扱う必要があろう。また、Larsen & Diener (1992) による感情の「環状モデル」に沿えば、「抑うつ・不安」と「不機嫌・怒り」は、ともに「快—不快」次元において、不快な感情次元にある同種の反応である。両者の違いは、活動性において前者が低く、後者は高いという点である。活動性の高い反応である「不機嫌・怒り」が「瞬目」と同じ傾向を示したことは、瞬目率が緊張、怒りや恐怖などの情動状態の影響を反映する生理的指標である(山田, 1991)という知見にも合致する。これら2点の考えを総合的に考慮すると、ソーシャルスキルの相対的な低さが、相互作用場面をより一層脅威度の高い状況とし、そのことが活動性の高い反応を喚起していると考えられることができる。

以上のようなストレス反応の下位反応に言及するためにも、対人場面におけるストレス反応についてソーシャルスキルの見地から論じる場合には、個人内の心理ストレス反応とソーシャルスキルのみならず、その個人の相互作用の対象者についてもソーシャルスキルを測定し、要因として加える必要が示唆されたことになる。

「無気力」に関して、被験者と相互作用対象者のソーシャルスキルの差異が何ら効果を及ぼさなかったことに

ついては、時間的側面において他のストレス反応と異なるからだと考えられる。「無気力」は、慢性的ストレスラーへの対処に繰り返し失敗した場合に生じる学習性の無力感である(Seligman, 1990)。本研究のような単発で短時間の実験場面では、「無気力」反応が定着するほどの時間経過がなかったのであろう。

今回の実験設定のような初対面の対人場面では、被験者が相互作用対象者に対して抱いた第一印象、被験者が評価した相互作用対象者のソーシャルスキルの程度、被験者が相互作用中に評価した自身のソーシャルスキルの程度など、2者の相対的關係を規定すると思われる要因は多数挙げられる。今後、このような要因についても明らかにすることで、ソーシャルスキルの相対的程度が、なぜ対人ストレスに影響するかを詳細に理解できるであろう。

また、被験者と相互作用対象者の相対的關係は、何度も繰り返し相互作用を行うことや、相互作用時点の被験者と相互作用対象者の状態によって、入れ替わることも十分に考えられる。本研究の結果は、初対面の場面に限定したものであるが、相互作用が継続した場合に、2回目以降の相互作用において、互いのソーシャルスキルの相対的關係がどう変化するのか、またその変化がストレス反応に与える影響はどの程度なのかなどの諸点も、興味をもたれる問題であろう。何故ならば、これらの諸点を明らかにすることによって、一過性の急性ストレスラーおよびストレス反応が慢性化する様相を知ることができるからである。

本研究では、所属、性、年齢などの属性が均質な被験者のソーシャルスキルについてのみ検討した。しかし、ソーシャルスキルの実行には、社会的地位や年齢、知識などで、差異が認められることが指摘されているため(相川, 1996)、学校での教師と生徒の關係、職場での上司と部下の關係や従業員と顧客の關係など、質的に異なる対人場面のソーシャルスキルの相対的關係については、今後新たに検討する必要がある。

## 引用文献

- 相川 充 1996 社会的スキルという概念 相川 充・津村俊充 編著 社会的スキルと対人關係—自己表現を援助する— 対人行動学研究シリーズ1 (pp. 4-21) 誠信書房。
- 相川 充 2000 セレクション社会心理学 20 人づきあいの技術: 社会的スキルの心理学 サイエンス社
- 相川 充・佐藤正二・佐藤容子・高山 巖 1993 孤独感の高い大学生の対人行動に関する研究—孤独感と社会的スキルとの關係— 社会心理学研究, 8(1), 44-55.

3) 脅威度が低いとはいえ、相互作用場面自体がストレスラーとしての質を包含していると考えれば、両者のソーシャルスキルの程度が均衡していても、ストレス反応が生じることは仮説に矛盾するものではないと考える。



- Asher, S. R. & Hymel, S. 1981 Children's social competence in peer relations: Sociometric and behavioral assessment. In J. D. Wine, & M. A. Smye (Eds.) *Social competence* (pp. 125-157). New York: Guilford Press.
- Fisher-Beckfield, D. & McFall, R. M. 1982 Development of competence inventory for college men and evaluation of relationships between competence and depression. *Journal of Consulting & Clinical Psychology*, **50**(5), 697-705.
- Herzberg, D. S., Hammen, C. L., Burge, D., Daley, S. E., Davila, J., & Lindberg, N. 1998 Social competence as predictor of chronic interpersonal stress. *Personal Relationships*, **5**, 207-218.
- 橋本 剛 2000 大学生における対人ストレスイベントと社会的スキル・対人方略の関連 教育心理学研究, **48**, 94-102.
- Hirokawa, K., Yagi, A., & Miyata, Y. 2000 An examination of the effects of linguistic abilities on communication stress, measured by blinking and heart rate, during a telephone situation. *Social Behavior and personality*, **28**(4), 343-354.
- Hirokawa, K., Yamada, T., & Miyata, Y. 2000 The effects of sex, self gender type, and partner's gender type on interpersonal adjustment during a first encounter: androgynous and stereotypically sex-typed couples. *Japanese Psychological Research*, **42**(2), 102-111.
- 今津芳恵 1998 社会的スキルの欠如が抑うつに及ぼす影響 日本心理学会第62回大会発表論文集, 922.
- 神村栄一 1996 ストレス対処の個人差に関する臨床心理学的研究 風間書店
- 小杉正太郎 1999 ストレス緩衝要因の研究動向 河野友信・石川俊男 編 ストレス研究の基礎と臨床 (pp. 163-172) 現代のエスプリ別冊至文堂.
- Larsen, R. & Diener, E. 1992 Promises and problems with the circumflex model of emotion. In Clark, M. S. (Ed.) *Review of Personality and Social Psychology*. Vol. 14: *Emotional and social behavior* (pp. 25-29). Newbury Park: Sage.
- Lazarus, R. S. & Folkman, S. 1984 *Stress, Appraisal and Coping*. New York: Springer (本明 寛・春木 豊・織田正美 訳 1991 ストレスの心理学 実務教育出版)
- Mechanic, D. 1976 Stress, illness, and illness behavior. *Journal of Human Stress*, **2**(2), 2-6.
- 中村雅彦 1999 友人関係のコミュニケーション 諸井克英・中村雅彦・和田 実 親しさが伝わるコミュニケーション (pp. 116-149) 金子書房.
- 丹羽洋子・山際勇一郎 1991 児童・生徒における学校ストレスの査定 筑波大学心理学研究, **43**, 302-312.
- 大森慈子・宮田 洋 1998 面接者との距離が被面接者の瞬目と心拍に与える影響 心理学研究, **69**(5), 408-413.
- 大森慈子・山田富美雄・宮田 洋 1997 対人認知における瞬目の影響 社会心理学研究, **12**(3), 183-189.
- Richy, C. A., Lovell, M. L., & Reid, K. 1991 Interpersonal skill training to enhance social support among woman at risk for child maltreatment. *Children and Youth Service Review*, **13**, 41-59.
- Seligman, M. 1990 *Learned Optimism*. New York: Pocket Books. (山村宣子 訳 1991 オプティミストはなぜ成功するか 講談社文庫)
- Segrin, C. 1999 Social skills, stressful life events, and the development of psychosocial problems. *Journal of Social and Clinical Psychology*, **18**, 14-34.
- Segrin, C. & Abramson, L. Y. 1994 Negative Reactions to Depressive Behavior: A Communication Theories Analysis. *Journal of Abnormal Psychology*, **103**(4), 355-668.
- 嶋田洋徳・戸ヶ崎泰子・岡安孝弘・坂野雄二 1996 児童の社会的スキル獲得による心理的ストレス軽減効果 行動療法研究, **22**(2), 9-20.
- 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 1998 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.
- 田多英興 1981 心理的諸変数と自発的まばたき 異常行動研究会誌, **20**, 15-26.
- 田多英興 1991 認知過程とまばたき 田多英興・山田富美雄・福田恭介 編著 1991 まばたきの心理学 (pp. 100-137) 北大路書房.

田中・相川・小杉：ソーシャルスキルが2者間会話場面のストレス反応に与える効果に関する実験的検討

戸ヶ崎泰子・岡安孝弘・坂野雄二 1997 中学生の社会的スキルと学校ストレスとの関係 健康心理学研究, 10, 23-32.

和田 実 1988 二者間の好意, 対人距離および話題が非言語行動に及ぼす影響 心理学研究, 59(1), 45-52.

八重澤敏男・吉田富二雄 1981 他者接近に対する

生理・認知的反応 心理学研究, 52(3), 166-172.

山田富美雄 1991 まばたきに影響する要因の統制

田多英興・山田富美雄・福田恭介 編著 1991

まばたきの心理学 (pp. 45-51) 北大路書房.

(2001年4月7日受稿, 2002年2月21日掲載決定)