



Tokyo Gakugei University Repository
東京学芸大学リポジトリ

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

Title	成人用ソーシャルスキル自己評定尺度の構成
Author(s)	相川, 充; 藤田, 正美
Citation	東京学芸大学紀要. 第1部門, 教育科学, 56: 87-93
Issue Date	2005-03-00
URL	http://hdl.handle.net/2309/2070
Publisher	東京学芸大学紀要出版委員会
Rights	

成人用ソーシャルスキル自己評定尺度の構成*

相川 充** ・ 藤田 正美***

学校心理学

(2004年10月29日受理)

問題と目的

ソーシャルスキル (Social skills)とは、対人場面において適切かつ効果的に反応するために用いられる言語的・非言語的な対人行動と、そのような対人行動の発現を可能にする認知過程との両方を包含する概念である (相川, 1996)。

ソーシャルスキルの定義に関しては、いまだに統一したものはないが、従来の諸定義から共通要素を抽出すると、①具体的な対人場面で用いられるもの、②対人目標を達成するために使われるもの (対人目標とは、当該の対人場面から手に入れたいと思う成果のことである)、③相手の反応の解釈や、対人目標の決定、感情の統制などのような「認知過程」と、対人反応の実行という「行動過程」の両方を含むもの、④言語的ないしは非言語的な対人反応として実行されるもの、⑤学習によって獲得されたもの、⑥自分の対人反応と他者の反応とをフィードバック情報として取り入れて、変容してゆくもの、⑦不慣れた社会的状況では意識的に実行されるが、熟知した状況では自動化しているもの、などの要素を含んだものであると言えよう。

このように、ソーシャルスキルは包括的な概念であるがゆえに、ソーシャルスキルの測定に関しても、従来さまざまなものが試行されてきた。相川 (2000) は、それらを「専門家が測定する場合 (面接法、行動観察法、ロールプレイ法など)」、「情報提供者から情報を得る場合 (仲間評定法、評定尺度法など)」、「本人から情報を得る場合 (自己評定法、自己監視法など)」の3つに分類している。

この分類のうち「本人から情報を得る方法」の代表

的な手法である自己評定法は、比較的容易にソーシャルスキルの程度を測定することができるために、成人用に限ってもいくつもの尺度が開発されてきた。それらの既存の尺度は、大きく2つのタイプに分類できると考えられる。

第1は、SSI (Riggio, 1986), ENDE1 (堀毛, 1991), ENDE2 (堀毛, 1994b), ノンバーバルスキル尺度 (和田, 1992) などのような尺度である。これらの尺度は、対人場面でのコミュニケーション過程を想定し、個人が相手に自らの意思を伝えるために行う「記号化 (エンコーディング)」に関わるスキル、個人が相手の意思を受け取るために行う「解読 (デコーディング)」に関わるスキル、そしてコミュニケーション過程において個人内に生じる感情に対処するための「感情統制」に関するスキルを下位尺度として含むタイプである。いわば、コミュニケーション・スキルを測るタイプと言えよう。

もうひとつのタイプは、KiSS-18 (菊池, 1988), ソーシャルスキル尺度 (和田, 1992) などのように、対人場面です実際に必要とされる具体的なスキルを複数、想定して、それら複数のスキルを下位尺度として含むタイプである。これらは対人スキルを測るタイプと言えよう。

ソーシャルスキルという概念が包括的であることを考えると、このような2つのタイプの尺度は、いずれもソーシャルスキルの一部を成していると考えられる。しかし、これまで、この2つのタイプを同時に測る尺度はない。そこで本研究では、ソーシャルスキルを「コミュニケーション・スキル」と「対人スキル」の2つの側面から同時に測定できる尺度を作成することにした。

* An attempt to construct a social skills self-rating scale for adults / Atsushi AIKAWA, Masami FUJITA

** 東京学芸大学 (184-8501 小金井市貫井北町4-1-1)

*** 東京都江戸川区西小岩小学校

本研究では、「コミュニケーション・スキル」の側面としては、コミュニケーション過程に即して、「記号化スキル」、「解読スキル」、「感情統制スキル」の3つを仮定した。「対人スキル」の側面としては、初対面の人同士が会ったときに必要な「関係開始スキル」、すでにできあがっている対人関係を維持するのに必要な「関係維持スキル」、相手の意思を尊重しながらも、自分の意思を抑えることなく相手に伝える「主張性スキル」、自分の意思と相手の意思が衝突して対人問題が発生したときに必要な「葛藤解決スキル」、自分と相手がどのような状況の中にいるのかモニターするための「状況モニタリング・スキル」の5つを仮定した。以上8つのスキルを下位尺度とするソーシャルスキル自己評定尺度を作成する。

本研究で作成する尺度の妥当性を検討するために、従来の研究からソーシャルスキルと関連があると言われる、対人不安 (Leary & Kowalski, 1995)、孤独感 (Jones, 1982; Young, 1982)、抑うつ (Lewinsohn & Hoberman, 1982; Lewinsohn, Hoberman, Teri, & Hautzinger, 1985; Wierzbicki & McCabe, 1988; Cole & Milstead, 1989)、それぞれを測定する尺度との関連を検討する。ソーシャルスキル尺度とこれら3つの概念を測定する尺度との間には、負の相関が予想される。

第1調査

目的

第1調査の第1の目的は、ソーシャルスキル自己評定尺度の原項目を作成し、回答結果に基づいて弁別性、信頼性の高い項目を選択することである。第2の目的は、それらの項目によって下位尺度を構成することである。複数の下位尺度から構成される全体をソーシャルスキル自己評定尺度とする。

方法

調査対象者および手続き

本学の2年生以上全員を対象に、4月中旬から下旬にかけて質問紙調査を実施した。1年生は、大学入学という大きなライフイベントを経験した直後であり、環境に十分に適応していないと考えられるため、調査対象にしなかった。

質問紙の実施は、「人とのつき合い方を調べる」調査との名目で、講義時間内に行われた。継続的調査を実施するために、回答者には学籍番号の記入を求めた。調査の趣旨を説明し、回答を拒否する自由があることを伝えた。

質問紙の構成

質問紙は、調査対象者の性別、年齢、学籍番号に關する質問と、以下に述べる尺度で構成した。

1. ソーシャルスキル自己評定原尺度

ソーシャルスキル自己評定原尺度は、「問題と目的」で述べたように、「コミュニケーション・スキル」の側面として「記号化」「解読」「感情統制」の3つを仮定し、「対人スキル」の側面として「関係開始」「関係維持」「主張性」「葛藤解決」「状況モニタリング」の5つを仮定したうえで、研究者2名がこれらの各スキルに相当する項目を作成した。各スキルの項目づくりにおいては、ENDE1 (堀毛, 1991)、ENDE2 (堀毛, 1994b)、ノンバーバルスキル尺度 (和田, 1992)、日本版SSI (榎野, 1988)、KiSS-18 (菊池, 1988)、ソーシャルスキル尺度 (和田, 1992)、人あたりの良さ尺度 (堀毛, 1994a)、EQI (イー・キュー・ジャパン, 1998) を参考にした。

各スキルごとに6～8項目ずつを作成し、計55項目を原尺度とした。

評定の方法は「1.ほとんどあてはまらない」「2.あまりあてはまらない」「3.ややあてはまる」「4.かなりあてはまる」の4件法とした。中間点の有無は、方法論上、賛否両論があるが、本研究では、中間点の回答のない形式を採用した。

回答結果は、ソーシャルスキルが高いほど高得点となるように1点から4点に得点化し、計55項目の合計をソーシャルスキル得点とした。

2. 対人不安尺度

諸井 (1997) の「対人不安尺度」のうち、聴衆不安、自己呈示不安、視線恐怖の3因子、計20項目を、調査対象者の対人不安の程度を測定するために用いた。

評定の方法は「1.ほとんどあてはまらない」「2.あまりあてはまらない」「3.ややあてはまる」「4.かなりあてはまる」の4件法であり、対人不安が高いほど高得点となるように1点から4点に得点化し、20項目の合計を対人不安得点とした。

3. 孤独感尺度

工藤・西川 (1983) の「改訂版UCLA孤独感尺度」の20項目を、調査対象者の孤独感を測定するために用いた。

評定の方法は「1.ほとんどあてはまらない」「2.あまりあてはまらない」「3.ややあてはまる」「4.かなりあてはまる」の4件法であり、孤独感が高いほど高得点となるように1点から4点に得点化し、20項目の合計を孤独感得点とした。

4. 抑うつ尺度

林 (1988) の「バック抑うつ性尺度」の16項目を、

調査対象者の抑うつを測定するために用いた。

評定の方法は、林 (1988) に従った。つまり、各項目に対して 0～3 までの番号が付いた選択肢のうち、あてはまるもの全てを選択させるという複数回答で実施した。各項目の選択肢の番号が各項目の得点 (0 番は 0 点, 3 番は 3 点) であり、抑うつの程度が高いほど高得点となる。複数回答がなされた場合は、0 点から 3 点までのうち得点の高いほうを採用した。16 項目の合計を抑うつ得点とした。

結果と考察

本研究では、質問紙への各尺度に全て回答していた 1002 名 (男性 435 名, 女性 567 名) を分析対象者とした。

1. ソーシャルスキル自己評定尺度の項目分析と内的整合性

弁別力のある項目を選択するために、原尺度 55 項目の G-P 分析を行った。回答者 1002 名のうち、55 項目

の合計得点上位 25% 群 (156 点以上) と、下位 25% 群 (134 点以下) との間で t 検討を行った。その結果、3 項目で有意差が見られなかったため (p>.05), これらの項目を除いた 52 項目で最尤法・プロマックス回転による因子分析をおこなった。直交回転ではなく斜交回転による因子分析をおこなったのは、ソーシャルスキルの各下位尺度間の間には一定の相関関係があると仮定したためである。

因子分析の結果、固有値 1.000 の打ち切り基準で 9 因子が抽出されたが、第 7, 8, 9 因子に属する項目数が少なかった。下位尺度としての実用性に欠け、因子の解釈可能性も低いため、これらの項目は削除した。その上で、第 6 因子までに属する因子負荷量 .380 以上の 35 項目を用いて、再び最尤法・プロマックス回転による因子分析をおこなった。その結果、Table 1 に示したように、固有値 1.000 の打ち切り基準で 6 因子が抽出された。

Table 1 ソーシャルスキル自己評定尺度の因子分析結果 (最尤法・プロマックス回転。回転後のパターン行列)

	因子負荷量					
	1	2	3	4	5	6
【関係開始】 8 項目						
1 相手とすぐに、うちとけられる	.898	.029	-.114	-.008	-.018	-.014
6 誰とでもすぐ仲良くなれる	.885	-.046	-.117	.022	.034	-.022
1 0 知らない人とでも、すぐに会話を始められる	.783	.004	.021	.010	-.062	-.039
1 4 人と話すのが得意である	.685	.012	.052	.042	.064	.051
1 9 他人が話しているところに、気軽に参加できる	.620	-.047	.095	.006	.016	.010
2 3 誰にでも気軽にあいさつできる	.570	-.042	-.005	.013	.016	.131
2 7 知合いになりたいと思っても、話のきっかけを見いだすのがむずかしい(-)	-.557	-.072	-.044	.112	.104	-.018
3 1 初対面の人に、自己紹介が上手にできる	.552	-.020	.019	.010	.065	.066
【解説】 8 項目						
2 表情やしぐさで相手の思っていることがわかる	.002	.794	-.102	.068	.070	-.055
7 顔つきから相手の感情を読みとれる	-.026	.745	-.039	.119	.114	-.087
1 1 話をしているとき、相手の表情のわずかな変化も感じとれる	.064	.732	-.087	.017	.047	-.020
1 5 自分の言葉が相手にどのように受け取られたか察しがつく	-.078	.614	.131	-.123	-.097	.110
2 0 嘘をつかれても、たいてい見破ることができる	-.037	.502	.222	-.103	-.138	-.108
2 4 相手の目を見て、自分が何か不適切なことを言ってしまったことに気がつく	-.089	.494	-.032	.037	.119	.195
2 8 初対面でも、少し話をすれば相手がどんな人かだいたいわかる	.181	.486	-.025	-.102	-.104	.139
3 2 自分に関心をもって人は、すぐに見分けられる	.010	.420	.148	.005	-.067	.149
【主張性】 7 項目						
3 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	.056	.041	.730	.097	-.145	-.131
8 友だちが自分の気持ちを傷つけたら、そのことをはっきりと伝える	.060	.085	.639	.091	.018	-.120
1 2 どんなに親しい人に頼まれても、やりたくないことははっきりと断る	-.028	.031	.551	.013	-.026	-.142
1 6 人の話の内容が間違いだと思ったときには、自分の考えを述べるようにしている	-.127	-.016	.511	-.034	.067	.211
2 1 どちらかといえば、自分の意見を気軽に言うほうだ	.150	-.113	.415	.005	-.094	.273
2 5 たとえ人から非難されたとしても、うまく片付けることができる	.023	-.049	.399	-.214	.158	.020
2 9 相手と意見が異なることをさりげなく示すことができる	-.032	.062	.394	-.049	.211	.039
【感情統制】 4 項目						
4 気持ちをおさえようとしても、それが顔に現われてしまう(-)	-.036	.016	.124	.858	.025	-.107
1 3 困ったときは顔にでやすい(-)	.058	.042	.008	.671	.036	-.051
1 7 感情をあまり面にあらわさないでいられる	.049	.082	.094	-.611	-.037	-.158
3 0 自分の感情をコントロールするのが苦手である(-)	.002	.016	-.005	.444	-.311	.046
【関係維持】 4 項目						
5 相手の立場を考えて行動する	-.007	-.005	-.096	-.005	.700	.001
1 8 その場にあった行動がとれる	.096	.008	.045	-.036	.598	-.084
2 6 相手の話をまじめな態度で聞くことができる	-.119	-.001	-.022	.059	.537	.146
3 4 まわりの人たちとのあいだでトラブルが起きても、それを上手に処理できる	.097	.083	.222	-.052	.468	-.077
【記号化】 4 項目						
9 表情が豊かである	.052	.039	-.074	.091	.054	.610
2 2 身振り手振りをまじえて話すのが得意である	.146	.032	-.109	-.096	-.029	.554
3 3 相手に良い感じを持たったら、それをすなおに表現できる	.162	.135	-.055	.013	-.005	.418
3 5 感情を素直にあらわせる	.136	-.014	.142	.266	.061	.387
因子負荷量 2 乗和	7.190	3.211	1.843	1.581	.900	.491
因子寄与率 (%)	20.543	9.175	5.246	4.518	2.571	1.403
累積因子寄与率 (%)	29.718	34.983	39.500	42.027	43.475	

* (-) は、逆転項目である。

* 因子負荷量 2 乗和、因子寄与率、累積因子寄与率は回転前の値を記載した。

* 項目番号は、本論文の「資料」に記載された実物の尺度の項目番号に合わせて書き換えた。

第1因子は「相手とすぐに、うちとけられる」(.898), 「誰とでもすぐ仲良くなれる」(.885), 「知らない人とも、すぐに会話を始められる」(.783)などの項目に高い負荷をもつことから「関係開始」と命名した。

第2因子は「表情やしぐさで相手の思っていることがわかる」(.794), 「顔つきから相手の感情を読み取れる」(.745), 「話をしているとき、相手の表情のわずかな変化も感じ取れる」(.732)などの項目に高い負荷をもつことから「解読」と命名した。

第3因子は「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」(.730), 「友だちが自分の気持ちを傷つけたら、そのことをはっきりと伝える」(.639), 「どんなに親しい人に頼まれても、やりたくないことははっきりと断る」(.551)などの項目に高い負荷をもつことから「主張性」と命名した。

第4因子は「気持ちをおさえようとしても、それが顔に現われてしまう(逆転項目)」(.858), 「困ったときは顔にでやすい(逆転項目)」(.671), 「感情をあまり面にあらわさないでいられる」(-.611)などの項目に高い負荷をもつことから「感情統制」と命名した。

第5因子は「相手の立場を考えて行動する」(.700), 「その場にあった行動がとれる」(.598), 「相手の話をまじめな態度で聞くことができる」(.537)などの項目に高い負荷をもつことから「関係維持」と命名した。

第6因子は「表情が豊かである」(.610), 「身振り手振りをまじえて話すのが得意である」(.554), 「相手に良い感じを持ったら、それを素直に表現できる」(.418)などの項目に高い負荷をもつことから「記号化」と命名した。

以上の6因子をソーシャルスキルの下位尺度とした。

2. 各尺度の記述統計量, および信頼性係数

ソーシャルスキル自己評定尺度全体と6つの下位尺度, および対人不安, 孤独感, 抑うつ, それぞれの尺度の記述統計量および信頼性係数は, Table 2に示した通りである。

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, $\alpha=.68$ 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言えよう。

3. ソーシャルスキル自己評定尺度の妥当性の検討

ソーシャルスキル自己評定尺度の妥当性を検討するために, ソーシャルスキル自己評定尺度全体と6つの下位尺度, および対人不安, 孤独感, 抑うつ, それぞれの尺度相互の相関を求めた。結果は, Table 3に示した通りである。

ソーシャルスキル自己評定尺度全体は, 対人不安, 孤独感, 抑うつと負の相関があった。6つの下位尺度のうち, 「感情統制」スキル尺度は孤独感尺度と有意

Table 2 各尺度の記述統計量(N=1002)

	最小値	最大値	平均値	S D	α
ソーシャルスキル	44	130	91.07	12.26	.87
関係開始	8	32	19.84	5.10	.89
解読	8	32	21.75	4.16	.83
主張性	7	28	17.34	3.42	.73
感情統制	4	16	9.13	2.66	.75
関係維持	4	16	11.55	2.00	.68
記号化	4	16	11.46	2.41	.70
対人不安	21	80	50.21	10.00	.89
孤独感	20	68	34.90	9.30	.91
抑うつ	0	45	8.25	6.90	.83

Table 3 尺度間相関

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.ソーシャルスキル	1.00	.78***	.72***	.64***	.18***	.58***	.60***	-.59***	-.43***	-.28***
2.関係開始		1.00	.33***	.42***	-.08*	.28***	.55***	-.57***	-.38***	-.22***
3.解読			1.00	.30***	.10***	.43***	.34***	-.23***	-.26***	-.11***
4.主張性				1.00	-.07*	.21***	.33***	-.46***	-.17***	-.15***
5.感情統制					1.00	.24***	-.31***	-.16***	.02	-.15***
6.関係維持						1.00	.23***	-.27***	-.36***	-.28***
7.記号化							1.00	-.32***	-.40***	-.13***
8.対人不安								1.00	.37***	.33***
9.孤独感									1.00	.44***
10.抑うつ										1.00

***p<.001

**p<.01

*p<.05

な相関が認められなかったが、それ以外は有意な相関が認められた。

なお、ソーシャルスキル自己評定尺度全体および下位尺度と、抑うつ尺度との相関は、対人不安尺度や孤独感尺度と比べて弱かった。Segrin(1999)は、ソーシャルスキルと抑うつとの関係が、対人不安や孤独感と比べて弱いことに関する説明として、対人不安や孤独感が本質的に対人関係に起因する問題であるのに対し、抑うつは対人関係だけではなく、遺伝的、認知的、神経学的、行動学的要因を含む、さまざまな要因に伴う問題であることをあげている。本研究の結果は、この指摘を証明していると考えられる。

以上のような諸結果より、ソーシャルスキル自己評定尺度は、ほぼ予測通りの相関が認められたことから、一定の妥当性を有するものと判断した。

そこで、本研究では、「関係開始」「解説」「主張性」「感情統制」「関係維持」「記号化」という6つの下位スキル尺度から成る35項目の尺度全体を、「成人用ソーシャルスキル自己評定尺度」(Social skills self-rating scale for adults)とした(巻末の「資料」を参照せよ)。

第2調査

目的

第2調査の目的は、第1調査で作成した「成人用ソーシャルスキル自己評定尺度」の信頼性のうち、安定性を検討することである。この目的のために、再検査法を実施した。

方法

第1調査の回答者に対して、第1調査から約3ヶ月後、7月中旬から下旬にかけて質問紙調査を実施した。調査は、第1調査と同様の名目で講義時間内に実施した。第1調査と照合するため、学籍番号の記入を求めた。

なお、質問紙は、成人用ソーシャルスキル自己評定尺度だけでなく、別の研究目的のために使われた複数の尺度によって構成されていた。

結果と考察

第1調査、第2調査ともに完全に回答した261名(男性115名、女性146名)を分析対象とした。

成人用ソーシャルスキル自己評定尺度は、ソーシャルスキルが高いほど高得点となるように1点から4点に得点化し、計35項目の合計を尺度全体の得点とした。

第1調査と第2調査の相関係数は、尺度全体では $r = .79$ ($p < .001$)であった。下位尺度の「関係開始」「解説」「主張性」「感情統制」「関係維持」「記号化」に関

しては、順に.81, .78, .68, .75, .58, .76であり、いずれも $p < .001$ であった。

3ヶ月という間隔を考慮に入れば、尺度全体および下位尺度は、安定性を有していると言えよう。

全体的考察

本研究では、成人用の自己評定式のソーシャルスキル尺度を構成するために、まず55項目から成る原尺度をつくり、これを本学2年生以上に実施した。1002名を分析対象として、G-P分析や因子分析によって35項目を選択した。この35項目に対する因子分析の結果、「関係開始」「解説」「主張性」「感情統制」「関係維持」「記号化」の6因子が抽出された。これら6因子を下位尺度とみなして、本研究は、6つの下位尺度から成る「成人用ソーシャルスキル自己評定尺度」を構成した。

この尺度は、対人不安、孤独感、抑うつと予想通りの相関関係が認められた。また、再検査法によって安定性も確認された。以上のことから、本研究で作成した「成人用ソーシャルスキル自己評定尺度」は、一定の信頼性と妥当性のある尺度と判断できる。

ただし、「感情統制」は、他の下位尺度と比べて、「対人不安」、「抑うつ」両尺度との相関も弱かった。また、「感情統制」は、尺度全体とも ($r = .18$)、「解説」とも ($r = .10$)、相関が低いため、「関係開始」($r = -.08$)、「主張性」($r = -.07$)、「記号化」($r = -.31$)とは、負の相関関係にあった。感情統制のスキルが高いほど、解説、関係開始、主張性の各スキルが低くなることを意味している。「感情統制」スキル尺度は、ほかの下位尺度とは異質であると言わざるを得ない。したがって尺度全体で合計得点を出すときに、下位尺度同士の得点を単純に合計することは避けなければならない。尺度全体で合計得点を出すときは、「感情統制」の逆転項目 (Table 1を参照のこと) の回答結果を逆転すれば良いが、この方法だと、ソーシャルスキル得点が低く出る傾向がある。「感情統制」尺度の項目を除いた5つの下位尺度で、合計得点を出す方法も採用してよいかもしれない。この点は、今後の検討課題の一つである。

なお、当初仮定した「葛藤解決」スキルと、「状況モニタリング」スキルに相当する因子は、得ることができなかった。これらのスキルに相当すると仮定した項目のいくつかは、他のスキルに含まれる結果となった。「葛藤解決」スキルに相当すると仮定していた項目は、主に「主張性」や「関係維持」のスキルに含ま

れた。これは、「葛藤解決」スキルに相当すると仮定していた項目が、「主張性」や「関係維持」の項目と区別がつかなかったのかもしれない。あるいは、「葛藤解決」スキルは、「主張性」や「関係維持」のスキルと同じような側面をもつと回答者に判断された可能性もある。なぜなら、「葛藤解決」スキルを実行することは、自分の主張を適切に述べることであり、相手との関係を維持していくために必要不可欠なことでもあるからである。

「状況モニタリング」スキルに相当すると仮定した項目は、「解説」スキルに含まれた。これは、「状況モニタリング」スキルが「解説」スキルと同じような側面をもつと判断されたのであろう。もともと「状況モニタリング」スキルとは、その場の雰囲気を的確に察知し、自分がある場でふさわしい行動をとれるスキルとして仮定したが、その場の雰囲気は的確に察知することは、つまりは相手の反応を解説することだと判断されたのであろう。

いずれにしても、本研究で作成された成人用ソーシャルスキル自己評定尺度は、今後も引き続き妥当性の検討していく必要がある。また、今回は性差について検討しなかったが、今後は、尺度の持つこのような特性を明らかにすることも重要な課題である。

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) 社会的スキルと対人関係：自己表現を援助する pp.3-21. 誠信書房
- 相川充 2000 人づきあいの技術—社会的スキルの心理学サイエンス社
- Cole, D. A., & Milstead, M. 1989 Behavioral correlates of depression: Antecedents or consequences? *Journal of Counseling Psychology*, 36, 408-416.
- イー・キュー・ジャパン 1998 EQI検査・質問冊子
- 林 潔 1988 学生の抑うつ傾向の検討 カウンセリング研究, 20, 162-169.
- 堀毛一也 1991 社会的スキルとしての思いやり 現代のエスプリ, 291, 150-160.
- 堀毛一也 1994a 人あたりの良さ尺度 菊池章夫・堀毛一也 (編) 社会的スキルの心理学 pp.168-176. 川島書

店

- 堀毛一也 1994b 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.
- Jones, W. H. 1982 Loneliness and social behavior. In L. A. Peplau & D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy*. pp.238-252. Wiley.
- 榎野潤 1988 社会的技能研究の総合的アプローチ (I) — SSIの信頼性と妥当性の検討— 関西大学大学院「人間科学」31, 1-16.
- 菊池章夫 1988 思いやりを科学する—向社会的行動の心理とスキル 川島書店
- 工藤力・西川正之 1983 孤独感に関する研究 (I)—孤独感尺度の信頼性・妥当性の検討— 実験社会心理学研究, 22, 99-108.
- Leary, M. R., & Kowalski, R. M. 1995 *Social anxiety*. New York: Guilford.
- Lewinsohn, P. M., & Hoberman, H. M. 1982 Depression. In A. S. Bellack, M. Hersen, & A. Kazdin, (Eds.), *International handbook of behavior modification and therapy*. pp.397-431. Plenum.
- Lewinsohn, P. M., Hoberman, H. M., Teri, L., & Hautzinger, M. 1985 An integrative theory of depression. In S. Reiss & R. R. Bootzin (Eds.), *Theoretical issues in behavior therapy*. pp.331-359. Academic Press.
- 諸井克英 1997 セルフ・モニタリングと対人不安との関係におよぼす認知欲求の効果：女子青年の場合 人文論集 (静岡大学人文学部) 48(1), 31-71.
- Riggio, R. E. 1986 Assessment of basic social skills. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 649-660.
- Segrin, C. 1999 Social skills, stressful life events, and the development of psychosocial problems. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 18, 14-34.
- 和田実 1992 ノンバーバルおよびソーシャルスキル尺度の改訂 東京学芸大学紀要第1部門 教育科学 43, 123-136.
- Wierzbicki, M., & McCabe, M. 1988 Social skills and subsequent depressive mood symptomatology in children. *Journal of Clinical Child Psychology*, 17, 203-208.
- Young, J. E. 1982 Loneliness, depression, and cognitive therapy: Theory and application. In L. A. Peplau & D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy*. pp.379-405. Wiley.

資料

成人用ソーシャルスキル自己評定尺度

以下の文章を読んで、各項目があなたにどれだけあてはまるか答えて下さい。最もよくあてはまると思う程度の数字に○をつけて下さい。あまり深く考えずにお答え下さい。

	ほとんどあてはまらない	あまりあてはまらない	ややあてはまる	かなりあてはまる
1 相手とすぐに、うちとけられる	1	2	3	4
2 表情やしぐさで相手の思っていることがわかる	1	2	3	4
3 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	1	2	3	4
4 気持ちをおさえようとしても、それが顔に現われてしまう	1	2	3	4
5 相手の立場を考えて行動する	1	2	3	4
6 誰とでもすぐ仲良くなれる	1	2	3	4
7 顔つきから相手の感情を読みとれる	1	2	3	4
8 友だちが自分の気持ちを傷つけたら、そのことをはっきりと伝える	1	2	3	4
9 表情が豊かである	1	2	3	4
10 知らない人とでも、すぐに会話を始められる	1	2	3	4
11 話をしているとき、相手の表情のわずかな変化も感じとれる	1	2	3	4
12 どんなに親しい人に頼まれても、やりたくないことははっきりと断る	1	2	3	4
13 困ったときは顔にでやすい	1	2	3	4
14 人と話すのが得意である	1	2	3	4
15 自分の言葉が相手にどのように受け取られたか察しがつく	1	2	3	4
16 人の話の内容が間違いだと思ったときには、自分の考えを述べるようにしている	1	2	3	4
17 感情をあまり面（おもて）にあらわさないでいられる	1	2	3	4
18 その場にあった行動がとれる	1	2	3	4
19 他人が話しているところに、気軽に参加できる	1	2	3	4
20 嘘をつかれても、たいてい見破ることができる	1	2	3	4
21 どちらかといえば、自分の意見を気軽に言うほうだ	1	2	3	4
22 身振り手振りをまじえて話すのが得意である	1	2	3	4
23 誰にでも気軽にあいさつできる	1	2	3	4
24 相手の目を見て、自分が何か不適切なことを言ってしまったことに気がつく	1	2	3	4
25 たとえ人から非難されたとしても、うまく片付けることができる	1	2	3	4
26 相手の話をまじめな態度で聞くことができる	1	2	3	4
27 知合いになりたいと思っても、話のきっかけを見いだすのがむずかしい	1	2	3	4
28 初対面でも、少し話をすれば相手がどんな人かだいたいわかる	1	2	3	4
29 相手と意見が異なることをさりげなく示すことができる	1	2	3	4
30 自分の感情をコントロールするのが苦手である	1	2	3	4
31 初対面の人に、自己紹介が上手にできる	1	2	3	4
32 自分に関心をもっている人は、すぐに見分けられる	1	2	3	4
33 相手に良い感じを持ったら、それをすなおに表現できる	1	2	3	4
34 まわりの人たちとのあいだでトラブルが起きても、それを上手に処理できる	1	2	3	4
35 感情を素直にあらわせる	1	2	3	4