

## 大学生におけるソーシャルサポートの互惠性と自尊心との関係

佐々木 新<sup>\*1</sup> 島田 修<sup>\*2</sup>

## 要 約

本研究は大学生におけるソーシャルサポートの互惠性と自尊心との関係を検討することを目的とした。大学生158名を対象とし、質問紙法によって親と友人それぞれからの受けるサポート及びそれぞれへの与えるサポートが測定された。また同様に、知覚された互惠性、自尊心、負債感や負担感といった否定的感情が測定され、知覚された互惠性に基づいて分類された3群間の自尊心や否定的感情の平均値の差が分散分析によって検定された。その結果、(1) 親と友人どちらとの関係においても、サポートを受けすぎていると感じる者は、与えすぎていると感じる者よりも負債感が強く、サポートを与えすぎていると感じる者は、受けすぎていると感じる者よりも負担感が強かった。(2) 友人との関係において、サポートを受けすぎていると感じる者は、同等であると感じる者よりも自尊心が低く、与えすぎていると感じる者よりも自尊心が低い傾向が認められた。

## 序 論

対人関係において、ソーシャルサポート (social support; 以下 SS とする) の取得が心身の健康にとって肯定的な役割を演じることが多くの研究によって示されてきた。その一方で、個人は SS の受け手であると同時に送り手でもあるという事実から<sup>1)</sup>、受ける SS と与える SS の互惠性 (reciprocity) という観点を導入した研究が近年行われ始めた<sup>2-5)</sup>。これらの研究によると、概して、受ける SS と与える SS の量が近似していること、即ち SS の互惠性が保たれていることが心身の健康につながり、SS の受けすぎや SS の与えすぎ、即ち互惠性の崩れが負債感や負担感などの否定的感情<sup>2,3)</sup>、抑うつや身体症候<sup>5)</sup>と関連するという。

しかし、同じ互惠性の崩れでも、受けすぎと与えすぎとでは心身の健康に対して質的に異なった効果を持っているとは考えられないだろうか。Fisher et al.<sup>6)</sup> は、被援助者の反応を説明する自尊心脅威モデル (threat-to-self-esteem model) を提唱した。このモデルによると、援助を受けることが援助者と被援助者間の関係の公平性を失わせる場合、その援助は受け手の自尊心に対して脅威になるという。SS の受けすぎは関係の公平性を回復できていない状態であり、自らの無能力さが露呈される。このような状況にある個人の自尊心は低下していると考えられ

る。一方、他者に対して援助を行うことは自尊心の高揚をもたらすものであり<sup>7)</sup>、SS の与えすぎは自尊心の維持高揚に役立っているはずである。このように考えると、SS の受けすぎと与えすぎとでは自尊心に対して異なる効果を持っていると想定できるのである。自尊心の低下は抑うつ状態と関連すると言われていることから<sup>8)</sup>、同じ互惠性の崩れでも、受けすぎと与えすぎとでは抑うつ状態、さらには心身の健康に対する否定的効果の強度が異なっていると考えられよう。実際、Lu<sup>5)</sup> は SS の与えすぎよりも SS の受けすぎの方が抑うつや身体症候が悪化することを示した。これが自尊心の変化によるものだという証拠はないが、互惠性という観点から SS と心身の健康との関連を考える場合、自尊心を考慮した研究が必要であると考えられる。

そこで本研究では、大学生の SS の授受状況を概観し、SS の互惠性と自尊心との関係を検討することを目的とする。本研究の仮説は、(1) SS の受けすぎや与えすぎは否定的感情と関連するが、(2) 自尊心に対しては SS の受けすぎがネガティブに、SS の与えすぎはポジティブに関連するであろう、というものである。

## 方 法

## 1. 調査の対象と手続

調査は1999年7月に川崎医療福祉大学の大学生

180名を対象に行われた。授業時間を一部借りて調査票が配布され、その場で回収された。調査は無記名で行われた。そのうち有効回答が得られた者158名（男性32名、女性126名、平均年齢19.73歳、SD=1.26）を分析の対象とした。統計処理には統計パッケージ SAS が使用された。

## 2. 調査票

### (1) 受けるサポートの測定

久田ら<sup>9)</sup>の「学生用ソーシャル・サポート尺度」を使用した。回答は4件法とし、得点が高いほどSSを多く得ることができると知覚していることを示す。サポート源の対象を親、友人の2種類に限定した。対象別に各項目の得点を合計した。

### (2) 与えるサポートの測定

久田ら<sup>9)</sup>の尺度を、各項目について「あなたが」という表現を「ひとが」という表現に、「くれる」という表現を「あげる」という表現に変更して使用した。サポート対象の種類、回答方法および集計方法は受けるSSの測定と同じであった。得点が高いほどSSを多く与えることができると知覚していることを示す。

### (3) 互惠性の測定

Lu<sup>5)</sup>にならい、回答者に親と友人、それぞれとの関係について、自分が受けるSSの量と自分が与えるSSの量とを比較させ、自分が与えるSSの量を「少ない」、「ほぼ同じ」、「多い」のうちから1つを選択させた。それぞれとの関係別に、「少ない」を選択した者を過剰利得群、「ほぼ同じ」を選択した者を同等群、「多い」を選択した者を過小利得群とした。

### (4) 自尊心の測定

Rosenberg<sup>10)</sup>が作成した自尊心尺度の邦訳版<sup>11)</sup>を使用した。回答は5件法であり、自尊心が高いほど高得点が与えられるよう得点化した。

### (5) 否定的感情の測定

福岡<sup>2)</sup>、周ら<sup>3)</sup>の研究を参考にし、回答者に親と友人それぞれとの関係について、自分が受けるSSの

量と自分が与えるSSの量を比較させ、恥ずかしさ、申し訳なさ、負担感、欲求不満感の4つの感情をそれぞれの程度感じるかを4件法で評定させた。その感情を強く感じているほど得点が高くなるよう得点化された。恥ずかしさと申し訳なさを負債感得点とし、負担感と欲求不満感の和得点を負担感得点とした。

## 結 果

### 1. 平均値の比較

表1に各指標の平均値と標準偏差を示した。

#### (1) 各指標の性差

各指標の性差を調べるために対応のないt検定を行ったところ、親から受けるSS ( $t(156)=3.04, p<.01$ ), 友人から受けるSS ( $t(156)=2.20, p<.05$ ), 親に与えるSS ( $t(39)=2.83, p<.01$ ), 友人に与えるSS ( $t(156)=2.00, p<.05$ ), 自尊心 ( $t(156)=2.26, p<.05$ ) の各指標において有意な差が見られた（親に与えるSSについては、分散の等質性の検定における有意性に依りてウェルチの検定を行った）。否定的感情に関する各指標では、一部に有意な傾向が見られたが、それ以外はいずれも有意な差は認められなかった。以上のことから、SSに関する指標すべてにおいて女性の方が男性よりも高いこと、自尊心得点は男性の方が女性よりも高いこと、そして各否定的感情得点に有意な性差はないことが分かった。以下では、否定的感情得点に関する分析はすべて、男女込みによるものである。

#### (2) SS対象とSS授受量

SS授受の量がSS対象によって異なるのかどうかを調べるために、男女別にSS授受（受けるSS、与えるSS）とSS対象（親、友人）を要因とする分散分析を被験者内計画で行った。男女共に有意であったのはSS授受の主効果（男性： $F(1, 31)=4.53, p<.05$ ; 女性： $F(1, 125)=24.44, p<.01$ ）であり、男女とも与えるSSの得点の方が受けるSSのそれ

表1 各指標の平均値、標準偏差、および性差の検定におけるt値

指標	全体	男性	女性	t 値
親から受けるSS	51.04 (8.32)	47.16 (9.12)	52.03 (7.84)	3.04**
友人から受けるSS	52.00 (7.75)	49.34 (8.93)	52.67 (7.31)	2.20*
親に与えるSS	52.74 (8.29)	48.28 (10.56)	53.87 (7.22)	2.83**
友人に与えるSS	54.63 (6.81)	52.50 (8.14)	55.17 (6.35)	2.00*
自尊心	31.87 (7.13)	34.38 (7.68)	31.23 (6.87)	2.26*
親への負債感	5.25 (1.53)	5.56 (1.66)	5.17 (1.49)	1.29
友人への負債感	4.37 (1.61)	3.91 (1.42)	4.48 (1.64)	1.82 †
親への負担感	3.94 (1.43)	4.25 (1.67)	3.86 (1.35)	1.40
友人への負担感	3.94 (1.34)	3.78 (1.34)	3.98 (1.34)	0.77

( ) 内は標準偏差, \*\* $p<.01$ , \* $p<.05$ , †  $p<.10$

よりも高かった。男性では SS 対象の主効果 ( $F(1, 31) = 4.48, p < .05$ ) も有意であり、受ける SS や与える SS の得点は友人との関係の方が親との関係よりも高かった。女性では SS 対象の主効果は有意ではなく、また男女共に交互作用は有意ではなかった。

(3) SS 対象と否定的感情

SS の対象と否定的感情 (負債感, 負担感) との関係について検討した。まず, SS 対象によって負債感得点に差があるかどうかを調べるために対応のある t 検定を行った。その結果, 有意な差が認められ ( $t(157) = 6.34, p < .01$ ), 親への負債感得点の方が友人への負債感得点よりも高かった。同様にして負担感得点についても検定を行ったところ, 有意な差は認められなかった。

2. 互恵性状態各群の分布

互恵性の指標に基づき, 各被調査者を親と友人それぞれとの関係において 3 群に分類した。各群の人数は表 2 の通りであった。

表 2 親と友人, それぞれとの関係における互恵性に基づく各群の人数

親との関係			
群	合計	男性	女性
過剰利得	127 (80.4%)	26 (81.3%)	101 (80.2%)
同 等	26 (16.5%)	5 (15.6%)	21 (16.7%)
過小利得	5 (3.2%)	1 (3.1%)	4 (3.2%)
N	158	32	126

群:  $\chi^2(2) = 161.56, p < .01$ ; 群×性: ns.

友人との関係			
群	合計	男性	女性
過剰利得	40 (25.3%)	7 (21.9%)	33 (26.2%)
同 等	99 (62.7%)	19 (59.4%)	80 (63.5%)
過小利得	19 (12.0%)	6 (18.8%)	13 (10.3%)
N	158	32	126

群:  $\chi^2(2) = 65.33, p < .01$ ; 群×性: ns.

( ) 内の数値は小数点第 2 位を四捨五入したものである。

親との関係における 3 群についてカイ 2 乗検定を行ったところ, 人数の偏りは有意であった ( $\chi^2(2) = 161.56, p < .01$ )。表 2 によると過剰利得群が最も多く, 過小利得群が最も少なかった。群と性を要因としたフィッシャーの正確検定に準じた直接確率検定の結果は有意ではなく, 群と性に関連性は認められなかった。他方, 友人との関係における 3 群についてもカイ 2 乗検定を行ったところ, 人数の偏りは有意であった ( $\chi^2(2) = 65.33, p < .01$ )。表 2 によると同等群が最も多く, 過小利得群が最も少なかった。群と性を要因としたカイ 2 乗検定の結果は有意ではなく, 群と性に関連性は認められなかった。

3. サポートの互恵性状態と否定的感情

互恵性状態と否定的感情との関係を検討するた

め, 親, 友人それぞれとの関係における 3 群を使用して, 負債感得点および負担感得点を従属変数とした 1 要因の分散分析を被験者間計画で行った。親との関係における各群の負債感得点および負担感得点の平均値は図 1 の通り, 友人との関係における各群の負債感得点および負担感得点の平均値は図 2 の通りであった。

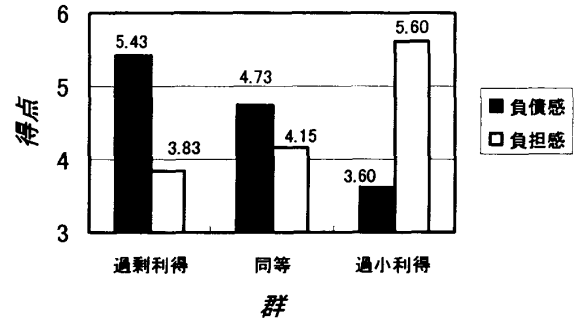


図 1 親との関係における各群の否定的感情得点平均値

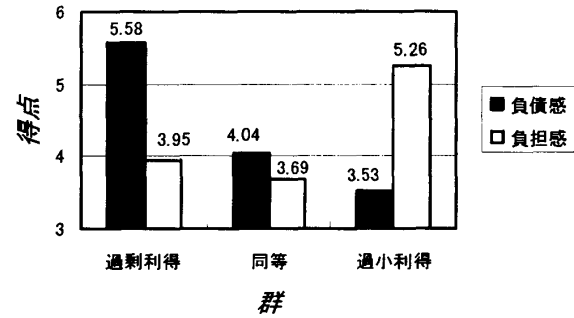


図 2 友人との関係における各群の否定的感情得点平均値

親との関係においては, 3 群の間に負債感得点 ( $F(2, 155) = 5.57, p < .01$ ) および負担感得点 ( $F(2, 155) = 4.25, p < .05$ ) とともに有意な差が見られた。テューキーの HSD 検定による多重比較の結果, 負債感得点については 5% 水準で過剰利得群の方が過小利得群よりも高く, 負担感得点については 5% 水準で過小利得群の方が過剰利得群よりも高かった。一方, 友人との関係においても, 3 群の間に負債感得点 ( $F(2, 155) = 19.56, p < .01$ ) および負担感得点 ( $F(2, 155) = 12.74, p < .01$ ) とともに有意な差が見られた。テューキーの HSD 検定による多重比較の結果, 負債感得点については 1% 水準で過剰利得群の方が同等群および過小利得群よりも高く, 負担感得点については 1% 水準で過小利得群の方が同等群および過剰利得群よりも高かった。これらのことから, 親, 友人どちらとの関係においても, SS の受けすぎは負債感を強め, SS の与えすぎは負担感を強めることが分かった。

4. サポートの互恵性状態と自尊心

親と友人, それぞれとの関係における各群の自尊心得点の平均値は図 3 と図 4 の通りであった。自尊

心得点を従属変数とし、性と群を要因とした分散分析を被験者間計画で行った。

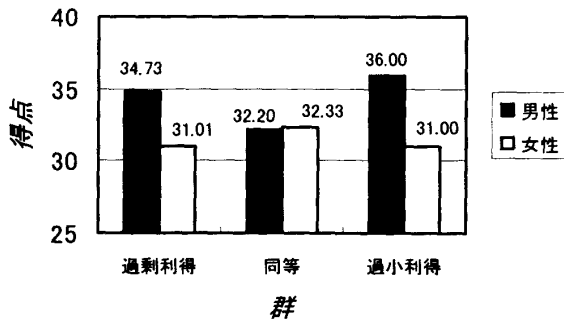


図3 親との関係における各群の自尊心得点平均値

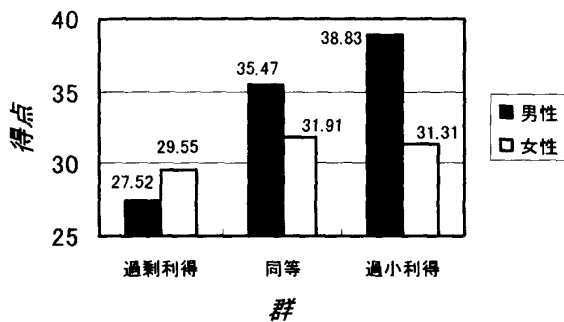


図4 友人との関係における各群の自尊心得点平均値

親との関係では、性の主効果 ( $F(1, 152) = 5.02, p < .05$ ) のみが有意であり、男性の自尊心得点の方が女性のそれよりも高かった。なお、群の主効果および交互作用は有意ではなかった。すなわち、親との関係においては、互惠性状態の違いによる自尊心得点の差は認められなかった。一方、友人との関係では、性の主効果 ( $F(1, 152) = 4.65, p < .05$ ) および群の主効果 ( $F(2, 152) = 3.90, p < .05$ ) が有意であった。性の主効果については、親との関係の場合と同様に、男性の自尊心得点の方が女性のそれよりも高かった。群の主効果についてテューキーのHSD検定による多重比較を行ったところ、過剰利得群と同等群の間に5%水準で有意な差が認められ、同等群の方が過剰利得群よりも自尊心得点が高かった。また、過剰利得群と過小利得群の間に10%水準で有意な傾向が認められ、過小利得群の方が過剰利得群よりも自尊心得点が高かった。さらに、性と群の交互作用 ( $F(2, 152) = 2.47, p < .10$ ) に有意な傾向が認められた。参考までに、各性における群の単純主効果を検定したところ、男性 ( $F(2, 29) = 4.97, p < .05$ ) においてのみ群の単純主効果が見られ、テューキーのHSD検定による多重比較の結果、過剰利得群と同等群の間、および過剰利得群と過小利得群の間にそれぞれ5%水準で有意な差が認

められた。すなわち、男性において同等群および過小利得群の自尊心得点の方が過剰利得群のそれよりも高かった。以上のことから、友人との関係においては、SSの受けすぎが自尊心の低下と関連することが分かり、この関連は特に男性において顕著になることが示唆された。

## 考 察

SSに関する指標の得点はすべて女性の方が男性よりも高かった。これは先行研究<sup>2)</sup>と同様の結果であり、女性は男性に比べてネットワークメンバーとより頻繁に接触する<sup>12)</sup>ことを考えると納得できる。また、男女とも与えるSSの得点の方が受けるSSのそれよりも高かったことから、福岡<sup>2)</sup>が言うように、青年は自分をSSの受け手というよりもむしろ送り手であると知覚しているであろう。

親、友人どちらとの関係においても、互惠性の崩れは否定的感情の増大と関連することが分かった。周ら<sup>3)</sup>は、互惠性状態から感情状態へ、感情状態から心身の健康へというパスを証明しており、本研究の結果は、互惠性の崩れが心身の健康に対して否定的な効果を持つ可能性を示唆している。

自尊心については、親との関係では互惠性状態によってその得点に差が見られることはなかった。ただ、標本数に問題があり、検定結果に意味があるとは言いがたい。今後検討しなおすべき点である。友人との関係では、互惠性状態によってその自尊心得点に有意差が認められ、SSの受けすぎが自尊心の低下と関連していた。これは、自分を保護し支えてくれる存在である親よりも、能力的に自分と対等であろう友人からSSを受けすぎることが自尊心にとって脅威となっているためであろう。

本研究において、仮説(1)は親と友人、どちらとの関係においても支持され、仮説(2)は友人との関係においてのみ支持された。友人との関係において、SSの受けすぎが否定的感情(負債感)の増大と自尊心の低下をもたらす一方、SSの与えすぎは否定的感情(負担感)を増大させるが、自尊心の低下をもたらさない。本研究における互惠性の指標が被調査者の主観的な評価であるという限界はあるが、SSの受けすぎの方がSSの与えすぎよりも心身の健康に対して、よりネガティブな効果を持つ可能性は示唆されたと言えよう。SSの取得が心身の健康に対して持つポジティブな効果も、SSの受けすぎ感やそれに基づく自尊心の低下を防いでこそ発揮される効果なのだと考えられる。

## 文 献

- 1) Lu L and Argyle M (1992) Receiving and giving support : effects on relationships and well-being. *Counselling Psychology Quarterly*, **5**, 123-133.
- 2) 福岡欣治 (1994) 友人関係におけるソーシャル・サポートの効果—受け手かつ送り手としての個人—. 日本社会心理学会第35回大会発表論文集, 410-411.
- 3) 周 玉慧, 深田博己 (1996) ソーシャル・サポートの互惠性が青年の心身の健康に及ぼす影響. *心理学研究*, **67**, 33-41.
- 4) Jung J (1990) The role of reciprocity in social support. *Basic and Applied Social Psychology*, **11**, 243-253.
- 5) Lu L (1997) Social support, reciprocity, and well-being. *The Journal of Social Psychology*, **137**, 618-628.
- 6) Fisher JD, Nadler A and Whitcher-Alagna S (1982) Recipient reactions to aid. *Psychological Bulletin*, **91**, 27-54.
- 7) 原田純治 (1992) 援助行動. 遠藤辰雄, 井上祥治, 蘭 千寿編, セルフ・エスティームの心理学—自己価値の探求—, ナカニシヤ出版, 京都, pp156-161.
- 8) 遠藤辰雄 (1992) セルフ・エスティーム研究の視座. 遠藤辰雄, 井上祥治, 蘭 千寿編, セルフ・エスティームの心理学—自己価値の探求—, ナカニシヤ出版, 京都, pp8-25.
- 9) 久田 満, 千田茂博, 箕口雅博 (1989) 学生用ソーシャル・サポート尺度作成の試み (1). 日本社会心理学会第30回大会発表論文集, 143-144.
- 10) Rosenberg M (1965) *Society and the adolescent self-image*. Princeton University Press, Princeton.
- 11) 山本真理子, 松井 豊, 山成由紀子 (1982) 認知された自己の諸側面の構造. *教育心理学研究*, **30**, 64-68.
- 12) Turner HA (1994) Gender and social support : taking the bad with the good?. *Sex Roles*, **30**, 521-541.

(平成12年10月18日受理)

## The Relationships between Reciprocity of Social Support and Self-Esteem in University Students

Arata SASAKI and Osamu SHIMADA

(Accepted Oct. 18, 2000)

Key words : SOCIAL SUPPORT, RECIPROCITY, SELF-ESTEEM, NEGATIVE AFFECT,  
UNIVERSITY STUDENTS

### Abstract

The purpose of this study was to examine the relationships between reciprocity of social support and self-esteem in university students. The subjects were 158 undergraduate students, who were asked to complete a questionnaire concerning support received from parents and friends, and support given to parents and friends. At the same time, perceived reciprocity of support, self-esteem, and negative affects were also assessed. Mean scores of self-esteem and negative affects among three groups based on perceived reciprocity were tested by analysis of variance (ANOVA). The following results were obtained : (1) In the relationships with both parents and friends, those who felt they had received the most support had greater feelings of indebted, and those who felt they had received the least support had more burdens to bear. (2) In relationships with friends, those who received the most support had lower self-esteem than those who received average support, and those who received least support.

Correspondence to : Arata SASAKI

Master's Program in Clinical Psychology, Graduate School of  
Medical Welfare, Kawasaki University of Medical Welfare  
Kurashiki, 701-0193, Japan

(Kawasaki Medical Welfare Journal Vol.10, No.2, 2000 249-254)