

親しい友人の日常ストレス状況体験における ソーシャル・サポート提供と気分状態の関連性

福岡 欣治*¹

1. 問題と目的

本研究では、日常のストレス状況を体験した場合に周囲の人々との間でおこなわれる支持的な相互作用に焦点をあて、それが心理的適応の一指標としての気分状態に及ぼす影響を検討する。特に本研究では、友人関係の中でのサポート提供が、提供者自身にとってどのような意味をもつかに注目する。

ソーシャル・サポートは、社会的関係が健康を促進する過程を包括的に示す概念と考えられている¹⁾。その定義に関して明確な結論が導かれられない状況ではあるものの、「重要な他者から得られる有形・無形の援助 (support)」²⁾が重要であるというゆるやかなコンセンサスは存在する。ソーシャル・サポートの概念は地域精神衛生における非専門家の機能への注目³⁾に端を発することから、研究上の関心は主として、家族や友人などの日常的な対人関係の中で「サポートが得られること」の受け手に対する効果に向けられてきた。

ただし、これらの対人関係においては、人は常にサポートの受け手であるというわけではなく、サポートの送り手でもあり得る。そこで従来から、ソーシャル・サポートの互惠性 (reciprocity) あるいはサポートの提供自体に注目した研究もおこなわれてきた。

ソーシャル・サポートの互惠性とは、受領するサポートと提供するサポートの水準がおおむね一致することであり⁴⁾、衡平理論⁵⁾を背景に、受領と提供の水準が一致しない過剰利得ないし過少利得の場合よりも一致する場合が望ましいとされている⁶⁾。もっとも、サポートの提供を受領との対概念として取り上げることへの批判的見解も提出されており、富樫⁷⁾は、サポートの互惠性に関する研究におけるサポート提供は副次的な位置づけであり“提供サ

ポート独自が持つ効果などについての検討が見過ごされてしまうことになる” (p.54)と指摘している。

提供者側からソーシャル・サポートを捉えようとする視点は、研究史的には比較的早い段階からみられる。例えば Shumaker and Brownell⁸⁾は、ソーシャル・サポートの概念定義にあたって提供者側の意図と受領者側の認知とともに考慮すべきであることを主張している。また Jung⁹⁾は主に一時的な関係に注目してきた援助行動研究との接点を考慮しつつ、サポート提供者の動機づけに着目した研究をおこなっている。Dunkel-Schetter and Skokan¹⁰⁾はサポート提供の決定因を「受け手」「送り手」「関係性」「ストレッサー」の4つに分類してレビューしている。Iida et al.¹¹⁾は、日誌形式での縦断的研究によってこれらの変数がサポート提供に影響することを実証している。

サポート提供に着目した研究には、サポートの受領者よりも提供者の側に、より有益な効果がみられることを指摘するものがある。前述の Jung⁹⁾は、サポート提供者として頼られるとき、自らの価値が認められていると感じると述べている。Liang ら¹²⁾は高齢者におけるサポートの受領と提供を比較し、多く提供できていると知覚しているほど自尊感情が高いことを報告している。Brown ら¹³⁾は高齢者の死亡率を従属変数として、サポートの受領よりも提供の方が死亡率の低さと関連していたことを報告している。このような研究の延長線上で、自らをサポートの受領者としてよりも提供者として認知すること (サポート提供者知覚) のもつ有益な効果が指摘されている¹⁴⁾。

しかし、サポート提供者知覚は、サポートの受領と提供の積み重ねをふまえつつもそれらを総合した形での現時点での認知である、実際の個別的・具体

*1 川崎医療福祉大学 医療福祉学部 臨床心理学科
(連絡先) 福岡欣治 〒701-0193 倉敷市松島288 川崎医療福祉大学
E-mail : fukuoka@mw.kawasaki-m.ac.jp

的なサポートの提供と同一ではない。サポート提供者知覚の測定においては、その人物から受ける援助とその人物に与える援助を回答者自身に直接比較させ「与える援助の方が多い」とした場合に「提供者」とみなされる¹⁵⁾。これは、ソーシャル・サポート研究の文脈において、実行されたサポートよりもむしろ知覚されたサポートとして概念化されるべきであると考えられる。特定の経験に関する回答ではなく、現在どのような状態にあるかの認知を表すからである。

他方、実際のサポート提供にあたっては、Iidaら¹¹⁾の測定にも含まれているように、サポートを受領する側が何らかの苦痛 (distress) を経験しており、積極的にサポートを求めるか、あるいは苦痛を表明するなどによって提供者がそのニーズに気づくことが必要である。親密な関係において相手の苦痛を認識することはそれ自体が自らにとっても苦痛になり得るため、サポートの提供それ自体は提供者側にとって有益であるとしても、サポート提供がなされる事態を全体として見た場合、それは両価的な性質をもつことになる。しかし、このような視点で親しい関係におけるサポート提供が提供者自身に及ぼす影響を検討した研究は、従来まだ報告されていない。

本研究では、こうした問題意識を背景に、大学生の親しい友人に対するソーシャル・サポートの提供と提供者自身の気分状態との関連性について検討する。ソーシャル・サポートの受領に関して福岡¹⁶⁾は、自身のストレス状況体験時に親しい友人から受けるサポートは状況のストレス度が高まるほど多くなるが、数多くのストレス状況を体験することは1状況あたりでみるとサポート受領を相対的に減少させ、結果的に気分状態が悪化することを報告している。この研究枠組みに沿って、本研究では、親しい友人がストレス状況を体験した場合にどの程度のサポートを提供するか、また友人のストレス状況体験の認知とそれに対するサポート提供の程度が、提供者自身の気分状態にどのような影響を与えるのか、について探索的に検討した。

2. 方法

2.1 被調査者

複数の4年制大学の学生計226名 (男子87名, 女子139名) が調査対象となった。年齢の範囲は18-25歳 (平均19.27歳, SD = 0.91) であり、自宅通学者の割合は56.2%であった。

2.2 測定内容

2.2.1 親しい友人のストレス状況体験

福岡¹⁶⁾と同じくサポートの授受がおこなわれやすいと思われる8つの生活ストレス状況 (表1参照) を設定し、自分の親しい友人を具体的に想定させた上で、過去1週間で友人がそうした状況を体験したかどうか、「1. 全然なかった」「2. 少しあった」「3. 大いにあった」の3段階でたずねた。

2.2.2 ストレス状況を体験した友人に対するサポート提供

友人が各ストレス状況を「少し」または「大いに」体験していたと回答した人について、その友人に対して所定のサポートを提供したかどうか、それぞれ「1. そうでない」「2. どちらかといえばそうでない」「3. どちらかといえばそうである」「4. そうである」の4件法で評定させた。所定のサポート内容 (表2参照) は福岡¹⁶⁾と同様とした。なお、本調査に先立って大学生111名を対象とする予備調査を実施し、各状況を体験した際に親しい友人に大して自分が当該の行動をしてあげられると思うかを、「1. そうでない」「2. どちらかといえばそうでない」「3. どちらかといえばそうである」「4. そうである」の4件法でたずね、肯定的な回答 (「そうである」+「どちらかといえばそうである」) が3分の2を超える (66.7~88.3%) ことを確認した上で使用した。

2.2.3 気分状態

福岡¹⁶⁾と同じ気分尺度を用いた。POMS (Profile of Mood States)^{17,18)}を基礎に作成され、ポジティブ気分とネガティブ気分を各10項目で測定する。POMS, PANAS (Positive and Negative Affect Schedule)^{19,20)}との関連性が報告されている²¹⁾。自分自身の過去1週間の状態について、それぞれ3段階評定 (1. 全然違う, 2. 少しそうだ, 3. その通りだ) で回答を求めた。

2.2.4 精神的健康度

精神健康調査票 General Health Questionnaire (GHQ)^{22,23)}より12項目版の項目²⁴⁾を抜粋して用いた。福岡¹⁶⁾と同じく4段階の評定にそれぞれ1~4点を充当し、その合計点を指標とした。得点が高いほど精神的に不健康であることを意味する。福岡¹⁶⁾と同様、サポートと気分状態の関連性に対する統制変数とするため、前述の2尺度の1週間前に測定した。なお、統制変数として測定した理由は、自身の精神的健康が損なわれている場合にはサポート提供が難しい等の影響を生じる可能性を考慮したためである。

2.3 実施方法

心理学関連の複数科目の授業中に上記尺度を含む

調査票を配布し、いずれも1週間後の授業時に回収した。

3. 結果

3.1 友人のストレス状況体験

表1に、友人のストレス状況体験に関する回答分布を示す。友人の状況体験率（「少しあった」と「大いにあった」の合計）は47.3~67.7%であった。また、全回答者の90.7%が、最低1つは友人がストレス状況を体験していたと回答していた。回答者全体での友人のストレス状況体験数は平均4.64（SD=2.57）であり、この平均値については、t検定の結果5%水準での男女差が認められ、女子の方が体験数が多かった（男：Mean=4.16, SD=2.72, 女：

Mean=4.94, SD=2.47, t=2.21, df=224, p<.05).

3.2 友人のストレス状況体験に対するサポート提供

表2に、友人のストレス状況体験があった場合の、その友人に対するサポート提供の回答状況を示す。各選択肢の選択状況をみると、友人が何らかのストレス状況を体験していた場合、84.8~96.1%の人が、少なくともある程度までのサポート提供をおこなっていた（「そうである」ことを示す3つの選択肢を選んだ人の合計）。また、サポート提供がなされた場合の「少し」「かなり」「非常に」という3つの選択肢について、極端な回答の偏りはみられなかった。

また、各項目について友人のストレス状況体験が

表1 過去1週間における親しい友人のストレス状況体験（回答分布）

項目（ストレス状況）内容	全然	少し	大いに
	なかった	あった	あった
どうしようかと迷うようなことが...	32.3	47.3	20.4
気分的に落ち込んでしまうようなことが...	40.7	38.9	20.4
いらいらしたり腹立たしくなるようなことが...	52.7	35.8	11.5
困ってしまうようなことが...	35.4	44.7	19.9
頭を悩ませてしまうようなことが...	37.2	42.0	20.8
不安になってしまうようなことが...	41.6	42.9	15.5
何かを決めなくてはいけないようなことが...	50.4	35.8	13.7
気晴らしに何かしたくなるようなことが...	46.0	33.2	20.8

(単位：%, N=226)

表2 親しい友人の日常ストレス状況体験に関するサポート提供

項目内容	回答分布 (%) ^{a)}				低ストレス ^{b)}		高ストレス ^{c)}	
	0	1	2	3	平均	SD	平均	SD
友だちは、どうしようか迷っているときが...	3.9	33.3	35.9	26.8	1.58	0.78	2.50	0.69
→そのとき、私は友だちは私なりの考えを言ってあげた					F(1,149)=47.00***			
友だちは（気分的に）落ち込んでいるときが...	6.0	38.8	35.1	20.1	1.42	0.8	2.22	0.73
→そのとき、私は友だちを元気づけてあげた					F(1,130)=30.79***			
友だちは、いらいらしたり腹立たしくしているときが...	11.2	25.2	39.3	24.3	1.62	0.94	2.23	0.82
→そのとき、私は友だちの愚痴を聞いてあげた					F(1,103)=8.77**			
友だちは、困っているときが...	4.8	30.8	43.8	20.5	1.54	0.7	2.38	0.78
→そのとき、私は友だちの相談にのってあげた					F(1,142)=44.36***			
友だちは、頭を悩ませているときが...	16.2	38.0	32.4	13.4	1.24	0.81	1.81	1.01
→そのとき、私は冗談を言ったりして、友だちの気をまぎれさせてあげた					F(1,138)=11.91***			
友だちは、不安になっているときが...	5.3	40.2	34.8	19.7	1.48	0.75	2.26	0.85
→そのとき、私は友だちを励ましてあげた					F(1,128)=26.85***			
友だちは、何か決めなくてはいけないときが...	8.0	40.2	37.5	14.3	1.44	0.72	1.94	1.00
→そのとき、私は友だちにアドバイスしてあげた					F(1,108)=8.85**			
友だちは、私と気晴らしに何かしたいときが...	19.7	23.0	31.1	26.2	1.40	0.92	2.02	1.21
→そのとき、私は友だちの気晴らしにつきあってあげた					F(1,118)=11.31**			

a) 「0=そうでない」「1=少しそうである」「2=かなりそうである」「3=非常にそうである」。(N=107-153)

b) 低ストレス=少しあった, 高ストレス=大いにあった

c) 共変量: 性別 (男=1, 女=2), 居住 (自宅=1, 自宅外=2)

***p<.001 **p<.01 *p<.05 +p<.10

「少しあった」場合と「大いにあった」場合での友人に対するサポートの提供度について、それぞれ平均値を求め、性別等を統制した共分散分析により比較した。その結果、8状況全てにおいて有意差が認められ、いずれも「少し」よりも「大いに」を選んだ人の場合に、サポート提供度の得点が高かった。

3.3 友人のストレス状況体験に対するサポート提供と気分状態の関係

友人のストレス状況体験に伴うサポート提供と提供者の全般的な気分状態との関連性を検討するため、8項目全体での「友人のストレス状況の体験量」「友人のストレス状況体験時に提供したサポートの合計（合計サポート提供）」、およびサポート提供の合計を友人のストレス状況体験で除した「平均サポート提供」を算出した。これらはいずれも、サポート受領と受領者の気分との関連を検討した福岡¹⁶⁾に準じた得点化の方法である。また、「平均サポート提供」は、あるサポート提供者がさまざまな友人のストレス状況体験を認識する中で、1状況あたりで提供したサポート量を反映する指標である（合計サポート提供の得点は、友人のストレス状況体験が多ければ直線的に増加するため、サポート提供のみならず友人がいかに多くストレス状況を体験したかをも同時に反映する指標となる）。これらの諸指標と、ポジティブ気分およびネガティブ気分との関連性を、性別・居住・事前に測定された精神的健康度を統制した偏相関係数により検討した。

その結果、表3に示すとおり、友人のストレス状況体験や提供サポートの合計点はネガティブな気分と正の関係にあった。他方、提供平均サポートはポジティブな気分を向上させネガティブな気分を減じるが、友人がストレス状況を多く体験している人では平均サポート提供はむしろ減少する傾向（10%水

準）にあった。これらの結果は、親しい友人のストレス状況体験を知ることが自らにとってもある種の負担になり得ること、また数多くのストレス状況を友人が経験することによって、自ら提供し得るサポートに一定の限界が生じ得ることを示唆する。

そこで、偏相関係数の結果をふまえ、友人のストレス状況体験と「平均サポート提供」、サポート提供者自身の気分について、福岡¹⁶⁾に準じたパス解析をおこなった。すなわち、「友人がストレス状況を体験した場合に多くのサポートが提供できていれば好ましい気分状態がもたらされるが、友人のストレス状況体験が多ければ直接に、また、状況あたりのサポート提供を減少させることで間接的に気分状態を悪化させる」という仮説的な因果関係を想定して分析した。なお、偏相関係数を算出した際と同様に、性別・居住・精神的健康度を統制変数として使用した。

その結果、図1に示すとおりこれらの関連性が認められ、友人へのサポート提供はポジティブな気分と有意に関連するが、友人がストレス状況を体験すること自体はネガティブな気分と有意に関連していた。また、友人のストレス状況体験が多いほど1状況あたりで友人に提供するサポート量は減少する傾向があり、またそれがネガティブな気分の助長につながる傾向も10%水準ながら認められた。

4. 考察

本研究では、親しい友人がストレス状況を体験した場合に大学生がどの程度のサポートを提供するか、また親しい友人によるストレス状況体験の認知とそれに対するサポート提供の程度が、提供者自身の気分状態にどのような影響を与えるのか、について検討した。本研究の結果は、以下の4点にまとめられる。

表3 友人のストレス体験，サポート提供，気分状態の平均値と偏相関係数

変数	基礎統計量			偏相関係数 ^{c)}			
	平均	S D	α	①	②	③	④
① 友人のストレス体験量	6.07	4.15	0.86	—			
② サポート提供合計 ^{a)}	7.81	5.85	0.84	.82 ***	—		
③ 平均サポート提供 (②÷①) ^{b)}	1.32	0.49	—	-.13 +	.38 ***	—	
④ ポジティブ気分	1.84	0.50	0.88	-.02	.10	.24 ***	—
⑤ ネガティブ気分	1.70	0.49	0.90	.26 ***	.15 *	-.15 *	-.53 ***

***p<.001 **p<.01 *p<.05 +p<.10

a) ストレス状況の体験がなかった場合には各項目に0点を当てた。

b) 除算による指標のため α 係数は算出できない。

c) 性別（男=1，女=2），居住（自宅=1，自宅外=2），1週間前の精神的健康度（GHQ12項目版）の得点を統制

- (1) 親しい友人がストレス状況を経験した場合、大学生はサポートを提供し、また提供するサポートは状況のストレス度が高まるほど多くなる。
- (2) 親しい友人が多くのストレス状況を体験すると、それを認知する側（サポート提供者）のネガティブな気分が強まる。
- (3) 親しい友人がストレス状況を体験した場合、より多くのサポートを提供することは、提供者自身のポジティブな気分を高め、ネガティブな気分を低める。
- (4) 親しい友人がストレス状況を数多く体験すると、1状況あたりの提供サポート量は相対的に減少する傾向にある。

1点目は、親しい友人との関係においては相手のニーズに応じたサポートが提供されることを示している。これは、「ストレッサー」の要因がサポート提供に関連するという先行研究^{10,11)}の指摘および知見と対応している。

2点目は、親しい友人がストレス状況を経験していると認識することが、サポート提供者にとって二次的なストレッサーになり得ることを示唆している。本研究の調査ではサポートの受け手側によるストレス体験の開示やサポート希求等を測定していないが、少なくとも本研究の回答者は、親しい友人の体験している状況あるいは感情に気づいている。ケアの専門職においては、共感的に関わり続けることによる疲弊としての共感疲労 (compassion fatigue)²⁵⁾が問題視されている。この概念は主とし

て外傷性の出来事（トラウマ）に対する専門家によるケアの文脈で用いられているが²⁶⁾、親密な関係では類似の状態が生じることも考えられる²⁷⁾。

3点目は、従来の研究でも報告されているのと同様の、サポート提供の有益な効果である。Clark and Mills²⁸⁾によれば、親密な関係は共同的 (communal) であり、援助やサポートの提供が期待される関係である。サポート提供者知覚論^{14,15)}の依拠する自己評価の維持ないし向上に関する諸理論では下方比較の役割が想定されてきたが²⁹⁾、共同的な関係においては即時的・直接的な報酬を求めるよりもまず重要な他者のニーズに応じた行動をとらうとする。受領とのバランスよりもサポートの提供そのものに高い価値がおかれ、結果として提供者自身の満足や自己高揚をもたらす。なお、これは援助行動研究で指摘されている「援助成果」³⁰⁾と同様の、サポート提供それ自体が持つ肯定的効果を表すと考えられる。

ただし、本研究では、この結果はサポート提供に関する8項目への回答の単純加算ではなく、それを友人のストレス状況体験で除した平均サポート提供において得られた点に注意する必要がある。前者は確かに実際のサポート提供であるが、それを必要とする受け手のニーズを強く反映したのもでもある。サポートの総量ではなく1状況あたりの指標において良好な気分との関連が認められたことは、サポート受領と受領者の気分の関係を扱った福岡¹⁶⁾と共通の知見であり、実行されたサポートの特徴の一部として理解することができる。

4点目については、10%水準での関連性ではある

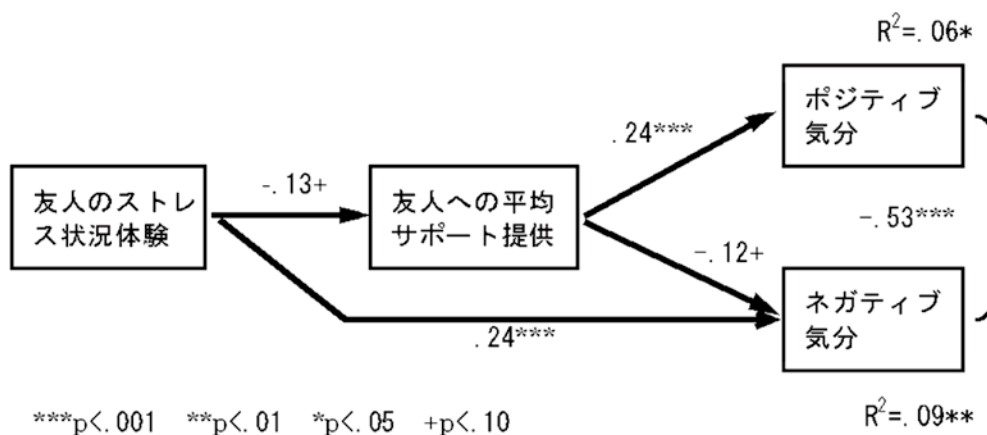


図1 友人のストレス体験、平均サポート提供と提供者の気分状態 (パス図)

が、従来のサポート提供に関する研究では報告されていない新しい知見である。親密な関係においては、一方がストレス状況を体験し他方がそれに気づくことは、その体験あるいは体験にともなう心情を、少なくともある程度は共有することになるであろう。そのことが、受け手のニーズに十分に応えることを困難にしてしまう可能性がある。本研究の結果は、親しい関係におけるサポート提供の限界を示唆するものと解釈できよう。なお、従来の「援助成果」の研究では一時的な関係における自発的（ボランティアな）行為が中心的に扱われており（たとえば妹尾と高木³¹⁾）、このような関係ではコストが大きくなればその行為は手控えられる。他方、親密な関係では必ずしもそうではなく、コストが大きくなっても親密さの故にサポートの提供が潜在的な送り手と受け手の双方によって期待される可能性がある。しかし、サポート提供の資源は無限ではないため、一定以上の多重的あるいは重篤なストレス体験に際し

て、そのニーズに見合ったサポート提供は困難な場合もあり得る。このことはサポート提供者にとって脅威的な性質をもつことになるであろう。

本研究は比較的小規模な横断的研究であり、得られた変数間の関連性は顕著なものばかりではない。検討の対象は大学生の友人関係のみであり、他の年代たとえば中年や高齢者に、また親子関係や夫婦関係など、他の親しい関係にそのまま結果を一般化できるという保証はない。そして、人がサポートの受け手であるだけでなく送り手でもあるという視点に立ち返れば、本研究はサポートの提供のみを扱っており、網羅性を欠くという点で受領のみを扱った多くの研究と同じ欠点を持つ。8状況のみによるストレス体験およびサポート提供の把握についても同様である。今後のさらなる研究の積み重ねにより、実行されたサポートとしてのソーシャル・サポート提供に関する知見の確証と拡張が必要である。

注

本稿は、日本グループ・ダイナミクス学会第50回大会での発表内容にもとづき、その後の研究知見をふまえ新たな観点を加えてまとめ直したものである。本研究における調査の実施にあたっては、平成13-14年度科学研究費補助金（若手研究（B）、課題番号13710094）による助成を受けた。調査にご協力いただいた回答者の皆様、また調査の実施にご協力いただいた先生方に対し、改めて御礼申し上げます。

文 献

- 1) 種市康太郎：ソーシャルサポート。下山晴彦（編集代表）、誠信心理学辞典 新版、誠信書房、東京、640、2014。
- 2) 久田満：ソーシャル・サポート研究の動向と今後の課題。看護研究、20(2)、170-179、1987。
- 3) Caplan G: *Support systems and community mental health: Lectures on concept development*. Behavioral Publications, New York, 1974.
- 4) 谷口弘一：ソーシャル・サポートの互恵性と適応—個人内および個人間発達の影響—。谷口弘一、福岡欣治編著 対人関係と適応の心理学—ストレス対処の理論と実践—、北大路書房、京都、117-134、2006。
- 5) Walster E, Walster GW and Berscheid E: *Equity: Theory and research*. Allyn & Bacon, Boston, 1978.
- 6) Rook KS: Reciprocity of social exchange and social satisfaction among older women. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(1), 145-154, 1987.
- 7) 富樫ひとみ：高齢者によるソーシャルサポート提供の動機と効果。健康科学大学紀要、7、73-83、2007。
- 8) Shumaker SA and Brownell A: Toward a Theory of Social Support: Closing Conceptual Gaps. *Journal of Social Issues*, 40(4), 11-36, 1984.
- 9) Jung J: Social support providers: Why do they help? *Journal of Applied Social Psychology*, 9(3), 321-240, 1988.
- 10) Dunkel-Schetter C and Skokan L: Determinants of social support provision in personal relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7(4), 437-450, 1990.
- 11) Iida M, Seidman G, Shrout PE, Fujita K and Bolger N: Modeling support provision in intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 94(3), 460-478, 2008.
- 12) Liang J, Krause NM and Bennett JM: Social exchange and well-being: Is giving better than receiving? *Psychology and Aging*, 16(3), 511-523, 2001.
- 13) Brown SL, Nesse RM, Vinokur AD, and Smith DM: Providing social support may be more beneficial than receiving it: results from a prospective study of mortality. *Psychological Science*, 14(4), 320-327, 2003.
- 14) 山本友美子、堀匡、大塚泰正：大学生におけるサポート提供者知覚が精神的健康に及ぼす影響—エスティーム・エ

- ンハンスメント理論に基づく縦断的検討－. 広島大学心理学研究, 8, 147-162, 2008.
- 15) Väänänen A, Buunk BP, Kivimäki M, Pentti J, and Vahtera J: When It Is Better to Give Than to Receive: Long-Term Health Effects of Perceived Reciprocity in Support Exchange. *Journal of Personality and Social Psychology*, 89(2), 176-193, 2005.
 - 16) 福岡欣治: 日常ストレス状況体験における親しい友人からのソーシャル・サポート受容と気分状態の関連性. 川崎医療福祉学会誌, 19(2), 319-328, 2010.
 - 17) McNair DM, Lorr M and Doppelman LM eds: *Manual for the Profile of Mood States*. Educational and Industrial Testing Service, San Diego, 1971.
 - 18) 横山和仁, 荒記俊一, 川上憲人, 竹下達也: POMS (感情プロフィール検査) 日本語版の作成と信頼性および妥当性の検討. 日本公衆衛生雑誌, 37(11), 913-918, 1990.
 - 19) Watson D, Clark LA, and Tellegen A: Development and validation of brief measures of Positive and Negative Affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1063-1070, 1988.
 - 20) 佐藤徳, 安田朝子: 日本語版 PANAS の作成. 性格心理学研究, 9, 138-139, 2001.
 - 21) 福岡欣治: 日常ストレス経験に伴う対人相互作用と気分状態の関係－気分尺度の予備的検討－. 川崎医療福祉学会誌, 20(2), 475-479, 2011.
 - 22) Goldberg D: The detection of psychiatric illness by questionnaire. *Maudsley Mnograpths*, 21, Oxford University Press, London, 1972.
 - 23) 中川泰彬, 大坊郁夫: 日本版 GHQ 精神健康調査票手引. 初版, 日本文化科学社, 東京, 1985.
 - 24) 福岡欣治, 安藤清志, 松井豊: 無作為抽出サンプルによる General Health Questionnaire 12項目版の検討. 東洋大学21世紀ヒューマン・インタラクシオン・リサーチ・センター研究年報, 2, 73-82, 2005.
 - 25) Joinson C: Coping with compassion fatigue. *Nursing*, 22(4), 116-122, 1992.
 - 26) Figley CF: Compassion fatigue as secondary traumatic stress disorder: An overview. In Figley CF ed, *Compassion fatigue: Coping with secondary traumatic stress disorder in those who treat the traumatized*, Brunner/Mazel, New York, 1-20, 1995.
 - 27) 小林友美, 中谷素之: 女子大学生におけるストレスフルなライフイベントの開示に対する聞き手の共感疲労. 東海心理学研究 7, 22-31, 2013.
 - 28) Clark MS and Mills J: Interpersonal attraction in exchange and communal relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37(1), 12-24, 1979.
 - 29) Batson CD: Altruism and prosocial behavior. In Gilbert DT, Fiske ST and Lindzey G eds, *The handbook of social psychology*, McGraw-Hill, New York, Vol.2, 282-316, 1998.
 - 30) 高木修: 援助行動の生起過程に関するモデルの提案. 関西大学社会学部紀要, 29(1), 1-21, 1997.
 - 31) 妹尾香織, 高木修: 援助行動経験が援助者自身に与える効果－地域で活動するボランティアに見られる援助成果－. 社会心理学研究, 18(2), 106-118, 2003.

(平成27年5月11日受理)

Correlation Between Providing Social Support for Close Friends Experiencing Everyday Stress and the Provider's Mood States

Yoshiharu FUKUOKA

(Accepted May 11, 2015)

Key words : providing social support, stressful situations, close friends, mood states

Correspondence to : Yoshiharu FUKUOKA

Department of Clinical Psychology

Faculty of Health and Welfare

Kawasaki University of Medical Welfare

Kurashiki, 701-0193, Japan

E-mail : fukuoka@mw.kawasaki-m.ac.jp

(Kawasaki Medical Welfare Journal Vol.25, No.1, 2015 175 – 182)