

# 友人に対する価値観と葛藤解決効力感が 精神的健康に及ぼす影響

— 対人ストレスコーピングを媒介とした影響過程の検討 —

金子 功一<sup>[1]</sup>

[1] 植草学園大学発達教育学部

**要旨：**本研究は、友人に対する価値観と友人との葛藤解決効力感が、対人ストレスコーピングの各下位尺度を媒介し、精神的健康の指標である抑うつ・不安に及ぼす影響プロセスについて検討することを目的とした。大学生146名（男性49名，女性97名）を分析対象とした。構造方程式モデリングによるパス解析を行ったところ、友人に対する価値観及び葛藤解決効力感はポジティブ関係コーピングを媒介し、抑うつ・不安に有意な正の影響を与えていた。また、友人に対する価値観は、ネガティブ関係コーピングと解決先送りコーピングを媒介し、抑うつ・不安に負の影響を与えることが示された。これらの結果に関する考察を行った上で、対人ストレス過程における社会的相互作用モデルを採用することで、対人ストレスコーピング研究の発展に寄与できる可能性が示唆された。

**キーワード：**友人に対する価値観，葛藤解決効力感，対人ストレスコーピング，精神的健康

## 1. はじめに

近年、様々な心の問題を抱えている大学生が増えており、その中でも友人関係に関する相談件数が最も多いことが指摘されている（中央教育審議会：大学分科会，2005）。学生相談においては、こうした大学生がどのような友人関係を通して精神的健康を形成し維持しているかを捉える必要がある。

青年期の友人関係は、個人の適応や精神的健康に影響する重要な側面であることが指摘されている（岡田，2007；丹野，2008）。しかし、現代青年の特徴として、友人との全人的な融合を避けて距離を保つ疎遠化（松井，1990）、対人関係の希薄化（岡田，1993）も示唆されている。以上の知見のように青年期における友人との関係は肯定的な影響をもたらす反面、ストレスサーとして否定的な影響をもたらすと考えられる。

対人ストレスサーの1つである対人葛藤に関して、山本（1995）や藤森（1989）は、対人葛藤とは「個人の欲求，目標，期待が他者によって妨害されていると個人が知覚するときに生じる対人的過程であり，感情・認知・行為を含むもの」と定義している。ただし、橋本（2005）は、そこで行われる対人的相互作用の具体的内容については、コンセンサスの得られた明確な定義や類型化はなされておらず、対人葛藤という概念は、恣意的に用いられることも多いと指摘している。さらに、池内（1971）は、対人葛藤に関する初期の研究において、“①対人葛藤には葛藤を解決するための行動が行われるものと行われないものがあること，②葛藤を当事者である両者が意識する場合と片方しか意識しない場合があること”の2点を挙げている。確かに、対人葛藤が生じた際、その葛藤を解決するための対処方略を実行することや、対処方略を顕在化させなくても、葛藤

を解決できると思うことが重要であると考えられる。そして、橋本（2005）は、対人葛藤研究で基本的な目標とされるのは個人のストレスを解消することではなく、葛藤を解決することであるとしている。つまり、対人葛藤時において葛藤解決を試みようとすることは、言うまでもなく対人ストレスになるが、葛藤解決への対処方略を工夫して実行することによって、有益な効果をもたらすと考えられる。すなわち、このような対処方略の工夫によって対人ストレスがポジティブなものになる可能性がある。実際、大西（2002）は、対人葛藤は全くなければよいというものでもなく、対人葛藤があったとしてもそれに適切に対処することで対人ストレスコーピングが高められるとしている。

さて、こうした対人ストレスの発生過程について、Lazarus & Folkman（1984）の心理的ストレスモデルが理論的に中心的な役割を担っている（設楽・新井, 2009）。そこでは、個人の主観的な評価によってストレスが認知されると、コーピングが発動され、その結果、精神的健康等のストレス反応が生じるとされる。加藤（2000；2003）は、対人ストレスコーピングに関する研究において、対人ストレスコーピングを3つに分類している。①対人ストレスに対して積極的に関係を改善し、より良い関係を築こうと努力するポジティブ関係コーピング、②対人ストレスに対して良い関係を放棄・崩壊するようなネガティブ関係コーピング、③ストレスフルな対人関係を問題とせず、時間が解決するのを待つような解決先送りコーピングである。加藤（2007）は、これらのコーピングの中で、ポジティブ関係コーピングと解決先送りコーピングは精神的健康を促進する一方、ネガティブ関係コーピングは精神的健康を阻害することを示している。したがって、対人葛藤が生じた際、どのようなコーピングをとるのかによって精神的健康が左右されることが予測できる。そこで本研究では、対人ストレス時のコーピングが精神的不健康の指標である抑うつ・不安にどのような影響を与えるかについて明らかにすることを目的とする。

以上の知見のみならず、本研究では、対人ストレス時のコーピングのとり方に、葛藤を解決するための効力感及び友人に対する価値観が影響を与えると

予測する。つまり、友人関係を重視し葛藤を解決できるという実感は、友人とのトラブルが生じた際の効果的なコーピングのとり方に影響すると考える。金子・中谷（2014）では、友人とのジレンマ場面における葛藤を自らの行為や実行によって解決できると思うことを友人との葛藤解決効力感（以下：葛藤解決効力感）と定義し、葛藤解決効力感尺度を新たに構成している。また、青年自身が友人やその友人に対してもつ内面的な価値観のことを友人に対する価値観と定義し、友人に対する価値観尺度も新たに構成している。そして、これらの各尺度を用いた実証的研究を行い、友人に対する価値観と葛藤解決効力感の高さが、自尊感情や友人関係満足感を促進させることを示している。しかし、友人に対する価値観と葛藤解決効力感が対人ストレスコーピングや精神的不健康の指標とどのような関連をもっているのか、及びどのようなプロセスを通して精神的不健康に影響を及ぼすのかに関する研究は検討されていない。したがって本研究では、精神的不健康への影響を明確にするために、まず、友人関係の特徴をとらえる各尺度である友人に対する価値観と葛藤解決効力感が、対人ストレスコーピングのとり方を規定すると想定する。すなわち、友人に対する価値観が高い人は、葛藤解決効力感も高いと考えられる。そのため、友人に対する価値観の高い人は、友人との葛藤が生じた際に適切なコーピングであるポジティブ関係コーピングや時間が解決するのを待つような解決先送りコーピングをとる可能性が高いと推察する。一方、友人に対する価値観が低い人は、葛藤解決効力感も低いと考えられる。そのため、友人との葛藤が生じた際は、不適切なコーピングとされるネガティブ関係コーピングをとる可能性が高いと推察する。

次に、3つの対人ストレスコーピングのとり方が、抑うつ・不安に異なって影響すると想定する。すなわち、ポジティブ関係コーピングや解決先送りコーピングは抑うつ・不安に負の影響、ネガティブ関係コーピングは正の影響を示すと考えられる。また、友人との葛藤が生じた際には、友人に対する価値観に関係なく葛藤解決効力感が高い方が、抑うつ・不安を抑制できると想定する。友人に対する価値観が高い場合でも、葛藤を自らの行為や実行に

よって解決できるという効力感をもたなければ、抑うつ・不安を抑制することは難しいと考えられるからである。なお本研究では、友人への期待に関する先行研究(和田, 1996)において性差が示されているため、性差の検討も行うこととする。

以上の知見から本研究の仮説を以下の通りとする。

- ① 友人に対する高い価値観と高い葛藤解決効力感、対人ストレスコーピングのあり方を決定し、抑うつ・不安を抑制するだろう。
- ② 高い葛藤解決効力感、抑うつ・不安を抑制するだろう。

## 2. 方法

### 1) 調査対象者と実施時期

T県の大学生155名を対象に、2010年9月(104名)と2016年8月(51名)に調査を実施した。全調査対象者のうち、記入もれや記入ミスのあった回答者9名を除いた146名(男性49名、女性97名)を分析対象とした。

### 2) 調査の手続き及び倫理的配慮

講義時間終了後に質問紙を配布し、調査を依頼した。最初に調査対象者は、フェイスシートに必要事項(所属、学年、年齢)を記入した上で、質問項目への回答を始めるように教示された。なお、調査への参加は自由意志であること、無記名回答とすることにより個人の匿名性は守られること、得られた回答は本調査以外には使用しないことを、紙面(フェイスシート)及び口頭で説明した。調査対象者が回答終了後、その場で回収した。

### 3) 質問紙の構成

- ① 友人関係の特徴をとらえる各尺度 青年期における友人関係の特徴をとらえるために構成した友人に対する価値観尺度(13項目)、及び葛藤解決効力感尺度(5項目)をそれぞれ用いた(金子・中谷, 2014; 資料①)。教示文は、「あなたの友人とのつきあい方についてお尋ねします」として、特定の友人を想起させる等の制約は設けなかった。
- ② 対人ストレスコーピング 対人ストレスコーピング尺度(加藤, 2000; 資料②)の3下位尺度(ポジティブ関係コーピング(例: 相手のことをよく知る

うとした、積極的に話をしようとした等; 16項目)、ネガティブ関係コーピング(例: かかわり合わないようにした、友だち付き合いをしないようにした等; 10項目)、解決先送りコーピング(例: 気にしないようにした、自然のなりゆきに任せた等; 8項目))を用いた。教示文は、「あなたが対人関係場面(親・友人・知人などと接しているとき)で嫌なことがあった時、どのような対応をしていますか」とした。

- ③ 精神的不健康 心理的ストレス経験頻度尺度(鈴木・嶋田・三浦他, 1998; 資料③)の下位尺度である、抑うつ・不安(気持ちが沈んでいる、悲しい気分だ等; 6項目)を用いた。教示文は、「あなたは、この4月以降、次の項目の状態がどれくらいありますか」とした。

なお、全ての尺度に関する評定は、「4. 非常にあてはまる, 3. あてはまる, 2. あまりあてはまらない, 1. 全くあてはまらない」の4段階であった。

## 3. 結果

- 1) 尺度構成 友人関係の特徴をとらえる各尺度の友人に対する価値観及び葛藤解決効力感において信頼性係数を算出したところ  $\alpha = .73 \sim .83$ であり、いずれもある程度高い値を示していた。同様に、対人ストレスコーピングの各下位尺度と心理的ストレス経験頻度の下位尺度である抑うつ・不安において信頼性係数を算出したところ、 $\alpha = .83 \sim .87$ であった。なお、分析では尺度得点が高いほど大きくなるように加算した後、それを項目数で割り、得られた平均評定値を尺度得点とした。

- 2) 記述統計と男女間の差 友人関係の特徴をとらえる各尺度について、全体及び男女別の平均値と標準偏差を求めた(表1)。また、性別によって各尺度得点に差がみられるかを検討するため  $t$  検定を行ったところ、有意な差は見いだされなかった。これらの結果から以降の分析においては、男女差を考慮せずに分析することとした。

- 3) 相関分析 友人関係の特徴をとらえる各尺度と対人ストレスコーピングの各下位尺度、及び心理的ストレス経験頻度の下位尺度の抑うつ・不安におい



て、ピアソンの相関係数を算出したところ、友人に対する価値観は葛藤解決効力感 ( $r=.34$ )、ポジティブ関係コーピング (.35)、ネガティブ関係コーピング (-.33)、解決先送りコーピング (-.29) とそれぞれ有意な相関 ( $p<.01$ ) が示された (表 2)。また、葛藤解決効力感はポジティブ関係コーピング ( $r=.33$ )、ネガティブ関係コーピング (-.20)、抑うつ・不安 (-.17) とそれぞれ有意な相関 ( $p<.01$ ;  $p<.05$ ) が示された。さらに、ネガティブ関係コーピングはポジティブ関係コーピング ( $r=-.18$ )、抑うつ・不安 (.41) とそれぞれ有意な相関 ( $p<.01$ ;  $p<.05$ ) が示された。しかし、友人に対する価値観は抑うつ・不安、葛藤解決効力感と解決先送りコーピングとそれぞれ関連がみられなかった。

4) パス解析 友人関係の特徴をとらえる各尺度が、対人ストレスコーピングの各下位尺度を媒介し、抑うつ・不安に及ぼす影響について、構造方程式モデリングによるパス解析を行った。モデル内の変数間の関係は、前の段階の変数すべてが次の段階の変数に影響するパスを予め仮定した上で、5%水準で有意性のみられなかったパスを削除しながら分析を行った。なお、分析の際、友人関係の特徴をとらえる各尺度と対人ストレスコーピングの各下位尺度間には、有意な相関が見られた下位因子間に相関関係を想定した。これらの結果、最終的なモデルの適合度指標は、 $\chi^2(1) = 1.71$  (.89), GFI=.996, AGFI=.984, CFI=1.00, RMSEA=.00であり、十分に適合していた (図 1)。

これらの結果から、まず、友人関係の特徴をとらえる各尺度から対人ストレスコーピングの各下位尺度への影響プロセスが異なることが示された。友人

に対する価値観はポジティブ関係コーピングに正の影響を与えていた (友人に対する価値観 → ポジティブ関係コーピング:  $\beta = .27, p<.01$ )。一方、友人に対する価値観はネガティブ関係コーピングと解決先送りコーピングに負の影響を与えていた (友人に対する価値観 → ネガティブ関係コーピング:  $\beta = -.33, p<.01$ ; 友人に対する価値観 → 解決先送りコーピング:  $\beta = -.29, p<.01$ )。

次に、葛藤解決効力感は、ポジティブ関係コーピングに正の影響 (葛藤解決効力感 → ポジティブ関係コーピング:  $\beta = .24, p<.01$ ) を与えるだけでなく、直接、抑うつ・不安に負の影響を与えていた (葛藤解決効力感 → 抑うつ・不安:  $\beta = -.18, p<.05$ )。

さらに、各コーピングから抑うつ・不安への影響が異なることが示された。ポジティブ関係コーピングとネガティブ関係コーピングは抑うつ・不安に正の影響 (ポジティブ関係コーピング → 抑うつ・不安:  $\beta = .21, p<.01$ ; ネガティブ関係コーピング → 抑うつ・不安:  $\beta = .44, p<.01$ )、解決先送りコーピングは抑うつ・不安に負の影響を与えていた (解決先送りコーピング → 抑うつ・不安:  $\beta = -.22, p<.01$ )。

そして、友人に対する価値観及び葛藤解決効力感 はポジティブ関係コーピングを媒介し、抑うつ・不安を促進させていた。また、友人に対する価値観は、ネガティブ関係コーピングと解決先送りコーピングを媒介し、抑うつ・不安を抑制していた。これらの結果から、友人関係の特徴をとらえる各尺度は、対人ストレスコーピングの各下位尺度を媒介することで、抑うつ・不安に及ぼす影響プロセスに違いが見いだされた。

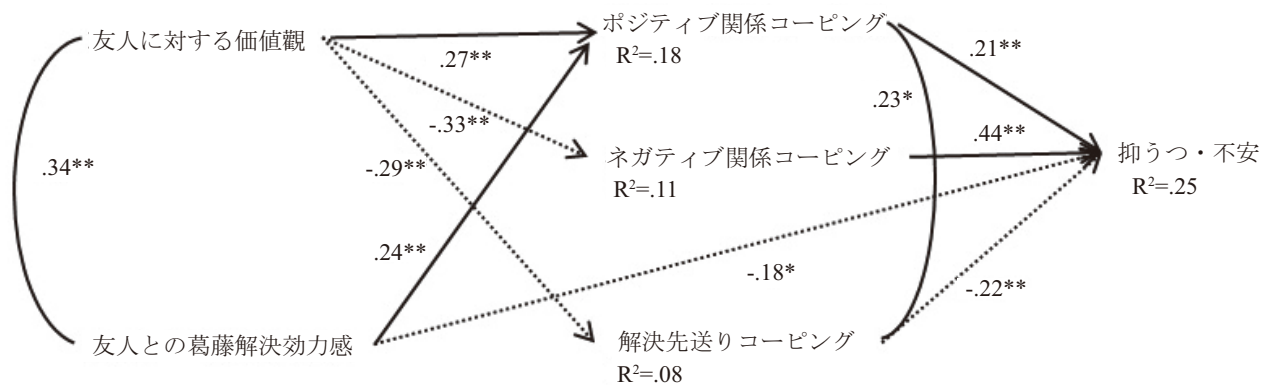
表 1 各尺度得点の全体および男女別平均値と標準偏差

	全体 (N=146)		男性 (N=49)		女性 (N=97)		t 値
	Mean	SD	Mean	SD	Mean	SD	
友人に対する価値観	3.15	.39	3.16	.41	3.14	.38	.18
友人との葛藤解決効力感	2.72	.49	2.78	.49	2.69	.34	1.09
ポジティブ関係コーピング	2.75	.50	2.71	.60	2.77	.45	-.63
ネガティブ関係コーピング	2.29	.63	2.29	.78	2.30	.54	-.08
解決先送りコーピング	2.90	.66	2.76	.71	2.98	.62	-1.96
抑うつ・不安	2.66	.82	2.56	.77	2.67	.66	-1.31

表2 各尺度間の相関係数

	①	②	③	④	⑤
①友人に対する価値観	—				
②友人との葛藤解決効力感	.34**	—			
③ポジティブ関係コーピング	.35**	.33**	—		
④ネガティブ関係コーピング	-.33**	-.20*	-.18*	—	
⑤解決先送りコーピング	-.29**	-.10	.10	.11	—
⑥抑うつ・不安	-.08	-.17*	.06	.41**	-.13

注. \*\*は1%, \*は5%水準で有意を示す.



注1. 数値は標準化されたパス係数を示している.

注2. 誤差変数は省略した. \*\* $p < .01$ , \* $p < .05$

$\chi^2(1)=1.71(.89)$ , GFI=.996, AGFI=.984, GFI=1.00, RMSEA=.00

図1 本研究で採用されたパス解析モデル

#### 4. 考察

本研究は、友人に対する価値観と友人との葛藤解決効力感が対人ストレスコーピングのあり方を決定し、精神的不健康の指標である抑うつ・不安に及ぼす影響プロセスについて検討することを目的とした。

本研究の結果から、まず、友人に対する価値観はポジティブ関係コーピングを媒介することで抑うつ・不安を促進する一方、解決先送りコーピングを媒介することで抑うつ・不安を抑制することが示された。次に、葛藤解決効力感はポジティブ関係コーピングを媒介することで抑うつ・不安を促進していた。これらの結果は仮説①とは異なる結果であった。加藤（2003；2004）では、コーピングと抑うつ・不安との関連において、ポジティブ関係コーピング及び解決先送りコーピングと抑うつ・不安は、正の関連または関連がないことを指摘している。本

研究と先行研究との知見の相違について一概に述べることは困難であるが、友人に対する価値観が高く葛藤解決効力感も高い人が、積極的にかかわろうとするポジティブなコーピングをとる場合、友人に対する価値観が高いことが、友人に対する期待を高めるとともに、友人との関係に不満を生じさせやすく、かえって抑うつ・不安を高めるのではないかと推察する。

一方、友人に対する価値観はネガティブ関係コーピングに負の影響を与えていた。つまり、友人に対する価値観はネガティブ関係コーピングを媒介することで抑うつ・不安を促進していた。友人に対する価値観の項目内容は「友人と関わることが生きがいである」等であり、こうした価値観の高い人が、関係を放棄・崩壊するようなネガティブ関係コーピングを用いることは少ないと考えられる。そのため、価値観の高い人がネガティブ関係コーピングをとる場合は、他のコーピングをとるよりも、抑うつ・不安を促進すると推測できる。したがって、ネガティ

ブ関係コーピングから抑うつ・不安へのパス係数が他のコーピングの影響性よりも高いというパス解析の結果は、上記の知見を示していると考えられる。

さらに、葛藤解決効力感を高めることは、直接、抑うつ・不安を抑制することが示された。この結果は仮説②を支持する結果であった。友人との間で何らかのジレンマ場面における葛藤が生じた際、友人との葛藤を適切に解決できるという効力感をもっていることは、抑うつや不安を抑制できる可能性が示唆された。実際、及川・山蔦・坂本（2013）は、大学生を対象に対人ストレスが生じた際、抑うつへ対処する自己効力感が高い人ほど、気晴らし方略を効果的に活用し、かつ抑うつを低減させていることを実証している。これらの結果から友人とのジレンマ場面において、実際に葛藤を適切に解決できるという効力感をもつことは抑うつ・不安も抑制すると考えられる。

## 5. 論議

本研究の結果において、友人に対する価値観と葛藤解決効力感はポジティブ関係コーピングに正の影響を与えているのに対して、ポジティブ関係コーピングも抑うつ・不安に正の影響を与えていた。先行研究（加藤,2003;2004）では、ポジティブ関係コーピングから抑うつ・不安には負または関連がないという知見が見いだされている。これらの結果の違いはどのような理由から生じたと考えられるだろうか。その理由について改めて論議したい。

本研究で示された理由について、加藤（2006）の対人ストレス過程における社会的相互作用モデル（図2）から考察したい。図2のパスⅠは、対人ストレスコーピングを使用することによって、コーピング行使者自身の精神的健康や適応に、直接、影響を及ぼすプロセスが想定される。これは、コーピングを行使することで、問題を解決したり、不快な情動を鎮めたりした結果、心理的ストレス反応が抑制することを想定している。本研究では、この影響プロセスの検討を行った。

しかし、加藤（2006）によると、行使者自身が用いたコーピングが、その行使者に対する精神的健康との関連のみを研究対象とすることは、個人内の要

因に基づく知見にすぎないと批判している。つまり、この見解はコーピング行使者とコーピング受動者との相互の関わりを検討する必要性を述べている。例えば、コーピング行使者が「あいさつをする」というストレスフルな対人関係を積極的に改善しようとするポジティブ関係コーピングを行った結果、相手から「無視された」と仮定する。この場合、ポジティブ関係コーピングの結果は充足されないため、精神的健康に負の影響を与えると考えられるが、パスⅠの方向性だけを考慮するならば、正の影響性も想定できるだろう。

そこで、パスⅡ・パスⅢ・パスⅣに代表される社会的相互作用を考慮に入れたプロセスを検討する必要があると考えられる。これらの各パスを考慮した場合、ポジティブ関係コーピングは、コーピング受動者から好意的な評価を得られて、良好な対人関係に関係する（パスⅡ）、コーピング行使者自身の孤独感が低下したり、関係満足感が増加したりする（パスⅢ）、そして、社会的評価が向上したり、援助を求められやすくなり、その結果としてストレス反応を低下させる（パスⅣ）といった効果も期待できる（加藤,2006）。こうした研究知見は、コーピング主体者である行使者とコーピング受動者との相互の関わりを考慮する重要性を示唆するものであり、本研究で示された論議を実証することは、対人ストレスコーピング研究のさらなる発展に寄与できる可能性があると考えている。

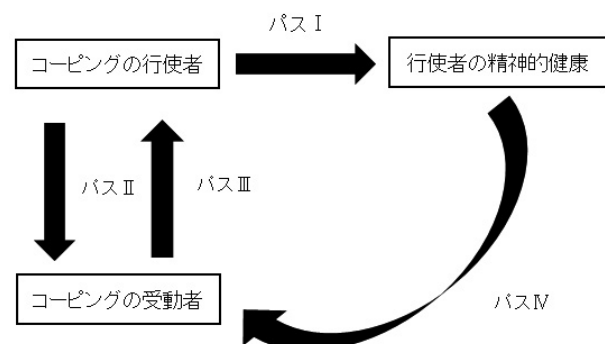


図2 対人ストレス過程における社会的相互作用モデル (加藤, 2006)



## 6. 今後の課題

今後の課題には、以下の3点が挙げられる。第一は、コーピング行使者自身のコーピングのとり方や精神的健康との関連だけではなく、コーピング受動者がコーピング行使者の用いたコーピングをどのように評価するか、及びコーピング行使者が周囲からどのような社会的評価を得ているか等を踏まえた研究を行う必要があると考える。第二は、葛藤解決効力感から抑うつ・不安へ直接、影響を与えるというパス解析の結果において、現代青年がどのような時期（例：大学新入学時等）や状況（例：グループ学習時やサークル、アルバイト等）で、誰（例：友人、異性、親、恋人等）を対象に、どんな対人ストレスコーピング（例：解決先送りコーピング等）を行っているか等といった、現代青年が抱える対人関係における悩みを区分した上で、より詳細に検討する必要があると考える。第三は、現代青年をはじめ、義務教育課程に所属する子どもを対象として抑うつを予防するための心理教育プログラム（及川・坂本、2007）に代表される実践的な知見を利用し、抑うつ対処への自己効力感を高めることを目指したプログラムを新たに構成し実施する必要があると考える。

## 付記

本研究は、日本教育心理学会第57回総会で発表した内容の一部を加筆・修正しました。本研究の調査にご協力下さいました学生の皆様に深く感謝申し上げます。

## 引用文献

中央教育審議会：大学分科会（2005）. 学生相談の体制や相談件数について ([http://www.mext.go.jp/b\\_menu/shingi/chukyo/chukyo4/015/gijiroku/06060810/002/003.htm](http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo4/015/gijiroku/06060810/002/003.htm)).

藤森立男（1989）. 日常生活にみるストレスとしての対人葛藤の解決過程に関する研究 社会心理学研究, 4, 108-116.

池内 一（1971）. コンフリクトの社会心理学（葛藤と紛争：コンフリクトの社会心理学（特集））年報社会心

理学, 8-35.

金子功一・中谷素之（2014）. 青年期の友人関係が適応に及ぼす影響について：友人に対する価値観と葛藤解決効力感に着目して 名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要, 61, 95-103.

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（2003）. 大学生の対人葛藤方略スタイルとパーソナリティ、精神的健康との関連性について 社会心理学研究, 18, 78-88.

加藤 司（2004）. 対人ストレス過程における対人ホープと対人ストレスコーピング 日本健康心理学会第17回大会発表論文集, 422-423.

加藤 司（2006）. 対人ストレスに対するコーピング（谷口弘一・福岡欣治（編）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 pp.19-38.

加藤 司（2007）. 対人ストレス状況における認知的評価、コーピング、情動の関連性について. 健康心理学研究, 20, 18-29.

Lazarus, R.S. & Folkman, S. (1984). Stress, appraisal, and coping. New York: Springer, R.S.（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開発 実務教育出版）

松井 豊（1990）. 友人関係機能 斎藤耕二・菊池章夫（編）社会化の心理学 ハンドブック 川島書店 pp.283-296.

及川 恵・山蔦圭輔・坂本真士（2013）. 抑うつ対処の自己効力感による抑うつ低減プロセス：気晴らしへの集中に着目して パーソナリティ研究, 22, 185-188.

及川 恵・坂本真士（2007）. 女子大学生を対象とした抑うつ予防のための心理教育プログラムの検討：抑うつ対処の自己効力感の変容を目指した認知行動的介入 教育心理学研究, 55, 106-119.

岡田 努（1993）. 現代大学生における「内省および友人関係のあり方」と「対人恐怖的心性」との関係 発達心理学研究, 4, 162-170.

岡田 努（2007）. 大学生における友人関係の類型と、適応及び自己の諸側面の発達の関連について パーソナリティ研究, 15, 135-148.

大西勝二（2002）. 職場での対人葛藤発生時における解決目標と方略 産業・組織心理学研究 16, 23-33.

設楽紗英子・新井邦二郎（2009）. 職場の対人ストレス過程におけるワーク・エンゲイジメントの検討 経営行動科学 22, 223-231.

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.

丹野宏昭 (2008). 大学生の内的適応に果たす友人関係機能 青年心理学研究, 20, 55-69.  
和田 実 (1996). 同性への友人期待と年齢・性・性役割同一性との関連 心理学研究, 67, 232-237.

山本愛子 (1995). 幼児の自己調整能力に関する発達的研究：幼児の対人葛藤場面における自己主張解決方略について 教育心理学研究, 43, 42-45.

## 資料

### 資料①：友人関係の特徴をとらえる各尺度（金子・中谷, 2014）の項目内容

---

#### 友人に対する価値観（13 項目）

友人は所詮他人なのだから、特に親しくする必要はない\*  
友人は所詮ライバルなのだから、信頼する方が間違っている\*  
友人と関わったとしても、ほとんど意味がない\*  
友人は所詮ライバルなのだから、本音で語り合うことはできない\*  
気分がめいっている時でも、友人と話していると気持ちが晴れてくる  
友人と一緒にいることで精神的に安定できる  
友人と関わる生きがいである  
友人は私にとって人生の宝物である  
友人は所詮他人なのだから、けんか別れをしても仕方がない\*  
友人は所詮ライバルなのだから、対立すると疎遠になってしまうものである\*  
友人と語り合うことで、自分が成長していくと感じる  
友人は所詮他人なのだから、理解し合えるはずがない\*  
友人を裏切ることは、自分にとって最も卑劣なことである

---

#### 友人との葛藤解決効力感（5 項目）

友人に誤解された時は、丁寧に説明して誤解を解くことができる  
友人と意見が一致しなかった時は、お互いが納得するような見解を見つけることができる  
友人と言い争いしても仲直りする方法を知っている  
友人関係の中で、友人との適切な距離の取り方がわかっている  
友人に頼みごとをされても、その友人の感情を害することなく断ることができる

---

\*は逆転項目を示す



資料②：対人ストレスコーピング尺度（加藤，2000）の項目内容

---

ポジティブ関係コーピング（16 項目）

相手のことを良く知ろうとした  
積極的に話をするようにした  
積極的にかかわろうとした  
この経験で何かを学んだと思った  
相手の良いところを探そうとした  
人間として成長したと思った  
相手を受け入れるようにした  
反省した  
相手の気持ちになって考えてみた  
たくさんの友人をつくることにした  
自分の意見を言うようにした  
これも社会勉強だと思った  
自分の存在をアピールした  
自分のことを見つめ直した  
あいさつをするようにした  
友人などに相談した

---

ネガティブ関係コーピング（10 項目）

かかわり合わないようにした  
話をしないようにした  
友達付き合いをしないようにした  
無視するようにした  
人を避けた  
表面上の付き合いをするようにした  
1 人になった  
相手と適度な距離を保つようにした  
相手を悪者にした  
相手の鼻を明かすようなことを考えた

---

解決先送りコーピング（8 項目）

気にしないようにした  
そのことにこだわらないようにした  
何とかかなと思った  
あまり考えないようにした  
何もせず、自然の成り行きに任せた  
そのことは忘れるようにした  
こんなものだと割り切った  
自分は自分、人は人と思った

---

資料③：抑うつ・不安（鈴木・嶋田・三浦 他，1998）の項目内容

---

泣きたい気持ちだ  
悲しい気分だ  
気持ちが沈んでいる  
何となく心配だ  
なぐさめて欲しい  
何もかもが嫌だと思う

---

### **Abstract**

## **The Effect of Held Values for, and Conflict Resolution Efficacy with Friends on Mental Health**

### **“Study of the influence process in mediating interpersonal stress coping”**

Koichi KANEKO<sup>1)</sup>

1) Faculty of Child Development and Education , Uekusa Gakuen University

The present study was aimed at discussing how values for friends and conflict resolution efficacy impact on the indexes of mental health, depression, and anxiety through mediating each subscale of interpersonal stress coping. 146 college students (49 males, 97 women) were studied. Using path analysis by structural equation modeling, values for friends and conflict resolution efficacy through mediating the positive relationship coping, showed significant positive impact on depression and anxiety. In addition, values for friends, through mediating postponed resolution coping with the negative relationship with coping, were shown to have a negative impact on depression and anxiety. Results suggested that employing the social interaction model in interpersonal stress process has the possibility of contributing to the development of interpersonal stress coping.

**Keywords:** Values for friends, conflict resolution efficacy, interpersonal stress coping, mental health