〔資 料〕

ソーシャル・サポートの供与がストレス緩和と 課題遂行に及ぼす効果

松 崎 学 田 中 宏 二 古 城 和 敬
別府大学短期大学部 大分医科大学 大分大学

The effects of experimentally provided social support on stress buffering
and task performance

MANABU MATSUZAKI (*Beppu University Junior College*) KOJI TANAKA (*Medical College of Oita*)
KAZUNORI KOJO (*Oita University*)

This study examined the effects of experimentally provided social support on stress reactions and task performance in alone and co-acting problem solving situations. The reconstructed social support questionnaire and trait anxiety scale were administered to 264 female junior college students. Fifty-four of them, with low assessed social support scores and high trait anxiety scores, were selected as subjects. A2 (support: provided vs. not-provided) $\times$ 2 (task situation: alone vs. co-acting) factorial design was used. Dependent variables were physical state anxiety (pulse rate), cognitive state anxiety and cognitive interference as stress reactions, and correct word puzzle solutions.

Though neither main effects of the two factors nor their interaction were significant for any dependent variables, re-analysis of perceived social support based on subjects' impression ratings to the experimenter who offered support suggested that perceived support might reduce cognitive state anxiety and facilitate task performance, while provided support might increase cognitive interference. These findings and suggestions were discussed from the viewpoint of support exchanges between provider and recipient.

Key words: provided social support, perceived social support, state anxiety, cognitive interference, task performance, support exchanges.

問 題

わが国におけるソーシャル・サポート social support 研究は、最近になって活発な展開を見せつつある（例えば、南・稲葉・浦, 1987; 浦・南・稲葉, 1989）。このソーシャル・サポート研究は、被援助者に視点がおかれた援助行動研究とみなすこともできよう。

この領域では、ストレスと個人の精神的・身体的健康との間におけるサポートのグローバルな機能を問題にするため、調査的・相関的研究が中心となっている。それ

ゆえ、両者の因果関係の特定に明確な結論が見い出されないままではと思われる。これに対し、実験的研究は、従属変数としての精神的健康といったナイーヴな心理的過程全般を問題にする場合、相当な困難が伴い、不可能に近い。しかし、特定の事態での特定のサポートが、特定の心理的行動的過程にどのような効果をもつかを実験的に検討することは可能であり、こうしたアプローチも調査的研究とともに必要であると考えられる。

ソーシャル・サポートに関する実験的研究の一つとして Sarason & Sarason (1986) があげられる。そこで

は、事前に Social Support Questionnaire-Number (SSQN: Sarason, Levine, Basham, & Sarason, 1983) によって測定された、先有サポート量の異なる被験者を、実験課題（アナグラム課題）を行なう際に、実験的にサポートを与えられる条件と与えられない条件に割り当てた。その結果、高先有サポート群に対する実験的なサポート供与は特別な効果をもたなかったが、低先有サポート群に対する実験的サポート供与は、認知的干渉を低減し、また、課題達成を促進することを見い出している。そして、先有サポート量の低い人にとって、かなりの認知的努力 cognitive effort を伴う課題において、サポート供与は促進的な効果をもつことが示唆されている (Sarason & Sarason, 1986)。

また、Lindner, Sarason, & Sarason, (1988) も供与サポートの効果を実験的に検討している。そこでは、Social Support Questionnaire-Satisfaction (SSQS) によって測定された、先有サポートに対する満足度の異なる被験者が、問題解決課題を行なう際、実験的サポートを供与された。その結果、ここにおいても、先有サポートへの満足度の低い被験者は、実験的サポートが与えられると、課題遂行が促進されることを見い出している。ただし、認知的干渉については、実験的サポートの効果は見られなかった。

ところで、Tanaka, Kojo, & Matsuzaki (1990) では、先有サポート要因および実験的供与サポート要因に加えて、ストレスレベルを操作した発展的な研究を行っている。そこでは、特に、実験的供与サポートの効果をより明確に捉えるために、この要因を被験者内要因とし、認知的な不安尺度として状態不安を、また、生理的な不安尺度として脈拍を、それぞれ測定した。その結果、脈拍においては、サポート供与が高ストレス条件下の生理的なストレス緩和をもたらした。しかし、課題遂行量においては、予測に反した方向で3要因の交互作用が有意であり、高先有サポート群の高ストレス条件下の被験者は、実験的サポートの供与によって、課題遂行量を減少させていた。

このように、Tanaka *et al.* (1990) においては、前述の Sarason & Sarason (1986) とは異なり、実験的供与サポートの課題達成への促進的な影響は見い出されなかった。それについて、ここでは特に次のような解釈が

考えられる。その一つは、Sarason & Sarason (1986) では被験者の問題解決場面が共行為事態であったのに対し、Tanaka *et al.* (1990) では単独事態であったことが、もう一つは、前者のアナグラム課題は高難度であったが、一方、後者のワード・パズル課題がそれほど高難度ではなかったことである。これらの違いは、次のような影響をもたらしていた可能性が考えられる。すなわち、Sarason & Sarason (1986) の共行為事態は、一種の競争事態を意味し、そのため、認知的干渉を生じさせやすく、かつ、課題解決への動機づけを維持する効果をも果たしていたのかもしれない。さらに、Sarason & Sarason (1986) において用いられたアナグラム課題の難易度が高いということは、認知的干渉を生じさせやすいだけでなく、ストレス強化にも作用していたかもしれない、と考えられる。

そこで、本研究ではワード・パズル課題の難易度を高めたうえで、単独事態と共行為事態とを設定し、両事態での実験的供与サポートの効果について検討することを目的とする。すなわち、実験的供与サポートが心理的プロセスにおいてストレス緩和効果を示しうるのかどうか、また、課題遂行といった場面において促進効果をもちうるのかどうか、さらに、それらの効果は単独-共行為事態において異なるのかどうか、といった点について検討しようとするものである。なお、これまでの研究から、特性不安の高い人は、ストレス事態に対して状態不安の上昇を伴って反応する傾向がより顕著であること（例えば、Spielberger, 1966）がわかっているため、Sarason & Sarason (1986) および Lindner *et al.* (1988) のように、先有サポートが低いというだけでなく、かつ、特性不安の高い者を被験者として抽出し、上記の問題の検討を行なう。

方 法

被験者 B短期大学とB看護学校の、それぞれ1年生の女子学生54名。実験に先立ち、先有サポートおよび特性不安を測定するための調査を、前記二校の学生264名に対して実施した。先有サポートを測定するSSQ¹⁾ (Table 1参照) は、9個の質問項目のそれぞれについて、最大9人までリスト・アップさせ (SSQ9N)、さら

1) 本研究では、SSQの簡略版であるSSQ6 (Sarason, Sarason, Shearin, & Pierce, 1987) をもとに若干の修正と項目の追加を行なった上で用いた。SSQ6の6項目ではSSQ原版を凝縮し過ぎ、本研究の被験者の先有サポートの測定にはまだ不十分であると考えられたからである。そこで、先行研究 (Tanaka *et al.*, 1990) において使用された20項目のうち、内的整合性が高く ($r = .75$ 以上)、しかも、学生生活の状況に適合していると思われる3項目をそれに加え、9項目からなる先有サポート測定尺度 (SSQ9) を構成した。

Table 1 SSQ9における質問項目

1. あなたが悩んでいるとき（人間関係、自分の性格、進路選択などで）、親身になって相談にのってくれる人は誰ですか。
2. あなたが試験や実習、面接などを前にして、緊張し不安なとき、それを和らげてくれる人は誰ですか。
3. 日常生活で、あなたが援助や手助けを必要としているとき、頼れそうな人は誰ですか。
4. もしあなたが留年や退学の処分を受けたとき、あなたを支えてくれる人は誰ですか。
5. あなたの心の奥に秘めていることがらに対して、批判することなく耳を傾けてくれる人は誰ですか。
6. あなたの長所も短所もわかった上で、つきあってくれる人は誰ですか。
7. あなたの身の上になにがあっても、あなたのことを気遣ってくれる人は誰ですか。
8. あなたが失敗してうちひしがれているとき、慰めてくれる人は誰ですか。
9. あなたが立腹し不愉快な気分するとき、それを和らげてくれる人は誰ですか。

に、それぞれの項目についてその満足度（SSQ9S）を、6段階尺度で問うた。

特性不安（STAI：岸本・寺崎，1983）については，“疲れやすい”“泣きたいような気持ちになる”など、20項目について、ふだんどのように感じているかを4段階尺度で問うた。

その後、完全回答をした228名の中からSSQ9N（ $Range=12-81$ ， $\bar{X}=46.88$ ）・SSQ9S（ $Range=9-54$ ， $\bar{X}=42.11$ ）においてともにその値が低く（前者において46点以下で、かつ、後者において45点以下の者：低先行サポート群）、かつ、特性不安の高い（ $Range=24-76$ ， $\bar{X}=46.51$ ）において47点以上の者：高不安群）70名が抽出された。この70名について実験協力を求め、最終的に54名の協力を得た。

実験計画 2（事態：単独・共行為）×2（実験的供与サポートの有無）の要因計画で、両要因ともに被験者間変数である。

手続き 実験に先立って、被験者は4実験条件に、SSQ9N、SSQ9Sおよび特性不安について条件間の差がないように割り当てられた。その際、共行為条件では、互いに知り合いでない者同士がペアにされ、約2m離れて向き合い、それぞれの課題に取り組んだが、互いの手

元は衝立のために見えない状態であった。なお、実験場所は、被験者の所属する短大・看護学校があるB市の隣にあるO市内の大学の心理学実験室であった。それゆえ、被験者にとっては未知の環境であった。また、そこでは、ストレス強化のためにビデオカメラがひとりにつき2台セットされた。このような実験環境の設定は、被験者にとってかなり強いストレスを生じさせるものと考えられた。

実験の流れは、以下の通りである。

1. 実験目的の教示と脈拍装置のセッティング

それぞれの被験者には、“かなり難しい精神作業を行なう際の思考・行動のプロセスの分析について研究している”という教示が与えられた。また、その分析に使用する目的でビデオ・カメラをセットすることを説明し、実際に被験者をモニターに映し、確認させた。これは、自分自身の行動が評価されるという評価懸念によって生じるストレスを高めるために行なわれた。さらに、生理的な指標として、脈拍を測定する旨が告げられ、左手の人差指にそのセンサー（日本光電工業（株）製のパルスオキシメータ）がセットされた。

2. 課題の説明

ワード・パズル課題が提示され、その解き方が説明された（例．“タスウガシロ”→“ウシロスガタ”，“サトチナダオモ”→“オサナトモダチ”など）。被験者がそれを理解したことを確認した後、“解き方は簡単であるが、問題解決そのものはかなり難しい”ことを強調し、また、時間内にできるだけ多く解決するように要請した。なお、共行為条件の被験者に対しては、二人で話をするのではないようにという注意のみを付け加えた。

3. サポート操作

実験的サポート供与群の被験者に対しては、“途中でやり方がわからなくて困ったときには、側面的に援助したいので、どんなことでもかまわないから遠慮なく声をかけてほしい”という教示が与えられ、また、アコーディオン・カーテンで隔てられた隣室に待機していることが付け加えられた。一方、実験的サポートが与えられないグループに対しては、次の被験者との打ち合せのために部屋を空ける旨の教示がなされた。このサポート操作の教示は、課題遂行直前にも再び繰り返された。

4. 状態不安の測定

被験者は、課題を行なうに当たっての精神状態をチェックする旨の教示が与えられ、状態不安尺度²⁾に対

2) Fischer, Hauren, & Zemore (1988) のストレス尺度（20項目）を邦訳して用い、その因子分析の結果抽出された3因子のうち、ストレス因子（第1因子）とみなされる10項目を、状態不安尺度として用いた。

して4段階尺度で評定するように求められた。

5. ワード・パズル課題の実施

本研究のワード・パズルは、6-8文字(片仮名表示)の名詞14個であり、その解答制限時間は15分であった。

実験者は、被験者に、課題を始めるように指示するとともに、タイマーをセットしてそれぞれの被験者の前に置いて退室した。タイマーは残り時間を表示し、アラーム音でその終了を知らせるものであった。

6. 認知的干渉の測定

そのタイマーの合図とともに、実験者が入室し、課題の用紙を回収した。その後、被験者は、認知的干渉尺度(CIQ: Sarason, 1976の邦訳版で、例えば、“私は、やり方がへただなと思った”“私は、実験者からどう思われるだろうかと考えた”など、11項目からなるもので、当該の認知的活動である課題解決に関連のない事柄について認知機能を使用した程度と考えられ、その程度が大きいほど当該の課題解決が妨害されるとみなされる)への回答(5段階評定)が求められた。

7. 実験操作のチェック

被験者は、実験室の前で、別の実験者に引き渡され、別室に案内された。そこで被験者は、①実験者によるサポート教示の記憶の有無、②サポートを供与した実験者に対する印象評定(4形容詞対を用いた7段階評定)、③動機づけの程度に関する評定(2項目・5段階評定)を含む質問紙への回答が求められた。

8. 安静時の脈拍測定と状態不安の測定

被験者には、しばらくの間安静にしているように教示が与えられ、3分間にわたって安静時の脈拍が測定された。さらにその後、状態不安尺度に再び記入するように求められた。

最後に、研究への参加のお礼の言葉とともに、交通費を渡し、また、本実験の内容について他言することのないように依頼した。

従属変数 行動レベルの測度としてのワード・パズル課題における正答数。

認知的レベルの測度として、状態不安尺度および認知的干渉尺度(CIQ)の評定値(合計)が用いられ、また、補足的に、動機づけの評定値も用いられた。

さらに生理的レベルの測度として、脈拍数が用いられた。

結 果

実験条件間の等質性と実験操作のチェック

SSQ9N, SSQ9S および特性不安(STAI)のそれぞれ

に関する 2×2 の分散分析の結果、いずれの測度においても各要因の主効果および両要因の交互作用はすべて有意ではなく、実験条件間の等質性が確認された。

サポート操作に関しては、いずれの被験者も供与されたサポートの有無を正しく再認した。しかし、補助的なチェック項目としての実験者への印象評定については、“援助的な-援助的でない”の項目においてのみ、サポート要因の有意な主効果($F=6.35$, $df=1/50$, $p<.05$)が認められ、サポートが与えられた場合に、実験者をより援助的であるとみなしていた。その他の4項目(“思いやりのある-思いやりのない”など)については、両要因の主効果も交互作用も有意ではなく、それらの項目の合計値についても、同様に有意ではなかった。

実験的供与サポートの効果

Table 2に、4実験条件における各従属変数の平均と標準偏差を示す。

生理的レベル：脈拍については、安静時の脈拍において条件間の差がみられたので、安静時をもとにした個人別の脈拍増加率を用いて、課題遂行前、課題遂行中の前期・中期・後期ごとに 2×2 の分散分析を行なった。その結果、すべての時期において、両要因の有意な主効果も交互作用も見い出されなかった。

認知的レベル：状態不安尺度について、測定時期(課題遂行直前-実験終了後：被験者内変数)の要因を加えて $2 \times 2 \times 2$ の分散分析を行なった結果、測定時期の主効果のみが有意であり($F=82.51$, $df=1/50$, $p<.01$)、課題遂行直前の状態不安が高いことがわかったが、実験的供与サポートの有無に関しては、特別な効果は見い出されなかった。

認知的干渉尺度(CIQ)の合計値について 2×2 の分散分析を行なった結果、サポート供与は予測とは逆に認知的干渉を高める傾向がみられた($F=3.57$, $df=1/50$, $p<.10$)。なお、他の要因の主効果も交互作用も有意ではなかった。

動機づけへの影響に関しては、継続意欲(“途中で投げ出したいと思った”)および達成意欲(“がんばって他の人よりは多くの問題を解きたいと思った”)のいずれにおいても、両要因の主効果も交互作用も有意ではなかった。

行動レベル：ワード・パズル課題の正答数に対して開平方変換($\sqrt{x+0.5}$)を行ない、それについて 2×2 の分散分析を行なった。その結果、いずれの要因の主効果も交互作用も有意ではなかった。

こうして、実験的供与サポートは、各測度において顕著な促進的效果を示さなかった。これについては、実験的供与サポートの操作が十分に成功したとはいえないこ

Table 2 4 実験条件における各従属変数の平均と標準偏差

事 態 供与サポートの有無	単 独 行 為		共 行 為	
	あり (n=13)	なし (n=13)	あり (n=14)	なし (n=14)
生理的レベル：				
脈拍（課題遂行前）	112.88(5.41)	110.12(8.01)	110.83(11.80)	109.64(8.40)
脈拍（課題遂行初期）	111.04(5.03)	109.85(8.70)	111.41(7.77)	108.36(8.04)
脈拍（課題遂行中期）	109.10(4.59)	107.45(6.82)	108.74(5.93)	104.98(5.55)
脈拍（課題遂行後期）	107.99(4.37)	106.03(6.37)	106.28(5.61)	103.55(5.49)
認知的レベル：				
状態不安（課題遂行直前）	28.69(3.50)	26.23(3.95)	28.79(4.55)	27.07(5.90)
状態不安（実験終了後）	22.69(4.53)	21.15(4.13)	20.00(4.61)	21.21(5.20)
認知的干渉	34.46(8.52)	30.54(7.46)	34.64(6.31)	30.86(6.45)
動機：継続意欲	3.77(1.25)	4.54(0.63)	4.07(1.39)	4.13(1.35)
動機：達成意欲	2.31(0.91)	2.39(1.44)	2.57(1.45)	2.36(1.17)
行動レベル：				
課題正答数	1.69(1.73)	1.62(1.27)	1.21(0.86)	1.43(1.50)

注。（ ）内の数値は、標準偏差を示す。なお、状態不安と認知的干渉については、その数値が大きいほどそれが大であることを、それぞれ意味する。

とによるのかもしれない。このことは、補助的な操作チェック項目の印象評定の分析結果からもいくぶん推察されることである。そこで、サポートを供与した実験者への印象評定（合計値）がよりポジティブな者とそうでない者に分け、これを「サポートの受け手によって知覚されたサポート（知覚サポート）」に対応するものと仮定して、当初の要因計画に第3の要因として組み込み、以下の再分析を試みた。

知覚サポートを考慮した再分析

この分析は、実験計画上においては補助的な操作チェック変数であったものを独立変数として扱うという点で決して好ましい方法とはいえないが、本研究と Sarason & Sarason (1986) の結果において相違をもたらした原因を究明するために、また、サポートの実質的效果を今後さらに検討する手がかりを得るために探索的に試みておく必要があると思われる。

2×2×2の分散分析の結果、実験的に供与されたサポートと知覚されたサポートの効果については、それぞれ異なった効果が見い出された。すなわち、実験的供与サポートは、課題遂行直前の状態不安を高める傾向にあり ($F=3.81$, $df=1/46$, $p<.10$)、また、認知的干渉を高め ($F=4.51$, $df=1/46$, $p<.05$)、さらに、継続意欲を低める傾向にある ($F=2.91$, $df=1/46$, $p<.10$) ことがわかった。それとは対照的に、知覚サポートは課題遂行後の状態不安を低め ($F=5.53$, $df=1/46$, $p<.05$)、継続意欲を高める傾向があり ($F=3.47$, $df=$

Table 3 再分析におけるワード・パズル課題の正答数

事 態 供与サポート 知覚サポート	単 独 行 為		共 行 為	
	あり 高	なし 低	あり 高	なし 低
平均	2.22	0.50	2.60	1.00
SD	1.81	0.50	1.36	0.71
n	9	4	5	8

1/46, $p<.10$)、また、ワード・パズルの遂行を促進させていた ($F=10.64$, $df=1/46$, $p<.01$: Table 3)。なお、脈拍については、実験的供与サポートおよび知覚サポートの、特別な効果は見い出されなかった。また、事態要因については、いずれの測定においても有意な主効果も交互作用も見い出されなかった。

考 察

当初の実験計画による分析でも再分析でも、供与サポートは、認知的レベルにおいていくぶんネガティブな効果を示し、行動レベルにおいて明白な効果を示さなかった。これに対して、再分析において検討された知覚サポートは、認知的レベルおよび行動レベルにおいてポジティブな効果をもつことが見い出された。

当初の分析における実験的供与サポートの効果は、Sarason & Sarason (1986) と異なる結果であり、また、

Tanaka *et al.* (1990) とも微妙に異なる。むしろ、再分析における知覚サポートの効果がそれらの研究結果と対応している。

このように、供与されたサポートと知覚されたサポートが異なる効果を示したことに關しては、Shumaker & Brownell (1984) による指摘が示唆的であるように思われる。

Shumaker & Brownell (1984) は、サポートの送り手と受け手との間に生じる認知のずれについて、次のように考えている。すなわち、送り手 (X) 自身がつ意図について、援助的 helpful (X₁)・中立的 neutral (X₂)・有害的 harmful (X₃) とし、他方、受け手 (Y) の知覚について、援助的 (Y₁)・中立的 (Y₂)・有害的 (Y₃) とすると、これらの組合せによって9種類のパターンが生じるが、彼らの定義³⁾に従えば、少なくとも4個のパターン (X₂Y₂, X₂Y₃, X₃Y₂, X₃Y₃) についてはサポートの範ちゅうに含まれないことになる。すなわち、送り手と受け手のどちらかが援助的であることがサポートの前提になっている。本研究の文脈に添って考えると、送り手の意図が援助的 (X₁) であっても、受け手の知覚が援助的でない (X₁Y₂・X₁Y₃) 事態も生じる。こうして、送り手にとってはサポートを与えたつもりでも、その受け手にとっては必ずしもポジティブな意味で捉えられるわけではないのである。

本研究結果は、こうして、サポートの送り手と受け手との間のずれがあったために生じたと考えられる。このことは、サポート操作が十分でなかったという問題として捉えることができるが、Shumaker & Brownell (1984) の指摘を考慮すると妥当な結果であるとも考えられる。そういう意味では、日常的現実におけるサポートの受け手と送り手との間の認知のずれを反映した結果であるという点で意義深い。例えば、Table 3 の、知覚サポートの高低による人数の分布を見ても、人工的に与えられたサポートを社交辞令程度の意味合いにしか認知しなかった被験者もあり、結局、被験者の主観的印象によってその受け止め方が左右された可能性が強い。

以上のことから、今後、このような供与サポートと知覚サポートのずれを生じさせる要因についての詳細な検討が必要であろう。それとともに、そのようなサポートがストレス緩和効果として認知的干渉・状態不安といった心理的プロセスにどのように作用しているのか、そしてさらに、それらが課題遂行を含む諸行動へどのように

反映されるのか、さらなる検討が必要であろう。

なお、事態 (単独・共行為) 要因が特別な効果をもたらさなかったことについては、社会的促進に関するこれまでの研究成果をあわせて考慮することが必要であろう。すなわち、そこでは、比較的単純な課題については共行為事態でその遂行が促進され、逆に、比較的困難な課題では妨害されるということが明らかにされている。一方、本研究の被験者が特性不安の高い者であったことも考慮することが必要であろう。ちなみに、本実験でのワード・パズル課題は、研究に先立って行なわれた予備調査で、その数は5名と少数ではあったが、平均4-5個の正答数であった。これに比べると、本実験の被験者の課題遂行はかなり妨害された可能性が示唆される。そして、特性不安の高い被験者が共行為・単独事態で異なった課題遂行を示す可能性も十分考えられるが、本研究ではその可能性も、このきわめて低い課題遂行量のために十分な違いを見い出すにはいたらなかったと考えることができるかもしれない。

文 献

- Fischer, D. G., Hansen, R. J., & Zemore, R. W. 1988 Factor structure of the stress adjective checklist: Replicated. *Educational and Psychological Measurement*, 48, 127-136.
- 岸本陽一・寺崎正治 1983 STAIの標準化(2) 日本心理学会第47回大会発表論文集, P619.
- Lindner, K. C., Sarason, I. G., & Sarason, B. R. 1988 Assessed life stress and experimentally provided social support. In C. D. Spielberger & I. G. Sarason (Eds.) *Stress and anxiety* (Vol. 11) Washington: Hemisphere. Pp. 231-240.
- 南 隆男・稲葉昭英・浦 光博 1987 「ソーシャル・サポート」研究の活性化にむけて - 若干の資料 - 哲学 (慶応義塾大学・三田哲学会), 第85集, pp. 151-184.
- Sarason, I. G. 1976 The test anxiety scale: Concept and research. In I. G. Sarason & C. D. Spielberger (Eds.) *Stress and anxiety* (Vol. 3) Washington: Hemisphere. pp. 193-216.
- Sarason, I. G., Levine, H. M., Basham, R. B., & Sarason, B. R. 1983 Assessing social support:

3) Shumaker & Brownell (1984) は、社会的交換の概念を導入し、「ソーシャル・サポートとは、受け手の安寧 well-being を高めることが意図されていると、送り手あるいは受け手によって知覚される、少なくとも二人以上の個人の間での資源の交換である」と、定義している。

- The social support questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, **44**, 1, 127-139.
- Sarason, I. G., & Sarason, B. R. 1986 Experimentally provided social support. *Journal of Personality and Social Psychology*, **50**, 6, 1222-1225.
- Sarason, I. G., Sarason, B. R., Shearin, E. N., & Pierce, G. R. 1987 A brief measure of social support: Practical and theoretical implications. *Journal of Social and Personal Relationships*, **4**, 497-510.
- Shumaker, S. A., & Brownell, A. 1984 Toward a theory of social support: Closing conceptual gaps. *Journal of Social Issues*, **40**, 11-36.
- Spielberger, C. D. 1966 Theory and research on anxiety. In C. D. Spielberger (Ed.) *Anxiety and behavior*. New York: Academic Press. Pp. 3-20.
- Tanaka, K., Kojo, K., & Matsuzaki, M. 1990 The effects of experimentally provided social support on task performance and anxiety. *実験社会心理学研究*, **29**, 3, 65-69.
- 浦 光博・南 隆男・稲葉昭英 1989 ソーシャル・サポート研究 — 研究の新しい流れと将来の展望 — *社会心理学研究*, **4**, 78-90.
- (1990年3月12日 受稿)
(1990年8月6日 受理)