利他行動と対人ストレスの関連

— 気遣いの光と陰 —

橋本 剛

(静岡大学人文社会科学部)

キーワード: 利他行動、対人ストレス、相互協調的自己観

Altruistic behavior and interpersonal stress

Takeshi HASHIMOTO

(Faculty of Humanities and Social Sciences, Shizuoka University)

Key Words: altruistic behavior, interpersonal stress, interdependent self-construal

目 的

近年、利他行動や援助行動によって、被援助者のみならず、援助者のウェル・ビーイングも促進されることが指摘されている。他者に配慮し、支援や援助をすることは、互恵性によって自身の被援助可能性を高めるとともに、自尊心や有能感も高めることとなり、利他行動を提供する側の心身の健康も促進しうるのである。

しかしながら、他者への配慮が、かえって健康を阻害することもあり得る。たとえばソーシャル・サポート研究では、サポート提供が、かえって受け手の負債感や不快感を招きうることを指摘されている。また、対人ストレスの類型について検討した橋本 (2005) によれば、人々がストレスを感じる対人的相互作用には大きく 3 種類がある。第 1 は対人葛藤、すなわち他者からの否定的な態度や行動である。第 2 は対人過失、すなわち自身の落ち度などによって相手に迷惑をかけてしまう事態である。そして第 3 は対人摩擦、すなわち「相手の機嫌を損ねないように会話や態度に気を遣った」など、対人関係を円滑にするためにあえて自分の意に添わない行動をするような事態である。なかでも対人摩擦は、他者への配慮や気遣いに基づく相互作用がストレス要因となっていると考えられ、向社会的意図があるという意味では、利他行動と共通する側面もある。

すなわち、利他行動と対人摩擦には、前者はポジティブ、後者はネガティブな対人的相互作用でありつつも、ともに他者への配慮や気遣いに基づくという共通点があると考えられる。それでは、利他行動と対人摩擦には、正の共変関係があるのだろうか。また、それらは他者への配慮という同一要因に起因するのだろうか、それとも独立したメカニズムによって生起するのであろうか。そこで本研究では、利他行動と対人摩擦の関連、およびそれらの規定因について検討する。

方 法

調査の概要 静岡県内の大学性を対象とした短期縦断調査を実施した。第 1 回 (2013 年 5 月) は 183 名、第 2 回 (同年 7 月) は 178 名の回答が得られ、同一回答者であることが照合できた 124 名 (男性 44 名、女性 80 名) を分析対象とした。

質問紙の構成 調査で実施された尺度のうち、本研究では以下の尺度を分析に使用した。なお、対人ストレス尺度のみ第 2 回に実施され、その他の尺度は第 1 回に実施された。(a) 対象別利他行動尺度 (小田他, 2013) : 3 つの対象 (家族、友人・知人、他人) に対する利他行動頻度を各 7 項目で尋ねる 21 項目 5 件法 (「1. したことがない」～「5. 非常によくある」) の尺度である。原典に倣って、各下位尺度の合計点を尺度得点として採用した。(b) 対人ストレス尺度: 橋本 (2005) による、身近な人間関係における過去 1 ヶ月の対人ストレス経験頻度を測定する 18 項目 4 件法の尺度である。対人葛藤、対人過失、対人摩擦の 3 下位尺度 (各 6 項目) について、各項目平均を尺度得点として採用した。

また、援助行動と対人ストレスの規定因としての他者

配慮に関する変数として、以下の尺度を実施した。(c) 日本語版 Ten Item Personality Inventory (TIPI-J: 小塩他, 2012) : ビッグ・ファイブ (外向性、協調性、勤勉性、神経症傾向、開放性) を各 2 項目で測定する 10 項目 7 件法。各合計を各尺度得点とした。(d) 相互独立的-相互協調的自己観尺度 (高田, 2000) : 相互独立的自己観 4 項目と相互協調的自己観 6 項目からなる文化的自己観の尺度 (5 件法)。その項目内容から、相互協調的自己観は他者配慮としての要素を含むものと考えられた。各尺度の項目平均を尺度得点として採用した。(e) KiSS-18 (菊池, 1988) : ソーシャルスキル尺度の尺度、18 項目 5 件法。他者配慮の行動指標のひとつとして、合計を尺度得点として採用した。

結 果 と 考 察

利他行動と対人ストレスの関連 尺度間相関を算出したところ、対人葛藤と対人過失は、いずれの利他行動とも関連しなかった。しかし対人摩擦は、家族利他行動 ($r=.28, p=.002$)、友人・知人利他行動 ($r=.27, p=.004$)、他人利他行動 ($r=.16, p=.091$) と有意 (傾向) な正の相関を示し、利他行動と対人摩擦に正の関連があるという仮説は支持された。

利他行動と対人摩擦の規定因 それでは、利他行動と対人摩擦には、共通する関連要因があるのだろうか。そこで他者配慮に関する諸変数との相関係数を算出したところ、まず利他行動は、全般的に外向性 (家族 $r=.23, p=.013$; 友人・知人 $r=.29, p=.002$; 他人 $r=.36, p<.001$)、協調性 (家族 $r=.26, p=.004$; 友人・知人 $r=.24, p=.009$; 他人 $r=.12, n.s.$)、勤勉性 (家族 $r=.26, p=.004$; 友人・知人 $r=.27, p=.003$; 他人 $r=.26, p=.004$)、ソーシャルスキル (家族 $r=.38, p<.001$; 友人・知人 $r=.34, p<.001$; 他人 $r=.40, p<.001$) と正の相関を示した。また、家族利他行動は相互独立的自己観と ($r=.19, p=.040$)、友人・知人利他行動は相互協調的自己観と ($r=.17, p=.069$)、それぞれ弱いながらも有意 (傾向) な正の関連を示した。

次に対人ストレスについて、ビッグ・ファイブとの関連では、対人過失のみが協調性と負 ($r=-.29, p=.001$)、神経症傾向と正 ($r=.30, p=.001$) の有意な関連を示したが、対人葛藤と対人摩擦はいずれもビッグ・ファイブと有意な関連を示さなかった。しかし対人摩擦は、相互協調的自己観 ($r=.18, p=.049$) およびソーシャルスキル ($r=.16, p=.084$) と、弱いながらも有意 (傾向) な正の相関を示した。

まとめると、協調性のようなパーソナリティとしての他者配慮傾向は利他行動とのみ関連して対人摩擦とは関連しなかったが、相互協調的自己観に反映される評価懸念や他者優先傾向、そしてソーシャルスキルに反映されるコミュニケーション能力は、利他行動というポジティブな対人的相互作用と、対人摩擦というネガティブな対人的相互作用の両方を促進するというアンビバレントな効果が示唆された。さらに、利他行動と対人摩擦の共変が、個人の心身の適応や対人関係のどのような側面に影響を及ぼすのか、そのプロセスなどについて、多面的に検討することが望まれよう。