Human Developmental Research
2010.Vol.24, 155-166

青年期における感情効力感と心理的適応との関連

神戸大学大学院人間発達環境学研究科　森　口　竜　平

Graduate School of Human Development and Environment, Kobe University.　MORIGUCHI, Ryuhei

要　約

本研究では，感情コンピテンスを感情効力感として捉えなおし，青年期の中でも特に高校生を対象に，感情効力感と心理的適応との関連について検討した。まず，高校生の対人葛藤場面における感情効力感を測定しうる尺度を作成した。その結果，表出・制御・共感の 3 因子，17 項目が抽出された。その尺度を用いて，感情効力感の効果を検証するために，友人関係ストレッサーと心理的適応との関連について検討した。その結果，制御スキルと友人関係ストレッサーの頻度との交互作用が友人関係ストレッサーの嫌悪感に対して影響を与えていることや，表出スキルと友人関係ストレッサーの交互作用が自尊感情に影響を与えていることが明らかとなった。

【キー・ワード】感情効力感，青年期，心理的適応

Abstract

In this study, initially emotional competence was reconstructed as emotional efficacy. Relation in emotional efficacy and psychological adjustment in high school was researched. Firstly the scale which measure emotional efficacy in interpersonal conflict satiation of high school students was developed. Exploratory factor analysis extracted three factors: expression, control, empathy. For examining effect of emotional efficacy, Relation in emotional efficacy, friendship stressor, and psychological adjustment was researched. These results suggested that the interaction of control skill and friendship stressor influence impacted disgust for friendship stressor, and that the interaction of expression skill and friendship stressor impacted self-esteem.

【Key words】emotional efficacy, adolescence, psychological adjustment

問　題

1. はじめに

近年，子どもの社会性や対人関係能力が低下しているといわれている（山田，2008）。実際の学校現場では，相手からどのように思われているのかについて敏感であるが，自分の言動が相手との関係

の中でどのような意味をもつのかには無頓着で，不用意に感情を表出してしまう女子中学生がいることや（椹木，2008），些細なことで攻撃的な行動に出てしまったり，本当は嫌だという気持ちを持っているのに，断り切れずに承諾して，家に帰ってから泣いてしまったりといった子どもたちが存在している（猪刈，2008）ことが報告されている。このような事例から，現代の子ども達は社会性や対人関係能力の中で特に友人関係において自分の感情をうまく表出したり，相手の感情を理解したりする能力に問題を抱えていると考えられる。文部科学省（2005）も，子どもが抱えるキレル言動や反社会性行動などのこころの問題が「好き，嫌い，喜怒哀楽」などの情動の発達におけるひずみを反映していると指摘しており，子どもたちの感情に関する問題を危惧している。

2. 感情コンピテンス

このような背景から，近年感情を適切に扱うことができる能力を示す概念として「感情コンピテンス」が注目されている。感情コンピテンスとは，Saarni（1999）によると「感情が引き出される社会的相互作用の中における自己効力感の現れ」と定義される。また，Saarni（1999）はスキルに関して具体的に，自己の情動状態に気づく，状況や表出を手がかりに他者の情動を理解する，情動や表出を自己の文化に適切な言葉を使って表現する能力，他者の情動経験に共感的にかかわる力，内的主観的情動経験が外的情動表出と一致しないこともあることを認識する力，嫌な情動や苦悩に対して自己制御方略を用いて適応的に対処する力，関係性や関係の構造に情動のコミュニケーションを通じて気づく力，情動の自己効力感の能力という，8 つのスキルを設定している。さらに，それらのスキルを獲得し，高い感情コンピテンスを有する人は，対人関係が円滑に構築・維持することができると述べている（Saarni，1999）。

Saarni（1999）が感情コンピテンスを提唱して以来，感情コンピテンスについての実証的研究が多く行われてきた（Ciarrochi，Chan，Caputi，& Roberts，2001；Ciarrochi & Scott，2006；Ciarrochi，Scott，Deane，& Heaven，2003；Bohnert，Crnic，& Lim，2003；Denham，Blair，DeMulder，& Levitaal，2003）。さらに，我が国でも少しずつ感情コンピテンスに焦点を当てた研究が行われ始めている（久木山，2002；豊田・森田・金敷・清水，2005；豊田・桜井，2007；豊田・酒井，2008）。しかし，これまでの研究から，①感情コンピテンスを構成するスキルが研究ごとに様々使用されている点や，②これまでの感情コンピテンス研究では，対象が大学生に限られている点，③我が国において感情コンピテンス研究があまりなされていない点，④感情コンピテンスを包括的に測定しうる尺度がない点，などの問題点が挙げられる。以下にそれらの問題点について述べていく。

2.1 感情コンピテンス概念の問題点

まず，感情コンピテンスを構成するスキルについて述べる。もともと Saarni（1999）は感情コンピテンスが 8 つのスキルから成り立つと考えており，そのうち「人間関係の中での感情コミュニケーションへの気づき」と「感情自己効力感の能力」という 2 つのスキルについては，その他の 6 つのスキルが獲得された後に獲得されるものとして，これら 2 つのスキルを上位概念として捉えている。従って，実際にスキルとして捉えられるのはその他の 6 つのスキルとして考えられている。久木山（2002）は，Saarni（1999）の理論に基づき，その 6 つのスキルに焦点を当てた情動コンピテンス尺度を作成

したが，「共感性」と「情動の読み取り」などの内容的に類似した因子が抽出されるなどの問題があり，Saarni（1999）が提唱したスキルの存在は実証されていない。また，Saarni（1999）以降の研究でも，感情コンピテンスを構成するスキルについても統一された見解はなく，それぞれの研究において研究者の意向により，様々なスキルが用いられてきたことが明らかになった（森口，2008）。これらの感情コンピテンスを構成するスキルの不一致は，感情コンピテンスの定義があいまいになされてきたことに由来していると考えられる。

そもそも Saarni（1999）は感情コンピテンスを「感情が引き出される社会的相互作用の中における自己効力感の現れ」と定義している。しかし，この定義には Bandura（1977）が提唱した「自己効力感」が含まれており，どちらの概念を表しているのか明確でないことが指摘されている（森口, 2008）。その後の研究においても，明確に感情コンピテンスを定義づけしている研究は見当たらない。一方，森口（2008）は，Saarni（1999）のいう感情コンピテンスは単純な効力感を表していると指摘している。また，これまでの研究においても（Ciarrochi et al.，2001；Ciarrochi et al. 2003；Ciarrochi ＆ Scott, 2006； Bohnert et al.，2003；Denham et al.，2003），感情コンピテンスを対象者の「自分自身はスキルを持っている」という効力感として捉えており，これらのことから類推すると，Saarni（1999）のいう感情コンピテンスとは，実質的に感情に関する効力感について述べるものであり，「感情が引き出されるような社会的相互作用の中において，自分自身や環境の変化に対処するために必要な感情に関する能力に対する効力感」を表すものであるといえるだろう。

また，Saarni（1999）は 6 つのスキルを挙げているが，これらのスキルの中には，「他者の感情を識別し理解する力」や「他者の感情に共感的にかかわるための能力」などがあり，すべてのスキルが同一次元上にあるとは考えにくい。大坊（2008）は，スキルにも階層性があることを指摘しており，社会的スキルには基礎スキル・仕分けスキル・応用スキルの 3 つの階層があるとしている。基礎スキルとは，コミュニケーションの基礎となる要素から構成されているスキルであり，仕分けスキルとは，経験により獲得した状況特定的な対処法であり，応用スキルとは，未知の状況，複雑な状況に対して，これまでの知識や経験を網羅的に活用して，それらを組み合わせて，目標達成に向かう統合的な能力を指しているとされる（大坊，2008）。このことから考えると，Saarni(1999)のいう，「自分の感情に気づく」スキルや「他者の感情を理解する」スキルは，大坊のいう基礎スキルに属すと考えられる一方，「他者の情動経験に共感的にかかわる力」や「ネガティブな感情に対する自己制御」などのスキルは，仕分けスキルや応用スキルなどのより上層のスキルにあたると考えられる。感情が引き出されるような社会的相互作用の中で自分自身や環境の変化に対処するために必要とされる能力とは上層のスキルであると考えられる。また，感情に関するスキル研究では，コミュニケーションの視点からとらえられることが多く，コミュニケーションの 3 過程（表出・解読・統制）に沿って捉えられてきた（Riggio, 1986；堀毛，1998；和田，2001）。これらのことを踏まえると，Saarni（1999）のいう 6 つのスキルは，大きく分けて解読過程にあたる「他者の情動経験に共感的にかかわる力」と，表出・統制過程にあたる「ネガティブな感情に対する自己制御」という 2 つのスキルにまとめることができると考えられる。

2.2 研究対象の問題

他方，これまでの研究では，幼児や小学校低学年・大学生を対象にした研究が多く，特に青年期初

期から中期の感情コンピテンスを測定する尺度が見当たらなかった。Buckley, Storino, & Saarni（2003）も，これまでの研究では児童生徒を対象とした妥当性のある感情コンピテンス尺度が欠落していると指摘している。子どもは，児童期中期を過ぎると，自分自身の中に起こる多様な感情に気付くようになったり，対人関係の関係性により感情表出の仕方を変化させるようになったり，他者自分の二者関係だけでなく第三者の視点も取るようになるなど（久保，2008），感情に関する複雑な知識やスキルを発達させていくと考えられる。また，中学・高校と進むにつれ，重要な他者が親から友人に移行する中で，友人関係が非常に重要なものとなる。そのような友人関係の確立・維持には，自他の感情を理解することが必要であり（久保，2008），感情を適切に扱える能力が必要となってくる。従って，感情が複雑化する上，対人関係を円滑に構築維持するために感情を適切に扱うことが重要になってくると考えられる青年期初期から中期に焦点を当て研究することは重要なことである。

2.3　我が国における感情コンピテンス研究の問題

Saarni（1999）によると，感情コンピテンスを獲得している者は，高い自尊感情を持っており，ストレスの高い状況においても自尊感情が低下しないと指摘していることから，欧米では感情コンピテンスと心理的適応や学校適応指標との関連を検討され，感情コンピテンスが高いと心理的適応や学校適応が高いということが実証的に明らかにされている。わが国の感情コンピテンスに関する研究はまだ始まったばかりであり，その効果が明らかにされていない。Saarni（1999）は，その文化ごとに感情コンピテンスは存在していると指摘していることから，我が国において感情コンピテンスを獲得していることがどのような効果があるのか検討する必要があると考えられる。感情コンピテンスはストレスの影響を緩和し，心理的適応に肯定的な影響を与えていると考えられるため，本研究では感情コンピテンスの効果を検討するために，ストレスとの関連に注目する。

2.4　尺度の問題

これまで感情コンピテンスを測定するための尺度が作成されてきている（Ciarrochi　et al.，2003；Wong & Ang，2007；Bohnert et al.，2003；Trentacosta & Izard，2006；久木山，2002；豊田ら，2005；豊田・酒井，2008；豊田・桜井，2007）。感情コンピテンスを測定した尺度の中には，普遍的でより一般化したスキルに焦点が当てられている尺度（Ciarrochi ら，2003；2006）と，状況的要素を重視した尺度（Bohnert et al.，2003）がある。しかし，前者の尺度では，特性感情知能との違いが明確にならず，感情コンピテンスを正確に測れていないという指摘があり（森口，2008），他方状況的要素を重視したスキルに着目した尺度では，一状況のみに適用されるスキルを測定しており，感情コンピテンスを適切に測定できないとされている。これらの問題に対して Bohnert et al.（2003）が様々な状況や文脈をふまえた感情コンピテンスを測定する必要があると指摘していることから，スキルを必要とされる多様な状況を考慮した上，過度に一般化していない尺度を作成する必要があると考えられる。また，大渕（2003）は，人間関係において葛藤とは必ず起きるものであり，その葛藤をうまく処理していくことが人間関係を営む上で重要であると述べている。従って，スキルを必要とされる状況として対人葛藤場面が考えられる。また，我が国おいてもいくつか尺度が作成されているが，これらの尺度はもともと欧米で作成された尺度をそのまま日本語に翻訳しており，日本文化に適しているのかなどの問題は検討されておらず，内容的妥当性が十分ではないと考えられる。Saarni（1999）は，感情

コンピテンスは文化的な背景と切り離せないものであるとしており，欧米と異なり，日本では「察する」ことを重視する文化であることなどから，感情コンピテンスを測定する際には日本独自のスキルが存在することを前提に考えることが必要である。

目　的

本研究では，これらの問題点を踏まえ，混同を避けるために感情コンピテンスを感情効力感と捉える。その上で，青年期でも特に高校生を対象として，日本文化で必要とされる感情効力感を測定するための尺度を作成することを第一の目的とする。 さらに，Saarni（1999）に従い，我が国の感情効力感の効果を確認するために，感情効力感とストレスとの関連が心理的適応に及ぼす影響について検討することを第二の目的とする。

方　法

調査対象　大阪府内の公立 A 高等学校 3 年生 4 クラス計 170 名（男子 77 名，女子 93 名，平均年齢 17.67 歳，SD＝.485 歳）

調査内容

(1) 感情効力感尺度

Saarni（1999）が提唱した感情コンピテンスを構成するスキルのうち，感情効力感を表していると考えられる「共感的なかかわりのための能力」と「嫌な感情や苦痛な状況に適応的に対処する能力」に焦点をあて，友人関係の中でそれらのスキルが必要とされるような，感情的に葛藤が起こる場面を想定した。共感的なかかわりのための能力を測定するために，友人が 4 つの基本感情（喜怒哀楽）を感じている場面を 2 つずつ作成した。計 8 場面を作成し，それぞれの場面で「共感的にかかわることができるかどうか」について，7 件法で回答を求めた（計 8 項目）。また，「嫌な感情や苦痛な状況に適応的に対処する能力」を測定するために，自分自身にネガティブな感情が生起する場面に焦点を当て，その中で特に怒りと悲しみの感情が生起する場面に焦点を当てた。怒りと悲しみの感情ごとに 3 場面ずつ，計 6 場面を想定した。適応的に対処する能力として，自分の気持ちをコントロールしてその上で表出する能力と考えることができたが，コントロールと表出を 1 次元でとらえることは難しいため，ここでは「生起した感情を表出することができるか」という表出的側面と，「生起した感情を落ち着かせることができるか」という制御的側面の 2 側面に分けた上で，それぞれの側面について 7 件法で回答を求めた。表出的側面 6 項目，制御的側面 6 項目。

(2) 自尊感情尺度（山本・松井・山成，1982）

山本ら（1982）が邦訳した Rosenberg（1965）の自尊感情尺度を用いた。10 項目からなり，「1.あてはまらない」～「5.あてはまる」の 5 件法で回答を求めた。本研究では，心理的適応の指標として用いた。

(3) 高校生用学校ストレッサー尺度（三浦・川岡，2008）

本研究では，学校における友人関係についてのストレッサーと感情効力感との関連を検討するために，「友人との関係」下位尺度から 5 項目抽出して用いた（以降，「友人関係ストレッサー」とする）。「ここ 1 カ月の間に，下のような出来事があなたにどのくらいありましたか。【0.ぜんぜんなかった～3.よくあった】までの中で 1 番よく当てはまるところの数字に 1 つだけ○をつけてください。また，それはあなたにとってどのくらい嫌でしたか。【0.ぜんぜん嫌でなかった～3.とても嫌だった】までの中で 1 番当てはまるところの数字に 1 つだけ○をつけてください。合計 2 つの○をつけてください。ただし，【0.ぜんぜんなかった】に○をした場合は，どのくらい嫌だったかの項目に○をする必要はありません。」という教示を行い，それぞれ 4 件法で評定するよう求めた。

結果と考察

1. 感情効力感尺度における因子構造の検討

感情効力感尺度の全 20 項目，感情効力感尺度の因子構造について調べるために，主因子法による探索的因子分析が行われた。初期の固有値の減衰状況と解釈可能性から 3 因子が妥当であると判断し，因子数を 3 に固定した。さらに，当該因子いずれに対しても.30 以上の因子負荷量を示さなかった項目と，複数の項目に同時に絶対値.30 以上の因子負荷量を示した項目を除外して，残った 17 項目で改めて因子分析（主因子法・プロマックス回転）を行い，その結果得られた 3 因子解の因子パターン行列を表 1 に示す。

第Ⅰ因子は，「友人が自分のことをわかってくれなくて，悲しかった時,実際に，その悲しかった気持ちを落ち着かせることができる」などの項目に高い負荷が見られた。この因子は，友人とのかかわりの中で，ネガティブな気持ちが生じた時に，その気持ちを適切にコントロールできるスキルを表していると考えられたため，「制御スキル」と命名した。第Ⅱ因子は，「友人から自分が気にしていることを言われて悲しかった時，実際に，その悲しかった気持ちを相手に伝えることができる」などの項目に高い負荷が見られた。この因子は，友人とのかかわりの中で，自らにネガティブな気持ちが生じた時に，その気持ちを相手に伝えることができるスキルを表していると考えられたため，「表出スキル」と命名した。第Ⅲ因子は，「競い合っている友人がテストでいい点数をとって喜んでいる時,実際に，一緒に喜ぶことができる」などの項目に高い負荷が見られた。この因子は，友人とのかかわりの中で，友人の中に生じた感情を理解し，共感的にかかわることができるスキルを表していると考えられたため，「共感スキル」と命名した。各因子に高い負荷量を示した項目数は，第Ⅰ因子 6 項目，第Ⅱ因子 6 項目，第Ⅲ因子 5 項目であった。因子間の相関係数を求めたところ，制御スキルと共感スキルとの間で有意な正の相関（r=.284）がみられた。また，感情効力感尺度の内的整合性を検討するために，各下位尺度について Cronbach のα係数を算出した。その結果，制御スキル.80，表出スキル.70，共感スキル.69 と，いずれも概ね高い値を示していた。このことから，感情効力感尺度の内的整合性が確認された。また，この結果から状況を超えて各因子にまとまっており，感情効力感は状況に通じ

た特性的なものであることが示唆された。

表１　感情効力感尺度の因子分析結果

	質問項目	因子 Ⅰ	Ⅱ	Ⅲ
	Ⅰ　制御（α＝.80）			
18.	友人が自分のことをわかってくれなくて，悲しかった時,実際に，その悲しかった気持ちを落ち着かせることができる	.73	.04	-.05
12.	友人に注意しても，全く聞いてくれずイライラした時，実際に，そのイライラした気持ちを落ち着かせることができる	.70	-.09	.02
16.	友人から自分が気にしていることを言われて悲しかった時，実際に，その悲しかった気持ちを落ち着かせることができる	.63	.01	.05
20.	友人とケンカをしてしまい，悲しかった時，実際に，その悲しかった気持ちを落ち着かせることができる	.62	.17	-.15
10.	友人に悪口を言われてイライラした時，実際に，そのイライラした気持ちを落ち着かせることができる	.56	-.04	.03
14.	友人と遊ぶ約束をしていたが，その約束を破られてイライラした時，実際に，そのイライラした気持ちを落ち着かせることができる	.52	-.08	.15
	Ⅱ　表出（α＝.70）			
15.	友人から自分が気にしていることを言われて悲しかった時，実際に，その悲しかった気持ちを相手に伝えることができる	-.01	.65	.06
9.	友人に悪口を言われてイライラした時，実際に，そのイライラした気持ちを相手に伝えることができる	.07	.59	.07
11.	友人に注意しても，全く聞いてくれずイライラした時，実際に，そのイライラした気持ちを相手に伝えることができる	-.06	.58	.03
13.	友人と遊ぶ約束をしていたが，その約束を破られてイライラした時，実際に，そのイライラした気持ちを相手に伝えることができる	-.09	.56	-.16
17.	友人が自分のことをわかってくれなくて，悲しかった時,実際に，その悲しかった気持ちを相手に伝えることができる	.00	.56	.07
19.	友人とケンカをしてしまい，悲しかった時，実際に，その悲しかった気持ちを相手に伝えることができる	.12	.31	.02
	Ⅲ　共感（α＝.69）			
1.	競い合っている友人がテストでいい点数をとって喜んでいる時,実際に，一緒に喜ぶことができる	-.13	-.07	.79
2.	競い合っている友人が先生に褒められて喜んでいる時,実際に，一緒に喜ぶことができる	.00	.10	.75
3.	自分の目の前で，友人が，自分とケンカをしている他の友人と楽しそうにしている時，実際に，一緒に楽しむことができる	.04	.07	.48
8.	テストで自分よりもいい点数を取っているのに，友人が悲しんでいる時,実際に，悲しい気持ちに付き合うことができる	.09	-.01	.42
6.	自分が落ち込んでいるにもかかわらず，友人がイライラした気持ちを話してきた時,実際に，イライラした気持ちに付き合うことができる	.25	.06	.31
	因子間相関	Ⅰ -		
		Ⅱ -.05	-	
		Ⅲ .28	-.07	-

2. 感情効力感と友人関係ストレッサーとの関連が心理的適応に及ぼす影響

①感情効力感とストレッサー頻度との関連がストレッサーに対する嫌悪感に及ぼす影響

まず，友人関係ストレッサー尺度の下位尺度「ストレッサー頻度」が，高校生用友人関係ストレッサー尺度のもう一つの下位尺度である「ストレッサーに対する嫌悪感」に及ぼす効果を感情効力感が調節するかどうかを検証するために，Cohen & Cohen（1983）の階層的重回帰分析を用いて検討した。まず，ストレッサー嫌悪感の得点を基準変数として，感情効力感の各下位尺度（「共感」「制御」「表出」）とストレッサー頻度を投入し（ステップ 1），次に説明変数として感情効力感の各下位尺度とストレッサー頻度を掛け合わせた交互作用項を投入した（ステップ 2）。なお，説明変数には平均からの偏差に換算するセンタリング処置を行い，交互作用項にはその積を用いた。

その結果，「制御」下位尺度得点を説明変数とした重回帰分析を行った場合において，「制御」下位尺度得点とストレッサー頻度得点の交互作用項が有意となった（表 2）。「制御」得点の高低，およびストレッサー頻度の得点の高低によって，ストレッサーに対する嫌悪感がどのように変化するかを検討するため，算出された回帰式を元に「制御」下位尺度得点およびストレッサー頻度の得点がそれぞれ＋1SD の場合と－1SD の場合のストレッサーの嫌悪感得点の予測値を示したのが，図 1 である。

感情効力感のうち特に制御ができていると感じている者は，制御ができていないと感じている者よりも，友人関係におけるストレスイベントが多くなった場合においても，ストレッサーに対する嫌悪感が有意に低かった。これまで学校ストレッサーやストレッサー認知の違いによってストレス反応の表出の程度や様相に違いがみられることが指摘されている（三浦・坂野，1996）。本研究の結果は，感情効力感の中でも特に制御がストレッサーの頻度とストレッサーの嫌悪度の媒介変数として存在し，ストレッサー認知に影響を与えるものであることが明らかとなった。自分の感情を適切にコントロールすることにより，たとえストレスイベントがあったとしても，ストレス反応を引き起こしうるストレスイベントに対する嫌悪感が生起しにくくなると考えられる。これはネガティブな感情を適切に制御できる者は，状況や他者の感情などを理解し，自分の感情をモニタリングしていると考えられ，それと同様にストレスイベントがあったとしても，その状況や自分自身を適切にモニタリングすることにより，嫌悪感が生じにくくなっていると考えることができる。

表 2　友人関係ストレッサー嫌悪感に対する制御と友人関係ストレッサー頻度の効果

ステップ	投入された変数	R^2	ΔR^2	F	pr
1	主効果	.148	.148	13.334 ***	
	制御				-.037 +
	学校ストレッサー頻度				.381 ***
2	制御×学校ストレッサー頻度	.172	.023	10.513 ***	-.166 **

注，pr；偏相関係数　　$^{+}p<.10$, $^{*}p<.05$, $^{**}p<.01$, $^{***}p<.001$

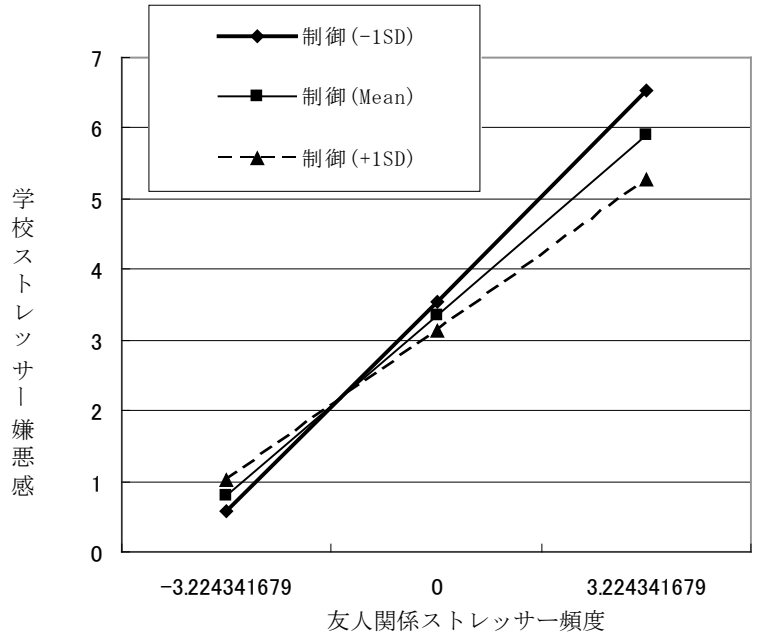

図１　制御と友人関係ストレッサー頻度との友人関係ストレッサー嫌悪感における交互作用

②感情効力感と友人関係ストレッサーとの関連が自尊感情に及ぼす影響

次に，友人関係ストレッサーが自尊感情に及ぼす効果を感情効力感が調節するかどうかを検証するために，Cohen & Cohen（1983）の階層的重回帰分析を用いて検討した。まず，自尊感情得点を基準変数として,感情効力感の各下位尺度得点と友人関係ストレッサー尺度得点を投入し(ステップ 1)，次に説明変数として感情効力感の各下位尺度得点と友人関係ストレッサー尺度得点を掛け合わせた交互作用項を投入した（ステップ 2)。なお，同様に，説明変数にはセンタリング処置を行い，交互作用項にはその積を用いた。

その結果,「表出」下位尺度得点を説明変数とした重回帰分析を行った場合において,「表出」下位尺度得点とストレッサー得点の交互作用項が有意となった（表 3)。「表出」得点の高低，および友人関係ストレッサー得点の高低によって，自尊感情がどのように変化するかを検討するため，算出された回帰式を元に「表出」下位尺度得点および友人関係ストレッサー得点がそれぞれ＋1SD の場合と－1SD の場合の自尊感情得点の予測値を示したのが，図 2 である。

この結果から，友人関係ストレッサーが低い場合には，ネガティブな感情を表出できると感じている者とできないと感じている者とでは自尊感情の高さは変わらないが，友人関係ストレッサーが増加した場合，表出できないと感じている者の方ができると感じている者と比べて有意に自尊感情が低下することが示唆された。この結果は，Saarni（1999）の仮説を一部支持していると考えられる。これまでの研究でも，過度に感情の表出を抑制すると心理的適応に悪影響を及ぼすという指摘はなされているが（崔・新井，1998），本研究の結果もこれと一致していると考えられた。日本文化では，自分の感情を抑制することが重要視されるが，ストレスのかかる場面で自分の感情を表出できないこと

は自尊感情を低下させ，心理的適応に否定的な影響を及ぼす。近年，アサーショントレーニングなどの自分の気持ちを表す訓練が盛んになってきているが，今後はストレスのかかる場面で如何に自分のネガティブな感情を表出することができるようになるのかという点に焦点をあてたトレーニングをする必要があると考えられた。

表 3　自尊感情に対する表出と友人関係ストレッサーの効果

ステップ	投入された変数	R^2	$\triangle R^2$	F	pr
1	主効果	.061	.061	5.168 **	
	表出				-.181 *
	学校ストレッサー				.178 *
2	表出×学校ストレッサー	.080	.018	4.549 **	.140 +

注，pr；偏相関係数　　$^{+}p<.10$, $^{*}p<.05$, $^{**}p<.01$

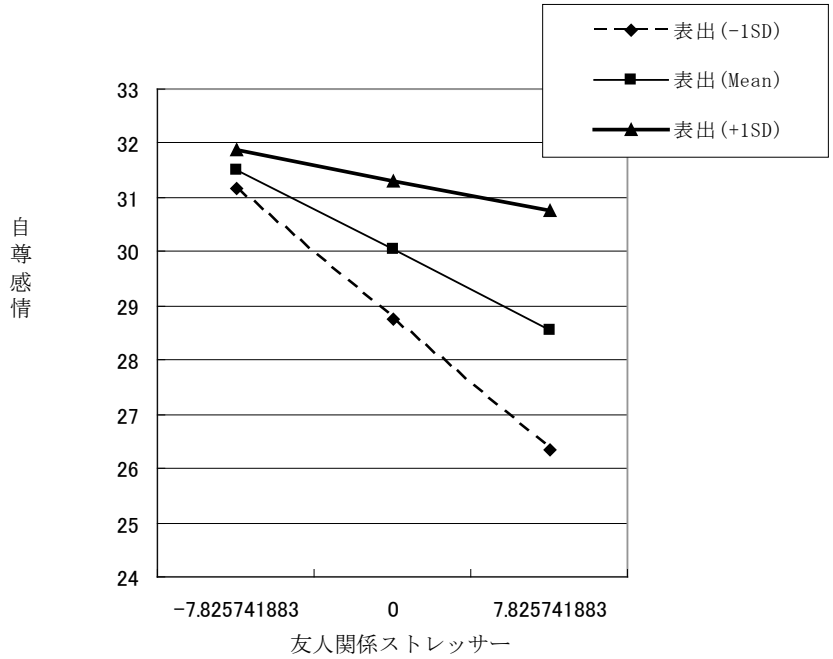

図 2　表出と友人関係ストレッサーとの自尊感情における交互作用

まとめと今後の課題

本研究では，感情コンピテンスを感情効力感と捉えなおし，高校生を対象に，日本の高校生の日常的に起こりうる対人葛藤場面を取り上げ，感情効力感を測定する尺度の作成を試みた。その上で，感情効力感の効果を検証するために，友人関係ストレッサーと心理的適応との関連について検討した。その結果，制御スキルと友人関係ストレッサーの頻度との交互作用が友人関係ストレッサーの嫌悪感

に対して影響を与えていることや，表出スキルと友人関係ストレッサーの交互作用が自尊感情に影響を与えていることが明らかとなった。今後の課題として，本研究では高校生を対象としたが，いまだ中学生や小学校などを対象とした感情効力感は少ないため，対象を広げていく必要がある。また，今回制御スキルと表出スキルが心理的適応に関連していることが明らかとなったが，共感スキルがどのような効果があるのか検討していく必要があると考えられた。

引用文献

Bandura，A.（1977）． Self-efficacy：Toward a Unifying Theory of Behavioral Change． *Psychological Review*，**84**，191-215.

Bohnert，A. M.，Crnic，K，C.，& Lim，K. G.（2003）. Emotional Competence and Aggressive Behavior in School-Age Children. *Journal of Abnormal Child Psychology*，**31**，79-91.

Buckley，M.，Storino，M.，& Saarni，C.（2003）. Promoting Emotional Competence in Children and Adolescents：Implications for School Psychologists. *School Psychology Quarterly*，**18**，177-191.

Ciarrochi，J.，Chan，A. Y.，Caputi，P.，& Roberts，R.（2001）. Measuring emotional intelligence in adolescents. *Personality and Individual Differences*，**31**，1105-1119.

Ciarrochi，J.，Scott，G.，Deane，F. P.，& Heven，P. C. L.（2003）. Relations between social and emotional competence and mental health：a construct validation study. *Personality & Individual Differences*，**35**，1947-1963.

Ciarrochi，J. V.，& Scott，G.（2006）. The link of between emotional competence and well-being：a longitudinal study. *British Journal of Guidance & Counseling*，**34**，232-243.

Cohen，J.，& Cohen，P.（1983）. Applied multiple regression/correlation analysis for the behavioral sciences. 2nd end. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.

大坊郁夫（2008）．社会的スキルの階層的概念　対人社会心理学研究，**8**，43-50.

Denham, S. A.，Blair, K, A.，DeMulder, E, Levitas, K.（2003）. Preschool Emotional Competence：Pathway to Social Competence　*Child development*，**74**，238-256.

堀毛一也　1994　恋愛関係の発展・崩壊と社会的スキル　実験社会心理学研究，**34**，116-128.

久保ゆかり（2008）．児童期の感情　上淵寿（編）　感情と動機づけの発達心理学　ナカニシヤ出版　pp．105-124.

久木山健一（2002）．情動コンピテンスと社会的情報処理の関連－アサーション行動を対象として－　カウンセリング研究，**35**，66-75.

椙本知子（2008）．思春期における対人関係感情コントロール－視点取得能力と共感性の発達の観点から－（編）大渕憲一　現代のエスプリ 494　pp．55-64.

猪刈恵美子（2008）　感情リテラシープログラムで対人関係能力を高める　月刊学校教育相談，pp. 4-15.

三浦正江・川岡史（2008）．高校生用学校ストレッサー尺度（SSS）の作成　カウンセリング研究，**41**，73-83.

三浦正江・坂野雄二（1996）．中学生における心理的ストレスの系時的変化　教育心理学研究，**44**，368-378.

文部科学省（2005）．情動の科学的解明と教育等への応用に関する検討会報告書　文部科学省。

森口竜平（2008）．感情の適応的機能ー感情知能・感情コンピテンス・感情自己効力感に着目して　神戸大学大学院人間発達環境学研究科研究紀要，**2**，17-24.

大渕憲一（2003）．満たされない自己愛－現代人の心理と対人葛藤－　筑摩書房.

Riggio, E. R. 1986　Assessment of Basic Social Skills. *Journal of Personality and Social Psychology*, **51**, 649-660.

Rosenberg, M. 1965　*Society and the adolescent self-image.* Princeton.NJ : Princeton University Press.

Saarni, C.（1999）. The Development of Emotional Competence　New York : The Guilford Press.（佐藤香監訳（2005）．感情コンピテンスの発達　ナカニシヤ出版）

崔京姫・新井邦二郎　1998　ネガティブな感情表出の制御と友人関係の満足感および精神的健康との関係　教育心理学研究，**46**，432-441.

豊田弘司・森田泰介・金敷 大之・清水 益治（2005）．日本版 ESCQ (Emotional Skills & Competence Questionnaire)の開発　奈良教育大学紀要人文・社会科学，**54**，43-47.

豊田弘司・桜井裕子（2007）．中学生用情動知能尺度の開発　教育実践総合センター研究紀要，**16**，13-18.

豊田弘司・酒井雅子（2008）．高校生用情動スキルとコンピテンス質問紙尺度の開発　教育実践総合センター研究紀要，**17**，11-14.

Trentacosta, C. J., & Izard, C. E.（2006）. Children’s Emotional Competence and Attentional Competence in Early Elementary School. *School psychology quarterly*, **21**, 148-170.

和田　実　2003　社会的スキルとノンバーバルスキルの自他認知と心理的適応との関係　カウンセリング研究，**36**，246-256.

Wong, S. S. &　Ang, R. P.　（2007）. Emotional competencies and maladjustment in Singaporean adolescents. *Personality & Individual Differences*, **43**, 2193-2204.

山田洋平（2008）．社会性と情動の学習（SEL）の必要性と課題ー日本の学校教育における感情学習プログラムの開発・導入に向けてー　広島大学大学院教育学研究科紀要第一部，**57**，145-154.

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.