

成人用ソーシャルスキル尺度の作成
——ソーシャルスキル尺度は何を測ってきたのか——

和田 実

成人用ソーシャルスキル尺度の作成 —— ソーシャルスキル尺度は何を測ってきたのか ——

和田 実¹⁾

The purpose of this study was to examine what previous social skills scales measured and to develop a new social skills scale. Participants were 202 (99 male and 103 female) undergraduates. They completed the new social skills scale (119 items) and the three scales (25 items: the satisfaction with life, self-esteem, and personality) to test the validity of the new social skills scale. Factor analysis revealed six factors. They were named assertiveness, decoding, empathy/help, concerns for others' evaluations, self-control, and humor skills. People with better assertiveness skills had higher life satisfaction, self-esteem, extraversion, conscientiousness, and openness to experience, and lower neuroticism. People with better decoding skills had higher self-esteem, extraversion and agreeableness. People with better empathy/help skills had higher agreeableness. People with better concerns for others' evaluations skills had higher neuroticism and lower life satisfaction. People with better self-control skills had higher agreeableness and lower neuroticism. People with better humor skills had higher life satisfaction and openness to experience. Based on the relationships between these scales, the validity of the new social skills scale is discussed.

問題と目的

我々は、様々な他者と関わりあって生活をしている。そういった社会において、より良い生活をおくるためには、対人関係を円滑にすることが必要である。したがって、他者とうまく関係を持てるかどうかの研究されてきた。社会的知能 (social intelligence)、対人的有能性 (interpersonal competence)、ソーシャルスキル (social skills)、社会的有能性 (social competence)、対人的効果性 (interpersonal effectiveness)、コミュニケーションの有能性 (communication competence)、心理社会的有能性 (psychosocial competence)、関係的有能性 (relational competence) など、様々な名称 (術語) で研究されてきた (和田, 1991)。また、情動知能 (emotional intelligence)、共感性 (empathy)、主張性 (assertiveness)、適応性 (adjustment)、制御 (regulation) など、一部に限定したスキルを研究するものもある。これだけの名称 (術語)

1) 本研究は、井上智絵さん (2015年度名城大学人間学部卒業) の卒業論文の一部のデータを再分析してまとめたものである。データを提供してくれた井上さんに謝意を表します。

があるのは、さまざまな分野の専門家が取り組んできた（取り組んでいる）からでもある。例えば、社会心理学、発達心理学、臨床心理学、精神医学、コミュニケーション学、言語学などである。

Spitzberg & Cupach (1988) によると、これらの研究のルーツは古く、1920年の Thorndike の社会的知能にまでさかのぼれるという (Spitzberg & Cupach (1988) は「対人的有能性」を用いている)。ちなみに、Thorndike は社会的知能を「他者を理解し、他者との関係でうまく (wisely) ふるまうことを含む能力」と定義している (Spitzberg & Cupach, 1988)。

このような名称（術語）の多さはさまざまな分野の研究者が取り組んでいるからでもある。しかし、そのために、異なった現象を表すのに同じ術語が用いられていたり、同じ現象を表すのに異なった術語が用いられたりしていることが生じている (Spitzberg & Cupach, 1988)。

和田 (1991) によると、ソーシャルスキルの尺度を作成する研究は、社会心理学よりもむしろ臨床心理学やカウンセリングの専門家において数多くなされてきたという。したがって、ソーシャルスキルすなわち“自己主張”できるか否かとされているものが多かった (Galassi, Delo, Galassi, & Bastien, 1974; Gambrell & Richey, 1975; Rathus, 1973; 古市, 1993)。

他の分野の研究を見ると Riggio (1986) はソーシャルスキルを測る尺度 (social skills inventory) を作成している。これは情動および社会的表出、感受性、統制、さらに社会的操作の7つの側面から構成されている。菊池 (1988) は Goldstein らによる6カテゴリーの「若者のための社会的スキル」50項目から便宜的に各カテゴリーから3項目を抜き出し、社会的スキル尺度を作成している。また、Buhrmester, Furman, Wittenberg, & Reis (1988) は対人課題領域別に対人的有能性を測る尺度 (interpersonal competence questionnaire) を作成している。Rubin (1985) はコミュニケーションの有能性を測る尺度 (communication competence self-report questionnaire) を作成しているが、その項目内容を見ると自分の考えがうまく他者に説明できるか、自分の考えを主張できるかという点を測定しようとしていると考えられる。

他には、コミュニケーション研究者が関係を維持するのに必要な行動について、デート関係もしくは夫婦関係にある者たちを対象とした研究を行っている (和田・増田・柏尾, 2016の4章参照)。Canary & Stafford (1994) は、関係維持とは関係を望ましいレベルで維持し続けること、と定義している。例えば、Stafford & Canary (1991) は、デートあるいは既婚カップルに関係を維持し、満足な状態に保つために行っていることをたずねている。因子分析の結果、次の5つが見出されている：①ポジティブさ（“お世辞を言うなどして、私の自尊心を高めようとする”など）、②オープンさ（“自分たちの関係について定期的に話し合うのが好きである”など）、③言質 (assurance: “私に対する愛情を示す”など)、④社会的ネットワーク（“私の友だちと一緒に時間を過ごすのが好きである”など）、⑤課題共有（“やらなければならない課題を等しく手伝う”など）。そして、この尺度を用いて、Guerrero, Eloy, & Wabnick (1993) がこれらの関係維持行動の多寡がその後のカップルの関係変化と関連することを縦断研究によって明

らかにしている。

本研究ではこれらの名称（術語）の違いを区別することなく、ソーシャルスキルとして扱うこととする（ただし、先行研究を引用する際はその著者の使用した名称（術語）をそのまま用いる）。ソーシャルスキルについて、菊池（1988）は「相手から肯定的な反応をもらうことができ、相手の否定的な反応を避けることのできるようなスキル」と定義している。また、相川（1996）は、「ソーシャルスキルとは、対人場面において適切かつ効果的に反応するために用いられる言語的・非言語的な対人行動と、そのような対人行動の発現を可能にする認知過程との両方を包含する概念である」と定義した。

さらに、相川・藤田（2005）は、ソーシャルスキルの定義に関しては未だに統一的なものはない、と言っている。そして、従来の定義から共通要素を7つ抽出している。それらは、①具体的な対人場面で用いられるもの、②対人目標を達成するために使われるもの、③相手の反応の解釈や、対人目標の決定、感情の統制などのような「認知過程」と、対人反応の実行という「行動過程」の両方を含むもの、④言語的ないしは非言語的な対人反応として実行されるもの、⑤学習によって獲得されたもの、⑥自分の対人反応と他者の反応とをフィードバック情報として取り入れて、変容してゆくもの、⑦不慣れな社会的状況では意識的に実行されるが、熟知した状況では自動化しているものなどの要素を含んだもの、である。そして、自己評定法による尺度は、次の2つに大きく分けられる、という。一つ目は、対人場面でのコミュニケーション過程を想定し、個人が相手に自らの意思を伝えるために行う「記号化」に関わるスキル、個人が相手の意思を受け取るために行う「解釈」に関わるスキル、そしてコミュニケーション過程において個人内に生じる感情に対処するための「感情統制」に関するスキルを下位尺度として含むタイプである。二つ目は、対人場面で実際に必要とされる具体的なスキルを複数、想定して、それら複数のスキルを下位尺度として含むタイプである。そして、前者はコミュニケーション・スキルを測るタイプ、後者は対人スキルを測るタイプと言えらしている。相川・藤田（2005）は、これらの観点からソーシャルスキル尺度を作成し、関係開始、解釈、主張性、感情統制、関係維持、記号化の6つのスキルを抽出している。なお、吉良・尾形・上手（2020）は、相川・藤田（2005）の短縮版を作成している。

東海林・安達・高橋・三船（2012）は、相川・藤田（2005）と同じく、既存の社会的スキル尺度には2つの特徴があるとしている。それらは、①自らの意図を正確に伝えるための「記号化」、相手の意図を正確に読み取るための「解釈」、相手とのコミュニケーションの中で生じる自らの感情をうまく調整するための「統制」の視点、②「特定の場面や状況」で必要とされる実際の能力に着目して社会的スキルを捉える試み、である。これらの観点から中学生用の尺度を作成し、意図伝達、動揺対処、意図的隠匿、他者理解、自己他者モニタリング、の5つのスキルを抽出している。

安達（2013）は、これまでの子どもを対象としたソーシャルスキル尺度を検討し、階層性と

対人コミュニケーション行動の多面性の2つの軸があるとしている。階層は、基礎と実用の2つ、対人コミュニケーション行動は認知、感情、行動の3側面あり、あわせて6カテゴリーから捉えられるという。そして、ソーシャルスキルを「直接的コミュニケーションに必要な基礎的行動から、まわりから受け入れられるために必要な実用的行動までを含む対人コミュニケーション行動を適切に行うために必要な、認知的、感情的、行動的技能」と定義している。

このように、ソーシャルスキル、およびそれに類似する対人関係をより円滑にするスキル(技能)は、さまざまに定義がなされており、その定義により添うようにソーシャルスキルを測る尺度が開発されている。

そこで、ソーシャルスキルの優劣が他の社会的変数(社会的適応等)とどのような関係にあるのかをみておこう。ソーシャルスキルに優れる(劣る)ことは対人関係をより円滑にする(円滑にしない)ということであるから、ポジティブ面とネガティブ面の両方との関係が調べられている。まず、ポジティブ面との関連を調べた研究についてである。Asher(1983)はいくつかの研究をレビューし、社会的有能性(適切性、応答性、関係のプロセス的見方)に優れている子どもは仲間集団において人気者であることを報告している。さらに、Cohen, Sherrod, & Clark(1986)はソーシャルスキル(主張性、デートスキル)に優れる者はストレスを感じている時にサポートをもたらしてくれる関係のネットワークをうまく作り、それを利用することを見いだしている。Christenson, Farina, & Boudreau(1980)は、自己報告形式の社会的有能性尺度の得点をもとに実験参加者(女性のみ)を2群に分け、彼女らのノンバーバル知覚能力を実際の相互作用状況(面接場面で面接者役をとる)で調べている。その結果、社会的有能性尺度で得点の高かった者は、低得点者に比べて、相手の様子をうまく読みとり、面接場面をより適応的にこなしたことを報告している。また、Edwards, Manstead, & MacDonald(1984)は8~11歳の小学生を対象とし、ソシオメトリックテストにより人気があるかないかの2群に分け、情動解読の正確さを比較している。その結果、ソシオメトリック地位が高い子ども、すなわち人気のある子どもはそうでない子どもよりも情動表出をうまく同定したことを報告している。和田(1991)は、恋人がいない者よりいる者の方がノンバーバル行動の非表出および統制が優れず、ソーシャルスキルの関係維持、関係開始、および自己主張が優れていることを報告している。また、和田(1991)では、女性のみではあったが、ソーシャルスキルの関係開始が優れる者ほど大学内および大学外ともに友人が多かった。中学生を対象に調べた東海林他(2012)は意思伝達スキルに優れる者ほど、ソーシャルサポートがより多く得られていることを報告している。

次に、ネガティブ面との関連を調べた研究についてである。まず、孤独感との関係である。Jones, Hobbs, & Hockenbury(1982)は、孤独な者ほど相手に言及する陳述、相手の以前の陳述への応答、相手への質問が少ない、すなわち会話のソーシャルスキルに劣ることを報告している。Spitzberg & Canary(1985)は、孤独感と自己評定の有能性(会話における相互作用管理、表出

性など）との間に負の相関関係を見いだしている。すなわち、孤独な者は対人的有能性に欠けるのである。和田（1991）も、彼が作成した5つのスキルが劣る者ほど、より孤独を感じていることを示している。さらに、孤独感が減少した（約60日間後）者の方がソーシャルスキルの関係維持、自己主張に優れることを示している。また、相川・藤田（2005）は、ソーシャルスキルと対人不安感、抑うつとの間に負の相関関係を見いだしている。

このように、ソーシャルスキルの優劣が社会生活と大きくかかわっていることが分かる。さらに、これらの研究から社会的場面におけるさまざまなスキルが扱われていることも分かる。そこで、本研究では、ソーシャルスキル等について多く研究されはじめた1980年代以降（菊池、1988；堀毛、1990参照）から本研究の実施（2015年11月）までに開発されたソーシャルスキル尺度および一部のスキルを測定する尺度の共通部分を見出すことを目的とする。なお、本研究で使用する尺度は、学会誌（心理学研究、教育心理学研究、実験社会心理学研究、パーソナリティ研究）に掲載された論文のみに限定した。

方 法

1. 調査対象者

心理学関連の2つの講義および一部は直接依頼することによって大学生212名（男女各106名）に調査を行なった。回答に不備のあった者を除き、男性99名（ $M: 19.909$, $SD: 1.270$ ）、女性103名（ $M: 19.709$, $SD: 1.218$ ）、計202名を分析対象とした。調査開始時に、文書と口頭で、調査への参加は強制ではなく回答するか否かは自由に決める事ができること、およびデータは統計的に処理されるのでプライバシーが明らかになることはないことを伝えた。そして、調査への回答をもって、研究協力に同意したとみなすことを伝えた。回答はいずれも無記名で行い、実施時間は10～15分であった。調査の実施は2015年11月であった。

2. 質問紙の構成

質問紙は、個人的背景要因（性、年齢）、ソーシャルスキルに関する項目、ソーシャルスキル尺度の妥当性に関する項目（人生に対する満足度、パーソナリティ、自尊感情）からなっていた。

（1）ソーシャルスキルに関する尺度 以下に示す尺度の項目を用いた。ただし、項目数が非常に多くなるので回答者の負担を考慮し、⑫を除いて以下の基準により項目を選んだ。

- 1）該当因子への負荷量が.500以上であること。
- 2）項目数が5つ以上の場合は、その因子項目の上位6割を選ぶこと。

これらの基準により、本研究で用いた項目は以下の119項目となった（具体的な項目は付表参照）。回答方法は、「あてはまらない（1）～あてはまる（5）」の5件法で統一した。また、質問文は一部を除いて「私は（が）～～。」という形式で統一した。

①日本版コンピテンス尺度

Takai & Ota (1994) による尺度で、「察し能力」(6項目)、「自己統制」(7項目)、「階層的関係管理」(3項目)、「対人感受性」(3項目)、および「曖昧さ耐性」(3項目)の4つの下位尺度、計22項目からなる。上述の基準に基づき、本研究では「察し能力」の3項目、「自己統制」の3項目、「階層的関係管理」の3項目、「対人感受性」の3項目、および「曖昧さ耐性」の3項目を用いた。用いた項目は付表に示した。

②情動コンピテンスプロフィール日本語短縮版

野崎・子安(2015)による尺度で、「情動コンピテンス自己領域」(10項目)と「情動コンピテンス他者領域」(10項目)の2つの下位尺度、計20項目からなる。上述の基準に基づき、本研究では「情動コンピテンス自己領域」の3項目と「情動コンピテンス他者領域」の4項目を用いた。用いた項目は付表に示した。

③キャリアレジリエンス尺度

児玉(2015)による尺度で6因子のうち、解決力や適応力を示す「チャレンジ・問題解決・適応力因子」(13項目)と「ソーシャルスキル因子」(9項目)の計2因子を用いた。上述の基準に基づき、本研究では「チャレンジ・問題解決・適応力因子」の6項目と「ソーシャルスキル因子」の3項目を用いた。用いた項目は付表に示した。

④個人志向性・社会志向性尺度

伊藤(1993)による尺度で、「社会志向性」(9項目)と「個人志向性」(8項目)の計17項目からなる。上述の基準に基づき、本研究では「個人志向性」の3項目と「社会志向性」の3項目を用いた。用いた項目は付表に示した。

⑤改訂セルフ・モニタリング尺度

Lennox & Wolf (1984)が開発し、石原・水野(1992)が作成した日本語版尺度で、「他者の表出行動への感受性」(6項目)と「自己呈示の修正能力」(7項目)の計13項目からなる。上述の基準に基づき、本研究では「他者の表出行動への感受性」の3項目と「自己呈示の修正能力」の3項目を用いた。用いた項目は付表に示した。

⑥日本語版自意識尺度

Fenigstein, Scheier, & Buss (1975)が開発し、菅原(1984)が作成した日本語版尺度で、「公的自意識」(11項目)と「私的自意識」(10項目)の計21項目からなる。上述の基準に基づき、本研究では、「公的自意識」の6項目と「私的自意識」の4項目を用いた。用いた項目は付表に示した。

⑦社会的自己制御尺度

原田・吉澤・吉田(2008)による尺度で、「自己主張」(13項目)、「持続的対処・根気」(7項目)、および「感情・欲求抑制」(9項目)の計29項目からなる。上述の基準に基づき、本研究では「自己主張」の4項目、「持続的対処・根気」の3項目、および「感情・欲求抑制」の3項目を用いた。

用いた項目は付表に示した。

⑧多次元共感性尺度

鈴木・木野 (2008) による尺度で、「被影響性」(5 項目)、「他者指向的反応」(5 項目)、「想像性」(5 項目)、「視点取得」(5 項目)、および「自己指向的反応」(4 項目) の計 24 項目からなる。上述の基準に基づき、本研究では「被影響性」の 3 項目、「他者指向的反応」の 3 項目、「想像性」の 4 項目、「視点取得」の 3 項目、および「自己指向的反応」の 4 項目を用いた。用いた項目は付表に示した。

⑨日常生活スキル尺度 (大学生版)

島本・石井 (2006) による尺度で、8 因子 (各因子 3 項目) からなる。8 因子のうち、「自尊心」と「前向きな姿勢」を除き、上述の基準に基づき、「親和性」、「リーダーシップ」、「計画性」、「感受性」の各 3 項目、および「情報要約力」と「対人マナー」の各 2 項目を用いた。用いた項目は付表に示した。

⑩ノンバーバルスキル尺度

和田 (1991) による尺度で、「ノンバーバル非表出と統制」(6 項目) と「ノンバーバルの感受性」(6 項目) の計 12 項目からなる。上述の基準に基づき、「ノンバーバル非表出と統制」の 3 項目と「ノンバーバルの感受性」の 3 項目を用いた。用いた項目は付表に示した。

⑪ソーシャルスキル尺度

和田 (1991) による尺度で、「親密関係維持」(14 項目)、「関係開始」(7 項目)、および「自己主張」(4 項目) の計 25 項目からなる。上述の基準に基づき、本研究では「親密関係維持」の 5 項目、「関係開始」の 3 項目、および「自己主張」の 3 項目を用いた。用いた項目は付表に示した。

⑫ ENDCOREs 尺度

藤本・大坊 (2007) による ENDCOREs 尺度の簡易版を用いた。簡易版では、6 つのメインスキル (自己統制、表現力、解読力、自己主張、他者受容、関係調整) 各 1 項目からなる。用いた項目は付表に示した。

(2) ソーシャルスキルの妥当性に関する尺度 以下に示す 3 つの指標を用いた。

①人生満足度

Diener, Emmons, Larsen, & Griffin (1985) による the Satisfaction With Life Scale (SWLS) を角野 (1994) が日本語に翻訳し、信頼性と妥当性を確認した尺度を用いた。これは、自らの選択に基づく、過去－現在－未来にわたる人生の主観的評価を測る尺度である。5 項目からなり、7 件法 (1 : 全くあてはまらない～7 : 非常にあてはまる) で回答を求めた。

②パーソナリティ

日本語版 Ten Item Personality Inventory (以下、TIPI-J とする) を用いた。これは、Big Five の 5 つの次元を各 2 項目、計 10 項目で測定する Gosling, Rentfrow, & Swann (2003) によって作成

された Ten Item Personality Inventory (TIPI) を小塩・阿部・カトローニ (2012) が日本語に翻訳し、信頼性と妥当性を確認した尺度である。回答は、7 件法 (1 : 全くあてはまらない～7 : 非常にあてはまる) であった。

③自尊感情

星野 (1970) によるローゼンバーグ自尊感情尺度の日本語訳をもとに、より分かりやすい表現に修正した桜井 (2000) の尺度を用いた。10項目からなり、4 件法 (1 : いいえ～4 : はい) で回答を求めた。

3. 質問項目の提示順

ソーシャルスキルに関する項目は、119項目と多いので、回答者が最後までやる気をなくさないように、59項目と60項目に分けて提示した。さらに、順序効果等を考慮し、妥当性に関する尺度も含めて、提示順をかえた2種類の質問紙を作成して実施した。各尺度の項目の並びは2種類でかえた。

結 果 と 考 察

1. 尺度構成

(1) ソーシャルスキルに関する尺度 119項目全体に対して因子分析を行った。なお、男女別に因子分析を行うには、項目数に対して調査対象者が少なかったため、男女別には行わなかった。

まず全体のデータで天井効果が見られた5項目を削除した。それらは、「私は、社会 (周りの人) のために役に立つ人間になりたい。」($M=4.183, SD=0.988$)、「私は、空想することが好きだ。」($M=4.035, SD=1.067$)、「私は、どのような相手に、どのような場面で敬語を使わなければならないのかがはっきり分かる。」($M=4.144, SD=0.889$)、「私は、上司・先生には常に敬語で接するように心がけている。」($M=4.233, SD=0.946$)、「私は、年上の人に対しては敬語を使うことができる。」($M=4.302, SD=0.921$) であった。そこで、これらの項目を除いた114項目を用いて因子分析 (最尤法、プロマックス回転) を行った。固有値の減衰状況は、16.870、8.459、5.835、4.137、3.631、3.175、2.938、2.635、2.477……、であり、スクリープロットおよび解釈のしやすさから6因子構造をなしていると考えた。次に、因子負荷量が絶対値0.400以下の項目および複数の因子に同程度の因子負荷をなしている項目を除いた。結果的に残った56項目を用いて、因子分析 (最尤法、プロマックス回転) を行った。固有値の減衰状況は、9.585、6.344、3.811、2.837、2.476、2.283、1.529、1.477、……、であり、6因子構造をなしていると考えた。プロマックス回転後の結果を表1に示した。

第1因子は、「私は、周囲の人と自分の意見が違っていても、自分の意見を主張する」(.869)、「私は、多数派の意見とは違ってても自分の意見を言う」(.772) などの項目に高い負荷がみられ

表1 ソーシャルスキル尺度の因子分析結果

	I	II	III	IV	V	VI
・私は、周囲の人と自分の意見が違っていても、自分の意見を主張する。	.869	-.138	-.050	.061	-.021	-.043
・私は、相手と意見が対立したとき、自分の意見を主張しない気がすまない。	.782	-.010	-.031	.126	-.167	-.046
・私は、多数派の意見とは違って自分の意見を言う。	.772	-.051	-.117	.044	-.031	-.019
・私は、たとえ言いくくても、間違っていることは指摘できる。	.715	.113	.018	.036	-.010	-.222
・私は、友達の考えに流されることなく、自分の考えを言うことができる。	.701	-.054	-.085	-.070	.036	.099
・私は、自分の意見や立場を相手に受け入れてもらえるように主張する。	.585	.040	-.040	.017	-.108	.168
・私は、自分の信念や意見は、友人の意見によって左右されることはない。	.472	.014	-.131	-.068	.237	.016
・私は、自分が行動を起こすことによって、周りの人を動かすことができる。	.453	.014	.329	-.140	.075	.019
・私は、自分の信念に基づいて生きている。	.410	.045	.169	-.112	.122	-.068
・私は、仕事で何か問題が起きても、自分なりの方法で乗り越えることができる。	.405	.120	.043	-.115	.176	.060
・私は、集団で行動するときに先頭に立ってみんなを引っ張っていくことができる。	.399	.103	.216	-.087	-.162	.225
・私は、他の人たちの気持ちを感じ取ることが得意である。	-.102	.817	.062	.037	-.132	.170
・私は、相手の伝えたい考えや気持ちを正しく読み取る。	.077	.760	-.047	.063	.086	.004
・私は、会話をしているときに、一緒にいる人のごく微妙な表情の変化にも敏感である。	-.007	.730	.003	.083	-.041	-.050
・私は、よく、人の目を見てその本当の気持ちを正確に読み取ることができる。	-.076	.717	.004	-.066	-.005	.051
・私は、相手から明確な返事をもらえなくても、大体どのような返事が意図されているのかわかる。	.102	.678	.010	-.021	-.060	-.173
・私は、何か婉曲に示唆されていることにすぐに気がつく。	-.057	.657	-.245	.034	.041	-.071
・私は、相手が自分に対して何か不満があるとき、言ってくれなくてもそれを察することができる。	-.144	.624	.021	.066	.048	-.048
・私は、他人同士の会話のやりとりを見て、その人たちの性格をいつも間違えることなく話すことができる。	-.023	.552	.023	-.017	.095	.054
・私は、言葉で言われなくても異性の相手が自分に好意があることを察知できる。	.150	.524	-.023	.010	-.130	-.057
・私の直感力は、人の感情や動機を理解するときには、十分によい働きをする。	.249	.408	.099	-.004	.036	-.011
・私は、好きな異性に自分の気持ちをさりげなく分かってもらえるようにすることができる。	.266	.321	.016	.003	-.116	.071
・私は、悲しんでいる人を見ると、なぐさめてあげたい。	.102	-.095	.817	.113	-.047	-.150
・私は、困っている人を見ると援助してあげたい。	.106	-.191	.705	.097	.134	-.127
・私は、親密な友だちが落ち込んでいる時、支援するために何か言ったり、してあげたりすることができる。	.100	-.172	.639	-.060	.107	.121
・私は、悩んでいる友達がいても、その悩みを分かち合うことができない。	.048	-.095	-.612	-.046	.144	.013
・私は、悲しくて泣いている人を見ると、自分も悲しい気持ちになる。	-.084	.024	.611	.173	-.016	-.043
・私は、他人の幸せを自分のことのように感じるができる。	-.054	.045	.605	-.130	.032	.059
・私は、他人が失敗しても同情することはない。	.155	.052	-.581	-.087	-.032	.028
・私は、友だちの問題が私の関心のない時でさえ、純粋に同情的な感情を示すことができる。	-.136	.095	.567	-.092	.046	.018
・私は、親身になって友人らに相談に乗ってもらうことができる。	-.040	.119	.398	-.040	-.127	.142
・私は、困ったときに、友人らに気軽に相談することができる。	.029	.096	.392	-.102	-.151	.178
・私は、自分が他人にどう思われているのか気になる。	-.013	-.055	.027	.854	-.010	.038
・私は、自分についてのうわさに関心がある。	.144	-.065	-.038	.746	-.036	.251
・私は、他人からの評価を考えながら行動する。	.001	.025	-.007	.725	.133	.019
・私は、自分の発言を他人がどう受け取ったか気になる。	.011	.028	-.067	.690	.044	-.039
・私は、人の目に映る自分の姿に心を配る。	.037	.030	.090	.628	.040	.039
・私は、人前で何かする時、自分のしぐさや姿が気になる。	-.103	.110	.092	.592	-.005	-.092
・私は、他人の成功を見聞きしているうちに、焦りを感じるが多い。	-.140	.101	.083	.473	-.160	-.122
・私は、自分の感情や行動をうまくコントロールする。	.000	.122	-.144	-.002	.662	.078
・私は、納得のいかないことがあったとき、すぐにかんしゃくを起こしたりせず、落ち着いて話すことができる。	.044	-.081	-.047	.019	.652	.006
・私は、自分の思い通りに行かないと、すぐに不機嫌になる。	.153	.109	-.060	.192	-.532	.029
・私は、嫌なことがあっても、人やものに八つ当たりをしない。	-.049	-.088	-.174	.073	.521	.101
・私は、友だちに腹を立てている時、たとえその観点に同意しなくても彼らが妥当な考え方をしていることを受け入れることができる。	-.139	-.100	.069	-.001	.486	.094
・私は、嫌な目上の人であっても、敬意を表しその人をたてることができる。	-.081	.055	.132	.062	.481	-.065
・私は、相手を尊重して相手の意見や立場を理解する。	-.197	.289	.122	-.031	.480	-.017
・私は、周囲がそのように要求していると分かれば、それに応じて行動を調節するのは簡単である。	.107	.083	-.012	.202	.479	.129
・私は、周りから決められた役割が困難なことでも、すぐにあきらめたりせず、我慢してやりとす。	.210	-.067	.074	.022	.435	-.086
・私は、人の話を聞くときは、その人が何を言いたいのかを考えながら話を聞く。	.183	.274	.016	.079	.355	-.080
・私は、組織や仕事上の変化を受け入れることができる。	.195	.198	-.061	-.089	.348	-.059
・私は、つまらない話をながながと続ける相手に対してその話を興味深く聞いてあげることができる。	.035	-.100	.302	.017	.337	-.067
・私は、おもしろく話をするのが得意である。	-.084	-.090	.001	.017	.013	.949
・私は、人を笑わせるのが得意である。	-.027	-.040	.031	.083	.052	.909
・私は、ユーモアを言うのが苦手である。	-.003	.036	.098	-.011	-.045	-.718
・私は、自分の考えや気持ちをうまく表現する。	.252	.090	.032	-.023	-.049	.444
・私は、周囲の人間関係にはたつきかけ良好な状態に調整する。	-.026	.145	.242	.037	.136	.350
因子負荷量平方和（抽出後）	8.709	5.802	3.020	2.259	2.284	2.008
I		.274	.049	-.269	.195	.353
II			.487	.129	.344	.442
III				.247	.166	.279
IV					-.164	.030
V						.101

た。これらの項目内容は、自分なりの信念、意見をもち、それを主張するかどうかを表している。そこで、『自己主張スキル』因子と命名した。

第Ⅱ因子は、「私は、他の人たちの気持ちを感じ取ることが得意である」(.817)、「私は、相手の伝えたい考えや気持ちを正しく読み取る」(.760)などの項目に高い負荷がみられた。これらの項目内容は、相手の（本当の）気持ちを読み取れるかどうかを表している。そこで、『解読スキル』因子と命名した。

第Ⅲ因子は、「私は、悲しんでいる人を見ると、なぐさめてあげたくなる」(.817)、「私は、悩んでいる友達がいても、その悩みを分かち合うことができない」(－.612)などの項目に高い負荷がみられた。これらの項目内容は、困っている人に共感し、援助できるかどうかを表している。そこで、『共感・援助スキル』因子と命名した。

第Ⅳ因子は、「私は、自分が他人にどう思われているのか気になる」(.854)、「私は、自分の発言を他人がどう受け取ったか気になる」(.690)などの項目に高い負荷がみられた。これらの項目内容は、他者からどう思われているかについて気にするかどうかを表している。そこで、『他者評価懸念スキル』因子と命名した。なお、7項目中6項目が⑥日本語版自意識尺度の公的自意識項目であった。

第Ⅴ因子は、「私は、自分の感情や行動をうまくコントロールする」(.662)、「私は、自分の思い通りに行かないと、すぐに不機嫌になる」(－.532)などの項目に高い負荷がみられた。これらの項目内容は、状況に応じて自分の感情や行動を統制できるかどうかを表している。そこで、『自己統制スキル』因子と命名した。

第Ⅵ因子は、「私は、おもしろく話をすることが得意である」(.949)、「私は、ユーモアを言うのが苦手である」(－.718)などの項目に高い負荷がみられた。これらの項目内容は、ユーモアを持って話せるかどうかを表している。そこで、『ユーモアスキル』因子と命名した。

尺度構成にあたっては、因子負荷量が絶対値.400以上の項目を選んだ。したがって、第Ⅰ因子は10項目、第Ⅱ因子は10項目、第Ⅲ因子は8項目、第Ⅳ因子は7項目、第Ⅴ因子は9項目、第Ⅵ因子は4項目からなる。これらの尺度について *Chronbach* の α 係数を求めたところ、男性、女性、全体の順に、自己主張.867、.854、.872、解読.875、.879、.872、共感・援助.841、.857、.815、他者評価懸念.859、.873、.823、自己統制.771、.783、.762、ユーモア.841、.842、.841であった。満足のいく α 係数が得られたので、得点が高いほど自己主張、解読、共感・援助、他者評価懸念、自己統制、ユーモアのスキルがよりあるように得点化し、項目の和を項目数で除したものを尺度得点とした。

なお、相川・藤田(2005)によるソーシャルスキル尺度の2つの分類に従うと、「解読、共感・援助、自己統制」スキルがコミュニケーション・スキルを測るタイプ、「自己主張、他者評価懸念、ユーモア」スキルが対人スキルを測るタイプとなろう。東海林他(2012)の分類も同様である。

(2) ソーシャルスキルの妥当性検討に関する尺度 人生満足度と自尊心については、先行研

究通りの合成尺度とした。人生満足度と自尊心の α 係数は、男性、女性、全体の順に、人生満足度は.802、.833、.814、自尊心は.851、.874、.862であった。満足度のいく α 係数が得られたので、得点が高いほど人生満足度、自尊心が高くなるように得点化し、項目の和を項目数で除したものを尺度得点とした。

TIPI-Jの信頼性は、小塩他（2012）と同様に2項目間の相関係数を求めて検討した。その結果、男性、女性、全体の順に、外向性-.485、-.427、-.459（すべて $p<.001$ ）、協調性-.247（ $p<.01$ ）、-.183（ $p<.10$ ）、-.203（ $p<.01$ ）、勤勉性-.323（ $p<.001$ ）、-.289（ $p<.01$ ）、-.307（ $p<.001$ ）、神経症傾向-.242（ $p<.01$ ）、-.345（ $p<.001$ ）、-.286（ $p<.001$ ）、開放性-.437（ $p<.001$ ）、-.238（ $p<.01$ ）、-.374（ $p<.001$ ）であった。なお、小塩他（2012）の結果は、外向性-.59、協調性-.22、勤勉性-.38、神経症傾向-.28、開放性-.39（すべて $p<.001$ ）であった（小塩他（2012）は性別に算出していない）。小塩他（2012）の結果と大きな相違はないので、小塩他（2012）と同様にそれぞれ2項目の平均値を尺度得点とした。

2. ソーシャルスキル尺度の検討

(1) 下位尺度得点の性差 ソーシャルスキル下位尺度について、男女別の平均値（SD）を表2に示した。自己主張と他者評価懸念に有意な性差があった。自己主張は女性より男性の方が高く、他者評価懸念は男性より女性の方が高かった。自己主張については、Gambrill & Richey（1975）が同じ性差を報告している。一方、主張性を5種類（5因子）に分けた古市（1993）は、下位尺度によって異なることを明らかにしている。独立性、依頼、および否定的感情表明は女性より男性の方が高く、対人的積極性と肯定的感情表明は男性より女性の方が高かった。

(2) 下位尺度間の相関 ソーシャルスキルの下位尺度間の相関関係を男女別に表3に示した。

表2 ソーシャルスキル下位尺度の男女別の平均値（SD）と性差（ t ）

	男 性	女 性	t
自己主張	3.349 (0.760)	3.057 (0.736)	2.766**
解説	3.130 (0.792)	3.250 (0.691)	1.141
共感・援助	3.437 (0.793)	3.630 (0.671)	1.870†
他者評価懸念	3.638 (0.899)	3.863 (0.692)	1.997*
自己統制	3.317 (0.683)	3.339 (0.614)	0.243
ユーモア	3.020 (1.044)	3.012 (0.949)	0.058

注) † $p<.10$, * $p<.05$, ** $p<.01$

表3 男女別のソーシャルスキル下位尺度間相関（ r ）

	1.	2.	3.	4.	5.	6.
1. 自己主張		.309**	.037	-.104	.168†	.348***
2. 解説	.264**		.367***	.287**	.457***	.311***
3. 共感・援助	.011	.356***		.419***	.349***	.183†
4. 他者評価懸念	-.322***	.078	.200*		.102	.199*
5. 自己統制	.160	.163	-.006	-.210*		.283**
6. ユーモア	.322***	.400***	.179†	-.012	-.043	

注) 男性\女性：† $p<.10$, * $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$

男性 自己主張スキルは解読スキルとユーモアスキルとの間に正の有意な相関、他者評価懸念スキルとの間に負の有意な相関があった。すなわち、自己主張スキルが優れる者ほど、解読スキルとユーモアスキルも優れ、他者評価懸念スキルが劣っていた。解読スキルは、共感・援助スキルとユーモアスキルとの間に正の有意な相関があった。すなわち、解読スキルが優れる者ほど、共感・援助スキルとユーモアスキルも優れていた。他者評価懸念スキルは共感・援助スキルとの間に正の有意な相関、自己統制スキルとの間に負の有意な相関があった。すなわち、他者評価懸念スキルが優れる者ほど、共感・援助スキルに優れ、自己統制スキルが劣っていた。

女性 自己主張スキルは、解読スキルとユーモアスキルとの間に正の有意な相関があった。すなわち、自己主張スキルが優れる者ほど、解読スキルとユーモアスキルも優れていた。解読スキルと共感・援助スキル、他者評価懸念スキル、自己統制スキル、およびユーモアスキルの間に正の有意な相関があった。すなわち、解読スキルが優れる者ほど、共感・援助スキル、他者評価懸念スキル、自己統制スキル、およびユーモアスキルも優れていた。共感・援助スキルは、他者評価懸念スキルと自己統制スキルとの間に正の有意な相関があった。すなわち、共感・援助スキルが優れる者ほど、他者評価懸念スキルと自己統制スキルも優れていた。ユーモアスキルは他者評価懸念スキルおよび自己統制スキルとの間に正の有意な相関があった。すなわち、ユーモアスキルに優れる者は自己統制スキルと他者評価懸念スキルにも優れていた。

性差はいくつかみられるものの、共通の結果は以下の通りであった。自己主張スキルが優れる者ほど、解読およびユーモアスキルも優れ、解読スキルが優れる者ほど、共感・援助スキルとユーモアスキルも優れ、共感・援助スキルが優れる者ほど、他者評価懸念スキルが優れていた。相川・藤田（2005）は、性差は検討していないが、解読－主張性（ $r=.30$, $p<.001$ ）、感情統制－解読（ $r=.10$, $p<.001$ ）の間に正の相関があることを報告している。具体的な項目は同じではないが、同様の結果が見いだされたと考えよう。

3. ソーシャルスキル尺度の妥当性に関する尺度の検討

(1) 尺度得点の性差 ソーシャルスキルの妥当性に関する尺度について、男女別の平均値（SD）を表4に示した。性差を検討したところ、自尊心と TIPI-J の開放性に有意な性差があった。と

表4 ソーシャルスキル尺度の妥当性に関する尺度の男女別平均値（SD）と性差（ t ）

	男 性	女 性	t
人生満足度	3.412 (1.260)	3.478 (1.142)	0.387
自尊心	2.546 (0.661)	2.362 (0.609)	2.051*
パーソナリティ (TIPI-J)			
外向性	3.722 (1.494)	3.956 (1.365)	1.164
協調性	4.818 (1.148)	4.777 (1.077)	0.265
勤勉性	3.091 (1.276)	2.932 (1.046)	0.969
神経症傾向	4.525 (1.400)	4.505 (1.326)	0.106
開放性	4.343 (1.417)	3.772 (1.100)	3.210**

注) * $p<.05$, ** $p<.01$

表5 男女別の妥当性に関する尺度間相関 (r)

	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.
1. 人生満足度		.529***	.135	.037	.126	-.249*	.222*
2. 自尊心	.681***		.292**	.271**	.329***	-.390***	.489***
パーソナリティ (TIPI-J)							
3. 外向性	.331***	.393***		-.097	.036	-.124	.308**
4. 協調性	.221*	.264**	.037		.145	-.140	-.062
5. 勤勉性	.257**	.254*	.142	.116		-.171	.142
6. 神経症傾向	-.373***	-.439***	-.142	-.281**	-.248*		-.050
7. 開放性	.185†	.317***	.248*	.112	.125	-.096	

注) 男性\女性: † $p<.10$, * $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$

もに女性より男性の方が高かった。開放性は小塩他 (2012) と同じ結果であった。小塩ら (2012) は、この結果について解釈していないが、開放性は、「新しいことが好きで変わった考えを持つと思う」、「発想力に欠けた平凡な人間だと思う (逆転)」の2項目からなっており、男性には挑戦、冒険、自立などが求められる性役割期待が反映した結果であろう。

(2) 尺度間の相関 妥当性に関する尺度間の相関関係を男女別に表5に示した。

男性 人生満足度と自尊心、TIPI-Jの外向性、協調性、勤勉性と正の有意な相関、TIPI-Jの神経症傾向とは負の有意な相関があった。すなわち、人生満足度が高い者ほど、自尊心、外向性、協調性、勤勉性が高く、神経症傾向が低かった。自尊心は、TIPI-Jの外向性、協調性、勤勉性、開放性と正の有意な相関、TIPI-Jの神経症傾向とは負の有意な相関があった。すなわち、自尊心が高い者ほど、外向性、協調性、勤勉性、開放性が高く、神経症傾向が低かった。TIPI-Jの外向性は、開放性と正の有意な相関があった。すなわち、外向性が高い者ほど、開放性が高かった。TIPI-Jの協調性と勤勉性は、神経症傾向と負の有意な相関があった。すなわち、協調性、勤勉性が高い者ほど、神経症傾向が低かった。

女性 人生満足度と自尊心、TIPI-Jの開放性と正の有意な相関、TIPI-Jの神経症傾向とは負の有意な相関があった。すなわち、人生満足度が高い者ほど、自尊心、開放性が高く、神経症傾向が低かった。自尊心は、TIPI-Jの外向性、協調性、勤勉性、開放性と正の有意な相関、TIPI-Jの神経症傾向とは負の有意な相関があった。すなわち、自尊心が高い者ほど、外向性、協調性、勤勉性、開放性が高く、神経症傾向が低かった。TIPI-Jの外向性は、開放性と正の有意な相関があった。すなわち、外向性が高い者ほど、開放性が高かった。

小塩他 (2012) は男女別に検討していないが、TIPI-Jの下位尺度間の相関係数は-.32 (勤勉性と神経症傾向) ~ .24 (外向性と開放性) の範囲であった。小塩他 (2012) とほぼ同じ関係が見いだされたと言える。

4. ソーシャルスキル尺度の妥当性の検討

ソーシャルスキルの下位尺度と妥当性に関する尺度間の相関関係を男女別に表6、7に示した。

男性 自己主張スキルと人生満足度、TIPI-J の自尊心、外向性、勤勉性、開放性と正の有意な相関、神経症傾向と負の有意な相関があった。すなわち、自己主張スキルが優れる者ほど、人生満足度、自尊心、外向性、勤勉性および開放性が高く、神経症傾向が低かった。解読スキルと自尊心、外向性、協調性と有意な正の相関があった。すなわち、解読スキルが優れる者ほど、自尊心、外向性および協調性が高かった。共感・援助スキルと TIPI-J の協調性に正の有意な相関があった。すなわち、共感・援助スキルが優れる者ほど、協調性が高かった。他者評価懸念スキルは人生満足度、自尊心、および TIPI-J の外向性と負の有意な相関、神経症傾向と正の有意な相関があった。すなわち、他者評価懸念スキルが優れる者ほど、人生満足度、自尊心、および外向性が低く、神経症傾向が高かった。自己統制スキルは TIPI-J の協調性と正の有意な相関、神経症傾向と負の有意な相関があった。すなわち、自己統制スキルが優れる者ほど、協調性が高く、神経症傾向が低かった。ユーモアスキルは人生満足度、自尊心、TIPI-J の外向性および開放性と有意な正の相関があった。すなわち、ユーモアスキルが優れる者ほど、人生満足度、自尊心、外向性および開放性が高かった。

女性 自己主張スキルは、人生満足度、自尊心、TIPI-J の外向性、勤勉性、および開放性と正の有意な相関、神経症傾向と負の有意な相関があった。すなわち、自己主張スキルが優れる者ほど、人生満足度、自尊心、外向性、勤勉性、および開放性が高く、神経症傾向が低かった。解読スキルは自尊心、TIPI-J の外向性、および協調性と正の有意な相関があった。すなわち、解読スキルが優れる者ほど自尊心、外向性、および協調性が高かった。共感・援助スキルは TIPI-J の協調性と神経症傾向に正の有意な相関があった。すなわち、共感・援助スキルが優

表 6 男性のソーシャルスキル尺度と妥当性に関する尺度の相関 (r)

	人生満足度	自尊心	バ ー ソ ナ リ テ ィ (TIPI-J)				
			外向性	協調性	勤勉性	神経症傾向	開放性
自己主張	.373***	.574***	.455***	.077	.212*	-.274**	.439***
解読	.129	.208*	.304**	.238*	.150	-.136	.187†
共感・援助	.011	.018	.056	.273**	.003	.170†	.004
他者評価懸念	-.304**	-.331***	-.199*	.070	-.076	.215*	-.036
自己統制	.089	.124	.157	.512***	.134	-.332***	.161
ユーモア	.252*	.444***	.436***	.157	-.055	-.005	.320***

注) † $p < .10$, * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

表 7 女性のソーシャルスキル尺度と妥当性に関する尺度の相関 (r)

	人生満足度	自尊心	バ ー ソ ナ リ テ ィ				
			外向性	協調性	勤勉性	神経症傾向	開放性
自己主張	.505***	.520***	.361***	-.065	.219*	-.310***	.395***
解読	.081	.273**	.229*	.256**	.094	-.108	.119
共感・援助	.047	.137	.049	.396***	.042	.202*	-.036
他者評価懸念	-.251**	-.044	.018	.252**	-.105	.204*	.004
自己統制	.216*	.375***	.350***	.471***	.126	-.277**	.038
ユーモア	.163†	.540***	.435***	.214*	.189†	-.166†	.438***

注) † $p < .10$, * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

る者ほど、協調性と神経症傾向が高かった。他者評価懸念スキルは人生満足度との間に負の有意な相関、TIPI-Jの協調性と神経症傾向との間に正の有意な相関があった。すなわち、他者評価懸念スキルが優れる者ほど、人生満足度が低く、協調性と神経症傾向が高かった。自己統制スキルは人生満足度、自尊心、TIPI-Jの外向性と協調性との間に正の有意な相関、神経症傾向と負の有意な相関があった。すなわち、自己統制スキルが優れる者ほど、人生満足度、自尊心、外向性、および協調性が高く、神経症傾向が低かった。ユーモアスキルは、自尊心、TIPI-Jの外向性、協調性、および開放性と正の有意な相関があった。すなわち、ユーモアスキルが優れる者ほど、自尊心、外向性、協調性、および開放性が高かった。

性差はいくつかみられるものの、共通の結果は以下の通りであった。自己主張スキルが優れる者ほど、人生満足度、自尊心、外向性、勤勉性および開放性が高く、神経症傾向が低かった。解読スキルが優れる者ほど、自尊心、外向性および協調性が高かった。共感・援助スキルが優れる者ほど協調性が高かった。他者評価懸念スキルが優れる者ほど、人生満足度が低く、神経症傾向が高かった。自己統制スキルが高い者ほど、協調性が高く、神経症傾向が低かった。ユーモアスキルが優れる者ほど、自尊心、外向性および開放性が高かった。

相川・藤田（2005）は、解読スキルと主張性スキルは、対人不安感、孤独感、および抑うつとの間に負の相関関係を報告している。すなわち、解読スキルや主張性スキルが劣ると、ネガティブな状態を引き起こすというのである。一方、本研究の結果は、自己主張スキルや解読スキルが優れると自尊心および外向性が高いという、ポジティブな状態にあるというのである。本研究の自己主張スキルおよび解読スキルの項目と相川・藤田（2005）の項目と同じではないが、同じ傾向の結果と言えよう。さらに、相川・藤田（2005）の結果は、感情統制スキルは、対人不安と抑うつとの間に負の相関関係にあった。本研究の自己統制スキル項目と相川・藤田（2005）の感情統制スキル項目は同じではないが、本研究の自己統制スキルと協調性および神経症との関係と同様と言えよう。

他にも、東海林他（2012）は、他者理解スキルと対人不安感の3つ（聴衆不安、相互作用不安、対人不安）および意思伝達スキルと対人不安感の3つすべての間に負の相関関係を見いだしている。本研究の項目と東海林他（2012）の項目とは同じではないが、他者理解スキルは本研究の解読スキルと意思伝達スキルは本研究の自己主張スキルとほぼ同じ内容である。また、和田（1991）は、ノンバーバルスキルの感受性と孤独感との間に負の相関関係を見いだしている。和田（1991）の感受性は本研究の解読スキルとほぼ同じ内容である。古市（1993）も主張性と社会的外向性の間に正の相関関係を見いだしている。本研究の自己主張スキルと外向性も、同じく正の相関関係にあった。

以上のことから、本研究で開発されたソーシャルスキル尺度は信頼性および妥当性のある尺

度と言えよう。ただし、次の点が本研究の問題点および今後の課題としてあげられる。まず、(調査の実施に際してソーシャルスキル項目が多かったからでもあるが) 妥当性を検討する指標が少なかったことがあげられる。指標をより増やしてさらに検討する必要がある。また、同じ対象者に時間をかけて調べる再検査法を用いて信頼性を検討する必要がある。さらに、縦断研究を行うなどして、例えば、本研究のソーシャルスキル尺度と友人形成、発展、維持等との関連を調べることが望まれる。

引用文献

- 安達知郎 (2013). 子どもを対象としたソーシャルスキル尺度の日本における現状と課題 教育心理学研究, 61, 79-94.
- 相川充 (1996). 社会的スキルという概念 相川充・津村俊充 (編) 社会的スキルと対人関係－自己表現を援助する－ 誠信書房 pp.3-21.
- 相川充・藤田正美 (2005). 成人用ソーシャルスキル自己評定尺度の構成 東京学芸大学紀要 (第1部門, 教育科学), 56, 87-93.
- Asher, S. R. (1983). Social competence and peer status: Recent advances and future directions. *Child Development*, 54, 1427-1434.
- Buhrmester, D., Furman, W., Wittenberg, M. T., & Reis, H. T. (1988). Five domains of interpersonal competence in peer relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55, 991-1008.
- Canary, D. J. & Stafford, L. (1994). Maintaining relationships through strategic and routine interaction. In D. J. Canary and L. Stafford (eds.), *Communication and relational maintenance*. San Diego, CA.: Academic Press. pp.3-22.
- Christenson, D., Farina, A., & Boudreau, L. (1980). Sensitivity to nonverbal cues as a function of social competence. *Journal of Nonverbal Behavior*, 4, 146-156.
- Cohen, S., Sherrod, D. R., & Clark, M. S. (1986). Social skills and the stress-protective role of social support. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 963-973.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Edwards, R., Manstead, A. S. R., & MacDonald, C. J. (1984). The relationship between children's sociometric status and ability to recognize facial expressions of emotion. *European Journal of Social Psychology*, 14, 235-238.
- Fenigstein, A., Scheier, M. F., & Buss, A. H. (1975). Public and private self-consciousness: Assessment and theory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 43, 522-527.
- 藤本学・大坊郁夫 (2007). コミュニケーション・スキルに関する諸因子の階層構造への統合の試み パーソナリティ研究, 15, 347-361.
- 古市裕一 (1993). 主張性検査開発の試み こころの健康, 8, 87-93.
- Galassi, J. P., Delo, J. S., Galassi, M. D., & Bastien, S. (1974). The college self-expression scale: A measure of assertiveness. *Behavior Therapy*, 5, 165-171.
- Gambrill, E. D. & Richey, C. A. (1975). An assertion inventory for use in assessment and research. *Behavior Therapy*, 6, 550-561.

- Gosling, S. D., Rentfrow, P. J., & Swann, W. B., Jr. (2003). A very brief measure of the Big-Five personality domains. *Journal of Research in Personality*, 37, 504–528.
- Guerrero, L. K., Eloy, S. V., & Wabnick, A. I. (1993). Linking maintenance strategies to relationship development and disengagement: A reconceptualization. *Journal of Social and Personal Relationships*, 10, 273–283.
- 原田知佳・吉澤寛之・吉田俊和 (2008). 社会的自己制御 (Social Self-Regulation) 尺度の作成－妥当性の検討および行動抑制／行動接近システム・実行注意制御との関連－ パーソナリティ研究, 17, 82–94.
- 堀毛一也 (1990). 社会的スキルの習得 斎藤耕二・菊池彰夫 (編) 社会化の心理学ハンドブッカー人間形成と社会と文化― 川島書店 pp.79–100.
- 星野命 (1970). 感情の心理と教育 (2) 児童心理, 24, 1445–1477.
- 石原俊一・水野邦夫 (1992). 改訂 セルフ・モニタリング尺度の検討 心理学研究, 63, 47–50.
- 伊藤美奈子 (1993). 個人志向性・社会志向性尺度の作成及び信頼性・妥当性の検討 心理学研究, 64, 115–122.
- Jones, W. H., Hobbs, A. S., & Hockenbury, D. (1982). Loneliness and social skill deficits. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42, 682–689.
- 菊池彰夫 (1988). 思いやりを科学する一向社会的行動の心理とスキル― 川島書店
- 吉良悠吾・尾形明子・上手由香 (2020). 青年のソーシャルスキルにおける汎状況的なスキルと具体的な対人場面でのスキルとの関連性の検討 教育心理学研究, 68, 11–22.
- 児玉真樹子 (2015). キャリアレジリエンスの構成概念の検討と測定尺度の開発 心理学研究, 86, 150–159.
- Lennox, R. D. & Wolfe, R. N. (1984). Revision of self-monitoring scale. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 1349–1364.
- 野崎優樹・子安増生 (2015). 情動コンピテンス日本語短縮版の作成 心理学研究, 86, 160–169.
- 小塩真司・阿部晋吾・カトローニピノ (2012). 日本語版 Ten Item Personality Inventory (TIPI-J) 作成の試み パーソナリティ研究, 21, 40–52.
- Rathus, S. A. (1973). A 30-item schedule for assessing assertive behavior. *Behavior Therapy*, 4, 398–406.
- Riggio, R. E. (1986). Assessment of basic social skills. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 649–660.
- Rubin, R. B. (1985). The validity of communication competency assessment instrument. *Communication Monograph*, 52, 173–185.
- 桜井茂男 (2000). ローゼンバーク自尊感情尺度日本語版の検討 筑波大学発達臨床心理学研究, 12, 65–71.
- Stafford, L. & Canary, D. J. (1991). Maintenance strategies and romantic relationship type, gender and relational characteristics. *Journal of Social and Personal Relationships*, 8, 217–242.
- 島本好平・石井源信 (2006). 大学生における日常生活スキル尺度の開発 教育心理学研究, 54, 211–221.
- 東海林渉・安達知郎・高橋恵子・三船奈緒子 (2012). 中学生用コミュニケーション基礎スキル尺度の作成 教育心理学研究, 60, 137–152.
- Spitzberg, B. H. & Canary, D. J. (1985). Loneliness and relationally competent communication. *Journal of Social and Personal Relationships*, 2, 384–402.
- Spitzberg, B. H. & Cupach, W. R. (1988). *Handbook of interpersonal competence research*. New York: Springer-Verlag.

- 菅原健介 (1984). 自意識尺度 (self-consciousness scale) 日本語版作成の試み 心理学研究, 55, 184-188.
- 角野善司 (1994). 人生に対する満足尺度 (the Satisfaction With Life Scale [SWLS]) 日本版作成の試み 日本教育心理学会第36回総会論文集, 192.
- 鈴木有美・木野和代 (2008). 多次元共感性尺度 (MES) の作成—自己指向・他者指向の弁別に焦点を当てて— 教育心理学研究, 56, 487-497.
- Takai, J. & Ota, H. (1994). Assessing Japanese interpersonal communication competence. *Japanese Journal of Experimental Social Psychology*, 33, 224-236.
- 和田実 (1991). 対人的有能性に関する研究—ノンバーバルスキル尺度およびソーシャルスキル尺度の作成— 実験社会心理学研究, 31, 49-59.
- 和田実・増田匡裕・柏尾眞津子 (2016). 対人関係の心理学 北大路書房

付表 用いたソーシャルスキル関連尺度

① JICS 尺度 (Takai & Ota, 1994)

- 察し能力
 - ・私は、相手から明確な返事がもらえなくても、大体どのような返事が意図されているのかわかる。
 - ・私は、何か婉曲に示唆されていることにすぐに気がつく。
 - ・私は、相手が自分に対して何か不満があるとき、言ってくれなくてもそれを察することができる。
- 自己統制
 - ・私は、嫌な目上の人であっても、敬意を表しその人をたてることができる。
 - ・私は、つまらない話をながながと続ける相手に対してその話を興味深く聞いてあげることができる。
 - ・私は、自分に責任がなく、誤解によって目上の人に叱られたとしても、反省している態度をみせることができる。
- 階層的関係管理
 - ・私は、重要なことを目上の人に話す場合、適切な場所と時を難なくわきまえることができる。
 - ・私は、上司・先生には常に敬語で接するように心がけている。
 - ・私は、どのような相手に、どのような場面で敬語を使わなければならないのかわかり分ける。
- 対人感受性
 - ・私は、相手に話にくいことでも、婉曲に示唆して伝えることができる。
 - ・私は、好きな異性に自分の気持ちをさりげなく分かってもらえるようにすることができる。
 - ・私は、言葉で言われなくても異性の相手が自分に好意があることを察知できる。
- 曖昧さ耐性
 - ・私は、自分の感情を素直に表さない相手は苦手である。
 - ・私は、相手と意見が対立したとき、自分の意見を主張しないと気がすまない。
 - ・私は、「はい」か「いいえ」をはっきりしない相手とつきあうのはどうも苦手である。

② 情報コンピテンス尺度 (野崎・子安, 2015)

- 情動コンピテンス自己領域
 - ・私は、何かに感動したとき、自分が何を感じているのかがすぐに分かる。
 - ・私の感情は、自分が人生で変えるべきことを知らせてくれる。
 - ・私は、自分の気持ちを上手く説明できる。
- 情動コンピテンス他者領域
 - ・私は、そうしようと思えば、他の人たちの感情を自分がそうしたいように簡単に動かすことができる。
 - ・私は、他の人たちの気持ちを感じ取ることが得意である。
 - ・他の人たちは、よく個人的な問題を私に打ち明けてくれる。
 - ・他の人たちは私のことを、相談できる友人だと言ってくれる。

③ キャリアレジリエンス尺度 (児玉, 2015)

- チャレンジ・問題解決・適応力
 - ・私は、周囲の変化に柔軟に対応できる方である。
 - ・私は、仕事で何か問題が起きても、自分なりの方法で乗り越えることができる。
 - ・私は、職場で困ったことがあったら同僚や上司などに援助を求めることができる。
 - ・私は、困難なことでも前向きに取り組むことができる。
 - ・私は、組織や仕事上の変化を受け入れることができる。
 - ・私は、環境の変化に適応できる方である。
- ソーシャルスキル
 - ・私は、人を笑わせるのが得意である。
 - ・私は、ユーモアを言うのが苦手である。(R)
 - ・私は、おもしろく話をするのが得意である。

④ 個人志向性・社会志向性尺度 (伊藤, 1993)

- 個人志向性
 - ・私は、自分の信念に基づいて生きている。
 - ・私は、自分の生きべき道が見つからない。(R)
 - ・私は、自分が本当に何をやりたいのかわからない。(R)
- 社会志向性
 - ・私は、社会（周りの人）のために役に立つ人間になりたい。
 - ・私は、人とのつながりを大切にしている。
 - ・私は、周りとの調和を重んじている。

⑤ 改定セルフ・モニタリング尺度 (石原・水野, 1992)

- 他者の表出行動への感受性
 - ・私は、会話をしているときに、一緒にいる人のごく微妙な表情の変化にも敏感である。
 - ・私は、よく、人の目を見てその本当の気持ちを正確に読み取ることができる。
 - ・私の直感力は、人の感情や動機を理解するときには、十分に良い働きをする。
- 自己呈示の修正能力
 - ・私は、周囲がどのように要求していると分かれば、それに応じて行動を調節するのは簡単である。
 - ・私は、他の人にこう印象づけたいと思う付き合い方をコントロールすることができる。
 - ・私は、自分の置かれているどんな状況にも適した行動をとることができる。

⑥ 日本語版自意識尺度 (菅原, 1984)

- 公的自意識
 - ・私は、自分についてのうわさに関心がある。
 - ・私は、人の目に映る自分の姿に心を配る。
 - ・私は、自分の発言を他人がどう受け取ったか気になる。
 - ・私は、自分が他人にどう思われているのか気になる。
 - ・私は、人前で何かする時、自分のしぐさや姿が気になる。
 - ・私は、他人からの評価を考えながら行動する。
- 私的自意識
 - ・私は、しばしば、自分の心を理解しようとする。
 - ・私は、他人を見るように自分自身を眺めてみることもある。

- ・私は、つねに、自分自身を見つめる目を忘れないようにしている。
- ・私は、ふと、一歩離れたところから自分をながめてみることもある。

⑦社会的自己制御尺度（原田・吉澤・吉田、2008）

○自己主張

- ・私は、友達に流されることなく、自分の考えを言うことができる。
- ・私は、多数派の意見とは違っても自分の意見を言う。
- ・私は、たとえ言いにくくても、間違っていることは指摘できる。
- ・私は、周囲の人と自分の意見が違っていても、自分の意見を主張する。

○持続的対処・根気

- ・私は、やりとおさねばならない仕事があるときは、どんな誘惑があっても最後までやりとおすことができる。
- ・私は、周りから決められた役割が困難なことでも、すぐにあきらめたりせずに、我慢してやりとおす。
- ・私は、集団の中で、自分の決められた役割があるときは、どんな誘惑にも負けずに取り組む。

○感情・欲求制御

- ・私は、自分の思い通りに行かないと、すぐに不機嫌になる。(R)
- ・私は、納得のいかないことがあったとき、すぐにかんしゃくを起こしたりせず、落ち着いて話すことができる。
- ・私は、嫌なことがあっても、人やものに八つ当たりをしない。

⑧多次元共感性尺度（鈴木・木野、2008）

○被影響性

- ・私は、自分の信念や意見は、友人の意見によって左右されることはない。(R)
- ・私は、物事を、周りの人の影響を受けずに自分一人で決めるのが苦手だ。
- ・私は、周りの人がそうだとはいえ、自分もそうだと思えてくる。

○他者指向的反応

- ・私は、悲しんでいる人を見ると、なぐさめてあげたくなる。
- ・私は、他人が失敗しても同情することはない。(R)
- ・私は、悩んでいる友達がいても、その悩みを分かち合うことができない。(R)

○想像性

- ・私は、空想することが好きだ。
- ・私は、小説の中の出来事が、自分のことのように感じることはない。(R)
- ・私は、面白い物語や小説を読んだ際には、話の中の出来事がもしも自分に起きたらと想像する。
- ・私は、自分に起こることについて、繰り返し、夢見たり想像したりする。

○視点取得

- ・私は、人と対立しても、相手の立場に立つ努力をする。
- ・私は、自分と違う考え方の人と話しているとき、その人がどうしてそのように考えているのかを分かろうとする。
- ・私は、人の話を聞くときは、その人が何を言いたいのかを考えながら話を聞く。

○自己指向的反応

- ・私は、苦しい立場に追い込まれた人を見ると、それが自分の身に起こったことではなくてよかったと心の中で思う。
- ・私は、他人の成功を見聞きしているうちに、焦りを感じるが多い。
- ・私は、他人の成功を素直に喜べないことがある。
- ・私は、他人の失敗する姿を見ると、自分はそうなりたくないと思う。

⑨日常生活スキル尺度（鳥本・石井、2006）

○親和性

- ・私は、親身になって友人らに相談に乗ってもらうことができる。
- ・私は、困ったときに、友人らに気軽に相談することができる。
- ・私は、どんな内容のことでも友人らと本音で話し合うことができる。

○リーダーシップ

- ・私は、集団で行動するときに先頭に立ってみんなを引っ張っていくことができる。
- ・私は、自分が行動を起こすことによって、周りの人を動かすことができる。
- ・私は、話し合いのときにみんなの意見を一つにまとめることができる。

○計画性

- ・私は、やるべきことをテキパキと片付けることができる。
- ・私は、先を見通して計画を立てることができる。
- ・私は、課題が出ると、提出期限を自ら決める等の工夫をしてやる気を引き出す。

○感受性

- ・私は、悲しくて泣いている人を見ると、自分も悲しい気持ちになる。
- ・私は、困っている人を見ると援助してあげたくなる。
- ・私は、他人の幸せを自分のことのように感じるすることができる。

○情報要約力

- ・私は、数多くの情報の中から、本当に必要な情報を手に入れられる。
- ・私は、手に入れた情報を使って、より価値の高いもの（資料等）を生み出せる。

○対人マナー

- ・私は、目上の人の前では礼儀正しく振る舞うことができる。
- ・私は、年上の人に対しては敬語を使うことができる。

⑩ノンバーバルスキル尺度（和田、1991）

○ノンバーバル非表出と統制

- ・私は、めったに自分の感情や情動を表さない。
- ・私は、いつ私が困惑しているのかをいつも表情から読み取られてしまう。(R)
- ・私は、たとえ取り乱していても、穏やかな外貌を維持するのが非常にうまい。

○ノンバーバル感受性

- ・私は、初めて会った時に、その人の性格特性を正しく判断することができる。
- ・私は、しばしば人から、何ごとにも敏感で理解力のある人だと言われる。
- ・私は、他人同士の会話のやりとりを見て、その人たちの性格をいつも間違えることなく話すことができる。

⑪ソーシャルスキル尺度（和田、1991）

○親密関係維持

- ・私は、友だちに腹を立てている時、たとえその観点到同意しなくても彼らが妥当な考え方をしていることを受け入れることができる。
- ・私は、自分の防御的な壁を取り払って、親密な友だちを信用することができる。

- ・私は、重要な人生決定、例えば進路選択や職業選択について親密な友だち自身の考えや気持ちを考慮して、その問題をきりぬけるのを援助することができる。
- ・私は、親密な友だちが落ち込んでいる時、支援するために何かを言ったり、してあげたりすることができる。
- ・私は、友だちの問題が私の関心のない時でさえ、純粋に同情的な感情を示すことができる。

○関係開始

- ・私は、デートしたいと思った人に自分を売り込むことができる。
- ・私は、知り合いになりたいと思った同性の人に自分を売り込むことができる。
- ・私は、デートしたいと思った人に良い第一印象を示すことができる。

○自己主張

- ・私は、約束を破られた時、親密な友だちでも怒りを表す。
- ・私は、私に対する友だちの扱いが気に入らなければ、そのことを彼らに話す。
- ・私は、友だちが私の気持ちを傷つけるようなことをしているのなら、そのことを彼らに話す。

⑫ ENDCOREs 尺度（藤本・大坊、2007）

○自己統制

- ・私は、自分の感情や行動をうまくコントロールする。

○表現力

- ・私は、自分の考えや気持ちをうまく表現する。

○解読力

- ・私は、相手の伝えたい考えや気持ちを正しく読み取る。

○自己主張

- ・私は、自分の意見や立場を相手に受け入れてもらえるように主張する。

○他者受容

- ・私は、相手を尊重して相手の意見や立場を理解する。

○関係調整

- ・私は、周囲の人間関係にはたらきかけ良好な状態に調整する。

注：(R) は逆転項目を表す。

