［研究ノート］

日常的な対人関係における知覚された共感尺度の信頼性・妥当性検討

小池はるか*

Abstract

This study examines the reliability and validity of a perceived empathy scale in daily interpersonal relationships. An internet-based survey was administered to 400 adolescents. They answered the following self-reported questionnaires: (1) perceived empathy scale (Tanaka, 2006), (2) experiencing inventory for the client (Tabata, 1968), (3) the Japanese version of Rosenberg's self-esteem scale (Sakurai, 2000), (4) psychological distance scale (Kaneko, 1989), and (5) feelings experience scale (FES) (Nakata, 2006). Results revealed that this scale has sufficient reliability and validity.

1　問題と目的

共感は、様々な行動と関係していることが先行研究から明らかとなっている。例えば、向社会的行動の促進（e.g., Carlo, Eisenberg, Troyer, Switzer, & Speer, 1991；Eisenberg, Miller, Schaller, Fabes, Fults, Shell, & Shea, 1989）、攻撃行動の抑制（e.g., Zillmann, 1988）等である。このように、共感研究においては多くの知見が蓄積されているものの、今なお実践面を中心に課題を残している。それは、行為の受け手が共感されていることを認知していないと、共感がもたらす効果が損なわれると恐れがあるということである。「共感される」ことは、心理療法に必要な要素の１つ（Rogers, 1957）である。Barrett-Lennard（1962）は、カウンセラーがクライエントの内部世界を傾聴して共有し（フェーズⅠ）、それを言語化してクライエントに伝え（フェーズⅡ）、クライエントはそれを受け共感を得ることができたと実感し（フェーズⅢ）、再びクライエントが自分自身について語りカウンセラーが傾聴するというモデルを提唱した。 田中（2006）はこのモデルを採用し、フェーズⅠを共感的理解、フェーズⅡを共感的コミュニケーション、フェーズⅢを知覚された共感とした。すなわち、知覚された共感とは、「共感の送り手が私を理解してくれている」という受け手の実感の程度である。

上記は臨床場面で必要とされる共感であるが、日常的な対人関係、特に本人にとって重要な

＊　東海大学スチューデントアチーブメントセンター

人間関係（友人関係、親子関係、教師－児童・生徒関係等）においても、信頼関係形成を必要としていたり悩みを抱えたりしている際は、このような共感が重要となる可能性がある。とりわけ、身近な他者との関係性がアイデンティティ形成に重要である青年（杉村、1998）にとっては、必要不可欠である。特に、フェーズⅢの知覚された共感は重要であると思われる。すなわち、実際は相手から共感されていたとしても、「共感されていない」と認識してしまうと、対人感情や対人認知、対人行動に大きな負の影響、「共感されている」と認識できれば正の影響を受ける。例えば、治療関係における知覚された共感を検討した先行研究（Barrett-Lennard, 1962, 1981; Greenberg, Elliot, Watson, & Bohart, 2001）においては、クライエントが共感を知覚することによって治療効果が高まることが報告されている。また、青柳（2013）は、心理面接においてカウンセラーによる共感の知覚の促進が、クライエントの「わかってもらえた」という実感を高めることを示した。これらのことから、知覚された共感は、心理面接の場における問題解決に関連している可能性が考えられる。

田中（2006）は、欧米で広く使用されている Barrett-Lennard（1962）の The Empathic Understanding Scale of The Relationship Inventory について質問項目の表現を一部変更した上で、知覚された共感尺度として日本語訳し、信頼性と構成概念妥当性を検討した。その結果、一定の信頼性と妥当性が認められている。ただし、この尺度は、クライエントの「カウンセラーは私を理解した」という実感の程度を測定するものである。すなわち、我が国の先行研究において、日常的な対人関係における知覚された共感は検討されていない。

Kleinbaum, Jordan, & Audia（2015）は、学生のネットワークについて検討し、共感を強く知覚すると、社会的相互作用が増幅されるメカニズムが働くと結論づけている。このことから、知覚された共感は、日常の対人場面でも有効に働くと予測される。そこで本研究は、日常的な対人関係における知覚された共感尺度の信頼性と妥当性について検討することを目的とする。以下では、妥当性検討に使用する概念と理論的予測について述べる。

第１に、心理治療関係の体験目録は、クライエントがカウンセラーと面接を重ねていく中で経験する内的体験のうち、クライエントの人格変容と関連するものを抽出したものである（田畑、1986）。下位尺度の定義から考えると、知覚された共感尺度は３つの下位尺度と正の相関を示すと予測される、と田中（2006）は指摘している。

第２に、自尊感情は、自分を「とてもよい」と感じること及び「これでよい」と感じることである（星野、1970）。被共感体験をすることによって承認欲求が満たされるため、自然と自己肯定感が高まると考えられる（片野、2009）。

第３に、心理的距離は、自己がある他者との間で、どれほど強く心理的な面でのつながりを持っていると感じ、どれほど強く親密で理解し合った関係を持っていると感じているかの度合である（金子、1989）。樽澤・福島（2015）は、知覚された共感と心理的距離の関連性を確かめた。本研究でも、日常的な対人関係における知覚された共感は、心理的距離と負の関連が予測される。

第４に、感情体験は、中田（2006）が感情体験尺度（以下、FES と略記）で測定している。感情体験は、「豊かな感情体験」「巻き込まれた感情体験」「閉ざされた感情体験」の３つの様

式が想定され、FESは「豊かな感情体験」の程度を測定する尺度である（中田、2006）。鈴木・石村（2016）は、知覚された共感が豊かな感情体験を促すという結果を示しており、本研究でも、豊かな感情体験との正の関連が予測される。

この研究計画は倫理委員会に付託し承認を得た（東海大学短期大学部「人を対象とする研究」に関する倫理委員会）。

2　方法

（1）調査対象者

16～29歳の青年400名（男性200名、女性200名）を調査対象とした。調査は株式会社クロス・マーケティングが保有する登録モニターを対象とし、WEBを利用した調査を実施した。平均年齢は、25.00歳（SD＝3.49）であった。なお、北折・太田（2009）は、WEB調査と手渡しによる質問紙調査とのデータ比較を行っている。この中で、ほとんどの項目で有意差が見られなかったものの、社会的望ましさの影響を受けやすい項目の一部は、WEB調査でより低い数値を示した。これは、調査者が見ている下での回答でないことによると考えられ、より回答者の行動や実態を反映した結果といえる。以上の知見に基づき、本研究ではWEB調査を実施した。

（2）質問紙

相談相手との関係　相談場面を明確に思い浮かべさせるため、また深刻すぎる相談内容によるバイアスを避けるため、さらには最も深刻な悩みを思い浮かべさせることの倫理上の問題（細谷・福島、2016）を考慮して、「１年以内に、誰かに悩み相談したことを思い出して下さい。そのうち、３番目に深刻な悩みの相談について、回答してもらいます。」と教示した。その後、誰に相談をしたかについて、選択肢から１つ選択するよう回答を求めた。複数の人に相談した場合は、一番よく相談した人を選択するように求めた。選択肢は、「友達」「先輩・後輩」「恋人」「親」「兄弟」「その他の家族」「親戚」「先生」「医師・カウンセラー等の専門家」「上司」「同僚」「その他」であった。

知覚された共感（11項目）　田中（2006）の知覚された共感尺度（項目例「私の感じていることがどのような意味をもっているのかに、興味をもってくれたと感じている」）を使用した。回答形式は、「１：全くあてはまらない」～「６：大変よくあてはまる」の６件法であった。

心理治療関係の体験（17項目）　田畑（1968）の心理治療関係の体験目録（クライエント用）のうち、田中（2006）で用いられた17項目を使用した。ただし、本研究ではカウンセラーではなく相談相手に対して評定するため、「先生」を「聞き手」とした。「PF」因子（項目例「全く心が通じていない、カベにぶつかった感じである」（逆転項目））、「PD」因子（項目例「聞き手は、私の話題に興味を持ってくれている」）、「PG」因子（項目例「お互いに、ハラの底をさぐりあっている感じである」（逆転項目））から成る。回答形式は、「１：全くあてはま

らない」～「６：大変よくあてはまる」の６件法であった。

自尊感情（10項目） Rosenberg（1965）の自尊感情尺度は複数の邦訳版があるが、わかりやすい表現で信頼性・妥当性が検討されている桜井（2000）の自尊感情尺度（項目例「私は自分に満足している」）を使用した。教示文は、「相談直後の自分の気持ちにもっともよく当てはまる数字を選んで下さい。」。回答形式は、「１：いいえ」～「４：はい」の４件法であった。

心理的距離（10項目） 金子（1989）の心理的距離尺度（項目例「相談相手と私は心のつながりがうすいように感じる」）を使用した。回答形式は、「１：あてはまらない」～「４：あてはまる」の４件法であった。

感情体験（17項目） 中田（2006）のFESを使用した。「感情に対する統制可能感」因子（項目例「自分の感じていることが良くわからないことが多い」（逆転項目））、「感情に対する尊重性」因子（項目例「自分の気持ちを感じながら、それについて考えたり行動を決めたりする」）、「感情の優位性」因子（項目例「人と話すときに、自分がどんな気持ちかを話すよりも一般論を話していることが多い」（逆転項目））から成る。回答形式は、「１：まったくあてはまらない」～「４：とてもあてはまる」の４件法であった。

３　結果

回答者が選択した相談相手は、友達（27.25%）、親（21.25%）、その他（18.25%）、恋人（11.50%）等であった。

（１）尺度構成

知覚された共感11項目について主成分分析を行った。十分な因子負荷量（3.5以上）を示さなかった２項目を除外し、再度主成分分析を行った。再分析においても十分な因子負荷量（3.5以上）を示さなかった２項目を除外し、再々分析を行った。残された７項目での最終的な因子パターンと負荷量をTable１に示す。

知覚された共感７項目、心理治療関係の体験目録（クライエント用）の下位尺度項目、自尊感情10項目、心理的距離10項目、及びFESの下位尺度項目の得点を合計して各得点とした。なお、感情の優位性因子については信頼性が低かったため（$\alpha = .30$）、以降の分析の対象外とした。

（２）知覚された共感尺度の信頼性

知覚された共感の信頼性を検討した結果、信頼性は十分高かった（$\alpha = .95$）。

知覚された共感尺度の各項目の平均値、標準偏差、I－T相関、田中（2006）で報告されている平均値、標準偏差をTable２に示す。I－T相関に関して、Table２より、I－T相関は.81から.91までの値を示した。全ての項目のI－T相関が.30を超えていたことから、知覚された共感尺度が充分な内的一貫性を有した尺度であることが確認された。

Table1
日常的な対人関係における知覚された共感尺度の主成分分析結果

項目	
私の内面の気持ちをきちんと読みとってもらえたと感じている	.92
私の話をわかってくれていたと感じている	.90
私を理解してくれたと感じている	.90
私の感じていることがどのような意味をもっているのかに、興味をもってくれたと感じている	.89
私の話していることがどれほど深刻であるか、わかってもらえたと感じている	.85
私の言いたかったことを正確にわかってくれたと感じている	.82
私の見方に合わせて悩みを考えてくれたと感じている	.81
固有値	5.31
寄与率（%）	75.86
α係数	.95
ω係数	.96

（3）知覚された共感尺度の妥当性

知覚された共感の尺度得点と、心理治療関係の体験目録（クライエント用）の下位尺度、自尊感情、心理的距離、感情体験の下位尺度との相関係数を算出したところ、想定通りの結果が得られた。心理治療関係の体験については、３因子ともに正の相関がみられた（PF r=.95；PD r=.87；PG r=.33）。自尊感情については、正の相関がみられた（r=.20）。逆に心理的距離については、知覚された共感尺度の得点との間に有意な負の相関がみられた（r=-.73）。FES については、２因子ともに正の相関がみられた（感情に対する尊重性 r=.48；感情に対する統制可能性 r=.21）。

4　考察

本研究では、日常的な対人関係における知覚された共感尺度について、信頼性と妥当性を検討した。

心理治療関係の体験目録は、３因子ともに日常的な対人関係における知覚された共感と正の相関がみられた。したがって、田中（2006）の指摘に合致したと考えられる。また、知覚された共感は、予測通り、自尊感情尺度と正の関連がみられた。さらに、日常的な対人関係における知覚された共感は、心理的距離と負の関連がみられた。この関連性は、樽澤・福島（2015）の結果と合致する。FES の感情に対する統制可能性と感情に対する尊重性についても、それぞれが知覚された共感と正の関連がみられた。これらの関連は、知覚された共感が豊かな感情体験を促すという鈴木・石村（2016）の結果と合致する。以上、臨床場面での利用を想定された尺度ではない、自尊感情尺度、心理的距離尺度及び FES においても相関がみられたことから、一定の妥当性が確認されたと言える。

信頼性については、内的一貫性を検討した。その結果、信頼性係数は十分に高かった。以上のことから、日常的な対人関係における知覚された共感尺度はある程度の信頼性があると考えられる。

Table2

日常的な対人関係における知覚された共感尺度の各項目の平均点，標準偏差，I-T相関係数，田中（2006）で報告されている平均値，標準偏差

項目	*M*	*SD*	I-T相関	*M*（先行研究）	*SD*（先行研究）
私の内面の気持ちをきちんと読みとってもらえたと感じている	3.92	1.27	.91	4.76	.74
私の話をわかってくれていたと感じている	3.99	1.24	.90	5.31	.66
私を理解してくれたと感じている	4.02	1.26	.90	4.86	.69
私の感じていることがどのような意味をもっているのかに、興味をもってくれたと感じている	3.86	1.30	.85	4.76	.51
私の話していることがどれほど深刻であるか、わかってもらえたと感じている	3.89	1.14	.89	3.97	1.02
私の言いたかったことを正確にわかってくれたと感じている	4.02	1.27	.83	4.69	.60
私の見方に合わせて悩みを考えてくれたと感じている	3.87	1.19	.81	5.00	.71

本研究では、相談相手との関係について尋ねたが、選択肢を多く設定したため、関係ごとの結果の違いを検討することができなかった。今後、相談相手との関係によって知覚された共感に違いがみられるのかを検討する等、研究の更なる積み重ねが必要と考えられる。また、本研究では相談した際に相談相手から知覚した共感について検討したが、相談場面以外での再検討もすべきである。今後本尺度を使用したデータを蓄積し、信頼性・妥当性の再検討を行う必要があると言える。

引用文献

青柳 宏亮（2013）．心理臨床場面でのノンバーバル・スキルに関する実験的検討――カウンセラーのミラーリングが共感の認知に与える影響について―― カウンセリング研究、*46*、11-12.

Barrett-Lennard, G. T. (1962). Dimensions of therapist response as casual factors in therapeutic change. *Psychological Monographs*, *76*, 1-36.

Barrett-Lennard, G. T. (1981). The empathy cycle: Refinement of a nuclear concept. *Journal of Counseling Psychology*, 28, 91-100.

Carlo, G., Eisenberg, N., Troyer, D., Switzer, G., & Speer, A.L. (1991). The altruistic personality：In what contexts is it apparent? *Journal of Personality & Social Psychology*, *61*, 450-458.

Eisenberg, N., Miller, P.A., Schaller, M., Fabes, R.A., Fults, J., Shell, R., & Shea, C.L. (1989). The role of sympathy and altruistic personality traits in helping: A reexamination. *Journal of Personality*, *57*, 41-67.

Greenberg, L. S., Elliot, R., Watson. J. C. & Bohart, A. C. (2001). Empathy. *Psychotherapy*, *38*, 380-384.

星野 命（1970）．感情の心理と教育 児童心理、*24*, 1445-1477.

細谷 祐未果・福島 哲夫（2016）．カウンセリング場面におけるカウンセラーの反射・バリデーション・肯定とクライエントの被共感体験・心理的距離との関連 日本女子大学人間社会研究科紀要、*22*, 217-244.

金子 俊子（1989）．青年期女子の親子・友人関係における心理的距離の研究 青年心理学研究、*3*, 10-19.

片野 智治（2009）．教師のためのエンカウンター入門 野島一彦（編）グループアプローチ 現代のエスプリ、*385*、51-59、至文堂

北折 充隆・太田 伸幸（2009）．Web 調査と質問紙調査の回答比較に関する研究　金城学院大学論集（人文科学編）、*6*、1-8.

Kleinbaum, A, M., Jordan, A, H., & Audia, P, G. (2015). An Altercentric Perspective on the Origins of Brokerage in Social Networks: How Perceived Empathy Moderates the Self-Monitoring Effect. *Organization Science*, *26*, 1226-1242.

中田 薫（2006）．イラショナル・ビリーフと感情の体験様式との関連――感情体験尺度作成の試みを通してパーソナリティ研究、*14*, 241-253.

Rogers, C. R. (1957). The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. *Journal of Consulting Psychology*, *21*, 95-103.

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

桜井 茂男（2000）．ローゼンバーグ自尊感情尺度日本語版の検討 発達臨床心理学研究、*12*, 65-71.

杉村 和美（1998）．青年期におけるアイデンティティの形成――関係性の観点からのとらえ直し―― 発達心理学研究、*9*, 45-55.

鈴木 秀明・石村 郁夫（2016）．劣等感による否定的な影響を緩和させる要因――感情体験と共感・被共感経験に着目して――東京成徳大学臨床心理学研究、*16*, 145-153.

田畑 治（1968）．クライエントの治療的要因の因子分析 臨床心理学研究、*7*, 26-33.

田中 伸明（2006）．共感的理解の伝達を意図するカウンセラーの応答の特徴について――クライエントへの影響も含めた検討―― カウンセリング研究、*39*, 113-123.

樽澤 百合・福島 哲夫（2015）．カウンセリング場面における聴き手の頷き量が話し手に与える影響に関する実験研究――知覚された共感性、快感情、心理的距離に注目して――日本心理臨床学会第24回秋季大会発表論文集、613.

Zillmann, D. (1988). Cognition-excitation interdependent in aggressive behavior. *Aggressive Behavior*, *14*, 51-64.