

## カウンセリングにおける認知的アプローチと 認知された社会的サポートの役割

林 潔 瀧本 孝雄<sup>1</sup>

### 目 的

今日、カウンセリング、心理療法の立場の統合化の試みについて関心がもたれている（平木, 1996 ; 池見, 1982 ; 内山, 1996 ; 内山, 他, 1997）。主要なカウンセリング、心理療法の立場の機能に共通する要因の一つとして、来談者の認知構造の変容に対する試みをあげることが可能である。

社会的サポートの活用は、カウンセリング、心理療法における来談者へのかかわり方の一つとして位置づけられる。特に認知論に基づくアプローチ、および認知的アプローチも技術の一つとみなすカウンセリング、心理療法においては、的確な社会的サポート源についての情報を提供することも、その方法論の一つとみなすことができる。

ストレスに対する評価過程とストレス反応との間の媒介変数として、ストレスへの脆弱性と併せて、社会的サポートが位置づけられる（坂野, 1995）。また的確なサポートに対する認知は、状況への訓練や環境操作、環境への態度の変化（Thorne, 1950）を促す機能の一つとみなすことも可能である。

また社会的サポートについての情報の提示は、Robinson（1963）の問題カテゴリーの、矯正的／知識に該当する“環境についての情報を欠く”に対応する処置ともいえる。

社会的サポートとなる機能は、問題や課題に直面した人が、それに対応するための社会的資源の一つでもある。青年期の人々の相談相手としての、友人の役割も指摘されている（総理府, 1995）が、あわせて友人の問題を専門家に訴える人々も少なくない。従ってサポート源としての友人や同僚、家族に対する専門家の対応も必要となる。

富田ら（1997）は、悲嘆についての心理的援助機能に関するサポートについて展望している。中高年齢者の人生満足度と情緒的支持とは相関する（太田, 勝野, 1991）。老人のうつ状態に対するサポート・システムの強化（広瀬, 1991）も今日的課題である。また、PTSD（Post Traumatic Stress Disorder）後のサポートの欠如は、病的悲哀と重症の執拗な抑うつの可能性が高い（Herman, 中井訳, 1996）という。

社会的サポートに求められる機能は、いわゆる日常生活の問題から、心身障害、介護の領域にわたる（付録）。たとえ軽度とみられる問題であったとしても、それは問題の般化、深化への第一段階ともなる可能性をもつ。特に、危機的状況においては、社会的サポートの役割（Brammer, 森田, 楡木訳, 1994）が大きな意味をもつ<sup>註1</sup>。これらの社会的サポートにつ

1 獨協大学外国語学部

いて、Brammerは独自の評価基準を提示している<sup>#2)</sup>。

また、認知されたサポートは、生活の満足の媒介変数 (Aquino, et al., 1996) となる。サポートと対人関係の対処技能との関連 (von Dras & Siegler, 1997) も指摘されている。

サポートの役割は、精神障害者の地域援助では、生活維持の支援、社会参加の促進の機能でもある (渡嘉敷, 1992)。精神障害者の場合では、地域で自立して生きるための援助には、1. 街で生きたいという当事者の思い、2. quality of life という支持者の理念、3. 治療論的支持 (野田, 1995) という機能が期待される<sup>#3)</sup>。

われわれは、社会的サポートに対する認知の機能について検討してきた (林, 瀧本, 1993, 1994)。今回は先の仮説の一部 (林, 瀧本, 1993) の再検討をふくめて、カウンセリングにおける認知的アプローチの方法論の一つとしての社会的サポート源に対する認知の機能について検討する。

本報告は、研究Ⅰと研究Ⅱから構成される。研究Ⅰでは社会的サポート源に対する認知と自己援助、および健康の水準との関連について検討する。研究Ⅱでは社会的サポート源に対する認知と自己有効性、絶望感との関連について検討する。

## 研究Ⅰ

### 目的

自己援助 (self help) は、自分の問題解決に取り組もうとする方向を支持し促進する自分自身の態度を意味する。自己援助の態度はサポート源に対する積極的認知に寄与すると思われる。すなわち、自己援助の傾向の高い人は自分に合う社会的サポートの機会を幅広く認知していると考えられる。これによって、社会的サポートの役割が有効に機能し、この両者は相互に関連しよう。またサポート源に対する良好な認知は、認知された健康の水準 (健康度) と関連する可能性がある。サポート源に対する認知による緩衝効果の機能である。また健康の維持と増進に関する幅広いサポート源に対する認知が、健康の水準の向上に寄与する側面もあるものと思われる。これらについては、先の報告 (林, 瀧本, 1993) では仮説成立を留保したが、今回データを加えて先の仮説の再検討を試みた。

すなわち、研究Ⅰでは、仮説1: 社会的サポート源に対する認知は、自己援助の態度と関連する、仮説2: 社会的サポート源に対する認知は、認知された健康の水準と関連するという2つの点について検討する。

### 方法

本報告では、社会的サポート、自己援助、健康の水準の質問紙を手続きとして用いた。社会的サポートは、6項目からなる5段階評定の質問紙である (林, 瀧本, 1993)。自己援助は、13項目からなる3段階評定の質問紙である (林, 瀧本, 1993)。健康の水準は網元ら (1991) の10項目からなる3段階評定の質問紙である。

これらの質問紙を、首都圏の大学の学生男子161人、女子195人に対して実施した (1992年6月, 1997年5月)。

結果

社会的サポートについての尺度の結果はTable 1 のとおりである。

Table 1 社会的サポートの尺度の結果

	男 子		女 子	
	M	SD	M	SD
1. 必要な時に話し合える人が周囲にいる	3.89	1.11	4.39	.85
2. 頼れる友人や知人がいる	4.00	1.05	4.44	.78
3. 家族は自分の意志決定を助けてくれる	3.79	1.13	4.08	1.03
4. 問題があった時どこに連絡をとればよいか大体分かる	3.44	1.21	3.84	1.05
5. 大事にしているグループがある	3.92	1.16	4.26	.90
6. 手軽にものを頼める人がいる	3.84	1.08	4.17	.93
合 計	22.86	4.61	25.17	3.79

自己援助と、健康の水準の尺度の結果は、Table 2 および 3 のとおりである。

Table 2 自己援助の尺度の結果

	男 子		女 子	
	M	SD	M	SD
1. ゆううつな気持ちにとらわれないように、楽しいこと、満足のいくことをやってみる	2.09	.68	2.07	.62
2. 過去、現在、未来の楽しいことについて考えてみる	2.02	.74	2.14	.71
3. 「誰でも失敗をするし、いやな日があるのだ」と思ってあまり悪く考えない	2.10	.77	2.16	.75
4. 今物事がよい方向に進まなくても、自分はもともと価値のある人間だと思う	1.81	.77	1.67	.75
5. 気が重いことでもやってみる	1.91	.62	1.82	.61
6. 今までの問題について考え、どうしたらよいか考える	2.31	.58	2.24	.65
7. 自分がいやになるような事(何もしないというようなこと)はしない	1.93	.74	1.94	.71
8. 自分を拒否するような人があっても、多くの人は自分を受け入れてくれると思う	1.78	.71	1.90	.75
9. 失敗や問題で先の見通しがつかなくなった時でも、論理的、現実的に物事を見つめる	2.10	.62	1.99	.70
10. 他の人が自分を批判し、だめだといっても、自分は本来は価値があり好ましい人間だと思っている	1.82	.71	1.71	.68
11. つらい気持ちを抑えつけない	1.88	.65	1.93	.67
12. 問題を解決する自分の能力を信じる	2.16	.63	2.10	.64
13. なぜ落ち込んだのか自分の状態を考えてみる	2.21	.68	2.16	.74
合 計	26.06	4.17	25.73	3.99

Table 3 健康の水準の尺度の結果

	男子		女子	
	M	SD	M	SD
1. 定期検診・人間ドックなどを受けたことがありますか	1.01	.92	1.26	.89
2. あなたは自分の健康をどう思いますか	1.28	.58	1.34	.58
3. からだの不調で職場、学校や家事を休みますか	1.65	.55	1.56	.61
4. 仕事、学校や家事に熱意があり、根がつづきますか	1.14	.63	1.18	.54
5. 職場、学校や家庭が楽しいですか	1.25	.64	1.44	.63
6. 仕事やスポーツでからだをよく動かしますか	1.19	.73	1.09	.69
7. 現在治療中の病気がありますか	1.83	.48	1.84	.43
8. 朝食をとりますか	1.46	.66	1.72	.48
9. 嗜好品のとりかたについて*	1.19	.74	1.41	.69
10. 過去、入院あるいは1か月以上の安静・治療を要した病気にかかったことがありますか	1.64	.66	1.74	.54
合計	13.62	2.84	14.62	2.74

\*酒、たばこ、コーヒーを制限なくのんでいるか

社会的サポートの得点と自己援助、健康の水準の得点との相関係数は、Table 4 のとおりである。この結果、先の第1仮説と第2仮説は、共に成立した<sup>注4)</sup>。

Table 4 社会的サポートと自己援助、健康の水準との相関係数

	男子	女子
自己援助	.326**	.203**
健康の水準	.223**	.246**

\*\*p&lt;.01

## 研究Ⅱ

### 目的

社会的サポート源に対する認知の機能について、次の視点から検討する。

サポート源に対する良好な認知は、自己の効力感に影響する。すなわち、自己有効性 (self-efficacy) に寄与すると考えられる。自己有効性は、個々の人間の考えや判断、評価の働きを意味し、自信や意欲の効能、達成や対処への可能感、自己遂行可能感、効力感と呼ばれるものである (祐宗, 他, 1985)。

すなわち当面した問題に対する課題解決の方法がもたらされること、あるいは緩衝効果は、個人に課題に対応していける、自分もやっていけるという態度をもたらす。また主観的な健康感が高い自己有効性をもたらす (安藤, 坂野, 1990) ことから、この両者には相互関係がみられると仮定した。

またサポート源に対する良好な認知のもたらす安心感は、絶望感 (hopelessness) 軽減の契機になり得ると想定できる。

すなわち研究Ⅱでは、仮説3: 社会的サポートに対する認知は自己有効性と関連する、仮説4: 社会的サポートに対する認知は、絶望感と関連するという2つの点について検討する。

方法

研究 I にあげた社会的サポートについての質問紙と、自己有効性、絶望感の質問紙を用いた。

自己有効性 (self-efficacy) については、坂野と東条 (1986) の質問紙を用いた。これは、16項目から構成される 2 肢選択の質問紙である。絶望感すなわち、Hopelessness 尺度は、Nekada-Trepka (1983) の尺度を項目分析したものである (林, 瀧本, 1996)。これは 21 項目から構成された、2 肢選択の質問紙である。

これらの質問紙を、首都圏の短期大学の学生女子 101 人に実施した (1997 年 5, 6 月)。

結果

これらの被験者に対する 3 つの尺度の、平均と標準偏差とは、Table 5-7 のとおりである。

Table 5 社会的サポートの尺度の結果

	M	SD
1	4.22	.91
2	4.39	.85
3	3.94	1.15
4	3.75	1.10
5	4.18	.92
6	4.09	.97
合計	24.64	4.13

Table 6 自己有効性の尺度の結果

	M	SD
1. 何か仕事をするときは、自信をもってやるほうである	.52	.50
2. 過去に犯した失敗やいやな経験を思い出して、暗い気持ちになることがよくある	.72	.45
3. 友人より優れた能力がある	.47	.50
4. 仕事を終えた後、失敗したと感ずることのほうが多い	.29	.45
5. 人と比べて心配性なほうである	.64	.48
6. 何かを決めるとき、迷わずに決定するほうである	.27	.44
7. 何かをするとき、うまくゆかないのではないかと不安になる	.60	.49
8. ひっこみじあんなほうだと思う	.58	.49
9. 人より記憶力がよいほうである	.31	.46
10. 結果の見通しがつかない仕事でも、積極的に取り組んでゆくほうだと思う	.47	.50
11. どうやったらよいか決心がつかずに仕事にとりかかれなことがよくある	.61	.49
12. 友人よりも特にすぐれた知識をもっている分野がある	.53	.50
13. どんなことでも積極的にこなすほうである	.37	.48
14. 小さな失敗でも人よりずっと気にするほうである	.61	.49
15. 積極的に活動するのは、苦手なほうである	.55	.50
16. 世の中に貢献できる力があると思う	.37	.48
合計	7.90	2.23

Table 7 絶望感の尺度の結果

	M	SD
1. 将来に希望をもち、しっかりやろうと思っている	.68	.47
2. 事態をこれ以上よくできないので、お手あげ同然だ	.26	.44
3. 物事がうまく行かないとき、そんなことはいつまでも続かないのだと思うと気が楽になる	.66	.47
4. 10年後の自分の人生がどうなっているのか想像がつかない	.75	.43
5. 自分が一番やりたいと思っていることにあてる時間が十分にある	.38	.48
6. 自分が一番気にかけていることが将来うまくいくと思う	.42	.49
7. 先はくらいようだ	.30	.46
8. 自分は特についているし、自分には普通の人よりもいいことを期待できそうだ	.34	.47
9. 自分は幸運に恵まれていないし、将来もうまくいくとは思わない	.17	.37
10. 自分の今までの経験は将来に役に立つ	.88	.32
11. これから起こりそうなことは、楽しいことよりも、楽しくないことだ	.17	.37
12. 自分が本当に求めていることが、うまくいくとは思えない	.45	.50
13. 将来は今よりは幸せになると思う	.77	.42
14. 自分がそうなってほしくない方向へ、物事が進んでいくだろう	.17	.37
15. 自分の将来を信じている	.75	.43
16. 自分が希望することが実現することなどあり得ないから、何かを求めることなどバカなことだ	.13	.34
17. 自分が将来に本当に満足できるようなことはあり得ない	.22	.42
18. 将来は、不確かだ、不確実だ	.80	.40
19. いやな時間よりも、良い時間を期待できる	.70	.46
20. 多分うまくいかないから、実際に何かやるだけむだだ	.11	.31
合計	9.11	1.89

また、社会的サポートと他の2変数との相関係数は、Table 8のとおりである。

Table 8 社会的サポートと他の2変数との相関係数

自己有効性	.117
絶望感	.248*

\* $p < .05$

この結果、社会的サポートに対する認知と自己有効性との間には相関がみられず、第3仮説は成立するに到らなかった。また社会的サポートと絶望感との間には相関がみられ、第4仮説は成立した。

### 全体的考察

仮説1、仮説2が成立したことによって、認知された社会的サポートの水準と自己援助、認知された健康の水準とが関連することが示唆された。自己援助の水準の高い人は、よりよい社会的サポートの機会を求める傾向があり、この傾向は相互に関連する。また、他人から守られているという感情は、イメージとしての健康促進につながる生活感情である（田畑、

星野, 1995)。また, 仮説 4 の成立によって, 社会的サポートに対する認知と絶望感との関連が認められた。サポート源があるという認知は, 必要な場合活用できるという安心感を与える。

しかし, 社会的サポートに対する認知は, 自己有効性と関連するであろうという仮説 3 は成立しなかった。

他のリソースからのサポートが不適切であることは, 面接上の課題の一つである (Thorne, 1950)。

カウンセリングにおける認知的アプローチにおいて, サポート源を活用する場合, 特にさまざまな機能をふくむサポート・グループ (自助グループをふくむ) についての情報収集と情報の交換が求められる<sup>注5)</sup>。現在自己援助グループについての情報交換の試みも一部で進行している (岡, 1995) 程度に過ぎない。サポート・ネットワークは相互依存的なものが望ましい (Brammer, op cit) ことも指摘されている。

社会的サポート源についての積極的な認知を促すことは, カウンセリングの方法論としても活用し得るものである。

注 1) ストレスレベルが比較的低度から中度であれば緩衝効果を, 中度から高度では直接効果を支持し, ある程度を越えればサポートの効果がみられないとする理論もある (木島, 1995)。

注 2) Brammer (1991) のサポートの評価

サポート形成の過程と評価: 1. あなたのネットワークの中で, あなたをサポートしてくれる人のリストをつくる。2. あなたが得ているサポートと, 現在の満足度を記入する。3. あなたをサポートしてくれる人のサポート機能を確認し, 評価する。4. サポートネットワークで変化させるべき点を決める。5. ネットワークで, 必要とされる変化を起こさせるための技術を開発する。

他人のサポート能力の評価: 1. その人の強い部分は何か。2. どのような手段を持っているか。3. 助けの手を差し伸べられたら, その人はどうふるまうか。4. その人は地域社会の手段を, どれくらい有効に活用しているか。5. 手段を活用する能力がどれだけあるか。

注 3) 森田療法の自己援助グループ生活発見の会は, 会員6,000人を越す (内村, 1995)。

サポート源のカウンセリング機関の機能については, 渡嘉敷ら (1995) が指摘している。また, コンサルテーション・リエゾン精神医療については, 臨床精神医学, 25, 12 (1996) に特集が組まれている。

注 4) 先の報告では留保した結論 (林, 瀧本, 1993) を修正する。

注 5) 一般にも, 幼いとき犯罪の渦中に——心の傷をいやすには (朝日新聞, 1992. 12. 18.) 死産 (朝日新聞, 96. 3. 16) などの例も報告されている。また最近郵便局が, 地域の社会的サポート源についての情報提供のサービスを行なうようになってきている。

## 付 録

- 精神障害** 精神病者家族会 (蜂矢, 村田, 1983; 有坂, 萩野, 1983) 精神分裂病者 (野田, 1995)  
抑うつ者 (外岡, 1983) てんかん (田所, 1983; 鈴木, 他, 1995) 児童期, 思春期精神障害 (山崎, 他, 1995)
- 神経症** 神経症者 (丸山, 市川, 1983; 宮里, 他, 1995)
- 心身障害** 知能障害 (皆川, 1983)
- 感覚障害** 聴覚障害者 (小林, 1993)
- 情緒障害** 情緒障害児短期治療施設 (甘楽, 1995)
- 嗜癖** アルコール依存症 (斉藤, 波田, 1983; 村岡, 1995) アルコール問題 (小林, 1993) 薬物依存 (坂口, 飯屋, 1994)
- 非行犯罪** 犯罪被害者 (小林, 1993)

生活障害 睡眠障害 (本多, 1983)  
学習上の問題障害 学習障害児・親の会 (小林, 1993)  
老人 痴呆老人をかかえる家族 (三宅, 1995) 高齢者関係団体 (小林, 1993)  
支援関係団体 患者団体 (小林, 1993) 心身障害者関係団体 (小林, 1993) 感覚機能障害者関係団体 (小林, 1993)  
国際関係 外国人精神障害者 (大西, 他, 1993) 在外邦人 (田村, 1993)  
女性の相談 フェミニスト・カウンセリング (チェリス, 河野訳, 1993)  
相談機関 カウンセリング, 相談所 (国分, 1990; 高野, 他, 1994)

## 参考文献

- 網元愛子・野田喜代一・加藤和市・大野知俊・岡田芳子・関博人 1991 健康医学に関する研究第一報 日本農村医学会雑誌, 40, 230-231
- 安藤孝敏・坂野雄二 1990 主観的健康感が不安への対処行動へ及ぼす影響 健康心理学研究, 3, 1-11.
- Aquino, J. A., Russell, D. W., Cutrona, C. E., & Altmaier, E. M. 1996 Employment status, social support, and life satisfaction among the elderly. *Journal of Counseling Psychology*, 43, 480-489.
- 有坂功秀・荻野新六 1983 全国精神障害者家族連合会の活動 臨床精神医学, 12, 1485-1488.
- Brammer, L. M. 1991 *How to cope with life transitions*. Hemisphere Publishing Corporation. (楡木満生・森田明子訳 1994 人生のターニングポイント プレーン出版)
- Brekke, J. S., Long, J. D., Nesbitt, N., & Sobel, E. 1997 The impact of services characteristics on functional outcomes from community support programs for persons with schizophrenia. *Journal of Consulting & Clinical Psychology*, 64, 464-475.
- Cathcart, F. 1995 Death and people with learning disabilities: interventions to support clients and carers. *British Journal of Clinical Psychology*, 34, 165-175.
- Chellis, M. 1992 *Ordinary women, extraordinary lives*. (河野貴代美訳 1993 人生を切り拓く女たち プレーン出版)
- Emmons, R., & Colby, P. M. 1995 Emotional conflict and well-being: Relation to perceived availability, daily utilization, and observer reports of social support. *Journal of Personality & Social Psychology*, 68, 947-959.
- Eskin, M. 1995 Suicidal behavior as related to social support and assertiveness among Swedish and Turkish high school students. *Journal of Clinical Psychology*, 51, 158-172.
- 藤森和美 1997 地域におけるメンタルヘルスボランティア 医学研究業報 (聖マリアンナ医学研究所), 74, 14-29.
- 福岡欣治 1997 ソーシャルサポート 浅野茂隆・谷憲三朗・大木桃代編 ガン患者ケアのための心理学 真興交易医書出版部
- 蜂矢英彦・村田信男 1983 家族会・友の会活動と精神科医療 臨床精神医学, 12, 1477-1484.
- Haley, W. E., Roth, D. L., Coleton, M. I., Ford, G. R., West, C. A. C., Collins, R. P., & Isobe, T. L. 1996 Appraisal, coping, and social support as mediators of well-being in black and white family caregivers of patients with Alzheimer's disease. *Journal of Consulting & Clinical Psychology*, 64, 121-129.
- Harman, J. L. 1992 *Trauma and recovery*. N. Y.: Harper Collins Publishers. (中井久夫訳 1996 心的外傷と回復 みすず書房)
- 林潔・瀧本孝雄 1993 心理的援助機能としての社会的サポートの役割 白梅学園短期大学紀要, 29, 33-39.
- 林潔・瀧本孝雄 1993 学生の自己援助行動と図書, 交流分析の利用 学生相談研究, 14, 24-29.
- 林潔・瀧本孝雄 1994 社会的サポートに対する認知と自己援助の役割 白梅学園短期大学紀要, 30, 23-33.



- 林潔・瀧本孝雄 1996 認知行動療法における臨床的評価の一つとしての絶望感についての一考察  
応用心理学研究, 21, 51-58.
- 平木典子 1996 個人カウンセリングと家族カウンセリングの統合 カウンセリング研究, 29, 68-76.
- 平野信喜 1994 セルフ・ヘルプ ナカニシヤ出版
- 広瀬徹也 1991 老年期の抑うつ感 臨床精神医学, 20, 21-27.
- 本多裕 1983 なるこ会(ナルコレプシー患者会)の活動 臨床精神医学, 12, 1525-1530.
- 池見西次郎 1982 心身医学, 行動医学, 生命倫理 心身医学, 22, 382-388.
- 伊藤知子 1992 在宅療養が長期化したため介護負担が大きくなった家族へのサポート 日本農村医学  
学会雑誌, 41, 125.
- 岩本隆茂・大野裕・坂野雄二 1997 認知行動療法の理論と実際 培風館
- 狩野素朗編 1995 対人行動と集団 ナカニシヤ出版
- 木島伸彦 1995 ソーシャルサポート研究 山本和郎・原裕視・箕口雅博・久田満 臨床・コミュニ  
テイ心理学 ミネルヴァ書房
- 小林利宣編 1993 カウンセリング事典 新曜社
- 国分康孝編 1990 カウンセリング事典 誠信書房
- Lakey, B., McCabe, K. M., Fisicaro, S. A., & Drew, J. B. 1996 Environmental  
and personal determinants of support perception. *Journal of Personality &  
Social Psychology*, 70, 1270-1280.
- 丸山晋・市川光洋 1983 神経症のサポート・システムとしてのグループ活動 臨床精神医学, 12,  
1497-1504.
- 皆川正治 1983 精神薄弱児・者の家族会活動 臨床精神医学, 12, 1519-1524.
- 三宅貴夫 1994 痴呆——呆け老人をかかえる家族の会 臨床精神医学, 23, 309-312.
- 宮里勝政・星野良一・内山彰・西本雅彦 1994 神経症者の自助グループ 臨床精神医学, 23,  
283-288.
- 村岡英雄 1994 アルコール依存症—A. A. 断酒会 臨床精神医学, 23, 289-294.
- 中村陽吉・高木修編 1987 「他者を助ける行動」の心理学 光生館
- Nekanda-Trepka, C. J. S., Bishop, S., & Blackburn, I. M. 1983 Hopelessness and  
depression. *British Journal of Clinical Psychology*, 22, 49-60.
- 野津真 1995 社会復帰と職業リハビリテーションシステム 臨床精神医学, 24, 265-270.
- 野田文隆 1994 街で暮らす援助——精神分裂病患者への支持ネットワーク 臨床精神医学, 23,  
277-281.
- Norris, F. H., & Kaniasty, K. 1996 Received and perceived social support in times  
of stress. *Journal of Personality & Social Psychology*, 71, 498-511.
- 岡知史 1995 日本でも芽生え始めたセルフヘルプ・クリアリングハウス開設の動き ボランティア  
白書1995年版 社団法人日本青年奉仕会
- 太田保之・勝野久美子 1991 中高齢者の精神的健康に関する研究——身体・心理・社会的要因につ  
いて(1) 臨床精神医学, 20, 1227-1233.
- 大国美智子 1995 高齢者のケアと援助 臨床精神医学, 24, 289-293.
- 大西守・中川種栄・佐々木能久・嘉村康孝・門倉真人 1993 外国人精神障害者への援助活動ネット  
ワーク 臨床精神医学, 22, 181-187.
- Robinson, F.P. 1963 Modern approaches to counseling "diagnosis". *Journal of  
Counseling Psychology*, 10, 325-333.
- 斉藤学・波田あい子 1983 断酒団体の現況 臨床精神医学, 12, 1511-1516.
- 坂口正道・仮屋暢聡 1994 境界例の薬物依存と自助グループのもつ治療的意義 臨床精神医学, 23,  
1631-1639.
- 坂野雄二 1995 認知行動療法 日本評論社
- 坂野雄二・東条光彦 1986 一般性セルフ・エフィカシー尺度作成の試み 行動療法研究, 12, 73-  
82.
- Sanchez-Craig, M., Davila, R., & Cooper, G. 1996 A self-help approach for high-  
risk drinking. *Journal of Consulting & Clinical Psychology*, 64, 694-700.
- 関谷透 1997 精神科クリニックの現状 臨床精神医学, 26, 936-946.

- 総理府青少年対策本部編 1996 青少年白書平成7年度版 大蔵省印刷局  
祐宗省三・原野広太郎・柏木恵子・春木豊 1985 社会的学習理論の新展開 金子書房  
Stroebe, W., Stroebe, M., Abakoumkin, G., & Schut, H. 1996 The role of loneliness and social support in adjustment to loss. *Journal of Personality & Social Psychology*, **70**, 1241-1249.  
鈴木節夫・八木和一 1994 てんかんの自助組織 臨床精神医学, **23**, 295-299.  
田畑治・星野和美 1995 健康, 成長促進としてのコミュニティ 山本和郎・原裕視・箕口雅博・久田満 臨床・コミュニティ心理学 ミネルヴァ書房  
田村毅 1993 在英邦人の適応上の諸問題——サマリタズ日本語電話相談の事例から 臨床精神医学, **22**, 1047-1056.  
Thorne, F. C. 1950 *Principles of personality counseling*. Brandon, Vermont: Journal of Clinical Psychology.  
渡嘉敷暁 1992 精神保健法見直しに向けての具体的提案 臨床精神医学, **21**, 1163-1170.  
渡嘉敷暁・野中猛 1995 受信相談とカウンセリング機関 臨床精神医学, **24**, 257-264.  
富田拓郎・太田ゆず・小川恭子・相山晴子・鏡直子・上里一郎 1997 悲嘆の心理過程と心理学的援助 カウンセリング研究, **30**, 49-67.  
甘楽昌子 1995 児童の保護と援助施設 臨床精神医学, **24**, 279-286.  
外岡豊彦 1983 抑うつ友の会の活動 臨床精神医学, **12**, 1489-1495.  
田所靖雄 1983 日本てんかん協会の活動 臨床精神医学, **12**, 1505-1510.  
高野清純・国分康孝・西君子編 1994 学校カウンセリング事典 教育出版  
内村英幸 1995 ネオ森田療法 臨床精神医学, **24**, 27-32.  
内山喜久雄 1996 Janusの喜びと悩み——医療と心療のはざままで UPM第9回大会  
内山喜久雄・下坂幸三・水島恵一・佐々木雄二・坂野雄二 1997 シンポジウム: 心理療法の統合は可能か UPM第10回大会  
von Dras, D. D., & Siegler, I. C. 1997 Stability in extraversion and aspects of social support at midlife. *Journal of Personality & Social Psychology*, **72**, 233-241.  
Wang, L., Heppner, P. P., & Berry, T. R. 1997 Role of gender-related personality-traits, problem-solving appraisal, and perceived social support in developing mediation model of psychological adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, **44**, 245-255.  
Wills, T. A., & Cleary, S. D. 1996 How are social support effects mediated? *Journal of Personality & Social Psychology*, **71**, 937-952.  
山本和郎・原裕視・箕口雅博・久田満 1995 臨床・コミュニティ心理学 ミネルヴァ書房  
山崎晃資, 他 1994 児童・思春期精神障害 臨床精神医学, **23**, 301-308.

はやし きよし (心理学)  
たきもと たかお (心理学)