

精神健康とコーピングにおける暗黙理論の働き — 知能, 感情, 不安, 性格の増大理論に着目して —

磯上 詩織*・竹橋 洋毅**

The Role of Implicit Theories in Mental Health and Stress Coping: Focusing on Growth Mindsets About Intelligence, Emotion, Anxiety, and Personality

Shiori ISOUE* and Hiroki TAKEHASHI**

Previous studies on implicit theories have suggested that holding incremental beliefs about the growth potential of a trait can improve mental health, particularly for beliefs about anxiety and emotion. However, these studies did not control for the effects of stressors, which are major antecedents of mental health. They also did not sufficiently examine the relationship between implicit theories and coping strategies. Furthermore, most participants in previous studies were Western and university students. This study examined the effects of implicit theories on mental health and coping strategies in Japan, controlling for amount of stressors. In survey 1 (218 university students) and survey 2 (319 employees), we measured the four types of implicit theories, amount of stressor, trait anxiety, stress response, and coping strategies. We found that 1) the implicit theories of anxiety and emotion were the main predictors of mental health, and 2) the relationship between implicit theories and coping strategies was weak. Finally, the discussion considers the theoretical and practical implications of these findings.

key words: belief, implicit theory, mental health, stressor, coping

問 題

精神健康上の問題は現代において深刻であり、国内でも自殺者数や気分障害の患者数の多さなどが指摘されている(厚生労働省, 2019a)。この問題に対処するアプローチは幅広く存在するが、近年の研究では物事に対する信念に焦点が当てられている(例えば, Crum et al., 2013)。本研究ではこのアプローチ

に着目し、精神健康の悪化, 向上にかかわる暗黙理論について検討を行う。

人は、特性や世界のありようがどのようなものであるかという個人的な信念を持っており、このような信念を暗黙理論 (implicit theory) という (Dweck, 1999)。典型的には、自分の知能の成長可能性に関する信念である知能観の研究がなされている。自分の能力は固定的で変わらないという信念は固定的知能

* 無所属
none.

(shiori_isoue@yahoo.co.jp)

** 奈良女子大学

Nara Women's University, Kitauoya-nishi-machi, Nara City, 630-8506, Japan.

観、自分の能力は努力次第で伸ばすことができると
いう信念は増大的知能観と呼ばれる(竹橋他, 2018)。
暗黙理論は、教育心理学を中心とした研究文脈にお
いて扱われてきた。例えば固定的な暗黙理論(実体理
論)を持つ者はストレスを脅威とみなし、課題に従事
しないこと、増大的な暗黙理論(増大理論)を持つ者
は失敗を学びの機会とみなし、困難な課題への従事
と遂行に動機づけられることが示されている(Man-
gels et al., 2006; Moser et al., 2011)。現在では知能
観(Blackwell et al., 2007)の他、感情観(Tamir et
al., 2007)や性格観(Yeager et al., 2014)など様々な
種類の暗黙理論が想定され、それぞれの暗黙理論が
学業成績や意欲などと関連するかが検討されつつあ
る。さらに近年 Romero et al.(2014)によれば、知能
観は学業成績を予測し、感情観は精神健康を予測す
るという領域固有性が明らかにされており、暗黙理
論はその種類と似た領域の結果を予測することが示
唆されている。

近年では臨床心理学の領域において暗黙理論の精
神健康に対する影響力が指摘され、知能観(竹橋他,
2018)、性格観(Yeager et al., 2014)、感情観(Tamir
et al., 2007)において、実体理論が精神健康に悪影
響を及ぼすことが報告されている。特に重要な知見
として、Schroder et al.(2015)は大学生を対象に知
能, 感情, 不安, 性格の暗黙理論を同時に測定し、こ
れらと精神健康や感情制御方略などの関連を検討
した。彼らは、増大的な不安観が特に精神健康と関連
するだろうと予測した。実際、研究1と研究2で一貫
して、精神健康に関するすべての指標と有意な関連
を示したのは不安観だけであった。これについて
Schroder et al.(2015)は、不安は精神健康との関連性
が強い特性であるため、その暗黙理論が精神健康と
強く関連したと解釈している。その他、Schroder et
al.(2015)では感情観と複数の精神健康の指標との関
連もみられた。感情制御方略については、感情観が効
果的な感情制御方略である認知的再評価と関連する
と予測し、その通りの結果を得た。これに加え、増大
的な不安観が好ましくない感情制御方略である抑制
の少なさと関連することを見出し、中心的に議論を
行っている。Schroder et al.(2015)の研究は、複数の
暗黙理論を同時に測定し、精神健康に関する幅広い
概念との関連を多面的に検討することで、精神健康
における個々の暗黙理論の効果を明らかにできた点

で意義がある。

しかしながら、Schroder et al.(2015)の研究にはい
くつかの問題点がある。第一に、暗黙理論の効果を検
討する際、ストレス量の効果を統制していない
点である。Crum et al.(2013)は暗黙理論の効果を検
討する際に、ストレス反応の主要因とされるスト
レス量の効果を統制している。これは、ストレッ
サー量が単に多かったためにストレス反応がより高
かったという代替仮説を排除するためである。本研
究でも同様に、ストレス量の効果を統制した上で
Schroder et al.(2015)の追試を行うことで、より
厳密な形で暗黙理論が精神健康に及ぼす影響を推測
する。第二に、暗黙理論とコーピングの関連につい
ての検討が不十分な点が挙げられる。ストレス研究に
おける代表的なアプローチの1つがコーピングの視
点(例えば、Lazarus & Folkman, 1984 本明他監訳,
1991)であり、その分類には様々な種類がある。し
かしながら、Schroder et al.(2015)では認知的再評価と
感情抑制の2種類しか扱っていない。神村他(1995)
によれば、コーピングは問題解決・サポート希求、肯
定的解釈と気そらし、問題回避の3種に大別される。
精神健康に関する理解を深めるためには、これらと
の関係について検討することが重要であろう。第三
に、知見の一般化に問題がある。暗黙理論と精神健康
の関連の検討は欧米圏に留まり、国内の検討は十分
でない。また、Schroder et al.(2015)では対象者が大
学生のみである。日本において学生と社会人を対象
とした調査は、知見の一般化可能性を考える上で重
要であろう。

そこで本研究では、国内の大学生(調査1)と就労
者(調査2)を対象として、ストレス量の効果を
統制した上で、4種類の暗黙理論が精神健康とコー
ピングに及ぼす効果を検討する。

仮説は次の通りであった。仮説1として、(a)不安
観が増大的であるほど、精神健康が良好であるだろ
う。(b)感情観が増大的であるほど、精神健康が良
好であるだろう。上述の通り、Schroder et al.(2015)
では不安観や感情観が精神健康などと関連した。本
研究ではこの結果に基づいて仮説を導出した。

また、仮説2として次を設定した。(a)不安観が増
大的であるほど問題回避を行わないだろう。(b)感
情観が増大的であるほど、肯定的解釈と気そらしを
行うだろう。Schroder et al.(2015)では、増大的な不

安観が抑制の少なさ、増大的な感情観が認知的再評価の多さと関連していた。抑制は問題回避に対応し、認知的再評価は肯定的解釈と気そらしに対応すると考えられるため、本研究では上記の仮説を導出した。なお、Schroder et al.(2015)においては問題解決・サポート希求にあたるコーピング方略を扱っていないため、本研究では仮説を設定せずに探索的に検討を行うこととした。

方 法

調査対象者と手続き

調査1では2020年11月、大学生・大学院生を対象として調査への参加を依頼した。調査参加者225名のうち、すべての項目で同一の回答がみられたデータについては不誠実回答として有効回答から除外し、218名(男性44名、女性174名)を分析対象とした。平均年齢は20.3歳($SD=1.30$)であった。調査2では2021年3月、インターネット調査会社モニターの社会人を対象として調査協力を依頼した。調査フォームの中には努力の最小化傾向を検出する項目が含まれていた。集計後、調査参加者400名から努力の最小化傾向がみられた回答者を除外し、有効回答が得られた20代から50代の319名(男性154名、女性165名)を分析対象とした。平均年齢は40.9歳($SD=10.40$)であった。

調査項目

調査対象者の個人属性に関する項目として学年(調査1のみ)、性別、年齢を尋ねた。暗黙理論、特性不安、ストレス反応、コーピングの項目は調査1、2で共通であった。それぞれ逆転化処理を行なった後、下位尺度ごとに平均を算出し、尺度得点とした。分析には、清水(2016)のHAD17.00を用いた。

暗黙理論 Schroder et al.(2015)と同様に、知能観の測定にはHong et al.(1999)、感情観の測定にはTamir et al.(2007)、性格観の測定にはChiu et al.(1997)の尺度を用い、不安観の測定にはSchroder et al.(2015)が作成した尺度を用いた。なお、知能観の4項目のうち3項目は及川(2005)が翻訳したものを使用した。本研究では各先行研究に依拠し、項目の日本語への訳出を行った。それぞれ6件法(1全く当てはまらない—6とてもよく当てはまる)で回答を求めた。本研究では点数が高いほどそれぞれの暗黙理論が固定的であることを示す。

特性不安 State-Trait Anxiety Inventory (STAI)の日本語版大学生用(清水・今栄, 1981)のうち、特性不安の尺度であるA-Trait尺度を用いた。本尺度は20項目からなり、4件法(1決してそうでない—4いつもそうである)で回答を求めた。Schroder et al.(2015)は精神健康の一つの側面として不安の低さを挙げ、その慢性的状態として特性不安を測定している。本研究においても、不安の高い状態が持続することを精神健康の低さの現れの1つであると考え、特性不安を測定した。

ストレス反応 精神健康を全般的に測定できると考えられる職業性ストレス簡易調査票(厚生労働省, 2019b)の心身のストレス反応領域の項目を使用した。本尺度は本来事業場における就労者を対象としているが、ほとんどの内容が一般的な大学生にも適用可能であると判断したため、調査1では「仕事が手につかない」という項目のみを「課題が手につかない」へと修正した。本尺度は抑うつ感や身体愁訴など6つの下位尺度、計29項目からなり、4件法(1ほとんどなかった—4ほとんどいつもあった)で回答を求めた。本研究では活力得点の逆転化処理を行った後、全項目の平均点を算出し、変数の得点とした。

コーピング ストレスへの対処行動を測定するため、3次元モデルにもとづく対処方略尺度(神村他, 1995)を用いた。本尺度は8下位尺度計24項目から構成される。神村他(1995)では8下位尺度の2次因子分析により問題解決・サポート希求、肯定的解釈と気そらし、問題回避の3因子構造が確認されており、本研究でもこれに従って変数を作成し、分析に用いた。5件法(1そのようにしたこと(考えたこと)はこれまでにない。今後も決してないだろう。—5いつもそうしてきた(考えてきた)。今後もそうするだろう。)で回答を求めた。

ストレス量 暗黙理論による効果を検討する際、ストレス量の効果を統制するために測定した。調査1では大学生用ストレス自己評価尺度改訂版(尾関, 1993)の調査票Bを用いた。本尺度は、大学生活において体験される出来事のうち、不快なものや体験率の高いものについて記述した計35項目からなる。本来は過去半年間の体験の有無と体験した項目に対する評価を4段階で尋ねるものであるが、本研究では4種類の暗黙理論によるストレスへの反応の差を検出することが目的であるた

め、体験の頻度を尋ねる形式に変更した。評定は5件法(1全くなかった—5とてもよくあった)を用いた。調査2では職業性ストレス簡易調査票(厚生労働省, 2019b)の仕事のストレス要因領域の項目を用いた。本尺度は仕事の量的な負担や質的な負担、職場の対人ストレスや環境によるストレスなど17項目からなり、4件法(1ちがう—4そうだ)で回答するように求めた。なお、本研究の関心は暗黙理論の効果にあるため、重回帰分析ではストレス量を統制変数として扱い、結果でも言及しないこととする。

倫理的配慮

倫理的配慮として、調査時に調査概要と参加者の権利(回答中止ができ、それによる不利益はないこと、匿名形式での調査であり、結果は統計的に処理されるため、プライバシーは守られること、結果は研究に用いること)について、調査1では口頭と文面、調査2では文面で説明した。その上で、協力への同意が得られた人にものみ調査を実施した。本学には研究倫理審査委員会が存在するが、卒業研究では倫理審査を受けないことが一般的であるため、倫理審査を受けていない。本研究で使用した尺度のうち、職業性ストレス簡易調査票は広く社会で用いられているものであり、特性不安や知能観の尺度は個人差をとらえるために社会心理学調査でしばしば用いられ、大学生用ストレス自己評価尺度も心理尺度集で公開されているものであることから、本研究で用いた尺度が大きな侵襲性を有しないと考えられた。実際に、学生調査では事後に心身の不調を訴えた学生はみられなかった。本研究の計画は、第三者の心理学を専門とする大学教員2名から、倫理的に問題がないと判断された。本研究及び論文は日本応用心理学会倫理綱領及び投稿倫理規定を満たす形で実施され執筆されたことから、倫理的に問題がないと判断した。

結 果

暗黙理論の因子分析

Schroder et al.(2015)において因子構造が確認されているため、全15項目に対して確証的因子分析(最尤法)を行った。Schroder et al.(2015)と同様の4因子モデルの他、全種の暗黙理論が1因子にまとまるモデル、感情観と不安観が同一因子にまとまる3因子モデルを想定し分析を行った結果、4因子モデルの適合度(調査1ではCFI=.95, GFI=.91,

RMSEA=.07, SRMR=.07, 調査2ではCFI=.94, GFI=.90, RMSEA=.08, SRMR=.06)が許容可能であり、他のモデルよりも高かった。4因子モデルの因子負荷量をTable 1に示す。この結果に基づき、因子負荷量が負の項目については逆転化処理を行った上で各因子に含まれる項目の平均点を各尺度得点とした。

記述統計量と変数間の単純相関

暗黙理論、特性不安、ストレス反応、コーピング、ストレス量の記述統計、相関係数、 α 係数をTable 2に示す。

階層的重回帰分析

調査1, 調査2において、特性不安、ストレス反応、コーピングのそれぞれを従属変数、暗黙理論とストレス量を独立変数とした、2ステップからなる階層的重回帰分析を行った。投入順序として、第1ステップでストレス量を、第2ステップで4種の暗黙理論を投入した。その結果をTable 3に示す。なお、いずれの分析においても各変数のVIFの値は2未満であり、多重共線性は生じていなかった。

特性不安を従属変数とする階層的重回帰分析を行った結果、調査1, 調査2ともに第1ステップの回帰式は有意であった($p < .001$)。また、調査1, 調査2ともに第2ステップの R^2 の増分が有意であり($p < .001$)、調査1では不安観($\beta = .34, p < .001$)、調査2では感情観($\beta = .11, p = .03$)と不安観($\beta = .43, p < .001$)の効果がみられた。

ストレス反応を従属変数とする階層的重回帰分析を行った結果、調査1, 調査2ともに第1ステップの回帰式は有意であった($p < .001$)。また、調査1, 調査2ともに第2ステップの R^2 の増分が有意であり($p < .001$)、調査1では感情観($\beta = .20, p < .001$)と不安観($\beta = .26, p < .001$)、調査2では不安観($\beta = .24, p < .001$)の効果がみられた。

問題解決・サポート希求を従属変数とする階層的重回帰分析を行った結果、調査2のみ第1ステップの回帰式が有意であった($p < .05$)。また、調査2のみ第2ステップの R^2 の増分が有意であり($p = .01$)、感情観の効果がみられた($\beta = -.19, p = .005$)。

問題回避を従属変数とする階層的重回帰分析を行った結果、調査1, 調査2ともに第1ステップの回帰式は有意であった($p < .001$)。また、調査2のみ第2ステップの R^2 の増分が有意であり($p < .001$)、

Table 1 暗黙理論尺度についての確証的因子分析

因子と項目	因子負荷量	
	研究 1	研究 2
「知能観」因子		
私は一定の才能をもって生まれてきており、それを変えることは実際にはできない	.65	.36
私の中で、才能はほとんど変えることのできないものだと思う	.88	.78
正直に言うと、私は自分の才能を実際に変えることはできないと思う	.89	.88
新しいことを学ぶことはできても、基本的な才能は変えられない	.78	.79
「性格観」因子		
性格はその人の基礎であり、ほとんど変えることのできないものだ	.82	.85
ふるまいは変えられても、性格の重要な部分は実際には変えられない	.80	.87
誰でもその人らしい性格を持っており、それを実際に変えるためにできることはあまりない	.83	.85
「感情観」因子		
誰も感情のコントロールの仕方を学ぶことができると思う	-.37	-.54
そうしたいと思うなら、人は持っている感情を変えることができる	-.50	-.51
一生懸命に取り組んでも、人は持っている感情を実際に変えることはできない	.86	.83
実際のところ、人は自分の感情をほとんどコントロールすることができない	.55	.78
「不安観」因子		
私は一定の不安をもって生まれてきており、それを変えることは実際にはできない	.75	.84
私の中で、不安はほとんど変えることのできないものだと思う	.91	.87
正直に言うと、私は自分の不安を実際に変えることはできないと思う	.91	.92
一生懸命に取り組んでも、私の持っている不安の程度は実際には変えられない	.82	.91

(注) 最尤法による4因子の確証的因子分析を行った。モデルとしては、各項目は対応する一因子にのみ負荷し、他の因子への負荷量は0としたものを想定した。

Table 2 記述統計量と変数間の単純相関

調査 1	Mean	SD	α 係数	1	2	3	4
1. 知能観	3.86	1.12	.88				
2. 感情観	2.75	0.86	.66	.10			
3. 不安観	3.10	1.19	.91	.24**	.35**		
4. 性格観	3.87	1.17	.86	.33**	.17*	.27**	
5. 特性不安	2.60	0.48	.87	.21**	.23**	.45**	.16*
6. ストレス反応	2.24	0.53	.92	.19**	.32**	.42**	.10
7. ストレッサー量	2.62	0.47	-	.01	.10	.19**	-.03
8. 問題解決・サポート希求	3.32	0.83	.84	-.06	-.11	-.05	-.01
9. 問題回避	2.43	0.84	.84	.08	.05	.19**	.05
10. 肯定的解釈と気そらし	3.16	0.73	.76	-.13*	-.30**	-.24**	-.08
調査 2	Mean	SD	α 係数	1	2	3	4
1. 知能観	3.49	0.95	.80				
2. 感情観	3.03	0.85	.78	.27**			
3. 不安観	3.41	1.15	.94	.38**	.57**		
4. 性格観	3.88	0.97	.90	.45**	.41**	.56**	
5. 特性不安	2.43	0.56	.92	.30**	.46**	.64**	.41**
6. ストレス反応	2.07	0.61	.96	.19**	.37**	.48**	.34**
7. ストレッサー量	2.30	0.44	-	.14**	.30**	.40**	.30**
8. 問題解決・サポート希求	3.00	0.78	.89	.01	-.20**	-.15**	-.03
9. 問題回避	2.23	0.75	.84	.05	.26**	.29**	.15**
10. 肯定的解釈と気そらし	2.90	0.75	.85	-.11*	-.27**	-.28**	-.15**

** $p < .01$, * $p < .05$

ストレッサー量はα係数を算出していないが、ストレッサー間に相関関係を仮定できないためである。

Table 3 階層的重回帰分析の結果

	特性不安			ストレス反応			問題解決・サポート希求			問題回避			肯定的解釈と気ぞらし		
	β	R^2	ΔR^2	β	R^2	ΔR^2	β	R^2	ΔR^2	β	R^2	ΔR^2	β	R^2	ΔR^2
<調査1>															
Step 1															
ストレッサー量	.34**	.12**		.47**	.22**		.13	.02		.33**	.11**		.04	.00	
Step 2															
ストレッサー量	.27**	.29**	.18**	.40**	.39**	.16**	.16*	.04	.02	.31**	.13**	.02	.10	.12**	.12**
知能観	.11			.10			-.06			.03			-.09		
感情観	.07			.20**			-.11			-.02			-.24**		
不安観	.34**			.26**			-.04			.11			-.17*		
性格観	.03			-.01			.05			.04			.05		
<調査2>															
Step 1															
ストレッサー量	.51**	.26**		.56**	.31**		-.13*	.02		.24**	.06**		-.19**	.04**	
Step 2															
ストレッサー量	.30**	.50**	.23**	.42**	.40**	.09**	-.08	.06**	.04**	.14*	.12**	.06**	-.09	.11**	.07**
知能観	.06			-.01			.06			-.07			-.01		
感情観	.11*			.09			-.19**			.15*			-.16*		
不安観	.43**			.24**			-.08			.19*			-.18*		
性格観	.01			.04			.09			-.02			.05		

** $p < .01$, * $p < .05$

感情観 ($\beta = .15, p = .03$) と不安観 ($\beta = .19, p = .01$) の効果がみられた。

肯定的解釈と気そらしを従属変数とする階層的重回帰分析を行った結果、調査2のみ第1ステップの回帰式が有意であった ($p < .001$)。また、調査1、調査2ともに第2ステップの R^2 の増分が有意であり ($ps < .001$)、感情観 (調査1は $\beta = -.24, p < .001$ 、調査2は $\beta = -.16, p = .01$)、不安観 (調査1は $\beta = -.17, p = .02$ 、調査2は $\beta = -.18, p = .02$) の効果がみられた。

考 察

階層的重回帰分析の結果、精神健康(特性不安、ストレス反応)については、調査1、調査2において不安観が増大的であるほど精神健康が良好であることが一貫して示され、仮説1(a)が支持された。また、調査1において感情観が増大的であるほどストレス反応が少ないことや、調査2において感情観が増大的であるほど特性不安が低いことも示され、仮説1(b)は部分的に支持された。一方、知能観や性格観においては精神健康に対する影響がみられなかった。本研究では2つの調査で2つの精神健康指標を測定し、それらの全てで効果がみられたのは不安観のみであったが、この結果はSchroderら(2015)の知見と一貫していると考えられる。暗黙理論には領域固有性があることがRomero et al.(2014)の研究でも示唆されており、本研究において4種の暗黙理論の中で精神健康と関係が強いと考えられる感情に関する暗黙理論、特に不安観で精神健康に対する効果がみられたことは妥当であるといえることができる。先行研究(e.g., Schroder et al., 2015, Romero et al., 2014)では未検討であったが、本研究では特性の暗黙理論の効果がストレスの効果を統制した場合にもみられることが示された。この知見は、ストレスマインドセットの知見(Crum et al., 2013)と類似している。(特に不安の)増大理論をもつことは、ストレス量とは独立に、精神健康を向上させる可能性が考えられる。

コーピング(問題解決・サポート希求、問題回避、肯定的解釈と気そらし)については、まず調査2のみにおいて不安観が増大的であるほど問題回避を行わないことが示され、仮説2(a)が部分的に支持された。なお、調査2においては感情観が増大的であるほ

ど問題回避を行わないという関連もみられた。次に、調査1、調査2において、感情観が増大的であるほど肯定的解釈と気そらしを行いやすいことが一貫して示され、仮説2(b)が支持された。Schroder et al.(2015)の2つの研究において認知的再評価との関連が一貫してみられたのは感情観であった。本研究においても2つの調査でこれらの変数間に関連が見られている。これらの知見から、感情を可変的なものとみなす増大理論は情動的な出来事に対処可能なものと捉える認知を導く可能性が考えられる。なお、不安観が増大的であるほど肯定的解釈と気そらしを行いやすいことも示された。Schroder et al.(2015)でも研究1のみではあるが不安観と認知的再評価との間に関連がみられていたことから、不安に関する暗黙理論はネガティブな物事を捉え直すことと関連するのかもしれない。本研究で仮説を設定していなかった問題解決・サポート希求については、調査2のみにおいて感情観との関連がみられた。一方で、知能観や性格観においては、3つのコーピングと関連を示さなかった。これらの結果は、感情に関連する暗黙理論が感情制御方略(抑制と認知的再評価)と関連するというSchroder et al.(2015)の知見と整合すると考えられる。一方で、問題解決・サポート希求という行動的なコーピングにおいては暗黙理論による効果が弱かった。Dweck & Yeager(2021)のレビューによれば、暗黙理論は原因帰属などの「解釈」にかかわる変数に対して中程度の影響力をもつが、実際の行動や成果に対しては効果が相対的に小さいとされる。これを踏まえると、暗黙理論の効果は問題に対する肯定的解釈や気そらしなどの「解釈」にかかわる変数において安定して見られ、問題解決・サポート希求および問題回避などの「行動」にかかわる変数においては効果が見られなかった可能性がある。

問題解決・サポート希求および問題回避において調査間で暗黙理論の効果の違いがみられた理由としては、ストレスの内容の違いに起因する可能性が考えられる。すなわち、調査1では大学生に生活全般のストレス量を尋ねたのに対し、調査2では社会人に仕事のストレス量のみを尋ねた。このような想起させたストレスの違いがコーピングに影響した可能性がある。ただし、想起内容自体が統制を取れていないため、これらの効果を比較することは困難である。また、調査1のサンプル数が調査

2よりも少なかったことも効果の検出のしにくさにつながったかもしれない。ただし, そもそもコーピングに対する暗黙理論の影響は全体的に効果量が大きくなかった。今後, スレッサーの内容を統制した上で知見の再現性の検証を行い, 慎重に議論する必要がある。

本研究の意義としては, 第一に, 先行研究の方法論上の課題を改善しつつ, 4つの暗黙理論とコーピングの関連を検討し, 非欧米圏の学生と社会人を対象として知見の一般化可能性を検討したことが挙げられる。これにより, 暗黙理論による精神健康への効果をより強力に実証できただけでなく, Schroder et al. (2015)において検討されていない様々な種類のコーピングと暗黙理論の関係を検証できた。Crum et al. (2013)は, 現実社会ではスレッサーを減らすことが困難であるケースが少なくなく, そのような状況下でも精神健康を保護しうる心的メカニズムを探ることの重要性を指摘している。本研究において示唆されたように, 不安の増大理論はスレッサーを減らすことができないような状況下でも, 精神健康を良好に保つことに寄与するかもしれない。第二に, 心理支援方法に示唆を与える点で意義がある。増大理論を伝える介入が動機づけや成果を高めることが知られているが(例えば, Blackwell et al., 2007), 本研究の階層的重回帰分析の結果は健康改善において不安観や感情観に焦点をあてるのが効果的であることを示唆する。本研究の知見は暗黙理論介入の際にターゲットとすべき内容を絞り, よりの確かな介入方法の開発に繋がる可能性がある。実際に, 問題の内容ごとにその解釈に影響を及ぼす心的フレーム(例えば, 暗黙理論)に働きかけるというアプローチはWalton & Crum (2021)によって提案されている。また, 暗黙理論を1つのストレス緩和要因ととらえ, 測定を行うことで, 困難場面における脆弱さの予測が可能になると考えられる。

最後に, 本研究の制約を述べる。まず, 本研究で翻訳し使用した暗黙理論の項目について, 翻訳の妥当性の検討を行っていない。また, 相関研究にとどまっており, 増大理論の教示が精神健康やコーピングに影響するのかという因果関係は検討できていない。今後の研究では, 日本語版の暗黙理論尺度について妥当性を確認した上で, より幅広い年齢を対象に検討を行うことに加え, 介入や実験を用いて信念が与

える影響について検討を行うことが求められる。

引用文献

- Blackwell, L. S., Trzesniewski, K. H., & Dweck, C. S. (2007). Implicit theories of intelligence predict achievement across an adolescent transition: A longitudinal study and an intervention. *Child Development, 78*, 246-263. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2007.00995.x>
- Chiu, C., Hong, Y., & Dweck, C. S. (1997). Lay dispositionism and implicit theories of personality. *Journal of Personality and Social Psychology, 73*, 19-30. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.73.1.19>
- Crum, A. J., Salovey, P., & Achor, S. (2013). Rethinking stress: The role of mindsets in determining the stress response. *Journal of Personality and Social Psychology, 104*, 716-733. <https://doi.org/10.1037/a0031201>
- Dweck, C. S. (1999). *Self-theories: Their role in motivation, personality, and development*. Psychology Press.
- Dweck, C. S., & Leggett, E. L. (1988). A Social-cognitive approach to motivation and personality. *Psychological Review, 95*, 256-273. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.95.2.256>
- Dweck, C. S., & Yeager, D. S. (2021). The growth mindset of intelligence intervention. In G. M. Walton & A. J. Crum (Eds.), *Handbook of wise interventions: How social psychology can help people change*. Guilford Press.
- Hong, Y., Chiu, C., Dweck, C. S., Lin, D. M., & Wan, W. (1999). Implicit theories, attributions, and coping: A meaning system approach. *Journal of Personality and Social Psychology, 77*, 588-599. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.77.3.588>
- 神村 栄一・海老原 由香・佐藤 健二・戸ヶ崎 泰子・坂野 雄二(1995). 対処方略の三次元モデルの検討と新しい尺度(TAC-24)の作成 教育相談研究, 33, 41-47.
- 厚生労働省 (2019a). 平成 29 年 (2017) 患者調査の概況 厚生労働省 Retrieved December 17, 2020 from <https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/kanja/17/dl/kanja.pdf>
- 厚生労働省 (2019b). 労働安全衛生法に基づくストレスチェック制度実施マニュアル 厚生労働省 Retrieved December 13, 2020 from <https://www.mhlw.go.jp/content/000533925.pdf>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer. (ラザルス, R. S., & フォルクマン, S. 本明 寛・春木 豊・織田 正美 (監訳) (1991). ストレスの心理学——認知的評価と対処の研究——

実務教育出版)

- Mangels, J. A., Butterfield, B., Lamb, J., Good, C., & Dweck, C. S. (2006). Why do beliefs about intelligence influence learning success? A social cognitive neuroscience model. *Social Cognitive Affective Neuroscience*, 1, 75-86. <https://doi.org/10.1093/scan/nsl013>
- Moser, J. S., Schroder, H. S., Heeter, C., Moran, T. P., & Lee, Y. H. (2011). Mind your errors: Evidence for a neural mechanism linking growth mind-set to adaptive posterror adjustments. *Psychological Science*, 22, 1484-1489. <https://doi.org/10.1177/0956797611419520>
- 及川 昌典 (2005). 知能観が非意識的な目標追求に及ぼす影響 教育心理学研究, 53, 14-25. https://doi.org/10.5926/jjep1953.53.1_14
- 尾関 友佳子 (1993). 大学生用ストレス自己評価尺度の改訂——トランスアクションナルな分析に向けて—— 久留米大学大学院比較文化研究科年報, 1, 95-114.
- Romero, C., Master, A., Paunesku, D., Dweck, C. S., & Gross, J. J. (2014). Academic and emotional functioning in middle school: The role of implicit theories. *Emotion*, 14, 227-234. <https://doi.org/10.1037/a0035490>
- Schroder, H. S., Dawood, S., Yalch, M. M., Donnellan, M. B., & Moser, J. S. (2015). The role of implicit theories in mental health symptoms, emotion regulation, and hypothetical treatment choices in college students. *Cognitive Therapy and Research*, 39, 120-139. <https://doi.org/10.1007/s10608-014-9652-6>
- 清水 秀美・今榮 国晴 (1981). STATE-TRAIT ANXIETY INVENTORY の日本語版 (大学生用) の作成 教育心理学研究, 29, 62-67. https://doi.org/10.5926/jjep1953.29.4_348
- 清水 裕士 (2016). フリーの統計分析ソフト HAD——機能の紹介と統計学習・教育, 研究実践における利用方法の提案—— メディア・情報・コミュニケーション研究, 1, 59-73.
- 竹橋 洋毅・小林 寛子・平部 正樹・藤後 悦子・藤本 昌樹 (2018). 暗黙の知能観が通信制高等学校の生徒の幸福感に及ぼす影響 モチベーション研究, 7, 31-41.
- Tamir, M., John, O. P., Srivastava, S., & Gross, J. J. (2007). Implicit theories of emotion: Affective and social outcomes across a major life transition. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92, 731-744. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.92.4.731>
- Walton, G. M., & Crum, A. J. (2021). Introduction. In G. M. Walton & A. J. Crum (Eds.), *Handbook of wise interventions: How social psychology can help people change*. Guilford Press.
- Yeager, D. S., Johnson, R., Spitzer, B., Trzesniewski, K., Powers, J., & Dweck, C. S. (2014). The far-reaching effects of believing people can change: Implicit theories of personality shape stress, health, and achievement during adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 106, 867-884. <https://doi.org/10.1037/a0036335>

(受稿: 2023.7.18; 受理: 2023.12.8)