

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

林 潔* 瀧 本 孝 雄**

A Study of Hopelessness as a Psychological Assessment of Cognitive Behavior Therapy

Kiyoshi HAYASHI* and Takao TAKIMOTO**

To evaluate one's hopelessness entails assessing the cognitive components of depression. As defined by Williams (1984), hopelessness is a general cognitive style which is a part of cognitive behavior therapy.

Two hypotheses are examined in this study: 1) the relationship between hopelessness and depressive tendencies 2) the relationship between hopelessness and self-efficacy. The study was conducted by using a hopelessness scale which was employed in cognitive behavior therapy.

In 1995, a Hopelessness Scale, Beck Depression Inventory, and a Self-efficacy Scale were utilized to examine both 204 males and 159 females university students in the Tokyo metropolitan area, respectively.

The following four factors were found in the analysis: a) a Factor of Negative Perspective in the Future, b) a Factor of Pessimism, c) a Factor of Feelling of Under-achievement, d) a Factor of Uncertainty.

Through the use of BDI, we found a correlation ratio between hopelessness and depressive tendencies. The ratio distribution was as follows: .548 (males) and .499 (females). Also, by using a scale of Self-efficacy, we found a correlation ratio between hopelessness and self-efficacy, the distribution being -.452 (males) and -.493 (females). These examinations constituted our study of the relationship between hopelessness and depression as stated in hypothesis number 1. Given the cases above, a negative perspective in the future was the most relevant factor.

Self-efficacy is a counter condition to hopelessness. There are various methods of treating hopelessness. For that purpose, reality testing and problem-solving techniques can serve as examples.

Key Words : BDI, Cognitive Behavior Therapy, depression, hopelessness, self-efficacy

* 白梅学園短期大学心理学科
Shiraumegakuen College, Dept. of Psychology

** 獨協大学外国語学部
Dokkyo University, Faculty of Foreign Language

目 的

抑うつ^{注1)}の認知的成分の査定の一つとして、絶望感(hopelessness^{注1)})測定の試みがあげられる。ウィリアムズ(Williams, J. M. G.⁴⁵⁾)は、絶望感を認知行動療法における一般的認知スタイルの一つであるとみなしている。

ゴールドシュタイン(Goldstein, K. M.)とブラックマン(Blackman, S.)によれば¹²⁾、認知スタイルは、人が環境を概念的に体制化するとき用いる特色のある方法として理解される。この認知スタイルに応じて、個人は自分をとりまく環境を意味あるものとして組織し、それに対して意識的に反応する。

絶望感に自分が生じた否定的結果が、安定的要因に帰属されたときにもたらされるものである。すな

Table 1 臨床場面における近年の絶望感研究の例

抑うつ：	Alford, et al., 1995 ; Alloy, et al., 1988 ; Metalsky, et al., 1993 ; Persons, et al., 1993 ; Spangler, et al., 1993 ; DeVellis & Blaclok, 1992
健康：	Marshall, et al., 1994
児童と青年：	Kashani, et al., 1989
自殺念慮：	Dixon, et al., 1991 ; Dixon, et al., 1994
自殺企図：	Beck, et al., 1975
再自殺企図：	Perie & Brook, 1992
狂言自殺：	Cole, 1983
心理的インパクト：	Kennedy, et al, 1995
生活事象(life event)：	Needle & Abramson, 1990
ストレス：	Whisman & Kwon, 1993
問題解決：	Priester & Clum, 1993
攻撃性：	Guerra, et al., 1995
統制の位置(Locus of Control)：	Ward & Thomas, 1985
絶望感測定：	Greene, 1981

Table 2 絶望感尺度の平均得点と標準偏差および因子分析結果

	男 子		女 子	
	M	SD	M	SD
20. 多分うまくいかないから、実際に何かやるだけむだだ	.06	.24	.07	.26
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	.28	.45	.17	.38
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	.38	.15	.36
16. 自分が希望することが実現する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	.07	.26	.06	.23
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	.38	.14	.34
7. 先は暗いようだ	.27	.45	.25	.43
10. 自分の今までの経験は将来の役に立つ*	.11	.31	.15	.36
19. いやな時間よりも、良い時間を期待できる*	.35	.48	.30	.46
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	.23	.42	.21	.41
15. 自分の将来を信じている*	.26	.44	.25	.43
2. 事態をこれ以上よくできないので、お手あげ同然だ	.15	.36	.21	.41
8. 自分は特についているし、自分の人生には普通の人よりもいいことを期待できそうだ*	.76	.43	.76	.43
1. 将来に希望をもち、しっかりやろうと思っている	.33	.47	.35	.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*	.61	.49	.63	.48
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*	.41	.49	.34	.47
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	.42	.49	.43	.45
13. 将来は今よりは幸せになると思う*	.31	.46	.27	.44
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*	.69	.46	.65	.48
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	.81	.40	.76	.43
18. 将来は、不確かだ、不確かだ	.83	.38	.81	.39
合 計	7.27	3.88	6.69	3.52
寄与率				
累積寄与率				

*逆転項目

注1) Helplessness が絶望感と訳される場合もある。しかし本報告では Hopelessness の概念のみを絶望感とした。

わち絶望感は、先さきまで今までと同じように失敗が繰り返されると予想される³⁴⁾ことから生起する。人が自己に関して否定的予測をした場合に無力感が強まり絶望感が生じる³⁷⁾。原因帰属や出来事についての予期、自己に関する推論は、絶望感の近接的十分条件と考えられる²⁵⁾。またフリーマン (Freeman, A.) らによれば、この絶望感は、回避性人格障害者の特徴でもある¹¹⁾。そして中村らは、絶望感は自己充実感に対して抑制的に働くということを指摘している²⁷⁾。

絶望感では、未来が絶対的に出口がないもの、越えられない壁として姿を見せ、生の意欲の根源まで脅かされる²²⁾。もし将来に対して全体的に否定的見方をするようになると、患者の生き方は鈍く (pointless) なり、耐性が乏しくなり、自殺の危険が

増すこととなる⁴⁵⁾。

ベック (Beck, A. T.) らによると、絶望感を抱くこと自体が問題解決の障害である⁴⁾。たいていの人間は絶望という自分の受け取り方をあたかも真理であるかのごとく受け取っている¹⁰⁾。しかしこの受けとめ方には認知の歪みによる部分もまた存在しうる。

臨床場面に関する近年の絶望感研究の例については、Table 1 のとおりである。

この絶望感、抑うつ傾向と相互関係があるとみることができる。

絶望感へ対処する条件の一つとして機能し得るのが、自己有効性 (Self-efficacy) である。

自己有効性 (あるいは自己遂行可能感) は、坂野と東条によれば、ある行動を起こす前に個人が感じるものであり、自分自身がやりたいと思っていることの実現可能性に関する知識、あるいは自分にはこのようなことがここまでできるのだという考えであると概念規定されている³⁶⁾。従ってこの自己有効性は、絶望感を癒す役割をも果たすと考えることができる。

本報告では、1: 絶望感と抑うつ傾向とは関連するであろう、2: 絶望感と自己有効性とは関連するであろうという2つの仮説を設定した。

これらの仮説について、認知行動療法において用いられる絶望感尺度を用いて検討することが、本研究の目的である。

方 法

絶望感 (Hopelessness) の測定は、1974年のベックらの絶望感尺度 (Hopelessness Scale⁶⁾) を項目分析したものによる^{註2)}。この尺度は認知行動療法の代表的質問紙の一つである³⁵⁾。

絶望感尺度は、20項目からなる2肢選択の質問紙である。これは、「次の文章を読んで下さい。ここにあげてあることが、この1週間のあなたの気持ちにあてはまる場合には○を、あてはまらないときには×を () の中に書いて下さい」というインストラクションによって行われた。(○には1点が与えられる。×は得点にならない。質問項目はTable 2に記載)。

抑うつ傾向の測定には、ベックら⁴⁾の抑うつインベントリー (Beck Depression Inventory (BDI)) を用いた¹⁶⁾。これは21項目から構成された4肢選択の

第Ⅰ因子	第Ⅱ因子	第Ⅲ因子	第Ⅳ因子	r ²
-.638	.158	-.053	-.021	.44
-.623	-.104	-.126	.173	.44
-.620	-.189	-.071	.203	.47
-.568	.130	-.091	-.001	.35
-.558	-.261	-.180	.024	.41
-.509	-.200	-.281	.251	.44
-.456	-.361	.224	-.223	.44
-.440	-.435	-.152	-.168	.43
-.432	-.082	-.179	.071	.23
-.418	-.339	-.302	.014	.38
-.399	-.224	.059	.244	.27
.056	-.619	.023	.201	.74
-.300	-.542	.110	.116	.41
-.017	-.519	-.366	.235	.46
-.098	-.459	-.275	-.219	.34
-.152	.073	-.682	.219	.54
-.251	-.220	-.582	-.055	.45
-.197	-.008	.427	.416	.39
-.095	-.036	-.173	.704	.54
-.040	-.363	.008	.515	.40
16.162	10.151	7.910	7.096	
16.162	26.313	34.223	41.319	

註2) 項目分析の結果、すべての項目に有意差が認められた。

質問紙である。

自己有効性の測定には、坂野と東条³⁶⁾の自己有効性尺度を用いた。これは、16項目から構成された2肢選択の質問紙である。

この3種類の質問紙を、首都圏の大学の学生、男子204人、女子159人、計363人に実施した(1995年6月)。

結 果

絶望感尺度の各項目別平均得点と標準偏差および、varimax 法による因子分析結果は Table 2 のとおりである。

因子分析の結果、以下の4因子が抽出された。

第Ⅰ因子は主として将来への見通しや対応についての因子である。従ってこれを、将来への否定的展望の因子と呼ぶ。

第Ⅱ因子は物事についての否定的な期待をするという反応についての要因である。これを、悲観的因子と呼ぶ。

第Ⅲ因子は物事が達成できないという感情に関する因子である。これを達成不全感の因子と呼ぶ。

第Ⅳ因子は主として不確実な感情に関する因子である。これを不確実感の因子とする。

なおこの絶望感尺度を、折半法によって検討したところ、.449 の相関係数が算出された。

またBDIによる抑うつ得点と、絶望感尺度の得点との間には、男子 .548、女子 .499 の相関が認められた。このBDIの各項目別の得点との関係では、ペシミズムとの相関が最も高い。自己嫌悪とムードの項目がこれに続く (Table 3)。

これらの被験者の自己有効性尺度の得点と、絶望感尺度の得点との相関係数を算出した。この結果、両者は逆相関の関係にあり、男子 -.452、女子 -.493 の相関係数が算出された (Table 4)。

また先にあげた絶望感の4つの因子に対応する項目の得点の平均と標準偏差とは、Table 5 のとおりである。

これによると、第Ⅰ因子：否定的展望の因子と、第Ⅲ因子：達成不全感の因子に対応する項目の得点が比較的低いようである。

また、絶望感の各因子と、BDIおよび自己有効性の得点との相関は、Table 6 のとおりである。これによるとBDIで示される抑うつ傾向とは、第Ⅰ因子(将

来への否定的展望の因子)との相関が比較的高いものであった。

絶望感と自己有効性との関係では逆相関がみられ、第Ⅱ因子(悲観的因子)との関連が比較的高い。

絶望感尺度の因子間の相関では、第Ⅰ因子と第Ⅱ因子間の相関が特に高いものであった (Table 7)。

考 察

絶望感尺度についての反応としては、第Ⅰ因子すなわち将来への否定的展望の因子に対応する項目に関する得点は比較的低い。これに対して、第Ⅱ因子(悲観的因子)、第Ⅳ因子(不確実感の因子)に関する項目についての得点が比較的高かった。従って、これらの一般学生の被験者は、将来への展望については必ずしも否定的ではないが、現実に対する不安感、不確実感をもっているといえるのかも知れない。なおこの因子分析結果は、ベックの絶望感尺度について検討した中村・林・板津²⁷⁾および、絶望感尺度を5肢選択に修正して検討した畠山・松坂・中村¹⁵⁾の結果とも基本的に一致するものである。

折半法によって、相関が認められたことによって、この絶望感尺度には、信頼性が認められたといえる。

また、BDIによって示される抑うつの得点と絶望感の得点との間に相関がみられた。従って、絶望感と抑うつ傾向とは関連するという先の仮説1は成立した。絶望感と抑うつ感とは相互に影響し合いながら、感情を否定的な方向へ押し進める。この場合その中で特に問題となるものが、絶望感の第Ⅰ因子すなわち否定的展望の因子である。これは、時間的展望の乏しさとしても理解できる。

すなわち、絶望感は時間的展望の喪失としても理解される。時間的展望はレヴィン (Lewin, K.) によれば²⁶⁾、希望と置き換えることができるものである。人はある程度将来に生きる傾向があり、経験を考えられる結果から解釈するという傾向がある³⁾ためであると考えられる。

いずれにせよ希望は時間的展望のどの側面とも関連する³⁸⁾。また絶望感とBDIの各項目については、ペシミズム、ムード、自己嫌悪が相関の比較的高い項目である。

認知行動療法の立場では、このような絶望感に支配されている状態への対応としては、まずその絶望感を言語化することを第一の課題とする。すなわち

Table 3 BDIの各項目の得点と絶望感尺度との相関係数

	男 子			女 子		
	M	SD	R	M	SD	R
1. ムード	.41	.64	.343**	.41	.54	.386**
2. ペシミズム	.37	.85	.498**	.20	.57	.468**
3. 失敗感	1.29	.87	.278**	1.17	.79	.251**
4. 不満足感	.75	.81	.379**	.61	.73	.273**
5. 罪悪感	.79	.69	.183**	.72	.59	.143
6. 罰を受けている感じ	.62	.83	.132	.54	.75	.103
7. 自己嫌悪	.71	1.03	.386**	.90	1.12	.373**
8. 自己非難	.95	.93	.168*	1.01	.94	.175*
9. 自罰願望	.48	.64	.302**	.51	.55	.098
10. 泣きたい気持	.43	.72	.242**	.51	.76	.309**
11. いらいら感	.76	.91	.279**	.70	.87	.276*
12. 社会的退却	.34	.64	.198**	.34	.63	.152
13. 未決定	.42	.76	.267**	.58	.92	.259**
14. 身体像	.69	.98	.326**	.67	.96	.261**
15. 仕事の抑制	.97	.98	.304**	.92	1.10	.283**
16. 睡眠の不全	.34	.63	.146*	.18	.46	.029
17. 疲れ易さ	.74	.71	.309**	.82	.68	.280**
18. 食欲のないこと	.24	.53	.152*	.11	.38	.074
19. 体重減少	.38	.74	.114	.10	.30	-.013
20. 身体への先入観	.63	.60	.066	.53	.50	-.011
21. リビドーを欠く	.19	.46	.262**	.08	.28	.041
合 計	12.54	7.82	.548**	11.59	6.55	.499**

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

Table 4 自己有効性尺度の得点と絶望感尺度との相関係数

	男 子	女 子
M	6.16	6.62
SD	3.41	3.54
絶望感尺度との相関	-.452**	-.493**

** $p < .01$

Table 5 絶望感の因子に対応する項目の得点と標準偏差

	I	II	III	IV
M	1.91	2.54	2.00	2.27
SD	2.18	1.54	1.07	.82

何が問題なのかを同定 (identification) する。そして同定された絶望感について、批判的に見直せるように援助する¹¹⁾ ことが基本的な処置である。

ベック³⁾はこの状況への処置として、人生状況や将来に違った解釈をすること、選択できる行動の可能性の選択肢を提示するという方法を示す。例えば、目標決定の学習などの応用が可能である。

またそのような、ペシミスティックな感情、否定的ムード、自己嫌悪をもたらす衝動や緊張についてモニターし、これらを自己に帰属させることを避けるという取り組みが役立つ (帰属療法)。患者が設定していた自分自身と人生への否定的仮説が事実かどうかを検討するという、現実検証の方法も採用される。その前段階として、このようなことについて検

Table 6 絶望感の各因子とBDIおよび自己有効性との相関係数

	I	II	III	IV
BDI 項目 1	.362**	.268**	.207**	.180**
2	.526**	.344**	.305**	.113*
3	.186**	.236**	.216**	.179**
4	.325**	.264**	.226**	.162**
5	.161**	.080	.187**	.139**
6	.206**	.053	.088	-.003
7	.393**	.287**	.250**	.162**
8	.164**	.147**	.091	.138**
9	.198**	.103	.107*	.151**
10	.307**	.205**	.174**	.106*
11	.276**	.204**	.188**	.213**
12	.161**	.151**	.081	.118*
13	.295**	.159**	.165**	.104
14	.324**	.169**	.122*	.121*
15	.262**	.194**	.227**	.219**
16	.180**	.053	.027	.056
17	.317**	.184**	.152**	.143**
18	.136*	.066	.065	.113*
19	.080	.059	.121*	.093
20	.057	-.053	.115*	.155**
21	.188**	.109*	.085	.111*
合 計	.547**	.360**	.344**	.286**
自己有効性	-.371**	-.439**	-.335**	-.289**

Table 7 絶望感の各因子間の相関係数

	II	III	IV
I	.612**	.440**	.236**
II		.489**	.227**
III			.420**

証してみようかと、来談者がまず自分で考えられるようにすることが必要である。このような態度を日常生活に習慣化する試みも、カウンセリング、心理療法の予防的機能の一つとみなすことができる。

また絶望感尺度と自己有効性尺度の得点との間に逆相関がみられたことによって、絶望感と自己有効性とは関連するという仮説2も成立した。

自己有効性は、特に絶望感尺度の第I因子、第II因子、第III因子が関連する (Table 6)。すなわち否定的展望の因子、悲観的因子、達成不全感の因子である。特にこのような要因に示される課題遂行に関する否定的認知の強い状態に対して、個々の問題解決 (Problem-solving) のための技法の訓練や、ストレス免疫訓練などの役割が期待される。これらを通して、自己の置かれた状況に対するコントロール可能感をもたらすことができよう。このような試みも絶望感を抑制する自己有効性をもたらすための条件に他ならないといえる。

文 献

- 1) Alford, B. A., Lester, J. M., Patel, R. J., Buchanan, J. P., & Giunta, L. C. Hopelessness predicts future depressive symptoms: A prospective analysis of cognitive vulnerability and cognitive content specificity. *Journal of Clinical Psychology*, 1995, **51**, 331-339.
- 2) Alloy, L. B., Abramson, L. Y., Metalsky, G. I., & Hartlage, S. The hopelessness theory of depression. *British Journal of Clinical Psychology*, 1988, **27**, 5-7.
- 3) Beck, A. T. *Cognitive therapy and emotional disorders*. N. Y.: International University Press. 1976. (大野裕訳 認知療法 岩崎学術出版社, 1990)
- 4) Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F., & Emery, G. *Cognitive therapy of depression*. N. Y.: The Guilford Press, 1979. (坂野雄二監訳 うつ病の認知療法 岩崎学術出版社, 1992)
- 5) Beck, A. T., Kovacs, M., & Weissman, A. Hopelessness and suicidal behavior: An overview. *Journal of the American Medical Association*, 1975, **234**, 1146-1149.
- 6) Beck, A. T., Weissman, A. W., Lester, D., & Trexler, L. 'The measurement of pessimism: The hopelessness scale?' *Journal of Consulting & Clinical Psychology*, 1974, **42**, 861-865.
- 7) Cole, D. A. Hopelessness, social desirability, depression, and parasuicide in two college students. *Journal of Consulting & Clinical Psychology*, 1983, **56**, 131-136.
- 8) Dixon, W. A., Heppner, P. P., & Anderson, W. P. Problem-solving appraisal, stress, hopelessness, and suicide ideation in a college population. *Journal of Counseling Psychology*, 1991, **38**,

- 51-56.
- 9) Dixon, W. A., Heppner, P. P., & Rudd, M. D. Problem-solving appraisal, hopelessness, and suicide ideation: Evidence for a mediational model. *Journal of Counseling Psychology*, 1994, **41**, 91-98.
- 10) Ellis, A. *How to live with a neurotic at home and at work*. N. Y.: Crown Publishers, Inc. 1975. (国分康孝監訳 神経症者につきあうには 川島書店, 1984)
- 11) Freeman, A., Pretzer, J., Fleming, B., & Simon, K. M. *Clinical applications of cognitive therapy*. N. Y.: Plenum. 1990. (高橋祥友訳 認知療法臨床ハンドブック 金剛出版, 1993)
- 12) Goldstein, K. M., & Blackman, S. *Cognitive style*. N. Y.: John Wiley & Sons, Inc. 1978. (島津一夫水口礼治訳 認知スタイル 誠信書房, 1982)
- 13) Greene, S. M. Levels of measured hopelessness in the general population. *British Journal of Clinical Psychology*, 1981, **20**, 11-14.
- 14) Guerra, N. G., Huesmann, L. R., Tolan, P. H., Acker, R. V., & Eron, L. D. Stressful events and individual beliefs as correlates of economic disadvantage and aggression among urban children. *Journal of Consulting & Clinical Psychology*, 1995, **63**, 518-528.
- 15) 畠山浩子・松坂利之・中村昭之 抑うつの研究1 日本応用心理学会第55回大会発表論文集, 1988, 37
- 16) 林 潔・瀧本孝雄 Beck Depression Inventory (1978年版) の検討と Depression と Self-efficacy との関連についての一考察 白梅学園短期大学紀要, 1991, **27**, 43-52.
- 17) 板津裕己 自己受容性の研究 (2) 駒沢社会学研究, 1991, **23**, 11-25.
- 18) 板津裕己 自己受容性と生きる姿勢, Hopelessness とのかかわりについて カウンセリング研究, 1995, **28**, 37-46.
- 19) 鎌原雅彦 随伴性認知 宮本美沙子・奈須正裕編 達成動機の心理学 金子書房, 1995.
- 20) Kashani, J. H., Reid, J. C., & Rosenberg, T. K. Level of hopelessness in children and adolescents. *Journal of Consulting & Clinical Psychology*, 1989, **57**, 496-499.
- 21) Kennedy, P., Lowe, R., Grey, N., & Short, E. Traumatic spinal cord injury and psychological impact. *British Journal of Clinical Psychology*, 1995, **34**, 627-639.
- 22) 北村晴朗 希望の心理 金子書房, 1983.
- 23) Marshall, G. N., Wortman, C. B., Vickers, Jr., R. R., Kusulas, J. W., & Hervig, L. K. The five-factor model of personality as a framework for personality-health research. *Journal of Personality & Social Psychology*, 1994, **67**, 278-286.
- 24) Metalsky, G. I., Joiner, Jr., T. E., Hardin, T. S., & Abramson, L. Y. Depressive reactions to failure in a naturalistic setting: A test of the hopelessness and self-esteem theories of depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 1993, **102**, 101-109.
- 25) 宮田加久子 無気力のメカニズム 誠信書房, 1991.
- 26) Lewin, K. *Resolving social conflicts*. Harper & Brothers. 1948. (末永俊郎訳 社会的葛藤の解決 創元社, 1954)
- 27) 中村昭之・林 潔・板津裕己 人生に対する態度の研究——LAP (Life Attitude Profile) の研究 (2) 駒沢社会学研究, 1988, **20**, 93-129.
- 28) 根建金男・市川雅哉 認知行動療法の意義と課題——行動医学との関連から 行動医学研究, 1995, **2**, 29-36.
- 29) Needles, D. J., & Abramson, L. Y. Positive life events, attributional style, and hopelessness. *Journal of Abnormal Psychology*, 1990, **99**, 156-165.
- 30) Nekanda-Trepka, C. J. S., Bishop, S., & Blackburn, I. M. Hopelessness and depression. *British Journal of Clinical Psychology*, 1983, **22**, 49-60.
- 31) Perie, K., & Brook, R. Sense of coherence, self-esteem, depression and hopelessness as correlates of reattempting suicide. *British Journal of Clinical Psychology*, 1992, **31**, 293-300.
- 32) Persons, J. B., Burns, D. D., Perloff, J. M., & Miranda, J. Relationships between symptoms of depression and anxiety and dysfunctional beliefs about achievement and attachment. *Journal of Abnormal Psychology*, 1993, **102**, 518-524.
- 33) Priester, M. J., & Clum, G. A. Perceived problem-solving ability as a predictor of depression, hopelessness, and suicide ideation in a college population. *Journal of Counseling Psychology*, 1993, **40**, 79-85.
- 34) 坂西友秀・蘭 千寿 教育と帰属 蘭 千寿・外山みどり編 帰属過程の心理学 ナカニシヤ出版, 1991.
- 35) 坂野雄二 認知行動療法 日本評論社, 1995.

- 36) 坂野雄二・東条光彦 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, 1986, **12**, 73-82.
 - 37) 三川俊樹 どのような人がストレスに陥りやすいか 中西信男・古市裕一・三川俊樹編 ストレス克服のためのカウンセリング 有斐閣, 1993.
 - 38) 白井利明 時間的展望体験尺度の作成に関する研究 心理学研究, 1994, **65**, 54-60.
 - 39) Spangler, D. L., Simons, A. D., Monroe, S. M., & Thase, M. E. Evaluating the hopelessness model of depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 1993, **102**, 592-600.
 - 40) 高橋善博・高橋浩子 認知療法の技法に関する試論 駒沢社会学研究, 1994, **26**, 85-100.
 - 41) DeVellis, B. M., & Blaclok, S. J. Illness attribution and hopelessness depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 1992, **101**, 257-264.
 - 42) Ward, L. C., & Thomas, L. L. Interrelationships of locus of control content dimensions and hopelessness. *Journal of Consulting & Clinical Psychology*, 1985, **41**, 517-520.
 - 43) Weiner, B., & Litman-Adizes, T. An attributional, expectancy-value analysis of learned helplessness and depression. Garber, J., & Seligman, M. E. P. ed. *Human helplessness*. N. Y.: Academic Press, 1980.
 - 44) Whisman, M. A., & Kwon, P. Life stress and dysphoria: The role of self-esteem and hopelessness. *Journal of Personality & Social Psychology*, 1993, **65**, 1054-1060.
 - 45) Williams, J. M. G. *Psychological treatment of depression*. London: Croomhelm, 1983. (中村昭之監訳 抑うつ認知行動療法 誠信書房, 1993)
-