

楽観的帰属様式がネガティブな 側面への注目と抑うつ傾向に 及ぼす影響

沢 宮 容 子*

Effects of an Optimistic Attributional Style on Attention to Negative Aspects and Depressive Tendency

Yoko SAWAMIYA*

This study examined the relationship among an optimistic attributional style, attention to negative aspects, and depressive tendency, particularly an optimistic attributional style's effects on attention to negative aspects and depressive tendency. Ninety-seven university students participated in the survey. The results suggest the importance of considering attention to negative aspects in the transition of a pessimistic attributional style to an optimistic one because a weak optimistic attributional style defines attention to negative aspects, which, in turn, defines depressive tendency.

key words: optimistic attributional style, depressive tendencies, optimism

目 的

青年期は心理社会的および生物的变化が同時に起きることから、メンタルヘルスが損なわれやすく、「抑うつ傾向」を示す者も少なくない。これまでの研究から、「抑うつ傾向」および「ネガティブな側面への注目」はそれぞれ「楽観的帰属様式」と関連すること、また、「ネガティブな側面への注目」は「抑うつ傾向」と関連することが明らかになっている(Alloy, 1988)。しかし、これら三者が相互にどのように関連しているかについては、これまで検討されてこなかった。青年期にある大学生の抑うつ傾向を軽減させる効果的な方略を探る上で、これら三者の関連を検討することは有効であると考えられる。

本研究では、「楽観的帰属様式」、「ネガティブな側面への注目」、「抑うつ傾向」の三者の関連、特に「楽観的帰属様式」が「ネガティブな側面への注目」と「抑うつ傾向」に及ぼす影響について明らかにすることを目的とした。なお、ここでいう楽観的帰属様式とは、ポジティブな出来事を永続的、全体的、内的な原因に、ネガティブな出来事を

一時的、特異的、外的な原因に帰属させる様式を呼ぶ。

方 法

調査対象 大学生 97 名(男性 44 名, 女性 53 名)を対象とした。

質問紙の内容 質問紙には, GHQ (The General Health Questionnaire) 日本語版 (中川・大坊, 1985) に加え, フェースシートおよび次の 2 つの尺度を用いた。

1. **楽観的帰属様式尺度**(沢宮・田上, 1997): Seligman (1991) の作成した尺度を現代日本社会の実状に適合するように改変し, その信頼性と妥当性を検討した尺度である。①「負—(永続性+全体的性) 尺度」(6 項目), ②「負—内在性尺度」(8 項目), ③「正—(永続性+全体的性) 尺度」(9 項目) の 3 下位尺度から構成されている。①および②は尺度得点が低いほど, ③は尺度得点が高いほど, 楽観的な帰属様式をもつことを意味する。

2. **TST**: ネガティブな側面への注目を調べる指標としては, 被験者の自己記述をもとに自己観を総合的に捉える方法である TST (20 答法; Twenty Statements Test) を用いた。各回答について, 記述者自身がポジティブだと捉えた場合は P, ネガティブだと捉えた場合は N と記入し, いずれとも決められない場合は何も記入しないよう指示した。

手続き 質問紙法による調査を実施した。なお, TST とその他の質問紙は各々別の日に実施した。これは, TST の実施によって自己注目の程度が高められ, 楽観的帰属様式や抑うつ傾向に影響を与えることを避けるためである。

分析方法 先行研究から得られた知見をもとに, 以下のように観測変数および潜在変数を想定, 共分散構造分析の変数を設定した。なお本研究では, GHQ 日本語版のうち, 下位尺度である抑うつ傾向を測定する尺度のみ分析に用いた。(1) 楽観的帰属様式の 3 下位尺度の合計得点を観測変数とする潜在変数は, 「楽観的帰属様式の低さ」と名づけることができるもので, 「抑うつ傾向」を強めるうえで, また「ネガティブな側面への注目」の度合いを高めるうえで促進的な影響を与える。(2) TST の総反応数に占める「ネガティブな自己記述内容の反応数の割合」と「ポジティブな自己記述内容の反応数の割合」を観測変数とする潜在変数は, 「ネガティブな側面への注目」と名づけることができるもので, 「抑うつ傾向」を強める上で促進的な影響を与える。(3) 「自分は役に立たない人間だと考えたこと」、「自分に全く望みを失ったと感じたこと」などを観測変数とする潜在変数は, 「抑うつ傾向」と名づけることができる。上記(1)~(3)の潜在変数の関連性を検討し, 分析を行う基本的なモデルを以下のように設定した。

「抑うつ傾向」を規定する要因は「ネガティブな側面への注目」である。すなわち, 「ネガティブな側面への注目」は

* 立正大学心理学部
Faculty of Psychology, Ritssho University

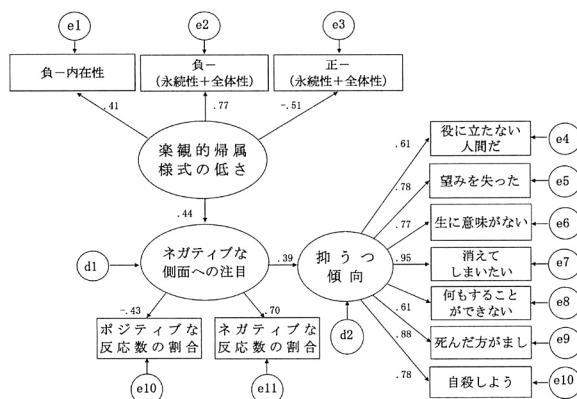


Figure 1 楽観的帰属様式の低さ、ネガティブな側面への注目、抑うつ傾向の因果モデル

「抑うつ傾向」と正の関連を示している。そして、「楽観的帰属様式の低さ」は、「ネガティブな側面への注目」と「抑うつ傾向」を促進する方向で影響を与えている。以上の仮説をパス図として表現し、まず妥当性の分析を行い、分析結果を考慮して、適合性の高いモデルを求めることとした。具体的には、設定された因果モデルに共分散構造分析を施すことによって、妥当性を確認し、概念間の因果係数によって、モデルの検証を行った。

結 果

最初に、「楽観的帰属様式の低さ」および「ネガティブな側面への注目」と「抑うつ傾向」に因果関係を想定し、「楽観的帰属様式の低さ」および「ネガティブな側面への注目」から「抑うつ傾向」へのパスが形成され、「楽観的帰属様式の低さ」が「ネガティブな側面への注目」を規定するモデルについて検討を行った（モデル A）。その結果、 $\chi^2(47) = 63.154, p = .058, GFI = .908, AGFI = .848, RMSEA = .060, AIC = 125.154$ という値が得られた。次にモデル A より、「楽観的帰属様式の低さ」から「抑うつ傾向」へのパスを除いたモデル B を設定し、分析を行ったところ、 $\chi^2(48) = 62.255, p = .081, GFI = .911, AGFI = .856, RMSEA = .056, AIC = 122.255$ という値が得られ、モデルとデータの適合度がより高いことが示された。結果は、Figure 1 に示したとおりである。モデル B の因果関係を詳しく検討すると、「楽観的帰属様式の低さ」から「ネガティブな側面への注目」への標準化因果係数は .44 であり、「楽観的帰属様式の低さ」は「ネガティブな側面への注目」の規定要因になっている。すなわち、楽観的帰属様式が低いほど、ネガティブな自己記述が多いことが明らかになった。また、「ネガティブな側面への注目」から「抑うつ傾向」への標準化因果係数は .39 であり、ネガティブな側面への注目の度合いが高い者は、抑うつ傾向に陥りやすいということが示された。

考 察

分析の結果、「楽観的帰属様式の低さ」から「抑うつ傾向」

向」へ直接影響を与えるというモデルより、「楽観的帰属様式の低さ」が「ネガティブな側面への注目」を規定し、その「ネガティブな側面への注目」が「抑うつ傾向」を規定するという形で影響を与えるというモデルのほうが、データへの適合性が高いことが示された。これは、楽観的帰属様式をもたない者は抑うつ傾向が高いという相関関係を、共分散構造分析によってより詳細に検討した結果、相関関係は認められても直接的な関連は生じないことを新たに立証したものであり、今後、楽観的帰属様式が抑うつ傾向に影響する因果関係を明らかにするうえで意義をもつと考えられる。

また、「楽観的帰属様式の低さ」が「ネガティブな側面への注目」を規定し、その「ネガティブな側面への注目」が「抑うつ傾向」を規定することから、大学生の抑うつ傾向を軽減させるにあたって、悲観的帰属様式から楽観的帰属様式へと変容する際には、併せて「ネガティブな側面への注目」を考慮することの重要性が示唆された。Teasdale (1985) は、抑うつ気分と認知の相互増強サイクルでは、ネガティブな記憶の活性化から始まり、やがてフィードバックループの形成に至ることを指摘している。本研究は、これらの知見とも重なる妥当な結果であると考えられる。

引用文献

- Alloy, L. Y. (Ed.) 1988 *Cognitive processes in depression*. New York: Guilford Press.
- 中川泰彬・大坊郁夫 1985 日本版 GHQ 精神健康調査票手引 日本文化科学社
- 沢宮容子・田上不二夫 1997 楽観的帰属様式尺度の作成 教育心理学研究, 45, 355-362.
- Seligman, M. E. P. 1991 *Learned optimism*. New York: A. A. Knopf.
- Teasdale, J. D. 1985 Psychological treatments for depression: How do they work? *Behavior Research and Therapy*, 23, 157-165.

(受稿：2009. 3. 6, 受理：2009. 3. 20)