

ネガティブな出来事に対する原因帰属、対処方法とホープレスネス

三宅幹子

福山大学人間文化学部心理学科

キーワード：原因帰属、対処方法、ホープレスネス

ホープレスネスとは、将来への否定的な期待 (negative expectancies about the future) のことであり (田中, 1999), 抑うつ生起の重要な原因と考えられている (Abramson, Seligman, & Teasdale, 1978)。また、抑うつ傾向の強い人には、特有の原因帰属スタイルのあることが知られており、改訂LH理論では、成功経験などの正の出来事の原因を外的、変動的、特殊的な要因に求める“正の抑うつ帰属スタイル”と、失敗経験などの負の出来事の原因を内的、安定的、全体的な原因に求める“負の抑うつ帰属スタイル”が指摘されている (桜井・桜井, 1992)。

このように、ポジティブ、あるいはネガティブな出来事に対してどのような原因帰属をしがちかという傾向と、個人の特性的要因との関連について、三宅 (印刷中) では、特性的自己効力感とホープレスネスを取り上げて検討した結果、ネガティブな出来事に対する原因帰属とホープレスネスとの相関関係の分析から、男性においてのみ、ホープレスネスの程度が高いほど、ネガティブな出来事を「担当教官」へ帰属する傾向が強いこと、および「努力」の不足には帰属しない傾向が示された。ネガティブな出来事を自分の力では統制することのできない「担当教官」に帰属する傾向も、また、逆に統制可能な「努力」には帰属しない傾向も、ともに、次回からの期待を低める可能性のある帰属傾向であるといえる。この点に関して本報告では、三宅 (印刷中) のデータについて、ホープレスネスの特に高い群、および低い群を抽出し、ネガティブな出来事に対する原因帰属において、両群がどのような特徴を持っているかを明らかにすることを目的とする。加えて、ネガティブな出来事に対する対処方法についても取り上げ、ホープレスネスの高群、低群間で、とらうとする対処行動にどのような相違があるかを明らかにし、これらの結果から、ネガティブな出来事に対する原因帰属や対処方法とホープレスネスとの関連について考察する。

方 法

調査参加者

地方私立大学大学生 236 名 (平均年齢は 20.1 歳) が調査に参加した。

調査の実施方法

無記名式の質問紙形式の調査を講義時間中に集団で実施した。調査は 2007 年の 2 月 (108 名に実施) と 2007 年の 10 月 (128 名に実施) に行い、所要時間は約 10 分間であった。

質問紙の構成

質問紙の構成は、ネガティブな出来事を説明する文章とその場面についての評定項目 (原因帰属、対処方法、出来事の重要性) からなる場面想定法 1 セット、および、Beck Hopelessness Scale 日本語版であった。それぞれ、以下ようになっていた。

ネガティブな出来事を説明する文章とその場面についての評定項目 大学生が日常生活において経験する可能性の高いネガティブな出来事として、重要なレポートに低い評価をつけられる場面 (Table 1 に示す) を文章で提示し、自分がこの場面に直面していることを想定しながら読み、その後続く原因帰属、対処方法、出来事の重要性のそれぞれの評定項目への評定を求めた。

原因帰属の評定項目 Hayamizu (1997), 荒木 (2000), 荒木・大橋 (2001) を参考に、「①能力が足りなか

った」、「②努力が足りなかった」、「③自分にとってはレポートの課題が難しかった」、「④運が悪かった」、「⑤レポートへの取り組み方が悪かった」、「⑥担当教官が悪かった」、「⑦レポートのテーマに対する興味がなかった」、「⑧体調が悪かった」、「⑨時間が足りなかった」、「⑩やる気がでなかった」の10項目を提示し、場面のようになった原因としてそれらの項目がそれぞれどの程度影響していると思うか、「非常に影響している(5)」から「全く影響していない(1)」までの5件法で評定を求めた。

対処方法の評定項目 Hayamizu (1997) を参考に、「①なにか、気晴らしになることをする」、「②次回のレポートが課されたら、レポートをしあげるのに、今回よりもっと努力することにする」、「③今後、このようなレポートが課される講義は、なるべく選択しないようにする」、「④次回のレポートにはどう取り組んだらいいか、対策を良く考える」、「⑤評価が低かった理由をはっきりさせようとする」、「⑥嫌なことなので、あまり深く考えないようにする」の6項目を提示し、「非常にそう思う(5)」から「全くそう思う(1)」までの5件法で評定を求めた。①、③、⑥は比較的消極的な対処方法であり、②、④、⑤は比較的積極的な対処方法である。

出来事の重要性の評定項目 提示した場面について、「どの程度深刻であると思いますか」との項目に、「非常にそう思う(5)」から「全くそう思わない(1)」までの5件法で評定を求めた。

Table 1 場面想定法で用いた、ネガティブな出来事を説明する文章

必修の授業の成績に影響する重要なレポートが返却された。自分のレポートの評価は低く“C”であった。まわりの友達は、ほとんど“A”であり、彼らの評価と比べてみても、自分のレポートの評価は、かなり低かった。

Beck Hopelessness Scale 日本語版 Beck, Weissman, Lester, & Trexler (1974) による Back Hopelessness Scale (BHS) の日本語版 20 項目。尺度項目は菅原 (2001) より引用した。「はい」と「いいえ」の2件法で評定を求め、ホープレスネスが高いほど高得点となるように集計した (尺度得点は1から20までを取りうる)。

結果と考察

各評定値は、厳密には順序尺度上の数値であるが、以下では、便宜的に間隔尺度上の数値とみなして分析を行う。また、調査参加者 236 名のうち、出来事の重要性の評定項目で「わりとそう思う(3)」以上に評定した 181 名 (男性 128 名、女性 53 名) のデータを抽出して、これ以降の分析の対象とした。

原因帰属の各項目評定値とホープレスネスとの間の相関関係について、男性と女性とでは異なる傾向がみられることが示されているため (三宅, 印刷中)、ここでも男女別に分析を行う。

男性におけるホープレスネス高群と低群の比較

ネガティブな出来事に対する原因帰属において 男性 128 名について、ホープレスネス尺度得点の高い方、低い方のそれぞれ両端から約 15% を抽出し、HL 高群 ($n=19$)、HL 低群 ($n=21$) とした。HL 高群の得点のレンジと平均値 (SD) は、順に、20-14, 15.8(1.6) であり、HL 低群では、順に、3-0, 1.9(1.1) であった。

HL 高群と HL 低群の帰属因ごとの評定値の平均値を Table 2 に示す。群間差について、平均値の検定 (t 検定) を行ったところ「担当教官」においてのみ有意な群間差がみられ (有意水準 $p<.05$)、HL 高群のほうがより強く「担当教官」に帰属していた。その他の要因についても、統計的に有意なほどではなかったが、平均値の数値をみると、「興味」「時間」への帰属は HL 高群のほうが高くなっている。一方、「努力」への帰属は HL 低群のほうが高くなっている。

Table 2 男性におけるHL群別にみた原因帰属の評定値の平均値 (SD)

		帰属因									
	<i>n</i>	①能力	②努力	③課題	④運	⑤方略	⑥担当教官	⑦興味	⑧体調	⑨時間	⑩やる気
HL 高群	19	3.4 (0.9)	3.8 (1.0)	3.0 (1.2)	2.5 (1.6)	3.9 (0.8)	3.0 (1.2)	4.0 (0.8)	2.3 (1.2)	3.1 (1.3)	3.6 (1.2)
HL 低群	21	3.4 (1.2)	4.2 (0.9)	2.9 (1.3)	2.1 (1.4)	4.1 (0.7)	2.2 (1.0)	3.5 (1.1)	2.0 (1.1)	2.5 (1.1)	3.6 (1.2)
群間差(<i>t</i> 検定)		0.17	1.48	0.23	0.70	0.78	2.19*	1.48	0.73	1.59	0.02

注. HL 高群の HL 得点のレンジと平均値(SD)は、順に、20-14, 15.8(1.6)であり、HL 低群では、順に、3-0, 1.9(1.1)であった。* $p < .05$

ネガティブな出来事に対する対処方法において 上述の HL 高群 ($n=19$), HL 低群 ($n=21$) について、対処方法の項目ごとの評定値の平均値を Table 3 に示す。群間差について、平均値の検定 (*t*検定)を行ったところ「もっと努力」、「理由をはっきり」においては有意な群間差が、「選択しない」においては、差の傾向がみられた。すなわち、「もっと努力」、「理由をはっきり」といった、問題焦点型の積極的な対処方法は HL 低群のほうがとらうとする傾向が強く、「選択しない」といった回避的、消極的な対処方法は HL 高群のほうがとらうとする傾向が強いといえる。また、平均値の数値をみると、HL 低群では、対処方法間である程度、評定値の変動がみられ、「もっと努力」、「対策」、「理由をはっきり」といった積極的な対処方法をとらうとする傾向が強く、「気晴らし」「選択しない」「考えない」といった、気分焦点型、あるいは回避的、消極的な対処方法をとらうとする傾向は比較的弱い。それに対して、HL 高群では、いずれの対処方法についても、評定値にほぼ大差なく、本研究で扱ったようなネガティブな出来事に対して、どのような対処方法をとるかについての明確な方向性を持っていないようにも見受けられる。

Table 3 男性におけるHL群別にみた対処方法の評定値の平均値 (SD)

		対処方法					
	<i>n</i>	①気晴らし	②もっと努力	③選択しない	④対策	⑤理由をはっきり	⑥考えない
HL 高群	19	2.7 (1.4)	3.1 (1.2)	2.8 (1.3)	3.2 (0.9)	2.8 (1.4)	2.8 (1.2)
HL 低群	21	3.3 (1.4)	4.0 (0.7)	2.2 (0.8)	3.7 (1.0)	3.6 (1.1)	2.5 (1.1)
群間差(<i>t</i> 検定)		1.24	3.07*	1.88†	1.67	2.08*	0.86

注. HL 高群の HL 得点のレンジと平均値(SD)は、順に、20-14, 15.8(1.6)であり、HL 低群では、順に、3-0, 1.9(1.1)であった。* $p < .05$, † $p < .10$

上記の結果を総合すると、男性におけるHL高群とHL低群との間には、原因帰属にも対処行動にも差異がみられた。HL高群の特徴をまとめると、原因帰属においては、より強く「担当教官」に帰属しており、「興味」「時間」への帰属も高い傾向がみられた。「担当教官」への帰属は、自分の力で統制できない要因であるという意味では、次回からの期待を低める可能性のある帰属傾向であるが、同時に、自己保護的な帰属傾向（自分に都合の良

いバイアス (self-serving bias) のうち、失敗に対する自己の責任を否定するバイアス) と解釈することもできる。こうした自己保護的なバイアスが、HL高群において、自己評価へのダメージを緩和するべく機能している可能性が考えられる。一方、「努力」への帰属は低く、統制可能な要因である「努力」への帰属が低いことに関しては、将来の期待を低める帰属傾向をもっていると解釈できる。対処方法に関しては、「もっと努力」、「理由をはっきり」といった、問題焦点型の積極的な対処方法は比較的とろうとしない傾向にあり、「選択しない」といった回避的、消極的な対処方法はとろうとする傾向が強かった。将来の期待を低める帰属傾向とこうした対処方法とが結びついていると考えられる。

女性におけるホープレスネス高群と低群の比較

ネガティブな出来事に対する原因帰属において 女性 53 名について、ホープレスネス尺度得点の高い方、低い方のそれぞれ両端から約 15・20%を抽出し、HL 高群 ($n=11$)、HL 低群 ($n=8$) とした。HL 高群の得点のレンジと平均値(SD)は、順に、19-14、16.4(1.8)であり、HL 低群では、順に、5-0、3.5(1.9)であった。

HL 高群と HL 低群の帰属因ごとの評定値の平均値を Table 4 に示す。群間差について、平均値の検定 (t 検定) を行ったが、データ数が少ないこともあり有意差のみられた項目はなかった。平均値の数値に群間で特に開きのあるものをみると、「能力」においては HL 高群が高く、「担当教官」においては HL 低群が高い傾向にある。

Table 4 女性におけるHL群別にみた原因帰属の評定値の平均値 (SD)

	n	帰属因									
		①能力	②努力	③課題	④運	⑤方略	⑥担当教官	⑦興味	⑧体調	⑨時間	⑩やる気
HL 高群	11	4.1 (1.2)	4.0 (1.1)	3.7 (1.2)	2.2 (1.2)	4.4 (0.6)	2.5 (1.2)	2.8 (0.7)	2.6 (1.1)	3.6 (0.9)	4.1 (1.1)
HL 低群	8	3.3 (1.4)	4.0 (0.5)	3.3 (0.7)	2.3 (1.2)	3.9 (1.1)	3.3 (1.2)	3.4 (0.9)	2.8 (1.1)	3.3 (1.0)	4.4 (0.7)

注. HL 高群の HL 得点のレンジと平均値(SD)は、順に、19-14、16.4(1.8)であり、HL 低群では、順に、5-0、3.5(1.9)であった。

ネガティブな出来事に対する対処方法において 上述の HL 高群 ($n=11$)、HL 低群 ($n=8$) について、対処方法の項目ごとの評定値の平均値を Table 5 に示す。群間差について、平均値の検定 (t 検定) を行ったが、データ数が少ないこともあり有意差のみられた項目はなかった。平均値の数値に群間で特に開きのあるものをみると、「理由をはっきり」においてのみ、HL 高群のほうが高い傾向にあった。

Table 5 女性におけるHL群別にみた対処方法の評定値の平均値 (SD)

	n	対処方法					
		①気晴らし	②もっと努力	③選択しない	④対策	⑤理由をはっきり	⑥考えない
HL 高群	11	3.6 (1.4)	4.2 (0.8)	2.5 (1.2)	3.7 (1.4)	3.5 (1.4)	2.4 (1.0)
HL 低群	8	3.5 (0.9)	4.1 (1.1)	2.3 (1.1)	3.4 (1.1)	2.8 (1.2)	2.4 (1.3)

注. HL 高群の HL 得点のレンジと平均値(SD)は、順に、19-14、16.4(1.8)であり、HL 低群では、順に、5-0、3.5(1.9)であった。

上記の結果を総合すると、女性における HL 高群と HL 低群との間には、原因帰属にも対処行動にも統計的に有意となるほどの差異は示されなかったが、HL 高群について、「能力」への帰属が比較的強い傾向、「担当教官」には比較的帰属しない傾向が示された。これは、ネガティブな結果（ここでは学業面での失敗）を自己内の要因に帰属しがちであり、自己の外部には帰属しにくい帰属傾向であるといえる。すなわち、女性の HL 高群が、“負の抑うつ的帰属スタイル（失敗経験などの負の出来事の原因を内的、安定的、全体的な原因に求める）”を持つことを示唆する結果である。また、対処方法において、「理由をはっきり」に関して高群のほうが高く評定する傾向にあったが、これは男性とは逆の結果であり、どのような意図を持ってこの方法をとろうとしているのかを明らかにすることは興味深い。さらに、男性においては、HL 高群と HL 低群の間にはっきりと対処方法の違いが表れたのに対し、女性においては、多くの項目で大差のない結果であった。これらの結果は、統計的な有意差は示されなかったものの、女性における HL 高群について興味深い示唆を与えるものであり、女性における HL 高群の特徴を確認するためにも、また、男女間の差について確認するためにも、女性に関して対象者を増やしてさらなる検討を進める必要がある。

引用文献

- Abramson, L. Y., Seligman, M. E. P., & Teasdale, L. D. (1978). Learned helplessness in humans: Critique and reformulation. *Journal of Abnormal Psychology*, 87, 49-74.
- 荒木由紀子 (2000). 原因帰属の多様性が学習性無力感に与える効果について 日本教育心理学会第 42 回総会発表論文集, 366.
- 荒木由紀子・大橋智樹 (2001). 中学生における学習性無力感と帰属因の多様性との関連性 日本心理学会第 65 回大会発表論文集, 647.
- Beck, A. T., Weissman, A., Lester, D., & Trexler, L. (1974). The measurement of pessimism: The hopelessness Scale. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 42, 861-865.
- Hayamizu, T. (1997). Between intrinsic and extrinsic motivation: Examination of reasons for academic study based on the theory of internalization. *Journal of Psychological Research*, 39, 98-108.
- 三宅幹子 (2000). 特性的自己効力感とネガティブな出来事に対する原因帰属および対処行動 性格心理学研究, 9, 1-10.
- 三宅幹子 (印刷中). ネガティブな出来事に対する原因帰属と特性的自己効力感およびホープレスネスとの関係 福山大学人間文化学部紀要, 8.
- 成田健一・下仲順子・中里克治・河合千恵子・佐藤眞一・長田由紀子 (1995). 特性的自己効力感尺度の検討—生涯発達の利用の可能性を探る— 教育心理学研究, 43, 306-314.
- 桜井茂男・桜井登世子 (1992). 大学生における絶望感および抑うつ傾向と原因帰属様式の関係 奈良教育大学教育研究所紀要, 28, 103-108.
- 菅原ますみ (2001). ベック絶望感尺度 堀 洋道 (監修)・松井 豊 (編) 心理測定尺度集Ⅲ サイエンス社, pp.159-163.
- 田中江里子 (1999). ホープレスネスと抑うつとの関連について 日本心理学会第63回大会発表論文集, 733.

謝辞 本研究は平成 19 年度科学研究費補助金（課題番号 17730416）の助成を受けて行った。

Relation of Causal Attribution and Coping Strategy for a Negative Event to Hopelessness

Motoko MIYAKE

This paper examined the relation between causal attribution of a negative event and hopelessness, and the relation between coping strategy to a negative event and hopelessness. Two hundred and thirty-six undergraduates were asked to imagine themselves being faced with a negative event and to rate the likelihood of ten probable causes for it and how likely they would adopt each of six coping behaviors. In male students, comparison between high hopelessness group(HHL) and low hopelessness group(LHL) showed that HHL seemed not to attribute a negative event to effort and have self-serving bias. For female students, it seemed that HHL attribute a negative event to ability and not to teacher. It suggests that female HHL have a depressive attributional inclination. Further investigation is needed especially for female.

[Key words: causal attribution, coping strategy, hopelessness]