

対人場面における認知的方略の違いと抑うつに関連

HP25-0001C 山本由佳

問題・目的

一般的に、楽観的であることは良いことであり、悲観的であるのは悪いことだと考えられています。しかし、Norem & Cantor (1986)は将来について悪い方向へ考えることで成功している適応的な悲観主義者の存在を見出しました。Norem & Cantor (1986)は過去の経験をポジティブに認知しているかネガティブに認知しているかに加え、将来への期待が高いか低いかによって、4つの認知的方略に分類しました。その認知的方略とは、方略的楽観主義（過去○・将来○）、防衛的悲観主義（過去○・将来×）、一般的悲観主義（過去×、将来×）、非現実的楽観主義（過去×、将来○）です。先行研究により、学業場面において適応的な認知的方略は明らかにされていますが、対人場面において適応的な認知的方略はまだ明らかにされていません。よって、本研究では対人場面における認知的方略と抑うつの関連について検討しました。研究Ⅰでは対人場面において認知的方略を分類する質問項目を新たに作成し、作成した質問項目の信頼性と妥当性を検討しました。研究Ⅱでは研究Ⅰで作成した質問項目を用いて調査参加者を4つの認知的方略に分類し、認知的方略の違いが抑うつに与える影響について検討しました。

方法

研究Ⅰ・Ⅱのどちらも質問紙による調査を行いました。研究Ⅰの調査対象となったのは大学生104名（男性27名、女性76名、不明1名）でした。質問紙の構成は、光浪（2010）の質問項目をもとにして新たに作成した“対人場面における過去認知と将来期待に関する質問項目”、清水・今村（1981）が作成した“特性不安尺度”、加藤（2000）が作成した“対人ストレスコーピング尺度”、中村（2000）が作成した“楽観主義尺度”でした。

研究Ⅱの調査対象となったのは大学生197名（男性61名、女性135名、不明1名）でした。質問紙の構成は、本研究の研究Ⅰで作成した“対人場面における過去認知と将来期待に関する質問項目”、清水・今村（1981）が作成した“特性不安尺度”、島・鹿野他（1985）が作成した“日本語版 CES-D Scale”でした。

結果・考察

研究Ⅰの結果から、本研究で作成した質問項目は十分な信頼性と妥当性があることが確認できました。研究Ⅱにおいて、対人場面における認知的方略の違いが抑うつに与える影響を検討した結果、対人場面においては将来期待の高い方略的楽観主義と非現実的楽観主義が適応的であることが明らかになりました。また、特性とは合わない認知的方略を採用すると抑うつが高くなることが示されました。