様式Ｃ－１９

科学研究費助成事業（科学研究費補助金）研究成果報告書

平成 24 年　5 月　21 日現在

機関番号：１３３０１
研究種目：若手研究（Ｂ）
研究期間：2007～2011
課題番号：19730426
研究課題名（和文）　防衛的悲観主義のメカニズムの解明とその臨床的応用

研究課題名（英文）　Elucidation of defensive pessimism mechanisms and the clinical application.

研究代表者
荒木　友希子（ARAKI YUKIKO）
金沢大学・人間科学系・准教授
研究者番号：30334741

研究成果の概要（和文）：防衛的悲観主義者は，学業達成場面において高い成績をおさめることから適応的であると考えられている。しかし，対人場面やスポーツ場面といった別の異なる領域について検討は十分におこなわれていない。そこで本研究では，学業達成場面を対象とした JDPI（荒木，2008）と同じ因子構造を目指し，スピーチ，友人関係および健康に関する各場面における項目を作成して調査をおこなった。その結果，JDPI と同様の４因子構造となったのはスピーチ場面であることが明らかとなった。

研究成果の概要（英文）：Defensive pessimists are considered to be adaptive because of their high academic performances. However, there are few studies about social and sport situations. The purposes were to investigate the defensive pessimism about situations of speech, social and health. A factor analysis about speech situation revealed a four-factor solution, which is consistent with JDPI (Araki,2008).

交付決定額

（金額単位：円）

	直接経費	間接経費	合　計
2007 年度	0	0	0
2008 年度	600,000	180,000	780,000
2009 年度	400,000	120,000	520,000
2010 年度	1,000,000	300,000	1,300,000
2011 年度	600,000	180,000	780,000
総　計	2,600,000	780,000	3,380,000

研究分野：健康心理学
科研費の分科・細目：心理学・臨床心理学
キーワード：防衛的悲観主義，認知的対処方略，学業達成場面

１．研究開始当初の背景

ストレスと心理的要因に関する一連の研究のなかで，Norem & Cantor(1986)は学業達成場面において以下の特徴を持つ学生の存在を指摘し，防衛的悲観主義(Defensive Pessimism)の概念を提唱した．

(1) 過去の学業成績が優れているにもかかわらず，常に非現実的に低い期待しか持たない．

(2) 失敗や最悪の事態を想定してあれこれ考え込み，不安が非常に高い．

(3) その一方で優れた成績を維持している．

この防衛的悲観主義という概念は，失敗によって自尊心が傷つくのを防衛するためのセルフハンディキャップ的な認知的方略として説明される（Norem,2001）．いわゆるセルフハンディキャップ方略を用いる場合，失敗を回避するために意図的に努力を差し控える．しかし，防衛的悲観主義方略の場合は努力を放棄するのではなく，むしろ高い不安

を動因として努力を動機づけている．また，高い不安によって成績が妨害されるテスト不安と異なり，実際に望ましい結果（良い成績）を得ている．すなわち，防衛的悲観主義者は，本来の悲観主義者のようにやる気をなくして活動水準が低下しているのではなく，むしろ高い不安に駆り立てられてより一層努力し，優れた成績を修める．これまでは悲観的思考は精神的健康に対して否定的な影響を与えるものとして認識されていた．たとえば，学習性無力感に関する研究では，楽観主義が抑うつに陥る予防策として有効であり，精神的健康を促進させるという見解が得られている（Seligman, 1991)。しかし,Norem はこの防衛的悲観主義を肯定的なものとして捉えている点で非常に興味深い.「精神的健康を維持するためには，悪いことばかり考えるネガティブ思考よりもポジティブ思考の方がよい」という画一的な認識が必ずしも当てはまらないことを示唆する.
防衛的悲観主義に関する研究から得られた知見は，多様な個性の存在を示し，個人の適性にあわせた教育や指導が必要であることを明らかにする．生徒や学生の精神的健康の維持をめざす健康心理学や教育心理学だけではなく，本来の悲観主義から派生する重篤なうつ病との関係についても検討できるという観点から臨床心理学においても意義は高い.

防衛的悲観主義という方略の採用は，領域に特化しており，ある人はある状況では防衛的悲観主義を，別の状況では異なった方略をそれぞれ用いていると考えることができる．領域としては，学業達成，対人，レクレーション，運動競技，健康に関わる場面が指摘されている．米国では様々な領域に関する研究が行われている．しかし，「学業達成場面」以外の場面に関する防衛的悲観主義の研究は日本ではまだ行われていない．以上のことから本研究を着想するに至った.

２．研究の目的

日本人を対象に対人場面やスポーツ場面といった別の異なる領域について防衛的悲観主義に関する検討をおこない，日本人における防衛的悲観主義のメカニズムを総合的に解明する必要がある．そこで本研究では，これまで蓄積してきた「学業達成場面」に関する研究成果をさらに発展させ，「学業達成場面」以外のさまざまな領域における防衛的悲観主義の特徴やメカニズムを明らかにすることを目的とした.

本研究の研究期間内の目標は，以下の６点を達成することであった.

(1) 日本人大学生を対象に「対人場面」および「スポーツ場面」における防衛的悲観主義の程度を測定する尺度を開発する
(2) 上記の２つの尺度に関する信頼性・妥当性を調査および実験的手法によって確認する
(3) 「学業達成場面」,「対人場面」,「スポーツ場面」の各場面における防衛的悲観主義の関連性および差異について検討し，防衛的悲観主義のメカニズムを総合的に解明する
(4) 防衛的悲観主義という認知的対処方略が長期的な精神的健康に与える影響を検討する
(5) 防衛的悲観主義者が適応的に従事することが可能な職種を明らかにする
(6) 防衛的悲観主義という構成概念を臨床的に応用する

３．研究の方法

日本人大学生における防衛的悲観主義のメカニズムや因果関係について明らかにするため，以下の手法を用いた。

第一に,「対人場面」および「スポーツ場面」における防衛的悲観主義の程度を測定する尺度を作成するため，予備調査として項目の選定作業を行った。

第二に，選定された項目について調査を実施し，統計的手法を用いて最終的な項目を決定する．そして作成された尺度の妥当性および信頼性について検討した。

第三に，作成された尺度の構成概念妥当性を検討するため，作成された「対人場面」および「スポーツ場面」における尺度とともに,「学業達成場面」における尺度(JPDI;荒木, 2005)，および，その他の心理的要因を査定する既存の尺度をあわせて調査を実施した.

以上の手続きを採用することによって，場面ごとに防衛的悲観主義の程度を査定し，場面間の相関関係や他の心理的要因との関係について検討をおこなった.

また，得られたデータの分析については，統計パッケージ SPSS14.0 および AMOS5.0 を用いて多変量解析や共分散構造分析，分散分析を実施し，より統合的かつ詳細な分析を行った。

４．研究成果

(1) 本研究課題の軸となる防衛的悲観主義尺度に関して，その妥当性および信頼性を向上させる研究を実行した。具体的には，防衛的悲観主義尺度を用いて実施した調査研究および実験研究から得られたデータに関して，統計パッケージ SPSS14.0 および AMOS5.0 を用いてより統合的かつ詳細な分析を行った。防衛的悲観主義尺度を開発し，その信頼性および妥当性を検討した結果を査読付き学術論文として投稿し，学術雑誌「心理学研究」に「日本人大学生を対象とした学業達成場面における防衛的悲観主義の検討」というタイトルで論文が掲載された。

この論文では，日本人大学生を対象に，学業達成場面における防衛的悲観主義について，真の悲観主義者と防衛的悲観主義者を弁別する尺度(JDPI)を作成した結果を公表した。研究１では695名の大学生を対象に調査を実施した。因子分析の結果，JDPI は24項目，4 因子構造（悲観，過去の成績，肯定的熟考，努力）となった。研究２では695名の大学生を対象に，JDPI ，テスト対処方略尺度，および，状態-特性不安尺度について回答してもらった。その結果，JDPI の高い内的一貫性および再検査信頼性が認められた。防衛的悲観主義者および方略的楽観主義者は，真の悲観主義者に比べ，積極的方略をより多く，回避的方略をより少なく採用していた。また，防衛的悲観主義者および真の悲観主義者は，方略的楽観主義者と比べ，楽観的思考方略をより少なく採用しており，状態不安の程度はより高かった。これらの結果から JDPI の高い構成概念妥当性が確認された。

(2)荒木(2008)の作成した学業達成場面の防衛的悲観主義尺度（JDPI）を用いて，全回答者を JDPI の下位尺度の組み合わせによって認知的対処方略の異なるパターンに分類し，そしてそれらの認知的対処方略のパターンの違いによって帰属スタイルに差があるかどうかについて検討した。日本人大学生 220 名を対象に調査を実施し，JDPI と併せて，成田・佐藤（2005）の領域別帰属スタイル尺度について回答してもらった。得られたデータに関して，統計パッケージ SPSS14.0 および AMOS5.0 を用いてより統合的かつ詳細な分析を行った。その結果，JDPI の因子構造は荒木（2008）の結果と同じ 4 因子構造となった。また全回答者に対してグループ内平均連結法によるクラスタ分析をおこなった結果，JDPI の下位尺度の組み合わせによって認知的対処方略の異なるパターンが３つ抽出され，荒木(2008)における下位尺度得点の組み合わせと一致した。これらの結果から，JDPI の高い内的一貫性および再検査信頼性が認められた。また，方略的楽観主義者および真の悲観主義者群は失敗の原因をより内的に帰属する傾向がうかがえた。本研究で用いた領域別帰属スタイル尺度では，ネガティブな原因帰属についての帰属スタイルのみ査定されたことから，今後は成功などポジティブな出来事の原因帰属過程についても検討する必要がある。

この研究結果については，北陸心理学会第44回大会において「防衛的悲観主義者の帰属スタイルに関する検討」という題目で口頭発表をおこなって報告し，北陸心理学会第 44 回大会発表論文集の 35～36 頁において発表論文が掲載された。

(3)日本人大学生を対象に学業達成場面以外の諸場面における防衛的悲観主義を査定する尺度の作成をおこない，日本人における防衛的悲観主義のメカニズムを解明する知見を蓄積した。学業達成場面に限定して防衛的悲観主義の程度を査定する JDPI と同じ因子構造を目指し，スピーチ，友人関係および健康に関する各場面における防衛的悲観主義を査定する項目を収集して調査をおこなった結果，JDPI と同様の４因子構造となったのはスピーチ場面のみであった。本研究で収集した項目では，友人関係および健康に関する防衛的悲観主義の程度を査定できる尺度は作成することができなかった。今後，友人関係および健康に関する場面について過去の成功経験が多いと思われる調査協力者を対象に再度検討する必要がある。スピーチ場面に関しては学業達成場面と同様の４因子構造であることが明らかとなった。学業達成場面とスピーチ場面との関連性や独立性について今後検討をおこなっていく必要がある。

この研究結果については，金沢工業大学で開催された北陸心理学会第 44 回大会において「対人場面における防衛的悲観主義に関する検討」という題目で口頭発表をおこなって報告し，北陸心理学会第 45 回大会発表論文集の 12～13 頁において発表論文が掲載された。また，昨年度実施した研究の成果については，台湾の台北で開催された第４回アジア健康心理学会において「Examination of the relationship between defensive pessimism and causal attribution in Japanese undergraduate students.」という題目でポスター発表をおこなって報告した。

(4) 日本人大学生を対象に学業達成場面における防衛的悲観主義を査定する尺度を用いて実験および調査研究を実施し，日本人における防衛的悲観主義のメカニズムを解明する知見を蓄積した。具体的には、Norem & Illingworth(1993)と同様の手続きを採用して集団形式で実験をおこない、防衛的悲観主義の実験パラダイムの妥当性について検討をおこなった。国立大学に所属する大学生 195 名を対象に、荒木(2008)の作成した防衛的悲観主義尺度、防衛的悲観主義の受容度、多次元的完全主義認知尺度、状態不安尺度、PANAS への回答をした後、対処方略の操作をおこない、算数問題を実施した。方略的楽観主義群および防衛的悲観主義群における算数課題の遂行成績について分散分析をおこなった結果、有意な主効果や交互作用はいずれもみられなかった。Norem & Illingworth (1993)の追試は失敗したことから、防衛的悲観主義の実験パラダイムにおいて採用されている算数問題は認知的対処方略を扱う課題としては不適当である可能性が示唆された。防衛的悲観主義という認知的対処方略を発揮できるような実験課題を開発することが今後必要である。また、防衛的悲観主義群

は、方略的楽観主義群と比べると、状態不安が高いこと、ネガティブ感情が強いこと、ポジティブ感情が弱いことが示された。
この研究結果については，富山大学で開催された北陸心理学会第46回大会において「集団実験による防衛的悲観主義の検討」という題目で口頭発表をおこなって報告し，北陸心理学会第46回大会発表論文集の20～21頁において発表論文が掲載された。また，実験研究の成果については，「学習性無力感パラダイムを用いた防衛的悲観主義に関する実験的検討」という表題で健康心理学研究という学術雑誌に掲載される予定である。

５．主な発表論文等
（研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線）

〔雑誌論文〕（計3件）
① 荒木友希子　2012　学習性無力感パラダイムを用いた防衛的悲観主義に関する実験的検討　健康心理学研究，査読有，25，in press.
② 荒木友希子　2011 集団実験による防衛的悲観主義の検討　北陸心理学会第 46 回大会発表論文集，査読無,20-21.
DOI:http://www.arakilab.info/research/activity04
③ 荒木友希子　2008 日本人大学生を対象とした学業達成場面における防衛的悲観主義の検討　心理学研究，査読有，79，9-17.
DOI:http://dx.doi.org/10.4992/jjpsy.79.9

〔学会発表〕（計4件）
① 荒木友希子　集団実験による防衛的悲観主義の検討　北陸心理学会第46回大会　2011年11月12日　富山大学（富山県）
② 荒木友希子　対人場面における防衛的悲観主義に関する検討　北陸心理学会第45回大会　2010年11月27日　金沢工業大学（石川県）
③ Araki,Y.　Examination of the relationship between defensive pessimism and causal attribution in Japanese undergraduate students. Abstracts of the International Congress of 4th Asian Congress of Health Psychology, 2010.8.30, Howard International Hotel Taipei (Taiwan)
④ 荒木友希子　防衛的悲観主義者の帰属スタイルに関する検討　北陸心理学会第44回大会　2009年11月14日　金沢大学（石川県）

〔図書〕（計2件）
① 荒木友希子　金子書房　自己心理学 3 健康心理学･臨床心理学へのアプローチ 塩崎万里・岡田努（編）　2009年　（分担執筆「第8章　青年期における悲観・楽観主義」，p.135-151.）
② 荒木友希子　ナカニシヤ出版　心・理・学　松川順子（編）　2009年　（分担執筆「第11章　燃え尽き症候群と学習性無力感―臨床心理学」，p.182-194.）

〔その他〕
ホームページ等
http://www.arakilab.info/research/activity04

６．研究組織
(1)研究代表者
荒木　友希子（ARAKI YUKIKO）
金沢大学・人間科学系・准教授
研究者番号：30334741

(2)研究分担者

該当なし

(3)連携研究者

該当なし