

A Review of Causal Attribution.

メタデータ	言語: jpn 出版者: 公開日: 2017-10-03 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: メールアドレス: 所属:
URL	http://hdl.handle.net/2297/7568

原因帰属に関する研究の諸問題

地域社会環境学専攻

荒木 友希子

A Review of Causal Attribution.

Yukiko ARAKI

ABSTRACT

Researchs on causal attribution were reviewed from various points of view for the integration and application of knowledge accumulated in some areas of psychology. First, the implications of causal attribution on depression were reviewed. Based on the reformulated learned helplessness theory (Abramson et al., 1978), depressive individuals tend to attribute causes of negative events to internal, stable, and global factors, and causes of positive events to external, unstable, and specific factors. But the latter is only found among Japanese depressive individuals. Second, the cultural difference in causal attribution was focused on self-esteem and concepts of effort. While Euro-Americans have self-enhancing attributional tendencies, Japanese have self-critical attributional tendencies. Third, the relationship between causal attribution, depression, and coping strategies was discussed. Some studies report the relation of emotion-focused coping strategies and depression. Finally, causal attribution peculiar to juvenile delinquents was reviewed. They tend to have traits of helplessness but have optimistic thoughts about the future due to their discontinuity of time perspective. As a result, it was suggested that research on causal attribution should consider the interaction between social-cultural factors and personal cognitive processes such as self-esteem and coping strategies, and that causal attribution of state should be separated from that of trait.

KEY WORDS

causal attribution, depression, cross-culture, coping strategies, self-esteem

はじめに

我々は、日常生活で何らかの出来事が起こったとき、その出来事がなぜ起こったのだろうかと考え、その結果に影響を受けることがある。たとえば、重要な発表会で大きなミスを犯してしまったとき、ある人は、失敗の原因は自分の無能さにあると考え、落ち込んで自信をなくし、次の発表会の参加を断ってしまうかもしれない。また、ある人は、失敗したのはたまたま今回運が悪かったからであると考え、次の発表会で名誉挽回しようと張り切って準備するかもしれない。

このように、個人が出来事の原因について解釈

する心理的過程を原因帰属 (causal attribution) という。この過程は、個人の感情や行動に多大な影響を及ぼすものとして、心理学のさまざまな分野で研究対象となっており、膨大な数の研究が行われている。原因帰属の仕方にはさまざまなタイプが区別されるが、こうした原因帰属の多様な現れ方は現在どのように理解され、説明されているのだろうか。臨床心理学、教育心理学、比較文化心理学、発達心理学、社会心理学といった幅広い領域において原因帰属に関する貴重な知見が数多く得られているが、その研究のアプローチが多様であることから、研究成果の統一的な理解が困難になっているように思われる。

そこで、本稿では、多角的に原因帰属に関する研究の成果を取り上げ、それぞれの領域で蓄積されてきた知見を統合し、それらの知見の現実場面への適用可能性について考察する。まず、第1節では、原因帰属の概念を導入し、抑うつや無気力感の発生機序を説明した改訂学習性無力感理論について展望する。この理論は、そもそも動物の実験心理学を発端としているものである。また、抑うつや無気力感といった臨床心理学で扱っていた現象について、原因帰属という自己過程を扱う社会心理学における実証的アプローチによってさまざまな研究が行われており、臨床場面や教育場面への適用が進められている。第2節以降では、改訂学習性無力感理論を中心に原因帰属に関して現在議論されている問題点、および、その問題に関して各領域で得られている知見をまとめ、これらの知見が個人の不適応状態の改善や精神的健康の維持に対してどのように役立つのか、考察する。

第1節 抑うつ的な人に特徴的な原因帰属

(1) 学習性無力感

セリグマンらは、同じ失敗経験をしなくても抑うつ的な人とならない人がいることから、原因帰属の概念を用いてこの個人差を説明した(Abramson, Seligman, & Teasdale, 1978)。彼らの提示した改訂学習性無力感(Learned Helplessness ; LH)理論によると、抑うつ的な人には特徴的な原因帰属過程があり、抑うつ的な人とそうでない人の原因帰属過程には大きな違いが存在するという。抑うつになるかならないかは、統制不可能な出来事の原因をどのように考えるか、つまり、「なぜ状況をコントロールできないのか」というコントロール不可能性に対する原因帰属の仕方によって異なるとされている。統制不可能な出来事について、自分自身に原因があり(内的)、その原因は時間的経過からみて永続的にいつまでもあり続ける固定的なものであり(安定的)、また、その原因はどのような出来事についても共通

して起こりうる一般的なものである(全体的)と考えた場合、将来も統制不可能な出来事が起こると予測し、抑うつに陥りやすい。また、このような帰属を行う傾向は、個人のパーソナリティ特性である帰属スタイルとして考えられている(Metalsky, Abramson, Seligman, Semmel, & Peterson, 1982)。彼らは、失敗などのネガティブな出来事の原因を内的(自分のせい)・安定的(いつも起こる)・全体的(どんな場面でも起こる)に帰属しやすく、成功などのポジティブな出来事の原因を外的(自分のせいではない)・不安定的(この時だけ)・特殊的(この場面だけ)に帰属しやすい人の帰属スタイルは抑うつ的素質と呼べるものであり、この抑うつ的帰属スタイルを持った人がストレスを経験することによって抑うつに陥ると説明した。

このような臨床心理学的アプローチによる原因帰属の実証的研究は、うつ病という精神疾患および無気力感や抑うつなどの不適応状態の予防や治療に有益な知見を示唆している。たとえば、Metalsky, Joiner, Hardin, & Abramson (1993)やRalph & Mineka (1998)は、帰属スタイルやセルフエスティーム(self esteem)が失敗経験後の抑うつや不快感にどのように影響するか検討した。その結果、ネガティブな出来事を安定的かつ全体的な原因に帰属するという悲観的な帰属スタイルを持つ人もセルフエスティームが高ければ、失敗に直面しても抑うつに陥らず、また、悲観的な帰属スタイルを持っていなくてもセルフエスティームが低ければ、失敗に直面しても抑うつに陥らないことを明らかにしている。ネガティブな出来事を不安定的かつ特殊的な原因に帰属するという楽観的な帰属スタイルは抑うつを予防するといえる。Needles & Abramson (1990)は、抑うつ発症には、友人の死や仕事の解雇といったネガティブなライフイベントの経験が関与するが、抑うつ治療には、おいしい食事や散歩といったポジティブな出来事を経験すること、および、ポジティブな出来事の原因を安定的かつ全体的に帰属することが重要であると述べている。また、バックの認知

療法 (Beck, Rush, Shaw, & Emery, 1979) は、うつ病の治療に有効な心理療法として一般的に普及しているものである。この治療は、うつ病患者に特有の帰属スタイルに対して働きかけ、無力感をもたらす認知や考え方に患者自身が気づくのを援助することから、セリグマンらの理論を応用したものであるといえる (Antaki & Brewin, 1982)。

(2) 抑うつ的な原因帰属に関係する要因

これまで述べてきたように、セリグマンらは、LH 研究に原因帰属の概念を取り入れることによって、抑うつや無気力感にみられる個人差を説明しようと試みた。しかし、その個人差をもたらす個人内要因は、原因帰属過程だけでは説明しきれなくなっている。近年、原因帰属過程は、セルフエスティーム、対処、コンピテンス、自己効力感といった認知的要因、および、個人の背景となる社会文化的要因などとの関係についても検討されるようになってきた。

セリグマンらの改訂 LH 理論では、失敗などのネガティブな出来事の原因を内的・安定的・全体的に帰属し、また、成功などのポジティブな出来事の原因を外的・不安定的・特殊的に帰属する傾向がある人に特徴的にみられる帰属スタイルは、抑うつと関連があるとされている。欧米では、ネガティブ、ポジティブの両方の帰属スタイルが抑うつにつながるという研究結果がおおむね得られている。我が国においても、質問紙を用いて抑うつと原因帰属との関係を検討する LH 研究は数多く行われている。しかし、我が国での研究結果の多く (小島, 1983; 桜井, 1989; 坂本・鎌原, 1995) は、ポジティブな出来事における帰属スタイルが抑うつと関係しているというものであり、ネガティブな場面では抑うつと帰属スタイルとの関係はほとんど見出されていない。このように、現状では LH 研究に関して日米間で異なった結果が得られている。大芦・平井 (1992) は、我が国で LH の帰属理論に関する研究を行う際には、原因帰属という過程に何らかの文化差が存する可能性を考慮すべきであると指摘している。

次節から、原因帰属過程に影響を及ぼすいくつかの要因に関して、臨床心理学以外の観点から詳しく考察する。

第2節 日米間でみられる原因帰属の相違点

(1) セルフエスティームと原因帰属

第2節では、比較文化的心理学の観点から原因帰属について論じるが、その前にまず、原因帰属の概念と密接に関わっている「セルフエスティーム」と「自己高揚的帰属」について明らかにしておきたい。

我々は日常生活のさまざまな場面において、他者と関わり合いながら、自分自身の能力や性格について評価している。しかし、多くの場合、現実の自己を客観的に正確に知覚し、自己を評価しているわけではない。セルフエスティーム (self-esteem) とは、自己評価や自尊感情とも訳され、人が持っている自尊心 (self-respect)、自己受容 (self-acceptance) などを含め、自分自身についての感じ方を指している (遠藤, 1992)。これは、人格特性に類似した、比較的固定的で安定した個人的特徴であると考えられている。

蘭 (1992) によれば、セルフエスティームは、人が自分自身の行動や結果についてどのような帰属を行うかによっても大きく影響される。自分自身の行動について、人は自己のセルフエスティームを維持し、高揚するような帰属を行う傾向があり、これをセルフサービング・バイアス (self-serving attribution bias) という (Bradley, 1978)。具体的には、自己高揚的帰属 (self-enhancing attribution)、および、自己防衛的帰属 (self-protective attribution) の2種類の帰属からなる。自己高揚的帰属とは、成功など望ましい結果を能力や努力といった自分自身の内的なものに帰属することである。この帰属によって、人は成功したときには自分の能力をより高く評価でき、セルフエスティームを高め、また、好ましい自己イメージや他者からの信用を得ることができる。一方、自己防衛的

帰属とは、失敗など望ましくない結果を他人や運といった自分以外の外的なものに帰属することである。この帰属によって、人は失敗したときにその原因を回避することができ、セルフエスティームが傷つくのを未然に防ぎ、セルフエスティームを維持させることができる。

(2) 米国の自己高揚と日本の自己批判

北山・高木・松本(1995)は、原因帰属に関する実証的研究を概観した展望論文の中で、欧米では成功時における自己高揚の帰属が非常に強く認められること、また、日本ではこの自己高揚的帰属傾向はみられないばかりかむしろ逆の傾向、すなわち、自己批判・卑下的帰属が顕著にみられることを主張している。自己批判・卑下的帰属傾向とは、成功の原因を運や課題の容易さといった外的なものに帰属し、失敗の原因を能力といった内的なものに帰属する傾向のことである。このような帰属はセルフエスティームを低下させると考えられる。北山らの主張を支持する代表的な研究として、Kashima & Triandis (1986)の研究があげられる。彼らは、日米の大学生を対象に、日本人学生は失敗場面での能力への帰属がより多く、自己批判的帰属傾向がみられ、一方、アメリカ人学生は成功場面での能力への帰属がより多く、自己高揚的帰属傾向がみられたことを確認した。

このように日米間で帰属傾向に違いが生じる原因について、北山らは一連の比較文化的研究の結果(Markus & Kitayama, 1991; 北山・唐澤, 1995; Kitayama, Markus, Matsumoto, & Norasakkunkit, 1997)から、個人の原因帰属過程には、認知、感情、動機づけといった個人内の心理的プロセス、および、社会、歴史、文化といった集合的プロセスが複合的に深く関わっていることを示唆している。

Kitayama et al. (1997)は、日本と米国の両国においてそれぞれ考えられる成功場面と失敗場面を400場面抽出し、各場面でセルフエスティームがどのように評価されるか検討した。その結果、アメリカ人学生と比較し、日本人学生は、成功場

面においてセルフエスティームが高まる程度よりも、失敗場面においてセルフエスティームが低下する程度の方がはるかに大きく、自己批判的帰属が認められた。また、各場面が抽出された国ごとに分析した結果、米国で抽出された成功場面では、両国ともにセルフエスティームは高く、自己高揚的帰属がみられた。一方、日本で抽出された失敗場面では、両国ともにセルフエスティームは低く、日本の方が程度は強いものの両国ともに自己批判的帰属がみられた。すなわち、米国において成功と見なされる場面は自己高揚的帰属を誘発しやすく、日本人でも自己批判的帰属は弱められていた。同様に、日本において失敗と見なされる場面は自己批判的帰属を誘発しやすく、アメリカ人でも自己高揚的帰属は弱められていた。

セルフエスティームと自己観に関する研究では、アメリカ人は現実(他人、環境)に影響を及ぼすことによって自分の価値を高め、日本人は現実に適応し、満足感や良さを最大限に評価することによって自分の価値を高める傾向が認められている(Weise, Rothbaum, & Blackburn, 1984)。Markus & Kitayama (1991)は、日米間では自己観の性質が異なっていると主張した。彼らによれば、米国などの西洋文化で優勢な相互独立的自己観によれば、自己は他者や周囲のものとは切り離された存在である。自己は、周りのものとは独立しており、自分の中にあるさまざまな属性(たとえば、能力や才能)を確認することによって定義される。そのため、欧米文化の中で育った人は、自分の属性を発見し、実現していくよう動機づけられており、みずからのセルフエスティームを維持し、高めるため、成功を内的属性に帰属させるような自己高揚的帰属を発達させている。一方、日本などの東洋文化で優勢な相互協調的自己観によれば、自己は他者や周囲のものとは結びつき、社会的ユニットの構成要素となる存在である。自己は、周りの人間関係や社会的関係の中で定義される。そのため、東洋文化の中で育った人は、社会的関係の中へ自己をはめ込んでいくよう動機づけられており、周囲の人たちの規範や価値観と比較して自

己に欠けているものは何かを判断しようとするため、自己批判的帰属を発達させている。

(3) 日本の努力至上主義

原因帰属過程は、人の成熟に伴って自然に身につくのではなく、むしろ文化的な習慣、ルーティン化した行動傾向を内面化し慣習化することによって成立しているといえる(北山・高木・松本, 1995)。日本では、自己を社会の価値観と照らし合わせるような帰属傾向が存在すると先に述べた。日本の社会全体の価値観を反映していると思われるのが、日本における「努力の重視」である。わが国の学業達成場面では、成功や失敗に関わらず、一生懸命努力すれば良い成績が得られると一般的に考えられている。奈須(1995)によれば、日本では努力すること自体が道徳的・倫理的に望ましいという価値観となっており、“努力信仰”や“努力の美德化”が存在している。このような日本における努力至上主義が、失敗の原因を自分自身に帰属する自己批判・卑下的帰属を日本人にもたらしていることが推測される。

能力と努力に関する研究は、学業達成場面における達成動機づけの観点から数多く行われている。Holloway(1988)は、能力や努力の概念に関する研究を概観した展望論文の中で、能力と努力の概念は日米間で異なっていることを指摘している。彼によれば、能力と比べ、日本では努力は達成感の主要な決定因として認識されているが、米国では努力はそれほど強調されていない。日本の家庭では、他人と競争するよりも、他人との協力を育て、目立った行動や権威主義を避けることによって、課題へ積極的に取り組む姿勢を育成する。このような社会構造は日本の子どもにみられる努力への帰属の多さをもたらしていると推測される。Holloway, Kashiwagi, Hess, & Azuma(1986)は、米国と比べて、日本の母親や子どもは数学での学業成績を規定する第一の要因として、能力よりも努力を重視していることを報告している。また、Azuma & Kashiwagi(1987)によれば、日本では、米国と比べ、能力の概念として課題解決能力より

も社会的能力を重要視している。本来、能力は統制不可能なものであるが、スキルのような社会的能力はより統制可能なものとして考えられるため、日本では能力を後天的に獲得されるものとして捉えられている可能性がある。速水(1984)は、能力の概念を固定的なものとする人と可変的なものとする人がいることを指摘している。

(4) 原因帰属が学業成績に与える影響

教育心理学の領域では、達成動機づけの観点から、能力や努力への帰属が学業成績に与える影響について盛んに検討されている。米国では、学業成績の優秀な子どもは成功の原因を能力に帰属しがちであり、失敗の原因を能力不足に帰属しない傾向がある(Greene, 1985)。いわゆるセルフサービング・バイアスを持っているといえる。しかし、努力帰属と学業成績の低さに関しては、矛盾した研究結果が得られている。Dweck(1975)は、学業成績の低い子どもを対象に、悪い成績を努力不足に帰属させることによって、無気力感と学業成績を改善できたことを確認している。その一方で、様々な学業成績の子どもを対象とした場合、失敗を努力不足に帰属させることは学業成績に無関係、もしくは負の関係があったという報告もある(Marsh, 1984)。

しかし、近年、Mueller & Dweck(1998)は、小学生を対象に、能力を誉めることは努力を誉めることよりも生徒の達成動機づけにより否定的な結果をもたらすことを証明した。能力を誉められた生徒は、努力を誉められた生徒と比べ、失敗を低い能力に帰属しがちで、難しい課題に挑戦せずにあきらめ、課題の遂行成績が悪い傾向が強くみられた。また、一生懸命努力したことを誉められた生徒は能力を改善しやすいものをして捉えていたのに対して、能力を誉められた生徒は能力をより固定的な特性として見なしていた。

先に述べたように、能力と努力の概念は日米間で異なっている可能性がある。そのため、Dweckらの研究結果が日本の学業達成場面に適用できるか否か実証的研究を行う必要があると思われる。

しかし、能力と努力のどちらの帰属が学業成績の向上に有効であるかという議論は無意味である。自分がその場で必要な行動をうまくとれると考える効力感 (efficacy) の高い人は、内的に帰属する傾向があるため、努力をしたり、新たな方略を考案したりする傾向が強くなると考えられている (井出, 1995)。生徒の学習意欲を高めるためには、能力帰属や努力帰属に関わらず、自分自身への内的帰属が統制可能なものであると認識し、統制感や効力感を維持することが重要となるであろう。

(5) 比較文化的観点からみた抑うつと原因帰属の関係

第1節において、改訂 LH 理論の仮説に関して、欧米で異なった結果が得られていることを述べた。欧米で行われた研究では、失敗の原因を自分自身の内的な要因に帰属する人ほど抑うつに陥りやすいとする仮説、および、成功の原因を自分以外の外的な要因に帰属する人ほど抑うつに陥りやすいという仮説の双方が支持されている。一方、日本では前者の仮説はほとんど支持されていない。すなわち、日本では、失敗の原因を自分のせいにしても落ち込まないが、成功の原因が自分自身にない人だと考える人は落ち込みやすいといえる。このように日米間で研究結果が異なっている原因については、前項において紹介した自己観と原因帰属に関する一連の比較文化的研究から得られた知見をもとに考察すると、以下のような推測が導かれる。

第一に、日本では「失敗の原因を内的な要因に帰属する」人ほど抑うつに陥りやすいという仮説が支持されていない。その原因としては内的帰属の持つ意味が日米間で異なっていることが考えられる。日本では、失敗の原因を自分自身に帰属するという自己批判・卑下的帰属は必ずしも本当の意味での自己卑下には結びつかず、周囲の人との調和を維持するという意味で受け入れやすい帰属である (Sakamoto & Kambara, 1998)。北山・高木・松本 (1995) は、自己批判や自己卑下が努力と結びつくことによってより肯定的意味を獲得している可能性を示唆している。日本人は失敗の原

因を自分の能力不足に帰属したとしても、実際に自分が無能であるとは考えないことが多い。それゆえ、失敗などのネガティブな出来事の原因を負った場合にも、日本人はそのような帰属によって抑うつに陥りにくいことが推測される。このように、自己と周囲との関係が社会文化的に日米間で異なっているため、失敗や成功の原因を自分自身の内的なものに帰属することの意味づけも日米間で異なってくることを推測される。Kao, Nagata, & Peterson (1997) は、個人主義的な欧米において開発された帰属スタイル質問紙を集団主義的な文化が根付いているアジア圏に適用することには問題があることを指摘している。質問紙によって内的帰属を査定するには、自分自身への帰属と集団への帰属を詳細に分離する必要があると思われる。実際、わが国で唯一、失敗を内的に帰属する人ほど抑うつに陥りやすいという仮説を支持した研究 (荒木, in press) では、質問紙を用いて帰属を査定していない。荒木 (in press) は、大学生を対象に、教示の操作によって失敗の内的帰属を誘発させ、学習性無力感を生起させるのに成功している。しかし、原因帰属に関する研究では、帰属は質問紙によって査定されることが非常に多いのが現状である。そのためにも、内的帰属とはどのようなことを表しているのか具体的にその概念を把握し、より妥当性の高い質問紙を作成する必要があると思われる。

第二に、日本では「成功の原因を外的な要因に帰属する」人ほど抑うつに陥りやすいという仮説のみ支持されている。その原因としては、日本では自己高揚的帰属傾向がみられないことが推測される。欧米で非常に強く認められる「成功の原因を内的な要因に帰属する」自己高揚的帰属傾向は、個人のセルフエスティームを常に高め、維持していると前述した。Metalsky et al. (1993) が示しているように、セルフエスティームには抑うつを予防する効果がある。Hymes & Akiyama (1991) は、抑うつは自己高揚的帰属の低さと関わりがあること、また、アメリカ人学生と比較し、日本人学生はより抑うつ的であり、自己高揚的帰属傾向

はみられなかったことを報告している。また、日本語には多種多様の叱り言葉があるのに対して、アメリカ英語には誉め言葉が非常に多い（北山・高木・松本，1995）。北山・唐澤（1995）によれば、西洋では自分に対して積極的に高い評価を与えるのに対して、日本では逆に、周囲とうまくやっていくうえで自分に至らぬ点がないかどうか注意を払う傾向があるため、自己評価は相対的に低いものになる。このように、文化社会的に自己高揚の帰属傾向のみられない日本では、日常生活において成功の原因を自分自身に帰属する場面が少ない。普段から成功を外的要因に帰属しているため、セルフエスティームが高まりにくくなっており、それゆえ、抑うつへの脆弱性が高まり、抑うつを維持しやすいことが推測される（坂本・鎌原，1995）。

第3節 原因帰属と対処方略、性差との関係

(1) 対処方略とは

本節では、原因帰属過程に影響を及ぼす個人内変数のひとつとして、対処方略（コーピングストラテジー，coping strategy）について考察する。

Lazarus & Folkman（1984）は、心理的ストレスに関する理論を提示し、ストレッサーに対する認知的評価（cognitive appraisal）から、対処方略の採用、ストレス反応の表出に至るまでのプロセスを心理的ストレス過程として説明した（鈴木・坂野，1998）。その中で、対処方略は、個人がストレッサーに対してどのように関わるかという対処（coping）の仕方を、問題中心型コーピング（problem focused coping）と情動中心型コーピング（emotion focused coping）の2つに分類されている。問題中心型コーピングとは、ストレッサーである問題そのものに関わり、問題の所在を明確にしながらかつ具体的に問題の解決を試みる対処方略である。一方、情動中心型コーピングとは、ストレッサーによって引き起こされた情動的苦痛を取り除こうとする対処方略であり、この場合、最終

的な解決には至らない。

(2) 対処方略と抑うつ、原因帰属との関係

近年、抑うつ的な人に特徴的な帰属スタイルを対処方略との関係から検討する研究が行われてきている。わが国では、青柳・細田（1996）が、大学生を対象に、第1節で述べたような抑うつ的帰属スタイルを持つ（失敗の原因を内的・安定的・全体的に帰属する）学生は、非抑うつ的帰属スタイルを持つ学生と比べ、失敗課題に対して問題中心型コーピングを用いなかったことを示唆している。また、児玉・片柳・嶋田・坂野（1994）は、大学生を対象に質問紙を用いて、問題中心型コーピングを多く行う学生は不安と抑うつが低いことを確認した。

欧米では、Bruder-Mattson & Hovanitz（1990）は、大学生を対象に質問紙を用いて、対処スタイルと帰属スタイルがどのように抑うつに関係しているか検討している。その結果、問題中心型コーピングは、男性におけるポジティブな出来事の安定的かつ全体的な帰属と関係していた。一方、情動中心型コーピングは、女性におけるネガティブな出来事の内的、安定的かつ全体的な帰属、および、男性における内的かつ全体的な帰属とそれぞれ関係していた。また、女性では、対処スタイルと帰属スタイルの両方ともが抑うつと関係していたが、帰属よりも対処スタイルの方が抑うつとより強く関係していた。また、Mikulincer（1989）は、問題中心型コーピングは失敗に対して安定的、全体的な帰属と関係が弱く、情動中心型コーピングは、内的、安定的、全体的な帰属（抑うつ的帰属スタイル）と関係が強いことを報告した。Amirkhan（1998）は、原因帰属は、抑うつやセルフエフィカシーに対して直接的に影響を与えるのではなく、個人が問題に対してどのように対処しているかという対処方略の選択に影響していると主張している。

これらの結果から、原因帰属と対処方略の間には何らかの関係があることが推測される。また、さらに、抑うつやストレスといった精神的に不適

応な状態との関わりについて考えると、原因帰属、対処方略、セルフエフィカシーといった個人の認知的過程には、抑うつ的な人に特徴的なものがあることは明らかになっている。しかし、これらは抑うつが維持されている状態の認知的過程に関する知見である。しかし、なぜそのような認知過程を持つようになって抑うつに陥ったのかという抑うつが発生機序についてはまだ十分に説明されていないため、現時点では「帰属→対処→抑うつ」という因果関係があると結論づけることはできない。個人がどのような対処方略を用いるかは、多様な要因によって規定されていることは確かである。抑うつが発生機序を説明する改訂 LH 理論では、失敗の原因をどのように捉えるかによって抑うつに陥るかどうか決定されるが、「帰属→抑うつ」という因果関係に対処方略がどのように関わっているのか、今後解明すべき課題であるといえる。

(3) 対処方略の個人差

Lazarus & Folkman (1984) は、個人が心理的ストレスに対処していく過程は個人と環境との相互作用に伴って変化すると主張した。この点に関して、鈴木ら(鈴木・熊野・坂野, 1998; 鈴木・坂野, 1998) は、個人のストレス対処過程でみられる個人差を effort 次元と distress 次元という2つの次元から検討している。effort 次元とは、嫌悪的なストレスラーに対してどの程度積極的に関わろうとしているか、どの程度接近的態度をとっているのかを表す次元である。一方、distress 次元とは、ストレスラーをどの程度驚異的であるとみなし、または、統制感の低いものであると評価し、回避的態度をとっているのかを表す次元である。これら2つの次元を用いることによって、接近的な対処と回避的な対処を組み合わせ、effort 型の対処行動、distress 型の対処行動、および、effort-distress 型の対処行動といった対処の採用パターンの個人差を詳細に説明できると主張した。

鈴木・熊野・坂野 (1998) は、effort 次元と

distress 次元を用いて、対処行動と心理的、生理的反応との関係について実験的検討を行っている。その結果、問題解決を試みる effort 型の対処行動を増やし、問題への回避的態度である distress 型の対処行動を低減することによって、情緒的混乱や生理的な覚醒状態を低減することができることを確認した。また、従来の研究のように対処の機能を接近か回避かという対極的な観点から捉えるのではなく、接近的な態度の強さと回避的な態度の強さがそれぞれどの程度であるかについて評価すべきであることが示唆された。

大竹・島井・嶋田 (1998) は、健康的な適応には、対処方略の組み合わせとその採用が大きく関わっていると主張している。たとえば、喪失体験などのように直接的に問題解決できないような統制不可能なストレスに直面した場合、情動中心型のコーピングを採用することによって、ストレスによる悪影響は低減される (Lazarus & Folkman, 1984)。各問題の解決のしやすさや統制可能性、あるいは、サポートなどの資源に応じてコーピング方略をとることが重要である (大竹・島井・嶋田, 1998) と考えられている。鈴木・坂野 (1998) が指摘しているように、個人がストレスラーに対処していく過程では、質的に異なる複数の対処を同時に採用する場合があります。また、同一個人においても、対人場面や課題遂行場面といったストレス場面の性質の違いによって、ストレスに対処する方略は異なっている。

先に述べた改訂 LH 理論では、統制不可能な出来事に対する原因帰属の仕方によって抑うつ程度が異なると説明されている。しかし、これまで述べてきたように自己観や対処方略に関する研究を展望してみると、ストレスフルな出来事が統制不可能なものかどうかといったストレスラーの性質、原因帰属やセルフエフィカシーといった個人の認知的過程、および、問題への対処の仕方の相互作用が精神的健康に大きく関わっていると推測される。

(4) 性差の影響

先に述べた Bruder-Mattson & Hovanitz (1990)の研究では、改訂 LH 理論によって予測された抑うつ的帰属スタイルが認められたのは女性のみであったと述べている。彼らは、抑うつと帰属スタイルとの関係を吟味する場合、男女のデータをプールすることは原因帰属過程における性差を隠蔽する恐れがあることを主張した。増田 (1994) は、うつ病の発症頻度は男女で異なっており、男性よりも女性のほうが抑うつに陥りやすいことから、抑うつ的帰属スタイルの性差について言及している。また、自己高揚的帰属傾向 (Kitayama et al., 1997) や対処方略 (下斗米, 1989) にも性差が認められている。

しかし、先に述べたように、原因帰属過程が自己観に密接に関わっていることを考えると、性差が原因帰属などの個人内要因に影響を及ぼしていることは当然のことであると思われる。現時点では、女性が抑うつに陥りやすいのは、抑うつ的帰属スタイルをもち、自己高揚的帰属傾向があまりみられず、不適切な対処方略しかとることができないことが原因であるとは断定できない。これらの個人内要因には何らかの性差が存在すると述べるにとどまる。今後、このような性差に関する実証的な証拠を蓄積していく必要があるだろう。

第4節 非行少年に特徴的な原因帰属

(1) 無気力と楽観

犯罪心理学の領域では、非行少年に独特の原因帰属があること (平田・渡部・相馬, 1998)、また、非行少年の行動には無気力感の強さが関係していること (岡本, 1997) が指摘されている。このことから、これまで述べてきた抑うつ的な人の原因帰属過程に関する様々な知見は、非行少年の行動を理解するのに役立つと思われる。よって、本節では、無力感、達成動機づけ、効力感といった観点から、非行少年の原因帰属について考察する。

澤田 (1993) は、無力感の概念を用いて非行を

説明している。澤田によれば、親との生別や死別、親がいても乱暴で虐待を繰り返す、あるいは学歴社会での挫折といった自力ではどのようにもならない場面に直面することで、無力感や疎外感が強まり、さらに、能動的にも順応的にも行動できなければ、反社会的行動である非行・犯罪を行うようになる。しかし、無力感に陥った少年が皆非行を行うわけではないこと、および、非行少年には男性が圧倒的に多いことから、無力感是非行を誘発するいくつかの要因の中の一因であると考えられる。

無気力な少年の中でも非行を行う者と行わない者が存在するのは、原因帰属過程に違いがあるのではないか。大橋 (1996) は、非行深度の進んだ少年ほど、自分の非行化の責任を自分以外の外部の要因、たとえば自分の家庭、学校や友人に帰属させる傾向があること、また、成功場面でも失敗場面でも外的統制が多くみられ、他者の行動次第で事態の成り行きが決まると考えやすいことを指摘している。また、河野 (1994) は、非行のない一般的な高校生と少年鑑別所に入所している非行少年を対象に質問紙を用いて、時間的展望の観点から原因帰属について検討を行い、非行少年は現在や未来をかなり楽観的に考えていること、未来を予測する材料として過去の経験を適切に用いることができにくいことを報告した。これらの結果から、非行少年に特徴的な原因帰属として外的で統制不可能なものに帰属する傾向があるため、非行少年は少年鑑別所に入所しているという現在の状況を深刻なものとして考えておらず、自分にとって好ましくない過去の出来事は将来起こることはないかと予測しているといえる。

無気力が非行の原因のひとつであるといわれているにも関わらず、非行少年は将来に対してきわめて楽観的であるらしい。これはどのように説明されるのだろうか。10代という思春期において、外的で統制不可能な原因で起こったと思われるネガティブな出来事を多く経験した非行少年は、自我防衛の手段として、ネガティブな出来事の起こった原因を深刻に考えるのをやめ、過去にあまり経

験していないポジティブな出来事を予測するのではないだろうか。

以上のことから、抑うつ的な人は失敗の原因を自分のせいにし、成功の原因を自分以外のものに帰属させるという改訂 LH 理論は、非行少年に対してそのまま適用することはできないと思われる。非行少年において認められる無気力に関して、改訂 LH 理論を用いてその発生のメカニズムを説明できても、無気力の維持過程は説明がつかない。また、非行少年が持つ楽観的な考え方は、精神的健康を予測する適応的な認知とはいえないものである。少年鑑別所に入所している少年たちを「非行少年」という言葉でまとめてしまうことには問題があると思われるが、何らかの問題を抱えて反社会的行動という不適応な行動を行った彼らの原因帰属過程について考えるには、過去、現在、未来を連続して捉えることができないという時間的展望に関する問題、10代という思春期の発達心理学的問題など、さまざまな観点から原因帰属を捉える必要があるといえる。しかし、これは非行少年の原因帰属に限ったことではない。原因帰属過程にまつわる問題は多角的な視点から検討すべきであることが示唆される。

(2) 学業達成場面における非行少年の効力感

第2節において、達成動機づけの観点から、原因帰属と学業達成行動には密接な関係があると述べた。この点に関して、犯罪心理学の領域では、非行少年の効力感に関わる問題として研究が行われている。

岡本・栃尾・中村(1996)は、少年鑑別所に入所している非行少年を対象に質問紙を用いて、非行深度が進んでいる者はそうでない者よりも効力感が低いこと、特に、友人関係や運動場面では差がないが学習場面においてこの傾向がより強いことを報告している。また、平田・渡部・相馬(1998)は、非行のない一般的な中学生と少年鑑別所に入所している中学生を対象に質問紙を用いて、少年の学校環境認知について検討を行った結果、非行少年は、一般の生徒と比べ、教師に対し

て不信感を持っていること、および、学級の同輩集団において強い疎外感や孤独感を持っていることを明らかにしている。

これらの結果から、非行少年は、10代の少年の日常生活において大半を占めている学校生活に対して否定的な認知を持っていることが示唆される。岡本(1997)によれば、効力感はもともと人間の自発的・能動的行動を説明する概念であるため、学業場面での効力感がきわめて低い非行少年は、非行を行うことによって自分の有能感を感じている可能性も考えられる。矯正施設では、被収容者に対して職業に対する資格や技能を身に付けさせて自信を持たせるような処遇を行っている。今後、非行以外の領域での効力感を高めることが反社会的行動の防止につながることを証明する研究が必要となるであろう。

第5節 まとめ

以上、抑うつに特徴的な原因帰属過程についての実証的研究、および、原因帰属過程に関連するいくつかの研究領域で得られている知見について紹介し、自己観、セルフエスティーム、対処方略、効力感といった個人内要因、および、個人の背景となる社会文化的要因が原因帰属過程にどのように関わっているのか、考察した。抑うつやストレスといった個人の不適応状態の改善や精神的健康の維持に対して、これらの領域の知見をどのように応用すべきであろうか。最後に、原因帰属過程に関する研究の知見を応用する際の問題点に関して私見を述べる。

第一に、社会文化的要因を考慮に入れるべきである。本稿の第2節で考察したように、人の心理的プロセス、特に推論、思考、感情、動機づけといったいわゆる高次のプロセスは、人がある文化的社会的環境に能動的に適応しようと努めた結果として形成される文化的産物である(北山・高木・松本, 1995)ことが指摘されている。欧米で構築された理論に基づいて行われた実証的研究は、日本人を研究対象とした場合に欧米の研究結果と一

致するか否かといった議論だけでは不十分である。欧米と日本のデータを分析、統合し、社会文化的要因を考慮にいたした解釈を行うことによって、原因帰属過程に関する知見を現実場面で有効に活用することができると思われる。

第二に、原因帰属過程、および、それに関連した個人内要因に含まれる特性 (trait) や状態 (state) を考慮すべきである。本稿の第3節で考察したように、抑うつ患者に共通した、どのような場面でも一貫して認められる傾性としての帰属スタイルや対処方略のパターンが存在すると考えられている。心理学の諸領域で構築された理論では、個人間で共通してみられる普遍的なものを用いてある現象や行動を説明する。たとえば、改訂LH理論では、帰属スタイルを用いて抑うつの説明を試みている。このような人格特性 (trait) としての個人の認知傾向は、具体的な個々の課題や状況に依存せず、個人の行動全般にわたって影響を及ぼすと考えられる。しかし、その一方で、同一個人の中でも、対象となる場面や状態 (state) によって帰属スタイルや対処方略のパターンは異なっていることも考えられる。たとえば、日常生活において、学業場面では無力感をよく感じ、あきらめることが多いが、運動場面では意欲的に取り組むことがあるかもしれない。このように、ある特定の課題や状況に限定された帰属や対処も存在しており、また、どのような場面でどのような帰属や対処を行うかは個人によって異なっていることが考えられる。個人の特性として一般的に共通した現象のメカニズムを説明するモデルや理論を構築するだけでなく、各領域で得られたさまざまな知見を統合し、これらの理論が個人内のメカニズムを理解するのにどのように関わるのか、個人差を生み出すメカニズムを解明する研究が今後必要となってくると思われる。

【参考文献】

- Abramson, L. Y., Seligman, M. E. P., & Teasdale, J. D. 1978 Learned helplessness in human : Critique and reformulation. *Journal of Abnormal Psychology*, 87, 49-74.
- Amirkhan, J. H. 1998 Attributions as predictions of coping and distress. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 24, 1006-1018.
- Antaki, C., & Brewin, C. 1982 *Attributions and psychological change*. New York: Academic Press. (細田和雅・古市裕一 監訳 1993 原因帰属と行動変容 ナカニシヤ出版)
- 青柳肇・細田一秋 1996 学習性無力感に関する研究その11, 無力感とコーピングストラテジー及び統制間の期待との関係 早稲田大学人間科学研究 9, 93-99.
- 荒木友希子 2000 教示による原因帰属の操作が学習性無力感に与える影響 心理学研究 (in press)
- 蘭千歳 1992 原因帰属 遠藤辰雄・井上祥治・蘭千歳 (編) セルフ・エスティームの心理学 ナカニシヤ出版
- Azuma, H., & Kashiwagi, K. 1987 Descriptions for an intelligent person: A Japanese study. *Japanese Psychological Research*, 29, 17-26.
- Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F., & Emery, G. 1979 *Cognitive therapy of depression*. New York: Guilford Press. (坂野雄二 監訳 1992 うつ病の認知療法 岩崎学術出版社)
- Bradley, G. W. 1978 Self-serving biases in the attribution process: A reexamination of the fact or fiction question. *Journal of Personality and Social Psychology*, 36, 56-71.
- Bruder-Mattson, S., & Hovanitz, C. A 1990 Coping and attributional styles as predictors of depression. *Journal of Clinical Psychology*, 46, 557-565.
- Dweck, C. S. 1975 The role of expectations and attributions in the alleviation of learned helplessness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 31, 674-685.
- 遠藤辰雄 1992 セルフ・エスティーム研究の視座 遠藤辰雄・井上祥治・蘭千歳 (編) セルフ・エスティームの心理学 ナカニシヤ出版
- Greene, J. C. 1985 Relationships among learning and attribution theory motivation variables. *American Educational Research Journal*, 22, 65-78.
- 速水敏彦 1984 学業達成についての原因帰属の推測過程の発達 教育心理学研究, 32, 256-265.
- Hilsman, R., & Garber, J. 1995 A test of the cognitive diathesis-stress model of depression in children: Academic stressors, attributional styles, perceived competence, and control. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 370-380.
- 平田乃美・渡部正・相馬一郎 1998 非行少年の学校環境認知とローカス・オブ・コントロール 犯罪心理

- 学研究 **36**, 1-11.
- Holloway, S. D. 1988 Concepts of ability and effort in Japan and the United States. *Review of Educational Research*, **58**, 327-345.
- Holloway, S. D. Kashiwagi, K., Hess, R. D., & Azuma, H. 1986 Causal attributions by Japanese and American mothers and children about performance in mathematics. *International Journal of Psychology*, **21**, 269-286.
- Hymes, R. W., & Akiyama, M. M. 1991 Depression and self-enhancement among Japanese and American students. *The Journal of Social Psychology*, **131**, 321-334.
- 井出亘 1995 仕事の動機づけに及ぼす目標の効果 心理学評論 **38**, 320-350.
- Kao, M. K., Nagata, D. K., & Peterson, C. 1997 Explanatory style, family expressiveness, and self-esteem among Asian American and European American college students. *The Journal of Social Psychology*, **137**, 435-444.
- Kashima, Y., & Triandis, H. C. 1986 the self-serving bias in attributions as a coping strategy: A cross-cultural study. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, **17**, 83-97.
- 北山忍・唐澤真弓 1995 自己—文化心理学的視座 実験社会心理学研究 **35**, 133-163.
- Kitayama, S., Markus, H. R., Matsumoto, H., & Norasakkunkit, V. 1997 Individual and collective processes in the construction of the self: Self-enhancement in the United States and self-criticism in Japan. *Journal of Personality and Social Psychology*, **72**, 1245-1267.
- 北山忍・高木浩人・松本寿弥 1995 成功と失敗の起因：日本的自己の文化心理学 心理学評論 **38**, 247-280
- 小島理恵 1983 女子大生における原因帰属スタイルと抑うつ水準との関係—ASQ日本語版による検討—日本心理学会第47回大会発表論文集, 425.
- 児玉昌久・片柳弘司・嶋田洋徳・坂野雄二 1994 大学生におけるストレスコーピングと自動思考, 状態不安, および抑うつ症状との関連 ヒューマンサイエンス **7**, 14-26.
- 河野荘子 1994 なぜ, 非行少年は過去の体験を未来に生かそうとしないのか—時間的不連続性と原因帰属からの検討— 犯罪心理学研究 **32**, 1-9.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. 1984 *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer. (本明寛・春木豊・織田正美 監訳 1991 ストレスの心理学—認知的評価と対処の研究— 実務教育出版)
- Markus, H. R., & Kitayama, S. 1991 Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, **98**, 224-253.
- Marsh, H. W. 1984 Relations among dimensions of self-attribution, dimensions of self-concept, and academic achievements. *Journal of Educational Psychology*, **76**, 1293-1308.
- 増田真也 1994 原因帰属とセルフエスティームに関する研究 社会心理学研究 **10**, 56-63.
- Metalsky, G. I., Abramson, L. Y., Seligman, M. E. P., Semmel, A., & Peterson, C. 1982 Attributional styles and life events in classroom: Vulnerability and invulnerability to depressive mood reactions. *Journal of Personality and Social Psychology*, **43**, 612-617.
- Metalsky, G. I., Joiner, T. E., Hardin, T. S., & Abramson, L. Y. 1993 Depressive reactions to failure in a naturalistic setting: A test of the hopelessness and self-esteem theories of depression. *Journal of Abnormal Psychology*, **102**, 101-109.
- Mikulincer, M. 1989 Causal attribution, coping strategies, and learned helplessness. *Cognitive Therapy and Research*, **13**, 565-582.
- Mueller, C. M. & Dweck, C.S. 1998 Praise for intelligence can undermine children's motivation and performance. *Journal of Personality and Social Psychology*, **75**, 33-52.
- 奈須正裕 1995 再帰属訓練 宮本美沙子・奈須正裕 (編) 達成動機の理論と展開 続・達成動機の心理学 金子書房
- Needles, D. J., & Abramson, L. Y. 1990 Positive life events, attributional style, and hopefulness: Testing a model of recovery from depression. *Journal of Abnormal Psychology*, **99**, 156-165.
- 大芦治・平井久 1992 学習性無力感に関する帰属理論についての研究 心理学評論 **35**, 175-200.
- 大橋靖史 1996 非行少年はなぜ「楽観的」か—時間的展望の研究から— 犯罪心理学研究 **34** (特別号), 162-163.
- 大竹恵子・島井哲志・嶋田洋徳 1998 小学生のコーピング方略の実態と役割 健康心理学研究 **11**, 37-47.
- 岡本英生・栃尾順子・中村淳子 1996 非行の効力感についての研究—非行の程度と効力感の関係について— 犯罪心理学研究 **34**, 17-24.
- 岡本英生 1997 非行・犯罪心理学における動機づけ研究—本邦における無力感と効力感に関する研究のこれまでと今後について— 犯罪心理学研究 **35**, 53-62.
- Ralph, J. A., & Mineka, S. 1998 Attributional styles and self-esteem: The prediction of emotional distress following a midterm exam. *Journal of Abnormal*

- Psychology*, **107**, 203-215.
- 坂本真士・鎌原雅彦 1995 達成場面における帰属様式と抑うつとの関係—自由記述法による検討— 帝京大学文学部紀要 (心理学), **3**, 83-94.
- Sakamoto, S., & Kambara, M. 1998 A longitudinal study of the relationship between attributional style, life events and depression in Japanese undergraduates. *The Journal of Social Psychology*, **138**, 229-240.
- 桜井茂男 1989 学習性無力感 (LH) 理論の研究動向—わが国の研究を中心に— 日本心理学会第53回大会発表論文集, L 1.
- 澤田豊 1993 無力感・疎外感に対する反応としての非行・犯罪 犯罪心理学研究 **31** (特別号), 124-125.
- 下斗米淳 1989 自己概念と不整合な評価への対処方略に関する研究 日本心理学会第53回大会発表論文集, 231.
- 鈴木伸一・坂野雄二 1998 ストレス対処過程における Effort, Distress 次元の検討 健康心理学研究 **11**, 15-24.
- 鈴木伸一・熊野宏昭・坂野雄二 1998 嫌悪状況下の心理的, 生理的反応に及ぼす対処行動の効果 行動療法研究 **24**, 85-96.
- Weise, J. R., Rothbaum, F. N. M & Blackburn, T. C. 1984 Standing out and standing in: The psychology of control in America and Japan. *American Psychologist*, **39**, 955-969.