

# 中学生の友人関係場面における目標志向性と抑うつとの関係に介在するメカニズム ——ディストレス／ユーストレス生成モデルの検討——

黒田 祐二<sup>1</sup> 桜井 茂男<sup>2</sup>

本研究は、友人関係場面における目標志向性と抑うつとの関係に介在するメカニズムを明らかにすることを目的として行われた。両者に介在するメカニズムとしては、Dykman(1998)により提唱されたディストレス生成モデル（目標志向性が対人行動を通してネガティブな出来事を促進（ないし抑制）し、その結果抑うつが促進（ないし抑制）される）に加えて、新たにユーストレス生成モデル（目標志向性が対人行動を通してポジティブな出来事を促進（ないし抑制）し、その結果抑うつが抑制（ないし促進）される）を提唱し、この2つのモデルを検討した。重回帰分析による結果から、3つの目標と抑うつとの関係はいずれもユーストレス生成モデルで説明できることが示された。すなわち、(1)「経験・成長目標→関係構築・維持行動及び向社会的行動→ポジティブな出来事の発生→非抑うつ」、(2)「評価一接近目標→関係構築・維持行動→ポジティブな出来事の発生→非抑うつ」、(3)「評価一回避目標→関係構築・維持行動の不足→ポジティブな出来事の非発生→抑うつ」、という結果が示された。本研究の関連する既存の研究領域及び教育的介入に対する示唆が論じられた。

キーワード：目標志向性、友人関係場面、抑うつ、ディストレス／ユーストレス生成モデル

## 問題と目的

ストレス社会といわれる現代、心理学においても抑うつに関する実証研究が盛んに行われてきた。青年・成人を対象とした研究にとどまらず、近年では子どもを対象とした研究も盛んに行われている（黒田・桜井、2001a）。その背景には、子どもにも大人と同様に抑うつが存在し、しかも高い割合でみられるという現状がある（村田、1993；辻井・幸・本城、1990）。このような現状を考えると、大人と同様、子どもを対象として抑うつの発生メカニズムを研究することが必要であるといえよう。

抑うつの発生メカニズムに関する心理学的な研究において、「目標志向性」などの動機づけ的な要因から抑うつの生起を予測することが有効であると指摘されている（Dykman, 1998；桜井, 1995）。目標志向性とは、生活の様々な場面における「行動の目的」や、そこにおいて「目指していること」であり、「その達成に向かって個人の認知・行動・感情を方向付けるもの」である（Dweck, 1996；Elliot & Harackiewicz, 1996）。本研究においても、Dykman (1998) や桜井 (1995) に従い、目標志向性という観点から、子ども、特に自己意識がかなり発達した中学生を対象にして、抑うつの発生メカニズム

を検討する。

黒田・桜井 (2001b) は、これまで学業場面における目標志向性から抑うつや無力感反応を予測した研究が多く行われているのに比べて、友人関係場面を含む対人関係における目標志向性から抑うつを予測した研究が少ないことを指摘し、これらの関係について検討した。その結果、Dweck & Leggett(1988) の仮説通り、経験・成長目標（「対人経験を通して自己の成長を目指す」目標）は抑うつと負の関係を示し、評価一回避目標（「性格について悪い評価を避けることを目指す」目標）は抑うつと正の関係を示すが、Dweck & Leggett (1988) の仮説に反して、評価一接近目標（「性格について良い評価を得ることを目指す」目標）は抑うつと負の関係にあることが見出された。

しかしながら、黒田・桜井 (2001b) の研究においては、次のような問題点が指摘できる。それは、3つの目標がどのようなメカニズムを経て抑うつの発生を抑制ないし促進するか、について検討されていない点である。3つの目標と抑うつとの関係を示すだけでなく、何故上記のような関係が示されたのかを説明する必要がある。特に、同じ評価への関心でも、良い評価への関心を示す評価一接近目標と、悪い評価への関心を示す評価一回避目標とで、何故一方は抑うつの発生を促進するが、他方は抑うつを阻止する適応的な働きをもつのかという点を明らかにする必要がある。そこで本研究では、友人関係における3つの目標が、どのような

<sup>1</sup> 筑波大学心理学研究科 ykuroda@human.tsukuba.ac.jp  
〒305-8572 茨城県つくば市天王台1-1-1

<sup>2</sup> 筑波大学心理学系 ssakurai@human.tsukuba.ac.jp

なメカニズムによって抑うつを抑制したり促進したりするのかを検討する。

目標志向性が抑うつに影響を与えるメカニズムについて、Dykman(1998)は、「ストレス生成モデル」(stress-generation model; Hammen, 1991)に基づく仮説を提唱している。ストレス生成モデルとは、抑うつになる者は、対人関係において不適切なやり方で振舞ってしまうことによって、他者からの拒絶などのネガティブなストレスを引き起こし、自滅的に抑うつを発症させたり悪化させる、と仮定するモデルである(Davila, Hammen, Burge, Paley, & Daley, 1995; Herzberg, Hammen, Burge, Daley, Davila, & Lindberg, 1998)。Dykman (1998)は、このストレス生成モデルを、目標志向性と抑うつとの関係に介在するメカニズムに応用し、「目標志向性→対人行動→ネガティブな対人ストレスの発生→抑うつ」というプロセスを提唱した。

どのような対人行動がネガティブな対人ストレスを引き起こすかに関しては、小中学生を対象とした社会的スキルに関する研究が参考になる。これらの研究から、引っ越し思案行動や攻撃行動といった不適応的な対人行動は、仲間からの拒否ないしは無視といったネガティブな対人出来事を引き起こすことが明らかにされている(Coie, Dodge, & Kupersmidt, 1990; 佐藤・佐藤・相川・高山, 1990など)。中学生を対象として目標志向性からストレス生成のプロセスを検討するにあたり、引っ越し思案行動などの対人行動を取り上げることは、社会的スキル研究に対しても意義をもつであろう。

以上のDykman (1998)の主張と社会的スキル研究の知見を踏まえて、本研究では、目標志向性が抑うつに影響を与えるメカニズムの1つとして、「目標志向性→不適応的な対人行動→ネガティブな対人ストレスの発生→抑うつ」というプロセスを取り上げ、これを検討する。

ところで、近年、ポジティブ心理学(positive psychology)という観点から、精神的不健康を予測・治療することを目的とした研究だけでなく、精神的健康を予測したり精神的不健康を予防する研究の重要性が指摘されている(Seligman & Csikszentmihalyi, 2000)。ポジティブ心理学の観点を踏まえた研究からは、例えば、自分の将来について楽観的な見方ができる者(Peterson, 2000)や、自己・自分の将来・環境をポジティブに偏って知覚している者(Taylor & Brown, 1988; 外山・桜井, 2000)は、精神的に健康である(精神的に不健康でない)、という結果が見出されている。

ポジティブ心理学に関連する研究として、ストレス

研究や社会的スキル研究があげられる。ストレスに関する近年の研究から、精神的健康の予測において、ネガティブな出来事(ディストレス; distress)だけでなく、ポジティブな出来事(ユーストレス; eustress)を考慮する重要性が指摘され、ポジティブな出来事が抑うつの発生を阻止するという結果が見出されている(高比良, 1998; 外山・桜井, 1999)。そして、小中学生の社会的スキルに関する研究から、仲間への向社会的行動や積極的に関係を構築しようとする行動は、仲間からの受容などのポジティブな出来事を促進する、という結果が示されている(Coie et al., 1990; 戸ヶ崎・坂野, 1997など)。

これらの研究を総合すると、精神的健康の予測や精神的不健康的予防を考える際、他者との良好な関係の構築やサポートの享受といった、対人関係でのポジティブな経験が重要な役割を果たしているであろうと予測される。そして、こういったポジティブな出来事を経験しやすく、精神的に健康で抑うつに陥りにくい者は、対人関係において、意図的にしろ無意図的にしろ、他者からポジティブな反応を誘いだすような適切な対人的振舞い(例えば、向社会的行動や友人関係を積極的に構築・維持しようとする行動)をすることによって、精神的健康を維持したり、抑うつに陥りにくくなっているという可能性が考えられる。

以上の先行研究とその考察、及び、Hammen (1991)のストレス生成モデルを踏まえて、本研究では、目標志向性と抑うつとの関係に介在するもう1つのメカニズムとして、新たに「目標志向性→適応的な対人行動→ポジティブな対人出来事(ユーストレス)の発生→非抑うつ」というプロセスを仮定する。そして、このメカニズムを「ユーストレス生成モデル」と呼び、検討する。なお、Hammen (1991)のストレス生成モデルにおける「ストレス」は、生体に悪い影響を与えるストレッサー、すなわち、「ディストレス」であると仮定されているため、以下、本論文では、Hammen のモデルを「ディストレス生成モデル」と表記する。

本研究の目的をまとめると以下のようになる。本研究では、友人関係における目標志向性が抑うつに影響を与えるまでのメカニズムとして、1) ディストレス生成モデルと、2) ユーストレス生成モデルの2つを仮定し、これらのメカニズムを検討する。3つの目標と抑うつとの関係についての黒田・桜井(2001b)の結果、3つの目標からどのような対人行動が引き起こされるかについての理論的考察、そして上述のストレスや社会的スキルに関する研究結果を踏まえると、具体的に以下の仮説が成り立つであろう<sup>3</sup>。なお、本研究に

においては、精神的健康の予測という観点から、抑うつとの他に友人関係における充実感も取り上げて検討する。

(1) 経験・成長目標と抑うつとの負の関係について  
「様々な友人と関わるという経験を通して自己成長を目指す」経験・成長目標をもつ者は、友人と関わることを重視するため、友達を遊びに誘う・友達と一緒にいるなどの、良好な関係を構築・維持するための友人への積極的関わり（関係構築・維持行動）をとるであろう。その結果、1) 友人からネガティブな反応（例えば、友人から無視される、嫌われる）をされる頻度が少なくなる（ディストレス生成モデル）、もしくは、2) ポジティブな反応（例えば、友人から助けられる、友人と楽しい時を過ごす）をされる頻度が多くなる（ユーストレス生成モデル）ため、抑うつが生じにくくなったり、友人関係において高い充実感をもつであろう。

(2) 評価一接近目標と抑うつとの負の関係について  
「自分の性格についての良い評価を得ようとする」評価一接近目標をもつ者は、性格についての良い評価を受けることや好かれる可能性に関心を向けるため、友人への援助や励ましといった向社会的な振舞い（向社会的行動）や、関係を構築・維持するための友人への接近行動（関係構築・維持行動）が多くなると考えられる。その結果、1) ネガティブな反応をされる頻度が少なくなる、ないしは、2) ポジティブな反応をされる頻度が多くなるため、抑うつが生じにくくなったり、充実感が高まるであろう。

(3) 評価一回避目標と抑うつとの正の関係について  
「自分の性格について悪い評価を避けようとする」評価一回避目標をもつ者は、性格についての悪い評価を受けることや嫌われる可能性に関心を向けるため、積極的に関係構築・維持行動をすることができない（引きこもり的・回避的行動が多い）であろう。その結果、1) ネガティブな反応をされる頻度が多くなる、もしくは、2) ポジティブな反応をされる頻度が少なくなることで、抑うつが高まったり、充実感が低くなるであろう。

<sup>3</sup> ネガティブな対人ストレスを引き起こす対人行動としては、先述した引きこもり行動・攻撃行動の他、価値の保証を求める（reassurance-seeking）行動；Dykman, 1998）などがあげられる。これらの行動の内、攻撃行動と価値の保証を求める行動に関しては、既述した、(1) 3つの目標からどのような対人行動が引き起こされるかについての理論的考察、及び、(2) 3つの目標と抑うつとの関係についての黒田・桜井（2001b）の結果との整合性、の2つの基準を満たさないため、本研究では取り上げない。本研究では、後述の通り、(1)と(2)の基準を満たす、引きこもり的・回避的行動を取り上げる。なお、以下、本論文では、引きこもり的・回避的行動と関係構築・維持行動の低さ（非関係構築・維持行動）とは同じものと捉えて論じる。

## 方 法

### 被調査者

群馬県内の公立中学校の1年生50名（男子23名、女子26名、不明1名）、2年生57名（男子25名、女子31名、不明1名）、3年生70名（男子38名、女子32名）、合計177名。

### 質問紙

**目標志向性尺度** 黒田・桜井（2001b）により作成された尺度を用いた。経験・成長目標は10項目（項目例：「違う考え方をもつ友達とも知り合いになって、いろいろ話をしてみたいのです」、「自分を深めるために、自分とは違った考え方を聞いてみることも大切です」）、評価一接近目標は7項目（項目例：「『他の友達よりも好感のもてる人である』といわれたいです」、「友達に、自分が好人物であるという印象を与えたいです」）、評価一回避目標は8項目（項目例：「自分の性格の悪い所を友達にみられないようにしています」、「いつも、自分の性格について悪く言われるのをさけようとしています」）で構成されている。評定は「まったくあてはまらない」（1点）から「とてもあてはまる」（4点）までの4段階で求めた。

**対人行動尺度** 関係構築・維持行動と、向社会的行動を測定するために、庄司（1991）の社会的スキル尺度の下位尺度である「積極的・主張的関わりスキル尺度」と、「共感・援助スキル尺度」をそれぞれ用いた。項目は、両尺度とも庄司（1991）において因子負荷量の高かった上位5項目（積極的・主張的関わりスキル尺度は、「友達を遊びに誘う」、「友達と一緒にいる」、「友達に食べ物や飲み物をおごる」、「友達に会った時、自分から声をかける」、「友達に自分の物を貸す」）の5項目。共感・援助スキル尺度は、「友達が失敗した時、励ましたりなぐさめたりする」、「友達が困っている時、手助けする」、「友達が1人できみしそうな時は、声をかける」、「友達が何かをうまくした時、『上手だね』などとほめる」、「友達に何かを頼まれた時、それに応じる」の5項目）を用いた。評定は、「ぜんぜんそうでない」（1点）、「あまりそうでない」（2点）、「ときどきそうである」（3点）、「いつもそうである」（4点）の4件法であった。

**友人関係におけるネガティブな出来事（ディストレス）・ポジティブな出来事（ユーストレス）尺度** 高比良（1998）により作成されたライフィイベント尺度の下位尺度である対人ライフィイベント尺度の短縮版の項目を、友人関係における出来事に修正して用いた。出来事の発生頻度としては、岡安・嶋田・丹羽・森・矢富（1992）も参考にし、最近3ヶ月間に起きた頻度を、「ぜんぜんなかった」（0点）、「たまにあった」（1点）、「時々あった」（2点）、「よくあった」（3点）の4件法で尋ねた。なお、恋愛関係に関するポジティブな出来事（高比良（1998）

における項目番号 11)は、友人関係における出来事に修正できないため、また、ネガティブな出来事の項目番号 10は、友人関係における出来事に修正すると項目番号 12と重複するため、削除した。従って、合計28項目を友人関係におけるネガティブな出来事及びポジティブな出来事尺度として用いた。ネガティブな出来事の項目は、「友達から誤解された」、「友達から無視された」などであり、ポジティブな出来事の項目は、「友達がやさしくしてくれた」、「友達から信頼された」などである。

**抑うつ尺度** 桜井(1995)によって作成された子ども用抑うつ尺度から、自殺という表現を含まず、項目一全体相関の高い13項目を用いた。用いた項目は、黒田・桜井(2001b)と同じである。被調査者は、抑うつを表す1組3つの文章(例えば、「悲しいときもあった」、「何回も悲しかった」、「いつも悲しかった」;合計13組)の中から、2週間くらい前から今日までの間で、自分に最もあてはまるものを1つ選び、○をつけるようになっている。問ごとの抑うつ得点は、3つの文章の中で最も抑うつの程度の低いものが1点、次が2点、抑うつの程度の最も高いものが3点とされた。

**友人関係における充実感尺度** 橋本(1997)の日常バーンアウト尺度を参考にして、本研究のために4つの項目を作成した。項目は、「友人との関係がとても充実していた」、「友人との関係に満足している」、「友人といっしょにいて楽しかった」、「友人関係を通してみんなにいい影響を与えていた」とある。回答は、「まったくあてはまらない」(1点),「あまりあてはまらない」(2点),「すこしあてはまる」(3点),「とてもあてはまる」(4点)の4件法で求めた。4つの項目で尺度を構成し、 $\alpha$ 係数を求めたところ,.73であった。

**向社会的行動とポジティブな友人関係についての教師評定** 上記の対人行動と出来事の頻度は、生徒自身により評定されるものである。これらの内、特に向社

会的行動とポジティブな出来事の頻度は、社会的望ましさによって回答がゆがめられる可能性が考えられる。そこで本研究では、この2つの変数に関しては付加的に担任教師による評定も求めた。向社会的行動に関しては、「クラスの生徒の皆さんに、日頃友だちに対してどれくらい思いやりのある、親切な振舞いをしていますか」という質問に対して、「ほとんどしていない」(1点),「あまりしていない」(2点),「ときどきしている」(3点),「いつもしている」(4点)の4件法で、担当クラスの生徒それぞれについて評定を求める。また、ポジティブな友人関係については、「クラスの生徒の皆さんに親密な友人関係(例えば、支え合ったり、楽しく会話をしたりする関係)をもっていますか」という質問を設定し、「いいえ」(1点),「どちらかといえばいいえ」(2点),「どちらかといえばはい」(3点),「はい」(4点)の4件法で尋ねた。

#### 手続き

生徒の自己評定による調査は、担任教師によってクラス毎に集団で実施された。教師評定は、担任教師によって個別に行われた。

## 結果

各尺度の平均値、標準偏差、そして尺度間の相関は TABLE 1 に示されている。平均値及び標準偏差をみる限り、各尺度の得点に極端な偏りはないものと考えられる。以下、ディストレス生成モデル及びユーストレス生成モデルを重回帰分析により検討する。

### 1 ディストレス生成モデル及びユーストレス生成モデルの検討

ディストレス生成モデルとユーストレス生成モデルを検討するため、「目標志向性→対人行動→ネガティブな出来事の頻度及びポジティブな出来事の頻度→抑うつ及び充実感」というプロセスを重回帰分析により

TABLE 1 各変数の平均・標準偏差及び変数間の相関係数

	平均値	標準偏差	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪
①経験・成長目標	28.07	5.40	—	.49**	.11	.49**	.37**	.42**	.10	.31**	-.23**	.20**	.16*
②評価一接近目標	18.76	4.06		—	.48**	.36**	.29**	.34**	.03	.28**	-.11	.14	.21*
③評価一回避目標	19.72	4.24			—	.19*	-.05	-.01	.09	-.08	.29**	.08	-.03
④向社会的行動	14.57	2.22				—	.43**	.42**	.12	.30**	-.14	.32**	.25**
⑤関係構築・維持行動	13.99	2.19					—	.45**	-.03	.50**	-.42**	.01	.15*
⑥ポジティブな出来事	19.14	7.93						—	.27**	.51**	-.28**	.06	.18*
⑦ネガティブな出来事	11.27	6.47							—	-.13	.28**	.07	-.13
⑧友人関係の充実感	11.84	2.28								—	-.60**	-.01	.33**
⑨抑うつ	19.75	4.65									—	.04	-.19*
⑩教師評定：向社会行動	2.76	.80										—	.32**
⑪教師評定：友人関係	2.92	.77											—

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , N = 177

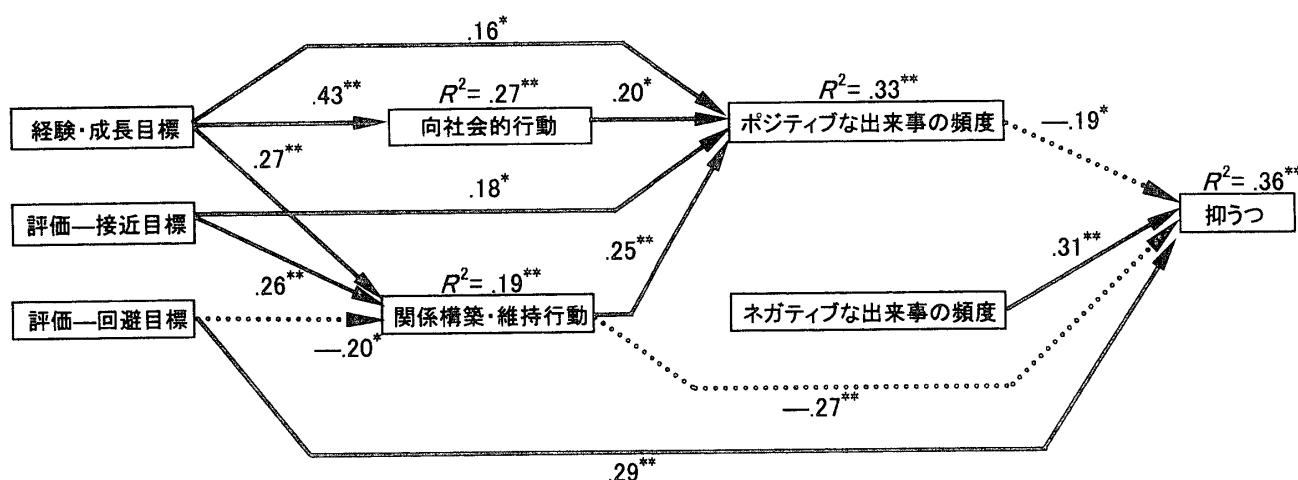
検討した。標準偏回帰係数が5%水準で有意になった結果をFIGURE 1, FIGURE 2に示す。

まず、「目標志向性→対人行動」について重回帰分析を行った。関係構築・維持行動に対して重回帰分析を行ったところ、重回帰式は有意になった( $F(3,173)=13.07, p<.01, R^2=.19$ )。結果から、仮説通り、経験・成長目標と評価—接近目標からの正のパス（順に、 $\beta=.27, p<.01; \beta=.26, p<.01$ ）、評価—回避目標からの負のパス( $\beta=-.20, p<.05$ )が示された。向社会的行動に対しても重回帰式は有意になった( $F(3,173)=21.11, p<.01, R^2=.27$ )。結果から、経験・成長目標からの正のパスが示された( $\beta=.43, p<.01$ )。仮説に反して、評価—接近目標からの正のパスは示されなかった。

次に、「目標志向性・対人行動→ネガティブな出来事の頻度」及び「目標志向性・対人行動→ポジティブな出来事の頻度」について重回帰分析を行った。ネガティ

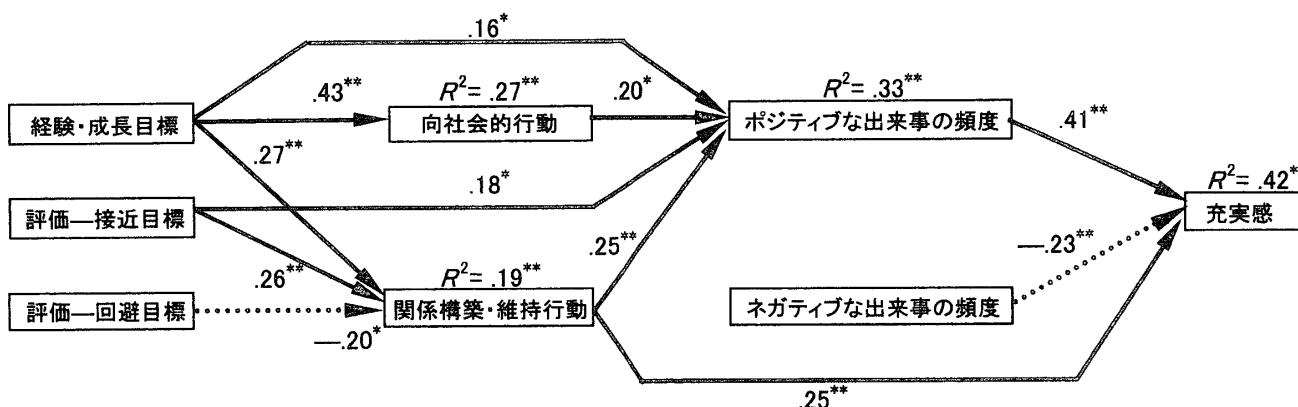
ブな出来事に対する重回帰分析の結果、重回帰式は有意にならなかった( $F(5,171)=1.21, R^2=.03$ )。他方、ポジティブな出来事に対しては、重回帰式は有意になった( $F(5,171)=16.45, p<.01, R^2=.33$ )。有意になった標準偏回帰係数を検討してみると、仮説通り、関係構築・維持行動及び向社会的行動から正のパス（順に、 $\beta=.25, p<.01; \beta=.20, p<.05$ ）が示された。同時に、経験・成長目標と評価—接近目標から弱いながらも直接的な正のパス（順に $\beta=.16, p<.05; \beta=.18, p<.05$ ）が示された。

最後に、「目標志向性・対人行動・ネガティブな出来事の頻度・ポジティブな出来事の頻度→抑うつ」及び「目標志向性・対人行動・ネガティブな出来事の頻度・ポジティブな出来事の頻度→友人関係の充実感」について重回帰分析を行ったところ、それぞれ重回帰式は有意となった（順に、 $F(7,169)=13.65, p<.01, R^2=.36$ ； $F(7,169)=17.27, p<.01, R^2=.42$ ）。抑うつに対しては、仮説



注：\* $p<.05$ , \*\* $p<.01$ 。数値は標準偏回帰係数である。また、実線の矢印は正の影響を、点線の矢印は負の影響をそれぞれ表す。

FIGURE 1 「目標志向性→対人行動→ネガティブ及びポジティブな出来事の頻度→抑うつ」の重回帰分析の結果



注：\* $p<.05$ , \*\* $p<.01$ 。数値は標準偏回帰係数である。また、実線の矢印は正の影響を、点線の矢印は負の影響をそれぞれ表す。

FIGURE 2 「目標志向性→対人行動→ネガティブ及びポジティブな出来事の頻度→充実感」の重回帰分析の結果

通り、ポジティブな出来事から負のパス ( $\beta=-.19, p<.05$ )、そしてネガティブな出来事から正のパス ( $\beta=.31, p<.01$ ) が示された。同時に、評価一回避目標から直接的な正のパス ( $\beta=.29, p<.01$ )、関係構築・維持行動から直接的な負のパス ( $\beta=-.27, p<.01$ ) も示された。他方、充実感に対しては、仮説通り、ポジティブな出来事から正のパス ( $\beta=.41, p<.01$ )、ネガティブな出来事から負のパス ( $\beta=-.23, p<.01$ ) が示された。同時に、関係構築・維持行動から直接的な正のパス ( $\beta=.25, p<.01$ ) も示された。

以上より、関係構築・維持行動から抑うつ及び充実感に対する影響に関しては、ポジティブな出来事を媒介して影響を及ぼすプロセスと、それを媒介せずに直接的に影響を及ぼすプロセスがあることが考えられる。後者のプロセスは、関係構築・維持のために友人関係で積極的に振舞うことそれ自体が、充実感の発生や抑うつの阻止につながることを示している。経験・成長目標及び評価一接近目標からポジティブな出来事に対する直接的なパスと、評価一回避目標から抑うつに対する直接的なパスに関しては、考察における今後の課題のところで詳しく論じる。

## 2 向社会的行動及びポジティブな出来事の測度として教師評定を用いた追加的検討

次に、教師により評定された向社会的行動及びポジティブな友人関係を用いて重回帰分析を行った。結果を以下に記す。

まず、「目標志向性→向社会的行動」について検討した結果、重回帰式は有意となった ( $F(3,173)=2.72, p<.05, R^2=.05$ )。この結果、経験・成長目標から向社会的行動への正の有意なパス ( $\beta=.19, p<.05$ ) が示された。評価一接近目標からの正の有意なパスは示されなかった。

次に、「目標志向性→ポジティブな友人関係」について検討した結果、重回帰式は有意になった ( $F(3,173)=4.06, p<.01, R^2=.07$ )。結果から、評価一接近目標からの正の有意なパス ( $\beta=.26, p<.01$ ) と、評価一回避目標からの負の有意傾向のパス ( $\beta=-.16, p<.07$ ) が示された。経験・成長目標からの有意なパスは示されなかった。

教師評定を用いた結果は、経験・成長目標とポジティブな友人関係との関係以外は、自己報告の結果と一致していた。経験・成長目標とポジティブな友人関係が正の関係を示さなかったことについては、評定法の限界のためであることが考えられる。すなわち、担任教師が生徒の友人関係を把握する際に、クラスでの様子以外の、例えば部活動や放課後における各生徒の友人関係の様子を把握できるかといえば、必ずしもそうであるとは限らない。今後は、教師評定以外に、仲間評

定などを用いて、再度、経験・成長目標とポジティブな友人関係との関係について検討する必要があろう。

## 考 察

### 本研究の結果の考察

本研究は、友人関係場面における目標志向性が抑うつに影響を与えるメカニズムについて、ディストレス生成モデルとユーストレス生成モデルの2つのモデルから検討することを目的として行われた。

結果から、黒田・桜井 (2001b) において見出された3つの目標と抑うつとの関係は、以下のように説明できる。まず、経験・成長目標と抑うつとの負の関係については、経験・成長目標を高くもつ生徒は、関係構築・維持のために友人に積極的に働きかけたり、親切で友好的な振舞いをすることによって、友人関係においてポジティブな出来事を経験しやすくなり、結果として抑うつに陥りにくくなったり友人関係の充実感をもっている (ユーストレス生成モデル)，と説明できる。経験・成長目標から向社会的行動への正のパスは仮定していなかったが、向社会的行動と関係構築・維持行動が中程度の相関を示したことからすると、経験・成長目標の高い者は、親密な関係を維持・促進するために、友人に対して向社会的な振舞いをしていることが伺える。

次に、評価一接近目標と抑うつとの負の関係については、高い評価一接近目標をもつ者は、関係構築・維持のために友人への積極的な振舞い（接近行動）をすることにより、ポジティブな出来事を経験しやすくなり、その結果、抑うつに陥りにくくなったり高い充実感をもっている (ユーストレス生成モデル)，と説明することができる。ただし、仮説に反して、評価一接近目標から向社会的行動（自己評定、教師評定）への正の有意なパスは示されなかった。本研究で用いた共感・援助スキル尺度は、比較的あからさまに顕現的な向社会的行動を測定しているが、評価一接近目標を高くもつ者は、その目標（性格について良い評価を得て、好かれること）を達成するためのより巧みな印象管理を行っているのかもしれない。今後、評価一接近目標をもつ者の対人的振舞いについてより詳細に検討する必要がある。

そして、評価一回避目標と抑うつとの正の関係については、評価一回避目標を高くもつ者は、友人との関係構築・維持のために積極的な振舞いができず、引きこもりがちになる（回避行動）ため、ポジティブな出来事を経験できなくなり、その結果として抑うつになったり充実感をもてないでいる (ユーストレス生成モ

ル), と説明できる。

以上のように、3つの目標と抑うつ及び充実感との関係は、いずれも本研究で新たに提唱されたユーストレス生成モデルから説明できるであろう。特に、同じ評価への関心を示す評価目標でも、良い評価に関心を向ける評価—接近目標と、悪い評価に関心を向ける評価—回避目標とで、何故抑うつに異なる影響を与えるかに関しては、友人への接近(ないしは友人関係の積極的構築)を方向付けてポジティブな出来事をより多く経験できるようにするか、友人(あるいは友人関係の構築)からの回避を方向付けてポジティブな出来事を経験できないようにするかという、ユーストレスの生成プロセスにおける違いがあるためであると説明することができる。従来、抑うつなど不適応をもたらすとされていた評価—接近目標は、積極的な行動と友人関係の構築を促す働きをもつという意味で、適応的な役割を果たしていることを本研究は示している。

また、本研究の結果から、3つの目標及び2つの対人行動からネガティブなストレッサー(ディストレス)への有意なパスは示されなかつたため、Dykman (1998) の提唱したディストレス生成モデルは支持されなかつた。本研究においては、Dykman の仮定している、価値の保証を求める行動を取り入れてディストレス生成モデルを検討したわけではなかつたが、3つの目標からディストレスへの直接的な有意なパスがいずれも示されなかつたため、友人関係場面における目標指向性がディストレスを促進ないし抑制しているとはいえないようである。今後は、ディストレス(ネガティブなストレッサー)が生じた時に、3つの目標がその影響を促進ないし抑制することにより、抑うつを促進ないし抑制するかどうか、という別のメカニズム(すなわち、素因ストレスモデル)について検討する必要があろう。

#### 本研究の関連する研究領域及び教育的介入に対する示唆

本研究は、関連する周辺の研究領域と教育的介入に対して新たな知見と示唆をもたらすものと考えられる。この点について以下に論じる。

まず、本研究は、子どもの社会的スキルに関する先行研究に対して新たな知見をもたらすと考えられる。従来の社会的スキル研究においては、対人関係で不適応をおこしている子どもに対しては、対人関係における「行動」(例えば、引きこもり的行動や攻撃的行動)に介入の焦点を当てる必要があると主張されてきた。これに対して近年、対人不適応をもたらす対人行動の改善には、その行動を方向付ける「目標」に焦点を当てる重

要性が指摘されている(濱口, 1992; 松尾・新井, 1997など)。本研究ではその1つとして、新たに、否定的評価を懸念し回避しようとする評価一回避目標に焦点を当てるなどを主張する。また、対人適応をもたらす積極的行動を方向付ける目標として、「友人関係で自己成長や楽しくポジティブな経験・感情を得られる可能性に関心を向けること」(経験・成長目標), 「友人から好かれたり受け入れられる可能性に関心を向けること」(評価一接近目標)の2つが重要であると考えられる。

次に、精神的健康に関する既存の研究に対しても示唆をもつと考えられる。抑うつを含めた精神的健康に関する従来の研究の多くは、「精神的に不健康な状態に陥ることを予防する」という、比較的「消極的な」発想が基になっていると考えられる。これに対して、本研究において友人関係の充実感を予測したユーストレス生成モデルは、「精神的に健康で適応的な状態を積極的に高める」という「積極的でポジティブな」発想の重要性を示唆するものである。本研究の結果から、精神的健康を積極的に促進・維持するための1つの方法として、経験の獲得及び自己成長を目指すことや、好かれたり受け入れられる可能性に関心を向けることを含む、「ポジティブな結果」や「ポジティブな可能性に関心を向けること」を意味する、接近目標(approach goal; Coats, Janoff-Bulman, & Alpert, 1996; Elliot, Sheldon, & Church, 1997)をもち、それに向かって物事を解釈したり振舞ったりすることが重要であると考えられる。すなわち、例えば、「友達とうまくやっていく」という同じ大きな目標をもつた場合でも、「友達から嫌われたり否定的な評価を受けないようにする」という回避目標を考えると、「友達から好かれたり肯定的な評価を得られることを考える」あるいは「友達との関わりの仕方を学ぶ」といった接近目標を考えるとでは、大きく異なると考えられる。本研究は後者の接近目標をもつ重要性を指摘する。

最後に、本研究は教育的介入に対しても示唆をもつものと考えられる。例えば、友人関係において他者からどう思われるかを気にして、臆病になつたりぎこちない振舞いをしてしまう子どもに対しては、評価でも嫌われたり否定的に評価される可能性でなく、好かれたり良い評価を得られる可能性に注意を向けさせ、積極的に関係構築をできるように促すことが考えられる。また、他者からの評価を気にせずに傍若無人に振舞い、他者から受容されない生徒に対しては、ネガティブな評価の回避(例えば、迷惑をかける振舞いをやめさせる)を意識させるのではなく、ポジティブな評価を得る努力(相手

に喜んでもらえるような振舞いを心がける)を促すという介入が考えられる<sup>4</sup>。

### 本研究の限界と今後の課題

本研究から、友人関係における目標志向性と抑うつの関係に介在するメカニズムはかなり明らかにされた。また、関連する既存の研究領域と教育的介入に対しても新たな知見と示唆をもたらしたと考えられる。しかしながら同時に、いくつかの問題点と課題も残されている。

第1に、本研究においては、ディストレス／ユーストレス生成モデルの対人行動過程しか検討していなかった。ディストレス／ユーストレスの生成には、行動過程以外に、認知・感情的過程が介在していることも考えられる。例えば、評価一回避目標をもつ者は、友人からネガティブな反応を受けることへの予期不安や注意を高め(cf. Elliot & Harackiewicz, 1996), その結果、(ネガティブな出来事が実際生じていない時でさえも)友人関係での出来事をネガティブに知覚しやすくなってしまうストレスを自らためこんでしまうという、ディストレス生成の認知・感情過程(「目標志向性→特定の対人情報や出来事への期待・注意→出来事のネガティブ／ポジティブな知覚→抑うつ」)が考えられる。

第2に、本研究では、経験・成長目標及び評価一接近目標からポジティブな出来事への直接的なパス、そして評価一回避目標から抑うつへの直接的なパスが示された。前者の結果は、2つの目標がポジティブな出来事を誘発するメカニズムとして、向社会的行動と関係構築・維持行動以外の対人行動、ないしは対人行動以外の変数が関与している可能性を示唆している。また、後者の結果は、評価一回避目標が抑うつをもたらすメカニズムとして、ユーストレスの非誘発の過程以外の過程が関係している可能性が考えられる。従って上記の認知・感情過程や素因ストレスモデルなどの抑

<sup>4</sup> 以上の議論の通り、本研究においては、Dweck & Leggett (1988) の理論が仮定しているような、「自己証明のために」良い評価を得ようとする評価一接近目標、ないしは「自己評価を他者からの評価に依存しているために」良い評価を得ようとする評価一接近目標が重要であるとは考えない。そうではなく、本研究では、「友人から好かれたり受け入れられる可能性に関心を向けて友人に接近させる」評価一接近目標、あるいは、「良好な関係構築のための1つの手段」として良い評価を得ようとする評価一接近目標をもつ重要性を示唆する。ただし、本研究においては、評価一接近目標を、「好かれたり受容される可能性への焦点化」や、「関係構築の1つの手段」として厳密に定義していないため、今後は、それを自己証明や他者評価への依存という意味を含めた評価一接近目標と区別して検討することが必要であろう。

うつ生起・非生起のメカニズムも含めて、これらの点について今後詳細に検討する必要がある。

第3に、本研究は横断的検討であり、予測された因果関係についての確証が得られたわけではない。今後は縦断的検討や実験により、ユーストレス生成の因果関係を検証していく必要があろう。

最後に、本研究で取り上げた抑うつは、臨床場面でみられるような重度の抑うつ(疾病単位としてのうつ病性障害)ではなく、日常的にみられる軽度の抑うつである。従って、本研究の結果は、そのまま子どものうつ病性障害に適用できないことを記しておかなければならぬであろう。

### 引用文献

- Coie, J.D., Dodge, K.A., & Kupersmidt, J.B. 1990 Peer group behavior and social status. In S. R. Asher, & J.D. Coie (Eds.), *Peer rejection in childhood*. New York : Cambridge University Press. Pp.17-59. (前田健一(訳) 1996 仲間集団行動と仲間内地位 山崎 晃・中澤 潤(監訳) 子どもと仲間の心理学—友だちを拒否するところ— 北大路書房 Pp.14-62.)
- Coats, E.J., Janoff-Bulman, R., & Alpert, N. 1996 Approach versus avoidance goals : Differences in self-evaluation and well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, **22**, 1057-1067.
- Davila, J., Hammen, C., Burge, D., Paley, B., & Daley, S.E. 1995 Poor interpersonal problem solving as a mechanism of stress generation in depression among adolescent women. *Journal of Abnormal Psychology*, **104**, 592-600.
- Dweck, C.S. 1996 Capturing the dynamic nature of personality. *Journal of Research in Personality*, **30**, 348-362.
- Dweck, C.S., & Leggett, E.L. 1988 A social-cognitive approach to motivation and personality. *Psychological Review*, **95**, 256-273.
- Dykman, B.M. 1998 Integrating cognitive and motivational factors in depression. *Journal of Personality and Social Psychology*, **74**, 139-158.
- Elliot, A.J., & Harackiewicz, J.M. 1996 Approach and avoidance achievement goals and intrinsic motivation : A mediational analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, **70**, 461-475.

- Elliot, A.J., Sheldon, K.M., & Church, M.A. 1997 Avoidance personal goals and subjective well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, **23**, 915-927.
- 濱口佳和 1992 挑発場面における児童の社会的認知と応答的行動に関する研究—仲間集団内での人気ならびに性の効果— 教育心理学研究, **40**, 420-427.
- Hammen, C. 1991 Generation of stress in the course of unipolar depression. *Journal of Abnormal Psychology*, **100**, 555-561.
- 橋本 剛 1997 大学生における対人ストレスイベント分類の試み 社会心理学研究, **13**, 64-75.
- Herzberg, D.S., Hammen, C., Burge, D., Daley, S.E., Davila, J., & Lindberg, N. 1998 Social competence as a predictor of chronic interpersonal stress. *Personal Relationships*, **5**, 207-218.
- 黒田祐二・桜井茂男 2001a 子どもの抑うつ研究の概観 筑波大学心理学研究, **23**, 129-138.
- 黒田祐二・桜井茂男 2001b 中学生の友人関係場面における目標指向性と抑うつの関係 教育心理学研究, **49**, 129-136.
- 松尾直博・新井邦二郎 1997 感情と目標が児童の社会的行動の選択に及ぼす影響 教育心理学研究, **45**, 303-311.
- 村田 豊 1993 小児期のうつ病 臨床精神医学, **22**, 557-563.
- 岡安孝弘・嶋田洋徳・丹羽洋子・森 俊夫・矢富直美 1992 中学生の学校ストレッサーの評価とストレス反応との関係 心理学研究, **63**, 310-318.
- Peterson, C. 2000 The future of optimism. *American Psychologist*, **55**, 44-55.
- 桜井茂男 1995 「無気力」の教育社会心理学—無気力が発生するメカニズムを探る— 風間書房
- 佐藤正二・佐藤容子・相川 充・高山 巍 1990 極端な引っ込み思案児の社会的適応と社会的スキル 宮崎大学教育学部紀要, **68**, 1-8.
- Seligman, M.E.P., & Csikszentmihalyi, M. 2000 Positive psychology : An introduction. *American Psychologist*, **55**, 5-14.
- 庄司一子 1991 社会的スキルの尺度の検討 教育相談研究, **29**, 18-25.
- 高比良美詠子 1998 対人・達成領域別ライフィベント尺度(大学生用)の作成と妥当性の検討 社会心理学研究, **14**, 12-24.
- Taylor, S.E., & Brown, J.D. 1988 Illusion and well-being : A social psychological perspective on mental health. *Psychological Bulletin*, **116**, 21-27.
- 戸ヶ崎泰子・坂野雄二 1997 母親の養育態度が小学生の社会的スキルと学校適応に及ぼす影響 教育心理学研究, **45**, 173-182.
- 外山美樹・桜井茂男 1999 大学生における日常的出来事と健康状態の関係—ポジティブな日常的出来事の影響を中心に— 教育心理学研究, **47**, 374-382.
- 外山美樹・桜井茂男 2000 自己認知と精神的健康的関係 教育心理学研究, **48**, 454-461.
- 辻井正次・幸 順子・本城秀次 1990 児童・思春期の抑うつ状態に関する研究—健常児童を対象として— 名古屋大学教育心理学紀要, **37**, 129-139.

## 謝 辞

本論文の作成にあたり、ご助言を頂きました筑波大学心理学系 新井邦二郎教授に心より感謝申し上げます。また、本研究の実施にあたり、快く協力して頂きました中学校の校長先生、担任の先生方、生徒のみなさんに、心より感謝申し上げます。

(2002.7.16 受稿, '03.1.9 受理)

## *Goal Orientation in Peer Relations and Depression Among Preadolescents : “Distress-Generation” and “‘Eustress’-Generation” Models*

YUJI KURODA (DOCTORAL PROGRAM IN PSYCHOLOGY, UNIVERSITY OF TSUKUBA) AND SHIGEO SAKURAI  
(INSTITUTE OF PSYCHOLOGY, UNIVERSITY OF TSUKUBA) JAPANESE JOURNAL OF EDUCATIONAL PSYCHOLOGY, 2003, 51, 86—95

In the present study, we examined 2 mechanisms that may mediate between goal orientation in peer relations and depression. According to Dykman's (1998) proposal, we examined Hammen's (1991) stress-generation model as one of these mechanisms. Furthermore, we expanded the stress-generation model by proposing and examining a “eustress’-generation model,” which hypothesizes that adaptive interpersonal behavior → generation of positive interpersonal stress →(non) depression. We renamed the existing stress-generation model, which predicts that negative interpersonal stress will be generated, as the “distress-generation model.” Kinds of goal orientation investigated were : (1) interpersonal experience/growth (the goal of developing oneself by acquiring interpersonal experiences), (2) performance approach (the goal of obtaining positive personality evaluations in peer relations), and (3) performance avoidance (the goal of avoiding negative personality evaluations in peer relations). The results were as follows : (1) A high interpersonal experience/growth goal led to low depression through prosocial or relationship-maintenance behavior and ‘eustress’-generation. (2) A high performance-approach goal led to low depression through relationship-maintenance behavior and ‘eustress’-generation. (3) A high performance-avoidance goal contributed to high depression because that did not generate relationship-maintenance behavior or interpersonal ‘eustress’.

Key Words : goal orientation, peer relationship, distress-generation, eustress-generation, depression