

論文要約

本研究は、中学生の友人関係における目標志向性が抑うつ傾向に与える影響について検討することを目的として行われた。11の実証的研究により、友人関係における目標志向性と抑うつ傾向との関係、及び、その関係に介在するメカニズムが明らかにされた。

まず、第1部において、本研究の背景と、先行研究の問題点の指摘、及び本研究の目的が論じられた。

ストレス社会といわれる現代は、青年や成人のみならず、子どもの抑うつ傾向も増加する傾向にある（村田，1993）。子どもの抑うつ傾向は、不登校や引きこもり、自殺とも関係する重要な現象であり、子どもを対象として、抑うつ傾向の発生メカニズムを検討する必要がある。

抑うつ傾向の発生メカニズムを検討するにあたり、「目標志向性（生活の様々な場面において目指していることの方向性）」などの動機づけ的な要因から抑うつ傾向の発生を予測することが有効である（Dykman, 1998；桜井, 1995）。そして、抑うつ傾向は、対人関係の問題と大きく関係しており（Hammen, 1999）、思春期においては、特に対人関係の内、友人関係におけるストレスが抑うつ傾向と強く関係していることが示されている（岡安他, 1992）。

以上を踏まえると、子ども、その中でも特に、抑うつ傾向の発生率の高くなる中学生を対象として、友人関係における目標志向性が抑うつ傾向に与える影響について検討することが重要である。

友人関係における目標志向性が抑うつ傾向に与える影響に関しては、Dweck & Leggett (1988) が理論化を試みている。Dweck & Leggett の理論では、友人関係において、「様々な他者と関わるという経験を通して自

己の成長を目指す」経験・成長目標をもつ子どもは、抑うつ傾向を示しにくく、「性格について良い評価を得て、悪い評価を避けようとする」評価目標をもつ子どもは、抑うつ傾向を示しやすいと仮定されていた。

これに対して、本研究では、Dweck & Leggett の理論における「評価目標が抑うつ傾向を促進する」という仮説に、問題点があることを指摘した。つまり、近年の学業領域における目標志向性や承認欲求に関する研究を踏まえ、評価目標でも、性格についての「悪い評価」に関心を示す「評価一回避目標」は、抑うつ傾向を促進するが、性格についての「良い評価」に関心を示す「評価一接近目標」は、むしろ、抑うつ傾向を抑制するであろうと仮定した。本研究の第1の目的は、経験・成長目標と抑うつ傾向との負の関係を含む、以上の仮説を検討することであった。

では、友人関係における3つの目標と抑うつ傾向とは、何故上記のような関係になるのであろうか。従来、目標志向性と抑うつ傾向との関係に介在するメカニズムとしては、「素因ストレスモデル」と「ストレス生成モデル」の2つが提唱されていた (Dykman, 1998)。素因ストレスモデルとは、「目標志向性が、ストレスが発生した時に、その影響を増長（ないし緩和）することにより、抑うつ傾向を促進（ないし抑制）する」というモデルである。他方、ストレス生成モデルとは、「目標志向性が、対人行動を通して、ストレス（ネガティブな出来事）を誘発（ないし抑制）することにより、抑うつ傾向を促進（ないし抑制）する」というモデルである。

これに対して、本研究では、目標志向性と抑うつ傾向との関係には、より多様なメカニズムが介在していると考え、新たなモデルを提唱した。すなわち、近年のストレス研究における、「ストレスにもネガティブな出来事である『ディストレス (distress)』と、ポジティブな出来事である

『ユーストレス (eustress)』の2つがある」という知見 (外山・桜井, 1999 など) を踏まえて, ディストレスのみに焦点を当てていたストレス生成モデルを拡張し, 「目標志向性→対人行動→ユーストレス (ポジティブな出来事) の誘発 (ないし非誘発) →抑うつ傾向の抑制 (ないし促進)」という, 「ユーストレス生成モデル」を提唱した (以後, 従来のストレス生成モデルを「ディストレス生成モデル」と呼ぶ)。

さらに, 本研究では, 従来のストレス生成モデルにおける, ストレスの定義, 及びストレスを引き起こす対人行動の過程を拡張し, 新たな過程を提唱した。つまり, 従来のストレス生成モデルでは, 「ストレス」を「(第三者から) 客観的に測定されるネガティブな刺激 (ストレッサー)」としてしか捉えられていなかった。そして, このストレスは, 主に対人行動により引き起こされると考えられてきた (これを以後, 「ストレス生成モデルの行動過程」と呼ぶ)。これに対して, 本研究では, 「出来事のネガティブに偏った主観的な知覚」もストレスの1つであると仮定し, このストレスの知覚に影響する要因として, 「拒否への予期・感受性」という, 認知・感情的要因を新たに仮定した。この新しいプロセスを, 「ストレス生成モデルの認知・感情過程」と呼び, 友人関係における目標志向性と抑うつ傾向との関係に介在するメカニズムとして仮定した。そして, ストレス生成モデルの認知・感情過程を, ユーストレスの生成プロセスにも応用した (「目標志向性→受容への期待・感受性→ポジティブに偏った出来事の知覚→非抑うつ傾向」)。

本研究の第2の目的は, 以上の素因ストレスモデル, 及びディストレス/ユーストレス生成モデル (それぞれ行動過程と認知・感情過程) から, 友人関係における目標志向性と抑うつ傾向との関係に介在するメカニズムを, 詳細に検討することであった。

第2部においては、上述の2つの目的を検討するために、実証的な研究が行われた。

研究1から研究4では、第1の目的が検討された。まず、研究1において、これまでに作成されてこなかった、友人関係における経験・成長目標、評価-接近目標、評価-回避目標を測定できる尺度を開発した。尺度の信頼性と妥当性を検討した結果、十分な信頼性と妥当性を備えた尺度であることが示された。

次に、研究2において、研究1で作成された尺度を用いて、3つの目標と抑うつ傾向との関係を検討した。その結果、Dweck & Leggett (1988)の仮説通り、経験・成長目標は抑うつ傾向と負の関係を示し、評価-回避目標は抑うつ傾向と正の関係を示すが、Dweck & Leggettの仮説に反して(本研究の仮説通り)、評価-接近目標は抑うつ傾向と負の関係を示すことが見出された。以上の結果は、学年・男女の別を問わず示された。

また、研究3では、評価-接近目標ないし評価-回避目標がそれぞれ自尊心と交互作用して抑うつ傾向に影響を与えているかどうかについて検討した。結果から、評価-接近目標ないし評価-回避目標が、自尊心と交互作用して抑うつ傾向を予測することは示されず、それぞれ単独で抑うつ傾向に影響していることが示された。

さらに、研究4では、友人関係における目標志向性と、抑うつ傾向の他の重要な素因の1つであり、先行研究で検討されることの多い原因帰属スタイルとで、どちらが抑うつ傾向の予測力が高いかを比較した。その結果、目標志向性は原因帰属スタイルと同じかそれ以上の抑うつ傾向の予測力をもつことが示され、目標志向性から抑うつ傾向を予測することの有効性が確認された。

研究5から研究11においては、第2の目的が検討された。

まず、研究5から研究7においては、素因ストレスモデルが検討された。

研究5では、友人関係における3つの目標がストレスのネガティブな影響を緩和ないし増長することにより、抑うつ傾向の発生を抑制ないし促進しているかどうかを検討した。その結果は次の通りであった。

(1) 経験・成長目標は、ストレスのネガティブな影響を緩和することにより、抑うつ傾向の発生を阻止する。

(2) 評価-接近目標は、ストレスのネガティブな影響を緩和も増長もしない。

(3) 評価-回避目標は、ストレスのネガティブな影響を増長することにより、抑うつ傾向の発生を促進する。

研究6と研究7においては、3つの目標が、何故、ストレスの影響を緩和ないし増長するか（あるいは緩和も増長もしないか）を説明するために、3つの目標とストレス対処方略及びストレス認知との関係を検討した。2つの研究から、以下の結果が見出された。

(1) 経験・成長目標は、友人関係でストレスが発生した時、ストレスに対する嫌悪的な認知を抑制するわけではない（研究7）が、ストレス源となった相手との関係を積極的に修復しようとしたり、ストレスを「経験の獲得や自己成長のための良い機会である」とポジティブに捉える対処方略（ポジティブ関係方略）を促進する（研究6）。

(2) 評価-接近目標は、友人関係でストレスが発生した時、ストレス源となった相手との関係を積極的に修復しようとする対処方略（ポジティブ関係方略）をとる一方で、ストレス源となった相手との関係を放棄して、別の友人関係を深めたり、新たに求めたりする対処方略（ネガティブ関係-接近方略）も促進する（研究6）。また、ストレスに対する嫌

悪的な認知を抑制するわけでも促進するわけでもない（研究7）。

（3）評価－回避目標は、友人関係でストレスが発生した時、ストレスに対するネガティブな認知を促進し（研究7）、ストレス源となった相手との関係を放棄するのみならず、全ての友人関係を放棄しようとする対処方略（ネガティブ関係－回避方略）を促進する（研究6）。

次に、研究8から研究11において、友人関係における3つの目標と抑うつ傾向との関係に介在するもう1つのメカニズムである、ディストレス／ユーストレス生成モデルの検討を行った。

まず、研究8と9では、ディストレス／ユーストレス生成モデルの行動過程を、横断的及び縦断的に検討した。2つの研究から以下の結果が見出された。

（1）経験・成長目標の高い生徒は、関係構築・維持のために友人に積極的に働きかけたり、親切で友好的な振る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、結果として抑うつ傾向に陥りにくい（ユーストレス生成モデルの行動過程）。

（2）評価－接近目標の高い生徒は、関係構築・維持のための友人への積極的な振る舞い（接近行動）をすることにより、ポジティブな出来事を経験でき、その結果、抑うつ傾向に陥りにくい（ユーストレス生成モデルの行動過程）。

（3）評価－回避目標の高い生徒は、友人との関係構築・維持のための積極的な振る舞いができない（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傾向に陥りやすい（ユーストレス生成モデルの行動過程）。

次に、研究10と11では、ディストレス／ユーストレス生成モデルの認知・感情過程を、横断的及び縦断的に検討した。2つの研究から見出

された結果は、次の通りであった。

(1) 経験・成長目標と抑うつ傾向との負の関係に関しては、ディストレス/ユーストレス生成モデルの認知・感情過程が介在することはなかった。

(2) 評価-接近目標の高い生徒は、友人から受容的な反応を得られることに期待と関心を向けるため、友人からの反応をポジティブに感じ取りやすくなる。その結果、抑うつ傾向の発生が阻止される。

(3) 評価-回避目標と抑うつ傾向との正の関係に関しては、ディストレス/ユーストレス生成モデルの認知・感情過程が介在することはなかった。

研究5から研究11までの研究の結果から、友人関係における3つの目標と抑うつ傾向との関係に介在するメカニズムは、次のようにまとめられる。

まず、経験・成長目標と抑うつ傾向との負の関係については、経験・成長目標の高い生徒は、①友人関係においてストレスが生じた時、友人関係を積極的に修復しようとしたり、ストレスを「経験の獲得や自己成長の機会である」とポジティブに認知する対処方略を行うことで、ストレスのネガティブな影響を受けにくくなるために(素因ストレスモデル)、また、②友人関係を構築・維持するための積極的な振る舞いや向社会的な行動をとることにより、ポジティブな出来事を数多く経験できるために(ユーストレス生成モデルの行動過程)、抑うつ傾向に陥らない。

次に、評価-接近目標と抑うつ傾向との負の関係については、評価-接近目標の高い生徒は、①友人関係を構築・維持するための行動を積極的に行い、その結果、ポジティブな出来事をたくさん経験できるために(ユーストレス生成モデルの行動過程)、また、②友人関係において友人

からの受容的な反応に期待が向きやすくなり、その結果、友人からの反応をポジティブに感じ取りやすくなるために（ユーストレス生成モデルの認知・感情過程）、抑うつ傾向に陥らない。

最後に、評価一回避目標と抑うつ傾向との正の関係については、評価一回避目標の高い生徒は、①友人関係でストレスが生じた時に、それをネガティブに認知し、友人関係全般から引きこもることにより、ストレスの影響を受けやすくなるために（素因ストレスモデル）、また、②友人関係を構築・維持するための行動を積極的に行うことができず、その結果、ポジティブな出来事をほとんど経験できないために（ユーストレス生成モデルの行動過程）、抑うつ傾向に陥る。

第3部では、第2部における実証的検討の結果を踏まえて、本研究が総括された。本研究において見出された新たな知見は、既存の目標志向性に関する研究、抑うつ傾向の素因に関する研究、抑うつ傾向の発生メカニズムに関する研究、精神的健康に関する研究の、さらなる発展に貢献するものであることが論じられた。また、本研究における限界と今後の課題についても論じられた。