

曖昧さ耐性と精神的健康の関連について

—わりきり志向および目標への関与の媒介効果についての検討—
友野隆成 (宮城学院女子大学学芸学部)

キーワード: 曖昧さ耐性, わりきり志向, 目標への関与, 抑うつ, 主観的幸福感

目的

曖昧さ耐性の低さは、精神的不健康に繋がりやすい傾向があることが示唆されている(友野・橋本, 2006; 友野, 2010 など)。その要因の1つとして、曖昧さ耐性が低い者はすぐに諦める(Lazarus & Folkman, 1984)ことが挙げられる。

一方、村山・及川(2005)は、行動レベルで回避的であっても、目標レベルで回避的でなければ不適応的にならないことを示唆している。そのことを踏まえ、Asano, Ishimura, & Kodama(2014)は、目標レベルでの諦めであるわりきりの有効性認知が行動レベルでの諦めである目標への再関与を媒介して精神的健康に正の関連があることを示した。これらのことを踏まえると、曖昧さ耐性が低くとも諦め方が適応的であれば精神的健康を維持できるかもしれないことが仮定される。

そこで本研究では、曖昧さ耐性がわりきりの有効性認知と目標への再関与を媒介して精神的健康と関連を示すかどうかを検討することを目的とする。

方法

調査協力者 (株)クロス・マーケティングのリサーチ専門データベースに登録されたモニターの大学生計300名(男性150名, 女性150名; 平均年齢=20.87歳, SD=1.50歳)であった。回答に際し、あらかじめ全ての項目が任意回答であることを伝えるなどの倫理的配慮を行った。

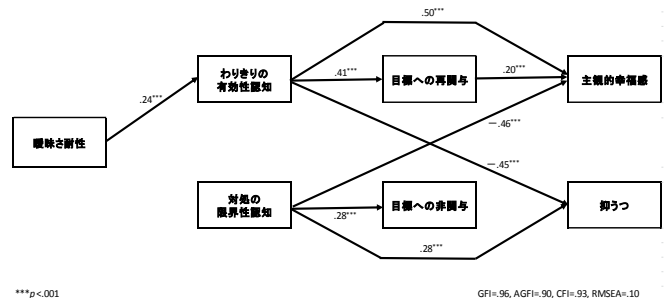
測度 ①曖昧さ耐性 新版曖昧さ耐性尺度(友野, 2013; Tomono, 2014)を用いた(5件法24項目)。この尺度は、個人が曖昧さにどの程度耐えることができるかを測定するものであり、“曖昧さを統制する能力(項目例: 将来のことがはっきりしていない状態に、耐えることができる。)”“曖昧さを楽しむ能力(項目例: 先行きが見通せない状況を、楽しめる。)”という2つの下位尺度がある。本研究では、全項目および下位尺度ごとにそれぞれ合計得点を算出して使用した。②わりきり志向 わりきり志向尺度(浅野, 2010)を用いた(7件法9項目)。この尺度は、個人の目標レベルでの諦めを測定するものであり、“わりきりの有効性認知(項目例: 考え込むよりもわりきって次に進もうと思う)”“対処の限界性認知(項目例: 自分の限界を超えるようなことはあきらめた方がいいと思う)”という2つの下位尺度がある。本研究では、下位尺度ごとにそれぞれ合計得点を算出して使用した。③目標への関与 目標への関与尺度(浅野・小玉, 2009)を用いた(5件法25項目)。この尺度は、個人の行動レベルでの諦めを測定するものであり、“目標への再関与:(1)新たな目標の設定(項目例: 新しい目標を見つけようとする), (2)コミットメントの発生(項目例: 新しい目標には価値があると考える), (3)目標への活動化(項目例: 新しい目標に向けて挑戦し始める)”“目標への非関与:(1)達成意欲の消失(項目例: 目標を

達成するための行動をしなくなる), (2)認知的回避(項目例: 目標と関連したことは考えなくなる)”という2つの下位尺度がある。本研究では、下位尺度ごとにそれぞれ合計得点を算出して使用した。④抑うつ CES-D日本語版(島・鹿野・北村・浅井, 1985)を用いた(4件法20項目)。この尺度は、個人の抑うつ状態の程度を測定するものである。本研究では、全項目の合計得点を算出して使用した。⑤主観的幸福感 主観的幸福感尺度(伊藤・相良・池田・川浦, 2003)を用いた(4件法20項目)。この尺度は、個人が主観的に感じている幸福度の程度を測定するものである。本研究では、全項目の合計得点を算出して使用した。

調査時期 2018年2月上旬であった。

結果

Asano, et al. (2014)のモデルを参考に、パス解析を行った。その結果、曖昧さ耐性はわりきりの有効性認知、目標への再関与を媒介して主観的幸福感に正の関連を示していた。一方、対処の限界性認知および目標への非関与の媒介を仮定したパスはいずれも有意ではなかった(Figure 1)。



***p<.001

GFI=.96, AGFI=.90, CFI=.93, RMSEA=.10

Figure 1. 曖昧さ耐性, わりきり志向, 目標への関与, 精神的健康の関連

考察

パス解析の結果、曖昧さに耐えられるほどうまくわりきることができ(目標レベルでポジティブに諦めることができ)、次の目標へ移行しやすく(行動レベルでポジティブに諦めることができ)、精神的に健康であることが示された。この結果は、Asano, et al. (2014)に沿うものであり、曖昧さ耐性の低さの不適応的側面の一部も再確認された。一方、曖昧さに耐えられなくとも、必ずしもネガティブな諦め方をして精神的不健康に繋がるわけではないことも示された。これらのことを踏まえると、曖昧さ耐性の低い者はネガティブな諦め方しかできないわけではなく、寧ろポジティブな諦め方できないだけである可能性が示唆される。今後は、曖昧さ耐性の低い者にポジティブな諦め方を身に付けさせるなどの介入についての検討が重要であると考えられる。

(利益相反開示; 発表に関連し、開示すべき利益相反関係にある企業などはありません。)

(TOMONO Takanari)