

# 認知的方略の違いが大学生の友人関係における 動機・目標及び対人ストレスコーピングに与える影響

原 実 里

## 問題と目的

### 第1節 認知的方略について

認知的方略 (cognitive strategy) とは、問題状況に直面した際、人が目標や行動に向かうための認知的な計画・予期・努力の一貫したパターン (Norem, 1989) のことである。Norem & Cantor (1986) は、認知的方略について、過去の認知と将来への期待の組み合わせにより、「方略的楽観主義 (strategic optimism; SO)」、[「防衛的悲観主義 (defensive pessimism; DP)」、[「非現実的楽観主義 (unjustified optimism; UO)」、[「真の悲観主義 (regular/realistic pessimism; RP)」]の4つに分類した。1つ目の「方略的楽観主義」は、過去に対してポジティブに認識し、将来に対しても高い期待を設定するというパターンである。2つ目の「防衛的悲観主義」は、過去に対してはポジティブに認知するが、将来に対しては低い期待を設定するというパターンである。3つ目の「非現実的楽観主義」は、過去に対してはネガティブに認知するが、将来に対しては高い期待を設定するというパターンである。4つ目の「真の悲観主義」は、過去に対してネガティブな認知を持ち、将来に対しても低い期待を設定するというパターンである。

Chang & Asakawa (2003) によると、防衛的悲観主義は不安や悲観性の高いアジアにおいて、より適用可能性が高いとされている。また、日本における検討意義が高い概念であるとされている (Hosogoshi & Kodama, 2005)。しかし、認知的方略を分類するための尺度はなく、比較検討もほとんど行われていない。そのため、4つの認知的方略を比較し、類似点や差異点を明確にすることでより幅広い理解や有効性の検討ができると考える。

### 第2節 認知的方略と目標志向性の関係

それぞれの認知的方略を採用する者は、目標を追求・達成するための方法も異なるとされている (Norem & Chang, 2002)。光浪 (2010 a) は、達成動機や目標志向性が学習行動に及ぼす影響について認知的方略別に検討を行い、方略的楽観主義者・非現実的楽観主義者は達成欲求が高く熟達目標を持ち、防衛的悲観主義者は達成欲求が高く、遂行接近目標と遂行回避目標の両方を持つことを示した。達成目標理論は社会的場面にも適用できるとされており、黒田・桜井 (2001) は、友人関係場面における3つの目標志向性を提唱している。

これまでの認知的方略に関する研究は学業場面を扱ったものが大半であるが (光浪, 2010 b)、集団を重んじる我が国では対人関係が重要な意味を持つため、社会や学校など様々な対人場面において、どのような認知的方略を採用するのが適応的であるかを検討することは重要な意味があると考えられる。

### 第3節 対人ストレスと友人関係の関係

現代社会はストレス社会と呼ばれ、今ではストレスという言葉は日常語として定着し、ストレスと健康の関連性やストレスと対人関係の関連 (崔, 2015) など、様々な研究がなされている。このことから、ストレスに関する知識やストレスへの対処方法などに関心が高まっていることが分かる。

外山・桜井 (1998) は、特に青年期はアイデンティティを確立する段階として、心身ともに大人に向かい、社会へ進出する準備の中で様々なストレスや不安を感じると指摘している。また、ストレスの中でも対人ストレスは、ストレスフルな出来事の中で比較的大きな割合を占めていることが知られており (加藤, 2000)、Sasaki & Yamazaki (2006) は、大学新入生が直面するストレスフルな出来事の上位に男女とも対人関係が挙がることを明

らかにした。

遠矢 (1996) によると、友人関係は青年期において最も重要な人間関係であり、青年期における友人関係に関しては、個人の精神的健康を促進し (丹野, 2007)、情緒的な拠り所となる (柴橋, 2004) ことが示されている。一方、友人関係においてストレスを感じる者は、他の要因でストレスを感じている者より精神的健康度が著しく低くなることが示されている (河村, 2004)。そのため、友人関係におけるストレスへの対処法 (コーピング) について検討する必要があると考えられる。

#### 第 4 節 目標志向性とコーピングの関係

加藤 (2006) によると、個人の目標はコーピングの選択やコーピングが精神的健康に及ぼす過程に関与している。また、黒田・桜井 (2003) は、個人の持つ目標と対人ストレスコーピングについて、経験・成長目標を持つ者はポジティブ関係コーピングを用い、評価-回避目標を持つ者は解決先送りコーピングを用いることを示した。そして、評価-接近目標を持つ者はポジティブ関係コーピング、解決先送りコーピング及びネガティブ関係-接近コーピングを用いることを明らかにした。以上のことから、友人関係における動機・目標と対人ストレスコーピングには関連があることが示された。

光浪 (2012) により、方略的楽観主義者・非現実的楽観主義者は親和願望に動機づけられ、経験・成長目標を設定しやすく、積極的・援助的な対人行動をとることが示され、防衛的悲観主義者・真の悲観主義者は拒否不安が高いことが示された。防衛的悲観主義者は積極的・援助的な対人行動をとる傾向があるが、真の悲観主義者では見られず行動面で異なることが示された。このことから、それぞれの認知的方略によって動機・目標とコーピングとの関係にも違いがあるのではないかと考えられる。

本研究では、青年期にあたる大学生を対象に、友人関係における動機および目標志向性と対人ストレスコーピングの関係が 4 つの認知的方略群で異なるか検討することを目的とする。

光浪 (2012) および黒田・桜井 (2003) の結果から仮説モデルを示す (Figure 1)。光浪 (2012) の結果から、親和願望は経験・成長目標、評価-接近目標の正の予測変数に、拒否不安は評価-接近目標、評価-回避目標の正の予測変数になると予想される。また、黒田・桜井 (2003) の結果から、経験・成長目標はポジティブ関係コーピング、評価-接近目標はポジティブ関係コーピング及び解決先送りコーピング、評価-回避目標はネガティブ関係コーピングの正の予測変数になると予想される。

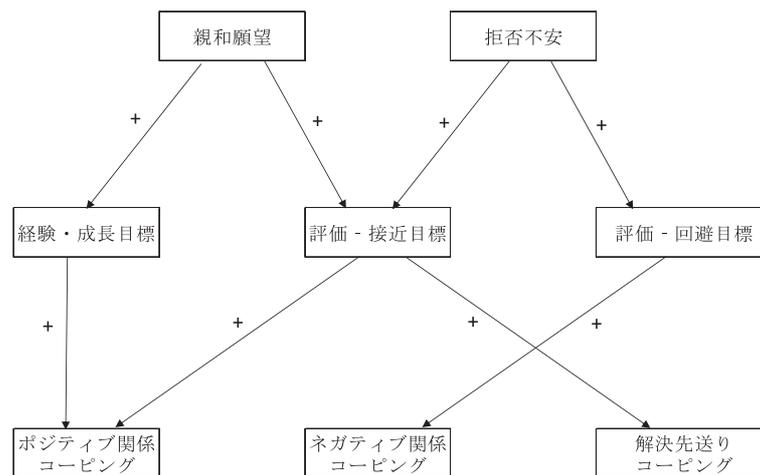


Figure 1 対人関係における動機、目標志向性、対人ストレスコーピングの仮説モデル

## 方 法

### 1. 調査対象者

西日本の大学の大学生 481 名に調査を行い、回答に不備のあった 43 名を除く 438 名 (女性 372 名, 男性 66 名)

を最終的な分析対象とした。平均年齢は 19.65 歳 ( $SD = 1.08$  歳) だった。

## 2. 調査実施時期

2019 年 6 月から 10 月に講義の後の時間を利用して実施した。

## 3. 質問紙の構成

### (1) 認知的方略群を設定するための質問項目

光浪 (2010b) により作成された過去認知 (5 項目) と将来期待 (5 項目) に関する尺度を使用した。各項目について、「全く当てはまらない」「やや当てはまらない」「まあまあ当てはまる」「非常に当てはまる」の 4 件法で回答を求めた。

### (2) 防衛的悲観主義尺度

Hosogoshi & Kodama (2005) により作成された日本語版対処的悲観性尺度 (J-DPQ) の 11 項目を使用した。本研究で設定する認知的方略群の妥当性を検討するために使用した。各項目について、「全く当てはまらない」「当てはまらない」「どちらかといえば当てはまらない」「どちらかといえば当てはまる」「当てはまる」「非常に当てはまる」の 6 件法で回答を求めた。

### (3) 対人関係における動機に関する質問項目

達成動機尺度 (AMS-R) を参考に、光浪 (2012) によって作成された動機に関する質問項目 25 項目を使用した。対人関係における成功接近的な動機及び失敗回避的な動機を測定するために使用した。各項目において、4 件法で回答を求めた。

### (4) 対人関係における目標志向性に関する質問項目

黒田・桜井 (2001) により作成された対人関係場面における目標志向性尺度の 25 項目を使用した。目標志向性における経験・成長目標、評価-接近目標、評価-回避目標を測定するために使用した。各項目について、4 件法で回答を求めた。

### (5) 対人ストレスコーピングに関する質問項目

加藤 (2000) により作成された「ポジティブ関係コーピング」, 「ネガティブ関係コーピング」, 「解決先送りコーピング」の下位尺度からなる大学生用ストレスコーピング尺度 (ISI) の 34 項目を使用した。各項目において、4 件法で回答を求めた。

### (6) 基本属性

回答者の性別・年齢について回答を求めた。

## 4. 倫理的配慮

調査前に、研究の目的は大学生全体の傾向について把握することであり、個人の回答を問題にしたり、評価したりすることはないこと、回答は統計的に処理され、研究目的以外では公表されることがないこと、研究終了後、質問紙はシュレッダーをした後に破棄すること、調査への参加は自由であり、調査に参加しないことにより学業成績などの不利益はないこと、調査の途中でも回答をやめることができることを記載した説明書を配布し、同じ内容を口頭でも説明した。そして、同意する場合のみ調査に参加してもらった。また、無記名での回答を求めた。最終的には、回答済の質問紙の提出をもって研究協力への合意とみなした。

## 結 果

### 第 1 節 測定された尺度の因子分析

#### 第 1 項 対人関係における動機尺度について

24 項目について因子分析 (主因子法・Promax 回転) を行った。解釈可能性を考慮して 2 因子解を採用した。負荷量が .35 以下の 1 項目を除外した 23 項目で再度因子分析を行った結果を Table 1 に示す。第一因子は「親和願望」、第二因子は「拒否不安」と命名した (順に、 $\alpha = .92, .81$ )。信頼性が確認されたことから、各下位尺度に

Table 1 対人関係における動機尺度の因子分析結果

項目	因子	
	I	II
I. 親和願望 ( $\alpha = .92$ )		
16. できるだけ多くの友達を作りたいし, 作れると思う。	<b>.80</b>	.01
18. 友達になるために, 自分から積極手に話しかけたりする。	<b>.77</b>	.10
2. 初対面の人が多い時, その人たちと仲良くなりたと思う。	<b>.76</b>	.21
1. 新しい友達をつくるのが好きだ。	<b>.76</b>	.07
9. 新しい友達をつくるのが苦手だ。(R)	<b>-.76</b>	.15
22. 初対面の人とでも, すぐに打ち解けて, 話ができる。	<b>.70</b>	-.05
5. 初対面の人とは, あまり話をしようと思わない。(R)	<b>-.70</b>	.01
15. 知り合いが増えるのは楽しい。	<b>.69</b>	.12
10. 知らない人でも, すぐ仲良くなれる。	<b>.69</b>	-.07
13. 飲み会やイベントなど, 人が集まる場所にいき, 人の輪を広めるのが好きだ。	<b>.66</b>	.11
23. 多くの人と関わらなければならない場所には, できるだけ行きたくなくと思う。(R)	<b>-.59</b>	.09
14. 傷つくのが嫌なので, なるべく人と関わりたくなくと思う。(R)	<b>-.57</b>	.25
12. 友達といるよりも, 一人であるほうがいい。(R)	<b>-.53</b>	.06
20. 多くの友人に囲まれる自分を目指している。	<b>.52</b>	.35
11. 友人間のいざこざを考えると, 友達を作るのがおっくうになる。(R)	<b>-.50</b>	.12
7. 友人関係で悩むくらいなら, 友達などいらぬ。(R)	<b>-.47</b>	-.05
II. 拒否不安 ( $\alpha = .81$ )		
19. 友達と一緒にいても, いずれ嫌われるのではないかと不安になる。	-.09	<b>.77</b>
17. みんなと違うことをし, 仲間外れにされないかと不安になる。	-.07	<b>.75</b>
6. 友達に嫌われるのではないかと心配することがある。	-.01	<b>.73</b>
24. 仲間外れにされるのが怖い。	.09	<b>.72</b>
3. 嫌われるのではないかとと思うと, なかなか友達がつかれない。	-.41	<b>.56</b>
21. 一人になるのが怖い。	.14	<b>.47</b>
8. 大勢と知り合う場では, 張り切ってしまう。	.29	<b>.36</b>
因子間相関		
	I	II
	I	-.05

注. (R) は逆転項目を表す。

Table 2 目標志向性尺度の因子分析結果

項目	因子		
	I	II	III
I. 経験・成長目標 ( $\alpha = .88$ )			
16. 違う考えを持つ友だちとも知り合いになって, 色々話してみたい。	<b>.72</b>	.01	-.04
19. 自分とは違った考えを持つ友だちの話を聞いてみたい。	<b>.71</b>	.05	.00
22. 友だち関係の中で, 自分を成長させていきたい。	<b>.71</b>	.13	.09
9. 友だち関係の中で色々な経験をしていきたい。	<b>.69</b>	.04	.01
1. 自分とは違った性格を持つ友達と付き合ってみることも大切だ。	<b>.68</b>	-.07	.05
10. 友だちと喧嘩することも, 自分を磨く良いチャンスだと思う。	<b>.67</b>	-.15	-.04
14. 友だちと言いつ争うことも良い経験になる。	<b>.64</b>	-.07	-.08
2. 自分を深めるために, 自分とは違った考え方を聞いていることも大切である。	<b>.63</b>	-.06	.09
25. 友だち関係の中で, 自分がどれだけ成長していくか楽しみである。	<b>.60</b>	.12	-.02
5. 友だちからどう思われているのか気にして何もしないよりも, 積極的に友だちに働きかけてみようと思う。	<b>.51</b>	.08	-.11
II. 評価-接近目標 ( $\alpha = .88$ )			
17. みんなから「良い人だ」と言われたい。	-.04	<b>.89</b>	-.04
20. 「他の友だちよりも好感のもてる人である」と言われたい。	-.06	<b>.83</b>	-.04
18. 友だちに, 自分が好人物であるという印象を与えたい。	.03	<b>.81</b>	.00
11. たくさんの友だちから好かれる性格を持ちたい。	.09	<b>.76</b>	-.08
6. 他の友だちよりも好ましい人でありたい。	-.04	<b>.61</b>	.10
3. 他のどの友達よりも良い性格を持ちたい。	.09	<b>.39</b>	.26
III. 評価-回避目標 ( $\alpha = .87$ )			
12. 自分の嫌なところを友だちに知られないよう努力している。	.05	-.20	<b>.89</b>
21. 自分の性格の嫌なところを隠そうと努力している。	.01	-.06	<b>.79</b>
8. 自分の性格の悪いところを友だちに見られないようにする。	-.01	-.05	<b>.78</b>
4. 自分の性格の嫌なところがでてしまうような状況は絶対に避けたい。	-.06	.18	<b>.61</b>
23. 友だちに悪い印象を与えることだけは避けたい。	-.01	.25	<b>.58</b>
15. いつも, 自分の性格について悪く言われるのを避けようとしている。	-.09	.13	<b>.55</b>
因子間相関			
	I	II	III
	I	-.32	-.01
	II	-	.48

含まれる項目の得点を加算したものをそれぞれの尺度得点とした。

第2項 目標志向性尺度について

25項目について因子分析（主因子法・Promax 回転）を行った。解釈可能性を考慮して3因子解を採用した。負荷量が .35以下の3項目を除外した22項目で再度因子分析を行った結果を Table 2 に示す。第一因子は「経験・成長目標」、第二因子は「評価-接近目標」、第三因子は「評価-回避目標」と命名した（順に、 $\alpha = .88, .81, .87$ ）。信頼性が確認されたことから、各下位尺度に含まれる項目の得点を加算したものをそれぞれの尺度得点とした。

第3項 対人ストレスコーピング尺度について

34項目について因子分析（主因子法・Promax 回転）を行った。解釈可能性を考慮して3因子解を採用した。負荷量が .35以下の2項目を除外した32項目で再度因子分析を行った結果を Table 3 に示す。第一因子は「ポジティブ関係コーピング」、第二因子は「ネガティブ関係コーピング」、第三因子は「解決先送りコーピング」と命名した（順に、 $\alpha = .86, .80, .81$ ）。信頼性が確認されたことから、各下位尺度に含まれる項目の得点を加算したものをそれぞれの尺度得点とした。

Table 3 対人ストレスコーピング尺度の因子分析結果

項目	因子		
	I	II	III
<b>I. ポジティブ関係コーピング (<math>\alpha = .86</math>)</b>			
34. 相手のことをよく知ろうとした。	<b>.67</b>	-.12	-.09
21. 人間として成長したと思った。	<b>.67</b>	.01	.10
18. 積極的に関わろうとした。	<b>.65</b>	.01	-.19
30. 積極的に話をするようにした。	<b>.64</b>	.08	-.04
32. これも社会勉強だと思った。	<b>.63</b>	.06	.24
17. この経験で何かを学んだと思った。	<b>.61</b>	.03	.10
7. あいさつするようにした。	<b>.54</b>	-.03	.02
11. 相手の良いところを探そうとした。	<b>.54</b>	-.17	-.02
15. 自分の存在をアピールした。	<b>.54</b>	.35	-.13
8. たくさんの友人を作ることにした。	<b>.51</b>	.10	-.07
19. 自分の意見を言うようにした。	<b>.48</b>	.07	.03
1. 自分のことを見つめ直した。	<b>.42</b>	-.03	.02
9. 反省した。	<b>.40</b>	-.07	-.11
4. 相手の気持ちになって考えてみた。	<b>.40</b>	-.19	.06
2. 相手を受け入れるようにした。	<b>.39</b>	-.33	.13
<b>II. ネガティブ関係コーピング (<math>\alpha = .80</math>)</b>			
29. 人を避けた。	-.03	<b>.70</b>	.00
20. 無視するようにした。	.03	<b>.63</b>	.03
16. かかわり合わないようにした。	-.06	<b>.63</b>	.18
24. 話をしないようにした。	-.05	<b>.62</b>	.09
12. 友だち付き合いをしないようにした。	.03	<b>.57</b>	-.12
13. 一人になった。	-.03	<b>.45</b>	-.03
5. 相手の鼻を明かすようなことを考えた。	.06	<b>.45</b>	-.07
3. 相手を悪者にした。	.01	<b>.44</b>	.01
14. 表面上の付き合いをするようにした。	.07	<b>.43</b>	.06
<b>III. 解決先送りコーピング (<math>\alpha = .81</math>)</b>			
27. そのことにこだわらないようにした。	-.07	-.09	<b>.81</b>
26. 気にしないようにした。	-.06	-.04	<b>.76</b>
28. 何とかなと思った。	.07	-.09	<b>.62</b>
10. こんなものだと割り切った。	.01	.09	<b>.58</b>
22. 自分は自分、人は人と思った。	.04	-.02	<b>.54</b>
6. あまり考えないようにした。	-.02	.02	<b>.52</b>
31. そのことは忘れようようにした。	.11	.24	<b>.45</b>
23. 何もせず、自然の成り行きに任せた。	-.05	.04	<b>.41</b>
因子間相関			
	I	II	III
	I	-	-.28
	II	-	-.07

Table 4 J-DPQ の主成分分析の結果

項目	I
1. 多分うまくやれると思ってはいても、最悪な場合を考えてその状況を臨む。	.65
2. その状況に臨む前に、起こりうることは全てしっかりと考える。	.60
4. もしもその状況では大きな失敗をしたらどんな気持ちになるかを、よく想像する。	.72
6. その状況において自分の目的を達成でいなくなるのではないかと、よく心配になる。	.75
7. その状況ではどれくらい大きな失敗をする可能性があるかを、考えることがよくある。	.82
11. その状況で本当にうまくやれるかどうかよりも、人から自分が無能に思われるのではないかと時々気にする。	.41
	自乗和 2.70
	寄与率 (%) 45.07

Table 5 各下位尺度間の相関係数

	1	2	3	4	5	6	7	8
1. J-DPQ 合計	-	-	-	-	-	-	-	-
2. 親和願望	-.13**	-.04	-.08	.29**	.48**	.11*	-.24**	.11*
3. 拒否不安	.23**	.48**	.37**	-.01	.25**	.14**	.06	
4. 経験・成長目標	.08	.39**	.56**	.64**	-.03	-.16**		
5. 評価-接近目標	.09	-.02	.05	-.24**	-.02			
6. 評価-回避目標	.22**	.43**	.21**	.12*				
7. ポジティブ関係コーピング	.06	-.22**	-.21**					
8. ネガティブ関係コーピング	.10*	-.01						
9. 解決先送りコーピング	-.08							

+ $p < .10$ , \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$

#### 第 4 項 J-DPQ について

フィルター項目と判別項目を除外した 8 項目について主成分分析を行い、1 因子解を採用した。負荷量が .35 以下の項目 2 項目を除外した 6 項目で再度分析を行った結果を Table 4 に示す。全体に対する 1 因子の寄与率は 45.07% であった。「DPQ 合計」と命名し ( $\alpha = .74$ )、信頼性が確認されたことから、項目の得点を加算して算出した。

#### 第 2 節 各尺度間の相関

各尺度間の相関係数を求めた (Table 5)。DPQ 合計は親和願望と有意な負の影響 ( $r = -.13, p < .01$ )、拒否不安 ( $r = .23, p < .01$ )、評価-回避目標 ( $r = .22, p < .01$ ) と有意な正の影響があり、光浪 (2012) と同じ結果が得られ、DP は回避的な動機・目標と関連する方略であるといえる。親和願望は経験・成長目標 ( $r = .48, p < .01$ )、評価-接近目標 ( $r = .39, p < .01$ )、ポジティブ関係コーピング ( $r = .43, p < .01$ ) と有意な正の影響があり、ネガティブ関係コーピングと有意な負の影響があった ( $r = -.22, p < .01$ )。拒否不安は評価-接近目標 ( $r = .37, p < .01$ )、評価-回避目標 ( $r = .56, p < .01$ )、ネガティブ関係コーピング ( $r = .21, p < .01$ ) と有意な正の影響があり、解決先送りコーピングと有意な負の影響があった ( $r = -.21, p < .01$ )。また、経験・成長目標はポジティブ関係コーピングと有意な正の影響 ( $r = .64, p < .01$ )、ネガティブ関係コーピングと有意な負の影響があり ( $r = -.24, p < .01$ )、評価-接近目標はポジティブ関係コーピングと有意な正の影響があった ( $r = .25, p < .01$ )。評価-回避目標はネガティブ関係コーピングと有意な正の影響 ( $r = .14, p < .01$ )、解決コーピングと有意な負の影響があった ( $r = -.16, p < .01$ )。

#### 第 3 節 認知的方略群の設定および各尺度の基本統計量の検討

過去認知と将来期待の質問項目それぞれについて Cronbach の  $\alpha$  係数を算出したところ、過去認知は .68、将来期待は .75 であった (Table 6)。

Norem & Cantor (1986) の分類に基づき、過去認知得点の平均値 ( $M = 11.77, SD = 2.57$ ) によってポジティブ (P)・ネガティブ (N) の 2 群に分け、次に将来期待得点の平均値 ( $M = 12.13, SD = 2.54$ ) によって高 (H)・低 (L) の 2 群に分けた。そして、これら 2×2 の組み合わせにより、方略的楽観主義群 (P×H, 以下, SO 群,  $n =$

**Table 6** 過去認知と将来期待に関する質問項目と  $\alpha$  係数

質問項目
過去認知 ( $\alpha = .68$ )
1. これまでのことを考えると、失敗よりも成功の方が多いと思う。
3. 私はこれまで、重要な試験では失敗したことがない。
4. 試験と似たような状況で成功したことがある。
7. これまでの試験では、たいいてい優れた成績をおさめてきた。
10. 今まででは、試験で良い成績だったことが多い。
将来期待 ( $\alpha = .75$ )
2. 今後、試験と似たような状況でも成功するだろう。
5. 今後、私は単位を落とさないようにするだろう。
6. 将来において、私は失敗よりも成功するだろう。
8. 今後の試験で、思った通りの結果が得られるだろう。
9. 今後の試験では、良い成績がとれるだろう。

**Table 7** 認知的方略群の妥当性の検討および認知的方略と各尺度の関連（一元配置分散分析）

	RP 群 <i>n</i> = 154	UO 群 <i>n</i> = 36	DP 群 <i>n</i> = 93	SO 群 <i>n</i> = 155	F 値	多重比較
J-DPQ 合計	24.10(4.11)	24.75(3.81)	25.27(4.17)	22.90(4.90)	6.21***	DP>SO, RP>SO
親和願望	39.09(9.71)	41.28(9.28)	40.23(9.28)	42.72(9.21)	3.99**	SO>RP
拒否不安	17.97(4.54)	15.36(3.84)	17.12(3.87)	15.59(4.18)	9.72***	DP>SO, RP>SO, RP>UO
経験・成長目標	28.47(5.97)	29.22(5.44)	27.47(4.64)	29.95(4.66)	4.79**	SO>RP, SO>DP
評価・接近目標	16.44(4.43)	17.22(4.22)	16.85(3.09)	17.10(3.57)	0.90	
評価・回避目標	15.71(4.07)	15.06(3.56)	15.11(3.31)	15.00(3.70)	1.05	
ポジティブ関係コーピング	37.44(7.93)	37.72(7.83)	36.82(6.59)	39.77(6.26)	4.38**	SO>RP, SO>DP
ネガティブ関係コーピング	20.92(4.93)	20.72(4.06)	20.48(4.58)	19.93(4.99)	1.13	
解決先送りコーピング	23.64(4.41)	24.19(4.10)	22.78(3.68)	23.96(4.14)	1.84	

+*p*<.10, \**p*<.05, \*\**p*<.01, \*\*\**p*<.001, ( ) 内は標準偏差

注. 過去認知（ポジティブ (P) / ネガティブ (N)）と将来期待（高 (H) / 低 (L)）の組み合わせによって 4 タイプを定義した。

SO 群：過去認知 P / 将来期待 H (P×H) UO 群：過去認知 N / 将来期待 H (N×H)

DP 群：過去認知 P / 将来期待 L (P×L) RP 群：過去認知 N / 将来期待 L (N×L)

DP 群：過去認知 P / 将来期待 L (P×L) RP 群：過去認知 N / 将来期待 L (N×L)

155), 防衛的悲観主義群 (P×L, 以下, DP 群, *n* = 93), 非現実的楽観主義群 (N×H, 以下, UO 群, *n* = 36), 真の悲観主義群 (N×L, 以下, RP 群, *n* = 154) を設定した。認知的方略の群設定の妥当性を検討するために, DPQ 合計得点について, 一元配置分散分析を行ったところ (Table 7), DPQ 合計の得点が高い者は DP 者, 低い者は SO 者とする Norem (2001) の分類や光浪 (2010 b) の各認知的方略の定義と一致する結果が得られたため, 本研究の群設定は妥当であると判断した。

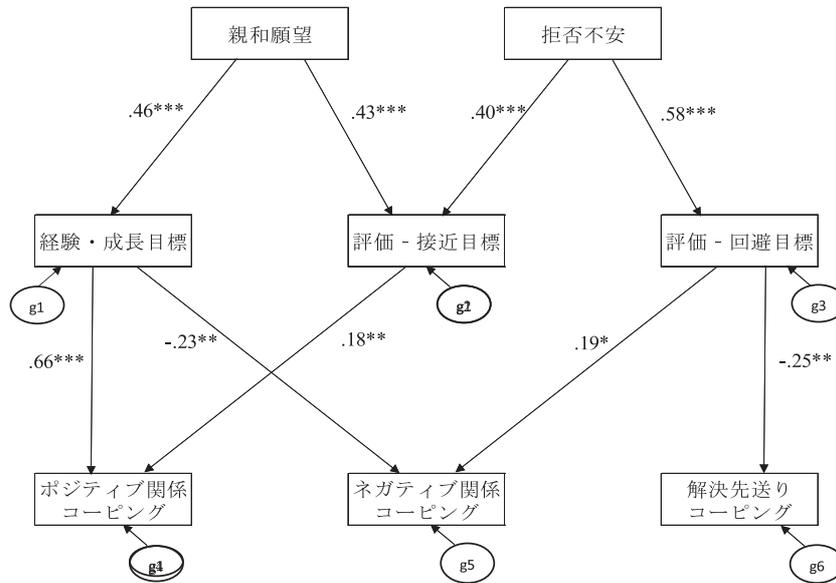
認知的方略群 (SO 群, DP 群, UO 群, RP 群) を独立変数, 各下位尺度を従属変数として, 下位尺度ごとに一元配置分散分析を行った (Table 7)。対人関係における動機については, 「親和願望」( $F(3) = 3.99, p < .01$ ) と 「拒否不安」( $F(3) = 9.72, p < .001$ ) が有意であったため, 多重比較を行った。多重比較の結果, SO 群は RP 群よりも親和願望が高いことが示された。また, RP 群は UO 群および SO 群よりも, DP 群は SO 群よりも拒否不安が高いことが示された。目標志向性については, 「経験・成長目標」が有意であったため ( $F(3) = 4.79, p < .01$ ), 多重比較を行った。多重比較の結果, SO 群は RP 群および DP 群よりも経験・成長目標が高いことが示された。その他の目標では有意な差はみられなかった。対人ストレスコーピングについては, 「ポジティブ関係コーピング」が有意であったため ( $F(3) = 4.38, p < .01$ ), 多重比較を行った。多重比較の結果, SO 群は RP 群および DP 群よりもポジティブ関係コーピングが高いことが示された。その他のコーピングでは有意な差はみられなかった。

本研究の結果から, SO 群は対人場面において友人と積極的に関わろうとする動機や目標を持ち, ポジティブ関係コーピングを用いるが, RP 群及び DP 群は友人から拒否されることを恐れる動機を持つことが明らかとなった。

第 4 節 認知的方略別に対人関係における動機、目標志向性、対人ストレスコーピングとの関連

対人関係における動機が目標志向性を介して対人ストレスコーピングに影響を与えるという因果モデルを認知的方略群別に検討するために、Amos ver 20 を用いて多母集団同時分析を実施した。仮説モデルに従い、計算を行ったが、モデルの適合度に問題があったため、修正指標に従ってモデル修正を行った。その結果、モデルの適合度は、GFI = .919, AGFI = .829, CFI = .888, RMSEA = .058 であった。認知方略群ごとの因果モデルを Figure 2~5 に示す。

4 群で共通していたのは、親和願望から経験・成長目標への正のパス、経験・成長目標からポジティブ関係コーピングへの正のパスがみられたことである。この結果より、親和願望が経験・成長目標を介してポジティブな対人ストレスコーピングに影響を及ぼしていることが示された。また、拒否不安が評価-回避目標を規定すること、親和願望と拒否不安の両方が評価-接近目標を規定することも 4 群で共通していた。



注. パス上の数値は標準化係数を示す。  
 + $p < .10$ , \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$

Figure 2 RP 群の対人関係における動機、目標志向性、対人ストレスコーピングの因果モデル

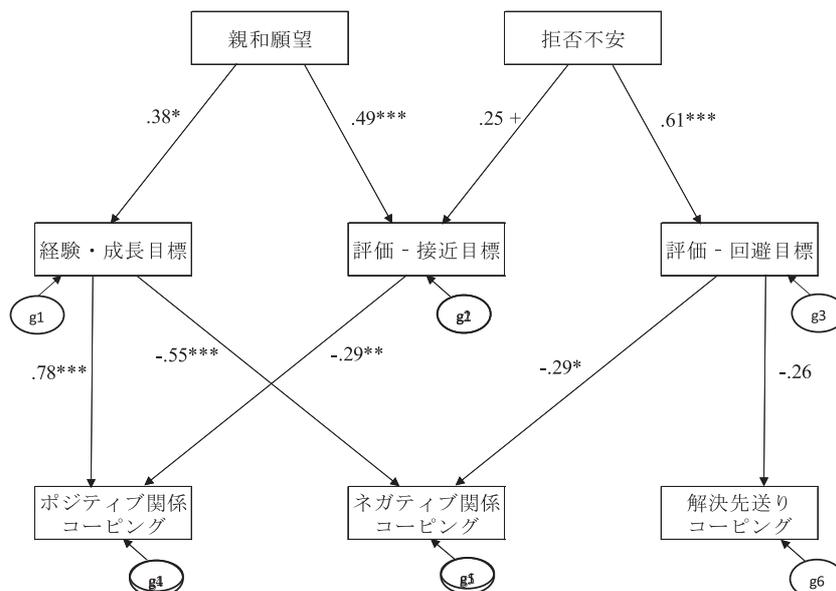


Figure 3 UO 群の対人関係における動機、目標志向性、対人ストレスコーピングの因果モデル

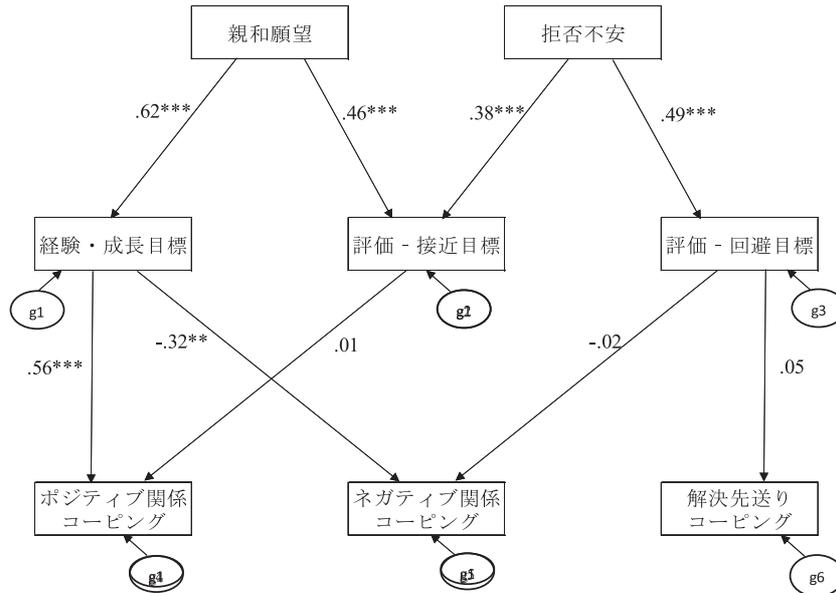


Figure 4 DP 群の対人関係における動機、目標志向性、対人ストレスコーピングの因果モデル

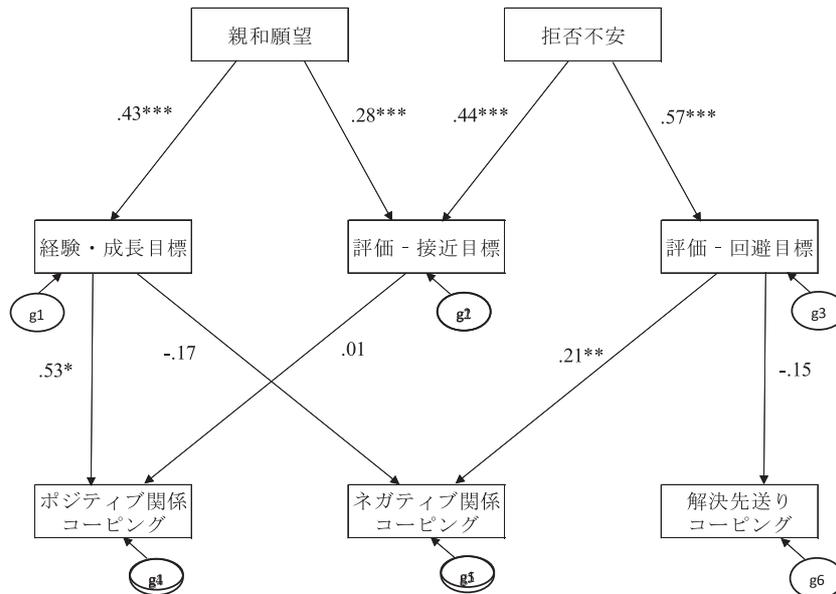


Figure 5 SO 群の対人関係における動機、目標志向性、対人ストレスコーピングの因果モデル

#### 4つの認知的方略群における差の検定

4つの認知的方略を採用する者でパス係数に差がみられるかどうかパス係数の有意差の検定を行った結果、UO群とSO群で経験・成長目標からポジティブ関係コーピングのパス係数(UO群： $\beta = .78$ , SO群： $\beta = .53$ )において有意差がみられ、UO群はSO群よりも経験・成長目標の高さがポジティブ関係コーピングの採用に及ぼす影響が大きかった( $z = 2.60, p < .001$ )。RP群、SO群とUO群で評価-接近目標からポジティブ関係コーピングのパス係数(RP群： $\beta = .18$ , SO群： $\beta = .01$ , UO群： $\beta = -.29$ )において有意差がみられ、RP群とSO群はUO群よりも評価-接近目標の高さがポジティブ関係コーピングの採用に及ぼす影響が大きかった(順に、 $z = 3.86, p < .001$ ;  $z = 2.37, p < .01$ )。RP群、SO群とUO群は評価-回避目標からネガティブ関係コーピングのパス係数(RP群： $\beta = .19$ , SO群： $\beta = .21$ , UO群： $\beta = -.29$ )において有意差がみられ、RP群とSO群はUO群よりも評価-回避目標の高さがネガティブ関係コーピングの採用に及ぼす影響が大きかった(順に、 $z = 3.15, p < .001$ ;  $z = 3.36, p < .001$ )。

#### 4 つの認知的方略群における相違点について

続いて、目立った相違点についていくつか述べる。はじめに RP 群, UO 群, DP 群は経験・成長目標からネガティブ関係コーピングへ負の影響 (順に,  $\beta = -.23, p < .01$ ;  $\beta = -.55, p < .001$ ;  $\beta = -.32, p < .01$ ) を与えていたが, SO 群は有意なパスが得られなかった。この結果から, RP 者, UO 者, DP 者は相手との関係を維持しようとする目標を持つことが対人ストレス場面においてネガティブな対処方法を抑制することが示された。

第 2 に, DP 群と SO 群は評価-接近目標からポジティブ関係コーピングへの有意なパスは得られなかったが, RP 群は正の影響 ( $\beta = .18, p < .01$ ), UO 群は負の影響 ( $\beta = -.29, p < .01$ ) を与えていた。この結果から, RP 者は自分の性格を好ましく見せようとする目標を持つことが対人ストレス場面においてポジティブな対処方法を促進することが示された。反対に UO 者は自分の性格を好ましく見せようとする目標を持つことが対人ストレス場面においてポジティブな対処方法を抑制することが示された。

第 3 に, DP 群は評価-回避目標からネガティブ関係コーピングへの有意なパスは得られなかったが, RP 群は正の影響 ( $\beta = .19, p < .05$ ), UO 群は負の影響 ( $\beta = -.29, p < .05$ ), SO 群は正の影響 ( $\beta = .21, p < .01$ ) を与えていた。この結果から, RP 者, SO 者は自分の性格について悪い評価を避けようとする目標を持つことがネガティブな対処方法を促進することが示された。反対に, UO 者は自分の性格について悪い評価を避けようとする目標を持つことがネガティブな対処方法を抑制することが示された。

第 4 に, UO 群, DP 群, SO 群は評価-回避目標から解決先送りコーピングへの有意なパスは得られなかったが, RP 群は負の影響 ( $\beta = -.25, p < .01$ ) を与えていた。この結果から, RP 者は自分の性格について悪い評価を避けようとする目標を持つことが解決を先送りするような対処方法を抑制することが示された。

## 考 察

本研究は、大学生を対象に友人関係における動機および目標志向性と対人ストレスコーピングがどのように関係しているか 4 つの認知的方略群で異なるか検討することを目的とした。

その結果、方略的楽観主義群は、対人場面において友人と積極的に関わろうとする動機や目標を持ち、ポジティブ関係コーピングを用いるが、真の悲観主義群及び防衛的悲観主義群は、友人から拒否されることを恐れる動機を持つことが明らかとなった。

光浪 (2012) により、方略的楽観主義群は対人関係場面において成功を収めることへの動機が高く、上達や成長を目指し、積極的な働きかけをしているということが報告されている。また、方略的楽観主義群は友人関係におけるトラブルの心配や友人から拒否されるという不安を感じにくく (光浪, 2012)、学業場面におけるストレスに対しては、問題焦点接近型の対処方略を用いることが報告されている (光浪, 2010 b)。このことから、方略的楽観主義群は学業場面だけでなく、対人ストレス場面においても相手との関係を修復しようとするポジティブな対処方法をとっているということが考えられる。

一方、拒否不安の高い真の悲観主義群と防衛的悲観主義群は、光浪 (2012) より、友人関係において、拒否不安が高いという結果が得られている。真の悲観主義群と防衛的悲観主義群は特性不安が高く (光浪, 2012)、特に、防衛的悲観主義は自尊感情を保護することを目的とした自己防衛的な方略と報告されており (Martin, Marsh, & Debus, 2001)、人から拒否されることによる自尊感情の低下を恐れるために拒否不安が高くなったと考えられる。

#### 認知的方略別による対人関係における動機、目標志向性、対人ストレスコーピングとの関連について

友人関係における動機・目標志向性及び対人ストレスコーピングの因果モデルの検討では、まず 4 群共に親和願望が経験・成長目標を介してポジティブな対人ストレスコーピングに影響を及ぼしていることが示された。また、拒否不安が評価-回避目標を規定すること、親和願望と拒否不安の両方が評価-接近目標を規定することも 4 群で共通しており、この結果は光浪 (2012) と同じ結果が得られた。非現実的楽観主義群は方略的楽観主義群よりも経験・成長目標の高さがポジティブ関係コーピングの採用に及ぼす影響が大きかった。真の悲観主義群と方略的楽観主義群は非現実的楽観群よりも評価-接近目標の高さがポジティブ関係コーピングの採用に及ぼす影響、評価-回避目標の高さがネガティブ関係コーピングの採用に及ぼす影響が大きかった。

非現実的楽観主義群は相手との関係を維持しようとする目標を持つことで、対人ストレス場面においてネガティブな対処方法を抑制することが示され、好ましく見せようとする目標を持つことで、ポジティブな対処方法を抑制することが示された。また、悪い評価を避けようとする目標を持つことで、ネガティブな対処方法を抑制することが示された。非現実的楽観主義群は友人関係場面において成功接近的な動機と目標をもち、効果的な対人行動を行うことが報告されており（光浪，2011），対人ストレス場面において、相手との関係を維持しようとする目標を持つことで、ネガティブな対処方法を抑制すると考えられる。また、黒田・桜井（2001）により、評価-接近目標が高いと、自分の性格を好ましく見せようとするため、親切や思いやりの行動を多くとることが報告されていることから、対人ストレス場面においても自分を好ましく見せようとして、ネガティブな対処方法が抑制すると考える。

真の悲観主義群は相手との関係を維持しようとする目標を持つことで、ネガティブな対処方法を抑制し、好ましく見せようとする目標を持つことで、ポジティブな対処方法を促進することが示された。また、悪い評価を避けようとする目標を持つことで、ネガティブな対処方法を促進するが、解決を先送りするような対処方法は抑制することが示された。真の悲観主義群はミスを過度に恐れたり、自分の行動に疑いを持ったりする傾向が強いが、効果的な対人行動を行うことが報告されており（光浪，2011），関係を維持するような目標や良く見せようとする目標を持つことが、良い評価をしてくれる相手に対するネガティブな対処方法を抑制し、ポジティブな対処方法を促進すると考えられる。また、悪い評価を避けたい相手に対しては、解決を先送りするような対処方法に加えて、良い評価をしてくれる相手を他に求めるといったネガティブな対処方法が促進されると考えられる。

防衛的悲観主義群は相手との関係を維持しようとする目標を持つことで、ネガティブな対処方法を抑制することが示された。防衛的悲観主義群は特性不安が高く楽観性は低い。しかし、自己効力感を有しており、将来起こりうる可能性を熟考し、友人関係場面においては効果的な対人行動を行っていたということが報告されている（光浪，2011）。非現実的楽観主義群と同じように対人ストレス場面においても相手と自分の違いに気づき、相手との関係を維持しようとする目標を持つことで、ネガティブな対処方法を抑制すると考えられる。

方略的楽観主義群は悪い評価を避けようとする目標を持つことで、ネガティブな対処方法を促進することが示された。方略的楽観主義群は高い楽観性と自己効力感を有しており、完全主義のポジティブな側面である、完全を求め、高い目標設定をする傾向が高く、友人への積極的な関わりをすることが報告されている（光浪，2011）。以上のことから、悪い評価を避けるような目標を持つ相手という時点で、適度な距離を保っているのではないかと考え、対人ストレスを感じるような場面では全く関わり合わないような対処方法をとると考える。

これまで対人関係における不適応に関して、社会スキルトレーニングのような介入が行われてきたが、近年は動機や目標に焦点を当てる必要性が論じられている（黒田・桜井，2003）。本研究においても親和願望が規定した経験・成長目標がポジティブ関係コーピングを促進することが示唆された。対人関係で問題を抱える個人に対して、個人特性や対人関係における動機について把握したうえで適切な行動やコーピングを用いる必要があると考える。ただし、防衛的悲観主義は無理に方略を変えさせることでパフォーマンスが低下することが報告されていることから（Norem & Cantor, 1986），まずはそれぞれの方略について認識する必要があると考える。

#### 今後の課題について

最後に本研究の課題を述べる。本研究では友人関係における動機・目標志向性と対人ストレスコーピングの関連という点に焦点を当て研究を行ったが、学業達成場面に限定した尺度を用いて認知的方略群の設定を行った。学業場面以外の場面では、それぞれの認知的方略を選択する者がどのような認知をしているのかわかっていない。そのため、学業場面以外の領域についても過去認知と将来期待を測定することができる尺度を作成する必要があると考える。最後に今回は対人ストレスに関して研究を行ったが、対人関係における認知的方略についての研究は数が少なく、ストレスに関する研究についてはされていない。そのため、認知的方略によってそもそもストレスをどのように認知しているのかという点についても検討する必要があると考える。

#### 引用文献

- Chang, E. C., & Asakawa, K. (2003). Cultural variations on optimistic and pessimistic bias for self versus a sibling: Is there evidence for self-enhancement in the West and for self-criticism in the East when the referent group is specified? *Journal of Personality and*

- Social Psychology*, **84**, 569-581.
- Hosogoshi, H., & Kodama, M. (2005). Examination of defensive pessimism in Japanese college students: Reliability and validity of the Japanese version of the Defensive Pessimism Questionnaire. *Japanese Health Psychology*, **12**, 27-40.
- 黒田祐二・桜井茂男 (2001). 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. *教育心理学研究*, **49**, 129-136.
- 黒田祐二・桜井茂男 (2003). 中学生の友人関係場面における目標志向性とストレス対処方略との関係. *日本心理学会大会発表論文集*, 67, p.988.
- 加藤 司 (2000). 大学生用対人ストレスコーピング尺度の作成. *教育心理学研究*, **48**, 225-234.
- 加藤 司 (2006). 対人ストレス過程における友人関係目標. *教育心理学研究*, **54**, 312-321.
- 河村壮一郎 (2004). 精神健康調査票を用いた短期大学生の精神的健康に関わる要因の検討. *鳥取短期大学研究紀要* 第 50 記念号.
- Martin, A. J., Marsh, H. W., & Debus, R. L. (2001). Selfhandicapping and defensive pessimism: Exploring a model of predictors and outcomes from a selfprotection perspective. *Journal of Educational Psychology*, **93**, 87-102.
- 光浪睦美 (2010 b). 認知的方略の違いがセルフ・ハンディキャッピングやストレス対処方略の採用に及ぼす影響 - 学業場面における 4 つの認知的方略の分類 - *パーソナリティ研究*, **19**, 2, 157-169.
- 光浪睦美 (2010 a). 達成動機と目標志向性が学習行動に及ぼす影響 - 認知的方略の違いに着目して - *教育心理学研究*, **58**, 348-360.
- 光浪睦美 (2011). 無力感予防における認知的方略の有効性に関する心理学的研究. *風間書房*, p.214-224.
- 光浪睦美 (2012). 認知的方略の違いが対人関係における動機, 目標志向性, および対人行動に及ぼす影響. *パーソナリティ研究*, **21**, 2, 124-137.
- Norem, (1989). Cognitive strategies as personality: Effectiveness, specificity, flexibility, and change. D. M. Buss & N. Cantor (Eds.), *Personality psychology; Recent trends and emerging directions* (p.45-60). New York: Springer Verlag.
- Norem, J. K. (2001). Defensive pessimism, optimism, and pessimism. In E. C. Chang. (Ed.), *Optimism and pessimism: Implications for theory, research, and practice*. Washington DC: American Psychological Association Press. pp.77-100.
- Norem, J. K., & Cantor, N. (1986). Anticipatory and post hoc cushioning strategies: Optimism and defensive pessimism in "risky" situations. *Cognitive Therapy and Research*, **10**, 347-362.
- Norem, J. K., & Chang, E. C. (2002). The positive psychology of negative thinking. *Journal of Clinical Psychology*, **58**, 993-1001.
- 崔玉芬 (2015). 大学生のストレスの反応に及ぼす影響: 一人暮らしの大学生の友人関係, 学業, 部活動による検討. *日本教育心理学会総会発表論文集*, **57**, p.474.
- Sasaki, M. & Yamazaki, K. (2006). Stress coping and the adjustment process among university freshmans. *Counselling Psychology Quarterly* **19**, in press.
- 柴橋裕子 (2004). 青年期の友人関係における「自己表明」と「他者の表明を望む気持ち」の心理的要因. *教育心理学研究*, **52**, 12-23.
- 丹野宏昭 (2007). 友人との接触頻度別にみた大学生の友人関係機能. *パーソナリティ研究*, **16**, 110-113.
- 遠矢幸子 (1996). 友人関係の特性と展開. 大坊郁夫・奥田秀宇 (編) *親密な対人関係の科学*. 誠信書房, p.86-116.
- 外山美樹・桜井茂男 (1998). 大学生における自尊感情, 日常的出来事, およびストレス反応の関係. *筑波大学心理学研究*, **20**, 125-133.