

楽観性・認知スタイル・抑うつに関する比較文化的研究

井田政則^{*1}
渡邊智子^{*2}

問題の提起

楽観性の定義

Seligman (1991) のいう「楽観性」とは、ある出来事の原因の説明、つまり原因の帰属の仕方によって決定されるものである。原因帰属には2つの対照的な傾向、すなわち楽観的な説明スタイルと悲観的な説明スタイルがある。これら説明スタイルは3次元からなる。楽観的な説明スタイルにおいては、自分にとって正の出来事——望ましい良い出来事——を、 内的 (internal : 自分自身に関係がある) で、 永続的 (permanent : これからも長く続く) で、 普遍的 (universal : あらゆる場合に作用する) な原因によるものとして説明する。反対に負の出来事——望ましくない悪い出来事——が起きたとき、その出来事を 外的 (external : 自分以外に関係がある) で、 一時的 (temporary : 長くは続かない) で、 特異的 (specific : 特定の場合にのみ限って作用する) な原因によるものとして説明する。「楽観的」な人間とは、このように楽観的な説明スタイルを持つ人間のことであり Seligman (1991) は定義している。そして、「悲観的」な人間とは、正の出来事・負の出来事への原因帰属3次元について、楽観的な人間とは正反対の説明スタイルを持つ人間であるとしている^(注1)。

楽観性と抑うつに関する研究

説明スタイルの概念は、そもそも学習性無力感に関して古くからおこなわれてきた一連の研究に端を発するものであり、Seligman (1991) は「楽観性」という言葉でその応用的効果を指摘している。学習性無力感研究は、古くは動物実験を基礎として理論構築がなされた (Meier & Seligman, 1976)。その後、人間での研究結果をふまえた改訂学習性無力感理論 (Abramson, Seligman, & Teasdale, 1978) で説明スタイルの要因が取り入れられる。この改訂学習性無力感理論によると、個人が統制不可能な負の出来事を内的・永続的・普遍的要因に帰属すると、普遍的な無力感および抑うつ状態が起こり自尊感情は低下する；逆にそのような帰属がなされなければ、無力感や抑うつ状態はその範囲が限定されたものとなり、自尊感情の低下も起こらないとされる。さらに、新改訂理論が「抑うつの絶望感理論 (hopelessness theory of depression)」として提案される (Abramson, Metalsky, & Alloy, 1989)。そ

* 1 立正大学

* 2 明星大学

の後の理論では、悲観的説明スタイルを抑うつ認知の素質として仮定した「抑うつ認知の素質-ストレス・モデル (diathesis stress model of depression)」が提唱された。すなわち、悲観的説明スタイルを持つひとは、負の出来事に遭遇した時に抑うつ反応が表れる素質をもつという。反対に、楽観的説明スタイルを持つものは、将来負の出来事に遭遇したとしても、抑うつ反応は生じないか、あったとしても症状が軽度であるとされた。

しかしながら、日本における説明スタイルと抑うつに関する研究の結果は、これら理論から導き出される結果とは一致せず、今のところこれら理論を明確に裏づける研究はみうけられない。例えば、新名 (1984) は、大学生を対象におこなった調査の結果を Seligman, Abramson, Semmel, & von Bayer (1979) のおこなった結果と比較し、抑うつ水準の低いものにおいては、日本の学生は欧米の学生よりも、負の出来事に対して内的・永続的・普遍的な原因帰属 (抑うつ的説明スタイル) をおこなっていること、また、日本の学生は出来事が重要であるほど、正・負どちらの出来事に対しても内的・永続的・普遍的な原因帰属 (抑うつ的説明スタイル) を示すことを指摘している。村上 (1987) は大学生を対象として調査をおこなった。その結果、正の出来事に対する帰属様式にのみ抑うつ水準との間に相関関係が認められるが、うつ傾向者を対象にした場合には、アメリカ合衆国で確認された理論を支持する結果はほとんどみられなかった。

楽観性と抑うつに関する研究結果は、日本と欧米諸国とで異なるばかりでなく、日本国内の研究だけを見ても、一貫した結果が得られているとは言い難い。以上のことで疑問に思うのは、楽観性つまりある出来事への説明スタイルは、その構造自体が文化によって異なるのではないかということである。Matsumoto & Juang (2004) によると、「文化」を分類する上で、集団内で共有されている独特な属性である帰属性を認識することが重要だとしている。すなわち、出来事に対しての説明スタイルは文化的背景の相違によって異なるということが考えられる。その個人がおかれた文化的要因が異なれば、悲観的説明スタイルを持つ人が一概に抑うつ傾向が強いということではないことが示唆される。

そこで、本研究では、異なる文化圏に属する学生たちを対象にして、説明スタイルおよび抑うつ傾向の差異について検討する。また、説明スタイル・抑うつに関連する要因である認知スタイルについても比較文化的差異を検討することとする。ここで取り上げる文化圏は、日本・インドネシア・メキシコの三つである。

日本・インドネシア・メキシコの文化

日本の文化的特徴を考える上で、『和をもって日本となす (You Gotta Have Wa)』(Whiting, 1990) という本が出版されていることからもうかがえることであるが、“集団主義的”ということがよく取りあげられる。この集団主義はインドネシアを含むアジア諸国にいえる特徴の一つであるが、厳密にいうと同じ集団主義的であっても、その性質は異なる場合は多い。

Morrison, Conaway, & Borden (1995) は、意思決定に関して、日本の場合、決定は集団内でなされ個人的意見はないに等しいとしているのに対し、インドネシアの場合、関係者全員を巻き込んで話し合いをつくり一致点を見出すやりかたであり、個人を集団の意思に無理矢理従わせてはならないとしている。すなわち、同じ集団主義的であっても、日本の場合の方が、集団の拘束力はより強くなってしまふ。また、Morrison et al (1995) によれば、メキシコの場合、意思決定に際して各個人は自分の決定

に対して責任があるが、家族や集団の利益が優先されるとしている。この記述にも集団主義的な傾向がうかがえるが、日本の集団主義ともインドネシアの集団主義とも内容が異なる。つまり、個人が意思決定をする場合、個人の意思はその個人が属する文化的集団の意思によって構築され、文化的要因が反映されてしまうのであろう。

本研究の目的

上述したように個人の意思決定一つを例にとっても、そこには文化的背景がうかがえる。文化の違いによって、ある出来事の原因をどうとらえるかということにも相違がみられるのではないか。その相違を考察し理解することは、最近のグローバル化を理解する上でも重要なことであり、心理学の分野においても重要な課題であると思う。すなわち、異なる文化圏で生活する学生の説明スタイルを比較分析し検討することは、心理学的にも比較文化的にも意義があると考えられる。

そこで、本研究では、日本・インドネシア・メキシコの大学生を対象者にして、楽観主義 - 悲観主義の観点から、個人の説明スタイルを Seligman (1991) の説明スタイル尺度を用いて比較文化的に検討していく。さらに、認知療法で用いられる認知スタイルテストを用いて、快・不快な出来事に対してどのような認知（出来事に対して肯定的であるか、否定的であるか）をしているかをも比較文化的に検討する。これらの認知スタイルは Abramson et al. (1989) の学習性無力感仮説の新改訂モデル（絶望感モデル）で新たに取り入れられた内的変数であり、説明スタイルと同じ働きをすることが仮定されている。また、各国大学生の抑うつ水準を Beck et al が開発した抑うつインベントリー（Beck, Ward, Mendelson, Mock, & Erbaugh, 1961; Beck, Steer, & Garbin, 1988）で測定し、この要因についても比較文化的にその差異について検討していくことにする。

方 法

調査対象者

日 本：東京都・立正大学の日本人学生224名。

インドネシア：中部ジャワ州カルタスラ市・Muhammadiyah Surakarta 大学のインドネシア人学生174名。

表1 調査対象者の内訳（国別・性別）

性別 / 年齢		国 名			合 計
		日本	インドネシア	メキシコ	
性別 (人)	男性	109	62	103	274
	女性	115	112	103	330
	合計	224	174	206	604
年齢 (歳)	平均	21.02	20.78	20.36	20.72
	SD	1.58	1.72	3.21	2.33
	中央値	21.17	20.58	19.79	20.54
	最大値	24	35	45	45
	最小値	18	18	17	17
	範囲	6	17	28	28

メキシコ：Tamaulipas 州 San Pedro Garza Garcia 市・Monterrey 大学のメキシコ人学生206名。

対象者の性別（度数）および年齢（歳）についての国別の統計量を表1にまとめた。

調査質問票・測定尺度

1. 帰属スタイル質問票 (Forced-Choice Attributional Style Questionnaire : 以下 FC-ASQ と略記)

この質問票は48の仮説的出来事について人びとがどのような説明スタイルをとるのかを測定するものである。教示は次のようであった；「以下のそれぞれの状況をよく読んで、もし自分がその立場に置かれたらどう考えるかを想像してみてください。経験したことの無い状況であっても構いません。自分はどちらの答えにも当てはまらないと思われる場合があるかも知れませんが、より近いと思われる方をつけて下さい。必ず全ての質問に対して、AかBのどちらか一つだけ をして下さい。答えはどちらが正しくてどちらが間違っているということはありません。」

日本の学生用質問票では、Seligman (1991) の英語版を元に山村 (1994) の翻訳文を参考にし、さらに現代の日本人の生活様式を考慮して、質問項目文を作成した。質問項目の内容は付録1に掲載した。また、インドネシアの学生に対しても Seligman (1991) の英語版を元に、インドネシア語 (Bahasa Indonesia) に翻訳をした。仮説的出来事を想定する上で文化的にあるいは宗教的に答えるのが困難な項目14・21・44に関しては、子供用帰属スタイル質問票 (Children's Attributional Style Questionnaire; CASQ; Seligman, 1991; Seligman, Reivich, Jaycox, & Gillham, 1995) を参考に、またインドネシアにおける文化的・宗教的背景を考慮し、質問内容を書き換え、また他の項目に関しても、翻訳の段階で修正を加えた。同様にメキシコ学生版質問票においても、Seligman (1991) を元に文化的な背景を勘案して、スペイン語への翻訳をおこなった。

尺度の内容・得点化：FC-ASQ よって個人が持つ説明スタイルの永続性・普遍性・個人度の三側面を調べることができる。

永続性とは、「すぐにあきらめる人は、自分に起こった不幸は永続的であり、悪いことは続くもので、いつまでも自分の人生に影響を与えるだろうと考えている。無力にならない人々は、不幸の原因は一時的なものだと信じている」という説明スタイルの側面を表している。これには、永続的な悪い出来事 (permanent bad ; 以下 PMB と略記) に関する8項目と永続的な良い出来事 (permanent good ; 以下 PMG と略記) に関する8項目がある。それぞれ、付録1の選択肢の後に記されている数値0あるいは1を加算することによって得点化できる。PMB 得点が高い個人ほど、より永続的で悲観的な説明スタイルを持っているということになる。一方 PMG 得点が高得点ほど、その人は良い出来事には永続的な理由があると考え、楽観的な説明スタイルを持っていることになる。

普遍性とは、「出来事が、特定の理由によるものか、全般的な理由によるものか」の程度——永続性は時間の問題であるが普遍性は広がりを表す——を示すものである。これにも普遍的な悪い出来事 (pervasiveness bad ; 以下 PVB と略記) と普遍的な良い出来事 (pervasiveness good ; 以下 PVG と略記) に対するものがある。永続性得点と同様に、付録1に記入してある数値によって得点化ができる。PVB 得点が高得点を示す個人ほど悪い出来事には特定の理由があると考え悲観的になり、低得点を示す個人ほど悪い出来事には普遍的理由があり楽観的になる傾向がある。逆に、PVG が高得点を示す個人ほど良い出来事が普遍的だとみなし楽観的になり、低得点を示す個人ほど良い出来事を特定のなもの

であると考え悲観的になる。

これら永続性・普遍性という説明スタイルの二側面は、個人の希望 (hope) に関わってくる。不幸な出来事に一時的で特定の原因を見つけるのは、希望の働きである。不幸な出来事の原因が一時的であると考えれば個人の無力感も一時的なものとなり、特定の原因によると思えば無力感もその状況のみに止まることになる。反対に、不幸な出来事の原因を永続的かつ普遍的要因と考えれば、将来にわたって無力状態は続き何をやっても無駄だということになる。不幸な出来事に永続的かつ普遍的な理由を見出すことは絶望につながるようになる。したがって、本テストでは、PMB 得点と PVB 得点を加算することによって、不幸な出来事に出会った時の個人の絶望 (hopelessness) 度得点を算出することができる。この得点が高得点になるほど絶望度が高いということを意味する。

個人度とは、人がさまざまな人生の出来事を内的に説明するのか、外的に説明するのに関わる。悪いことが起こった時や失敗した時に、自分を責める (内的原因によって説明) のか、あるいは他人や状況を責める (外的原因によって説明) のかを調べるものである。失敗した時、自分を責める人は自分を低く評価し自尊感情を低めることになる；「自分は価値がない」・「自分には才能がない」・「私は誰からも評価されず愛されない人間だ」と思うようになってしまう。逆に外的な要因に原因を求める人は、悪いことや失敗が生じてても自尊感情を低下させることはない。本尺度では、永続性・普遍性と同様に、悪い出来事の個人度 (personalization bad ; 以下 PSB と略記) と良い出来事の個人度 (personalization good ; 以下 PSG と略記) を調べることができる。上記得点と同じやり方で、付録 1 に示されている数値により得点化ができる。PSB 得点項目で 1 と記されている答えは、悲観的・内的・個人的なものを示す。したがってこの合計得点が高いほど低い自尊感情を示すことになる。PSG 得点項目では、0 と記されている答えが外的で悲観的、1 と記されている答えが内的で楽観的であることを示す。したがって PSG 合計得点が高いほど楽観的になることを意味する。

最後に、説明スタイルの下位尺度得点から合成得点を算出する。まず、3つのBを足す； $B = (PMB + PVB + PSB)$ 。これがB“悪い出来事”の合計点である (以下 Bad 得点とする)。次に、3つのGを足す； $G = (PMG + PVG + PSG)$ 。これがG“良い出来事”の合計点である (以下 Good 得点とする)。GからBを引く； $(G - B)$ 。これが本尺度の最終得点で各個人の楽観度を表す。この楽観度得点が高得点を示す個人ほど、その人は全般的に楽観的であることを意味する。

2. 認知スタイルテスト (Cognitive Style Questionnaire: 以下 CSQ と略記)

Wilkinson & Blackburn (1981) によって報告されたテストを発展させたものを使用した。この尺度は、私たちが体験する日々の出来事についての30の短い記述からなっている。対象者はこれらの出来事に対する4つの認知的反応の中から1つを選ぶことが求められる。質問項目を付録2に掲載した。教示は次のようであった；「以下に、一連の毎日の出来事について記した文章があります。その後、A・B・C・Dとそれについて人が考えることのできる事が書かれています。これらの出来事があなたに起こったと想像して下さい。そして、その状態についてあなたが考えるだろう内容を最もよく記述していると思うものを選択して下さい。(もし、あなたの答えが与えられた選択肢と異なる場合、あなたの考えと最も近い答えを選んで下さい。あなたが一つ以上の選択しに同意した場合は、あなたの気持ちに最も多く浮かんでくるものを選んで下さい。) 選んだら、A・B・C・Dのどれか一つに をして下さい。」

出来事は「自己：特に自己イメージと関連がある対人関係的な性質の出来事」「世界：より課題に方向づけられている状況」「未来：予期される反応や計画を取り扱っている」に関連がある3つのテーマに分類される；この3分類はBeck (1967) の認知的な3要素に対応している。この3つのカテゴリーのそれぞれにおいて、質問項目の半数は肯定的な項目——快適なかつ報酬が与えられる状況設定——であり、残りの半数は否定的な項目——不愉快なかつ罰が与えられる状況設定——となっている。つまり、この質問票は次の6タイプの出来事から構成されている：SP (自己の快)・SU (自己の不快)・WP (世界の快)・WU (世界の不快)・FP (未来の快)・FU (未来の不快)。各々のタイプの出来事は5項目ずつ設けられている。

日本版CSQの作成においては中村(1993)の訳を参考にした。インドネシア版およびメキシコ版CSQでは、Williams(1992)に掲載の英語版CSQを元にそれぞれ翻訳をおこなった。

尺度の得点化：対象者が選択した回答は抑うつ歪曲の程度を表す。回答は、それぞれの状況に対してどの程度肯定的にみるか、あるいはどの程度否定的にみるかによって順序づけられている。すなわち、4 = 非常に否定的・3 = ある制限つきで否定的・2 = ある制限つきで肯定的・1 = 非常に肯定的となる；付録2に示したようにこの回答の順序はランダム化されている。付録2に示した()内の数値を合計することによって、6タイプの出来事ごとに得点化をする。さらに、全項目を合算した得点を認知歪曲度得点とした。

3. Beck抑うつインベントリー (Beck Depression Inventory: 以下BDIと略記)

この尺度は抑うつ状態の度合いを測定するための自己記入式尺度であり、21の質問項目により構成されている(Beck et al., 1961; Beck et al., 1988)。それぞれの項目には4つあるいは5つの回答があり、抑うつ状態の程度の順序で並べられている。対象者に自分の「現在」の状態に最も近い回答文を選択してもらおう。教示は次のとおり；「以下に、感じ方や考え方についての、いくつかの文章があります。それらの文章は、1~21の項目からなっています。それぞれの選択肢のなかから、現在のあなたの気持ちに最もぴったりだと思う文章の一つを選んでその番号を で囲んでください。 をつける前に、それぞれの質問項目文をよく読んでください。」

日本版BDIの作成においては中村(1993)の訳を参考にした。日本版BDIは付録3に掲載してある。インドネシア版およびメキシコ版BDIでは、Williams(1992)に掲載の英語版BDIを元にそれぞれ翻訳をおこなった。ただしインドネシア版BDIでは、インドネシアにおける調査対象者は全員イスラム教徒であるため、その宗教的背景を考慮し、項目21の「性欲の減退」に関する質は「異性への関心の減退」として翻訳をおこなった。

尺度の得点化：付録3の()内の数値に示したように、それぞれの項目における得点は0点から3点までに割り当てられている。すべての項目得点を加算し、それが抑うつ度得点となる。ちなみに、標準化データから、14点から20点までが軽度の、21点から26点までが中等度の、26点以上が重度のうつ状態であると判断される。

手続き

調査は、2004年10月 - 2005年3月にかけて、日本・インドネシア・メキシコにおいて「大学生の意識調査のためのアンケート」として実施された。質問項目を各国の言語に翻訳し、質問票を冊子にした。

日本においては、大学での講義時に質問票を配付し、一斉に記入をしてもらい、記入後回収をした。インドネシアでは、調査者が各対象者に質問票を渡し、記入後回収をおこなった。メキシコの対象者には、質問票を渡し持ち帰ってもらい、記入後受け取った。また、この質問票の表紙の注意事項で、回答の良し悪しはないこと、得られたデータは学術的な目的以外には使用しないことを強調した。

結果と考察

全対象者604名のうち、欠損値を含むデータを削除したために、分析には590名のデータを使用した^(注2)。

基本統計量

得点化をした各要因について国別の基本統計量を算出した。その結果を表2にまとめた。表には、日本・インドネシア・メキシコ別に、各尺度得点および下位尺度得点について平均値・標準偏差・最大値・最小値・範囲・歪度・尖度を示した。

三国間の比較

日本・インドネシア・メキシコ三国間の比較をするために、まず、絶望度および楽観度・認知歪曲度・抑うつ度の国別平均得点をグラフ化した(図1 - 図4参照)。これら平均値間の差異をみるために分散分析をおこない、有意差が認められた要因については多重比較を実施した。その結果を表3に提示した。

図1および表3の結果から、日本の学生の絶望度得点がかつとも高く、ついでメキシコ学生、インドネシア学生の順に絶望度が高いことが明らかになった。一方、FC-ASQの総合得点である楽観度については、メキシコ・インドネシア・日本の順に高かった(図2・表3)。日本の学生の楽観度は最も低い——すなわち悲観度が最も高い——という結果であった。ついで、認知歪曲度をみみると、日本の学生の認知歪曲度が最も高く、ついで、インドネシア、メキシコの順であった(図3・表3)。抑うつ度について三国間の比較をすると、抑うつ度については三国間で有意な差がみだされなかった。

Beck抑うつインベントリーでは、方法の項で述べたように、抑うつ感について対象者に「現在」の気持ちを質問した。現在感じている抑うつ感については、三国間に差がないにもかかわらず、楽観度・認知歪曲度・絶望度で差がみられた。つまり、日本の学生は、他の二国の学生に比して、(1)人生における出来事に対して楽観的な説明スタイルをとることができない(楽観度の結果から)、(2)自分の「自己」「世界」「未来」について快状況であれ不快状況であれ認知的に歪んだ見方をする(認知歪曲度の結果から)、(3)悪い出来事が自分の身にふりかかったときに永続的・普遍的に説明しようとする(絶望度の結果から)、ことが明らかになった。またアジアの一国であるインドネシアの学生は、メキシコの学生との比較において、悲観度および認知歪曲の度合いは高かったが、絶望度は低かった。

ここでみられた三国間の差異には、それぞれの国の国民性あるいは文化的背景が反映されているのかもしれない。例えば、Seligman(1991)は、ユダヤ教およびロシア正教のさまざまな資料を分析し——CAVE(Content Analysis of Verbatim Explanations; 説明スタイルの逐語的内容分析)という手法を用いた——、宗教による楽観主義の度合いが異なることを示唆している。ただ、国民性・文化的背景・

表2 各要因の国別基本統計量

国名	尺度名	下位尺度得点および合計得点	平均値	標準偏差	最大値	最小値	範囲	歪度	尖度	
日本 (n = 217)	FC - ASQ	永続性 - 悪い出来事	3.69	1.34	7	0	7	-0.007	-0.343	
		永続性 - 良い出来事	3.03	1.48	8	0	8	0.611	0.125	
		普遍性 - 悪い出来事	4.30	1.40	7	0	7	-0.138	-0.485	
		普遍性 - 良い出来事	2.89	1.42	8	0	8	0.258	0.127	
		個人度 - 悪い出来事	5.01	1.71	8	0	8	-0.304	-0.200	
		個人度 - 良い出来事	2.35	1.21	8	0	8	0.701	1.581	
		絶望度	7.99	2.03	14	3	11	-0.114	-0.216	
		良い出来事合計得点	8.28	2.93	18	2	16	0.564	0.417	
		悪い出来事合計得点	13.00	2.86	20	6	14	-0.194	-0.342	
		楽観度	-4.73	4.65	10	-18	28	0.283	0.181	
		CSQ	自己 - 快状況	11.76	1.97	17	7	10	-0.055	-0.521
			自己 - 不快状況	12.27	2.37	19	5	14	0.107	0.273
			世界 - 快状況	9.00	1.95	17	5	12	1.370	2.961
			世界 - 不快状況	10.95	1.89	18	7	11	0.550	0.423
			未来 - 快状況	9.35	1.91	17	6	11	1.001	1.424
			未来 - 不快状況	9.70	2.51	17	5	12	0.097	-0.576
			認知歪曲度	63.02	8.29	93	43	50	0.530	0.842
	BDI	抑うつ度	13.40	8.06	51	0	51	1.270	2.808	
インド ネシア (n = 167)	FC - ASQ	永続性 - 悪い出来事	3.05	1.31	7	0	7	0.222	-0.101	
		永続性 - 良い出来事	3.07	1.26	7	0	7	0.486	0.331	
		普遍性 - 悪い出来事	3.22	1.46	7	0	7	0.092	-0.484	
		普遍性 - 良い出来事	3.89	1.36	7	0	7	-0.432	0.214	
		個人度 - 悪い出来事	5.13	1.17	8	2	6	-0.225	-0.364	
		個人度 - 良い出来事	3.24	1.17	6	0	6	-0.206	-0.380	
		絶望度	6.26	2.02	12	1	11	0.279	0.116	
		良い出来事合計得点	10.20	2.57	18	3	15	-0.077	0.824	
		悪い出来事合計得点	11.39	2.42	18	5	13	0.181	0.061	
		楽観度	-1.19	3.80	9	-15	24	-0.372	0.640	
		CSQ	自己 - 快状況	11.32	2.39	17	5	12	-0.103	-0.327
			自己 - 不快状況	11.09	1.96	16	6	10	0.131	-0.496
			世界 - 快状況	8.58	2.01	15	6	9	1.000	0.692
			世界 - 不快状況	10.15	2.04	16	6	10	0.288	-0.196
	未来 - 快状況		8.88	1.48	14	6	8	0.378	0.271	
		未来 - 不快状況	9.63	2.13	15	5	10	-0.148	-0.259	
		認知歪曲度	59.65	7.17	85	45	40	0.693	0.470	
	BDI	抑うつ度	11.51	6.78	39	0	39	0.875	1.104	
メキシコ (n = 206)	FC - ASQ	永続性 - 悪い出来事	3.70	1.44	7	0	7	0.213	-0.259	
		永続性 - 良い出来事	3.83	1.40	8	1	7	0.191	-0.124	
		普遍性 - 悪い出来事	3.27	1.31	7	0	7	-0.059	-0.221	
		普遍性 - 良い出来事	4.43	1.40	8	1	7	-0.063	-0.158	
		個人度 - 悪い出来事	4.46	1.43	8	1	7	-0.057	-0.169	
		個人度 - 良い出来事	3.22	1.49	7	0	7	0.031	-0.155	
		絶望度	6.97	2.05	12	2	10	0.009	-0.206	
		良い出来事合計	11.49	2.87	20	3	17	0.131	-0.112	
		悪い出来事合計	11.43	2.47	17	5	12	-0.004	-0.402	
		楽観度	0.05	4.08	11	-9	20	0.420	-0.178	
		CSQ	自己 - 快状況	9.59	1.72	16	6	10	0.610	0.828
			自己 - 不快状況	9.86	2.50	18	5	13	0.699	0.538
			世界 - 快状況	8.09	1.94	15	5	10	1.489	2.421
			世界 - 不快状況	10.96	2.21	19	5	14	0.197	0.266
	未来 - 快状況		8.89	1.74	17	5	12	0.923	2.869	
		未来 - 不快状況	8.11	2.47	17	5	12	0.718	0.218	
		認知歪曲度	55.51	7.67	80	42	38	0.830	0.632	
	BDI	抑うつ度	12.18	8.66	43	0	43	1.236	1.726	

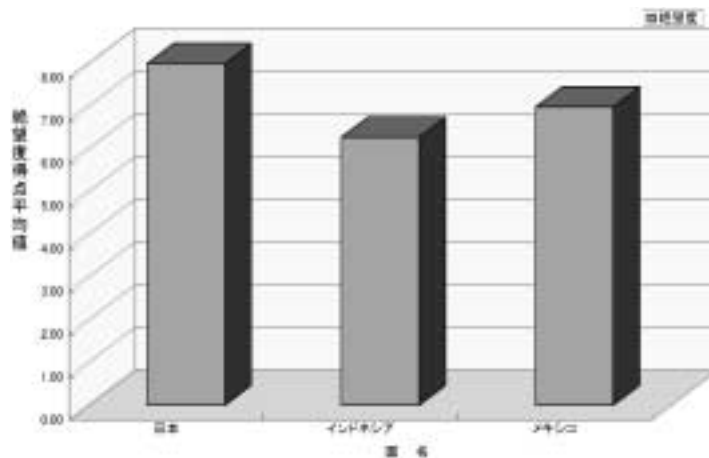


図1 絶望度得点の国際比較

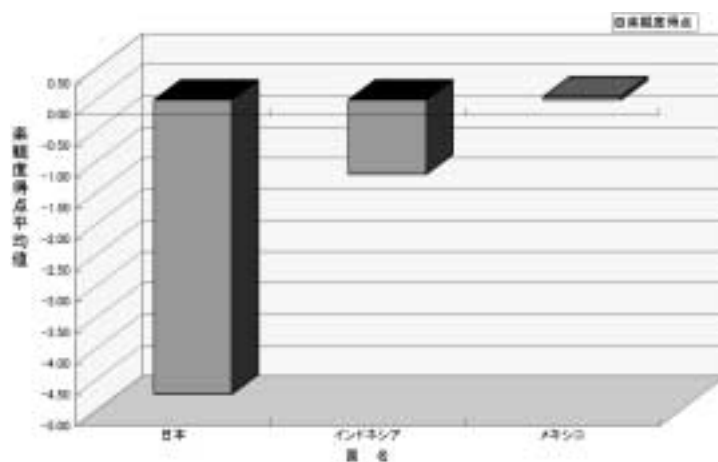


図2 楽観度得点の国際比較

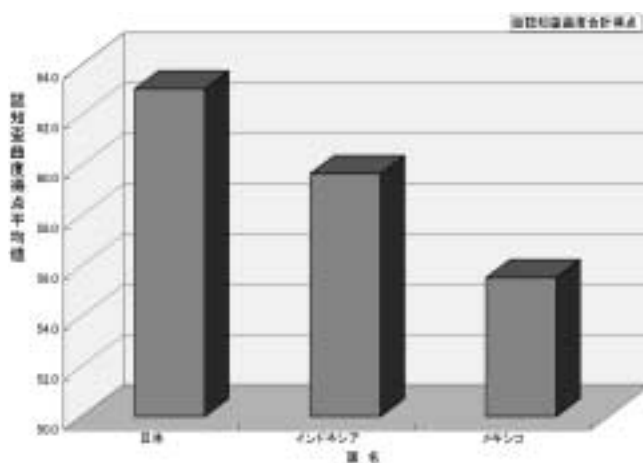


図3 認知歪曲度得点の国際比較

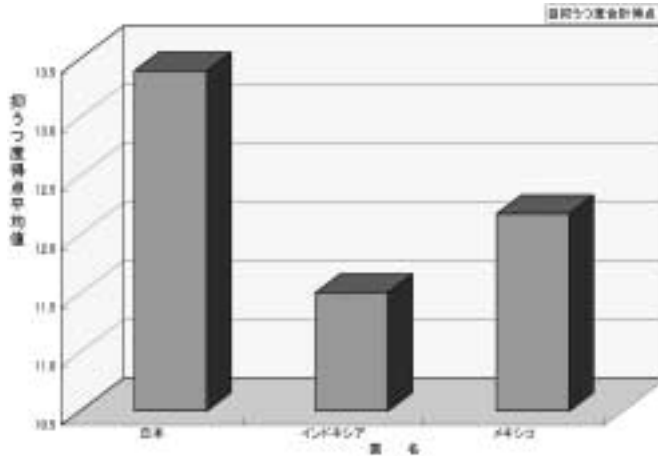


図4 抑うつ度の国際比較

表3 分散分析・多重比較の結果

要因	Fo df(2,587)	多重比較の結果
絶望度	35.15 ***	日本 > メキシコ > インドネシア
楽観度	72.66 ***	メキシコ > インドネシア > 日本
認知歪曲度	49.51 ***	日本 > インドネシア > メキシコ
抑うつ度	2.83 n. s.	

***p<.001

宗教などの一体どのような内容や要因が、人びとの説明スタイルに影響を与えているのかは、本研究からは明らかではない。また、現時点では、このようなことを明らかにした研究は見あたらない。Seligman (1991) も、「問題は楽観主義の効用が文化によってどう違うのかの研究が、まだあまりなされていない」と指摘している。今後、楽観主義の効用が世界中どこでも通用するのか、あるいはある限られた文化圏の中だけで通用するのか、といったことを明らかにしていく独創的な心理学的かつ比較文化的研究が必要となろう。

ついで、説明スタイル・認知スタイルの下位の要因の分析をおこなった。FC-ASQ 尺度の下位尺度得点および CSQ 尺度の下位尺度得点についても、三国間の比較をした。各下位尺度得点について分散分析を実施し、有意差がみられた要因について多重比較をした。その結果をまとめたのが表4である。

分散分析の結果から、FC-ASQ 尺度・CSQ 尺度のすべての下位尺度得点において、有意な差がみいだされた。表4に示した多重比較の結果から、日本人学生は、他国の学生と比較すると、悪い出来事に対しては永続的・普遍的・内的に説明し、よい出来事については一時的・特異的・外的に説明していることがみられる。また、認知スタイルについても、日本の学生は、他国の学生と比較すると、快状況・不快状況とも自己・世界・未来に対して、歪んだ認知を持っていることが示されている。ただし、説明スタイル・認知スタイルの下位尺度によっては、日本とインドネシア・メキシコ両国との間に差がみられたり、あるいはどちらか一方の国との間の差であったりする。また、インドネシア学生とメキシコ学生間の差異をみても、その二国間には規則的な傾向はみられない。

表4 FC-ASQ 尺度・CSQ 尺度の下位尺度における分散分析・多重比較の結果

下位尺度	Fo df(2,587)	多重比較の結果
永続性 - 悪い出来事	13.47 ***	日本, メキシコ>インドネシア
永続性 - 良い出来事	21.33 ***	メキシコ>インドネシア, 日本
普遍性 - 悪い出来事	40.17 ***	日本>インドネシア, メキシコ
普遍性 - 良い出来事	65.96 ***	メキシコ>インドネシア>日本
個人度 - 悪い出来事	11.42 ***	日本, インドネシア>メキシコ
個人度 - 良い出来事	31.00 ***	インドネシア, メキシコ>日本
自己 - 快状況	66.64 ***	日本, インドネシア>メキシコ
自己 - 不快状況	57.73 ***	日本>インドネシア>メキシコ
世界 - 快状況	11.17 ***	日本, インドネシア>メキシコ
世界 - 不快状況	9.23 ***	日本, メキシコ>インドネシア
未来 - 快状況	4.87 **	日本>インドネシア, メキシコ
未来 - 不快状況	28.36 ***	日本, インドネシア>メキシコ

***p<.001 **p<.01

以上の結果から、日本の学生には特徴的な傾向がうかがえるが、インドネシア・メキシコ両国の学生においてはそのような傾向はみられない。したがって、これらの下位尺度の要因についても、今後、より詳細な文化横断的な心理学調査が必要となろう。

相関分析・重回帰分析

絶望度・楽観度・認知歪曲度・抑うつ度の4要因間の関連について、三国間で比較をするために、国ごとに4要因間のピアソンの相関係数を算出した。それらの結果を表5 - 表7に提示した。有意性が検出された相関係数の値をみてみよう。日本の学生においては、絶望度と認知歪曲度に弱い正の相関、楽観度と認知歪曲度に弱い負の相関が、また、絶望度と抑うつ度との間に弱い正の相関、認知歪曲度と抑うつ度間に中程度の正の相関がみられた。インドネシアにおいては、絶望度と認知歪曲度に極めて弱い正の相関、楽観度と認知歪曲度に弱い負の相関が、また、認知歪曲度と抑うつ度間に中程度の正の相関がみられたが、絶望度と抑うつ度との間には相関がなかった。メキシコでは、楽観度と認知歪曲度間の極めて弱い負の相関と認知歪曲度と抑うつ度間の弱い正の相関がみいだされただけであった。

上記相関分析により、4要因間の関連は、国ごとに異なっている。そこで、絶望度・楽観度・認知歪曲度を説明変数にし、抑うつ度を基準変数にして、重回帰分析をおこなった。図5に示した重回帰分析モデルにもとづいて共分散構造分析を実施した^(注3)。この分析では多母集団の同時分析をした。国別に出力した分析結果を図6 - 図8に提示した。まずモデルの適合度についてみる。2乗の値は38.782 (df = 6, p<.001)であった。また、適合度指標はGFI = .969; AGFI = .847であり、まずまずの適合度を示していると判断できよう。図6 - 図8に示したパス係数のうち有意な効果を示したのは、三国のデータとも、認知歪曲度 抑うつへのパスのみであった。その他のパスについては有意性が認められなかった。認知歪曲度から抑うつへのパス係数について、三国間で有意な差があるかどうかを検定したところ、3つのパス係数間には有意な差はみいだされなかった。つまり、三国間の相違はみいだされなかったのだから、文化的背景や国民性などに関わりなく、現在の抑うつに影響を与えているのは、自己・世界・未来に対する抑うつの認知歪曲なのであろう。

表 5 日本：要因間の相関係数 (r)

	絶望度	楽観度	認知歪曲度	抑うつ度
絶望度	1.000			
楽観度	- 0.555 ***	1.000		
認知歪曲度	0.311 ***	- 0.246 ***	1.000	
抑うつ度	0.198 **	- 0.085	0.543 ***	1.000

***p<.001 **p<.01

表 6 インドネシア：要因間の相関係数 (r)

	絶望度	楽観度	認知歪曲度	抑うつ度
絶望度	1.000			
楽観度	- 0.649 ***	1.000		
認知歪曲度	0.156 *	- 0.244 **	1.000	
抑うつ度	- 0.008	0.032	0.397 ***	1.000

***p<.001 **p<.01 *p<.05

表 7 メキシコ：要因間の相関係数 (r)

	絶望度	楽観度	認知歪曲度	抑うつ度
絶望度	1.000			
楽観度	- 0.593 ***	1.000		
認知歪曲度	0.132	- 0.137 *	1.000	
抑うつ度	0.034	- 0.053	0.357 ***	1.000

***p<.001 *p<.05

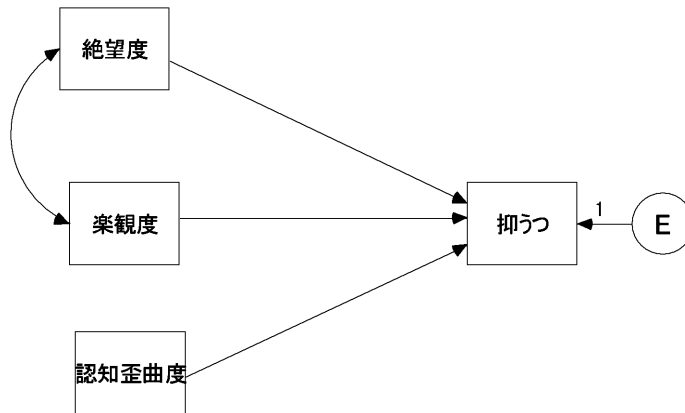


図 5 重回帰分析モデル図

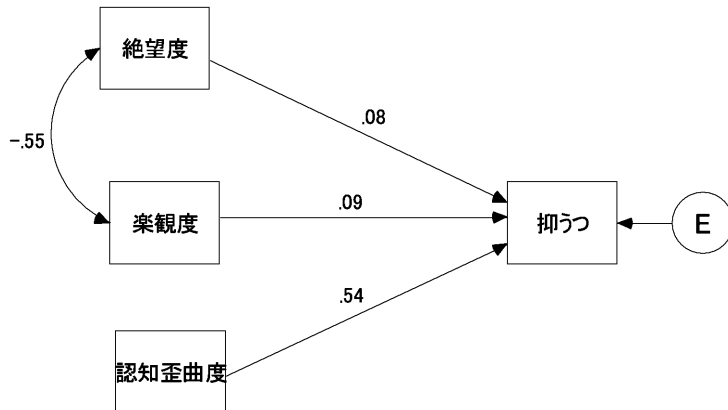


図6 日本における重回帰分析モデルの分析結果

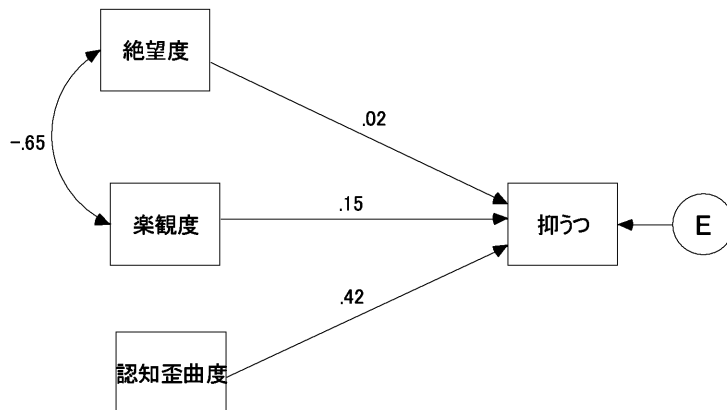


図7 インドネシアにおける重回帰分析モデルの分析結果

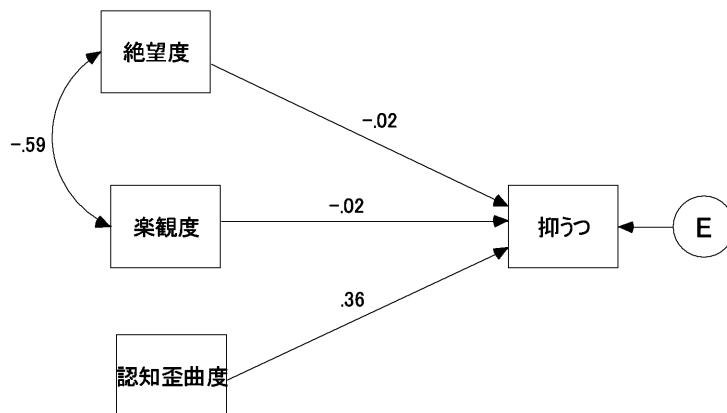


図8 メキシコにおける重回帰分析モデルの分析結果

総括

本研究では、楽観的な説明スタイル・絶望的な説明スタイル・抑うつ的認知歪曲について、学生を対象者に日本・インドネシア・メキシコ間で国際的な比較をしたところ、それらの要因について差異が認められた。特に、日本人学生は、ほかの二国の学生と比較すると、絶望度が高い、楽観的説明スタイルをとらない、抑うつ的認知歪曲度も高いということが明らかになった；ただし三国間に抑うつ度に相違はみだされなかった。抑うつ感の原因を分析したところ、抑うつ的認知歪曲が抑うつ度に影響していることが、三国間に共通してみだされた。すなわち、生活している国が異なれば、人生の出来事に対する説明スタイルは異なるが、生活している国に関わらず、抑うつに対しては認知的歪曲の要因が影響するのであろう。得られた結果はやや複雑である。本研究は楽観性・認知スタイル・抑うつを比較文化的に検討する研究の第一歩である。したがって、本研究だけでは、この複雑な結果に対する答えを用意することはできない。今後、この点についてより精緻な比較文化的な心理学研究が必要であろう。

説明スタイルの比較文化的研究としては、例えばアメリカ合州国という一国内での民族間の説明スタイルの相違を分析した研究はみうけられる (e.g., Chang, 2002 ; Rieckmann, Wadsworth, & Deyhle, 2004)。しかし、本研究で分析したような国際間の比較をした研究はみあたらない。本研究は、説明スタイルを国際的に比較する研究の端緒となればという思いから、また日本の人びとの説明スタイルは他国の人びとのそれとどう異なるのであろうかという疑問から、出発した。そこで、まず、データを収集できる国から調査を始めた。ただ、できたら宗教的背景は異なる国での調査を実施したいとの思いがあった。その結果、対象国として日本、そしてインドネシア・メキシコを選んだ。

しかしながら、世界中には宗教・文化・民族・国民性・生活様式などなどが全く異なる国々がある。したがって、今後、説明スタイルを国際的に——地球規模的に——比較しようとする研究を目指すならば、それこそさまざまな国々での調査が必要となろう。これには時間も費用もかかると思われる。だが、心理学研究者は現在インターネットという強力な武器を手にした。インターネットのWEB上で国際的な調査をすることも、今後可能となろう (ただし対象者はインターネット接続可能者のみ、という制約は現在のところあるが)。また国際的な共同研究も、電子メールなどを用いることによって、それぞれの国に居ながら可能となろう。扉は開かれたと思う。

注

(注1) 本研究では、Seligman (1991) や Seligman et al. (1995) にしたがって3次元の名称を永続性 (permanence) ・ 普遍性 (pervasiveness) ・ 個人度 (personalization) としたが、Abramson et al. (1978) などでは使われている用語と対照させると次の表のようになる。

本 研 究	Abramson et al.
永続性 (permanence) [永続的 vs 一時的 permanent vs temporary]	安定性 (stability) [安定的 vs 不安定的 stable vs unstable]
普遍性 (pervasiveness) [普遍的 vs 特異的 universal vs specific]	全体性 (globality) [全体的 vs 特異的 global vs specific]
個人度 (personalization) [内的 vs 外的 internal vs external]	内在性 (internality) [内的 vs 外的 internal vs external]

(注2) 結果の分析には統計解析プログラム = パッケージ SPSS for Windows ver. 11.5.1J を用いた。

(注3) 共分散構造分析には Amos ver. 4.02を用いた。

文 献

- Abramson, L. Y., Metalsky, G. I., & Alloy, L. B. 1989 Hopelessness depression: A theory-based sub-type of depression. *Psychological Review*, 96, 358-372.
- Abramson, L. Y., Seligman, M. E. P., & Teasdale, J. D. 1978 Learned helplessness in humans: Critique and reformulation. *Journal of Abnormal Psychology*, 87,49-74.
- Beck, A. T. 1967 *Depression: Clinical, Experimental, and Theoretical Aspects*. New York: Harper & Row.
- Beck, A. T., Steer, R. A., & Garbin, M. G. 1988 Psychometric properties of the Beck Depression Inventory: Twenty-five years of evaluation. *Clinical Psychology Review*, 8, 77-100.
- Beck, A. T., Ward, C. H., Mendelson, M., Mock, J., & Erbaugh, J. 1961 An inventory for measuring depression. *Archives of General Psychiatry*, 4, 561-571.
- Chang, E.C. 2002 Cultural differences in psychological distress in Asian and Caucasian American college students: Examining the role of cognitive and affective concomitants. *Journal of Counseling Psychology*, 49, 47-59.
- Maier, S. F., & Seligman, M. E. P. 1976 Learned helplessness: Theory and evidence. *Journal of Experimental Psychology: General*, 105,3-46.
- Matsumoto, D., & Juang, L. 2004 *Culture and Psychology* (3rd ed.). Belmont, CA: Wadsworth Publishing.
- Morrison, T., Conaway, W. A., & Borden, G. A. 1995 *Kiss, Bow, or Shake Hands*. Avon, MA: Adams Media Corporation.
- 村上裕恵 1987 抑うつ傾向と原因帰属様式 慶應義塾大学文学部社会学研究科紀要, 27, 57-66.

- 新名理恵 1984 ASQ 日本版による大学生の原因帰属スタイルの検討 日本心理学会第48回大会発表論文集, 619.
- Rieckmann, T. R., Wadsworth, M.E., & Deyhle, D. 2004 Cultural identity, explanatory style, and depression in Navajo adolescents. *Cultural Diversity & Ethnic Minority Psychology*, 10, 365-382.
- Seligman, M. E. P. 1991 *Learned Optimism*. New York: Alfred A. Knopf.
(山村宜子訳 1994 オプティミストはなぜ成功するか 講談社)
- Seligman, M. E. P., Abramson, L. Y., Semmel, A., & von Baeyer, C. 1979 Depressive attributional style. *Journal of Abnormal Psychology*, 88, 242-247.
- Seligman, M. E. P., Reivich, K., Jaycox, L., & Gillham, J. 1995 *The Optimistic Child*. New York: Houghton Mifflin Company.
- Whiting, R. 1990 *You Gotta Have Wa*. New York: Vintage Books.
(玉木正之訳 1990 和をもって日本となす 角川書店)
- Williams, J. M. G. 1984 *The Psychological Treatment of Depression*. London: Croom Helm.
(中村昭之 (監訳) 1993 抑うつ認知行動療法 誠信書房)
- Williams, J. M. G. 1992 *The Psychological Treatment of Depression: A Guide to the Theory and Practice of Cognitive Behaviour Therapy (2nd ed.)* London: Routledge.
- Wilkinson, I. M., & Blackburn, I. M. 1981 Cognitive style in depressed and recovered depressed patients. *British Journal of Clinical Psychology*, 20, 283-292.

謝 辞

本研究はたくさんの人たちのご協力がなければなりません。次のかたがたに心から感謝申し上げます。インドネシアの調査実施においては、野々村祐さんの全面的な協力をあおぎました。また、質問紙のインドネシア語への翻訳をしてくださった在日インドネシア人の Nancy novita Helenさんと David Honorisさん。インドネシア国内で日本語への通訳や大学への手続きをしてくださった Halnantoさん、Samariさん。アンケートの翻訳の予備テストに協力してくださった Graha Wisata Hotel Schoolの皆さん。調査に快く協力してくださった Muhammadiyah Surakarta大学の Wiwien Dinar Pratisti先生と心理学部の学生の皆さん。メキシコの調査においては、質問紙のスペイン語訳および調査実施にたずさわっていただいた蔵下順子さん。調査の回答に協力いただいた Monterrey大学の学生の皆さん。

付録1 FC-ASQ 質問項目

(実際に使用した調査票では、質問項目は番号順に並びかえた。なお、() の数値は得点化のためのものであり、調査票には記載されていない。)

PmB - 永続的な悪い出来事

5. 配偶者 (ボーイフレンド/ガールフレンド) の誕生日を忘れてしまう。
 - (1) A 私は誕生日を覚えているのが苦手なのだ。
 - (0) B ほかのことでいろいろ忙しかったせいだ。
13. 期限が来ても本を返さなかったので、図書館から貸出禁止処分を受けた。
 - (1) A 私は読んでいる本に夢中になると期限を忘れることが多い。
 - (0) B レポートを書くのに夢中だったので、本を返すのを忘れてしまった。
20. 友達にがまんがなくなる。
 - (1) A あいつはいつもしつこいからいやだ。
 - (0) B あいつは虫の居所が悪かったんだろう。
21. 所得税の申告書を期限内に提出しなかったので罰せられる。
 - (1) A 私はいつも税金の申告書を後回しにしてしまう。
 - (0) B 今年は申告書の記入が遅れてしまった。
29. このごろ体調がよくない。
 - (1) A くつろぐ暇が全然ないからだ。
 - (0) B 今週はとくに忙しかったからだ。
33. 友達があなたを傷つけるようなことを言う。
 - (1) A あの人はいつも他人のことを考えずに思いついたままをしゃべる。
 - (0) B 友達は虫の居所が悪くて、私に当たったのだ。
42. スキーで何度も転ぶ。
 - (1) A スキーは難しい。
 - (0) B スロープが凍っていたからだ。
46. 休暇中に太ってしまって、やせられない。
 - (1) A ダイエットは結局うまくいかないものだ。
 - (0) B 私がやってみたダイエットはうまくいかなかった。

PmG - 永続的な良い出来事

2. 配偶者 (ボーイフレンド/ガールフレンド) と仲直りする。
 - (0) A 私が折れたからだ。
 - (1) B たいてい私のほうが折れてやる。
10. 主催した夕食会が成功する。
 - (0) A 私はあの晩とくに上手に接待できた。
 - (1) B 私は接待がうまい。
14. 株で大もうけする。
 - (0) A 私担当の証券会社の社員が新しい株を試してみる気になったからだ。
 - (1) B 私担当の証券会社の社員は投資の腕がいいからだ。
15. スポーツ大会で優勝する。
 - (0) A あの時は負ける気がしなかった。
 - (1) B 私はいつも一生懸命練習するからだ。
24. パーティーでたびたびダンスに誘われる。
 - (1) A 私はいつもパーティーでは人気がある。
 - (0) B 私はあの晩は最高にのっていた。
26. 就職のための面接が非常にうまくいく。
 - (0) A 面接の間、とても自信が持てたからだ。
 - (1) B 私はいつも面接ではうまくいく。

38. 配偶者（ボーイフレンド/ガールフレンド）があなたをロマンチックな週末旅行に連れていってくれる。
- (0) A あの人は何日間か仕事や家から離れたかったのだろう。
- (1) B あの人は新しい場所を開拓するのが好きだ。
40. 重要なプロジェクトの責任者になってくれるように言われる。
- (0) A 私は同様のプロジェクトを成功させたばかりだからだ。
- (1) B 私は監督者として優秀だからだ。

PvB - 普遍的な悪い出来事

8. 大事な約束を忘れてしまう。
- (1) A 私はときどき物忘れをする。
- (0) B 私はときどき予定表をチェックするのを忘れる。
16. 大事な試験で落第してしまう。
- (1) A 私はテストを受けた他の人たちほど頭がよくなかった。
- (0) B 試験勉強が十分でなかった。
17. 友人のためにとくにごちそうをこしらえたのに、ほとんど食べてくれなかった。
- (1) A 私は料理が下手だからだ。
- (0) B 時間がなくて急いで料理したからだ。
18. 長い間練習してきたのに、競技会で負けてしまう。
- (1) A 私にはスポーツの才能がない。
- (0) B 私はこの種目は得意ではないのだ。
22. ある人をデートに誘ったが断られてしまった。
- (1) A あの日は何もかもうまくいかなかった。
- (0) B デートに誘った時、気後れしてうまく言えなかったからだ。
32. 恋人に少し冷却期間をおこうと言われる。
- (1) A 私は我がまますぎたからだ。
- (0) B あの人ももっと一緒にいる時間を作らなかったからだ。
44. 持ち株が最安値を記録する。
- (1) A 私が景気の動向をよく知らなかったからだ。
- (0) B 私がよい株を選ばなかったからだ。
48. 店であなたのクレジットカードは使えないと言われる。
- (1) A 私はもっと残高があったように思い違いをすることがあるからだ。
- (0) B 私はクレジットカードの請求を払い忘れることがあるからだ。

PvG - 普遍的なよい出来事

6. ひそかにあなたにあこがれている人から花をもらう。
- (0) A あの人は私に魅力を感じているのだ。
- (1) B 私は誰にでも好かれる。
7. 地域の公職に立候補し、当選する。
- (0) A 一生懸命選挙運動したからだ。
- (1) B 私はなんでも一生懸命やる。
28. 上司が十分な時間も与えずにプロジェクトを完成させるように言うが、あなたはなんとかやり遂げる。
- (0) A 私は自分の仕事がよくできる。
- (1) B 私は有能な人間だ。
31. 窒息死しそうな人を救助する。
- (0) A 私は窒息を防ぐ方法を知っている。
- (1) B 私は緊急時の対処を知っている。
34. 雇い主があなたにアドバイスを求めてくる。
- (0) A 私は質問された分野の専門家だからだ。
- (1) B 私は役に立つアドバイスをするからだ。

35. 友達があなたに苦しいところを助けてもらったことを感謝する。
 (0) A 困っている時に助けてあげることができたのはうれしい。
 (1) B 私はいつも他人を助けてあげる。
37. 医者に健康状態は良好であると言われる。
 (0) A 私はたびたび運動するように心がけている。
 (1) B 私はいつも健康に気をつけている。
43. あなたは権威ある賞をもらう。
 (0) A 私が重要な問題を解決したからだ。
 (1) B 私が従業員の中で一番優秀だったからだ。

PsB - 悪い出来事の個人度

3. 車で友人の家に行く時、道を間違えてしまう。
 (1) A 私が曲がる場所を間違えたのだ。
 (0) B 友人が道順をちゃんと教えてくれなかった。
9. 地域の公職に立候補し、敗れる。
 (1) A 私の選挙運動が不十分だった。
 (0) B 勝った候補はもっと顔が広がった。
19. 夜遅く、暗い道で車がガス欠になる。
 (1) A 私はタンクにどれだけガソリンが残っているかチェックしなかった。
 (0) B ガソリンの表示盤の目盛りが狂っていたのだ。
25. 配偶者（ボーイフレンド/ガールフレンド）に贈物を買うが、気に入ってもらえない。
 (1) A 私が心をこめて選ばなかったからだ。
 (0) B あの人は好みが違うせい。
30. ダンスに誘って断られる。
 (1) A 私がダンスが下手だからだ。
 (0) B あの人はダンスが嫌いなのだ。
39. 医者に砂糖の取り過ぎだと言われる。
 (1) A 私は食べ物にあまり関心を払わない。
 (0) B 砂糖を避けることはできない。なんにでも入ってくるのだから。
41. あなたと配偶者（ボーイフレンド/ガールフレンド）はこの頃けんかが多い。
 (1) A 私がこの頃ふさぎこんでストレスを感じているせいだ。
 (0) B あの人がこの頃冷たいからだ。
47. 入院中だが、ほとんど誰も見舞いに来てくれない。
 (1) A 私は病気になると気分がいらいらしてしまう。
 (0) B 友達はみな気がきかない。

PsG - よい出来事の個人度

1. あなたが責任者だったプロジェクトが大成功を収める。
 (1) A 私がみんなの仕事ぶりをよく監督したからだ。
 (0) B みんなが一生懸命やってくれたからだ。
4. 配偶者（ボーイフレンド/ガールフレンド）が思いがけず贈り物をくれる。
 (0) A あの人の給料が上がったばかりだからだ。
 (1) B 私が前の晩、高級レストランで夕食をおごったからだ。
11. あなたが警察を呼んだので、犯罪を未然に防げた。
 (0) A 変な音がしたので気がついたのだ。
 (1) B あの日は気が張っていたため、なんでもよく気がついた。
12. この一年間非常に健康に過ごせた。
 (0) A 周りにほとんど病気の人がいなかったのだから、感染しなかったのだ。
 (1) B 食事と休養に十分気をつけたからだ。

23. ゲームショーのホストが観衆の中からあなたを選んでショーに出してくれる。
(0) A 私が目につきやすい席に座っていたからだ。
(1) B 私がいちばん熱心そうに見えたからだ。
27. あなたのジョークにみんなが笑ってくれる。
(0) A ジョークがおもしろかったからだ。
(1) B 私が完璧なタイミングで言ったからだ。
36. パーティーで楽しい時を過ごす。
(0) A みんなが親しい雰囲気だったからだ。
(1) B 私が親しい雰囲気を作ったからだ。
45. 競馬の日本ダービーで大穴を当て、高配当を得る。
(0) A 運がよかっただけだ。
(1) B 私がいい馬を選んだからだ。

付録2 CSQ 質問項目

(実際に使用した調査票では、質問項目は番号順に並びかえた。なお、() の数値は得点化のためのものであり、調査票には記載されていない。)

SP-自己の快状況

3. あなたは長い間会っていない友人に会う。
私は思う：(3) A 彼らがまだ私のことを好きでいてくれるかどうか (疑問だ)。
(2) B 古い友人たちに会うことは良いことだ。
(4) C 彼らはもう私を好きでないだろう。
(1) D 彼らは私を大変好きである。
4. あなたは仕事で難しい問題をなんとか処理しようとしている。
私は思う：(1) A 私はそれができる有能な人物である。
(3) B どうやってそれをやっつけていこうか (迷っている)。
(2) C 私にはそれができる能力が少しはある。
(4) D これは運が悪かった。
11. あなたが高く評価している人があなたのことを好きだと言う。
私は思う：(2) A 私を好きであるということを聞いてうれしい。
(3) B 人は本当に意味の無いことを時々言う。
(1) C 私は本当に人に好かれる人間である。
(4) D 私が人に好かれるとは信じない。
12. あなたは新しく知り合った入々と出かけて、そして素晴らしい時を過ごした。
私は思う：(3) A 私はそれにあまり貢献しなかった。
(4) B それはすべて彼らのおかげだ。
(2) C 私は何かそれに貢献したかもしれない。
(1) D 私はそれをやるのに立派に貢献した。
22. あなたは友達の庭作りを手伝う。次に訪れると友達は心からあなたに感謝する。
私は思う：(1) A 私はこういったことが得意である。
(4) B 彼らは感謝するつもりはない。
(2) C おそらく私は何かこういうことをする技術を持っている。
(3) D 私はそんなに感謝されるには値しない。

SU-自己の不快状況

8. あなたはあるささいなことで友人と仲たがいをする。
私は思う：(1) A 彼らはまだ私を好きである。
(4) B 友人でいることを私はしらない。

- (3) C 私はもっと友人に対して注意深くしなければならない。
 (2) D 彼らはたぶん気にしないだろう。
17. あなたは仕事で、ある問題を処理できず、助けを請わなければならない。
 私は思う：(3) A 私はしばしば仕事でいろいろな問題に対処するのが困難である。
 (2) B 私は仕事である種の問題に対処するのが困難である。
 (4) C 私は失敗者だ。
 (1) D この種の問題はいつも簡単に援助を求められる。
18. あなたは時間までに仕事をなんとかして仕上げようとするができない。
 私は思う：(3) A 私はもっと一生懸命やるべきである。
 (4) B 私は怠け者で下手である。
 (1) C 私はベストをつくした。
 (2) D おそらく私はもっと一生懸命やろうと思えばできたであろう。
26. あなたは新しい隣人と友達になろうとするが、彼らにはその気がないようだ。
 私は思う：(2) A 私は彼らの好みのタイプではなさそうだ。
 (1) B 友人になるために私はできることすべてをやった。
 (4) C 私はどうも好かれる人間ではないようだ。
 (3) D 彼らは私のことを好きではないかもしれない。
28. あなたは友人の新しいカーペットに飲物をこぼしてしまう。
 私は思う：(4) A 私はいつも不器用な人間だ。
 (1) B 誰にでもあることだ。
 (3) C 私は時々そのように不器用になる。
 (2) D 私はいつもはそんなに不器用ではない。

WP-世界の快状況

9. あなたはお正月に、家を離れていた家族の人達と再会する。
 私は思う：(2) A 家族の誰かと再び会うのは大変良いことだ。
 (3) B これは良いことではない。
 (4) C 家族の再会は一般的に不幸をもたらす。
 (1) D 彼らは私に会えて大変幸せだ。
19. 仕事がうまくいっている。
 私は思う：(1) A この仕事は私にはちょうど合っている。
 (4) B この仕事はおもしろくない。
 (2) C この仕事は私に合っているかもしれない。
 (3) D この仕事は私には少しやさしすぎる。
27. ある地方のクラブのメンバーたちがあなたを新しいクラブの幹事として選ぶ。
 私は思う：(2) A 複雑な気持ちだ。
 (4) B これは私にとって、やれない仕事や地位だ。
 (1) C これは重要で興味ある地位だ。
 (3) D この地位は私にとって難しすぎる。
29. あなたの誕生日にあなをびっくりさせるパーティーが友達によって準備されている。
 私は思う：(2) A 彼らの意図は結構だが、私はすでに予定がある。
 (1) B これは素晴らしいアイデアだ。
 (4) C 面倒なことが多いものである。
 (3) D 誕生パーティーは決しておもしろいものではない。
30. あなたは土曜日に仕事をする計画をしていたが、昔の友人たちが不意に会いに来た。
 私は思う：(4) A それは完全に私の計画をだいなしにした。
 (1) B それは素晴らしいことだ。
 (3) C まったく都合の悪いときだ。
 (2) D 少々タイミングが悪いが、彼らに会うことは素晴らしいことだ。

WU-世界の不快状況

5. 仕事がうまくいかない。
- 私は思う：(1) A 誰も気にしない、それは誰にでも起こることだ。
(4) B この仕事は私にとって難しすぎる。
(2) C ちょっとした間違いをただけなので治すことができる。
(3) D もっと注意深くしなければならない。
13. あなたは不慮の事故のために休日を過ごせなかった。
- 私は思う：(2) A 不幸なことが重なったのだ。
(3) B なぜこんな問題が私に起こるのだろうか。
(1) C ほんのささいなことだ。
(4) D 私がやりたいと思うことにはいつも障害がある。
14. ある仲のよい友達があなたといさかいをした。
- 私は思う：(3) A これは私たちの友情にとって大きな打撃である。
(2) B 私たちの友情は一時的にちょっとした打撃を受けるだろう。
(1) C それによって私たちの友情はなんら変わらないだろう。
(4) D われわれの友情は永久に壊れてしまうだろう。
15. あなたの家の屋根が雨漏りし始める。
- 私は思う：(4) A 問題が多すぎて自分には処理できない。
(1) B 修理させれば何の問題も無いだろう。
(3) C これは私がなんとかして処理しなければならないいつもの問題である。
(2) D 多分それはすぐ修理できるだろう。
23. 今晚、一番の料理を少し焦がしてしまったために、特別の夕食はだいなしになる。
- 私は思う：(4) A 何をやっても決してうまくいったことがない。
(1) B それは簡単にもとどおりになる。
(3) C 今日突然そういうことになったので、どうすることもできない。
(2) D どうにかして償うことができるだろう。

FP-未来の快状況

6. あなたは来年かなりの昇給が約束されている。
- 私は思う：(1) A それを非常に期待している。
(4) B おそらくそういうことにはならないだろう。
(2) C そうなればうれしい。
(3) D そうならないかもしれないので、計画を立てない方がよい。
7. 来年夢のような休日のために十分なお金を貯金している。
- 私は思う：(2) A きっと楽しいだろう。
(4) B 楽しくなるとは思えない。
(3) C がっかりするかもしれない。
(1) D 私は信じられないくらいの楽しい時間を持つだろう。
21. あなたはいつもやりたいと思っていた仕事を含む、新しい仕事を始めることになる。
- 私は思う：(3) A 私はすぐにはそれをうまくできず、おそらく人を困らせるだろう。
(2) B 落ち着く間、ちょっと時間がかかるかもしれないが、うまくいくだろう。
(4) C 私にその仕事ができるかどうか疑わしい。
(1) D 万事順調にいくだろう。
24. 新しい友人たちをあなたの家の食事に招く。
- 私は思う：(4) A 彼らはおそらく楽しまないだろう。
(3) B それはうまくいくかもしれない。
(2) C 彼らをよく知ることはすてきなことだろう。
(1) D 素晴らしい晩になるだろう。

25. あなたはついに家を改装するプランをたてることができた。

- 私は思う：(4) A きっといろんな問題が起こるだろう。
 (1) B 改装が終わったら、きれいになっているだろう。
 (3) C 何かはそのプランを邪魔するかもしれない。
 (2) D きっとうまくいくだろう。

FU-未来の不快状況

1. あなたは、痛んでいる背中の手術のために入院しようとしている。

- 私は思う：(3) A うまくいかないだろう。
 (2) B うまくいくだろうが、依然として少し痛みが残るだろう。
 (4) C うまくいく見込みはほとんどない。
 (1) D それは成功するであろう、そして、以前やっていたあらゆることができるようになるだろう。

2. 親しい友人が新しい町へと移ろうとしている。

- 私は思う：(2) A ある程度努力すれば今までどおり友人でいられる。
 (3) B 今までのように親密にはならないだろう。
 (1) C われわれの仲は、なにも変わらないだろう。
 (4) D 私はもう彼らに再び会うことがないだろう。

10. あなたは、今年昇給はないだろうと言われる。

- 私は思う：(4) A 私は多分仕事を失うだろう。
 (1) B 来年は昇給するだろう。
 (2) C 私は長い間昇給がないかもしれない。
 (3) D いつ私は昇給するかわからない。

16. あなたは折り合いの悪い親戚に会わなければならない。

- 私は思う：(4) A これは絶対にひどいことになると思う。
 (2) B そんなに悪くなるはずがない。
 (1) C 私たちはおそらく今度はうまくいくだろう。
 (3) D これはむしろ不愉快なことになるだろう。

20. あなたは家を引っ越さなければならないので、新しいアパートか家を捜している。

- 私は思う：(1) A 捜している物件がすぐに見つかるだろう。
 (4) B 住んでいたものと同じくらいの良い物件は決して見つからないだろう。
 (2) C 希望しているものより劣った物件に住まなければならないかもしれない。
 (3) D 適当な物件を見つけることは、どうもうまくいきそうにない。

付録3 BDI 質問項目

(下記の () の数値は得点化のためのものであり、調査票には記載されていない。)

1. (0) A 私は普段悲しくない。
 (1) B 気がふさいだり、悲しくなったりする。
 (2) C いつも気がふさいだり、悲しくなったりして急に元気にはなれない。
 (2) D とても悲しくて、不幸なのでつらい。
 (3) E とても我慢ができないほど悲しくて不幸だ。
2. (0) A 将来に、とくに悲観もしていないし失望もしていない。
 (1) B 将来に、失望することもある。
 (2) C 将来に、期待するものはない。
 (2) D 悩みを解決することは、できないと思う。
 (3) E 将来は絶望的であって、何事もうまくいかないと思う。

3. (0) A 自分のしてきたことが失敗であったとは思わない。
(1) B 他人よりは、失敗が多い。
(2) C 今までに価値のあることや、意義のあることはほとんどやりとげなかった。
(2) D 今までのことを振り返ると、失敗ばかりしてきたと思う。
(3) E 私は人間として (親として、夫として、妻として) 落伍者である。
4. (0) A 今の生活にだいたい満足している。
(1) B いつも退屈している。
(1) C 以前のように楽しくない。
(2) D もはや何事にも満足が得られない。
(3) E あらゆることが不満である。
5. (0) A 自分が悪い (価値のない) 人間だとは思わない。
(1) B 時には自分が悪いのだとか、価値がない人間だと思う。
(2) C かなり悪い人間だと思う。
(2) D 私は悪い人間だし価値がないと今ではずっと思う。
(3) E いつも自分は全く役に立たないし、価値のない人間だと思う。
6. (0) A 自分にバチがあたっているとは思わない。
(1) B 自分に何か悪いことが起こるのではないかと思う。
(2) C バチがあたっていると、バチがあたるだろうと思う。
(3) D バチがあたっても仕方がないと思う。
(3) E 罰を受けたいと思う。
7. (0) A 自分に失望していない。
(1) B 自分に失望している。
(1) C 自分が好きではない。
(2) D 自分に嫌気がさしている。
(3) E 自分を憎んでいる。
8. (0) A 他の人と比べて自分が悪い人であるとは思わない。
(1) B 自分の弱さや、失敗について自己批判する。
(2) C 自分の欠点をいつでも自分のせいにする。
(3) D 悪い出来事が起こると、何でもそれを自分のせいにして自分を責める。
9. (0) A 自殺について考えたことはない。
(1) B 自殺について考えたことはあるが実行したことはない。
(2) C 死んだ方がました。
(2) D 家族は自分が死んだ方がよいと考えていると思う。
(3) E 自殺についてはっきりとした計画がある。
(3) F できることなら自殺してしまいたい。
10. (0) A ときどき泣くこともある (普段より泣くことはない)。
(1) B いつもより、よく泣く。
(2) C この頃は泣いてばかりいて、泣きやむことができない。
(3) D 以前は泣くことができたが、今では泣きたいと思うときでも涙が出ない。
11. (0) A これまでのようにいらいらしない。
(1) B 以前より簡単に悩んでしまうし、いらいらする。
(2) C いつでもいらいらしている。
(3) D 以前ならいらいらを感じたことに対してこの頃はいらいらすらも感じなくなった。
12. (0) A 他の人に対する関心を持っている。
(1) B 以前よりも他の人に関心が無くなった。
(2) C 他の人に対する関心を失ったし、彼らに対して何の感情もわかなくなった。
(3) D 他の人に対する関心を全く失ったし、気にならない。
13. (0) A 今までと同じように決断ができる。
(1) B 以前と比べると、今では自信がなくなってしまい、決断をくださのを避けようとしている。

- (2) C 自分一人でものごとを決断するのが難しい。
 (3) D もう何に対しても決断することができない。
14. (0) A 以前と比べて、容姿が悪くなったとは思わない。
 (1) B 老けて、魅力を失って見えるのではないかと気になる。
 (2) C 容姿がどうにもならないほど変わってきて、魅力がなくなってきた。
 (3) D 自分が醜くて、人を不快にさせる。
15. (0) A いつもと同じように働ける。
 (1) B 何かをしようとする、以前よりも余分な努力がいる。
 (1) C 以前と同じように働けない。
 (2) D 何かを始めるとき、大変おっくうである。
 (3) E 私は全く仕事ができない。
16. (0) A いつものようによく眠れる。
 (1) B 朝、目が覚めた時、以前より疲れている。
 (2) C 以前よりも1～2時間早く目が覚めて、それからはなかなか寝つかれない。
 (3) D 毎朝早く目が覚めるし、5時間以上は眠れない。
17. (0) A いつもと比べてとくに疲れたりはしない。
 (1) B 以前よりも簡単に疲れる。
 (2) C 何をやっても疲れる。
 (3) D あまり疲れるので何もできない。
18. (0) A 食欲は普通だ。
 (1) B 以前よりは食欲がない。
 (2) C 今ではほとんど食欲がない。
 (3) D 食欲が全くない。
19. (0) A 最近体重に大きな変化はない。
 (1) B 最近2キロ以上体重が減った。
 (2) C 最近5キロ以上体重が減った。
 (3) D 最近7キロ以上体重が減った。
20. (0) A 健康についてとくに気にしない。
 (1) B 胃の不快感や、痛み、不調や便秘が気になる。
 (2) C 身体のことが大変気になるので、他のことが考えられない。
 (3) D 自分の身体のことしか考えられない。
21. (0) A 性についての関心はとくに変わっていない。
 (1) B 以前よりは性に対する関心が減少した。
 (2) C 今では性に対する関心が大変減少した。
 (3) D 性に対する関心が全くなくなった。