

注意機能と認知的評価およびコーピングとの関連

中京大学大学院心理学研究科 木村 諭史
中京大学大学院心理学研究科 首藤 祐介
中京大学心理学部 坂井 誠

Relationship between attention control function and cognitive appraisal and coping

KIMURA, Satoshi (Graduate School of Psychology, Chukyo University)

SHUDO, Yusuke (Graduate School of Psychology, Chukyo University)

SAKAI, Makoto (School of Psychology, Chukyo University)

The purpose of this study was to investigate the relationship between attention control function and cognitive appraisal and coping. Participants comprised 466 undergraduate students. The main findings were as follows: (1) cognitive appraisal of controllability was related positively and weakly ($r=.18\sim.26$) to attention control function; (2) catharsis coping and give up coping related negatively and weakly ($r=-.08\sim-.14$), positive interpretation coping and distractive recreation coping related positively and weakly ($r=.14\sim.22$) to attention control function; and (3) divided attention positively predicted cognitive appraisal of controllability and selective attention negatively predicted catharsis coping, rapid switching attention negatively predicted give up coping, and divided attention coping positively predicted positive interpretation coping and distractive recreation. The relationship between attention control function and cognitive appraisal and coping is discussed.

Key words: attention control function, cognitive appraisal, coping

I 問題と目的

人はストレス・イベントに遭遇すると、主観的な不安感や怒り、発汗、筋緊張などといったさまざまなストレス反応を表出する(尾関, 1993)。これまで、こうしたストレス反応に影響を及ぼす要因を明らかにするために多くの研究が行われてきた。その中で Lazarus & Folkman (1984) の提唱した心理的ストレス過程モデルは、ストレス研究分野に大きな影響を与え、今日までこのモデルに従って数多くの研究が行われてきた。

彼らのモデルでは、個人のストレス反応はストレスラーによって直接的に引き起こされるのではなく、ストレスラーに対する認知的評価(cognitive appraisal)とコーピング(coping)という媒介変数を介した結果として規定されることが提唱されている点に大きな特徴がある。認知的評価とは、ストレスラーをどの程度ストレスフルであるか評価することを指す(鈴木・坂野, 1998)。また、コーピングとは、ストレスラーにより生じた苦痛を低減させるために個人が行う認知・行動的な努力を示している

(加藤, 2001)。

これまでに多くの研究から、認知的評価やコーピングはストレス反応に影響を及ぼす重要な要因であることが明らかにされている。例えば、鈴木・坂野(1998)の研究では、認知的評価のうち、ストレスラーがどの程度脅威的であるかという脅威性の認知的評価が高い者ほどストレス反応の表出が高いことや、ストレスラーがどの程度コントロール可能かというコントロール可能性の認知的評価が高い者ほどストレス反応の表出が低いことが示されている。コーピングに関しても、一般に、逃避・回避的なコーピングを採用しやすい者ほどストレス反応が高いことなどが示されている(加藤, 2005)。これらのことから、ストレス反応を規定するうえで、認知的評価やコーピングは重要な役割を果たしているといえる。

認知的評価やコーピングの他に、ストレス反応に重要な影響を及ぼす要因の1つとして、個人特性が挙げられている。これまでの研究から、自尊感情(Rosenberg, 1965)やLocus of Control(Rotter, 1966)など、さまざまな個人特性がストレス反応に影響を及ぼすことが明らかにされている(木村・久

野・市井, 2008)。例えば, 木村ら (2008) は, 自尊感情や Locus of Control が高い者は低い者に比べて高いストレス反応を表出することを明らかにしている。これはすなわち, 自尊感情など, 個人特性の中にはストレス緩衝要因としての役割を果たす要因があることを示唆している。

近年, こうしたストレス緩衝要因になり得るかどうかが検討されている要因の1つに注意制御機能がある。注意制御機能とは, 「注意の対象」と「注意の配分」を能動的に制御する能力と定義される (今井・今井・根建, 2009)。先行研究 (木村・首藤・市井・坂井, 2010) では, 注意制御機能が高い者ほどストレス反応の表出が低いことが示されている。この結果からは, 注意制御機能がストレス緩衝要因となり得る可能性が示唆される。しかしながら, この研究では直接的に注意制御機能とストレス反応との関連を検討しているのみであり, 注意制御機能とストレス反応とを媒介する要因があるかどうかという点については検討がなされていない。

上記したように, Lazarus & Folkman (1984) の心理的ストレス過程モデルでは, 個人のストレス反応は認知的評価やコーピングを媒介した結果として規定されることとなる。このモデルに従えば, 注意制御機能は直接的にストレス反応に影響を及ぼしているのではなく, 認知的評価やコーピングに影響を与えた結果として間接的にストレス反応に影響を及ぼしている可能性が考えられる (木村ら, 2010)。

以上のことから, 本研究では, 注意制御機能と認知的評価やコーピングとの関連について検討することを目的とする。この点について検討することで, 注意制御機能がストレス反応に果たす役割について, 認知的評価やコーピングが強く媒介している可能性はあるのかという点について有用な示唆が得られるものと考えられる。

II 方法

1. 調査対象者

A 県の大学に在籍する4年制大学の大学生のうち, 回答に不備のあった者を除いた644名 (男性232名, 女性412名) を分析対象とした。平均年齢は全体で19.68歳 (SD=1.26), 男性20.05歳 (SD=1.31), 女性19.47歳 (SD=1.18) であった。

2. 測度

1) 注意制御機能

今井・今井・根建 (2008) の注意制御尺度 (Attention Control Scale: ACS) を用いた。注意の制御機能を測定する尺度であり, 「注意の選択 (Selective Attention: SA)」「注意の転換 (Rapid Switching Attention: RSA)」「注意の分割 (Divided Attention: DA)」の3因子計18項目からなる。今井ら (2008) によって高い信頼性と妥当性を有することが確認されている。

2) 認知的評価

鈴木・坂野 (1998) の認知的評価測定尺度 (Cognitive appraisal Rating Scale: CARS) を用いた。本尺度は, 「脅威性の評価」, 「コントロール可能性」, 「影響性の評価」, 「コミットメント」各2項目の計8項目からなる。鈴木・坂野 (1998) により, 信頼性と妥当性を有することが確認されている。

3) コーピング

神村・海老原・佐藤・戸ヶ崎・坂野 (1995) の Tri-axial Coping Scale 24-item version (TAC-24) を用いた。本尺度は, 「情報収集」, 「計画立案」, 「カタルシス」, 「放棄・諦め」, 「責任転嫁」, 「回避的思考」, 「肯定的思考」, 「気晴らし」各3項目の計24項目からなる。先行研究 (神村ら, 1995; 鈴木, 2004) より, 信頼性と妥当性を有することが確認されている。

3. 測定方法

認知的評価およびコーピングを行うためのストレスサーについて, 木村ら (2008) に従い, 対人ストレス場面を設定した。具体的には, 「あなたは, 自分の親しい友人 Aさんと, ちょっとした意見の違いから口論になり, それ以来, Aさんはあなたを無視したり, あなたと関わらないようにしたりしました。あなたはこの状況をどのように感じたり, 考えたりしますか」と教示し, CARSとTAC-24への回答を求めた。

III 結果

1. 基本統計量

各尺度の平均値および標準偏差について TABLE 1に示した。

TABLE 1 本研究の対象者における性別の記述統計

	男性	女性
ACS ^{a)}		
ACS ^{a)} 合計得点	56.98 (14.82)	54.35 (12.64)
SA ^{b)}	19.97 (5.46)	19.06 (4.95)
RSA ^{c)}	19.31 (5.48)	18.36 (4.85)
DA ^{d)}	17.71 (6.37)	16.93 (5.37)
CARS ^{e)}		
コミットメント	3.97 (1.62)	4.09 (1.52)
影響性の評価	3.78 (1.59)	4.04 (1.52)
脅威性の評価	1.95 (1.68)	2.06 (1.71)
コントロール可能性	2.76 (1.53)	2.26 (1.47)
TAC-24 ^{f)}		
情報収集	3.64 (2.25)	4.12 (2.31)
計画立案	5.10 (2.01)	4.98 (2.01)
カタルシス	4.02 (2.42)	5.38 (2.37)
放棄・諦め	2.03 (1.95)	1.80 (1.65)
責任転嫁	1.67 (1.76)	1.40 (1.35)
回避的思考	3.05 (1.99)	2.80 (1.84)
肯定的思考	4.37 (1.79)	4.19 (1.93)
気晴らし	3.53 (1.92)	3.48 (2.17)

Note. カッコ内は標準偏差を表す。

- a) Attention Control Scale, b) Selective Attention
 c) Rapid Switching Attention, d) Divided Attention
 e) Cognitive appraisal Rating Scale
 f) Tri-axial Coping Scale 24-item version

2. 注意制御機能と認知的評価およびコーピングとの相関分析

注意制御機能と認知的評価およびコーピングとの関連について検討するために、ピアソンの積率相関係数を算出した (TABLE 2)。その結果, SA ($r=.18$), RSA ($r=.23$), DA ($r=.25$), ACS 合計得点 ($r=.26$) と「コントロール可能性」との間に弱い正の相関が見られたが, 他の変数では ACS と

CARS 下位因子との間に有意な相関が見られなかった。

コーピングについては, SA と「計画立案」($r=.11$), 「肯定的思考」($r=.14$) との間に弱い正の相関, 「カタルシス」($r=-.13$), 「放棄・諦め」($r=-.17$), 「責任転嫁」($r=-.09$) との間に弱い負の相関が見られた。RSA と「計画立案」($r=.09$), 「肯定的思考」($r=.19$) との間に弱い正の相関, 「放棄・諦め」($r=-.14$) との間に弱い負の相関が見られた。DA と「計画立案」($r=.09$), 「肯定的思考」($r=.21$), 「気晴らし」($r=.14$) との間に正の弱い相関が見られた。ACS 総合得点と「計画立案」($r=.11$), 「肯定的思考」($r=.22$), 「気晴らし」($r=.08$) との間に弱い正の相関, 「カタルシス」($r=-.08$), 「放棄・諦め」($r=-.13$) との間に弱い負の相関が見られた。

3. 重回帰分析

次に, 注意制御機能が認知的評価およびコーピングに及ぼす影響を検討するために, ACS 各因子を説明変数, CARS と TAC-24 の各因子のうち ACS 各因子との有意な相関が見られた因子をそれぞれ目的変数とする重回帰分析を行った (TABLE 3)。全ての分析において, VIF (Variance Inflation Factor: 分散拡大要因) の値は 2 以下であり, 条件指数も 15 以下であった。分析の結果, SA から「カタルシス」($\beta=-.15, p<.01$) への有意な負のパスが見られた。RSA から「放棄・諦め」($\beta=-.12, p<.01$) への有意な負のパスが見られた。DA から「コントロール可能性」($\beta=.18, p<.001$), 「肯定的思考」($\beta=.14, p<.01$), 「気晴らし」($\beta=.19, p<.001$) への有意な正のパスが見られた。

IV 考察

本研究の目的は, 注意制御機能と認知的評価およびコーピングとの関連について検討することであった。相関分析および重回帰分析の結果, 注意制御機能と認知的評価およびコーピングとの間に有意な関連が見られたことから, 以下, 変数間の個々の関連について考察していく。

重回帰分析の結果から, SA が高いほど「カタルシス」のコーピングを採用しにくい結果が得られた。Acceptance and Commitment Therapy (武藤, 2006) の考えに従えば, 苦痛となる思考に捉われず

TABLE 2 各変数間の相関係数

	ACS ^{a)}	SA ^{b)}	RSA ^{c)}	DA ^{d)}	コミットメント	影響性の評価	脅威性の評価	コントロール可能性	情報収集	計画立案	カタルシス	放棄・諦め	責任転嫁	回避的思考	肯定的思考	気晴らし
ACS ^{a)} 合計得点	—															
SA ^{b)}	.80**	—														
RSA ^{c)}	.89***	.62***	—													
DA ^{d)}	.840***	.43***	.66***	—												
コミットメント	.05	.05	.05	.04	—											
影響性の評価	.00	.00	-.01	.01	.62***	—										
脅威性の評価	-.05	-.06	-.06	-.02	.24***	.42***	—									
コントロール可能性	.26***	.18***	.23***	.25**	.06	-.01	-.15**	—								
情報収集	.02	-.01	.02	.03	.26***	.28***	.29***	.02	—							
計画立案	.11**	.11**	.09*	.09*	.41***	.39***	.21***	.21***	.46***	—						
カタルシス	-.08*	-.13***	-.06	-.03	.16***	.18***	.16***	-.11**	.51***	.14***	—					
放棄・諦め	-.13***	-.14***	-.14***	-.06	-.31***	-.18***	.10**	-.10**	-.03	-.22***	.02	—				
責任転嫁	-.06	-.09*	-.06	-.01	-.12**	-.05	.21***	-.11**	.05	-.15***	.12**	.61***	—			
回避的思考	-.01	-.03	-.02	.02	-.13***	-.15***	.06	.00	.01	-.11**	.11**	.48***	.34***	—		
肯定的思考	.22**	.17**	.19**	.21**	.18***	.12**	-.08*	.28***	.15***	.23***	.09*	.05	.04	.27***	—	
気晴らし	.08*	.00	.05	.14***	.06	.01	.04	.06	.33***	.12**	.36***	.20***	.19***	.40***	.34***	—

Note. a) Attention Control Scale

b) Selective Attention

c) Rapid Switching Attention

d) Divided Attention

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

TABLE 3 ACS各因子を説明変数とした重回帰分析の結果

説明変数	コントロール可能性		計画立案		カタルシス		放棄・諦め		責任転嫁		肯定的思考		気晴らし	
	$\beta^{d)}$	t	$\beta^{d)}$	t	$\beta^{d)}$	t	$\beta^{d)}$	t	$\beta^{d)}$	t	$\beta^{d)}$	t	$\beta^{d)}$	t
SA ^{a)}	.05	-1.04	.08	1.67	-.15	-2.94*	-.097	-1.96	-.08	-1.66	.08	1.69	-.06	-1.22
RSA ^{b)}	.08	1.33	.02	0.26	.02	.35	-.12	-2.00*	-.04	-.66	.04	.69	-.04	-.59
DA ^{c)}	.18	3.46***	.04	0.76	.02	.37	.06	1.24	.05	.93	.14	2.80**	.19	3.69***
R ²	.07(F(3, 640)=16.04)***		.01(F(3, 640)=3.04)*		.02(F(3, 640)=3.60)*		.03(F(3, 640)=5.53)***		.01(F(3, 640)=1.93)		.05(F(3, 640)=11.51)***		.03(F(3, 640)=5.53)***	

Note. a) Selective Attention

b) Rapid Switching Attention

c) Divided Attention

d) 最終ステップにおける標準偏回帰係数

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

に自分の目的とする行動を行うことが精神的健康の改善や維持にとって重要とされる。このことと「カタルシス」が「誰かに話しを聞いてもらう」項目から構成されていることを踏まえると、選択的注意が上手い者は苦痛を生じさせる思考に捉われずに自分の集中したいことができるため、この結果として苦痛な思考の処理の必要性が低減し、「カタルシス」方略を用いることが少ない可能性が考えられる。言い換えれば、選択的注意が上手くできない者は、自分の目的とする行動に従事できず、思考に固執し、思考に伴う苦痛を低減しようとするために「カタルシス」を行いやすいことが考えられる。

次に、RSAが高いほど「放棄・諦め」のコーピングを採用しにくいという結果について、切り替えが上手くできない者は特定の思考に捉われて反すうし、もはやどうしようもないと考えて「放棄・諦め」のコーピングを採用してしまう可能性が考えられる。この点については、反すうと注意制御機能や「放棄・諦め」との関連について検討することでより詳細な理解が得られよう。

次に、DAが高い者ほど「コントロール可能性」を高く評価し、「肯定的思考」や「気晴らし」のコーピングを採用しやすいうことが明らかになった。注意を複数のものに分割できるということは、複数の事柄が次々と思考に浮かんできてもそこに捉われずに済むものと考えられる。したがって、対人ストレス状況に遭遇しても次々と浮かぶ思考に捉われずに、冷静に考えることが可能なため、「コントロール可能性」の評価が高くなる可能性が考えられる。また、「肯定的思考」や「気晴らし」については、嫌なことがあっても特定の側面のみ捉われずにストレス・イベントの多様な面を見ることができたり、その思考に捉われないために、肯定的な側面を見ようとしたり、嫌なことがあってそれを抱えたままであっても気晴らしとなる行動を行いやすいことが考えられる。

最後に、本研究の限界と今後の展望について考察する。本研究から、注意制御機能と認知的評価やコーピングとの間に一部関連は認められたものの、その相関係数はすべて $r = .40$ 以下であり、弱い関連しか見られなかった。したがって、十分関連があるとは言えず、疑似相関によって関連が生じている可能性も考えられる。また、重回帰分析の結果から、「コントロール可能性」、「肯定的思考」、「カタルシス」、「放棄・諦め」、「気晴らし」への影響が見られ

たが、その説明力はすべて7%以下であり、十分な説明力を有しているとはいえない。この結果と注意制御機能が認知的な過程であることを踏まえると、注意制御機能は実際の行動面よりも思考の側面との結びつきが強い可能性が考えられる。先行研究では、ストレス反応に影響を及ぼす思考の側面の1つとして、反すうが挙げられている(木村ら, 2010)。したがって、注意制御機能がストレス反応に及ぼす影響は反すうを媒介した結果である可能性が考えられるため、今後は、注意制御機能と反すう、ストレス反応の3者の関連について検討する必要がある。

引用文献

- 今井正司・今井千鶴子・根建金男 2009 注意訓練が侵入思考への認知的対処に及ぼす影響 第9回日本認知療法学会抄録発表論文集, 156
- 今井正司・今井千鶴子・根建金男 2008 注意制御尺度の作成と信頼性及び妥当性の検討 日本認知療法学会第8回大会発表論文集, 137
- 神村栄一・海老原由香・佐藤健二・戸ヶ崎泰子・坂野雄二 1995 対処方略の三次元モデルの検討と新しい尺度(TAC-24)の作成 筑波大学教育相談研究, 33, 41-47
- 加藤司 2001 対人ストレス過程の検証 教育心理学研究, 49, 295-304
- 加藤司 2005 ストレスフルな状況に対するコーピングと精神的健康 東洋大学社会学部紀要, 43, 5-21
- 木村論史・久野能弘・市井雅哉 2008 自尊感情の個人差が認知的評価に及ぼす影響—ローカス・オブ・コントロールの違いに焦点を当てて— 発達心理臨床研究, 14, 35-43
- 木村論史・首藤祐介・市井雅哉・坂井誠 2010 注意機能がストレス反応に及ぼす影響—単独効果および組み合わせ効果の検討— 発達心理臨床研究, 16, 21-28
- 木村論史・首藤祐介・坂井誠 2010 ネガティブな反すうがストレス反応に及ぼす影響 中京大学心理学研究科・心理学部紀要, 9, 37-42
- Lazarus, R.S. & Folkman, S. 1984 Stress, appraisal and coping. New York: Springer Publishing Company. (本明寛・春木豊・織田正美 1991 ストレスの心理学 実務教育出版)
- 武藤崇(編) 2006 アクセプトランス&コミットメント・セラピーの文脈—臨床行動分析におけるマインドフルな展開 プレーン出版
- 尾関友佳子 1993 大学生用ストレス自己評価尺度の改訂—トランスアクションな分析に向けて— 久留米大学大学院比較文化研究科年報, 1, 95-114
- 尾関友佳子・原田雅浩・津田彰 1994 大学生の心理的ストレス過程の共分散構造分析 健康心理学研究, 17 (2), 20-31
- Roseberg, M. 1965 Society and the adolescent self-image. New Jersey: Princeton University Press.

Rotter, J.B. 1966 Generalized expectation for internal versus external control of reinforcement. Psychological Monographs: General and Applied, 80, 1-23

鈴木伸一 2004 3次元（接近—回避，問題—情動，行動—認知）モデルによるコーピング分類の妥当性の検討 心理学研究, 74, 504-511

鈴木伸一・坂野雄二 1998 認知的評価測定尺度（CARS）作成の試み ヒューマンサイエンスリサーチ, 7, 113-124