

対処方略の採用傾向が課題成功・失敗時の心理的 ストレス反応に及ぼす影響

藤原 裕 弥

東亜大学 総合人間・文化学部 心理学研究室

E-mail:yuya@toua-u.ac.jp

要 旨

本研究は、成功体験時と失敗体験時における楽観主義、悲観主義、防衛的悲観主義の精神的健康について検討を行った。すべての参加者は試験を受ける場面を想像するよう求められた。その後、半分の被験者には、その試験に成功した状況が呈示され、残りの半分の被験者には失敗した状況が呈示された。どちらの条件（成功、失敗）の参加者も以下の質問紙に回答するよう求められた：試験に対する対処、心理的ストレス反応、自己効力感、抑うつである。得られたデータから、成功体験時には各群において低い心理的ストレス反応と抑うつが認められた。一方、失敗体験時には、心理的ストレス反応と抑うつは、防衛的悲観主義群において他の群よりも高いことが示された。これらの結果から、防衛的悲観主義者は、失敗を体験すると、強い心理的ストレス反応を経験し、その結果抑うつになる可能性が考えられる。

問 題

近年、健康的でパフォーマンスの高い適応的なパーソナリティとして楽観主義が注目されている。楽観主義 (optimism) とは、一般的に物事がうまく進み、悪いことよりも良いことが生じるだろうという信念をもつ傾向と定義されている。これに対し悲観主義 (real pessimism) は、物事がうまくはかどらず、悪い結果を予測する傾向と定義されている (Scheire & Carver, 1985)。

Kivimaki, Vahtera, Elovainio, Helenius, Singh-Manoux, and Pentti (2005) は、ネガティブなライフイベント (家族の病気、あるいは

は家族との死別など) を体験した 5007 名の被験者について、ライフイベント前 36 週間と後 18 週間の健康状態について検討した。その結果、高い楽観主義傾向をもつ個人は、楽観主義傾向の低い個人と比べて、病気などを体験しにくいことが示された。学期末試験前の学生を対象として楽観主義と健康との関係を検討した研究では、楽観主義傾向の高い学生は低い学生と比べて健康状態がよいことが示されている (Scheier & Carver, 1985)。また、楽観主義者は悲観主義者と比べて良好な健康状態にあり、同じストレス状況におかれてもストレスを感じる程度が低いという報告もある (Blankstein, Flett, & Koledin, 1991; Hooker, Monahan, Shifren, & Hutchinson, 1992)。

このような楽観主義と悲観主義におけるストレス反応の違いは、対処方略の採用傾向という観点から説明が試みられている。楽観主義者は一般的に、直接ストレスの解決を試みる問題焦点型対処を採用しやすい。また、自分のパフォーマンスに関して高い期待をし、目前の課題から気をそらすことで不安を低く維持することが報告されている (Norem & Illingworth, 1993)。一方、悲観主義者は喚起されたストレス反応を和らげるような情動焦点型対処を採用しやすく (Aspinwall & Taylor, 1992)、無気力で希望を失い易く、簡単にあきらめてしまいやすいため、能力以下の成績しかあげられないと説明されている (Seligman, 1991)。問題焦点型対処は、ストレスの解決を試みるため、一時的にはストレスが高まるが、長期的にみればストレス反応を低減させる効果を持つ。それに対し情動焦点型対処は、ストレスそのものに働きかけないため、一時的なストレス低減は期待できるが、根本的な問題解決にはつながらない。そのため、情動焦点型対処の採用は、抑うつや自尊心の低下、心理的苦痛につながりやすいと考えられてきた (Rohde, Lewinsohn, Tlson & Seeley, 1990; Smith, Patterson & Grant, 1990)。

さらに、近年の研究では、悲観主義者の中には、高い不安を示しながらも高いパフォーマンスを示す個人特性が指摘されるようになった。このような特徴を持つ個人は、防衛的悲観主義者 (defensive pessimism) と呼ばれ、従来の悲観主義者と分けて検討されてきている (Norem & Canter, 1986)。防衛的悲観主義者は、楽観主義者に比べ課題前の不安が高く、問題焦点型対処を採用しやすい (Showers & Ruben, 1990)。Spencer and Norem (1996) は、楽観主義者と防衛的悲観主義者にダーツ投げ課題を行わせ、課題前の心理的状态とパフォーマンスについて検討を行った。その結果、防衛的悲観主義者は、課題前に失敗などのネガティブな予期を行った場合、高いパフォーマンスを示すことがわかった。このことは、失敗を予期することで課題について熟考が促され、結果とし

てパフォーマンスが上昇したと考察されている。

Showers and Ruben (1990) は、防衛的悲観主義者が低い期待を公にすることで、周囲の人々の自分に対するイメージが悪くなることを防ぐと述べている。これは、社会的相互作用時に自己概念の防衛を意図しているためと考えられる。このように、否定的な自己概念を持つ個人は、批判や失敗に過剰な関心を持っているため、自己概念の防衛を意図し、失敗経験をできるだけ少なくして、周囲からの否定的評価を避けようとすると考えられる。岩永・坂田・横山 (2005) は、看護師を対象として検討を行った結果、防衛的悲観主義者は楽観主義者や悲観主義者に比べて、競争的達成動機、承認欲求、失敗回避動機が高いこと示した。岩永らは、防衛的悲観主義者が他者の目を気にして、必要以上に努力することでストレスを高めてしまう可能性を指摘している。

このように、防衛的悲観主義者が自己概念の防衛のために失敗経験をおそれ、問題解決のために問題焦点型対処を採用しているのであれば、課題解決に失敗してしまった場合、次のような特徴が認められると考えられる。まず、失敗や批判に強い恐れを感じているため、失敗経験によって高いストレス反応が認められる可能性がある。また、ストレスに対して用いた問題焦点型対処が有効でなかったことを自覚するため、自己効力感 (特定の状況で特定の行動を行うことができるという信念; Bandura, 1986) が低下すると考えられる。さらに、自己効力感の低下は、長期的に見て抑うつを引き起こす原因となるため (Johnson & Sarason, 1978)、高い抑うつ反応が引き起こされるだろう。

このように、防衛的悲観主義者は、出来事の解決に失敗した場合、強いストレス反応や、その結果としての抑うつ反応が形成される可能性があり、検討が必要である。しかし、防衛的悲観主義に関するこれまでの研究の多くは、そのパフォーマンスの高さに焦点を当てた研究がほとんどであり、精神的適応についての検討はほ

とんどされていない。そこで本研究では、楽観主義者、悲観主義者、防衛的悲観主義者に対して進級に関わる試験を受ける場面を想定させ、その後進級試験に成功した場合と失敗した場合のストレス反応、自己効力感、抑うつ感を検討することを目的とする。

仮説

対処方略

1. 楽観主義者、防衛的悲観主義者は、悲観主義者よりも計画立案や情報収集などの問題焦点型対処を採用しやすい。
2. 楽観主義者は、悲観主義者、防衛的悲観主義者に比べ、課題解決に対して肯定的な思考を抱きやすい。

ストレス反応

3. 問題解決に成功した場合、楽観主義者は、悲観主義者、防衛的悲観主義者に比べ低いストレス反応を示す。
4. 問題解決に失敗した場合、防衛的悲観主義者は最も高いストレス反応を示す。

自己効力感

5. 問題解決に成功した場合、楽観主義者は最も高い自己効力感を示す。
6. 問題解決に失敗した場合、防衛的悲観主義者は最も低い自己効力感を示す。

抑うつ

7. 問題解決に成功した場合、楽観主義者は最も低い抑うつを示す。
8. 問題解決に失敗した場合、防衛的悲観主義者は最も高い抑うつを示す。

方法

対象者

大学生 127 名・専門学校生 84 名の中から欠損のあったデータ、及びデータの均一性を保つため、30 歳以上の回答者を除き、合計 158 名(平

均年齢 21.3 歳)で分析を行った。

質問紙の構成

対処方略の採用傾向：防衛的悲観主義の程度を測定する尺度として、岩永・坂田・横山(2004)を参考に Defensive Pessimism Questionnaire (Norem, 2001; DPQ) を日本語に翻訳した 19 項目を 6 件法(1:全く当てはまらない~6:非常に当てはまる)で使用した。また、楽観主義傾向尺度を測定するために、Life Orientation test 改訂版 (Scheier & Carver, 1985; LOT-R) を日本語に翻訳した 10 項目(中村, 2000)を 6 件法(1:全くあてはまらない~6:非常にあてはまる)で使用した。

対処方略：3次元モデルにもとづく対処方略尺度(神村・海老原・佐藤・戸ヶ先・坂野, 1995; TAC-24)は①「問題焦点—情動焦点」軸、②「接近—回避」軸、さらに③「行動—認知」軸の3軸で構成される8空間のそれぞれに対応した対処方略を測定する尺度である。この尺度は、24項目からなり、これを5件法(1:これまでにない~5:いつもそうだ)で回答させた。

ストレス反応：大学生用ストレス反応尺度(尾関, 1989)から情緒的混乱、心身疲労感、自律神経系の活動亢進から各因子の中で因子負荷量の高い3項目、全9項目を4件法(1:あてはまらない~4:非常にあてはまる)で回答させた。

自己効力感：自己効力感尺度(成田・下仲・中里・河合・佐藤・長田, 1995)から因子負荷量の高い9項目を選出し、5件法(1:全くあてはまらない~5:非常にあてはまる)で回答させた。

抑うつ：CES-D(島, 1998)20項目を4件法(1:ない~4:5日以上)で回答させた。

手続き

すべての被調査者に対し、進級判定に関わる試験を受けるというシナリオを呈示した。その

シナリオを具体的に想像した後、その出来事に直面した際に採用する対処方略について TAC-24 に回答させた。続いて、半数の被調査者には試験に成功した場面を、残りの半分の被調査者には失敗した場面を呈示した。具体的には、成功場面では「あなたは試験を受けた結果、無事に A 評価をもらい進級することができました。」という文章を呈示し、失敗場面では「あなたは試験を受けましたが、中間試験と期末試験を合わせて考えたとしても、再試験を受けることもできずに、留年が決定してしまいました。教員は、「単位に関する一切の交渉には応じない」と宣言しており、あなたは教員に単位をくれるように頼みに行くこともできません。」という文章を呈示した。それぞれの文章に表される状況を十分にイメージさせた後、大学生用ストレス反応尺度、自己効力感尺度に回答させた。また、成功・失敗体験から 1 週間の間の状態を想定させ CES-D に回答させた。

結 果

対処方略の採用傾向

先行研究を参考に DPQ と LOT-R の組み合わせによって楽観主義者 (OP 群) 62 名、悲観主義者 (RP 群) 37 名、防衛的悲観主義者 (DP 群) 59 名の 3 群を抽出した。具体的には、DPQ 下位 50% かつ LOT-R 上位 50% に属する

人を OP 群、DPQ 上位 50% かつ LOT-R 下位 50% に属する人を DP 群、DPQ と LOT-R とともに下位 50% に属する人を RP 群とした。

各群の対処方略

TAC-24 によって得られた結果に対して主因子法・バリマックス回転を用い、因子分析を行った。その結果、共通性の値が著しく低い項目や因子負荷量がいずれの因子に対しても著しく低い項目が数項目認められた。そのため、それらの項目を除外し、再度主因子法・バリマックス回転を用い、因子分析を行った。その結果、従来の尺度は 8 因子構造であったが「放棄・諦め・責任転嫁」因子、「カタルシス」因子、「肯定的解釈」因子、「計画立案」因子、「気晴らし・回避的思考」因子、「情報収集」因子の 6 因子構造となった。楽観主義、悲観主義、防衛的悲観主義における各因子の平均得点を Table 1 に示す。

対処方略の採用傾向ごとに、因子分析によって得られた各因子の得点を求め、1 要因分散分析を行った。その結果、「放棄・諦め・責任転嫁」($F(2,152) = 0.50, n.s.$)、「カタルシス」($F(2,152) = 0.28, n.s.$)、「気晴らし・回避的思考」($F(2,152) = 1.40, n.s.$) において群間差は認められなかった。「肯定的解釈」において群間差が認められ ($F(2,155) = 14.69, p < .01$)、OP 群が DP 群、RP 群よりも肯定的

Table 1 各群における TAC24 の各因子の平均値と SD

	OP	RP	DP
放棄・諦め・責任転嫁	1.88 (0.61)	2.00 (0.68)	1.91 (0.60)
カタルシス	2.70 (0.97)	2.59 (0.92)	2.74 (0.92)
肯定的解釈	3.47 (0.87)	2.87 (0.81)	2.72 (0.70)
計画立案	3.05 (0.92)	2.86 (0.88)	3.51 (0.85)
気晴らし・回避的思考	2.77 (0.88)	2.66 (1.11)	2.47 (0.95)
情報収集	3.44 (0.89)	3.22 (0.87)	3.70 (0.66)

解釈を行っていることが分かった。また、「計画立案」においても群間差が認められ ($F(2,155) = 7.04, p < .01$)、DP 群が OP 群、RP 群よりも計画立案をしていることが分かった。「情報収集」においても群間差が認められ ($F(2,155) = 4.24, p < .05$)、DP 群と OP 群が RP 群よりも情報収集を行っていることが分かった。

以上の結果から、OP 群は進級試験というストレスラーに対し、うまく行かろうと肯定的解釈をし、試験に向けて情報収集する問題焦点型対処を採用することが示された。それに対し RP 群は、進級試験に対して肯定的な解釈をしておらず、計画立案や情報収集などの問題焦点型対処を採用しないことが示された。また DP 群は、RP 群同様、進級試験に対し肯定的解釈をしないが、計画立案や情報収集などの問題焦点型対処を積極的に採用することが示された。

ストレス反応

ストレス反応尺度から 3 因子の質問項目を選択、使用したが、主因子法・バリマックス回転で因子分析を行った結果、「心身疲労感」因子、「自律神経系の亢進」因子の 2 因子にまとめられた。成功状況、失敗状況において、各群において得られた心身疲労感因子の平均得点を Figure 1 に、自律神経系の亢進因子の平均得点を Figure 2 に示す。「心身疲労感」得点に対して対処方略の採用傾向 (OP 群、RP 群、DP 群) × 試験結果 (成功、失敗) の 2 要因分散分析を

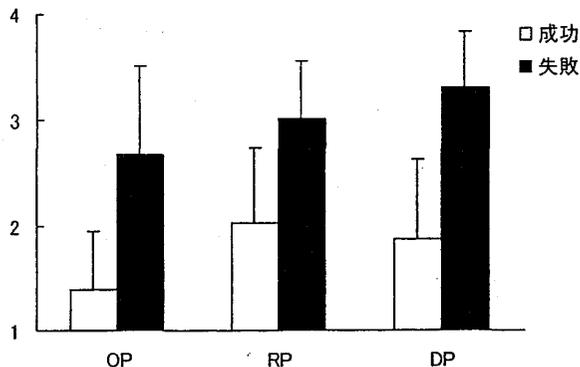


Figure 1 成功、失敗体験時の各群における心身疲労感

行った結果、対処方略の採用傾向の主効果 ($F(2,152) = 9.72, p < .01$) と試験結果の主効果 ($F(1,152) = 125.13, p < .01$) が有意であった。下位検定の結果、OP 群よりも DP 群と RP 群の得点が高かった。しかし、DP 群と RP 群の間に有意な差は認められなかった。一方、交互作用は認められなかった ($F(2,152) = 1.42, n.s.$)。

「自律神経系の亢進」得点に対して同様に 2 要因分散分析を行った結果、対処方略の採用傾向の主効果 ($F(2,152) = 9.96, p < .01$) が認められた。下位検定の結果、OP 群は DP 群や RP 群よりも得点が低いことが示された。試験結果の主効果 ($F(2,152) = 9.96, p < .01$) も認められた。また、対処方略の採用傾向 × 試験結果の交互作用 ($F(2,152) = 63.37, p < .01$) が認められた。下位検定の結果、失敗を経験した場合、OP 群は RP 群、DP 群の両群よりも得点が低かった (それぞれ $t(152) = 2.57, p < .05$; $t(152) = 6.00, p < .01$)。また、RP 群よりも DP 群の得点が高かった ($t(152) = 2.51, p < .05$)。

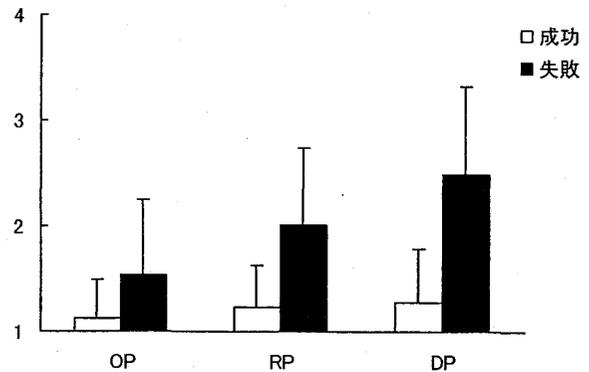


Figure 2 成功、失敗体験時の各群における自律神経系の亢進

自己効力感

成功体験時、失敗体験時ごとの各群の自己効力感尺度の平均得点を Figure 3 に示す。対処方略の採用傾向 × 試験結果の 2 要因分散分析を行った結果、対処方略の採用傾向の主効果 ($F(2,152) = 11.57, p < .01$) と試験結果の主効果 ($F(1,152) = 15.95, p < .01$) が認められ

た。対処方略の採用傾向では、DP 群よりも OP 群の得点が高く、RP 群よりも OP 群の得点が高かった。RP 群と DP 群の間に有意な差は認められなかった。また、交互作用は認められなかった。一方、交互作用は認められなかった ($F(2,152) = 0.13, n.s.$)。

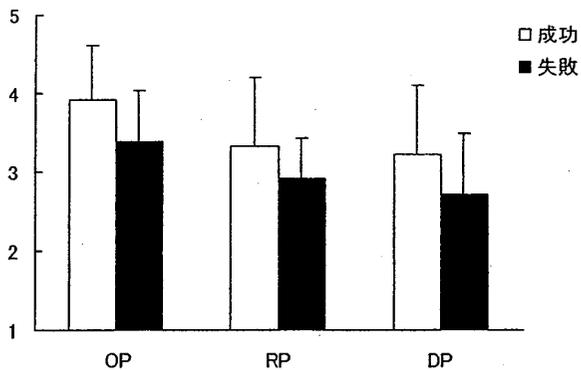


Figure 3 成功・失敗体験時の各群における自己効力感

抑うつ

成功体験時、失敗体験時ごとの各群の CES-D の平均得点を Figure 4 に示す。対処方略の採用傾向×試験結果の 2 要因分散分析を行った結果、対処方略の採用傾向の主効果 ($F(2,152) = 11.90, p < .01$) が認められた。下位検定の結果、DP 群は、OP 群、RP 群よりも得点が高いことがわかった。成功・失敗の主効果 ($F(1,152) = 176.84, p < .01$) も認められた。また、交互作用が有意である傾向が認められた ($F(2,152) = 2.59, p < .10$)。下位検定の結果、失敗経験時に DP 群は OP 群、RP 群より

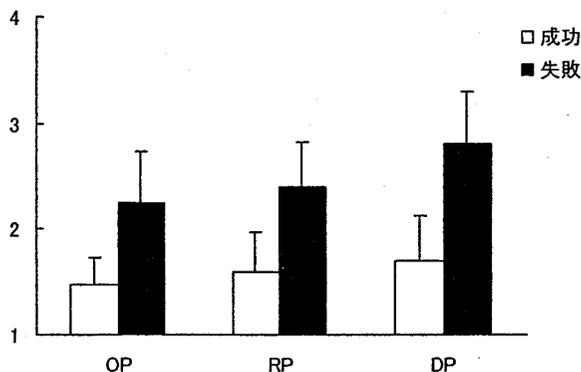


Figure 4 成功・失敗体験時の各群における抑うつ

も抑うつ状態になることが分かった (それぞれ $t(152) = 5.39, p < .05$; $t(152) = 3.27, p < .01$)。

考察

本研究は、楽観主義、悲観主義、防衛的悲観主義が、進級試験というストレスに対して用いる対処方略を検討した。また、対処方略の作用傾向の違いが、進級試験の結果 (成功、失敗) によって生じるストレス反応、自己効力感、抑うつに及ぼす影響について検討することを目的とした。

楽観主義者は進級試験を肯定的に解釈することが示された。これは、「物事がうまく進み、悪いことよりも良いことが生じるであろうという信念を一般に持つ傾向」という楽観主義の定義に一致する結果であった。また、情報収集などの問題焦点型対処を採用することも示され、先行研究と同様の結果が得られたといえる。一方、悲観主義者は、進級試験を肯定的に解釈しておらず、楽観主義者や防衛的悲観主義者に比べ、計画立案や情報収集などの問題焦点が対処を採用しないことが示された。この結果は、「物事がうまくはかどらないと考え、情動焦点型対処を採用しやすい」という悲観主義の定義と一致する結果であった。また、防衛的悲観主義者は、悲観主義者同様、進級試験を肯定的に解釈していないものの、情報収集や計画立案などの問題焦点型対処を採用することが示された。この結果は、Norem and Canter (1986) による防衛的悲観主義の定義と一致する結果であった。以上の結果から、対処方略に関する仮説 1、2 はともに支持されたといえる。

「計画立案」、「情報収集」、「肯定的解釈」では対処方略の採用傾向間で差が認められたのに対し、「放棄・諦め・責任転嫁」、「カタルシス」、「気晴らし・回避的思考」といった対処方略では群間に差が認められなかった。これは、本研究においてストレスとして進級試験を題材としたことに原因があると考えられる。本研究で用いた試験のような具体的解決手段が存

在するストレスに対しては、解決手段が存在しないストレスに比べて、問題焦点型対処が有効であり、情動焦点型対処は非有効であることが指摘されている (Conway & Terry, 1992; Folkman, Schaefer, & Lazarus, 1979)。さらに Terry (1994) は、ストレス状況が制御可能と評価されると、問題焦点型対処が広く用いられる傾向があることを指摘している。そのため、試験に対して有効な情報収集や計画立案などの問題焦点型対処が採用された一方、カタルシスや気晴らしなどの情動焦点型対処が積極的に採用されず、群間での差が認められなかった可能性がある。

ストレス反応尺度の結果から、進級試験に成功した場合、自律神経系の亢進に群間で差が認められなかった。また、心身疲労感では、相互作用が認められず、自律神経系の亢進同様に群間で差が認められなかった。このことは、楽観主義者が悲観主義者や防衛的悲観主義者に比べて、成功時に低いストレス反応を示すとした仮説3を支持しなかった。この仮説3は、楽観主義者が悲観主義者や防衛的悲観主義者に比べて、出来事を肯定的にとらえる傾向があることから、相対的に成功時の心理的ストレス反応が低いだろうという予測に基づいて設定した。しかし、群間で成功時のストレス反応に違いがなかったことから、成功というポジティブな体験によって、ストレスがリセットされ、群間での差につながらなかったと考えられる。実際に各群の得点は、尺度の最低得点に近く、床効果を示しており、成功体験が肯定的解釈をしないことで生じるストレス反応を低減させた可能性が考えられる。

一方、進級試験に失敗した場合のストレス反応の結果から、自律神経系の亢進得点において、「防衛的悲観主義者が最も高いストレスを示す」とした仮説4が支持された。これは、自己概念防衛のために失敗に過剰な関心を持つ防衛的悲観主義者が、失敗経験によって自己概念を防衛できず、強いストレスを感じることを示している。また、本研究で使用した進級試験という場面もこの結果に影響を及ぼしていると考え

られる。この試験の失敗は留年につながり、その後は下級生に混じって学生生活を過ごすことになる。その結果周囲は、その個人が進級に失敗したことを容易に察知することができる。そのため、防衛的悲観主義者の自己概念は、その後他者の批判の目にさらされ続けることになる。このような事態を予測することで、防衛的悲観主義者は他の群に比べて高いストレスを示したと考えられる。

自己効力感の分析の結果、対処方略の採用傾向と試験結果の相互作用が認められず、試験結果の主効果のみ認められた。楽観主義者の自己効力感が他の群よりも高いことが示され、仮説5が一部支持される結果となった。三宅 (2000) は、出来事の原因を内的で統制可能な要因に帰属した場合、自己効力感が高まることを示している。この内的で統制可能な要因とは、本研究の問題焦点型対処ととらえることができる。したがって楽観主義者の高い自己効力感、成功体験の原因を情報収集などの問題焦点型対処に帰属した結果生じたと考えられる。一方、悲観主義者と防衛的悲観主義者の自己効力感に差は認められなかったことから、仮説6は一部支持される結果となった。防衛的悲観主義者は、課題を解決するために問題焦点型対処を採用しやすく、出来事を悲観的に解釈しやすい。このことから防衛的悲観主義者は、失敗を体験した場合、それまでの努力が有効でなかったと考えるため、自己効力感が最も低くなると予想した。しかし、悲観主義者の自己効力感も防衛的悲観主義者と同程度であった。Hosogoshi and Kodama (2005) は、悲観主義者が世界を否定的にとらえやすいことから、悲観主義者を抑うつ者として扱っている。また抑うつ者は、状況コントロール可能性を低く予想することが指摘されていることから (高比良, 2003)、自己効力感は低いと考えられる。以上のことから、本研究で認められたように、悲観主義者と防衛的悲観主義者において同程度の自己効力感が認められたと考えられる。

最後に、試験後1週間の抑うつ反応の結果から、仮説7は不支持であったが、仮説8は支持

された。進級試験に失敗した場合には、防衛的悲観主義者の抑うつ反応が最も高いことが示された。本研究では、自己効力感が抑うつ生起に影響を及ぼすと予測したが、防衛的悲観主義者と同程度の自己効力感を示した悲観主義者の抑うつ得点は、防衛的悲観主義者よりも低いことが示された。もし、自己効力感が抑うつ生起に影響を及ぼすのであれば、悲観主義者も同様の抑うつ得点になるはずであるが、そのような結果は得られなかった。一方、抑うつ得点の結果は、自律神経系の亢進の結果とほぼ同様の結果であった。このことから、抑うつ生起には、自己効力感よりもストレス反応の強さが影響を及ぼしている可能性が考えられる。

これまでの先行研究では、防衛的悲観主義者の高いパフォーマンスに焦点が当てられてきた。防衛的悲観主義者は、楽観主義者に比べ課題結果を否定的に見積もることで強い不安を喚起する。その不安を解消するために、悲観主義者に比べてより多くの問題焦点型対処を採用し、高いパフォーマンスを示す。パフォーマンスの面だけを見れば、確かに防衛的悲観主義者は、社会に望まれる適応的な人材といえるだろう。しかし、現実社会は努力すれば成功できるという単純なものではなく、努力しても解決困難な課題や場面が多く存在する。このような失敗体験を経験することで、防衛的悲観主義者の精神的、身体的健康状態が損なわれる可能性があることを本研究の結果は示した。今後は、防衛的悲観主義者のパフォーマンス面だけでなく、健康面にも焦点を当てた研究が必要であるといえる。

本研究では、場面想定法による質問紙調査によって検討を行った。しかし、場面想定法では、被調査者が想定した場面のリアリティを統制できないという問題がある。そのため今後は、実際に行われる試験期間中に調査を行う研究が必要となるだろう。また、ストレス反応や抑うつなどの精神的状態は、常に一定ではなく、時間に伴って変化する。本研究では、ストレス反応や抑うつ反応を試験の結果後でしか測定しておらず、試験前の状態がどのように試験

後に影響を及ぼしているのかを検討できていない。この点を改善するためには、試験によって引き起こされる精神的な変化を、試験前から試験後にかけての時系列の中で縦断的に評価する必要があるだろう。

引用文献

- Aspinwall, L. G., & Taylor, S. E. 1992 Modeling cognitive adaptation: A longitudinal investigation of the impact of individual differences and coping on college adjustment and performance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 989-1003.
- Bandura, A. 1986 The explanatory and predictive scope of self-efficacy theory. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 4, 359-373.
- Blankstein, K. R., Flett, G. L., & Koledin, S. 1991 The brief college student Hassles Scale: Development, validation, and relation with pessimism. *Journal of College Student Development*, 32, 258-264.
- Conway, V. J. & Terry, D. J. 1992 Appraised controllability as a moderator of the effectiveness of different coping strategies: A test of the goodness of fit hypothesis. *Australian Journal of Psychology*, 44, 1-7.
- Folkman, S., Schaefer, C. & Lazarus, R. S. 1979 Cognitive processes as mediators of stress and coping. In V. Hamilton & D. M. Warbuton (Eds.), *Human stress and cognition*. Chichester, England: Wiley, pp. 265-298.
- Hooker, K., Monahan, D., Shifren, K., & Hutchinson, C. 1992 Mental and physical health of spouse caregivers: The role of personality. *Psychology and Aging*, 7, 367-375.
- 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.
- 岩永誠・坂田桐子・横山博司 2004 対処の固執傾向とストレスに関する研究(5) 日本心理学会第68回大会発表論文集, 948.
- Johnson, J. H., & Sarason, I. G. 1978 Life stress, depression and anxiety: Inter-external control as a moderator variable. *Journal of Psychosomatic Research*, 27, 205-208.
- 神村栄一・海老原由香・佐藤健二・戸ヶ先泰子・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 *Bulletin of Counseling and School Psychology*, 33, 41-47.
- Kivimaki, M., Vahtera, J., Elovainio, M., Helenius, H., Singh-Manoux, A., & Pentti, J. 2005 Optimism and pessimism as predictors of change in health after deth of onset of severe illness in familiy. *Health Psychology*, 24, 413-421.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. 1984 *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer. (本田寛・春木豊・織田雅美 監訳 1991 ストレスの心理学-認知的評価と対処の研究実務教育出版).
- 三宅幹子 2000 特性的自己効力態とネガティブな出来事に対する原因帰属および対処行動性格心理学研究, 9, 1-10.
- 中村陽吉(編著) 2000 対面場面における心理的個人差-測定の対象についての分類を中心にしてブレーン出版.
- 成田健一・下仲順子・中里克治・河合千恵子・佐藤眞一・長田由紀子 1995 特性的自己効力感尺度の検討——生涯発達の利用の可能性を探る—— *Japanese Journal of Educational Psychology*, 43, 306-314.
- Norem, J. K., & Cantor, N. 1986 Defensive pessimism: Harnessing anxiety as motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1208-1217.
- Norem, J. K., & Illingworth, K. S. S. 1993 Strategy-dependent effects of reflecting on self and tasks: Some implications of optimism and defensive pessimism. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 822-835.
- 尾関友佳子 1993 大学生用ストレス自己評価尺度の改定——トランスアクションナルな分析に向けて—— 久留米大学大学院比較文化研究科年報, 1, 95-114.
- Rohde, P., Lewinsohn, P. M., Tilson, M., & Seeley, J. R. 1990 Dimensionality of coping and its relation to depression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 499-511.
- Seligman, M.E.P. 山村宣子(訳) 1991 オプティミストはなぜ成功するか 講談社 (Seligman, M.E.P. *Learned optimism*. New York: Arthur Pine Associates Inc.).
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. 1985 Optimism, coping, and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*, 4, 219-247
- Showers, C., & Ruben, C. 1990 Distinguishing defensive pessimism from depression: Negative expectations and positive coping mechanisms. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 385-399.
- 島悟・鹿野達男・北村俊則・浅野昌弘 1985 新しい抑うつ性自己評価尺度について *精神医学*, 27, 717-723.
- Spencer, S. M., & Norem, J. K. 1996 Reflection and distraction: Defensive pessimism, strategic optimism, and performance. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22, 354-365.
- Smith, L. W., Patterson, T. L., & Grant, I. 1990 Avoidant coping predicts psychological disturbance in the elderly. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 178, 525-530.
- 高比良美詠子 2003 ネガティブ思考と抑うつ——絶望感の臨床社会心理学—— 学文社.
- Terry, D. J. 1994 The determinant of coping: The role of stable and situational factors.

Journal of Personality and Social Psychology, 66, 895-910.

Wilson, G. S., Raglin, J. S., & Pritchard, M. E.
2002 Optimism, pessimism, and pre-
competition anxiety in college athletes.
Personality and Individual Differences, 32,
893-902.

Abstract

The influence of the adoption trend of coping strategy on
the psychological stress reaction
when a task was succeeded or failed.

FUJIHARA Yuya

Division of Psychology, Faculty of Integrated Cultures and Humanities,
University of East Asia
E-mail: yuya@toua-u.ac.jp

This study examined mental health of optimism, real-pessimism, and defensive-pessimism in a situation in which they experienced success or failure of an exam of promotion. All of participants were asked to image a situation that they take an examination. Then, a half of them were presented a situation in which they succeeded in the examination, and the other half failed the examination. Participants of both condition (succeeded or failed) completed questionnaires that assessed the following variable: coping strategies to the examination, psychological stress reaction, self efficacy, and depression. The data indicated that each personality groups showed lower psychological stress and depression when they succeeded in the examination. On the other hand, both psychological stress reaction and depression were higher in the defensive-pessimism group rather than the other two groups when they failed. These results suggest that defensive-pessimism experienced a prominent psychological stress when they failed to solve any tasks, and such stress led them to depression.