

## Dispositional optimism and primary and secondary appraisal of a stressor: Controlling for confounding influences and relations to coping and psychological and physical adjustment

Edward C. Chang

Scheier & Carver(1985)

素質的オプティミズムとペシミズム＝一般的なポジティブなネガティブな結果期待  
素質的オプティミズムとペシミズムは、心理的・身体的適応の重要な決定因であるという証拠が多くある

・ Scheier & Carver(1985)

オプティミズムはポジティブな結果と関係し、ペシミズムはネガティブな結果と関係する

・ オプティミストはペシミストよりも心理的に身体的によりよく適応する

(レビューには Scheier & Carver, 1992; Peterson & Bossio, 1991)

・ Scheier et al.(1989)

一般的にストレスフルな医学治療(冠状動脈バイパス手術)を受けたオプティミスティックな患者は  
ペシミスティックな患者よりも、回復が早く術後の合併症が少ない

↓

これらの結果は、最初の適応レベルを統制しても見られる

・ Carver & Gaines(1987)

最初の抑うつレベルを統制しても、オプティミズムは出産3週間後の抑うつ重要な予測因  
＝Scheier & Carver(1985, Study3)

・ Peterson et al.(1988)

25歳時のペシミズムは25年後の心理的・身体的適応の悪さと関係

### 素質的オプティミズムの効果の媒介としてのコーピング

素質的オプティミズムは理論的にも実験的にもコーピングと関係している

コーピング・・・ストレスフルな状況に対する内的要求や外的要求に対処するために用いる行動的努力や認知的努力

○問題焦点型と情動焦点型

Folkman & Lazarus

問題焦点型・・・ストレスフルな状況の要素を直接変化させることに焦点を当てた行動

(e.g.問題解決、手近な課題に焦点を当てる)

情動焦点型・・・ストレスフルな状況によって生じる内的反応を調整することに焦点を当てた行動

(e.g.否定、情動表出)

状況特殊な尺度で測定される

コーピングチェックリスト法(WCC)

○アプローチと回避

Suls & Fletcher(1985)

アプローチ・・・ストレスの源とそれへの反応の両方に焦点を当てたストラテジー使用

回避・・・ストレスの源とそれへの反応の両方から焦点をそらすストラテジー使用

↓

相互に排他的である必要はない

Tobin, Holroyd, Reynolds, & Wigal(1989)

コーピングストラテジー尺度(CSI) 72項目

問題焦点型ストラテジー-従事/撤退

情動焦点型ストラテジー-従事/撤退

どの立場でも素質的オプティミズムと適応との関係がコーピングに媒介されているという発見がなされている

オプティミストの適応がよい理由

オプティミストはストレスフルな状況に関係する条件を頻繁に変えようと試みる(e.g.問題解決に従事)

積極的コーピングは問題を効果的に解決する傾向を増加させる

オプティミズムとコーピングの直接的関係が発見されている

(e.g., Chang, 1998; Rim, 1990; Scheier & Carver, 1985; Scheier, Carver, & Bridges, 1994)

Scheier, Weintraub, & Carver(1986)

LOTで測定した素質的オプティミズム WCCで測定したいくつかのコーピングと有意な関係

LOT得点-従事コーピングストラテジー(e.g.問題焦点型、肯定的再解釈) 正の関係( $r_s=.17$ から $.23$ )

-撤退コーピングストラテジー(e.g.否定、距離をおく) 負の関係( $r=-.12$ )

↓

大きさは中程度だが、同様の関係が発見されている

違うオプティミズムとコーピング尺度を用いて(Chang, 1998; Chang & D'Zurilla, 1996; Taylor et al., 1992;

cf. Norem & Cantor, 1986; Showers & Ruben, 1990)

違うポピュレーションで(Long & Sangster, 1993; Taylor et al., 1992; cf. Chang, 1996)

↓

いずれも、オプティミスト・・・従事型 ペシミスト・・・撤退型

↓

コーピングは適応の媒介をしている(Aspinwall & Taylor, 1992; Carver et al., 1993; Long & Sangster, 1993)

↓

これらの発見は必ずしも一貫していない

コーピングが媒介せず、オプティミズムが適応と直接関係を持っている例もある

### コーピングと適応における評価の影響

Lazarus & Folkman(1984)の適応のストレスとコーピングモデル

パーソナリティ変数は重要な決定因ではない

ストレスフルな状況は評価によって決定され、次にコーピング反応と適応を決定する

評価・・・潜在的ストレスラーについての認知的解釈

ストレス、統制、脅威、能力、重要性、チャレンジを含む

これらのストレスに関連する評価は1次評価2時評価というより基本的次元を反映している(Lazarus & Folkman)

1次評価・・・個人にとってのストレスフルな出来事の影響や重要性についての認知

(e.g. “健康を脅かすものか?”)

2次評価・・・その状況に効果的に対処するための個人のリソースやオプションについての認知

(e.g. “その問題に対処するスキルを持っているか?”)

↓

ストレスに關係する評価とさまざまなコーピング次元との有意な關係がいくつか発見されている

(Carver & Scheier, 1994; Folkman & Lazarus, 1980; Holmes & Houston, 1974;

McCrae, 1984; Ptacek et al., 1994; Stone & Neale, 1984)

Carverら 試験に關する脅威と害の評価がいくつかのコーピング行動と有意な關係

問題焦点型コーピング、ソーシャルサポートを求める、ポジティブリフレーミング

評価を変えるとコーピング反応も変わる

↑

多くの研究は1次評価と2次評価を明確に區別していない

評価、コーピング、適応の特殊モデルをテストしていない

=1次評価(e.g. “試験でよい成績をとることは重要だ”)のすぐ後に

論理的に2次評価(e.g. “試験でよい成績をとるために何ができるだろうか?”)が続く

2次評価は適応や結果に關係するコーピング反応と關係を持つ

↓

Folkman, Lazarus, Gruen, & DeLongis(1986)

1次評価と2次評価を區別

評価とさまざまなコーピングは心理的身体的適応と有意に關係する

1次評価項目は心理的兆候の変動の多くを説明

2次評価項目は説明しなかった

↑

JPSP 74 (1998)

因子数の違いによる

評価項目について因子分析が行われていない

↓

1次評価、2次評価、コーピングが適応を決定するかどうかは明確に説明されていない

↓

本研究の目的

適応を予測する際の評価とコーピングの影響

素質的オプティミズムの影響

### ストレッサーとしての試験

ストレッサーは各個人によって異なり、そのためコーピング反応に影響を与える出来事の特徴を統制するのは困難性差あり(Billings & Moos, 1981)、なし(Hamilton & Fagot, 1988)

多くは状況特殊のコーピング尺度を用いている

＝回答者ができごとを自由に設定できるため、評価やコーピング、パーソナリティの違いを含んでしまう

→重要な違いが反映されているかどうかを特定できない

→評価、コーピング、パーソナリティの違いを調査する際、ストレッサーを統制するのは重要

↓

自然発生的ストレッサーとして最初の試験を用いる

### 特殊な目標と仮説

目的 (a) ストレッサーについてのさまざまな評価間関係を調査する

(b) 評価、オプティミズム、コーピング、適応間関係を調査する

(c) 評価、コーピング、適応におけるオプティミストとペシミストの違いを調査する

(d) 評価によって説明されるもの以上にオプティミズムがコーピングを説明する程度を調査する

(e) 評価とコーピングが説明するもの以上にオプティミズムが心理的身体的適応を説明する程度を調査する

仮説 ・ 評価は有意な量のコーピングの分散を説明する

・ 評価は有意な量の適応の尺度の分散を説明する

・ コーピングは評価以上に適応を予測する際の妥当性を増加させる

・ オプティミズムは評価以上にコーピングの個人差をさらに説明する

←Scheier & Carver(1985)素質的オプティミズム評価と関係する重要な予測因

・ オプティミズムは評価とコーピングによって説明されるもの以上に適応を予測する際の妥当性を増加させる

### 方法

#### 参加者

1995年秋(サンプル1、n=370、男性132名、女性238名)

1996年春(サンプル2、n=380、男性121名、女性259名)

分散分析→年齢、性別、クラスでサンプル間に差なし  $F(4, 745)=.99$

→2サンプルを一緒にして分析

白人95.2% 1年生(78.2%) 心理学概論課程 15歳～48歳(平均19.7歳)

男性と女性で年齢差なし

#### 尺度

<素質的オプティミズム-ペシニズム>

#### LOT-R

<評価>

10ポイントリカートタイプ尺度 1(全く当てはまらない)～10(全く当てはまる)

Ptacekら(1994)と類似の方法

重要性 (“そのできごと[心理学の試験]はどれくらい重要か?”)

統制 (“結果に対してどのくらい多くの統制感を感じるか?”)

効果 (“そのできごととに備えてどのくらい効果的に準備できると感じるか?”)

ストレス (“そのできごととはどのくらいストレスを引き起こすか?”)

JPSP 74 (1998)

脅威 (“そのできごとほどどのくらい脅威的[あなたにとってネガティブな結果を引き起こしうる]と思うか?”)  
チャレンジ (“そのできごとほどどのくらいチャレンジング[あなたにとってポジティブな結果を引き起こしうる]と思うか?”)

↓

主成分分析 初期値 1.0 以上の 2 つの因子 65.2% の分散を説明 各項目負荷量ひとつの因子に対し  $> |.70|$   
因子 1 = 1 次評価 重要性、ストレス、脅威、チャレンジ 分散の 38.4% を説明  $\alpha = .75$   
因子 2 = 2 次評価 統制、効果 分散の 26.8%  $\alpha = .66$

<コーピング>

CSI 72 項目 WCC に類似

最近のストレスフルなできごとを説明

→各コーピングストラテジーをどのくらい用いたか、5 ポイントリカートタイプ尺度で回答

本研究 全回答者は試験についてのコーピングを説明

↓

階層的因子分析

8 つの第 1 因子、4 つの第 2 因子、2 つの第 3 因子

第 3 因子・・・従事(アプローチ)、撤退(回避)

第 2 因子と第 1 因子・・・問題従事(問題解決、認知的再構成)、情動従事(情動表出、ソーシャルサポート)  
問題撤退(問題回避、wishful 思考)、情動撤退(自責、社会的引きこもり)

※問題従事と問題撤退=Lazarus & Folkman(1984)の問題焦点型コーピング

情動従事と情動撤退=情動焦点型コーピング

本研究では 8 つの第 1 尺度にのみ焦点を当てる

妥当性 Tobin et al.(1989) D'Zurilla & Chang(1995)が示している

従事ストラテジー 適応的な結果、建設的問題解決プロセスと関係

撤退ストラテジー 不適応的な結果、非機能的問題解決プロセスと関係

<心理的身体的適応>

生活満足尺度(SWLS ; Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985)

全体的生活満足または個人の全体としての生活満足についての 5 項目尺度

7 ポイントリカートタイプ尺度で評定

ベックの抑うつ尺度(BDI)

21 項目

4 ポイントリカートタイプ尺度で評定

Pennebaker 辺縁系遅延尺度(PILL)

一般的な身体的兆候や不満(席、不眠、腹痛、頭痛)についての 5 4 項目

頻度を 5 ポイントリカートタイプ尺度で評定

手続き

自宅で記入、次の授業に持参

750 人に配布 サンプル 1 で 9 名 サンプル 2 で 15 名欠損 → 726 名

結果

性差あり

男性 あまり抑うつでない(男性  $M=7.51$ ,  $SD=7.37$  女性  $M=9.60$ ,  $SD=6.70$ )  $t(1, 724)=-3.88$ ,  $p<.001$

身体兆候あまりない(男性  $M=109.61$ ,  $SD=26.52$  女性  $M=120.53$ ,  $SD=29.42$ )  $t(1, 724)=-4.94$ ,  $p<.001$

→性差を統制して分析

素質的オプティミズムには性差なし

部分相関(性差を統制して); 平均; 標準偏差

1 次評価と 2 次評価との関係 有意な関係なし

=Lazarus & Folkman(1984)と一致 それぞれほぼ独立の認知プロセスを反映

評価とオプティミズム、コーピング、適応との関係

性差を統制した部分相関

JPSP 74 (1998)

オプティミズム 2次評価と有意な関係あり 1次評価とは有意な関係なし  
 コーピング 1次評価有意な関係あり 2次評価(情動表出、ソーシャルサポート以外)有意な関係あり  
 パターンは異なる 4つの撤退-1次 4つ中3つの有意な関係は正  
 -2次 4つすべて有意な関係は負  
 心身の兆候 1次も2次も生活満足、抑うつ、身体兆候と有意な関係 パターンは1次と2次で異なる

↓  
 評価 コーピングと適応と有意な関係 ←性別とは独立  
 1次-素質的オプティミズム なし 2次あり

オプティミストとペシミスト間の1次評価と2次評価、コーピングと適応  
 109人のオプティミスト(M=20.41, SD=1.35) 110人のペシミスト(M=6.98, SD=2.13)

Bonferroni

オプティミストとペシミストの違い  
 2次評価で有意差あり  
 1次評価でなし  
 オプティミスト 統制感と効果が大きい  
 試験の個人的影響や関連性において差がない  
 コーピング オプティミスト 認知的再構成をより使う  
 ペシミスト Wishful 思考、自責、社会的引きこもりをより使う  
 適応 オプティミスト 生活満足より大きい  
 ペシミスト 抑うつ、身体的兆候多い

↓  
 オプティミストとペシミストは コーピングと心身の適応のみでなく、ストレス関連の評価において異なる

コーピングの予測因としての1次評価と2次評価とオプティミズム

階層的回帰分析

予測変数 性別(Step 1) 1次評価(Step 2) 2次評価(Step 3) LOT-R 得点(Step 4)  
 性別 8つのうち4つのコーピングストラテジーを有意に説明(R<sup>2</sup>1%~2%)  
 4つのうち3つは従事コーピング(認知的再構成、情動表出、ソーシャルサポート)  
 1次評価 8つすべてのコーピングを有意に説明(R<sup>2</sup>1%~5%)  
 2次評価 8つのうち6つのコーピングを有意に説明(R<sup>2</sup>2%~17%)  
 残り2つは従事型、情動焦点型コーピング(情動表出、ソーシャルサポート)  
 オプティミズム 8つのうち情動表出以外のコーピングを有意に説明(R<sup>2</sup>1%~3%)  
 4つすべて投入したときの説明率  
 問題解決 20% F(4, 721)=46.58, p<.001 問題回避 9% F(4, 721)=17.26, p<.001  
 認知的再構成 11% F(4, 721)=21.68, p<.001 Wishful 思考 24% F(4, 721)=55.45, p<.001  
 情動表出 12% F(4, 721)=11.78, p<.001 自責 25% F(4, 721)=59.39, p<.001  
 ソーシャルサポート 6% F(4, 721)=12.11, p<.001 社会的引きこもり 17% F(4, 721)=25.45, p<.001

↓  
 評価とオプティミズムは性別の影響とは独立に、ストレスに対するコーピングを予測する

適応の予測因としての評価、コーピング、素質的オプティミズム

階層的回帰分析

予測変数 性別(Step 1) 1次評価(Step 2) 2次評価(Step 3) CSI(Step 4) LOT-R(Step 5)

↑  
 Lazarus & Folkman(1984)  
 →コーピング変数が評価以上に適応を予測することを示すのが重要  
 Scheier & Carver(1985) オプティミズムは直接適応に影響を与える  
 →評価とコーピング以上にオプティミズムが適応を予測することを示すのが重要

↓  
 性別 抑うつの身体兆候を有意に説明(R<sup>2</sup>1%~3%)

JPSP 74 (1998)

1次評価 3変数すべて(生活満足、抑うつ兆候、身体兆候)を有意に説明( $R^2$ 3%~5%)

2次評価 3変数すべてを有意に説明( $R^2$ 1%~10%)

コーピング 3変数すべてを有意に説明( $R^2$ 9%~14%)

オプティミズム 3変数すべてを有意に説明( $R^2$ 1%~12%)

すべて投入したときの説明率

生活満足 33%  $F(12, 713)=29.47, p<.001$

抑うつ兆候 31%  $F(12, 713)=28.24, p<.001$

身体兆候 18%  $F(12, 713)=12.54, p<.001$

↓

評価、コーピング、オプティミズムは、性別とは独立に心理的・身体的適応の個人差を予測する

これらの発見において、コーピングは評価とは重複せず、オプティミズムは評価やコーピングとは重複しない

## 考察

本研究は評価の役割を考慮に入れることによって、適応に与えるコーピングと素質的オプティミズムの影響を調査する

先行研究を統合し、拡張した

=Lazarus & Folkman(1984)のストレスとコーピングモデル

自然発生的なストレスに関する評価は1次評価と2次評価を反映していた

評価はコーピングを説明

評価とコーピングは適応を説明

=Scheier & Carver(1985)

素質的オプティミズムは評価以上にコーピングを説明

評価とコーピングによる影響を統制しても適応を説明

以下略