

中国人大学生のアタッチメントと精神的健康との関連について

—対人関係と学業でのコーピングの媒介作用に注目して—

臨床心理学コース 曲 曉 艷

The relationship of adult attachment and mental healthy for Chinese college students
—the mediating role of coping for interpersonal relationship and academic work—

Qu Xiaoyan

The purpose of this study was to examine the relations among adult attachment orientations, interpersonal coping and academic coping, and psychological well-being with GHQ-20. The sample consisted of 203 college students and graduate students from two universities in Beijing. Results of study indicated that although there was no significant difference between interpersonal coping and academic coping, interpersonal coping and academic coping separately mediated the impact of insecure adult attachment orientations on GHQ-20's three sub-scales in different ways.

目 次

1 問題と目的

- 1.1 「アタッチメント」に関する問題
 - 1.1.1 アタッチメントと内在作業モデル (IWM)
 - 1.1.2 成人アタッチメントとその測定
- 1.2 「アタッチメントと心理的健康」に関する問題
 - 1.2.1 アタッチメントと心理的健康との関連
 - 1.2.2 アタッチメントが心理的健康に影響を与えるメカニズム
- 1.3 研究の目的
- 1.4 研究の仮説

2 方法

- 2.1 分析対象者
- 2.2 調査内容
- 2.3 実施方法

3 結果

- 3.1 基本記述統計量
- 3.2 精神的健康に対する重回帰分析
 - 3.2.1 対人コーピングの媒介作用の検証
 - 3.2.2 学業コーピングの媒介作用の検証

4 考察

- 4.1 仮説への検証
- 4.2 コーピングの媒介作用
- 4.3 今後の課題

1 問題と目的

近年、鬱やひきこもりなど、心理・社会的不適応状態を呈する大学生の割合が急増し、長期留年や休退学に至る大学生の割合も増加の一途をたどっている¹⁾。そのため、大学生の心理・社会的適応を支援することは、大学の心理教育における重要な課題の一つであると言える。

臨床心理学の視点から、アタッチメントは様々な精神障害や不適応行動のリスク・ファクターとして、予防的見地から有用な概念である²⁾。すなわち親のアタッチメントの型を測定することにより、親子の関係性の障害を早期に発見し、子どものアタッチメントの型が発達促進的なものとなるような介入が可能になる。また、アタッチメントは、発達および適応の過程における阻害要因となるような対人関係を修正する治療理論の展開という意味でも示唆に富む概念である。そして、より効果的な介入を可能にするためには、実証研究に基づくアタッチメントの内的メカニズムの解明が必要不可欠である。

1.1 「アタッチメント」に関する問題

1.1.1 アタッチメントと内在作業モデル (IWM)

「アタッチメント」の概念を心理学の概念として確立し、親子関係の研究を大きく前進させたのは、John Bowlby (1907~1990) である。彼は、当時の精神分析理論・認知論・行動比較論・進化論・サイバネティッ

クスなどの理論を援用しながら、アタッチメントに関する理論的枠組みを構築した³⁾。

Bowlby (1977)⁴⁾ は、アタッチメントを“ある特定の他者に対して強い結び付きを形成する人間の傾向”として捉えており、そのような傾向は、早期の個人の適応性を向上させるために発達してきたとする。それゆえ、アタッチメント関係は、以下に示すような4つの定義的特徴を有すると考えられているのである：1. 近接性の模索（近接性を探し、維持しようとする傾向）；2. 安全な避難所（主観的または現実的な危険に直面した場合に安心を得ようとする傾向）；3. 分離苦悩（分離に対して抵抗し、苦悩する傾向）；4. 安全基地（セキュア・ベース；安心感を提供するアタッチメント対象の存在によって、非アタッチメント的活動、例えば、探索行動などが活発になる傾向）。さらに、逆説的に言えば、これらの特徴や要素を含有する関係は、アタッチメント的絆をそこに内包するアタッチメント関係として定義づけられることになる⁵⁾。

Bowlby (1973) は、アタッチメント行動の研究からさらに、アタッチメント人物との関係が内在化された表象である「内的作業モデル」と呼ばれる概念を提唱した。内的作業モデルについてBowlbyは以下のように述べている⁶⁾。

「世界の作業モデルにおいて重要な点は、その人のアタッチメント人物たちがだれであり、その人物たちがどこにいるか、その人物たちにどのような反応を期待できるか、についてのその人の考えである。同様に、ある人が自己について構築する作業モデルにおいて重要な点は、自分自身が自分のアタッチメント人物たちの目にどのように受容されているか、あるいは受容されていないか、についてのその人の考えである。このような相補的な2つのモデルの構造を基礎として、人はアタッチメント人物たちに助けを求める場合、彼らはどのように接近しやすく、しかも応答してくれるかを予測するのである。」

この内的作業モデルという概念は、Bowlbyに始まるものではなく、すでにFreud, S.の中に、子どもが親の目標や価値観などを取り入れてそのイメージを基礎に予測を立てたり世界に働きかけたりするという発想があった。Bowlby (1980)⁷⁾ は、当時の認知心理学の記憶理論に基づき、Freud理論の防衛機制を、情報処理過程における情報の排除、歪曲、置き換え、解離と言った視点で内的作業モデルの適応的または不適応的機能として記述している。遠藤 (1992)⁸⁾ の概説によれば、認知心理学における記憶理論、情報処理過程の

モデルは、その後も発展しており、それらの知見に基づき、Bowlby以後、アタッチメント・システムの内的作業モデルについても、さまざまな議論が重ねられて再検討されている。

Bowlbyは、この内的作業モデルの形成について、生後6ヶ月から5歳くらいを重視しているが、児童期や青年期を通じて作り上げられ、その後は比較的安定した形で維持される、とした。さらに、人により作業モデルが異なるのは、その時点までに、あるいはその時点においてもなお、アタッチメント人物との経験の種類がかなり反映されているためである、とした。

1.1.2 成人アタッチメントとその測定

Bowlby (1973)⁶⁾ は、アタッチメントが“揺り籠から墓場”という特徴を有し、人生を通して継続的に影響を与えるものだとする立場をとる。それゆえ、アタッチメントは個人の早期経験を超越して、ライフ・スパンを通して重要な役割を果たすとされる。早期のアタッチメント関係での具体的な相互作用の経験を通して形成され、年齢と共にその変容可能性を減じながら、その後の個人の様々な特性や対人関係にまで影響を及ぼしていくとされる。

青年期・成人期でのアタッチメントを検討するために、Main ら (George, Kaplan, & Main, 1985)⁹⁾ は、SSP法¹⁰⁾ の分類コードを基準として半構造化されたインタビュー法による成人アタッチメント面接法 (Adult Attachment Interview, AAI) を開発している。この成人を対象とした尺度の出現によりアタッチメント理論は新たな地平が開かれた。こうした流れは、臨床・発達心理学領域で膨大な知見を見出してきた。それに対して、人格・社会心理学の領域では、Bowlbyのアタッチメント理論やAinsworthらのこれらの知見を、成人の恋愛に適用しようとする試みがなされた。Hazan & Shaver (1987)¹¹⁾ は、Ainsworthらの幼児の記述を成人の恋愛に適合した表現に翻訳することで、上述の3つのアタッチメント型を測定するための単項目尺度を開発した。

それから、内的作業モデルを捉えようとする様々な尺度が開発されるようになった。Bartholomewら (1991)¹²⁾ は、Bowlbyの主張する自己および他者への作業モデル（自己および他者への期待や信念）という概念をアタッチメントスタイルの分類法に用いることで、アタッチメントの4カテゴリー・モデルの提唱を行った。このアタッチメントの4カテゴリー・モデルでは、自己および他者の両作業モデルが、ポジティブ・ネガティブの二つの極を持ち、それらが直交することでアタッチメントスタイル4つに分類される（“安

定型”(secure)、“とらわれ型”(preoccupied)、“回避型”(dismissing)、“恐怖型”(fearful)”。また、このアタッチメントスタイルの4類型では、“恐怖型”が、一般的に3類型での“回避型”から分化したものと考えられている。

しかし、どの尺度を用いた方がよいのかを判断できないことや、先行研究の結果を比較し議論することが困難な場合もあった。そこで、このような問題を解決するために、Brennan et al. (1998)¹³⁾は、今までに開発された14のアタッチメントスタイル尺度にもとづき“親密な対人関係体験尺度 (Experiences in Close Relationships inventory, 以下ECRと略す)”を作成した。自己モデルの低さは関係への不安として、他者モデルの低さは親密性からの回避として捉えられ、“見捨てられ不安”と“親密性の回避”という2因子が抽出された。このように成人のアタッチメントという概念が精錬化され、それが広く流布してからというもの、成人のアタッチメントスタイルに関する研究はこれまで数多く行われてきており、また、それらの多数が、成人期における成人スタイルという分類の妥当性ならびにその理論的背景との整合性を示してきている。したがって、ECRは、妥当性と信頼性が確認されるとともに、ほとんどの研究者が共通して用いる尺度になりつつある^{14,15)}。

1.2 「アタッチメントと心理的健康」に関する問題

1.2.1 アタッチメントと心理的健康との関連

臨床心理学の分野では、アタッチメントと精神障害や不適応行動、心理的健康との関連について相当数の研究が行われてきた。

例えば、子どもを対象にする研究においては、最も注目されているものに、「無秩序・無方向型アタッチメント (disorganized/disoriented attachment)」がある。このタイプのアタッチメントをもつ子どもはアタッチメント対象に対する恐怖のために防衛機制がうまく働いておらず、混乱した制御不能な話や、話を作ること自体を拒否する様子が示された¹⁶⁾。このタイプの子どものその後の発達においては、行動上の問題や精神病理など、臨床で深刻な問題が発生することが示唆された¹⁷⁾。

成人を対象とする研究においては、安定型の人は、ストレスへの耐性が高く、精神的健康度が高いとされている一方で、回避型やアンビバレント型の人はストレスへの耐性が低く、精神的健康度が低いことが明らかにされている^{18,19)}。また、安定型の人は、他者との関係を良好に保つことができ、ストレス状況において他者からのサポートを希求することに抵抗や葛藤を持たないという特徴を有する。一方、回避型の人は、自

己イメージに比べて他者イメージの評価が低く、他者と距離をとり、あまりサポートを求めない傾向があること、アンビバレント型の人は、他者イメージに比べて自己イメージの評価が低く、他者との親密性を求める欲求は強いものの、対人関係において拒否されたり、見捨てられたりする不安が高いため、サポートを得るために過剰にストレスに反応するなどの不適応的な行動をとりがちであることなどが指摘されている^{20,21)}。

村上 (2008)²²⁾は、アタッチメントが抑うつスキーマに及ぼす影響について研究を行った。不適切なアタッチメントスタイルは、失敗に対する不安に強く影響し、その結果として、抑うつが生じるという過程が実証的に示唆された。堀 匡ら (2010)²³⁾は、大学生の愛着スタイルとソーシャルスキル、友人サポート、精神的健康状態との関連について検討した。その結果、アンビバレント群は、他の群に比べて精神的健康度が高いことが明らかとなった。

1.2.2 アタッチメントが心理的健康に影響を与えるメカニズム

Bowlby (1973)⁶⁾は、「人生早期の二者関係に由来するアタッチメントの不安定性は、抑鬱や分離不安に陥りやすいパーソナリティを発達させる」としている。しかし、Holmes (1993)²⁴⁾が批判するように、その関係はそれほど直線的で単純なものではなく、幼児期以降の出来事、社会的環境などの外的要因も精神発達や適応に影響を与えるものである。

内的作業モデルは、直接観察不可能であるという点においてはスクリプトやスキーマといった認知構造と類似してはいるものの、それが関係性を主に問題しているという点で異なっており、意識的な認知や行動、さらには感情的側面をも含んだ、複雑で多次元的な構造であると考えられている²⁵⁾。この意味からすれば、アタッチメントの質およびそれに関連したIWMは、私たちの心身の健康や適応性に及ぼす影響に対して、様々な要因がいわゆる緩和要因や触媒として作用すると考えることもできよう。近年での研究では、青年期のアタッチメントは大学生の社会的適応や精神的健康と直接関連を有するのではなく、ストレスコーピングや不適切な完全主義、社会的有能性などの要因が媒介することを示す報告が認められている²³⁾。

アタッチメント理論は、コーピングへの理解において、特別な関連性があると提唱された²⁶⁾。ストレスイベントに対する認知的解釈や、自己および他者への信頼などといった点においては、アタッチメントとコーピングの共通点を認めることができる。アタッチメン

トの不安と回避が少ない個体は様々なタイプのストレスにコーピングする能力に自信があると示唆された。安定型の子どもは不安定の子どもと比べて、より多くの有効的コーピング機制を使い、それによってより少ないストレスの衝撃を知覚したと考えられた²⁷⁾。Lopez and Brennan²⁸⁾は大学生のアタッチメント傾向、問題対処スタイルと心理苦痛の関係を検討した。その結果、アタッチメント傾向と問題対処スタイルが予期された方向で心理苦痛と関連している。特に、問題対処スタイルは不安定なアタッチメントが心理苦痛に与える影響を大きく媒介する。これらの研究テーマは、欧米では非常に重要視され、研究も蓄積されてきたが、日本においては、その実証的研究はまだ少ないのが現状である。特に、研究対象の特徴により、ストレス状況を分けて、それぞれのコーピングがアタッチメントと精神的健康の関連に対する媒介効果を検討する研究はあまり見られない。

1.3 研究の目的

コーピング理論によって、個人が置かれた状況を考慮に入れることで、コーピングの効果が変化すると主張された²⁹⁾。刺激場面によって、コーピングは一貫しているわけではない。また、同じ刺激場面におかれても、健康に生活している人もいれば、顕著にストレス反応を示す人もいるように、個人差がみられる。現在では、多くのストレス研究者はコーピングの変化性と一貫性を同時に存在しているという観点を支持している。すなわち、個人は、長期的に形成しているコーピング傾向があるが、異なる刺激場面において、認知評価により、違うコーピングを選ぶ可能性もある。そして、刺激場面によって、それぞれのコーピングを詳細に検討する必要がある。大学生の生活の中で、学業不振と対人関係困難の二つが不適応の大きな原因であると指摘されている³⁰⁾。従って、本研究では、健康や適応のキーワードになっているコーピングに注目し、刺激場面对人関係場面と学業場面に分けて、それぞれの場面でのコーピングがアタッチメントと心理的健康の関連に影響を与える

内的メカニズムを詳細に検討することを目的とする。

1.4 研究の仮説

アタッチメントと精神的健康は直接に関連している部分があるが、アタッチメントは主に媒介変数を通して、精神的健康に影響を及ぼすという仮説が立てられる。さらに、対人関係の場面と学業の場面においては、アタッチメントが異なるコーピングを通して、精神的健康に作用している。すなわち、異なる場面においては、媒介するコーピング方略も異なる。

2 方法

2.1 分析対象者

中国の大学に通う大学生204名の回答を得たが、回答に不備のある者1名を除外し、男性58名、女性131名、未記入14名の計203名(平均年齢22歳; SD=2.51)を対象とした。

2.2 調査内容

質問項目は以下のとおりである(回答者のデモグラフィックな特徴を問う項目群は表紙に配置し、学年、年齢、性別などを記入させた)。

1) 愛着スタイル尺度

李同焯、加藤和生(2006)³¹⁾が作成した親密な対人関係尺度(the Experiences in Close Relationships inventory, ECR)の中国語版を用いた。この尺度は、見捨てられ不安尺度(18項目)と親密性の回避尺度(18項目)の2つの下位尺度から構成されている。回答形式は、1(全くあてはまらない)から7(非常によく当てはまる)の7件法であった。本研究では、見捨てられ不安尺度と親密性の回避尺度の2つの下位尺度のCronbachの α 係数は、0.756と0.861であり、高い内的整合性が確認された。

2) コーピング尺度

COPEの短縮版の中国語版(張怡玲, 2004)³²⁾を用いた。COPEは、現在で最も使用頻度が高いコーピング

表1 対人と学業コーピング尺度(COPE)のCronbachの α 係数

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
対人	.436	.541	.525	.783	.494	.543	.542	.495	.605	.564	.149	.547	.452	.521
学業	.613	.643	.688	.667	.731	.606	.577	.366	.490	.598	.248	.493	.613	.544

注1: 1, 気晴らし; 2, 積極的コーピング; 3, 否認; 4, アルコール, 薬物使用; 5, 情緒的サポートの利用; 6, 道具的サポートの利用; 7, 行動的諦め; 8, 感情表出; 9, 肯定的再解釈; 10, 計画; 11, ユーモア; 12, 受容; 13, 宗教・信仰; 14, 自己非難。

尺度であり³³⁾、Carver, Scheier, & Weitraub (1989)³⁴⁾によって開発された。彼らはLazarus & Folkman (1984)による代表的なコーピングの分類方法である問題焦点型 (problem-focused) と情動焦点型 (emotion-focused) を「簡単すぎる」と批判し、経験的ではなく、理論的に尺度を作成すべきだと主張した。そして、行動的自己制御モデル (behavioral self-regulation model) および、Lazarusらの心理的ストレス理論に基づく理論的アプローチによってCOPEを作成した。14の下位尺度にそれぞれ2つの項目があり、計28項目から構成されている。この14の下位尺度は気晴らし (self-distraction)、積極的コーピング (active coping)、否認 (denial)、アルコール、薬物使用 (substance use)、情緒的サポートの利用 (use of emotional support)、道具的サポートの利用 (use of instrumental support)、行動的諦め (behavioral disengagement)、感情表出 (venting)、肯定的再解釈 (positive reframing)、計画 (planning)、ユーモア (humor)、受容 (acceptance)、宗教・信仰 (religion)、自己非難 (self-blame) である。本研究では、対人と学業コーピングの14の下位尺度の α 係数はそれぞれ計算されて、表1にまとめた。元々COPEの α 係数が低いので、この研究で、 α 係数が0.5以上である下位尺度を採用し分析する。そして、対人コーピング尺度においては気晴らし、情緒的サポートの利用、感情表出、ユーモア、宗教・信仰という5つの下位尺度が排除され、残りの9個の下位尺度が分析される。学業コーピング尺度においては、感情表出、肯定的再解釈、ユーモア、受容という4つの下位尺度が排除して、残りの10個の下位尺度が

分析される。

3) GHQ精神健康調査票

本研究で用いたGHQ-20の中国語版 (李虹, 2002)³⁵⁾ はGHQ30に基づいて1142名の大学生を対象にして再研究し、開発された尺度である。GHQの原著はGoldberg博士が1970-1974にかけて、Shepherd教授の指導の下で、いわゆるMinor psychiatric complaints (精神症状及びその関連症状) をもつ人々が容易に回答でき、その結果から症状の評価、把握及び診断を目的とする質問紙法を開発、完成されたものである。GHQ-20の中国語版は三つの下位尺度、計20項目から構成されている。本研究では、Cronbachの α 係数は、自己肯定の下位尺度が0.682、うつの下位尺度が0.669、不安の下位尺度が0.744になり、高い内的整合性が確認された。

2.3 実施方法

2011年6月から7月にかけて、中国語の無記名自記式質問調査票を用い、中国の2つの大学において調査を実施した。

3 結果

3.1 基本記述統計量

本研究では、対人関係と学業という二つの場面を設定し、それぞれの場面におけるコーピングを調査した。そこで、以下の分析はすべて対人コーピングと学業コーピングに分けて別々に分析する。まず、対人

表2 COPE各下位尺度の平均値と標準偏差

下位尺度	対人コーピング			学業コーピング		
	N	M	SD	N	M	SD
1 気晴らし	-	-	-	201	5.01	1.63
2 積極的コーピング	203	5.76	1.41	201	5.91	1.50
3 否認	202	3.32	1.46	200	3.39	1.47
4 アルコール・薬物使用	202	3.10	1.60	201	2.90	1.42
5 情緒的サポートの利用	-	-	-	202	5.43	1.57
6 道具的サポートの利用	203	5.84	1.43	202	5.76	1.54
7 行動的諦め	199	3.73	1.33	200	3.68	1.53
8 感情表出	-	-	-	-	-	-
9 肯定的再解釈	203	5.74	1.41	-	-	-
10 計画	202	6.09	1.37	200	5.94	1.54
11 ユーモア	-	-	-	-	-	-
12 受容	203	5.87	1.52	-	-	-
13 宗教・信仰	-	-	-	201	3.86	1.60
14 自己非難	202	5.30	1.48	201	5.21	1.56

注1：対人コーピングの気晴らし、情緒的サポートの利用、感情表出、ユーモア、宗教・信仰と学業コーピングの感情表出、肯定的再解釈、ユーモア、受容は分析から排除された。

表 3 ECRとGHQの各下位尺度の平均値と標準偏差

尺度	下位尺度	N	M	SD
ECR	親密性の回避	203	3.76	0.72
	見捨てられ不安	203	3.82	0.93
GHQ	自己肯定	202	5.79	2.25
	うつ	202	1.41	1.54
	不安	202	1.65	1.64

コーピングと学業コーピングの下位尺度, アタッチメントの下位尺度, GHQ20の下位尺度の平均値と標準偏差を算出した(表2と表3)。

次は, アタッチメント, 精神的健康(GHQ-20), コーピングの下位尺度の間の相関係数を求め, 有意であることを表示した(表4と表5)。

3.2 精神的健康に対する重回帰分析

表 4 対人コーピングとアタッチメント, GHQとの相関関係

		ECR		GHQ (20)		
		親密性の回避	見捨てられ不安	自己肯定	うつ	不安
ECR	親密性の回避	—	—	-.169*	.230**	.199**
	見捨てられ不安	—	—	-.238**	.201**	.191**
COPE 対人	積極的コーピング			.255**	-.275**	-.202**
	否認	.176*	.150*	-.219**	.370**	.360**
	アルコール・薬物使用	.183**		-.227**	.412**	.263**
	道具的サポートの利用	-.434**	.208**		-.165*	
	行動的諦め	.170*	.231**	-.290**	.380**	.285**
	肯定的再解釈	-.233**		.325**	-.233**	-.189**
	計画	-.147*	-.138*	.308**	-.267**	-.214**
	受容			.213**	-.196**	-.197**
	自己非難		.181**			

注1: 有意な相関関係のみ表示した。

注2: 気晴らし, 情緒的サポートの利用, 感情表出, ユーモア, 宗教・信仰の β 係数が低いので, 排除された。

注3: $p < 0.05$ なら "*", $p < 0.01$ なら "**"

表 5 学業コーピングとアタッチメント, GHQとの相関関係

		ECR		GHQ (20)		
		親密性の回避	見捨てられ不安	自己肯定	うつ	不安
ECR	親密性の回避	—	—	-.169*	.230**	.199**
	見捨てられ不安	—	—	-.238**	.201**	.191**
COPE 学業	気晴らし		.161*			
	積極的コーピング		-.155*	.227**	-.314**	-.202**
	否認		.183**		.342**	.273**
	アルコール・薬物使用		.179*	-.140*	.444**	.365**
	情緒的サポートの利用	-.333**	.166*		-.242**	
	道具的サポートの利用	-.353**	.173*	.182**	-.355**	-.159*
	行動的諦め		.223**		.263**	.283**
	計画	-.164*		-.374**	-.260**	.444**
	宗教・信仰	.159*		.268**	.257**	-.273**
自己非難		.230**				

注1: 有意な相関関係のみ表示した。

注2: 感情表出, 肯定的再解釈, ユーモア, 受容の β 係数が低いので, 分析から排除された。

注3: $p < 0.05$ なら "*", $p < 0.01$ なら "**"

Baron & Kenny (1986)³⁶⁾ が、媒介変数 M (mediator) が介在しているようなモデルを検討するために、示唆した方法 (また、後の研究で数多く用いられている方法) は、次のようなステップを踏むものである。

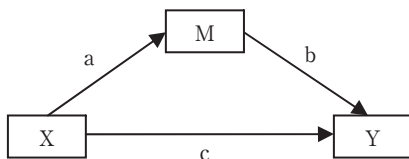
まず、独立変数 (X) と結果変数 (Y) との関係を回帰分析で調べる。回帰係数 c' は、独立変数が結果変数に与える効果となる。c' が有意であることを確認する。第二段階として、媒介変数 (M) と結果変数 (Y) との関係を回帰分析で調べる。a は、図 1 から分かるように、独立変数が媒介変数に与える影響である。ここも有意であることを確認する。最後のステップとして、独立変数 (X) と結果変数 (Y) のモデルに媒介変数を追加して投入する。X の効果は、これにより c' から変化するので、その値を c と表現している。c は媒介変数を統制したときの独立変数の効果である。b も有意であったなら、媒介モデルがほぼ成立したことになるが、一般的にはさらに、X が M を介して Y に与える間接効果 (indirect effect)、つまり a × b が有意であるかどうかを検定し、これが有意ならば媒介効果が成立したと考える。

ここで媒介変数投入後の c が有意でない場合、X から Y の直接のパスがなくなるので、X から Y の関係は媒介変数 M によって完全に説明されたことになる。したがって、これを完全媒介モデル (complete mediation model) と呼ぶことがある。c が有意であるときの媒介モデルを、部分媒介モデル (partial mediation model) と呼ぶ。

媒介変数がうまく X と Y との関係を説明しているかを調べるためには、間接効果 (もしくは媒介効果, mediation effect) を統計的に検定することが必要になってくる。間接効果を検定するため、最も有名な Sobel's test³⁷⁾ を使う。具体的には、その公式

$$Z = \frac{a \times b}{\sqrt{b^2 s_a^2 + a^2 s_b^2}}$$

が標準正規分布にしたがうと考え、その値の絶対値がたとえば 0.97 より大きければ、5%水準で有意と考え



(c)

図 1 媒介モデルの概念図

る (特に、サンプルが大きくない場合、もしくは標準正規分布に従わない場合、この判断標準が勧められる)³⁸⁾。その中に、Sa, Sb はともに a と b の標準誤差である。

本研究では、Baron & Kenny が示唆した方法に基づいて、以下のステップで分析する。①アタッチメントと精神健康との関係を回帰分析で調べる。②アタッチメントと精神健康とともに有意な関連があるコーピング下位尺度を選ぶ。③選んだコーピングとアタッチメントとの関係を回帰分析で調べる。④アタッチメントと精神健康の回帰分析に媒介変数を追加して投入する。⑤Sobel's test を用いて媒介効果を検定する (サンプルサイズの関係で、MacKinnon が勧めた標準を使う)。⑥媒介モデルの図を描く (有意でない媒介変数を含まない)。

3.2.1 対人コーピングの媒介作用の検証

従属変数としての精神的健康 GHQ-20 には、三つの下位尺度 (自己肯定, うつ, 不安) があるので、次々に分析する。

まず、アタッチメントが精神的健康に与える影響を考え、アタッチメントの二つの下位尺度を独立変数、自己肯定を従属変数と設定し、回帰分析を実行した。そのモデルが有意であることを確認した。F (2,199) = 9.63, p < .001。親密性の回避の Beta = -.18 (t = 2.62, p < .01), 見捨てられ不安の Beta = -.24 (t = -3.61, p < .001) で、有意であるが、従属変数自己肯定の分散のうち、わずか 8.8% が独立変数により説明されている。対人コーピングの下位尺度の中で、アタッチメントの二つの下位尺度と自己肯定とともに有意に関連しているのは、否認, アルコール・薬物使用, 行動的諦め, 肯定的再解釈, 計画という 5 つである (表 3 を参照)。上記の ②③④⑤のステップで分析し、最後の媒介モデルを作った。

その結果、親密性の回避の回帰係数の有意性がなくなった。見捨てられ不安の回帰係数は -0.24 から -0.17 に減ったが、有意である。媒介変数がうまく介在しているかどうかを調べるため、Sobel's test を実行した。見捨てられ不安と自己肯定の間において、行動的諦めの媒介作用は Z = -1.81, p < .05 であった。親密性の回避と自己肯定の間において、行動的諦めの媒介作用は Z = -1.66, p < .05 であり、肯定的再解釈の媒介作用は Z = -2.20, p < .05 であった。そして、見捨てられ不安と自己肯定の間には、行動的諦めが部分的に介在しているが、親密性の回避と自己肯定の間には、行動的諦めと肯定的再解釈が完全に介在していることがわ

表 6 自己肯定の重回帰分析のモデル集計 (対人関係)

Model	R	R ²	Adjusted R ²	Δ R ²	F _{change}	p
1	.309	.095	.086	.095	9.952	.000
2	.467	.218	.188	.122	5.762	.000

注 1：モデル 1：独立変数は親密性の回避，見捨てられ不安；モデル 2：独立変数は親密性の回避，見捨てられ不安，否認，アルコール・薬物使用，行動的諦め，肯定的再解釈，計画。

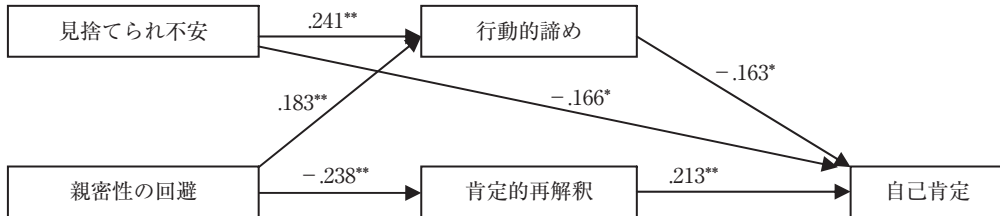


図 2 アタッチメントと自己肯定の媒介モデル (対人関係)

かった。

次に，アタッチメントの二つの下位尺度を独立変数，うつを従属変数と設定し，回帰分析を実行した。そのモデルが有意であることを確認した。F (2,199) = 10.63, p < .001。親密性の回避のBeta = .24 (t = 3.52, p < .01)，見捨てられ不安のBeta = .21 (t = 3.10, p < .01) で，有意であるが，従属変数うつの分散のうち，わずか9.7%が独立変数により説明されている。対人コーピングの下位尺度の中で，アタッチメントの2次元とうつとともに有意に関連しているのは否認，

アルコール・薬物使用，道具的サポートの利用，行動的諦め，肯定的再解釈，計画である (表 4 を参照)。上記の②③④⑤のステップで分析し，最後の媒介モデルを作った。

その結果，親密性の回避，見捨てられ不安の回帰係数の有意性はなくなった。媒介変数がうまく介在しているかどうかを調べるため，Sobel's testを実行した。見捨てられ不安とうつの間において，アルコール・薬物使用の媒介作用は Z = 1.56, p < .05であり，行動的諦めの媒介作用は Z = 2.10, p < .05であった。親密性の回避

表 7 うつの重回帰分析のモデル集計 (対人関係)

Model	R	R ²	Adjusted R ²	Δ R ²	F _{change}	p
1	.299	.089	.080	.089	9.207	.000
2	.522	.272	.240	.183	7.627	.000

注 1：モデル 1：独立変数は親密性の回避，見捨てられ不安；モデル 2：独立変数は親密性の回避，見捨てられ不安，否認，アルコール・薬物使用，道具的サポートの利用，肯定的再解釈，行動的諦め，計画。

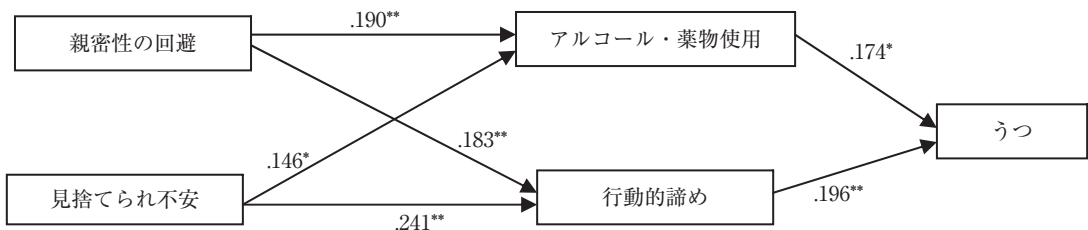


図 3 アタッチメントとうつの媒介モデル (対人関係)

表8 不安の重回帰分析のモデル集計 (対人関係)

Model	R	R ²	Adjusted R ²	ΔR ²	F _{change}	p
1	.285	.081	.071	.081	8.333	.000
2	.437	.191	.160	.110	5.007	.000

注1：モデル1：独立変数は親密性の回避，見捨てられ不安；モデル2：独立変数は親密性の回避，見捨てられ不安，否認，アルコール・薬物使用，行動的諦め，肯定的再解釈，計画。

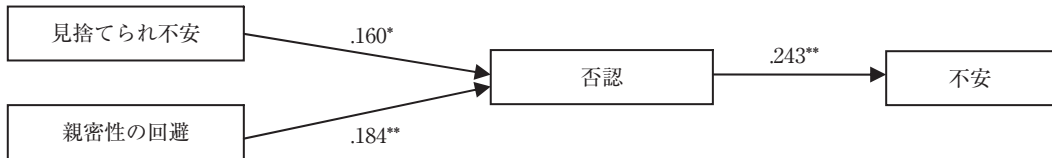


図4 アタッチメントと不安の媒介モデル (対人関係)

とうつの間において，アルコール・薬物使用の媒介作用は $Z = 1.76$, $p < .05$ であり，行動的諦めの媒介作用は $Z = 1.87$, $p < .05$ であった。そして，親密性の回避，見捨てられ不安とうつの間には，アルコール・薬物使用と行動的諦めが完全に介在していると証明された。

最後に，アタッチメントの二つの下位尺度を独立変数，不安を従属変数に設定し，重回帰分析を実行した。そのモデルが有意であることを確認した。 $F(2,199) = 8.48$, $p < .001$ 。親密性の回避の $Beta = .21$ ($t = 3.02$, $p < .01$)，見捨てられ不安の $Beta = .20$ ($t = 2.90$, $p < .01$)で，有意であるが，従属変数の不安の分散のうち，わずか7.9%が独立変数により説明されている。対人コーピングの下位尺度の中で，アタッチメントの2次元とうつとともに有意に関連している下位尺度は否

認，アルコール・薬物使用，行動的諦め，肯定的再解釈，計画という5つである (表4を参照)。上記の②③④⑤のステップで分析し，最後の媒介モデルを作った。

その結果，親密性の回避，見捨てられ不安の回帰係数の有意性はなくなった。媒介変数がうまく介在しているかどうかを調べるため，Sobel's testを実行した。見捨てられ不安と不安の間において，否認の媒介作用は $Z = 1.84$, $p < .05$ であった。親密性の回避と不安の間において，否認の媒介作用は $Z = 2.00$, $p < .05$ であった。そして，親密性の回避，見捨てられ不安とうつの間には，否認が完全に介在していると証明された。

3.2.2 学業コーピングの媒介作用の検証

学業コーピングの媒介作用について，対人コーピングの分析の手順と同じように分析する。

表9 自己肯定の重回帰分析のモデル集計 (学業)

Model	R	R ²	Adjusted R ²	ΔR ²	F _{change}	p
1	.289	.083	.074	.083	8.836	.000
2	.388	.151	.119	.067	2.984	.013

注1：モデル1：独立変数は親密性の回避，見捨てられ不安；モデル2：独立変数は親密性の回避，見捨てられ不安，積極的コーピング，アルコール・薬物使用，道具的サポートの利用，計画，宗教・信仰。

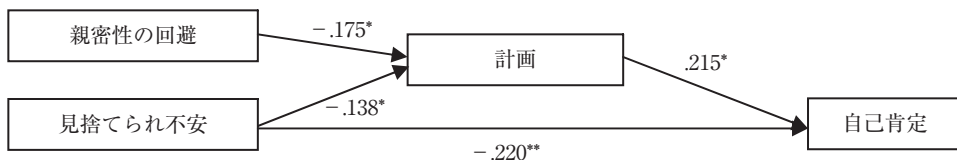


図5 アタッチメントと自己肯定の媒介モデル (学業)

表10 うつの重回帰分析のモデル集計 (学業)

モデル	R	R ²	Adjusted R ²	ΔR ²	F _{change}	P
1	.303	.092	.082	.092	9.694	.000
2	.589	.347	.311	.255	8.974	.000

注1：モデル1：独立変数は親密性の回避，見捨てられ不安；モデル2：独立変数は親密性の回避，見捨てられ不安，積極的コーピング，否認，アルコール・薬物使用，情緒的サポートの利用，道具的サポートの利用，計画，宗教・信仰。



図6 アタッチメントとうつの媒介モデル (学業)

まず，アタッチメントが精神的健康に与える影響を考え，アタッチメントの二つの下位尺度を独立変数，自己肯定を従属変数と設定し，回帰分析を実行した。学業コーピングの下位尺度の中に，アタッチメントの2次元と自己肯定とともに有意に関連しているのは積極的コーピング，アルコール・薬物使用，道具的サポートの利用，計画，宗教・信仰である（表5を参照）。上記の②③④⑤のステップで分析し，最後の媒介モデルを作った。

その結果，親密性の回避と自己肯定の回帰係数の有意性はなくなった。見捨てられ不安と自己肯定の回帰係数は-0.24から-0.22に減った。親密性の回避と自己肯定の間に，計画がうまく介在しているかどうかを調べるため，Sobel's testを実行した（ $Z = -1.72, p < .05$ ）。見捨てられ不安と自己肯定の間に，計画の媒介効果があるかを検証したところ， $Z = -1.52, p < .05$

となった。親密性の回避と自己肯定の間には計画が完全に介在しているが，見捨てられ不安と自己肯定の間には計画が部分的に介在していることがわかった。

次に，アタッチメントの二つの下位尺度を独立変数，うつを従属変数と設定し，回帰分析を実行した。学業コーピングの下位尺度の中に，アタッチメントの2次元とうつとともに有意に関連しているのは積極的コーピング，否認，アルコール・薬物使用，情緒的サポートの利用，道具的サポートの利用，計画，宗教・信仰である（表5を参照）。上記の②③④⑤のステップで分析し，最後の媒介モデルを作った。

その結果，見捨てられ不安と自己肯定の回帰係数は0.21から0.15に減った。見捨てられ不安とうつの間に，アルコール・薬物使用がうまく介在しているかどうかを調べるため，Sobel's testを実行した。 $Z = 2.4, p < .05$ となった。見捨てられ不安とうつの間には，アルコー

表11 不安の重回帰分析のモデル集計 (学業)

Model	R	R ²	Adjusted R ²	ΔR ²	F _{change}	p
1	.275	.075	.066	.075	7.828	.001
2	.467	.218	.180	.143	4.824	.000

注1：モデル1：独立変数は親密性の回避，見捨てられ不安；モデル2：独立変数は親密性の回避，見捨てられ不安，積極的コーピング，否認，アルコール・薬物使用，道具的サポートの利用，行動的諦め，計画，宗教・信仰。

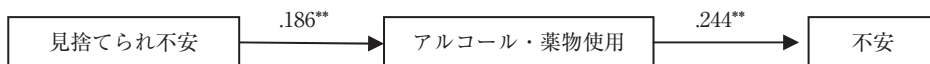


図7 アタッチメントと不安の媒介モデル (学業)

ル・薬物使用が部分的に介在していると証明された。

最後に、アタッチメントの二つの下位尺度を独立変数、不安を従属変数と設定し、回帰分析を実行した。学業コーピングの下位尺度の中に、アタッチメントの2次元とうつとともに有意に関連しているのは積極的コーピング、否認、アルコール・薬物使用、道具的サポートの利用、行動的諦め、計画、宗教・信仰である(表5を参照)。上記の②③④⑤のステップで分析し、最後の媒介モデルを作った。

その結果、見捨てられ不安の回帰係数の有意性はなくなった。アルコール・薬物使用という媒介変数がうまく介在しているかどうかを調べるため、Sobel's testを実行した($Z=2.03$, $p<.05$)。見捨てられ不安と不安の間には、アルコール・薬物使用が完全に介在していることがわかった。

4 考察

4.1 仮説への検証

アタッチメントが精神的健康に与える影響が有意であることを確認したが、精神的健康の3つの下位尺度のいずれかの重決定係数は小さく、わずか0.1にしか達しなかった。コーピングという媒介変数を追加し分析したところ、従属変数の分散が独立変数により説明される比率は顕著に増加した。

本研究では具体的に、コーピングがアタッチメントと精神的健康の関連にどのように媒介するかは、対人関係と学業という二つの場面に分けて分析した。

図2と図5に示したように、「親密性の回避」と「自己肯定」の間において、対人コーピングの下位尺度の「行動的諦め」、「肯定的再解釈」と学業コーピングの「計画」は完全に媒介しているが、「見捨てられ不安」と「自己肯定」の間において、対人コーピングの下位尺度の「行動的諦め」と学業コーピングの「計画」は部分的に媒介していることが示された。すなわち、対人関係の場面で、行動的諦めと肯定的再解釈が媒介作用しているが、学業の場面で、計画がアタッチメントと自己肯定の関連を媒介している。

図3と図6に示したように、「親密性の回避」と「うつ」の間を対人コーピングの「アルコール・薬物使用」、「行動的諦め」は完全に媒介している。「見捨てられ不安」と「うつ」の間を、対人コーピングの「アルコール・薬物使用」、「行動的諦め」は完全に媒介しているが、学業コーピングの「アルコール・薬物使用」は部分的に媒介していると示された。すなわち、対人関係

の場面で、アルコール・薬物使用と行動的諦めが媒介作用しているが、学業の場面で、アルコール・薬物使用がアタッチメントとうつの関連を媒介している。

図4と図7に示したように、「親密性の回避」と「不安」の間を、対人コーピングの「否認」は完全に媒介している。「見捨てられ不安」と「不安」の間については、対人コーピングの「否認」と学業コーピングの「アルコール・薬物使用」は完全に媒介していると示された。すなわち、対人関係の場面では、否認が媒介変数として不安に作用しているが、学業の場面では、アルコール・薬物使用がアタッチメントと不安の関連を媒介している。

要するに、以上の結果によって、本研究の仮説が支持された。

4.2 コーピングの媒介作用

本研究はCOPEを用いて、ストレス状況を対人関係と学業という二つの場面に分けてそれぞれのコーピングを測定した上で、幅広いコーピングの方略を研究し、アタッチメントと精神的健康の間におけるコーピングの媒介作用を詳しく明らかにした。

対人関係で困った出来事やいやな出来事に直面したときに、親密性の回避が高い人は肯定的再解釈を回避する傾向があり、肯定的再解釈は自己肯定にポジティブな影響を与えるため、不安定なアタッチメントは自己肯定に間接的にネガティブな影響を与える。親密性の回避と見捨てられ不安が高い人は安定したアタッチメントの個人と比べて、行動的諦めというコーピング方略を使う傾向があり、自己肯定にネガティブな影響を与える。また、親密性の回避と見捨てられ不安が高い人はアルコールや薬物を飲んだり、行動的な努力を諦めたり、積極的に問題を解決してみないので、うつの状態に陥ることが多い。さらに、不安定なアタッチメントを持っている人は、対人関係の問題を否認するコーピングを選んで、一層不安になりやすい。

学業に困難や圧力があるとき、不安定なアタッチメントを有する人は、「計画」というポジティブなコーピングを回避し、「自己肯定」を低めた。また、「見捨てられ不安」が高い人は、「アルコール・薬物使用」というコーピングを使うほど、精神的健康のうつと不安の状態がひどくなり、精神的健康が一層悪くなった。

対人コーピングと学業コーピングの媒介作用を比べると、個人は対人場面において、「肯定的再解釈、アルコール・薬物使用、行動的諦め、否認」という多様

なコーピング方略を使ったが、学業場面においてはほとんどのコーピング方略は単純であり、「計画」と「アルコール・薬物使用」しか使わなかった。対人場面でも学業場面でも「アルコール・薬物使用」というコーピング方略が選ばれ、このコーピング方略は、アタッチメントが精神的健康に影響を与えるプロセスにおいて大きな役割を果たすことが分かった。ストレス状況（対人場面と学業場面）によって個人のコーピング方略が変わってきた一方、異なるストレス状況（対人場面と学業場面）において個人のコーピングの選択にはある程度一貫性が存在していることが証明された。

また、対人関係の場面においては、親密性の回避と見捨てられ不安は同時にコーピング媒介変数を通して精神的健康の三つの方面に影響を与える。しかし、学業場面においては、見捨てられ不安が媒介変数を通して精神的健康の三つの方面に影響を与えるが、親密性の回避は自己肯定という精神的健康の下位尺度のみ影響を与え、そのほかの二つの下位尺度に有意な作用がない。これによって、対人関係の場面で、アタッチメントの二つの特性は精神的健康に影響を与えるが、学業場面では、見捨てられ不安という特性は精神的健康に与える影響がほとんどであることがわかった。

4.3 今後の課題

現時点では、中国語版のCOPE短縮版の信頼性や妥当性について、再検討すべき下位尺度が存在する。特に「ユーモア、感情表出、気晴らし」などの下位尺度は中国語の特徴に基づいて、項目の言語表現の再検討が必要であるといえる。

本研究では、わずか200人を対象に研究したが、統計的に限りがあるため、今後研究データを蓄積し、SEMなどの統計方法を使い、より詳しく検討する必要があると考えられる。また、コーピングはアタッチメントと精神的健康の関係を有意に媒介していることが証明されたが、精神的健康の状態をアタッチメントとコーピングで説明できるのは一部分である。アタッチメントと精神的健康の間において、より複雑な媒介モデルが存在しているのではないかと予想される。今後、モデルの複雑化や新しい媒介変数の導入などの操作がさらに必要であろう。

(指導教員：中釜洋子教授)

引用文献

- 1) 平野優子 2005 大学低学年生におけるデイリー・ハッスルと入学前後のストレスフルで重大な出来事との関連 学校保健研究 第47巻 第3号 pp.201-208
- 2) 林もも子 2001 成人のアタッチメント：概観と臨床心理学的考察 立教大学コミュニティ福祉学部紀要 第3号 pp.35-49
- 3) Bowlby, J. 1988 A Secure Base: Parent-child attachment and health human development. New York : Basic Books.
- 4) Bowlby, J. 1977 The making and breaking of affectional bonds. British Journal of Psychology, 130, 201-210.
- 5) Shaver, P.R. & Hazan, C. 1988 A biased overview of the study of love. Journal of Social and Personal Relationships, 5, 473-501.
- 6) Bowlby, J. 1973 Attachment and loss. Vol. 2. Separation: Anxiety and anger. New York: Basic Books.
- 7) Bowlby, J. 1980 Attachment and loss. Vol. 3. Sadness and depression. New York: Basic Books.
- 8) 遠藤利彦 1992 愛着と表象—愛着研究の最近の動向：内的作業モデル概念とそれをめぐる実証研究 心理学評論 第35巻 第2号 pp. 201-233
- 9) Main, M., Kaplan, N., & Cassidy, J. 1985 Security in infancy, childhood, and adulthood: A move to the level of representation. In I. Bretherton & E. Waters (Eds.), Growing points of attachment theory and research. Monographs of the Society for Research in Child Development, 50, 66-106.
- 10) Ainsworth, M. D. S., Blehar, M.C., Waters, E., & Wall, S. 1978 Patterns of Attachment. Hillsdale, New Jersey: Lawrence Erlbaum Assoc. 45-64.
- 11) Hazan, C. & Shaver, P.R. 1987 Romantic love conceptualized and attachment process. Journal of Personality and Social Psychology, 52, 511-524.
- 12) Bartholomew, K. & Horowitz, L. M. 1991 Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. Journal of Personality and Social Psychology, 61, 226-244.
- 13) Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. 1998 Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview. In J.A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), Attachment theory and close relationships. New York: The Guilford Press. pp. 46-76.
- 14) Crowell, J.A., Treboux, D., & Waters, E. 2002 Stability of attachment representations: The transition to marriage. Developmental Psychology, 38, 467-479.
- 15) Fraley, R.C., & Shaver, P.R. 2000 Adult attachment and the defensive regulation of attention and memory: Examining the role of preemptive and postemptive defensive processes. Journal of Personality and Social Psychology, 79, 816-826.
- 16) 山川賀世子 2005 愛着の発達不全：Dタイプの検討 臨床発達心理学研究 第4号 pp.13-22
- 17) Carlson, E.A. 1998 A prospective longitudinal study of attachment disorganized/ disorientation. Child Development, 69, 1107-1128.
- 18) 金政祐司・大坊郁夫 2003 青年期の愛着スタイルと社会的適応性 心理学研究 第74巻 第5号 pp.466-473.

- 19) Murphy, B., & Bates, G. 1997 Adult attachment styles and vulnerability to depression. *Personality and Individual Differences*, 22 (6), 835-844.
- 20) Collins, N.L., & Feeney, B.C. 2004 working models of attachment shape perception of social support: Evidence from experimental and observational studies. *Journal of personality and social psychology*, 87 (3), 363-383.
- 21) Vogel, D. L., & Wei, M. 2005. Adult attachment and help-seeking intent: The mediating roles of psychological distress and perceived social support. *Journal of Counseling Psychology*, 52 (3), 347-357.
- 22) 村上達也 2008 アタッチメントが抑うつスキーマに及ぼす影響について：共分散構造分析を用いて 日本パーソナリティ心理学大会発表論文集 第17巻 pp.96-97
- 23) 堀 匡・小林文真 2010大学生の愛着スタイルとソーシャルスキルおよび心理・社会的適応との関連 学校メンタルヘルス 第13巻 第1号 pp.41-48
- 24) Holmes, J. 1993 Attachment theory: a biological basis for psychotherapy? *The British Journal of Psychiatry*, 163, 430-438.
- 25) 金政祐司 2003 成人の愛着スタイル研究の概観と今後の展望：現在、成人の愛着スタイル研究が内包する問題とは 対人社会心理学研究 第3号 pp.73-84
- 26) Howard, M.S. 2004 Adolescents' attachment and coping with stress. *Psychology in the Schools*, 41 (3), 391-402.
- 27) Steward, R.J., Jo, H., Murray, D., Fitzgerald, W., Neil, D., Fear, F., & Hill, M. 1998 Psychological adjustment and coping styles of African American urban high school students. *Journal of Multicultural Counseling and Development*, 26, 2, 70-82.
- 28) Lopez, F.G., 2001 Adult Attachment Orientations and College Student Distress: The Mediating Role of Problem Coping Styles. *Journal of Counseling and Development*, 79, 459-464.
- 29) Folkman, S., Lazarus, R.S., Dunkel-Schetter, C., DeLongis, A., & Gruen, R. 1986 The dynamics of a stressful encounter. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 992-1003.
- 30) 西垣順子・小林正信 2004 大学生活への適応状況に関連する要因についての調査 信州大学教育システム研究開発センター紀要 第10号 pp.25-35
- 31) 李同帰・加藤和生 2006 成人アタッチメントの測定：親密関係経験尺度（ECR）中国語版 心理学報 第38巻 第3号 pp.399-406
- 32) 張怡玲 2004 神経症、コーピングと抑うつ 修士論文
- 33) 加藤司 2009 英語文献におけるコーピング尺度の使用状況：2006年から2007年東洋大学社会学部紀要 第47巻 第2号 pp.59-82.
- 34) Carver, C.S., Scheier, M.F., & Weintraub, J.K. 1989 Assessing coping strategies: a theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 267-283.
- 35) 李虹・梅錦榮 2002 大学生の心理問題に対する測定：GHQ-20の信頼性と妥当性 心理発展と教育 第1期 pp.75-79
- 36) Baron, R. M. & Kenny, D. A. 1986 The moderator mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1173-1182.
- 37) Sobel, M. E. 1982 Asymptotic confidence intervals for indirect effects in structural equation models. *Sociological Methodology*, 13, 290-312.
- 38) MacKinnon, D. P., Lockwood, C. M., Hoffman, J. M., West, S. G., & Sheets, V. 2002 A comparison of methods to test the significance of the mediated effect. *Psychological Methods*, 7, 83-104.