

# 変化に対する潜在的態度とコーピング・スキル

木島 恒一\*

## Implicit Attitude toward Change and Corresponding Coping Skills

Tsunekazu KIJIMA

### I はじめに

ストレッサーとしてのライフイベント (life event) への注目は, Selye に始まる (Cooper & Dewe, 2004)。Holmes & Rahe (1967) はライフイベントを「生活変化出来事 (life change events)」と捉え直した。「配偶者の死」や「退職」などの重大なライフイベント (major life events) は日常生活に実質的な変化をもたらし, それに再適応することを人に要求するような出来事である (Cassidy, 1999, 38 ページ)。この観点から Holmes & Rahe は, ストレス測定を目的とした社会的再適応評価尺度 (Social Readjustment Rating Scale) を作成した。Lazarus (1999) は, Holmes らのライフイベントへの着目を評価しながらも, ストレッサーに対する認知的評価には個人差があり, また健康への影響としては日常生活での混乱 (daily hassles) の方が重要であると指摘する。Lazarus のいう日常的混乱は確かに多くの人が日常的に経験するストレッサーとして重要なものであるが, しかし Selye 以来注目されてきたライフイベントも, 人の適応を考える上で重要なストレッサーであるといえよう。

ライフイベントによってもたらされる変化に対する態度は, それに直面することへの耐性や適応的なコーピング (coping) の可否とも関連することが考えられる。大きなライフイベントだけでなく, Lazarus のいう日常生活における些細な不愉快事 (近所とのトラブルなど) もまた, 人の生活や心理状態に多少なりの変化をもたらす。そこで本研究では, 安定した状態からの変化への態度が個人のコーピング特徴とどのような関連をもつかを検討する。

さて, 一般に態度はリッカート法などの質問紙により測定されることが多い。そこで測定されるのは, 回答者が自身で意識しているレベルの態度である。しかし現代心理学では, 人間の心理的活動には顕在モードと潜在モードの2つのモードがあると考えられるようになった (岡部・今野・岡本, 2004)。態度にも2つのモードがあり, Greenwald & Banaji (1995) は態度を

\* きじま つねかず 北陸学院大学人間総合学部

顕在的態度 (explicit attitude) と潜在的態度 (implicit attitude) に分類している。顕在的態度とは、人が自身で覚知している対象に対する態度である。質問紙調査法によって測定される態度は、Greenwald らがいう顕在的態度に当たる。他方、潜在的態度は、対象に対して内省的には (あるいは正確には) 自身では覚知されていない、非意識的な態度を指す。この2つの態度はともに人の心理的活動や行動に影響を与えるが、必ずしも一致した特徴を持っているとは限らない。たとえば、岡部・今野・岡本 (2004) は目上迎合性についての研究で、目上への顕在的態度よりも、潜在的態度の方が会社上司による違反指示に関する意思決定や責任の帰属と関連することを報告している。本研究で扱う生活や環境などにおける変化に対する反応には、意識的な顕在的態度だけでなく、非意識的な潜在的態度が少なからず影響することが考えられる。本研究では特定の、また具体的なライフイベントを扱うのではなく、幾分抽象的な「変化」を扱うため、特に潜在的態度を取り上げることにする。

潜在的態度を測定する技法として、Greenwald ら (1998) は潜在性連合テスト (Implicit Association Test, 以下 IAT と略す) を開発している。IAT の概念的理論背景は人間の意味記憶ネットワークモデルである。私たちの様々な概念は、過去の経験に基づく意味的類似性の系列に沿ったネットワーク構造として保持されている。意味的に類似した概念間には強い連合が作り上げられている。例えば、フルーツという点で類似性の高い「りんご」「みかん」「いちご」は互いに連合し、また「甘い」「おいしい」といった属性とも強い連合を形成していよう。何らかの刺激により「りんご」や「みかん」という概念が活性化されると、「甘い」「おいしい」といった属性についての概念も活性化されることになる。もし、「りんご」などのフルーツと「甘い」「おいしい」などの味覚について同一の反応をすることが求められた場合には、これらの連合の強さに応じて反応が促進され、その反応に要する時間も短いと考えられる。IAT はこうした意味記憶ネットワークにおける概念間の連合の強さから、当該概念に対する態度を測定する方法である。

IAT の手続きは次のとおりである。実験参加者は、パーソナルコンピュータのモニター画面中央に刺激となる単語 (もしくは写真) について、画面左右に表示された2つのカテゴリーのいずれに該当するかの分類を求められる。分類課題には、概念 (例えば花と虫) と属性 (例えば快と不快) の2つの次元の組み合わせにより、「花」か「快」カテゴリーと「虫」か「不快」カテゴリーへの分類と、「花」か「不快」カテゴリーと「虫」か「快」カテゴリーへの分類がある。反応は、あらかじめ決められた左側のキーと右側のキーを打つことによってなされる。組み合わせられた概念と属性が、多くの人の意味記憶ネットワーク内でリンクしているブロック (一致ブロック、たとえば「花」と「快」) では、反応時間は短くてすむ。他方、意味記憶ネットワーク内でリンクしていない概念と属性の組み合わせ (不一致ブロック、たとえば「花」と「不快」) の場合は、反応に時間がかかるであろう。Greenwald ら (1998) は、不一致ブロックと一致ブロックの平均反応時間の差を IAT 効果と命名し、これを対象 (例えば「虫」) に対する潜在的態度の測定とした。

上に見るように、IAT はパーソナルコンピュータを利用した実験として考案されたものである。しかし近年、紙に印刷された刺激語を一定時間内 (例えば20秒) にできるだけ多くそして正確に分類することを求めることで、概念間の連合の強さを測定する方法 (以下、紙筆版 IAT と略す) も考案されている (Lowery et al., 2001; 岡部・木島・佐藤他, 2004)。紙筆版 IAT は、パーソナルコンピュータを利用した IAT に比べ実施が容易で、集団での実施も可能である、という利点を持つ。そこで本研究では、紙筆版 IAT を用いて、生活環境や生活様式における変化に対

する潜在的態度を測定することにする。

ライフイベントや日常的な不愉快事により変化した日常生活に適応すべく、人はコーピングすることを要請される。コーピングの仕方には個人差があり、Folkman & Lazarus (1980) によるコーピング尺度以来多くの尺度が開発されている。それらの尺度は、いずれも個人のコーピング特徴を捉えることに焦点を当てたものであり、適応という点からみたコーピングの適・不適を考慮したものとはいえない。しかしながら、適応するためのストレス・マネジメントにとっては、個人がストレスに対して適切なコーピングをできるか否かということは、重要な問題であると考えられる。適応的なコーピングを行う能力とは、具体的にはストレス・コーピング・スキルである。木島 (2008) はこのストレス・コーピング・スキルを「ストレスフルな状況に適切に対応するための学習可能な諸スキル (技能)」と定義し、これを測定するためのストレス・コーピング・スキル尺度 (Stress Coping Skill Scales, 以下 SCSS と略) を作成している。

本研究の目的は、紙筆版 IAT により変化に対する潜在的態度を測定し、SCSS により測定されたコーピング・スキルとの関連を検討することにある。

## II 方法

### 1. ストレス・コーピング・スキルの測定

ストレス・コーピング・スキル尺度 (SCSS) (木島, 2008) により実験参加者のコーピング・スキルを測定した。SCSS は 47 項目からなり、10 の尺度と 1 つの準尺度から構成される。尺度の内容は、表 2 に示すとおりである。各項目への回答の形式は、「非常にそう (7)」から「全くちがう (1)」の 7 段階で評定させるというものとした。

### 2. 変化に対する潜在的態度の測定

変化に対する潜在的態度を測定するために、紙筆版 IAT (Lowery et al., 2001; 岡部・木島・佐藤他, 2004) を変形したものを作成した。対象概念として「不変」カテゴリー、「変化」カテゴリーを、属性概念として「快」カテゴリー、「不快」カテゴリーを設定した。「不変」カテゴリーの刺激語として「安定、常態、不動、定住、定説」の 5 語を、「変化」カテゴリーでは「激動、増加、流転、移住、転職」の 5 語を用いた。また、「快」属性の刺激語としては「楽しい、心地よい、よい、美しい、きれい」の 5 語を、「不快」属性では「つらい、苦しい、悪い、醜い、汚い」の 5 語を用いた。

IAT の各ブロックは 2 ページから構成され、1 ページ目には次ページで行う分類課題についての教示と刺激語の分類位置を例示した。そして 2 ページ目を分類課題のページとした。分類課題のページでは、40 の刺激語を中央に配置し、その左右に分類カテゴリーと解答用の括弧を配置した。

### 3. 対象

実験参加者は、研究への利用を承諾した都内 A 大学第二部学生 36 名と通信制 B 大学学生 29 名の計 65 名である。B 大学学生はほとんどが社会人であり、A 大学学生も半数は社会人であった。Greenwald ら (1998) および Lowery ら (2001) にならい、IAT で誤反応率 20% 以上であった者を除く 48 名 (男性 11 名,  $33.91 \pm 18.23$  歳; 女性 37 名,  $31.06 \pm 12.41$  歳) を以下の分析の

対象とした。

#### 4. 手続き

まず SCSS を施行し、次いで紙筆版 IAT を実施した。IAT の手続きは次の通りである。各課題ブロックとも、1 ページの中央に 40 の刺激語が縦に並んでおり、練習課題ではその左右に大きな活字で対象概念カテゴリーまたは属性カテゴリーが、IAT 課題では対象概念カテゴリーと属性カテゴリーの両方が印刷されている。実験参加者には刺激語を上から順にそれが左右いずれに該当するかの分類を求めた。すなわち、刺激語が該当する対象概念カテゴリーないし属性カテゴリーの側に鉛筆またはボールペンでチェックしてもらった。制限時間は各課題ブロックとも 20 秒とした。課題ブロックは、練習課題の「不変 vs. 変化」と「快 vs. 不快」、IAT 課題の「不変・快 vs. 変化・不快」、練習課題の「変化 vs. 不変」、IAT 課題の「変化・快 vs. 不変・不快」の順で構成された。

#### 5. IAT スコアの算出法

Greenwald ら (1998) の IAT は本来パソコンを用いた実験法であり、ブロックごとに平均反応時間を算出し、対数変換したその差を IAT 効果としている。それに対し、Lowery ら (2001) は紙筆法を用いた研究で、一致ブロックと不一致ブロックの正答数の差を IAT スコアとすることを提案している。違いは、Greenwald らの場合には誤反応も含めて平均反応時間を算出するのに対し、Lowery らは紙筆版 IAT でも誤反応率が低いことを根拠に、正答数のみを指標として用いていることである。紙筆版 IAT を用いた本研究では Lowery らにならい、正答数について「不変・快」ブロックと「変化・快」ブロックの差を取り、これを IAT スコアとした。

### III 結果

#### 1. 「不変・快」ブロックと「変化・快」ブロックの比較

両ブロックの正答数の平均は表 1 に示すとおりで、「不変・快」ブロックでの正答数は「変化・快」ブロックのそれよりも有意に多いことが示された ( $t=5.109$ ,  $df=47$ ,  $p < 0.001$ )。このことから、「不変・快」ブロックを一致ブロック、「変化・快」ブロックを不一致ブロックと設定したことの妥当性は保証されたといえよう。

表 1 不変・快ブロックと変化・快ブロックの各正答数の平均値と SD

	不変・快ブロック	変化・快ブロック	t 値	df	有意性
正答数	19.96 (6.74)	15.02 (4.36)	5.109	47	$p < 0.001$

注：カッコ内は SD

#### 2. IAT スコアと SCSS 各尺度の相関

IAT スコアと SCSS 各尺度の相関は表 2 に示すようになった。SCSS の尺度のうち、悠然的対応、対人コミュニケーションにおける適切な対応、自己主張、積極的対応、問題の洞察・把握は IAT スコアとの間に有意な正の相関を示した。IAT スコアはその値が大きいほど、変化に対する

潜在的態度が否定的であることを意味する。したがって上の5つのコーピング・スキルが高いほど、変化に対する潜在的態度が否定的であることが示された。環境の変化への迅速な適応というコーピング・スキルとIATスコアの間には、有意な相関は見られなかった。

表2 IATスコアとSCSS各尺度の相関係数

SCSS 尺度	IAT スコア
ストレス事態に対する耐性	
情動的ストレス耐性	0.160
悠然的対応	0.286 *
対人的スキル	
社会的サポートの所有	0.047
社会的サポートの活用	0.056
対人コミュニケーションに おける適切な対応	0.332 *
攻撃性のコントロール	
攻撃性の抑制	-0.080
自己主張	0.287 *
その他のスキル	
積極的対応	0.413 **
環境の変化への迅速な適応	0.121
プラス思考	0.012
問題の洞察・把握	0.293 *

注：\* p<0.05      \*\* p<0.01

### 3. SCSSの尺度タイプから見たIATスコア

木島（2008）の社会人データに基づき、SCSSの11尺度の得点が「平均値+標準偏差」以上か「平均値±標準偏差」範囲内である高スキル群（タイプ1とする）、「平均値+標準偏差」以上の尺度と「平均値-標準偏差」以下の尺度がある群（タイプ2とする）、「平均値-標準偏差」以下か「平均値±標準偏差」範囲内である低スキル群（タイプ3とする）の3つにSCSSの尺度タイプを分類した。（なお、SCSS尺度得点がすべて「平均値±標準偏差」の平均領域にある実験参加者は3名だけであったため、以下の分析から除外した。）尺度タイプ別のIATスコアは表3に示すようになった。尺度タイプ間の差を検討するために一元配置分散分析を行ったところ、有意な差がみられた（ $F=3.69$ ,  $df=2/42$ ,  $p < 0.05$ ）。最小有意差検定法による多重比較の結果、タイプ1はタイプ2およびタイプ3よりも有意にIATスコアが大きいことが示された。すなわち、コーピング・スキルの高い実験参加者は、スキルの高い尺度と低い尺度をともに有する実験参加者やスキルの低い実験参加者よりも、変化に対する潜在的態度が否定的であることが示唆された。

表3 SCSS の尺度タイプ別にみた IAT スコアの平均値と SD

	タイプ 1 (N=11)	タイプ 2 (N=26)	タイプ 3 (N=8)
IAT スコア	9.64 (6.67)	3.65 (6.31)	3.63 (6.09)

注：カッコ内は SD

#### IV 考察

Holmes & Rahe (1967) のいうライフイベント（生活変化出来事）だけでなく, Lazarus (1999) のいう日常的混乱によっても, 生活様式に大なり小なりの変化がもたらされる。それは情動的反応をもたらし, 人にそれへのコーピングを要請する。一般に, 顕在的態度と潜在的態度はともに人の様々な心理的活動や行動に影響を与える (岡部・今野・岡本, 2004)。個人が変化に対して抱く態度もまた, 現実のライフイベントないし日常的混乱に遭遇した時, その事態に対するコーピングに影響を与えると考えられる。また, ストレス・マネジメント能力に関係するコーピング・スキルも, 現実のコーピング行動を規定する。

本研究では, IAT を用いて測定した変化に対する潜在的態度と, 木島 (2008) の SCSS によって測定したストレス・コーピング・スキルの関連について検討した。IAT スコアと有意な正の相関を示した SCSS の尺度は, 悠然的対応, 対人コミュニケーションにおける適切な対応, 自己主張, 積極的対応, 問題の洞察・把握の 5 つのコーピング・スキルであった。IAT スコアが高いことは変化に対する潜在的態度が否定的であることを示すが, それはまた不変に対する態度が肯定的である (すなわち安定して変わらない状態を好む) ことを意味する。したがって, これらのコーピング・スキルが高いほど, 変化に対する潜在的態度が否定的で, 一般に変化を好まない傾向にあるといえる。

こうした傾向は, SCSS 尺度の全体的なプロフィールでも認められた。すなわち, 全体的にコーピング・スキルの高い実験参加者は, コーピング・スキルの高い尺度と低い尺度をともに有する実験参加者や, 全体的にコーピング・スキルの低い実験参加者よりも, 変化への潜在的態度が否定的であることが示唆された。これらの結果は, コーピング・スキルの高い人の場合, 変化を嫌い安定を好む潜在的態度は, ストレス事態に積極的に対応し問題解決に取り組むよう動機づける方向に機能することを示唆するものであろう。

木島 (2008) は, UPI 学生精神的健康調査 (松原, 2002) の成績との関連から, コーピング・スキルが高いほど精神的健康度が高いことを, また矢田部・ギルフォード性格検査で情緒安定タイプである C 類および D 類の人は, コーピング・スキルが高いことを報告している。このことを考慮し本結果を考えると, 変化への否定的潜在的態度が, 問題解決に向けた適応的なコーピング行動を促すという解釈も成り立つように思われる。

最後に, 本研究で扱った「変化」について検討することにする。Holmes & Rahe (1967) が扱ったのが, 人が実際に体験する具体的なライフイベント (Holmes らの表現でいえば生活変化出来事) であったのに対し, 本研究で取り上げた「変化」は実験参加者の現在の状況とは必ずしも関係しない抽象的な変化である。その意味で, 両者は等価なものであるとはいえない。また, Holmes らも指摘するように, 生活に変化をもたらすライフイベントには望ましくない (undesirable) 出来事と望ましい (desirable) 出来事がある。今後は, 2 種のライフイベントにつ

いて別々に取り上げ、より具体的なライフイベントに対する潜在的態度とコーピング・スキルの関連についても検討する必要がある。また、ライフイベントには、それまでの生活に大きな変化をもたらすものとそうでないものがある。Holmesらは変化した生活状況への再適応に要するコストという観点から個々のライフイベントのストレス値を決定した。今後はライフイベントによるストレスの大きさと、それへの潜在的態度の関連についても検討する必要がある。

## 文 献

- 1) 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.
- 2) Cassidy, T. (1999). *Stress, Cognition and Health*. London: Routledge.
- 3) Cooper, C. L. & Dewe, P. (2004). *Stress: A Brief History*. Blackwell. (クーパー, C. L., デューイ, P. (大塚泰正, 岩崎健二, 高橋 修, 京谷美奈子, 鈴木綾子訳) (2006). *ストレスの心理学—その歴史と展望—*. 北大路書房).
- 4) Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1980). An analysis of coping in a middle-aged community sample. *Journal of Health Social Behavior*, 21, 219-239.
- 5) Greenwald, A. G., & Banaji, M. R. (1995). Implicit social cognition: Attitudes, self-esteem, and stereotypes. *Psychological Review*, 102, 4-27.
- 6) Greenwald, A. G., McGhee, D., & Schwartz, J. (1998). Measuring individual differences in implicit cognition: The implicit association test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 1464-1480.
- 7) Holmes, T.H. and Rahe, R.H. (1967). The social readjustment rating scale. *Journal of Psychosomatic Research*, 11, 213-218.
- 8) 木島恒一 (2008). ストレス・コーピング・スキル尺度の作成—その信頼性・妥当性の検討. *心身医学*, 48, 8, 731-740.
- 9) 小塩真司, 西野拓朗, 速水敏彦 (2009). 潜在的・顕在的自尊感情と仮想的有能感の関連. *パーソナリティ研究*, 17, 250-260.
- 10) Lazarus, R. S. (1999). *Stress and Emotion: A New Synthesis*. New York: Springer Publishing Company, Inc. (ラザルス, R. S. (本明 寛監訳) (2007). *ストレスと情動の心理学—ナラティブ研究の視点から*. 実務教育出版).
- 11) Lowery, B. S., Hardin, C. D., & Sinclair, S. (2001). Social influence effects on automatic racial prejudice. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81, 842-855.
- 12) 松原達哉 (2002). *心理テスト法入門—基礎知識とその技法習得のために—* (第4版). 日本文化社
- 13) 岡部康成, 木島恒一, 佐藤 徳, 山下雅子, 丹治哲雄 (2004). 紙筆版潜在連合テストの妥当性の検討—大学生の超能力信奉傾向を題材として—. *文教大学人間科学部人間科学研究*, 26, 145-151.
- 14) 岡部康成, 今野裕之, 岡本浩一 (2004). 潜在的「目上迎合性」の測定ツールの開発. *社会技術研究論文集*, 2, 370-378.
- 15) 潮村公弘・小林知博 (2004). 潜在的認知. 大島 尚・北村英哉 (編) *認知の社会心理学*, 54-71. 東京: 北樹出版