

大学生の「あきらめる」という言葉に抱く印象とあきらめ経験との関連

山本優子

キーワード：あきらめ，大学生，意味付けの変化，精神的健康

問題と目的

全ての目標を達成することは困難であり、「あきらめる」ことは多くの人々が日常的に体験することである。菅沼(2013)は、青年期の「諦める」を「自らの目標の達成もしくは望みの実現が困難であるとの認識をきっかけとし、その目標や望みを放棄すること」と定義し、心理学において諦めることは問題を回避・放置する否定的なコーピングとして捉えられてきたことを指摘している。

さらに、菅沼(2014)は、諦めるという行動だけでなく、諦めることについての認知が適応上重要だとして二側面から検討しており、諦めたことに意味を見出す「有意味性認知」、挫折であるという「挫折認知」が精神的健康とかかわる可能性を指摘している。このことから、諦めることのとらえかたのより詳細な構造を検討する必要があると考えられる。

一方、臨床場面では「あきらめ」を心理学的援助の進展として肯定的に捉えている研究もみられ(菅沼, 2013)、内田(2011)は、母親とわかりあえないことで苦しむ女子高校生との面接過程を提示している。面接過程で、母親に甘えたい、またその気持ちをわかって欲しいという子どもの期待と、母親の甘えることなく自分のことは自分でするようにと期待せざるをえなかった状況が明らかになり、娘は期待していたことを「あきらめ」ることが可能になり、そのことが母娘関係の安定の契機として重要であったとを指摘している。つまり、実証、臨床ふたつのアプローチからの研究をふまえると、あきらめることは両義的な側面のあることが指摘されていると理解できる。

本研究では、「あきらめる」が両義的であることを踏まえ、SD法を用いて大学生が「あきらめる」という言葉に持つイメージを探索的に検討する。また、過去にあきらめたこと(以下あきらめ経験)についての意味付けやとらえ方に焦点を当て、「あきらめる」という言葉に持つイメージとの関連も検討する。

方法

対象者 A大学に通う147名(男性62名、女性85名、平均年齢18.8歳($SD=1.02$))

調査内容 以下の項目に回答を求めた。

フェイス項目 学部，学年，年齢，性別

「あきらめる」という言葉の印象評定 多義的な形容詞・形容動詞を避け、予備調査から得られた形容詞及び形容動詞から反対語・対象語辞典(高村, 2007)をもとに適切な反対語がある語を選び、32対を作成した。また、SD法においてよく用いられる形容詞対(井上・小林, 1985)から2対使用した。1回目の調査結果集計後、形容詞対34項目について探索的因子分析(最尤法、プロマックス回転)を行ったところ、項目25(気弱な - 気丈な)、27(静かな - うるさい)の2項目は因子負荷量が.30以下であり共通性も低いことから削除した。その後は32項目の、改訂版の尺度を使用したSD法(7件法)で回答を求めた。

あきらめ経験についての質問項目 ①あきらめた物事、②あきらめたきっかけ、③あきらめたときの気持ち、④あきらめたということについて今どのように思うかとその理由、の4項目について自由記述で回答を求めた。

結果

1. 探索的因子分析による「あきらめる」という言葉に抱く印象の因子構造の確認 SD法によって調査した32項目について探索的因子分析(最小二乗法、プロマックス回転)を行った。その結果、スクリープロットと因子の解釈可能性から4因子構造が妥当であると判断した。次に、因子負荷量が.30以下の項目2(古い - 新しい)と3つの因子に負荷量がある項目31(親しみにくい - 親しみやすい)を削除した。その結果第1因子11項目(空虚な、嫌いな、悪いなど)、第2因子6項目(きつい、気苦労な、複雑ななど)、第3因子8項目(安心した、温かい、嬉しいなど)、第4因子5項目(はっきりした、すがすがしい、いさぎよいなど)となり、それぞれ「嫌悪」因子、「困難」因子、「安心」因子、「解

放」因子と命名した(Table1)。Cronbach の α 係数を算出したところ、一定の信頼性が示された(順に $\alpha=.813, \alpha=.783, \alpha=.772, \alpha=.622$)。また、累積寄与率は 40.67%であった。「嫌悪」因子と「安心」因子の間には中程度の負の相関($r=-.56$)がみられた。

Table1 「あきらめる」に抱く因子評定の因子分析の結果

項目(左が1より)	第1因子	第2因子	第3因子	第4因子	M	SD
第1因子：嫌悪 ($\alpha=.81$)						
28. 充実した - 空虚な	.736	.060	.127	-.163	5.01	0.94
32. 好きな - 嫌いな	.702	.213	.091	-.113	4.94	1.11
30. 良い - 悪い	.682	.050	-.106	-.128	5.03	0.98
29. つまらない - 面白い	-.608	.043	-.052	.052	2.99	0.99
19. みずばらしい - 素晴らしい	-.563	.168	.022	.155	3.08	0.85
20. にぎわしい - さびしい	.524	.234	-.073	.227	5.20	0.86
6. 美しい - 醜い	.458	-.057	-.187	.175	4.98	0.98
25. 楽観的な - 悲観的な	.449	.358	-.040	-.247	4.65	1.27
14. 有望な - 絶望的な	.387	.460	-.314	.061	5.45	1.02
8. 弱い - 強い	-.334	.186	.216	.033	2.71	1.22
13. 遠い - 近い	.310	-.272	.244	.214	3.95	1.72
第2因子：困難 ($\alpha=.78$)						
21. ぎつい - ゆるい	-.141	-.723	-.098	-.131	3.57	1.37
23. 気楽な - 気苦労働	.314	.718	.123	.003	4.35	1.45
15. 簡単な - 複雑な	-.251	.674	.016	-.154	3.93	1.72
26. 優しい - 厳しい	.114	.635	-.009	.291	4.46	1.12
18. つらい - 楽しい	-.373	-.537	.118	.052	2.61	0.99
3. 難しい - 易しい	.337	-.513	.010	.128	4.52	1.63
第3因子：安心 ($\alpha=.77$)						
9. 不安な - 安心した	.152	-.037	.709	.180	3.13	1.19
4. 冷たい - 温かい	-.024	.170	.652	-.116	2.94	1.03
7. 悲しい - 嬉しい	.096	-.012	.596	-.172	2.70	1.20
10. 苦い - 甘い	.042	-.204	.556	.000	2.97	1.22
12. 暖かい - 寒い	.261	-.085	-.484	-.116	4.90	0.87
5. 高い - 低い	.098	-.218	-.449	.063	4.79	1.03
1. 暗い - 明るい	-.252	-.043	.406	-.067	2.46	0.85
11. 小さい - 大きい	-.143	.229	.404	.301	3.54	1.12
第4因子：解放 ($\alpha=.62$)						
22. ぼんやりした - はっきりした	.036	.288	-.075	.605	4.16	1.30
16. うっとうしい - すすがしい	-.264	-.203	.035	.530	4.20	1.30
24. 未練がましい - いさぎよい	-.248	.021	-.190	.492	4.68	1.61
17. すっきりとした - もっさりとした	.291	-.020	-.061	-.438	4.05	1.47
27. 自由な - 不自由な	-.120	.225	-.214	-.409	3.71	1.31
因子間相関						
	因子2	.03				
	因子3	-.56	-.16			
	因子4	.00	-.23	.13		

2. 「あきらめる」の印象評定の因子による分類

「あきらめる」という言葉に抱く印象によって群分けするため、クラスター分析(Ward 法, 2 値平方ユークリッド距離)を行った結果, 3つのクラスターが得られた。得られた3つの群を独立変数とし, 各因子について1 要因分散分析を行ったところ有意差が見られた(順に $F(2, 144) = 36.08, p < .001, F(2, 144) = 43.07, p < .001, F(2, 144) = 30.05, p < .001, F(2, 144) = 23.82, p < .001$)。多重比較(修正 Bonferroni 法)の結果, 「嫌悪」因子については, 第1クラスター, 第3クラスターと比べて第2クラスターが有意に低かった。「困難」因子については, 第1クラスター, 第2クラスター, 第3クラスターの順に有意に低かった。「安心」因子については, 第3クラスター, 第1クラスター, 第2クラスターの順に有意に低かった。「解放」因子については, 第2クラスター, 第3クラスターと比べて第1クラスターが有意に高かった。(Table 2)

Table2 各群における分散分析結果

	c1	c2	c3	分散分析		多重比較の結果
	N=52	N=61	N=34	群	p 値	
嫌悪	.448	-.648	.478	$F(2, 144) = 36.08$	$p < .001$	c12 < c1 = c13
困難	-.649	.070	.868	$F(2, 144) = 43.07$	$p < .001$	c11 < c12 < c13
安心	-.122	.525	-.756	$F(2, 144) = 30.05$	$p < .001$	c13 < c1 < c12
解放	.582	-.236	-.468	$F(2, 144) = 23.82$	$p < .001$	c12 < c13 < c11

3. あきらめ経験の記述の分析 分析 1, 2 の分析対象者のうち, 自由記述に不備のない116名(男性45名, 女性71名, 平均年齢18.8歳($SD = 1.10$))を分析対象者とした。あきらめたときの気持ち(過去), あきらめたということについて, 今どのように思うか(現在)の記述について, 心理学専攻の大学生1名と大学教員1名により, ポジティブ(良い経験になった, あきらめてよかったなど), ネガティブ(後悔, あきらめなければよかったなど), ニュートラル(仕方ない, 何とも思わないなど), ポジティブとネガティブの両方(以下ポジネガ)の4つに分類した(Table 3, 4, 5)。分類後の各カテゴリーの記述数が少なかったため, 統計的な処理は行わなかった。クラスター内で割合を比較したところ, 第1クラスターはネガティブな感情からポジティブな感情に変化した記述(23.8%)が最も多かった。第2クラスターと第3クラスターはネガティブな感情のまま変化しない記述(21.3%, 25.9%)が最も多かった。クラスター間で比較したところ, 第1クラスターはネガティブからポジティブに変化した記述(23.8%)が第2クラスター(14.9%), 第3クラスター(14.8%)よりも多かった。また, ネガティブな感情のまま変化しない記述(9.5%)が他の2群(21.3%, 25.9%)と比較して最も少なかった。第2クラスターは, ポジティブな感情のまま変化しない記述(6.4%)が他の2群(16.7%, 11.1%)と比べてやや少なかった。第3クラスターはネガティブな感情からニュートラルになる記述(11.1%)が他の2群(4.8%, 6.4%)と比べてやや多かった。また, 過去にポジティブな感情であった記述(11.1%)は, 他の2群(33.3%, 25.5%)と比べて少なかった。

Table3 第1クラスターの感情価ごとの人数(%)

	現在				計
	過去	ポジティブ	ネガティブ	ニュートラル	
ポジティブ	7 (16.7)	4 (9.5)	3 (7.1)	0 (0.0)	14 (33.3)
ネガティブ	10 (23.8)	4 (9.5)	2 (4.8)	1 (2.4)	17 (40.5)
ニュートラル	1 (2.4)	1 (2.4)	2 (4.8)	0 (0.0)	4 (9.5)
ポジネガ	2 (4.8)	1 (2.4)	2 (4.8)	2 (4.8)	7 (16.7)
計	20 (47.6)	10 (23.8)	9 (21.4)	3 (7.1)	42 (100.0)

Table4 第2クラスターの感情価ごとの人数(%)

過去	現在				計
	ポジティブ	ネガティブ	ニュートラル	ポジネガ	
ポジティブ	3 (6.4)	5 (10.6)	3 (6.4)	1 (2.1)	12 (25.5)
ネガティブ	7 (14.9)	10 (21.3)	3 (6.4)	1 (2.1)	21 (44.6)
ニュートラル	2 (4.3)	2 (4.3)	4 (8.5)	0 (0.0)	8 (17.0)
ポジネガ	3 (6.4)	3 (6.4)	0 (0.0)	0 (0.0)	6 (12.8)
計	15 (31.9)	20 (42.6)	10 (21.3)	2 (4.3)	47 (100.0)

Table5 第3クラスターの感情価ごとの人数(%)

過去	現在				計
	ポジティブ	ネガティブ	ニュートラル	ポジネガ	
ポジティブ	3 (11.1)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	3 (11.1)
ネガティブ	4 (14.8)	7 (25.9)	3 (11.1)	1 (3.7)	15 (55.6)
ニュートラル	1 (3.7)	2 (7.4)	1 (3.7)	0 (0.0)	4 (14.8)
ポジネガ	2 (7.4)	2 (7.4)	1 (3.7)	0 (0.0)	5 (18.5)
計	10 (37.0)	11 (40.7)	5 (18.5)	1 (3.7)	27 (100.0)

考察

「あきらめる」という言葉の印象の検討 「あきらめる」という言葉の印象をSD法により測定した結果、「嫌悪」、「困難」、「安心」、「解放」の4つの次元が示された。また、「あきらめる」という言葉から受ける印象は、「嫌悪」、「困難」のネガティブな側面と「安心」、「解放」のポジティブな側面があり、両義的であることが示唆された。これは菅沼(2014)の諦めるということに対する認知に「挫折性認知」と「有意味性認知」の二つがあるという知見と両義的であるという点で一致している。「嫌悪」因子と「安心」因子には中程度の負の相関がみられた。このことから、「嫌悪」と「安心」は相反する印象として抱かれている可能性が考えられる。

印象評定とあきらめ経験の関連 印象評定と自由記述から分類したあきらめ経験との関連を、クラスターの特徴から総合して考察を行う。第1クラスターの特徴から、「あきらめる」という言葉に「嫌悪」と「解放」の両義的な印象を持つ人はあきらめた経験に改めて意味付けを行った場合、ポジティブな感情を抱きやすく、ネガティブな感情のままであることが少ないと考えられる。第2クラスターの特徴から、「あきらめる」という言葉に「安心」というポジティブな印象が強い人はあきらめ経験に意味付けを行った場合、ネガティブな感情を保持しやすく、ポジティブな感情は保持しにくい可能性が考えられる。第3クラスターの特徴から、「あきらめる」という言葉に「困難」が強く、「安心」が弱いようにネガティブな印象が強い人は、あきらめ経験の直後にネガティブな印象を抱きやすく、改めて意味付けを行っても変化しないまたはニュートラルな感情へ変化しやすと考えられる。

総合的考察 本研究の目的は、大学生が「あきらめる」という言葉に持つイメージをSD法に

より探索的に検討することと、実際のあきらめ経験についての内容を検討すること、またそれらの関連を検討することであった。あきらめ経験について、ネガティブな感情のまま変化しない人がいる一方、ネガティブな感情からポジティブに変化した人もみられた。このことから、あきらめることによってネガティブな感情体験をしても視野が広がり新たな目標を設定したり、「次からはこうしよう」といった前向きな気持ちが生まれやすくなる可能性が示唆された。また、ネガティブな意味付けが必ずしも精神的健康にネガティブな影響を与えるわけではないことが示唆された。

あきらめることのポジティブさ、ネガティブさのどちらか一側面を強く捉えている第2クラスターと、第3クラスターの二つの群は、ネガティブな感情から変化しない人の割合が大きい一方で、あきらめのネガティブとポジティブの二側面を捉えている第1クラスターはネガティブからポジティブに変化した割合が最も大きく、またポジティブな記述も多くみられた。

このことから「あきらめる」という言葉に抱く印象とあきらめ経験との関連について、あきらめ経験への意味付けに、あきらめることの両義性の認識の有無という要因が影響している可能性が考えられる。あきらめるということの両義性をとらえられることが健康さのひとつの指標となる可能性が示唆された。

今後の課題 本研究では「あきらめる」という言葉の印象の調査を行ったが、あきらめる行動の印象を反映しているのかあきらめなければならない物や状況の印象を反映しているのかが不明瞭であり、今後より統制を行う必要があると考えられる。

引用文献

- 井上正明・小林利宣(1985). 日本におけるSD法による研究分野とその形容詞対尺度構成の概観 教育心理学研究, 33, 253-260.
- 菅沼慎一郎(2013). 青年期における「諦める」ことの定義と構造に関する研究 教育心理学研究, 61, 265-276.
- 菅沼慎一郎(2014). 諦めることに対する認知尺度の作成と検討 臨床心理学, 14, 81-89
- 高村忠範(編)(2007). 反対語・対照語事典 汐文社
- 内田利広(2011). 母娘関係における「期待」と「あきらめ」に関する一考察 不安発作から不登校に陥った女子高校生との面接過程 心理臨床学研究, 29, 329-340.