

shift-and-persist strategies と精神的健康

—メタ分析による検討—

○李受珉・戸谷彰宏・中島健一郎

(広島大学大学院教育学研究科)

問題と目的

shift-and-persist strategies (以下, S-P)は, 日々の生活で遭遇する苦境の良い側面について考え, それを自身にとつての脅威と考えないようにすること (=shifting), 苦境の中で生きる意味を見出しつつ, 自身の将来に対して希望を持ち続けること (=persisting)という 2 つの異なる認知・思考スタイルから構成される (Chen & Miller, 2012)。これは, 認知的再評価や楽観主義等の既存の概念を基に提案された方略である。身体生理的反応に着目した先行研究では, 社会経済的地位 (以下, SES)の低い人の身体的健康を促し, SES の高い人と同じ水準の身体的健康を導くことが示されており, とりわけ S-P がともに高いことが重要であることが主張されている (Chen & Miller, 2012; Chen & McLean and Miller, 2015)。

Nakashima and Lee (2016)では, この S-P の有用性について, 精神的健康の指標として抑うつ傾向を用いた検討を行っている。その結果, SES と shifting の水準に関わらず, persisting と抑うつ傾向の間に負の関連が認められた。これは, 精神的健康に関して Chen たちの主張が支持されなかったことを示している。しかし, この研究はひとつの調査から構成されており, 知見の頑健さには課題が残る。そこで本研究では 4 つの研究を通して, persisting が抑うつ傾向に及ぼす影響について一貫した結果が得られるかどうか, メタ分析を用いた検討を実施する。

方法

調査参加者 研究1は女子大学生 99名, 研究2は女子大学生 70名, 研究3は社会人調査モニター662名, 研究4は大学生 184名であった。

手続き 研究1, 2と4が一斉教示・個別回答による集合調査であり, 研究3がインターネット調査会社(fast ask)のモニターを対象とした個別調査であった。

使用尺度 各研究において使用するSESの指標が一部異なる。研究1, 2, 4では, 幼少期の主観的SES, 現在の家庭内の平均収入や階層意識 (Nakashima & Yanagisawa, 2015)の合成変数を用いた。研究3では, 参加者が社会人調査モニターであることを踏まえて, SESの指標として, 現在の年収を用いた。shift-and-persist strategies についてはChen and Millar (2015)の邦訳版を, 抑

うつ傾向にはTHI (鈴木他, 1979)を用いた。

結果と考察

分析手続き まず, shifting, persisting, 抑うつ傾向それぞれ尺度得点とSESの合成得点を算出した。合成得点は, 関連尺度の各得点を標準化した後, それぞれを用いて平均化したものを用いた。次に, 抑うつ傾向を目的変数, SES・Shifting・Persistingを説明変数とする階層的重回帰分析を実施した。この際, ステップ1に各変数の主効果, ステップ2に2要因交互作用項, ステップ3に3要因の交互作用項を投入した (Table 1)。

Table 1 階層的重回帰分析の結果 (研究1-4)

変数名	研究1	研究2	研究3	研究4
	抑うつ傾向	抑うつ傾向	抑うつ傾向	抑うつ傾向
shift	-.061	.005	-.096 +	-.027
persist	-.229 *	-.445 *	-.290 **	-.426 **
SES	-.224 *	-.071	-.045	-.002
shift*persist	.133	-.205	.026	-.078
shift*SES	.207	.228	-.002	.124
persist*SES	-.120	-.141	.003	-.237 *
shift*persist*SES	.103	.108	.129 +	.090
R^2	.177 *	.188 +	.109 **	.223 **

「ランダム効果モデル」に基づき, 4 つの研究から得られた標準化係数 (β)を用いて, 平均効果量を推定した。その結果, 平均効果量に関して shifting と persisting の主効果 (shifting : $\beta = -0.07, 95\%CI [-0.14, -0.01]$, persisting : $\beta = -0.34, 95\%CI [-0.43, -0.24]$)と 3 要因の交互作用が有意であった ($\beta = 0.12, 95\%CI [0.06, 0.18]$)。

単純傾斜の検定を実施した結果, SES が低く, persisting が高い場合, shifting と抑うつ傾向の間に負の関連が ($\beta = -0.18, 95\%CI [-0.26, -0.10]$), そして shifting が低く persisting が高い場合においては, SES と抑うつ傾向に負の関連が認められた ($\beta = -0.35, 95\%CI [-0.53, -0.14]$)。また, SES や shifting の水準に関わらず, persisting と抑うつ傾向の間に負の関連が認められた (SES 低*Shift 低群 ($\beta = -0.15, 95\%CI [-0.25, -0.05]$), SES 高*Shift 低群 ($\beta = -0.37, 95\%CI [-0.42, -0.31]$), SES 低*Shift 高群 ($\beta = -0.26, 95\%CI [-0.38, -0.13]$), SES 高*Shift 高群 ($\beta = -0.32, 95\%CI [-0.50, -0.12]$)。

以上のことから, Chen たちの知見が再現され, persisting は全ての人々に良い影響を及ぼすが, 特にSESの低い人においては, shifting と persisting が両方高いことが, 抑うつ傾向を顕著に低めることが示された。一方, SES が高い人においては, shifting よりも persisting の相対的重要度が高いと考えられる。