

大学生の二次的コントロールと本来感の関係 —新型コロナウイルス流行禍において—

竹村 明子

仁愛大学人間学部

The Relationship between Perceptions of Secondary Control in University Students and Their Senses of Authenticity : In the Context of the COVID-19 Pandemic

Akiko TAKEMURA

Department of Psychology, Jin-ai University

This study examined the relationship between secondary control (SC), primary control (PC), degree of appraisal of the COVID-19 pandemic as a stressor, and sense of authenticity in a sample of 85 undergraduate university students. I investigated whether SC and PC related with the stressor and authenticity, and mediated the association between them. Results revealed that, the more participants perceived the COVID-19 pandemic as a stressor impacting their lives significantly, or the less they perceived that no one can control it, the more positive thinking of SC was reported. Additionally, the more they perceived the COVID-19 as a stressor impacting them negatively, more PC was reported. Next, higher positive thinking and situational acceptance in SC resulted in higher sense of authenticity being reported. Furthermore, SC mediated the process by which the stressor affected and enhanced authenticity independently of PC. The relationship between SC and authenticity, PC in stressful situations were discussed.

Keywords : secondary control, authenticity, COVID-19

問題と目的

日常生活において、解決できないストレスに直面した場合、その状況を受け容れ状況に合わせて自分の考え方や生活スタイルを変えていくことは、自分らしさの感覚を失うことにつながるのだろうか。従来のコントロール理論に従うなら、ストレスフルな状況に合わせて自分を変える行為は、状況にコントロールされ振り回されることを表しており、自分らしさの感覚を失うと考えられてきた (e.g. White, 1959)。しかし、一般的に、状況に合わせて自分の考え方や行動を変える行為は、頻繁に行われている。例えば、新型コロナウイルス感染症流行などの出来事に対しては、状況を

コントロールすることは困難であり、状況に合わせて自分の行動を変えていかなければならない。果たして状況に合わせて自分を変える行為は、自分らしさの感覚を失わせるのであろうか。

1. 二次的コントロールについて

従来のコントロール理論では、自分の思うとおりに状況をコントロールできるという効力感が個人の適応を高め、状況に合わせて自分の行動や目標を変えることは自分の無能さを実感し適応を低下させると考えられてきた (White, 1959)。この考え方に対して、Rothbaum, Weisz, & Snyder (1982) は、自分の目標

に合わせてストレスを取り除くコントロールも個人の well-being に肯定的影響を与えるが、周りの状況に合わせて自分を変えていくコントロールも個人の well-being に貢献すると主張した。そして彼らは、前者のコントロールを Primary Control (以下 PC)、後者のコントロールを Secondary Control (以下 SC) と名付け、SC に関する実証的研究を増やす必要性を指摘した。

Rothbaum et al. (1982) の考えに従い、多くの研究者が SC に関する検討を行い、統制困難な状況では SC がストレスを低減する機能があること (Weisz, McCabe, & Denning, 1994)、身体的機能が低下する高齢者の方が若年者より SC が高いこと (Heckhausen & Schulz, 1995)、女性の方が男性より SC が高いこと (Chipperfield, Perry, Bailis, Ruthig, & Loring, 2007)、相互協調的自己観が高い社会では相互独立的自己観が高い社会より SC が適応的に働くこと (Lam & Zane, 2004)、などの結果を報告している。

一方で、SC 研究には多数の問題があることも指摘されている。第 1 の問題は、SC 概念が確立されていないことである。SC は単一の概念というより、多様な方略を包括した概念であり (Azuma, 1984)、各研究者が SC のどの側面に焦点を当てるのかにより、研究結果に違いが生じている。そのため、SC 概念について多側面から捉えた研究が今後の課題として求められている。第 2 の問題は、SC と PC の関係について、研究者間で立場の違いが存在することである (Morling & Evered, 2006)。現在、主流となっている立場はコントロール焦点型 SC と呼ばれており、状況をコントロールできる PCこそが個人の適応を促すという前提に従い、統制困難な状況において PC の効果が実感できない時に、“自分が無能なわけではない”と自分の認知を変えるコントロールすなわち SC が補償的に作用し、無力感に陥ることを防ぐと考える (Heckhausen, Wrosch, & Schulz, 2010)。このコントロール焦点型 SC の考え方は、伝統的なコントロール理論に沿ったものであり、多くの研究結果が報告されているものの、Rothbaum et al. (1982) が示した新しいコントロールの考え方を支持していないという指摘がされている (Morling & Evered, 2006)。一方主流ではないが、Rothbaum et al. (1982) の考え方に沿っていると

評価されている立場が、調和焦点型 SC の視点である (Morling & Evered, 2006)。この視点では、SC は PC とは独立して個人の適応を促すことができると考えており、SC は単に自分の認知を変えて状況を受容するだけではなく、自分を自律的に状況に調和させることで、個人の適応を高めることができると考える。しかし、調和焦点型 SC は概念の定義が曖昧であることや、研究者ごとに測定方法が異なっており、研究結果の報告例も少ない。そのため、調和焦点型 SC の立場に基づいた研究が進むことが求められている。

前述した SC 研究に関する問題について検討するため、竹村 (2020) は調和焦点型 SC の立場に基づき、SC を 6 側面から捉えた SC 尺度を作成し検討を行っている。調和焦点型 SC では、SC は受容と自己調整の 2 側面から構成されることが重要と考えられている。なぜなら状況を受容するだけでは諦めと同じであり、状況の受容に加えて状況に合わせて自分の行動や目標をコントロールすることが必要だからである (Morling & Evered, 2006)。そこで竹村 (2020) は、受容の側面として①「自己限界受容」自分の能力には限界があることを受容する方略と、②「状況受容」困難な状況であってもありのまま状況を受容する方略を設定し、自己調整の側面として、③「行動調整」状況に合わせて手段や方略を柔軟に切り替える方略、④「肯定思考」どんな状況でも状況の良い側面に目を向けようとする方略、⑤「意味づけ」困難な状況を経験することにも意味を見出そうとする方略、⑥「目標調整」状況に合わせて目標や理想のレベルを調整する方略を設定した。

本研究では、竹村 (2020) が作成した SC 尺度を用いて、実際にストレスに直面した場面において SC は個人の適応に肯定的に働くのか、調和焦点型 SC の立場が考えるように SC は PC とは独立して適応に貢献するのか検討することを主な目的とする。

2. ストレッサーについて

ストレッサーとはストレスの原因となる刺激のことであるが、同じストレッサーに直面しても、ある人にとってストレスとを感じる状況が、他の人にとってもストレスであるとは限らない。Lazarus & Folkman

(1984) は、認知的評価モデルにより、個人がストレスをどのように評価するかにより、その後の対処や反応が異なると述べている。彼らに従うなら、目の前の出来事が、害を及ぼす脅威であるか、またはその出来事が個人の well-being にとって重要であるか、誰にもコントロールすることができない統制不可の出来事と評価するのかにより、個人の対処行動やストレス反応が異なることが提唱されている。

本研究では、ストレスラーとして新型コロナウイルス感染症（以下、COVID-19）流行に注目した検討を行う。現在、COVID-19 は人々の生活や心理に広く影響を及ぼしている。例えば、大学生において不確定な将来への不安感の増加や統制感の低下が見られること (Johnson, Williams, Aspinwall, & Curtis, 2022)、青年期の若者において身体的ストレスや経済的ストレスが増加していること (Wang et al., 2021)、成人期の人々では不安や抑うつ症状が深刻化していること (Coiro et al., 2021) などが報告されている。そこで大学生を対象に、COVID-19 流行というストレスラーに対して、それをどの程度害を及ぼす影響と捉えているのか（以下、脅威）、どの程度自分の well-being にとって重要な出来事と考えているのか（以下、中心性）、どの程度このストレスラーを誰もコントロールできないと考えているのか（以下、統制不可）について測定を行い、このような認知が彼らの対処行動である SC と PC、適応に与える影響について検討をする。Lazarus & Folkman (1984) のストレスの認知的評価モデルでは、一次評価においてストレスラーが自分の生活に与える影響が重大であると認知するなら、二次評価において対処できるかどうかの評価が行われ、対処行動が促されると述べられている。よって、ストレスラーの脅威・中心性・統制不可の度合いが高いほど、対処行動となる SC や PC が増加することが予想される（仮説 1）。

3. 自分らしさの感覚について

個人の適応にとって重要な概念の一つに、自分らしく生きているという感覚がある。伊藤・児玉 (2005) によれば、この感覚は本来感という言葉で研究が行われており、個人がその人らしく、自分自身の意思や気持ちに基づき素直に生きていることを意味すると考え

られている。そして、この本来感が高いほど、自尊感情が高く、適応度が高いことが報告されている。

本研究では個人の適応的側面として、本来感に注目した検討を行う。従来のコントロール理論に従うなら、COVID-19 流行のような統制困難な状況では、状況に合わせてようとする SC 方略を用いるなら、自分を変えるたびに状況に振り回されるため、自分らしく素直に生きているという感覚を低下させると推測される。しかし、ストレスフルな状況では SC がストレス反応を低減し心理的適応を高めることが報告されており (Weisz et al., 1994)、ストレスフルな状況では SC がストレスを軽減し、本来感を高める可能性も否定できない。COVID-19 流行禍における SC 研究では、大学生において SC が高いほど肯定感情が高く睡眠障害が低いこと (Johnson et al., 2022)、成人において SC や PC が高いほど不安や抑うつ症状が低いこと (Coiro et al., 2021)、青年期の若者では SC が高いほど肯定感情が高く、健康不安感と否定感情の関係を SC が緩衝していること (Wang et al., 2021) などが報告されており、COVID-19 流行禍においても SC や PC により心理的適応が維持されていると考えることができる。これらの報告より、COVID-19 流行禍では SC が高いほど適応指標である本来感も高くなると予想される（仮説 2）。

また、このような SC の適応的機能に関して、従来のコントロール理論を前提としたコントロール焦点型 SC の立場では、ストレスフルな状況で SC が“自分には乗り越える能力がある”と自分の認知を状況に合わせて変えることにより、PC への努力を増大し、それが適応を高めると述べている (Heckhausen, et al, 2010)。しかし調和焦点型 SC の立場に基づくなら、SC は自律的な行為であり、PC とは関係なく自分らしい感覚を高めると予想される（仮説 3）。果たして、SC は本来感を高めるように機能するのか、その働きは PC とは関連なく作用するものか、本研究を通して明らかにする。

4. 本研究の目的

本研究の目的を以下にまとめる。

目的 1： COVID-19 流行について、悪影響がある（脅

威), 自分の well-being に重要な影響がある (中心性), 誰にもコントロールできない (統制不可) と考えるほど, SC や PC を使用する傾向が高まるか検討する (仮説 1 の検証).

目的 2: SC が高いほど本来感が高くなるのか検討をする (仮説 2 の検証).

目的 3: SC の適応機能について, コントロール焦点型 SC の立場が示すように SC が PC を高めることにより本来感の高さを維持するような PC を補償する働きなのか, それとも調和焦点型 SC の立場が示すように PC とは独立して本来感を維持する働きがあるのか明らかにする (仮説 3 の検証).

方 法

1. 調査協力者

大学生 85 名 (女性 50 名, 男性 34 名, 不明 1 名) であり, 年齢は平均年齢 19.1 歳 ($SD=.24$), 年齢範囲 19-20 歳であった.

2. 調査手続き

大学の心理学関連の授業内において, 質問紙法を用いて, 直接調査を行った. 研究者が, 調査の内容と意義, 倫理的配慮について説明した後, 質問紙を配布し, その場で回答を求め回収した.

3. 調査項目

① COVID-19 流行が自分の生活に及ぼす影響の程度 (以下, ストレッサー): Stress Appraisal Measure (SAM) 尺度 (Lazarus & Folkman, 1984) の日本語版尺度 (齋藤・山田・市川・井澤・依田, 2006) のうち一次評価を測定する 2 因子 (脅威因子と中心性因子) および二次評価を測定する 1 因子 (統制不可因子) を使用した. 教示文として “新型コロナウイルス感染症により私たちの生活が変化していくことについて, あなた自身がどう思うか当てはまる程度を回答してください” と記した後, 各因子の質問項目について回答を求めた. 脅威因子は自分の生活にストレッサーが与える悪影響の程度を測定する “私に悪い影響を与える” など 4 項目から構成され, 中心性因子は COVID-19

流行が自分の生活に与える重要性の度合を測定する “私に重要な影響を与える” など 4 項目から構成され, 統制不可因子は誰にもこの変化をコントロールすることができないと考える度合いを測定する “誰にもコントロールできない” など 4 項目から構成されており, “全く当てはまらない (1 点)” から “非常に当てはまる (5 点)” の 5 段階で回答を求めた. 各因子の値が高いほど, ストレッサーからの影響が重大であると認知していることを表す.

② COVID-19 流行という状況に, 自分を調和させようと努力するコントロール方略: Secondary Control (以下, SC) 尺度 (竹村, 2020) の 6 因子 (状況受容因子, 自己限界受容因子, 行動調整因子, 肯定思考因子, 意味づけ因子, 目標調整因子) を使用した. 教示文として “新型コロナウイルス感染症の状況下におかれた, あなたの普段の対処方法について伺います. 新型コロナウイルスの状況に対して, あなたは普段どのように考えたり行動したりしていますか” と記した後, 各因子の質問項目について回答を求めた. 状況受容因子は直面しているストレスフルな状況を受け容れようとする方略を測定する “状況の良い面も悪い面も含めて, 今の状況を受け容れる” など 4 項目から構成され, 自己限界受容因子 (以下, 限界受容) はストレスフルな状況を乗り越えるために自分の能力の限界を冷静に受け止める方略を測定する “自分の力不足な面にも目を向け受け入れる” など 5 項目から構成され, 行動調整因子はストレスフルな状況に合わせて様々な解決方法や手段を試みる方略を測定する “状況に合わせていろいろな解決方法を試みる” など 4 項目から構成され, 肯定思考因子はストレスフルな状況でも良い面に目を向けるよう認知を変える方略を測定する “すべては大丈夫と自分自身に言い聞かせる” など 4 項目から構成され, 意味づけ因子はストレスフルな状況に直面することにも人生における意味があると自分に言い聞かせる方略を測定する “不運に出会うことにも大切な意味があると考え” など 4 項目から構成され, 目標調整因子はストレスフルな状況に合わせてこれまで抱いてきた自分自身の目標や理想レベルを変える方略を測定する “課題や目標を状況に合ったものに変更する” など 3 項目から構成される. 各質問項目に対して,

“全然当てはまらない(1点)”から“全く当てはまる(5点)”の5段階で回答を求めた。

③ COVID-19 流行という状況においても、自分の目標や生活を変えずに努力するコントロール（以下、PC）：Tenacious Goal Pursuit (TGP) & Flexible Goal Adjustment (FGA) 尺度（Brandstädter & Renner, 1990）の日本語版尺度（松岡, 2006）のうち、TGP 尺度の正項目を集めた質問項目を使用した。本質問項目は、ストレスフルな状況においても当初の自分自身の目標や理想を変えずに努力する方略を表す“常に最初に当てた理想や目標を忘れないようにしている”など6項目から構成され、SC 尺度と同様の5段階で回答を求めた。

④自分らしくある感覚（以下、本来感）：本来感尺度（伊藤・小玉, 2005）を使用した。本尺度は“いつも自分らしくいられる”などの7項目から構成されており、“あてはまらない(1点)”から“あてはまる(5点)”の5段階で回答を求めた。

4. 倫理的配慮

質問紙の表紙に、調査の内容と目的を記した後、個人情報保護・回答の任意性・責任の所在について記した。さらに質問紙配布時に口頭にて説明を行った。調査は無記名で行われた。

結 果

1. 基本的統計量

ストレッサー3因子およびSC6因子、PC、本来感の各変数について内的整合性を確認するために、各変数のCronbachの α 係数を算出した。Cronbachの α 係数の値は、.80以上の時に内的整合性が充分、.60以上の時にある程度の内的整合性があると判断される。本研究の結果はTable 1に示した通り、SCの目標調整($\alpha = .54$)以外の変数においてある程度の内的整合性が確認できた。Cronbachの α 係数は質問項目数が少ないほど値が低く算出されることが報告されており、目標調整の項目数が3項目と少ないことが α 係数が低い原因と考えられること、3項目間に正の相関があり($r = .23 \sim .38$)ある程度のまとまりがあると判断されることから、目標調整は内的整合性が低いものの3項目を用い

て目標調整の得点を算出することとした。各変数において加算平均を尺度得点として算出し、男女別の基礎的統計量をTable 1に示した。各変数について性差を検討をしたが、有意な性差はみられなかったため、以後の分析は性込みで行うこととした。

Table 1
基本的統計量と各変数のCronbach's α 係数

	男性 (N=30)		女性 (N=50)		
	平均値	SD	平均値	SD	α
ストレッサー					
脅威	2.86	1.09	3.02	.95	.82
中心性	3.04	.97	3.18	.81	.81
統制不可	3.15	.91	3.23	.96	.79
SC					
状況受容	3.63	.65	3.72	.49	.65
限界受容	3.49	.52	3.64	.57	.69
行動調整	3.72	.62	3.61	.51	.68
肯定思考	3.58	.62	3.32	.77	.76
意味づけ	3.39	.55	3.52	.79	.75
目標調整	3.52	.64	3.55	.55	.54
PC	3.08	.73	2.81	.64	.82
本来感	3.32	.78	3.17	.69	.83

注) SD=標準偏差, α =Cronbach's α .

2. ストレッサーとSC6因子・PC・本来感の関係

ストレッサーとSC6因子・PC・本来感の関係について、各変数間の相関分析を行った。その結果Table 2に示した通り、有意確率5%水準で、ストレッサーの脅威と中心性が高いほど、SCの行動調整が高く($r = .23 \sim .24$)、PCが高い($r = .26 \sim .44$)ことが見出された。またストレッサーの中心性が高いほどSCの肯定思考が高く($r = .23$)、意味づけも高い($r = .25$)ことが見出され、ストレッサーの統制不可が高いほど肯定思考が低い($r = -.24$)ことが見出された。ストレッサーと本来感の間には、有意な値は見出されなかった。これらの結果は、ストレッサーが生活に重大な影響を与えると認知することが、SCやPCと関連していることを示している。しかしその関係は、ストレッサーに関する認知的評価の内容により、異なることも示唆している。

Table 2
各変数間の相関分析結果

	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩
ストレッサー										
脅威①										
中心性②	.72***									
統制不可③	.35***	.35***								
SC										
状況受容④	.02	.04	.13							
限界受容⑤	.10	.12	.10	.31**						
行動調整⑥	.23*	.24*	.04	.36***	.51***					
肯定思考⑦	-.00	.23*	-.24*	.34**	.27*	.30**				
意味づけ⑧	.17	.25*	.15	.48***	.33**	.32**	.42***			
目標調整⑨	.11	.12	.14	.19	.24*	.37***	.25*	-.01		
PC ⑩	.44***	.26*	.06	.08	.33**	.37***	.26*	.30**	.10	
本来感⑪	-.02	.13	-.03	.42***	.25*	.35**	.55***	.33**	.27*	.12

† $p < .10$, * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$.
男性 (N=30), 女性 (N=50).

3. ストレッサーと SC6 因子・PC の関係

ストレッサー (脅威・中心性・統制不可) が高いほど、SC6 因子と PC が高くなるのか確認するために、各因子別に、SC6 因子と PC を従属変数、ストレッサー 3 因子を独立変数とする回帰分析を行った。その結果、SC の肯定思考および PC のみに有意な値が見いだされ、その他の SC 因子とストレッサーの間には有意な関係は見られなかった。Table 3 には、SC の肯定思考と PC の結果のみを示す。まず SC の肯定思考について、ストレッサーの統制不可が低いほど、そして中心性が高いほど、肯定思考が高いことが見出された (統制不可・中心性の順に、 $\beta = -.39$, $\beta = .58$)。次に PC

Table 3
ストレッサーと SC・PC の関係 (回帰分析)

従属変数	SC 肯定思考			PC		
	β	t 値	p	β	t 値	p
ストレッサー						
脅威	-.25	-1.71	.09	.55	3.73	.00
中心性	.58	3.90	.00	-.06	-.40	.69
統制不可	-.39	-3.43	.00	-.15	-1.28	.21

β = 標準化偏回帰係数, p = 有意確率.

について、ストレッサーの脅威が高いほど PC が高いことが見出された ($\beta = .55$)。これらの結果は、状況の明るい側面に目を向けようとする肯定思考方略は、ストレッサーを重要な影響を与えると認知するほど高まるが、誰にもコントロールできないと認知するほど低下することを示している。また、ストレッサーは自分の生活に悪い影響を与えると認知するほど、自分の行動や目標を変えずに継続しようとする PC 方略は増加することを示している。

4. 本来感と SC6 因子・PC の回帰分析

SC6 因子・PC と本来感の関係について、ストレッサーを考慮した上で検討するために、階層的回帰分析を行った。具体的には、本来感を従属変数として、Step 1 でストレッサー 3 因子 (脅威・中心性・統制不可可能性) を独立変数として強制投入し、Step 2 で SC6 因子と PC を独立変数として投入しステップワイズ法で分析した。その結果、Step 1 では有意な値は得られなかったが ($R^2 = .05$, $F(3, 73) = 1.24$, $p = .30$)、Step 2 ($R^2 = .31$, $F(4, 72) = 7.99$, $p < .001$) で分散説明率の有意な増加がみられ ($\Delta R^2 = .26$, $\Delta F(1, 72) = 26.93$, $p < .001$)、さらに Step 3 ($R^2 = .36$, $F(5, 71) = 7.938$, $p < .001$) でも分散説明率の有意な増加がみられた ($\Delta R^2 = .05$, $\Delta F(1, 71) = 5.65$, $p = .02$)。詳しく述べるなら、有意確率 5% 水準において Step 2 で SC の肯定思考に有意な正の値が見出され ($\beta = .46$)、Step 3 で SC の状況受容に有意な正の値が見出された ($\beta = .25$)。PC は有意な値を示さなかった。これは、SC の肯定思考および状況受容が高いほど本来感が高いこと、PC は本来感との関連がないことを示している。また、Step 1 において、有意確率 10% 水準ではあるがストレッサーの中心性が高いほど本来感も高い結果が見出されたが ($\beta = .32$, $p = .06$)、Step 2 において SC の肯定思考が投入されると中心性の効果は顕著に低下した。これは、ストレッサーの中心性が本来感に与える影響は見かけ上のものであり、SC の肯定思考により媒介される可能性があることを示している。

Table 4
ストレッサーと SC・PC、本来感の関係（階層的回帰分析）

従属変数：本来感	β	t 値	p	
Step1				
脅威	-.22	-1.34	.19	
中心性	.32	1.91	.06	
統制不可	-.08	-.61	.55	$\Delta R^2=.05$
Step2				
脅威	-.08	-.57	.57	
中心性	-.02	-.10	.92	
統制不可	.16	1.29	.20	
SC 肯定思考	.58	5.19	.00	$\Delta R^2=.26^{***}$
Step3				
脅威	-.11	-.75	.46	
中心性	.06	.36	.72	
統制不可	.07	.59	.56	
SC 肯定思考	.46	3.86	.00	
SC 状況受容	.25	2.38	.02	$\Delta R^2=.05^*$

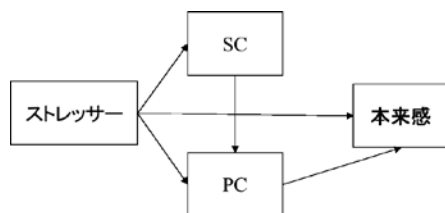
* $p < .05$, *** $p < .001$.

注) Step 1 ではストレッサー 3 因子を独立変数として強制投入し、Step 2 以下では SC6 因子と PC を独立変数として投入しステップワイズ法で分析した。

5. 本来感と SC6 因子・PC の共分散構造分析

上述した階層的回帰分析の結果は、ストレッサーと本来感の関係には、SC の一部が媒介していること、一方で PC の関連は見られないこと示していた。そこで、この結果を異なる分析法にて確認するために、2 つのモデルを想定しパス解析による検討を行った。第 1 のモデル I は、コントロール焦点型 SC に基づくモデルであり、ストレッサーが本来感に与える影響過程において、SC が PC を高めることで本来感の維持に役立つことを想定した (Figure 1)。第 2 のモデル II は、調和焦点型 SC に基づくモデルであり、ストレッ

Figure 1
モデル I [SC が PC を補償し PC が本来感を高めるモデル]

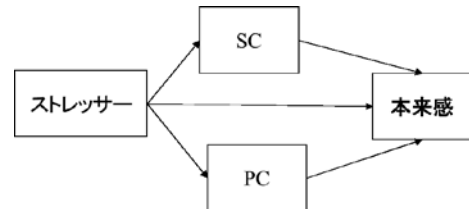


注 1) 実際の分析ではストレッサーは 3 因子を設定し SC は 6 因子を設定する。

注 2) 見やすさを重視するために各項目の誤差変数と項目間の相関は省略した。

サーが本来感に与える影響過程において、SC と PC がそれぞれ独立に本来感の維持に役立つことを想定した (Figure 2)。

Figure 2
モデル II [SC と PC が独立しているモデル]



注) 実際の分析ではストレッサーは 3 因子を設定し SC は 6 因子を設定。

各モデルについて IBM SPSS AMOS25 を用いて、共分散構造分析（最尤法）を行った。有意確率 5% 水準で有意な値を示さないパスを除外した結果、最終的に各モデルの適合度は Table 5 に示した通りとなった。共分散構造分析における適合度は、GFI および CFI の値が .80 以上で高い値ほど、また RMSEA の値が .06 以下で低い値ほど、AIC の値が低いほど、モデルとデータの適合度が良いと判断される。Table 5 に示した通り、各モデルの適合度の結果は、モデル I よりモデル II の方が適合度が高い。また、モデル I において、PC から本来感へ至るパスは有意な値を示さず、PC と本来感の間には関連はみられなかった。これらの結果はモデル II の方がモデルとデータの当てはまりが良いこと、PC は本来感との関連が見られないことを示しており、モデル II を採用することとした。

Table 5
各モデルの適合度指標

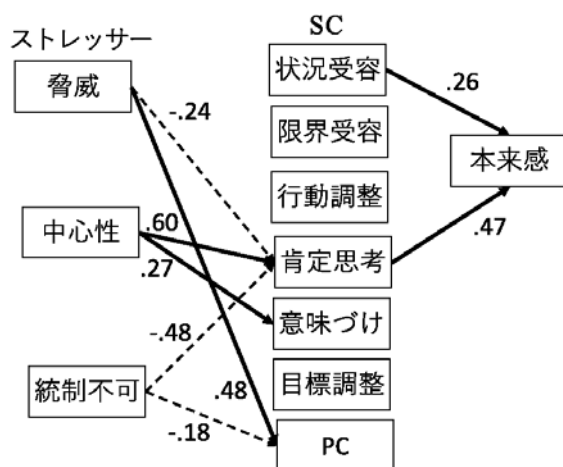
	GFI	AGFI	CFI	RMSEA	ACI
モデル I	.83	.69	.77	.14	149.05
モデル II	.93	.85	.99	.03	101.87

モデル II の分析結果は Figure 3 に示した通りであった。変数間の関係を見ていくと、先ずストレッサーの統制不可から SC の肯定思考に至る負のパス ($\beta = -.24$) と、ストレッサーの中心性から肯定思考に至る正のパス ($\beta = .23$) がみられ、さらにこの肯定思考から本

来感へ至る正のパス($\beta=.47$)がみられた。この結果は、ストレスと本来感の間をSCの肯定思考が媒介していることを示しており、ストレスの統制不可が低く中心性が高いほど肯定思考が高いこと、翻ってこの肯定思考が高いほど本来感が高いことを表している。また、いずれのストレスとも関連しないものの、SCの状況受容から本来感へ至る正のパス($\beta=.26$)が有意な値を示し、調整変数として状況受容が高いほど本来感が高いことがみられた。これらの結果は、階層的回帰分析の結果と符合する結果であった。

その他の結果として、ストレスとSC6因子・PCの関係において、ストレスの脅威からPCに至る正のパス($\beta=.49$)、ストレスの中心性から意味づけに至る正のパス($\beta=.24$)、ストレスの統制不可から肯定思考($\beta=-.48$)およびPC($\beta=-.20$)に至る負のパスがみられた[※]。

Figure 3
モデルIIを用いた共分散構造分析の結果



注1) 値はすべて標準化推定値。

注2) 実線は正のパスを、破線は負のパスを表す。

注3) 見やすさを重視するために各項目の誤差変数と項目間の相関は省略した。

考 察

本研究は、SCとストレス、適応との関係を明らかにすることを主な目的とした。そして、ストレスをCOVID-19流行禍による大学生の生活への影響、適応を本来感(自分らしく生きている感覚)と捉え、①ストレスとSCやPCの関係、②SCと適応の関係、③ストレスと適応の関係におけるSC

の機能について検討を行った。その結果、COVID-19流行というストレスが自分の生活に与える影響が重大であると認知するほどSCの肯定思考を使用する傾向が高く、この肯定思考の高さが本来感を維持していることが見出された。また、ストレスとの関連はないが、SCの状況を受容しようとする傾向が高いほど本来感が高く維持されていることも見出された。そして、このようなSCと適応との関連には、PCは関与していないことも示された。以下、これらの結果について考察を行う。

1. ストレスとSC・PCの関係について

仮説1では、COVID-19流行というストレスが大学生の生活に重大な影響を与えると認知するほど対処行動となるSCやPCが増加すると考えた。しかし、本研究の結果はCOVID-19流行をどのように認知するのかによりSCやPCを使用する傾向が異なることを示していた。具体的には、ストレスとSCの関係において、大学生がCOVID-19流行を大学生活に重大な影響を与える要因と捉えるほど“自分は大丈夫、乗り越えられる”というSCの肯定思考の傾向は高まるが、COVID-19流行を自分の生活に悪影響を与え誰にとっても統制不可なものとして捉えるほど肯定思考の傾向は低下することがみられた。また、COVID-19流行を自分の生活に悪影響を与える脅威と捉えるほど、現在の自分の目標や理想を変えずに努力しようとするPCの傾向が高まるものの、統制不可能と捉えるならPCの傾向が低下することもみられた。

Lazarus & Folkman (1984) は、ストレスをどのように認知的に評価するのかにより、その後の行動やストレス反応が異なると述べている。本研究の結果、COVID-19流行に関する認知が異なるとSCやPCとの関係が異なることが示されたことは、このLazarus & Folkman (1984)の主張を支持したものと言える。

本研究の結果からストレスと対処の関係について考えるなら以下のように考察することができる。ストレスがCOVID-19のような不確定な将来への不安感を高めるようなもの(Johnson et al., 2022)であっても、個人の生活に重大な影響を与えると認知する場合には状況の明るい側面に目を向けて現状を

乗り越えようとして対処し、悪影響を与えると認知する場合には悪影響に対して対処をするため (Lazarus & Folkman, 1984), 自分の目標を変えずに努力しようとする対処が促される。一方ストレスを誰にも統制できない出来事と捉えた場合には, どのような対処も促されないのかもしれない。しかし COVID-19 以外のストレスでも同様の結果が得られるのかは, 本研究の結果のみでは明らかにすることはできない。今後, SC や PC について理解を深めるためには, ストレスに関する認知的評価との関連を考慮しながら検討する必要がある。

2. SC と本来感の関係について

仮説 2 では SC が高いほど適応指標である本来感も高くなると予想した。予想通り, 本研究の結果は, SC の肯定思考や状況受容が高くなるほど本来感が高いことを示しており, 仮説は概ね支持された。

従来のコントロール理論では, 自分の思う通りに状況をコントロールできるという効力感が個人の適応を高め, 状況に合わせて自分を変えることは個人の適応を阻害すると考えられてきた (White, 1959)。しかし, 本研究の結果より, Rothbaum et al. (1982) が提唱するように, 状況を受け容れ自分の考え方を変えていくことも適応を高めることが明らかとなった。特に, COVID-19 流行という状況においても, SC が高いほど大学生の本来感が高いという結果は, SC が, 肯定的感情や否定的感情 (Johenson et al., 2022) だけでなく, 自分らしさの感覚も高める, 幅広い肯定的機能を有している可能性を示している。ただし今回の結果では, SC の他の側面 (例えば, 自己限界受容や意味づけ) と本来感の直接の関係を見出すことはできなかった。SC と適応の関係は, SC の側面により異なることが指摘されており (竹村, 2020), 青年期の若者の適応を明らかにするためには, SC と本来感の関係についてより詳しい検討の必要性が示唆される。

3. SC の適応機能について : SC は PC の補償作用なのか, 独立したものか

本研究は調和焦点型 SC の立場に立ち, 仮説 3 として, SC の状況を受容し状況に合わせて自分の行動や

目標を変える方略は自律的な行為であり, SC 自体が自分らしい感覚を高めると予想し検討を行った。その結果, PC は本来感との関連がみられず, SC が高いほど本来感が高いことが見出され, 仮説 3 つまり調和焦点型 SC の立場を支持する結果が得られた。

問題と目的のセクションで示したように, コントロール焦点型 SC の立場は, 従来のコントロール理論, すなわち PC のみが適応に貢献するという考え方に従い, SC はその PC の低下を予防する補償的機能しかないとして述べていた。しかし, 本研究の結果は, 調和焦点型 SC の立場を支持し, PC は適応を表す本来感との関連が見出されなかった。もちろん, 本研究の結果は PC が適応に貢献することを否定するものではないが, COVID-19 が流行し, 様々な制約によりストレスが高まるような状況では, SC が PC とは関連なく適応に貢献することを明らかにしたといえる。今後は, 他のストレス状況や適応師法においても, SC が適応に貢献するの可否を検討することが求められる。

4. 本研究の限界と今後の課題

本研究の限界として, 第 1 に本研究が対象とした調査協力者に関する問題を挙げることができる。本研究では, COVID-19 流行禍により様々な影響を受けるであろう大学生を対象に検討を行った。しかし, COVID-19 による影響は, 社会人や高齢者などの立場により異なることが予想され, どのような集団を対象とするかにより SC とストレスの関係は異なると考えられる。第 2 に, 本研究では適応指標として自分らしく生活ができている感覚, すなわち本来感しか取り上げていない問題を指摘することができる。他の適応指標 (例えば, 心理的 well-being など) を用いた場合, どのような結果が得られるのかは明らかではない。本研究におけるこれらの問題を解決するためには, 幅広い立場にある人々を対象とした検討や, 他の適応指標を用いた検討をすることが, 今後の課題として求められる。

引用文献

Azuma, H. (1984). Secondary control as a heterogeneous category. *American Psychologist*, 39(9), 970-971.

- Brandstädter, J., & Renner, G. (1990). Tenacious goal pursuit and flexible goal adjustment: Explication and age-related analysis of assimilative and accommodative strategies of coping. *Psychology and Aging*, 5(1), 58-67.
- Chipperfield, J. G., Perry, R. P., Bailis, D. S., Ruthig, J. C., & Loring, P. C. (2007). Gender differences in use of primary and secondary control strategies in older adults with major health problem. *Psychology & Health*, 22(1), 83-105.
- Coiro, M. J., Watson, K. H., Ciriello, A., Jones, M., Wolfson, A. R., Reisman, J., & Compas, B. E. (2021). Coping with covid-19 stress: Associations with depression and anxiety in a diverse sample of U.S. Adults. *Current Psychology: A Journal for Diverse Perspectives on Diverse Psychological Issues*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02444-6>
- Heckhausen, J., & Schulz, R. (1995). A life-span theory of control. *Psychological Review*, 102(2), 284-304.
- Heckhausen, J., Wrosch, C., & Schulz, R. (2010). A motivational theory of life-span development. *Psychological Review*, 117(1), 32-60.
- 伊藤正哉・小玉正博 (2005) . 自分らしくある感覚 (本来感) と自尊感情が well-being に及ぼす影響の検討. 教育心理学研究, 53, 74-85.
- Johnson, K. T., Williams, P. G., Aspinwall, L. G., & Curtis, B. J. (2022). Resilience to stress-related sleep disturbance: Examination of early pandemic coping and affect. *Health Psychology*, 41(4), 291-300.
- Lam, A. G., & Zane, N. W. S. (2004). Ethnic Differences in Coping with Interpersonal Stressors: A Test of Self-Constructs as Cultural Mediators. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 35(4), 446-459.
- Lazarus, R.S. & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer, New York.
- 松岡弥玲 (2006) . 理想自己の生涯発達. 教育心理学研究, 54, 45-54.
- Morling, B., & Evered, S. (2006). Secondary control reviewed and defined. *Psychological Bulletin*, 132(2), 269-296.
- Rothbaum, F., Weisz, J. R., & Snyder, S. S. (1982). Changing the world and changing the self: A two-process model of perceived control. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42(1), 5-37.
- 齋藤慶典・山田クリス孝介・市川優一郎・井澤修平・依田麻子 (2006) . ストレス認知的評価尺度の信頼性の検討—教育実習直前短期大学生のストレス状況において— 東海大学短期大学紀要, 40, 7-12.
- 竹村明子 (2020) . 状況調和を目的とした Secondary Control 尺度の検討—性別・年齢・体験との関係について—. 仁愛大学研究紀要：人間学部篇, 19, 15-24.
- Wang, M.-T., Del Toro, J., Scanlon, C. L., Schall, J. D., Zhang, A. L., Belmont, A. M., Voltin, S. E., & Plevniak, K. A. (2021). The roles of stress, coping, and parental support in adolescent psychological well-being in the context of COVID-19: A daily-diary study. *Journal of Affective Disorders*, 294, 245-253.
- Weisz, J. R., McCabe, M. A., & Dennig, M. D. (1994). Primary and secondary control among children undergoing medical procedures: Adjustment as a function of coping style. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 62(2), 324-332.
- White, R. W. (1959). Motivation reconsidered: The concept of competence. *Psychological Review*, 66(5), 297-333.

和文要約

本研究は、二次的コントロール (Secondary Control; SC) と適応の関係を明らかにするために、大学生 85 名を対象に質問紙調査を実施した。ストレスラーとして新型コロナウイルス感染症 (以下, COVID-19) 流行禍を想定し、心理的適応として本来感を設定し、①ストレスラーと SC や一次的コントロール (Primary Control; PC) の関係、② SC と本来感の関係、③ストレスラーが本来感に及ぼす影響過程における SC と PC との関係について、共分散構造分析を用いて検討した。その結果、COVID-19 流行に関して、自分の生活に重大な影響を与えるストレスラーと認知するほど SC の肯定思考が高いこと、誰もコントロールできないと認知するほど SC の肯定思考が低下することが見出された。また、COVID-19 流行について、悪影響を及ぼすストレスラーと認知するほど、PC が高まることも見られた。次に、SC のうち肯定思考や状況受容が高いほど、本来感が高いことが見られた。さらに、ストレスラーが本来感に及ぼす影響過程には、SC が媒介していることが示され、この SC の働きは PC とは関連なく本来感を高めていることが見出された。これらの結果をもとに、ストレスフルな状況における SC と本来感の関係や、SC と PC の関係について、考察を行った。

キーワード：二次的コントロール, 本来感, ストレスラー