

大学生が知覚する無気力の心理学的研究

長内 優樹

問題

「意欲がわからない」「やる気がでない」など、健常な個人が日常的に無気力を知覚することは決して珍しいことではない。また、無気力から脱出するための書物やセミナーなどが盛況している昨今を鑑みれば、自らの意欲を引き出す方法は需要のあるテーマであることがわかる。よって、知覚された無気力を研究することは、その基礎的な研究として意義があると考えられるだろう。しかし、従来の心理学における無気力の研究は、「他者からみた無気力」を扱っており、本人が知覚している無気力を検討しているものは見あたらない。そこで長内（印刷中）では、「知覚された無気力 (Perceived Apathy)」を「個人が自己の意欲または精神的なエネルギーの低下を知覚すること」と定義し、それは領域固有的無気力 (Domain-Specific Apathy: DSA) と、領域全般的無気力 (Domain-General Apathy: DGA) に分類できるとした。DSA とは、特定の課題に対して知覚される無気力であり、DGA とは、生活全般に対して知覚される無気力である。しかし、どのような無気力がメンタルヘルス上、問題となるのかは明かにされていない。

目的

本研究では、どのような領域で知覚された DSA が DGA に影響し、メンタルヘルスの問題となるのかを検討することを目的とした。また、本研究ではメンタルヘルスを測る指標として、抑うつ (depression) を測定した。近年の Beck 理論 (1976) に基づく抑うつの実証的な研究では、抑うつは、「出来事」→「認知」→「気分」というプロセスを辿るとするモデルが支持されている。そこで、本研究では、「出来事」の箇所に無気力を想定し、「どのような領域で知覚した無気力が」→「生活全般を無気力にし」→「抑うつ特有の認知を引き起こし」→「抑うつ気分にさせるのか」というモデルを検証した。

方法

調査対象者：大学生 200 名（男性 99 名・女性 101 名）、平均年齢 19.75 歳。

調査方法：2007 年 10 月に、自己記入式の質問紙を講義時間内の集合形式で実施した。倫理的配慮として、回答依頼時に、調査の趣旨及びデータの取扱について文章と口頭で説明し合意を得た。

調査内容：(1) 大学生活の各領域に対する DSA を測定するための独自の項目と算出方法（長内、印刷中）、(2) DGA を測定するための独自の項目（長内、印刷中）、(3) 抑うつを引き起こす認知（自動思考）を測定するための ATQ-R（坂本・田中・丹野・大野,2004）、(4) 抑うつ気分を測定するための DAMS(福井,1997)。

結果

本研究のモデルに合わせて、DSA 別に階層的重回帰分析を行った。その結果、有意な結果の得られたモデルを図 1, 2, 3 に示した。

考察

本研究では、どのような領域の DSA が DGA を生じさせ、最終的に抑うつ気分を生じさせるのかを検討した。その結果、「就職活動」「大学の講義以外での学習活動」「アルバイト」の 3 つの領域においてモデルが指示された。本研究は探索的な研究であるので、今後の知見の蓄積が必要であるが、上記の領域で知覚された無気力が、現代の大学生にとってメンタルヘルスを阻害する要因であることが示唆された。

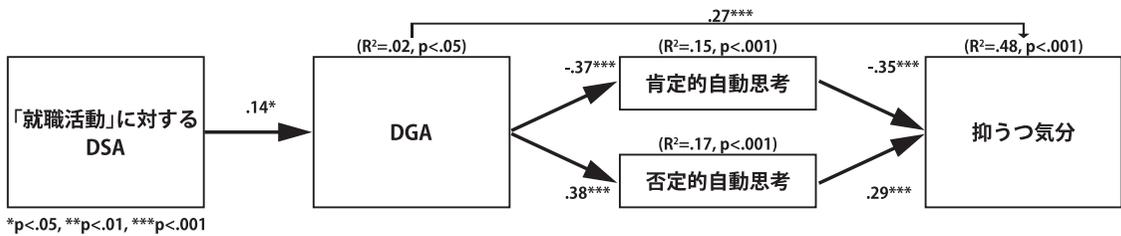


図1 就職活動に対する領域固有的無気力がメンタルヘルスに及ぼす影響

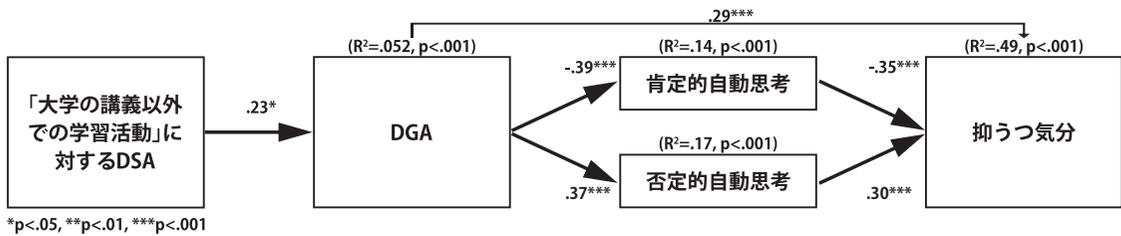


図2 大学の講義以外での学習活動に対する領域固有的無気力がメンタルヘルスに及ぼす影響

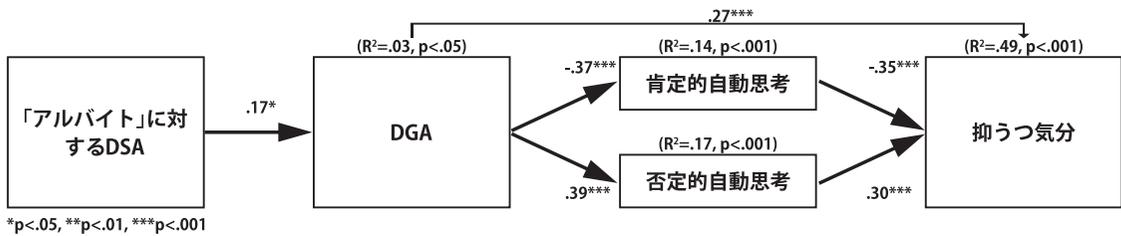


図3 アルバイトに対する領域固有的無気力がメンタルヘルスに及ぼす影響

引用文献

- Beck, A.T. (1976). Cognitive therapy and the Emotional disorders. New York: International University Press, Inc.
- 福井 至 (1997). Depression and Anxiety Mood Scale (DAMS) 開発の試み 行動療法研究, 23(2), 83-93.
- 長内優樹 (印刷中). 領域固有的無気力が領域一般的無気力に及ぼす影響 応用社会学研究 東京国際大学大学院社会学研究科, 19.
- 坂本真士・田中江里子・丹野義彦・大野 裕 (2004). Beck, A.T. の抑うつモデルの検討—DAS と ATQ を用いて—日本大学心理学研究, 25, 14-23.

(大学院人間学研究科福祉・臨床心理学専攻博士後期課程)