

女子大学生の感情的 well-being の違いが対人ストレス、 セルフ・コントロールならびに攻撃性に及ぼす影響

玉 木 健 弘

(武庫川女子大学 心理・社会福祉学部 心理学科)

The Impact of Difference in Affective Well-Being on Interpersonal Stressors, Self-Control, and Aggression in Female University Students

Takehiro TAMAKI

*Department of Psychology, School of Psychology and Social Welfare,
Mukogawa Women's University*

Abstract

The purpose of this study is to elucidate the relationship between differences in affective well-being and interpersonal stressors, self-control, and aggression. An analysis was conducted on 796 female university students. The results revealed that the group with high levels of positive well-being and low levels of negative well-being exhibited lower scores in interpersonal stressors and aggression compared to the other three groups. Regarding interpersonal stressors, the scores were the lowest across all variables. Furthermore, path analysis results indicated variations in the influence of each variable on each group. Thus, differences in affective well-being were suggested to have distinct effects on self-control and aggression.

問 題

well-being の研究は、Wilson (1967)¹⁾ など古くから行われており、その中でも主観的 well-being についての検討が多くされてきた。主観的 well-being は、生活満足度、ポジティブ感情、ネガティブ感情から構成されており²⁾、認知的側面は生活満足度、感情的側面は楽しい・悲しいといったポジティブな感情とネガティブな感情を含んでいる³⁾。この中の生活満足度は、その人の置かれている状況や年齢、環境によって異なると考えられる。そのため、本研究ではポジティブ感情とネガティブ感情から構成されている感情的 well-being を用いる。感情的 well-being は、快楽の達成を幸せな状態と考える快楽主義的見地から発展した主観的 well-being の要素のうち、2つの感情的側面を表した総称である⁴⁾。

これまでの研究では、人間のネガティブ感情に注目しやすく、ポジティブ感情は軽視されてきた。しかし、人は、ポジティブ感情とネガティブ感情のどちらかだけを所持しているのではなく、それぞれの感情を有している。そして、状況によっては、ポジティブ感情が高くなり、ネガティブ感情が低くなるなど、感情は変動し違いがみられると考えられる。しかし、ポジティブ感情とネガティブ感情についての違いを検討する研究は数少ない。そのため、ポジティブ感情とネガティブ感情それぞれの違いを考慮して調査することで、感情的 well-being をより正確に検討できると考えられる。そこで本研究では感情的 well-being の違いを検討するため、感情的 well-being を構成するポジティブ感情とネガティブ感情それぞれを高群と低群に分類して研究を行う。

この感情的 well-being は、高齢者と若者との比較研究⁴⁾はあるが若者のみの研究は数少ないため、本研究では、大学生を対象に調査を行う。大学生は、これまでもスチューデント・アパシー、家庭内暴力、

仮面うつ病などといったことが問題となっており⁵⁾、学校生活等でも対人関係の悩みが生じている⁶⁾。このように大学生は、多くの課題を抱えていると考えられる。さらに、大学生の男女の違いについても対人ストレスコーピング⁷⁾や疲労感⁸⁾などについて検討されている。その結果、対人ストレスコーピングでは男女で差異が示唆され、疲労感では、女子大学生が男子大学生よりも疲労を訴える率が高いことが示された⁸⁾。このように、女子大学生と男子大学生には違いがあると考えられるため、今回は女子大学生を対象に研究を行う。

女子大学生を取り巻く環境は、SNS および IT の発展やライフスタイルなど様々な面で変化している。例えば、これまで友人に会おうとする場合は直接会う方法しかなかったが、近年ではパソコンやスマートフォンでビデオ通話を使用することで相手の顔を見ながら会話をすることが可能になった。このように社会が変化することによって、対人関係等が変化をしてきていると思われる。そのため、対人関係について距離をとりたい、あるいは、関係を持ちたくないと考えても、何らかの方法で関わることになる場合も推測される。このことが対人ストレスサーとなり、学校生活や日常生活において悪影響を及ぼす可能性も考えられる。対人ストレスサーとは、ストレスの直接的な原因となる対人関係⁹⁾と定義され、対人関係が原因となる問題の中には、改善するまでに長期間を要する場合もある。しかし、同じような問題が発生した場合、問題に対応できる人もいれば、できない人もいる。このような違いが生じる要因の1つにセルフ・コントロールが考えられる。セルフ・コントロールとは、直接的な外的強制力がない場面で、自発的に自己の行動を統制すること¹⁰⁾と定義されている。セルフ・コントロールは、セルフ・レギュレーションなど異なった用語で研究されることもあるが、多くの研究で同じに扱うことがあるため¹¹⁾、本研究ではセルフ・レギュレーションもセルフ・コントロールとして扱う。

セルフ・コントロールの研究はこれまで数多くされており、その1つに教育分野での研究がある。教育分野の研究として、崔・庄司(2013)¹²⁾は、中学生を対象に学校適応感とストレス反応がセルフ・コントロールに与える影響について検討を行った。その結果、状況にあったセルフ・コントロールができる場合、学校生活に適応し、ストレスを低減させることが明らかとなった。このようにセルフ・コントロールができた場合、学校生活といった社会的場面でのストレス等の問題が低減されることが考えられる。また、原田・吉澤・吉田(2008)¹³⁾は、個人内での自己制御のみならず、他者や集団との相互作用が必要な社会的場面において、自己をどのように制御するかといった能力の問題が、問題行動と関連していると述べている。このように個人場面だけでなく、社会的場面でセルフ・コントロールがうまくいかない場合に問題が発生しやすいと考えられる。そこで、本研究では、社会的場面でのセルフ・コントロールである社会的セルフ・コントロール¹⁴⁾について調査を行う。

現代社会には様々な問題があるが、その中の1つに対人関係で問題となることが多い暴力行為があげられる。個人間で問題となる暴力行為として、配偶者間暴力、デートDV、家庭内暴力などがある。このように暴力行為は恋人や親族といった身近な関係だけでなく、集団においても発生する問題と考えられる。そして、この暴力行為を引き起こす要因に攻撃性がある。攻撃性とは、単一の性質のものではなく、多くの側面からなる複合的な特性¹⁴⁾と考えられ、これまで多くの研究が行われている。攻撃性は抑うつや精神的健康との関係についても問題が指摘されており、攻撃性の高い大学生は、本人のストレスの増大や生活習慣の悪化を引き起こし、精神的健康度を低下させる¹⁵⁾ことが報告されている。このように、対人ストレスサー、セルフ・コントロール、攻撃性の関連については、これまで検討されてきているが、感情的 well-being の違いによる影響については検討されていない。そこで、本研究では、まず、感情的 well-being のポジティブ感情とネガティブ感情それぞれを高群、低群に分類して4グループを作成する。そして、この4グループの感情的 well-being の違いが対人ストレスサーならびにセルフ・コントロールが攻撃性に及ぼす影響について明らかにすることを目的とした。

仮説として、まず、対人ストレスサーからセルフ・コントロールについて、対人ストレスサーが対人関係と関連することから、ポジティブ感情とネガティブ感情の高低に関わらず対人ストレスサーが高まり、セルフ・コントロールがしにくくなると思われるため、全てのグループでセルフ・コントロールの下位因子に負の影響があるとした。

次に、セルフ・コントロールから攻撃性について、自己主張から攻撃性については、ポジティブ感情が高いグループは、自己主張をすることは可能であると考えられるが、場合によっては他者に対する攻撃性と解釈される可能性があるため、攻撃性に正の影響があるとした。一方でネガティブ感情が高いグループは、自己主張はしにくいと思われるが、ネガティブ感情が高いことから攻撃性は高くなる可能性があるため、攻撃性に負の影響があるとした。持続的対処・根気から攻撃性については、ポジティブ感情とネガティブ感情が高い場合も低い場合も物事を持続的に対処しようとし、すぐに攻撃的な考えにはならないと思われるため、全てのグループで攻撃性に負の影響があるとした。感情・欲求抑制から攻撃性については、ポジティブ感情が高い場合、冷静な判断を行うため、攻撃性が低くなる可能性が考えられることから、攻撃性に負の影響があるとした。一方、ネガティブ感情が高い場合は、感情や欲求を抑制しにくいと思われることから、攻撃性が高くなる可能性が考えられるため、攻撃性に正の影響があるとした。

そして対人ストレスから攻撃性については、ポジティブ感情とネガティブ感情が高い場合も低い場合も対人ストレスが高まり、攻撃性も高くなると思われるため、全てのグループで攻撃性に正の影響があるとした。

方 法

1. 調査手続きおよび調査協力者

女子大学生 875 名を対象に調査を実施した。回答に不備があったものを削除した結果、最終的に 796 名を調査対象とした。調査協力者の平均年齢は、19.59 歳 ($SD = 1.12$) であった。調査協力者は、講義を受講している学生であり、複数の講義中に質問紙法により実施された。

2. 調査実施時期：2015 年 12 月

3. 調査用紙の内容

(1)感情的 well-being：感情的 well-being を測定するため、感情的 well-being 尺度短縮版⁴⁾を使用した。回答は、「全く感じなかった」から「いつも感じた」の 5 件法で回答を求めた。この尺度は最近 30 日間の感情をたずねたポジティブ感情 3 項目、ネガティブ感情 4 項目の合計 7 項目から構成されている。

(2)セルフ・コントロール：セルフ・コントロールを測定するため、社会的自己制御尺度¹¹⁾を使用した。この尺度は、「自己主張」、「持続的対処・根気」、「感情・欲求抑制」の 3 下位尺度、29 項目で構成されている。回答は、「まったくあてはまらない」から「よくあてはまる」の 5 件法で回答を求めた。

(3)対人ストレス：対人ストレスを測定するため、対人ストレス尺度¹⁶⁾を使用した。この尺度は、「被拒否」、「被攻撃」、「加害」、「関係理解不能」の 4 下位尺度、25 項目で構成されている。回答は、「まったくあてはまらない」から、「かなりあてはまる」の 5 件法で回答を求めた。

(4)攻撃性：攻撃性を測定するため日本版 Buss-Perry 攻撃性質問紙¹⁷⁾を使用した。この尺度は、「敵意」、「短気」、「身体的攻撃」、「言語的攻撃」の 4 下位尺度、24 項目から構成されている。回答は、「まったくあてはまらない」から「非常によくあてはまる」の 5 件法で回答を求めた。

4. 倫理的配慮

調査を実施する前に、調査の目的を説明したうえで調査への協力は強制ではなく、拒否しても成績などに不利益は生じないこと、回答の途中でも中断できること、得られたデータは数値化され回答者が特定されないようにすること、研究目的にのみ使用されることを口頭あるいは紙面で伝えた。

結 果

各変数の記述統計量および相関係数

各変数間の関連を検討するため、Pearson の積率相関係数を算出した。その結果、感情的 well-being について、ポジティブ感情は、言語的攻撃 ($r = .074, p < .05$)、セルフ・コントロールの自己主張

($r = .112, p < .01$)、感情・欲求抑制($r = .072, p < .05$)で正の有意な相関を示し、ネガティブ感情($r = -.240, p < .01$)、攻撃性の身体的攻撃、敵意、全ての対人ストレス($r = -.210 - -.103, p < .01$)で負の有意な相関を示した。ネガティブ感情では、言語的攻撃以外の攻撃性、全ての対人ストレス($r = .161 - .327, p < .01$)で正の有意な相関を示した。このことから、ポジティブ感情が高くなると、セルフ・コントロールが高くなり、攻撃性やストレスが低くなることが明らかとなり、ネガティブ感情が高まると、攻撃性および対人ストレスが高まることが明らかとなった。

攻撃性では、全ての攻撃性の下位因子間、対人ストレス、セルフ・コントロールの感情・欲求抑制($r = .103 - .447, p < .01$)との間で正の有意な相関を示し、身体的攻撃、敵意($r = -.090 - -.083, p < .05$)、短気($r = -.199, p < .01$)、とセルフ・コントロールの自己主張との間、言語的攻撃、身体的攻撃、短気($r = -.307 - -.188, p < .01$)、敵意($r = -.070, p < .05$)とセルフ・コントロールの持続的対処・根気との間で負の有意な相関を示した。このことから、攻撃性が高くなると、対人ストレスが高まり、セルフ・コントロールが低くなることが明らかとなった。

対人ストレスでは、全ての対人ストレスの下位因子間($r = .546 - .759, p < .01$)で正の有意な相関を示し、被攻撃とセルフ・コントロールの自己主張($r = -.071, p < .05$)、被拒否とセルフ・コントロールの自己主張($r = -.117, p < .05$)、加害とセルフ・コントロールの自己主張($r = -.157, p < .01$)、持続的対処・根気($r = -.141, p < .01$)、関係理解不能とセルフ・コントロールの自己主張($r = -.088, p < .05$)との間で負の有意な相関を示した。このことから、対人ストレスが高くなると自己主張と持続的対処・根気が低くなることが明らかとなった。なお、各尺度の相関係数ならびに記述統計量を Table 1 に示す。

感情的 well-being の違いが対人ストレス、セルフ・コントロールならびに攻撃性に及ぼす影響の検討

感情的 well-being の違いを検討するため、感情的 well-being のポジティブ感情得点とネガティブ感情得点の平均値を基準に 4 グループに分類した。分類の結果、ポジティブ感情得点、ネガティブ感情得点がともに平均値より高い群をグループ 1 (以下、G1)、ポジティブ感情得点が平均値より低く、ネガティブ感情得点は平均値より高い群をグループ 2 (以下、G2)、ポジティブ感情得点が平均値より高く、ネガティブ感情得点は平均値より低い群をグループ 3 (以下、G3)、ポジティブ感情得点、ネガティブ感情得点がともに平均値より低い群をグループ 4 (以下、G4)とした。分類した 4 グループの人数の内訳は、G1 が 255 名、G2 が 188 名、G3 が 257 名、G4 が 96 名となった。

感情的 well-being の違いが対人ストレス、セルフ・コントロールならびに攻撃性に及ぼす影響を検討するために 4 グループ同一のモデルでパス解析を行った。分析モデルは、対人ストレスからセルフ・コントロール、攻撃性に影響するモデルを作成した。なお、対人ストレスについては、4 つの下位因子を 1 つにまとめて分析を行った。その理由として、対人ストレスを構成する 4 つの下位因子間の相関をみると、全ての下位因子間において中程度以上の相関が認められた。このことから、4 つの下位因子は類似していると考え、本研究では対人ストレスを 1 因子として分析を行った。まず、4 グループのモデル適合度について検討した。検討した結果、全てのグループで概ね高い適合度を示したことから、今後の分析に使用することとした。なお、Table 2 に各グループのモデル適合度を示している。

次にグループごとにパス解析を実施した。分析した結果、全てのグループで対人ストレスからセルフ・コントロールへの有意なパスは認められなかった。そして、セルフ・コントロールから攻撃性への影響についてみていくと、感情・欲求抑制から言語的攻撃について G3 で、短気への影響について G1 と G3 で正の有意なパスが認められた。持続的対処・根気から攻撃性への影響についてみていくと、言語的攻撃および短気については、全てのグループで負の有意なパスが認められ、身体的攻撃への影響については G1 以外のグループで負の有意なパスが認められた。自己主張から攻撃性への影響についてみてみると、言語的攻撃への影響について G1 と G3 で負の有意なパスが認められ、短気への影響については G2 で負の有意なパスが認められた。最後に対人ストレスから攻撃性への影響についてみていくと、言語的攻撃と身体的攻撃への影響については G4 以外のグループで正の有意なパスが認められ、

Table 1 各変数間の相関係数、平均値およびSD

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	平均値 (n=796)	SD
感情的well-being														
1 ポジティブ感情													10.360	2.404
2 ネガティブ感情	-.240**												9.234	2.912
攻撃性														
3 言語的攻撃	.074*	-.002											14.628	3.199
4 身体的攻撃	-.112**	.161**	.275**										15.456	3.066
5 短気	-.018	.228**	.423**	.447**									14.161	3.963
6 敵意	-.186**	.206**	.200**	.343**	.395**								17.603	2.802
対人ストレス														
7 被攻撃	-.184**	.254**	.130**	.238**	.259**	.297**							18.847	5.788
8 被拒否	-.210**	.327**	.103**	.226**	.317**	.397**	.649**						16.003	5.608
9 加害	-.103**	.243**	.197**	.214**	.349**	.289**	.546**	.634**					17.433	5.484
10 関係理解不能	-.183**	.264**	.057	.211**	.272**	.419**	.688**	.759**	.566**				16.312	4.621
セルフ・コントロール														
11 自己主張	.112**	-.051	.050	-.090*	-.199**	-.083*	-.071*	-.117**	-.157**	-.088*			41.798	4.102
12 持続的対処・根気	.060	-.058	-.307**	-.188**	-.301**	-.070*	.005	-.029	-.141**	.020	.340**		19.666	2.423
13 感情・欲求抑制	.072*	-.030	.119**	.005	.064	-.043	-.053	-.034	-.041	-.054	.182**	.059	29.769	2.546

* $p < .05$ ** $p < .01$

Table 2 感情的 well-being の各グループのモデル適合度指標

	適合度指標				
	GFI	AIC	BIC	RMSEA	SRMR
G1 モデル	.812	268.077	363.691	.300	.142
G2 モデル	.870	161.888	249.272	.242	.121
G3 モデル	.892	160.443	256.268	.206	.102
G4 モデル	.849	112.333	181.570	.240	.126

短気と敵意への影響については全てのグループで正の有意なパスが認められた。

このことから、対人ストレスから攻撃性への影響については、ポジティブ感情およびネガティブ感情が低いグループ(G4)で言語的攻撃および身体的攻撃に影響がないことが示されたが、その他のグループでは、全ての攻撃性に正の影響が認められた。セルフ・コントロールから攻撃性への影響については、自己主張から攻撃性についてみると、ポジティブ感情とネガティブ感情が高いグループ(G1)とポジティブ感情が高くネガティブ感情が低いグループ(G3)で言語的攻撃に正の有意なパス、ポジティブ感情が低くネガティブ感情が高いグループ(G2)で短気に負の有意なパスが認められた。持続的対処・根気から攻撃性については、全てのグループで敵意に有意なパスは認められなかった。一方で、言語的攻撃および短気で全てのグループに負の有意なパスが認められた。また、ポジティブ感情とネガティブ感情が高いグループ(G1)では身体的攻撃に有意なパスはなかったが、それ以外のグループでは負の有意なパスが認められた。感情・欲求抑制から攻撃性への影響については、ポジティブ感情が高くネガティブ感情が低いグループ(G3)で言語的攻撃に正の有意なパスが認められ、ポジティブ感情とネガティブ感情が高いグループ(G1)とポジティブ感情が高くネガティブ感情が低いグループ(G3)で、短気に正の有意なパスが認められた。以上のことから、感情的 well-being の違いによって、対人ストレス、セルフ・コントロールならびに攻撃性への影響に差異があることが明らかとなった。Figure 1 には、パス解析の結果を示している。なお、モデルには、有意な影響が見られた下位因子間のみパスを示している。

考 察

本研究は、感情的 well-being の違いが対人ストレス、セルフ・コントロールならびに攻撃性に及ぼす影響を明らかにすることを目的として行った。パス解析を行ったところ、まず、対人ストレスからセルフ・コントロールについては、全てのグループで有意な影響は認められなかった。このことか

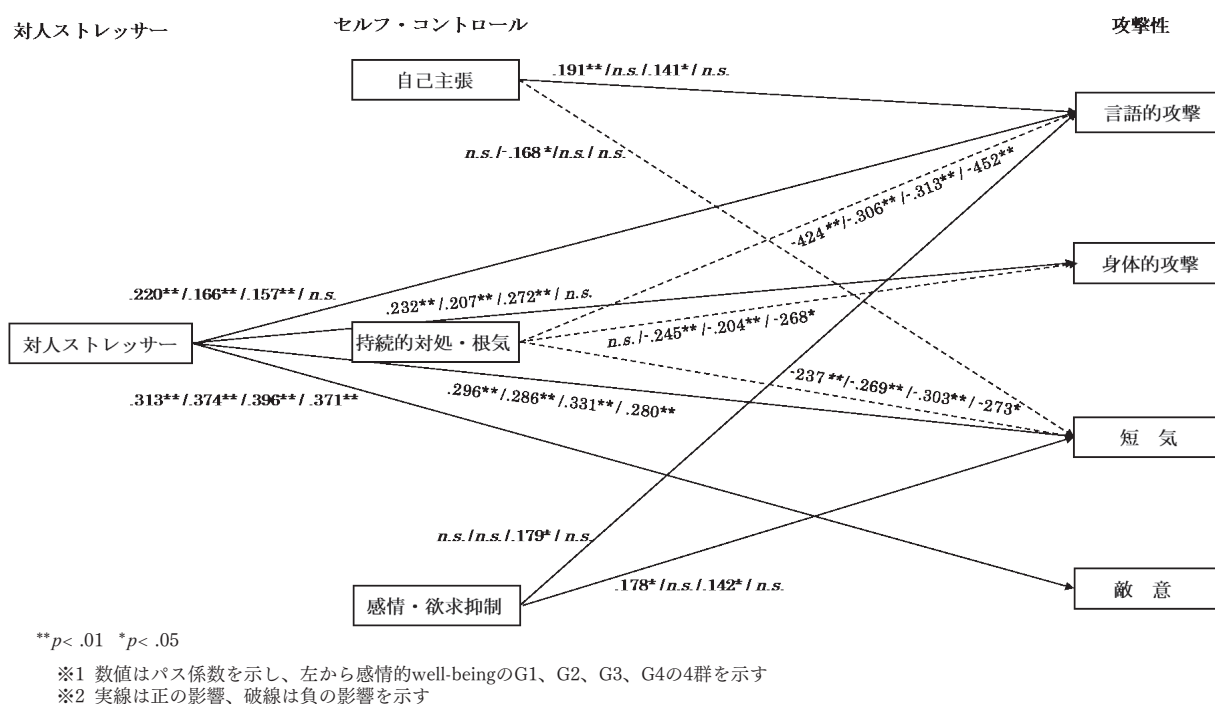


Figure 1 感情的 well-being の各グループにおける対人ストレッサー、セルフ・コントロールおよび攻撃性のパス解析モデル

ら、仮説は支持されなかった。これまでの研究から、対人ストレッサーとセルフ・コントロールの一部で有意な負の相関が示されている¹⁸⁾。本研究でも負の相関が認められたことから、対人ストレッサーとセルフ・コントロールの一部で、負の相関があることを示唆した。しかし、感情的 well-being が違って対人ストレッサーからセルフ・コントロールへの影響がなかったことから、感情的 well-being の違いだけでなく、他の変数を用いて対人ストレッサーとセルフ・コントロールとの関連を検討することが必要であると考えられる。

次に、セルフ・コントロールから攻撃性についてみてみると、自己主張については言語的攻撃と短気で有意なパスが認められた。言語的攻撃では G1 と G3 で正の有意なパス、短気では G2 で負の有意なパスが認められた。しかし、身体的攻撃ならびに敵意への影響は認められなかった。このことから、自己主張から攻撃性について、言語的攻撃ではポジティブ感情が高いグループである G1 と G3、短気ではネガティブ感情が高い G2 で仮説が支持された。自己主張と言語的攻撃で正の有意なパスが認められた理由として、主張性と言語的攻撃が高い相関を示している¹⁹⁾ことから、自己主張が言語的攻撃と認識された可能性が考えられる。また、短気で G2 に負の有意なパスがみられた理由としては、自分の考えを他者に伝えるためには考える時間が必要になる。しかし、考える時間がなければ、衝動的に行動を起こす可能性がある。G2 は、ネガティブ感情が高くポジティブ感情が低いグループであることから、他者から嫌なことをされた、という被害感情を強くもつことが考えられる。そのため、言葉で他者と関わるより、衝動的な側面として考えられる短気が高くなったと推測される。持続的対処・根気と攻撃性についてみていくと、身体的攻撃では G1 以外のグループで負の有意なパスが認められた。敵意以外の攻撃性については、G2、G3、G4 で負の有意なパスが認められた。以上のことから、持続的対処・根気から攻撃性については、身体的攻撃における G1 以外の仮説が支持された。攻撃性が高い者は、「自分は仲間から嫌われている」というセルフ・スキーマをもち²⁰⁾、精神的健康度が低い傾向にあることが明らかとなっている²¹⁾。そのため、攻撃性は対人関係だけでなく、健康にも影響すると思われる。今回の結果から、持続的対処・根気が高ければ、ほぼ全てのグループで攻撃性を抑制する可能性が示唆された。このことから、持続的対処・根気を向上させるような取り組みが今後必要になると考える。感情・

欲求抑制と攻撃性についてみていくと、言語的攻撃では G3、短気では G1 と G3 で正の有意なパスが認められたが、身体的攻撃と敵意については、すべてのグループで影響はみられなかった。以上のことから、感情・欲求抑制と攻撃性についての仮説は支持されなかった。今回の結果で有意なパスが認められたのは、ポジティブ感情が高いグループであった。ポジティブ感情がバーンアウト傾向を改善する²²⁾ことや外顕性攻撃や関係性攻撃を抑制する²³⁾ことから、ポジティブ感情が高い場合、暴力を用いるのではなく、感情・欲求抑制を行い、言葉で他者と関わろうとするのではないかと推測される。

対人ストレスから攻撃性についてみていくと、ほぼ全てのグループで攻撃性に正の有意なパスが認められたが、セルフ・コントロールへの影響は認められなかった。このことから、全てのグループで対人ストレスからセルフ・コントロールに影響は与えないが、対人ストレスが高まると攻撃性を高めることが明らかとなった。攻撃性は、冠動脈疾患の危険因子であることが明らかにされており²⁴⁾、また、対人ストレスは抑うつを生起させる重要な要因²⁵⁾であると指摘されていることから、健康問題はもとより、対人関係を悪化させる要因になりうる攻撃性にも影響があると思われる。そのため、対人ストレスを低減させる方法等の研究が、重要になってくると考えられる。今回の研究では、対人ストレスからセルフ・コントロールへの有意なパスは認められなかった。その理由として、今回測定したセルフ・コントロールが、社会的場面において自己をどのように制御するかを測定し、対人ストレスは、集団ではなく個人について測定されているため、測定する性質が異なることが考えられる。そのため、今後の課題として、社会的場面での対人ストレスについても調査をすることが必要だと思われる。

本研究の結果から感情的 well-being の違いが、対人ストレス、セルフ・コントロールならびに攻撃性に異なった影響を与えることが示唆された。そして、セルフ・コントロールについても、持続的に対処することができれば、攻撃性を低減させる可能性が示された。これまで感情を変容するための試みとして、認知療法²⁶⁾、認知行動療法²⁷⁾などが実施されてきた。そのため、今後はポジティブ感情の向上とネガティブ感情の低減、その上で、感情をコントロールできるような心理教育を実施することが、感情的 well-being を高めるとともに精神的健康を保ち、良好な対人関係を構築するために必要になると考えられる。

大学生の年代は青年期特有の不安定さも残しており、様々な心理的問題が発生する時期である²⁸⁾。また、女子大学生は男子大学生より精神身体的訴え、うつ傾向、対人面での不安、強迫傾向などが高い²⁹⁾ことが示されていることから、女子大学生は心身に不安定な面を抱えていると考えられる。このような精神的な不安や心理的な問題を改善していくために、今後も女子大学生の研究を進めていくことが重要だと思われる。

利益相反

本論文に関して、開示すべき利益相反関連事項はない。

引用文献

- 1) Wilson, W. R. Correlates of avowed happiness. *Psychological Bulletin*, 1967, Vol.67, No.4, pp.294-306.
- 2) Diener, E. Subject Well-Being. *Psychological Bulletin*, 1984, Vol.95, No.3, pp.542-575.
- 3) アニーシャ・ニシャート・鈎治雄. well-being 研究に関する展望と課題. 創価大学教育学論集. 2020, Vol.72, pp.179-193.
- 4) 中原純. 感情的 well-being 尺度の因子構造の検討および短縮版の作成. 老年社会科学. 2011, Vol.32, No.4, pp.434-442.
- 5) 尾関友佳子・原口雅浩・津田彰. 大学生の生活ストレス、コーピング、パーソナリティとストレス反応. 健康心理学研究. 1991, Vol.2, No.2, pp.1-9.

- 6) 鶴田和美, 学生生活サイクル. 日本学生相談学会 50 周年記念誌編集委員会(編). 学生相談ハンドブック. 学苑社. 2010, pp.34-41.
- 7) 加藤司. 大学生用対人ストレスコーピング尺度の作成. 教育心理学研究. 2000. Vol. 48, No.2, pp.225-234.
- 8) 小林秀紹・出村慎一・郷司文男・南雅樹・長澤吉則・佐藤進・山次俊介. 青年期における疲労自覚症状とその関連要員の性差. 体力科学. 1999, Vol.48, pp.619-630.
- 9) 橋本剛. 対人ストレスの定義と種類: レビューと仮説生成的研究による再検討. 静岡大学人文学部人文論集. 2003, Vol.54, pp. 21-57.
- 10) Thoresen, C.E., & Mahoney, M.J. *Behavioral self-control*. New York: Holt, Rinehart & Winston. 1974.
- 11) 金子充. セルフ・コントロールに影響を与える先行要因の整理. 早稲田大学商学研究科紀要. 2013, Vol.77, pp.121-137.
- 12) 崔玉芬・庄司一子. 中学生の自己制御(self-regulation)尺度の開発. 学校心理学研究. 2013, Vol.13, No.1, pp.3-14.
- 13) 原田知佳・吉澤寛之・吉田俊和. 社会的自己制御(Social Self-Regulation)尺度の作成-妥当性の検討および行動抑制/行動接近システム・実行注意制御との関連-. パーソナリティ研究. 2008, Vol.17, No.1, pp.82-94.
- 14) 大淵憲一・北村俊則・織田信男・市原眞記. 攻撃性の自己評定-文献展望-. 季刊精神科診断学. 1994, Vol.5, pp.443-455.
- 15) 上野真弓・丹野義彦・石垣琢磨. 大学生の持つ抑うつ傾向と攻撃性との関連-攻撃性の4つの下位尺度を踏まえて-. パーソナリティ研究. 2009, Vol.18, pp.71-73.
- 16) 高橋幸子. 対人ストレス尺度作成の試み. パーソナリティ研究. 2013, Vol.21, No.3, pp.306-308.
- 17) 安藤明人・曾我祥子・山崎勝之・島井哲志・嶋田洋徳・宇津木成介・大芦治・坂井明子. 日本版 Buss-Perry 攻撃性質問紙(BAQ)の作成と妥当性・信頼性の検討. 心理学研究. 1999, Vol.70, No.5, pp.384-392.
- 18) 玉瀬耕治・角野文宣. 対人ストレスとアサーション, セルフ・コントロールの関係. 教育実践総合センター研究紀要. 2005, Vol.14, pp.37-41.
- 19) 沢崎達夫. 青年期女子におけるアサーションと攻撃性および自己受容との関係. 目白大学心理学研究. 2006, Vol. 2, pp.1-12.
- 20) 濱口佳和. 攻撃性と情報処理 山崎勝之・島井哲志(編) 攻撃性の行動科学-発達・教育編. ナカニシヤ出版. 2002, pp.40-59.
- 21) 佐々木恵・山崎勝之. 日本語版 Buss-Perry 攻撃性質問紙の因子構造ならびに大学生における攻撃性と精神的健康の因果関係の検討. 学校保健研究. 2002, Vol.43, pp.474-481.
- 22) 田中輝海・杉山佳生. バーンアウト傾向に及ぼすポジティブ感情の改善効果: 問題焦点型コーピングを媒介変数として. 体育学研究. 2015, Vol.60, pp.479-488.
- 23) 櫻井茂男・葉山大地・鈴木高志・倉住友恵・萩原俊彦・鈴木みゆき・大内晶子・及川千都子. 他者のポジティブ感情への共感的感情反応と向社会的行動, 攻撃行動との関係. 心理学研究. 2011, Vol.82, No.2, pp.123-131
- 24) Barefoot, J.C., Grant, D. W., & Williams, R. B. Jr. Hostility, CHD incidence, and total mortality: A 25-year follow-up study of 255 physicians. *Psychosomatic Medicine*, 1983, Vol.45, pp.59-63.
- 25) 高比良美詠子. 対人・達成領域別ライフイベント尺度(大学生用)の作成と妥当性の検討. 社会心理学研究. 1998, Vol.14, No.1, pp.12-24.
- 26) Beck, A.T. *Cognitive therapy and the Emotional disorders*. New York: International Universities Press. 1976.
- 27) Beck, J.S. *Cognitive Behavior Therapy - Basics and beyond -*. New York: Guilford Press. 2011.
- 28) 沢崎達夫・松原達也. 大学生の精神健康に関する研究(1). 筑波大学心理学研究. 1988, Vol.10, pp.183-190.
- 29) 前垣綾子・滋野和恵. UPI による大学生の精神的健康の実態. 北海道文教大学研究紀要. 2016, Vol.35, pp.115-126.

受理日 2024 年 1 月 26 日