

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*・恒吉徹三

The relationships between university students' impressions invoked by the phrase
“give up” and their real-life experiences.

YAMAMOTO Yuko, TSUNEYOSHI Tetsuzo

(Received September 25, 2015)

Key Words：あきらめ、大学生、意味付けの変化、精神的健康

I 問題と目的

「あきらめる」ことは多くの人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、また、「あきらめる」という語はもともと「明らかにする」という肯定的な意味の語であったが、近代になり「断念する」という否定的な意味も含むようになるというユニークな意味の変遷を経てきた語であることが指摘されている。さらに、心理学において諦めることは主にコーピングとして研究されてきており、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も指摘している。

また、浅野・小玉(2009)は、すべての目標を達成することは困難であることから、諦めることが人生における満足感を低下させ、精神的健康に対してネガティブな影響を与えることを指摘している。さらに、達成不可能である目標を追い続けることも精神的健康にネガティブな影響を及ぼすと指摘している。村山・及川(2005)はストレス対処や問題解決に対して非適応的な方略とされる回避方略についてその非適応性が必ずしも実証的に支持されていないことを指摘し、回避方略を「行動レベルの回避」と「目標レベルの回避」という視点で捉え直している。その結果、たとえ行動レベルで回避的な方略であっても、目標レベルで回避的でなければ非適応的ではないことを示唆している。

菅沼(2014)は、諦めるという行動だけでなく、諦めることそのもののとらえかたが適応上重要であることを示唆している。具体的には、あきらめの二つの認知的側面から検討しており、諦めたことに意味を見出したり(「有意味性認知」)、挫折であるという認知(「挫折認知」)を変容させたりしていくことが精神的健康において重要となる可能性を指摘している。この有意味性認知と精神的健康との相関には性別差があり、男性では相関がなく女性では正の相関があることが指摘されている。一方、浅野(2010)はわりきり志向と精神的健康とは弱い相関を示すのみに留まったことから、諦めに対する意味付けがポジティブであれネガティブであれ、

* 山口大学大学院教育学研究科学校教育専攻 学校臨床心理学専修

諦めが精神的健康に対して直接的に及ぼす影響は概して弱くなると示唆している。さらに、個人が葛藤状態にある時に目標レベルでの諦めを有する傾向を「わりきり志向」と定義し「わりきりの有効性認知」と「対処の限界性認知」の2側面からなることを示し、「わりきりの有効性認知」が気分転換による情動調節と関連し、また「対処の限界性認知」が回避的な思考や行動と関連していると想定している。その結果、わりきり志向と精神的健康の単相関は弱いものであったため、わりきり志向は直接的に精神的健康に影響を与えるのではなく、何らかの要因を介する形で精神的健康に影響を与える可能性を示唆している。したがって、あきらめの認知や意味付けに関わる要因として、「あきらめる」という言葉に抱く印象を検討する必要があると考えられる。

菅沼 (2013) は、諦めることの構造をとらえるために「過去の何か諦めた経験」について半構造化面接を行い、諦めた内容、諦めたきっかけ、諦め方の3つのカテゴリーを得た。諦めた内容については「達成目標」「手段目標」「望み」の3つの概念を、諦めたきっかけについては「失敗可能性の認識」「達成困難の認識」「実現不可能の認識」の3つの概念を挙げている。また、諦め方については、「戦略再設定」「目標の妥協」「現状の許容」「目標の再設定」「目標の放棄」の5つの概念を挙げている。あきらめ経験について検討する場合、あきらめた内容やあきらめたきっかけ、あきらめ方の違いについても考慮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とらえ、「諦める」ことを援助の上で肯定的に評価している研究もみられる (菅沼, 2013)。たとえば、内田 (2011) は、女子高校生との面接過程において、母娘それぞれのもつ期待のあり方が明らかになり、母親にわかって欲しいというクライアントの期待が「あきらめ」に至ることで母娘関係が安定し、母親を一人の大人として見ることや、これまでの自分を受け入れていくという変化につながったことを指摘している。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、大学生が「あきらめる」という言葉に持つイメージをより探索的に検討する。また、過去にあきらめたこと(以下あきらめ経験)についてその内容を意味付けやとらえ方に焦点を当て検討する。その際、「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。

II 予備調査

1. 目的

「あきらめる」という言葉の印象評定を行う際に項目として使用する形容詞対作成のために、質問紙調査によって形容詞・形容動詞を収集する。

2. 方法

調査日 2014年7月1日から2014年7月3日

調査対象者 A大学に通う大学生11名(男性5名、女性6名、平均年齢21.09歳、 $SD=1.08$)を調査対象者とした。

質問紙の構成 1) フェイス項目(性別、年齢)。2) 「あきらめる」という言葉と「次の言葉からイメージする形容詞または形容動詞をできるだけたくさん書いてください」という教示文を示し、回答を求めた。3) 自由記述で感想を求めた。

3. 結果 重複する回答を含め、形容詞および形容動詞以外も合わせて133語が得られた。

Ⅲ 本調査

1. 方法

調査対象者 A大学に通う大学生154名（男性67名、女性87名）を調査対象者とした。

調査期間 2014年7月と12月の計2回。

手続き 大学の心理学関連の講義時間中に無記名の個別記入形式の質問紙で回答を求めた。

質問紙の構成 1) フェイス項目（学部、学年、年齢、性別）。2) SD法による「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・対照語辞典（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対を使用した。1回目の調査結果集計後、「あきらめる」という言葉に抱く印象の形容詞対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。2回目の調査では2項目削除した改訂版の尺度32項目を使用した。7件法で回答を求めた。3) 過去にあきらめたことについての質問：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。またその理由の4項目について自由記述で回答を求めた。

2. 結果

分析1

回答に不備のない147名（男性62名、女性85名、平均年齢18.84歳、 $SD=1.02$ ）を分析対象とした。

「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、気苦勞な、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）。また、第4因子までの累積寄与率は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。

内的整合性の確認

「あきらめる」の印象評定尺度の内的整合性を検討するためにCronbachの α 係数を算出したところ、「嫌悪」因子では $\alpha=.813$ 、「困難」因子では $\alpha=.783$ 、「解放」因子では $\alpha=.772$ 、「安心」因子では $\alpha=.622$ と一定の値が得られた（Table3）。以上から、一定の信頼性が示された。

Table1 「あきらめる」という言葉に抱く印象評定についての因子分析結果

項目	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.みすばらしい - 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.きつい - ゆるい	-.141	-.723	-.098	-.131	3.57	1.37
23.気楽な - 気苦労な	.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 - すがすがしい	-.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		

* 各項目は尺度上では左側の言葉を1、右側を7に重みづけした

「あきらめる」という言葉の印象評定についての因子による分類

SD法によって得られた4つの因子得点によってクラスタ分析(Ward法、2値平方ユークリッド距離)を行った。その結果、3つクラスタが得られた(Figure 1)。各クラスタ内の4つの因子の特徴は以下のようなものであった。第1クラスタは、「嫌悪」因子と「解放」因子の得点が高く、「困難」因子の得点が低い群であった。第2クラスタは「安心」因子の得点が高く、「嫌悪」因子と「解放」因子の得点が低い群であった。第3クラスタは「嫌悪」因子と「困難」因子の得点が高く、「安心」因子と「解放」因子の得点が低い群であった。

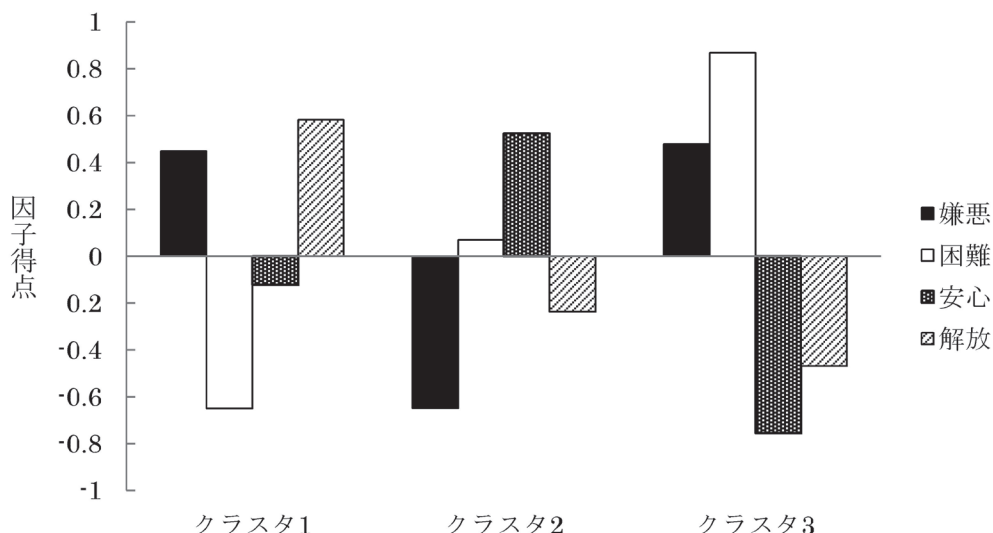


Figure 1 クラスタごとの因子得点の平均

クラスタの特徴

クラスタ分析で得られた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みられた(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、第3クラスタと比べて第2クラスタが有意に低かった。「困難」因子については、第1クラスタ、第2クラスタ、第3クラスタ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、第1クラスタ、第2クラスタ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、第3クラスタと比べて第1クラスタが有意に高かった(Table 2)。

Table 2 各群における分散分析結果

	CL1 N=52	CL2 N=61	CL3 N=34	分散分析		多重比較の結果
				群	p値	
嫌悪	.448	-.648	.478	$F(2, 144) = 36.08$	$p < .001$	CL2 < CL1 = CL3
困難	-.650	.070	.868	$F(2, 144) = 43.07$	$p < .001$	CL1 < CL2 < CL3
安心	-.122	.525	-.756	$F(2, 144) = 30.05$	$p < .001$	CL3 < CL1 < CL2
解放	.582	-.236	-.468	$F(2, 144) = 23.82$	$p < .001$	CL2 = CL3 < CL1

* CL=クラスタ

分析2

あきらめ経験の記述についての分析

分析1での対象者のうち、自由記述に不備のない116名を分析対象者とした。

質問③あきらめたときの気持ち（過去）、質問④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、臨床心理学を専攻する大学生1名と大学教員1名により、ポジティブ（自分を成長させた、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、残念、戻ってやり直したい、あきらめなければよかったなど）、ニュートラル（仕方ない、過去のこと、何とも思わない、特に気にしていないなど）、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）。集められた記述数が少なかったため、単純集計のみ行った。第1クラスタはネガティブな感情からポジティブな感情に変化した人の割合が最も大きかった。第2クラスタと第3クラスタはネガティブな感情のまま変化しない人の割合が最も大きかった。クラスタ間で比較したところ、第1クラスタはネガティブからポジティブに変化した割合が第2クラスタ、第3クラスタよりも大きかった。また、ネガティブな感情のまま変化しない人の割合が他の2群と比較して最も小さかった。第2クラスタは、ポジティブな感情のまま変化しない人の割合が他の2群と比べてやや小さかった。第3クラスタはネガティブな感情からニュートラルになる人の割合が他の2群と比べてやや大きかった。また、過去にポジティブな感情を持った人の割合は、他の2群と比べて小さかった。

Table 3 第1クラスタ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	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)

Table 4 第2クラスタ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)

Table 5 第3クラスタ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)

3. 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、実際にあきらめ経験についての内容を検討することであった。

「あきらめる」という言葉についての印象の検討について

本研究では、「あきらめる」という言葉からイメージする語を予備調査で収集し、作成された形容詞対を使って「あきらめる」という言葉の印象をSD法によって調査した。その結果、「嫌悪」「困難」「安心」「解放」の4つの次元が示された。このことから、「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」といった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。また、「嫌悪」因子と「安心」因子には中程度の負の相関がみられ、嫌悪感を抱き、安心感が低い人、嫌悪感を抱かず安心感が高い人が多い可能性が考えられる。

印象評定とあきらめ経験の関連について

印象評定によって得られたクラスタの特徴と自由記述によって得られたクラスタの特徴を総合して考察する。まず、第1クラスタの「あきらめる」という言葉に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にすることが少ないと考えられる。次に、第2クラスタの「あきらめる」という言葉に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。最後に、第3クラスタの「あきらめる」という言葉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くと考えられる。

全体的考察

本研究では、あきらめ経験について、「残念」「後悔」「戻ってやり直したい」などネガティブな記述がみられた。ネガティブな感情のまま変化しない記述がある一方、ネガティブな感情からポジティブに変化した記述もみられたことから、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考えられる。浅野（2010）は諦めに対する意味付けがポジティブであれネガティブであれ、諦めが精神的健康に対して直接的に及ぼす影響は概して弱くなると述べているが、先行研究と同様に直接的な影響は弱く、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。

また、あきらめることのポジティブさの一側面を捉えている第2クラスタと、ネガティブさの一側面を捉えている第3クラスタの二つの群は、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、「嫌悪」と「解放」という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ことが精神的健康に影響する時、あきらめることの両価性の認識の有無という要因が考えられる。つまり、あきらめるということの両価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。この知見は、臨床実践において、両価性（アンビバレンス）の状態に耐えられるようになることが心理学的援助の結果として生じるという一般的傾向を裏付けている。よって、粘り強さを称える「あきらめずに頑張り続ける」美德や、反対にあきらめられない状態を「往生際が悪い」という「あ

きらめてしまう」美德があるが、そのどちらか一方にとられるのではなく、また、どちらをもとらえられるようなサポートが教育現場や臨床場面で求められるのではないかと考えられる。

4. まとめ

もともと肯定的な意味の語であったが、近代になり否定的な意味も含むようになった「あきらめる」という言葉について、大学生はどのような印象を抱いているか調査した結果、4つの因子が得られ、ネガティブな印象を抱くグループ、ポジティブな印象を抱くグループ、両方を抱くグループの3つに大別された。さらに、あきらめ経験との関連については、「あきらめる」という言葉に両価性を抱くグループにおいて、ポジティブな記述が多く見られた。本研究において、言葉の印象とあきらめ経験の関連が示唆されたが、あきらめ経験によって言葉の印象が作られるといった因果関係までは言及できていない。しかし、言葉に対して両価性を抱くことの重要性は示唆された。

5. 今後の課題

本研究では「あきらめる」という言葉の印象をSD法を用いて調査を行ったが、あきらめる行動そのものの印象を反映しているのか諦めなければならないものや状況の印象を反映しているのかについて明確に区分することができなかった。したがって、今後は、実験場面であきらめ経験の統制をおこない、それらの区分を明確にした上であきらめの意味付けについて検討していく必要があると考えられる。

【付記】：本論文は、山本優子が2014年度に山口大学教育学部に提出した卒業論文に加筆修正したものです。その際、卒業論文の指導教員の恒吉徹三が監修しました。研究参加者のみなさんに感謝いたします。

文献

- 浅野憲一 (2010). わりきり志向尺度の作成および精神的健康, 反応スタイルとの関係 パーソナリティ研究, 18, 105-116.
- 浅野憲一・小玉正博 (2009). 目標への関与尺度の作成およびホープとの関連の検討 筑波大学心理学研究, 37, 99-105.
- 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.
- 村山航・及川恵 (2005). 回避的な自己制御方略は本当に非適応的なのか 教育心理学研究, 53, 273-286.
- 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.