

自己効力感, 不合理な信念, 大学生生活不安に関する因果モデルの検証

佐藤 祐基 (浅井学園大学大学院・人間福祉学研究所)

抄 録

本研究は, 自己効力感, 不合理な信念, 大学生生活不安に関する因果モデルの検証を行なうことを目的とした。特性的自己効力感尺度, 不合理な信念測定尺度短縮版, 大学生生活不安尺度が大学生150名に対して実施された。共分散構造分析によって検討を行なった結果, 以下のことが明らかとなった。(1)自己効力感は大学生生活不安の技能不安と負の関連を示した。(2)不合理な信念は大学生生活不安の批判不安と正の関連を示した。

キーワード: 自己効力感, 不合理な信念, 大学生生活不安, 因果モデル

I. 問 題

大学時代は, 心理社会的な発達にとって重要な時期であるが, Erikson(1956⁹⁾)が自我同一性の危機の時代と呼んだように, スチューデントアパシー, ピーターパン症候群, モラトリアム人間, リストカット, ニート予備軍など, 心理社会的な不適応状態に陥りやすい時期でもある。自我同一性が拡散した状態になると, 自分らしさの感覚がなくなり, 自分の存在している意味が感じられず, 所属意識がもてず, 無気力になり, 社会から逃避しようとするのである。こうした問題の背景には, さまざまな不安の存在が考えられる(笠原・清水・伊藤, 1976¹⁴⁾)。

不安から生じる臨床心理学的な症状への対応として, 近年, 認知行動療法という個人の認知と行動に働きかける心理療法が注目されている(坂野, 1995¹⁸⁾)。認知行動療法の理論・技法として, 三大認知療法と呼ばれるEllis(1962⁷⁾)の論理療法, Beck(1976⁵⁾)の認知療法, Meichenbaum(1977¹⁵⁾)の自己教示訓練が有名である。またBandura(1977¹⁾)の社会的学習理論も, 認知行動療法に大きな影響を与えている。これらの理論・技法から, 不安に影響を与える認知行動的な概念の代表として, 自己効力感と不合理な信念が挙げられる(Bandura, 1988³⁾; Ellis, 1962⁷⁾)。

自己効力感とは, ある達成をするために, 必要な行動方針を計画して, 実行する能力についての信念の強さのことであり, 社会的学習理論を構成する概念のひとつである(Bandura, 1997⁴⁾)。自己効力感の感覚を生み出す信念は, 効力信念(efficacy belief)と呼ばれるが, 人は自分の行動によって望んだ効果を生み出せると信じない限り, つまり効力信念を信じて, 自己効力感を持たない

限り, その人が行動する誘因がほとんど存在しないので, 効力信念は, 人間行動の主要な基礎とされている(Bandura, 1997⁴⁾)。自己効力感を高く認知しているときは, 環境や自分自身をうまく統制できていると感じるため不安を感じないが, 逆に, 脅威を感じる物事に対し, うまく対処できないと感じたときは, 自己効力感を低く認知している状態であり, 不安を感じるのである(Bandura, 1988³⁾)。現在では, 社会的学習理論は, 社会的認知理論へと発展しており, 自己効力感はその認知理論の中核をなす概念となっている(Bandura, 1986²⁾)。

不合理な信念(irrational belief)とは, さまざまな出来事を“絶対に～でなければならない”, “～であるのが当然である”といった教条主義的・絶対論的に捉えてしまう非論理的な認知スタイルのことであり, Ellisの論理療法で用いられる概念である。不安の根底には, 不合理な信念が存在するのである(Ellis, 1962⁷⁾)。ところで, Beck&Emery(1985⁶⁾)は, 不安の認知理論を考案し, 不安スキーマが, 不安認知を引き起こし, これが不安症状を起こすと考えたが, 不合理な信念は, Beckの認知療法における不安スキーマと似た概念である。論理療法は, Ellisによって改定と更新がなされており, 現在は, 理性感情行動療法と呼ばれている(Ellis, 1994⁸⁾)。

自己効力感と不合理な信念の共通点は, どちらも「信念」(belief)が, 不安や抑うつといった症状を引き起こすと捉えている点であるが, 症状への対処法は異なっている。自己効力感を高める直接的な技法はないが, イクスポージャー法やモデリング療法のように, 自己効力感を変容させる4つの情報源(成功体験, 代理的経験, 言語的説得, 生理的喚起)を活用する方法がある。一方, 不合理な信念の解消の手順は, アルファベットのABC理論を用いて行われる。

以上のように、共通点と相違点をもつ自己効力感と不合理な信念であるが、このような認知行動的変数の間にある関係を調べる場合には、共分散構造分析を用いた因果モデルの検証を行った研究がある。福井(2002¹¹⁾)は、抑うつと不安の関係を説明する認知行動モデルを明らかにした。また、今村・服部・中村(2003¹²⁾)は、中学生のストレスと自己効力感の関係を因果モデルとして示し、伊藤・神藤(2003¹³⁾)は、中学生の学習にまつわる変数と自己効力感の因果モデルの研究を行った。しかし、本研究のように、自己効力感と不合理な信念、大学生の不安についての因果モデルの研究は今のところ見当たらない。

そこで本研究では、共分散構造分析による因果モデルの検証を行うことで、自己効力感、不合理な信念、大学生のもつ不安の関係について基礎的知見を得ることを目的としている。

II. 方 法

調査時期 2005年6月上旬。

手 続 き 講義時間に集団法で、調査を実施した。

調査対象 大学1年生150名に調査を行った。記入漏れ等の不備のあった7名を除外した143名(男性113名, 女性30名, M=18.9歳, SD=1.5歳)を有効回答者とした。

調査内容 以下の3種類の質問紙を用いた。

大学生生活不安尺度 藤井(1998¹⁰⁾)による大学生生活不安尺度30項目を使用した。2段階評定で回答を求めた。

特性的自己効力感尺度 自己効力感の評価のために成田・下仲・中里・河合・佐藤・長田(1995⁵⁾)の特性的自己効力感尺度23項目を使用した。5段階評定で回答を求めた。

不合理な信念測定尺度短縮版 森・長谷川・石隈・嶋田・坂野(1994⁴⁾)による不合理な信念測定尺度短縮版20項目を使用した。5段階評定で回答を求めた。

III. 結 果

探索的因子分析と偏相関分析は、SPSS12.0J for Windows を、共分散構造分析は Amos5.0を用いて分析した。

1. 特性的自己効力感尺度の探索的因子分析

特性的自己効力感尺度23項目に対して因子分析(主因子法・プロマックス回転)を行なった。因子数は固有値1以上を基準とし、5因子を抽出した^{注1)}。各因子に寄与する負荷量の絶対値が.40未満であった3項目を除外し、再度、因子分析(主因子法・プロマックス回転)を行ない、5因子20項目からなる自己効力感尺度を構成した。因子負荷量, 固有値, Cronbachの α 係数, 因子間

表1 特性的自己効力感尺度の因子分析結果(プロマックス回転後)

項 目	F1	F2	F3	F4	F5
対人関係の自己効力感					
4. 新しい友達を作るのが苦手だ*	.87	.00	.08	.01	-.12
21. 私は自分から友達を作るのがうまい	.81	-.01	-.08	-.16	.06
14. 最初は友達になる気がしない人でも、すぐにあきらめないで友達になろうとする	.56	-.08	.12	.18	-.07
18. 人の集まりの中では、うまく振る舞えない*	.49	.19	.28	-.12	-.10
問題処理の自己効力感					
15. 思いがけない問題が起こった時、それをうまく処理できない*	-.09	.84	.03	-.06	-.09
23. 人生で起きる問題の多くは処理できるとは思えない*	-.04	.73	.04	.10	-.03
19. 何かしようとする時、自分にそれができるかどうか不安になる*	.07	.56	.03	-.14	.00
5. 重要な目標を決めても、めったに成功しない*	.21	.49	.00	.23	.00
1. 自分が立てた計画はうまくできる自信がある	.20	.40	-.35	.04	.26
困難場面の自己効力感					
8. 困難に出会うのを避ける*	.07	-.03	.84	-.04	.11
9. 非常にややこしく見えることには、手を出そうとは思わない*	-.03	.01	.80	.12	-.02
10. 友達になりたい人でも、友達になるのが大変ならばすぐに止めてしまう*	.26	.06	.47	-.10	.18
作業遂行の自己効力感					
2. しなければならぬことがあっても、なかなかとりかからない*	-.09	-.10	.01	.73	-.10
6. 何かを終える前にあきらめてしまう*	-.07	.16	.12	.63	.06
12. 何かをしようと思ったら、すぐにとりかかる	.32	-.16	-.24	.61	.09
22. すぐにあきらめてしまう*	-.02	.04	.17	.51	.18
16. 難しそうなことは、新たに学ぼうとは思わない*	-.16	.21	.06	.46	.01
忍耐強さの自己効力感					
17. 失敗すると一生懸命やろうと思う	-.08	.09	.03	-.10	.94
3. 初めはうまくいかない仕事でも、できるまでやり続ける	-.08	-.01	.07	.01	.61
11. 面白くないことをする時でも、それが終わるまでがんばる	.04	-.28	.15	.19	.45
固有値	6.66	2.27	1.53	1.29	1.04
α 係数	.80	.78	.82	.77	.71
因子間相関					
F1	-	.57	.37	.37	.30
F2	-	-	.45	.55	.48
F3	-	-	-	.46	.38
F4	-	-	-	-	.68
F5	-	-	-	-	-

*のついている項目は逆転項目であり、得点は反転してある。

相関を表1に示した。なお、得点を反転させる逆転項目には*をつけた。

第1因子は、「新しい友達を作るのが苦手だ*」、「私は自分から友達を作るのがうまい」などで負荷量が高く、「対人関係の自己効力感」に関する因子とした。第2因子は「思いがけない問題が起こったとき、それをうまく処理できない*」、「人生で起きる問題の多くは処理できるとは思えない*」などで負荷量が高く、「問題処理の自己効力感」に関する因子とした。第3因子は「困難に出会うのを避ける*」、「非常にややこしく見えることには、手を出そうとは思わない*」などで負荷量が高く、「困難場面の自己効力感」に関する因子とした。第4因子は「しなければならないことがあっても、なかなかとりかからない*」、「何かを終える前にあきらめてしまう*」などで負荷量が高く、「作業遂行の自己効力感」に関する因子とした。第5因子は「失敗すると一生懸命やろうと思う」、「初めはうまくいかない仕事でも、できるまでやり続ける」などで負荷量が高く、「忍耐強さの自己効力感」に関する因子とした。

自己効力感尺度の信頼性 以上の因子分析により構成した自己効力感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。この結果は表1に示したように「対人関係の自己効力感」は.80、「問題処理の自己効力感」は.78、「困難場面の自己効力感」は.82、「作業遂行の自己効力感」は.77、「忍耐強さの自己効力感」は.71となり、内的整合性という点から十分な信頼性の高さがあるといえる。

2. 不合理な信念測定尺度短縮版の探索的因子分析結果

不合理な信念測定尺度短縮版20項目に対して因子分析（主因子法・バリマックス回転）を行なった。因子数は固有値1以上の基準を設け、5因子とした。各因子に寄与する負荷量の絶対値が.40未満であった1項目を除外し、再度、因子分析（主因子法・バリマックス回転）を行ない5因子19項目からなる不合理な信念尺度を構成した。各項目の因子負荷量、因子寄与、寄与率、Cronbachの α 係数を表2に示した。各因子の項目内容は、第5因子が1項目少なくなったことを除けば、先行研究（森ほか、1994¹⁶⁾と同様であり、因子の解釈もそのままの因子名を用いて、第1因子は「自己期待」、第2因子は「倫理的な非難」、第3因子は「依存」、第4因子は「問題回避」、第5因子は「無力感」とした。

表2 不合理な信念測定尺度短縮版の因子分析結果（バリマックス回転後）

項	目	F1	F2	F3	F4	F5	h ²
自己期待							
2.	私は常に業績を上げなければならない	.85	.09	.13	.20	.04	.80
3.	私はいつも頭がよく働かなければならない	.80	.10	.11	.11	.05	.68
4.	私はすべての点で有能でなければならない	.68	.06	.12	.13	.03	.50
1.	いつも目覚しい行いをしなくてはならない	.55	.16	.08	.00	.00	.34
倫理的な非難							
10.	重罪を犯した人は厳しく罰せられて当然だ	.09	.83	.05	.02	.08	.71
9.	泥棒は懲らしめられて当たり前だ	.01	.77	.00	-.06	.05	.60
11.	殺人を犯した人は死刑に処せられるべきである	.15	.56	-.07	.11	-.07	.36
12.	不道徳なことをする人間は墮落した人間だ	.26	.45	.17	.15	.07	.33
依存							
6.	頼れる友達がいなければやっていけない	.05	.09	.76	.03	.02	.59
8.	常に指示してくれる人がいなければならない	.08	-.08	.65	.13	.22	.50
7.	相談できる人が常にいないと困る	.17	.12	.64	-.09	-.03	.47
5.	いつも自分を引っ張ってってくれる人が必要だ	.12	-.06	.60	.15	.04	.40
問題回避							
13.	いざこざが起こった時には知らん顔をしているのにこしたことはない	.03	.07	.04	.74	.10	.57
14.	人と話をする時は、差し障りのないことだけを話した方が無難だ	.20	-.07	.06	.64	.22	.51
16.	危険や困難には近づかないことだ	.02	.13	.06	.54	.26	.38
15.	物事を決めるときははっきり賛否を表さない方が無難だ	.24	.05	.07	.53	.15	.37
無力感							
18.	何をやってもうまくできない時にはすっかりやる気をなくしても当然だ	.08	-.06	.17	.19	.84	.78
17.	状況が思わしくない時は投げ出したくなって当然だ	-.03	.01	-.05	.19	.67	.49
19.	大きな災難に出会ったら精神的に混乱するのが当たり前だ	.04	.11	.09	.18	.45	.25
寄与		2.41	1.94	1.91	1.80	1.58	9.64
寄与率(%)		12.67	10.21	10.06	9.48	8.34	50.76
α 係数		.83	.76	.76	.75	.71	

不合理な信念尺度の信頼性 不合理な信念尺度の5因子について内的整合性を検討するために, Cronbachの α 係数を算出した。表2に示したように「自己期待」は.83, 「倫理的な非難」は.76, 「依存」は.76, 「問題回避」は.75, 「無力感」は.71となり, ほぼ十分な内的整合性が示された。

3. 大学生生活不安尺度の探索的因子分析結果

大学生生活不安尺度30項目に対して因子分析(主因子

法・バリマックス回転)を行なった。因子数はスクリープロットにより判断し, 4因子とした。各因子に寄与する負荷量の絶対値が.50未満であった17項目を除外し, 再度, 因子分析(主因子法・バリマックス回転)を行ない4因子13項目からなる大学生生活不安尺度を構成した。各項目の因子負荷量, 因子寄与, 寄与率, Cronbachの α 係数を表3に示した。

第1因子と第2因子は, 先行研究(藤井, 1998)³⁾を参考として, 第1因子は「大学不適応」因子, 第2因子

表3 大学生生活不安尺度の因子分析結果(バリマックス回転後)

項	負荷量	F1	F2	F3	F4	h ²
大学不適応						
12. この大学にいて, 何か不安な気持ちになります	.75	-.01	-.04	.02	.56	
11. こんな大学にいたら自分がだめになるのではないかと憂鬱な気分になることがあります	.73	.00	.02	-.03	.53	
14. 入部した学部が自分に合っていないような気がして不安です	.56	.33	-.20	.08	.46	
15. 大学を退学したいと思うことがあります	.54	.11	.14	.02	.32	
13. できることなら, 転学あるいは転部したくて仕方がありません	.50	.21	-.36	-.05	.43	
評価不安						
5. 成績のことが気になって仕方がありません	.21	.67	-.05	-.06	.49	
30. テストを受けるとき, 悪い点をとってしまうのではないかと心配になります	.01	.66	.08	.08	.45	
6. 大学の成績のことを考えると, 憂鬱です	.20	.62	.23	.18	.51	
2. 必修科目の成績が「D」(不可)だったらどうしようと心配になることがあります	-.02	.47	.03	.21	.27	
留年不安						
18. 留年したらどうしようと, 気になります	.06	.14	.83	.15	.73	
17. 4年間で卒業できるかどうか, 不安です	-.09	.09	.71	.15	.54	
対人スキル不安						
21. サークルで先輩たちとうまくつき合えるか心配です	-.08	.08	.16	.88	.81	
20. 友だちと一緒に何かをしなければならぬとき, うまく協力できるか不安な気持ちになります	.10	.23	.14	.59	.43	
	寄与	2.05	1.74	1.50	1.26	6.55
	寄与率(%)	15.77	13.36	11.50	9.70	50.33
	α 係数	.76	.72	.78	.71	

表4 自己効力感と不合理な信念, 大学生生活不安の偏相関係数

	大学不適応	評価不安	留年不安	対人スキル不安
対人関係の自己効力感	-.05	.03	-.16	-.22**
問題処理の自己効力感	-.05	-.11	-.25**	-.26**
困難場面の自己効力感	.04	-.12	-.17	-.18*
作業遂行の自己効力感	-.09	-.10	-.22**	-.17*
忍耐強さの自己効力感	-.07	-.13	-.03	-.01
自己期待	.35**	.27**	-.03	.07
依存	.03	.21*	.01	.05
倫理的な非難	.30**	.23**	.01	-.06
問題回避	.04	.04	-.07	.02
無力感	.23**	.14	-.06	.16

**p<.01 *p<.05

は「評価不安」因子と命名した。第3因子は「留年したらどうしようと、気になります」、「4年間で卒業できるかどうか、不安です」といった留年についての不安に関する2項目が見られたため、「留年不安」因子と命名した。第4因子は「サークルで先輩たちとうまくつき合えるか心配です」、「友だちと一緒に何かをしなければならぬとき、うまく協力できるか不安な気持ちになります」といった対人関係スキルについての不安に関する2項目が見られたため、「対人スキル不安」因子と命名した。

大学生生活不安尺度の信頼性 因子分析の結果明らかになった各因子を構成する下位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。この結果は、表3に示したように「大学不適応」は.76、「評価不安」は.72、「留年不安」は.78、「対人スキル不安」は.71となり、ほぼ十分な内的整合性が示された。

4. 自己効力感と不合理な信念の併存的妥当性の検討

先行研究 (Ellis, 1962 ; Bandura, 1997) において自己効力感と不合理な信念とは共に不安や抑うつに影響する認知的変数であることが報告されており、理論的には関連性を持つことが考えられる。そこで、併存的妥当性の検討として、自己効力感と不合理な信念との関連を検討した。共分散構造分析によって推定された自己効力感と不合理な信念の潜在因子間の相関係数は、 $r = -.71$ ($p < .01$) であり、両尺度間にやや強い相関がみられ、併存的妥当性が確認された。

自己効力感と不合理な信念との間の相関係数がやや高かったため、自己効力感と不合理な信念、大学生生活不安の関係を明確にするために偏相関分析を行なった。その結果、表4に示したように自己効力感と不合理な信念との間の相関は高くても、大学生生活不安との関連の仕方の

パターンが異なり、弁別されるものであると考えられた。自己効力感は「留年不安」、「対人スキル不安」と負の関連があり、不合理な信念は「大学不適応」、「評価不安」と正の関連がみられた。

5. 自己効力感、不合理な信念、大学生生活不安に関する因果モデルの検証

「自己効力感」、「不合理な信念」、「大学生生活不安」の3つを潜在変数として、「自己効力感」、「不合理な信念」から「大学生生活不安」に対して、パスを仮定したが、偏相関分析の結果から「自己効力感」と「不合理な信念」は異なる不安に影響すると考えられたので、偏相関係数に従って「大学生生活不安」の因子を2つに分割した。

「大学生生活不安」を分割して仮定されるまず一つ目の因子は、観測変数「大学不適応」と「評価不安」からなる潜在因子である。質問項目の内容から、こんな大学にいたら自分がだめになるのではないかなど、大学についての批判をすることや悪い点をとってしまうのではないかと、成績によって自己が評価という形で批判されることを気にするため、批判をすることやされることで起こる不安と解釈し、「批判不安」を潜在変数として仮定した。

「大学生生活不安」を分割して仮定される第2の因子は、観測変数「留年不安」と「対人スキル不安」からなる潜在因子である。大学1年のときから留年を心配することは自己のスキルについて漠然とした不安があることが伺える。また対人関係をうまくできるかどうかという自己のもつスキルについての不安であるため、技能についての不安と解釈し、「技能不安」と命名した。

モデルの構成 以上の点を踏まえて、「自己効力感」、「不合理な信念」、「批判不安」、「技能不安」の4つを潜在変数として、「自己効力感」、「不合理な信念」から「批判不安」、「技能不安」に対して、パスを仮定した。

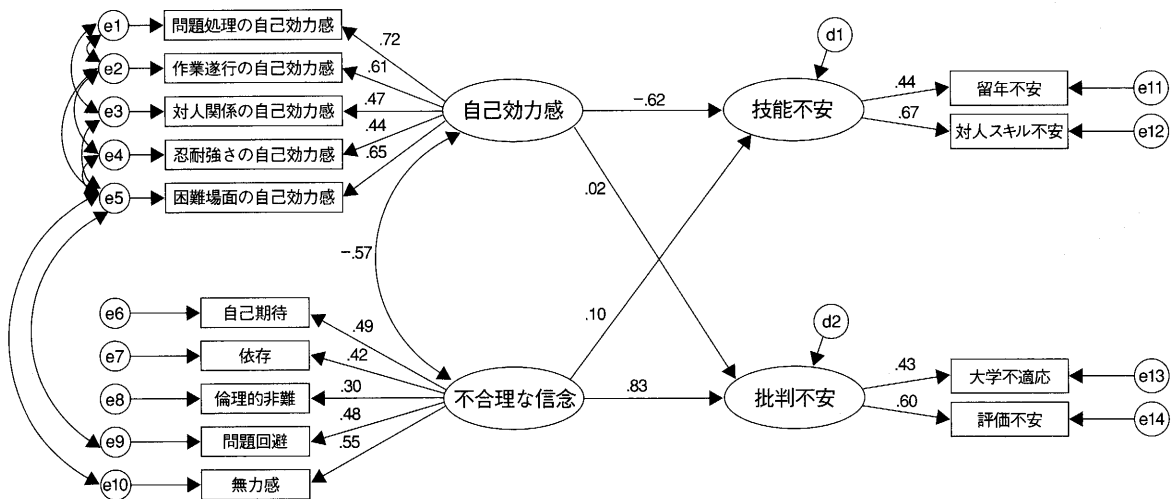


図1 共分散構造分析結果 (数値は標準解で、誤差項の相関は省略した)

「自己効力感」と「不合理な信念」の間には相関を仮定した。また、各項目を観測変数とすると、観測変数が多すぎて適合度が下がってしまうため、各項目の和得点を観測変数として使用した。以上の因果モデルを図1に示す。

6. モデルの検討

共分散構造分析の結果として得られた標準化推定値を図1に示す。「自己効力感」の影響指標は「問題処理の自己効力感」, 「作業遂行の自己効力感」, 「対人関係の自己効力感」, 「忍耐強さの自己効力感」, 「困難場面の自己効力感」との間に、それぞれ.72, .61, .47, .44, .65の値を示した。「不合理な信念」は「自己期待」, 「依存」, 「倫理的非難」, 「問題回避」, 「無力感」との間に、それぞれ.49, .42, .30, .48, .55の値を示した。「技能不安」は「留年不安」, 「対人スキル不安」との間に、.44, .67の値を示した。「批判不安」は「大学不適応」, 「評価不安」との間に、.43, .60の値を示した。以上のすべての値は有意 ($p < .01$) となっており、構成概念と観測変数は適切に対応しているといえる。またモデルの適合度指標の値は、GFI = .89, AGFI = .82, CFI = .86, RMSEA = .08を示した。これらの適合度の値から想定したモデルがデータの分散共分散行列をよく説明していると判断できる。

「技能不安」への影響については、「自己効力感」からのパス係数が-.62を示し有意 ($p < .01$) であり、「不合理な信念」からのパス係数が.10を示し有意ではなかった。「批判不安」への影響については「自己効力感」からのパス係数が.02を示し有意ではなく、「不合理な信念」からのパス係数が.83を示し有意 ($p < .01$) であった。

また、「自己効力感」と「不合理な信念」の間の相関は、-.57を示し有意 ($p < .01$) であった。

IV. 考 察

本研究では、自己効力感, 不合理な信念→大学生生活不安(技能不安, 批判不安)の因果モデルを仮定し、共分散構造分析によって検討を行なった。その結果、自己効力感を高く認知しているほど、大学生生活における技能に関しての不安が低いことが明らかになった。また、不合理な信念を強くもつものほど、大学生生活における批判にまつ不安が高いという結果となった。このような結果から、大学生生活に関するスキルについての不安は、自己効力感を高める手続きによって、不安を低減させることができることが示唆された。また大学生生活で大学や学部自体に不安をもつものや成績等で自己が低評価される

といった批判的な内容を伴った不安は、不合理な信念の解消によって解決されることが示唆された。

このように大学生生活に関する不安について、自己効力感と不合理な信念という認知的な立場に立つと、従来の下位尺度とは異なった2つの次元が存在することが見いだされた。自己効力感と不合理な信念が、共に信念体系を取り扱った理論でありながら、このような相異が生じたことは、その信念を取り扱う上での指向性が異なっているためであると考えられる。

自己効力感は、外的な環境に働きかける行動の具体性に概念的な比重が置かれている。そのため、自己効力感を高める手続きには、成功体験や生理的喚起(手に汗を握る, 胸がドキドキする)のような実際的な内容が含まれている。一方で、不合理な信念は、具体的な行動を重視しつつも、ABC理論のように認知的な信念そのものを対象とする場合が多い。例えば、不合理な信念を解消するためには、その非論理的な思い込みに対して、徹底的な反論を行うが、主に頭の中で行なわれる認知の修正作業が中心となっている。こうした理由から、自己効力感と不合理な信念は、次元の異なった不安に影響することが示されたと考えられるだろう。

今後の課題 今後の課題としては、ソーシャルサポートやコーピング、ストレスラーのような自己効力感や不合理な信念、不安と関連が考えられる他の認知行動的な変数を含めて因果モデルを検証することによって、より多くの知見を得ることができよう。また、学生相談室において、実際に大学生を対象として、自己効力感を高める手続きと不合理な信念を解消する手続きを行うといったように、分析のみならず、実験的な方法によって、厳密な因果関係の確認を行うことが必要である。さらに、他の因果モデルの存在も十分に考えられるので、異なる対象や質問紙を用いて、さらにモデルについて検討していくことが必要だろう。

謝 辞

本論文を作成するにあたり、浅井学園大学人間福祉学部教授の稲田尚史先生をはじめ、諸先生方からは多くの貴重なご意見をいただきました。心より感謝申し上げます。最後に、調査にご協力くださいました大学生の皆様、ご協力有難うございました。

付 記

本研究の一部は、2005年日本パーソナリティ心理学会第14回大会において発表されている。

注

注1) 先行研究(成田ほか, 1995¹⁷⁾)では, 固有値の高さが第1因子より順に5.67, 1.37, 0.97となっており, 1因子構造を採用しているが, 本調査では第5因子まで固有値が1以上(順に6.66, 2.27, 1.53, 1.29, 1.04)であったため5因子構造を採用した。

引用文献

- 1) Bandura, A. : *Social Learning Theory*, Prentice-Hall, Englewood Cliffs, NJ (1977)
- 2) Bandura, A. : *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*, Prentice-Hall, Englewood Cliffs, NJ (1986)
- 3) Bandura, A. : Self-efficacy conception of anxiety, *Anxiety Research*, 1, 77-98 (1988)
- 4) Bandura, A. : *Self-Efficacy: The Exercise of Control*, Freeman, New York (1997)
- 5) Beck, A. T. : *Cognitive Therapy and the Emotional Disorders*, International Universities Press, New York (1976)
- 6) Beck, A. T. & Emery, G. : *Anxiety Disorders and Phobias: A Cognitive Perspective*, Basic Books, New York (1985)
- 7) Ellis, A. : *Reason and Emotion in Psychotherapy*, Lyle Stuart, New York (1962)
- 8) Ellis, A. : *Reason and Emotion in Psychotherapy: Revised and Updated*, Carol Publishing Group (1994)
- 9) Erikson, E. H. : The Problem of Ego Identity, *Journal of American Psychoanalytic Association*, 4, 56-121 (1956)
- 10) 藤井義久: 大学生生活不安尺度の作成および信頼性・妥当性の検討, *心理学研究*, 68, 441-448 (1998)
- 11) 福井 至: 抑うつと不安の関係を説明する認知行動モデル, 風間書房 (2002)
- 12) 今村幸恵・服部恒明・中村朋子: 中学生のストレスサー, 自己効力感, ソーシャルサポートとストレス反応の因果構造モデル, *学校保健研究*, 45, 89-101 (2003)
- 13) 伊藤崇達・神藤貴昭 自己効力感, 不安, 自己調整学習方略, 学習の持続性に関する因果モデルの検証, *日本教育工学会論文誌/日本教育工学雑誌*, 27, 377-385 (2003)
- 14) 笠原 嘉・清水将之・伊藤克彦: 青年の精神病理, 弘文堂 (1976)
- 15) Meichenbaum, D. H. : *Cognitive - Behavior Modification*, Plenum Press, New York (1977)
- 16) 森 浩子・長谷川浩一・石隈利則・嶋田洋徳・坂野雄二: 不合理な信念測定尺度 (JIBT-20) の開発の試み, *ヒューマンサイエンスリサーチ*, 3, 43-58 (1994)
- 17) 成田健一・下仲順子・中里克治・河合千恵子・佐藤眞一・長田由紀子: 特性的自己効力感尺度の検討—生涯発達利用の可能性を探る—, *教育心理学研究*, 43, 306-314 (1995)
- 18) 坂野雄二: 認知行動療法, 日本評論社 (1995)

A Causal Model for Self-Efficacy and Irrational Belief, College Life Anxiety

Yuki Sato Asai Gakuen University Graduate School of Human Services

Abstract

The purpose of the present study was to test the causal model for the relationships among self-efficacy, irrational belief, and college life anxiety. Generalized self-efficacy scale, Japanese irrational belief test-20, scale for college life anxiety, was administered to 150 college students. The results, analyzed using structural equation modeling, were as follows : (1) self-efficacy was related negatively to skill anxiety of college life anxiety : (2) irrational belief was related positively to criticism anxiety of college life anxiety.

Keywords : self-efficacy, irrational belief, college life anxiety, causal model