大学生における時間的信念の持ち方が抑うつ傾向に及ぼす影響

森 田 麻 登

応用教育心理学研究・第27巻 第1号（通巻第36号）抜刷

2010年6月

日本応用教育心理学会

応用教育心理学研究　第27巻　第1号（通巻第36号）29～38頁

原　著

大学生における時間的信念の持ち方が抑うつ傾向に及ぼす影響

国際基督教大学大学院アーツ・サイエンス研究科　森田　麻登

要　約

本研究の目的は，質問紙を用いて大学生を対象にして時間的信念が抑うつ傾向に与える影響を検討することであった。対象の大学生（n=270）に，白井（1993）による時間的信念尺度と林（1988）による日本語版ベック抑うつ尺度（BDI）を施行した。時間的信念とは，時間的展望に対する個人的価値体系のことと定義されている。因子分析の結果により，3因子に分かれることが確認された。それは，将来無関心因子，現在重視因子，満足遅延因子であり，この結果は白井（1993）の因子と同一であった。重回帰分析の結果からは，性別によってその傾向が異なることが示された。男性では，満足遅延傾向が強いほど抑うつが低くなり，女性では現在重視の傾向が強いほど抑うつが低くなることが明らかとなった。ただし，将来無関心の因子は，抑うつに影響を与えなかった。以上の結果から，大学生において，時間的信念の持ち方が抑うつ傾向に影響を与えることが明らかとなった。さらに，サイコセラピーの臨床場面において男性には満足遅延，女性には現実を重視という時間的信念を取り入れることにより，抑うつを低減できる可能性についても示された。

key words：抑うつ傾向，時間的信念，時間的展望，大学生，Beck Depression Inventory (BDI)

問題と目的

Lewin（1951）によれば，時間的展望（time perspective）は「ある一定の時点における個人の心理学的過去および未来についての見解の総体である」と定義される。時間的展望の理論は，その後，様々な意味づけや定義がなされ，展開されるようになった（白井，1997）。時間的展望に対する個人的価値体系については，時間的信念（time belief）と呼ばれており，白井（1991，1993）は，将来無関心，現在重視，満足遅延（展望主義）の3つの尺度から構成される時間的信念尺度（Time Belief Scale）を作成している。

上記の研究に加えて，古くから精神疾患群の時間概念が健常者の時間概念と異なっていることが指摘されている。Orme（1962a，1962b）は，精神疾患患者を対象に，時計の時間と精神の時間との差について患者自身の言語報告から明らかにする実験を行った。その結果，ヒステリーや精神病質者は，実際の時間よりも長く時間を見積もったが，うつ病者は短く評価した。木村（1982）も，時間意識の崩壊によって人格の病理が引き起こされるとして，時間と精神疾患との関係について考察している。また，うつと時間的展望の関係については，Dilling & Rabin（1967）がうつ病者，統合失調症者，非精神病者の時間知覚，時間指向，時間展望を比較した研究がある。これから，うつ病者の未来展望は統合失調症者より縮小していることがわかった。さらにWyrick & Wyrick（1977）は，うつ病者は過去の出来事に支配されているため，現在や未来に注目しにくいことを報告している。

さらに，最近の研究では，うつに対するバッファーとしての時間的展望の効果を検討するような臨床実践に結びつく知見が報告されるようになっている。例えば，Breier-Williford & Bramlett（1995）は，Beck（1961）のBDI（Beck Depression Inventory）を用いて，未来指向は抑うつの程度と負の相関関係にあり，肯定的な未来を知覚することによって抑うつ状態を緩和することが可能であることを見出した。

また，近年，うつ病という疾患群とは異なった一般の大学生などの中における抑うつ気分の傾向を持った非臨床群が明らかとなり，この軽度のうつ傾向を対象にした研究が盛んになってきている（坂本，1997）。時間的展望に関するものとして神田・林（2006）は，大学生を対象にして抑うつと時間的展望の関連の検討を行っている。ただし，彼らは時間的信念尺度ではなく時間的展望尺度を用いて検討した理由として，時間的信念が変化しにくいからであると述べている。

一方，信念の考え方を重視し，論理情動行動療法を確立したEllis & Dryden（1987）は，人間の不適応な感情・気分・行動は，客観的な出来事から直接引き起こされるのではなく，物事の捉え方や解釈の仕方である認知傾向（信念体系）によって引き起こされると主張している。

Ellisの理論に影響を受けたとされるBeck（1976，1979）は，認知の3要素として自己・世界・未来に対する認知をあげ，抑うつの本質を認知の歪みによる障害であるとして，抑うつ感情は抑うつ的なものの見かたから生じるとしている。このBeckやEllisの認知的，論理合理的なモデルに照らして考えると，過去・現在・未来を分節化している事象の広がりや数，相互の関係を測定しているにすぎない時間的展望尺度よりも，時間的展望に対するメタ認知・個人的価値体系を測定する時間的信念尺度こそが抑うつモデルに関係があると考えられる。

園田（2002，2003）は大学生を対象に「就職」に対する意識と時間指向性，毎日の充実感，進路選択に対する効力感の関係を検討したところ，未来指向や現在指向は毎日の充実感や将来の進路選択に関する効力感と高い相関があり，未来や現在を重視することの意義を示した。そこで，本研究においても，未来を重視する満足遅延や現実重視によって抑うつを低減することができる可能性があると考え，これについても検討する。現在重視という表現は，刹那主義として解釈することができネガティブに捉えることができる可能性があるが，白井（1995）は，現在を重視することと刹那主義は必ずしも同義ではないとしている。つまり，現在の行動の重要性を認識するようなポジティブな現在指向を基に未来を指向することがあることを指摘している。なお，刹那主義については時間的信念尺度の将来無関心に相当している（白井，1993）。

なお，園田（2007）は時間的展望において性差が見られることを報告していることから，時間的信念についても抑うつに与える影響に性差が見られることが予測される。

最後に，抑うつを抑制するバッファーとしての時間的信念について検討し，臨床実践について言及する。

以上をまとめると，従来は時間的展望という概念と抑うつの関連について検討されることはあったものの，時間的信念と抑うつの検討は行われていない。しかし，抑うつの本質を認知の歪みの障害であるとするEllisやBeckの理論に準拠すれば，時間的展望に対する個人的価値体系としての時間的信念と抑うつとの関連を検討することこそが抑うつの理解を進めることにつながると考えられる。

そこで，本研究では，時間的信念と抑うつとの関連について質問紙を用いて検討し，時間的信念が抑うつ傾向に影響を与えることを予測しその関係を探る。また，その性差についても検討を行う。

方　法

調査回答者　関東地方在住の大学生，大学院生270名（男性103名，女性167名）を対象者とした。対象者の平均年齢は，男性20.93歳（SD = 1.94），女性20.50歳（SD = 1.74），全体で20.67歳（SD = 1.83）であった。

実施時期　2007年9月上旬から12月中旬に実施した。

手続き　心理学や社会福祉学の授業を受講している関東圏の大学生・大学院生に質問紙を配布し集団で実施した。質問紙はすべてその場で回収した。回答の所要時間は約20分であった。

調査内容（質問紙） 以下の２つの尺度質問を使用した。

時間的信念尺度：白井（1993）の時間的信念尺度の12項目を使用した。各項目内容の考え方に賛成または反対する程度について５段階（１：反対，２：やや反対，３：どちらともいえない，４：やや賛成，５：賛成）で評定を求めた。

日本語版Beckの抑うつ尺度（以下，BDI）Beck：（Beck, et al. 1961）によって開発された抑うつ症状の程度を評価するための尺度であるBDIの日本語版である（林，1988；林・瀧本，1991）。回答は自己記入の方法によって行った。項目数は21であり，逆転項目はない。可能な得点範囲は0点から63点であった。項目は4段階によって評価され，総合得点で抑うつ気分の程度を測った。

結　果

時間的信念尺度の分析　まず，時間的信念尺度12項目に対して主因子法による因子分析を行った（Table1）。固有値の変化（2.66，2.13，1.35，0.94，0.86，0.74...）と因子の解釈可能性を考慮すると，3因子構造が妥当であると考えられた。そこで再度３因子を仮定して主因子法・Promax回転による因子分析を行った。その結果，十分な因子付加量を示さず，複数因子に同程度の付加量を示した2項目（1番と7番）を分析から除外し，残りの10項目に対して再度主因子法・Promax回転による因子分析を行った。Promax回転後の最終的な因子パターンと因子間相関をTable1に示す。なお，回転前の3因子で10項目の全分散を説明する割合は54.08％であった。

Table1.　時間的信念尺度の因子分析結果（Promax回転後の因子パターン）

項目	Ⅰ	Ⅱ	Ⅲ
第1因子　将来無関心			
(9) どうなるかわからない先のことを考えても仕方がない。	.68	-.05	-.07
(11) 将来のことをいちいち考えてそれに縛られるのは不自由だ。	.65	-.09	.12
(8) 無理に見通しを持つ必要はない。	.50	.11	-.09
(10) 先がわからないなら，わからないまま生きる道はある。	.43	-.02	.09
(12) それが将来に役に立つかどうかより，することが楽しいかどうかが大切だ。	.42	.19	-.04
第2因子　現在重視			
(5) 生きている実感のある今の一瞬が一番大切だ。	-.05	.80	-.01
(2) 二度と来ない今が大切だ。	.02	.67	.02
(6) 今が大切にできないで将来が大切にできるはずがない。	.10	.37	.06
第3因子　満足遅延			
(3) 今がつらくても将来のためなら我慢するべきだ。	-.11	.03	.63
(4) 今していることの価値は将来になってわかるものだ。	.12	.04	.63

因子間相関	Ⅰ	Ⅱ	Ⅲ
Ⅰ	-	-.03	-.24
Ⅱ		-	.22
Ⅲ			-

第1因子は5項目（8番，9番，10番，11番，12番）で構成されており，将来無関心因子とした。第2因子は3項目（2番，5番，6番）で構成されており，現在重視因子とした。第3因子は2項目（3番，4番）で構成されており，満足遅延因子とした。それぞれの因子の命名に関しては，白井（1993）の「将来無関心」，「現在重視」，「満足遅延」という因子名を参考に決定した。

下位尺度得点と信頼性の検討　先ほどの時間的信念尺度の因子分析において，因子別に1項目あたりの平均得点を算出し，その得点を各下位尺度得点とした。したがって，得点範囲は1点から5点の範囲にわたる。将来無関心得点（平均3.23，SD = 0.76），現在重視得点（平均3.96，SD = 0.78），満足遅延得点（平均3.83，SD = 0.87）であった。

BDI得点と時間的信念尺度の信頼性係数（α係数）およびそれぞれの男女別の平均値と標準偏差（*SD*）および平均値の差の検定の結果（*t*検定）を示した（Table2）。

Table2. BDI得点と時間的信念尺度の各因子の信頼性係数と男女別記述統計

	α	男性 (*N*=103) 平均値	*SD*	女性 (*N*=167) 平均値	*SD*	全体 (*N*=270) 平均値	*SD*	性別による *t*検定の結果 *t*値
BDI得点	.87	13.44	(9.98)	13.48	(7.80)	13.46	(8.67)	-0.04 *n.s.*
将来無関心	.66	3.18	(0.78)	3.27	(0.75)	3.23	(0.76)	-0.88 *n.s.*
現在重視	.61	3.97	(0.76)	3.96	(0.79)	3.96	(0.78)	0.15 *n.s.*
満足遅延	.56	3.91	(0.90)	3.78	(0.85)	3.83	(0.87)	1.16 *n.s.*

内的整合性を検討するために各因子のα係数を算出したところ，将来無関心でα=.66，現在重視でα=.61，満足遅延でα=.56であった。男女差を検討したところ，いずれの得点についても有意な差は見られなかった（将来無関心$t(268) = 0.88$, *n.s.*；現在重視$t(268) = 0.15$, *n.s.*；満足遅延$t(268)=1.16$, *n.s.*）。

また，BDI合計得点の平均値は13.46，*SD*は8.67であった。このBDIについても男女差の検討を行ったところ，有意な差は認められなかった（$t(268) = 0.04$, *n.s.*）。

Table3. 時間的信念尺度とBDI得点の相互相関（男女込み）

	将来無関心	現在重視	満足遅延	BDI得点
将来無関心	—	.04	-.14 *	.08
現在重視		—	.18 **	-.27 ***
満足遅延			—	-.20 **
BDI得点				—

*$p<.05$, **$p<.01$, ***$p<.001$

相関関係　時間的信念尺度とBDI得点の男女込みの相互相関をTable3に，男女別の相互相関をTable4に示す。男女込みでは将来無関心と満足遅延の間に負の有意な相関，現在重視と満足遅延との間に正の有意な相関，現在重視とBDI得点との間に負の有意な相関，満足遅延とBDIとの間に負の有意な相関が見られた。しかし男女別の相関を見ると，男女で相関のパターンが異なっており，男性では現在重視と満足遅延，現在重視とBDI得点がほぼ無相関なのに対して，女性では現在重視と満足遅延との間に正の有意な相関，現在重視とBDI得点との間に有意な負の相関が見られた。

Table4. 時間的信念尺度とBDI得点の相互相関（男女別）

	将来無関心	現在重視	満足遅延	BDI得点
将来無関心	—	.11	-.15	.11
現在重視	-.01	—	.02	-.15
満足遅延	-.12	.28 ***	—	-.25 *
BDI得点	.06	-.37 ***	-.16 *	—

*$p<.05$, ***$p<.001$
右上：男性，左下：女性

因果関係の検討　時間的信念尺度の3つの下位尺度得点がBDI得点に与える影響を検討するために，重回帰分析を行った。因果モデルに使用する観測変数は，時間的信念尺度の因子分析において確認された3つの因子得点（それぞれ項目数が異なるため平均値を用いた）と，BDI得点である。なお，

先ほど行った相関関係の検討では，男女で関連の差が見られていたので，男女別に重回帰分析を行った。結果をTable5に示す。また，男女別の重回帰分析に基づくパス図をFigure1に示す。なおFigure1には先ほど算出した時間的信念尺度の下位尺度間相関も示してある。

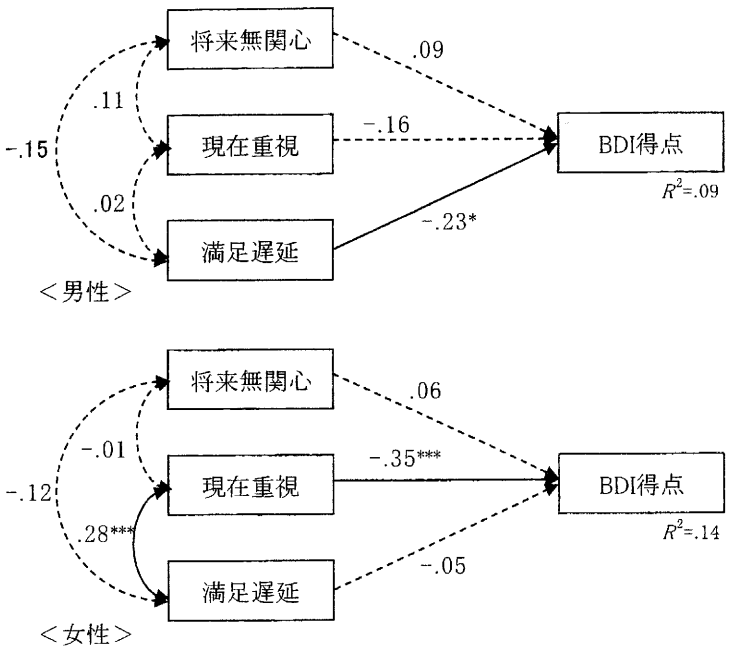
Table5. 男女別の重回帰分析結果

	男性	女性
	β	β
将来無関心	.09	.06
現在重視	-.16	-.35 ***
満足遅延	-.23 *	-.05
R^2	.09 *	.14 ***

*p<.05, ***p<.001
β:標準偏回帰係数

まず男性では，R^2 = .09であり，満足遅延からはBDI得点に対する負の標準偏回帰係数が有意であった（β=-.23（p<.05））。なお，多重共線性の問題について確認するため，説明変数についてVIF（Variance Inflation Factor）値を算出したところ，満足遅延についてはVIF = 1.03であり，多重共線性の問題は存在しないと考えられた。その一方で女性では，R^2 = .14であり，現在重視からBDI得点への負の標準偏回帰係数が有意であった（β= -.35（p<.001））。なお，VIF値を算出すると，現在重視においてはVIF = 1.09であり，多重共線性の問題は認められないことが示唆された。

以上のように，男性と女性において，抑うつ気分傾向に及ぼす時間的信念が異なっていること，男性は満足遅延を行わないほど，抑うつ気分傾向を高める傾向にあるが，女性は現在を重視しないほど，抑うつ気分傾向を高めるという特徴があることが明らかにされた。



*p<.05, ***p<.001
有意なパスは太線，有意でないパスは破線でしめしている

Figure1. 男女別の時間的信念とBDI得点の関連（誤差変数は省略）

考　察

時間的信念が抑うつ傾向に及ぼす影響　本研究の目的は，時間的信念が大学生の抑うつ傾向に有意な影響を与えるか否かについて重回帰分析を使用して検討することであった。

これまでの研究では，時間的展望と抑うつとを検討した結果，時間的展望が抑うつに影響力を持つことが明らかとなっている（神田・林，2006）。しかし，Beck（1979）の抑うつ理論では，認知的な面と抑うつの関連を重視していることから，時間的展望のメタ認知の概念である時間的信念こそが抑うつを直接的に説明できると予想された。

今回の調査では，時間的信念尺度の因子分析の結果，将来無関心，現在重視，満足遅延の因子に分かれ，時間的信念尺度が白井（1993）と同様の3つの因子で構成されることが示された。

また，時間的信念が抑うつ傾向に及ぼす影響には信念の持ち方による性差があり，現在重視が強い場合に抑うつが強くなるのではないかという仮説を立てていた。性別によって時間的信念が抑うつに及ぼす影響が異なっているという事実を発見することができ，仮説が支持された。また，男女別に分けてみると，男性にとっては，満足遅延が低いほど，抑うつが強まる傾向があり，女性では，現在重視が低いほど，抑うつに至る傾向にある。これらの結果から，時間的信念は抑うつに対して影響力を持つが，その影響は男女の性別によって異なることが明らかとなった。従来から，時間的展望の性差として，女性は男性に比べて近い未来の展望を持つことが明らかになっており（白井，1991；都築，1999），本研究もこれまでの結果を支持した。

性役割やキャリア選択の視点から，女性は条件の変化によって将来の選択肢が多くなることが考えられるため，現在直面している生活の質を優先して高める意識を持つことで抑うつを低減することができると考えられる。一方，男性は現在を未来につながった準備の時間と考える直線的な展望を持ちやすいことが報告されており（園田，1989；都築，1999），現在と将来とを結び付けて考え，現在感じている苦痛のすぐ先に幸福や満足があるというように，視点を未来に向けることで抑うつを抑えられると考えられる。また園田（2007）は，時間的展望の性差について，男性役割は「仕事」であり，「目標・計画・達成・挑戦」という将来的な性格を持つのに対して，女性は「家事・育児」という「維持・回復・調整」という伝統的な性役割の違いが影響を与えると考察している。園田（2007）によれば，男性が，仕事を中心に未来の計画や目標から現実を捉えることに比べ，女性は，生活の質を高め居心地の良い場所を作り安心できる環境を作るような生活の質を高めるための「現実的な展望」を持つということである。これは，本研究の結果にも反映されており，未来を重視することによって抑うつを低減させようとする男性，現在を重視することで抑うつを低減させようとする女性の両者の性役割における本来の時間的展望の特徴であると考えられる。

本研究の場合，大学生を対象に行った。大学生という青年期において性役割の同一性を確立することは重要な課題であると考えられているが（遠藤・橋本，1998），近年，性役割態度に対する急激な変化がみられることから，将来への分岐点にある大学生はその変化についていくことができず困惑しているという側面もあるのかもしれない。また，伝統的な男性的特性，女性的特性がどれだけ自分自身に当てはまるかという性役割の自己知覚と精神的健康との関連については，性役割志向が本人のジェンダーと一致している場合に精神的健康度が高くなるという一致モデル（The Congruence Model）が報告されている（Abraham, 1911/1949; Kagan, 1964; Mussen, 1969; Lubinski, Tellegen, & Butcher, 1981）。このモデルを援用すると，本研究の結果は，伝統的な性役割観を取ることによって精神面の安定を保とうとしたことを反映している可能性があると思われる。今後，この点についても詳しい検討が必要になるであろう。

臨床への応用　本研究の結果から，時間的信念は少なくともふたつの下位概念を通して，抑うつ傾向のバッファーとなりうることが示された。つまり，男性は満足遅延，女性は現在重視を強めることで，抑うつ傾向に陥ることを避けることができると結論づけることができる。このことから，抑うつ傾向に対する臨床的介入に際して，時間的信念を心理療法内で扱うことに意義があることが認められた。

本論文では，上述の研究結果を踏まえて，抑うつを低減するために有効である満足遅延や現在重視の強化方法を以下のように提案する。

第一に，相手のクライエントの性別によって異なった時間的信念に対するアプローチを取る必要があるということが重要である。具体的な心理療法場面における介入方法を論じてみたい。例えば，「今つらい状況に身を置いている」と語る男性のクライエントに対しては，将来のためにそのつらい現状が必要だと考えるようにはたらきかけることが有効である。また，現在の自分自身の行為を無価値に感じている男性のクライエントの場合には，価値というものは未来にならなければその価値はわからないとの気づきをサポートし，現在と未来を結びつけることに注意を向けられるようにすることが抑うつを低減させるために有効であると考えられる。

次に，女性のクライエントの場合では，「今ここに生きている」という実感を通して，目の前の現在を価値あるものとして感じられるよう働きかけることが必要である。そして，現在を大切にすることの積み重ねが将来であるという連続性を持たせることによって，抑うつを低減・予防することができると考えられる。

以上のように本論文の結果から，心理臨床の現場や日常生活に生かすための示唆が与えられた。しかしながら，これらの介入については限界があると思われる。これらの介入方法は，本論文で対象とした軽度の抑うつ傾向を低減するための心理的なメカニズムに焦点を当てものであった。抑うつの程度が深刻になればなるほど，つまり重篤なうつ病に近づくほど，時間的信念の持ち方を変えることが困難になると考えられる。したがって，深刻な抑うつ者に臨床的介入を行う場合には，薬物療法のような精神医学的な治療が欠かせないと言えるだろう。

本研究の限界と今後の課題　本研究から以下の3点が今後の課題として検討される必要がある。

第1に，用いた時間的信念尺度の妥当性が十分でなかったことである。この尺度は，白井（1993）によって開発されたものであるが，白井の報告においても信頼性は十分ではなかったと結論づけられている。そのため，今後は，この時間的信念の概念を整理してより精度の高い尺度を作ることが必要である。

第2に，今回は抑うつのみを取り上げたものの，他に影響する概念が介在する可能性の検討が行われていない点である。特に，不安は抑うつと強い関連のあることが知られている（Clark & Watson, 1991；田中・佐藤・境泉・坂野，2007）。例えば，ある認知的変数と抑うつとの相関関係が示された場合でも，その認知的変数は実際には不安と関連しており，抑うつとはそれほど関連していない可能性が指摘されている（Beuke, Fischer & McDowall, 2003）。そのため，今後は抑うつと不安ともに測定した上で，その影響を検討して結論づける必要があると言える。

なお今回，BDI得点に性差が見られなかったことは，これまでの海外の研究や神田・林（2006）による結果とはやや異なっていた。この性差の検討は，今回のサンプルが例外的であった可能性もあり，今後BDI得点の性差を検討する必要がある。また時間的信念尺度の信頼性の問題点として，本研究で使用した時間的信念尺度のα係数が十分に高い値ではなかったことがあげられる。この結果は，時間的信念尺度が十分ではないことを示唆している。そこで今後は，この概念や尺度を再び修

正し，検討することで改善していくことが期待される。また，今回の調査では，時間的信念と抑うつの関連のみしか検討しなかったが，時間の概念には時間的展望，時間的指向性，時間的態度，時間的信念など隣接概念も多く，これらの類似した概念や関係を整理する必要があるだろう。

最後に，本研究で取り上げた抑うつ傾向は，臨床場面で見られるような疾患単位としてのうつ病ではなく，日常的にしばしば見られる軽度の抑うつ，抑うつ傾向であった。したがって，本研究の結果は，そのまま成人のうつ病者に適用できるわけではないことに気をつけなければならない。

注

広義の抑うつとして，3つの意味があるといわれている（坂本，1997）。坂本（1997）は，抑うつ(depression）を抑うつ気分，抑うつ症状，うつ病の3つに分類している。本研究の抑うつ，抑うつ傾向という言葉は，気分や感情面，それと随伴した認知面や動機付け面，身体面などの広範な諸症状を指す抑うつ症状の意味で用いた。

謝辞

本論文の作成にあたり，寺沢英理子教授（札幌学院大学），増田梨花教授（金沢工業大学）には丁寧なご指導を賜りました。また尺度の使用を快諾してくださいました白井利明教授（大阪教育大学）に厚くお礼を申し上げます。そして本調査を行うにあたり調査実施にご協力いただきました先生方，調査に回答していただきました学生の皆様に心より感謝申し上げます。

引用文献

Abraham, K. (1949) Notes on the psycho-analytical investigation and treatment of manic-depressive insanity and allied conditions (original work published 1911). In E. Jones (Ed.), *Selected papers of Karl Abraham* (D. Bryan & A. Strachy, Trans.). London:Hogarth.

Beck A. T., Ward, C., Mendelson, M. (1961) Beck Depression Inventory (BDI). *Archives of General Psychiatry*, 4, 561-571.

Beck, A. T. (1976) *Cognitive Therapy and the emotional disorders*. New York:International Universities Press. (大野裕（訳）(1990) 認知療法－精神療法の新しい発展　岩崎学術出版社)

Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F., & Emery, G. (1979) *Cognitive therapy of depression*. New York: Guiford Press. (神村栄一・前田基成・清水里美・坂野雄二（訳）(1992) うつ病の認知療法　岩崎学術出版)

Beuke, C. J., Fischer, R., & McDowall, J. (2003) Anxiety and depression:Why and how to measure their separate effects. *Clinical Psychology Review*, 23, 831-848.

Breier-Williford, S., & Bramlett, R. K. (1995) Time perspective of substance abuse patients: Comparison of the scales in Stanford Time Perspective Inventory, Beck Depression Inventory, and Beck Hopelessness Scale. *Psychological Reports*, 77, 899-905.

Clark, L. A., & Watson, D. (1991) Theoretical and empirical issue in Differentiating depression from anxiety. In J. Becker & A. Kleinman (Eds.), *Psychosocial aspects of depression*. Hillsdale, NJ:Lawrence Erlbaum Associates. pp. 39-65.

Dilling, C. A. & Rabin, A. I. (1967) Temporal experience in depressive states and schizophrenia. *Journal of Consulting Psychology*, 31, 604-608.

Ellis, A. & Dryden, W. (1987) *The practice of rational-emotive therapy (RET).* New York : Springer Publishing. (稲松信雄・重久剛・滝沢武久・野口京子・橋口英俊・本明寛（訳）(1996) REBT入門：理性感情行動療法への招待　実務教育出版)

遠藤久美・橋本宰（1998）性役割同一性が青年期の自己実現に及ぼす影響について　教育心理学研究，46，86-94.

林潔（1988）学生の抑うつ傾向の検討　カウンセリング研究，20，162-169.

林潔・瀧本孝雄（1991）Beck Depression Inventory（1978年度版）の検討とDepressionとSelf-efficacyとの関連についての一考察　白梅学園短期大学紀要，27，43-52.

Kagan, J. (1964) Acquisition and significance of sex-typing and sex-role identity. In M. L. Hoffman & L. W. Hoffman (Eds.), *Review of child development research, Vol.* 1. New York:Russell Sage Foundation, pp.137-168.

神田信彦・林潔（2006）大学生の抑うつ傾向－自己注目及び時間的展望との関係　応用心理学研究，31，113-122.

木村敏（1982）時間と自己　中央公論社

Lewin, K. (1951) *Field theory in social science:Selected theoretical papers.* New York:Harper & Brothers. (猪股佐登留訳（1979）科学における場の理論（増補版）誠信書房)

Lubinski, D., Tellegen, A., & Butcher, J. N. (1981) The relationship between androgyny and subjective indicators of emotional well-being. *Journal of Personality and Social Psychology,* 40, 722-730.

Mussen, P. H. (1969) Early sex-role development. In D. A. Goslin (Ed.) *Handbook of socialization theory and research.* Chicago:Rand-McNally. pp.707-732.

Orme, J. E. (1962a) Time Estimation and Personality. *Journal of Mental Science,* 108, 213-216.

Orme, J. E. (1962b) Time studies in normal and abnormal personalities. *Acta Psychologica,* 20, 285-303.

坂本真士（1997）自己注目と抑うつの社会心理学　東京大学出版会.

園田直子（1989）時間的展望における接近的及び回避的“possible selves”の認知　九州帝京短期大学紀要，3，1-16.

園田直子（1989）時間展望に見られるpossible selvesの認知　九州帝京短期大学紀要，1，7-21.

園田直子（2002）大学生の進路確定と時間的指向性　日本教育心理学会総会発表論文集，44，136.

園田直子（2003）大学生の進路決定と現在指向　久留米大学心理学研究，2，63-70.

園田直子（2007）文化・ジェンダー・社会変動　都築学・白井利明（編），時間的展望研究ガイドブック（pp.118-133）ナカニシヤ出版

白井利明（1991）青年期から中年期における時間的展望と時間的信念の関連　心理学研究，62，260-263.

白井利明（1993）時間的信念尺度の検討に関する研究　大阪教育大学紀要（第Ⅳ部門），42，51-57.

白井利明（1995）現代における“ポジティブな現在指向”の意義と検討課題　大阪教育大学教育研究所報，30，61-68.

白井利明（1994）時間的展望の生涯発達に関する研究の到達点と課題　大阪教育大学紀要（第Ⅳ部門），42，187-216.

白井利明（1996）時間的展望とは何か－概念と測定－　松田文子・調枝孝治・甲村和三・神宮英

夫・山崎勝之・平伸二（編），心理的時間－その広くて深いなぞ－（pp.380-394）北大路書房
白井利明（1997）時間的展望の生涯発達心理学　勁草書房
田中誠一・佐藤寛・境泉洋・坂野雄二（2007）自己注目と抑うつおよび不安との関連 心理学研究，78，365-371.
都筑学（1999）大学生の時間的展望－構造モデルの心理学的検討－　中央大学出版部.
Wyrick, R. A. & Wyrick, L. C. (1977) Time experience during depression. *Archives of General Psychiatry*, 34(12), 1441-1443.

Effects of Time Beliefs on Depression in University Students

Asato MORITA
Graduate School of Arts and Sciences, International Christian University

The purpose of this study was to examine the effects of time beliefs on depression in university students through a questionnaire survey. University student participants (n=270) completed the Time Beliefs Scale that was developed by Shirai (1993) and the Beck Depression Inventory's Japanese version that was developed by Hayashi (1988). 'A time belief' is the individual value system regarding the time perspective. Factor analysis of the responses identified three factors—the lack of concern for the future, attachment to the present, and delay in gratification—which corroborated the results of Shirai's (1993) study. Multiple regression analysis indicated gender specific tendencies. Delay in gratification had a negative effect on the depression in men, whereas attachment to the present had a negative effect on the depression in women. In addition, it was observed that depression was not affected by the lack of concern for the future. The above results suggest that depression in university students was affected by time beliefs. Therefore, in clinical settings, psychotherapeutic support regarding time beliefs might prevent depression through the delay in gratification in the case of males and attachment to the present in the case of females.

Key words : depression, time belief, time perspective, university students, Beck Depression Inventory (BDI)

(2009年9月2日受稿：2010年3月27日受理：2010年4月12日最終稿受理)