

修士論文（要旨）
2015年1月

日本人向けユーモアスタイル質問紙の作成とユーモアの心理的効用について

指導 山口 一 教授

心理学研究科
臨床心理学専攻
213J4014
村木 美有

Master' s Thesis(Abstract)
July 2015

On the Development of a Humor Styles Questionnaire for Japanese and the
Psychological Effects of Humor

Miyu Muraki
213J4014

Master' s Program in Clinical Psychology
Graduate School of Psychology
J. F. Oberlin University
Thesis Supervisor: Hajime Yamaguchi

目次

1.	問題と目的	1
2.	方法	1
(1)	予備調査	1
(2)	本調査	1
3.	結果	1
(1)	予備調査	1
(2)	本調査	1
4.	考察	2
	引用文献	i

要 旨

1. 問題と目的

日本語ではユーモアはポジティブな意味として使うが、海外ではポジティブな意味だけでなくネガティブな意味も含まれている。それ故に、ユーモアの定義が曖昧となり(上野, 1993; 深田・加藤, 2000; 吉田, 2012), 研究が困難となってしまうことが問題とされている(椎野, 2012)。Martin ら(2003)は、様々なユーモアスタイルが心理的健康に異なる形で関連すると考え、Humor Styles Questionnaire (以下; HSQ)を作成した。HSQ は、対人間の緊張を和らげる「親和的ユーモア」、自分を励ます自己高揚的ユーモア、自分を過度にネタにする自虐的ユーモア、相手を攻撃する攻撃的ユーモアで構成されている。日本では、HSQ の翻訳版として、木村ら(2008)の邦訳版 HSQ、吉田(2012)の日本語版 HSQ が作成されている。しかし、これらには問題点があり、その一つとして、HSQ を作成したカナダのユーモアと日本のユーモアのとらえ方の違いが上げられる。そこで、本研究では最もユーモアを使用する世代であり、最も精神的に不健康になる世代であると言われている青年期を対象に、Martin ら(2003)の4つのユーモアスタイルを踏まえて、予備調査では今までの日本語版 HSQ の問題点を改善した日本人向け HSQ 尺度を作成すること、本調査では予備調査の結果を踏まえて日本人におけるユーモアの心理的効用について検討した。

2. 方法

2014年5月～11月、都内A大学(18歳～25歳)の大学生(予備調査130名、本調査226名)に対し、質問紙調査を実施した。

(1) 予備調査

Martin *et al.*の4つのユーモアスタイルを踏まえ、日本人の感覚にも当てはまりそうな項目を新たに作成し、合計40項目を候補として予備尺度を作成した。質問紙の内容は①日本人向け HSQ 予備尺度候補数40項目、②邦訳版 HSQ、③フェイスシートとした。

(2) 本調査

より日本人向けに作られた HSQ の改訂版を作成するため、オリジナル HSQ 項目の意味に近い訳として一部修正した吉田版 HSQ(2012)を使用し、それに予備調査で内的一貫性が高いと判断された項目を加えてより信頼性が高い日本人向け HSQ を作成した。また Martin(2006)が提唱した「ユーモアと精神的健康の3条件」を基にユーモアの心理的効用を確認すべく、以下の尺度と吉田版 HSQ と新たに作成した日本人向け HSQ の相関を調べた。100項目以内に調整する為、質問紙を2種類用意した。共通項目を①フェイスシート、②予備調査で作成した日本人向け HSQ 尺度、③日本語版ユーモアスタイル質問紙(吉田, 2012)とし、Aパターンを④精神的回復力尺度(小塩ら, 2002)、⑤Rosenberg 自尊感情尺度(Mimura&Griffiths, 2007;内田ら, 2010)、Bパターンを④STAI 日本語版(状態不安)(清水ら, 1981)、⑤成人用ソーシャルスキル自己評定尺度(関係開始、関係維持、主張性)(相川ら, 2005)とした。

結果

(3) 予備調査

ネガティブユーモアについては、オリジナル HSQ と比較して、邦訳版 HSQ は項目数、Cronbach の α 係数ともに低い結果となった。それに対し、日本人向け HSQ 予備尺度候補は攻撃的ユーモアに関しては、木村らと同様に他の因子と比べて低い値となったが、全体的な項目数や α 係数を見たところ、邦訳版 HSQ より今回作成した予備尺度のほうが高い値が出た。

(4) 本調査

今回作成した日本人向け HSQ は最終的に4因子25項目が抽出された。吉田版 HSQ は、オリ

ジナル版 HSQ と同じ 4 因子となったが、項目数、 α 係数ともにオリジナル版 HSQ より低い結果となった。それに対し、今回作成した日本人向け HSQ は、攻撃的ユーモア以外に新規項目が追加され、 α 係数も高い結果($\alpha=.84\sim.71$)となり、既存の日本語版 HSQ より改善された。また、男女差の検討をしたところ、自虐的ユーモア、攻撃的ユーモアについては、共に女性よりも男性の方が有意に高い($p<.01$)結果が示された。心理的効用の結果については表 1 に記す。

表1, 日本人向けHSQ尺度と各尺度との相関

	精神的回復力			ソーシャルスキル				STAI(状況)
	肯定的な 未来志向	感情調整	新奇性追求	関係開始	関係維持	主張性	自尊感情	
親和的	.230 *	-.013	.173	.272 **	.315 **	.167	.160	-.113
自己高揚的	.374 **	.324 **	.167	.465 **	.144	.186 *	.509 **	-.124
自虐的	-.083	-.148	-.085	.134	-.090	-.033	-.191 *	.069
攻撃的	-.146	-.087	-.147	-.017	-.339 **	-.157	-.010	.051

* $p<0.05$ ** $p<0.01$

3. 考察

本研究で作成した日本人向け HSQ 尺度は、新規項目が追加され、 α 係数なども既存の日本語版 HSQ 尺度より高い結果となったことから、有用性の高い尺度が作成されたと考えられる。しかし、攻撃的ユーモアについては項目数も少なく α 係数もやや低いことから改善の余地があった。心理的効用については、親和的ユーモアは、肯定的な未来志向と関係開始、関係維持との間に関連が見られたことから、対人関係を構築し維持するために効果的なユーモアスタイルであるが、感情調整、主張性と関連がないことから、必ずしも個人の感情の調整や主張に良い影響を与えないユーモアであると考えられる。続いて、自己高揚的ユーモアは、肯定的な未来志向、感情調整や関係開始、自尊感情との間に関連が見られた。直面した困難やストレスに対して、自分を励ますユーモアの効果だけではなく、他者との関係も構築することについて有効なユーモアスタイルであることが示された。また自虐的ユーモアについては、心理的諸尺度と .20 以上の相関が見られなかったことから、必ずしも個人に悪い影響は与えないユーモアであると考えられる。

今後、攻撃的ユーモアの改訂に加え、カナダと日本の心理的効用の違いについて、対象者を幅広い地域や世代、また他の心理的効用を取り上げるなど、さらに詳細に検討することが課題である。

引用文献

- 相川 充・藤田正美(2005). 成人用ソーシャルスキル自己評定尺度の構成. 東京学芸大学紀要教育学科, **56**, 87-93.
- 深田美香・加藤圭子(2000). ユーモア志向性と精神的健康の関連に関する検討—NK細胞活性化を指標として. 鳥医短大紀要, **32**, 59-66.
- 木村真依子・津川律子・岡隆(2008a). 邦訳版 Humor Styles Questionnaire 作成および信頼性・妥当性の検討. 精神医学, **50**, 151-157.
- Martin, R. A., Puhlik-Doris, P., Larsen, G., Gray, J., Weir, K. (2003). Individual differences in uses of humor and their relation to psychological well-being: Development of the Humor Styles Questionnaire. *Journal of Research in personality*, **37**, 48-75.
- 小塩真司・中谷素之・金子一史・長峰伸治(2002). ネガティブな出来事からの立ち直りを導く心理的特性—精神的回復力尺度の作成. カウンセリング研究, **35**, 57-65.
- 椎野 睦(2012). ユーモアの自己支援的効果と抑うつとの関連性. 立正大学心理学研究年報, **3**, 83-90.
- 清水秀美・今栄国晴(1981). STATE-TRAIT ANXIETY INVENTORY の日本語版(大学生用)の作成. 教育心理学研究, **29**, 348-353.
- 塚脇涼太・越良子・樋口匡貴・深田博己(2009). なぜ人はユーモアを感じさせる言動を取るのか?—ユーモア表出動機の検討. 心理学研究, **80**, 397-404.
- 上野行良(1993). ユーモアに対する態度と攻撃性及び愛他性との関係. 心理学研究, **64**, 247-254.
- 内田智宏・上埜高志(2010). Rosenberg 自尊感情尺度の信頼性および妥当性の検討—Mimura&Griffiths 訳の日本語版を用いて. 東北大学大学院教育学研究科研究年報 **58**, 257-266.
- 吉田昂平(2012). 吉田版 HSQ 質問紙の作成. 笑い学研究, **19**, 56-66.