

楽観主義に関する研究

—女子青年の自己概念・時間的信念との関係から—

神 田 信 彦 金 子 尚 弘

An Analysis of Optimism

— In relation to self-concept and time beliefs in female adolescents —

Nobuhiko Kanda and Naohiro Kaneko

The purpose of the present study was to clarify the features of optimism. To accomplish this aim, we investigated the relationships between optimism and other three variables which were self-concepts, time beliefs and commitment to present. A questionnaire of the Japanese version of Life Orientation Test (LOT: Togasaki & Sakano, 1985), the self-concept scale (Kato & Takagi, 1980), the Time Beliefs Scale (Shirai, 1993) and commitment to present that was subscale of Ego-identity Status Scale (Kato, 1983) was administered to 369 women who were university and vocational school for nurse. The main results were as follows: (a) Optimism had significant and positive relation with self-concept (activeness and cheerfulness-friendliness); (b) It had significant but small relation with time beliefs (attachment to the present and delay of gratification); (c) It had significant and positive relation with commitment to present. These results suggested that optimism had self-reliance as background factor.

Key words: optimism, time beliefs, commitment to present, self-concept

問 題

認知スタイルは、個人の適応的行動に影響を与える重要な要因であり、その個人の先行経験の蓄積に基づいて形成される比較的安定した属性であると言える。人は自己の内外からの複雑な刺激を受け取り、それに対して反応や行動を起こすが、認知スタイルは刺激と行動との間にあって行動の質や量の決定に影響を与える仲介変数であると考えられる。

認知スタイルの中で、近年注目されているものに楽観主義がある。Scheier & Carver (1985) によれば、楽観主義は「ものごとがうまく進み、悪いことよりもよい事が生じようという信念を一般的に持つ傾向」と定義される。楽観主義の程度を決定する主要な要因の一つは、その個人の先行経験の結果の内容の肯定的側面と否定的側面の関係にあると考え

られる。肯定的な結果を多く経験していれば、楽観主義傾向は高くなり、否定的結果を多く経験していれば楽観主義傾向は低いもの（つまり悲観主義）となると予想される。

ところで、楽観主義に関するこれまでの研究では、人の心身の健康との関係を検討しているものが多く見られる。例えば、楽観主義が高い人は低い人に比べ、健康的であること (Scheier et al., 1985; Seligman, 1988; 戸ヶ崎・坂野, 1993), 抑うつ傾向が低いこと (戸ヶ崎・坂野, 1993) などの結果が得られており、個人の楽観主義の程度の違いは人の行動に影響を与える事が明らかにされつつある。このように先行研究においては、楽観主義の仲介変数としての機能に注目した研究が多いが、楽観主義の特性を他の認知的変数との関係で扱った研究はあまりみられない。上述したように、認知スタイルは当該の個人の先行経験によって形成されると考えられるが、同時に他の認知的要因とも相互に影響を与え合いながらその特性を決定していく側面があると言えよう。また他の認知的変数との関係を吟味することで楽観主義の特性の背景となる要因を明確にすることが可能となる。

そこで本研究では、楽観主義と個人の適応に影響を与える認知的要因として自己概念と時間的信念を取り上げ、それらの関係を検討し楽観主義の背景要因を明確にする。

まず、自己概念との関係については、楽観主義の程度と自己概念が肯定的であるか否かが正の関係にあることが予想される。自己概念を形成する要因として、様々な過去の先行経験、他者からの評価などをあげることができるが、前者との関係に注目すると、その経験の質と量によって自己概念が規定されると考えられる。つまり肯定的な結果を含む経験を重ねれば、それに関連する自己概念も肯定的となり、否定的な結果を多く経験すれば、それに関連する自己概念も否定的になると考えられる。これは楽観主義の程度を決めるメカニズムと同等の関係にあり、この範囲内において正の関係が予想されるのである。

時間的信念について白井 (1991) は、行動への動機づけを含む個人の時間的展望に関する価値体系を時間的信念としてとらえ、『時間的展望に対するメタ認知』や『個人が自己や他者の時間的展望を評価する際にその評価を方向づける働きを持つ』ものとして位置づけている。白井は、これについて「今が楽しければよい」に代表される快樂的態度の「刹那主義」、
「将来のより高い目標の達成のために満足を遅延し努力する」態度の「展望主義」をその例として取りあげた。さらに白井 (1993) は因子分析の結果に基づきこれらを「刹那主義」にあたる「将来無関心」、現在と未来の関係を認めながらも現在を重視する「現在重視」及び目標志向性の高い「満足遅延」の3つの信念に再分類している。

楽観主義と時間的信念との関係を検討することによって、楽観主義の概念内容をさらに明確化することが可能となる。楽観主義は「物事がうまく進み、悪いことよりもよいことが生じるだろうという信念を一般的に持つ傾向」を意味するが、ここで注目しなければならないことは、当該の個人が行動を積極的に起こせば肯定的な結果が生起することであるのか、行動を積極的に起こさなくても肯定的な結果が生起することを意味するのか、あるいはその両方を含んだあらゆる場面での肯定的な結果を意味するのかということである。言い換えれば自力本願を背景にしているのか、他力本願を背景にしているのか、あるいは両者（自・他力本願）を背景にしているのかということである。もし自力本願を背景にしているのであれば、楽観主義は、自分の行動の積み重ねが将来につながると考える「満足遅延」や「現在重視」と正の関係にあることが予想される。また楽観主義が他力本願を背景にしているのであれば、「よいことは向こうからやってくる」という形で楽観主義があらわれるので刹那的傾向を意

味する「将来無関心」との間に正の関係が予想される。さらに両者を背景にしているのであれば、上述のそれぞれの関係から時間的信念の下位因子それぞれと弱い正の関係にあることが予想される。

さらに個人が自分の現在の行動をどのように評価しているか、ということとの関係を検討することによって、楽観主義の内容を明らかにすることが可能である。その評価の指標として加藤（1980）の自我同一性地位判定尺度の下位因子の一つである「現在の自己投入」を採用した。「現在の自己投入」は個人が自分の目標を持ちその実現に向けてどれだけコミットメントしているかを示す指標であり、楽観主義が自力本願を背景にしているのであれば、「現在の自己投入」と正の関係が予想される。

方 法

調査対象 都内の私立大学の教職課程を受講する女子学生129名、及び都内の看護専門学校の女子学生240名、計369名。

調査の時期 1997年1月中旬から下旬の授業時間に実施した。

質問紙の構成

(1)楽観主義尺度：戸ヶ崎・坂野（1993）によって作成された8項目からなる日本語版 Life Orientation Test（以下LOT）を用いた。

(2)自己概念の測定：加藤・高木（1980）によって作成された自己概念尺度を用いた。この尺度は60項目で構成され「反社会性」、「意識性・活動性」、「几帳面さ・清潔さ」、「明朗性・友好性」、「情緒性」及び「誠実さ」の6つの下位尺度で構成されており、3件法（「あてはまる」、「どちらでもない」、「あてはまらない」）で回答を求めた。

自己概念については、加藤らは青年を対象に自己概念の分析を行い、「反社会性」「意欲性・活動性」「几帳面さ・清潔さ」「情緒性」および「誠実さ」の6つの因子を得ている。

(3)時間的信念の測定：白井（1993）の作成した時間的信念尺度を使用した。この尺度は12項目で構成され、「満足の遅延」、「現在重視」及び「将来無関心」の3因子で構成される。

(4)現在の自己投入：加藤（1983）の作成した12項目からなる同一性地位判定尺度。このうち現在の自己投入の水準を測定する「私は今自分の目標を成し遂げるために努めている」をはじめとする4項目で構成される。

なおLOT、同一性地位判定尺度（現在の自己投入）、時間的信念尺度及び LOTは、「まったくその通りだ」から「全くそうでない」までの6件法で回答を求めた。

結果の整理

1. 分析に用いる指標の整理

LOT：戸ヶ崎・坂野の因子分析によるとLOTは「現在と将来に対するポジティブな思考」と「過去に対するネガティブな思考」の2因子が抽出されている。一方本研究の被調査者を対象に主成分分析を実施（分析にあたって項目6,7は逆転項目として処理）した結果（Table 1）では、第1主成分の固有値が3.21で寄与率が40.10%であった。また各変数の第1主成分への因子負荷量はいずれも.50以上であった。また、第2主成分の固有値は1.20であ

り、寄与率は15.00%であった。第2主成分に対して因子負荷量の高かった2変数はいずれも.60台の値であった。第1主成分の寄与率は50%に達していないものの各変数の因子負荷量の高さを考慮すると8項目を1因子構造として捉えることが適当であると判断される。そこで本研究では楽観主義を1因子構造として以下の分析を進めることとした。

なおLOTを構成する8項目を対象にCronbachの α 係数を算出したところ約.78であり、以後の分析に耐えうる十分な内的整合性が得られた。また合計得点の平均は28.89 (標準偏差5.30)であった。また学校間で有意な差はみられなかった($t=.42$, $df=366$, n. s.)。合計得点の分布をみると正規分布に近かった。以後の分析に当たり合計得点が26点以下を楽観主義傾向低群、27点~31点を楽観主義傾向中群、さらに32点以上を楽観主義傾向高群とした。

Table 1 LOTの項目と主成分分析の結果

| | 第1主成分 | 第2主成分 |
|------------------------------------|-------|-------|
| 1. どんな状況でも、たいてい私はうまく切り抜けられる | .68 | -.01 |
| 2. 私はたやすくリラックスできる | .67 | -.34 |
| 3. 私はいつも物事をよい方向に解釈する | .68 | -.37 |
| 4. 私はいつも自分の将来を明るく考えている | .76 | -.14 |
| 5. 私は友達とうまく行っている | .58 | -.28 |
| 6. 私は今まで、物事が自分の思い通りになるなんて考えたことがない* | .50 | .67 |
| 7. 物事が思い通りに運んだためしがない* | .57 | .62 |
| 8. わたしはどんな困難にも解決の糸口があると信じている | .58 | .12 |
| 固有値 | 3.21 | 1.20 |
| 寄与率 | 40.10 | 15.00 |

*印は逆転項目であることを示す。

自己概念測定尺度：該当する60項目について因子分析(主因子法, バリマックス回転)を行ったところ、加藤・高木(1980)とほぼ同様の項目で構成される6因子が抽出された。また、各因子の α 係数は、「反社会性」.77, 「意欲性・活動性」.77, 「几帳面さ・清潔さ」.75, 「明朗性・友好性」.77, 「情緒性」.72および「誠実さ」.70であった。これらの値は各因子の内的整合性を保証するものである。

時間的信念尺度：該当する12項目を因子分析(主因子法, バリマックス回転)を行ったところ、白井(1995)と同様の項目で構成される「満足の遅延」, 「現在重視」および「将来無関心」の3因子が抽出された。各因子の α 係数は、「満足の遅延」.65, 「現在重視」.69および「将来無関心」.77であった。「満足の遅延」, 「現在重視」は値が若干低い項目数の少なさを考慮すれば、両因子は最低限の内的整合性を持つと考えられる。

現在の自己投入：同一性地位判定尺度を構成する12項目に対して因子分析(主因子法, バリマックス回転)を行い、3因子が抽出された。このうち第1因子は現在の自己投入を示す4項目が確認された。これは加藤(1983)の4項目と同じ項目であった。なお、 α 係数は、.75であった。

Table 2 楽観性 (LOT)の各群ごとの各自己概念の平均値と相関係数

| | 低 群 | 中 群 | 高 群 | 全 体 | 相関係数 |
|----------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------|
| 反社会性 | 18.18 (3.87) | 17.54 (3.85) | 16.98 (3.83) | 17.58 (3.83) | -.16 ** |
| 意欲性・活動性 | 17.95 (3.59) | 19.36 (3.32) | 22.00 (3.99) | 19.70 (3.95) | .47 *** |
| 几帳面さ・清潔さ | 20.96 (3.74) | 21.12 (3.51) | 21.39 (3.54) | 21.15 (3.59) | .07 |
| 明朗性・友好性 | 21.15 (3.93) | 23.15 (3.00) | 25.08 (2.93) | 23.09 (3.65) | .48 *** |
| 情緒性 | 22.37 (3.67) | 22.16 (3.85) | 21.19 (3.93) | 21.91 (3.84) | -.13 * |
| 誠実さ | 22.88 (3.07) | 23.71 (3.18) | 23.67 (2.96) | 23.43 (3.10) | .13 * |

N=369, *p<.05, **p<.01, ***p<.001 ()内は標準偏差
相関係数は全サンプルを対象にした値

Table 3 楽観性 (LOT) の各群ごとの時間的信念の平均値と相関係数

| | 低 群 | 中 群 | 高 群 | 全 体 | 相関係数 |
|-------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------|
| 満足の遅延 | 13.03 (2.62) | 13.92 (2.68) | 14.26 (2.65) | 13.74 (2.69) | .20 *** |
| 現在重視 | 13.31 (2.75) | 14.29 (2.47) | 14.90 (3.29) | 14.16 (2.89) | .23 *** |
| 将来無関心 | 20.89 (4.49) | 21.20 (5.32) | 20.47 (6.53) | 20.89 (5.46) | .01 |

N=369, ***p<.001 ()内は標準偏差
相関係数は全サンプルを対象にした値

Table 4 各変数間の積率相関係数

| | 満足の遅延 | 現在重視 | 将来無関心 | 現在の自己投入 |
|-------|---------|---------|--------|----------|
| 楽観性 | .20 *** | .23 *** | -.01 | .41 * |
| 満足の遅延 | | .34 *** | .20 ** | .35 * |
| 現在重視 | | | .00 | -.17 *** |
| 将来無関心 | | | | -.12 * |

N=367, *** p<.0001, ** p<.001, * p<.05

2. 楽観主義と他の変数との関係

LOTの水準別の自己概念の各下位因子祖点の合計の平均値をTable 2 に示した。また、LOTの水準別の時間的信念の3因子の祖点の合計の平均値をTable 3 に示した。

自己概念との関係 LOTと自己概念の各因子間の積率相関係数 (Table 2) をみると、LOTは「意欲性・活動性」、「明朗性・友好性」との間に有意で正の中程度の相関が見られた。「反社会性」、「情緒性」とは有意ではあるが極めて低い負の相関が、「誠実さ」とは同様に極めて弱い正の相関が得られた。また、LOTの各水準と学校を独立変数、自己概念の各因子を従属変数とする2要因6水準の分散分析を行った。その結果、「意欲性・活動性」、「明朗性」はそれぞれ $F=7.29$ ($df=2, p<.005$), $F=8.93$ ($df=2, p<.005$) とLOTの各群の主効果のみが有意であった。これについてTukey法による多重比較を行った。その結果、楽観主義的傾向が高い程、自分を「意欲性・活動性」、「明朗性・友好性」が高いとみなしていることが示された (高群>中群>低群; Table 1)。

時間的信念との関係 LOTと時間的信念の積率相関係数はTable 4 の通りである。「満足

の遅延」および「現在重視」との間に有意で弱い正の相関が見られた。「将来無関心」とは無相関であった。さらに、LOTの各水準と学校を独立変数、時間的信念の各因子を従属変数とする2要因6水準の分散分析を行った。その結果、「満足の遅延」($df=2$, $F=5.81$, $p<.003$), 「現在重視」($df=2$, $F=6.41$, $p<.002$)については、LOTの各水準の主効果のみが有意であった。次いでTukey法による多重比較を行った。その結果、中群、高群は低群に比較し、「満足の遅延」, 「現在重視」それぞれの傾向が高いことが示され (Table 3), 「将来無関心」は学校の主効果のみが有意であった ($df=1$, $F=11.29$, $p<.001$)。

現在の自己投入 LOTと「現在の自己投入」との積率相関係数は、.411 ($p<.001$)であった。また、LOTの各水準と学校を独立変数、「現在の自己投入」を従属変数とする2要因6水準の分散分析の結果、それぞれの独立変数の主効果はLOTの各水準群が $F=9.48$ ($p<.005$), 学校が $F=15.27$ ($p<.001$) でいずれも有意であった。さらにLOTの各群についてTukey法による多重比較を行ったところ、LOT得点が高い程、「現在の自己投入」の得点が高いことが示された (高群>中群>低群)。また、看護学生の方が教職課程を履修する大学生よりも高い「現在の自己投入」を示していることも明らかとなった。

考 察

楽観主義と自己概念との関係については、「意欲性・活動性」と「明朗性・友好性」との間に概ね仮説を指示する結果がえられた。「意欲性・活動性」は興味の追求や目標遂行行動への準備状態を示し、「明朗性・友好性」は対人場面への積極性を示すものであり、楽観主義はこれらの要因と関係しながら個人の行動に影響を与えているといえる。

時間的信念との関係については、相関係数による分析では、楽観主義概念を明確にできるだけの結果をえることはできなかった。つまり、楽観主義は「満足の遅延」, 「現在重視」と有意ではあるが、極めて弱い正の相関をえただけであった。ただし、「将来無関心」とは無相関であったことから、LOTで測定された楽観主義に対する「他力本願」的な背景は関係していないことが推測される。また、分散分析による分析ではF値はさほど高くないもののLOT中・高群は低群に比較し「満足の遅延」, 「現在重視」が高いことが示された。このことから楽観主義は「自力本願」的な背景を有する可能性が示唆される。

さらに「現在の自己投入」との関係を見ると相関係数は.41でありLOTの水準によって「現在の自己投入」得点が異なり、楽観主義傾向が高い人ほど自分が「現在の自己投入」を行っていることを認知していることが示された。「現在の自己投入」は当該の個人が自分の目標の実現に向けて現在どのように活動しているかを示す指標であるので、楽観主義はその背景に自分の行動に対する信頼があることを示唆するものであると言える。これは楽観主義と時間的信念との関係の分析で示された結果を補強するものであると言える。したがって、LOTにより測定された楽観主義傾向は、「他力本願」的な方向性よりも「自力本願」的な方向性を持つ可能性が高いと言える。

以上のように自己概念、時間的信念及び「現在の自己投入」との関係についての分析結果から、楽観主義は自分に対する肯定的な評価や自分自身の行動への信頼が関係することが示された。このことは、楽観主義が自分自身の行動への評価や裏付けもないまま、「他力本願」的な形で安易に明るい見通しを持つこと (安易な楽観主義) を意味するものではないこ

とを示している。しかしながら、このことは安易な楽観主義の存在を否定するものではない。それはLOTと他の認知的諸変数の間の相関係数の値がさほど高くないという事実によって示される。つまり、LOTで測定された楽観主義の中に安易な楽観主義傾向も含まれ、それが各相関を低くしている可能性がある。この点を明らかにすることで楽観主義の様相が明確になってくるのである。ただしここで注意しなければならないことは、楽観主義と安易な楽観主義を区別する必要があるのかという点にも配慮しなければならないということである。例えば、これまで明らかにされてきた心身の健康状態との関係などにおいて両者間の差の有無の検討を求められる。差異が明らかとなれば、楽観主義についてのさらに洗練された定義や分析が可能となり、楽観主義概念の有用性も高まると考えられる。

また、本研究は女子青年のみを対象として行ったが、今後男子青年を対象とした分析を行い、楽観主義と他の認知的要因との関係について性差の有無を確認し、今回の結果を一般化することが可能か否かを確認する必要もある。

最後に本研究の主目的ではなかったが、看護学生と教職課程を履修する4年制大学の女子学生との間に時間的信念の下位因子「将来無関心」の平均得点と現在の自己投入の平均得点に関して有意差が見られた。「将来無関心」については教職課程を履修する女子学生の得点が高く、「現在の自己投入」に関しては看護学生の得点が高かった。これについては、職業選択の水準や目的の実現可能性の程度が影響していると考えられる。看護学生は、学生生活を終え国家試験に合格すれば看護免許が取れ、看護婦として就職することができ、その実現に当たっては自分の努力と忍耐が重要な役割を担っていることが確実であるということであり、一方、教職課程を履修する女子学生は専門の勉強を別に抱え、また教員免許の取得は比較的容易であるとしても必ずしも就職に結びつくわけではないという現実がある。つまり資格取得が将来の進路に直結するか否かの差異が両者の「将来無関心」、「現在の自己投入」の違いをもたらしていると考えられる。

引用文献

- 石谷真一 1994 男子大学生における同一性形成と対人関係性 教育心理学研究, 42, 118-128.
 加藤 厚 1983 大学生における同一性の諸相とその構造 教育心理学研究, 31, 292-302.
 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.
 Scheier, M. F. & Carver, C. S. 1985 Optimism, coping, and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*, 4, 219-247.
 Seligman, M. E. P., Peterson, C. & Vaillant, G. E. 1988 Pessimistic explanatory style is a risk factor for physical illness: A thirty-five-year longitudinal study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55, 23-27.
 戸ヶ崎泰子・坂野雄二 1993 オプティミストは健康か? 健康心理学研究, 6, 1-11.
 加藤隆勝・高木秀明 1980 青年期における自己概念の特質と発達傾向 心理学研究, 51, 279-282.

かんだ のぶひこ (心理学)

かねこ なおひろ (心理学)