

認知方略の違いが課題遂行に及ぼす影響

—対処的悲観者と方略的楽観者の対処方略—

The effect of differences of cognitive strategy for task performance
—Coping strategy of defensive pessimist and strategic optimist—

岐阜大学大学院教育学研究科学校教育専修（独立行政法人中小企業基盤整備機構） 窓原 徹
岐阜大学大学院教育学研究科 教育実践開発専攻 橘 良治

[要約] 本研究の目的は、対処的悲観者（DP者）と方略的楽観者（SO者）を取り上げ、特に学業場面における対処方略について検討することであった。

研究1では、DP者、SO者の対処方略について、調査的な検討を行った。その結果、DP者のほうがSO者よりも計画立案を多く行うことが明らかにされた。研究2では、DP者、SO者の対処方略について、実験的に検討を行った。この際、課題の統制可能性次元について考慮し、統制可能条件と統制不可能条件を設定した。その結果、統制可能条件ではDP者はSO者よりも計画立案を行うことが明らかにされた。統制不可能条件では、DP者はSO者よりも放棄・諦め・回避的思考を多く行うことが明らかにされた。DP者のみに着目すると、放棄・諦め・回避的思考において、統制可能条件よりも統制不可能条件で多く行っていた。SO者のみに着目すると、放棄・諦め・回避的思考と計画立案において、統制可能条件よりも統制不可能条件で多く行っていた。これらのことから、DP者の対処方略の特徴として、統制可能な状況では、SO者以上に計画を立案することが挙げられた。また、DP者はGoodness of Fit仮説から考えられる適切な対処方略を用いていることが明らかにされた。

問題と目的

ポジティブ心理学の隆盛に伴い、楽観性および悲観性は個人の心身の健康をとらえる上で有用な概念として注目を集めてきている。そして、多くの研究から楽観者が適応的であり、悲観者は不適応であることが示されてきた（Peterson, 2000）。しかし近年、適応的な悲観者として、対処的悲観者（以下DP者）の存在が明らかにされている（細越・小玉, 2006）。

DP者は、過去に似た経験で成功経験を持っていることが前提とされる。成功経験が存在するにもかかわらず、課題前に悲観的になる。しかし、その悲観的予期を利用し、課題に対して熟考することで課題達成を行うという一連の認知方略を用いる人として定義されている（Norem, 2001）。また、方略的楽観者（以下SO者）は、過去に成功経験を持っており、それに基づいて課題前に楽観的に考え、課題達成を行っていく一連の認知方略を用いる人として定義されており（Norem, 2001）、DP者の比較対象とされてきた。

DP者は課題に対して悲観的に考えるが、適切な対処方略を採用して課題に立ち向かっていく

とされている（細越・小玉, 2006）。そのため、DP者、SO者の対処方略の差異に焦点を当てることは有意義であると考えられる。

Hosogoshi & Kodama (2005) は、大学生を対象とし、DP者とSO者の課題対処方略の差異について検討を行った。その結果、SO者のほうがDP者よりも肯定的解釈、回避的思考をより行っていることを明らかにした。肯定的解釈、回避的思考はどちらも情動焦点型の認知的対処方略であり、SO者はDP者よりもストレス場面において、情動焦点型の対処方略を行なっていると考えられた。

また、藤原（2006）は、進級判定にかかわる試験を受けるという課題場面を想定し、DP者、SO者の対処方略の差異について検討した。抽出された各因子について、DP者、SO者について比較を行なったところ、肯定的解釈に関してSO者がDP者より多く行い、計画立案に関しては、DP者がSO者よりも多く行うことが明らかにされた。その他の因子に有意差は認められなかった。

上述の研究では、DP者、SO者の抽出の際に領域による影響を考慮していない。しかし、

Showers (1988) によれば、DP者、SOは想定する領域によって異なるため、想定する領域を考慮する必要があるとされている。

そこで本研究では、学業場面に領域を限定し、DP者とSO者の対処方略の差異について検討することを目的とし、調査的研究(研究1)と実験的研究(研究2)を行った。

研究1

方法

1 調査対象者および手続き

大学生269名(男性87名, 女性182名, 平均年齢19.60歳, $SD=2.23$)を対象とし, 大学の講義の際に質問紙を配布して一斉に行った。

2 質問紙の構成

①DP者, SO者の測定

Hosogoshi & Kodama (2005) で作成された日本語版対処的悲観性尺度 (Japanese version of the Defensive Pessimism Questionnaire: 以下J-DPQ) を「学業場面で大事なテストを受ける場面」を想定してもらうことによって使用した。J-DPQは過去の成功認識を問う判別項目1項目とフィラー項目2項目を含む計11項目から構成されている尺度であり, 得点が高いほど対処的悲観性を, 得点が低いほど方略的楽観性を用いる傾向が強いことを示す。評定は7段階で評定してもらった。

②場面設定

大学生の学業場面での課題状況を考え, “あなたは, 単位を取れる人が少数である講義のテストを受けようとしています。”という課題場面を設定した。

③課題前の期待

“あなたは単位が取れると思いますか”という質問に対して5段階評定で回答を求めた。

④対処方略尺度

神村・海老原・佐藤・戸ヶ崎・坂野 (1995) によって作成されたTri-Axial Coping Scale (TAC-24) をもとに12項目5件法で尺度を作成した。この尺度は, あらゆる対処方略が「問題解決志向か, 情動の調節を志向するか」, 「積極的にかかわるか, 回避的であるか」, および

「機能する反応系は認知か行動か」という3つの軸で構成される空間上に配置されると考える24項目からなる尺度である。これまでの研究で, DP者, SO者の差異として見られたものは認知系の対処方略であった。本研究では, 反応系軸において認知系対処のものから12項目を取りあげて使用した。

結果と考察

1 J-DPQの分析

J-DPQに関して, Hosogoshi & Kodama (2005) を参考に, 判別項目1項目 (DPQ1) と, フィラー項目2項目 (DPQ6, DPQ8) の計3項目は分析から除外し, 残りの8項目に関して主成分分析を行った。この際, 逆転項目は, 数値を逆転させた。

その結果, DPQ7 “その状況で本当にうまくやれるかよりも, 人から自分が無能に思われるのではないかということ時々気にする。”は他の項目と比べ, 初期の共通性が.20と低かったため削除し, 残りの7項目で再び主成分分析(プロマックス回転)を行った。項目内容および, 回転後のパターンを表1に示した。この7項目でCronbachの α 係数を算出したところ $\alpha=.80$ であり, 信頼性を十分満たしているといえた。

本研究では学業場面に限定したことが, 結果に大きな影響を及ぼしたと考えられる。Hosogoshi & Kodama (2005) の元の尺度では, 発表や試合など, 他者にアピールすることで結果や達成につながるものが想定状況に含まれていた。このような状況は, 他者からの評価が重要視され, そのまま成功, 失敗といった結果として返ってくる状況である。そうした状況選択が可能であったため, J-DPQではDPQ7が採用されたと考えられる。しかし, 今回のように状況を学業場面に限定した場合には, 他者からの評価を重視する項目は, 他の項目とは異なる意味合いを持つことが明らかにされた。つまり, 今回の質問紙は, 学業場面におけるDP者の抽出に関して, より厳密になされたものであると考えられる。

表1 J-DPQの主成分分析表（プロマックス回転）

項目番号	項目	因子	
		1	2
DPQ 9	うまくやれるだろうと前向きに考えてその状況にのぞむことが普通である。(R)	.87	-.31
DPQ 2	もしもその状況で大きな失敗をしたらどんな気持ちになるかを、よく想像する。	.70	.15
DPQ 3	その状況において自分の目的を達成できなくなるのではないかと、よく心配になる。	.68	.21
DPQ 4	その状況にのぞむ前には、予想される悪い結果については考えないようにする。(R)	.66	.09
DPQ 11	その状況にのぞむ前に、起こりえることはすべてしっかりと考える。	- .28	.96
DPQ 5	たぶんうまくやれると思っていても、最悪な場合を考えてその状況にのぞむ。	.19	.69
DPQ 10	その状況ではどれくらい大きな失敗をする可能性があるかを考えることがよくある。	.25	.66
		固有値	3.23 1.16
		寄与率	46.11 16.59
		因子間相関	.45

(R) は逆転項目を示す。

2 DP者, SO者の抽出

J-DPQの合計得点によってDP者, SO者の抽出を行った。J-DPQ合計得点の上位25%をDP者(42名), 下位25%をSO者(46名)として抽出した。

課題前の期待についてDP者SO者の間に差が見られるか検討するため, t検定を行った。その結果, DP者がSO者よりも有意に得点が低いことが示された ($t(55) = 2.16, p < .05$)。これにより, DP者, SO者が適切に抽出できたことが示唆された。

3 対処方略尺度の因子分析

対処方略尺度に関して, 最尤法(プロマックス回転)による因子分析を行った。その結果, 3因子が抽出された。項目内容および, 回転後の因子パターンを表2に示した。神村ら(1995)の研究では, 「放棄・あきらめ」因子, 「回避的思考」因子, 「肯定的解釈」因子, 「計画立案」因子の4因子構造が想定されていた。しかし, 本研究では, 情動焦点型, 回避型の対処方略の「回避的思考」因子と, 問題焦点型, 回避型の対処方略の「放棄・あきらめ」因子がまとめて抽出された。学業場面に限定した場合, 放棄・諦め・回避的思考は, どちらも採用されにくい

ものであり, 1因子としてまとめて抽出されたと考えられる。「肯定的解釈」, 「計画立案」に関しては, 想定された項目が因子として抽出された。そこで, 神村(1995)らの命名に従い, 第1因子を「放棄・諦め・回避的思考」, 第2因子を「肯定的解釈」, 第3因子を「計画立案」と命名した。各因子のCronbachの α 係数を算出したところ, 放棄・諦め・回避的思考で.81, 肯定的解釈で.74, 計画立案で.70であった。それぞれ一定の内的一貫性が認められた。

4 DP者, SO者の対処方略

DP者, SO者の対処方略の違いを検討するために, 因子分析によって得られた3つの下位尺度「放棄・諦め・回避的思考」, 「肯定的解釈」, 「計画立案」それぞれについて, 認知方略を独立変数とし, 対処方略各因子を従属変数として, t検定を行った。

その結果, 「計画立案」において1%水準で有意差が認められた ($t(86) = 2.72, p < .01$)。DP者のほうがSO者よりも, 計画を立案することが示された。「放棄・諦め・回避的思考」, 「肯定的解釈」に関しては, いずれも有意差は認められなかった ($t(86) = 0.47, n.s.$; $t(86) = 0.48, n.s.$) (表3)。

表2 対処方略尺度の因子分析表 (最尤法, プロマックス回転)

項目	因子		
	1	2	3
12 自分は手におえないと考え, 放棄する。	0.78	0.01	0.08
10 無理にでもテストを忘れようとする。	0.71	-0.10	0.06
6 テストのことを頭に浮かべないようにする。	0.66	0.00	-0.02
4 対処できない問題だと考え, あきらめる。	0.64	0.00	-0.03
8 どうすることもできないと, テストへの取り組みをあと伸ばしにする。	0.57	-0.03	-0.05
2 テストについてあまり考えないようにする。	0.54	0.20	-0.13
5 テストを経験することでよいこともあると考える。	-0.10	0.88	-0.11
9 テストを受けるのは悪いことばかりではないと考える。	0.01	0.72	0.07
1 テストがあるという悪い面ばかりでなく, よい面を見つけていく。	0.05	0.44	0.24
11 どのような対策をとるべきか, 綿密に考える。	0.07	-0.06	0.83
3 問題を検討し, どのようにしていくべきか考える。	-0.07	0.06	0.58
7 これまでの反省を踏まえて, すべきことを考える。	-0.12	0.14	0.47
寄与率	25.85	14.47	6.16
累積寄与率		40.32	46.48

表3 対処方略の平均値と標準偏差 (研究1)

	SO者 (n=46) 平均値 (SD)	DP者 (n=42) 平均値 (SD)
放棄・諦め・ 回避的思考	13.72 (5.37)	13.24 (3.93)
肯定的解釈	8.46 (2.94)	8.74 (2.53)
計画立案	9.50 (2.35)	10.76 (1.96)

本研究では, Hosogoshi & Kodama (2005), 藤原 (2006) とは異なり, 肯定的解釈において DP者, SO者に差が見られなかった。これは, 極端な DP者, SO者を抽出したことでと学業場面に限定したことが影響していると考えられる。Cantor & Norem (1989) によれば, 考えられるネガティブな結果について広範囲に考える人は, 考えられるポジティブな結果についても広範囲に考える傾向があるとされている。極端な DP者は, より幅広い熟考を行ない, 極端な SO者と同等の肯定的解釈を行ったのではないかと考えられる。

また, 本研究は大学生のテスト場面に場面を設定していたため, 具体的解決手段が存在する場面であった。具体的解決手段が存在する場合, 計画を立てて行動することが有効的である。DP者は悲観的に考えることによって, しっかりと計画を立てて課題に立ち向かったと考えられる。

DP者は学業場面においてSO者以上に計画立

案を行い, 課題達成に向かうことが示された。

研究2

選択された対処方略が適切かどうかは, 課題の統制可能性によって異なると指摘されており, Goodness of fit仮説では, 統制可能状況では問題焦点型・接近型の対処方略が, 統制不可能状況では, 情動焦点型・回避型の対処方略が適切であると指摘されている (Conway & Terry, 1992)。

細越・小玉 (2006) は, 対処方略の採用に重要な影響を及ぼすとされている統制可能性の次元を考慮し, Goodness of fit仮説の観点から検討を行った。特に, 統制不可能状況での DP者の対処方略に焦点を当てた研究を行った。

その結果, SO者は統制可能状況に比べて統制不可能状況でより情動中心型の対処方略を用いているのに対し, DP者では, 状況間で情動中心型の対処方略に差が見られなかった。また, DP

者は統制可能状況に比べて、統制不可能状況において問題解決型の対処方略を採用しないことが明らかにされた。統制不可能な事態において問題焦点型の対処方略を採用しないことは、それ以上ストレスを高めないために適切であると考えられる。しかし、DP者は統制不可能状況において情動焦点型の対処方略を採用しないことも示されたため、ストレスを感じやすい脆弱性が考えられることが示された。

そこで研究2では、DP者、SO者の対処方略に関して、統制可能性次元も考慮に入れ、実験的に検討を行った。

方法

1 実験協力者

研究1の調査協力者も含め、事前に428名に対してJ-DPQを実施した。その中から研究1と同様の方法でDP者SO者を抽出し、実験協力に同意が得られた人に協力を依頼した。最終的な実験協力者は大学生33名（平均年齢19.45歳、SD=1.35）であった。実験協力者の内訳は、DP者15名（男性7名、女性8名）、SO者18名（男性8名、女性10名）であった。

2 実験課題

アナグラム課題（5文字のカタカナから4文字を取り出し、普通名詞を作る課題12問；制限時間は7分とし、納得した場合は制限時間前に終了できるように設定した）を使用した。課題はMicrosoft Office PowerPoint2003を用いて作成され、パーソナルコンピュータ（DELL製 OptiPlex GX270）の画面上に1度に12問が画面上に呈示された。文字はMSゴシック体、28ptとし、3行4列で課題を提示した。解答方法は、画面に呈示された問題を見ながら、手元に置かれた解答用紙に記入する形とした。

3 実験計画

2（DP者／SO者）×2（解決可能条件／解決不可能条件）の2要因計画で行った。統制可能条件、統制不可能条件は、どちらの条件もすべての実験協力者に行ってもらった。大芦・青柳・細田（1992）によると、統制不可能条件の後に

統制可能条件を行なう場合、学習性無力感が生じ、後続の課題成績が悪くなることが考えられた。そこで本研究では、すべての実験協力者に統制可能条件の後に統制不可能条件の課題を行ってもらった。

4 手続き

実験室で個別に行った。コンピュータの画面上に呈示される課題を行った後に、質問紙に回答する形式を1セットとし、全部で2セット行うことを教示した。全ての実験協力者に統制可能条件の後に統制不可能条件を行なってもらった。それぞれの課題の前に、課題前の期待を5段階評定で解答用紙に記入してもらい、課題を開始した。

5 質問紙の構成

①自己評価、満足度、統制感の評定

5段階評定で課題の自己評価、満足度、統制感に回答を求めた。

②対処方略尺度

研究1で用いた尺度を実験にあうように表現を変更して使用した。

結果と考察

1 課題成績に関して

課題成績について、認知方略（DP者・SO者）×統制可能性（統制可能条件・統制不可能条件）の2要因分散分析を行ったところ、統制可能性の主効果が有意であった（ $F(1, 31) = 243.7, p < .001$ ）。統制可能条件のほうが統制不可能条件よりも、課題成績がよかった。

しかし、認知方略の主効果は有意でなく（ $F(1, 31) = 0.11, n.s.$ ）、また、交互作用も有意ではなかった（ $F(1, 31) = 0.57, n.s.$ ）。

このことから、DP者、SO者の間に、課題成績に差は見られないことが明らかにされた（表4）。

これは、Norem & Cantor（1986）や外山（2005）と同様の結果であり、DP者、SO者は、課題成績の面で差は見られないことが本研究からも支持された。

2 課題前の予期について

課題予期について、認知方略×統制可能性の2要因分散分析を行ったところ、統制可能性の主効果が有意であった ($F(1, 31) = 4.44, p < .05$)。統制不可能条件の方が統制可能条件よりも課題予期待点が高かった。認知方略の主効果は有意ではなかった(順に、 $F(1, 31) = 0.15, n.s.$)。また、交互作用も有意ではなかった ($F(1, 31) = 2.41, n.s.$) (表4)。

DP者、SO者の性質から考えると、DP者のほうがSO者よりも低い予期をすると考えられたが、結果はDP者、SO者ともに統制可能条件の課題よりも、統制不可能条件の課題のほうが高い予期をしていた。これは、1回目の課題よりも、2回目の課題のほうがより高い成績を予期したという意味として捉えられる。この原因としては、1回目の課題で得られた成功経験が関与していると考えられる。課題1の平均正答数は9.97問であり、課題の8割以上ができていたことになる。つまり、1回目の課題では成功経験を得たといえるだろう。その成功経験が、課題2に向かう前に次は全問できるかもしれないとポジティブに考えさせたのではないかと考えられる。

3 自己評価、満足度、統制感について

課題後の自己評価、満足感、統制感それぞれについて、平均値、標準偏差(SD)を表4にまとめた。また、自己評価、満足感、統制感それぞれについて、認知方略×統制可能性の2要因分散分析を行った。

その結果、自己評価に関して、統制可能性の主効果が有意であった ($F(1, 31) = 78.21, p < .001$)。統制可能条件のほうが統制不可能条件よりも、自己評価が高かった。しかし、認知方略の主効果は有意でなく ($F(1, 31) = 0.35, n.s.$)、交互作用も有意ではなかった ($F(1, 31) = 2.71, n.s.$)。

課題の満足感に関しても統制可能性の主効果が有意であった ($F(1, 31) = 43.97, p < .001$)。統制可能条件のほうが統制不可能条件よりも、課題の満足感が高かった。しかし、認知方略の主効果は有意でなく ($F(1, 31) = 0.22, n.s.$) 交互作用も有意ではなかった ($F(1, 31) = 2.69, n.s.$)。

課題の統制感に関しては、統制可能性の主効果が有意であった ($F(1, 31) = 35.26, p < .001$)。統制可能条件のほうが統制不可能条件よりも、課題成績がよかった。しかし、認知方略の主効果は有意でなく、 ($F(1, 31) = 1.15, n.s.$)、交互作用も有意ではなかった ($F(1, 31) = 2.88, n.s.$) (表4)。

このことから、課題後の評価に関して、DP者、SO者に差は見られず、DP者もSO者と同じ程度の自己評価をし、同じ程度の満足感を得ていると考えられる。成功した場合は、SO者は高い自己評価、満足感、統制感を持つことが考えられたが、DP者もSO者に劣ることなく、高い自己評価を行い、高い満足感が得られていた。

統制感に関して、DP者は目の前の課題に対してネガティブ思考だが、高いコントロール感を持って努力する認知的ストラテジーを用いる(川森・古川, 2004)と指摘されている。しかし、統制不可能な場合は、DP者の統制感は低くなっている。すなわち、統制可能、統制不可能な課題に対して、しっかりと見極めることができたのではないかと考えられた。つまり、統制不可能な場合に高い統制感を持つとしたのではなく、自分の力で無理なものは無理なものとして考えて課題に向かったことが考えられる。

逆に統制可能な場合、DP者もSO者も、同等に高い統制感を持って課題に立ち向かっていると考えられた。

4 対処方略について

対処方略は研究1で想定された3因子を用いて検討を行った。各因子に関して、条件別に平均値及び標準偏差を算出し、表5にまとめた。また、認知方略(DP者・SO者)×統制可能性(統制可能条件・統制不可能条件)の2要因分散分析を行った。

その結果、放棄・諦め・回避的思考に関して、統制可能性の主効果が有意であった ($F(1, 31) = 52.05, p < .001$)。統制不可能条件が統制可能条件よりも、放棄・諦め・回避的思考を多く行っていた。認知方略の主効果は有意でなかった ($F(1, 31) = 0.87, n.s.$)。また、交互作用が有意であった ($F(1, 31) = 10.32, p < .01$)。単

表 4 認知方略と課題後の自己評価・満足感・統制感

		SO者 (n=18)		DP者 (n=14)		全体 (n=32)	
		平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
課題成績	統制可能条件	9.78	1.56	10.20	2.18	9.97	1.85
	統制不可能条件	4.33	1.28	4.20	1.42	4.27	1.33
課題前の 予期	統制可能条件	2.67	0.97	2.47	0.92	2.58	0.94
	統制不可能条件	2.78	1.06	3.20	1.08	2.97	1.08
自己評価	統制可能条件	3.11	1.18	3.60	0.99	3.33	1.11
	統制不可能条件	1.56	0.62	1.33	0.62	1.45	0.62
満足感	統制可能条件	2.83	1.15	3.33	1.05	3.06	1.12
	統制不可能条件	1.67	0.97	1.40	0.63	1.55	0.83
統制感	統制可能条件	3.78	1.00	3.87	0.99	3.82	0.98
	統制不可能条件	2.78	1.31	2.07	0.88	2.45	1.18

純主効果検定の結果、DP者において統制不可能条件が、統制可能条件よりも得点が高かった ($p < .01$)。SO者においても統制不可能条件が、統制可能条件よりも得点が高かった ($p < .05$)。また、統制不可能条件において、DP者がSO者よりも得点が高かった ($p < .10$)。統制可能条件においては、SO者とDP者に有意な差は見られなかった。

肯定的解釈に関して、統制可能性の主効果は有意でなく ($F(1, 31) = 2.29, n.s.$)、認知方略の主効果も有意ではなかった ($F(1, 31) = 0.83, n.s.$)。また、交互作用も有意ではなかった ($F(1, 31) = 0.22, n.s.$)。

計画立案に関して、統制可能性の主効果が有意であった ($F(1, 31) = 11.90, p < .01$)。統制可能条件が統制不可能条件よりも計画立案を多く行っていた。認知方略の主効果は有意でなかった ($F(1, 31) = 1.77, n.s.$)。また、交互作用が有意であった ($F(1, 31) = 9.46, p < .01$)。

交互作用が有意であったので、単純主効果検定を行なったところ、統制可能条件において、DP者がSO者よりも高い得点を示した ($p < .05$)。また、SO者において、統制不可能条件が、統制可能条件よりも高い得点を示した ($p < .01$)。統制不可能条件におけるDP者、SO者に有意な差はみられず、DP者において条件間に有意な差は見られなかった。

これらの結果から、DP者は統制可能条件では、SO者以上に計画を立案し、課題に立ち向かうことが示された。また、細越・小玉(2006)では、DP者は統制不可能状況では適切な対処方略を用いることができず、ストレス反応を増加させる可能性が指摘されていたが、本研究では、DP者は統制可能性に応じて適切な対処方略を用いていることが明らかにされた。

表 5 認知方略と対処方略および統制可能性

		SO者 (n=18)		DP者 (n=15)		全体 (n=33)	
		平均値	SD	平均値	SD	平均値	SD
放棄・諦め・ 回避的思考	統制可能条件	15.78	4.24	15.33	3.60	15.58	3.91
	統制不可能条件	18.06	5.67	21.26	4.18	19.52	5.23
肯定的解釈	統制可能条件	12.28	2.37	11.93	1.94	12.12	2.16
	統制不可能条件	11.89	1.32	11.20	1.97	11.58	1.66
計画立案	統制可能条件	8.33	2.54	10.53	1.92	9.33	2.51
	統制不可能条件	10.67	2.93	10.67	2.72	10.67	2.79

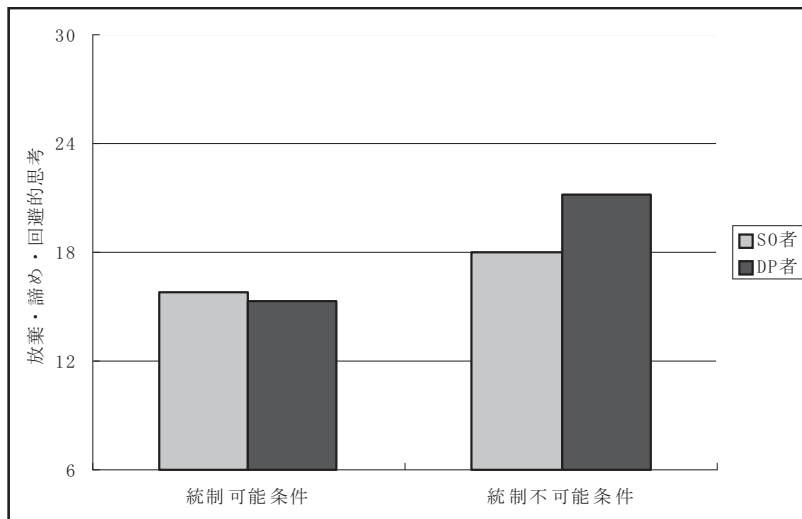


図1 条件別の放棄・諦め・回避的思考の平均値

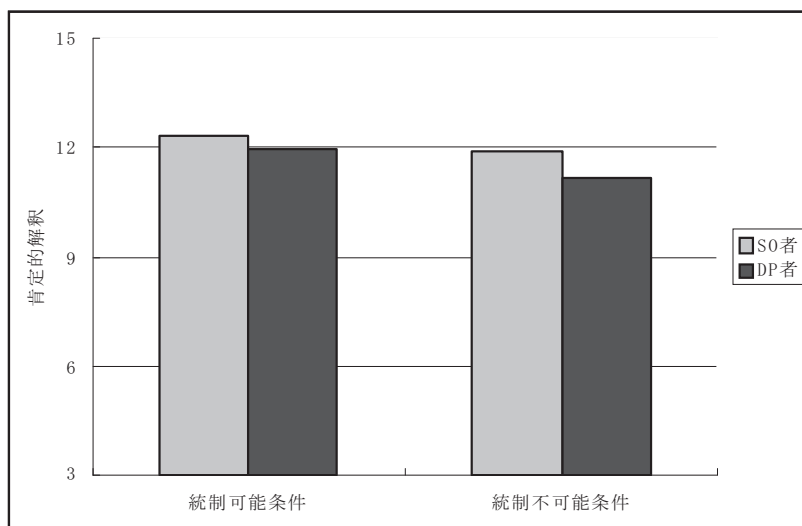


図2 条件別の肯定的解釈の平均値

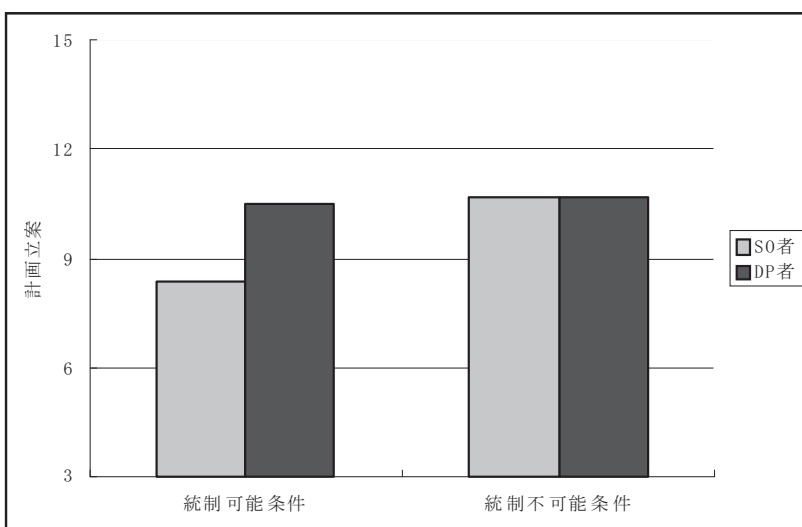


図3 条件別の計画立案の平均値

総合的考察

1 DP者、SO者の抽出に関して

本研究では、Hosogoshi & Kodama (2005)で作成されたJ-DPQを学業場面に限定したものととして使用した。分析の結果、オリジナルのJ-DPQから1項目を削除し、7項目の合計得点を用いて上位25%をDP者とし、下位25%をSO者として抽出した。この質問紙によって学業場面におけるDP者、SO者の抽出が適切であったか、検討する必要があるだろう。研究2の実験終了後、実験協力者にDPの概念について説明すると、「言われてみると自分はそんな感じがする。」や「まさにその通りです。」というように、DP者、SO者の抽出が適切に行われたと考えられる感想が多く聞かれた。したがって、ある程度妥当な抽出方法であったと考えられる。

しかし、J-DPQからさらに1項目削除しており、全部で7項目となった。したがって項目数が少なく、DPのすべての特徴を測定していないのではないかという疑問が残る。小林(2003)は、DP者の特徴として「高不安」や「適度なコントロール感」が指摘されているとし、それらを含んだ新たなDPQの作成を試みている。また、荒木(2005)は、クラスター分析を用いて、学業場面におけるDP者を厳密に抽出することを検討している。これらを考慮すると、DPの特徴をさらに明確にした上で質問紙の信頼性・妥当性を高め、標準化された質問紙を作成する必要があると考えられる。

2 対処方略に関して

研究1で得られた結果から、DP者の対処方略の特徴として、SO者以上に計画立案を行ない、課題に立ち向かっていくことが考えられた。また、既存の研究からは、SO者はDP者以上に課題に対して肯定的に解釈し、課題に立ち向かうことが示唆されたが、研究1の結果からは、DP者の対処方略は、肯定的な解釈も含まれた総合的なものである可能性が示された。さらに、DP者、SO者はいずれも、放棄・諦め・回避的思考といった回避型の対処はあまり用いず、課題に立ち向かっていくことが明らかにされた。

研究2で得られた結果から、統制可能条件で

は、DP者はSO者よりも計画立案を行うことが明らかにされた。また、肯定的解釈、放棄・諦め・回避的思考に関しては、DP者、SO者に差は見られなかった。

統制不可能条件では、DP者はSO者よりも放棄・諦め・回避的思考を行うことが明らかにされた。また、肯定的解釈、計画立案に関しては、DP者、SO者に差は見られなかった。

DP者、SO者別に見てみると、DP者において、統制可能条件よりも統制不可能条件において放棄・諦め・回避的思考を行っていた。肯定的解釈、計画立案に関しては、条件間に有意な差は見られなかった。

SO者においても、統制可能条件よりも統制不可能条件において、放棄・諦め・回避的思考をよく行っていた。また、SO者は、統制可能条件よりも統制不可能条件において、計画立案をより行っていた。肯定的解釈に関して、条件間の違いは見られなかった。

研究1、研究2を比較すると、研究1の結果と研究2の統制可能条件の結果は同様の結果であった。いずれも、DP者がSO者よりも計画を立案し、肯定的解釈、放棄・諦め・回避的思考では差が見られないという結果であった。ここから、研究1で用いられた課題場面は、統制可能と判断されたと考えられることができる。SO者は統制可能場面ではあまり計画を行わずに課題に向かうのに対して、DP者は統制可能状況であっても、しっかりと計画を行うのだろう。DP者は課題前に悲観的に考えるが、その悲観的な考えを利用し、細かく計画を立案して課題に立ち向かうと考えられた。

また、調査研究と実験研究の結果が一致したことから、学業に関連した課題達成場面において、DP者、SO者の対処方略が一貫してみられたと考えられる。言い換えれば、本研究において、学業場面のDP者は学業場面でのSO者よりも計画をよく立てて課題に向かうが、肯定的解釈はDP者、SO者ともに同等であり、放棄・諦め・回避的思考ではDP者、SO者ともにあまり行わないことが明らかにされたといえる。

次に、Goodness of Fit仮説の観点から、DP者、SO者の対処方略について考えてみる。

本研究の結果から、DP者、SO者ともに、統制不可能な状況において、回避型の対処を行い、問題焦点型の対処を行っていないことが明らかにされた。統制可能な状況では、DP者はSO者よりも計画立案を行っていた。しかし、項目の得点を検討すると、SO者の計画立案得点も高いことが分かる。また、肯定的解釈においてもDP者、SO者とも高い得点を示していた。項目の得点からDP者、SO者ともに回避型の対処はあまり行わなかったことが示唆される。つまり、DP者、SO者ともに、Goodness of Fit仮説に適合した方略を用いていると考えられる。

これまで、DP者の対処方略はSO者と比較した場合、情動焦点型の対処があまり行われず、そのために統制不可能状況ではストレスを感じやすい弱さがあると考えられた（細越・小玉，2006）が、本研究の結果からは、DP者はGoodness of fit仮説に基づき、対処方略を課題に応じて適切に使い分けることができる可能性が示唆された。

3 今後の展望

本研究ではDP者、SO者の課題遂行について、特に対処方略に焦点を当てて検討を行った。その結果、DP者の対処方略の特徴として統制可能な状況の場合に、計画を立案することが挙げられた。また、DP者はGoodness of Fit仮説に基づいた適切な対処方略を用いており、細越・小玉（2006）で懸念されたストレスへの弱さは認められなかった。しかし、本研究では、研究1、研究2ともにストレス反応は測定していない。実際にストレス反応を測定し、DP者、SO者の感じるストレスについて検討する必要があるだろう。Cantor & Norem（1989）は、長期的にDPを使用することが、ストレスを高めることや身体的、精神的症状を導く可能性があることを指摘している。DP者、SO者を比較し、縦断的研究を行っていく必要があると考えられる。

本研究結果は学業場面におけるDP者のみに当てはまることなのかもしれない。この点を明らかにするため、違った状況、例えば対人関係場面におけるDP者についても検討する必要がある。そして、DPやSOがどういった状況では適応的

に働き、どういった状況では不適応に働くというように、状況を特定して検討し、DP、SOについて明らかにしていくことで、DPをより有効的に用いることができると考えられる。

本研究では対象を大学生に限定したが、高校生や中学生など、発達段階に応じてDP者、SO者の対処方略がどのように異なるかについては検討されていない。今後、異なる発達段階の対象に対しても検討を行うことが必要であろう。

DPは、不安や悲観性の高いアジア人においてより適用可能性が高いとされ（Chang & Asakawa, 2003）、わが国における検討意義が高い概念である（Hosogoshi & Kodama, 2005）と指摘されている。DPの研究は日本において始まったばかりであり、更なる研究の蓄積が必要であると考えられる。本研究で学業場面でのDP者は適切な対処方略を用いており、ストレスへの弱さは示唆されなかった。この解釈が妥当であるかどうかについては、今後さらに実証的な研究を積み重ね明らかにしていく必要があると考えられる。

引用文献

- 荒木友希子 2005 防衛的悲観主義尺度（JDPI）の作成と信頼性、妥当性の検討について 日本パーソナリティ心理学大会発表論文集, 14, 189-190.
- Cantor, C., & Norem, J.K. 1989 Defensive pessimism and stress and coping. *Social cognition*, 7, 92-112.
- Chang, E.C., & Asakawa, K. 2003 Cultural variations on optimistic and pessimistic bias for self versus a sibling: Is there evidence for self-enhancement in the West and for self-criticism in the East when the referent group is specified? *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 569-581.
- Conway, V.J., & Terry, D.J. 1992 Appraised Controllability as a moderator of the effectiveness of different coping strategies: A test of the goodness of fit hypothesis. *Australian journal of Psychology*, 44, 1-7.
- 藤原裕弥 2006 対処方略の採用傾向が課題成功・失敗時の心理的ストレス反応に及ぼす影響 総合人間研究, 6, 45-58.
- Hosogoshi, H., & Kodama, M. 2005 Examination

- of defensive pessimism in Japanese college student: Reliability and validity of the Japanese version of the Defensive Pessimism Questionnaire. *Japanese Health Psychology*, 12, 27-40.
- 細越寛樹・小玉正博 2006 対処的悲観者の用いる対処方略の検討—Goodness of Fit仮説の観点から—
心理学研究, 77, 452-457.
- 神村栄一・海老原由香・佐藤健二・戸ヶ崎泰子・坂野雄二 1995 対処方略の三次元モデルと新しい尺度 (TAC-24) の作成 教育相談研究, 33, 41-47.
- 川森陽子・古川真人 2004 防衛的悲観主義を中心とした認知的ストラテジーの実験的検討 昭和女子大学生活心理研究所紀要, 7, 48-58.
- 小林孝裕 2003 防衛的悲観主義に関する概念規定の検討 日本教育心理学会第45回大会発表論文集, 363.
- Norem, J.K. 2001 Defensive pessimism, optimism, and pessimism. In E.C. Chang (Ed.), *Optimism and Pessimism: Implications for theory, Research, and Practice*. Washington.D.C.: American Psychological Association Press. Pp.77-100.
- Norem, J.K., & Cantor, C. 1986 Defensive Pessimism: "Harnessing" anxiety as motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 1208-1217.
- 大芦治・青柳肇・細田一秋 1992 学習性無力感と帰属スタイルに関する研究 教育心理学研究, 40, 287-294.
- Peterson, C., 2000 The future of optimism. *American Psychologist*, 55, 44-55.
- Showers, C., 1988 The effects of how and why thinking on perceptions of future negative events. *Cognitive Therapy and Research*, 225-240.
- 外山美樹 2005 認知方略の違いがテスト対処方略と学業成績の関係に及ぼす影響 - 防衛的悲観主義と方略的楽観主義 - 教育心理学研究, 53, 220-229.