様式Ｃ－１９

科学研究費助成事業（科学研究費補助金）研究成果報告書

平成　25 年　6 月　5 日現在

機関番号：12102
研究種目：若手研究（B）
研究期間：2010～2012
課題番号：22730475
研究課題名（和文）　オプティミズムがパフォーマンスに及ぼす影響－防衛的悲観主義との比較から－
研究課題名（英文）　Mechanism of defensive pessimism and strategic optimism and academic performance
研究代表者
外山　美樹（TOYAMA MIKI）
筑波大学・人間系・准教授
研究者番号：30457668

研究成果の概要（和文）：本研究の目的は，認知的方略尺度を作成し（研究１），その信頼性と妥当性を検証すること（研究２），および防衛的悲観主義が高いパフォーマンスを示すメカニズムを検討すること（研究３）であった。研究１で認知的方略尺度が作成され，研究２で認知的方略尺度の信頼性と一部の妥当性が確認された。研究３では，遂行場面に対して対応策を練るといった計画に対する熟考を行うことが，積極的な学習方略を媒介として高い学業成績を修めることが明らかとなった。また，遂行場面における成功について熟考することが，テスト２週間前の不安を和らげ，それが適応的な学習方略を促し，その結果，高いパフォーマンスを修めるという一連のプロセスが確認された。一方で，失敗に対する熟考はテスト２週間前の不安を高め，それが不適応的な学習方略につながり，結果，低いパフォーマンスに結びつきやすいことも示された。

研究成果の概要（英文）：The purposes of this study were to develop the Cognitive Strategy Scale and investigate its reliability and validity, and to examine the role of the defensive pessimism. In Study 1, a factor analysis revealed that the 20 items of the Cognitive Strategy Scale comprised four factors. In Study 2, the result suggested that the Cognitive Strategy Scale had high reliability and validity. In Study 3, the propensity to reflect about one's plans was associated with the positive learning strategies, which was in turn related positively to academic performance. The propensity to reflect about one's failure outcomes was associated with the students' fears, which were in turn related negatively to the negative learning strategies and academic performance, whereas the propensity to reflect about one's success outcomes was associated with the students' fears, which had significant positive effects on the positive learning strategies and academic performance.

交付決定額

（金額単位：円）

	直接経費	間接経費	合　計
2010 年度	1,100,000	330,000	1,430,000
2011 年度	900,000	270,000	1,170,000
2012 年度	1,000,000	300,000	1,300,000
年度			
年度			
総　計	3,000,000	900,000	3,900,000

研究分野：社会心理学
科研費の分科・細目：心理学・社会心理学
キーワード：オプティミズム，防衛的悲観主義，方略的楽観主義，パフォーマンス，不安，認

知的方略，大学生

１．研究開始当初の背景

近年“オプティミズムーペシミズム（悲観主義，悲観性）”が再び注目されるべき研究テーマとしてクローズ・アップされている。かつて，オプティミズムが適応や精神的健康につながり，それとはちょうど正反対に裏返した形で，ペシミズムが不適応や精神的不健康に直結していることを示す研究が数多く行われ（e.g., Derry & Kuiper，1981; Scheier & Carver, 1992; Scheier, Matthew, Owens, Magovern, Lefebvre, Abbott, & Carver, 1989; Seligman, 1990, 1991），“オプティミストは成功する”と言わせしめた時代に次ぐ２度目の到来となる。

オプティミズムーペシミズムに関する研究が再び隆盛を迎えている背景には，ポジティブ心理学の台頭に伴い，これまでのような，オプティミズムが“善”でペシミズムが“悪”であるといった二分極的な考え方ではなく，ペシミズムが肯定的に作用する場合もあり，逆にオプティミズムにも落とし穴があるといった知見が集積されるようになってきているからである（e.g., Brendgen, Vitaro, Turgeon, Poulin, & Wanner, 2004; Robins & Beer, 2001; 外山, 2006）。

２．研究の目的

(1)“悲観的予期”と“熟考”を構成概念とする従来の認知的方略を測定する既存の尺度（DPQ；Norem, 2001）に対して，熟考の内容を細分化した認知的方略尺度を新たに作成し（研究１），尺度の信頼性（内的一貫性と時間的安定性）と妥当性（因子的妥当性と基準関連妥当性）を検討すること（研究２）を目的とした。

(2) 作成した尺度を用いて，防衛的悲観主義者と方略的楽観主義者が高いパフォーマンスを示すメカニズムを検討すること（研究３）を目的とした。

３．研究の方法（紙面の関係上，研究３のみ記載）

(1) 調査対象者　大学１年生 177 名（男性 101 名, 女性 75 名, 不明１名, 平均年齢 19.16 歳, 標準偏差 0.99）。

(2) 手続き　３学期の第２回目の授業の際に下記に示す質問紙の“認知的方略尺度”を実施した。また，３学期期末テストの２週間前[4]に下記に示す質問紙の“状態不安尺度”を実施した。さらに，３学期期末テストの直前に下記に示す質問紙の“状態不安尺度”と“学習方略尺度”を実施した。

(3) 質問紙

1. 認知的方略尺度：研究１，２で作成された認知的方略尺度の“失敗に対する予期・熟考”，“成功に対する熟考”，“計画に対する熟考”の下位尺度を用いた。

2.学習方略尺度：先行研究（市原・新井，2005；三木・山内，2005；光浪，2010）を参考に作成した 19 項目から成る学習方略尺度の原案を用いた。今学期実施された“教育心理学”の授業およびテストに対して，どのように行動したのかを６段階評定で尋ねた。

3. 状態不安尺度：清水・今栄（1981）の状態不安尺度を用いた。20 項目から成り，４段階評定である。テスト２週間前においては“２週間後に試験がありますが，今現在，どの程度感じているか”，テスト直前においては“試験にのぞもうとしている，まさに今現在，どの程度感じているか”と教示文を修正した。

学業成績　３学期末に実施された“教育心理学”のテスト点数（可能得点範囲は 0－100 点）を用いた。

４．研究成果

(1) 認知的方略尺度の作成

認知的方略尺度（原案）30 項目の平均値，標準偏差を算出したところ，目立った天井効果およびフロア効果は認められなかった。そこで 30 項目に対して最尤法による因子分析を行った。固有値の変化ならびに因子の解釈可能性から４因子構造が妥当であると判断した。そこで再度４因子を仮定して，最尤法，Promax 回転による因子分析を行った。

因子Ⅰは，これから遭遇する重要な場面において，失敗するという状況を予期したり，熟考したりする項目群から構成されているため，“失敗に対する予期・熟考”と命名した。これは，項目作成の段階で想定した“失敗に対する熟考”と“悲観的予期”が１つの因子として収束した結果である。荒木（2008）や Hosogoshi & Kodama（2005）においても，“否定的熟考”に関する項目と“悲観的予期”に関する項目が１つの因子としてまとまることが示されている。補足的な分析として，因子Ⅰに高い負荷量を示した 12 項目に対して確認的因子分析を行った結果，１因子構造が妥当であると判断した。因子Ⅱ，Ⅲ，Ⅳにおいては，項目作成の段階で想定した構成概念の項目に相当していたことより，本尺度の因子的妥当性が概ね認められたといえる。

各因子に高い負荷量を示す項目を５項目ずつ抽出し，計 20 項目に対して再度同様の因子分析を行った（Table 1）。なお，回転前の４因子 20 項目の全分散を説明する割合は，70.15%であった。尺度の内的一貫性を検討するため，Cronbach の α 係数を算出したところ，失敗に対する予期・熟考が.92，過去のパフォーマンスの認知が.88, 成功に対する熟考

が.88，計画に対する熟考が.87 であり，満足し得る内的一貫性が認められた。

(2) 因果モデルにおけるプロセスの検討

各熟考が学習方略を媒介して学業成績に影響を及ぼすという因果モデルを構造方程式モデルの推定によって検討した。また，パフォーマンス前の不安を取り挙げ，熟考によって高まった不安が積極的な対処方略に結びつくことで高いパフォーマンスにつながるというプロセスをモデルに組み込んだ（Figure 1）。モデル全体の適合度（$\chi^2(22)=15.382(p=.845)$，GFI＝.946，AGFI＝.912, RMSEA＝.000, CFI＝1.00）は満足のいく値をとっており，本研究でのモデルはデータに十分適合していると判断した。

次に，有意なパスを示したものについて見ていく。結果に対する熟考，すなわち“失敗に対する予期・熟考”と“成功に対する熟考”は，学習方略に直接影響を及ぼすのではなく，不安という感情に影響を及ぼすことが示された。そのうち，“失敗に対する予期・熟考”はテスト２週間前の不安に正の影響（.32, p＜.01）を，“成功に対する熟考”はテスト２週間前の不安に負の影響（－.18, p＜.05）を及ぼしていた。テスト２週間前の不安は，直接学業成績に負の影響（－.22, p＜.01）を及ぼすとともに, 積極的方略に負の影響（－.20, p＜.01）を，消極的方略に正の影響（.21, p＜.01）を及ぼしていた。そして，積極的方略は学業成績に正の影響（.24, p＜.01）を，消極的方略は学業成績に負の影響（－.25, p＜.01）を及ぼしていた。一方で，“計画に対する熟考”は，学習方略に直接影響を及ぼすことが示され，積極的方略（.14, p＜.05）とメタ認知的方略（.22, p＜.01）にそれぞれ正の影響を及ぼしていた。

熟考が学業成績に影響を及ぼす一連の流れをみると，３つの側面の熟考は，それぞれ異なったプロセスを経て学業成績に影響を及ぼすことが示された。“失敗に対する予期・熟考”は，テスト２週間前の不安を喚起し，それが学習方略の消極的方略の使用，積極的方略の不使用につながり，そうした学習方略を媒介として低い学業成績につながることがわかった。同じく“成功に対する熟考”は，“失敗に対する予期・熟考”と同じプロセスを経て学業成績に影響を及ぼすが，その方向性が異なっていた。すなわち，テスト２週間前の不安を和らげ，学習方略の積極的方略の使用，消極的方略の不使用につながり，それらが高い学業成績に結びつくことが明らかになった。一方，“計画に対する熟考”は，積極的な学習方略につながり，それが高い学業成績に結びつくという一連の流れが確認された。

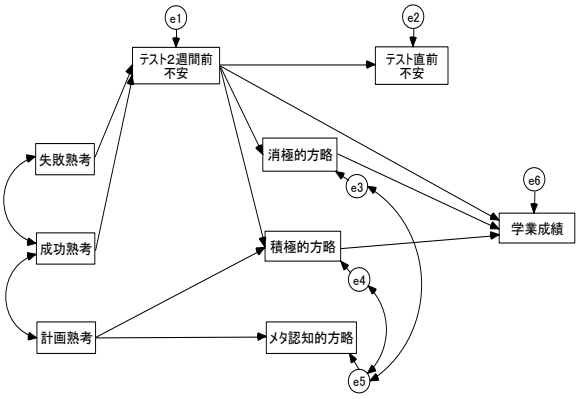


Figure 1　構造方程式モデリング結果

注１）　有意となったパスのみを表す。
注２）　□は直接観測される変数を，e は誤差を表す。
注３）　失敗熟考は“失敗に対する予期・熟考”を，成功熟考は“成功に対する熟考”を計画熟考は“計画に対する熟考”を示す。

５．主な発表論文等

（研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線）

〔雑誌論文〕（計 3 件）

① 外山美樹（2012）．学業達成に影響を及ぼす認知的方略－防衛的悲観主義と方略的楽観主義－　筑波大学心理学研究，査読無，44，23-32.
② 外山美樹（2011）．わが国における児童・生徒の発達研究の動向　教育心理学年報，査読有，50，78-88.
③ 外山美樹（2011）．防衛的悲観主義者はなぜ成功するのか　筑波大学心理学研究，査読無，42，21-27.

〔学会発表〕（計 6 件）

① 浅田匡・遠山孝司・梶田叡一・外山美樹・宮下一博　(2012 年 11 月 23 日). 学力と自己－新たな自己研究へ（1）－（話題提供）日本教育心理学会第 54 回大会発表論文集，830-831，琉球大学.
② 外山美樹　(2012 年 11 月 23 日). 高校受験における母親からのソーシャル・サポートの影響　日本教育心理学会第 54 回大会発表論文集，145，琉球大学.
③ 外山美樹　(2012 年 9 月 12 日). 楽観性，

悲観性尺度の作成　日本心理学会第 76 回大会発表論文集，873，専修大学.

④ 外山美樹　(2011 年 7 月 24 日).認知的方略尺度の作成－熟考の細分化を目指して－ 日本教育心理学会第 53 回大会発表論文集，230，北翔大学.

⑤ 外山美樹　(2011 年 9 月 16 日). なぜ防衛的悲観主義者は成功するのか－そのメカニズムの検討－　日本心理学会第 75 回大会発表論文集，889，日本大学.

⑥ 外山美樹　(2010 年 9 月 22 日). 失敗場面における認知的方略－アスリートと非アスリートの比較から－　日本心理学会第 74 回大会発表論文集，962，大阪大学.

〔図書〕（計 4 件）

① 外山美樹（2011）．行動を起こし，持続する力－モチベーションの心理学－　新曜社，207.

② 外山紀子・外山美樹（2010）．やさしい発達と学習　有斐閣，115-228, 251-272.

③ 海保博之（監）（2010）.中込四郎・石崎一記・外山美樹（著）ポジティブマインドースポーツと健康，積極的な生き方の心理学　新曜社，139-207.

④ 堀毛一也（編）（2010）．外山美樹（分担執筆）現代のエスプリーポジティブ心理学の展開－　ぎょうせい（「楽観主義」担当），90-99.

６．研究組織

(1)研究代表者

外山　美樹（TOYAMA　MIKI）

筑波大学・人間系・准教授

研究者番号：30457668