

# 防衛的悲観主義と幸福感

経済・マネジメント学群

1190576 和田興勇

## 序論

物事に対してうまくいかない、自分は何もできない、とマイナス方面に考えることを悲観主義という。悲観主義には真の悲観主義 (Realistic Pessimism: 以下 RP) と、防衛的悲観主義 (Defensive Pessimism: 以下 DP) が存在する。本研究で扱う DP とは過去の似たような状況でよい成績を修めているにも関わらず、これから迎える遂行場面に対して低い期待を持つ認知的方略である (Norem, 2001)。DP はこれから迎える試験等に対して強い不安を覚えるが、RP と違いあらゆる準備、対策をすることで結果良い成績を修め続けることができる。RP は良い出来事を外的に帰属するのに対して、DP は内的に帰属することがあり、成功時の満足度が高い (村田・菊島, 2008)。悲観主義的思考は心身ともに悪影響を与え、試験のたびに悩み、強い不安を感じる DP はこの思考をやめることが適応的と考えられる。村田・菊島 (2008) では自身の思考に対して「気に入っていないが、まあこれでもいい」と思っている DP 者の割合が一番多かったという結果がでていいる。これは自身の思考にストレスを感じているものの、良い成績を維持できるため、高い幸福感を得られているからだと考えられる。しかし、DP と幸福感の相関についての先行研究はない。本研究では DP と幸福感、そして自尊心との関連について検証する。

## 本研究の目的

本研究では DP と幸福感、自尊心との相関関係を分析する。幸福感と関連がある自尊心については、RP は顕在的自尊心 (Explicit Self-esteem: 以下 ESE) と潜在的自尊心 (Implicit Self-esteem: 以下 ISE) のどちらも低い、DP は ESE は低い、ISE が高いという結果が出ており (清水・中島, 2018)、DP は潜在的には自身を高く評価している可能性がある。そのため成功の見通しを立てることができ、課題に対する積極的準備につながっている。RP が準備、対策

ができないのは、DP と違い ESE、ISE がともに低いためであると考えられる。ESE と幸福感は有意な相関が見られるが、ISE との相関は見られなかった (片受・濱, 2016)。本研究では DP と ESE、ISE の相関を調べ、DP と幸福感の相関を探索的に検証する。

## 方法

高知工科大学、高知県立大学生 108 名 (男性 46 名、女性 62 名) が実験に参加した。質問紙では以下の尺度の文言を修正し用いた。

**DP 尺度** DP の指標として防衛的悲観尺度 (荒木, 2005) を用いた。この尺度は問 1~12 が「悲観」、問 13~16 が「過去の成績」、問 17~21 が「成功熟考」、問 22~24 が「努力」の 4 つの因子で構成されており、1、「まったくあてはまらない」から 6、「とてもあてはまる」の 6 件法で回答を求めた。問 11、19、24 は逆転項目である。「悲観」の項目は不安が非常に高いこと、これから迎える遂行場面に対する期待の低さについての項目である。「過去の成績」は過去の似たような状況でよい成績を修めているかについての項目であり、「成功熟考」は起こりうる失敗等を熟考するかどうかについても項目である。「努力」はこれから行うことに対して入念に準備し努力するかどうかについての項目である。

**ESE 尺度** ESE の指標として自尊感情尺度 (山本・松井・山成, 1982) を用いた。1、「全くあてはまらない」から 5、「非常にあてはまる」の 5 件法で回答を求めた。問 3、5、8、9、10 は逆転項目である。

**Name Letter Task (Nuttin, 1985)** ISE の指標として A から Z までのアルファベットをランダムに配置しそれぞれの単語の好ましさについてを 1、「非常に嫌い」から 7、「非常に好き」の 7 件法で回答を求めた。自身のイニシャルに含まれる文字の相対的な好意を潜在的自尊心の指標とする。

**幸福感尺度** 幸福感の尺度として人生に対する満足度日本語版

(角野, 1994) を用いた。1, 「全くあてはまらない」から 7, 「とてもあてはまる」の 7 件法で回答を求めた。

## 結果

すべてのデータは HAD を用いて分析した(清水, 2016)。DP 尺度、ESE 尺度、ISE 尺度、幸福感尺度について、探索的因子分析(最尤法、プロマックス回転)を行った(表 1 から表 3 を参照)。ESE 尺度、幸福感尺度ともに先行研究と同じ因子構造を示したが(表 2、表 3)、DP 尺度のみ、問 12、問 13 が先行研究と別の因子に分類された。問 12 は「私がこの試験で結果を残すのが難しいだろう」であり、先行研究では悲観の因子だったが本研究では努力の因子に分類された。問 13 は「失敗したと思った試験の結果が良かったとい

う経験が何度もある」で先行研究では過去の成績の因子だったが、本研究では成功熟考の因子に分類された。以下の表がそれぞれの尺度の因子構造を示した図である。表 1 の Factor1 を悲観、Factor2 を過去成績、Factor3 を努力、Factor4 を成功熟考と名付けた。負荷量がマイナスのものは値を逆転させて平均値を算出した。

表 1. DP4 因子

項目	Factor1	Factor2	Factor3	Factor4	共通性
Q7	<b>.866</b>	.110	-.019	-.030	.728
Q5	<b>.826</b>	-.041	-.052	.001	.699
Q6	<b>.783</b>	.200	-.031	-.113	.600
Q9	<b>.742</b>	-.051	.047	.048	.572
Q3	<b>.736</b>	-.160	-.042	.166	.649
Q2	<b>.643</b>	-.108	.254	-.137	.557
Q10	<b>.632</b>	-.047	.370	.033	.541
Q11	<b>-.584</b>	.152	.280	.083	.456
Q4	<b>.571</b>	.300	.146	-.081	.376
Q1	<b>.555</b>	.156	-.210	.115	.395
Q8	<b>.531</b>	-.277	-.077	.032	.416
Q15	-.066	<b>.920</b>	-.009	-.075	.867
Q16	.058	<b>.820</b>	-.093	.097	.711
Q14	.035	<b>.764</b>	-.017	.004	.579
Q23	.144	.191	<b>-.738</b>	.003	.622
Q24	.074	.100	<b>.709</b>	.199	.436
Q22	.152	-.011	<b>-.518</b>	.250	.459
Q12	.217	-.196	<b>.394</b>	.004	.266
Q20	.133	-.014	-.124	<b>.636</b>	.505
Q21	-.245	.145	.237	<b>.623</b>	.420
Q18	.008	-.026	.132	<b>.611</b>	.327
Q17	-.007	-.011	-.179	<b>.513</b>	.365
Q13	.236	.087	.201	<b>.302</b>	.147
Q19	.130	.226	.184	<b>-.281</b>	.189

表 2. 幸福感

項目	Factor1	共通性
Q2	<b>.858</b>	.736
Q3	<b>.766</b>	.587
Q1	<b>.715</b>	.511
Q4	<b>.496</b>	.246
Q5	<b>.396</b>	.157

表 3.ESE

項目	Factor1	共通性
Q1	<b>.780</b>	.608
Q7	<b>.779</b>	.607
Q2	<b>.720</b>	.519
Q6	<b>.645</b>	.416
Q3	<b>-.616</b>	.379
Q10	<b>-.573</b>	.329
Q4	<b>.528</b>	.279
Q5	<b>-.474</b>	.225
Q9	<b>-.457</b>	.209
Q8	<b>.289</b>	.083

表 4、5 が ESE、ISE と幸福感の相関を示した表である。自尊心と幸福感の相関については先行研究(片受・濱, 2016)と同様、ESE と幸福感の間に正の相関が見られ、ISE と幸福感の間には相関が見られなかった。

表 4.ESE と幸福感

	顕在的自尊心	
幸福感	.549	**

表 5.ISE と幸福感

	潜在的自尊心	
幸福感	.179	

DP4 因子と自尊心の相関については、DP のうち悲観と努力の 2 つと ESE との間に負の相関が見られた。

表 6.DP4 因子と ESE

	悲観	過去成績	努力	成功熟考
過去成績	-.161	1.000		
努力	.014	-.207 <sup>+</sup>	1.000	
成功熟考	.019	.074	-.259 <sup>*</sup>	1.000
顕在的自尊心	-.453 <sup>**</sup>	.078	-.262 <sup>*</sup>	.074

DP4 因子と ISE はすべてと有意な相関を示さなかった。

表 7.DP4 因子と ISE

	悲観	過去成績	努力	成功熟考
過去成績	-.161	1.000		
努力	.014	-.207 <sup>+</sup>	1.000	
成功熟考	.019	.074	-.259 <sup>*</sup>	1.000
潜在的自尊心	.013	.196 <sup>+</sup>	-.092	-.025

DP4 因子と幸福感では、悲観、過去成績、努力の 3 つと幸福感の間に相関が見られた。悲観と幸福感、努力と幸福感の間には負の相関が見られ、過去成績と幸福感の間には正の相関が見られた。

表 8.DP4 因子と幸福感

	悲観	過去成績	努力	成功熟考
過去成績	-.161	1.000		
努力	.014	-.207 <sup>+</sup>	1.000	
成功熟考	.019	.074	-.259 <sup>*</sup>	1.000
幸福感	-.307 <sup>**</sup>	.421 <sup>**</sup>	-.253 <sup>*</sup>	.012

### 考察

結果として DP4 因子のうち悲観、努力と幸福感の間に負の相関が見られ、過去成績と幸福感の間に正の相関が見られた。悲観、努力は ESE と負の相関であり、この 2 つが ESE を下げるため幸福感に影響が出ていると考えられる。過去成績は ESE、ISE 両方の自尊心と関係なく幸福感を高めているといえる。DP 者は自身の過去の成績を良かったと認知していると幸福感は高くなるものの、悲観的思考が高く努力嫌いであるほど ESE と幸福感がともに下がるため、DP 全体としては幸福感を下げる働きの方が強い可能性が示された。DP 者は ESE が低く、自身のパフォーマンスに関する期待が低いため、DP 的思考をやめた場合良い成績を維持できなくなってしまうと考えている可能性がある。過去成績は幸福感と正の相関があるため、DP 的思考をやめ成績を維持できなくなると幸福感がさらに下がってしまう。それを危惧し DP 者は DP 的思考を続けていると考えられる。今後は DP 者の危機感やほかの考え方、RP や方略的楽観主義に対してどう考えているのかについての検討が

必要である。本研究では DP を 4 因子にわけ因子ごとの幸福感との相関の分析を行ったが、今後は DP 1 因子の尺度を使用し幸福感との相関を分析し、DP と幸福感との直接的な関連を検討する必要がある。

## 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 Japan Society of Personality Psychology P12-7
- 角野善司 (1994) 人生に対する満足度(the Satisfaction With Life Scale(SWLS)) 日本語版の試み Japanese association of educational psychology
- 片受靖:濱洋子 (2016) 潜在的・顕在的自尊心の高低と抑うつとの関連について 立正大学心理学研究所紀要第 14 号 (2016) 101-108
- 清水陽香:中島健一郎 (2018) 防衛的悲観主義者は本当に自尊心が低いのか? 潜在的自尊心に着目した検討 日本パーソナリティ心理学会
- 清水裕士 (2016) フリーの統計分析ソフト HAD: 機能の紹介と統計学習・教育、研究実践における利用方法の提案 メディア・情報・コミュニケーション研究、1,59-3.
- 村田英代:菊島勝也 (2008) 防衛的悲観主義者の特徴に関する一考察 愛知教育大学研究報告, 57 (教育科学編), pp, 61~69
- 山本真理子・松井豊・山成由紀子 (1982) 自尊感情尺度 心理測定尺度集 I サイエンス社 26-31
- Norem,J.K.(2001) Defensive pessimism, optimism, and pessimism. In E.C.Chang (Ed), Optimism and Pessimism : Implications for theory, research, and practice(pp.77-100). Washington DC: American Psychological Association.
- Nuttin,J.M., Jr. (1985) Narcissism beyond Gestalt and awareness: The name letter effect. European Journal of Social Psychology, 15,353-361