

# 第一工業大学教職課程研究紀要

## 2020 年 5 月号（通巻 2 号）

2020 年度

第一工業大学教職課程教育研究会

## 目次

### 研究論文

SDS の因子分析結果の検討

永田 正明 ··· 2

進路成熟度に影響する要因の探索的検討

永田 正明 ··· 6

抑うつの認知理論の概観と展望

永田 正明 ··· 12

動機づけ的未来展望と進路成熟度

永田 正明 ··· 21

# SDS の因子分析結果の検討

第一工業大学 共通教育センター 永田 正明

## 要旨

SDS は否定的な表現 10 項目と肯定的な表現 10 項目からなる。因子分析をすると、感情に関する否定的な項目が因子としてまとまり、認知に関する肯定的な項目がもう一つの因子としてまとまる傾向がある。つまり、「感情因子」と「認知因子」の 2 因子に分かれるのか、「否定的表現因子」と「肯定的表現因子」の 2 因子に分かれるのかはっきりしない傾向がある。本研究でも健常な高校 1 年生に対して SDS 日本語版を実施し、上述したような「否定的表現(感情)因子」と「肯定的表現(認知)因子」の 2 因子に分かれる構造をしているのか検討したところ、同様な「否定的表現(感情)因子」と「肯定的表現(認知)因子」の 2 因子に分かれる結果を得た。

Key Words : SDS 日本語版, 逆転項目と正項目

## 1. はじめに

うつ病は大人にとっても子どもにとっても、人生で最も出会うことの多い精神疾患であろう。また、うつ病とまでは言わなくても気分的な落ち込みや一時的に手つかずの状態、いわゆる抑うつ状態を経験したことは誰しもあるのではなかろうか。川上（2003）による諸外国のうつ病疫学調査結果によると、一般人口中におけるうつ病の有病率は、6 か月単位で 2~7 %、生涯有病率では 4~15% 程である。一方、国内におけるこういった調査は遅れてはいるものの、厚生労働省による平成 12 年の調査結果から 15~24 歳の青年期と高齢者において抑うつ得点が高かった。このように青年期に抑うつ気分が高まるこの背景は容易に想像ができる。学校という集団社会の中で、個人の学力や好き嫌いに関係なく課せられる学習活動や友人関係の構築や学級集団への所属自体といったことに対し、うまく課題をなし遂げたり関係づくりができなければ、抑うつ気分が高まったり不登校や問題行動といった手段で回避したり防衛機制が働いたりする結果となろう。

抑うつを理解し状態を把握するための手段として、自己記入式評価尺度が大人数に対して簡便に利用できる。うつ病のスクリーニングテストとしての役目や医学的診断の補助であり、症状の聞き漏らしを防ぐ目的もある。

抑うつ症状を簡便に測定評価でき、臨床現場でよく利用されているものに Zung(1965)の自己評価式抑うつ尺度 (Self-rating Depression Scale: SDS) があり、国内では SDS 日本語版 (福田・小林, 1973) が抑うつ症状 (気分) の測定によく使用されている。

## 2. 目的

S D S は抑うつ感情（2 項目）、身体的症状（8 項目）、精神的症状（10 項目）を質問する合計 20 項目から構成されている。またその質問文の表現に着目すると、否定的な表現 10 項目と肯定的な表現 10 項目（逆転項目としてある）となっている。ところが因子分析をすると、感情に関する否定的な項目だけが一つの因子としてまとまり、認知に関する肯定的な項目だけがもう一つの因子としてまとまる傾向が多くの研究結果でわかっている。つまり、因子が「感情因子」と「認知因子」の 2 因子に分かれているのか、「肯定的表現因子」と「否定的表現因子」の 2 因子に分かれる傾向があるのかがはっきりしない点がある。

本研究では高校生において S D S を因子分析した場合、上述したように「肯定的表現因子（認知因子）」と「否定的表現因子（感情因子）」の 2 因子に分かれる構造をしているのか、それともこれらとは異なる 2 因子構造、あるいは 3 因子構造をしているのか確認することを目的とする。

## 3. 方法

### （1）被験者

同一県内 5 校の高校 1 年生 734 名（普通科と専門学科に在籍する男子 526 名、女子 208 名）

### （2）調査時期等

調査内容や方法、調査の意義と目的などを各学校長に説明・依頼した上で、実施許可を得られた同一県内 5 校の高校 1 年生に対して S D S 日本語版を 2001 年 12 月に実施したところ有効回答は 734 名であった。バイアスを少しでも避けるため「S D S」や「抑うつ」といった文章表現を「活力に関する調査」などとし、記名式で実施した。

### （3）質問紙

本研究では S D S 日本語版（福田・小林、1973）を使用するが、性欲に関する項目「まだ性欲がある」は高校生には刺激があり防衛反応が予想されるため、更井（1979）や大谷ら（1999）が使用している項目「異性に关心がある」に変更したものを使用した。また、漢字には読み仮名をふり誤解を防ぐように工夫した。S D S は抑うつ症状を定量化するため、研究者の報告した因子分析結果をもとに 20 項目から構成され、「1 点：ない」から「4 点：いつもある」までの 4 点尺度で回答するため、合計が 20 点から 80 点までとなる。S D S 日本語版（福田ら、1973）では、うつ病者群・神経症患者群・正常者群を被験者として S D S を実施し、信頼性と妥当性を確認している。

## 4. 結果

Table 1 に男女込みで S D S 20 項目を因子分析した結果を示した。固有値 1.0 以上で因

子の解釈妥当性から2因子解が妥当であると判断した。因子1は逆転項目であるいわゆる肯定的な認知に関する質問項目のまとめとなり、因子2では否定的な感情に関する質問項目が抽出されている。これら2つの因子から外れた項目は、No6「異性と一緒にいると楽しい」、No7「やせてきたことに気がつく」、No8「便秘している」の3項目であった。またTable1の右端に大谷ら(1999)が検証した因子分析結果を掲載したが、比較してわかるように因子的には非常によく似た構造であり、因子負荷量もほぼ近い値を示している。大谷らの被験者の内訳は、高校1年生828名、2年生615名、3年生654名、全体で2097名(男子1471名、女子626名)であり、本研究被験者と男女比はほぼ同じである。被験者の校種・年齢・男女比などの近いことが作用しているとしても、因子負荷量や因子から外れた項目までが同一であった。

Table 1 SDS項目と因子分析結果

質問項目	因子1	因子2	因子1 <sup>1)</sup>	因子2 <sup>1)</sup>
x11 気持ちはいつもさっぱりしている (R)	0.611	0.058	0.67	0.34
x20 日頃していることに満足している (R)	0.563	0.149	0.70	0.25
x18 生活はかなり充実している (R)	0.518	0.160	0.67	0.27
x12 いつもとかわりなく仕事をやれる (R)	0.505	0.122	0.67	0.17
x14 将来に希望がある (R)	0.420	0.012	0.55	-0.11
x17 役に立つ、働く人間だと思う (R)	0.403	-0.053	0.55	-0.08
x16 たやすく決断できる (R)	0.400	-0.040	0.57	0.00
x2 朝方はいちばん気分がよい (R)	0.339	0.022	0.35	0.12
x5 食欲はふつうだ (R)	0.310	0.083	0.35	0.15
x15 いつもよりいらいらする	0.153	0.563	0.18	0.65
x10 何となく疲れる	0.207	0.550	0.20	0.60
x1 気が沈んでゆううつだ	0.193	0.535	0.33	0.61
x9 ふだんよりも動き(胸がドキドキ)がする	-0.038	0.385	0.04	0.51
x19 自分が死んだほうが、他の者は楽に暮らせると思う	0.067	0.352	0.20	0.43
x13 落ち着かず、じっとしていられない	-0.022	0.339	-0.06	0.52
x3 泣いたり、泣きたくなる	0.102	0.332	-0.04	0.47
x4 夜よく眠れない	0.102	0.301	0.13	0.40
x7 やせてきたことに気がつく	-0.082	0.216	-0.06	0.25
x8 便秘している	-0.009	0.172	-0.06	0.34
x6 異性(自分が男なら女)と一緒にいると楽しい (R)	0.184	-0.199	0.33	-0.26

(R) は逆転項目

1)大谷ら (1999)

## 5. 考察

本研究でも健常な高校生を被験者として SDS を実施した場合、やはり肯定的項目(認知項目)と否定的項目(感情項目)との 2 つの因子に分かれることを支持する結果となった。杉浦・丹野(1999)では、健常な大学生を対象に SDS と STAI の項目を混合して、「感情項目(STAI)+認知項目(SDS)の肯定的な 10 項目」と「感情項目(SDS)+認知項目(STAI)の否定的な 10 項目」と質問項目を混合して実施したところ、「認知」と「感情」の 2 因子に分かれるよりも「肯定的」と「否定的」な 2 因子に分かれるほうが適合度指標が少し良い結果を得た。このような結果になることについては、質問紙調査(問診型)の弱点というか限界点(尺度の自己評価であり、質問表現の個人の理解度差)であるのかもしれない。特に元気な健常者から見た SDS の質問項目は、即断即答できそうな項目もあるため、余計このような傾向が強く出そうである。このように考えると、抑うつ症状を持つ被験者に対する SDS の実施結果で検討を加えたりすることも手段として考えられそうである。

### 【引用文献】

- 福田 一彦・小林 重雄(1973). 自己評価式抑うつ性尺度の研究 精神神経学雑誌, 75, 673-679.
- 川上 憲人(2003). 厚生労働科学特別研究事業 平成 14 年度総括・分担研究報告書 心の健康問題と対策基盤の実態に関する研究.
- 厚生労働省大臣官房統計情報部 2002 平成 12 年度保健福祉動向調査 (心身の健康).
- 1)大谷 明・佐藤 学(1999). SDS の質問文の表現に関連した応答バイアスの検証 行動計量学, 26, 34-45.
- 更井 啓介(1979). うつ状態の疫学調査 精神神経学雑誌, 81, 777-853.
- 杉浦 義典・丹野 義彦(1999). 抑うつ尺度の因子構造 性格心理学研究, 8, 72-73.
- Zung,W.W.K. (1965) A Self-Rating Depression Scale. Archives of General Psychiatry, 12, 63-70.

—受稿 2020.4.24、受理 2020.5.25—

# 進路成熟度に影響する要因の探索的検討

第一工業大学 共通教育センター 永田 正明

## 要旨

これまで時間的展望については、関連していると考えられそうな要因との相関についての研究は数多くなされてきたが、時間的展望が動機づけ的側面を持っているかどうかについての実証研究は充分になされていないため、本研究ではこの点について探索的な検討を行った。時間的展望の「未来」や「過去受容」尺度は、進路成熟度への影響がみられなかつたことから、単純な未来展望感が高校生の進路決定に影響があるとは言いにくい。しかし、時間的展望の測定尺度の開発をさらに進めることで、個人の進路意識に影響を与えている要因をもう少し明らかにできる可能性もあると考えられる。

Key Words : 進路成熟態度, 未来展望

## 1. はじめに

Parsons,F.(1909)が “Choosing a Vocation” の中で「個人のもつ諸特性と職業の要求する所要性能を正しく把握し、両者の合理的推論のもとで結合することが、賢明な職業選択には大切である」という定義理論を提唱して以来半世紀にわたり、進路指導はこの理論をもとに実践された。その後、本理論が人間を動的にとらえていないとの指摘もあり、個人の「Career」に着目して、その発達に応じた進路指導の展開が必要であるとの観点から、Super,D.E.(1957)は職業発達理論を、彼の著 “The Psychology of Careers” の中で明らかにした。この理論は米国はもとより、わが国でも早くから受け入れられ、その後 1970 年代には職業発達理論は、進路発達理論へと修正が行われている。高校での進路指導においては、生徒が社会との関わりの中で将来の自己像を見つめ、その実現に向けて努力しようとする意識を高めていくことが重要である。このような個人と社会との相互作用は、キャリアという言葉を用いて説明される。キャリアとは一般的には経歴、履歴またはその人の専門職業、仕事などの意味に使われることが多いが使用する人や研究者によってさまざまに定義されている。渡辺(2007)は、日本においてキャリアという用語は、職務、職種とほとんど同義に用いられている現実もあり、職業生活での昇進、昇格という意味を内包させていたりする。またキャリアという言葉には、「職業との関わりにおける個人の行動」、あるいは「個人が具体的な職業や職場などの選択・決定を通して創造していく個人のプロセス」という意味も含まれており、仕事を経験している個人の内面の意味が内包されていると述べている。そしてまた、Raynor & Entin(1982)は、キャリアの概念について「現象学的な概念であると同時に、行動に関わる概念である。個人が行う事と、その人の自己についての見方とを結びつける概念とし、キャリアが長期間にわたって抱く自己についての感覚から成っており、それは個人

の行為とその結果を通して明確化される。キャリアは、人が自分の社会環境の文脈の中で自己の捉え方を規定すると説明している。このようなキャリアの持つ人間的成长や自己概念の要素には、その発達過程を捉える視点が含まれている。ここでいう自己概念とは、Super(1963)によると個人が主観的に形成してきた自己についての概念である主観的自己と他者からの客観的なフィード・バックに基づき自己によって形成された自己についての概念である客観的自己の両者が、個人の経験を通して統合され、構築されていくとしている。また自己概念は、個人が自分の価値、興味、能力をどのように捉えているかについての多面を持つものであり、その中でキャリアに関する側面に関わる自己概念はキャリア自己概念と呼ばれており、キャリア自己概念を発達させ実現していくプロセスはキャリア発達と呼ばれている。例えば、Gysbers(2005)は、生涯にわたるキャリア発達を「一人の人間の人生における役割、そして出来事を統合することによって、生涯を通じてなされる自己発達」と定義している。このことについて Super (1957)は、キャリア発達の過程を自己概念の成熟、発達という観点から「成長期」、「探索期」、「確立期」、「維持期」、「移行期」に分類している。また、Super(1963)は、青年期の職業に対する興味・関心・考え方や職業選択等を通じて、職業的自己概念が形成されることを指摘しており、浦上(1996)は、進路選択過程に対する自己効力感が高いことは、進路探索意図や進路探索行動を促進するものであると説明している。Super(1984)は、キャリア発達課題へ取り組もうとする個人の態度的・認知的レディネスとしてキャリア成熟という概念を提唱している。キャリア成熟は心理社会的構成概念であり、職業的成熟の程度を意味するものである。我が国では、坂柳(1999)が「成人が自分のこれから的人生や生き方、職業生活、余暇生活について、どの程度成熟した考えを持っているかを表す概念」として成人キャリア成熟という概念を定義し、成人キャリア成熟尺度を構成している。この尺度は、自己のキャリアに対して、積極的な関心をもっているかという「キャリア関心性」、自己のキャリアへ対して、将来展望を持ち、計画的であるかという「キャリア計画性」、自己のキャリアへの取り組み姿勢が、自律的であるかという「キャリア自律性」の3因子で構成されている。浦上(1993)は、高校生を対象に坂柳・竹内(1986)の教育的進路成熟(進学)と職業的進路成熟の2側面を分けて測定する進路成熟態度尺度を用いて進路成熟と進路選択に対する自己効力感との関連について検討し、職業的進路成熟と進路選択に対する自己効力感との間に関連性があることを指摘している。このように、キャリアの概念は発達的な観点から整理され、学校段階における進路指導の中心的な概念となっている。専門高校においては特に、3年次には就職することを念頭に置き入学する生徒が大半を占めるため、生徒それぞれの将来の職業に対する自信や展望を適切な時期に持たせることも重要と考えている。

進路発達理論は、現代の進路指導の理論と実践の基盤になっており、進路指導の目標は、生徒の進路発達や進路成熟を促進することであるとされている。このような進路指導の目標達成には、進路発達や進路成熟の実態を正確に把握しておく必要があろう。そのためには生徒の進路発達や進路成熟を正確に測定評価する必要があると思われる。

時間的展望の概念は、Frank,L.K.(1939)により最初に提唱され、人間の行動は個人及び自己の文化の影響を受けていることを示した。次いで Lewin(1942)が、時間的展望を場の理論

における生活空間の要素の一つとして位置づけ、個人の生活空間が現在だけでなく未来や過去をも含んでおり、個人の時間的展望とやる気の間には密接な関連があることを示している。Lewin(1942)による時間的展望の概念化の後、1950年代になって、時間的展望の実証研究が多く行われるようになった。その多くは Lewin の理論化に基づいたものであり、Lewin の定義が広義かつ曖昧なものであったため、多くの研究者は時間的展望の関連要因や構造を検討していく際に、実際には様々な下位概念を独自に定義し、また独自の測定手法を使用していた。例えば時間的展望の先行要因として、社会経済要因、パーソナリティー特性、自己概念といったものを想定したりした。さらには、時間的展望と適応－不適応といった行動との関連を研究している。しかし、適応－不適応といった問題になると個人のもつ要因だけでなく、他者からの評価や影響が関連要因として介入する可能性が大きいため、個人の時間的展望と適応－不適応関係を述べることは単純ではないと考えられそうである。パーソナリティー特性と時間的展望との関係においては、達成動機や満足の遅延などが取り上げられ、多くの研究結果が蓄積されている。それによると、達成動機の高い者は時間的態度や展望がよりポジティブで長いという結果を得ている。

## 2. 目的

生徒の進路については、自己効力や自我同一性との関連をあつかったものや、精神的な適応状態との比較を試みた研究などが見られるが、本研究では時間的展望、一般的統制感、神経症傾向といった概念が進路成熟態度の発達にどの程度影響があるのかを探索的に検討することを目的とした。特に時間的展望感が個人の進路成熟態度を形成する動因として働くかを確認したい。さらに時間的展望には、個人が自己の過去や未来にどのような出来事を想起するかという認知的側面と、どのような感情を持っているかという情緒的側面とがあるが、本研究では質問紙として回答しやすい情緒的側面のうち時間的態度に焦点を当ててみた。人間の行動と強化の随伴性が、行動を予測する上で重要であること、また個人の時間的展望に影響を及ぼす要因として自分が望んだときに、自分の欲する結果が得られる可能性についての期待と定義される個人の統制感が考えられることなどから、Locus of Control(以下 LOC)概念との関連、さらに個人の認知的要因とは別に、人格的要因として MPI の神経症傾向との関連を調べた。アイゼンクによると、神経症傾向を一種の動因として見なしているからである。

## 3. 方法

- 質問紙：1) 進路成熟態度尺度(坂柳・竹内, 1986)のうち職業的進路成熟に関する 15 項目を実施。  
2) 時間的展望体験尺度(白井, 1994)の 18 項目。  
3) LOC 日本版(鎌原ら, 1982)の 18 項目。  
4) MPI 日本版のうち神経症 24 項目。

被験者：専門系高校3年生148名(男子81名,女子67名)

実施日：1998年5月28日

#### 4. 結果

##### (1) 因子分析結果

進路成熟態度についての因子分析結果は、3項目を除いて坂柳ら(1986)の抽出した因子と同一の因子が確認された。因子名も同一の「進路自律度」、「進路計画度」、「進路関心度」とした。時間的展望体験尺度についての因子分析結果は、1項目を除き白井の作成した尺度と同一の下位尺度を得た。因子名も同一の「現在の充実感」、「目標指向性」、「過去受容」、「未来」とした。

##### (2) 重回帰分析結果

進路成熟態度を目的変数にし、時間的展望、LOC、神経症傾向を説明変数にし重回帰分析を一括投入により行った結果をTable1に示した。

Table1 重回帰分析結果

	進路自律度	進路計画度	進路関心度
現在の充実感	0.120	-0.115	0.090
目標指向性	0.089	0.573***	0.284**
過去受容	-0.137	-0.000	0.045
未来	0.098	0.096	0.045
内的統制(LOC)	0.272***	0.106	0.102
神経症傾向(MPI)	0.046	-0.027	0.327**
重相関係数	0.384***	0.630***	0.406***

\*\*\* P<.001    \*\* P<.01

自分の力で進路を決定していくという進路自律度について、内的統制をすることが影響を与えていていると言える。進路関心度については、「目標指向性」や「神経症傾向」が影響を与えていることが示された。目標指向性の質問は「将来の計画や目標があるか否か」を問う項目であるので、進路計画度や進路関心度と当然関連は強いと考えられる。予想に反して「現在の充実感」や「未来」といった時間的展望感が進路成熟態度に影響を与えるという関連性は認められなかった。

#### 5. 考察

本研究結果からは、予想したような時間的展望の情緒的側面が進路成熟度に影響を与えていた点は示されなかった。つまり単純に未来が明るいとか現在が充実していると認識し

ているだけのレベルでは、就職活動を行うという人間の行動には直接的には結びつきにくいと考えられる。しかし、時間的展望尺度の測定内容の開発をさらに詳細に進めることで、個人の進路意識に影響を与えている要因をもう少し明らかにできる可能性はある。それは、Table 1 の「目標指向性」尺度の質問項目内容の多くが「進路計画度」尺度の質問項目内容とよく似通っているとはいえ、標準偏回帰係数の値が高い点や「進路関心度」に対する標準偏回帰係数も有意であった点をもう少し明らかにしたい。具体的には、今回使用した時間的展望尺度以外の測定尺度での結果も比較検討したい。また、時間的展望の認知的側面（例えば、展望の広がり、密度、方向）については、達成動機などとの正の関連が多く研究結果より確認されているので、今後認知的側面との関連性についても検討が必要だと考えられる。さらに時間的展望の測定法についても、より妥当性の高い方法の開発が望まれよう。時間的展望についてのテストは、サークルテストなどもあるが、なかなか単純には測定できそうもない問題でもある。また、LOC との関連性がいまひとつはっきりしなかった点について考えてみると、内的統制、外的統制を問わず就職活動については、最終的には自分のことだからやらねばならないという認知度の強度の方が強いためかもしれない。MPI の神経症傾向の影響については、「進路関心度」が進路決定までの行動・態度の中でも時系列的に初発的なものである点を考えると、アイゼンクの考えるよう動因として作用している可能性も若干示唆された。

注記：本論文は応用教育心理学会第 13 回研究大会(1998 年 11 月 14 日尼崎市トレピエ)にて発表したものと加筆修正したものである。

## 参考文献

- Frank, L. K. 1939 Time perspectives. Journal of Social Philosophy, 4, 293-312.
- Gysbers, N. C. & Henderson, P. 2005 Developing & Managing Your School Guidance and Counseling Program 4th ed, American Counseling Association, p. 55.
- 鎌原雅彦・樋口一辰・清水直治 1982 Locus of Control 尺度の作成と信頼性、妥当性の検討 教育心理学研究, 30, 302-307.
- Lewin, K. 1942 Time perspective and morale. In G. Watson, Civilian morale, 48-70, Houghton Mifflin.
- MPI 研究会 1969 新・性格検査法—モーズレイ性格検査法— 誠信書房.
- Parsons, F. 1909 Choosing a Vocation. Boston and New York, Houghton Mifflin, 1909.
- Raynor, J. O. & Entin, E. E. 1982 Motivation, career striving and aging , New York, Hemisphere.
- 坂柳恒夫・竹内登規夫 1986 進路成熟態度尺度の信頼性および妥当性の検討 愛知教育大学研究報告, 35, 169-182.
- 坂柳恒夫 1999 成人キャリア成熟尺度(ACMS)の信頼性と妥当性の検討, 愛知教育大学研

- 究報告, 48, 115-122.
- 白井和明 1994 時間的展望体験尺度の作成に関する研究 心理学研究, 65, 54-60.
- 杉山 成 1994 中学生における一般的統制感と時間的展望の関連性 教育心理学研究, 42, 415-420.
- Super, D. E. 1957 The psychology of careers; an introduction to vocational development. Harper & Row.
- Super, D. E. 1963 Self concepts in vocational development. Self concept theory, New York College Examination Board, 1-16.
- Super, D. E. 1984 Career & Life development, Brown, D. & Brooks, L Career Choice and Development , Jossey-Bass .
- 浦上昌則 1993 進路選択に対する自己効力と進路成熟の関連, 教育心理学研究, 41, 35 8-364.
- 浦上昌則 1996 女子短大生の職業選択過程についての研究, 進路選択に対する自己効力, 就職活動, 自己概念の関係から, 教育心理学研究, 44, 195-203.
- 渡辺三枝子 2007 キャリア心理学に不可欠の基本 キャリア支援への発達的アプローチ, ナカニシヤ出版, 1-22.

—受稿 2020.4.30、受理 2020.5.26—

# 抑うつの認知理論の概観と展望

第一工業大学 共通教育センター 永田 正明

## 要旨

抑うつ研究は、臨床心理学や精神医学といった分野から始められ、1970年代前半までは、Beck(1967)の認知の歪み理論など臨床現場からの理論が主流であった。1975年に学習性無力感理論が発表されて以来、この理論に対する実証的研究が盛んに行なわれるようになった。学習性無力感理論は最終的には絶望感理論として一段落し現在に至っているが、理論そのものは部分的には概ね支持される傾向にあるといえる。抑うつ研究は、生物学的側面からの研究、性格心理学からの研究、臨床現場から出された認知的理論、最近では社会心理学や認知心理学の知見を応用した理論など様々な分野から研究がなされている。

Key Words : Beck, 素因ストレスモデル, 自己注目

## 1. はじめに

本稿では青年期の無気力現象を心理学的に考える上で、直接的又は間接的に関連していると考えられる分野での研究動向についてまとめてみた。不登校の原因・症状として最も大きな割合を占めているのは無気力であり、小中学校の不登校児童生徒のうち30%程度は、無気力が主たる症状であるとされている。やる気と対峙する言葉として無気力は存在するわけであるが、教育現場ではこのようなマイナスイメージの実験研究はやりにくいこともあり、教育の世界では敬遠されがちでもある。

無気力は心理学の専門用語ではなく、専門用語としては抑うつ(depression)であるので、厳密には両者は区別して使われなければならない。しかし無気力は抑うつの主症状として存在するので、無気力を説明するには抑うつの研究も必然的に重要になってくるものと思われる。

ところでうつ病の生涯有病率は、欧米での調査など(Kesslerら, 1994, Spanerら, 1994)では10%程度、日本での調査(藤原(1995), 友田ら(1996))でも20%前後と決して見逃せない数値である。このような現実を考えるとき、抑うつの発生がいつ頃からどのように形成されていくのかを、幼少時代から順を追って研究することは非常に重要なことであると考えらる。

抑うつ研究は、臨床心理学や精神医学といった分野から始められ、1970年代前半までは、Beck(1967)の認知の歪み理論やEllis(1970)の不合理信念理論といった臨床現場からの理論が主流であった。しかし、社会心理学の進展とともに、社会心理学的な概念や理論から発展した抑うつ理論も提唱されるようになってきた。

とりわけ、1967年にSeligman & Maierが学習性無力感を発見し、1975年に学習性無

力感理論を発表して以来、この理論に対する実証的研究が盛んに行なわれるようになった。さらにその後、社会心理学から生まれてきた原因帰属理論が盛り込まれたことにより益々実証的研究が実践されることとなった。学習性無力感理論は最終的には絶望感理論として一段落し現在に至っているが、理論そのものは部分的には概ね支持される傾向にあるといえよう。現在では抑うつ研究は、生物学的側面からの研究、性格心理学からの研究、臨床現場から出された認知的理論、最近では社会心理学や認知心理学の知見を応用した理論など様々な分野から研究がなされている。本稿では主にこれまでの認知的理論や研究を簡単にレビューし、今までの問題点と今後の展望を考察してみた。

## 2. 臨床現場からの認知理論

### (1) Ellis の不合理信念理論

Ellis(1970)の不合理信念理論を Fig 1 に示す。

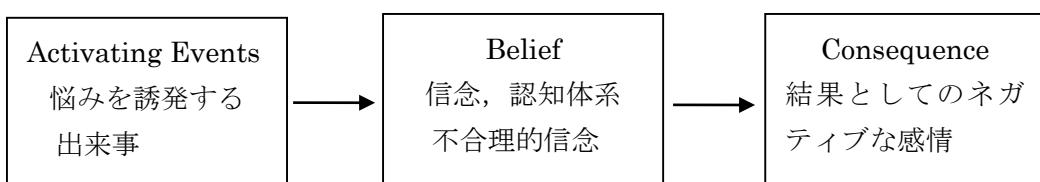


Fig 1 不合理信念理論

Ellis(1970)は不合理な信念が抑うつと関連があることを認めているが、不合理な信念が原因であるのか確認できるまでには至っていない(Haaga & Davidson, 1986)。しかし、不合理な信念という Beck の抑うつスキーマに似た概念を想定している点は同じである。

### (2) 認知の歪み理論

Beck (1967) の認知の歪み理論は、従来の抑うつに対する見方を変えた理論である。それまでは、抑うつの本質は感情障害であり、認知・動機づけ・行動障害は二次的なものであると考えていた。例えば、悲しい気分や落ち込んだ気分が抑うつの本質であり、罪責感を過度に持ったり(認知的症状)、やる気がなくなったり(動機づけ的症状)、話や動きがゆっくりなったりする(行動的症状)のは二次的症状と考えていた。これに対して Beck は、抑うつの本質は認知の障害であり、感情障害はそこから二次的に生じるものであると考えた。Beck がこのように理解するようになったのは、彼が若き時代に精神科医として、うつ病者の認知の歪みを変えることによって、うつが軽快することで確かめることができたからである。

抑うつをもたらす歪んだ認知は以下の 3 つの視点からのレベルにある。第 1 はネガティブな自動思考のレベルである。抑うつ的な認知は意図的な思考によるものではなく、自分の意思とは無関係に浮上する自動思考によりもたらされる。これにより自分に自信がなくなり何事も否定的に考え、未来を悲観的に考えるようになる。第 2 は体系的推論のレベル

である。体系的な推論の誤りとは、①恣意的推論；証拠もないのにネガティブな結論を出すことである。②選択的注目；明らかなものには目もくれず、些細なネガティブなことへのこだわりが強い。③過度の一般化；わずかな悪い経験から、広範囲なことを恣意的に推論することである。④個人化；自分に関係のないネガティブな出来事を自分に関連づけて考えることである。⑤完全主義的二分法的思考；「この仕事でミスしたら死ぬしかない」といった極端な考え方をすること。⑥拡大解釈と過小評価；ものごとの重要性や意義の評価を誤ること、などが考えられる。第3はセルフスキーマのレベルである。抑うつスキーマは深層にある信念や前提といった認知構造を指す。抑うつ的な人のスキーマは独特なネガティブなものであり、推論の誤りを生み出すもととなっている。

### (3) Beck の素因ストレスモデルについて

Beck の理論の本質的なところは、素因ストレスモデルと呼ばれているが、素因である抑うつスキーマ(幼少期に作られた潜在的信念や態度)がストレスとなるネガティブな出来事により活性化され、体系的な推論の誤りが生じ、自動思考(自分の意志とは無関係に意識に上がってくる歪んだ考え)をもたらすと考えている。Beck の理論は、認知療法として極めて治療効果が高く薬物療法との併用が非常に有効な手段として臨床現場で用いられている。ただし、急性期の患者に対する療法としては薬物療法が第一選択ではある。

## 3. 行動主義派からの認知理論

### (1) 学習性無力感理論

Seligman & Maier (1967) は犬を使って負の条件付けを学習させる際、報酬として電気ショックを与え続けた場合、犬が合図を聞いただけで興奮すると予想したが、予想とは裏腹にうずくまっているのを確認した。これは、何をしても自分で電気ショックを避けられないという統制不可能性の認知が無気力を発生させたものと考えている。このような無気力は学習によって獲得されたため学習性無力感 (Learned Helplessness ; 以下 LH) とよばれた。

その後、LH現象は人間でも起こることが確かめられた。例えば、Hiroto (1974) は統制不可能な電気ショックの代わりに統制不可能な不快音を用いて実験を行ない、人間でもいやな出来事を統制できないと認知すると無気力になることが確かめられた。その後の研究では、不快音のような物理的な嫌悪刺激だけでなく、より認知的な概念形成課題であるわざと解けない問題を与えて統制不可能な認知を形成させても LH現象の起こることが確認された (Hiroto & Seligman, 1975)。初期の LH理論によると、統制不可能な経験がたび重なると、将来も統制不可能ではないかという予期をもち、この統制不可能性の予期が、自分はもうだめなのだという無力感を発生させると考えている (Fig 2 参照)。

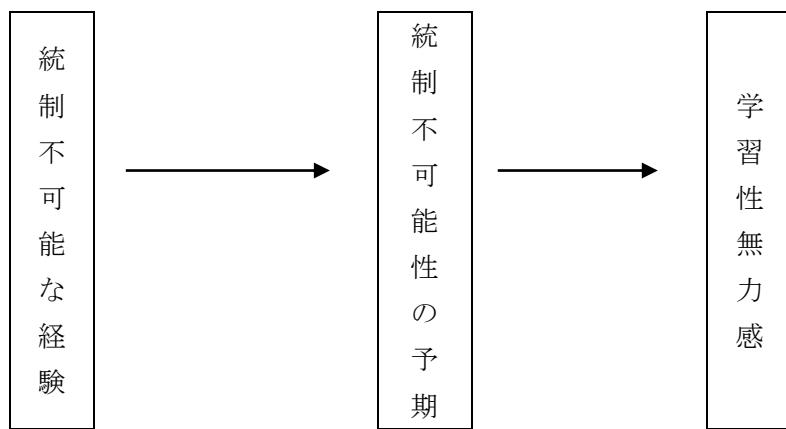


Fig 2 初期の学習性無力感理論(LH)

## (2) 改訂学習性無力感理論

しかし、統制不可能な経験をしても無気力にならない人間がいることなどLH理論では説明できない点が指摘されてきたので、それを補う意味で Abramson et al.(1978)は、統制不可能な経験についての原因帰属理論を組み込んだ改訂学習性無力感理論(以下改訂LH理論)を提案した(Fig 3 参照)。原因帰属理論とは統制不可能な経験をした場合、その原因を3つの次元から考えて結論づけることである。その3つの次元とは、ひとつは原因が自分の内部にあるのか、それとも外部にあるのかという「内在一外在性」の次元である。この次元は、統制不可能な経験の原因が内在的に帰属されると自尊感情が低下し、無気力の発生や持続と関連すると考えられる。原因が比較的安定なものなのか、それとも変化するのかという「安定一変動性」の次元である。統制不可能な経験の原因が安定的なことに帰属されると、無気力は慢性化すると考えられる。最後に原因がいろんな出来事に共通するのか、それともその出来事だけに当てはまるものかという「一般一特殊性」の次元である。統制不可能な経験の原因が一般的なことに帰属されると、無気力は一般化すると考えられる。従って統制不可能ないやな出来事の原因が探求され、それが内在的かつ安定的かつ一般的な原因に帰属されるともともと無気力になりやすく、外在的かつ変動的かつ特殊的な原因に帰属されると無気力になりにくいということになる。改訂LH理論が登場してからは、膨大な量の実証的研究がなされることになった。実験的な研究では概ねこの理論を支持しているが、質問紙法による研究では研究結果に一貫性が認められるまでには至っていない。その理由として、原因帰属をうまく測定できる質問紙をなかなか標準化しにくいことや、全ての人間がいちいち原因帰属を行うのかといった点や、原因帰属をする際その原因を教え込まれていて個人の判断にゆだねられていない場合などが考えられている。

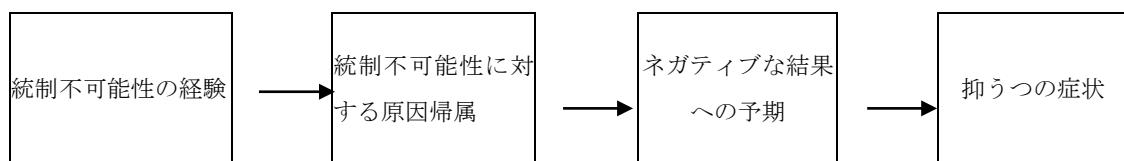


Fig 3 改訂LH理論

### (3) 絶望感理論 (Hopelessness Theory)

Metalsky ら(1982)は、否定的な経験あるいはストレスと帰属スタイルとの交互作用を考えた素因ストレスモデルを提唱した。その後 Alloy & Abramson (1988) がこの素因ストレスモデルを改訂 L H 理論に組み込んだ形とし絶望感理論とし今日に至っている。この理論では、統制不可能な経験を否定的な経験やストレスに変えたことと、原因帰属の内在性の次元を外したことなどが変更されている。ここへ来てオリジナルな L H 理論の中核であった統制不可能性という概念は消え、抑うつ的な帰属スタイルを持つこと自体が抑うつの素因、換言すれば抑うつへの脆弱性であると考えている。

## 4. 認知・社会心理学からの理論

### (1) Teasdale の処理活性化仮説

ひとたびストレス体験を嫌悪的なものとして認知した場合、軽い抑うつ気分となりネガティブな過去の記憶を活性化させやすくなる (Teasdale & Dent, 1987)。そして普段ならそれが苦痛であると感じないようなストレスでも、抑うつ気分の時にはそれが嫌悪的でコントロール不能であると感じやすくなっている。このような時点で、自分の弱さに原因を帰属して益々自責感を強める二次的抑うつを感じる負のサイクルが出来上がり、なかなか抑うつ気分から抜け出せなくなるという理論である。大抵の人は軽いストレスを感じても、こういった負のサイクルに入り込むことなく自然と回復するが、抑うつへの脆弱性のある人はこの負のサイクルに入り込みやすいと考えている。初期の脆弱性がどうしてできるかとか、負のサイクルがどこまで続くのか、あるいはどうすれば回復できるのかについては検討の余地がある。

### (2) 自己注目理論

自己への注目について最初に理論化したものに、Duval & Wicklund (1972) の客体的自覚理論があげられるが、抑うつについて自己注目から説明されたのは、両者に類似の現象が見られることが報告されたからである (Smith & Greenberg, 1981)。自己注目した後の認知がネガティブであったり、自己注目している時間が長びいたりすると抑うつになりやすいことがこの理論の特徴である。

Pyszczynski & Greenberg (1987) は、抑うつを自己注目の仕方により説明した。①重要な対象を喪失すると、強いネガティブな感情を生起し喪失した対象を取り戻そうとする。②喪失した対象を取り戻せないと認知した場合、喪失に関係する過度の自己注目が起こる。③過度の自己注目の結果、ネガティブな感情の増大や内的帰属、自己非難、自尊感情の低下、行動の低下といった抑うつ症状が生じる。そして、④ネガティブな結果後の持続的自己注目やポジティブな結果後の自己注目の回避といった抑うつ的自己注目スタイルが、さらに③「ネガティブな感情の増大を招いたり、⑤ネガティブな自己イメージの持続をもたらし、④「抑うつ的自己注目スタイルを増強・持続させる」という理論である。そして②～⑤までがループを形成していくという悪循環にもなる。

## 5. 抑うつとパーソナリティーとの関係

Coppen ら(1965)は、M P I をうつ病患者に対して、急性期と寛解期の2回施行したところ、1回目より2回目の「神経症傾向」尺度得点が有意に減少したことを報告した。この他多くの研究で、「神経症傾向」が抑うつとの相関が強いことを確認している。ただし、「神経症傾向」は他の精神疾患や心気症との関連があり、精神疾患全般との相関はあるものの、抑うつに特有ないわゆる病前性格的なパーソナリティーとは言いにくいと考えられようである。佐藤・上原(1995)は、①抑うつはパーソナリティー評価を歪めてしまう可能性が強い。②パーソナリティ下位尺度には、抑うつの影響を受けやすいものとそうでないものがある。③抑うつの程度などにより、パーソナリティー特性への影響が異なる可能性がある。

上述のように、抑うつがパーソナリティーに与える影響や、抑うつの予後に影響するパーソナリティーの存在などについて研究を進めることも、抑うつの再発や予防を考える上で重要であると考える。この点について塩見・永田(1998)も同様に、「無気力感」が下田式性格検査S P I (1987)の「自閉性格」に正の影響を与え、「同調性格」には負の影響を与えるというパス方向の結果を得ている。しかし、S P I の特徴的尺度「執着性格」については、病前性格(下田, 1941)を考慮してそれを反映するものであるが、健常者である高校生を被験者としたこともあるためか、単純に「執着性格」得点と「無気力」得点との相関や因果の方向性は確認できなかった。この点については、今後さらに条件を絞った形での調査研究を要すると思われる。

その他、完全主義と絶望感の関係を扱った桜井ら(1997)の研究や、抑うつからの回復を検討したレジリエンス研究などがある。特にこのレジリエンス概念について平野(2010)は、Cloninger(1993)の気質／性格モデルを用いて、生得的な「資質的レジリエンス要因」と、後天的な「獲得的レジリエンス要因」を抽出し妥当性を確認している。

## 6. 問題と展望

無気力に関して問題になるのは、まず健常者に対して容易に実施できる無気力尺度の標準化があげられると思われる。無気力尺度は研究者単位で状況と目的に沿うように検討・準備しているが、信頼性と妥当性を備えて標準化され市販されているものは見あたらない。但し、G H Q精神健康調査票やU P I 学生精神的健康調査といった精神面全般としてスクリーニングするものや、M M P I やY G 検査といった性格検査の1部として尺度が組み込まれているものはある。しかし、健常な児童生徒で無気力が病的なレベルまで達していた場合など不登校状態となったり、反動形成的に行動化が現れ、問題行動で退学するケースを考えると、スクリーニングテスト的な意味をもった標準化された無気力尺度も必要であろう。なぜならば、学校現場ではS D SやB D I といった臨床現場で使用する簡易テストを実施することに慎重であるからである。臨床心理士がスクールカウンセラーとして勤務できる学校では、こういった問題が回避できる現状もある。

次に考えないといけない点は、どのような種類の認知の歪みがどのような形で形成されているのかについて研究を進めていくことも必要と考えられる。Beck は自動思考について、自己・世界・未来という 3 つの領域にわたるネガティブな思考内容で占められていると論じている。自己とは自己評価の低さのこと、世界とは自分の周りの対人関係や環境のことであり、未来とは将来の展望のなきを述べているものと考える。これらに関する事象、例えば自己イメージやソーシャルスキル、未来展望と抑うつ傾向との関連についての研究結果の蓄積がなされつつある。

これまで抑うつそのものの発生過程についての研究が主であったが、今後は視点を抑うつそのものより複数の条件を加味した理論へ変わらるのではないかろうか。例えば先述した自己注目や抑うつの持続性や、ソーシャルスキル、時間的展望などを含め、かつその相互作用まで考慮しながら抑うつを説明するような複雑なモデルの検討が多くなってくると考えられる。中でも注目したいものは、先述したレジリエンス概念の作動機構についてである。各種災害トラウマや抑うつ感からの回復に直結しそうな概念であるので、今後臨床的にも貴重な示唆を与えるものとなるのではないかろうか。

注記：本論文は 2003 年度鹿児島県立鹿児島工業高等学校紀要「鹿工」に掲載したものをお加筆修正したものである。

## 参考文献

- Abramson, L. Y., Seligman, M.E.P. & Teasdale, D. 1978 Learned helplessness in humans : Critique and reformulation. Journal of Abnormal Psychology, 87, 49-74.
- Alloy,L.B. & Abramson,L.Y. 1988 Depressive realism : Four theoretical perspectives. In L.B.Alloy (ed.), Cognitive processes in depression. Guilford Press.
- Beck, A. T. 1967 Depression : Clinical, experimental, and theoretical aspects. Hoeber.
- Beck, A. T. 1976 Cognitive therapy and the emotional disorders. International University Press. (大野裕(訳) 1990 認知療法：精神療法の新しい発展. 岩崎学術出版社.)
- Cloninger,C.R. 1993 A psychobiological model of temperament and character. Archives of General Psychiatry, 50, 975-990.
- Coppen,A. & Metcalfe,M. 1965 Effect of a depressive illness on M.P.I. scores. British Journal of Psychiatry, 111, 236-239.
- Duval, S. , & Wicklund, R. A. , 1972 A theory of self-awareness. New York ; Academic Press.
- Ellis, A. 1970. The Essence of Rational Psychology : A Comprehensive Approach to Treatment, New York : Institute of Rational Living.
- 藤原茂樹 1995 一般人口におけるうつ病の頻度および発症要因に関する疫学的研究. 慶

- 應医学, 72, 511-528.
- Haaga, D.A., & Davison, G.C.(1986). Cognitive change methods, *Helping People Change*, New York, Pergamon.
- 平野真理 2010 レジリエンスの資質的要因・獲得的要因の分類の試み—二次元レジリエンス要因尺度の作成—. パーソナリティー研究, 19, 94-106.
- Hiroto,D.S. 1974 Locus of control and learned helplessness. *Journal of Experimental Psychology*,102,187-193.
- Hiroto,D.S. & Seligman,M.E.P. 1975 Generality of learned helplessness in man. *Journal of Personality and Social Psychology*,31,311-327.
- Kessler,R.C., McGonagle,K.A., Swartz,M., Blazer,D.G., & Nelson,C.B. 1994 Sex and depression in the National Comorbidity Survey I. *Journal of Affective Disorders*, 29, 85-96.
- Metalsky,G.I., Abramson,L.Y., Seligman,M.E.P., Semmel,A., & Peterson,C. 1982 Attributional styles and life events in the classroom: Vulnerability and invulnerability to depressive mood reactions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 43, 612-617.
- M P I 研究会編 1969 新・性格検査法—モーズレイ性格検査—. 誠信書房.
- Pyszczynski,T., & Greenberg,J. 1987 Self-regulatory perseveration and the depressive self-focusing style : A self-awareness theory of reactive depression. *Psychological Bulletin*, 102, 122-138.
- 坂本真士 1997 自己注目と抑うつの社会心理学. 東京大学出版会.
- 坂本真士・丹野義彦・大野裕 2005 抑うつの臨床心理学. 東京大学出版会.
- 桜井茂男・大谷佳子 1997 自己に求める完全主義と抑うつ傾向および絶望感との関係. 心理学研究, 68, 170-186.
- 佐藤哲哉・上原徹 1995 うつ病と人格. 精神科診断学, 6, 399-428.
- Seligman,M.E.P. 1975 Helplessness : On depression, development, and death. W.H.Freeman. (平井久・木村駿一(訳) 1985 うつ病の行動学 誠信書房.)
- Seligman,M.E.P. & Maier,S.F. 1967 Failure to escape traumatic shock. *Journal of Experimental Psychology*,74,1-9.
- 下田光造 1941 躁鬱病の病前性格について. 精神経誌, 45, 101-106.
- 塩見邦雄 吉岡千尋 田中宏尚 1987 下田式性格 S P I 検査解説書. 日本文化科学社.
- 塩見邦雄・永田正明 1998 高校生の無気力についての研究. 兵庫教育大学研究紀要 第18巻, 1-12.
- Smith,T.W. , & Greenberg, J. 1981 Depression and self-focused attention. *Motivation and Emotion*, 5, 323-331.
- Spaner,D., Bland,R.C., & Newman,S.C. 1994 Major depressive disorder . *Acta Psychiatrica Scandinavia : Supplement*, 376, 7-15.
- Teasdale,J.D., & Dent,J. 1987 Cognitive vulnerability to depression : An investigation

of two hypotheses. British Journal of Clinical Psychology, 26, 113-126.  
友田貴子・岩田昇・北村俊則 1996 精神的健康に及ぼすスポーツ活動の効果. 体力研究,  
91, 133-141.

—受稿 2020.5.7、受理 2020.5.26—

# 動機づけ的未来展望と進路成熟度

第一工業大学 共通教育センター 永田 正明

## 要旨

時間的展望研究領域では、関連変数との相関を検討するものは多かったが、個人の行動を説明するために、先行要因としての機能・動機づけ的な作用を検討することは少ないように思われる。本研究では、専門系高校生の進路計画や就職活動といった現在の自分の行動について、そこに時間的展望が動機づけ的に作用しているのか確認することを目的とした。

質問紙調査を行った結果、2年次から3年次にかけて進路成熟態度である「進路自律度」、「進路計画度」、「進路関心度」の3尺度とも有意に平均値が上昇していたが、1年生から2年生にかけての変化は見られなかった。また、2年次から3年次にかけて、時間的展望尺度の「未来」と「目標指向性」得点は有意に上昇していたが、1年次から2年次にかけては有意な得点上昇は見られなかった。仮に1年次から2年次にかけて「未来」や「目標指向性」得点の上昇が認められていたら、3年次の進路成熟態度得点上昇に先行することになるので、未来展望が進路成熟態度に対して動機づけ的に作用した可能性があると考えられるのかもしれない。

Key Words : 進路成熟度、動機づけ的未来展望

## 1. はじめに

進路指導の目標は、児童生徒の進路発達や進路成熟を促進することであるとされている。このような進路指導の目標達成には、進路発達や進路成熟の実態を正確に把握しておく必要がある。そのためには、児童生徒の進路発達や進路成熟を正確に測定評価する必要があると思われる。

高校生にとって最大の発達課題は進路問題であり、否が応でも進学か就職かの選択を迫られると同時に、その具体的進路先を遅くとも3年次1学期までには決定して進まなければならぬ。ところが時として、様々な外的問題要因も加わり自分の進路先を決めきれずに「進路先未定」にしておくような自分の人生設計ができない生徒が多くいるのも事実である。進路選択には自己を見つめ直す作業が必然的に生じるとともに、教師にはカウンセリングの視点を持った対応も求められるのではなかろうか。

進路選択をカウンセリングの視点から支える教育的援助をキャリアカウンセリングという（日本進路指導学会、1996）。この「キャリア」という言葉は単純に仕事とか職業などを指すものではなく、日本語では職業経験といった言葉に当てはめられるように、明らかに時間的概念が含まれた言葉である（渡辺、2007）。高校生が現在・過去・未来をどのように認識しているかによって、キャリアの認識も変わってくるし、キャリア教育には生徒の未来展

望まで踏まえた対応が重要になるといえる。しかし、高校でのキャリア教育の実践報告は、生徒のコミュニケーション能力や自己効力、自我同一性との関連をあつかったものや、精神的な適応状態との比較を試みた研究などは多く見受けられるが、キャリア教育に時間的展望、すなわち現在・過去・未来といった概念まで含んだ実証的研究はこれまで少なく、生徒に対する教師の進路指導の課題の一つでもあると考えている。

Frank(1939)が初めて時間的展望(time perspective)の概念を出し、時間性(temporality)に対する態度や過去とか未来との相互作用が、人間の行動に影響を与えるとした。そして、Lewin(1942)は時間的展望を場の理論における生活空間の要素とし、個人の生活空間が現在・過去・未来を含み、個人の時間的展望とモラールの間に密接な関係があるとした。このような時間的展望の理論化の後、1950年代になって、時間的展望の実証的研究が多く行われるようになった。多くは Lewin の理論化に基づいたものであり、時間的展望の研究では、研究者が様々な下位概念や独自の測定方法を使用するなど、そこに共通認識がなかった。Wallace & Rabin(1960)も、こういった概念や定義の曖昧さを指摘している。最も一般的な定義は、「ある一定の時点における個人の心理学的過去および未来についての見解の総体」(Lewin, 1951)である。そして Nuttin & Lens(1985)は、時間的展望の多様な概念を時間的展望、時間的態度、時間的志向性に分類した。時間的展望とは、extension (拡がり；概念化された未来の時間的長さ)，density (密度；個人が将来に予想する出来事や経験の数)，coherence (一貫性；概念化された未来における組織化の程度)，direction (方向；どの領域に志向性が強いか) といった構造的な面である。時間的態度(time attitude)とは、個人の過去・現在・未来に対する見方であり、時間的志向性(time orientation)とは個人の思い、行動の方向性であるとしている。

ここで、時間的展望の先行要因としてとらえられている社会経済要因やパーソナリティ変数といったものを挙げてみると、以下の(1)から(5)のようなものがある。

### (1) 社会経済要因

個人がどういった社会階層に所属するかという外的要因によって時間的展望の長さが異なるだろうと推測した研究では、好ましくない文化や社会経済的条件にいる個人の未来展望感は低いという結果が示された。例えば、LeShan(1952)は8歳から10歳の子ども117名に対し、物語構成法による研究を行い、下層階級の子どもは中産階級の子どもに比較して、未来展望の長さが短いことを確認している。また Cottle & Pleck(1969)は、12-18歳の子どもで上流階層は過去志向的で、中流階層は未来志向的であるとした。これらの結果は、国内でも小学生が「僕わたしの夢」として発表する姿からも想像ができる。

Teahan(1958)は、7、8年生において学業成績上位の者は下位の者より未来の extension が大きいことを確認し、Lessing(1968)は、学業成績やIQの高い子どもほど extension が長いことを確認した。

### (2) パーソナリティー

Lessing(1968)は、5、8、11年生746名に対して、未来展望の長さを出来事検査と物語完成法という2つの方法によって測定し、学年が高いほど空想的な内容から現実的な内容へと変化することを確認した。パーソナリティー変数としては、CTI(California Test of

personality), 満足遅延尺度, 個人的責任性尺度が用いられた。この他に研究されているパーソナリティ要因を挙げれば, 達成動機, 満足の遅延などもある。一般には達成動機と時間的展望の間にはポジティブな相関があり, Meade(1972)のインドにおける大学生での研究結果など, 達成動機の高いものはポジティブな時間的態度や, 長い未来展望の長さを示すという結果が概ね得られている。また満足の遅延といった, 高次な目的のために目の前の欲求充足を延期する能力と時間的展望との関係もまたポジティブな相関があることもわかっている。

### (3) 自己意識

近年, 時間的展望の個人要因として自己意識を扱った研究が増加している。こうした研究領域は大きく2つに分かれ, ひとつは行動や感情を制御する内的枠組みとして自己をとらえる立場からの研究である。こうした研究は自己概念やセルフスキーマといった自己に対する認知を対象とし, これらの内容や構造と時間的展望の関係が研究のテーマとなっている。もうひとつは青年期の自己意識の特徴である自我同一性を扱ったものであり, 主に自我同一性の達成と時間的展望の関係が研究されている。

### (4) 自我同一性

Erikson(1959)は, 生涯を通しての自我発達過程のモデルを示しているが, そのなかでは青年期を「自我同一性 対 同一性拡散」の危機の時期とし, 同一性の形成を青年期の発達課題としてとらえている。この自我同一性の感覚の一つの側面は, 現在が過去に根ざし, 過去の上に現在の自分が確実に築き上げられているというような意識と確信であり, このような確信の上に立って個人の未来というものがはっきりと具体性を持って現実的なものとなると示唆している。このような指摘からは, 時間的展望の確立という現象が青年期の自我同一性形成の一侧面としてとらえられる。なぜなら自我同一性の達成は, 過去・現在・未来的時間的な流れの中で, 自己についての継続性や統合性の意識の上に初めて成り立つものであるからである(都筑, 1993)。都筑(1993)は大学生285人に対し, 時間的関連性と時間的態度と自我同一性地位の関連性について, Cottle(1967)の投影法であるサークル・テスト, 時間的態度の測定にはSD法による時間イメージ尺度を使用して検討した。時間的関連性の測定には4つの自我同一性地位を利用比較した結果, 時間的関連性に関して上位にある同一性達成地位とモラトリアム地位の人は, 時間的関連性が高く来志向的であった。時間的態度に関しては, 同一性拡散地位の人は, 過去・現在・未来のすべてにおいて最もネガティブにとらえており, 逆に早期完了地位の人は最も時間的態度がポジティブであった。同一性達成地位, モラトリアム地位はその中間であった。これらの結果から都筑は, 同一性達成地位の個人は, 未来に対して最も現実的で計画的な態度を持っていると結論している。

### (5) 不安・抑うつ

Cottle(1969)は, サークル・テストによって時間的関連性の検討をし, 顕現性不安と時間的関連性の間に負の相関を確認している。Knappu(1965)のEPI(Eysenck Personality Inventory)を用いた調査では, 時間的能力に関して高い神経質傾向を持つ個人は低い神経質傾向を持つ個人に比して, 時間的能力において劣るという結果が得られている。

また, 抑うつ傾向との関連に関してBeck(1976)は, 自己・世界・未来に対する認知を認

知の3要素と呼び、これらの要素について統制不可能と感じたときに、抑うつが生じるとしている。また、抑うつ患者が完全な敗北と考えて目標を諦めると失感情状態に陥ると推測している。

#### （6）未来展望の動機づけ的効果について

時間的展望の先行要因や現在の適応－不適応との関連をとらえる際に、これまで1つの側面、特に未来展望の長さという1侧面からのみとらえてきた。しかし近年、時間的展望の機能を、その複数の成分の相互作用に基づくとする指摘がある。Van Calster, Lens & Nuttin(1987)は、未来展望の変数を Vroom(1964)の EIV (expectancy-instrumentality-value) モデルの枠組みでとらえ、勉強の個人的未来の成功に対する道具性と個人的未来に対する時間的態度の相互作用が、現在の勉強のモティベーションと関連を持つことを確認した。南・光富(1990)は、未来展望が複数の成分から構成され、機能するシステム的構造を成すとしている。このように、時間的展望を行動調整効果という観点からとらえる場合に、この枠組みの示唆するものは大きく、これらの観点からすれば、現在の行動に影響を与えるような未来展望の機能は、未来展望のある一面にのみ作用するのではなく、未来展望のいくつかの側面に作用する相互作用を含むことが推測される（杉山、1995）。

## 2. 目的

時間的展望の現在の感情・行動への影響に関して、これまでの研究ではそのメカニズムを扱っていない。例えば、Lens(1987)は、他のパーソナリティとどのように関連しているのかということと比較して、未来展望の行動面への影響ということには、あまり関心が持たれてこなかったとしている。そして、未来展望の概念はほとんどが状態の研究であり、行動に影響する動機づけ的変数としては研究されていないと指摘している。このように時間的展望という概念は、適応状態や行動を説明する変数として概念化されたにも関わらず、その関心は発達的な変化や他の変数との相関的関係にのみ向けられ、現在の行動や適応にどのように影響を与えるのかという側面は軽視してきた。そのため、今までの研究では時間的展望が現在の行動や適応－不適応に影響を及ぼすメカニズムを十分に説明しているとは言えないのではないか。概観したように時間的展望研究は、適応－不適応に関わる多くの変数が確認されているが、その影響やメカニズムが明確にされない以上、時間的展望研究から心理的援助に有効な示唆を与えることは難しい。この点について、Lessing(1972)は個人の未来展望をとらえる場合に、純粹に認知的な未来展望である認知的未来展望と、実際に行動を動機づける未来展望である認知－動機づけ的未来展望を区別する必要性を指摘している。今後の時間的展望研究は、単に変数間の相関関係のみを検討するだけではなく、人間行動の説明概念としての理論展開を図り、現在に影響を与える未来展望の先行要因や機能、構造を検討することが必要であると考える。

本研究ではこのような考え方から、専門系高校生の進路計画や就職活動といった現在の自分の行動について経時的な調査を行い、そこに時間的展望が動機づけ的に作用しているのか確認することを目的とした。

### 3. 方法

- (1) 質問紙：1)進路成熟態度（坂柳・竹内, 1986）のうち職業的進路成熟に関する 15 項目。  
2)時間的展望体験尺度（白井, 1994）の 18 項目。
- (2) 被験者：専門系高校 3 年生 148 名, 1 回目：1998 年 5 月 28 日  
専門系高校 2 年生 126 名, 3 年生 107 名, 2 回目：1999 年 6 月 4 日

### 4. 結果

#### (1) 因子分析結果

進路成熟態度についての因子分析結果は 3 項目を除き(坂柳・竹内, 1986)の抽出した同一因子が確認された。因子名も同一の「進路自律度」, 「進路計画度」, 「進路関心度」とした。時間的展望尺度についての因子分析結果は、1 項目を除き(白井, 1994)の作成した尺度と同一の下位尺度を得た。因子名も同一の「現在の充実感」, 「目標指向性」, 「過去受容」, 「未来」とした。

#### (2) 尺度平均値の継時変化

Table 1 各尺度得点の平均値変化

	現 2 年生 (N=126)			現 3 年生(N=107)			
	1 年次平均	2 年次平均	t 値	2 年次平均	3 年次平均	t 値	
進路自律度	5.65(1.50)	5.71(1.67)	0.28	5.31(1.49)	5.88(1.46)	2.82	**
進路計画度	5.17(2.63)	4.76(2.71)	1.2	4.39(2.53)	6.46(2.48)	6.03	***
進路関心度	6.43(1.97)	6.87(1.74)	1.87	6.65(1.89)	8.10(1.66)	5.96	***
現在の充実感	14.81(4.39)	13.28(4.21)	2.83	**	15.11(3.70)	16.08(4.35)	1.76
目標指向性	15.29(4.57)	14.47(4.60)	1.42		14.77(4.60)	16.14(4.80)	2.14
過去受容	13.35(3.66)	13.21(3.61)	0.29		13.46(3.37)	13.76(3.49)	0.64
未来	13.88(3.71)	13.74(3.49)	0.31		13.45(3.26)	15.03(3.23)	3.56

注) 各得点は尺度名に対してポジティブなほど高くなる

Table 1 から、2 年生から 3 年生にかけて進路成熟態度である「進路自律度」, 「進路計画度」, 「進路関心度」の 3 尺度とも有意に平均値が上昇している。1 年生から 2 年生にかけてはほとんど変化は見られない。逆に時間的展望のうち「現在の充実感」は 1 年次よりも 2 年次では有意に低くなり中だるみの状態がうかがえる。2 年生から 3 年生にかけて、時間的展

望の「未来」と「目標指向性」尺度得点が有意に上昇しているが、1年生から2年生にかけての有意な上昇は見られなかった。1年次から2年次にかけて「未来」や「目標指向性」尺度得点の上昇が認められていたら、3年次の進路成熟態度得点上昇に先行することになるので、未来展望が進路成熟態度に対して動機づけ的に作用した可能性があると考えられるかもしれない。この点を明確にするには、2年次6月以降から3年次6月までで学期単位くらいで同様な調査をすると見えてくるのかもしれない。しかしこのような計画の調査になると、個人により進路決定時期が異なるので個々人のデータ単位で検討しなければならないだろう。

## 5. 考察

Table1を見ると、専門系（職業系）高等学校での勤務経験が長い教職員なら経験的に知っているとおりの結果が出ている。すなわち高校1年生から2年生前半までは、なかなか自分の将来像を真剣に考えることができずに、恐らくそういった卒業後の自分の明るい未来像を描けないで、なんとなく高校生活を過ごす生徒が大半であるということである。そのため専門系高校では、1年次の早い段階で転退学する生徒も多い。冒頭に書いたように高校教職員は生徒の歩むべき道を正しく導くことが大切な業務であるので、1年次からのキャリアカウンセリングにおいて、「進路自律度」や「進路関心度」尺度得点が上昇するような指導も計画的に実施する必要があると考えられる。放課後、学級担任や副担任は、補習授業や部活動あるいは生活指導に追われる毎日であるので、進路指導室へ生徒を順次定期的に訪問させることから始めることも効果的ではなかろうか。学級担任に対しては甘えが先だったり、緊迫感を感じなかつたりすることも考えられるので、指導実績の多い進路指導主任や学年主任からの言葉には重みを感じるものと思われる。

Frank(1939)や、Lewin(1942)の古典的な研究以降、未来展望感は現在の行動を方向づける機能を持ち、現在の適応と関連すると考えられてきた。そして概観してきたように、これまでの時間的展望研究においては、抑うつや不安、さらには非行という不適応との関連性が認められている。一般に不適応状態にある個人は、未来展望がネガティブなものであるという傾向がみられた。逆な見方をすると、ポジティブな未来展望は現在の適応に寄与するとできることができるのか。こういった点について心理療法の分野では、Shostrom(1968)が、神経症のクライエントが病的に未来志向的である場合があることを述べており、未来展望の指標と適応とが一致しない例を出している。臨床心理学からの意見として、未来志向性のマイナスの影響性も考慮し、時間的展望に関係なく今を大切に生きることがより効果的であると主張する立場もある。このような個人にしてみると、未来展望が現在にとっての行動をプラスに調整するものとは考えにくい。このように未来展望は、個人の適応に対して行動を制御したりモラールを喚起するだけではなく、場合によっては現在からの逃避という形で現在に対して影響力を持たない、負の影響を持つこともあると考えられる(杉山,1994)。

このように時間的展望と適応との関連に関しては、時間的展望の有無や長さ、希望の有無などのように一側面だけで結論づけることは難しい。時間的展望の現在の行動や感情への

影響を考える場合、影響力の強さや方向性に関する複雑に絡んだシステムを視野に入れた上で、そのメカニズムを検討する必要があると考えられる。

注記：本論文は日本応用教育心理学会第14回研究大会(1999年10月17日兵庫県教育会館)にて発表したものと加筆修正したものである。

## 参考文献

- Beck, A. T. 1976 Cognitive therapy and the emotional disorders. International University Press.  
(大野裕(訳) 1990 認知療法：精神療法の新しい発展. 岩崎学術出版社.)
- Cottle,T.J., 1967 The circle test : an investigation of perceptions of temporal relatedness and dominance. Journal of Projective Technique & Personality Assessment, 31, 58-71.
- Cottle,T.J., & Pleck,J.H. 1969 Linear estimations of temporal extension : the effect of age, sex, and social class. Journal of Projective Technique & Personality Assessment, 27, 51-59.
- Erikson,E.H. 1959 Identity and the Life cycle. International University Press.
- Frank,L.K. 1939 Time perspective. Journal of Social Philosophy, 4, 293-312.
- 林潔 1994 Depression 水準の測定およびDepressionと時間的展望との関連の検討 白梅  
学園短期大学紀要, 31, 153-161.
- Knappu,R.H. 1965 Relationship of a measure of self-actualization to neuroticism and extraversion. Journal of Consulting Psychology, 29, 168-172.
- LeShan,L.L. 1952 Time orientation and social class. Journal of Abnormal and Social Psychology, 47, 589-592.
- Lessing,E.E. 1968 Demographic, developmental, and personality correlates of length of future time perspective. Journal of Personality, 38, 183-201.
- Lessing,E.E. 1972 Extension of personal future time perspective, age, and life satisfaction of children and adolescents. Developmental Psychology, 6, 457-468.
- Lewin, K. 1942 Time perspective and morale. In G.Watson, Civilian morale, 48-70,  
Houghton Mifflin.
- Lewin, K. 1951 Field theory and social science. New York : Harper.
- Meade, R.D. 1972 Future time perspectives of college students in America and in India. Journal of Social Psychology, 83, 175-182.
- 南博文・光富隆 1990 青年期における未来展望と有能感の関係に関する研究 広島大学  
教育学部紀要, 38, 241-247.
- Nuttin,J., & Lens,W. 1985 Future time perspective and motivation : Theory and research method. Leuven : Leuven University Press/LEA.
- 坂柳恒夫・竹内登規夫 1986 進路成熟態度尺度の信頼性および妥当性の検討 愛知教育  
大学研究報告, 35, 169-182.

- Shostrom,E.L. 1968 Time as an integrating factor. The course of human life. New York : Springer Publishing Company, 351-359.
- 日本進路指導学会編 1996 キャリアカウンセリング 実務教育出版.
- 白井利明 1994 時間的展望尺度の作成に関する研究 心理学研究, 65, 54-60.
- 杉山成 1995 時間的展望の関連要因に関する研究の動向 立教大学心理学科研究年報, 38, 39-52.
- 杉山成 1994 中学生における一般的統制感と時間的展望の関連性 教育心理学研究, 42, 415-420.
- Teahan,J.E. 1958 Future time perspective, optimism, and academic achievement. Journal of Abnormal & Social Psychology, 57, 379-380.
- 都筑学 1993 大学生における自我同一性と時間的展望 教育心理学研究, 41, 40-48.
- Van Calster,K.V., Lens,W., & Nuttin,J. 1987 Affective attitude toward the personal future: Impact on motivation in high school boys. American Journal of Psychology, 100, 1-13.
- Vroom,A.E. 1964 Work and Motivation. John Wiley and Sons.
- Wallace,M., & Rabin,A.I. 1960 Temporal experience. Psychological Bulletin, 57, 213-236.
- 渡辺三枝子 2007 キャリア心理学に不可欠の基本 新版キャリアの心理学キャリア支援への発達的アプローチ ナカニシヤ出版 1-22.

—受稿 2020.5.11、受理 2020.5.27—

## **執筆者一覧（執筆順）**

永田 正明 第一工業大学共通教育センター准教授

## **紀要編集委員一覧**

永田 正明	第一工業大学共通教育センター准教授／共通教育センター長（紀要編集委員長）
當金 一郎	第一工業大学工学部情報電子システム工学科教授／教務部長
中薗 政彦	第一工業大学共通教育センター准教授
徳永 博仁	第一工業大学共通教育センター准教授
竹下 俊一	第一工業大学共通教育センター准教授
原北 祥悟	第一工業大学共通教育センター助教／紀要編集事務局長

---

第一工業大学教職課程研究紀要 2020 年 5 月号（通巻 2 号）

2020 年 5 月 31 日 発行

編集・発行 第一工業大学教職課程教育研究会  
鹿児島県霧島市国分中央 1-10-2

---