

不安に対する態度が未来展望に及ぼす影響

姜信善・下田亜由美*

(2002年9月2日受理)

The Effect of Attitude to The Anxiety on Future Time Perspective

Sinsun KANG and Ayumi SHIMODA

キーワード：未来展望，不安，効力感，青年期

Key words : future time perspective, anxiety, efficacy, adolescents

目 的

白井(1991)は時間的展望を獲得すること、つまりより遠くの将来や過去の事象が現在の行動に影響を及ぼすという時間的展望の広がり(extension)が拡大すること、将来に希望を持ち現在の生活に充実を感じ過去を受容するという時間的展望の感覚を持つことは、青年期の重要な発達課題の一つであると述べている。特に青年期の後期にあたる大学生は、学生から社会人への移行期であり(藤井, 1998)、就職や進学についてなど自分の将来について考える機会が多い。よってこの時期においては時間的展望のなかでも未来展望を持つこと、つまり未来展望の確立が重要な課題になってくると考えられる。未来展望という個人の心理的側面は、本来、自発的に確立されるものであり、他者から与えられるような性質のものではないといわれている(杉山・神田, 1996)。そのため、未来展望を直接的に変容することはできない。そこで未来展望に影響を及ぼす要因とは何か、またその要因が未来展望にどのような影響を及ぼすのかを明らかにすることによって、未来展望の確立のための一つの指標が得られるのではないかと考えられる。

藤井(1998)によると現代の大学生のアパシー傾向についての相談が学生相談所において増えてきているという。その背景には現代の大学生は自律すべき自我を持っていて、不安をはじめとするさまざまな悩みを自分で解決していかななくてはならないという考え方はもはや通用しなくなっていることを述べている。つまり不安を自分で解決することができず、そのためにアパシー傾向に陥ってしまうのではないかと推察されている。また杉山・神田(1996)は未来展望と現代の大学生の問題であるアパシー傾向の関連について次のように指摘している。未来展望の確立は授業、学業、大学生活に対する意欲の減退を示すアパシー傾向に負の影響力を与える。つまり未来展望の確立がアパシー傾向に対して抑制的効果を及ぼし

ていると述べている。アパシー傾向の背景には不安が存在し、また未来展望の確立がアパシー傾向に影響を及ぼすということを考えたとき、不安の解決は、未来展望が持てることにつながるのではないかと考えられる。すなわち、大学生の抱いている不安は未来展望の確立に重要な影響を及ぼす要因として推察される。

では、実際に不安のどのような側面が未来展望に影響を及ぼすのか、本研究の予備調査により大学生が抱く不安について調べた結果、次のようなことが示された。まず、不安の内容や捉え方についてみると、各個人によって不安の内容は様々であり、同様の内容の場合においてもその捉え方は各個人により異なることが示された。次に、不安が未来展望に及ぼす影響に関しては、不安そのものが未来展望に直接影響を及ぼすわけではなく、不安に対して解決できるという、不安解決への効力感を持てるかどうか、また具体的な解決方法の有無が重要な要因として示唆された。そこで、不安を解決できるか否かについての理由を調べることによって、各個人の不安の捉え方、すなわち不安に対する態度の違いを明らかにすることができると考えられる。つまり、各個人がそれぞれ抱く不安に対する効力感の有無、及び解決方法の有無によって不安に対する態度は異なり、その態度が未来展望に影響を及ぼすと推察される。

以上のことから本研究では、大学生を対象にし、不安解決に対する効力感の有無、解決方法の有無によって不安に対する態度はどのような差を示すのか、また不安に対する態度が未来展望にどのような影響を及ぼすのかについて検討することを目的とする。そのために、不安に対する態度、及び未来展望に関する尺度を作成し、次のことについて調べる。

1. 本研究で作成された不安に対する態度尺度を用い、不安解決への効力感の有無、解決方法の有無によって不安に対する態度はどのように異なるのかについて調べる。
2. 1で明らかにされた不安に対する態度が未来展望に

* 富山大学教育学研究科

及ぼす影響について調べる。

これらのことを検討することが本研究の全体的な目的である。

方 法

被調査者：国立T大学学生1~4年生の計290名(男子120名, 女子170名)である。

調査時期：2001年10月下旬~12月上旬にかけて実施した。

調査内容

(1) **不安について：**まず、「あなたが不安に思うことは何ですか」と尋ね、不安の内容について質問し回答を求めた。次に被調査者の回答した不安の解決方法の有無や解決への効力感の有無について、調べるために以下の質問1, 質問2についてYes・Noの2件法で回答を求めた。

質問1 あなたは自分の不安を解決するための方法を持っていますか。

質問2 あなたは不安が解決できると思いますか。

さらに質問2による回答から、なぜそのように思うかの理由を調べる。その理由についてはあらかじめ本研究の予備調査における自由記述によって収集された内容から「不安に対する態度」の尺度項目を作成し、本調査で用いた。

(2) **未来展望について：**予備調査において「あなたは未来についてどのようなことを考えていますか」と尋ね、大学生が考えている未来について具体的な回答を求めた。それらの回答内容から未来展望に関する質問項目を作成し、本調査で用いた。

分析について

(1) **尺度作成：**予備調査を基に作成した「不安に対する態度」、及び「未来展望」に関するそれぞれの質問項目の回答を、そう思う5点~全くそう思わない1点とし、ヴァリマクス回転による因子分析を行った。

(2) **不安解決への効力感の有無、解決方法の有無による群と不安に対する態度との関連について：**不安解決への効力感の有無、解決方法の有無による群(以下、群と呼ぶ)わけを行い、群と性別を独立変数、不安に対する態度尺度得点を従属変数とし分散分析を行った。その結果が有意であった場合、下位検定としてLSD法による多重比較を行った。

群わけについて：1番目は不安の解決方法を持っておらず、不安を解決できると思わないと答えた群であり、以下「不安-消極」群と呼ぶ。2番目は解決方法は持っていないが、不安は解決できると答えた群であり、以下「不安-効力感」群と呼ぶ。3番目は不安を解決する方法を持っており、不安を解決できると答えた群である。以下「不安-積極」群と呼ぶ。4番目は解決方法は持っているものの、自分の力では解決できないと答えた群であり、以下「不安-方法」群と呼ぶ(Table 1 参照)。

Table 1 不安解決に対する効力感の有無、解決方法の有無による群わけ

群名	効力感	解決方法
不安-消極群	×	×
不安-効力感群	○	×
不安-積極群	○	○
不安-方法群	×	○

○ 有り × 無し

(3) **不安に対する態度が未来展望に及ぼす影響について：**不安に対する態度と未来展望との相関関係については、ピアソンの相関係数(Pearson's product-moment correlation coefficient; r)を求めた。不安に対する態度が未来展望に及ぼす影響を調べるためには、不安に対する態度を予測変数、未来展望を目的変数とする重回帰分析を行った。

結果及び考察

(1) 尺度作成

不安に対する態度、及び未来展望に関する質問項目の回答についてヴァリマクス回転による因子分析を行った。それぞれ固有値の減退状況などから、3因子構造を仮定することができ、因子負荷量が.30以下の項目、複数の因子に因子負荷量が高い項目を削除した後、再度因子分析を行った。その結果、不安に対する態度、及び未来展望に関する尺度はそれぞれ3因子構造であることが示された。結果をTable 2-1, 2-2に示す。不安に対する態度尺度の第1因子は「自己解決」、第2因子は「あきらめ」、第3因子は「ネガティブ思考」の因子と命名した。未来展望に関する尺度の第1因子は「計画」、第2因子は「イメージ」、第3因子は「自信」の因子と命名した。また各下位尺度についてCronbachの α 係数を算出したところ不安の第1因子、第2因子、第3因子の α 係数は順に0.76, 0.65, 0.56であり、未来展望の第1因子、第2因子、第3因子の α 係数は順に0.76, 0.80, 0.66であった。

(2) 不安解決への効力感の有無、解決方法の有無による群と不安に対する態度との関連

上述の通り不安解決への効力感の有無、解決方法の有無によって4つの群に分類されたが、「不安-方法」群は、極端に人数が少なかった(17名)ことから、分析の対象から除き、その他の3つの群を分析の対象とした。これらの群による不安に対する態度得点の差を検討した分散分析結果をTable 3に示す。

まず、不安に対する態度の第1因子「自己解決」においては群の主効果のみ有意となった($F(2,247)=35.00, p<.01$)。下位検定の結果、全ての群間差が有意となり、不安-消極群、不安-効力感群、不安-積極群の順に得

Table 2-1 不安に対する態度に関する項目の因子分析結果（ヴァリマクス回転後）

No.	項 目 内 容	F1	F2	F3	共通性
5	努力次第で解決できる	.73	-.28	-.21	.66
7	自分に原因があると思うので、自分で何とかできる	.59	-.36	.07	.49
1	自分が行動すれば何とかできる事が多い	.56	-.38	-.13	.46
2	解決しようとする姿勢が大切だと思う	.55	-.18	-.06	.34
6	自分には可能性があると思う	.42	-.30	-.27	.34
11	自分の怠惰な面を見直せば何とかなる	.38	-.23	.27	.27
17	これから答えを探していこうと思う	.36	-.06	.06	.14
12	自分にはどうすることもできないと思う	-.26	.76	.01	.64
10	仕方のない社会の流れだからどうすることもできない	-.14	.53	.14	.32
14	解決の見通しが立たない	-.11	.49	.33	.36
4	不安を何とかしようと思うが、行動が伴わない	.05	.08	.66	.45
16	不安に思うことが次から次へと出てきて、きりが無いと思う	-.08	.14	.56	.34
因子負荷固有値		3.26	1.05	.50	
因子寄与率（累積寄与率）		27.2	8.7	4.2	(40.1)

Table 2-2 未来展望に関する項目の因子分析結果（ヴァリマクス回転後）

No.	項 目 内 容	F1	F2	F3	共通性
7	自分の未来のために、現在何かしようと思う	.66	.06	.07	.47
20	自分の未来に対する目標がありますか	.65	.20	.12	.46
10	自分は将来の計画を立てている	.62	.27	.15	.49
13	将来、何かチャレンジしてみたいと思う	.42	.22	.13	.34
19	未来は自分の力で切り開いていくものだと思う	.37	.15	.15	.28
16	自分の今の生活が未来につながっていくと思う	.36	.19	.20	.22
6	初めはうまくいかないことでも、できるまでやり続けようと思う	.35	.19	.01	.25
1	自分は未来についてよく考える	.31	.19	.08	.24
15	自分の未来はきっとうまくいくと思う	.29	.61	.19	.51
3	自分の未来は明るいと思う	.06	.58	.33	.51
8	自分の未来に対して期待することがたくさんある	.46	.57	.13	.59
9	未来の自分は今の自分より良くなっていると思う	.29	.54	.21	.47
12	自分の未来を楽しみだと思う	.36	.43	.36	.52
14	幸せな家庭生活を送りたいと思える	.13	.35	-.18	.21
11	将来、困難な事に出会っても、自分の力で何とかできると思う	.28	.24	.71	.63
18	自分が立てた計画は、うまくできると思う	.25	.15	.46	.41
因子負荷固有値		5.29	.93	.52	
因子寄与率（累積寄与率）		27.9	4.9	2.8	(35.6)

Table 3 不安解決に対する効力感の有無、解決方法の有無による群ごとの不安に対する態度尺度の得点の平均とSD及び分散分析の結果

		第1群 ⁽¹⁾		第2群 ⁽²⁾		第3群 ⁽³⁾		主効果	交互作用	下位検定	
		性	M(SD)	N	M(SD)	N	M(SD)	N			
不安	自己解決	男	23.88(5.00)	25	27.79(4.65)	38	29.05(4.28)	44	F(2,247)=35.00**	n.s.	第1群<第2群<第3群
		女	23.36(4.03)	47	27.03(2.61)	39	28.48(3.78)	60			
	あきらめ	男	9.27(2.51)	26	8.69(2.48)	39	6.47(2.30)	43	n.s.	F(2,250)=12.05+	男(第3群<第2群,第1群)
		女	9.88(2.14)	48	7.82(1.82)	39	6.82(2.20)	61			女(第3群<第2群<第1群) 第2群(女<男)
	ネガティブ思考	男	7.81(1.55)	26	7.19(1.75)	37	5.98(1.94)	42	F(2,247)=16.43**	n.s.	第3群<第2群<第1群
		女	7.90(1.34)	48	6.69(1.82)	39	6.54(2.00)	61			

**p<.01 +p<.10 (1) 不安—消極群 (2) 不安—効力感群 (3) 不安—積極群

点が高くなることが示された (MSe=16.33, p<.05)。

「自己解決」因子は「努力次第で解決できる」「自分の怠惰な面を見直せば何とかなる」「自分には可能性があると思う」などの内容の項目において因子負荷量が高く、自分の不安は自分で何とかできると考えていると推察される因子である。不安を解決できると考える、すなわち効力感を持っている場合は、効力感を持っていない場合に比べ、不安に対して、よりポジティブに考えていることが分かる。また効力感を持っており、さらに解決方法を持っていることが、不安に対して自らの力で解決していこうとする態度により多くつながると推察される。

不安の第2因子「あきらめ」の場合は群と性の交互作用が有意傾向であった (F(2,250)=12.05, p<.10)。下位検定の結果、群における性の単純主効果は、不安—効力感群においてのみ有意傾向であり、男子の方が女子の方より得点が有意に高い傾向にあった。また、性における群の単純主効果は、男子の場合、不安—積極群は、他の2つの群よりも得点が有意に低い傾向であり、女子においては、不安—積極群、不安—効力感群、不安—消極群の順に得点が有意に高い傾向であることが示された (MSe=4.99, p<.05)。

「あきらめ」因子は「自分にはどうすることもできないと思う」「解決の見通しが立たない」などの項目の内容から、自ら不安解決のための行動を起こさず、自分の不安と向き合うことを回避していると推察される因子である。これに関しては性により次のような異なる特徴が示された。まず女子の場合、不安解決への方法、不安解決への効力感の両方を持っている場合は、効力感のみを持っている場合より、不安に対するあきらめの態度を示すことが少なかった。ところが方法、効力感のいずれも持っていない場合は効力感のみを持っている場合より、あきらめの態度を示すことが多かった。すなわち、女子の場合、不安解決への効力感を持つか否かによって不安に対するあきらめの態度に及ぼす影響は異なることが推察される。それに対して、男子の場合は方法、効力感の両方を持っていない場合と、効力感のみを持っている場合との間においてあきらめの態度の差は見られなかった。

ところが、方法、効力感の両方を持っている場合は、これらの両方を持っていない場合や効力感のみを持っている場合より、あきらめの態度を示すことが少なかった。つまり男子の場合、女子とは異なり、たとえ不安を解決できると思う効力感を持っている場合においても、具体的な解決方法がなければ、不安解決に対する行動を起こすことができないと考え、不安解決に対するあきらめの態度を示すのではないかと解釈される。

不安の第3因子「ネガティブ思考」においては群の主効果が見られ (F(2,247)=16.43, p<.01)、下位検定の結果、全ての群間差が有意となり、不安—積極群、不安—効力感群、不安—消極群の順に得点が高くなることが示された (MSe=3.14, p<.05)。

「ネガティブ思考」因子は「不安を何とかしようと思うが、行動が伴わない」「不安に思うことが次から次へと出てきて、きりが無いと思う」など不安を解決しようとするものの、やはり自分ではどうすることもできないと不安に対して、ネガティブな考え方を示す因子である。効力感、解決方法の両方を持っていない場合、不安に対して自分では解決することはできないと考えていることが推察できる。また効力感を持っている場合であっても、解決方法を持っていない場合は解決方法を持っている場合に比べ、自分の不安に対して、ネガティブな考え方をより多く示すのではないかと解釈される。

以上の結果から、不安を解決できると思う効力感及び、具体的な解決方法をともに持たない場合、不安を解決するための行動が伴わず、またネガティブな考え方をしがちになり、不安を自分ではどうすることもできないものとして捉えていることが推察できる。不安を自分の努力や、行動で何とかしようしたり、不安をポジティブに受け止めるようになるためには、まず不安に対して解決できると思う効力感を持つことが重要であると考えられる。その上、具体的な解決方法を持つことによって不安解決のためにより具体的な行動を起こすようになるのではないかと推察される。

(3) 不安に対する態度が未来展望に及ぼす影響

不安に対する態度尺度の各因子項目得点と未来展望尺

Table 4 不安に対する態度尺度と未来展望尺度の因子間相関関係

	計画	イメージ	自信
自己解決	.41**	.41**	.39**
あきらめ	-.27**	-.26**	-.21**
ネガティブ思考	-.23**	-.22**	-.27**

**p<.01

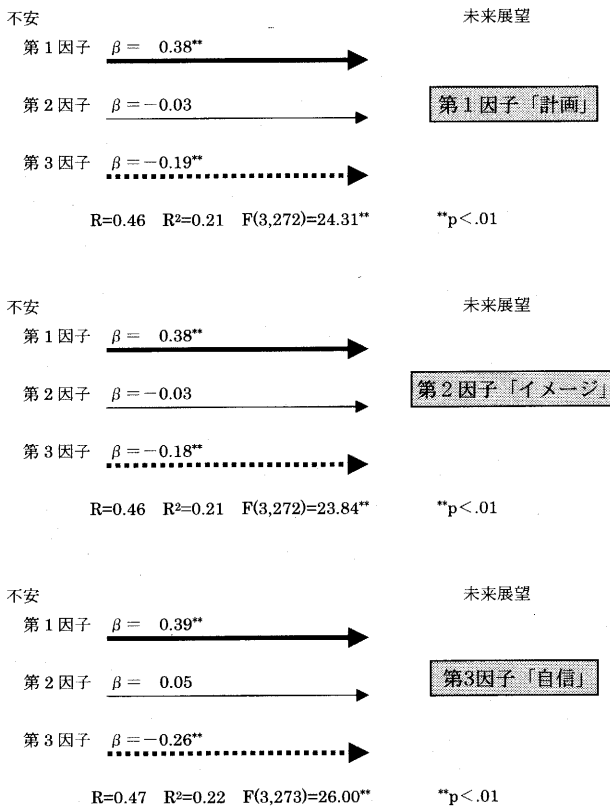


Figure 1 不安に対する態度が未来展望に及ぼす影響

度の各因子項目得点との間に有意な相関関係が多く見られた (Table 4 参照)。そこでより具体的に不安が未来展望に及ぼす影響を検討するために、不安に対する態度尺度の各因子項目得点を予測変数、未来展望尺度の各因子項目得点を目的変数とする重回帰分析を行った。その結果を Figure 1 に示す。

まず、未来展望の第1因子「計画」を目的変数、不安の各因子項目得点を予測変数とする重回帰分析の結果、不安の第1因子「自己解決」の偏回帰係数 (β) は0.38 (両側検定: $t(272)=6.18, p<.01$), 不安の第2因子「あきらめ」の偏回帰係数 (β) は-0.03 (両側検定: $t(272)=-0.53, n.s.$), 不安の第3因子「ネガティブ思考」の偏回帰係数 (β) は-0.19 (両側検定: $t(272)=-3.35, p<.01$) であった。したがって、未来展望の第1因子に及ぼす影響は不安の第1, 第3因子は有意であり、第2因子は有意でなかった。なおこのときの回帰式全体の説明率は $R^2=0.21$ であり、有意であった ($F(3,272)=24.31,$

$p<.01$)。

未来展望の第2因子「イメージ」を目的変数、不安の各因子項目得点を予測変数とする重回帰分析の結果、不安の第1因子「自己解決」の偏回帰係数 (β) は0.38 (両側検定: $t(272)=6.22, p<.01$), 不安の第2因子「あきらめ」の偏回帰係数 (β) は-0.03 (両側検定: $t(272)=-0.45, n.s.$), 不安の第3因子「ネガティブ思考」の偏回帰係数 (β) は-0.18 (両側検定: $t(272)=-3.29, p<.01$) であった。したがって、未来展望の第2因子に及ぼす影響は不安の第1, 第3因子は有意であり、第2因子は有意でなかった。なおこのときの回帰式全体の説明率は $R^2=0.21$ であり、有意であった ($F(3,272)=23.84, p<.01$)。

未来展望の第3因子「自信」を目的変数、不安の各因子項目得点を予測変数とする重回帰分析の結果、不安の第1因子「自己解決」の偏回帰係数 (β) は0.39 (両側検定: $t(273)=6.46, p<.01$), 不安の第2因子「あきらめ」の偏回帰係数 (β) は0.05 (両側検定: $t(273)=-0.80, n.s.$), 不安の第3因子「ネガティブ思考」の偏回帰係数 (β) は-0.26 (両側検定: $t(273)=-4.75, p<.01$) であった。したがって、未来展望の第3因子に及ぼす影響は不安の第1, 第3因子は有意であり、第2因子は有意でなかった。なおこのときの回帰式全体の説明率は $R^2=0.22$ であり、有意であった ($F(3,273)=26.00, p<.01$)。

未来展望の第1因子「計画」は「自分の未来のために、現在何かしようと思う」「自分は将来の計画を立てている」などの項目に因子負荷量が高く、これらは自分の将来に対して、何らかの設計をしていたり、自分の思い描く将来像があると思われる因子である。未来展望の第2因子「イメージ」は「自分の未来はきっとうまくいくと思う」「自分の未来は明るいと思う」などの項目に因子負荷量が高く、自分の未来に対して「明るい」「楽しみ」といったポジティブなイメージを思い浮かべている因子である。未来展望の第3因子「自信」は「将来、困難なことに出会っても、自分の力で何とかできると思う」「自分が立てた計画は、うまくできると思う」の項目において因子負荷量が高かったものであり、自分の未来に対して「自分で何とかできる」と考えている因子である。

不安に対する態度尺度の第1因子「自己解決」は未来展望尺度の3つの因子全てに、正の影響を及ぼしている結果が得られた。自分の問題として不安と向き合うこと、また不安に対してポジティブに考えることが、自分の未来に対する計画を立てたり、自分の未来に対して自信を持ったり、さらに自分の未来に対しての明るいイメージを抱いたりすることとなるのではないかと解釈される。このようなことから、不安の解決に向かった前向きな態度が、未来展望の確立に結びつくのではないかと推察される。

不安の第3因子「ネガティブ思考」は未来展望のすべての因子において弱い負の影響力を持つことが示され

た。現在、自分の抱える不安に対してネガティブな考え方をしてしまうために、自分の未来をポジティブにイメージすることができず、未来に対する計画を立て、それを実行していけるという自信を持つことができなくなるのではないかと推察される。

ところが不安の第2因子「あきらめ」は未来展望のどの因子にも有意な影響は認められなかった。その1つの原因として、未来展望への影響を検討するには項目数や内容が不十分であったことが考えられる。より詳細な項目検討を行うことによって「あきらめ」の態度が未来展望に及ぼす影響が明確にされるであろう。

全体的考察

本研究では、不安を抱くことは誰にでもありうることであり、不安を抱くこと自体を問題とするのではなく、その不安をどのように捉えるかが未来展望に影響を及ぼすという観点から、研究を進めた。その結果、自分の不安に対して、解決できるという効力感を持つことが重要であり、さらに不安に対する具体的な解決方法をもつことが不安に対する自らの力で解決しようとする前向きな態度をもたらす、その態度は自分の未来に対して計画を立てる力、未来への自信や未来へのポジティブなイメージを持つことにつながるのではないかと推察された。このようなことから未来展望を持つためには、現在自分が抱える不安に対して自ら解決にあたらうとすることが必要であると思われる。

本研究では不安に対する態度、及び未来展望に関するそれぞれの尺度の作成を試み、不安と未来展望との関連を検討したが、以下のようなことが指摘される。第1に各尺度の妥当性の検討を行っていない。信頼性の検討においても各下位尺度の α 係数を算出したところ、不安に対する態度尺度の第2因子、第3因子、また未来展望尺度の第3因子においては0.66~0.56の範囲にとどまった。したがって、今後は、妥当性の検討とともにさらなる信頼性の検討が必要といえよう。

第2に、未来展望に影響を及ぼす要因として、不安に対する態度を取り上げ検討を行った。しかしながら未来展望に及ぼす不安の影響は多様な側面から考えられる。したがってこれらの関係をより明らかにするためには、本研究で取り上げた不安に対する態度だけでなく、不安の解決のプロセス、不安の対処の仕方といった様々な側面からの検討が望まれる。

これらのことを解決することが今後の課題である。

参考文献

- 藤井義久 1998 大学生生活不安尺度の作成及び信頼性・妥当性の検討 心理学研究, 68, 441-448
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
杉山成・神田信彦 1996 青年期における一般的統制感と時間的展望 —アパシー傾向との関連性— 教育心理学研究, 44, 418-424

謝 辞

本論文を作成するに当たり、被験者となっていただいた皆様に御礼申し上げます。ここに深く感謝致します。