

他者への望ましい目標の宣言と先延ばし傾向との関連

——宣言した他者に会う頻度とその相手に対する自己呈示欲求に着目して——

問題と目的

先延ばしは、やるべき課題があるにもかかわらず遂行を不必要に遅らせる行動であり、学業や精神的健康など多様な適応指標と負の関連をもつことが指摘されている。先延ばしを抑制する方略の一つとして、目標を他者に宣言すること（宣言効果）が一般に語られることが多いが、その効果を実証的に検討した研究は乏しく、目標を宣言することがどのような条件で有効となるのかは明らかにされていない。

宣言効果は、他者からの肯定的・否定的フィードバックの予期を通じて動機づけに影響すると考えられるが、その強さは宣言した相手との関係性によって異なる可能性がある。とくに、宣言した相手と会う頻度が高いほど目標が想起されやすくなる点や、相手に対する自己呈示欲求（賞賛獲得欲求・拒否回避欲求）の高さが、宣言の意味づけを変化させる点に注目する必要がある。

本研究では、大学生を対象に、他者への望ましい目標の宣言と先延ばし傾向との関連について、宣言する頻度、宣言した他者に会う頻度、および宣言した相手に対する自己呈示欲求の交互作用の観点から検討することを目的とした。

方法

大学生 191 名（男性 71 名、女性 120 名、平均年齢 20.72 歳）を対象に、質問紙調査を実施した。質問紙は、他者への目標宣言頻度、宣言した他者に会う頻度、自己呈示欲求（賞賛獲得

欲求・拒否回避欲求）、および課題先延ばし傾向を測定する尺度から構成された。分析には、各変数を用いた分散分析を行った。宣言の内容（結果についての目標の宣言、プロセスについての目標の宣言、両者を合算した値）と自己呈示欲求（賞賛獲得欲求、拒否回避欲求）のそれぞれを分類して分析を行った。

結果と考察

分析の結果、宣言する頻度、宣言する他者に会う頻度、自己呈示欲求の 3 要因においては有意な交互作用が認められなかったが、一部の組み合わせで有意な交互作用がみられた。特に自己呈示欲求を賞賛獲得欲求とした群では見られなかった交互作用が、拒否回避欲求群に見られた。具体的には、宣言する相手に会う頻度が高く、かつ拒否回避欲求が高い場合に先延ばし傾向が高いことが示された。

これらの結果から、宣言効果は単に目標を他者に伝えること自体によって生じるのではなく、宣言した相手との接触頻度や、その相手に対する自己呈示欲求といった対人関係的要因によって左右されることが明らかになった。しかし一般に言われるような、宣言することにより先延ばしを低減させるという効果は認められなかった。以上より、先延ばしを低減するための支援を行ううえでは、望ましい目標の宣言の有無だけでなく、「誰に」「どの程度関わりのある相手に」「どのような動機づけのもとで」宣言しているのかに注目する必要性が示された。

援助要請スタイルが援助評価に与える影響

——問題状況の把握に着目して——

問題と目的

大学生は、高校生までの生活環境と比較して所属コミュニティが増加し、複数課題への同時対処が求められる。永井（2013）は、自力では解決できない問題を抱えているとき、必要に応じた援助要請が重要な対処方略の一つとしており、援助要請は生活適応に重要な意味を持つ。しかし、援助要請の量が多いほど適応的とはいえず、その質に焦点を当てた援助要請スタイルが注目されている。援助要請スタイルについては、自律的援助要請の有効性が示されているが、援助を要請する領域により、依存的援助要請の有効性も指摘されている（林・中谷，2018）。しかし、領域によって援助要請スタイルの有効性が異なる要因は十分に検討されていない。そこで本研究は、その要因として、援助要請を行う際の問題状況の把握の程度に注目し、援助要請スタイルが援助評価に与える影響における、問題状況の把握の程度の調整効果を検討した。

方法

2025年7月上旬から7月末にかけて、Googleフォームを用いた質問紙調査を実施し、大学生170名（男性36名、女性134名）を分析対象とした。質問項目は、年齢、学年、性別に関する質問の他、問題状況の把握の程度を想定させる質問、林・中谷（2020）の領域別援助要請スタイル尺度を基に作成した「援助要請スタイル尺度」（12項目）、本田・石隈（2008）の「援助評価尺度」（17項目）、細田・田嶋（2009）の「ソーシャルサポート尺度」（2項目）であった。

結果と考察

問題状況の把握の程度の調整効果を検討するため、援助要請スタイルを独立変数、援助評価を従属変数として、重回帰分析を行った。分析の結果、問題状況の把握の程度に関わらず、自律的・依存的援助要請のいずれも「他者からの支えの知覚」、「問題状況の改善」というポジティブな援助評価と正の関連が認められ、問題状況の把握の程度の調整効果は認められなかった。一方、ネガティブな援助評価である「他者への依存」については、いずれの状況においても、援助要請スタイルと関連がみられず、援助要請そのものが否定的に解釈されにくい特徴が明らかになった。

さらに、補助的分析として媒介変数にソーシャルサポートを加え、共分散構造分析を行った。その結果、問題状況の把握の程度による違いはほとんど確認されず、援助要請スタイルに関わらず、ソーシャルサポートがポジティブな援助評価に影響していた。

以上より、問題状況の把握の程度による調整効果は認められなかったが、援助要請スタイルに関わらず、援助要請がポジティブな援助評価につながることを示された。また、依存的援助要請の特定の条件下における有効性が示唆された。この結果から、場面に応じて援助要請スタイルを使い分けることや、依存的援助要請からでも援助要請を実施することで、援助要請をうまく活用し、他者に援助を求めることに対する抵抗や困難を解消できる可能性が示された。

公的自己意識と主張的セルフ・ハンディキャッピングの関連

——統制可能性に着目して——

問題と目的

人は失敗が予期される状況において、あらかじめ失敗の原因となり得る要因を主張することで自己評価を守ろうとすることがあり、この行動は主張的セルフ・ハンディキャッピングと呼ばれている。先行研究では、公的自己意識が高い人ほど主張的セルフ・ハンディキャッピングを用いやすいとする知見 (Akin & Shepperd, 1989 ; Degree & Snyder, 1985) がある一方、公的自己意識が高い人は他者からネガティブに認知されることを避けるため、主張的セルフ・ハンディキャッピングを使用しにくいという指摘もなされている (吉武, 2001)。

このような不一致は、主張的セルフ・ハンディキャッピングの内容の違いが考慮されていないことが原因である可能性が考えられる。すなわち、努力不足などで自分で統制できるが統制しなかった状況・状態 (小口・沼崎, 1990) である統制可能な要因に基づく主張と、体調不良などで自分で統制できない状況・状態 (小口・沼崎, 1990) である統制不能な要因に基づく主張とでは、主張的セルフ・ハンディキャッピングが受け手に与える印象が異なると考えられる。そこで本研究では、主張的セルフ・ハンディキャッピングを統制可能性から分類し、公的自己意識との関連を検討することを目的とした。以下に本研究の仮説を示す。

公的自己意識が低い者は、高い者に比べて統制可能なセルフ・ハンディキャッピングを使用する傾向があり、公的自己意識が高い者は、低

い者に比べて統制不能なセルフ・ハンディキャッピングを使用する傾向がある。

方法

調査実施時点で 3 か月以内に試験を受けた大学生 128 名を対象に質問紙調査を実施した。質問紙は、「自分が他人にどう思われているのか気になる」など 11 項目から成る公的自己意識尺度および、試験場面において統制可能および統制不能な主張的セルフ・ハンディキャッピングの使用を自由記述で回答する項目から構成された。

結果と考察

統制可能および統制不能な主張的セルフ・ハンディキャッピングの使用有無を従属変数、公的自己意識得点を独立変数としてロジスティック回帰分析を行った。その結果、公的自己意識は統制不能な主張的セルフ・ハンディキャッピングの使用に対して有意傾向の正の影響を示した一方で、統制可能な主張的セルフ・ハンディキャッピングとの関連は認められなかった。この結果は、公的自己意識が高い人ほど、他者からの評価を強く意識し、統制可能な理由を避け統制不能な理由を選択的に用いる可能性を示唆している。

以上より、公的自己意識と主張的セルフ・ハンディキャッピングの関連を検討する際には、主張する内容の統制可能性に着目する必要性が示唆された。

ソーシャル・サポートが挫折観と時間的展望に及ぼす影響

——挫折観は将来への展望に影響するのか——

問題と目的

人は人生において、就職活動や受験、部活動など様々なイベントを経験し、成功体験だけでなく失敗や挫折も経験する。従来、挫折は主としてネガティブな経験としてとらえられてきたが、近年では、レジリエンスやポジティブ心理学の観点から、挫折が自己成長や将来展望の形成に影響する可能性が示唆されている（萩原・加藤, 2013; 石川, 2014; 大石・岡本, 2010）。

そこで、本研究では挫折に対するとらえ方の「挫折観」に着目し、将来展望である時間的展望との関連について検討することを目的とする。なお、この挫折観に影響する要因として、ソーシャル・サポートをとりあげ、その機能的側面ごとの影響についても検討を行った。

方法

2025年7月上旬から8月中旬にかけて、学生や社会人などを対象とし、Google フォームを用いた質問紙調査を実施し、166名の回答を得た。質問紙の項目では、年齢、社会的属性、性別などの基礎属性に関する質問の他に、挫折経験の有無、片受・大貫(2014)のソーシャル・サポート尺度(全23項目)や姜・清沢(2017)の挫折観尺度(全18項目)、白井(1994)の時間的展望尺度(全18項目)を用いた。

結果と考察

パス解析を行った結果、情報・道具的サポートと意欲喪失、現在の充実感のパスでは有意な

関連がみられたものの、全体的には十分な適合が示されなかったため、相関分析の結果を基に考察を行った。ソーシャル・サポートと挫折観との関連は部分的な支持にとどまり、評価的サポートや情緒・所属的サポートは挫折観と関連がみられなかった。一方、情報・道具的サポートは、挫折観における意欲喪失の低減や自己成長と関連しており、神原他(2016)の道具的サポートがストレス状況下でのネガティブな思考を低減させ、認知的統制を高めるという知見と重なるものであった。さらに、挫折観と時間的展望との関連については、挫折に対する認知が過去受容や、目標志向性、現在の充実感といった時間的展望の各側面と関連することが示された。これらの結果から、挫折というストレスフルな出来事に対するとらえ方が、自己や、将来に対するとらえ方に影響を及ぼす可能性が示唆された。

本研究では、ソーシャル・サポートの機能的側面に着目し、挫折観を媒介要因として位置づけることで、ソーシャル・サポートが挫折観および時間的展望に影響を及ぼす過程をより具体的に示した点に意義があるといえる。また、挫折観の下位因子と時間的展望の下位因子のいくつかで関連がみられたことから、挫折というストレスフルな出来事に対するとらえ方が、将来に対するとらえ方に影響を及ぼすという関連が示された点でも重要であり、これらの知見は、心理的支援やレジリエンス教育、学生支援における実践的意義を示すものと考えられる。

適応的諦観が失恋後の首尾一貫感覚に与える影響 ——元恋人へのアタッチメント欲求に着目して——

問題と目的

青年期にとって失恋は、負の情動反応を引き起こすものとしてネガティブに捉えられてきた。一方で、失恋経験が首尾一貫感覚（SOC）の向上といった成長へとつながる可能性も指摘されている。SOCの向上を促すには、心理的な離脱が重要であることが報告されている（浅野他，2010）。しかし、失恋経験は努力によって状況を変えることが困難な「不可逆な現実」であり、元恋人を心理的な避難場所や安全基地として求める元恋人へのアタッチメント欲求が残りやすく、これが心理的な離脱を阻害し、心理的な成長の妨げになっていると考えられる。

本研究では、「自己や状況のネガティブな側面をそのまま受け入れつつも、そこにこだわらない前向きな態度」（菅沼他，2018）である適応的諦観に着目する。適応的諦観が、現実受容や経験への意味づけを促し、元恋人への未練感情であるアタッチメント欲求の低下に貢献する可能性がある。その結果、心理的な離脱が促され、SOCが促進されると考えられる。

そこで本研究では、適応的諦観が元恋人へのアタッチメント欲求を低下させ、SOCを高めるという媒介モデルを検討することを目的とする。

方法

2025年9月に大学生を対象にGoogleフォームによる質問紙調査を実施した。回答者182名のうち、失恋経験のない者を除外した111名を

分析対象とした。質問紙の項目は、性別や年齢、失恋してからの期間などの失恋経験についての質問のほか、菅沼他（2018）の「適応的諦観尺度」（10項目）、Fralely & Davis（1997）の「WHOTO」（4項目）、山崎（1999）の「短縮版SOC尺度」（13項目）であった。

結果と考察

分析はパス解析を行い、信頼区間の推定にはブートストラップ法を用いた。パス解析の結果、適応的諦観は元恋人へのアタッチメント欲求に対し負の関連を示した。また、元恋人へのアタッチメント欲求はSOCに負の関連を示した。さらに、適応的諦観が元恋人へのアタッチメント欲求を低下させることを媒介してSOCを高める間接効果が有意だった。それに加え、適応的諦観はSOCに直接効果を示した。

これらの結果から、適応的諦観の高い者は、元恋人を心理的な避難場所や安全基地として求める欲求が低い傾向にあり、それに関連してSOCが高い傾向にある可能性が示唆された。また、直接効果が示されたことは、元恋人へのアタッチメント欲求以外の媒介要素が存在する可能性や、適応的諦観の現実受容や肯定的な意味づけのような認知的な側面がSOCと関連している可能性を示している。このことから、失恋経験への支援としては、その経験をポジティブに意味づけることや、元恋人へのアタッチメント欲求の調整をすることが重要であると考えられる。

意志力の暗黙理論が目標への取り組み方に与える影響

——誘惑対処方略の使用程度に着目して——

問題と目的

直接的な統制力がない状況で、自己の行動を統制することはセルフコントロールと呼ばれる。セルフコントロールは常に成功するとは限らず、有限な制御資源の枯渇が一つの失敗要因とされる (Baumeister et al., 2007)。しかし、意志力の暗黙理論と呼ばれる制御資源への信念により、セルフコントロール結果が異なることが指摘されている。制御資源を無限だと考える無限理論者は、制御資源が枯渇する状況でも、セルフコントロールに成功し (Job et al., 2010)、課題を先延ばしにせず、目標を断念しない傾向にあると示された一方で、制御資源を有限だと考える有限理論者は反対の結果が得られた (外山, 2024)。

有限理論者は、一見すると目標追求場面において不適応的だが、目標の断念により反芻を断ち切る点で、適応的な側面もあると考えられる。そこで、本研究では、意志力の暗黙理論がそれぞれ適応的に働く場面や条件を検討することを目的とし、目標の性質や誘惑対処方略の使用に着目して検討を行った。

方法

調査対象者は大学生 217 名であり、質問紙調査にて、目標に取り組む際に誘惑があったと回答した 157 名を分析対象とした。質問紙の項目は、性別、学年、年齢に関する質問の他に、「意志力の暗黙理論尺度」(外山, 2024; 10 項目)、目標の性質 (困難度および重要度各 1 項目)、先延ばしの頻度 (1 項目)、粘り強さ (1 項目)、

誘惑対処方略尺度 (小林, 2013; 20 項目) であった。

結果と考察

意志力の暗黙理論、目標の性質、およびその交互作用を説明変数として、誘惑対処方略を目的変数とする重回帰分析を行った結果、目標意味確認方略、誘惑回避方略、目標実行方略において、意志力の暗黙理論と目標の困難度の交互作用がみられた。単純傾斜分析の結果、目標の困難度が低いとき、有限理論が高いほど目標意味確認方略の使用程度が高まり、目標の困難度が高いとき、無限理論が高いほど上述の 3 方略の使用程度が高まる可能性が示唆された。

また、誘惑対処方略、目標の性質、およびその交互作用を説明変数として、先延ばしの頻度および粘り強さを目的変数とする重回帰分析を行った結果、粘り強さにおいて、目標意味確認方略、誘惑回避方略、目標実行方略と目標の性質との交互作用がみられた。単純傾斜分析の結果、目標の重要度が高いとき、目標意味確認方略および誘惑回避方略は粘り強さを促進し、目標の困難度が高いとき、誘惑回避方略および目標実行方略は粘り強さを促進する可能性が示唆された。

以上より、有限理論者および無限理論者は、目標の性質によって異なる方略を用い、目標に粘り強く取り組むことが示された。したがって、個人の信念および目標の性質に応じた方略使用によって、目標への粘り強さが高まる可能性が示唆された。

教師の PCA 的関わりが高校生の強みとレジリエンスに与える影響

問題と目的

現代日本の若者は、自己理解や自己肯定感の低さといった心理的課題を抱えている。こうした背景から、近年の教育現場では、一人ひとりの強みを見だし、それを生かす教育の重要性が指摘されている。特に高校生は、進路選択や人間関係など多様な困難に直面しやすい発達段階にあり、自身の強みを認識し、肯定的に活用できることは、心理的適応を支える重要な要素であると考えられる。

本研究では、ポジティブ心理学の観点から強みに着目し、高校生の強みの認識および活用感と、後天的に身につけられる獲得的レジリエンス要因（平野, 2010）との関連を検討することを目的とする。あわせて、生徒の強みの認識・活用感を支える要因として、教師のパーソンセンタード・アプローチ（PCA）に基づく関わりに注目し、その認知が、生徒の強みの認識・活用感やレジリエンスとどのように関連するかを検討する。これにより、教師による日常的な関わりを通して、生徒の強みとレジリエンスの育成に向けた示唆を得ることを目指す。

方法

私立中高一貫校の女子校に通う高校 2 年生および 3 年生を対象とし、2025 年 6 月上旬に Google フォームを用いた質問紙調査を実施し、計 148 名の有効回答を得た。質問項目は、強みの認識・活用感、獲得的レジリエンス要因、教師の PCA 的関わり認知をたずねる尺度全 48 項目から構成された。教師の PCA 的関わり認知は、最近 1 年間で最も関わる機会の多かつ

た教師を選択させたうえで、担任教師中核 3 条件関係認知スケール（坂中, 2013）を用いて測定した。

結果と考察

パス解析の結果、仮説として設定した因果モデルの適合度は十分とはいえなかった。しかし、高校生の強みの認識と活用感の間には強い正の相関がみられ、また、強みの認識および活用感はいずれも、獲得的レジリエンス要因である問題解決志向、自己理解、他者心理の理解と正の関連を示した。特に自己理解との関連は強く、強みを認識し、活用している感覚が、自己像の具体化や内省と結びついている可能性が示唆された。

一方、教師の PCA 的関わり認知は、生徒の強みの認識と弱い正の相関を示したが、強みの活用感との関連は認められなかった。この結果から、教師による受容的で共感的な関わりは、生徒が自分の特性や内面に目を向けることと関連する一方で、強みを活用する感覚には、成功体験や環境的な機会など他の要因が影響している可能性が考えられる。

以上から、強み研究とレジリエンス研究をつなぐ新たな知見となった。また、教師の PCA 的関わりが強みの認識やレジリエンスと正の相関があったことは、教師との関係性が生徒の強みへの気づきやレジリエンスを支える一要素となり得る可能性を示した。これは、学校において生徒の強みを生かしつつ、レジリエンスも育てる取り組みを考える際の土台となりうるだろう。

自己愛傾向が攻撃性に与える影響

——肯定的再解釈に着目した実験的検討——

問題と目的

自分自身を愛することや、大切に思うことを意味する自己愛は、対人関係の重要な土台となり、人が生きていくために必要不可欠なものである。しかし、過去数十年、自己愛の肥大化が指摘されており、自己愛傾向によって生じうる、他者を傷つけてしまうような攻撃性が問題とされている。Bushman & Baumeister (1998) は、自己愛傾向が高い者は、他者から否定的な評価を与えられた場合に攻撃的に反応しやすいことを明らかにしている。本研究では、自己愛を傷つけられる状況において、否定的な出来事を肯定的に捉え直す認知方略である肯定的再解釈が、自己愛傾向と攻撃性の関係にどのような影響を及ぼすかを検討することを目的とする。

方法

2025年6月から9月にかけて大学生62名を対象に、自己愛傾向（高群・低群）×コーピング（あり・なし）の2要因計画を用いて実験を行った。本研究では、自己愛を脅かす操作として、実験参加者に作文課題を行わせ、その作文に対して、作文の出来に関わらず、否定的な評価コメントを提示した。その後、肯定的再解釈を行う群にはコメントをポジティブに捉え直す課題を、行わない群には計算課題を実施した。攻撃性は、潜在連合テスト Implicit Association Test ; IAT による潜在的攻撃性、評価者（架空の大学院生）が作成した作文への評価と、評価者に渡す菓子選択という顕在的攻撃性の3つの指標によって測定した。

結果と考察

IAT 得点および菓子選択課題においては、自己愛傾向およびコーピングの主効果、ならびに交互作用はいずれも認められなかった。一方、作文評価課題においては、自己愛傾向とコーピングの交互作用が有意であった。具体的には、自己愛低群ではコーピングなし条件の得点がコーピングあり条件よりも有意に高く、自己愛高群ではコーピングあり条件の得点がコーピングなし条件よりも有意に高かった。また、コーピングなし条件においては自己愛低群の得点が自己愛高群よりも有意に高かったのに対し、コーピングあり条件では両群の間の差は認められなかった。

これらの結果から、自己愛傾向の高い者ほど、自己愛を傷つけられる状況において攻撃性が高まるということが示された。また、自己愛傾向が高い者は、コーピングを行うことによって攻撃性が低減される一方で、自己愛傾向が低い者はコーピングを行わない方が攻撃性が低くなることが示された。作文評価課題のみにコーピングの効果が認められたのは、肯定的再解釈がストレス事象に正の意味を見だし、出来事の捉え方（認知的評価）を変容させるコーピング手法であったため、相手への評価という認知的側面を測定する作文評価課題においてのみ効果が現れたと考えられる。以上のことから、攻撃性は、多面的な側面があり、自己愛と結びつきやすい部分とそうでない部分があることが明らかになった。

学習方略の探索および柔軟性概念の提案

——中学生・大学生を対象とした調査による検討——

問題と目的

近年の学校教育では、学習者の主体的な学びの促進や個に応じた指導の重要性が指摘されている。しかし、実際には、学び方がわからないといった悩みを抱える学習者は少なくない。そこで本稿では、学習者が自分に適した学習方略を身に付ける心理的な過程に着目し、それらが与える影響について検討することを目的とする。そのために、研究1では、学習方略に関する情報を収集したり学習方略を考案したりする学習方略の探索行動と、自分や状況に合わせて学習方略を使い分ける能力である学習方略の柔軟性という新たな2つの概念を提案する。研究2では大学生、研究3では中学生を対象にして、それらが学習者に与える短期的・長期的な影響を検討する。また、目標志向性が学習方略探索行動および柔軟性を規定すると予測し、その関連についても検討する。

方法

Google フォームを利用して質問紙調査を実施した。研究2では、大学生を対象に6月から9月にかけて調査を行い226名から回答が得られた。質問紙の内容は、学習方略探索行動、学習方略柔軟性、目標志向性、学業ストレス、学習成果、大学での学習観、学習の継続意志を尋ねる項目で構成された。研究3では、中学生を対象に9月に調査を行い305名から回答が得られた。質問紙の内容は、研究2の項目から大学での学習観、学習の継続意志を尋ねる項目を除いて構成された。なお、学習方略探索行動

尺度は安達(2008)を、学習方略柔軟性尺度はKato(2020)を参考に、著者が新たに作成した。

結果と考察

研究2において、探索的因子分析の結果、学習方略探索行動尺度は、「環境探索」、「自己探索」、「社会的探索」の3因子から構成された。学習方略柔軟性尺度は、「放棄」、「再使用」、「再評価」の3因子から構成された。研究3において、確認的因子分析を行った結果、同様の結果が得られた。パス解析の結果、目標志向性は学習方略の探索行動および柔軟性を規定することが明らかになった。また、学習方略探索行動の自己探索は学習方略の柔軟性と正の関連が見られた。さらに、学習方略の柔軟性は、学習成果と正の関連、学業ストレスと負の関連が見られた。また、研究2において学習方略の探索行動および柔軟性と主体的な学習観に正の関連がみられた。したがって、これらは短期的な影響のみならず長期的な影響も与えることが示唆された。

以上より、従来の研究では十分に明らかにされていなかった学習過程を細分化して捉えた結果、自分に適した学習方略を身に付ける過程には、学習方略を探索する段階と、獲得した学習方略を試行錯誤する段階があることが示唆された。学習方略の探索行動および柔軟性は、学習成果や学習者の心理的側面に影響を及ぼすことが明らかになった。この結果は、学習者の主体的な学びを促進するための教育実践において有効な知見を提供したといえよう。

批判的思考態度が不信感と精神的健康に与える影響

——テレビに対する不信感に注目して——

問題と目的

インターネットや SNS の普及により、誤情報に接する機会が増加し、「何が正しいのか」が見えにくい状況が生まれている。実際に、稲増 (2022) は、マスメディアへの信頼が低下していることを示している。こうした不信感個人の精神的健康にも影響を及ぼす可能性が考えられる。

心理学において不信感は主に対人関係を対象に研究されてきたが、信頼・不信の対象はテレビのような社会的集団にも及ぶと考えられる。本研究では、テレビに対する不信感を「テレビからの情報をネガティブに解釈する傾向、テレビに対してネガティブなスキーマを抱いている傾向」として捉え、精神的健康との関連を検討する。

また、情報を吟味する過程の認知的態度として、批判的思考態度に着目する。批判的思考態度は教育的介入によって変容可能であり、テレビに対する不信感の形成を抑制する可能性があると考えられる。

本研究の目的は、青年期を対象に、批判的思考態度がテレビに対する不信感を媒介して精神的健康に与える影響について検討することである。

方法

2025 年 8 月中旬から 10 月初旬にかけて、中学生から 22 歳の方を対象に、Google フォームを用いた質問紙調査を実施し、114 名から回答が得られた。質問紙は、批判的思考態度、テレ

ビに対する不信感、精神的健康を尋ねる項目で構成された。

結果と考察

パス解析の結果、批判的思考態度がテレビに対する不信感に及ぼす影響は限定的であり、因子によって異なる方向の関連が示された。テレビに対する不信感に、批判的思考態度の「論理的思考への自覚」は負の影響を与え、「探究心」は正の影響を与えていた。他の因子は有意な影響を与えておらず、批判的思考態度がテレビに対する不信感を一律に抑制するわけではないことが示された。また、テレビに対する不信感精神的健康に有意な影響を与えておらず、テレビに対する不信感が直接的に精神的健康を低下させるとはいえない結果となった。

一方で、批判的思考態度の「論理的思考への自覚」および「客観性」は精神的健康に対して直接的な負の影響を示しており、批判的思考態度の一部の側面がテレビに対する不信感を介さずに精神的健康と関連することが明らかになった。

以上の結果より、批判的思考態度はテレビに対する不信感を抑制する適応的機能のみをもつのではなく、因子によっては心理的負荷として作用する側面を併せ持つことが示唆された。したがって、批判的思考態度を育成するうえでは、批判的思考態度を単純に強化するのではなく、学習者の心理的負担や判断の柔軟さにも注目した支援の必要性が示された。