

頑張り方の選択と他者意識との関連について

－状況及びパーソナリティ要因も考慮して－

発表者：和田 万葉

指導教員：中間 玲子

【問題と目的】

私たちの生活や学校場面では「頑張る」ことがよいとされ、心理学での先行研究では「やる気」や「モチベーション」の問題として、動機づけを高めるための研究が盛んである。そういった中で、大川（2006）は、「頑張り」＝「努力主義」という位置づけが、ゆるやかに下降していることを指摘し、「頑張らない」価値観が出てきたことを示した。私たちの日常生活を振り返ってみても、私たちは「頑張る」こともあれば「頑張らない」こともあるようである。では、私たちはどのようにしてこの「頑張る/頑張らない」の選択を行っているのだろうか。「頑張る/頑張らない」ことをめぐって、動機づけを高めるための研究では、自律性の程度が高くなれば高い動機づけにつながるという研究や自己決定の程度が頑張ること（動機づけ）において重要であると考えられている。しかし、本研究では、頑張り方を考える上では、自己決定的か否かということのほか、「他者の存在」に注目すべきであると考えられる。そこで、本研究では、頑張り方が場面によって異なるのかを明らかにして、課題に向き合っている中で意識している他者（頑張り方に影響を与える他者）はどのような他者なのかを検討をしていく。それぞれの課題場面での頑張り方の選択は、課題に向き合っているときの他者への意識が影響を与えるのかについても検討していく。なお、課題に向き合っているときに意識する他者についての尺度がないため、課題に向き合っているときに意識する他者はどんな他者なのかを明らかにする。さらに、「レジリエンス」「人並み志向」「セルフ・ハンディキャッピング」という3つのパーソナリティ要因や、適応感との関連についても検討する。

【論文の構成】

第1章 問題と目的 第1節 問題の背景／第2節 先行研究／第3節 本研究の目的
第2章 調査の方法 第1節 調査の概要／第2節 質問紙の構成
第3章 結果 第1節 各場面での頑張り方の選択／第2節 課題に向き合っているときに意識する他者に関する尺度の作成／第3節 頑張り方と課題の性質との関連／第4節 課題場面と他者意識との関連／第5節 頑張り方と他者意識との関連／第6節 パーソナリティ要因との関連
第4章 考察 第1節 それぞれの課題でどのような頑張り方が選ばれていたか／第2節 課題に向き合っているときに意識する他者尺度の作成／第3節 頑張り方と課題の性質との関連／第4節 課題場面と他者意識との関連／第5節 頑張り方とパーソナリティ要因との関連／第6節 頑張り方と適応感との関連
第5章 結論と今後の課題 第1節 結論／第2節 今後の課題
引用文献、付録（本研究で用いた質問項目一覧）

【方法】

筆者が作成した Web 調査への回答に協力してくれた学生 131 名（男性 31 名，女性 100 名，その他 1 名）を分析対象とした。質問紙は，フェイスシート（性別，年齢）に続けて，以下の質問を尋ねた。① 課題の性質（5 項目）②課題を頑張るときの気持ち（「人並みより上でありたいと思って頑張る」「せめて人並みでありたいと思って頑張る」「あまり頑張らないけれど人並み程度ではありたいと思う」「別に頑張らなくていいし人並みかどうかにも気にしない」）③課題の取り組むエネルギー量（2 項目：費やす時間・お金）④課題に向き合うときどのような他者を意識するか（52 項目）⑤回答者のパーソナリティ（レジリエンス，人並み志向，セルフ・ハンディキャッピング）⑥回答者の適応感（ストレス，満足感，自己肯定感）。①～④は，3 つの課題場面（勉強 132 名，課外活動 79 名，アルバイト 62 名）について繰り返し尋ねた。

【結果とまとめ】

課題を頑張ろうとしている人が多いということがわかった。場面によらず，人並みより上であるために，あるいは，人並み程度であるために，頑張ろうという人が多いという傾向にあった。課題に向き合っているときに意識する他者に関する項目は，刺激になる他者「頑張っている人」「ライバル」「情報を与えてくれる人」の 3 因子，支援になる他者「助けてくれる人」「応援してくれる人」の 2 因子が見出された。課題による他者意識の違いについては，アルバイト場面に比べて課外活動場面で「頑張っている人」を，アルバイト場面に比べて勉強や課外活動場面で「ライバル」を，勉強場面に比べて課外活動場面で「助けてくれる人」をより意識していることが明らかになった。頑張り方による他者意識の違いについては，勉強場面では，人より上か人並みかを問わず頑張っている人の方が「ライバル」を，課外活動場面では，人より上か人並みかを問わず頑張っている人の方が「ライバル」や「助けてくれる人」や「応援してくれる人」を，アルバイト場面では，人より上か人並みかを問わず頑張っている人の方が「頑張っている人」や「助けてくれる人」や「応援してくれる人」を，頑張らないという人よりもそれぞれより意識していることが分かった。頑張り方の選択とパーソナリティ要因との検討については，人並みかどうかを基準に頑張る人は人並み志向が強く，他は頑張らないけどある課題だけ頑張るという頑張り方の人は人並み志向が弱いということが明らかになった。頑張り方の選択と適応との関連については，課外活動やアルバイト場面で，人並みより上でありたいと思って頑張る人の方が，自己肯定感が高いということも明らかになった。

【主要参考文献】

大川清丈 2016 がんばること/がんばらないことの社会学—努力主義のゆくえ— ハーベスト社 /元橋豊秀 1993 人並み志向と平準化志向 社会心理学研究, 9, 1-12. /光富有美・吉武久美子 2009 他者からの働きかけが自己のやる気に与える影響についての一考察 日本心理学会第 73 回大会発表論文集, 1031.