

大学生における時間的展望が適応感に及ぼす影響

福田 沙矢香

(伊原 千晶ゼミ)

問題と目的

人は生きていく中で、過去をふり返ったり未来を想像したりする。Lewin (1951) はこのような時間的展望を「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」と定義した。時間的展望については様々な側面から研究がなされている。過去・現在・未来に対して肯定的な時間的展望を持つ者は精神的健康度が高く、否定的な時間的展望を持つ者は精神的健康度が低い(日潟・齋藤, 2007)という結果や、全ての時間に対して肯定的な時間的展望を持つ者は3つの時間的展望のいずれかに否定的な時間的展望を持つ者よりもレジリエンスが高い(大石・岡本, 2009)という結果が示す通り、時間的展望と心理的状況は関連していることが明らかにされている。

大学生は就職先について考え、将来の生き方を自分で選択しなければならない時期である。Erikson (1959) は大学生を青年期と言われる時期に当てはめ、自我同一性の確立が発達課題の中心になるとした。自我同一性の確立とは、自分は他者とは違う自分であると認識し、過去や未来の自分ともつながり、安定した他者との関係や社会とのかかわりをもつことができることとされている。「自分は何者なのか」、「将来何になりたいのか」ということを考え、自分で意思決定することで自我同一性が確立される。また、自我同一性の確立の構成要因として「時間的展望 対 時間的拡散」があげられている。都筑 (1993) は、自我同一性の確立は過去、現在、未来の時間的な流れの中での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とし、その基礎には時間的展望の確立が必要であるとしている。また、日潟・齋藤 (2007) によると、認知能力による時間的な視野の広がりにもなって生じる未来への不安に押しつぶされて、未来を展望すること

を回避するか、不安を抱きながらも現実的な未来を展望できるかは、青年の適応において分岐的な課題である。石井 (2018) は、Worrell ら (2013) が作成した青年時間的態度尺度を用いて、大学生を対象に時間的展望とアイデンティティ形成過程の5側面との関連を検討した。その結果、「全ての時間に対して肯定的なグループ」と「過去のみについて否定的なグループ」がアイデンティティ形成の適応的な側面を持つことが示唆された。これらのことから時間的展望を持つことは青年期における適応において重要だといえる。

社会人になる前の大学生において、過去を振り返り、未来を見つめることは必要不可欠である。しかし近年、未来への見通しをもてずに悩む学生が存在しており、彼らは現在の大学生活への適応に課題を抱えているのではないかと考えられる。大学生活への適応状況に関連する要因についての先行研究では、不適応状態である学生は、所属する集団に対する適応感が弱いこと、自分の世界に閉じこもる傾向があること、希望のある将来展望がもてないことなどといった特徴があることが示唆されている(西垣・小林, 2004)。南ら (2011) も、中学生対象ではあるが、時間的展望と進路意識および学校適応感との関連を検討し、過去受容が適応感・自己効力感に影響しているということを明らかにした。そして、過去の経験から悩みといった状況に対応するための知識や経験を持っていることが学校生活での適応につながると考えた。これらの研究から、未来や過去を考えることは現在の自分に影響を与え、時間的展望を持つことを通して、学校という環境への適応を促進させることができるのではないかと考えられる。つまり、未来への不安を抱えながらも、それを肯定的に捉えることや、過去での失敗経験があってもそれを肯定的に捉えることが、現在の環境への適応に影響するのではないかと考えられる。しかし、大学生

大学生における時間的展望が適応感に及ぼす影響

を対象に時間的展望と適応感の関連を直接調査した研究はない。

そこで本研究では、大学生を対象として、過去、現在、未来の各時間に対する展望が、どのように学校という環境への適応に関係しているのかということについて検討する。これを調査することは、未来の見通しを持たない学生への支援を考える一つの知見となり得ること、また青年期だけでなくその後のライフサイクルにおいても意義のあるものになるのではないかと考える。

時間的展望に関する研究において、日本では白井（1994）が作成した時間的展望体験尺度がよく使われているが、18項目のうち9項目が未来に関するもので、現在と過去の比重が低いという欠点が指摘されている（下島・佐藤・越智，2012）。そこで本研究においては、過去、現在、未来について肯定的な側面と否定的な側面の測定が可能で、それを組み合わせて分析ができる日本語版青年時間的態度尺度（Chishimaら，2016）を時間的展望の尺度として使用する。

また、適応感尺度において、従来の学校への適応感研究では、友人関係や教師との関係や学業が学校適応に影響を与えるという考えをもって研究が行われてきたが、大久保（2005）は必ずしもそれらが学校への適応感に結びつくわけではないということを指摘している。そして、適応感とは「個人が環境と適合しているときの認知や感情」であると定義し、主観的なものであると考え、青年が所属する学校環境に合うか、合わないかという内の基準に基づく尺度で青年の適応感を測定すべきだと考えた。半澤（2014）も、多様化した大学生の適応を理解するためには個人の意味づけと環境が一致したことによる適応感に焦点をあてる必要があると述べている。そこで本研究においては、学校生活の要因を考慮し個人と環境が適合していると感じていることに焦点を当てた、青年用適応感尺度（大久保，2005）を用いて調査を行う。

ここまでに述べたことから、本研究では以下の仮説について検討をおこなう。

<仮説1>

過去に対する態度が現在の大学生活への適応感に影響を及ぼす。未来を見据えて自分の将来を決めていかなければならない大学生にとって未来や

未来につながる現在は重要であると考えられるが、過去をどう捉えているのかということが現在や未来にもつながり、適応感に影響を及ぼすと考える。
<仮説2>

全ての時間に対して肯定的な態度を示す者は適応感が高く、否定的な態度を示す者は適応感が低い。前述したように、過去、現在、未来に対して肯定的な態度を持つ者は精神的健康度が高く、否定的な態度を持つ者は精神的健康度が低いということが明らかにされている。心理的に安定した状態で全ての時間に肯定的になれることは、自分が所属している環境になじめていると考えられる。

方法

被験者 K大学に所属している大学生144名に対して質問紙調査の協力を求めた。記入漏れと記入ミスがなかった135名（男性78名、女性57名、平均年齢19.73歳）から得られた回答を分析の対象とした。

手続き 担当教員に依頼し、その場で配布し回答を求め、授業時間内に回収を行った。また、筆者が個別に配布・回収を行ったものもある。

調査期間 2019年11月中旬に調査、回収を行った。
調査内容 質問紙は、フェイスシートに学部・学科、回生、年齢、性別、学内活動の有無の記載を求め、続いて以下の2尺度への回答を求めた。

①日本語版青年時間的態度尺度 Chishimaら（2016）が作成した「日本語版青年時間的態度尺度」を時間的展望の尺度として用いた。この尺度は青年時間的態度尺度（Worrell et al., 2013）の翻訳版であり、過去、現在、未来に対する肯定的および否定的な態度を測定するものである。尺度項目は「過去肯定」、「過去否定」、「現在肯定」、「現在否定」、「未来肯定」、「未来否定」の各因子に5項目ずつ計30項目から構成されており、「1.まったくそう思わない」から「5.とてもそう思う」までの5件法で実施した。

調査で用いた質問紙では、「青年用適応感尺度」に合わせる形で、質問項目の文末を変更した。

②青年用適応感尺度 大久保(2005)が作成した「青年用適応感尺度」を適応感の尺度として用いた。これは、個人-環境の適合性の視点から適応感を捉えるものである。尺度項目は「居心地の良さの感覚」が11項目、「課題・目的の存在」が7項目、「被信頼・受容感」が6項目、「劣等感の無さ」が6項目からなる30項目から構成されており、「1.まったくあてはまらない」から「5.非常によくあてはまる」までの5件法で実施した。

各尺度の項目および調査に使用した質問紙は、末尾に付録1～3として添付した。

結果

質問項目に記入漏れと記入ミスのあった9名分のデータを欠損値とし、それらを除いた135名分のデータを用いて分析を行った。135名の内訳は、1回生77人、2回生32人、3回生18人、4回生8人であった。対象者の最少年齢は18歳、最高年齢は26歳であった。平均年齢は19.73歳、標準偏差は1.54であった。

1. 尺度構成と記述統計量

先行研究での尺度構成に従い、それぞれの平均値を下位尺度の得点とし、各下位尺度についてCronbachの α 係数を用いて信頼性分析を行った。

日本語版青年時間的態度尺度では、尺度を構成している「過去肯定」(5項目)、「過去否定」(5項目)、「現在肯定」(5項目)、「現在否定」(5項目)、「未来肯定」(5項目)、「未来否定」(5項目)の各因子について信頼性分析を行った。「過去肯定」は $\alpha = .87$ 、「過去否定」は $\alpha = .81$ 、「現在肯定」は $\alpha = .90$ 、「現在否定」は $\alpha = .85$ 、「未来肯定」は $\alpha = .90$ 、「未来否定」は $\alpha = .78$ であったため十分な内的一貫性が認められた。

また、適応感尺度では、尺度を構成している「居心地の良さの感覚」(11項目)、「課題・目的の存在」(7項目)、「被信頼・受容感」(6項目)、「劣等感の無さ」(6項目)の各因子について信頼性分析を行った。「居心地の良さの感覚」は $\alpha = .87$ 、「課題・目的の存在」は $\alpha = .78$ 、「被信頼・受容感」は $\alpha = .87$ 、「劣等感の無さ」は $\alpha = .80$ であったため十

分な内的一貫性が認められた。各下位尺度の得点の平均値と標準偏差および α 係数を表1に示した。

表1 各尺度の平均値と標準偏差および α 係数(N=135)

	<i>M</i>	<i>SD</i>	α 係数
過去肯定	3.24	0.91	0.87
過去否定	3.28	0.94	0.81
現在肯定	3.14	0.92	0.90
現在否定	2.95	0.91	0.85
未来肯定	2.83	0.93	0.90
未来否定	2.98	0.84	0.78
居心地の良さの感覚	3.32	0.64	0.87
課題・目的の存在	3.40	0.68	0.78
被信頼・受容感	2.79	0.73	0.87
劣等感の無さ	3.19	0.78	0.80

2. 時間的展望と適応感の関連

時間的展望と適応感との関係を見るために相関分析を行い、結果を表2に示した。

「過去肯定」は、「居心地の良さの感覚」との間に弱い正の相関($r = .236, p < .01$)、「被信頼・受容感」との間に弱い正の相関($r = .372, p < .01$)、「劣等感の無さ」との間に弱い正の相関($r = .320, p < .01$)が認められた。「過去否定」は、「居心地の良さの感覚」との間に弱い負の相関($r = -.237, p < .01$)、「被信頼・受容感」との間には弱い負の相関($r = -.230, p < .01$)、「劣等感の無さ」との間に中程度の負の相関($r = -.485, p < .01$)が認められた。「現在肯定」は、「居心地の良さの感覚」との間に中程度の正の相関($r = .552, p < .01$)、「課題・目的の存在」との間に中程度の正の相関($r = .481, p < .01$)、「被信頼・受容感」との間に中程度の正の相関($r = .442, p < .01$)、「劣等感の無さ」との間に中程度の正の相関($r = .456, p < .01$)が認められた。「現在否定」は、「居心地の良さの感覚」との間に中程度の負の相関($r = -.481, p < .01$)、「課題・目的の存在」との間に中程度の負の相関($r = -.403, p < .01$)、「被信頼・受容感」との間に中程度の負の相関($r = -.420, p < .01$)、「劣等感の無さ」との間に中程度の負の相関($r = -.570, p < .01$)が認められた。「未来肯定」は、「居心地の良さの感覚」との間に弱い正の相関($r = .342, p < .01$)、「課題・目的の存在」との間に中程度の正の相関($r = .408, p < .01$)、「被信頼・受容感」との間に弱い正の相関($r = .392,$

大学生における時間的展望が適応感に及ぼす影響

$p < .01$)、「劣等感の無さ」との間に弱い正の相関 ($r = .429, p < .01$) が認められた。「未来否定」は、「居心地の良さの感覚」との間に弱い負の相関 ($r = -.303, p < .01$)、「課題・目的の存在」との間に弱い負の相関 ($r = -.349, p < .01$)、「被信頼・受容感」との間に弱い負の相関 ($r = -.360, p < .01$)、「劣等感の無さ」との間に中程度の負の相関 ($r = -.530, p < .01$) が認められた。

次に、時間的展望が適応感にどのような影響を与えているのかを明らかにするために、適応感を構成する4下位尺度を従属変数とし、時間的展望を構成する6つの下位尺度を独立変数とした重回帰分析を行った。その際、多重共線性の問題を避けるため、肯定的な展望（過去肯定、現在肯定、

未来肯定）とする分析と否定的な展望（過去否定、現在否定、未来否定）とする分析に分けて行った。その結果を表3に示した。

重回帰分析の結果、「居心地の良さの感覚」を従属変数とした場合、「現在肯定」($\beta = .496, p < .001$)および「現在否定」($\beta = -.447, p < .001$)が有意であり、「過去肯定」($\beta = .095, n.s.$)、「過去否定」($\beta = -.040, n.s.$)、「未来肯定」($\beta = .066, n.s.$)および「未来否定」($\beta = -.032, n.s.$)が有意ではなかった。「課題・目的の存在」を従属変数とした場合、「現在肯定」($\beta = .389, p < .001$)、「現在否定」($\beta = -.329, p < .01$)、「未来肯定」($\beta = .250, p < .01$)、および「未来否定」($\beta = -.256, p < .05$)が有意であり、「過去肯定」

表2 時間的態度尺度と適応感尺度の下位尺度間の相関係数

	過去肯定	過去否定	現在肯定	現在否定	未来肯定	未来否定	居心地の 良さの感覚	課題・目的 の存在	被信頼・ 受容感	劣等感 の無さ
過去肯定	—									
過去否定	-.476**	—								
現在肯定	.248**	-.294**	—							
現在否定	-.252**	.402**	-.804**	—						
未来肯定	.276**	-.318**	.505**	-.482**	—					
未来否定	-.309**	.527**	-.484**	.558**	-.737**	—				
居心地の良さの感覚	.236**	-.237**	.552**	-.481**	.342**	-.303**	—			
課題・目的の存在	.026	-.095	.481**	-.403**	.408**	-.349**	.610**	—		
被信頼・受容感	.372**	-.230**	.442**	-.420**	.392**	-.360**	.558**	.442**	—	
劣等感の無さ	.320**	-.485**	.456**	-.570**	.429**	-.530**	.468**	.347**	.351**	—

** $p < .01$

表3 時間的態度尺度と適応感尺度の下位尺度の重回帰分析

	居心地の 良さの感覚	課題・目的 の存在	被信頼・ 受容感	劣等感の 無さ
過去肯定	.095	-.140	.251**	.183*
現在肯定	.496***	.389***	.291**	.294**
未来肯定	.066	.250**	.176*	.231**
R ²	.319***	.286***	.291***	.291***
過去否定	-.040	.172	-.009	-.232**
現在否定	-.447***	-.329**	-.316**	-.363***
未来否定	-.032	-.256*	-.179	-.205*
R ²	.234***	.205***	.199***	.428***

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

($\beta = -.140, n.s.$) および「過去否定」($\beta = .172, n.s.$) が有意ではなかった。「被信頼・受容感」を従属変数とした場合、「過去肯定」($\beta = .251, p < .01$)、「現在肯定」($\beta = .291, p < .01$)、「現在否定」($\beta = -.316, p < .01$) および「未来肯定」($\beta = .176, p < .05$) が有意であり、「過去否定」($\beta = -.009, n.s.$) および「未来否定」($\beta = -.179, n.s.$) が有意ではなかった。「劣等感の無さ」を従属変数とした場合、「過去肯定」($\beta = .183, p < .05$)、「過去否定」($\beta = -.232, p < .01$)、「現在肯定」($\beta = .294, p < .01$)、「現在否定」($\beta = -.363, p < .001$)、「未来肯定」($\beta = .231, p < .01$) および「未来否定」($\beta = -.205, p < .05$) が有意であった。

3. 時間的展望のクラスター分析による各グループと適応感との関係

日本語版青年時間的態度尺度の各下位尺度の得点を用いて群分けを行い、各グループと適応感との関係を検討するために、クラスター分析(K-means法)を行った。そして、石井(2018)の結果を参考に5因子を指定する非構造的手段をとり、分析を行った。その結果、以下の5クラスターの特徴が示された。

クラスター1：現在と未来は否定的であり、過去のみ肯定的な態度を示す群 = 「過去のみ肯定型」(n = 32)

クラスター2：過去・現在・未来に対して、肯定的な態度を示す群 = 「全肯定型」(n = 28)

クラスター3：過去・現在・未来に対して、否定的な態度を示す群 = 「全否定型」(n = 32)

クラスター4：過去は否定的で、未来に対して肯定が強い群 = 「未来指向型」(n = 24)

クラスター5：過去や未来は否定的であり、現在のみ肯定的な態度を示す群 = 「現在のみ肯定型」(n = 19)

図1に各クラスターにおける日本語版青年時間的態度尺度の各下位尺度の標準得点を示した。

次に、クラスター分析により抽出された群を独立変数、適応感を構成する4つの下位尺度を従属変数とする、1要因分散分析を行った(表4)。その結果、「居心地の良さの感覚」($F(4, 130) = 12.003, p < .001$)、「課題・目的の存在」($F(4, 130) = 8.109, p < .001$)、「被信頼・受容感」($F(4, 130) = 8.959, p < .001$) および「劣等感の無さ」($F(4, 130) = 18.406, p < .001$) のすべてにおいて有意差がみられた。

続いて、TukeyのHSD法を用いて多重比較を行った。その結果を、図2に示した。多重比較の結果、「居心地の良さの感覚」尺度については「過去のみ肯定型」と「全肯定型」・「現在のみ肯定型」の間、「全肯定型」と「全否定型」・「未来指向型」の間、「全否定型」と「現在のみ肯定型」の間において、5%水準で有意な差が認められた。「課題・

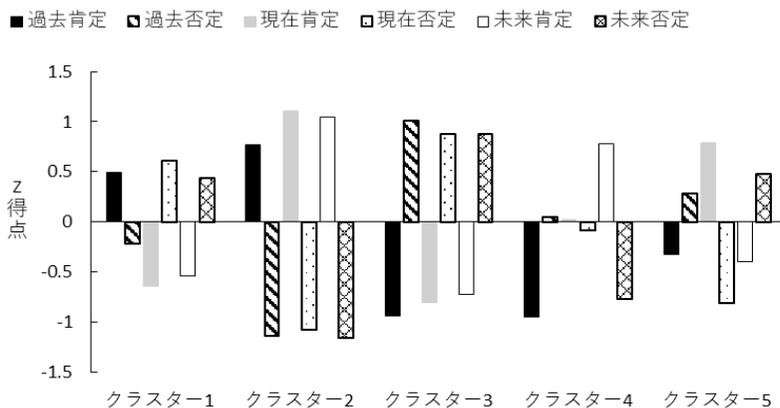


図1 クラスター分析によるグループ分け

大学生における時間的展望が適応感に及ぼす影響

表4 時間的展望のクラスター別の分散分析結果

	クラスター1 過去のみ肯定型 n=32	クラスター2 全肯定型 n=28	クラスター3 全否定型 n=32	クラスター4 未来指向型 n=24	クラスター5 現在のみ肯定型 n=19	F値	多重比較
居心地の 良さの感覚	3.05 (0.60)	3.87 (0.53)	3.01 (0.54)	3.25 (0.59)	3.56 (0.51)	12.003***	2.5 > 4.5 > 4.1, 3
課題・目的 の存在	3.14 (0.63)	3.71 (0.50)	3.03 (0.78)	3.70 (0.47)	3.63 (0.64)	8.109***	2, 4, 5 > 1, 3
被信頼・ 受容感	2.77 (0.76)	3.29 (0.59)	2.28 (0.63)	2.90 (0.52)	2.82 (0.77)	8.959***	2, 4, 5 > 4, 5, 1 > 1, 3
劣等感の 無さ	3.08 (0.57)	3.89 (0.61)	2.52 (0.74)	3.22 (0.66)	3.40 (0.50)	18.406***	2 > 5, 4, 1 > 3

***p<.001

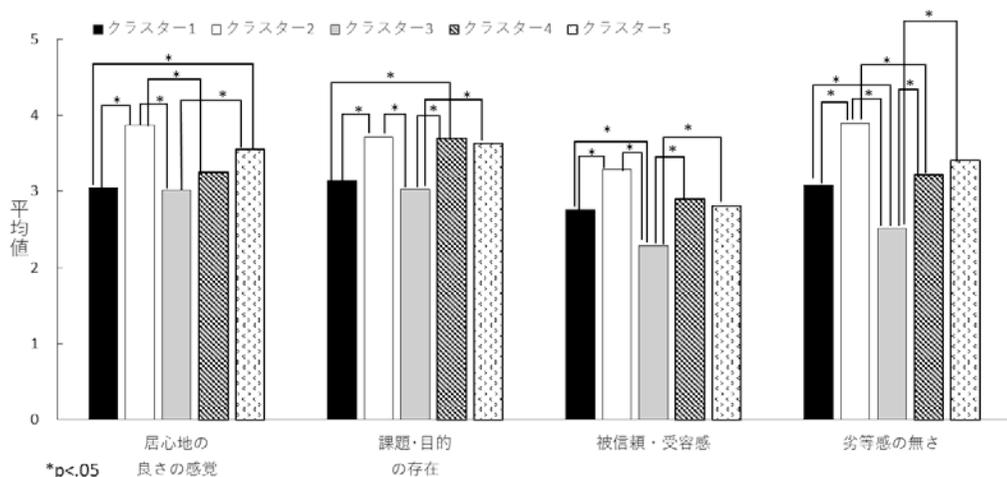


図2 時間的展望のクラスター別の多重比較結果

目的的存在」尺度については「過去のみ肯定型」と「全肯定型」・「未来指向型」の間、「全肯定型」と「全否定型」の間、「全否定型」と「未来指向型」・「現在のみ肯定型」の間において、5%水準で有意な差が認められた。「被信頼・受容感」尺度については「過去のみ肯定型」と「全肯定型」・「全否定型」の間、「全肯定型」と「全否定型」の間、「全否定型」と「未来指向型」・「現在のみ肯定型」の間において、5%水準で有意な差が認められた。「劣等感の無さ」尺度については、「過去のみ肯定型」と「全肯定型」・「全否定型」の間、「全肯定型」と「全否定型」・「未来指向型」の間、「全否定型」と「未来指向型」・「現在のみ肯定型」の間において、5%水準で有意な差が認められた。

考 察

本研究では、青年期における時間的展望が適応感に与える影響を検討することを目的に、大学生を対象に調査を行った。

1. 各時間に対する展望と適応感

時間的展望と適応感との間の関連を調査するために、相関分析を行った(表2参照)。その結果、「課題・目的的存在」尺度と「過去肯定」尺度・「過去否定」尺度との間以外のすべての尺度間に有意な相関がみられた。「課題・目的的存在」尺度は将来やりたいことや今やるべきことがあることによる充実感を示す項目であるため、過去が関

連するわけではないと考えられる。また、時間的展望の「肯定」の尺度においては適応感尺度に正の影響、「否定」の尺度では負の影響があったことから、それぞれの時間に対して肯定的であると適応感は高くなり、それぞれの時間に対して否定的であると適応感は低くなるということが明らかになった。そして、「現在肯定」尺度・「現在否定」尺度・「未来肯定」尺度・「未来否定」尺度は、全ての適応感尺度と相関があったため、過去よりも現在と未来が適応感に関連があると考えられる。

次に、適応感に対して時間的展望が与えている影響について検討するために、重回帰分析を行った(表3参照)。その結果、「居心地の良さの感覚」尺度に対して、「現在肯定」尺度から正の影響、「現在否定」尺度から負の影響があった。なじめている、リラックスできているなどの快適さは、今という時間の中で感じられるものであるということが考えられる。「課題・目的の存在」尺度には、「現在肯定」尺度・「未来肯定」尺度から正の影響、「現在否定」尺度・「未来否定」尺度から負の影響があった。将来の目標がある者は、それに向けてやるべきことをしようとすることで適応感が高まるが、やるべきことがわからず目標を持ってないということは適応感が低くなるということが考えられる。「被信頼・受容感」尺度には、「過去肯定」尺度・「現在肯定」尺度・「未来肯定」尺度から正の影響、「現在否定」尺度から負の影響があった。過去を肯定的に捉えることが自信となり、現在を受け容れ、未来への見通しができることが、自分を受容することに繋がり他者からもそう思われていると感じることができるのではないかと考えられる。「劣等感の無さ」尺度には「過去肯定」尺度・「現在肯定」尺度・「未来肯定」尺度から正の影響、「過去否定」尺度・「現在否定」尺度・「未来否定」尺度から負の影響があった。この「劣等感の無さ」尺度は周囲との関係による劣等感を示すものであり、全ての時間的展望に対する態度が肯定的であると自信につながりやすいと考えられる。一方で、今までの経験を否定的に捉えていると、その経験から現在や未来を見通すことができなくなってしまうのではないかと考えられる。これらのことから、過去、現在、未来に対して肯定的に捉えている場合、適応感は高くなる。一方で、過去、現

在、未来に対して否定的に捉えている場合、適応感は低くなるということが推測される。また、過去に対する態度と適応感の間には関連が見られたが、「被信頼・受容感」尺度と「劣等感の無さ」尺度のみに過去の肯定的な態度が影響するという結果が得られたため、仮説1は一部支持された。

2. 時間的展望のクラスターについて

日本語版青年時間的態度尺度のクラスター分析の結果示されたクラスター1～クラスター5と、先行研究におけるグループとは一部異なるものであった。「全肯定型(クラスター2)」、「全否定型(クラスター3)」、は石井(2018)の研究におけるグループに対応するものが見出された。また、石井(2018)の研究で見出された全時間に対して否定的で現在には肯定的である「悲観的な現在期待型」は、本研究における「現在のみ肯定型(クラスター5)」がそれに近いグループであると解釈した。また、「未来指向型(クラスター4)」は石井(2018)の研究における「過去のみ否定型」に近いグループであったが、本研究では未来への肯定が高いため、このグループとは対応しないものであると解釈した。「過去のみ肯定型(クラスター1)」および「未来指向型」は石井(2018)の研究ではみられていないグループであったが、日潟・齋藤(2007)の研究において「過去高群」と「未来高群」が見出されており、「過去高群」は「過去のみ肯定型」に、「未来高群」は「未来指向型」に当てはまると考えられる。石井(2018)の研究で見出された過去や現在は肯定的で未来は肯定的でも否定的でもない「未来のみ中立型」は本研究では見出されなかった。

3. 時間的展望のグループと適応感

分散分析および多重比較の結果、全ての時間に対して肯定的な態度を示す「全肯定型」(クラスター2)は適応感が高く、全ての時間に対して否定的な態度を示す「全否定型」(クラスター3)は適応感が低かった(表4・図2参照)。これにより仮説2は支持された。また、本研究では、未来を否定的に捉えている「過去のみ肯定型」、「全否定型」、「現在のみ肯定型」の群が、未来を肯定している「全肯定型」、「未来指向型」の群よりも

大学生における時間的展望が適応感に及ぼす影響

多かった。このことから、現在の大学生にとって期待を持って未来を考えることが難しくなっているということが考えられる。

しかし、今という時間のみに目を向けることで現在にうまく対処し、適応するという方法も存在していると考えられる。白井（1992）は先のことを考えず、今が楽しければよいとする快樂的な態度を示すものを刹那主義と指摘した。本研究における「現在のみ肯定型」が未来を否定的に捉えていることから、この群における「今」は、未来のための現在というよりも、未来から目を背けるための現在と考えられ、白井の言う「刹那主義」に当てはまると考えられる。この群は、適応感が高いが、「居心地の良さの感覚」尺度、「課題・目的の存在」尺度、「被信頼・受容感」尺度と比べると「劣等感の無さ」尺度が低いことが明らかになった。適応感全体としては高くなっているが、未来や過去を否定的に捉えているため、自分を否定的に捉える傾向があるのではないかと推測される。大学生は、社会に出る前の準備をしなければならないが、自我同一性の確立が達成されていないと自分が何をしたいのかわからず、未来に対して不安を抱く。そのため、目の前の課題をこなすことで充実感を感じ、今の環境に適応感を感じているのではないかと考えられる。この点については、適応感尺度によって測定される「適応」がどのようなものであるかの検討が必要であるかもしれない。

また、「未来指向型」と「現在のみ肯定型」は「過去のみ肯定型」に比べると適応感が高かった。過去、現在、未来のうちのどれか一つでも肯定的に捉えていると適応感が高くなるのではなく、現在と未来に目を向けられることで適応感が高くなるといえる。

4. 総合考察

全ての結果から、青年期である大学生にとって過去を振り返り、未来を見つめることは学校生活への適応感に重要であるということが示されたが、全ての大学生が過去、現在、未来を肯定的に捉えているわけではない。しかし、「現在のみ肯定型」のように過去と未来には否定的な態度を示しているにもかかわらず適応感が高いなど、否定的な態度をもっていても学校生活へ適応している学生も存在する。つまり、否定的な態度が適応

感を低くするわけではなく、どの時間を否定的に捉えているのかが適応感に影響を及ぼすと考えられる。学校生活への適応感という点では、大学生にとって過去よりも現在や未来を肯定的に捉えることが重要になるということがいえる。

5. 今後の課題

本研究では、時間的展望を肯定的に捉えているか、否定的に捉えているかという点で適応感との関連を検討した。今回の調査では、年齢を考慮せずに実施した。しかし、大学生でも1回生と4回生では就職活動における意識に違いがあり、とくに未来に対する態度に違いが生じると考えられる。今後は学年を考慮して大学生の時間的展望の様相を明らかにしていく必要がある。また、今回の調査では、適応感において「学校生活の中で」と限定して行った。大学生は学校の中だけで生活しているわけではなく、アルバイトや学外活動といった学校の外で活動をしている学生もいる。学校の中では適応感を感じていなくても、学校外の活動に充実感を感じている可能性は考えられる。今回の調査のように、学校生活に適応感が持てないからといってネガティブに捉えるのではなく、外の活動も考慮しながら時間的展望と適応感の関連を検討する必要があると考えられる。

参考・引用文献

- Chishima, Y., Murakami, T., Worrell, F. C., & Mello, Z. R. (2016). The Japanese version of the Adolescent Time Inventory-Time Attitudes (ATI-TA) scale: Internal consistency, structural validity, & convergent validity. *Assessment*. Advance online publication. doi:10.1177/1073191116683800
- Erikson, E.H. (1959). *Psychological issues: Identity and the life cycle*. New York: W.W. Norton. (エリクソン, E.H. 小此木 啓吾 (訳) (1976). 自我同一性-アイデンティティとライフ・サイクル- 誠信書房)
- 半澤 礼之 (2014). 大学生の適応を捉えるために-大隅・小塩・小倉・渡邊・大崎・平石論文へのコメント- 青年心理学研究, 25,

- 176-180.
- 日瀧 淳子・齋藤 誠一 (2007). 青年期における時間的展望と出来事想起および精神的健康との関連 発達心理学研究, 18, 109-119.
- 石井 僚 (2018). 青年の時間的展望とアイデンティティ形成過程の5側面との関連 心理学研究, 89 (2), 119-129.
- Lewin, K. (1951). Field theory in social science. New York:Harper & Brothers. (レヴィン, K. 猪股 佐登留 (訳) (1968). 社会科学における場の理論 誠信書房)
- 南 徹弘 (2007). 発達心理学 朝倉書店.
- 南 雅則・浅川 潔司・岸野 葵 (2011). 時間的展望と中学生の進路意識および学校適応感に関する研究 学校教育学研究, 23, 9-15.
- 二宮 克美・大野木 裕明・宮沢 秀次 (2012). ガイドライン生涯発達心理学 [第2版] 株式会社ナカニシヤ出版.
- 西垣 順子・小林 正信 (2004). 大学生活への適応状況に関連する要因についての調査 教育システム研究開発センター 紀要第10号, 25-35.
- 大石 郁美・岡本 祐子 (2009). 青年期における時間的展望とレジリエンスとの関連, 広島大学大学院心理臨床教育研究センター紀要 第8巻, 43-53.
- 大久保 智生 (2005). 青年の学校への適応感とその規定要因 - 青年用適応感尺度の作成と学校別の検討 - 教育心理学研究, 53, 307-319.
- 大隅 香苗・小塩 真司・小倉 正義・渡邊 賢二・大崎 園生・平石 賢二 (2013). 大学1年生の大学適応に及ぼす影響要因の検討 - 第1志望か否か, 合格可能性, 仲間志向に注目して - 青年心理学研究, 24, 125-136.
- 下島 裕美・佐藤 浩一・越智 啓太 (2012). 日本語版 Zimbardo Time Perspective Inventory (ZTPI) の因子構造の検討 パーソナリティ研究, 21, 74-83.
- 白井 利明 (1992). 現代青年の時間的展望の構造 (3) - 時間的展望と時間的指向性の関連 - 青年心理学研究, 4, 1-8.
- 白井 利明 (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.
- 鑪 幹八郎 (2005). アイデンティティとライフサイクル理論 ナカニシヤ出版.
- 竹端 佑介・佐瀬 竜一 (2015). 大学生の不適応について - 不適応状態の判断と過剰適応の視点から - 国際研究論叢, 28 (3), 65-71.
- 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.
- 都筑 学 (1994). 自我同一性地位による時間的展望の差異 - 梯子評定法を用いた人生のイメージについての検討 - 青年心理学研究, 6, 12-18.
- 都筑 学・白井 利明 (2007). 時間的展望研究ガイドブック 株式会社ナカニシヤ出版.
- Worrell, F. C., Mello, Z. R., & Buhl, M. (2013). Introducing English and German versions of the Adolescent Time Attitude Scale (ATAS). Assessment, 20, 496-510.

付録1 日本語版青年時間的態度尺度：30項目

-
1. 自分の将来が楽しみです。
 2. 私は、今の生活に不満があります。
 3. 自分には幼いころのとても幸せな思い出があります。
 4. 私は将来成功するとは思えません。
 5. 今の生活に満足しています。
 6. 私にとって、過去の人生は忘れたいものです。
 7. 私は将来、幸せになると思います。
 8. 自分の今の状況についてよく思っていないです。
 9. 私には、小さいころのよい思い出があります。
 10. 私は大人になっても、大した人間にならないと思います。
 11. 私は、今の状況を気に入ってます。
 12. 私は、自分の過去に不満があります。
 13. 自分の将来のことを考えると笑顔になります。
 14. 私にとって、今の状況は充実しています。
 15. 自分の昔のことを振り返ると悲しくなります。
 16. 自分の将来のことを考えると悲しくなります。
 17. 全体的に、私が今取り組んでいることに幸せを感じます。
 18. 自分の過去が違ふものであったらよかったのと思います。
 19. 自分の将来にワクワクします。
 20. 自分の今の状況に不満足です。
 21. 自分の過去を幸せに思っています。
 22. 私は、自分の将来について考えたくありません。
 23. 今の生活が幸せではありません。
 24. とても幸せだったので、昔のことを考えるのが好きです。
 25. 自分の将来のことを考えても意味がありません。
 26. 全体的に、自分の今の生活に幸せを感じます。
 27. 自分の過去について苦い思い出があります。
 28. 私は、自分の将来のことを考えるとワクワクします。
 29. 私は、今の生活に悩んでいます。
 30. 私の過去には楽しい思い出がいっぱいです。
-

下位尺度の項目番号

-
- 過去肯定＝3,9,21,24,30
 過去否定＝6,12,15,18,27
 現在肯定＝5,11,14,17,26
 現在否定＝2,8,20,23,29
 未来肯定＝1,7,13,19,28
 未来否定＝4,10,16,22,25
-

付録2 青年用適応感尺度：30項目

1. 周囲に溶け込んでいる。
 2. 将来に役に立つことが学べている。
 3. 周りから頼られていると感じる。
 4. 周りに迷惑をかけていると感じる。
 5. 周囲となじめている。
 6. これからの自分のためになることができている。
 7. 周りから期待されている。
 8. 自分だけだめだと感じる。
 9. 周りの人と楽しい時間を共有している。
 10. やるべき目的がある。
 11. 周りから必要とされていると感じる。
 12. 役に立っていないと感じる。
 13. 自由に話せる雰囲気である。
 14. 好きなことができる。
 15. 周りから関心をもたれている。
 16. 嫌われていると感じる。
 17. 自分と周りがかみ合っている。
 18. 成長できると感じる。
 19. 存在を気にかけている。
 20. 周りから指示や命令をされているように感じる。
 21. ありのままの自分を出せている。
 22. 充実している。
 23. 良い評価がされていると感じる。
 24. 自分が場違いだと感じる。
 25. 周りに共感できる。
 26. 熱中できるものがある。
 27. リラックスできる。
 28. 幸せである。
 29. 安心する。
 30. 周りとは助け合っている。
-

下位尺度の項目番号

居心地の良さの感覚＝1,5,9,13,17,21,25,27,28,29,30

課題・目的の存在＝2,6,10,14,18,22,26

被信頼・受容感＝3,7,11,15,19,23

劣等感の無さ＝4,8,12,16,20,24

付録 3

大学生活での意識に関する調査への参加のお願い

これから実施する調査は、大学生活での意識を調査するものです。ここで回答された内容は、研究目的のみに使用されます。また、全ての回答内容は匿名化され、統計的な分析が施される為、分析結果から個人が特定される事はありません。この調査は、すべて自由意思で参加していただくものであり、回答を中断したくなった場合には、いつでも中断していただくことができます。

質問項目は全部で 60 問あります。それぞれの質問をよく読み、すべての質問に答えてください。質問項目の回答漏れのないようお願いいたします。

以上の点を理解したうえで、調査への参加に合意して頂ける方のみ、質問への回答をお願いします。

学部 _____ 学科 _____
 学年 _____ 回生 _____ 年齢 _____ 歳 性別 男・女
 学内活動(サークルなど) _____

京都先端科学大学人文学部心理学科 4 回生 伊原ゼミ

2016P025 福田沙矢香

I. それぞれの項目について、あてはまるものに○をつけてください。

【選択肢】

- 1: まったくそう思わない
 2: そう思わない
 3: どちらともいえない
 4: そう思う
 5: とてもそう思う

まったくそう思わない
 そう思わない
 どちらともいえない
 そう思う
 とてもそう思う

- | | |
|--------------------------------------|-----------|
| 1. <u>自分の将来が楽しみである。</u> | 1・2・3・4・5 |
| 2. <u>私は今の生活に不満がある。</u> | 1・2・3・4・5 |
| 3. <u>自分には幼い頃のとても幸せな思い出がある。</u> | 1・2・3・4・5 |
| 4. <u>私は将来、成功するとは思えない。</u> | 1・2・3・4・5 |
| 5. <u>今の生活に満足している。</u> | 1・2・3・4・5 |
| 6. <u>私にとって、過去の人生は忘れたいものである。</u> | 1・2・3・4・5 |
| 7. <u>私は将来、幸せになると思う。</u> | 1・2・3・4・5 |
| 8. <u>自分の今の状況についてよく思っていない。</u> | 1・2・3・4・5 |
| 9. <u>私には小さい頃のよい思い出がある。</u> | 1・2・3・4・5 |
| 10. <u>私は大人になっても、大した人間にはならない。</u> | 1・2・3・4・5 |
| 11. <u>私は今の状況を気に入っている。</u> | 1・2・3・4・5 |
| 12. <u>私は自分の過去に不満がある。</u> | 1・2・3・4・5 |
| 13. <u>自分の将来のことを考えると笑顔になる。</u> | 1・2・3・4・5 |
| 14. <u>私にとって、今の状況は充実している。</u> | 1・2・3・4・5 |
| 15. <u>自分の昔のことを振り返ると悲しくなる。</u> | 1・2・3・4・5 |
| 16. <u>自分の将来のことを考えると悲しくなる。</u> | 1・2・3・4・5 |
| 17. <u>全体的に、私が今取り組んでいることに幸せを感じる。</u> | 1・2・3・4・5 |

大学生における時間的展望が適応感に及ぼす影響

とてもそう思う
 そう思う
 どちらともいえない
 そう思わない
 まったくそう思わない

18. 自分の過去が違うものであったらよかったのと思う。 1・2・3・4・5
19. 自分の将来にワクワクする。 1・2・3・4・5
20. 自分の今の状況に不満である。 1・2・3・4・5
21. 自分の過去を幸せに思っている。 1・2・3・4・5
22. 私は自分の将来について考えたくない。 1・2・3・4・5
23. 今の生活が幸せではない。 1・2・3・4・5
24. とても幸せだったため、昔のことを考えるのが好きである。 1・2・3・4・5
25. 自分の将来のことを考えても意味がない。 1・2・3・4・5
26. 全体的に、自分の今の生活に幸せを感じる。 1・2・3・4・5
27. 自分の過去について苦い思い出がある。 1・2・3・4・5
28. 私は自分の将来のことを考えるとワクワクする。 1・2・3・4・5
29. 私は今の生活に悩んでいる。 1・2・3・4・5
30. 私の過去には楽しい思い出がいっぱいある。 1・2・3・4・5

II. 現在の大学生活のなかで、それぞれの項目にあてはまるものに○をつけてください。

【選択肢】

- 1: まったくあてはまらない
 2: あてはまらない
 3: どちらでもない
 4: あてはまる
 5: 非常によくあてはまる

まったくあてはまらない
 あてはまらない
 どちらでもない
 あてはまる
 非常によくあてはまる

1. 周囲に溶け込んでいる。 1・2・3・4・5
 2. 将来に役に立つことが学べている。 1・2・3・4・5
 3. 周りから頼られていると感じる。 1・2・3・4・5
 4. 周りに迷惑をかけていると感じる。 1・2・3・4・5
 5. 周囲となじめている。 1・2・3・4・5
 6. これからの自分のためになることができている。 1・2・3・4・5
 7. 周りから期待されている。 1・2・3・4・5
 8. 自分だけだめだと感じる。 1・2・3・4・5
 9. 周りの人と楽しい時間を共有している。 1・2・3・4・5
 10. やるべき目的がある。 1・2・3・4・5
 11. 周りから必要とされていると感じる。 1・2・3・4・5
 12. 役に立ってないと感じる。 1・2・3・4・5
 13. 自由に話せる雰囲気である。 1・2・3・4・5
 14. 好きなことができる。 1・2・3・4・5
 15. 周りから関心をもたれている。 1・2・3・4・5
 16. 嫌われていると感じる。 1・2・3・4・5
 17. 自分と周りがかみ合っている。 1・2・3・4・5

大学生における時間的展望が適応感に及ぼす影響

	非常によくあてはまる	あてはまる	どちらでもない	あてはまらない	まったくあてはまらない
18. <u>成長できると感じる。</u>	1	2	3	4	5
19. <u>存在を気にかけている。</u>	1	2	3	4	5
20. <u>周りから指示や命令をされているように感じる。</u>	1	2	3	4	5
21. <u>ありのままの自分を出せている。</u>	1	2	3	4	5
22. <u>充実している。</u>	1	2	3	4	5
23. <u>良い評価がされていると感じる。</u>	1	2	3	4	5
24. <u>自分が場違いだと感じる。</u>	1	2	3	4	5
25. <u>周りに共感できる。</u>	1	2	3	4	5
26. <u>熱中できるものがある。</u>	1	2	3	4	5
27. <u>リラックスできる。</u>	1	2	3	4	5
28. <u>幸せである。</u>	1	2	3	4	5
29. <u>安心する。</u>	1	2	3	4	5
30. <u>周りとは助け合っている。</u>	1	2	3	4	5

記入漏れがないか再度確認をお願いします。

ご協力ありがとうございました。