

楽観主義と完璧主義の世界観がアウトプットの完成度に与える影響について*

荒川諒太^a

要約

本研究では、楽観主義と完璧主義の世界観がアウトプットの完成度に与える影響について研究した。本研究は学業のアウトプットである課題や TOEIC の点数、成績評価に焦点をあて、研究仮説は、「楽観主義の世界観を強く持つ人はアウトプットの完成度が低くなる傾向がある」、「完璧主義の世界観を持つ人はアウトプットの完成度が高くなる傾向がある」の二つとした。アンケート調査を行い、22 件の回答を得た。12 本の重回帰分析を行い、前者の研究仮説について 1%水準で 1 本、後者の研究仮説について 10%またはそれより強い水準で 3 本の有意で研究仮説と整合的な結果を得た。これらによって両者の研究仮説を支持する結果が得られたが、特に前者の結果は強い支持ではない。しかし 22 件とサンプル数が少ないことを考慮すると、今後の調査で、より大きなサンプル数を得ることでより明確に研究仮説を支持する結果が得られる可能性が期待できる。

JEL 分類番号 : D91

キーワード : 世界観、楽観主義、完璧主義、学業

* なお、本論文に関して、開示すべき利益相反関連事項はない。

^a 荒川諒太 同志社大学経済学部 学部生 cgeh0017@mail3.doshisha.ac.jp

1. はじめに

本研究では、楽観主義と完璧主義の世界観がアウトプットの完成度に与える影響について調査しており、研究仮説は、「楽観主義の世界観を強く持つ人はアウトプットの完成度が低くなる傾向がある」、「完璧主義の世界観を持つ人はアウトプットの完成度が高くなる傾向がある」とした。ここでの世界観とは、「ひとつの人々の集団が生活を秩序づけるために用いている、現実の性質についての認識、感情、判断に関する基礎的な仮定と枠組み」(Hiebert, 2008 の邦訳, 大垣・田中, 2018, p. 210)と定義する。

1 つ目の世界観である楽観主義は国語辞典を参考に『ものごとや事態のなりゆきをすべて良い方向に考える世界観』と定義した。また、2 つ目の世界観である完璧主義は『万全な状態への努力を欠かさず、過度に高い目標・理想を設定する』(並木・野本・湯沢, 2019)世界観とし、その中でも、完璧主義の基準を①「自己に求める」自己志向型、②「他者に求める」他者志向型、③「他者から求められていると感じる」社会規定型の3つに分類する。(いずれも大谷・桜井(1995)を引用) このうち本稿では①自己志向型完璧主義と②社会規定型完璧主義に着目する。

楽観主義の傾向が強い人は、提出課題やテスト勉強をしなくても将来はよい方向に向かうだろう、失敗はしないだろうと考える。そのため努力量が低下し、目標を低く設定するため課題のクオリティやテストの点数、成績が低下すると考えられる。また、自己志向型完璧主義が強い人は自分をより高めようとするため、社会規定型完璧主義の傾向が強い人は周囲から優秀な自分を求められていると考えるため、努力量が増加し、目標成績も高く設定するため、それぞれ点数や成績が向上すると考えられる。

2. 研究方法

Google Form を利用してアンケートを作成し、LINE を使用しゼミ内に拡散した。集計期間は 2024 年 7 月 4 日から 7 月 20 日の 17 日間で 22 件の回答を得た。

また、楽観主義について問うものが質問 1~15、自己規定型完璧主義について問うものが質問 16~21、社会規定型完璧主義について問うものが質問 22~25、経済行動について問うものが質問 26~37 であり、世界観について問う質問では「とてもそう思う」「そう思う」「どちらかと言えばそう思う」「どちらかと言えばそう思わない」「そう思わない」「全くそう思わない」の 6 段階で回答を作成した。以上のアンケートの回答をもとに数値を設定し、各世界観の回答の平均数値を算出し、それをもとに重回帰分析を行った。

3. 研究結果

以下の表には有意な結果を得られたもののみ示している。

表1 回帰分析

説明変数 (世界観)	被説明変数(経済行動)	係数	P 値
楽観主義	Q. 23 仮に就職と成績が関係なく、誰からも GPA について聞かれることがないとしたとき、GPA はいくつを目指しますか。	-0.7709	0.0068***
社会規定型 完璧主義	Q. 26 仮に1時間勉強すれば10点あがる100点満点のテストがあるとします。すでに合格最低ラインの60点をとれる状態にあり、テストまで自由に使える時間が4時間あるとき、あと何時間勉強をしますか。	0.5440	0.0835*
社会規定型 完璧主義	Q. 30 仮に TOEIC で 60% をとると成績評価なしの2単位を認定されるとし、その結果は単位認定以外では使用しないとします。現在必ず60%に達する実力があるとしたとき、あなたは何%を目指して勉強しますか。	4.6936	0.8415*
社会規定型 完璧主義	Q. 31 仮にテスト前夜のいつもなら寝る時間で、現時点でテスト範囲の内8割の勉強は終わっていて、合格最低ラインは確実に取れる状況にあるが、残りの2割は全く勉強していないとします。もしここで寝ずに勉強を続けければ残りの2割も完璧に覚えることができ、家を出るまで6時間勉強に使えるとしたとき、何時間勉強しますか。	0.9448	0.0234**

注) 両側検定で***有意水準 1%, **有意水準 5%, *有意水準 10%で有意であることを表す

4. 考察

全体で 12 本の重回帰分析を行い、上にあげた 4 本で 10% またはそれより強い水準で有意な結果を得ることができた。これらの結果は 2 つの研究仮説を支持するものとなっている。Q. 26 が負に有意になっていることからわかるように、楽観主義の傾向が強い人は目標 GPA も低くなる傾向がある。これは良い成績をとらなくても何とかなるだろうといった

考えから目標 GPA を低く設定してしまうためではないかと考えられる。Q. 26・30・31 が正に有意な結果が出ていることから、周囲からみた自分の完璧性を重視する社会規定型完璧主義の傾向が強い人は、テストや TOEIC の点数の点数が高い傾向にある。これは周囲から完璧に見られたいがために現状よりも良い点数を取ろうとすることが影響しているのではないかと考えられる。

各仮説についてみると、楽観主義の研究仮説について 1%水準で 1 本の、完璧主義の研究仮説について 10%より強い水準で 3 本の有意で研究仮説と整合的な結果を得た。これらは楽観主義が強い人は目標 GPA が低くなる傾向、完璧主義が強い人はテストや TOEIC の点数が高くなる傾向を示した。研究仮説と整合的ではなく有意な結果は前者の仮説、後者の仮説ともに 0 件であった。後者の研究仮説を支持する結果が得られた。前者の結果は 22 件とサンプル数が少ないことを考慮すると、研究仮説を強く支持する結果ではないものの、より大きなサンプル数でこれらの研究仮説をさらに調査することでより明確に研究仮説を支持する結果が得られる可能性が期待できる。

また、有意な結果が出なかった回答について、標本数が 22 と少ないことだけでなく、質問数が多かったために回答者が正確に回答していない可能性があることなどが考えられる。

5. おわりに

今回のパイロット調査では、完璧主義では研究仮説を支持する結果が得られたが、楽観主義については 12 件中 1 件のみであるが、1%水準で有意な結果を得られた。楽観主義についても今回有意な結果が得られた回答も標本数が増えることで結果が変わる可能性がある。サンプル数が少ないこと、質問数が多いことが課題だと考えられる。学会までの間に質問票を精査して質問数を少なくし、SNS で質問票を拡散したりクラウドワークスを用いてサンプル数を増やし、本調査を行ない結果を分析する予定である。

付録 アンケート質問票

< 楽観主義に関する質問 >

- Q. 1 未来には常に良いことが起こると考えて、日々過ごしている
- Q. 2 物事はたいてい自分の思い通りにいくと思っている
- Q. 3 概して、悪いことよりも良いことの方が自分の身に起こると思う
- Q. 4 悪いことはそうそう起こらないと思う
- Q. 5 先行きが分からない時でも、きっと良くなるだろうと考える
- Q. 6 私は自分の将来についてどんな時もなんとかなるだろうと考えている
- Q. 7 自分の人生は最終的にプラスで終わると思っている

- Q. 8 私は自分の将来についてどんな時も楽観的である
- Q. 9 私には出来事に対処することを可能にするために絶対に力を貸してくれる人がいると思う
- Q. 10 この出来事には、悪い面ばかりではなくいい面も必ずあると思う
- Q. 11 この出来事を自分の努力次第で何とかすることができると思う
- Q. 12 この出来事には必ずや対処することができると思う
- Q. 13 この出来事があったからといって、私は自分のことを否定的には考えない
- Q. 14 私は、この出来事と同じような出来事が二度と起きないようにできると思う
- Q. 15 もっと悪い状態になっていたかもしれないので、それと比較すると今の自分の状態はましであると思う

<自己規定型完璧主義に関する質問>

- Q. 16 自分の欠点や悪いところを直そうと、努力を怠らないことが重要だと思う
- Q. 17 目標はより高いレベルに設定し、一度決めたら必ずやり通すことが重要だと思う
- Q. 18 何事も、細かいところまで入念にチェックし万全の状態にすることが重要だと思う
- Q. 19 どんなことでも完璧にやり遂げることが私のモットーである
- Q. 20 自分が関係する物事は常にうまくいかないと気が済まないほうだ
- Q. 21 自分が関係する物事は中途半端な出来では我慢できないほうだ

<社会規定型完璧主義に関する質問>

- Q. 22 自分に欠点がないことが、他者のために重要だと思う
- Q. 23 仕事やアルバイトでミスをした時、会社に迷惑がかかると思いとても責任を感じる
- Q. 24 些細な失敗でも、周りの人からの評価は下がるだろうと考える
- Q. 25 人前で失敗することなど、とんでもない

<経済行動に関する質問>

- Q. 26 現在の累積 GPA はいくつですか(0.00-4.00、小数第2位まで記入)
- Q. 27 仮に就職と成績が関係なく、誰からも GPA について聞かれることがないとしたとき、GPA はいくつを目指しますか。(0.00-4.00、小数第2位まで記入)
- Q. 28 仮にあなたは大学院入学を目指しているとします(大学院入学には GPA も見られる)。その状況において GPA はいくつを目指しますか。(0.00-4.00、小数第2位まで記入)
- Q. 29 テスト当日、問題用紙が配られる直前まで教科書やノートを見直すことがある
- Q. 30 仮に1時間勉強すれば10点あがる100点満点のテストがあるとします。すでに合格最低ラインの60点をとれる状態にあり、テストまで自由に使える時間が4時間あるとき、あと何時間勉強をしますか。
- Q. 31 仮に2000字以上で提出をすれば単位をもらえる4000字レポートがあり、それを提

出すると夏休みに入れるとします。そのほかには課題がない状態で、およそ何文字で提出しますか。

Q.32 仮に1日後に締め切りの1000字のレポートがあるとします。字数は不問で提出すれば単位取得できることが確定しているとき、提出期限の何時間前から手を付けますか。

Q.33 仮に2週間後に締め切りの4000字のレポートがあるとします。最低字数は不問で提出さえすれば単位取得できることが確定しているとき、提出期限の何日前から手を付けますか。(当日は0と記入)

Q.34 仮にTOEICの60%をとると成績評価なしで2単位を認定されるとし、その結果は単位認定以外では使用しないとします。現在必ず60%に達する実力があるとしたとき、あなたは何%を目指して勉強しますか。

Q.35 仮にテスト前夜のいつもなら寝る時間で、現時点でテスト範囲の内8割の勉強は終えていて、合格最低ラインは確実に取れる状況にあるが、残りの2割は全く勉強していないとします。もしここで寝ずに勉強を続ければ残りの2割も完璧に覚えることができ、家を出るまで6時間勉強に使えるとき、何時間勉強しますか。

Q.36 仮に飲食店アルバイトのクローズ作業中で、残った仕事は明日の朝自分が100%まで完了させなければならないとします。退勤時間まで残り10分であり、50%完了しています。今日のうちに完全に終わらせなくても誰からも指摘されず、給料や職場内の評価に影響はないとしたとき、退勤時間までに何%を完了させますか。(50-100%、50は追加努力をしないこととする)

Q.37 仮に塾講師アルバイトの講義準備で、残った仕事は次回勤務に入る2週間後に自分が100%まで完了させなければならないとします。退勤時間まで残り10分であり、50%完了しています。今日のうちに完全に終わらせなくても誰からも指摘されず、給料や職場内の評価に影響はないとしたとき、退勤時間までに何%を完了させますか。(50-100%、50は追加努力をしないこととする)

引用文献

Paul G. Hiebert, 2008. Transforming Worldviews: An Anthropological Understanding of How People Change, Baker Academic.

並木大晟・野本由麻・湯沢恭子, 2019. 完璧主義がフリマアプリの活用に与える影響, 慶應義塾大学経済学部大垣昌夫研究会 2019年度研究グループ論文.

大垣昌夫・田中沙織, 2018. 行動経済学新版. 有斐閣, 東京.

大谷佳子・桜井茂男, 1995. 大学生における完全主義と抑うつ傾向および絶望感との関係, 心理学研究第66巻第1号, 41-47.