改訂版楽観性尺度 (the revised Life Orientation Test) の日本語版の検討

大妻女子大学人間関係学部
坂本 真士

日本学術振興会、労働科学研究所
田中江里子

A study of the Japanese version of revised Life Orientation Test

Shinji Sakamoto*¹ and Eriko Tanaka*²

(*¹ Faculty of Human Relations, Otsuma Women's University, Tamashi, Tokyo, 206-8540)

(*² The Japan Society for the Promotion of Science, The Institute for
Science of Labour, Kawasakishi, Kanagawa, 216-8501)

The purpose of this study is two-fold; (1) to translate the revised Life Orientation Test (LOT-R) into Japanese and to investigate its internal consistency and test-retest reliability, (2) to test the factor structure of the LOT-R (one-factor model versus two-factor model) by conducting confirmatory factor analyses. Data from 619 undergraduates were analyzed to investigate the internal consistency and factor structure, and data from 220 undergraduates were analyzed to examining the test-retest reliability. Both internal consistency and test-retest reliability were confirmed; Cronbach's alpha coefficient and the test-retest reliability coefficient were .62 and .84, respectively. The confirmatory factor analyses supported the two-factor model rather than the one-factor model. Cultural differences between the East and the West in the factor structure of the LOT-R were discussed.

Key words: Life Orientation Test, optimism, pessimism, reliability.

目 的

これまで楽観性 (optimism) は、精神的・身体的健康と関連することが示されてきた (例えば、Scheier & Carver, 1985; Scheier, Matthews, Owens, Magovern, Lefebvre, Abbott, & Carver, 1989; 戸ヶ崎・坂野, 1993; 藤南・園田, 1994)。楽観性は、「物事がうまく進み、悪いことよりも良いことが生じるだろうという信念を一般的にもつ傾向」、反対の概念とされる悲観性 (pessimism) は「物事がうまくはかどらず、悪い結果を予測する傾向」と定義される (戸ヶ崎・坂野, 1993)。

楽観性を測定する代表的な尺度として、楽観性尺度

(Life Orientation Test, 以降 LOT と略記; Scheier & Carver, 1985) がある。LOT はフィラーを 4 項目含む 12 項目から構成されている。楽観性は 8 つの項目で測定されるが、そのうち 4 項目は逆転項目となっている (LOT では、最終的に得点が高いほど楽観的であるように得点化される)。日本では、戸ヶ崎・坂野 (1993) や中村 (2000) などが日本語版の作成を行っている。

その後、Scheier, Carver & Bridges (1994) は LOT の改訂を行い、改訂版楽観性尺度 (the revised Life Orientation Test, 以降 LOT-R と略記; Table 1) を作成した。主な改訂点は以下の 2 点である。第一に、LOT のうち 2 項目 (項目番号 4 と 11) は、楽観性というよりも、「問題が起きたときに状況を再解

積し、ポジティブな考え方をすることができる傾向」を反映している可能性がある点である。これらの項目は、コーピングの仕方に関する項目であり、楽観性の概念からずれる点もある。したがってこの2項目を削除し、新たに楽観性を測定する項目を1項目作成した。第二に、楽観性に関する項目と悲観性に関する項目(逆転項目)の数を同数にするため、LOTの逆転項目の1つ(項目番号9)を削除した。このようにして、楽観性、悲観性に関する項目を3項目ずつ、フィラーを4項目、計10項目よりなるLOT-Rを作成した。

LOTと5項目が共通しているLOT-Rは、LOTと高い相関を持つものの(Scheier et al., 1994)、楽観性の測定に際してはより概念的定義に沿ったものとなっており、Scheier自身もLOTに代わりLOT-Rの使用を推奨している。しかし、日本においては、旧バージョンであるLOTが使用・紹介されることが多い。原著者自身の推奨があるにもかかわらず、改訂版が使用され続けることは、データの国際的な比較を考えても決して好ましいことではない。そこで本研究では、LOT-Rを翻訳し、その信頼性を検討することを第一の目的とする。なお、翻訳に際して筆者らは、原著者より正式に翻訳許可を得ている。日本語版作成にあたっては、筆者らと研究補助者が日本語に翻訳した後、その日本語をもとに別の研究補助者が英訳を作成し、その英語版が原版と符合することを原著者に確認してもらった。

ところで先述したように、LOTは楽観性を測定する尺度であるが、その半分が逆転項目となっている。逆転項目は、例えば「私はものごとが自分の思い通りにいくとはほとんど思っていない」というように、悲観的な考えを示す内容と考えられる。LOTでは、これらの項目を逆転項目としており、楽観性と悲観性は互いに1次元の反対の極にあることを前提としているが、楽観性と悲観性は別の次元であるとする報告もある(例えば、Chang, D'Zurilla, & Maydeu-Olivares, 1994)。特に、LOTを日本において実施した研究では、因子分析の結果、楽観性と悲観性を別の因子として抽出している(中村, 2000; 戸ヶ崎・坂野, 1993)。しかし、これらの研究では、探索的因子分析にとどまっており、確認的因子分析によって楽観性と悲観性

が1次元上のものとする方が適当か、別々の次元のものとする方が適当かについては調べられていない。したがって本研究では、LOT-Rに対し確認的因子分析を行うことにより、上記の問題についても検討する。これが本研究の第二の目的である。

方 法

被検者 被検者は都内の大学で心理学の講義を受講する大学生668名(男子224名、女子444名;平均年齢19.2歳、標準偏差 3.6歳)であった。分析する尺度の回答に遺漏のない619名(男子205名、女子411名)が内的一貫性と確認的因子分析の分析対象となった。また、このうち、再検査信頼性の検討のため、231名(男子48名、女子183名)に3週間後に再度調査を行った。尺度の回答に遺漏のない220名(男子45名、女子175名)が、再検査信頼性の分析対象となった。

尺度 本研究では、LOT-Rと、Chang (1996a)が作成した拡大版楽観性尺度(Expanded Life Orientation Test, 以降ELOTと略記)を合わせて実施した。先述したように、LOT-Rは楽観性、悲観性を測定する項目が3項目ずつ、フィラーが4項目の、合計10項目からなる尺度である。一方、ELOTは20項目よりなる尺度で、楽観性と悲観性とを別々に測定している。楽観性、悲観性の尺度はそれぞれ6項目、9項目で測定され、その他の5項目はフィラーである。LOT-RとELOTには重複した項目が7項目ある。したがって、LOT-RとELOTを合わせて23項目とし、それを被検者に実施した。被検者は23項目に対し、「1:強くそう思わない」から「5:強くそう思う」の5点尺度で回答した。なお、ELOTについての検討は本研究の目的ではないので割愛する。

結 果

内的一貫性の検討 まず、LOT-Rについて逆転項目の得点を修正した上でクロンバックの α 係数を求めたところ、.62となった。また項目一得点間相関は.20から.54であった(Table 1)。また、逆転項目の得点を逆転させた後、Scheier et al. (1994)と同様に

LOT-R の 6 項目に対し因子分析（主成分法）を実施したところ、固有値は 2.15、1.01、0.84、0.79、0.66、0.52 となった。スクリープロットや解釈のしやすさの点から 1 因子解が妥当と判断された。1 因子解での因子負荷量は .37（項目 3）から .77（項目 9）であり、平均は .58 であった。また因子寄与率は 1 因子で 35.9% であった。

Table 1 LOT-R の項目および項目－得点間相関

項 目	項目－得点間相関
1. はっきりしないときでも、ふだん私は最も良いことを期待している	.25
2. 私はたやすくリラックスできる	--- b)
3. 何か私にとってうまくいかなくなる可能性があれば、それはきっとそうなるものだ	.20 a)
4. 私は自分の将来についていつも楽観的である	.32
5. 私にはたくさんの友人がいる	--- b)
6. 忙しくあり続けることは私にとって大切である	--- b)
7. 私はものごとが自分の思い通りにいくとはほとんど思っていない	.39 a)
8. 私は非常にたやすくとりみだしてしまうようなことはない	--- b)
9. 良いことが私に起こるなんてほとんどあてにしている	.54 a)
10. 概して、私は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	.46

注：a) これらの項目は LOT-R では逆転項目になっている。したがって項目－得点間相関および α 係数の算出に際しては、高得点が楽観性を示すように得点の修正を行った。

b) フィラー項目

これらの結果から、 α 係数は十分に高いとはいえないが、項目数が少ないことを考えると、尺度としての内的一貫性は許容範囲内にあるものと考えられる。

そこで、逆転項目を修正して、6 項目の合計得点を算出した。その結果、平均は 19.2、標準偏差 3.6 であった。なお、男女で得点に有意な差は認められなかった。

再検査信頼性の検討 3 週間の間隔をあけて再検査信頼性を調べた。その結果、2 回の LOT-R 得点の間に .84 の相関が見られた。したがって再検査信頼性は認められたといえよう。

因子構造の検討 LOT-R について、確認的因子分析により、1 因子と 2 因子のどちらのモデルのあてはまりがよいかを検討した。その結果、1 因子モデルで

は $GFI=.989$ 、 $AGFI=.975$ (Figure 1)、2 因子モデルでは $GFI=.996$ 、 $AGFI=.990$ (Figure 2) となり、2 因子モデルの方が上回るものの、ともに適合度指標の数値は高かった。そこで相対的なモデルの良さを評価する指標である AIC を見ると、1 因子モデルでは $AIC=1.220$ 、2 因子モデルでは $AIC=-9.018$ となり、1 因子モデルよりも 2 因子モデルの方が当てはまりがよいことが示された。このことから、LOT-R を日本の大学生で実施した場合、楽観性と悲観性は 2 つの次元に分けて考えた方がより適切であると考えられる。なお、LOT-R の 6 項目を逆転項目とそうでないものの 3 項目ずつに分けて合計点を出した結果、両尺度間の相関は $-.39$ であった。

注：□内の数字は項目番号を表す。

逆転項目については、高得点が楽観的であるようにあらかじめ項目の得点を逆にしてある。

Figure 1. 確認的因子分析の結果（1 因子モデル）

注：□内の数字は項目番号を表す。

Figure 2. 確認的因子分析の結果（2 因子モデル）

考 察

本研究の第一の目的は、LOT-R の日本語訳を作成しその信頼性を検討することであった。検討の結果、内的一貫性は α 係数で .62 となった。この数値は、LOT-R が 6 項目と少ないことを考慮すれば、一応、許容範囲内にあると考えられる。また、3 週間の期間をおいた再検査によって、LOT-R の再検査信頼性が確認された。本研究の第二の目的は、LOT-R の因子構造が 1 因子であるか、2 因子であるかを確認的因子分析を用いて検討することであった。その結果、1 因子モデルよりも 2 因子モデルの方が当てはまりがよいことがわかった。

LOT-R の楽観性項目と悲観性項目が別の次元であるかどうかについてであるが、Scheier et al. (1994) は 1 次元であることを前提とし、.78 という α 係数を報告している。これに対し、本研究では α 係数も .62 となり、確認的因子分析の結果、楽観性と悲観性を分けて考える 2 因子モデルが支持された。LOT を因子分析した日本における先行研究を見ても（中村，2000；戸ヶ崎・坂野，1993）、楽観性項目と悲観性項目は別の因子になっている。このように考えてみると、LOT-R による測定では、日本人においては楽観性と悲観性が別の次元となっているのかもしれない。しかし、潜在因子間の相関は高く、はっきりと 2 次元に分けられるとも言いがたい（Figure 2）。楽観性－悲観性の 1 次元問題については、後述するように何らかの文化差が存在する可能性も考えられ（Chang, 1996a, 1996b）、さらに検討していく必要がある。その際、データの蓄積もあり広く使われている LOT-R を用いることも考えられるが、LOT-R は項目数が少なく α 係数も十分に高くない。したがって、LOT-R に項目を付加した新たな尺度の開発も望まれる。

本研究では結果報告を割愛した ELOT では、LOT に項目数を増やして楽観性と悲観性を別々の概念として測定している。Chang (1996b) は ELOT の楽観性項目と悲観性項目の相関を調べ、白人系アメリカ人学生で $-.83$ 、東洋系アメリカ人学生で $-.61$ の相関を報告し、日本人学生を対象にした坂本（2000）は、

Chang (1996b) よりも低い $-.52$ の相関を報告している。このことから、東洋人は西洋人に比べ、楽観と悲観とを別のものとして考えやすい傾向があることが示唆される。しかしながら、ELOT は楽観性と悲観性で項目数が異なる、内的一貫性が十分に高くないなど、LOT や LOT-R と同様の問題点をもっている。また、現在 LOT-R は広く使われていない。このような事情から、本論文では ELOT についての結果報告を割愛した。今後は新たな尺度を日本人の手で作成し、海外に発信していくことも考える必要があろう。

結 論

楽観性と社会的行動との関係を研究する場合、国内外の研究の蓄積を考えると、項目数も少なく簡便な LOT-R を用いることは可能であろう。しかし、楽観性と悲観性が 1 次元の両極であるということについて、本研究も含め日本でのデータは概ね否定的である。楽観性と悲観性との関係については文化的な差異も考えられることから、今後は LOT-R の尺度項目をふまえて両者の測定を目指す新たな尺度を開発し、国内外に発信していく必要がある。

文 献

- Chang, E. C. 1996a Cultural differences in optimism, pessimism, and coping: Predictors of subsequent adjustment in Asian American and Caucasian American college students. *Journal of Counseling Psychology*, **43**, 113-123.
- Chang, E. C. 1996b Evidence for the cultural specificity of pessimism in Asians versus Caucasians: A test of a general negativity hypothesis. *Personality and Individual Differences*, **21**, 819-822.
- Chang, E. C., D'Zurilla, T. J., & Maydeu-Olivares, A. 1994 Assessing the dimensionality of optimism and pessimism using a multimeasure approach. *Cognitive Therapy and Research*, **18**, 143-160.
- 中村陽吉 2000 対面場面における心理的個人差 プレーン出版

坂本真士 2000 The Revised Life Orientation Test (LOT-R) の日本語版の検討—悲観性と楽観性は一次元の両極か— 日本心理学会第64回大会発表論文集, 880.

Scheier, M. F. & Carver, C. S. 1985 Optimism, coping, and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*, **4**, 219-247.

Scheier, M. F., Carver, C. S., & Bridges, M. W. 1994 Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem): A reevaluation of the Life Orientation Test. *Journal of Personality and Social Psychology*, **67**, 1063-1078.

Scheier, M. F., Matthews, K. A., Owens, J., Magovern, G. J., Lefebvre, R. C., Abbott, R. A. & Carver, C. S. 1989 Dispositional optimism and recovery from coronary artery bypass surgery: The beneficial effects on physical and psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, **57**, 1024-1040.

戸ヶ崎泰子・坂野雄二 1993 オプティミストは健康か? 健康心理学研究, **6**, 1-12.

藤南佳代・園田明人 1994 ストレス反応に及ぼすトレッサー経験量と楽観性の効果 心理学研究, **65**, 312-320.

(2001.8.17 受稿, 2002.5.31 受理)