

理学相通信

2022年度理学系学生相談室通信 Vol.3

こんにちは！理学系学生相談室です。
今年もまた新しい一年が始まりましたね。皆さんはどのような一年にしたいと考えているでしょうか。
さて、今回のぶちっと心理学では、自分の目標を達成したいときなどに役立つ理論について紹介します。大事な試験や就職活動等の際にも活用してみてくださいね。



ぶちっと心理学 — 思い続ければ現実になる？「自己成就的予言」

★自己成就的予言(self-fulfilling prophecy) (R.K.マートン)

…人々の期待が現実を生み出す現象のこと。「予言の自己実現」ともいわれる。

有名な例として、次のようなものがある。

<例1> 患者が与えられた薬を特効薬と信じていれば、たとえ偽薬でも効果が現れる
(**プラシーボ効果**)

<例2> 「このクラスの子は近い将来急速に学習能力が伸びる」と告げられた担任のクラスの生徒は、数カ月後、他のクラスの生徒に比べて実際に成績が伸びる(**ピグマリオン効果**)



自己成就的予言は、人々が持つ思いが無意識のうちに態度や行動に反映され続けた結果として起こるものであると考えられています。つまり、「成功するだろう」という思いはポジティブな結果に繋がりがやすく、逆に、「失敗するだろう」という思いを持ち続けることで実際にネガティブな結果に繋がってしまうこともあります。

皆さんも、実現させたい目標があるときには、「きっと成功する」と強く信じてみるといいかもしれませんね。ぜひ、試してみてください♪

参考文献:山岸俊男[編](2017). 社会心理学キーワード 有斐閣.

誰かに話を聞いてほしい、と思ったときは

電話 (052-747-6709) または メール (soudan@sci.nagoya-u.ac.jp) で連絡をください☺

相談申し込みフォーム→

