ためらい場面での時間的要求と特性不安の主要因との関連

── 意志決定時に反応を弱める機能としての検討 ──

Association between the Need to Cope with Time Demands in Uncertain Situations and Trait-Anxiety: Study of Response-weakening Functions During Decision Making

鈴　木　賢　男*
Masao SUZUKI

要旨：本研究は、大学生 67 名を対象者として、自由回答による記述の類型（鈴木, 2008）をもとに、24 項目のためらい場面項目を作成し、意志決定時に意識する内容についての 20 項目や特性不安尺度との関連を調査した。その結果、ためらい場面で時間をかける傾向にある人ほど、特性不安が高いことや意志決定時に反応が減退する志向性（時間確保、重圧予期、失敗回避）が高いことがわかった。

キーワード：hesitation, trait anxiety, decision making, procrastination

はじめに

“ためらい”という心的体験は、一般的に、何らかの対処が必要だと思われる事態に対して、即座には反応しないようにしている状態で、主体自身が感じている一種の感情状態とも考えられる。その際には、はっきりはしないが、何かが反応を休止するように働きかけているように感じられるものだが、他者からは、実際に対処するかどうか決断ができなくて、意志不決定のまま迷っている状態にも見えるし、決断したものの何をどうしていいかがわからず、ぐずぐずしたまま対処できずにいる状態にも見えるであろう。日本語版 Action Control Scale（J-ACS）を作成した佐久間（2009）は、「決断から実行にかけての移行がスムーズかを示す」AOD 尺度で、活動志向性とは反対に、状態志向性を表すものに相当する hesitation に対する訳語を「躊躇性」としている。ここでは特に「スムーズ」さを欠くという点が、躊躇（≒ためらい）の特性を表しているものと思われるが、このことは、対立する誘因が特にはっきりしておらず、また、進退窮まり動きがとれないということでもなく、アクセルに足は置いてはいるものの、なかなか踏み込めないでいる様子として捉えることができるだろう。となると、明確な欲求の力動的な緊張関係にある conflict とは異なるものと言えるかもしれない。

更に、“ためらい”という心的状態の構造には特に言及せず、おそらくその一つの帰結として、一般的に「何らかの達成すべき課題を遅らせること」(Lay, 1986）として procrastination（先延ばし）なる概念が定義され、一時的に課題とは無関連、あるいは課題を妨害する行動をとる現象

* すずき まさお　文教大学人間科学部

として、小浜（2010）は、その前後過程の検討を加えている。

このように、“ためらい”は、そのものとして研究対象になるというよりは、行動や決断を停滞させる心的状態の一つとして取り上げられたり、あるいは、帰結として生じる課題から逸れた行動に焦点があてられたりするが、ここでは、ためらい場面の諸特性やためらいの心的構造について明らかにするとともに、ためらいを喚起する要因やためらうことによる正負に限らない心理的効果を調べていくことで、人間生活における“ためらい”そのものの機能（役割）の検討を目指したい。本研究は、この立場に立って、鈴木（2015）における“ためらい”と特性不安との関連性をより明確にするために、“ためらい”や“躊躇”という言葉をそのまま調査対象者に示すことなく、ためらい場面として考えられる種々の状況を提示して、それに対して時間をかける傾向と意志決定時の意識や特性不安との関連性を調べることを目的とした。

方　法

1. 質問紙調査法

A3 一枚の用紙で表裏に印刷をし、見開きによる冊子状の質問紙を作成した。内容に関しては、次の 4 点についてであった。

最も強くためらいを感じた場面として回答された自由記述の分析（鈴木，2008）によって分類された 11 類型、①好感触を求める機会（望んでいる人間関係に移行しようとする場合）、②深刻にさせる機会（良好な状態にある人間関係に波紋をもたらそうとする場合）、③注視される機会（周囲から浮き上がり目立ってしまう場合）、④接近する機会（他の人と接触する時に意識過剰になってしまう場合）、⑤決意的行為（目標や目的を定めて挑戦をする場合）、⑥新規的行為（普段とは異なる体験をする場合）、⑦希薄的行為（差し迫った状態で理解・対応を要する場合）、⑧損失的行為（自分を抑えて我慢をする必要がある場合）、⑨失意的行為（当初の目標や目的を見失いそうな場合）、⑩背反的行為（自制心が効かなくなるような場合）、⑪購入価値判断（物品を購入することの価値を判断する場合）から、類型に属する 2 つの特性を抽出して、項目文を作成した。例えば、①好感触を求める機会では、6 つの特性の中から「好きな人に告白をしようとするとき」と「身近な人と率先して仲直りしようとするとき」の 2 つであった。以上の合計 22 項目に、大学生活の「先延ばし」で問題とされやすい課題関係から、試験、それからレポートへの着手を加えて 24 項目とし、「以下のことを決断するまでに時間をかける方だと思いますか。自分に当てはまる程度を回答してください。」との教示文を示した後、「かなり時間をかける～ほとんど時間をかけない」までの 5 件法で評定してもらった。

次に、新版 STAI Y-2（肥田野他，2000）より問番号 21 ～ 40 の特性不安に関する 20 項目を用い、ランダムに配置しなおした上で、「次の 1 から 20 までの文章を読んで、あなたがふだん、どう感じているか、最もよくあてはまる箇所（番号）を各項目の左の欄から選んで、○で囲んでください。あまり考えこまないで、あなたがふだん、感じている気持ちを一番よくあらわしているものを選んでください。」との教示文の後に、「ほとんどいつも」「たびたびある」「ときどきある」「ほとんどない」の 4 件法で回答を得た。

最後に、ためらいの諸特性を調査するために考案した項目文 15 項目（鈴木，2015）より、“ためらい”という用語、もしくは、それを意味する語用を排し、新たに作成した項目を加えて計 20 項目を用い、「何かを決めなければいけない場合、以下の項目に、どの程度当てはまると思いますか。当てはまる程度をお答えください。」と教示を入れた後に、「かなり当てはまる～全くあてはまらない」までの 5 件法で評定してもらった。

2. 対象者

調査対象者は、文系大学生 67 名で、男性は 30 名、女性は 36 名であった。平均年齢は、全体で 19.0 歳（SD=0.41）、男性で 19.2 歳（SD=0.65）、女性では 18.9 歳（SD=0.41）であった。

3. 手続き

2016 年 1 月の筆者担当の授業の試験後に、一斉に調査用紙を配布し、その場で回答してもらい、退出時に回収をさせてもらった。調査に要した時間は、概ね 10 ～ 15 分程度であった。

分　析

それぞれのためらい場面に対して、決断するまでにかける時間の程度を回答してもらった 24 項目について、固有値 1.0 以上（カイザー基準）を基準とした主因子法による因子分析を実施した結果、9 因子を抽出したが、共通性で 0.30 未満であった「ちょっと悪いことなら、してもいいかどうか」「身近な人に自分の悩みをうちあけるかどうか」「続けてきたものを、途中でやめてもいいかどうか」の 3 項目に関しては、独自性が比較的高い項目としてこれを除外し、改めて 21 項目で、固有値減衰率の状態から、抽出する因子数を 5 因子に固定して、主因子法による因子分析を行った後、回転バリマックス解を得た（累積寄与率 38.8%）。

Table 1 で、F1 の因子を構成する項目は、「課題レポートにいつ取り掛かるかどうか」「テスト前の勉強にいつ取り掛かるかどうか」のように、難しい問題に向かっていくことを意味する状況と考えられたので、「課題的状況」（α =.76）と命名することとした。F2 では、「ケンカしてしまった後、仲直りするかどうか」「やりたいと思っていることを、実際に始めるかどうか」などに表されるように、わだかまりがまだ残っていたり、本気なのかどうかがあやふやなままでの決着を意味する状況と考えられたので、「曖昧的状況」（α =.59）と命名した。F3 は、「高価な商品を買おうかどうか」「達成困難な場合に、ある程度で妥協するかどうか」「好きな人ができたとき、告白するかどうか」などのように、良かれ悪しかれ、衝動的に魅力的で引かれる対象を選択することを意味する状況と思われたので、「誘因的状況」（α =.38）と命名することとした。F4 は、「思いもよらない不幸な事実を受け入れるかどうか」「知合いに知っている秘密を暴露するかどうか」のように、真偽や是非が疑わしく完全には承認しがたい状況と思われたので、「疑念的状況」（α =.49）と命名した。F5 は、「人前で、他の人に親切にするかどうか」「責任ある仕事（係）を引き受けるかどうか」に見られるように、自身の選択や行動に対して他者が反応を示したり、評価を示したりする状況と思われたので、「評価的状況」（α =.52）と命名することとした。これらの因子を構成する項目の評定を合計し、尺度としての信頼性を検討したところ、信頼性係数である α 係数は、「課題的」では充分な値を示したが、「誘因的」では、項目数の少なさを考慮したとしても、特に低い値を示しており、尺度内の項目の一貫性に問題が残ることとなった。

更に、何かを決めなければいけない時に考えられる状況で感じたり意識する程度を回答してもらった 20 項目について、固有値 1.0 以上（カイザー基準）を基準とした最尤法による因子分析を実施した結果、5 因子を抽出したが、共通性で 0.3 未満であった「成功したとしても興奮はできるだけ抑えたい」「先の先まで考えてしまいやすい」の 2 項目と、共通性が 1.0 を示した「何かと決めるのに迷いやすい」の計 3 項目を除外した。この 17 項目に対して、固有値減衰率の状態から、抽出する因子数を 4 因子に固定して、最尤法による因子分析を行った後、回転バリマックス解を得た（累積寄与率 56.7%）。

Table 1. ためらい場面での時間的要求に対するバリマックス回転解因子負荷量

		F1	F2	F3	F4	F5	h^2
B.23	課題レポートにいつ取り掛かるかどうか	.85	−.06	.07	−.10	−.02	.75
B.21	テスト前の勉強にいつ取り掛かるかどうか	.81	−.12	.06	−.06	.08	.68
B.08	苦手なことに取り掛かるかどうか	.67	.21	−.01	.01	.02	.49
B.17	人前で、自分の意見を言うかどうか	.41	.25	−.08	.37	.26	.45
B.16	新しい環境に、進んで馴染もうかどうか	.37	.15	.02	.18	.25	.26
B.02	ケンカしてしまった後、仲直りするかどうか	−.16	.69	.00	.06	.21	.56
B.07	やりたいと思っていることを、実際に始めるかどうか	.15	.46	−.03	.01	−.11	.25
B.06	最終的な進路先を絞り込むかどうか	.11	.46	.28	.08	−.46	.51
B.09	複数の候補からある一つを選べるかどうか	.23	.34	−.28	.28	−.01	.33
B.01	上手くいってない状態で、別れを切り出すかどうか	.16	.33	.27	.27	−.07	.29
B.05	気に入った商品を実際に購入するかどうか	−.24	.32	.28	.27	.09	.32
B.14	高価な商品を買おうかどうか	.09	−.14	.64	.20	−.10	.49
B.12	達成困難な場合に、ある程度で妥協するかどうか	−.11	−.00	.39	.11	.00	.17
B.04	好きな人ができたとき、告白するかどうか	.11	.08	.36	−.04	.07	.15
B.24	欲求に身を任せて行動してもいいかどうか	.04	.18	.28	.28	.03	.19
B.11	思いもよらない不幸な事実を受け入れるかどうか	−.01	.03	.14	.56	−.15	.36
B.10	知合いに知っている秘密を暴露するかどうか	−.09	−.08	.10	.46	.03	.24
B.03	公のために自分を犠牲にできるかどうか	.05	.14	−.03	.45	.19	.27
B.15	人前で、他の人に親切にするかどうか	.05	.06	−.02	.01	.55	.31
B.13	責任ある仕事（係）を引き受けるかどうか	.22	−.20	.30	.17	.54	.50
B.20	異性のすぐ近くに座っていいかどうか	.01	.43	.43	−.15	.45	.60
	寄与率	11.6	8.0	6.7	6.4	6.2	

Table 2. 意志決定時の意識に対するバリマックス回転解因子負荷量

		F1	F2	F3	F4	h^2
D.20	そう簡単には失敗できない	.86	.27	.23	.17	.89
D.14	間違いのない完璧な判断をしたい	.62	.08	.20	.32	.53
D.19	失敗したとしてもダメージを少なくしたい	.53	.36	.25	.12	.48
D.07	周囲の目が気になるほうだ	.41	.34	.09	.34	.41
D.02	やり直しが効かないことが多いと思う	.38	.38	.29	.09	.37
D.13	なかなか一歩が踏み出せない	.06	.81	.31	.12	.76
D.15	何かと気が引けてしまうことが多い	.27	.77	.12	.23	.73
D.04	落ち込みやすい	.26	.37	.27	.21	.32
D.03	決断はできるだけ後半まで引き延ばす	.09	.10	.76	.27	.66
D.18	速く決める必要がある状況は苦手なほうだ	.28	.45	.70	−.23	.83
D.09	時間切れで急いで決めることが多い	.18	.36	.57	.00	.48
D.16	何かもっと大事なことがあるかもと思ってしまう	.31	.41	.47	.12	.50
D.10	とにかく速断は避けるようにしている	.26	.09	.46	.26	.36
D.05	不備な点はないかと気になることが多い	.34	.24	−.12	.69	.66
D.06	いろいろと気がかりなことがある	.29	.28	.12	.62	.57
D.12	想定外に生じることを想像しやすい	.01	.03	.14	.58	.36
D.11	慎重に物事をすすめたい	.53	.01	.35	.58	.73
	寄与率	15.4	14.6	14.2	12.4	

Table 2 で、F1 の因子を構成する項目は、「そう簡単には失敗できない」「間違いのない完璧な判断をしたい」などで、極力失敗をしたくはないという気持ちとなっているので、「失敗回避志向」（α =.79）と名付けることができた。次に、F2 では、「なかなか一歩が踏み出せない」「何かと気が引けてしまうことが多い」となっており、気の重さや気持ちの上で一歩後退する感じになっているので、「重圧予期志向」（α =.74）と名付けた。F3 は、「決断はできるだけ後半まで引き延ばす」「速く決める必要がある状況は苦手なほうだ」は、時間が制限されていることを嫌い、できるだけ猶予時間を設けようとする気持ちになっているので、「時間確保志向」（α =.81）と名付け

た。最後に、F4 は、「不備な点はないかと気になることが多い」「いろいろと気がかりなことがある」など、状況が常に流動的で想定の範囲を超えていくものと考えてしまうことを意味するものと思われたので、「不確実性志向」(α =.73) と名付けた。これらの因子を構成する項目の評定を合計し、α 係数を求めたところ、いずれの因子においても、信頼性を示す充分な値を示した。

特性不安の項目に関する因子分析は、鈴木（2015）とほぼ同じ結果が得られた。一つの因子は、「非平静感」と名付けられ、「ひどく失望するとそれが頭から離れない」「つまらないことが頭にうかび悩まされる」のような状態を構成していた。他の因子は、「非充足感」因子では、「楽しい気分になる（逆転）」「うれしい気分になる（逆転）」などを構成し、「非統制感」因子は、「落ちついた人間だ（逆転）」「冷静で落ちついている（逆転）」など、「非効力感」因子は、「力不足を感じる」「自信がない」などを構成するものとなった。

結　果

本研究で特性不安の因子となった「非平静感」「非充足感」「非統制感」「非効力感」を平均して特性不安全体の尺度得点（α =.81）を算出した。また、ためらい場面の状況についての因子となった「課題的状況」「曖昧的状況」「誘因的状況」「疑念的状況」「評価的状況」を平均して、全般的に、対処に時間がかかる傾向を表わすものとして「ためらい傾向」得点（α =.71）とした。更に、意志決定時における意識についての因子となった「失敗回避志向」「重圧予期志向」「時間確保志向」「不確実性志向」を平均し、意志決定時から実際の遂行の段階に至るまでの反応を鈍らせたり引かせたりする状態を全般的に示すものとして「反応減退性」得点（α =.90）とした。

以上の、「特性不安」尺度と「ためらい傾向」、「反応減退性」の得点間での関係性を調べるために、ピアソンの積率相関係数を求めたところ、「特性不安」と「反応減退性」の相関係数が、r =.58 となり、1％水準で有意な正の相関が認められ、また、「反応減退性」と「ためらい傾向」との間に、r=.50 で、1％水準で有意な正の相関が認められた。

更に、「反応減退性」と特性不安の下位尺度との相関係数を算出した結果、「非平静感」との相関係数が r=.70（p<.01）となり、「非充足感」r=.32、「非統制感」r=.29、「非効力感」r=.33 よりも強い正の相関を得ることとなった。また、「ためらい傾向」と反応減退性の下位尺度得点との相関係数を算出した結果、「時間確保志向」との相関係数が r=.52、「重圧予期志向」で r=.49、「失敗回避志向」で r=.36 となって、いずれも 1％水準で有意な正の相関を示したが、「不確実性志向」では有意な相関係数は得られなかった。

考　察

「特性不安」と「反応減退性」に正の相関が認められたことから、不安になりやすい傾向を持つ人ほど、意志決定時の「反応減退性」が高くなることが窺われた。更に、特性不安の主要因と考えられる「非平静性」との関連が特に強かったことから、「ひどく失望するとそれが頭から離れない」「つまらないことが頭にうかび悩まされる」などの比較的過剰で反復性のある神経過敏な状態と「反応減退性」との関連が示唆された。更に、「反応減退性」と「ためらい傾向」との間に正の相関が認められたことにより、意志決定時や遂行に向けての反応を弱める志向性（不確実性志向を除く）の高い人は、「ためらい傾向」が高く、ためらい場面で時間をかける傾向にあることが示唆されるところとなった。

引用文献

肥田野直・福原眞知子・岩脇三良・曽我祥子・C.D.Spielberger 『新版 STAI』実務教育出版 2000

小浜駿 先延ばし過程で自覚される認知および感情の変化の検討 日本心理学研究，81(4)，339-347，2010

佐久間夕美子・佐藤千史 日本語版 Action Control Scale（J-ACS）の作成 日本保健福祉学会誌，15(1)，1-9，2009.

鈴木賢男 感情体験の分析（Ⅸ）―ためらいについて―文教大学生活科学研究所紀要「生活科学研究」 30，77-91，2008.

鈴木賢男 ためらいと不安の構成要素間の関連 ―選択場面における許容できる失敗度・損害度・負担度― 第 78 回日本心理学会発表論文，3EV-098，2015.9.24.