

動機づけ困難状況における困難さと感情価の関連の検討

赤間 健一*・高木 悠哉**・森岡 陽介***

The examination of the relationships between feeling of difficulty and emotional valence in demotivating situation.

Kenichi AKAMA, Yuya TAKAKI and Yosuke MORIOKA

概要

本研究では、動機づけることが困難な状況における困難さと感情価を測定し、その関連について検討した。その結果、困難さを感じる状況、状況における感情価について、いくつかのタイプが存在する可能性が確認された。なかでも、全般的に困難さが強いタイプは、不快さも同時に経験している傾向が見られた。しかしながら、困難さを感じる程度が強くないタイプにおいては、感情価と困難さには関連がない場合と、快を感じるタイプも見られた。タイプ間の関連や困難さと感情価の関連から、動機づけ困難状況の中でも、低優先度状況と時間的余裕状況は、他の状況とは困難さを生じさせる要因が異なる可能性が示された。

キーワード：動機づけ困難状況 動機づけ調整 感情価

問題

生きていく中で、すべきことは多く存在する。しかしながら、すべきことをすべき時にするということが難しいこともある。そもそもできる状況にない、すべきことはわかっているがどうすればよいかかわからない、しなくてはならないとわかっていてもどうしてもやる気になることができないなど、様々な理由が考えられる。状況など自身の意思では変えることが難しい場合も考えられるが、できる状況にあり、やり方がわかっていたとしても、やる気になることができないためにすべきことができないというような場合は、自身の心理的な問題であり、自身でコントロールできる可能性がある。

動機づけ調整

やる気といった行動をするかどうかに影響する要因のコントロールは、動機づけ調整と呼ばれ、特定の活動や、目標の達成のための意志を始発、あるいは維持するために行われる行為と定義されている (Wolters, 2003)。動機づけ調整に関する研究では、どのようにして自身を動機づけるか、また動機づけを維持するかといった方法、動機づけ調整方略に関する研究が多い (赤間, 2015; 伊藤・神藤, 2003; Schwinger, Steinmayr, & Spinath, 2009, 2012; 梅本・田中, 2012; Wolters, 1998)。行動の価値を見出す価値づけ方略や、活動後に自身に報酬を用意する自己報

酬方略などの動機づけ調整方略は動機づけや学習方略の使用に影響することも示されてきた (伊藤・神藤, 2003; Wolters, 1998)。しかしながら、動機づけ調整方略の中には特定の場面にのみ用いられる方略が含まれている可能性も指摘されている (伊藤・神藤, 2003; 梅本・田中, 2012)。

動機づけ困難状況

方略が使用される状況として、Wolters (1998) や梅本・田中 (2012) は、課題が難しい場合や自分とは関連がない内容の場合などいくつかの状況をあげていたものの動機づけ調整が必要となる状況の特定を行ったわけではなかった。動機づけ調整が必要な状況として、赤間 (2013a, 2013b) は、やる意味が分からないといった低自律的状況、できる気がしないといった低効力感状況、落ち込んでいる等の抑うつ状況、イライラしている等のストレス状況、他にやりたいことがあるといった低優先度状況、時間に余裕があるといった時間的余裕状況の6状況を特定した。赤間 (2013a, 2013b) はこれらの状況をやる気喪失状況と呼んでいるが、もともとあったやる気を失わせる状況というよりも、自身を動機づけることが難しい状況であり、動機づけ困難状況と呼ぶ方がより適切と考えられる。また、これらの状況におけるやる気になりにくさにおいて個人差がみられることを、さらに個人差もいくつかのタイプに分類できる可能性がある事を

* 福岡女学院大学

** 奈良学園大学

*** 聖カタリナ大学

示した。あらゆる状況でやる気になりにくいタイプ、反対にやる気になりやすいことがないタイプ、低自律的状況や低効力感状況など活動の内容によってやる気になりやすいタイプなどであった。また個人差がみられず、一般的に動機づけることが困難な状況として、体調が悪いなどやる気以前に活動を行うことが困難な状況や、嫌な他者がいる状況が存在することも示した。

すべきことをすべき時にするために、動機づけ調整を行い、自身を動機づけ活動に向かわせることが有効であることは確かであろう。しかし、それと同時に、動機づけ調整を必要とする機会自体を減らすこと、つまり、動機づけることが困難な状況を減らす、もしくは困難さを低減することも有効ではないだろうか。

個人差の原因

動機づけることに困難さを感じる状況における個人差の原因として、感情価、特に状況の不快さがあるのではないだろうか。つまり同じ状況であっても不快さを強く感じる場合は動機づけることが困難になるのではないだろうか。

例えば、自身の能力や技術の拡大を目指す熟達接近目標 (Elliot & McGregor, 2001) を持つ場合、困難な課題は自身の能力を最大限に高める機会ととらえるため、不快さは感じないだろう。しかし、自身の能力が低いことの露呈を避けようとする遂行回避目標を持つ場合、困難な課題は失敗する可能性が高く、不安を強く喚起するため不快さが強いと考えられる。そのため、低効力感状況における動機づけ困難さに違いがみられると考えられる。また自律性欲求が高い場合は、低自律的状況において不快さを強く感じると考えられるが、欲求が弱い場合、それほど不快さは感じない可能性がある。しかしながら、どのような要因が状況における不快さの原因となっているかについては知見が十分ではないため、今後の検討課題となるだろう。

そこで本研究では、まずは動機づけ困難状況に対する困難さと快—不快といった感情価を測定し、状況における不快さが困難さの一因となっているかどうかを検討することを目的とする。

方法

調査参加者 心理学系の科目を受講する大学生242名 (男性83名, 女性159名, 平均年齢18.3 ($SD=0.8$) 歳) が調査に参加した。

調査内容 赤間 (2013a) の尺度を使用した。低効力感状況 (何からしたらよいかわからない時などの7項目)、低自律性状況 (自分にメリットがない時などの4項目)、抑うつ状況 (落ち込んでいる時などの3項目)、ストレス状況 (イライラしている時などの3項目)、低優先状況 (他にやりたいことがある時などの3項目)、時間的余裕状況 (期日まで時間がある時などの3項目) の計23項目

であった。1. 当てはまらない, から, 5. 当てはまる, までの5件法で回答を求めた。また、同様の項目に対し、1. 不快, から, 5. 快, までの5件法でも回答を求めた。

手続き 講義終了後に質問紙を配布し、各自のペースで回答を求めた。回答後回収した。また一部調査参加者はWeb上で回答した。

結果

因子構造の確認

感情価について、困難感と同様の因子構造が得られるかどうかを確認するために確認的因子分析を行った。その結果、CFI=.92、RMSEA=.07と許容できる範囲の適合度が得られた。困難感と感情価の各下位尺度の α 係数を求めたところ全下位尺度が.69から.92の範囲であり、信頼性が確認できたので尺度得点を算出した。

各状況における困難感と感情価の関連を検討するために同一状況における困難感と感情価の相関係数を算出した。その結果、時間的余裕状況以外では有意な負の相関がみられたが、いずれも-.18から-.41までの弱いものであった。各下位尺度の平均値と標準偏差、困難感と感情価の相関係数を表1に示した。さらに、困難感と感情価の状況間の相関係数を算出し、表2に示した。困難感、感情価のいずれも時間的余裕状況以外の5状況間には有意な正の相関がみられた。時間的余裕状況は、困難感、感情価の両者において低優先度状況と正の相関が、加えて困難感では、抑うつ状況とストレス状況と負の相関がみられた。

次に、困難感と感情価のそれぞれについて階層的クラスター分析 (ward法) を行った。デンドログラムを参考に困難感には3クラスター解を、感情価については4クラスター解を採用した。各クラスターの特徴を図1、図2に示した。困難感について各クラスターの特徴から、全体的に困難感が高い高困難群 (CL1)、どの状況でも中程度の困難感を感じている中困難群 (CL2)、低優先度状況と時間的余裕状況においてのみ困難感が高い低優先時困難群 (CL3) と命名した。感情価については、不快が強いが、低優先度状況と時間的余裕状況に対しては快である低優先時快群 (CL1)、全体的に不快が強い不快群 (CL2)、中程度の中性群 (CL3)、全体的に快よりの快群

表1. 困難度と感情価の基礎統計量及び相関係数

	困難感		感情価		r
	M	SD	M	SD	
低自律性状況	2.98	1.02	2.44	0.95	-.26 ***
低効力感状況	2.95	0.91	2.46	0.82	-.32 ***
抑うつ状況	3.07	1.33	2.19	1.05	-.41 ***
ストレス状況	2.78	1.28	2.07	0.97	-.38 ***
低優先度状況	3.45	0.85	2.88	0.86	-.18 **
時間的余裕状況	3.57	1.05	3.40	1.11	-.09

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

表2. 困難感と感情価の状況間の相関係数

	1	2	3	4	5	6
1 低自律性状況	-	.74***	.65***	.65***	.38***	-.14*
2 低効力感状況	.70***	-	.78***	.78***	.52***	-.12
3 抑うつ状況	.61***	.73***	-	.86***	.41***	-.31***
4 ストレス状況	.62***	.69***	.77***	-	.42***	-.31***
5 低優先度状況	.39***	.47***	.36***	.30***	-	.42***
6 時間的余裕状況	.04	.00	-.12	-.09	.49***	-

注1) * $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$
 注2) 上三角が困難感、下三角が感情価

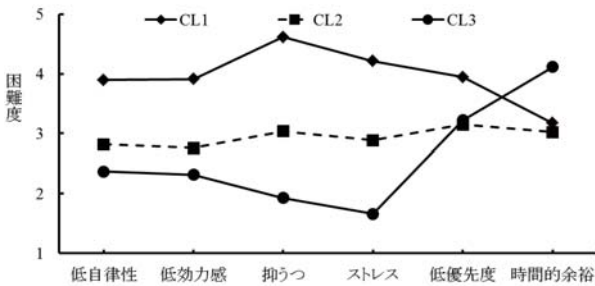


図1. 困難度の各クラスターの特徴

(CL4) と命名した。

困難感のクラスターごとに、同一状況の困難感と感情価の相関係数を算出した。結果を表3に示した。高困難群は、時間的余裕状況以外の5状況で負の相関がみられ、低自律性状況と低効力感状況においては、-.69、-.61とやや強めの相関がみられた。困難度が高いほど不快さが強いという関係があった。中困難群では、一切有意な相関がみられなかった。低優先時困難群においては、低自律性状況、低効力感状況、抑うつ状況、ストレス状況の4状況において正の相関がみられた。絶対値が.4程度までの弱いものではあるが、困難度が高いほど、快と感じて

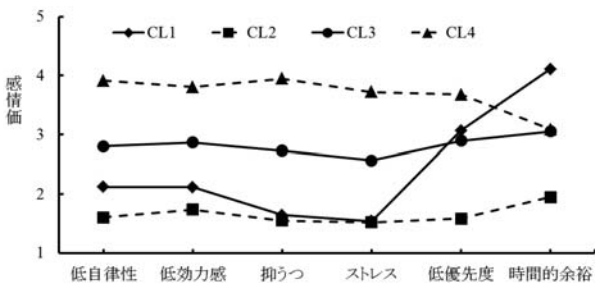


図2. 感情価の各クラスターの特徴

表3. 困難感と感情価の相関係数 (困難感のクラスター別)

	高困難群	中困難群	低優先時困難群
1 低自律性状況	-.69***	-.02	.42***
2 低効力感状況	-.61***	.10	.34***
3 抑うつ状況	-.37***	-.28	.29**
4 ストレス状況	-.36***	-.05	.30**
5 低優先度状況	-.34**	.11	-.06
6 時間的余裕状況	-.06	.08	-.01

注1) * $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$

表4. 困難度群と感情価群のクロス集計

		感情価				
		低優先時快	不快	中性	快	計
困難感	高困難	60	18	5	0	83
	中困難	15	4	24	6	49
	低優先時困難	41	14	30	25	110
計		116	36	59	31	242

いた。

困難感と感情価のタイプに関連があるかどうかを検討するためにクロス集計(表4)を行い、 χ^2 検定を行った。その結果、有意な関連が見られ($\chi^2(6)=63.46$, $p<.001$)、残差分析の結果、高困難群では、感情価の低優先時快群と不快群が多く、中困難群では、低優先時快群が少なく、中性群が多く、低優先時困難群では、低優先時快群が少なく、快群が多かった。

考察

本研究では動機づけることが困難な状況における困難さの原因の一つに状況における不快さが関係しているかどうかを検討することを目的とした。

同一状況における困難感と感情価の相関から、低優先度状況と時間的余裕状況以外の4状況では、強いものではないものの負の相関がみられ、動機づけることに困難を感じる状況では不快さも感じている傾向が見られた。しかしながら、本研究の結果からは不快さが動機づけることを困難としているのか、動機づけることが困難であるから不快なのか、その因果関係の推定はできないため今後の検討が必要である。

困難感や不快さを感じる状況に個人差が存在するかどうかについては、困難感では3つ、感情価においては4つのタイプに分類され、困難感や不快さを感じる状況や、その強さについて赤間(2013a, 2013b)と同様に、個人差が存在する可能性が示された。特徴として、全般的に困難感が高い群や中程度の群、全般的に不快さが強い群、中程度の群、弱い群といった程度の違いだけではなく、全般的に困難度や不快さは低いものの、低優先度状況と時間的余裕状況といった他に優先したいことがあったり、時間的な余裕がありその行動を必ずしも優先する必要がない状況であったりと、本人にとって優先度が低い状況において感じる困難さと不快さが高いという群も見られた。困難感と感情価のタイプ間の関連については、あらゆる状況で困難度を高く感じる群は、不快感情も強いが、優先度の低い状況においてのみ快と感じるタイプが多かった。また、行動の優先度が低い状況において困難度を感じる群は、感情価については4つのタイプ全てに分かれ、全般的に快と感じる群は大半がこのタイプであった。これら困難度と感情価のタイプの関連から考えられることとして、行動の優先度が低いと考えられる低優先度状況と時間的余裕状況は他の状況とは異なる理由

で動機づけが困難となっているということである。困難度の群別の困難感と感情価の相関からも、時間的余裕状況は全ての群において、困難感と感情価に関係がなく、動機づけが困難となる理由は不快さとは無関係であると考えられる。時間的余裕状況は単に今現在する必要性を感じていないため、動機づけることが困難であると推測される。もしも時間的余裕の認知が現実的であればこの状況において動機づけることが困難であっても問題がないのかもしれない。問題となる可能性があるのは、本人の認知が間違っている場合、つまり、実際は時間的な余裕がない場合に限られるだろう。動機づけることが困難な理由として不快さが関連している可能性があるのは高困難度群のみと考えられる。この群は時間的余裕状況以外では困難度と感情価に負の相関があり、特に、低自律的状況と低効力感状況においては相関係数が -0.6 を超えており、不快さと困難さの関連は他の状況よりも強い。このことから自律性を感じられない事や有能感を感じられないことが不快さと関連していると考えられる。

他の2群については、中困難度群は困難度と不快さに有意な相関が一切見られず、困難さに感情価は関係ないと考えられる。感情価のタイプについても、中性群が多く、快・不快のいずれでもないタイプが多い。そのため、困難さの理由に何があるのか今後の検討が求められる。この群は、その名の通り、全ての状況において、困難さを感じる程度が中程度であり、もしかしたら本人もなぜ動機づけることが困難なのか自覚していない可能性すらあるのではないだろうか。

低優先時困難群については、困難さを感じない4状況において弱い者の感情価都政の相関があり、困難さを感じるほど快と感じている傾向がある。このことについては、熟達接近目標 (Elliot & McGregor, 2001) を強く持つ場合など、動機づけが困難と思われる状況下で強く動機づけられる場合もあり、そのような動機づけを持っている可能性が考えられる。本研究では具体的な動機づけについては測定していないため、今後の検討課題である。

本研究では、動機づけ調整を行う際に、妨害要因として状況の困難さがあり、その困難さの原因として感情価を想定し、動機づけることが困難な状況における困難さに感情価、特に不快さが関係しているかどうかを検討した。その結果、全般的に動機づけることが困難なタイプはその理由に不快さが関連している可能性があることを示したものの、他のタイプにおいては状況において快と感じながらも動機づけることが困難、または感情価は関係ないという、困難さを感じる理由として不快さ以外の要因が関連するタイプがあることも示した。

状況における不快さを低減することが出来たととしても、そもそも不快さが困難さと関係ないタイプにおいては効果が期待できず、感情価は動機づけ調整の問題の解決のための要因としてその影響は特定のタイプに限定されると考えられる。そのため、動機づけ調整が必要とな

る機会の減少に影響する他の要因を特定する必要があるだろう。

また、低優先度状況と時間的余裕状況は、他の4状況とは困難さの質が異なる可能性も示され、状況ごとに区別して対応を検討する必要性が確認されたといえよう。

動機づけ調整研究においては、動機づけ調整方略の種類、その学習行動や成績への影響については明らかにされてきたが、動機づけそのものへの影響や、そのメカニズムについては明らかにされないままである。本研究で取り上げた状況における困難さもどの程度、動機づけ調整に影響しているのかはわからないままである。

必要な時に自身を動機づけ、行動を行うという、ある種、「普通」の事と考えられるような動機づけ調整についてはいまだに不明な点が多い。今後のさらなる研究の蓄積が求められるだろう。

引用文献

- 赤間健一 (2013a) . やる気喪失状況尺度作成の試み 日本教育心理学会総会発表論文集, 55, 150.
- 赤間健一 (2013b) . やる気喪失状況と動機づけ方略, 及び動機づけの関連の検討 人間文化研究, 31, 1-11.
- 赤間健一 (2015) . 動機づけ始発方略尺度の作成 心理学研究, 86, 445-455.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (Eds.) (2002). *Handbook of self-determination research*. Rochester, NY: University of Rochester Press.
- Elliot, A. J., & McGregor, H. A. (2001). A 2 × 2 achievement goal framework. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 501-519.
- 伊藤崇達 (2010) . 動機づけの内在化プロセスの検証: 親の自律的動機づけ及び支援のあり方に着目して 発達研究, 24, 1-12.
- 伊藤崇達・神藤貴昭 (2003) . 中学生用自己動機づけ始発方略尺度の作成. 心理学研究, 74, 209-217.
- Schwinger, M., Steinmayr, R., & Spinath, B. (2009). How do motivational regulation strategies affect achievement: Mediated by effort management and moderated by intelligence. *Learning and Individual Differences*, 19, 621-627.
- Schwinger, M., Steinmayr, R., & Spinath, B. (2012). Not all roads lead to Rome – comparing different types of motivational regulation profiles. *Learning and Individual Differences*, 22, 269-279.
- 梅本貴豊・田中健史朗 (2012) . 大学生における動機づけ調整方略. パーソナリティ研究, 21, 138-151.
- Wolters, C. A. (1998). Self-regulated learning and college students' regulation of motivation. *Journal of Educational Psychology*, 90, 224-235.
- Wolters, C. A. (2003). Regulation of motivation: Evaluating an underemphasized aspect of self-regulated learning. *Educational Psychologist*, 38, 189-205.