

令和元年6月13日現在

機関番号：10102

研究種目：研究活動スタート支援

研究期間：2017～2018

課題番号：17H06494

研究課題名(和文) 日常場面におけるセルフ・ライセンシング：意志力の暗黙理論に着目した検証

研究課題名(英文) Self-licensing in everyday life: An analysis based on the implicit theory of willpower

研究代表者

櫻井 良祐 (Sakurai, Ryosuke)

北海道教育大学・その他部局等・特任講師

研究者番号：20802961

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 2,100,000円

研究成果の概要(和文)：本研究では、意志力の暗黙理論(意志力が有限であるか、あるいは、無限であるかについての人々の素朴な信念)の個人差が、セルフ・ライセンシング(自己制御の失敗に対する事前の正当化)の生起に影響を与えるかどうかについて、実験室を離れた日常場面において検証した。具体的には、意志力の暗黙理論の個人差を測定する尺度の日本語版を作成した上で、教育実習中の先延ばし行動に着目したパネル調査を実施した。結果、意志力の暗黙理論と、実際の先延ばし行動、および、教育実習の成績の間に当初想定した関連はみられなかったものの、意志力が有限だと思っている学生ほど、先延ばしをおこなう一般的な傾向が強いことが明らかになった。

研究成果の学術的意義や社会的意義

本研究の成果としてまず、意志力の暗黙理論の日本語版尺度を作成し、オープンアクセスジャーナルにて発表したことが挙げられる。このことは、今後、意志力の暗黙理論研究を日本人を対象におこなう際の足掛かりを築いた点で学術的意義は大きいと言える。さらに本研究は、セルフ・ライセンシングの生起を生態学的妥当性の高い(日常場面に近い)形で検証するため、教育実習中の先延ばし行動に着目した調査を実施した。結果は予測を完全に支持するものではなかったものの、本研究の試みは、人々が、より充実した社会生活を営むために必要な自己制御過程の解明に対して一定の示唆を与えた点で学術的/社会的意義はあると考える。

研究成果の概要(英文)：This research tested whether the individual differences of the implicit theories of willpower (lay theories about whether willpower is limited or non-limited) influence the occurrence of self-licensing (prior justification for self-control failure) in everyday life outside of the laboratory. Concretely, after developing a Japanese version of the Implicit Theory of Willpower for Strenuous Mental Activities Scale (ITW-M), panel surveys were conducted focused on procrastinations in a practice teaching. As a result, although the individual differences of the implicit theories of willpower were not significantly relevant to the actual procrastinations and performances in the practice teaching, the students who affirmed the limited theory about willpower had the general tendency to procrastinate more frequently than those who affirmed the non-limited theory.

研究分野：社会心理学

キーワード：自己制御 セルフ・ライセンシング 意志力 暗黙理論

様式 C-19、F-19-1、Z-19、CK-19（共通）

1. 研究開始当初の背景

日常、人は様々な目標の達成に向けて、自らの行動や認知を調整している。例えば、試験を身近に控えた学生が遊びの誘惑に耐えて勉強に集中するといったことが該当する。このように、目標を達成するために望ましくない行動傾向を抑制することを自己制御と呼ぶ。自己制御の発揮は広範囲の社会的行動と密接に関連し、人々の社会的適応を促している。例えば、効果的な自己制御を発揮できる人ほど、学業・職業達成や人生満足度が高く、先延ばしや犯罪行為が少ないことが確認されている。したがって、自己制御に関する心的メカニズムを解明することは、人々がより充実した社会生活を営む上で極めて重要な意義を持つと言えるだろう。

近年、衝動に身を任せることを熟慮的に正当化することによって自己制御に失敗する現象（セルフ・ライセンシング）に関する知見が蓄積されつつある。この例としては、ダイエット中の人が「今日は仕事を頑張ったからケーキを食べてもよい」と考えて実際にケーキを食べてしまうことが該当する。自身の研究ではこれまで、過去に達成した目標が自己制御の失敗を正当化する「ライセンス」として機能することや、意志力が枯渇したと認知することがセルフ・ライセンシングの生起条件であること、自己制御の失敗に対する罪悪感が正当化によって低下するといったことを実験室実験にて示してきた。しかしながらこれらの研究も含め、セルフ・ライセンシング研究には解決すべき問題がいくつかあると考えられる。

第一に、セルフ・ライセンシングの生起を調整する個人差要因が不明瞭な点が挙げられる。個人差要因を組み込んだモデル化をおこなえば、理論的な意義はもちろんとし、セルフ・ライセンシングの生起を抑制するために、どのような人に、どのような介入をおこなえばよいのかという実践的な問いに対しても重要な示唆を与えることができる。この点に対して本研究では、意志力の暗黙理論（意志力が有限であるか、あるいは、無限であるかについての人々の素朴な信念）に着目した検証をおこなった。

第二に、知見の生態学的妥当性が低い点が挙げられる。これまでの知見はほぼ全て実験室実験によるものであり、現象のリアリティや、知見の現実社会への実践・応用といった問題を考えると、より生態学的妥当性の高い手法を用いた検証が望まれる。この点に対して本研究では、教育実習中の先延ばし行動に着目した検証をおこなった。

2. 研究の目的

本研究の主たる目的は、意志力の暗黙理論の個人差が、セルフ・ライセンシングの生起を調整するかどうかについて、実験室を離れた日常場面において検証することであった。具体的な予測は、意志力が有限であると思っている人は、意志力が無限だと思っている人と比べてセルフ・ライセンシングをおこないやすいというものである。この検証に先立ち、意志力の暗黙理論の個人差を測定するための尺度（Implicit Theory of Willpower for Strenuous Mental Activities Scale: ITW-M）の日本語版を作成することも目的とした。

3. 研究の方法

本研究では主に、教員養成課程の学生を対象としたパネル調査を実施した。ITW-Mの日本語版の作成にあたっては、意志力の暗黙理論尺度をはじめ、収束的妥当性の確認のための項目（自己コントロール、人生満足度）や、弁別的妥当性の確認のための項目（知能の暗黙理論）を測定した。加えて、意志力の暗黙理論の個人差が学習場面の自己制御と関連しているかどうかを検証するために、調査対象学生の履修科目数やGPAを調査データとマッチングして分析をおこなった。また、日常場面でのセルフ・ライセンシングを検証するために、教育実習の前後にも調査を実施した。ここでは、教育実習中の先延ばし行動や、自己制御の不全に対する罪悪感、特性的な先延ばし等を測定した。また、これらのデータを、調査対象学生の教育実習の成績とマッチングして分析をおこなった。

4. 研究成果

はじめに、意志力の暗黙理論の個人差を測定するため、原著者から許可を得た上で、日本語版ITW-Mを再翻訳法により作成した（表1）。日本語版ITW-Mについて1因子を仮定した確証的因子分析をおこなったところ、適合度は良好ではなかった（CFI = .592, RMSEA = .260）。修正指数に基づき、逆転項目を説明する方法因子を導入したモデルを立て、確証的因子分析をおこなったところ、適合度は改善された（CFI = .981, RMSEA = .068）。したがって、日本語版ITW-Mは、原論文と同様の因子構造を持つことが確認された。

ITW-M日本語版において男女間の測定不変性が確認されるかを検証するため、段階的な多母集団因子分析を実施した。まず、性別でグループ化した多母集団因子分析を実施したところ、適合度は良好だったため（CFI = .975, RMSEA = .054）、配置不変性が確認された。続けて、配置不変モデルに各項目の因子負荷量が等しいという制約を加えたところ、配置不変モデルとの乖離は基準内に収まったため（CFI = .970, RMSEA = .050, Δ CFI < .01）、弱い測定不変性が確認された。最後に、弱い測定不変モデルに各項目の切片が等しいという制約を加えたところ、配置不変モデルとの乖離は基準を満たさなかった（CFI = .957, RMSEA = .052, Δ CFI = .018）。そこで修正指数に基づき、項目1の切片について男女間の等値制約を外したところ、配置不変モデルとの乖離は基準内に収まった（CFI = .963, RMSEA = .049, Δ CFI < .01）。したがって、日本語版ITW-Mにおいて男女間の部分的な測定不変性が確認された。

表 1 日本語版 ITW-M の項目

1	活発な精神的活動はあなたの資源を使い果たし、それは後で補給する必要がある（例えば、休憩をとったり、何もしなかったり、テレビをみたり、スナック菓子を食べることなどを通じて）
2	活発な精神的活動の後、あなたのエネルギーは消耗され、それがふたたび補給されるために休まなければならない
3	あなたが活発な精神的活動を要する課題に取り組んでいるとき、エネルギーを得たように感じ、すぐに労力のかかる別の活動を始めることができる（逆転）
4	あなたの精神的なスタミナはひとりでに補給される。活発な精神的活動の発揮の後でさえ、それをもっとやり続けることができる（逆転）
5	あなたが活発な精神的活動を終えたとき、精神的なエネルギーをふたたび回復しなければならないので、すぐに同じ集中力で別の活動を始めることはできない
6	活発な精神的活動の後、あなたはさらに困難な活動に向けてエネルギーを得たように感じる（逆転）

日本語版 ITW-M の妥当性を検証した結果、想定通り、有限理論は自己コントロールと人生満足度ともに負の相関を示した。他方、想定とは異なり、実体理論とは正の相関を示した。有限理論と実体理論とともに、学習場面において達成が困難な課題に直面した際に、課題の達成に向けて努力しないことを正当化しうる。例えば、意志力は有限なのだから努力できなくても仕方がないと考えたり、知能は変えられないのだから努力しても無駄であると考えることが挙げられる。このような正当化を重ねることで 2 つの暗黙理論が個人内で同じ方向へ収束していった結果、両者の間に正の相関が見出されたのかもしれない。実際、先行研究において、実体理論と有意な正の相関が確認されたサンプルもあることや、意志力の暗黙理論と知能の暗黙理論は、対象とする現象（意志力 vs. 知能）と次元（有限—無限 vs. 不変—可変）において概念的に区別されることから、本研究にて日本語版 ITW-M は一定の妥当性を示したと判断した。

先行研究に準じ、自己コントロールの必要性の高低によって、意志力の暗黙理論がパフォーマンスに与える影響が変化するかどうかについて検証した。具体的な予測は、履修科目数が多い、あるいは、前学期と比べて履修科目数が増加した（自己コントロールの必要性が高い）学生は、有限理論を強く持つほどその学期の GPA が低いというものであった。

後期 GPA を従属変数とした階層的重回帰分析をおこなった。具体的には、STEP1 で前期 GPA を独立変数とし、STEP2 で後期科目数、有限理論、自己コントロールを追加し、STEP3 で後期科目数×有限理論、後期科目数×自己コントロールを追加した分析をおこなった（表 2）。結果、交互作用項のうち後期履修科目数×有限理論が有意となった（ $\beta = -.07, t = -3.10, p = .002$ ）。単純傾斜分析の結果、後期の履修科目数が多い（+1SD）学生は、有限理論を強く持つほど後期 GPA が低かった一方で（ $\beta = -.10, t = -3.19, p = .001$ ）、後期の履修科目数が少ない学生（-1SD）においてはそのような傾向はみられなかった（ $\beta = .04, t = 1.28, p = .200$; 図 1）。

さらに、「後期履修科目数と前期履修科目数の差」を調整変数として同様の階層的重回帰分析をおこなったところ、交互作用項のうち科目数変化×有限理論が有意となった（ $\beta = -.06, t = -2.86, p = .004$ ）。単純傾斜分析の結果、後期に履修科目数が増加した（+1SD）学生は、有限理論を強く持つほど後期 GPA が低かった一方で（ $\beta = -.09, t = -2.87, p = .004$ ）、後期に履修科目数が減少した学生（-1SD）においてはそのような傾向はみられなかった（ $\beta = .04, t = 1.13, p = .258$ ）。したがって、概ね予測を支持する結果が得られた。

意志力の暗黙理論の個人差がセルフ・ライセンシングの生起を調整するかどうかを日常場面において検証するため、教育実習生を対象としたパネル調査を実施した。具体的な予測は、有限理論を支持する学生は教育実習中にやるべきことを先延ばしにしやすく、また、自己制御の不全に対する罪悪感は低く（セルフ・ライセンシング）、結果として教育実習の成績が悪くなる一方で、無限理論を支持する学生はそうではないというものである。分析の結果、予測に反し、意志力の暗黙理論の個人差は、教育実習中の先延ばし行動や、教育実習の成績と有意な関連を示さなかった。他方、意志力の暗黙理論と先延ばし特性の間には有意な関連がみられた。具体的には、有限理論を支持する学生ほど、先延ばし一般をおこなう傾向が強いことがわかった。この結果は、本研究の想定と整合するものである。

表 2 後期 GPA を従属変数とした階層的重回帰分析の結果

	STEP1		STEP2		STEP3	
			β			
前期 GPA	.658	***	.605	***	.620	***
後期履修科目数			.117	***	.113	***
有限理論			-.031		-.030	
自己コントロール			.071	**	.070	**
後期履修科目数×有限理論					-.069	**
後期履修科目数×自己コントロール					-.005	
R^2	.433	***	.451	***	.455	***
ΔR^2			.018	**	.005	**

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

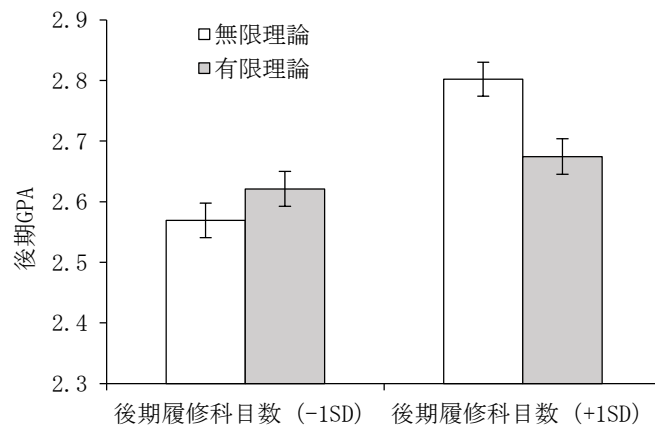


図1 後期履修科目数×有限理論の単純傾斜分析の結果

以上のように、本研究において、意志力の暗黙理論の個人差がセルフ・ライセンシングの生起を調整することを示す直接的な証拠は得られなかった。しかしながら、(1)意志力の暗黙理論の個人差を測定する日本語版尺度を作成したこと、(2)意志力の暗黙理論と自己コントロールの有意な関連を示したことの学術的/社会的意義は大きいと言える。今後は、意志力の暗黙理論の個人差の規定因は何か、また、意志力の暗黙理論がもたらす、より長期的な社会的帰結とは何かといった問題について踏み込んだ研究を実施する必要がある。これらの問題については、新たに採択された研究課題「意志力の暗黙理論の規定因と社会的帰結の検証（若手研究：19K14354）」にて取り組んでいく予定である。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕(計7件)

- ① 櫻井 良祐、渡辺 匠、活発な精神的活動に対する意志力の暗黙理論尺度 (Implicit Theory of Willpower for Strenuous Mental Activities Scale: ITW-M) 日本語版の作成、パーソナリティ研究、査読有、27巻、3号、2019、259-262
DOI:10.2132/personality.27.3.9
- ② 櫻井 良祐、渡辺 匠、やり抜く力は入学者選抜に応用可能か?—簡易版 Grit Grid を用いた客観的な Grit 測定の試み—、第7回大学情報・機関調査研究集会論文集、査読無、2018、32-37
http://mjir.info/download/articles_2018/2018-5.pdf
- ③ 渡辺 匠、櫻井 良祐、教員養成系大学における教員志望動機の回復と規定因、第7回大学情報・機関調査研究集会論文集、査読無、2018、26-31
http://mjir.info/download/articles_2018/2018-4.pdf
- ④ Sakurai, R.、Watanabe, T.、Karasawa, K.、The effect of goal attainability on conserving regulatory resources、Journal of Human Environmental Studies、査読有、15巻、2号、2017、87-92
DOI:10.4189/shes.15.87
- ⑤ 渡辺 匠、櫻井 良祐、樋口 収、半澤 礼之、蛭田 眞一、教育場面における自由意志信念の効果：実習後の大学生を対象とした実証的検討、第6回大学情報・機関調査研究集会論文集、査読無、2017、106-111
http://mjir.info/download/articles_2017/2017-18.pdf
- ⑥ 櫻井 良祐、渡辺 匠、樋口 収、半澤 礼之、蛭田 眞一、やり抜く力が学びを促す：Grit が学業達成に与える影響、第6回大学情報・機関調査研究集会論文集、査読無、2017、112-117
http://mjir.info/download/articles_2017/2017-19.pdf
- ⑦ 林 美都子、櫻井 良祐、半澤 礼之、蛭田 眞一、松橋 博美、渡辺 匠、教育実習生の学習意欲、ソーシャルスキル、メタ認知の経年変化と教育実習前検定の効果：教育実習前 CBT 教育実習前支援アンケートを用いた検討、第6回大学情報・機関調査研究集会論文集、査読無、2017、128-133
http://mjir.info/download/articles_2017/2017-22.pdf

〔学会発表〕(計11件)

- ① 櫻井 良祐、渡辺 匠、活発な精神的活動に対する意志力の暗黙理論尺度 (ITW-M) 日本語版の作成、日本心理学会第82回大会、2018
- ② 櫻井 良祐、渡辺 匠、やり抜く力は入学者選抜に応用可能か?—簡易版 Grit Grid を用いた客観的な Grit 測定の試み—、第7回大学情報・機関調査研究集会、2018
- ③ 渡辺 匠、櫻井 良祐、教員養成系大学における教員志望動機の回復と規定因、第7回大学情報・機関調査研究集会、2018

- ④ 半澤 礼之、武 寛子、早坂 めぐみ、城戸 楓、蛭田 眞一、松橋 博美、林 美都子、渡辺 匠、櫻井 良祐、京免 徹雄、岩田 康之、高橋 登、辻岡 強、仲矢 史雄、教員養成大学における IR の開発と展開、教員養成ルネッサンスから教員養成イノベーションへ—HATO プロジェクトの成果を問う！、2017
- ⑤ 榎原 瑞清、櫻井 良祐、橋本 剛明、唐沢 かおり、道徳ジレンマ問題で道徳判断と行動選択の差を生じる要因の検討：自己制御と共感、日本グループ・ダイナミックス学会第 64 回大会、2017
- ⑥ 武 寛子、蛭田 眞一、松橋 博美、半澤 礼之、林 美都子、渡辺 匠、櫻井 良祐、京免 徹雄、岩田 康之、早坂 めぐみ、高橋 登、辻岡 強、城戸 楓、仲矢 史雄、教員養成系大学における IR に基づく教育改善方策に関する一考察：HATO プロジェクト・IR 部門による調査結果から、日本教育大学協会研究集会、2017
- ⑦ Hashimoto, T.、Sakurai, R.、Shiraiwa, Y.、Karasawa, K.、Effects of trait self-control on people's decisions toward moral dilemmas、The Asian Association of Social Psychology 2017 Conference、2017
- ⑧ 林 美都子、松橋 博美、櫻井 良祐、半澤 礼之、蛭田 眞一、渡辺 匠、教育実習前 CBT 教育実習前検定が教育実習の事前準備に与える影響：教育実習前 CBT 教育実習前支援アンケートを用いた測定、高等教育質保証学会第 7 回大会、2017
- ⑨ 林 美都子、櫻井 良祐、半澤 礼之、蛭田 眞一、松橋 博美、渡辺 匠、教育実習生の学習意欲、ソーシャルスキル、メタ認知の経年変化と教育実習前検定の効果：教育実習前 CBT 教育実習前支援アンケートを用いた検討、第 6 回大学情報・機関調査研究集会、2017
- ⑩ 櫻井 良祐、渡辺 匠、樋口 収、半澤 礼之、蛭田 眞一、やり抜く力が学びを促す：Grit が学業達成に与える影響、第 6 回大学情報・機関調査研究集会、2017
- ⑪ 渡辺 匠、櫻井 良祐、樋口 収、半澤 礼之、蛭田 眞一、教育場面における自由意志信念の効果：実習後の大学生を対象とした実証的検討、第 6 回大学情報・機関調査研究集会、2017

〔図書〕（計 0 件）

〔産業財産権〕

○出願状況（計 0 件）

名称：
 発明者：
 権利者：
 種類：
 番号：
 出願年：
 国内外の別：

○取得状況（計 0 件）

名称：
 発明者：
 権利者：
 種類：
 番号：
 取得年：
 国内外の別：

〔その他〕

ホームページ等

6. 研究組織

(1) 研究分担者

研究分担者氏名：

ローマ字氏名：

所属研究機関名：

部局名：

職名：

研究者番号（8 桁）：

(2) 研究協力者
研究協力者氏名：
ローマ字氏名：

※科研費による研究は、研究者の自覚と責任において実施するものです。そのため、研究の実施や研究成果の公表等については、国の要請等に基づくものではなく、その研究成果に関する見解や責任は、研究者個人に帰属されます。