

## 緊張と賞賛獲得・拒否回避欲求が要求水準とパフォーマンスに及ぼす影響

092G037 中本綾・092G038 西本真人・092G051 丸小洋志郎

### 問題と目的

スポーツの最終目標は競技で最良の成績を上げることだが、プレッシャーとパフォーマンスに関する研究では、十分な実力があると思われながら、試合になるとその実力が発揮できないことが珍しくないといわれる。たとえば、服部・佐久間・星野(2001)は、ダーツを課題として、緊張-不安とパフォーマンスの関連を調べた。その結果、課題の難易度に伴って“緊張-不安”が増加し、それがパフォーマンスに悪影響を及ぼす可能性が示された。

本研究では、プレッシャーがパフォーマンスにどのように影響するかを検討したい。課題遂行に影響を及ぼすと考えられる要因として、特に、以下の点について調べる。

まず、プレッシャーによって引き起こされる緊張の度合いがどのようにパフォーマンスに影響するかという点である。緊張が大きいとパフォーマンスが低下するだろう。そこで、本研究においては、参加者の感情や気分を調べて、否定的感情(緊張、動揺、うろたえなど)がパフォーマンスにどのように影響するかを検討する。

また、プレッシャーを感じやすいかどうかは個人の性格的な特性によっても変わってくるだろう。たとえば、賞賛獲得欲求(他者に対して自分を目立たせて賞賛を得ようとする欲求)が高い人は、プレッシャーのある状況でも、あまりパフォーマンスが低下しないかもしれない。逆に、拒否回避欲求(他者からのネガティブな評価を得ないようにする欲求)が高い人は、プレッシャーを感じやすく、パフォーマンスが低下しやすいかもしれない。

さらに、本研究では、課題遂行時の参加者の要求水準(自分の成績に対する期待・要求の高さ)の変化についても調べる。課題遂行の結果であるパフォーマンスは、次の課題に対する要求水準を変化させるが、上記の要因(緊張の度合いや性格特性)は、課題遂行者の要求水準も左右するだろう。

これまでの研究において、試行における成功・失敗は主観的確率の変化を導くが、達成動機が失敗回避動機よりも高い人は適度の困難度(成功と失敗の主観的確率が50%)に要求水準を設定する傾向があ

り、失敗回避動機が達成動機よりも高い人は、極端にやさしいか、逆に難しすぎるところに要求水準を設定する傾向があるといわれている(中尾, 2009)。

そこで、本研究では、個人的な性格特性によって、パフォーマンスだけでなく、要求水準がどのように左右されるかについても検討する。

### 方法

#### 参加者

大学生の男女各15人を参加者とした。

#### 手続き

5投の輪投げを1セッションとして、5セッションの実験を行った。実験前に、小島・太田・菅原(2003)の賞賛獲得欲求・拒否回避欲求尺度を用いて、参加者の欲求タイプを測定した。各セッションの前に、一般感情尺度(小川・門地・菊谷・鈴木, 2000)によって、肯定的感情(快調, 楽しい, 元気など)、否定的感情(緊張, 動揺, うろたえなど)の2つの気分を測定し、輪投げを行った。すべてのセッションが終了した後にも、もう一度、一般感情尺度に答えてもらった。

### 結果

本研究では、男性15名、女性15名の計30名の実験参加者に協力を得て実験を行った。実験では、最初に賞賛獲得欲求・拒否回避欲求尺度を用いて参加者の欲求特性を測定し、その後、輪投げを行ってもらった。輪投げの前には、何本のショットがゴールに入るとするかを答えてもらうことで要求水準を測定する予定であったが、残念ながら実験者のミスで測定ができなかった。また、輪投げの前後に一般感情尺度に回答してもらうことで、肯定的感情(快調, 楽しい, 元気など)、否定的感情(緊張, 動揺, うろたえなど)、安静状態(平静, ゆったり, くつろぎなど)の3つの感情状態を測定する予定であったが、安静状態については同様に実験者のミスでデータを得ることができなかった。そこで、本稿では、測定できた項目に限って分析を行う。

まず、得られた結果について、性差が認められるかどうか、 $t$ 検定を用いて調べた(図1)。賞賛獲得

欲求については、男性の方が女性よりも高いことがわかった ( $t(28) = 3.10, p < .005$ )。拒否回避欲求については、有意な性差は見られなかった ( $t(28) = 1.45, ns$ )。輪投げ前の一般感情尺度の結果については、肯定感情 ( $t(28) = -0.03, ns$ ) についても、否定感情 ( $t(28) = 1.68, ns$ ) についても、男女間で有意な違いはなかった。それに対して、輪投げ後の一般感情尺度の結果では、肯定感情については女性の方が男性よりも高い傾向がみられた ( $t(28) = -1.96, p = .06$ )。否定感情については、男性の方が女性よりも有意に高かった ( $t(28) = 2.07, p < .05$ )。実際の輪投げ得点についてみると、男性の方が女性よりも有意に得点が高いことがわかった ( $t(28) = 2.06, p < .05$ )。

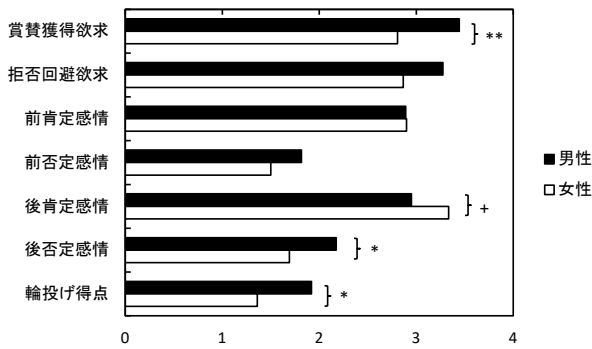


図1 男女ごとの項目得点

次に、これらの尺度が相互にどのような相関をもつのかを調べるために、輪投げ前後での肯定感情、否定感情の変化得点を合わせたすべての項目間で Pearson の相関係数を求めた (表1)。

表1 項目間の相関係数

	輪投げ前			輪投げ後			輪投げ得点	肯定感情変化得点	否定感情変化得点
	拒否回避欲求	肯定感情	否定感情	肯定感情	否定感情				
賞賛獲得欲求	.006	.193	-.121	.130	.130	.306	-.070	.269	
拒否回避欲求		-.168	.441*	-.291	.470**	.050	-.091	.147	
前肯定感情			-.312	.390*	-.079	-.137	-.612**	.200	
前否定感情				-.402*	.585**	.003	-.049	-.244	
後肯定感情					-.316	-.139	.489**	.002	
後否定感情						.176	-.196	.644**	
輪投げ得点							.010	.208	
肯定感情変化得点								-.188	

その結果、賞賛獲得欲求は他の尺度と有意な相関は示さなかった。それに対して、拒否回避欲求は、輪投げ前の否定的感情 ( $r = .441$ )、輪投げ後の否定的感情 ( $r = .470$ ) と正の相関を示した。また、輪投げ前の肯定的感情は、輪投げ後の肯定的感情と正

の相関を示していたが ( $r = .390$ )、肯定感情の変化得点との間には有意な負の相関を示していた ( $r = -.612$ )。

### 考察

本研究では、輪投げを課題として、参加者がもつ賞賛獲得欲求・拒否回避欲求の強さと、輪投げ前後での肯定感情・否定感情、輪投げ得点との関連を検討した。実験の結果、拒否回避欲求が高い参加者は、輪投げ前に緊張などの否定感情が高まり、輪投げ後もそれが持続することがわかった。それに対して、賞賛獲得欲求は感情の変化との相関は見られなかった。また、輪投げ前にやる気(肯定感情)の高い参加者は輪投げ後も肯定感情が高かったが、肯定感情の変化という点から見ると、やる気の低かった参加者よりも肯定感情のポジティブな変化が少なかったことがわかった。輪投げ前に緊張(否定感情)の高かった参加者は、輪投げ後も緊張が高く、やる気(肯定感情)が少ないこともわかった。しかしながら、これらの欲求タイプと感情の変化は、実際に輪投げで得られた得点とは何ら相関をもたなかった。実際に、男性は女性よりも賞賛獲得欲求が有意に高く、輪投げ得点も有意に高かったが、輪投げ前には差がなかった否定感情は輪投げ後には女性よりも高まり、肯定感情は低下する傾向にあった。これらのことから、競技などにおける感情の変化には、個人で異なる要求水準が大きく関与することが推測された。本研究では、実験者のミスによって要求水準の測定ができなかったが、今後の研究では、個人で異なる欲求タイプが競技のパフォーマンスや競技前後で変化する感情に対してどのような影響をもつのかについて、要求水準を介在変数として考慮して検討する必要があると考えられる。

### 引用文献

服部加代子・佐久間春夫・星野聡子 (2001). 心理的プレッシャーがパフォーマンスに及ぼす影響について 日本体育学会大会号, **52**, 260.

中尾 敬 (2009). 要求水準 宮谷真人・坂田省吾・林光緒・坂田桐子・入戸野宏・森田愛子 (編) 心理学基礎実習マニュアル 北大路書房 pp.108-109.

小島弥生・太田恵子・菅原健介 (2003). 賞賛獲得欲求・拒否回避欲求尺度作成の試み 性格心理学研究, **11**, 86-98.

小川時洋・門地里絵・菊谷麻美・鈴木直人 (2000). 一般感情尺度の作成 心理学研究, **71**, 241-246.