

研究課題	無気力に関する心理学的研究
研究代表者	長内優樹（人間学研究科博士後期課程福祉・臨床心理学専攻）

無気力は日常的な生活においては、「最近、無気力で何もしたくない」「モチベーションが上がらない」「○○しなければならないけれど、やる気がでない」などのように、自己の意欲の低下に対する知覚（自覚）であるといえる。こうした心理的な状態は、頻度こそ個人差はあれども、誰もが経験したことのある感覚であろう。加えて、個人にとって歓迎できない心理的状态であるためか、世間一般では実証的な根拠に乏しい無気力に対する対処法が数多く存在する。例えば、無気力から脱出する方法をテーマとした書籍が、売り上げで首位を記録することも珍しくはない。さらに、エナジードリンクの高い売り上げや、意欲の向上を目指したセミナーなどの存在もみうけられる。このように、「どのようにしたら無気力な状態から脱出できるのか」「どのようにしたら意欲的な状態を維持できるのか」などといった自らの意欲に関する対処法は、一般的に極めて関心の高いテーマであることがうかがえる。

また、他方では、「最近の学生は無気力だ」「やる気のない部下ばかりで困る」「わが子のやる気のなさが心配」などといったように、他者の意欲を一方向的に解

釈（推測）する際に、無気力という言葉を用いる場合も多い。こちらにも、一般的に広く問題とされている無気力であると言える。

このように無気力は、自己の意欲の低下を知覚すること（認知的側面の無気力）と、他者の行動について言及すること（行動的側面の無気力）があり、双方は無気力の異なる側面である（図1）。

以上のことから、双方とも上述した通り社会的な関心は高く、心理学的な側面からの貢献が可能なテーマであると考えられるため、研究の対象とする意義がある。

#### ①研究の目的

小・中・高等学校に比べ、自主的に学業や就職活動などの諸活動に取り組むことが求められる大学教育において、大学生の無気力は従来から深刻な問題として指摘されてきた（例えば、下坂, 2002）。無気力は、大学生本人にとっても家族や教員など本人をとりまく他者にとっても問題であることは一般的にも周知であるが、本研究は大学生本人が主観的に知覚する無気力を研究の対象とした。

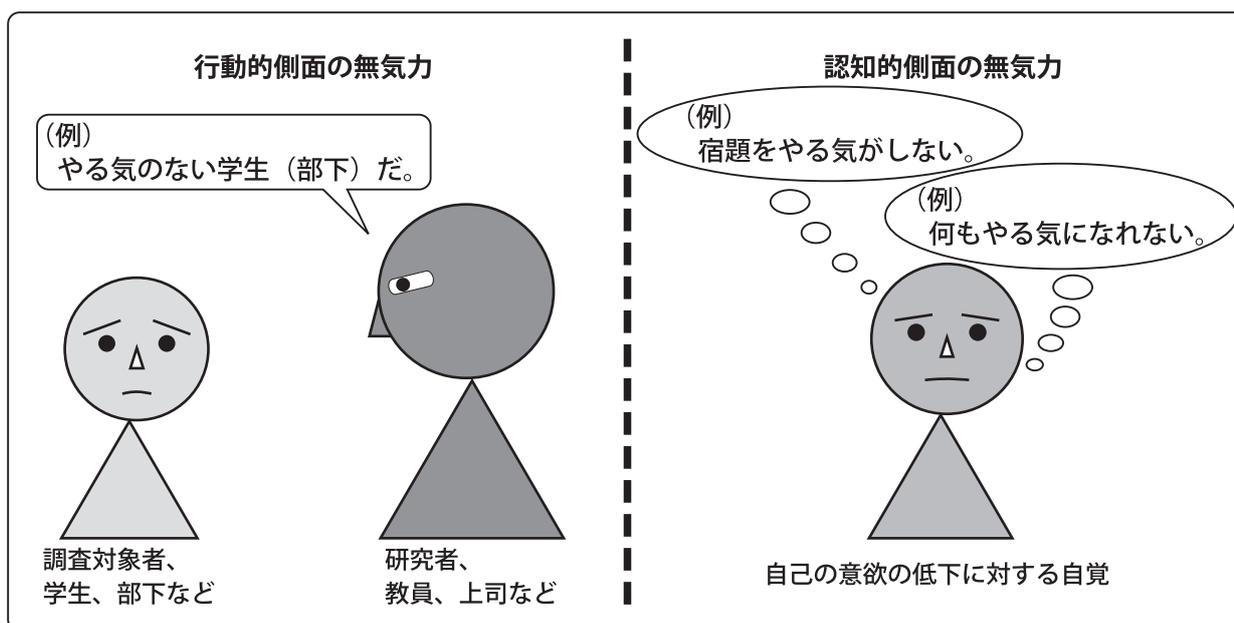


図1 無気力に対する二つの側面

大学生が主観的に知覚する無気力を対象にした研究は、現状では無気力となる原因に関する研究（例えば、下坂,2001a）や、「知覚された無気力」という用語を提案し無気力を図2のように分類しそれぞれの主観的強度に焦点をあてた研究（例えば、長内,2009a,b）が主に行われている。前者は、「私がやる気がないと～」といった刺激文を用いた文章完成法により記述を収集したもの（例えば、下坂,2001a）など、現実在即した研究となっているが、無気力を知覚している際の本人の主観的状態（換言すれば、無気力の知覚そのもの）について焦点をあてていないため、研究している無気力の原因が、実際に無気力に影響を及ぼしているのか否か検討することが出来ていない。また、後者のように主観的強度に焦点をあてることは、調査時における調査対象者の負担を軽減することや、より生態学的妥当性の高いデータを収集することが可能であることなどの利点があるとしているが、単一項目で無気力の主観的強度を測定していることなど、方法論に課題がある。

このように主観的に知覚される無気力の研究における現状は、その原因と主観的強度に焦点があてられており、無気力を知覚している状態そのものについては、研究が進んでいない。しかし、我々は無気力を知覚している際に、何らかの行動や何らかの認知的な活動を同時におこなっている。例えば、無気力を知覚してい

る際に目的もなくインターネットサーフィンをし続けたり、取り組むべき課題があったとしても、明日になればやる気がでるはず、などと考えて先送りしたりすることがあるだろう。このような、無気力を知覚している際に伴う認知的または行動的な状態（以下、認知・行動的状态と略記する）こそが、今後の研究が行われるべき側面であるといえる。総合的に、主観的に知覚された無気力のメカニズムを明らかにするためには、原因や主観的強度だけではなく、上述したような認知・行動的状态に注目する必要があるだろう。

このような無気力の認知・行動的状态に直接的ではないにしろ関連すると考えられる研究には、上述した下坂（2001a）に加えて高山（2006）の研究がある。両者とも健常な個人が知覚する無気力の認知・行動的状态を含む幅広い内容の項目からなる尺度を作成した研究である。しかし、下坂によって作成された「無気力感尺度」は認知・行動的状态像をあらわす項目以外にも、上述したように、無気力に対する原因を問う文章完成法で項目が収集されていることに加え、「私には本当に困ったときに助けてくれる人がいない」などといった明らかに無気力の認知・行動的状态であるとは考えにくい項目が含まれている。そのため、尺度の合計得点の解釈が困難であると考えられる。加えて、下位因子は「自己不明瞭」「他者不信・不満足」「疲労感」から構成されているが、それぞれの因子を構成する項

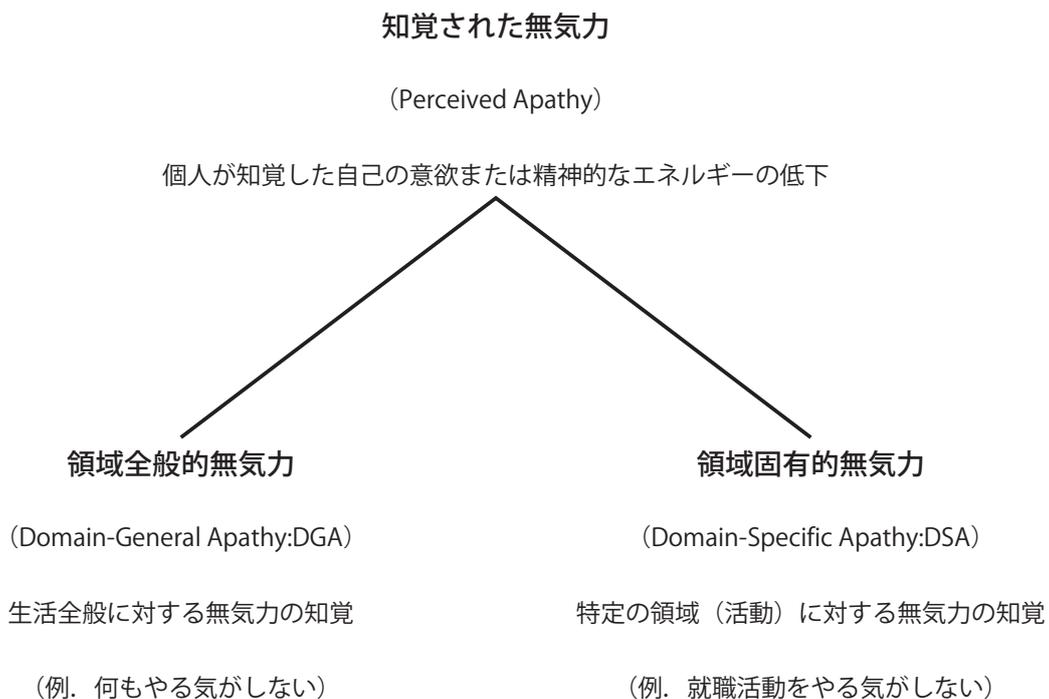


図2 知覚された無気力の定義と分類

目数が自己不明瞭から順に、9項目、6項目、4項目と偏りがあることから、無気力の認知・行動的狀態を精緻に類型化しているとは言えない。このような尺度では類型別の比較などが容易ではなく、実践的な有用性を欠くであろう。他方、高山によって作成された「無気力尺度」は幅広く無気力の認知・行動的狀態をあらわしていると考えられる項目から構成されているが、無気力を「価値や目標の喪失」とする独自の理論的背景に基づいているため、尺度の因子構造（「快感情の欠如」「身体的不調」「目標喪失」「価値の喪失」）もその影響を受けている。そのため、上記の高山の理論が想定する以外の無気力状態は除外されていることが考えられる。このように両者の尺度の項目内容は、無気力の認知・行動的狀態以外に、無気力を知覚させる要因といえる項目などが含まれており項目内容が種々雑多である。このことから、尺度の合計得点の解釈が困難であることが問題であると考えられる。また、下坂の尺度同様に各因子を構成する項目数に偏りがあることから、無気力の認知・行動的狀態を精緻に類型化しているとは言えないという問題もある。

このような現状から、無気力の認知・行動的狀態に焦点をあてた研究を行うためには、まず無気力の認知・行動的狀態を適切にあらわす項目によって構成された尺度を作成する必要がある。その際、下位尺度にてその状態を精緻に類型化することが可能な尺度を作成することができれば、無気力に悩み健康相談室を訪れる学生へのアセスメントや効果的な介入方法の開発など、実践と研究において有用性に富むものとなるだろう。

そこで本研究では、無気力を知覚している際の認知・行動的狀態を測定する無気力状態測定尺度(Perceived Apathy States Scale)を作成することを目的とした。また、今後の研究および臨床場面などのような実践への応用を考慮し、項目数が少なく、なおかつ下位尺度が同じ項目数で構成された、容易に実施および解釈が可能な尺度を作成することを目指した。

## ②研究の経過

無気力状態測定尺度を作成するために、下記の方法で調査を実施した。調査対象者は、関東圏内の4つの私立大学の大学生計403名(男性206名・女性197名、平均年齢20.677歳)であった。

調査時期は、2008年12月～2009年1月に、個別記入式の質問紙調査を講義時間内に集合形式で実施した。回答依頼時に、調査の目的とデータの用途および管理について文章と口頭で説明し、同意を得ている。

調査票の内容は、以下の項目を含むものであった。

無気力状態測定尺度を作成するために、無気力を知覚している際の認知・行動的狀態を表すであろう36項目を6段階評定で用いた。項目の選定には、事前に無気力を知覚している際の認知・行動的狀態像を表すと考えられる記述を、鉄島(1993)、下坂(2001a, b)、森田(2004)、高山(2006)などから収集したものを利用した。また、大学生30名を対象に、「無気力を知覚している時の行動や考えていること」をインタビュー形式で自由に回答を求め、参考にした。

## ③研究の成果

まず、無気力状態測定尺度を作成するための全36項目について、調査対象者の回答をもとに因子分析を行った。項目間に相関関係があることを仮定し、主因子法 promax 回転を用いた。1つの項目に因子負荷量が.45以上で、他の因子に.35以下となることを基準として、それに満たない項目は負荷量の小さいものから順に削除し、なおかつ各因子の項目数が同数になるよう因子分析を繰り返した。その結果、最終的に3因子で各因子5項目ずつ、各項目の因子負荷量が1つの因子に.45以上で他の因子に.35以下となるという基準に合致した。第1因子に因子負荷量の最も高い5項目は、「非活動的」な状態を表現すると考えられる項目群であり、第2因子に因子負荷量の最も高い項目は、「不本意」な状態を表現すると考えられる項目群であり、第3因子に因子負荷量の最も高い5項目は「先延ばし」な状態を表すと考えられる項目群であった。ちなみに、因子構造の性差を考慮し、男女別に同様の基準で因子分析を行ったが、男性は男女混合の結果と第1因子と第2因子が入れ替わっているが、各因子を構成する項目は同様であった。そのため、性差による因子構造の差はみられないと結論づけた。

分布の正規性について、Kolmogorov-Smirnov 検定を行い検討した。結果として、統計量は.045であり有意確率は.052であったため無気力状態測定尺度の得点分布の正規性が確認された。

無気力状態測定尺度の全項目(15項目)での、クロンバックのアルファ係数は.829であり、3つの下位尺度、それぞれ5項目ずつでは.754～.805であった。このことは無気力状態尺度の内的整合性が高いことを示しており、信頼性は充分であるといえる。

以上の結果から、信頼性を備えた3つの下位尺度を有する無気力状態測定尺度が完成した。この結果は、筆者の執筆中(2010年7月現在)の学位請求論文(課

程博士)の第5章「知覚された無気力の認知・行動的状态の検討」に詳述する予定である。

また、2010年10月10日から12日の会期で大阪大学にて開催された日本社会心理学会50周年大会・日本グループ・ダイナミクス学会第56回大会合同大会において、上記の尺度作成に関連するテーマの発表(Osanai, 2009)を行った他、無気力に関する研究史をまとめた論文を発表した(長内, 2010a)。加えて、本研究を含め筆者の行った一連の無気力に関する研究について、日本応用心理学会から新創刊された広報誌に紹介された(長内, 2010b)。

#### ④研究の課題と発展

本研究では、知覚された無気力の認知・行動的状态像を測定する尺度を開発することを目的とした。その結果、クロンバックのアルファ係数から信頼性を備えた無気力状態測定尺度が完成した。信頼性は、下位尺度にアルファ係数が.80を下回る尺度もあるが、いずれも.75以上であり、全項目の合計得点である無気力状態得点では、.829であることから充分であるといえる。

本研究の課題としては、無気力状態測定尺度の妥当性の検討が挙げられる。また、本研究の実践的な応用について、無気力状態測定尺度は、3つの下位尺度(非活動的・不本意・先延ばし)によって多面的に無気力状態を測定することが可能であり、それぞれ5項目ずつであるという簡便さから、学生相談室などへ無気力を主訴として来談した大学生のアセスメントなどの実践に利用可能であろう。しかし、その有用性は上述した妥当性の検討の後に、実証的な研究を繰り返し、注意深く確認する必要がある。

#### 参考文献

- 森田千穂(2004). 大学生が抱く無気力感の理解にむけて— 日常場面のインタビューからの予備的分析— お茶の水女子大学心理臨床センター紀要, 6, 105-114.
- Osanai, Y. (2009). The Effects of Public Self-Consciousness on Domain-Specific Apathy among Japanese University Students 『Joint Conference 2009 of the 50th Annual Meeting of the Japanese Society of Social Psychology and the 56th Annual Meeting of the Japanese Group Dynamics Association』 Osaka University, Osaka
- 長内優樹(2009a). 大学生の領域固有的無気力と肯

定的気分および否定的気分の関連性の検討 応用心理学研究, 34(1), 52-53.

- 長内優樹(2009b). 知覚された無気力の主観的強度の測定法に関する研究 応用心理学研究, 35(1), 23-24.
- 長内優樹(2010a). 無気力に関する心理学的研究の展望— 健全な個人が日常的に知覚する無気力を研究するために— 『応用社会学研究 東京国際大学大学院社会学研究科』 20, 83-94.
- 長内優樹(2010b). ホープ登場 クロスロードの星⑤ 『応用心理学のクロスロード』 1, 20-21.
- 下坂 剛(2001a). 青年期の各学校段階における無気力感の検討 教育心理学研究, 49, pp.305-313.
- 下坂 剛(2001b). 適応状況に忍び込む無気力感の研究 神戸大学大学院総合人間科学研究科博士論文(未公刊)
- 下坂 剛(2002). 無気力研究の心理学的展望 人間科学研究 神戸大学発達科学部人間科学研究センター, 9(2), 87-96.
- 高山草二(2006). 無気力と無力感 動機の期待×価値理論からの分析 島根大学教育学部紀要, 39, pp.45-53.
- 鉄島清毅(1993). 大学生のアパシー傾向に関する研究— 関連する諸要因の検討— 教育心理学研究, 41, pp.200-208.
- 下坂 剛(2002). 無気力研究の心理学的展望 人間科学研究 神戸大学発達科学部人間科学研究センター, 9(2), 87-96.
- 高山草二(2006). 無気力と無力感 動機の期待×価値理論からの分析 島根大学教育学部紀要, 39, pp.45-53.
- 鉄島清毅(1993). 大学生のアパシー傾向に関する研究— 関連する諸要因の検討— 教育心理学研究, 41, pp.200-208.