

# エピソードシミュレーションが援助効力感に及ぼす影響

——時間的距離に焦点を当てて——

○小國龍治<sup>1</sup>・小林正法<sup>1,2</sup>・大竹恵子<sup>1,2</sup>

(<sup>1</sup>関西学院大学・<sup>2</sup>応用心理科学研究センター)

キーワード：エピソードシミュレーション, 援助効力感, 援助動機, 鮮明度, 時間的距離

## 目的

将来起こりうる状況について思考を働かせ、その状況を具体的に想像することは (エピソードシミュレーション: episodic simulation; Schacter et al., 2008), 特定の行動の生起を促進する。例えば, 援助行動の想像は, 援助行動に対する動機づけ (援助動機) を高めることが示されている (Gaesser & Schacter, 2014)。特に, 援助行動の想像の鮮明さは, 援助動機の向上に重要な役割を果たしている (Gaesser et al., 2018)。

動機づけだけでなく, 行動の生起には, その行動を適切に遂行することができるという期待 (効力感; Bandura, 1977) も影響する。例えば, 援助行動に対する効力感 (援助効力感) は, 向社会的動の向上や援助行動の生起と正の関連がある (Choi & Moon, 2016)。将来遭遇するかもしれない援助場面について想像し, その状況を今まさに体験しているかのような感覚を高めることは, 援助できるという自信である援助効力感を促進すると考えられる。しかしながら, 援助行動の想像が援助効力感に及ぼす影響については明らかにされていない。

また, 時間や空間といった心理的距離によって心的表象は変化するため (Trope & Liberman, 2003), どのような時間的距離を想定するかによって将来の想像の内容が変化し得る可能性がある。例えば, 時間的距離が近い場合 (例: 明日) は, 遠い場合 (例: 1年後) に比べて, 具体的で実行可能な認知処理が促進されると考えられる。他者が援助を必要とする状況では有効な対処行動を迅速に行う必要があるため, 具体的かつ実行可能な想像を行うことが望ましい。そこで, 本研究では, 時間的距離に焦点を当て, 援助行動の想像が援助効力感と援助動機に及ぼす影響を検討した。

## 方法

**参加者** 大学生 250 名が実験に参加した。このうち, 実験実施に不備のなかった 239 名 (男性 81 名, 女性 157 名, 未回答 1 名) を分析対象とした (平均年齢 19.67 歳,  $SD = 1.39$ )。

**倫理的配慮** 本研究は, 所属機関の研究倫理委員会による承認を受けて実施した。

**デザイン** 1 要因 3 水準 (明日条件, 1 年後条件, 統制条件) の参加者内計画で実験を行った。

**刺激** 予備調査をもとに, 9 つの援助を必要とする記述文を使用した。なお, 各記述文の提示は冊子を用いて行った。

**評定項目** (1) 援助効力感と援助動機: 各場面に対する援助効力感 (援助できると思う自信の程度) と援助動機 (援助したいと思う程度) は, 7 件法 (1 = 全く思わない ~ 7 = 非常に思う) で測定した (得点の高さが効力感や動機の高さを示す)。(2) 鮮明度: 想像内容の鮮明さは, 7 件法 (1 = ぼんやり ~ 7 = はっきり) で測定した (得点の高さが鮮明さを示す)。

**手続き** 本実験は集団で実施し, Gaesser & Schacter (2014) を

参考に以下のような手続きを用いた。参加者には, 援助を必要とする記述文を提示し, 自分自身が明日援助を行う想像 (明日条件), 自分自身が 1 年後援助を行う想像 (1 年後条件), 見出しの考案 (統制条件), のいずれかを行うよう求めた。各条件の指示は教室前方のスクリーンに呈示し, 実施方法を統制した。試行毎に, 想像条件では想像の鮮明さ, 統制条件では見出しの適切さについて回答を求めた。そして, 全試行終了後, 各記述文を再提示し, 援助効力感と援助動機を尋ねた。

## 結果

明日条件と 1 年後条件の間で想像の鮮明さを対応のある  $t$  検定で比較した結果 (Figure 1A), 明日条件は 1 年後条件よりも鮮明さは有意に高かった ( $t(222) = 2.59, p = .01, d = 0.21$ )。

次に, 援助効力感, 援助動機それぞれを従属変数, 条件を独立変数 (明日, 1 年後, 統制) とした分散分析を行った (Figure 1B)。その結果, 援助効力感では, 条件の主効果が有意であった ( $F(2, 476) = 3.34, p = .04, \eta_p^2 = 0.01$ )。多重比較 (Holm 法) の結果, 1 年後条件は統制条件よりも援助効力感が有意に高かった ( $t(238) = 2.43, p = .05, d = 0.16$ )。しかし, 他の条件間に有意な差はなかった ( $ps > .55$ )。また, 援助動機では, 条件の主効果は有意ではなかった ( $F(2, 476) = 1.51, p = .23, \eta_p^2 = 0.01$ )。

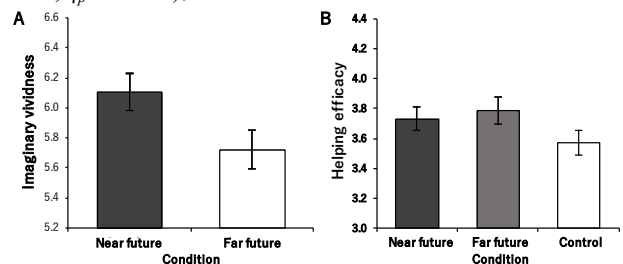


Figure 1. (A) Imaginary vividness in near and far future conditions. (B) Helping efficacy for each condition.

Note: Error bars indicate  $\pm 1 SE$ .

## 考察

本研究の結果, 明日援助を行う想像は, 想像の鮮明さを高める一方で援助効力感や援助動機に影響しないこと, 1 年後に援助を行う想像は援助効力感を高めることが示唆された。この結果について, 具体的な想像よりも抽象的な想像の方が, 未来に対するポジティブな期待を高める (Gonzales et al., 2001) という知見から解釈すると, 1 年後という時間的距離が遠い想像によって抽象的な認知処理が促進され, 援助できるという期待や自信が高まった可能性が考えられる。今後は, 想像内容の言語報告 (McFarland et al., 2017) を求め, 想像内容の具体性や実行可能性を詳細に検討する必要がある。

利益相反開示: 発表に関連し, 開示すべき利益相反関係にある企業などはありません

(OGUNI Ryuji, KOBAYASHI Masanori, OTAKE Keiko)