

## 応援による制御焦点の誘導がパフォーマンスに及ぼす影響

笠 置 遊 (立正大学心理学部)

### The effect of regulatory-focus induced by cheering on performance

Yu KASAGI (*Faculty of Psychology, Rissho University*)

#### Abstract

This study examined the effect of regulatory focus on a personal performance induced by a group cheering. In this experiment, 50 participants were asked to solve a maze task under the condition where they receive the cheering support. Promotion focus supporters were instructed to cheer the participants with words of encouragement to draw a positive consequence, whereas the prevention focus group supported the participants with preventive words to avoid a negative consequence. The results revealed that the participants' regulatory focus was affected by the cheering words of supporters. Also, prevention-focused participants resolved the maze task faster and accurately than those under the promotion-focus condition.

**Key words** : regulatory focus, cheering, performance

#### 問題と目的

われわれがスポーツ競技や課題に取り組むとき、周囲の他者から声かけや応援をされることがある。温かい声援や励ましの言葉、あるいは高揚した気分を落ち着かせるような声かけ、そして時には厳しい言葉で檄を飛ばされることもあるだろう。このような周囲の他者の応援の仕方によって、私たちの動機づけやパフォーマンスは大きく左右される。本研究では、周囲の他者からの応援方法が、人々のパフォーマンスに及ぼす影響を検討する。

人が目標を達成する際のモードについて、Higgins (1998) は、制御焦点理論 (regulatory focus theory) を提唱している。この理論によると、人が目標を達成する際のモードには2つある。1つは、促進焦点 (promotion focus) と呼ばれ、理想的でポジティブな結果を実現することを目標とし、その獲得を志向する状態である。もう1つは、義務や責任を果たすことを目標とし、ネガティブな結果の抑止を志向する状態である予防焦点 (prevention focus) である。

この制御焦点を個人がおかれた状況に応じて変化するものとして捉える研究では、プライミングやフレーミングを用いて、参加者の制御焦点を操作している (e.g., Van-Dijk & Kluger, 2004)。たとえば、Freitas, Liberman & Higgins (2002) は、参加者に“こうありたい”と思う理想的な自己像、あるいは“こうあらね

ばならない”という義務的な自己像を自由記述させるプライミング操作を行った。その結果、理想的な自己像について記述した参加者では促進焦点、義務的な自己像を記述した参加者では予防焦点が喚起された。また、Friedman & Förster (2001) は、実験参加者にジャングルを旅する冒険家として迷路を解かせた。このとき、ゴールにある肉を求めて迷路を解くよう教示された条件の参加者では促進焦点が、スタート地点にいるライオンから捕食されないように迷路を解くよう指示された条件の参加者では予防焦点が喚起された。さらに、Crowe & Higgins (1997) では、参加者が課題に取り組む際、「成績が良ければ、後で、あなたの好きな課題に取り組んでいただきます」と教示する条件と、「成績が悪かった場合、後で、あなたが好まない課題に取り組んでいただきます」と教示する条件を設けた。その結果、後で参加者の好きな課題に取り組んでもらうと教示された条件の参加者では促進焦点が喚起され、一方、後で参加者の好まない課題に取り組んでもらうと教示された条件の参加者では予防焦点が喚起された。

このように、人は、ポジティブな結果への接近や獲得を志向するよう教示や指示を受けると促進焦点が喚起され、ネガティブな結果の回避を指示されると予防焦点が喚起されることが明らかにされている。これらの知見に基づくと、人が課題に取り組む際に、周囲他者から受ける応援の内容によっても、個人に喚起される制御焦点は変化すると考えられる。つまり、ポジティ

ブな結果への接近を志向させる応援を受けると促進焦点が、ネガティブな結果の回避を志向させる応援を受けると予防焦点が喚起されると予測される。そこで本研究では、他者からの応援によって制御焦点が誘導されるのか、さらに誘導された制御焦点がパフォーマンスにどのような影響を及ぼすのかを検討する。

## 方法

**実験参加者** 立正大学生50名（男性16名、女性34名；平均年齢19.06歳、 $SD = 1.16$ ）が実験に参加した。実験参加者は、促進焦点条件（25名）、予防焦点条件（25名）の2条件にランダムに振り分けられた。

**応援者（実験協力者）** 立正大学生3名（男性1名、女性2名；平均年齢21.67、 $SD = 0.33$ ）が実験に協力した。

**応援方法** 促進焦点条件では、応援者が参加者に対して「新記録を目指して頑張ろう」、「ゴールに早くつくように頑張る」といったポジティブな結果の獲得を志向させる応援を行った。予防焦点条件では、応援者が参加者に対して「ミスをしないうに頑張ろう」、「タイムが遅くならないように頑張る」といったネガティブな結果の回避を志向させる応援を行った。

**実験課題** 実験参加者の課題は、A4用紙に印刷された迷路課題<sup>1)</sup>（算数パズル開発室、2016）を、できるだけ速く、正確に解くことであった。

**課題中の制御焦点** 実験参加者の課題遂行中の制御焦点を測定するため、促進予防焦点尺度（promotion / prevention focus scale；Lockwood, Jordan & Kunda, 2002）の翻訳版（尾崎・唐沢、2011）を参考に、促進焦点項目として「早くゴールに辿りつくことを意識した」、「どうやったら新記録を出せるかについて考えた」、予防焦点項目として「ゴールまでの時間が長くなるように気をつけた」、「ミスをしないうに意識した」を作成した。回答は、1（全くあてはまらない）～7（非常にあてはまる）の7件法で求め、各項目の平均値を算出し、それぞれ促進焦点得点と予防焦点得点とした。

**実験手続き** 実験には、参加者1名と参加者と同性的実験協力者1名が参加した。実験者は、実験の目的と課題の説明を行い、実験協力者を応援者、参加者を課題に取り組む人に割り当てた。その後、参加者は、実験室内に設置された椅子に座り、実験者の合図とともに課題を開始するよう教示された。一方、実験協力者

は応援者として、参加者に対して右90度の位置にある椅子に座り、声かけによる応援を行うよう指示された。実験者は、参加者が迷路課題を解くのにかった時間をストップウォッチで計測した。迷路課題が終了したら、参加者は質問紙で課題中の制御焦点について回答した。最後に、ディブリーフィングを行い、実験は終了した。

**実験計画** 本実験は、応援方法（促進焦点 vs. 予防焦点）を独立変数とする1要因参加者間計画であった。

## 結果

参加者が迷路課題において、ゴールに辿り着くまでの時間が実験者によって測定され、所要時間とされた。また、正解のルートから逸脱した回数が単純加算され、ミス数とされた。

### 応援が制御焦点に及ぼす影響

応援者が参加者に行った応援によって、参加者の制御焦点が変化したかどうかを検討するため、応援方法（促進焦点 vs. 予防焦点）を独立変数、促進焦点得点を従属変数とする  $t$  検定を行った（Figure 1）。その結果、促進焦点条件（ $M = 5.16, SD = 1.18$ ）は、予防焦点条件（ $M = 4.44, SD = 1.53$ ）よりも促進焦点得点が有意に高いことが認められた（ $t(48) = 1.86, p < .05$ ）。

次に、応援方法（促進焦点 vs. 予防焦点）を独立変数、予防焦点得点を従属変数とする  $t$  検定を行った（Figure 2）。その結果、促進焦点条件（ $M = 3.32, SD = 1.60$ ）は、予防焦点条件（ $M = 4.52, SD = 1.58$ ）よりも予防焦点得点が有意に低いことが認められた（ $t(48) = 2.66, p < .01$ ）。

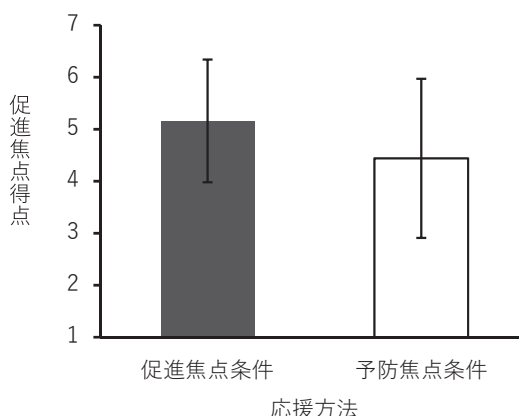


Figure 1 各条件の促進焦点得点

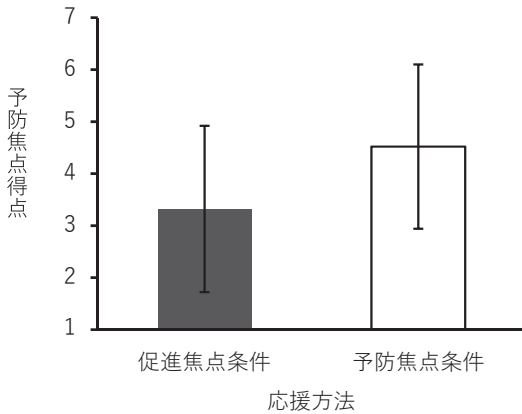


Figure 2 各条件の予防焦点得点

### 応援が迷路課題のパフォーマンスに及ぼす影響

本研究の応援者が参加者に行った応援によって、参加者の迷路課題のパフォーマンスが変化したかどうかを検討するため、応援方法（促進焦点 vs. 予防焦点）を独立変数、平均所要時間を従属変数とした  $t$  検定を行った (Figure 3)。その結果、促進焦点条件 ( $M = 118.00, SD = 36.65$ ) は、予防焦点条件 ( $M = 96.88, SD = 39.93$ ) よりも有意に長かった ( $t(48) = 1.97, p < .05$ )。

次に、応援方法（促進焦点 vs. 予防焦点）を独立変数、平均ミス数を従属変数とした  $t$  検定を行った (Figure 4)。その結果、促進焦点条件 ( $M = 8.52, SD = 9.59$ ) は、予防焦点条件 ( $M = 4.28, SD = 6.60$ ) よりも有意に多かった ( $t(48) = 1.82, p < .05$ )。

### 考察

本研究の目的は、他者からの応援によって制御焦点が誘導されるのか、さらに誘導された制御焦点がパフォーマンスにどのような影響を及ぼすのかを検討することであった。この目的のため、本研究では、応援者の応援方法を操作し、応援を受けた参加者の制御焦点、及び迷路課題のパフォーマンスを測定した。

実験の結果、まず、促進焦点条件の参加者は、予防焦点条件よりも促進焦点得点が高い有意に高く、一方、予防焦点条件の参加者は、促進焦点条件の参加者よりも予防焦点得点が高かった。つまり、課題中に、周囲からポジティブな結果への接近を志向させる内容の応援を受けると促進焦点が、ネガティブな結果の回避を志向させる応援を受けると予防焦点が喚起されることが明らかとなった。これは、プライミングやフレーミングによって、参加者の制御焦点が操作できることを明らかにしている先行研究の知見と一致するものでもあ

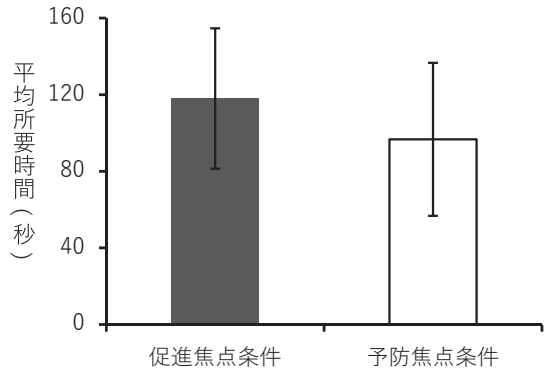


Figure 3 各条件の平均所要時間 (秒)

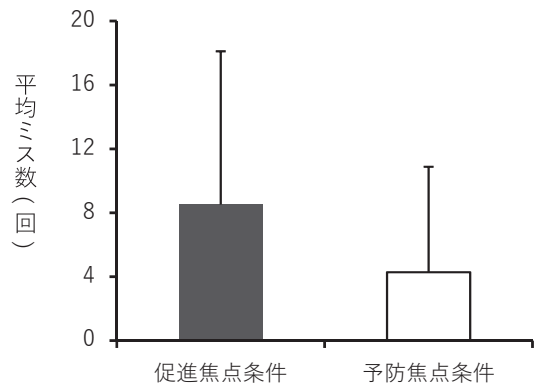


Figure 4 各条件の平均ミス数 (回)

り (e.g., Van-Dijk & Kluger, 2004)、周囲の応援の仕方によって、応援を受ける人の制御焦点の誘導が可能であるといえる。

また、参加者の迷路課題でのパフォーマンスについて分析した結果、予防焦点条件は促進焦点条件よりも有意に所要時間が短く、ミス数も少なかった。つまり、他者から新記録を目指す、早くゴールにたどり着くといったポジティブな結果の獲得を志向させる促進焦点型の応援を受けるときよりも、所要時間が長くならないう、ミスが多くならないうといったネガティブな結果の回避を志向させる予防焦点型の応援を受けた参加者の方が、迷路課題におけるパフォーマンスが高くなることが明らかとなった。

先行研究では、参加者が取り組む課題によって、有効となる制御焦点が異なることが示されている (Crowe & Higgins, 1997)。たとえば、発想力や創造性が問われる課題に取り組むときは促進焦点が (Friedman & Förster, 2001)、正確さや速さが問われる課題に取り組

むときは予防焦点が有効であることが示されている (Förster, Higgins, & Bianco, 2003)。本研究の参加者は、迷路課題をできるだけ速く、正確に解くよう教示されていたため、予防焦点を誘導する応援がパフォーマンスにポジティブな影響を及ぼしたと考えられる。したがって、今後は、新商品を売るための戦略を考えるなど発想力や創造性が問われる課題を用いて、応援方法によって誘導された制御焦点がパフォーマンスに及ぼす影響も検討する必要があるだろう。

## 付 記

本実験実施にあたり、平成29年度立正大学心理学部卒業生の林佳苗さん、丸山奈保さん、福田真羽さんのご協力を得ました。記して感謝いたします。

## 引用文献

- Crowe, E., & Higgins, E. T. (1997). Regulatory focus and strategic inclinations: Promotion and prevention in decision-making. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, **69**, 117-132.
- Förster, J., Higgins, E. T., & Bianco, A. T. (2003). Speed/accuracy decisions in task Performance: Built-in trade-off or separate strategic concerns? *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, **90**, 148-164.
- Freitas, A. L., Liberman, N., & Higgins, E. T. (2002). Regulatory fit and resisting temptation during goal pursuit. *Journal of Experimental Social Psychology*, **38**, 291-298
- Friedman, R. S., & Förster, J. (2001). The effects of

promotion and prevention cues on creativity. *Journal of Personality and Social Psychology*, **81**, 1001-1013.

- Higgins, E. T. (1998). Promotion and prevention: Regulatory focus as a motivational principle. *Advances in Experimental Social Psychology*, **30**, 1-46.
- Lockwood, P., Jordan, C. H., & Kunda, Z. (2002). Motivation by positive or negative role models: regulatory focus determines who will best inspire us. *Journal of Personality and Social Psychology*, **83**, 854-864.
- 尾崎由佳・唐沢かおり (2011). 自己に対する評価と接近回避志向の関係性——制御焦点理論に基づく検討—— *心理学研究*, **82**, 450-458.
- 算数パズル開発室 (2016). 算数が好きになるパズル 迷路のろじか〜る 世界文化社
- Van-Dijk, D., & Kluger, A. N. (2004). Feedback sign effect on motivation: Is it moderated by regulatory focus? *Applied Psychology*, **53**, 113-135.

## 注

- 1) 本実験で使用する課題の選定のため、大学生13名 (男性9名、女性4名; 平均年齢22.08歳、 $SD = 1.78$ ) を対象に予備実験を行った。予備実験において、参加者は迷路課題8題 (算数パズル開発室, 2016) にランダム順に取り組み、スタートからゴールまでの所要時間が測定された。各迷路課題の全参加者の平均所要時間を算出し、平均所要時間が中央値 (49.42) に最も近かった迷路課題 ( $M = 43.15$ ,  $SD = 20.08$ ) を本実験で使用する事とした。

## 要 約

本研究の目的は、他者からの応援によって制御焦点が誘導されるのか、さらに誘導された制御焦点がパフォーマンスにどのような影響を及ぼすのかを検討することであった。実験では、応援者の応援の内容を操作し、応援を受けた参加者の制御焦点、及び迷路課題のパフォーマンスを測定した。その結果、ポジティブな結果への接近を志向させる内容の応援を受けると促進焦点が、ネガティブな結果の回避を志向させる応援を受けると予防焦点が喚起されることが示された。また、予防焦点型の応援が迷路課題におけるパフォーマンスを促進することが明らかとなった。

キーワード：制御焦点、応援、パフォーマンス