

# 対人不安と完全主義認知が演奏不安に及ぼす影響

—大学生のオーケストラに着目した場面想定方実験—

1621067 小田千恵子

Key words: 対人不安, 完全主義認知, 演奏不安, あがり, オーケストラ

## 目的

“あがり”のうち、演奏場面において引き起こされるものは演奏不安 (music performance anxiety) と言われ、「演奏者の音楽的素質・訓練・準備状態に対して不当なレベルまで、公演に対する強い不安を感じたり、公演で演奏技術が損なわれたりすること」と定義されている。ソロピアニストを対象とした先行研究では、対人不安傾向と完全主義傾向が演奏状態不安にネガティブな影響を示すことが明らかとなっている。これまでの研究では、ピアノ独奏やオペラを対象としており、日本のアマチュアオーケストラを対象とした研究が十分に蓄積されているとは言えない。独奏か集団で演奏するかという、演奏形態の違いも演奏不安に影響を及ぼすことが確認されている (小川, 2013)。そこで、本研究では、大学生のオーケストラサークルを対象とし、個人ではなく集団で演奏する際に対人不安や完全主義認知が演奏不安に及ぼす影響について検討した。

## 方法

**調査参加者** 調査参加者は、オーケストラサークルに所属する大学生 101 名 (男性 33 名, 女性 68 名) 平均年齢 21.96 歳 ( $SD=3.07$ ) であった。

**手続き** Google フォームで作成した Web アンケートを用い、調査者の SNS による告知で調査を実施した。

**質問紙の構成** 調査参加者は性別、年齢及び個人属性に関する質問票、状況別対人不安尺度 (毛利・丹野, 2001)、多次元完全主義認知尺度 (小堀・丹野, 2004) の質問項目に回答した後、演奏会本番を想定し、隣の演奏者 (楽器経験年数の長・短) を操作したシナリオを提示し、演奏不安尺度 (塚本他, 1996) の質問項目に回答した。

## 結果

**尺度の分析** 状況別対人不安尺度及び、多次元完全主義尺度は最尤法プロマックス回転による探索的因子分析を行った。その結果、状況別対人不安尺度は発表発言不安 ( $\alpha=.93$ )、目上・異性への不安 ( $\alpha=.88$ )、親しくはない相手不安 ( $\alpha=.90$ )、居場所不安 ( $\alpha=.76$ ) の 4 因子が抽出され、多次元完全主義認知尺度はミスへのとらわれ ( $\alpha=.90$ )、高目標設置 ( $\alpha=.88$ ) の 2 因子が抽出され、演奏不安尺度は身体的症状の知覚 ( $\alpha=.88$ )、精神的不安 ( $\alpha=.82$ ) の 2 因子が抽出された。

**対人不安と演奏不安の関係** 対人不安が演奏不安に及ぼす影響を検討するため、各尺度得点同士の相関分析を行なった結果、対人不安が高い人ほど演奏不安が高まるという傾向が認められた。

**完全主義が演奏不安に及ぼす影響** 完全主義認知が演奏不安に及ぼす影響について検討するため、重回帰分

析を行なった。その結果、完全主義認知のうちミスへのとらわれのみが身体的症状の知覚 ( $R^2=.34$ ,  $\beta=.32$ ,  $p<.01$ ) と精神的不安 ( $R^2=.41$ ,  $\beta=.40$ ,  $p<.01$ ) のどちらにおいても影響を及ぼすことが明らかになった。

**演奏者の存在が不安に与える影響** 隣の演奏者 (楽器経験年数 隣人長・隣人浅) が演奏不安に及ぼす影響について検討するため対応のない t 検定を行なった。その結果、身体的症状の知覚 ( $t(87.60)=0.08$ ,  $n.s.$ ,  $d=.02$ )、精神的不安 ( $t(91.49)=0.23$ ,  $n.s.$ ,  $d=.05$ ) のどちらにも影響は見られなかった。次に、完全主義認知と隣の演奏者 (楽器経験年数 隣人長・隣人浅) が演奏不安に交互作用を及ぼすか検討するため、階層的重回帰分析で検討した結果、シナリオ×ミスへのとらわれ ( $R^2=.31$ ,  $\beta=.26$ ,  $p<.05$ ) において交互作用が認められた (Figure1)。また、対人不安と隣の演奏者 (楽器経験年数長・短) についても同様に階層的重回帰分析を行なった結果、精神的不安 ( $\Delta R^2=.02$ ,  $n.s.$ ) と身体的な症状の知覚 ( $\Delta R^2=.06$ ,  $n.s.$ ) のどちらにおいても有意な説明率の増加は見られず、交互作用は認められなかった。

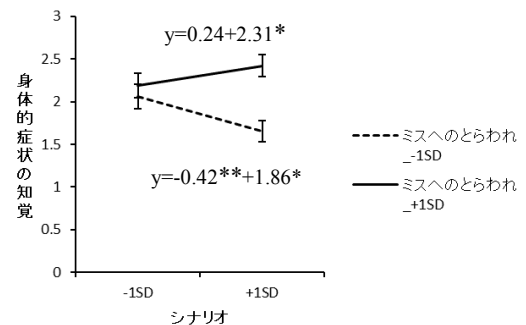


Figure1 完全主義認知が演奏不安に与える影響

**考察** 本調査の結果から、先行研究と同様に対人不安は演奏不安に影響を及ぼすことが明らかになった。本研究では、オーケストラを対象とし、近くに他の演奏者がいるという随伴性が高い状態の場面想定であったため、普段の対人不安が高い人は、演奏中も近くの演奏者との相互作用に対して不安感を抱きやすいことが考えられる。また、完全主義認知のうち、ミスへのとらわれのみが演奏不安に影響を及ぼすことが明らかになり、吉江・繁樹 (2007) を支持する結果となった。今後は演奏不安や完全主義認知に限らず、様々な特性が演奏不安に与える影響を検討し、演奏技術の鍛錬以外の観点からも演奏の完成度を高める方法を検討する必要があるだろう。

## 引用文献

吉江路子・繁樹算男 (2007) 対人不安傾向と完全主義認知が演奏状態不安に及ぼす影響 パーソナリティ研究, 15(3), 335-346  
小川容子 (2013) 大学生を対象とした演奏不安の発生と推移, 岡山大学大学院教育学研究科研究集録 第 154, 57-63