

時間不安に関する基礎的研究

—時間不安場面尺度の作成と強迫傾向・タイプ A との関連—

深川 知美¹⁾

日高 三喜夫²⁾

要 約

本研究は、場面に着目した時間不安と、強迫傾向及びタイプ A との関連を検討した。

研究 I では、多様な場面において生起する時間不安を測定する尺度の作成を目的とし、大学生 266 名（平均年齢 19.3 歳， $SD=2.72$ ）を対象に質問紙調査を行った。その結果、経過意識、予期懸念、目的未達成の 3 因子からなる時間不安場面尺度が作成され、十分な信頼性と妥当性を有することが示された。

研究 II では、作成した尺度と、強迫傾向及びタイプ A との関連を検討し、時間不安が強迫傾向、タイプ A に及ぼす影響について検討した。調査対象者は、研究 I と同様であった。各因子を説明変数、強迫傾向及びタイプ A 得点を目的変数とし、重回帰分析を行った。その結果、経過意識が強迫意識及びタイプ A に有意な影響を与えていることが示された。時間の経過を強く意識し不安に感じることが、強迫傾向及びタイプ A を強めるといえる。

以上のことより、時間経過への不安の程度が強迫傾向及びタイプ A を決定付ける重要な要因であることが考えられる。時間経過に対する不安場面への介入が、病的な強迫傾向の軽減及びタイプ A の緩和に繋がることが示唆された。

キーワード：時間不安，時間不安場面，強迫傾向，タイプ A

問題と目的

1. 時間不安

時間不安とは、「時間がない」、「時間が迫っている」、「時間に追われている」、「時間が足りない」などといった、時間の経過それ自体を脅威の対象とした不安のことである（Winnubst, J. A. M. 1988）。時間不安が強いと、強迫的な気持ちになり、神経質な生活態度になるとされている（生和・内田，1991）。

時間不安に関する研究が行われて以来、過度の時間不安は病的なパーソナリティに特有の心性であることが報告されてきた。具体的には、Jones (1918),

Abraham (1965), Winnubst (1975, 1988) らが、時間不安と強迫傾向との間に正の関連を見出している（生和・内田，1991）。また過度な強迫傾向は、正常な生活習慣、対人関係に障害をきたすことが示されている（加藤・田上，2012）。さらに、時間不安はタイプ A に正の影響を及ぼす要因であると Nass, Verhanger & Winnubst (1979) が指摘していることや（生和・内田，1991）、タイプ A は、精神的不健康をひきおこすこと（藤原・江畑・矢田部・吉澤，2001）が知られている。これらのことから、時間不安が強迫傾向やタイプ A などの病理に影響を及ぼしていることは想像に難くない。したがって、時間不安は臨床的な問題として検討

1) 久留米大学大学院心理学研究科

2) 久留米大学文学部

されるべきである。

2. 時間不安と病理

I. 強迫傾向との関連

強迫傾向は、健常者に認められるような、不合理で不快な思考が頭に浮かんで自分では制御できない「強迫観念」と、過剰な確認や洗浄など、強迫観念を軽減させようと何度も繰り返される「強迫行為」に特徴づけられる。過度な強迫傾向は、本人だけでなく家族や周囲の人々を巻き込み、学校や職場などで人間関係がうまくいかなくなる(李, 2004)。その結果、日常生活にも支障をきたすようになると考えられる。

Jones (1918) は時間不安と強迫傾向の間には強い関連があるとしており、時間に神経質な人の存在など、時間不安と強迫傾向の共通性を示している(生和・内田, 1991)。加えて、Winnubst (1975, 1988) は、強い時間不安は強迫傾向的な行動を示すと結論づけた。この行動とは、リラックス能力の低さ、時間の自己制御感を好むこと、作業が遅れることへの嫌悪、などである(生和・内田, 1991)。

以上のことより、時間不安は強迫傾向と関連があることが示されている。過度の時間不安は強迫傾向を強め、臨床的にも問題であると考えられるであろう。

II. タイプAとの関連

タイプAとは、1950年代後半に米国で発見された冠状動脈性心臓病(coronary heart disease: CHD)の心理・行動的な性格特性である(西村, 2009)。特徴として、時間的切迫感、競争性、達成努力と活動性の高さなどがあげられ、日本人に焦点をあてた研究では生真面目さや仕事中心主義が目立つことが示されている(保坂, 1987)。タイプAの者は、広範に渡る心理的問題を持つとされ(山崎, 1996)、たとえば、日常生活や仕事上に情動ストレスを生じやすいことや(前田, 1989)、身体症状として不眠症状を訴えやすいこと(松田, 2010)も報告されている。

タイプAと時間不安との関連を検討した研究では、Friedman & Rosenma (1974) や Jenkins (1978) の研究がある。彼らは、タイプAの者は、時間的切迫感に支配された行動を呈することを示した。時間的切迫感とは、時間がないことへの焦りを表す概念であることから(西村, 2007)、時間不安を生起させる要因の一つと考えられる。タイプAの者には、(1) 妨害されるとイライラし、それを表面に表す、(2) 約束には決して遅れない、(3) 時間に対して保守的である、(4) 他人を待っている間にも何かしていないと落ち着かない、(5) ゆっくりしている人には我慢ができない、など時

間的切迫感を示す行動が認められること(生和, 1991)も、時間不安がタイプAに影響を及ぼすということをサポートしている。

先行研究より、時間的切迫感がタイプAに影響を及ぼしていることが示されている。このことから、時間不安はタイプAと関連があるといえる。強い時間不安は強迫傾向と同様にタイプAを強めると考えられる。

3. 場面に着目した時間不安

先行研究より、日常生活に支障を来すような強迫傾向及びタイプAを有する背景に時間不安という共通の不安の存在が考えられる。

従来の研究では時間不安を特性的に捉え、検討している。その結果、時間不安が強迫傾向及びタイプAに影響を与えていることが明らかとなっている。しかしながら、特性的な時間不安から説明するだけでは限界がある。なぜならば、ある特定の場面や状況において、これらの病理は特徴的な行動となって現れるためである。

時間不安は行動の目標と自己を含む心的状態に規定される(甲村, 1989)。つまり、情動の状態によって変容する可能性が示唆される。また、時間不安の生起は、時間的切迫感が関連している。時間的切迫感は、個人が属す組織や文化に影響されるため(西村, 2007)、常に一定ではない。つまり、場面や状況が、時間不安の生起を規定するのである。

これは、たとえば、強迫傾向が状況からの責任によって影響を受けること(細羽・岩永・横山, 2000)や、時間不安を規定する要因が一致していない(生和, 1993)こともこれを支持しているといえる。

個人が置かれている場面や状況によって、時間不安の生起しやすさは異なることが考えられる。以上のことから、時間不安を特性的不安のみで捉えることには問題がある。

時間不安を測定する尺度に、「時間不安測定尺度」(生和・内田, 1991)がある。この尺度では、時間不安を「時間的切迫感と時間的枠組み崩壊による混乱や懸念・不安」「(A)不安」と、「自分の時間的枠組みや時間的流れが遮断されることへの苛立ちや腹立たしさ」「(I)苛立ち」の2つの測定次元によって構成し、時間に対する態度を測定している。また、根本, (1990)によって、「時間不安の種類」の類型化が行われてきた。しかしながら、時間不安の場面に着目した尺度はあまりみられない。

そこで、時間不安を生起するさまざまな場面を想定

してもらい項目を収集する。そして、多様な場面において生じる時間不安を網羅的に測定できる尺度を作成する。場面に着目した尺度を作成することは、時間不安の変容可能性の検討において有益であると考えられる。

4. 本研究の臨床的意義

場面に着目した時間不安尺度の作成はより詳細な時間不安のスケールリングやアセスメントの手がかりとなりえる。

また、場面に着目した時間不安と、強迫傾向及びタイプ A との関連を検討することは、臨床的に問題である強迫傾向及びタイプ A への介入について、有益な知見を提供するだろう。強迫傾向及びタイプ A の治療には、比較的長期間にわたって矯正する試みがあるが(山崎, 1995)、強迫傾向の治療で用いられる暴露-反応妨害法(exposure & response prevention)が患者にとって苦痛で不快とされ、難しい心理学的問題のひとつとされている(李, 2004)。強迫傾向及びタイプ A に影響を与えやすい場面が明らかとなることは、治療の短期化について新たな知見を得ることができよう。

以上のことから、強迫傾向及びタイプ A の軽減、介入方法の観点からも意義があると考えられる。

5. 本研究の目的

本研究は、場面に着目した時間不安と、強迫傾向及びタイプ A との関連を検討する。

第 1 に、多様な場面において生起する時間不安を測定する尺度の作成を目的とする。第 2 に、作成した尺度と強迫傾向及びタイプ A との関連を検討し、時間不安が強迫傾向、タイプ A にどのような影響を与えているか明らかにすることを目的とする。

研究 I

目 的

研究 I では、時間不安場面の尺度作成および、信頼性、妥当性の検討を行う。

まず、質問項目作成のために予備調査を行う。次に本調査では、作成した尺度の信頼性の検討のために、内的整合性と再検査信頼性の分析を行う。さらに、妥当性の検討のために、時間不安測定尺度と STAI との基準関連妥当性の分析を行う。

仮 説

本研究の仮説は以下の 2 つである。

時間不安場面尺度は、生起する時間不安を測定する尺度であるため、不安になりやすさを示す特性と関連

があると考えられる。したがって、特性不安と中程度の正の相関があるだろう(仮説 1)。

時間不安場面尺度は、時間不安測定尺度で測ることができる不安をさまざまな場面に着目することでより網羅的に測定する尺度であると考えられるため、時間不安測定尺度と中程度の正の相関があるだろう(仮説 2)。

方 法

予備調査

質問項目作成のために、時間不安に関する自由記述を収集した。教示文「時間が過ぎ去ることに対しての不安について伺います。あなたが、時間が過ぎ去ることに対して不安を体験した時のことをできるだけ詳しく、具体的に書いてください。Q. その不安はいつ、どのような時に感じましたか? または感じますか?」は先行研究(根本, 1990)を元に作成した。

調査参加者

福岡県にある A 大学に在籍する学生 42 名に調査協力を得た。

質問項目の作成

質問紙を回収後、自由記述によって得られた回答を KJ 法によって分類し、質問項目を作成した。

本調査

調査参加者

福岡県にある A 大学に在籍する学生 289 名に調査協力を得た。そのうち、回答に欠損のある 23 名を除いた 266 名(男性 97 名, 女性 169 名, 平均年齢 19.3 歳, SD=2.72)を分析対象とした。

調査期間

2012 年 9 月下旬から 10 月の月上旬に調査を行った。

調査方法

調査には質問紙を用いた。大学の講義時間を利用して質問紙を配布した。回答終了後にその場で回収、または回収箱を所定の場所に設置し、各自で投函してもらった。

倫理的配慮

調査協力者に対し、調査協力依頼文書の中で、研究の目的を説明した。文書の中には、調査への協力は個人の自由意志であること、参加の可否によって個人に不利益が及ぶことはないこと、回答は統計的に処理し、研究にのみ使用することを明記した。また、質問紙配布の際に、文書とともに口頭で説明を行った。

質問紙構成

時間不安測定尺度

生和・内田(1991)が作成したもので、「(A) 不安」,

「(I) 苛立ち」の2つの次元から時間不安を測定する尺度である。各10項目からなる計20項目で構成される。「全く当てはまらない」、「どちらかといえば当てはまらない」、「どちらともいえない」、「どちらかといえばその通りだ」、「全くその通りだ」の5件法である。

STAI

清水・今榮(1981)が作成したもので、スピルバーガー(1970)の考案したSTAIを元に、日本語版として作成された尺度である。性格特性として不安になりやすさを示す特性不安と、測定時点での不安の強さを示す状態不安を測定する尺度の各20項目からなる計40項目で構成される。「全くそうでない」、「ほぼそうである」、「いくぶんそうである」、「全くそうである」の4件法である。

今回は、個人の特性的な不安を測定するため特性不安を測定する項目のみを用いた。

時間不安場面尺度

予備調査を元に作成した暫定版の尺度である。全31項目からなり、日常生活場面、学校生活場面、人生などのさまざまな場面で、どの程度不安を感じるかについて、「全然不安でない」、「少し不安だ」、「かなり不安だ」、「とても不安だ」の4件法で回答を求めた。

結 果

以下、本論文において、「(A) 不安」を「(A) 時間不安」と表記する。これは、本研究が複数の不安を扱っており、混同を避けるためである。

研究 I

分析1：時間不安場面尺度の因子分析

収集したデータ全31項目について、最尤解、Promax回転による因子分析を行った。固有値の変化から3因子構造を採用した。複数の因子に負荷が高いものや、負荷量の低いものを除き、再度最尤解、Promax回転による因子分析を行った。3因子による累積説明率は43.6%であった。因子分析の結果、ヘイウッドケースが生じた。しかしながら、十分なサンプル数、1つの因子に最低3項目の負荷(3指標条件)、また、モデルが完全に正しい母集団からランダムサンプリングした場合にも標本誤差のため不適解を生じる可能性があることを考慮し、結果を採択した。

第1因子は6項目からなり、「このまま歳をとっていくのかと思った時」や「自分の人生が過ぎるのが早いと感じる時」など、時間の経過を意識することによって生じる不安についての項目であったため「経過意識」と命名した。第2因子は「待ち合わせで相手がなかな

か来ず、何かあったのではないかと感じる時」や「これから嫌なことに立ち向かわなければならぬ時」など、これから先起こる(かもしれない)ことに関する不安についての項目であったため「予期懸念」と命名した。第3因子は「やらなくてはならないことがまだ手付かずで、何もできずに一日過ぎてしまった時」や「予定をうまくこなせていない時」など、自分のやるべきこと(目的)ができていない状況に関する項目であったため、「目的未達成」と命名した(表1)。

分析2：時間不安場面尺度の信頼性の検討

I. 内的整合性の検討

時間不安場面尺度の因子ごとにCronbachの α 係数を算出したところ、第1因子「経過意識」で.846、第2因子「予期懸念」で.924、第3因子「目的未達成」で.750を示したことから、十分な内的整合性が認められた。

II. 再検査信頼性の検討

4週間後に同一の被験者に質問紙を配布、回収した。その後、無作為に抽出した100名の回答について分析を行った。

i) t検定

1回目と2回目の時間不安場面尺度の差異を調べるために、t検定を行った。その結果、「経過意識」、「予期懸念」、「目的未達成」のすべてにおいて有意な差は見られなかった。

ii) 相関

1回目と2回目の再検査信頼性係数を求めた結果、1回目と2回目の各因子間で.602～.770の中程度の再検査信頼性がみられた。

i) ii)の結果より、十分な再検査信頼性が認められた。

分析3：時間不安場面尺度の妥当性の検討

I. 基準関連妥当性の検討

時間不安場面尺度の3因子それぞれについて、時間不安測定尺度の2つの下位因子及び特性不安との相関係数を求めた。その結果、(A)時間不安と経過意識、予期懸念、目的未達成の相関係数は.463～.513、(I)苛立ちとは.232～.300、特性不安とは.369～.427の相関が見られた。これは、仮説1を支持する結果であった。しかしながら、時間不安測定尺度の下位項目(A)時間不安とは中程度の正の相関が見られたが(I)苛立ちとは弱い正の相関が認められたのみであり、仮説2は支持されなかった。

考 察

研究 I では、時間不安場면을構成する項目を収集し、新たな測度の開発を試みた。因子分析の結果、3 因子が見出された。第 1 因子の「経過意識」は、時間経過の意識についての項目である。これらは、時間経過について、人生という長期的枠組、明日という短期的枠組の側面からどの程度意識しているのか測ることができる。第 2 因子の「予期懸念」はこれから先、まだ未確定の事象についての項目である。これらは、これから先、主に対人場面で、不利益を生じるかもしれないことについての不安を測っている。第 3 因子の「目的未達成」はやらなくてはならないと認識はしていても、達成できていない場面について測っている。

以上のことをふまえ、先行研究の時間不安測定尺度

(生和, 1991) と比較検討する。時間不安測定尺度は時間不安を、「(A) 時間不安」「(I) 苛立ち」の 2 つの次元で捉えている。しかしながら、研究によって、「(A) 時間不安」をさらに「経過意識」、「予期懸念」、「目的未達成」の 3 因子に分けることが出来た。これらは、時間不安を 3 領域に細分化したと考えられる。

次に、分析 2 では信頼性の検討を行った。内的整合性、再検査信頼性ともに十分な値を示した。また、分析 3 では妥当性の検討を行った。基準関連妥当性の検討の結果、有意な相関が見られた。分析 2 及び 3 の結果から、十分な信頼性と妥当性を持つことが示された。

また、時間不安場面尺度の各因子と「(A) 時間不安」とは因子が .463~.513 の相関を示しているのに対し、「(I) 苛立ち」とは .232~.300 と弱い相関が認められたのみだった。これは、本研究で作成した尺度が、多

表 1. 時間不安場面に関する因子分析結果 (最尤解・Promax 回転)

No	項目	因子負荷量			共通性
第1因子 経過意識		(α係数:.846)			
24	このまま歳をとっていくのかと思った時	.891	-.075	-.005	.513
14	自分の人生が過ぎるのが早いと感じる時	.743	-.033	.015	.255
27	時間が過ぎるともう戻れないのではないかと感じた時	.595	.207	-.124	.793
22	休日を過ごしててすぐ終わる感じがする時	.535	.077	.092	.498
17	休日の夜、明日から学校だと思った時	.426	.056	-.043	.427
5	過去を振り返ってみた時	.420	-.076	.204	.534
第2因子 予期懸念		(α係数:.924)			
30	待ち合わせで相手がなかなか来ず、何かあったのではないかと感じる時	-.039	.656	-.116	.443
15	これから嫌なことに立ち向かわなければならない時	-.028	.635	.072	.194
26	周りに取り残されているように感じる時	.144	.546	.026	.279
11	授業や待ち合わせに遅れそうな時	-.030	.513	.216	.391
18	親しい人との別れが近づいている時	.108	.479	-.038	.411
23	授業などで自分が発表する順番を待っている時	.070	.453	.086	.312
第3因子 目的未達成		(α係数:.750)			
6	やらなくてはならないことがまだ手付かずで、何もできずに一日過ごしてしまった時	.006	-.202	1.002	.714
7	予定をうまくこなせていない時	.138	.075	.569	.438
1	課題の締め切りが迫っているのに、それがまだ完成していない時	-.066	.271	.553	.453
21	試験があるのに勉強していない時	-.053	.233	.483	.322
説明率					43.6
因子間相関		第 1 因子	1	—	—
		第 2 因子	.610	1	—
		第 3 因子	.522	.634	1

様な場面において生起する時間不安を測定しているためであろう

以上のことから、場面に着目した時間不安を測定する時間不安場面尺度が作成された。

研究Ⅱ

目 的

研究Ⅰで作成した時間不安場面尺度と、強迫傾向及びタイプAとの関連を検討し、時間不安が強迫傾向、タイプAに及ぼす影響を明らかにする。

方 法

調査参加者、調査期間、調査方法、倫理的配慮については、研究Ⅰと同様である。

質問紙構成

Maudsly Obsessional-Compulsive Inventory 日本語版

細羽・内田、生和(1992)によって作成された、確認、清潔、優柔不断、疑惑の四つの下位尺度から構成される全30項目の質問紙である。「そうではない」、「どちらともいえない」、「その通りだ」の3件法である。

日本のタイプA行動評定尺度

瀬戸・長谷川・坂野・上里(1997)によって作成された、敵意行動、完璧主義、日本的ワーカホリック、の三つの下位尺度から構成される全30項目の質問紙である。「全く当てはまらない」、「かなりあてはまらない」、「どちらかといえばあてはまらない」、「どちらかといえばあてはまる」、「かなりあてはまる」、「全くよくあてはまる」の6件法である。

時間不安場面尺度

研究Ⅰで作成した質問紙である。「経過意識」、「予期懸念」、「目的未達成」の3因子からなる質問紙で、全16項目で構成される。様々な場面で、どの程度不安を感じるか「全然不安でない」、「少し不安だ」、「かなり不安だ」、「とても不安だ」の4件法で回答を求めた。

結 果

分析1：時間不安場面尺度の各因子と強迫傾向との関連について

時間不安場面尺度の各因子が強迫傾向にどのように影響しているのか検討するために、目的変数を強迫傾向(MOCI)得点、説明変数を時間不安場面尺度の各因子得点の3変数とする最小二乗法による重回帰分析を行った。重回帰分析の結果、十分な説明率が得られ

た($R^2 = .12$)。また「経過意識」が採択された(表2)。VIF(Variance Inflation Factor)の値は、中程度の間接効果の受け渡し($VIF = 1.5 \sim 1.8$)がみられたが、先行研究(廣野・林, 2008)より多重共線性はないものと判断した。

分析2：時間不安場面尺度の各因子とタイプAとの関連について

次に、時間不安場面尺度の各因子がタイプAにどのように影響しているのか検討するために、目的変数をタイプA(日本人のタイプA行動評定尺度)得点、説明変数を時間不安場面尺度の各因子得点の3変数とする最小二乗法による重回帰分析を行った。重回帰分析の結果、十分な説明率が得られた($R^2 = .08$)。また「経過意識」が採択された(表3)。VIFの値は、中程度の間接効果の受け渡し($VIF = 1.5 \sim 1.8$)がみられたが、多重共線性はないものと判断した。

考 察

研究Ⅱでは、時間不安場面尺度の各因子と強迫傾向及びタイプAとの関連の検討を行った。

表2. 時間不安場面尺度の各因子を説明変数、強迫傾向を目的変数とする重回帰分析

説明変数	目的変数 強迫傾向
経過意識	.27 **
予期懸念	.05
目的未達成	.10
R^2	.12
	** $p < .01$

注1. 表中の数値は標準偏回帰係数を示す

表3. 時間不安場面尺度の各因子を説明変数、TypeAを目的変数とする重回帰分析

説明変数	目的変数 強迫傾向
経過意識	.18 **
予期懸念	.05
目的未達成	.11
R^2	.08
	** $p < .01$

注1. 表中の数値は標準偏回帰係数を示す

まず、強迫傾向及びタイプ A は、経過意識が正の影響を及ぼしていた。時間の経過を意識し、不安を強く感じることは、強迫傾向及びタイプ A を強めると考えられる。しかしながら、予期懸念および目的未達成の主効果は見られなかった。このことは、これから先起こる（かもしれない）ことに関する不安や、自分のやるべきこと（目的）が達成されていないことに対する不安のみでは、強迫傾向及びタイプ A に影響を及ぼさないことを示している。これらのことから、強迫傾向及びタイプ A を決定づける要因として、時間が経過することを意識し、不安をどの程度感じているかが重要な意味をもつと考えられる。

強迫傾向は、不合理で不快な思考が頭に浮かんで自分では制御できない強迫観念を特徴とする。そのため、時間経過を強く意識し不安を感じることによって時間に対し強迫的な気持ちになり、強迫傾向は強くなると考えられる。また、時間経過を強く意識し不安に感じることによって、時間的切迫感が生じ、タイプ A に影響を及ぼしていると考えられる。

以上のことより、時間の経過を意識し不安を感じる場面への介入が、病的な強迫傾向の軽減及びタイプ A の緩和に繋がる可能性が示された。

総合考察

本研究では、場面に着目した時間不安と強迫傾向・タイプ A との関連を検討するために2つの研究を行った。

研究 I では、場面に着目した時間不安を測定する尺度を作成した。従来の研究ではあまり注目されてなかった場面における時間不安として、経過意識、予期懸念、目的未達成の3因子が見出された。

研究 II では、時間不安場面と強迫傾向及びタイプ A との関連を検討した。強迫傾向及びタイプ A は時間経過を意識することで生起することが示された。一方、これから先起こるかもしれないこと、やるべきことができていないことに対する不安の高さは、強迫傾向及びタイプ A に影響を及ぼさなかった。これらのことから、時間が経過することを意識することによって生じる不安に対し介入することが、強迫傾向及びタイプ A を低減する可能性が示唆されたといえる。

今後の課題

本研究では対象者が大学生・大学院生に限られていた。よって、より一般的な尺度とするためには、年齢を問わず、幅広く調査を行う必要がある。学生と、社

会人では異なる結果がでる可能性がある。また、健康者と何らかの精神疾患を抱える者との比較を行うことも必要と考えられる。

また、時間不安場面の3つの因子である、経過意識、予期懸念、目的未達成が、強迫傾向及びタイプ A 以外のパーソナリティ傾向にどのように影響を及ぼすかについて明らかにすることが今後の課題であるといえる。

これらの研究を行うことで、臨床場面への応用を目指したい。

引用文献

- Friedman, M. & Rosenman, R. (1974). *Type A behavior and your heart*. Greenwich Conn: Fawcetto.
- 藤原義尚・江畑喜和・矢田部彰・吉澤加奈 (2001). 大学生のタイプ A 行動パターンの精神的健康、生活習慣に及ぼす影響に関する研究 臨床死生学年報, 6, 69-76.
- Jenkins, C, D (1978). *Behavioral Risk Factors in Coronary Artery Disease*. Annual Review of Medicine, 29, 543-562
- 廣野元久・林俊克 (2008). JMP による多変量データ活用術 海文堂出版.
- 加藤由佳・田上恭子 (2012). 大学生における強迫傾向と TAF (Thought-Action Fusion) との関連について 弘前大学教育学部紀要, 107, 131-145.
- 細羽竜也・岩永誠・横山博司 (2000) 個人的責任性が強迫行為の形成過程に及ぼす影響徳山大学総合経済研究所紀要, 22, 141-151.
- 細羽竜也・内田信行・生和秀敏 (1992). 日本語版モーズレイ強迫神経症質問紙 (MOCI) の因子論的検討 広島大学総合科学部人間行動研究講座, 4, 53-61.
- 甲村和三 (1989). 心理的時間に関する実験的研究 -11-Y-G 性格型による「時間」イメージの比較 名古屋工業大学学報, 41, 11-18.
- 前田聡 (1989). タイプ A 行動パターン 心身医学心身医学, 29(6), 517-524.
- 松田文子 (編) (1996). 心理的時間：その広くて深いなぞ 北大路書房.
- 松田文子 (編) (2004). 時間を作る、時間を生きる—心理的時間入門— 北大路書房.
- 松田英子 (2010). 不眠症状とタイプ A 行動特性に関する臨床心理学的研究：不眠時の認知行動療法による症状緩和効果の検討 心身医学, 50(6), 527.
- 前川純孝 (1998). タイプ A 行動型の諸問題 国際関

- 係学部紀要, **21**, 89-94.
- 三宅幹子・橋本優花里・井上芳世子・森田愛子・山崎理央・松田文子 (2004). 時間管理能力のタイプと、自己効力感、メタ認知能力、時間不安との関係 福山大学人間文化学部紀要, **4**, 1-10.
- 根本橋夫 (1990). 予備校生と大学生における時間不安 カウンセリング研究, **23**(1), 56-6.
- 根本橋夫・中沢千鶴加 (1990). 時間不安と自我同一性、達成動機、および自己像との関係 千葉大学教育学部研究紀要第1部, **38**, 47-54.
- 西村詩織 (2009). 成人期前期の焦りの体験のプロセス 心理学研究, **80**(5), 381-388.
- 折原茂樹 (1998). 時間展望と時間不安・TypeA・生活テンポについて - 心理的時間と精神健康 - 国士館大学文学部人文学会紀要, **31**, 202-194.
- 折原茂樹 (2001). 時間評価と不安について 教育学論叢, **19**, 102-97.
- 李曉茹 (2005). 強迫傾向に関する研究の展望: 健常者に対する予防の視点から 東京大学大学院教育学研究科紀要, **44**, 191-200.
- 酒井雄希・福居顯二 (2012). 強迫性障害に関して知っておきたいこと 心身医学, **52**(2), 148-153.
- 生和秀敏 (1993). 時間不安の実験臨床心理学的研究 (1) - 課題解決場面における検討 - 健康心理学研究, **6**(2), 21-28.
- 生和秀敏・内田信行 (1991). 時間不安の測定 広島大学総合科学部紀要Ⅲ, **15**, 71-85.
- 島津貞一 (1992). タイプA行動 東海女子大学紀要, **12**, 199-213.
- 清水秀美・今栄国晴 (1981). STATE-TRAIT ANXIETY INVENTORY の日本語版 (大学生用) の作成 日本教育心理学会, **29**(4), 348-353.
- 杉浦義典 (1996). 強迫性障害への認知行動アプローチ: 概観と展望 東京大学大学院教育学研究科紀要, **36**, 331-339.
- 鈴鴨よしみ・熊野宏昭・山内祐一 (1997). タイプA行動パターンと職場ストレスおよび生活習慣の関連について (第2報) 心身医学, **37**(6), 417-424.
- 内田信行・生和秀敏 (1993). 時間不安の実験人格心理学的研究 I 日本性格心理学会大会発表論文集, **1**, 25
- Winnubst, J. A. M (1988). *Time anxiety and type A behavior*. In I. G. Sarason & C. D. Spielberger, (Eds.), *Stress and anxiety (II)*. New York: Hemisphere.
- 渡辺恒夫 (1979). 心理的時間 高知大学学術研究報告 人文科学, **28**, 47-61.
- 山崎勝之 (1995). タイプA性格の形成過程 心理学評論, **38**, 1-24.

Basic Study on Time Anxiety

—Creating a time anxiety scene scale and investigating

the association between obsessive-compulsive tendencies and Type A personalities—

TOMOMI FUKAGAWA (*Graduate School of Psychology, Kurume University*)

MIKIO HIDAKA (*Department of Psychology, Faculty of Literature, Kurume University*)

Abstract

For study I, designed to create a scale to measure the time anxiety that occurs in various scenarios, we administered a questionnaire to 266 male college students (mean age 19.3 years, SD = 2.72). The time anxiety scene scale measure consists of three factors: elapsed consciousness, anticipated concern, and unfulfilled purpose, and was shown to be sufficiently reliable and valid.

For study II, examined whether time anxiety affects individuals with Type A personalities and obsessive-compulsive tendencies. Elapsed consciousness was found to have a significant effect on these individuals. This indicates that elapsed consciousness is an important factor in determining Type A compulsive trends. Therefore, intervention that anxiety for elapsed consciousness may relax Type A tendencies due to the reduction of pathological compulsive tendencies.

Key words: Time anxiety, Time anxiety scene, Obsessive-compulsive tendencies, Type A