

# 心の“硬さ”に基づく支援システム

山下利之

(首都大学東京 都市教養学部)

中高年齢者の再就職を困難にしている心理的要因のひとつとして、今までの経験やイメージに固執し、再就職の選択を自ら狭めていることがある。個人の今までの経験が成功経験であればあるほど、固執が強くなると考えられる。そのため、ある一つのことに注意が集中してしまっていて、そこから抜け出せなくなる、柔軟に可能性を吟味できないなど、若年者だと容易にクリアできてしまう些細な問題が再就職の妨げになっていることがある。

## 硬さ (rigidity) とは:

### 1. 日常的意味:

融通がきかない, 柔軟性がない, 一つの考えや行動パターンに凝り固まっているなどの意味

### 2. 心理学における定義:

ある状況で適切であった行動が, もはや他の状況で適切でなくなった後も持続する傾向

### 3. 硬さの諸側面

#### (1) 知覚における硬さ

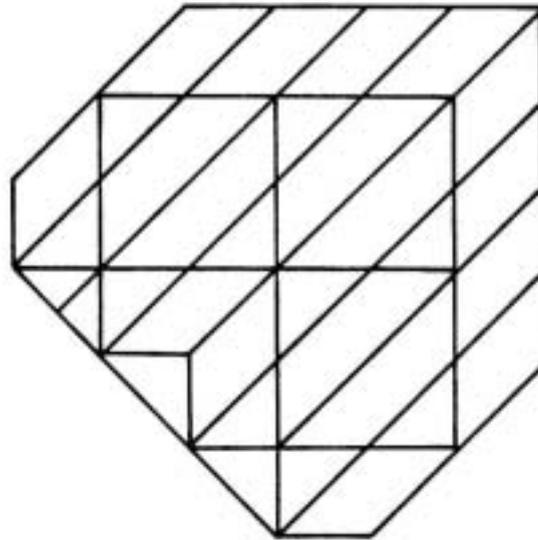
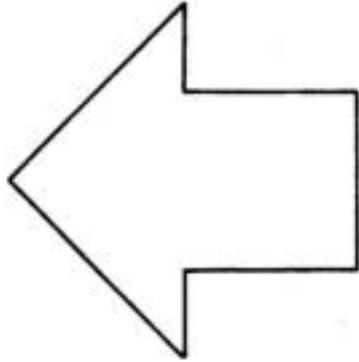
#### (2) 問題解決を阻害する要因としての硬さ

)機能的固執性 (functional fixity)

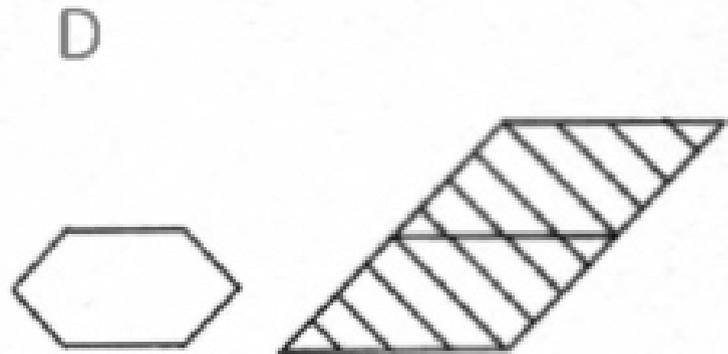
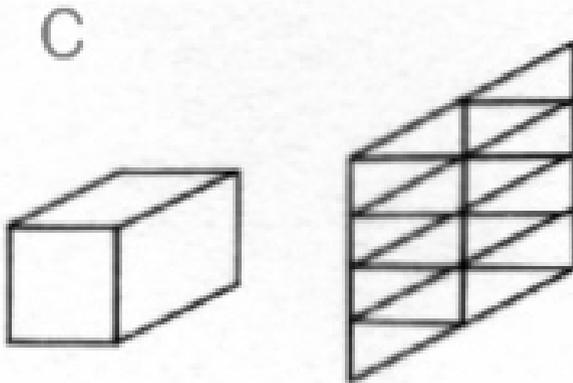
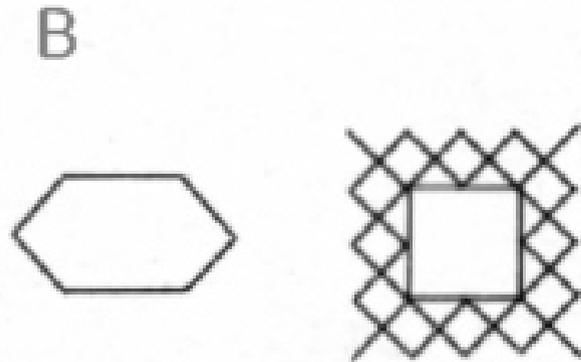
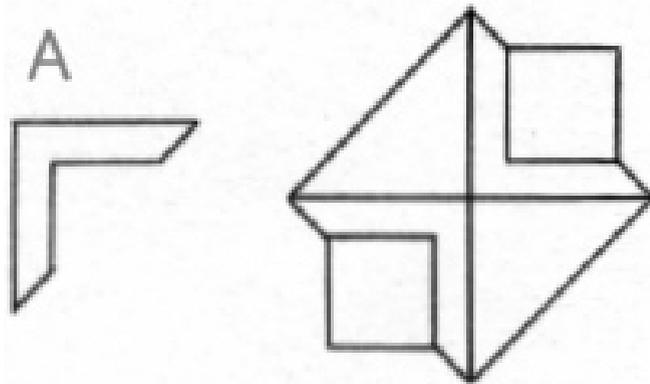
それが目の前で現在どのように使われているかにとらわれてしまって、その潜在的機能に気がつかない

)構え (set) または固執 (perseveration)

より適切な解決方法があるにもかかわらず、習慣的 (過去に成功した) 方法に固執



ゴッチャルトの埋め込み図形



ゴッチャルト・テスト

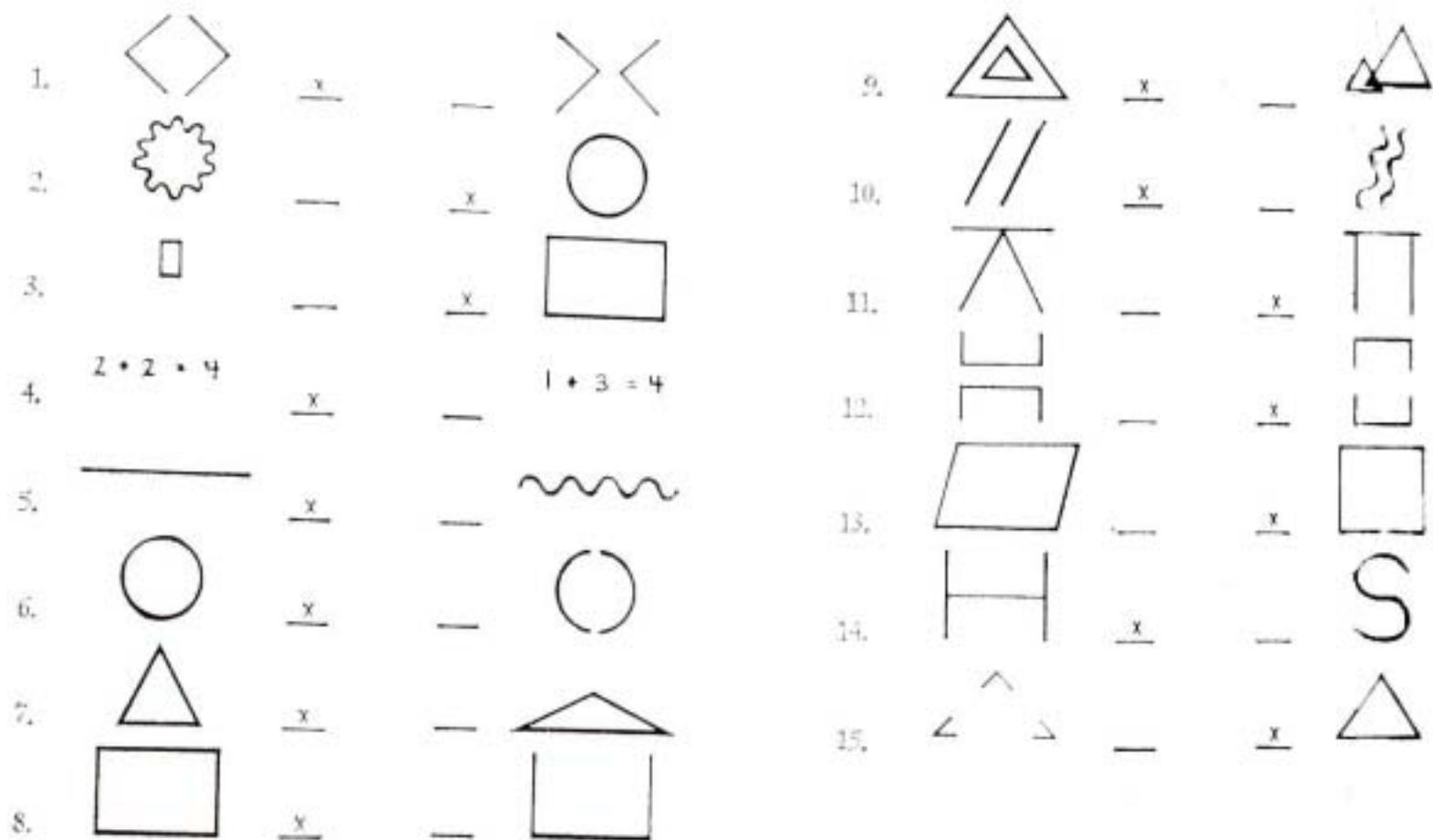
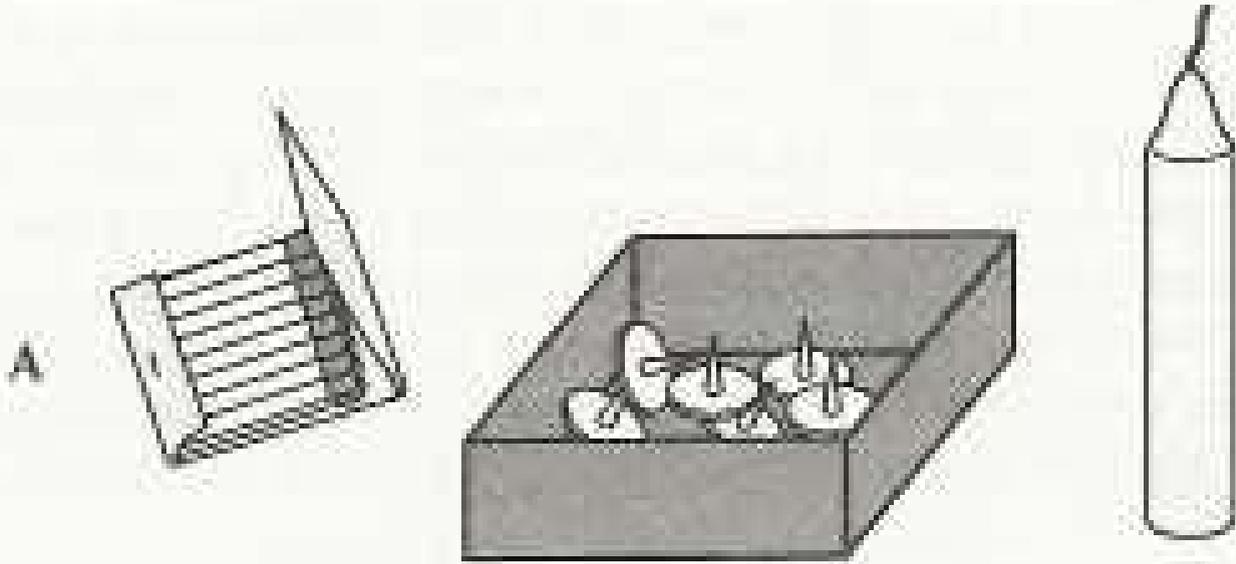


FIG. 1. Items in the Breskin Rigidity Test (x denotes criterion key), © 1968 by Stephen Breskin. (The material was presented in two columns on one page to S.)



## ろうそく問題 (Duncker, 1945)

一本のろうそく，マッチ，画鋸が入った箱がある．この絵に示されている品物だけを使って，ろうそくがうまく燃えるように，そのろうそくを壁にとりつけること．

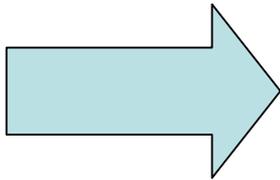
## 水がめ問題 ( Luchins, 1939 )

問題	水がめ Aの容量	水がめ Bの容量	水がめ Cの容量	求められる 水量
1	21	127	3	100
2	14	163	25	99
3	18	43	10	5
4	9	42	6	21
5	20	59	4	31
6	23	49	3	20
7	15	39	3	18
8	28	76	3	25
9	18	48	4	22
10	14	36	8	6

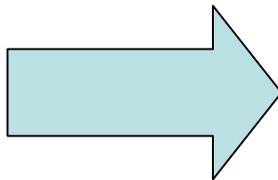
# 心の“硬さ”に関する知見

1. 心の“硬さ”は学習能力，問題解決能力とは関係がない．
2. 自分の“硬さ”に気づくことが，学習，問題解決を改善する．

特定の問題に固執して抜け出せない,新しい環境や状況に順応しようとする気がないなど,新たな可能性を考えることができない原因を,心の“硬さ”の観点から分析し,プロフィールの形でフィードバックする.

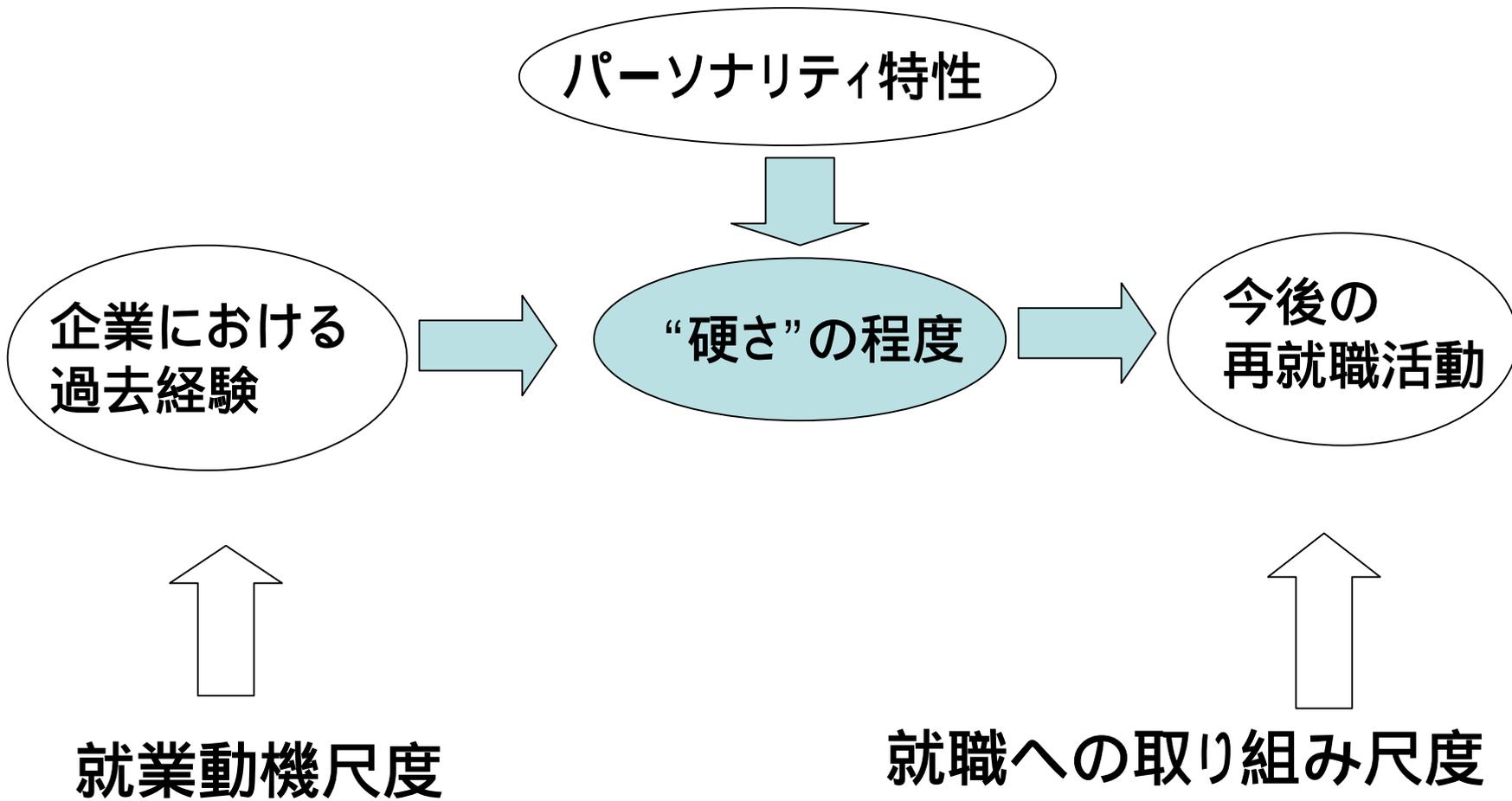


“硬さ”のプロフィールに基づき,各タイプに適切なアドバイスを提示する.



新たな第一歩のために必要なことの自覚,自信とチャレンジ精神の復活のきっかけを与える.

心の“硬さ”に基づく支援システムの流れ



# 就業動機に関する3つの下位尺度

## (1) 第1因子: ゆとり・規則的生活重視

- 7. ストレスや疲労が少ない
- 6. 一日の労働時間が短い
- 8. 生活が規則的である
- など

## (2) 第2因子: 収入・社会的評価重視

- 3. 収入が多い
- 5. 将来が安定している
- 2. 他者や社会に認められる

## (3) 第3因子: やりがいい・能力発揮重視

- 1. やりがいいと感じられる
- 4. 能力が十分に発揮できる

# “硬さ”の5つの下位尺度

## 1.非順応性

新しい環境,新しい人間関係,新しい仕事内容にすぐに適応できない傾向

## 2.柔軟性・応用力の欠如

状況に応じて機転をきかせたり,臨機応変に対応したり,いままでの経験で学んだことを状況に応じて変化させて対処したりするのが苦手な傾向

## 3.固執性

今までの自分のやり方,自分の考え方をなかなか変えられない頑固さや固執性の強さ

## 4.想像力・創造性の欠如

想像を膨らませる,他人の考え方に思いをめぐらせる,突飛もない新しい可能性をあれこれ考えるなどの想像力・創造性に欠ける傾向

## 5.過度の規律遵守

決まりやマニュアルを過度に重視して過度にそれに従う傾向

# 就職への取り組み尺度の3つの因子

## (1) 第1因子: 現状認識

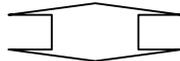
- 3. 就職の問題はどこか他人事のような感じがする
- 20. 自分がどんな状況に置かれているか, あまり深く考えない



- 5. 就職活動のための具体的手順を明らかにできると思う
- 7. 就職について率直に相談できる人がいる

## (2) 第2因子: 自信

- 2. 希望する職業が自分に合った仕事かどうか不安である



- 15. 就職の可能性のある職業でどの程度うまくやっていけるかどうかを判断できそうである

## (3) 第3因子: 自己理解

- 1. 自分の適性・能力を理解している
- 6. 自分の興味を理解している

# システムの導入部の表示

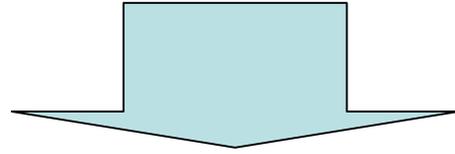
## (1) 全体的説明

「心の硬さ」とは

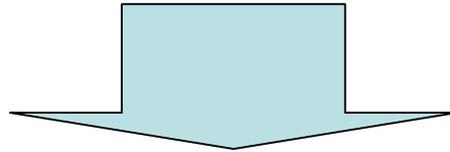
“いい考えが浮かばないな、頭が硬くなってきているのかな”、  
“年をとったのかな、頭が硬くなっているな”という表現が日常的に聞かれるように、年齢とともに思考の柔軟性が少しずつ失われ、いわゆる頭が”“硬く”なっていると感じることがある。

しかし、そうはいつでも、日常の生活の中で、自分がどのように、どの程度、”“心が硬く”、それがいかに新しいチャレンジや自分の可能性発見を妨げているのか、なかなか気づきにくいものです。

そこで、ここでは自分の“心の硬さ”がどのような性質のものであって、どの程度のものであるかを、簡単な質問に回答してもらうことによって測定してみます。



## (2) 心の“硬さ”の下位尺度の説明



## (3) 説明(続き)

上に示した「心の硬さ」のそれぞれの構成特性は、社会活動にとってプラスになる面もありますが、あまり強すぎるとしばしば自分の新しい可能性の発見や新しい経験へのスタートを困難にします。自分の特性を知ることがその困難を乗り越える第一歩となります。

# システムの入出力

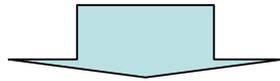
(1) ユーザの入力:

心の“硬さ”尺度に関する評定.



(2) モデル:

就業動機, 心の“硬さ”, 職業への取り組み  
尺度間の関連に関するモデルにより, ユーザ  
の問題を推定.



(3) システムの出力: モデル:

推定された問題に応じて, コメントを表示.

# “非順応性”得点の高い人に対するアドバイス

## (1) 全体的アドバイス

あなたは特に、新しい環境、新しい人間環境、新しい仕事内容に、なかなか適応できない傾向があります。新しい経験は誰にとっても、初めはなかなかなじめないものです。あまりあれこれと考えずに、すんなりと新しい環境に溶け込むことを心がけましょう。

社会でうまく成功している人は、好きな仕事に就くことができた人よりも、たまたま縁があった職業でその仕事が好きになれる人です。新しい状況をまず好きになることが大切です。

## (2) 再就職活動している人へのアドバイス

“非順応性”得点の高い人は、新しい職場でうまくやっていけるだろうか、新しい職場で毎日気持ちにはりのある生活が送れるだろうか、という自信喪失に陥りがちです。

将来に対して、楽観的な自信を持ちましょう。心配のたいたいが取り越し苦労で、やり始めたら、たいていのものがうまくいくはずですよ。

## すべての下位尺度得点が低い人に対するアドバイス

ふつうは年齢に伴って、思考の柔軟性が少しずつ失われ、いわゆる“心の硬さ”が徐々に増加するものです。しかし、あなたは、“心の硬さ”の程度が低く、とても柔軟で適応的な特性を持っています。新しい状況や環境にすぐに慣れ、“新たに生じるさまざまな問題にも臨機応変に対処できる柔軟性と適応性をもっているといえます。このあなたの優れた特性をいつまでも持ち続けるようにしてください。

ただし、“硬さ”の程度があまりにも低い人は、頑固さや信念に乏しく、状況に流される傾向があります。自分というものをしっかりと持って、物事に立ち向かうことが必要です。