

自制可能な精神的有利な特徴 (Self-Control for Mental Disadvantage)は[自制判定](#)によってその悪影響を回避できる[精神的不利な特徴](#)。

自制可能な精神的不利な特徴の獲得CPにはアスタリスク(\*)がついており、これでその[精神的不利な特徴](#)が自制可能かどうか判断できる。

## 自制判定

[精神的不利な特徴](#)には [自制可能な精神的不利な特徴](#) (Self-Control for Mental Disadvantage)という自制可能なものがあり、自制判定に成功するとこの自制を抑えることができる。CPの倍率を調整しないときの基準値は12で、3D6を振って12以下を出すと抵抗できる。マイナスCPを余分に獲得するか、逆に減らすかでこの抵抗頻度を調整できる。CPの端数は切り捨てる。

マイナスCPを倍にすると自制値が半分になり、ほとんど自制できなくなる。マイナスCPを半分にすると、ほとんど自制できる。

抵抗頻度	自制値	CP消費
まれ	6	2倍
ときどき	9	1.5倍
だいたい	12	1倍(標準)
ほぼいつでも	15	0.5倍

[GURPS第4版](#)では、[GURPS第3版](#)のときとは異なり、このように自制判定の目標値が[知力](#)基準ではなくなった。これによって、知力が高いPCが、殆ど影響を受けない[精神的不利な特徴](#)ばかりとって、CPを稼いで得をすることができなくなった。第4版ではいくら知力が高くても自制判定で有利になることはない。その分だけゲームバランスは改善されたということである。

## 自制可能な精神的不利な特徴一覧

この一覧は、[不利な特徴一覧](#)のうち、[自制可能な精神的不利な特徴](#)のみを集めた一覧です。

表の「超常/特殊」の列は、「超常」が[超常的不利な特徴](#)、「特殊」が[特殊的不利な特徴](#)、無記名「-」が[一般的不利な特徴](#)であることを示しています。原書名および原書ページとは『[GURPS Basic Set: Characters](#)』での原書での呼び名と掲載ページ名を示しています。

特徴名	超常 / 特殊	消費CP	ページ	原書名	原書ページ	備考
<a href="#">悪夢</a>	-	-5*	p.118	<a href="#">Nightmares</a>	P.144-145	
<a href="#">異種族愛好</a>	-	-10*	p.120	<a href="#">Xenophilia</a>	P.162	
<a href="#">異常潔癖症 (汚れ恐怖症)</a>	-	-10*	p.127-128	<a href="#">Mysophobia</a> (Dirt)	P.149	「 <a href="#">汚れ恐怖症</a> 」の別名。「 <a href="#">恐怖症</a> 」を参照。
<a href="#">異人恐怖症</a>	-	-15*	p.127-128	<a href="#">Xenophobia</a> (Strange and Unknown Things)	P.150	「 <a href="#">恐怖症</a> 」を参照。

特徴名	超常 / 特殊	消費 CP	ページ	原書名	原書 ページ	備考
<a href="#">イヌ恐怖症</a>	-	-5*	p.127-128	<a href="#">Cynophobia</a> (Dogs)	P.149	「 <a href="#">恐怖症</a> 」を参照。
<a href="#">命知らず</a>	-	-15*	p.121	<a href="#">On the Edge</a>	P.146-147	
<a href="#">うつ</a>	-	-15*	p.122	<a href="#">Chronic Depression</a>	P.126	
<a href="#">移り気</a>	-	-10*	p.122	<a href="#">Short Attention Span</a>	P.153	
<a href="#">臆病</a>	-	-10*	p.122	<a href="#">Cowardice</a>	P.129	
<a href="#">怪物恐怖症</a>	-	-15*	p.127-128	<a href="#">Teratophobia</a> (Monsters)	P.150	「 <a href="#">恐怖症</a> 」を参照。
<a href="#">海洋恐怖症</a>	-	-10*	p.127-128	<a href="#">Thalassophobia</a> (Oceans)	P.150	「 <a href="#">恐怖症</a> 」を参照。
<a href="#">解離性同一性障害</a>	-	-15*	p.145	<a href="#">Split Personality</a>	P.156	Split Personalityの特徴名として、精神医学上のある種の病名をあてた訳語。GURPS第4版で採用されている「 <a href="#">統合失調症</a> 」よりも適切な訳であると考えられている。ただし、特徴の効果に即した「 <a href="#">多重人格</a> 」のほうがより適切な訳であるとの指摘もある。GURPS第3版文庫版では「 <a href="#">精神分裂</a> 」、完訳版では「 <a href="#">多重人格</a> 」と訳されていた。
<a href="#">かんしゃく</a>	-	-10*	p.124	<a href="#">Bad Temper</a>	P.124	
<a href="#">機械恐怖症</a>	-	TL4以下で -5*, TL5以上で -15*	p.127-128	<a href="#">Technophobia</a> (Machinery)	P.150	「 <a href="#">恐怖症</a> 」を参照。
<a href="#">気持ち悪いものが嫌い</a>	-	-10*	p.125	<a href="#">Squeamish</a>	P.156	

特徴名	超常 / 特殊	消費 CP	ページ	原書名	原書ページ	備考
<a href="#">強迫観念</a>	-	-5 ~ -15*	p.125-127	<a href="#">Compulsive Behavior</a>	P.128-129	「 <a href="#">脅迫行為</a> 」のほうが適切な訳？『 <a href="#">R&amp;R SP2</a> 』では「 <a href="#">病的な行動</a> 」と訳されている。
<a href="#">強迫行為</a>	-	-5 ~ -15*	p.125-127	<a href="#">Compulsive Behavior</a>	P.128-129	「 <a href="#">強迫観念</a> 」の適切な訳？『 <a href="#">R&amp;R SP2</a> 』では「 <a href="#">病的な行動</a> 」と訳されている。
<a href="#">恐怖症</a>	-	さまざま*	p.127-128	<a href="#">Phobias</a>	P.148-150	説明に「 <a href="#">孤独恐怖症</a> 」「 <a href="#">血液恐怖症</a> 」「 <a href="#">ネコ恐怖症</a> 」「 <a href="#">群集恐怖症</a> 」「 <a href="#">暗闇恐怖症</a> 」「 <a href="#">死体恐怖症</a> 」「 <a href="#">汚れ恐怖症</a> 」（「 <a href="#">異常潔癖症</a> 」）「 <a href="#">イヌ恐怖症</a> 」「 <a href="#">閉所恐怖症</a> 」「 <a href="#">炎恐怖症</a> 」「 <a href="#">高所恐怖症</a> 」「 <a href="#">昆虫恐怖症</a> 」「 <a href="#">騒音恐怖症</a> 」「 <a href="#">機械恐怖症</a> 」「 <a href="#">魔法恐怖症</a> 」「 <a href="#">怪物恐怖症</a> 」「 <a href="#">"13"恐怖症</a> 」「 <a href="#">海洋恐怖症</a> 」「 <a href="#">広場恐怖症</a> 」「 <a href="#">超能力恐怖症</a> 」「 <a href="#">爬虫類恐怖症</a> 」「 <a href="#">性恐怖症</a> 」「 <a href="#">尖端恐怖症</a> 」「 <a href="#">クモ恐怖症</a> 」「 <a href="#">異人恐怖症</a> 」「 <a href="#">太陽恐怖症</a> 」「 <a href="#">武器恐怖症</a> 」を含む。
<a href="#">狭量</a>	-	さまざま	p.128	<a href="#">Intolerance</a>	P.140	
<a href="#">嫌い</a>	-	-1	p.158	<a href="#">Dislikes</a>	P.164	「 <a href="#">くせ</a> 」。「 <a href="#">恐怖症</a> 」に例示されているような対象を、単に嫌うに対象した不利な特徴。
<a href="#">くいしんぼ</a>	-	-5*	p.128	<a href="#">Gluttony</a>	P.137	
<a href="#">クモ恐怖症</a>	-	-5*	p.127-128	<a href="#">Arachnophobia</a> (Spiders)	P.150	「 <a href="#">恐怖症</a> 」を参照。
<a href="#">暗闇恐怖症</a>	-	-15*	p.127-128	<a href="#">Scotophobia</a> (Darkness)	P.149	「 <a href="#">恐怖症</a> 」を参照。
<a href="#">群集恐怖症</a>	-	-15*	p.127-128	<a href="#">Demophobia</a> (Crowds)	P.149	「 <a href="#">恐怖症</a> 」を参照。
<a href="#">けちんぼ</a>	-	-10*	p.128-129	<a href="#">Miserliness</a>	P.144	

特徴名	超常 / 特殊	消費 CP	ページ	原書名	原書ページ	備考
<a href="#">血液恐怖症</a>	-	-10*	p.127-128	<a href="#">Hemophobia</a> (Blood)	P.149	「 <a href="#">恐怖症</a> 」を参照。
<a href="#">好奇心</a>	-	-5*	p.130	<a href="#">Curious</a>	P.129	
<a href="#">高所恐怖症</a>	-	-10*	p.127-128	<a href="#">Acrophobia</a> (Heights)	P.150	「 <a href="#">恐怖症</a> 」を参照。
<a href="#">好色</a>	-	-15*	p.130	<a href="#">Lecherousness</a>	P.142	
<a href="#">強欲</a>	-	-15*	p.130	<a href="#">Greed</a>	P.137	
<a href="#">孤独恐怖症</a>	-	-15*	p.127-128	<a href="#">Autophobia</a> (Being Alone)	P.149	「 <a href="#">恐怖症</a> 」を参照。
<a href="#">昆虫恐怖症</a>	-	-10*	p.127-128	<a href="#">Entomophobia</a> (Insects)	P.150	「 <a href="#">恐怖症</a> 」を参照。
<a href="#">サディスト</a>	-	-15*	p.131	<a href="#">Sadism</a>	P.152	
<a href="#">残忍</a>	-	-10*	p.131	<a href="#">Bloodlust</a>	P.125	
<a href="#">自信過剰</a>	-	-5*	p.132	<a href="#">Overconfidence</a>	P.148	
<a href="#">私心がない</a>	-	-5*	p.132	<a href="#">Selfless</a>	P.153	
<a href="#">自尊心が強い</a>	-	-5*	p.133	<a href="#">Selfish</a>	P.153	『R&R SP2』では「 <a href="#">わがまま</a> 」と訳されている。
<a href="#">死体恐怖症</a>	-	-10*	p.127-128	<a href="#">Necrophobia</a> (Death and Dead)	P.149	「 <a href="#">恐怖症</a> 」を参照。
<a href="#">慈悲深い</a>	-	-15*	p.133	<a href="#">Charitable</a>	P.125	
<a href="#">"13"恐怖症</a>	-	-5*	p.127-128	<a href="#">Triskaidekaphobia</a> (Number 13)	P.150	「 <a href="#">恐怖症</a> 」を参照。
<a href="#">執念</a>	-	-5 / -10*	p.136	<a href="#">Obsession</a>	P.146	

特徴名	超常 / 特殊	消費 CP	ページ	原書名	原書ページ	備考
<a href="#">遵法精神</a>	-	-10*	p.136	<a href="#">Honesty</a>	P.138-139	『R&R SP2』では「 <a href="#">誠実</a> 」と訳されている。 <a href="#">GURPS第3版</a> でも「誠実」と訳されていた。
<a href="#">正直</a>	-	-5*	p.136-137	<a href="#">Truthfulness</a>	P.159	
<a href="#">性恐怖症</a>	-	-10*	p.127-128	<a href="#">Coitophobia</a> (Sex)	P.150	「 <a href="#">恐怖症</a> 」を参照。
<a href="#">制御できない衝動</a>	超常	-15*	p.139	<a href="#">Uncontrollable Appetite</a>	P.159	『R&R SP2』では「 <a href="#">自制できない衝動</a> 」と誤訳されている。
<a href="#">精神分裂</a>	-	-15*	p.145	<a href="#">Split Personality</a>	P.156	Split Personalityの訳語として <a href="#">GURPS第3版</a> 文庫版で採用されていた訳語だが、特徴の効果が実際の統合失調症（精神分裂は統合失調症の旧称）の症状と明らかに異なるため、誤訳である。 <a href="#">GURPS第3版</a> 完訳版では「 <a href="#">多重人格</a> 」と訳されていた。
<a href="#">先祖返り</a>	特殊	さまざま*	p.140	<a href="#">Stress Atavism</a>	P.156-157	『R&R SP2』では「 <a href="#">先祖がえり</a> 」と表記されている。
<a href="#">尖端恐怖症</a>	-	<a href="#">TL5</a> 以下で -15*, <a href="#">TL6</a> 以上で -10*	p.127-128	<a href="#">Aichmophobia</a> (Sharp Things)	P.150	「 <a href="#">恐怖症</a> 」を参照。
<a href="#">戦闘後硬直</a>	-	-5*	p.140	<a href="#">Post-Combat Shakes</a>	P.150	
<a href="#">騒音恐怖症</a>	-	-10*	p.127-128	<a href="#">Brontophobia</a> (Loud Noises)	P.150	「 <a href="#">恐怖症</a> 」を参照。
<a href="#">太陽恐怖症</a>	-	-15*	p.127-128	<a href="#">Heliophobia</a> (Sun)	P.150	「 <a href="#">恐怖症</a> 」を参照。

特徴名	<u>超常</u> / <u>特殊</u>	<u>消費</u> <u>CP</u>	ページ	原書名	原書 ページ	備考
<u>多重</u> <u>人格</u>	-	-15*	p.145	<u>Split Personality</u>	P.156	特徴名Split Personalityを、人格が多重になるという効果に即して訳したもので、 <u>GURPS第3版</u> 完訳版で採用されていた訳語。 <u>GURPS第4版</u> で採用されている「 <u>統合失調症</u> 」よりも適切な訳であると考えられている。ただし、現実の精神医学で用いられている病名である「 <u>解離性同一性障害</u> 」がより正確な訳であるとの指摘もある。GURPS第4版では「 <u>統合失調症</u> 」と訳されており、GURPS第3版文庫版では「 <u>精神分裂</u> 」と訳されていた。
<u>超能力</u> <u>恐怖症</u>	-	<u>超能力</u> が当たり前の世界で-15* <u>超能力</u> が知られていない世界で-10* 超能力が本質的に未知の世界で-5*	p.127-128	<u>Psionophobia</u> (Psionic Powers)	P.150	「 <u>恐怖症</u> 」を参照。
<u>直情</u>	-	-10*	p.142	<u>Impulsiveness</u>	P.139	
<u>適応</u> <u>能力</u> <u>がない</u>	-	-10*	p.144	<u>Confused</u>	P.129	『 <u>R&amp;R SP2</u> 』では「 <u>困惑</u> 」と訳されている。

特徴名	超常 / 特殊	消費 CP	ページ	原書名	原書ページ	備考
<a href="#">統合失調症</a>	-	-15*	p.145	<a href="#">Split personality</a>	P.156	Split Personalityの訳語として <a href="#">GURPS第4版</a> で採用されている訳語だが、特徴の効果が実際の統合失調症の症状と明らかに異なるため、誤訳である。GURPS第3版文庫版では「 <a href="#">精神分裂</a> 」、完訳版では「 <a href="#">多重人格</a> 」と訳されていた。
<a href="#">盗癖</a>	-	-15*	p.145-146	<a href="#">Kleptomania</a>	P.141	
<a href="#">トリックスター</a>	-	-15*	p.146	<a href="#">Trickster</a>	P.159	
<a href="#">ネコ恐怖症</a>	-	-5*	p.127-128	<a href="#">Ailurophobia</a> (Cats)	P.149	「 <a href="#">恐怖症</a> 」を参照。
<a href="#">バーサーク</a>	-	-10*	p.148-149	<a href="#">Berserk</a>	P.124	
<a href="#">爬虫類恐怖症</a>	-	-10*	p.127-128	<a href="#">Herpetophobia</a> (Reptiles)	P.150	「 <a href="#">恐怖症</a> 」を参照。
<a href="#">火が好き</a>	-	-5*	p.149	<a href="#">Pyromania</a>	P.150	<a href="#">GURPS第3版</a> では「 <a href="#">放火魔</a> 」と訳されていた。
<a href="#">人嫌い</a>	-	-5*	p.149	<a href="#">Loner</a>	P.142	
<a href="#">広場恐怖症</a>	-	-10*	p.127-128	<a href="#">Agoraphobia</a> (Open Spaces)	P.150	「 <a href="#">恐怖症</a> 」を参照。
<a href="#">武器恐怖症</a>	-	-20*	p.127-128	<a href="#">Hoplophobia</a> (Weapons)	P.150	「 <a href="#">恐怖症</a> 」を参照。
<a href="#">閉所恐怖症</a>	-	-15*	p.127-128	<a href="#">Claustrophobia</a> (Enclosed Spaces)	P.149	「 <a href="#">恐怖症</a> 」を参照。
<a href="#">炎恐怖症</a>	-	-5*	p.127-128	<a href="#">Pyrophobia</a> (Fire)	P.150	「 <a href="#">恐怖症</a> 」を参照。

特徴名	超常 / 特殊	消費 CP	ページ	原書名	原書ページ	備考
<a href="#">魔法恐怖症</a>	-	魔法が当たり前の世界で-15* 魔法が知らない世界で-10* "本物"の魔法が未知の世界で-5*	p.127-128	<a href="#">Manaphobia</a> (Magic)	P.150	「 <a href="#">恐怖症</a> 」を参照。
<a href="#">無関心</a>	-	-5*	p.153	<a href="#">Incurious</a>	P.140	
<a href="#">夢遊病</a>	-	-5*	p.154	<a href="#">Sleepwalker</a>	P.154	
<a href="#">優柔不断</a>	-	-10*	p.156	<a href="#">Indecisive</a>	P.140	
<a href="#">汚れ恐怖症</a> ( <a href="#">異常潔癖症</a> )	-	-10*	p.127-128	<a href="#">Mysophobia</a> (Dirt)	P.149	「 <a href="#">恐怖症</a> 」を参照。
<a href="#">弱いものいじめ</a>	-	-10*	p.156	<a href="#">Bully</a>	P.125	『R&R SP2』では「 <a href="#">乱暴者</a> 」と訳されている。