

学習性無力感に関する研究
— その7 解決不可能課題の経験が後の帰属および
課題遂行にあたえる効果 —

青柳 肇* 大芦 治** 細 田 一 秋***

**The Effects of the Unsolvable Problems upon Attribution
and Post Performance**

Hajime Aoyagi*, Osamu Ohashi** and Kazuaki Hosoda

The purpose of this study was to examine Diathesis-Stress Model of Depression (Metalsky et al., 1987) and Our model of learned helplessness (Aoyagi et al., 1985), which hypothesized personality trait (diathesis) as tendency to learned helplessness and causal attribution after failure as meditation component. 223 college students were administered helplessness Scale (Aoyagi et al., 1986) and then exposed to solvable or unsolvable problems. As predicted, helpless Ss who were given unsolvable problems attributed for failure more stably, uncontrollably than non-helplessness Ss. But helpless Ss didn't attributed more globally internally. Furthermore, Ss who were given unsolvable problems and internally, stably and globally attributed showed slightly performance deficit on test problems than externally, unstably and specifically. The result supported partially the predictions and discussed in term of need for the integration of reformulated learned helplessness model (Abramson, et al., 1978).

序

1978年に, Abramson, Seligman, and Teasdale, 1978¹⁾によって改訂学習性無力感理論 (Reformulated learned helplessness theory; 以下, 改訂LH理論と略す.)が提出されてから, ヒトの学習性無力感と帰属に関する研究が盛んに行われるようになってきた。改訂LH理論はその後10年あまりの歳月を経て幾度かの変遷を遂げているが, 近年では, 抑うつ²⁾の素質—ストレスモデル (Diathesis—Stress Model) として一応の定着を見てい

る (Abramson, Alloy, and Metalsky, 1988²⁾)。このモデルは, 改訂LH理論が示した抑うつ²⁾の帰属スタイル (否定的な出来事の原因を内的 (internal) で安定的 (stable) で全体的 (global) な次元に帰属する負の抑うつ²⁾の帰属スタイルと, 肯定的な出来事の原因を外的 (external) で不安定的 (unstable) で特殊的 (specific) な次元に帰属する正の抑うつ²⁾の帰属スタイル) を素質と見なしている。そして, この抑うつ²⁾な素質をもったヒトが否定的な出来事を経験すると, その原因に対する帰属が行われ, 更に将来に対しても否定的な結

* 人間基礎科学科

** 上智大学

*** 早稲田大学文学部

* Department of Basic Human Sciences

** Sophia University

*** School of Literature

果がおこるだろうという期待 (expectancy) を形成し、抑うつになるとしている。なお、この抑うつの素質について Abramson らは詳しくは述べていないが、パーソナリティ特性 (trait) に相当するものと見なしているようである (Peterson and Seligman, 1985³⁾)。

Metalsky ら (1978)⁴⁾ は、以下のような研究によってこのモデルを証明している。彼らは、中間試験を間近に控えた大学生を被験者にして、彼らに、帰属スタイル質問紙 (Attributional Style Questionnaire; ASQ; Seligman et al, 1979⁵⁾)、および、中間試験で自分がどれほどの評点を取ることにによって失敗と見なすかを問う質問を予め実施しておいた。そして、その後、中間試験の成績が返却されたのち、試験の評点が先の評定値を下回った失敗群の被験者と、評点が評定値を上回った成功群の抑うつのムードが測定した。その結果、成績が返却された直後は失敗群の被験者はみな抑うつのムードが高まっていたが、3日後に再びムードを測定したところ、今度は、失敗群の被験者の中でも試験前に ASQ によって抑うつの帰属スタイルをもっているとされた被験者のみが抑うつのムードを持続させていた。

この研究は、実際の学業達成場面を巧みに用いた研究計画によって素質—ストレスモデルを証明しているが、中間試験に失敗した被験者が実際にどのような帰属を行ったか、また、試験の失敗によって形成された抑うつのムードが旧来からの L H 理論が予測するような後続の課題遂行の低下となってあらわれるかどうかなど必ずしも明かにされていない面もある。

ところで、素質—ストレスモデルが抑うつの帰属スタイルをパーソナリティ特性と見なしているのと同様、筆者らのモデルでも学習性無力感への陥り易さをパーソナリティ変数と見なしている (青柳, 細田, 小嶋, 1985⁶⁾)。

筆者らは、学習性無力感を度重なる対処不可能なストレスの経験によって形成されるパーソナリティ変数と考えている。そして、このパーソナリティ変数が、また新たな対処不可能なストレスの経験によって意識レベルでの原因帰属や絶望感、無力感などの感情、行動レベルでの学習性無力感

の諸症状 (自発的反応欠如、課題遂行の低下) を形成すると考えている。

この筆者らのモデルは、学習性無力感の生起の原因としてパーソナリティと対処不可能なストレスの双方を仮定する点で、Abramson らの素質—ストレスモデルとかなり近似したものであるといえる。異なる研究の流れから作られた2つの学習性無力感のモデルのこのような類似は、ある意味では、今後のヒトの学習性無力感の研究の進むべき道を示しているともいえる。

しかし、これまでの筆者らの研究においては、無力感の高い被験者が、抑うつの帰属スタイルをもっていることは一部確認したものの (強矢, 細田, 高島, 青柳, 1987⁷⁾)、無力感の高い者が実際の対処不可能なストレス場面の経験によってその失敗の原因どのように帰属するかは確認されていない。このことは、前述したように素質—ストレスモデルの一連の研究においても同様である。そして、さらに筆者らの研究および素質—ストレスモデルの研究の流れにおいても、その原因帰属が後続の課題遂行にどのような効果をもたらすかについても、まだ、十分な検討はなされてはいない。

したがって、本研究では、この「学習性無力感に陥り易いパーソナリティ (抑うつの素質) → 対処不可能なストレスの経験 → 原因帰属 → 後の課題遂行の低下」という一連のプロセスを実験的な課題場面を用いて検討していきたい。

目 的

学習性無力感に陥り易いパーソナリティをもった被験者は解決不可能な認知課題の経験によって、その原因を内的で安定的で全体的な次元に帰属し、更に、そのような帰属を行うことによって後続のテスト課題の遂行の低下がみられるかどうかを検討する。

方 法

被験者; 埼玉県内の私立大学生223名 (男子82名, 女子141名)

実験計画; 前処置課題の解決可能/解決不可能、および、被験者の無力感への陥り易さのそれぞれを独立変数とし、前処置課題後におこなわれ

る帰属の評定とテスト課題の遂行が従属変数として測定された。

手続き；①無力感の測定；被験者は教室に着席後、一斉に学習性無力感への陥り易さを測定する尺度である無力感尺度（青柳ら，1986）が実施された。41項目4件法，得点範囲は41～164点である。約10分間を要した。

②これに続いて，被験者はランダムに2群に分けられ，前処置課題として，解決不可能あるいは解決可能な課題を与えられた。時間は約30分であった。この課題は青柳，大芦（1990）⁸⁾で用いられたものを一部改変したもので，算数課題とアナグラム課題がそれぞれ20問，計40問から構成されている。このうち，解決不可能課題は算数課題の20問中10問が解決不可能な課題となっている。なお，解決可能な課題は全問正答が可能（解決可能）なものとなっている。

③帰属の評定；前処置課題の終了後，前処置課題に対する原因帰属の評定が行われた。帰属の評定は，帰属スタイル質問紙（Attributional Style Questionnaire；Seligman et al, 1979）⁵⁾の形式を踏襲したものである（表1）。まず前処置課題に対する主観的な成功感を評定させた後，成功あるいは失敗と評定させた原因を記述させた。そして，その原因が内的／外的なものであるか，安定的／不安定的なものせあるか，また，全体的／特殊なものであるかの3次元についてそれぞれ評定させた。さらに，この原因が，重要であるかどうか，また，コントロール可能であるかの2次元についても併せて評定させた。所要時間は約10分であった。

④テスト課題の実施；これに続いて，全ての被験者に一斉に同じテスト課題が実施された。テスト課題も青柳，大芦（1990）⁸⁾で用いられたものと同じもので，前処置課題と同様の算数課題，アナグラム課題それぞれ20問，計40問から構成されている。全問解決可能な課題である。テスト課題は30分間とし，それ以前に終了したものはその時点で，それ以外の者は30分経過の後課題を提出し実験を終了した。

結 果

解決不可能課題とテスト課題の関係；まず，前処置課題の群分けがテスト課題にあたえる効果の有無について検討する。テスト課題の算数課題について，解決不可能な前処置課題をあたえられた被験者群（解決不可能群）の正当数が20問中14.30問，同じく解決可能な前処置課題をあたえられた群（解決可能群）が16.17問でこの差は有意なものであった（ $t=3.23$, $p<.01$ ）。この結果は，筆者らの先の研究の結果（青柳，大芦，1990）と一致する。一方，アナグラム課題の遂行成績については両群に有意差はなかった（ $t=.93$, $p=.35$ ）。この結果は，解決不可能課題の経験によるテスト課題の遂行成績の低下は，類似課題である算数課題においては認められたものの，この効果のアナグラム課題への般化は見られなかったこととなる。

解決不可能課題と帰属；つぎに，前処置課題の終了後実施された帰属の評定について，解決可能群，解決不可能群に分けて分析した。各群別に，主観的成功感の評定，帰属の各次元（内的－外的，安定的－不安定的，全体的－特殊的），3次元の合計，controllability，重要さの次元について，無力感尺度得点の上位4分の1の被験者（高無力群），下位4分の1の被験者（低無力群）の間でt検定を行った。その結果，解決不可能群では主観的成功感の評定（ $t=2.07$, $p<.05$ ），安定的－不安定的の次元（ $t=2.16$, $p<.05$ ），3次元の合計（ $t=2.08$, $p<.05$ ），controllabilityの次元（ $t=2.718$, $p<.01$ ）の各得点で，高無力群の被験者と低無力群の被験者の間に有意な差がみられた。一方，解決可能群においては，主観的成功感の評定，帰属の各次元，3次元の合計の得点のいずれにおいても，無力感の高低によって有意な差は見いだされなかった（表2参照）。結果は，学習性無力感に陥り易いパーソナリティ特性をもつ被験者は解決不可能課題というストレスの経験によって，抑うつ的な帰属の評定を行うことを示したものである。

抑うつ的な帰属とテスト課題の関係；次に，解決不可能な課題の経験によって形成された抑うつ的な帰属が，後続のテスト課題に与える効果につい

表1 帰属の評定に用いられた質問

番号 ()		氏名 ()	
1. 今の課題はどのくらいできたと思いますか。(あてはまるところの数字に○)			
5. かなりよくできた。			
4. よくできた。			
3. どちらでもない。			
2. あまりよくできない。			
1. よくできない。			
2. 今の課題がうまくできた(うまくできなかった)ことの原因についてうかがいます。			
①最大の原因はなんでしょうか。()			
②この原因は、あなた自身の要因(性格、得意など)に関係している原因でしょうか。それとも、問題の難易度など外部の要因に関係している原因でしょうか。			
完全に外部の 要因に関係 している。		1 2 3 4 5 6 7	完全に私自身の 要因に関係して いる。
③この原因は今後こうした課題をとくときに起こる出来事の原因となるでしょうか。			
今後2度と 原因となら ない。		1 2 3 4 5 6 7	今後も必ず 原因となる。
④この原因はこの課題についてだけ影響する原因ですか。それとも、あなたの生活全般に影響する原因ですか。			
この課題だけ に影響する。		1 2 3 4 5 6 7	私の生活全般に 影響する。
⑤この原因は、あなた自身でコントロールできる原因でしょうか。			
完全に自分で コントロール できる。		1 2 3 4 5 6 7	まったく自分では コントロールでき ない。
⑥この課題はあなたにとってどの程度重要ですか。			
まったく 重要でない。		1 2 3 4 5 6 7	きわめて 重要である。
6. その他感じることなど御自由に記入してください。			

表2 前処置課題終了後の帰属の評価

		低無力感		高無力感		t 値
次 元		\bar{X} (N)	S D	\bar{X} (N)	S D	
解決不可能群	主観的成功感	1.86(29)	.79	1.53(39)	.60	2.07*
	internal	4.76	.85	5.18	.60	1.00
	stable	5.28	.31	5.92	.16	2.16*
	global	3.79	.74	4.39	.79	1.37
	3次元合計	13.83	3.27	15.49	3.24	2.08*
	controllability	3.31	1.58	4.39	1.63	2.72**
	重要さ	3.21	1.78	3.41	1.45	.51
解決可能群	主観的成功感	2.77(17)	1.25	2.13(16)	.89	1.69
	internal	5.88	.99	5.19	1.47	1.60
	stable	5.41	.94	5.57	1.21	.40
	global	4.29	1.86	4.67	1.58	.65
	3次元合計	15.59	2.67	15.44	2.83	.16
	controllability	3.47	1.40	3.88	1.63	.70
	重要さ	3.29	1.26	4.38	1.97	1.89+

** ; $P < .01$ * ; $P < .05$ + ; $P < .10$

て検討したい。不可能群の被験者のうち、帰属の評価が3次元とも各次元の平均値（内的-外的の次元 $\bar{X}=5.13$, 安定的-不安定的の次元 $\bar{X}=5.38$, 全体的-特殊の次元 $\bar{X}=4.07$ ）を上回る被験者26人を抑うつの帰属群とし、またこれとは逆に、3次元とも平均値を下回る被験者35人を非抑うつの帰属群とした。そして、両群の合計61人の中から3次元合計の値が上位4分の1の得点範囲に属する群と、下位4分の1の得点範囲に属する群との間でのテスト課題の算数問題の得点についてt検定を実施した。

その結果、抑うつの帰属群の被験者は、非抑うつの帰属群の被験者に比べ有意ではないがテスト課題の得点が低い傾向があった（抑うつの帰属群（ $n=14$ ）, $\bar{X}=12.64$, $S D=4.49$; 非抑うつの帰属群（ $N=12$ ）, $\bar{X}=15.58$, $S D=3.97$, $t=1.77$, $P < .10$ ）が、アナグラム課題ではそのような効果は認められなかった（抑うつの帰属群 $\bar{X}=16.50$, $S D=6.11$; 非抑うつの帰属群 $\bar{X}=15.14$, $S D=5.39$, $t=.59$, $P < .60$ ）。この結果は両群のサンプル数も少なく十分な比較ができたとはいえない。従って、今後は十分に被験者数を増やして検討する必要がある。とはいえ、このことは、解決不可能な課題を経験した被験者のなかでも、解決不可能課題による失敗の原因を内的で安

定的で全体的な次元に帰属した被験者ほど、後続のテスト課題の遂行が低下することが、わずかではあるが示唆されたことになる。

考 察

以上、本研究の結果をまとめると、①学習性無力感に陥り易いパーソナリティ（抑うつの素質）をもった被験者（高無力群）は、解決不可能課題の経験を経ることによって抑うつの帰属を行うことが証明された。②さらに、この解決不可能群の被験者のなかでもより抑うつの帰属を行った者ほど後続のテスト課題での遂行成績が低下することが、若干ではあるが示唆された。つまり、本研究は、学習性無力感に関する諸研究が報告してきた対処不可能経験による後続のテスト課題の遂行成績の低下という現象に、「学習性無力感に陥り易いパーソナリティ（抑うつの素質）→対処不可能なストレスの経験→原因帰属→後続の課題の遂行の低下」という一連のプロセスがあることを仮定し、十分とはいえないがその一部を実証したこととなる。このことは、学習性無力感の概念をパーソナリティ変数として捉えてきた筆者らの研究、および、Abramson らの抑うつの素質-ストレスモデルを若干ではあるが支持する方向にあるといえてよい。しかし、この結果は、以下の点でまだ、

十分なものとはいえないであろう。

まず、1つめとして、高無力群の被験者は解決不可能課題の経験によって、低無力群の被験者に比して抑うつ的な帰属を行うことが確認されたが、帰属の3次元を個別に見た場合、高無力群が低無力群に比して抑うつ的といえる帰属を行ったのは、わずかに安定性の次元のみで、他の2つの次元については3次元合計の場合有意な差が見られたものの、個別には有意な差は見られなかった。なお、Abramsonらは、近年、改訂LH理論を、抑うつの素質—ストレスモデルの発展形として抑うつの絶望感理論 (Hopelessness theory of depression) として改訂することを試みているが、この中でも、帰属の3次元中、内的一外的次元についてはその妥当性に疑問をもち理論から取り除くと述べている (Abramson, Metalsky and Alloy, 1989⁹⁾)。このように、帰属の3次元については、その個々の次元の妥当性に、今後も、十分な検討が加えられなくてはならないと思われる。

つぎに、前処置課題終了後の帰属評定による抑うつの帰属群の被験者が、非抑うつの帰属群に比して、テスト課題での遂行が低下することは若干示唆されたものの、本研究の結果はあくまで示唆にとどまったままに過ぎないという問題がある。すなわち、この分析方法による限り、ここでの無力感の高低の要因がどのように作用するか明らかにされたことにならない。仮に、今後の研究で抑うつの帰属群の被験者が、非抑うつの帰属群の被験者に比べてテスト課題の成績が低下することが十分に確認されたとしても、この遂行成績の低下に無力感の高低という要因が、直接あるいは間接に帰属などを通して関与しているかが明らかにできない本研究のような結果では、抑うつの素質—ストレスモデルや筆者らのモデルをも十分に証明したとはいえないのである。今後は、パス解析による分析法によって十分な因果関係を証明していくことができる研究を行う必要があるだろう。

また、本研究を学習性無力感と抑うつに関する研究の中で広く位置づけようとする場合、以下のような点でも問題が残されている。

まず1つめとして、無力感に陥り易いパーソナリティ (抑うつの素質) を測定するにあたって、

本研究では、筆者らの作成した無力感尺度を用いた。しかし、この尺度の妥当性が十分でないことは筆者らの先の研究 (青柳, 大芦, 1990) でも指摘されており、他の妥当性のある尺度の作成が望まれている。また、抑うつの素質—ストレスモデルでは、抑うつの素質をASQによって測定される帰属スタイルと見なしている (Metalsky et al. 1987)。従って、そういう意味でも筆者らの考えるパーソナリティ変数と、Abramsonらの考える抑うつの素質とは全く等しいものではない。さらに、このAbramsonらの用いているASQについては、その妥当性に疑問がもたれており、Abramsonらの研究とて抑うつの素質を正確に測定しているとはいえない。こうした意味からもヒトの学習性無力感研究が基礎とするパーソナリティについては、今後も十分な検討が望まれるのである。

2つめとして、本研究では、解決不可能課題の経験に失敗の原因帰属が測定されたものの、改訂LH理論で最も重視されている将来の対処不可能性に対する期待 (expectation) が測定されなかったという問題がある。筆者らの以前の研究では、仮想場面を用い期待を測定しているが (青柳, 強矢, 高島, 1989¹⁰⁾)、今後は、このような実験的場面での帰属と期待の関係について実証する必要があるだろう。

また、3つめとして本研究では、実験的課題として認知課題を用いているという問題があげられる。というのは、この認知課題を用いた実験では、鎌原ら (1983)¹¹⁾でも指摘されているように、動物の学習性無力感の実験で用いられている triadic design が実験計画として採用できないのである。そもそも、学習性無力感の概念が他理論と比較して優れているのは、等しい量のストレス刺激を受けてもそれに対し対処可能性 (controllability) を有しているかないかで大きな違いがあることを指摘できたからであり、解決不可能群と可能群のストレス刺激の量を等しくできない認知課題を用いた本研究は、そうした意味からも十分とはいえない。また、前述したAbramsonら (1990) の絶望感理論においては、これまで改訂LH理論でも重視していた対処可能性は抑うつの生起にとって特に重要ではないとして大きく理論を改訂する

ことを試みており、こうした観点からも対処不可能性の概念は厳密に吟味されなくてはならないのである。

更に、4つめとして本研究は、約1時間半という限られた時間内での学習性無力感の生起を取り上げた。しかし、筆者らのモデル、あるいは、素質—ストレスモデルが仮定するように、学習性無力感というものがパーソナリティ変数としておそらくは長時間かけて形成されていくものであるとするなら、学習性無力感効果が実験時間内という限られた範囲で確認されただけでは十分とはいえないであろう。しかし、ヒトを長時間にわたって拘束し無力感処置を行うことには倫理的な問題もあり、決して簡単なものではない。近年の、ヒトの学習性無力感に関する研究が質問紙法などによる研究方法を増加させているのは、このような背景があるということともあながち無関係ではあるまい。

以上、本研究を中心にヒトの学習性無力感に関する研究の問題点を列挙してみたが、今後の研究を進めるにあたっては、まだまだ問題が山積しているといった感がある。

要 約

本研究は、筆者らのこれまでの研究や Abramsonらの抑うつ的な素質—ストレスモデルなどに基づき、抑うつ的なパーソナリティをもった者が、解決不可能課題を経験することによって、抑うつ的な帰属を行い、それがさらに後続のテスト課題の遂行成績を低下させるという一連のプロセスを検討した。

大学生を被験者にして、認知課題を用いた実験的研究では、抑うつ的なパーソナリティをもった被験者が解決不可能な課題の経験によって、その失敗の原因を内的、安定的、全体的次元に帰属することが一部確認された。また、さらに解決不可能な課題を経験した被験者のうち、その失敗の原因を内的、安定的、全体的次元に帰属した者ほど、後続のテスト課題での遂行成績が低下することが、わずかながら示唆された。

今後は、抑うつ的なパーソナリティの概念や、抑うつ者の行う帰属の概念などを十分に検討したうえで、学習性無力感生起のプロセスをより明確に

実証できる方法による研究が望まれた。

文 献

- 1) Abramson, L. Y., Seligman, M.E.P. and Teasdale, J.D. Learned Helplessness: Critique and Reformation. *Journal of Abnormal Psychology*, 1978, 87, 1, 49-74.
- 2) Abramson, L.Y., Alloy, L.B. and Metalsky, G. I. The Cognitive Diathesis—Stress Theories of Depression: Toward a Adequate Evaluation of the Theories' Validity. Alloy, L.B. (Ed) *Cognitive Processes in Depression*, The Guilford Press, 1988, 3-30.
- 3) Peterson, C. and Seligman, M.E.P. The Learned Helplessness Model of Depression: Current Status of Theory and Research. Beckham, B.B. Lerber, W.R. (Eds). *Handbook of Depression: Treatment, Assessment, and Research*. The Dorsey Press, 1985.
- 4) Metalsky, G.I. Halberstad, L.J. and Abramson, L.Y. Vulnerability to Depressive Mood Reactions: Toward a More Powerful Test of the Diathesis—Stress and Causal Mediation Components of the Reformulated theory of Depression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1987, 52, 386-393.
- 5) Seligman, M.E.P., Abramson, L.Y., Baeyer, C. von, and Semmel, A. Depressive Attributional Style. *Journal of Abnormal Psychology*, 1979, 88, 3, 242-247.
- 6) 青柳 肇・細田一秋・小嶋正敏, 学習性無力感に関する研究 その1—無力感尺度の作成とその信頼性・妥当性—。立川短大紀要, 18, 17-24, 1985.
- 7) 強矢秀夫・細田一秋・高島直子・青柳 肇, 学習性無力感に関する研究 その3—認知的課題及び帰属スタイルとの関連—。立川短大紀要, 20, 23-28, 1987.
- 8) 青柳 肇・大芦 治, 学習性無力感に関する研究 その6—無力感尺度の妥当性再検討と認知的成分の直接的測定を試み。早稲田大学人間科学研究, 3, 1, 29-36, 1990.
- 9) Abramson, L.Y. Metalsky, G.I. and Alloy, L. B. Hopelessness Depression: A Theory—Based Subtype of Depression. *Psychological Review*, 1989, 96, 2, 358-327.
- 10) 青柳 肇・強矢秀夫・高島直子, 学習性無力感に関する研究—その5—自己と他者の遂行期待とその判断要因。早稲田大学人間科学研究, 2, 1, 35-40, 1989.
- 11) 鎌原雅彦・亀谷秀樹・樋口一辰, 人間の学習性無力感 (Learned Helplessness) に関する研究。教育心理学研究, 31, 1, 80-95, 1983.