

博士（人間科学）学位論文 概要書

中学生における
無気力感改善要因の検討

A study of improving factors of helplessness
in junior high school students.

2006年7月

早稲田大学大学院 人間科学研究科

牧 郁子

Maki, Ikuko

研究指導教員：野村 忍

中学生は環境的・内面的にも変化が大きく、経験の絶対量不足によるコーピング・スキルの乏しさからこうした急激な変化が心配や混乱に結びつきやすい時期でもある (Schinke, Schilling & Snow, 1987)。また認知発達の見点から、思春期の子どもは行動と結果の随伴性判断がより現実的になることから、主観的なコントロール感が減少することが指摘されている (鎌原・樋口, 1987; Weisz & Stipek, 1982)。つまり中学生は、行動に対する成果が実感されない経験が蓄積されやすく、自己や環境に対するコントロール感を失い、無力感が般化しやすい時期であるといえる。この「行動に対する成果が実感されない経験」とは、Seligman & Maier (1967) による学習性無力感理論における「非随伴的状况」(水口, 1993) と考えられる。こうしたことから、行動と結果に関する随伴性認知が、中学生の無気力感に寄与する重要な変数である可能性が考えられた。

そこで中学生の無気力感改善要因を検討するため、学習性無力感理論 (Seligman & Maier, 1967) および改定学習性無力感理論 (Abramson, Seligman & Teasdale, 1978) における先行研究を概観した。その結果、随伴性認知の学習性無力感生起への寄与度の見直しと新たな媒介変数の検討の必要性が明らかになった。続いて随伴性認知とともに無気力感を構成する媒介変数を検討するため、無気力感と逆相関と考えられるコントロール感研究と、類似概念と考えられる思考の偏り研究における先行研究を概観した。その結果、ストレス事態に陥っても対処行動をとれるという自信であるコーピング・エフィカシーと、Beck (1967) の抑うつ認知理論における3つの認知要因のうち「推論の誤り」とを採用することとした。

先行研究の概観を受けて、無気力感を構成すると考えられる主観的随伴性認知、コーピング・エフィカシー、推論の誤りを測定する尺度「中学生版・主観的随伴経験尺度」「中学生用 コーピング・エフィカシー尺度」「中学生用・思考の偏り尺度」をそれぞれ作成し、信頼性・妥当性を検討した。続いて作成した尺度を用いて、各媒介変数と無気力感との因果関係を検討するため分析を行ったところ、随伴経験、コーピング・エフィカシー、勉強における偏った思考の3変数が無気力感に直接的な影響を与えている可能性が示され、また随伴経験とコーピング・エフィカシー、非随伴経験と思考の偏り各下位尺度、コーピング・エフィカシーと教師および勉強における偏った思考といった各変数間の関係性を軸に、中学生における無気力感が構成されている可能性も示唆された。さらに随伴経験、非随伴経験→コーピング・エフィカシー、思考の偏り各下位因子→無気力感といった時間的流れが存在する可能性があることが確認された。

その結果を受けて、中学生における無気力感モデルの構築を試みた。その結果、随伴経験→コーピング・エフィカシー→無気力感、非随伴経験→思考の偏り→無気力感といった時間的流れがパス解析によって確認された。さらに随伴経験・非随伴経験が将来の無気力

感に直接影響している可能性も確認され、中学生にとって自分の行動で結果をコントロールできた経験そのものの多さや少なさが、比較的長く将来の無気力感に影響する可能性が示唆された。加えて随伴経験を通じたコーピング・エフィカシーの醸成が思考の偏りを改善する可能性も示され、今後の介入研究へ示唆が得られた。

そして無気力感モデルの検証結果を受けて、随伴経験を通じて中学生のコーピング・エフィカシーの増加を図る介入プログラムを作成・実施し、その効果の検討を行った。作成した介入プログラムを無気力感の高い中学生1名に約1ヶ月実施したところ、状態尺度のストレス反応は減少したが、特性尺度の随伴経験およびコーピング・エフィカシーにおいては効果を得ることができなかった。こうしたことから、特性要因の変容に適切な期間・セッション数に増やすなどの、プログラム形態の改訂が必要であると考えられた。そこで新たに中学校教員向けに、随伴経験、コーピング・エフィカシーの増加を通じて生徒の無気力感改善を図る、教員施行型のマニュアルを作成・実施し、効果の検討を行った。教員を通じて約3ヶ月間中学生1名に実施したところ、勉強・友人関係・自己への偏った思考は低下し、勉強・友人関係・教師との関係でのコーピング・エフィカシーは上昇する傾向が認められた。事例を通じて、随伴経験の増加がコーピング・エフィカシーを上昇させ思考の偏りを軽減する可能性が認められたことは、モデル構築で検証された無気力感改善要因としての随伴経験とコーピング・エフィカシーの効果の示唆であり、意義ある結果と考える。