

# 教示による原因帰属の操作が学習性無力感に与える効果

金沢大学 荒木友希子

## Effects of different explanations for performance on a learned helplessness task in undergraduates

Yukiko Araki (Graduate School of Socio-Environmental Studies, Kanazawa University, Kakuma-machi, Kanazawa 920-1192)

Two groups of undergraduates were asked to solve anagrams and arithmetic problems. All the anagrams were solvable but part of the arithmetic problems was insolvable. After the preliminary task, one of the two explanations was given; internal attribution participants (Internal group,  $N=22$ ) were told that their failure was due to their problem-solving ability, while external attribution participants (External group,  $N=21$ ) were told that they failed because some of the problems had no solution. After the explanations, the groups worked on another set of solvable problems. The test task performance of Internal group was significantly lower than that of External group ( $p=.05$ ), and it was significantly lower than the group's preliminary task ( $p<.01$ ). No deterioration effect was found for External group. These results supported the implications of the reformulated learned helplessness theory by Abramson, Seligman, and Teasdale (1978). In addition, relationships between performance and participants' attitude such as attributional style and optimism were examined with measurement before and after the task, but no significant correlation was found.

**Key words:** learned helplessness, reformulated learned helplessness theory, attributional style, optimism, explanation.

学習性無力感 (Learned Helplessness: 以下 LH とする) とは、統制不可能な事態を経験し、何をやっても対処することができないことを学習した結果、将来における統制不可能性の予測が形成され、新たな課題における統制可能性の学習が困難になり、動機づけ・認知・情動に障害が生じ、抑うつに陥る現象のことである (Abramson, Seligman, & Teasdale, 1978)。Seligman らは抑うつの発生機序を説明する LH 理論 (Overmier & Seligman, 1967; Seligman & Maier, 1967) に原因帰属の構想を加え、改訂 LH 理論 (Abramson et al., 1978) を再提起した。この理論では、否定的で統制不可能な出来事の原因を内的、安定的、全体的に帰属するほど LH 効果は強く生起すると予測する。

改訂 LH 理論に関する研究は、実験的研究と質問紙を用いた相関的研究に区別できるが、実験的研究は数が少ないだけでなく、その結果は一貫していない。我が国では大芦・青柳・細田 (1992) が実験的研究を行っている。しかし、欧米での実験的研究の結果 (McFarland & Ross, 1982; Tennen & Eller, 1977; Alloy, Peterson, Abramson, & Seligman, 1984; Mikulincer & Nizan, 1988; Mikulincer, 1986; Metalsky, Abramson, Seligman, Semmel, & Peterson, 1982) に反し、大芦他 (1992) の研究では改訂 LH 理論を支持する結果は得られていない。日本と欧米において研究結果が異なっている原因として、文化の違い

を示唆する意見 (桜井, 1989) もあるが、まず確かな実証的証拠を蓄積することがなによりも必要であると思われる。

また、改訂 LH 理論において原因帰属過程として設定された帰属次元 (内在性・安定性・全体的性) のうち、特に内在性次元に関して議論が多く行われている。たとえば、Peterson, Bettes, & Seligman (1985) は内在性次元の妥当性の低さを指摘している。Peterson, Schwartz, & Seligman (1981) は内在性次元に包括される概念は多義的であることを示唆している。Abramson, Metalsky, & Alloy (1989) は LH 現象と内在性との関係を否定している。

そこで、本研究では、特にこの妥当性が疑問視されている内在性次元に焦点をあて、先行研究で用いられている標準的な LH 実験とパラダイムを用い、改訂 LH 理論の予測を検討することを目的とした。実験的に同一の失敗を体験させた被験者に対して、失敗の原因を教示を通じて内的または外的に帰属させ、この帰属操作の違いが遂行成績に基づいて外形的に測定される LH 効果に及ぼす影響を明らかにすることを試みた。

実験の具体的な計画は次のとおりである。まず、前処理課題として、解決不可能な問題の含まれた算数・アナグラム課題を与えた。この経験を失敗経験とした。その後、教示による原因帰属の操作を行った。失

敗経験の原因帰属について、内的帰属群に対しては内的に、外的帰属群に対しては外的に操作した。引き続いて、テスト課題として解決可能な算数・アナグラム課題を与えた。また、これらの実験課題の前後に、被験者の帰属スタイルと楽観度について質問紙法による測定をあわせて実施した。補足的に質問紙法を用いたのは、群の等質性に関する証拠とともに、帰属スタイルとLH効果との関連性の検討に必要となる証拠を得るためである。

本実験では、失敗経験後の課題遂行の成績の低下をもってLH効果が生じたとして定義する。改訂LH理論の仮説に基づけば、否定的で統制不可能な出来事の原因を内的に帰属するほど、LH効果は強く生起する。したがって、同一の失敗を経験しても、外的帰属群よりも内的帰属群において、テスト課題の成績結果が低下し、LH効果が生起すると予測した。また、失敗を内的、安定的、全体的に帰属する帰属スタイルをもつ被験者ほど、また、悲観的な被験者ほど、LH効果が生起すると予測した。

## 方 法

**被験者** K大学学部生43名（男性18名、女性25名、年齢範囲18—23歳）を被験者とした。被験者を実験室に到着した順番に応じてランダムに2群に振り分けた。内的帰属群は22名、外的帰属群は21名となった。

### 実験課題と質問紙

実験に用いる4種類の材料を実験手続きに従った順序で1冊の小冊子にまとめた。

1. 帰属スタイルの測定のための質問紙 成田・嶋崎・今田（1994）によって作成されたEASQ（Expanded Attributional Style Questionnaire; Peterson & Villanova, 1988）日本語短縮版を用いた。10の否定的な出来事について、主な原因の一つ自由記述させ、その原因の帰属を四つの次元（内在性、安定性、全体性、統制不可能性）について7段階で評定させる。

2. 楽観性の測定のための質問紙 山村（1991）が翻訳したSeligman（1990）の楽観度質問紙を用いた。48の否定的・肯定的な出来事の記述から構成されており、それぞれの出来事について考えられる原因を2種類（楽観的・悲観的）提示し、どちらかを選択させる。

なお、EASQおよび楽観度質問紙はそれぞれ全項目を二つに折半し、二つの段階（実験課題の前と後）に分けて実施した。前段階として実験課題前に実施する目的は、内的帰属群と外的帰属群の帰属スタイルや楽観度が等質であることを確認するためである。後段階として実験課題後に実施する目的は、実験課題で行

った帰属操作が帰属スタイルや楽観度に影響したかどうかを推測するためである。

3. 実験課題 大芦他（1992）の算数問題とアナグラム問題課題を用いた。算数問題とは、四つの数字の間に $+$  $-$  $\times$  $\div$ のいずれかの演算子を入れることによって、右辺の数字と等しくなるようにするものである。アナグラム問題とは、5文字のカタカナの順序を入れ替えることによって、実際に存在する単語を作る課題である。

前処理課題は、算数問題とアナグラム問題を1問ずつ交互に並べ、各20問の合計40問から構成された。ただし、算数問題のうち14問が解決不可能な問題であった。解決可能な問題は全40問中26問、65%であった。解答制限時間は20分であった。

テスト課題は、算数問題とアナグラム問題各10問の合計20問から構成された。全問解決可能な問題であった。解答制限時間は10分であった。

4. 実験課題に関するアンケート テスト課題終了後、前処理およびテストの両課題全体に関し、次に示す5項目について評定を行うためのアンケートを与えた。

(1) 困難度の評定 課題全体の困難度について7段階で評定を行う。(2) 主観的成功感の評定 課題がどのくらいよくできたと思うか、感じた成功感について4段階で評定を行う。(3) 課題失敗の原因帰属の評定 主観的成功感の評定について、“よくできなかった” “どちらかといえばよくできなかった” のいずれかを評定した被験者に対して、EASQに準ずる形式で、課題失敗の原因帰属の評定を行う。(4) 正答率の判断の評定 課題全体の何パーセントくらい正答できたと思うか、0%から100%の尺度に5%間隔で評定を行う。(5) 正答率の期待の評定 もし同じ形式で同程度の難易度の課題を引き続いて行うとしたら課題全体の何パーセントくらい正答できたと思うか、0%から100%の尺度に5%間隔で評定を行う。

### 実験手続き

個別実験とした。被験者は壁に面した机に着席し、また、実験者はワンウェイミラーを通して別室から被験者を観察し、教示の際には実験室に入室した。

被験者にまず小冊子のページを開き、アンケートに答えるよう教示した。このアンケートとはEASQと楽観度質問紙の前段階を指す。質問への回答が終了した後で、算数問題とアナグラム問題の課題説明を行い、練習問題を2問ずつ実施させた。続いて、前処理課題を始める前に、両群の被験者に対して、“大学生の数的処理能力と言語的処理能力を測定し、成績結果を上中下の三つに分類する”、“一般的な大学生ならば十分に正答可能であり、平均正答数は40題中35題である”といった内容の教示を行った。これは被験者の

実験課題に対する動機づけを高める目的で行った。実際には、成績結果を他の被験者と比較するようなことはしなかった。20分経過後、被験者に前処理課題終了の合図を告げ、いま行った課題の採点をするので待機しているよう教示した。実験者は解答用紙を回収して別室で採点を行い、正答数を算出した。

続いて、テスト課題に移る前に、教示によって前処理課題の原因帰属を操作した。外的帰属群に対しては、失敗の原因は自分自身にはないという外的帰属を促す意図から、“正答のない課題が含まれていたの、あなたの処理能力が劣っているわけではない”といった内容の教示を与えた。一方、内的帰属群に対しては、失敗の原因は自分自身にはあるという内的帰属を促す意図から、“いままでの平均正答数は40題中35題なので、x題というあなたの成績は相当悪い”といった内容の教示を与えた。xには被験者の実際の正答数をあてはめた。

その後、テスト課題の説明に移った。続けて課題を実施してもらうが、課題は先に行った課題と全く同一の形式であり、今度は20題を制限時間10分で解答するように教示した。10分経過後、被験者にテスト課題終了の合図を告げ、次のページを開いてアンケートに回答するように教示した。このアンケートとは、課題全体に関する質問およびEASQと楽観度質問紙の後段階のことである。

回答終了後、実験がすべて終了したことを告げ、最後に実験内容に関する説明を行った。内的帰属群には、この時点で一般的な大学生ならば十分に正答可能であるという教示は事実ではなく、処理能力が劣っているということは全くないことを説明した。両群に対して、実験結果は統計的に処理されるものであり、個人の情報を得るための目的はないこと、個人の情報の保護は厳密に行われることなどを説明し、了解を得た。

## 結 果

### 各課題における遂行の成績

前処理課題およびテスト課題の成績の指標として、各課題の解決可能な問題における正答率を用いた。前処理課題では26、テスト課題では20の解決可能な問題について、各被験者の正答数をそれぞれ26と20で割って正答率を算出した。

Figure 1は両群の前処理課題とテスト課題における平均正答率を示す。群（内的帰属群 vs. 外的帰属群）×課題（前処理課題 vs. テスト課題）の2要因の分散分析を行った結果、群×課題の交互作用（ $F[1, 41] = 4.84, p < .05$ ）だけが有意であった。各群における課題の単純主効果を吟味した結果、内的帰属群において有意であった（ $F[1, 41] = 4.63, p < .05$ ）。外的帰属群において課題の主効果は有意ではなかった。各課題における群の単純主効果を吟味した結果、前処理課

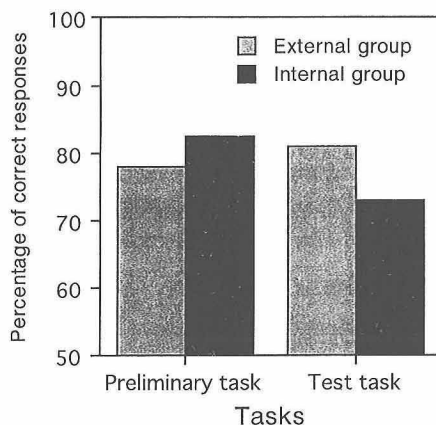


Figure 1. Preliminary and test task performance (percentage of correct responses) of Internal and External groups.

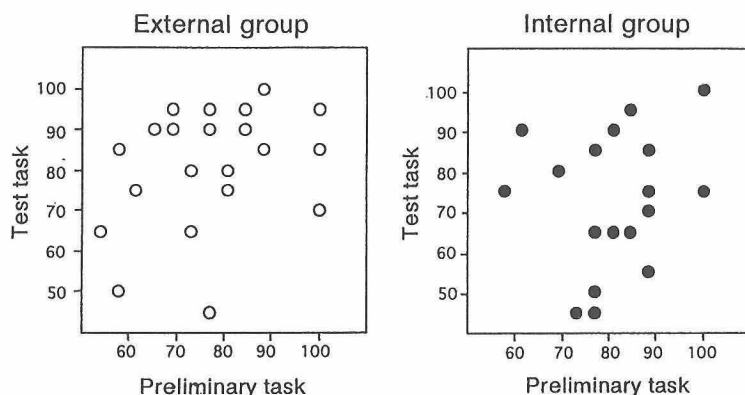


Figure 2. Scatter diagrams of preliminary versus test task performance (percentage of correct responses), separately Internal and External participants.

Table 1  
Means of internality, stability, globality, controllability, total attribution, and optimism scores  
before and after the tasks, along with subjective success scores after the tasks

	External group		Internal group	
	before	after	before	after
internality	25.27 (3.82)	20.86 (4.81)	25.52 (3.59)	23.52 (3.91)
stability	24.50 (3.49)	27.00 (4.10)	25.60 (3.63)	27.90 (4.18)
globality	21.86 (4.72)	22.91 (4.60)	22.05 (4.29)	23.10 (3.28)
controllability	20.00 (3.62)	22.64 (3.13)	19.43 (3.81)	21.25 (4.82)
total attribution	91.86 (10.11)	93.64 (10.35)	93.57 (8.66)	96.00 (10.96)
optimism	-1.77 (2.64)	-3.32 (2.40)	-2.21 (2.20)	-3.95 (2.46)
subjective success		2.73 (0.75)		3.52 (0.50)

Note: Standard deviations are shown in parentheses.

題においては両群間に有意差はなかったのに対し、テスト課題においては両群間にちょうど5%の水準で有意差が認められた ( $F[1, 76.8] = 3.93, p = .05$ )。これらの結果は次のことを示している。前処理課題の成績について、両群間に差はみられなかったことから、両群が等質な標本であることが示された。外的帰属群では、前処理課題とテスト課題の成績に差はみられなかったが、内的帰属群では、前処理課題と比較してテスト課題の成績は低下した。また、テスト課題の成績は外的帰属群よりも内的帰属群がより低かった。すなわち、内的帰属群において LH 効果の生起が認められた。

Figure 2 は各被験者の平均正答率の散布図を示している。前処理課題とテスト課題の成績についてピアソンの積率相関係数を算出したところ、外的帰属群は  $r = 0.36$  となり、有意な低い相関がみられた ( $p < .10$ )。内的帰属群は  $r = 0.13$  となり、相関はみられなかった。

## 帰属スタイル

EASQ の各帰属次元ごとに評定値を合計して算出した各帰属次元得点と、すべての帰属次元得点を合計して算出した総得点を帰属スタイルの指標として用いた。内在性、安定性、全体性次元の各尺度は、それぞれ内的、安定的、全体的な帰属を行うほど、すなわち、LH 効果が生起しやすい帰属スタイルをもつ被験者ほど、高得点を示すように設定されている。

**帰属スタイルに関する両群の等質性** Table 1 に示した帰属スタイルの各得点について、群 (内的帰属群 vs. 外的帰属群) × 段階 (前段階 vs. 後段階) の 2 要因の分散分析を行った。その結果、内在性 ( $F[1, 41] = 18.75, p < .01$ )、安定性次元得点 ( $F[1, 41] = 10.44, p < .01$ ) において、それぞれ段階の主効果だけが有意であった。群の主効果および群 × 段階の交互作用は有意ではなかった。これらの結果から、すべての帰属ス

タイルの指標において、両群の被験者がもつ帰属スタイルに差がなかったこと、内在性次元では両群ともに実験課題後の帰属得点がより外的になったこと、安定性次元で両群ともに実験課題後の帰属得点がより安定的になったことが示された。実験課題の経験もしくは帰属操作の影響が内在性および安定性次元に対してみられたが、これらの影響の程度は両群とも同程度であった。

**LH 効果との関連性** テスト課題成績と前段階の各帰属スタイル指標についてピアソンの積率相関係数を算出した結果、すべての指標においてテスト課題成績と帰属スタイルとの有意な相関はみられなかった。

## 楽観度

楽観度の指標として、楽観度質問紙における得点を用いた。尺度は楽観的・悲観的原因の選択数の差を算出して求められ、得点が高いほど楽観的であり、低いほど悲観的であるように設定されている。

**楽観度に関する両群の等質性** Table 1 に示した楽観度得点について群 (内的帰属群 vs. 外的帰属群) × 段階 (前段階 vs. 後段階) の 2 要因の分散分析を行った結果、群の主効果は有意ではなく、段階の主効果が有意であった ( $F[1, 41] = 12.59, p < .01$ )。この結果は、両群の被験者がもつ楽観度に差がなかったこと、実験課題後は両群とも悲観的傾向がみられたことを示している。楽観度に対して実験課題の経験もしくは帰属操作の影響がみられたが、これらの影響の程度は両群とも同程度であった。

Figure 3 は、各群の被験者について各段階の楽観度得点を散布図に示したものである。各段階についてピアソンの積率相関係数を算出した結果、外的帰属群は  $r = 0.51$  となり、有意な中程度の相関がみられた ( $p < .01$ ) が、内的帰属群は  $r = -0.02$  となり、相関はみられなかった。これらの相関係数の間の差は有意であった ( $p < .01$ )。

**LH 効果との関連性** テスト課題成績と失敗経験前の楽観度得点についてピアソンの積率相関係数を算出した結果、内的帰属群が  $r = -.09$  および外的帰属群が  $r = -.03$  であり、両群ともテスト課題成績と楽観度との相関はみられなかった。

### 実験課題に関するアンケート

前処理およびテストの両課題全体に関するアンケートの各項目で得られた評定値について、それぞれ分散分析を行った。その結果、Table 1 に示した主観的成功感の評定について群の主効果が有意であった ( $F[1, 41] = 15.88, p < .01$ )。この結果は、外的帰属群が認知した成功感は内的帰属群より高かったことを示している。その他の項目では、有意な差はみられなかった。

### 考 察

本研究は、実験的方法を用いて内在性次元に関する改訂 LH 理論の予測を検討を行うことを目的とした。Figure 1 に示したデータの分析から、両群は同一の失敗を経験したこと、外的帰属群では前処理課題とテスト課題の成績に差はみられなかったが、内的帰属群では前処理課題と比較してテスト課題の成績が低下したことが明らかになった。すなわち、両群に対して同程度の失敗の経験を与えた後、教示により失敗の原因を外的に帰属させた外的帰属群では成績の低下はみられず、教示により失敗の原因を内的に帰属させた内的帰属群では成績の低下がみられた。これは、否定的出来事の原因を内的に帰属するほど LH 効果は強く生起するという内在性次元に関する改訂 LH 理論の仮説を支持する結果である。なお、Figure 2 に示した課題成績の散布図から、外的帰属群では前処理課題の成績が優れていた被験者はテスト課題の成績も優れていたが、内的帰属群ではこのような傾向はみられず、テスト課題と前処理課題の成績には関係がなかったことが

示唆された。この結果は、内的帰属群では、教示による帰属操作を行う以前に存在した被験者個体間の成績の差が操作以降には低減したことを意味している。教示操作の有効性を示す一つの傍証として理解することができると思われる。

なお、群間に差がみられた測度として、前述した課題成績のほかに、主観的成功感の評定について群の主効果が有意であった。外的帰属群は成功感を、内的帰属群は失敗感を認知していた。本研究では課題全体についての主観的成功感を測定したため、内的帰属群の認知した失敗感の対象が解決不可能な前処理課題、LH 効果が認められたテスト課題のどちらであるかは特定できない。内的帰属群と同様に、外的帰属群も前処理課題という同程度の失敗を経験したという結果から、失敗の内的な原因帰属の操作はテスト課題の成績の低下および失敗感をもたらしたことが示唆される。

本研究は、否定的出来事における LH 効果を実験的方法によって確認している欧米の研究、特に、内在性次元と自尊心との関係について検討した McFarland & Ross (1982) と一致する結果を得た我が国で初めての研究である。本研究において欧米での研究と同様の LH 効果がみられることが明らかになったことから、文化の差を指摘する見方は根拠を失うことになると思われる。

本研究の結果が欧米の研究結果と一致した原因として、(a) 質問紙による帰属スタイルの測定ではなく、実験的な教示の帰属操作によって内的帰属群を設定したこと、(b) LH 効果の測定に関して、質問紙による抑うつ測定ではなく、課題成績に基づいて外示的に測定したこと、といった 2 点の研究方法の特徴が考えられる。

LH 効果と帰属スタイルとの関連性を補足的に検討した結果、テスト課題の遂行と質問紙によって測定した帰属スタイルとの関連性を見いだすことはできなかった。しかし、実験的操作による内的帰属はテスト課

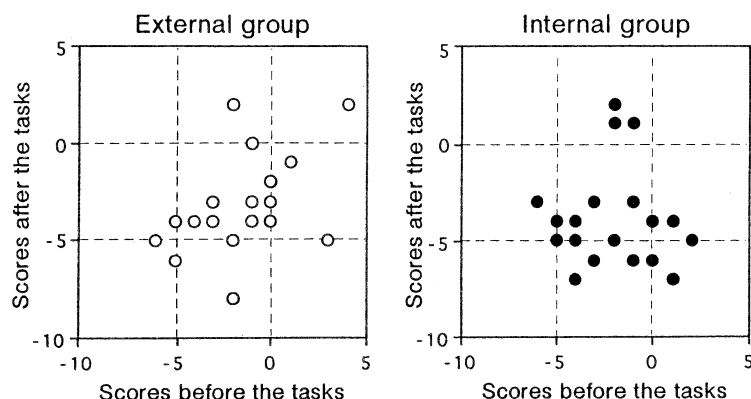


Figure 3. Scatter diagrams of optimism score before the tasks versus after the tasks, separately Internal and External participants.

題の遂行成績を低下させた。内在性次元における原因帰属過程の違いがLH効果に影響を及ぼしたことが遂行成績によって示されたが、このことは質問紙の内在性次元得点には反映しなかったことになる。

この原因として、以下の2点が推測される。第一に、相関的研究としては被験者の数が少なかったことが考えられる。大芦他(1992)のような得点の平均値による群分けや本研究のような少ない標本での相関的研究ではなく、妥当性の高い尺度を用いたGP分析によって被験者を抽出する厳密な実験デザインを用いた検討が必要である。

第二に、EASQの内在性次元に関する妥当性の問題が考えられる。EASQでは内的帰属の概念は被験者の判断に任されているため、被験者が本研究の実験操作と同様の意味での内的帰属の概念に基づいてEASQの内的帰属を行ったかどうかは保証の限りではない。たとえば、内的帰属によって自己評価が低下した後、自己評価の回復を試みようとするに意欲的に努力するものと、自己評価の回復をあきらめて放棄し意欲が低下するものの2種類が考えられる。これらのどちらになるかは、統制可能性を認知していれば前者に、統制可能性を認知していなければ後者になるであろう。ただし、本研究ではEASQを折半して用いたことによって信頼性が低下した可能性も考えられるため、EASQにおける内在性次元の妥当性は不十分であると示唆するにとどまる。しかし、改訂LH理論を検証するには、帰属スタイルの測定が必要不可欠である。質問紙の妥当性の問題は、桜井(1989)も指摘しているように、今後の重要な課題である。

楽観度得点に関して、LH効果との関連性について補足的に検討した結果、両群ともテスト課題成績と楽観度得点との間に相関はみられなかった。しかし、Figure 3の結果から、外的帰属群では、実験課題後は悲観的になったものの、実験課題前には楽観的であった被験者は実験課題後も群内では相対的に楽観的であり、どの被験者も悲観的傾向に変化した程度は等しかったと推測できる。一方、内的帰属群では、実験課題前に楽観的であった被験者は、課題成績の大幅な低下が顕著にみられたため、悲観的傾向がより強くなり、実験課題前の楽観度に関係なく、実験課題後はどの被験者も一貫して悲観的になったと推測できる。楽観度について両群で異なった傾向が確認されたことは、本研究の帰属操作の有効性を示す付加的な指標になると考えられるが、失敗体験の楽観性への作用について今後の検討の必要性が示唆される結果でもある。近年、否定的な抑うつという現象から、肯定的で望ましい非抑うつ的な楽観性へと視点が変化している傾向にある。Peterson, Maier, & Seligman (1993)は抑うつに陥る予防策として楽観的な期待の必要性について言及している。楽観度に関する研究はまだ始まったばかりであり、今後の研究が必要である。

## 引用文献

- Abramson, L. Y., Metalsky, G. I., & Alloy, L. B. 1989 Hopelessness depression: A theory-based subtype of depression. *Psychological Review*, **96**, 358-372.
- Abramson, L. Y., Seligman, M. E. P., & Teasdale, J. D. 1978 Learned helplessness in humans: Critique and reformulation. *Journal of Abnormal Psychology*, **87**, 49-74.
- Alloy, L. B., Peterson, C., Abramson, L. Y., & Seligman, M. E. P. 1984 Attributional style and the generality of learned helplessness. *Journal of Personality and Social Psychology*, **16**, 681-687.
- McFarland, C., & Ross, M. 1982 Impact of causal attributions on affective reactions to success and failure. *Journal of Personality and Social Psychology*, **43**, 937-946.
- Metalsky, G. I., Abramson, L. Y., Seligman, M. E. P., Semmel, A., & Peterson, C. 1982 Attributional styles and life events in the classroom: Vulnerability and invulnerability to depressive mood reactions. *Journal of Personality and Social Psychology*, **43**, 612-617.
- Mikulincer, M. 1986 Attributional processes in the learned helplessness paradigm: Behavioral effects of global attributions. *Journal of Personality and Social Psychology*, **51**, 1248-1256.
- Mikulincer, M., & Nizan, B. 1988 Causal attribution, cognitive interference, and the generalization of learned helplessness. *Journal of Personality and Social Psychology*, **55**, 470-478.
- 成田健一・嶋崎恒雄・今田 寛 1994 日本語版EASQ (Expanded Attributional Style Questionnaire) の短縮版の検討 日本心理学会第58回大会発表論文集, 71.
- 大芦 治・青柳 肇・細田一秋 1992 学習性無力感と帰属スタイルに関する研究 教育心理学研究, **40**, 3.
- Overmier, J. B., & Seligman, M. E. P. 1967 Effects of inescapable shock upon subsequent escape and avoidance learning. *Journal of Comparative and Physiological Psychology*, **63**, 23-33.
- Peterson, C., Bettes, B. A., & Seligman, M. E. P. 1985 Depressive symptoms and unprompted causal attributions: Content analysis. *Behavior Research and Therapy*, **23**, 379-382.
- Peterson, C., Maier, S. F., & Seligman, M. E. P. 1993 *Learned helplessness: A theory for the age of personal control*. New York: Oxford University Press.
- Peterson, C., Schwartz, S. M., & Seligman, M. E. P. 1981 Self-blame and depressive symptoms. *Journal of Personality and Social Psychology*, **41**, 253-259.
- Peterson, C., & Villanova, P. 1988 An expanded

- attributional style questionnaire. *Journal of Abnormal Psychology*, **97**, 87-89.
- 桜井茂男 1989 学習性無力感 (LH) 理論の研究動向——わが国の研究を中心に—— 日本心理学会第53回大会発表論文集, L1.
- セリグマン M. E. P. 山村宣子 (訳) 1991 オプティミストはなぜ成功するか 講談社
- (Seligman, M. E. P. 1990 *Learned optimism*. New York: A. A. Knopf).
- Seligman, M. E. P., & Maier, S. F. 1967 Failure to escape traumatic shock. *Journal of Experimental Psychology*, **74**, 1-9.
- Tennen, H., & Eller, S. J. 1977 Attributional components of learned helplessness and facilitation. *Journal of Personality and Social Psychology*, **35**, 265-271.
- 1998. 7. 17 受稿, 1999. 5. 1 受理——