ポジティブ感情による学習性無力感抑制効果の検討

○菅原大地¹・杉江征²

(¹筑波大学人間科学研究科・²筑波大学人間系心理学域)

キーワード: ポジティブ感情, 学習性無力感, 楽観性

A study of influence of positive emotion on suppressing the learned helplessness.

Daichi SUGAWARA¹, Masashi SUGIE²

(¹ Graduate School of Comprehensive Human Sciences, University of Tsukuba. ²Division of Psychology, Faculty of Human Sciences, University of Tsukuba.)

Key Words: positive emotion, learned helplessness, optimism

目 的

ポジティブ感情が認知に与える影響として, ポジティブ感情によって失敗体験を楽観的に捉えやすくなることが明らかとなっている (Forgas et al., 1990)。そして, 改訂学習性無力感理論 (Abramson et al., 1978) に基づけば, 失敗体験を楽観的に捉えることによって, 学習性無力感は抑制されるはずである。しかし, これまでポジティブ感情による学習性無力感の抑制効果については検討されていない。そこで, 本研究ではポジティブ感情によって学習性無力感が抑制されるか明らかにすることを目的に実験を行った。

方 法

実験参加者 大学生 35 名 (男性 17 名, 女性 18 名: 平均 20.34 歳, $SD = 3.34$)

学習性無力感パラダイム課題 (佐藤, 2003; 以下 LH 課題) LH 課題は, 解決不可能なアナグラム課題に取り組むことで学習性無力感を生じさせる課題である。全て解答可能な練習課題 (5 問), 第 1・3 課題 (10 問) と 20 問中 12 問が正答不可能な課題が含まれている第 2 課題から構成されている。

日本語版 Affect Grid (高田・湯川, 2014) 感情を快と活性次元の二次元で捉える質問紙である。

Expanded Attributional Style Questionnaire 日本語版 (成田・今田・新浜, 1990; 以下, EASQ) EASQ は 22 個のネガティブな出来事に対する, 帰属様式と統制不可能性を評定する質問紙である。本研究では, LH 課題の帰属を測定するために課題版 EASQ を作成した。

映像刺激 ポジティブ感情群には「となりのトトロ」, 統制感情群には「スクリーンセーバー」を提示した。

大筋筋活動の測定 感情誘導による表情筋の変化を測定するために, 映像刺激提示前と映像刺激提示中の大筋筋活動を生体反応処理装置 (MP150, BIOPAC Systems 社製) を用いて測定した。

手続き まず実験参加者は EASQ の回答と練習課題をおこなった。続いて, 第 1 課題を実施後, 課題版 EASQ と Affect Grid に回答した。その後, 1 分間の安静期間を設け大筋筋活動を測定した。そして, 映像刺激を 3 分間提示した後, Affect Grid に回答した。続いて第 2・3 課題を実施し, それぞれの課題後に課題版 EASQ と Affect Grid に回答した。

結 果

LH 課題後に解答不可能な課題があったという記述・発言がみられた 5 名を除外した。その結果, ポジティブ感情群 15 名, 統制感情群 15 名を分析対象とした。

認知指標 LH 課題前の帰属様式に有意な差はみられず, 実

験参加者の帰属様式の等質性が確認された。また, 第 2 課題の帰属様式について t 検定を行なったが, どの指標にも群間の有意差はみられなかった ($t_s(28) = 1.37, 0.65, 0.43, 0.70, 0.40, n.s.$)。

動機づけ指標 課題 (第 1 課題・第 3 課題) × 群 (ポジティブ感情・統制) の分散分析を行なった。課題 × 群の交互作用がみられ ($F(1, 28) = 4.69, p < .05$), 単純主効果検定を行なったところ課題における統制感情群の主効果のみに有意差がみられた ($F(1, 28) = 8.80, p < .05$)。結果を Figure 1 に記した。

感情指標 セッション (感情誘導前・感情誘導後・第 2 課題後・第 3 課題後) × 群 (ポジティブ感情・統制) の分散分析を行なった。その結果セッション × 群の交互作用がみられたため ($F(3, 28) = 4.28, p < .001$), 単純主効果検定を行なったところ, 感情誘導後の主効果が認められた ($F(1, 112) = 9.53, p < .001$)。多重比較の結果, ポジティブ感情群では感情誘導前と感情誘導後に差がみられ ($p < .001$), 統制感情群ではみられなかった。また, 第 2 課題における群の主効果はみられなかった。なお, 大筋筋活動量に群間で差はみられなかった。

Figure 1 第 1 課題と第 3 課題成績の平均値

考 察

本研究の結果から, ポジティブ感情において統制不可能課題後の課題成績低下がみられず, ポジティブ感情によって学習性無力感の一側面である動機づけの低下が抑制させることが明らかとなった。ただし, 第 2 課題の認知指標に差はみられなかったために, 抑制効果が楽観的な帰属によるものであると言及出来ない。そのため, 今後は帰属以外の認知指標を測定する必要があると考えられる。

引用文献

- Forgas, J. P., Bower, G. H., & Moylan, S. J. (1990). Praise or blame? Affective influences on attributions for achievement. *Journal of personality and Social Psychology*, **39**, 809-819.