

# 高校生における無気力感の拡がりの考察

永田 正明

第一工業大学 共通教育センター

## 要旨

本研究では、抑うつを論じるのに状況論を抜きにできないこと、また学習性無気力の実験室的研究でも、引き起こされた無気力がある状況では般化し、別な状況では般化しないことが確認されていることから、健全な高校生においても場面依存性が見られるのか確認することを主な目的とした。無気力尺度高群に属する生徒の学年毎の度数分布傾向及び特徴から、無気力の拡がりについての基礎的分析を試みた。その結果無気力全体得点及び尺度別得点を見ても、無気力感は学年が上がるにつれて上昇するといった傾向はみられなかった。一部の尺度でわずかに学年による増加傾向が見られるが有意差はないレベルであり、学年が上がるにつれ高無気力感が拡がっているとは判断できなかった。

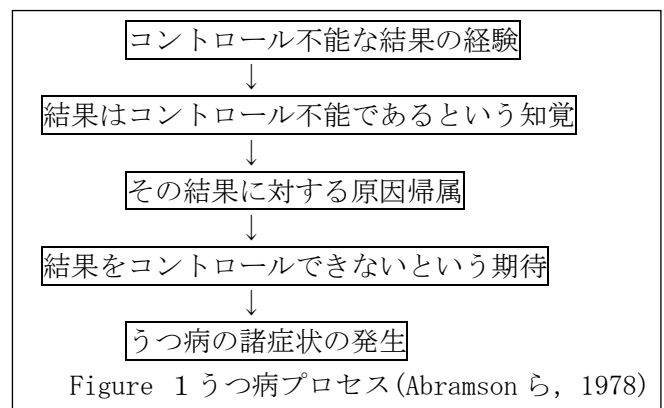
Key Words : 抑うつ の 場面依存性, 無気力の般化

## 1. はじめに

精神科医である Walters(1961)は、大学生の無気力を最初に社会的に問題視し、学生無関心症候群(student apathy スチューデント・アパシー)と名づけた。彼らは、努力を必要とすることや苦痛を伴うことは、たとえそれが重要なことであっても避けてしまう。対人関係への関心が狭く、感動体験が少ないなどの特徴を持つ。一方、実験的に無気力を確かめたのは、Seligman & Maier(1967)であった。彼らは犬に電気ショックを与えて恐怖心を学習させるといういわゆるマイナスイベントの学習をやっている際に、実際には電気ショックから免れようと飛び跳ねたりする学習が行われず、逆にもがいても無駄であるから行動しないという無力感が形成されることを確認した。この無気力は生まれつきのものでなく、コントロールできないという経験を重ねていくうちに次第に身に付いてしまった、いわゆる学習された無気力であるとして、特に学習性無気力(learned helplessness)と呼んだ。その後、人間でも同様に統制不可能な体験が後の行動遂行の低下をもたらすことが示された。(Hiroto&Seligman, 1975)

Abramsonら(1978)は、人間の認知の役割を重視

する方向で理論の再構成を試み、改訂学習性無気力理論とした。人は自分の身のまわりに起こる変化や出来事に対してなぜだろうと考え、その原因を推量しようとするが、このような原因帰属をする存在としての人間に注目することが、改訂学習性無気力理論の基盤になっている。改訂学習性無気力モデルでは、コントロール不能な結果の経験によって、抑うつ の 症状が生じるまでのプロセスをFigure 1のように仮定している。



改訂理論が発表されてから10年が経過し、その間改訂理論を検証するための、多くの実験や調査が行われてきたが、同時に多くの問題点も指摘されてきた。

そこで、新たに絶望感理論(Hopelessness

Theory) が提案された (Abramson, Metalsky & Alloy, 1989)。絶望感理論では、まだ同定されていない抑うつの特異型-絶望感抑うつ-という存在を仮定している。Abramson らは、1978 年の改訂理論を区別する改訂のキー概念を (a) 絶望感抑うつの症状の近接的十分条件 (原因) として絶望感を導入する。(b) 原因帰属をあまり強調しない。(c) 推定される否定的な結果や、推定される自己に関する否定的な特性も絶望感の形成に寄与する必要条件であったり、絶望感抑うつの症状に寄与する必要条件であったりするとしている。改訂版は、抑うつの帰属理論というより絶望感理論であり、1978 年の論文より他の抑うつの認知理論に類似している。

国内その後の研究で、大学生に特有の状態として概念化された無気力状態が、中学生や高校生、さらには社会人にまで及ぶ、より広い年齢層にもみられることが指摘された。(樋口, 1981)。また精神医療や学生相談で取り上げられた重篤な無気力状態ばかりでなく、一般の学生・生徒の無気力傾向や状態像の多様化が示唆された。

さらに、この無気力傾向は本来生き生きとしている小学生にまで及んでいるとの指摘もなされて久しい。このように無気力傾向の一般化、低年齢化という点を考えると、一般的な小・中・高校生の無気力状態を調査することは、正常な学校教育を展開する上でも意義あることと考えられる。

## 2. 目的

本研究では、うつを論じるのに状況論を抜きにできないこと、また学習性無気力の実験的研究でも、引き起こされた無気力があるときは般化し (e. g., Hiroto & Seligman, 1975)、ある時は般化しないこと等 (e. g., Cole & Coyne, 1977) から、健全な高校生においても場面依存性と言えそうなものが見られるのかについて確認したい。そのため従来の無気力の気分や症状といった特性そのものに焦点をおいた無気力尺度ではなく、高校生が日常生活する中で感じている無気力を場面

毎に検討できるような尺度作成を試みる。

研究 2 では無気力各尺度高群に属する生徒の学年毎の度数分布傾向及び特徴から、無気力の拡がりについての基礎的分析を試みる。無気力の般化現象についても調べたいが、般化現象を調査するには長期にわたる縦断的検討が必要でありかつ、高校生段階より小・中学生段階の方が現象として現れやすいのではないかと考えられる。

## 3. 研究 1

被験者：予備調査は高校 2 年生 169 名 (男子 99 名女子 70 名)

本調査は高校 1~3 年生 527 名 (男子 332 名, 女子 195 名, 普通科 : 工業科 = 2 : 3 の人数比)

### 3. 1 無気力質問紙

抑うつ症状や抑うつ気分を測定する自己記入式尺度については、外国版では B D I (Beck Depression Inventory, 1996)、Kazdin らの絶望感尺度 (The hopelessness scale for children, 1986)、S D S (Zung Self-Rating Depression Scale, 1965)、またこれらの日本語版などが知られている。何れも無気力の気分や症状そのものを測定するものとして優れているが、健全な高校生の日常的に見られる無気力を測定するものとしては、中澤・宮下 (1995) の作成した無気力質問紙の方が適していると考えられたため、本研究ではこれを使用した。中澤らは高校生・大学生を対象に、日常生活における無気力の程度を多面的に捉えることを主眼とした。また青年期の無気力は、動機づけ・情緒・認知に見られると考え、青年の生活の文脈に合わせて以下の 5 つの側面から尺度を構成している。

1. 「授業・学習態度・テスト有能感」は無気力の学業面への反映として、学習意欲減退の程度を測定するもの。
2. 「生活のリズム・疲弊・身体不調」は無気力の身体面への反映として、生活の乱れや

意欲減退に伴う心身の状態を測定する。

3. 「人生目標・将来の見通し」は無気力の基盤としての目標や見通しの程度を測定するもの。
4. 「達成度・動機づけ・自己効力感」は無気力の中心的概念であり、自己の行動への意欲や自信の程度を測定するもの。
5. 「社会的場面での非能動性・引きこもり」は無気力の社会面への反映として、対人的退行を測定するもの。

中澤らの質問紙50項目に「クラブ活動や部活動はやりたくない」など具体性のある4項目新たに加えて全54項目とした。また、中澤らの質問紙の回答方法は「とてもそう思う」、「かなりそう思う」、「あまりそう思わない」、「まったくそう思わない」の4段階評定で回答を求め上記の順に4~1点を与えているが、4件法では自分を判断しにくい項目のことも考慮し、中間に「どちらとも言えない」を加えた5件法で回答を求めた。

### 3. 2 調査方法

調査時期として6月から7月までに調査を終了するように学級担任に依頼した。理由として、1年生は入学後の緊張から解放され、自分の期待していた高校生活のイメージと異なり意欲が減退したりする頃である。逆に3年生からすると、いよいよ自分の進路に向かって計画実践の追い込みが始まり、具体化されつつある目標が見え、部活動でも最後の全国予選が終了し落ち着きが始める頃でもあるからである。また2年生は高校生活にもすっかり慣れ、進路先を決定するのはまだまだ先の話であるといった未来展望感を持っている生徒が多く見受けられることも学校現場教師は実感している。上記のような学年別の特徴が質問紙調査に反映されるかどうか確認したい。

質問紙のタイトル等は「無気力調査」という文言は使わずに「活力に関する調査」として生徒ができるだけ素直に答えられるように配慮した。また、不真面目な回答をできるだけ避けるため、学

級担任のLHRの時間等を利用してもらい記名式の調査とした。

### 4. 1 項目分析・因子分析結果

予備調査により選定された33項目について、総得点の上位と下位25%に該当する被験者を抽出しt検定によりG-P分析を行ったところ、すべての項目に1%水準の有意差が認められ、いずれも弁別性のある項目であることが明らかとなった。さらに33項目を主成分法により固有値1.0以上の基準で6因子を抽出し、バリマックス回転を施した分析結果をTable 1に示した。因子間の関連を考慮してプロマックス回転も念のため行ったが、分析結果はほぼ同じであったのでバリマックス回転の結果を採用した。因子負荷量0.4以上を基準として、因子負荷量の小さかった1項目を除外し下位尺度を選定した。因子名は、第1因子「意欲減退・無力感」、第2因子「消極的人間関係」、第3因子「将来の展望の欠如」、第4因子「学習意欲の欠如」、第5因子「打ち込む領域の欠如」、第6因子「消極的活動性」と解釈された。内的整合性は、クロンバックのアルファ係数により算出した。第1因子よりそれぞれ、0.73、0.75、0.81、0.67、0.63、0.60であった。第4、第5、第6因子のアルファ係数がやや低い、項目数が4~6と少ないわりに因子負荷量はあるので、Table 1に示した6因子解の尺度構成とした。

項目	FACTOR1	FACTOR2	FACTOR3	FACTOR4	FACTOR5	FACTOR6	共通性
X29	0.6484	0.0695	0.0038	-0.1000	-0.0744	0.2294	0.4885
X33	0.6257	0.1603	-0.1197	0.0501	0.0654	0.3156	0.7026
X23	0.5745	0.1313	-0.0469	-0.0886	-0.0041	0.2644	0.5644
X6	0.5743	0.0039	-0.0251	0.2868	-0.0366	0.0198	0.5210
X15	0.5629	0.2311	0.0590	0.0150	0.1686	-0.0616	0.5453
X28	0.5312	-0.0181	0.1206	0.1419	0.2185	0.0481	0.4145
X16	0.4746	0.2132	-0.0424	-0.2475	0.2120	-0.0293	0.6164
X13	0.4261	0.0093	0.1249	0.3082	-0.2856	0.0008	0.7958
X3	0.1516	0.7049	-0.1463	-0.0476	0.0579	0.1322	0.4286
X10	0.0220	0.6680	0.1256	0.1637	0.0009	-0.1143	0.5024
X5	0.1577	0.6672	-0.0678	0.0203	0.1191	0.2367	0.4516
X19	0.1802	0.6433	-0.0229	-0.0270	0.0137	0.0408	0.2948
X30	-0.0471	0.6246	0.2450	0.0504	-0.0362	-0.1227	0.3738
X26	0.0667	0.5897	0.0716	0.0594	0.0271	0.1534	0.4149
X32	-0.0186	0.0230	0.8854	0.0483	0.1377	0.0697	0.4062
X8	-0.0260	0.0247	0.8833	0.0152	0.0750	0.0919	0.3795
X2	-0.0299	0.0359	0.8098	0.1403	0.1104	0.1127	0.5107
X18	0.2249	0.1813	0.4523	-0.0882	0.2799	-0.0123	0.3743
X1	0.0478	-0.0047	0.0443	0.6928	-0.0021	0.0647	0.4495
X11	0.0440	0.0677	-0.0279	0.6662	0.0151	0.0189	0.2619
X9	-0.2418	0.1349	0.0139	0.5472	0.1104	0.2002	0.3909
X25	-0.0580	0.1307	0.0019	0.5402	-0.0018	0.1135	0.5615
X21	0.3679	-0.0715	0.0208	0.4964	0.0495	0.0327	0.4272
X14	0.2548	-0.1540	0.1938	0.4926	0.2130	-0.0252	0.3778
X4	-0.1105	0.0302	0.0418	0.0278	0.7002	0.1229	0.3252
X27	0.1000	-0.0087	0.1727	-0.0090	0.6848	0.0770	0.3851
X17	0.1224	0.0036	0.1824	0.0585	0.6771	0.0254	0.5148
X31	0.3771	0.1768	0.0327	0.3220	0.4054	-0.0100	0.3673
X20	0.2637	0.1662	0.0371	0.2490	0.3149	-0.0472	0.4934
X7	0.1395	0.0736	0.0660	0.1409	0.0554	0.7511	0.4712
X22	0.1547	0.0191	0.1523	0.0500	0.0143	0.7151	0.4426
X24	0.0254	0.1398	0.0248	0.0781	0.2940	0.5143	0.8109
X12	0.2577	0.0088	0.0510	0.2830	-0.0937	0.3699	0.5379
説明分散	3.24	2.88	2.72	2.63	2.19	1.94	
寄与率	15.64	8.81	7.34	6.15	4.82	4.51	
累積寄与率	15.64	24.45	31.79	37.95	42.77	47.28	

Table 2 無気力各因子と項目

第1因子（意欲減退・無力感）

- 2 9 つかれて、何もしたくなくなることが多い。
- 3 3 いろいろなことが、めんどくさく思えることが多い。
- 2 3 すぐ、体がだるくなってしまう。
- 6 授業には、なかなか集中できない。
- 1 5 いくら努力しても、だめなことが多い。
- 2 8 学校の授業についていけない。
- 1 6 自分がなさげなくていやになる。
- 1 3 つかれて、授業中いねむりをしてしまうことが多い。

第2因子（消極的人間関係）

- 3 ほかの人といっしょにいと、くたびれる。
- 1 0 悩みを話せる人がいない。
- 5 人とつきあうのは、めんどくさい。
- 1 9 一人でいるのが、いちばんだ。
- 3 0 困ったとき、相談できる人がいる。(R)
- 2 6 同級生とは、どうでもよいことしか話さない。

第3因子（将来の展望の欠如）

- 3 2 将来やりたいことが、はっきりしている。(R)
- 8 将来つきたい仕事が、決まっている。(R)
- 2 高校卒業後の進路を決めている。(R)
- 1 8 自分の夢が実現するとは思えない。

第4因子（学習意欲の欠如）

- 1 授業のノートは、きちんととるようにしている。(R)
- 1 1 テストがあるとされたら、そのための勉強をする。(R)
- 9 もっと良い成績をとりたい。(R)
- 2 5 テストの成績が悪くても、あまり気にしない。
- 2 1 家で、自分から勉強することはない。
- 1 4 勉強でわからないことがあると、自分で調べてみる。(R)

第5因子（打ち込む領域の欠如）

- 4 勉強以外で熱中しているものがある。(R)
- 2 7 勉強以外に、これだったら自分にまかせてくれというものがある。(R)
- 1 7 自分には、得意なものがある。(R)
- 3 1 いくらがんばってもどうにもならないので、勉強してもむだだと思う。

第6因子（消極的活動性）

- 7 学級内での係りは、できればさげたい。
- 2 2 委員など、責任ある役につくのはいやだ。
- 2 4 クラブ活動や、部活動はやりたくない。
- 1 2 そうじは、やらないことが多い。

学年	人数	無気力全体	意欲減退・ 無力感	消極的人間 関係	将来の展望 の欠如	学習意欲の 欠如	打ち込む領域 の欠如	消極的 活動性
1年	189	2.50 0.39	2.93 0.63	2.19 0.73	2.52 0.96	2.18 0.57	2.35 0.73	2.75 0.79
2年	163	2.61 0.43	3.04 0.65	2.22 0.73	2.63 1.02	2.32 0.63	2.40 0.73	2.93 0.80
3年	175	2.49 0.48	3.06 0.68	2.17 0.78	2.18 0.90	2.30 0.67	2.29 0.88	2.68 0.84
分散分析		*	NS	NS	***	NS	NS	**
TUKEY法		2年>3年			2年>3年			2年>3年

\*\*\* P<.001    \*\* P<.01    \* P<.05

#### 4. 2 尺度平均と分散分析結果

Table 3 に無気力尺度平均と分散分析結果を示した。無気力全体得点及び尺度別得点を見ても、無気力感が学年が上がるにつれて上昇するといった明らかな傾向はみられなかった。最初に予測していたとおり「将来の展望の欠如」及び「消極的活動性」尺度のみ2年生より3年生が減少している。「無気力全体」得点で2年生より3年生が若干減少していることは、これら2尺度によると考えられる。

#### 5. 研究2

1年生～3年生全員を対象として、無気力各尺度得点の高い方から約25%毎に、無気力高群、無気力中上群、無気力中下群、無気力低群とした。特に各尺度で無気力高群に入る者だけの度数分布傾向をつかみ、高校3年間での高無気力感の拡がり方について検討する。

#### 5. 1 高群尺度保有率結果

はじめに個人が無気力高群尺度をいくつ保有しているのか学年毎に検討した。結果は学年総人数に対する%で示し、学年間の $\chi^2$ 検定を行った。Table 4 にその結果を示した。

高群尺度保有数0の者が学年が上がるにつれて単調に減少しないことから、高校生になってから無気力高群尺度が初めて出現する生徒はほとんどいないといえる。高校3年間の間に高無気力感が拡大するとしたら、1年生から3年生になるにつれて無気力高群尺度保有数が増加すると考えられるが、そのような増加傾向は見られなかった。また各学年における無気力高群尺度保有数の状況は似た傾向であることがわかる。ただしこの横断的な表では、ある高群尺度が1年後に低群になったとしても、別な高群尺度が1年後に出現すると見かけ上は増減がないように見えることになるので、より正確な傾向は縦断的研究でなければ判断できない。

Table 4 無気力高群尺度保有数% (各学年総人数を100%とした, カッコ内人数)

保有数	0 尺度	1 尺度	2 尺度	3 尺度	4 尺度	5 尺度	6 尺度
1年	27.5 (52)	30.7 (58)	23.3 (44)	13.8 (26)	4.2 (8)	0.5 (1)	0
2年	25.8 (42)	24.5 (40)	18.4 (30)	18.4 (30)	9.8 (16)	3.1 (5)	0
3年	27.4 (48)	31.4 (55)	21.1 (37)	10.9 (19)	5.7 (10)	1.1 (2)	2.3 (4)
$\chi^2$	n. s	n. s	n. s	n. s			

#### 5. 2 尺度別高群者数%結果

次に尺度別に無気力高群者数の学年比率に差異が見られるのかについて検討を行った。各学年間の $\chi^2$ 検定も行い、その結果をTable 5に示した。

「意欲減退・無力感」尺度、「消極的人間関係」尺度、「学習意欲の欠如」尺度では、わずかに学年による増加傾向が見られるが有意差はないレベルであり、学年が上がるにつれて高無気力感が広がっているとは判断できない。「打ち込む領域の欠如」尺度、「消極的活動性」尺度においては、高群者数の明らかな学年差は認められなかった。「将来の展望の欠如」尺度においては、2年生か

ら3年生にかけて高群者数が有意に減少していた。この点は、3年生の7月頃には多くの生徒の進路目標が定まり、充実した高校生活を過ごし「将来の展望」がはっきりしてくることを反映していると考えられる。Table 5 から判断できることは、高校生活の中核をなしている「学習面」・「友人関係」・「部活動や学校行事、学級活動」といった活動領域別にみても、無気力感の強い生徒は1年生、2年生、3年生といった学年とは無関係に一樣に存在していることがわかる。ここで「部活動や学校行事、学級活動」という活動領域とは「打ち込む領域の欠如」と「消極的活動性」尺度のことを指している。

	意欲減退・ 無力感	消極的人間 関係	将来の展望 の欠如	学習意欲 の欠如	打ち込む 領域の欠如	消極的 活動性
1年	29.5 (41)	30.3 (43)	28.6 (54)	21.2 (40)	22.8 (43)	21.2 (40)
2年	34.5 (48)	33.1 (47)	31.9 (52)	27.0 (44)	23.3 (38)	30.7 (50)
3年	36.0 (50)	36.6 (52)	14.9 (26)	29.1 (51)	24.0 (42)	22.3 (39)
$\chi^2$	n. s	n. s	**	n. s	n. s	n. s
** P<.01						

## 6. 考察

Table 3 から全生徒を対象にした学年別の無気力感の拡がりは、無気力全体得点で見ても、無気力尺度得点で見ても拡大する傾向は認められなかった。さらに Table 4, Table 5 では無気力尺度別に無気力高群の生徒を対象にして、学年が上がるにつれてどのような挙動を示すのか探索したが有意な傾向は認められなかった。

しかしながら高無気力感を低減する手段として、「将来の展望の欠如」得点を下げることで「無気力全体」もつとめて絞って言えば「意欲減退・無力感」も低められる可能性が示唆された。言い換えれば、高校生の早い段階で「将来の展望」となる具体的な卒業後の進路目標を持つことで、高校生活を無気力に過ごさずに済むかもしれないということである。

前述したように横断的調査の限界はあるので、正確な調査としては縦断的調査を2年間実施する必要が高まったと言える。今回の調査結果から言えることとして、無気力感の拡がりを見るには小・中学生段階を考へてみるのが調査手段として有意義であるのかもしれない。しかしながら、小・中学校の教育現場からすると教育効果があると考えられそうなことは歓迎されるが、本調査のように調査することが生徒に対して直接的にプラスの効果があると考えられにくい調査は歓迎されにくいことも事実であろう。今回の調査も教育委員会、学校長、各学級担任の先生に御協力いただいたことに改めて感謝したいと思う。

### 【参考文献】

- 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.
- Abramson, L. Y., Metalsky, G. I. & Alloy, L. B., 1989 Hopelessness depression: A theory-based subtype of depression. *Psychological Review*, 96, 358-372.
- 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*, 46, 681-687.
- Beck, A. T., Steer, R. A., & Brown, G. K. 1996 *Manual for the Beck Depression Inventory, Second Edition*. The Psychological Corporation.
- Cole, C. S., & Coyne, J. C. 1977 Situational specificity of laboratory-induced learned helplessness in humans. *Journal of Abnormal Psychology*, 86, 615-623.
- 樋口和彦 1981 ポスト・スチューデントの時代 笠原嘉・山田和夫編 『キャンパスの症候群』 弘文堂 253-283.
- Hiroto, D. S., & Seligman, M. E. P. 1975 Generality of Learned helplessness: Theory and evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 31, 311-327.
- 笠井孝久 三浦香苗 保坂亨 1994 小学生・中学生における無気力感の構造 千葉大学教育学部教育相談研究センター年報, 11, 13-26.

- 中澤潤 宮下一博 1995 青年期の無気力ー高校生・大学生を対象とする無気力尺度の開発ー 千葉大学教育学部教育相談研究センター年報, 12, 11-19.
- Seligman, M. E. P., & Maier, S. F. 1967 Failure to escape traumatic shock. *Journal of Experimental Psychology*, 74, 1-9.
- Seligman, M. E. P. 1975 *Helplessness : On Depression Development and Death*. W. H. Freeman and Company, San Francisco.  
(平井久・木村駿監訳 1986 うつ病の行動学 誠信書房)
- Walters, P. A. 1961 スチューデント・アパシー 石井完一郎訳 『学生の情緒問題』 光文社 186-203.
- Zung, W. W. K. 1965 A Self-Rating Depression Scale. *Archives of General Psychiatry*, 12, 63-70.

#### 注記

本論文は、兵庫教育大学大学院学校教育研究科に提出された修士論文(1997 年度)の分析手法を変更・再分析し、加筆修正したものである。