

本書は、心理学的知見を利用することで、教育活動をより「人間らしい」やり方に改革していくことを目的に記されており、第1～第3章は、特に「獲得された無力感」をめぐる研究が紹介されている。「獲得された無力感」は、アメリカの心理学者であるセーリックマンによって実験的に証明された。セーリックマンは、回避できない苦痛刺激に繰り返しさらされることで、①環境に能動的に反応しようとする意欲の低下、②学習する能力の低下、③情緒的混乱の3つのマイナスの効果がもたらされることを明らかにした。著者はこの「獲得された無力感」が動物だけでなく人間にも適用できることを、乳幼児を例に紹介するとともに、幼少時に自分の活動により苦痛や不快を取り除いたという経験が、効力感の形成につながり発達に好ましい影響を及ぼすと述べている。また、誰でも失敗するものであるが、無力感に陥るのは失敗そのものよりも、その失敗を何のせいにするかが決定的に重要であると指摘し、自分の「能力不足」と思うと無力感に陥り意欲が低下するが、「努力不足」と思うことで失敗を克服可能なものと捉えることができ、粘り強く取り組む傾向が見られると説明する。

この失敗経験と無力感・効力感の獲得について、次の3つから考察する。ひとつは、中学生を対象とした稲城哲郎の実験に関して、もう一つは、小学生を対象に行われたドウェックの実験に関して、三つ目が正確なメタ認知についてである。

一つ目の稲城の実験では、中間テストの結果を「失敗」と評価した者について、失敗の原因を能力不足においた者が、努力不足においた者よりも次回の成績を低く見積もる傾向が認められたことより、ウェイナーのいう安定-不安定、コントロールの可能性の次元が達成行動に影響を及ぼすことが教育現場で実際に確かめられたとしている。ここで問題にしたいのは、次のテストの結果と原因との関連である。「能力不足」と捉えた者の次のテストの成績と「努力不足」と捉えた者の成績とを比較し、努力不足と捉えた者の成績が優位であれば、達成行動に影響を及ぼしたと言えるであろう。しかし、「見積もる」ことを分析しただけで、達成「行動」に影響を及ぼしたとまでは言えないであろう。

二つ目のドウェックの実験では、テスト課題を解くのに要した時間を測定し、無力感型とがんばり型とに全被験者を二分し、がんばり型の者は、無力感型の者に比べ、失敗を努力不足のせいだとし、また成功は自分の努力のたまものとみる一般的な傾向が強かった。この実験結果から、失敗・成功の原因を「努力」におくことでがんばり型の子どもになったと解釈できるとしている。しかし、この実験においてテスト課題を解くための制限時間はたったの20秒である。20秒間に解けた場合は成功で、20秒以上かかると失敗とみなされ、課題解決時間が大きい者が無力感型、小さい者ががんばり型である。たった20秒でがんばり型というのには違和感があろう。20秒以内にテスト課題ができるかどうかは、粘り強さというよりも「反応」を表しているにすぎない。

三つ目に正確なメタ認知についてである。著者は本当の自信を得るためには、正確なメタ認知にもとづく、「自分にとってやりがいのある課題の選択」とそこでの「努力の有効性の確認」が重要であると指摘する。しかし、「自分の能力や適性や興味を正確に知っておくことは、よりよく人生を生きるためには重要であろう」と述べるにとどまっており、どのようにして正確なメタ認知を獲得できるかについての言及はなされていない。これが明らかにされないなら、自信の獲得方法も不明なままである。

以上、「獲得された無力感」の理論をもとにした「効力感」の獲得方法について考察を加えた。失敗経験や成功経験における無力感・効力感の獲得については、短期間の実験心理学的方法ではなく、教育現場での長期的な観察による説明が必要であると考えられる。