因果的思考が過去の成功・失敗に対する反応に及ぼす影響

外　山　みどり
藏　本　知　子

論文要旨

従来の帰属理論では、成功・失敗後の感情反応は、その経験に対してどのような原因帰属がなされるかに依存すると想定されてきた。しかし過去の成功・失敗経験を因果的に回顧することは、それ自体、後の感情や評価に影響を及ぼすと予想される。本研究では、因果的思考を行うこと自体の効果と帰属の内容が及ぼす効果の両方を検討した。また感情反応としては、成功に対するネガティブな反応や失敗に対するポジティブな反応にも焦点を当てた。方法としては、大学生の参加者に過去の達成場面での成功・失敗の経験を想起し、そのいずれかに対して原因帰属を行うよう求めた。1週間後に同じ経験に対する感情や評価を尋ねたところ、失敗経験については、原因帰属を行った場合にネガティブな感情反応の程度が低かった。また失敗の原因を努力に帰属した参加者は、他の要因に帰属した参加者に比べ、失敗に対するポジティブ反応が多かった。成功経験については、帰属の有無やその内容は後の反応に影響を与えなかった。

キーワード【達成課題、成功–失敗、原因帰属、感情反応、評価】

我々は、日常生活で経験する成功や失敗に対してさまざまな反応をするが、その中で原因帰属を中心とする因果的な思考は、後続の過程にきわめて大きな影響を与えると考えられている。社会的な場面での人間の行動についての原因帰属、あるいは自然現象や物理的事象について人間が行う因果的思考に関する考察は Heider（1958）に始まるが、達成場面での成功・失敗に対する帰属に関する理論と研究を画期的に進めたのは、Weiner（1974）であった。Weiner は、達成行動に関連する原因について2次元または3次元の分類を示した上で、どのような場合にどのような原因帰属が行われるかという先行条件と、原因帰属に続いて、どのような感情や認知、行動が生じるのかという帰属の結果の両方を考慮に入れた帰属過程の理論を展開した。

成功や失敗の経験に関しては、その結果をどのような原因に帰属するかによって、経験の受け取り方や解釈が異なり、経験に対する感情反応や動機づけ、将来の結果の予測、そして後続の達成行動に違いが生じる。帰属がその後の心理過程や行動に及ぼす影響のうちで、感情反応は、その結果を内的原因 - 外的原因のどちらに帰するかという原因の所在の次元に左右され、将来の達成結果の期待については、安定的な原因と不安定な原因のどちらに帰属するかという安定性の次元が重要な役割を果たすと Weiner（1974）は論じた。感情反応についていうならば、達成結果を能力や努力のような内的原因に帰属することが、成功後の誇り、

失敗後の恥ずかしさなどの感情を生じやすくするとされ、結果が外的原因によるものと認知される場合には、経験に伴う感情反応は弱いとされている（ただし後の研究では、成功・失敗後の感情には、帰属に媒介されない感情、帰属の次元と関連した感情、特定の原因への帰属と関連した感情などの種類が存在すると指摘されている（Weiner, 1985））。

原因帰属がさまざまな分野において大きな影響をもつことは、1970 年代以降、多くの研究によって実証されてきたが、その中で学習性無力感や抑うつに関して帰属が重要な役割を果たすことが注目された。学習性無力感の改訂モデルで、Abramson ら（Abramson, Seligman, & Teasdale, 1978）は、失敗を経験した後で、それを内的で安定的でかつ包括的（global）な要因に帰属した場合に、無力感が生じやすいことを指摘した。そしてこのような帰属のパターンを抑うつ的な帰属スタイルであるとして、個人的な傾向としてそのような帰属スタイルをもつ人に対し、帰属のしかたを変更することによって無力感に陥ることを防ぐ認知的訓練や治療実践が行われた（cf. Dweck, 1975）。

また「失敗」から少し範囲を広げて、自らが経験した不幸な出来事に対してどのように反応するかということに関連しても、原因帰属の果たす役割に関心が向けられてきた。たとえば癌のような重大な病気にかかった患者や、事故で負傷した被害者が、その原因をどのように解釈するのか、そしてどのような原因帰属が、よりよい心理的適応につながるのかについて、かなりの数の研究がなされている。自己への帰属、つまり自責的な帰属がよりよい対処となることを示す研究もあれば、他者への帰属が望ましい状態を生じる傾向を見出した研究もあり、結果は必ずしも一貫していないが、乳癌経験者を対象にした研究で、Taylor ら（Taylor, Lichtman, & Wood, 1984）は、病気の経過や自分の状態に対するコントロールの知覚が重要な役割を果たすと指摘している。

以上は、同じ経験であっても、それをどのような原因に帰属するかによって、その後の感情反応や動機づけなどが左右されることを示す研究であったが、そのような帰属の内容にかかわらず、そもそも自分の行動の結果や経験した出来事について因果的に考えることは、それ自体、当該の行動や出来事に新しい意味を与え、それらの経験に対する感情や評価に変化をもたらすかもしれない。たとえば、過去の失敗経験に対して、その原因を推論して自分なりの説明を行うことは、経験直後とは異なった角度からその失敗経験を見直すことになり、失敗がもたらすネガティブな反応以外に、より積極的でポジティブな側面にも注意を向けることになる可能性がある。そして、それは失敗がもたらす悲哀や落胆などのようなネガティブな感情を和らげるかもしれない。

本研究では、以上のような推測に基づき、過去の成功・失敗の経験を振り返って、それについての因果的な説明、つまり原因帰属を行うことが、成功・失敗に対する評価や感情反応にいかなる影響を与えるかを検討するが、その際、帰属内容にかかわる側面と、内容にかかわらず、因果的思考を行ったこと自体に由来する効果の両方を視野に入れて検討する。また

感情反応についても、成功に対する喜びや誇りのようなポジティブ反応、失敗に対する落胆やつらさなどのネガティブ反応だけでなく、その逆の成功に対するネガティブ反応、失敗に対するポジティブ反応にも注目する。

実際的な観点からみれば、原因帰属を通して失敗経験の意味を問い直し、そこから失敗がもたらすプラスの側面を見出して、悲哀や落胆などのネガティブな感情を減らすことができれば、それは適応的に意味のあることであろうが、逆に成功の意味を再考して、それがマイナスの側面も併せ持つことに気づいたからといって、特段望ましい状態をもたらすとは考えにくい。その意味で、失敗経験についての因果的思考の効果に焦点を絞ることも可能であるが、本研究では、成功経験についても原因推論を行うことによって同じような見直しが生じ、感情反応の変化が起こるかどうかを確かめることが、比較の上でも必要と考え、成功・失敗経験の両方を対象にすることにした。

方法

参加者：学習院大学学生 96 名（男性 23 名、女性 73 名、平均年齢 19.8 歳）。
データの収集は、参加者の承諾を得た上で、授業の終了前の時間に 2 週連続で行った。1 週目の参加者のうち回答に不備のあった 6 名と 2 週目の欠席者・照合不可能者 21 名を除外し、原因帰属がその後の感情・評価に与える影響については 69 名を分析対象とした。原因帰属に関しては、2 週目の欠席者等を含め、90 名分のデータを分析対象としている。
手続き：1 週目のセッションでは、自らの過去の成功経験と失敗経験を 1 つずつ想起してもらい、その内容、時期、当時の年齢、経験の重要度などについて回答を求めた。経験を想起する際には、社会的場面や対人状況での成功・失敗ではなく、能力や技能に関連する達成場面での成功・失敗に限定するように教示した。

その後、参加者の半数には自分が記述した成功経験について、残りの半数には同じく自分が記述した失敗経験についての因果的説明を求めた。どちらの経験について説明を求めるかは、2 種類の用紙をランダムに配布することによって操作した。因果的説明、つまり原因帰属は、

①自由記述―なぜ成功（失敗）したのだと思うか、原因と考えられることを記述
② Weiner 以来、達成場面での帰属に関して取り上げられてきた 4 要因、つまり能力、努力、課題の難易度、一時的・偶然的要因に関する独立した 4 尺度による 7 段階評定―各要因がどの程度結果を左右したと思うかと問い、まったく左右しなかった（1）～非常に左右した（7）　までの 7 段階で回答を求めた
③上記 4 要因の相対的な関与度を合計 100% になるように割り振らせるパーセント評定法（cf. Elig & Frieze, 1979）

の３種類の方法によった。

第１セッションの１週間後に実施した第２セッションでは、前の週に記述した成功・失敗経験について内容を確認した上で、それぞれの経験について各８尺度上で感情反応を測定した。これらの尺度の中には、成功に伴うポジティブ反応、失敗に伴うネガティブ反応のほか、成功がもたらすネガティブ反応や失敗がもたらすポジティブ反応も含めた。具体的には、成功に対するポジティブ反応として、うれしかった、達成感があった、誇らしかった、照れくさかった、自信がついた、の５項目[1)]、ネガティブ反応として、当惑した、その後、気が緩んでしまった、周囲のプレッシャーを感じた、の３項目、失敗に対するネガティブ反応としては、つらかった、恥ずかしかった、挫折感があった、自信を失った、後悔した、の５項目、失敗後のポジティブ反応としては、自分の弱点がわかってよかった、自分を見直すよいきっかけになった、次のモティベーションにつながった、の３項目を設定し、それぞれ７段階で評定を求めた。

各参加者は、成功・失敗の経験両方について上記の評定を行った。１週目で原因帰属を行った方の経験についての評定は、２週目にその効果が表れるか否かを検証するための実験条件として、１週目に帰属を行わなかった方の経験についての評定は、比較のためのベースラインを提供する条件として扱った。

結果

1．成功・失敗経験の内容

(1) 成功・失敗経験の分布

成功・失敗経験として参加者が記述したものを５つのカテゴリーに分類した結果は、図１の通りである。

成功経験としては、大学入試合格が１番多く、全体の約1／4を占めている。第２位は芸

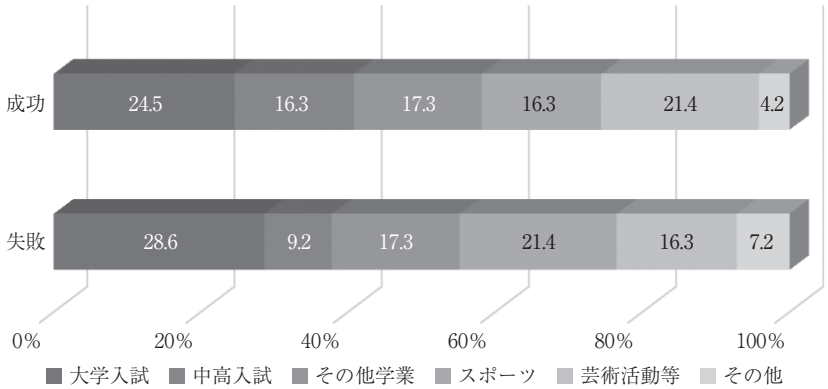

図１．成功・失敗の内容

術・技能分野での受賞や好成績（例．絵画コンクールに入賞）、以下、入試以外の学業での成功（例．TOEIC で高得点をとった）、中高の入試合格およびスポーツ場面での勝利・好成績と続いている。中高での入試合格が比較的多く挙げられた原因としては、高等科からの内部進学や指定校推薦などによる入学者、つまり大学受験を経ていない学生が一定数含まれていることが考えられる。

失敗経験としても、最も多く挙げられたのは大学入試であり、続いてスポーツ場面での失敗、以下、入試以外の学業領域、芸術・技能分野での失敗、中高入試失敗という順序になっている。成功よりも大学入試の比率がやや高く、中高入試の比率が低く、また芸術分野とスポーツ場面の失敗が逆転しているが、成功の場合と大きな相違はない。

(2) 成功・失敗経験の重要性

成功・失敗経験の記述に引き続いて、それぞれの経験がどの程度重要であったかの評定を求めた。その結果を見ると（図２参照）、全般的に成功経験の方が重要性が高い傾向があり、同一の参加者が書いた成功・失敗経験の比較では、成功の重要性の評定の方が有意に高かった（t (87) ＝2.726, p＝.008）。

それぞれの経験内容ごとの差を見ると、成功経験では、大学入試合格と中高入試合格が特に重要度が高く、入試以外の学業領域の重要度は低く評定されている。失敗経験に関しても、大学入試・中高入試の重要度は高いが、芸術・技能分野での失敗経験もかなり重要だと認知されており、成功経験ほど種類による差はない。

入試での合格・不合格の重要性が高いことは当然であり、また入試以外の学業領域での成功・失敗には日常的な軽微な経験が挙げられていることが多いので、その重要度が低いことも十分理解できる。また同じ入試結果でも、失敗よりも成功の方が重要性が高く評定されているのは、参加者が現に大学に在学しているという事実、つまり少なくとも１つの大学の入

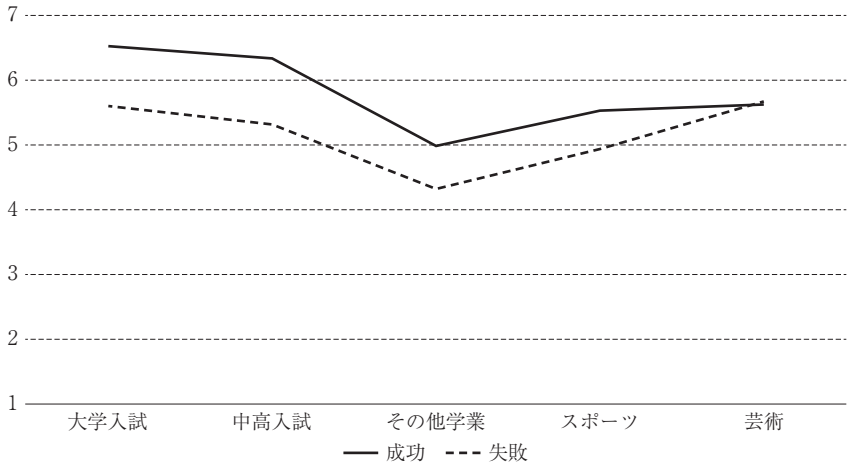

図２．経験の重要度

試には合格したという事実によって、他大学の受験に失敗したことの重要性が低く認知されているということを示すものと考えられる。成功と失敗のどちらにも大学入試での経験を記述した回答者もおり、複数の大学を受験し、そのうちいくつかは不合格だったが、1 つ以上の大学には合格したというケースが多いことを表している。

このように、参加者が記述した成功・失敗経験は多様であり、重要性にも差があるが、サンプル数が多くないことも考慮して、以下の分析では内容にかかわらず、成功経験、失敗経験と一括して扱うことにする。

2. 成功・失敗経験に対する原因帰属

(1) 成功・失敗経験の因果的説明・原因帰属の測定

過去の成功経験、失敗経験については、どのような因果的説明、原因帰属が行われたであろうか？本研究では、①自由記述、② 4 つの因果要因の関与度に対する独立の 7 段階尺度による評定、③ 4 要因の相対的な関与度に関するパーセント評定の 3 種類の測定を試みた。

①自由記述

過去の成功または失敗経験の原因に関する記述は、記入欄のスペースが限られているためもあり、比較的単純なものが多いが、個別状況についての詳細が記されたものも少数存在した。記述の中には分類が困難なものもあったが、一応、②、③の評定法で用いた 4 要因のどれかに分類した。分類は第 2 著者が行い、第 1 著者が確認した。

成功・失敗条件のそれぞれについて、能力、努力、課題の難易度、偶然的要因のそれぞれに分類された記述のパーセントを図 3 に示す。4 要因の中では「努力」に関連する記述が最も多く（例.「努力を重ねたから」、「勉強不足」）、成功では約 2/3、失敗でも半数を超える参加者が記述している。「能力」に関する要因を原因として挙げた者は両条件とも 20% 以下であり、失敗条件では「一時的・偶然的要因」よりも比率が低くなっている。課題の難易度を原因として挙げた者は、成功条件・失敗条件ともにきわめて少なかった。

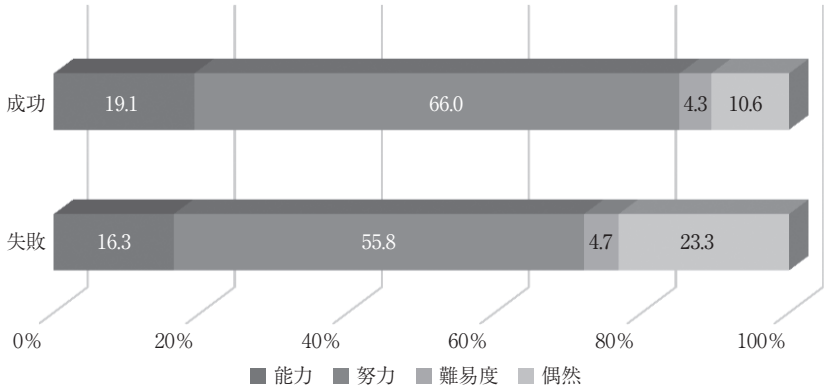

図 3. 原因の自由記述

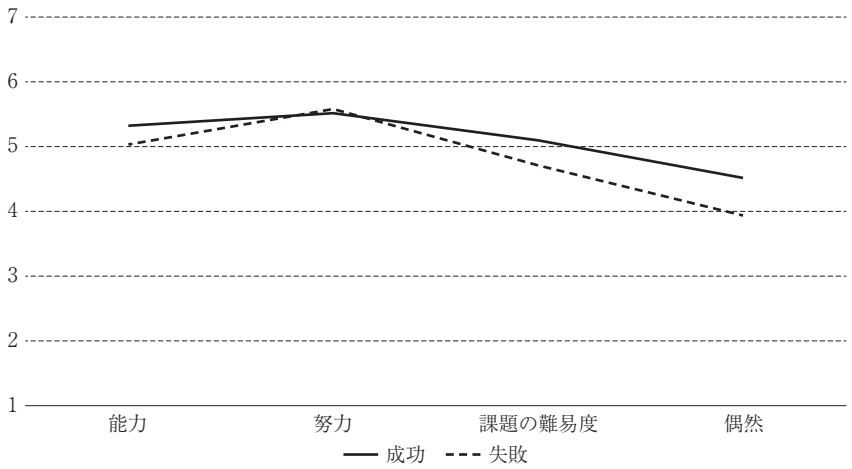

図 4. 独立尺度による原因評定

②独立 4 尺度による因果要因の関与度の評定

「能力」、「努力」、「課題の難易度」、「一時的・偶然的要因」の 4 要因が結果をどの程度左右したかを、それぞれ独立の尺度で評定させた結果は図 4 の通りである。最も評定平均が高いのは、成功・失敗ともに「努力」であり、以下、「能力」、「難易度」、「偶然」の順になっている。分散分析の結果では、因果要因ごとの評定値には有意差があるが（F (3, 264) = 11.205, p<.001)、成功−失敗の参加者間要因には有意差がなかった（F (1, 88) = 2.552, ns)。ただし、独立尺度を用いた場合には、どの要因に対する評定も比較的高く、特に成功に関しては、各要因の評定値間に大きな差がない。独立の尺度で各要因を評定させると、一様に評定が高くなって差がつきにくく、各参加者が何を主要な原因と考えているかを検出しにくいと考えられる。

③各因果要因の相対的関与度についてのパーセント評定

各因果要因を独立に評定させる方法のほかに、全体の合計が 100% になるように各要因の相対的な影響力の程度を割り振らせるパーセント評定も試みた。実際には上記 4 要因に加えて、「その他の要因」を思いつく人はそれも記入して、全体として 100% になるよう求めたが、記入者が少数のため、ここではそれを無視し、また参加者の計算間違いにより合計が 100% になっていない例では 100% になるように修正を施した。

成功・失敗条件ごとに、4 つの因果要因に関するパーセント評定の平均は図 5 のようになる。成功、失敗ともに最も高いパーセント評定を受けたのは努力、次いで能力であり、課題の難易度と偶然要因はどちらも 15〜19% 程度の評定となっている。平均値の数値では、失敗の方が努力の割合が高く能力が低いように見えるが、分散が大きく、成功条件と失敗条件の差は有意でない。

各因果要因の相対的関与度についてのパーセント評定は、②の独立した 4 尺度による評定

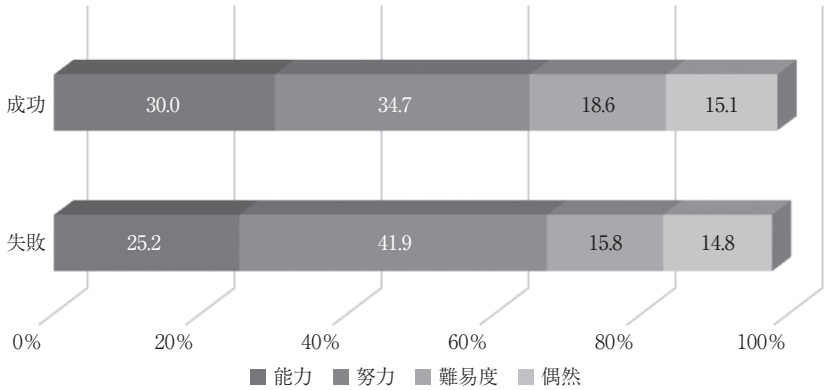

図 5．パーセント評定の平均値

に比べて、各要因の差が明瞭になりやすく、より弁別力のある指標と考えることができる。この指標を用いれば、成功・失敗経験をどのような要因に帰属したかの個人差をとらえることもできると考え、これをもとにクラスター分析を行った。

クラスター分析の結果の記述に先立ち、成功・失敗経験に対する原因帰属の全般的傾向についてまとめておきたい。

(2) 原因帰属の全般的傾向に関する総括

過去の成功・失敗に対する原因帰属を 3 種類の方法で測定した結果、以下のようなことが明らかになった。

まず 4 種類の因果要因に関しては、成功・失敗のどちらについても努力への帰属が最も多く見られ、能力への帰属がそれに続く。外的要因である課題の難易度と偶然への帰属の傾向は少なかった。このような各要因に対する帰属の傾向は，3 種類の測度によって順序はほとんど変わらないが極端さが異なり、自由記述では最も差が大きく、独立の 4 尺度による評定法で最も差が小さかった。もちろん自由記述では、一番重要と思われる原因を 1 つのみ挙げることが多いので、このパターンは当然と思われる。上にも述べたように、独立した 4 尺度上での 7 段階評定では、どの要因に対しても関与度を高く回答する傾向があり、弁別力が低いと考えられる。

また、成功経験と失敗経験に対する原因帰属の差はあまり大きくなく、成功は内的要因へ、失敗は外的要因へ帰属するという、いわゆる self-serving bias の徴候は見られなかった。

(3) クラスター分析による参加者の帰属傾向の分類

成功・失敗経験の原因をどのように認知するかによって、その後の感情反応が異なるかどうかを検討するためには、各参加者の原因帰属の傾向を分類することが必要となる。そのため、4 要因の相対的関与度に関するパーセント評定の数値をもとに、Ward 法によるクラスター分析を行い、参加者を 2 つのクラスターに分けた。2 つのクラスターの各変数についての平均値は表 1 の通りである。第 1 クラスター（32 名）は努力のパーセント評定の平均が

表１　クラスター間の比較　　平均値（SD）

		クラスター１	クラスター２	t 値
度数		32	58	
成功重要性		5.81 (1.23)	5.74 (1.32)	0.251
失敗重要性		5.53 (1.24)	5.04 (1.49)	1.591
独立評定	能力	4.44 (1.68)	5.59 (1.40)	3.282**
	努力	6.47 (1.02)	5.03 (1.52)	5.340***
	難易度	4.53 (1.57)	5.10 (1.47)	1.726 †
	偶然	4.03 (1.94)	4.36 (1.72)	0.833
% 評定	能力	15.54 (8.78)	35.12 (17.02)	7.202***
	努力	62.70 (12.26)	25.93 (12.02)	13.792***
	難易度	10.58 (6.43)	21.43 (14.25)	4.959***
	偶然	11.19 (9.75)	17.50 (16.70)	2.267*

*** $p<.001$，** $p<.01$，* $p<.05$，† $p<.10$

極めて高く、他の要因のパーセント評定はすべて 16% 以下と低い。明瞭な努力帰属を行った人々ということができる。それに対して第２クラスター（58 名）は、努力よりも能力の評定が高く、一見、能力帰属群とも思えるが、その他の外的要因に対する評定も第１クラスターより有意に高く、４つの因果要因の関与度を比較的均等に評定しているクラスターであることがわかる。そこで、第１クラスターは「努力帰属群」、第２クラスターは「その他帰属群」と性格づけすることにしたい。この分類を用いて、帰属の違いにより後の感情反応や経験の評価に差が生じるか否かの分析を行う。

なおここでは、前項で述べたように、成功と失敗の全般的帰属傾向に差がないという結果に基づき、２週目に欠席して感情反応の質問に答えなかった者も含めて、原因帰属の分析対象とした全参加者のデータをもとにクラスター分析を行った。以下に述べる感情反応の分析にかけられたデータは、成功条件は第１クラスター 12 名、第２クラスター 24 名、失敗条件は第１クラスター 13 名、第２クラスター 20 名である。

3. 成功・失敗経験に対する感情・評価

本研究の主な目的は、過去の成功・失敗経験に対する因果的説明を行うことによって、当該経験に対する感情反応や評価が異なるか否かを検討することである。その際、成功に対するポジティブ反応、失敗に対するネガティブ反応という自然に予想される反応のみならず、成功に対するネガティブ反応や失敗に対するポジティブ反応も考慮に入れた。そして原因帰属に関する質問に答える形で過去の経験を振り返ることにより、成功や失敗を当初とは異なる観点から見直し、新たな感情や評価が生じる可能性を吟味した。

具体的には、「方法」の部分に記述した通り、成功経験、失敗経験に対する評定項目の中にポジティブ反応とネガティブ反応の両方を含めており、以下の分析では、それぞれの合成

表 2．原因帰属の有無による感情反応の比較（平均値）

	帰属条件	帰属なし条件	t 値
成功ポジティブ反応	5.58	5.64	0.222
成功ネガティブ反応	3.44	3.15	0.977
失敗ネガティブ反応	4.35	5.28	2.694 **
失敗ポジティブ反応	4.01	4.22	0.578

$^{**}p<.01$

得点を従属変数として用いる。各種類の合成得点について α 係数を算出すると、成功−ポジティブ反応が $\alpha=.868$（4 尺度）、成功−ネガティブ反応が $\alpha=.507$（3 尺度）、失敗−ネガティブ反応が $\alpha=.869$（5 尺度）、失敗−ポジティブ反応が $\alpha=.802$（3 尺度）であり、成功−ネガティブ反応を除けば、十分な信頼性を有している。成功−ネガティブ反応については α 係数が低いため、必要に応じて個別の分析を行った。

(1) 原因帰属を行ったこと自体の効果

本研究では、帰属内容に依存する感情だけでなく、原因を考え、因果的説明を行うこと自体が、経験に対する異なった評価や感情反応を生じるのではないかという仮説を検討した。そこで最初に、原因帰属を行った条件と行わなかった条件の比較を行った（表 2 参照）。

まず成功について原因帰属を行った群と行わなかった群について上記の合成得点を比較すると、成功−ポジティブ反応と成功−ネガティブ反応のいずれに関しても、群間の差は有意でなかった。成功−ネガティブ反応の α 係数が低く、尺度の等質性が疑われるので、個々の尺度ごとの比較も行ったが、いずれの尺度でも平均得点に有意な差は見られなかった。つまり成功については、原因帰属の質問に答えて因果的な観点から振り返っても、それが成功経験の評価や感情に影響を与えなかったと言える。

一方、失敗について原因帰属を行った群と行わなかった群の比較を行ったところ、失敗−ネガティブ反応で有意な差が認められ（t (67) $=2.694, p=.009$）、原因帰属を行った条件の方が失敗に対するネガティブな反応（つらかった、恥ずかしかった等）の程度が低い傾向があった。個別の尺度でも原因帰属を行った群の方が、すべてネガティブ反応が少ない傾向があり、とくに「つらかった」では大きな差があった（t (67) $=3.505, p<.001$）。

それに対して、失敗−ポジティブ反応に関しては原因帰属の有無による差は有意でなかった（t (67) $=0.578, ns$）。失敗経験に関しては、原因帰属を行うことは、つらかった、恥ずかしかったなどのネガティブ反応を減じる作用をすることが明らかになったが、弱点がわかってよかった、などのようなポジティブな反応を増やす傾向はみられなかった。事前の予測では、因果的思考により過去の失敗の意味を改めて考え直すことによって、失敗のもたらすポジティブな側面に思い当たり、それがネガティブな感情を減じるのではないかという可能性を考えたが、現実には、原因帰属を行うことによってネガティブ反応の程度が低下する傾向

表 3．クラスターによる感情反応の比較（平均値）

	クラスター1	クラスター2	t 値
成功ポジティブ反応	5.96	5.40	1.467
成功ネガティブ反応	3.63	3.34	0.693
失敗ネガティブ反応	4.58	4.20	0.787
失敗ポジティブ反応	4.67	3.58	2.237 *

$^{*}p<.05$

は見られたが、ポジティブな反応の増加は認められなかった。ちなみに、失敗−ポジティブ反応と失敗−ネガティブ反応の間に相関はまったく認められなかった（失敗に対する原因帰属を行った条件では、$r=.066$（$n=33$），2 度の調査に参加した全員では $r=-.047$（$n=69$）、いずれも *ns*）。

(2) 帰属内容の違いによる後続の反応の差異

次に、成功・失敗経験をどのような原因に帰属したかによって、後続の感情反応や経験に対する評価が異なるか否かの検討に移る。ここでは、クラスター分析の結果得られた、帰属傾向の異なる 2 つの群の参加者を比較する。クラスター 1 は結果を専ら努力に帰属した群、クラスター 2 は 4 種の原因の関与を比較的均等に認識した群である。2 つのクラスターに関して、成功・失敗に対するポジティブ反応とネガティブ反応の平均値を比較した結果は表 3 の通りである。

まず成功経験に関する結果について検討する。成功−ポジティブ反応と成功−ネガティブ反応の合成得点についてクラスター 1 と 2 の平均値を比較すると、表 3 からわかるように、いずれも有意差は見られなかった。成功経験に関しては、原因を努力に帰するか、それ以外の要因に帰するかという帰属の差異は、ポジティブ、ネガティブにかかわらず、成功に対する反応に影響を及ぼさなかったと言える。

これに対して失敗経験に対しては、失敗−ポジティブ反応でクラスター 1 とクラスター 2 の間に有意な差が見られ（t (31)＝2.237, $p=.033$）、失敗を努力に帰属したクラスター 1 でポジティブ反応（弱点がわかってよかった、自分を見直すきっかけになった、次のモティベーションにつながった）が多いことが明らかになった。これは失敗に対して努力帰属を行った人々は、失敗後にその肯定的な側面を認識することが多く、失敗経験を以後に生かそうとする傾向が高いことを示している。失敗−ネガティブ反応に関しては、原因帰属の違いを表す 2 つのクラスター間で有意差は見られなかった[2)]。

考察

因果的思考自体の効果

本研究では、過去の成功・失敗経験について、原因の帰属を行って因果的に回顧することが、当該経験に対する感情や評価におよぼす影響を検討した。その際に、経験を因果的な観点から考えるということ自体の効果と、どのような要因に成功や失敗の原因を帰属するかという帰属内容に依存する効果の 2 種類に分けて吟味した。

その結果、原因帰属を行うことそのものの効果として、失敗に対するネガティブな感情反応（つらさや恥ずかしさなど）の程度が低くなる傾向が見いだされた。3 種類のやり方で失敗に対する原因帰属を行った参加者は、帰属を行わなかった参加者に比べて、失敗に対する悲哀・落胆などの負の感情反応の程度が低かった。しかし、これは失敗の肯定的な側面を見直すこととは連動しておらず、原因帰属を行うことによって失敗–ポジティブ反応が増加する傾向は見られなかった。この結果は事前の予測と一部のみ合致するものである。失敗が将来に向けて建設的な意味をもつことに気づくことによって、ネガティブ反応が減じるのではなく、より直接的に失敗に伴う負の感情を減じることを示すものかもしれない。またこの傾向が、失敗の原因を何に帰属したかという帰属の内容にかかわらず生じたことは注目に値する。過去の失敗の原因を推論し、客観的に結果の意味を考えなおすという因果的思考は、どのような帰属がなされるかにかかわらず、失敗から直接に引き起こされる悲哀や落胆などの負の感情反応を減じる効果をもつと考えられる。これは適応的に意味のあることと言えるであろう。

ただし、過去の失敗経験に対して、その意味を問い直すことによりネガティブな感情反応が減じるという結果については、過去の回顧の中で因果的思考がどのような役割を果たすかという具体的なプロセスを、現時点で明確にすることはできない。また過去を振り返る際に原因を考えることが必須な条件であるかどうかについても断言できない。過去のストレスフルな経験について筆記したり、他人に話したりすることは、その後の心身の健康と適応に有益な効果をもたらすことが知られており（例．Pennebaker, Mayne & Francis, 1997）、そのような言語表現の中にも原因への言及は含まれるものの、冷静な因果的思考より情動的な表出の方がストレス軽減に有効な場合もあるかもしれない。この点に関しては、さらに検討する必要がある。

帰属内容に依存する効果

失敗に関しては、それをどのような原因に帰属するかによって、その後のポジティブな反応に差がみられた。具体的には、失敗を努力（不足）に帰属した人は、その経験を、自己を見直したり、自己の弱点を知るきっかけだったと認識し、次の機会でのモティベーションに

つなげることができたと建設的にとらえる傾向が強かった。努力はその時どきで変わる変動要因であり、また自分でコントロールすることができる要因であるので、努力に帰属することは、将来に自分の結果をよい方向に変えることができるという期待につながり、積極的な姿勢として表れるのであろう。

本論文の冒頭部分にも述べたように、自分の失敗を内的で安定的で包括的な原因、つまり全般的な能力不足に帰属することは学習性無力感につながることが知られており、そのような帰属スタイルの変更を促すための再帰属訓練が考案されている（cf. Dweck, 1975）。その種の訓練の中核を成すのが、能力帰属の傾向を努力帰属に変更することであり、また全般的な能力不足ではなく、特定の課題や場面に限定された失敗であることを認知させることである。本研究で見られた、努力帰属の傾向と失敗−ポジティブ反応との関係は、コントロール可能な変動要因である努力への帰属が、学習性無力感とは対極を成すような適応的で建設的な態度に結びつくことを示すものと言える。

成功・失敗に対する原因帰属とその測定

本研究では、それぞれの経験に対して参加者がどのような原因帰属を行うかということ自体は関心の中心ではなかったが、帰属の結果についても簡潔に考察する。

成功・失敗経験の内容は多様であり、内容によって多少の違いはあるものの、全般的には努力への帰属が最も多く、この傾向は自由記述で最も顕著であった。能力への帰属もかなり多く、能力と努力を合わせた内的要因への帰属は、自由記述では、成功の場合は約 85%、失敗の場合は 70% を超える。失敗の原因についての自由記述では、運・偶然への言及も 1／4 弱を占めるが、課題の困難度の記述は成功・失敗どちらでもきわめて少なかった。ただし、4 種の要因のそれぞれを独立に評定させる方法では、外的要因の関与度の評定も尺度の中点を超えるような値になった。評定対象として提示されれば、さまざまな要因が作用していることに気づくということかもしれないが、この独立尺度による評定法では、各要因に対する評定値がおしなべて高くなってしまい、帰属の差に対する弁別力が不足していると判断された。それに対して、各帰属要因の相対的関与度を判定させるパーセント評定では、要因間の差がかなり明瞭になると同時に、外的要因の関与に関する認識も反映されており、個人の帰属傾向を分類するためのクラスター分析に使用することができた。本研究で使用した方法の中では、パーセント評定が最も有効であったと言うことができる。

原因帰属の測定方法については、一部で議論されてはきたものの、十分な吟味がなされているとは言い難い。それぞれの測定法の長所・短所を踏まえ、目的に応じた方法の選択が必要となる。と同時に、できることなら、より適切な測定法の開発も望まれるところである。

本研究は、従属変数とした尺度の内容および数が必ずしも十分でなく、探索的な性格のものに留まるが、因果的思考を行うことにより、過去の失敗に対するネガティブな反応が減少

するという知見は、実際的にも意味を有するので、更なる検討を続ける価値があると思われる。

註

1）　このうち、「照れくさかった」は意味合いが曖昧なため分析から除外した。そのため、成功–ポジティブ反応は 4 項目から成る。

2）　今回のクラスター分析は該当する参加者全員のデータに対して行った。成功条件と失敗条件を別々にクラスター分析にかけた場合も結果は大きく変わらず、感情反応としては、失敗–ポジティブ反応のみで、努力帰属群の方が有意に評定が高いという同様の傾向が得られた。

引用文献

Abramson, I. Y., Seligman, M. E. P., & Teasdale, J. D.（1978）. Learned helplessness in humans: Critique and reformulation. *Journal of Abnormal Psychology*, *87*, 49–74.

Dweck, C. S.（1975）. The role of expectations and attribution in the alleviations of learned helplessness. *Journal of Personality and Social Psychology*, *31*, 674–685.

Elig, T. W., & Frieze, I. H.（1979）. Measuring causal attributions for success and failure. *Journal of Personality and Social Psychology*, *37*, 621–634.

Heider, F.（1958）. *The psychology of interpersonal relations*. New York: Wiley.

Pennebaker, J. W., Mayne, T. J., & Francis, M. E.（1997）. Linguistic predictors of adaptive bereavement. *Journal of Personality and Social Psychology*, *72*, 863–871.

Taylor. S. E., Lichtman, R. R., & Wood, J. V.（1984）. Attributions, beliefs about control, and adjustment to breast cancer. *Journal of Personality and Social Psychology*, *46*, 489–502.

Weiner, B.（1974）. *Achievement motivation and attribution theory*. Morristown, NJ: General Learning Press.

Weiner, B.（1985）. An attribution theory of motivation and emotion. *Psychological Review, 92*, 548–573.

付記：本研究は、平成 25–28 年度科学研究費補助金の交付を受けた研究の一部をまとめたものである（基盤研究（c）課題番号 25380850）。データの照合と入力作業に関して、野添健太氏（現. 江戸川大学睡眠研究所助教）の助力を得たことに感謝する。

ENGLISH SUMMARY

The effects of causal thinking on reactions to success-failure experiences in the past

TOYAMA Midori
KURAMOTO Tomoko

In attribution theory, it has been assumed that one's affective reactions after success and failure depend largely on the causal attributions one makes for the outcome. However, the process of causal explanation itself might facilitate reconstruction of the meaning of the experiences and moderate feelings and cognitive appraisals of them. The aim of the present study is to examine both the effects of explanation itself and attribution-dependent process. In the first session, participants were asked to recall one success and one failure experience and to make causal attributions for either of the two experiences. One week later, they were asked to evaluate the two experiences they described in the first session on several dimensions including positive and negative affective reactions. The participants who had made attributions for their

failure showed less negative feelings than those who had not, irrespective of their attribution contents. On the other hand, positive reactions after failure, e. g., realizing one's weak points, were attribution dependent. Participants who attributed their failure to a lack of effort showed more positive attitudes towards the experiences than those who made other kinds of attributions. No such tendencies were found with respect to successful experiences.

Key Words: achievement task, success-failure, causal attribution, affective reaction, evaluation