

無気力の測定法に関する展望

長 内 優 樹

はじめに

「やる気がでない」、「無気力だ」といった心理的な状態は、知覚する頻度にこそ個人差はあれども、誰もが経験したことのある感覚であろう。また、こうした心理的な状態は、個人にとっては歓迎できない心理的な状態であることが多い。そのため、世間一般には実証的な根拠を欠く無気力から脱出する方法の書かれた書物や、同様のテーマのセミナーなどが数多くみられる。こうした個人が主観的に自覚する無気力を長内（印刷中）は、知覚された無気力（Perceived Apathy）と呼び、研究の必要性を訴えている。長内は知覚された無気力を「個人が自己の意欲または精神的なエネルギーの低下を知覚すること」と定義し、それは領域固有的無気力（domain-specific apathy : DSA）と領域全般的無気力（domain-general apathy : DGA）に大別できるとした。DSA とは、特定の課題に対する無気力であり、DGA は生活全般において感じる無気力である。また、知覚された無気力は個人の問題に留まらず、教育現場などにおいても、学生が感じている無気力を把握することは、教育の改善や最適な指導を提供するうえで重要であるはずである。しかし、伝統的な心理学は研究者から観察可能な行動に、研究者自身が納得できる知見を与える営みであった。それは、当該領域においても例外ではなく、学習性無力感¹⁾やスチューデント・アパシーの一連の研究などは、本人が知覚している無気力ではなく、あくまで研究者からみて無気力にみえる行動の研究であった。

知覚された無気力を研究することは、無気力からの脱出法や介入の研究を行ううえで基礎的知見として意義があるだろう。しかし、知覚された無気力の実証的な研究を行うには、方法論が未整備なようである。そこで、本研究では、これまでの無気力を測定するために開発された尺度を概観する。

1. 無気力の自己記入式尺度の概要

本研究では、非臨床群（一般学生など）を対象とした無気力研究のうち（主な尺度を表1に示した）、広く用いられている自己記入式尺度について概観する。なお、心理学的な無気力研究は、スチューデント・アパシーの概念を提唱した walters（1961）以来、主に日本で発展を遂げてきた研究領域であることを先に述べておく。

表 1. 主な無気力に関する自己記入式尺度

アパシー傾向測定尺度	1993 鉄島
意欲低下領域尺度	1995 下山
アパシー心理性格尺度	1995 下山
無気力感尺度（小学生版・中学生版・高校生版）	1995, 1997 笠井他, 笠井・三浦
アパシー項目	1997 宗像
無気力感尺度	2001 下坂
無気力尺度	2006 高山
無気力傾向項目	2000 李

1. 1. アパシー傾向測定尺度（鉄島,1993）

鉄島（1993）は、「精神病の無気力と異なり、心理的原因で主として学生の本業である学問に対して意欲の減退を示すこと」と定義し、一般学生のアパシー傾向を実証的に研究するために、「アパシー傾向測定尺度」を作成した。作成にあたっては、上地（1981）などを参考に項目を選定したようである。31 項目 6 段階評定である。項目内容は付表 1 に示した。大学生の学業に関する意欲低下に特化した内容となっている。信頼性は、内的整合性及び安定性の観点から十分に高いとしている。また、妥当性も授業への出席数を指標に測られ、低くはないとしている（表 2）。

問題点としては、一般大学生のアパシー傾向と障害としてのアパシー傾向を区別していないことが指摘されている（下山,1995）。さらに、研究者・教育者からみて無気力にみえる行動を項目化し、学生に自己記入を求めるといった研究であるため、大学生本人が知覚している無気力ではない可能性を排除できない。そういった意味では知覚された無気力ではなく、研究者からみた DSA の研究と捉えることができる。

1. 2. 意欲低下領域尺度（下山,1995）

大学生の生活領域ごとの意欲低下を測定するための尺度として作成された。20 項目 4 段階評定である（付表 2）。作成にあたっては鉄島（1993）の項目を参考にしている。尺度名については、「本研究の目的が一般学生の意欲低下状態の評価であり、スチューデント・アパシーとの連続性を前提としていないので、アパシーという語を直接用いず、意欲低下領域尺度とした（下山,1995）」としている。信頼性は下位尺度ごとに α 係数を求めることで示されており、いずれも満足できる値であるとしている。また、妥当性については、本尺度の下位尺度の内容が鉄島（1993）のアパシー傾向測定尺度の下位尺度の内容と一致していることから、本尺度は鉄島（1993）の簡易版であり、鉄島（1993）によってアパシー傾向測定尺度の妥当性が確かめられているので、本尺度はそれに準じた妥当性ともつことが推測される、としている。

問題点としては、大学生の生活領域は決して学業に関する領域のではないのに、大学生の生活領域ごとの意欲低下を測定するための尺度としていることが挙げられる。これは、鉄島（1993）と同様に、本人が知覚する無気力ではなくあくまで研究者からみた無気力を測定しようとした結果であるといえる。また、こうした測定法では、学業に関心があり得点が低い群（本人が困る無気力）と、学業に関心がなく意欲も低い群（本人は困らない無気力）が得点上、同点になってしまうという問題があるだろう。

1. 3. アパシー心理性格尺度

下山(1995)は、アパシーの心理的障害を測定する尺度を、笠原(1984,1988)、山田(1987)、土川(1990)の研究をもとに、尺度の構成概念がスチューデント・アパシーの障害を広く示すものとなることを心がけ作成した、としている。上述した「意欲低下領域尺度」と同時に作成されたようである。最終的に 20 項目 4 段階評定となっている。項目内容は無気力というよりも、病理的な内容となっていることが伺える(付表 3)。信頼性は、下位尺度ごとに α 係数を算出することで示され、問題がないとされている。妥当性は、スチューデント・アパシーの障害に関する先行研究と一致した内容を備えているので内容的妥当性があるとしている。

問題点としては、本尺度はアパシーの心理的障害を測定することを目的としており、一般男子学生を対象者として作成されているが、健常な個人が日常的に知覚する無気力ではないので、本研究の先行研究としては適切ではないだろう。

1. 4. 無気力感尺度(笠井・村松・保坂・三浦,1995)

無気力を「精神病の無気力とは異なり、心理的な原因で、日常生活のさまざまな場面において意欲の減退を示す状態像」と定義し、一般中学生及び小学生を対象に、日常生活のさまざまな場面における顕在的・潜在的な無気力感の態様を明らかにすることを目的に尺度が開発された。4 段階評定。中学生と小学生は個別に検討された。中学生版は最終的に 16 項目となったようである(笠井他,1995,p77)。また、小学生版は最終的に 15 項目となったようである(笠井他,1995,p79)。項目内容は付表 4 および 5 に示した。項目内容は、小・中学生の DGA の認知・行動的な状態像と捉えることのできるものとなっている。いずれも、信頼性は下位尺度ごとの α 係数が示されている。妥当性の検討については明記されていないが、日常生活の状況(成績の自己評価、起床時間、就寝時間、学習時間、塾に通っているか否か、仲の良いグループの有無、親友の有無)との関係が検討されている。しかし、信頼性・妥当性ともに十分とはいえないとしている(笠井他,1995)。よって、すぐに利用可能な尺度であるとはいえないだろう。

1. 5. 無気力感尺度(下坂,2001)

無気力における生活感情の側面を測定するため、無気力を「日常生活全般で、自分をやる気がないと感じる」と定義している。この定義は、長内(印刷中)の DGA の定義に類似している。また、尺度を作成するための項目の選定においては、予備調査として、「私がやる気がないのは」で始まる刺激文を提示する文章完成法を用い大学生を対象に無気力感の記述を収集している。最終的に 19 項目 6 段階評定となっている(項目内容については付表 6)。こうした作成過程から下坂(2001)は、個人が知覚する無気力を扱っていることが伺える。信頼性については、下位尺度別に α 係数を求め十分であるとしている。妥当性は、笠井・三浦(1997)が作成した無気力感尺度の数項目、アパシー傾向測定尺度(鉄島,1993)、自我同一性尺度(宮下,1987)、外的統制感尺度(鎌原・樋口・清水,1982)を用いて、併存的妥当性(基準関連妥当性)が検討されている。また、自我同一性の未達成感および外的統制感が、無気力感と関連をもつことを挙げ、構成概念妥当性も示されたとしている。すべての学校段階を通じて使用することが可能としている。

問題点としては、無気力感尺度という尺度名ではあるが、項目内容が無気力な状態そのものではなく、無気力を引き起こす要因と思われるもので構成されていることである。こういった項目内容では、尺度の

合計得点を算出しても、どの程度の強さで無気力を知覚しているのかを把握することが出来ず、結果の解釈が困難になることが予想される。

表2 主な自己記入式尺度の信頼性と妥当性

	アバシー傾向測定尺度	意欲低下領域尺度	アバシー心理性格尺度	無気力感尺度：中学生版	無気力感尺度：小学生版	無気力感尺度
信頼性						
内的整合性						
α 係数	.877 (大学生 N=381)	下位尺度ごとに検討されている 「学業意欲低下」 .73 「授業意欲低下」 .73 「大学意欲低下」 .77 (男子大学生 N=479名)	下位尺度ごとに検討されている 「張りのなさ」 .70 「自分のなさ」 .70 「味気のなさ」 .69 「適応強迫」 .51 (男子大学生 N=479名)	下位尺度ごとに検討されている 「意欲減退・身体的不安全感」 .73 「充実感・将来の展望の欠如」 .64 「積極的学習態度の欠如」 .58 「消極的友人関係」 .59 「無力感・あきらめ」 .54 (中学生 N=1396名)	下位尺度ごとに検討されている 「学校不適応感」 .64 「充実感・将来の展望の欠如」 .56 「身体的不安全感」 .68 「消極的友人関係」 .34 (小学生 N=1721名)	下位尺度ごとに検討されている 「自己」 .84 「不明瞭他者不信・不満足」 .76 「疲労感」 .82 (明記されていないが、 α 係数算出時は恐らく中学生・高校生・大学生を合計している N=949名)
折半法	r 0.877					
安定性						
再検査法	r 0.87 (大学生 N=153)					
妥当性	[授業への出席率]を指標 鉄島 (1993) の簡易版で 各下位尺度に対し複数の「日常生活の状況」について 左記の中学生版と同様、「中高生版無気力感尺度」に検討された ($r=-.516$)。 あるため、妥当性は鉄島 先行研究の内容が相当する複数の指標との関連「日常生活の状況」の関連 (1993) に準じるとして 関係を求めている。 を検討している。 鉄島, 1993)「自我同一性尺度 (宮下, 1987)」 「外的統制感尺度 (鎌原, 1982)」との平行検査が行われ、妥当性は十分とされている。					
出典	鉄島 (1993)	下山 (1995)	下山 (19935)	笠井他 (1995)	笠井他 (1995)	下坂 (2001)

1.6. 考察

本研究では、既存の非臨床群を対象とした無気力の自己記入式尺度を概観した。その結果、各尺度について知覚された無気力を研究する上での問題点が示唆された。また、最大の問題は既存の尺度には知覚された無気力の強度を測定可能な尺度がないことである。これでは、個人が日常的にどの程度の強さで無気力を知覚しているか、または、どのような出来事で、どの程度の強さの無気力を知覚しているか、などの基礎的な知見を収集することさえ出来ない。また、1.2. で既述したように、どのような領域で無気力になるかは個人差があり、無気力は心理学の一般的な尺度法が仮定するように様々な要素（項目や因子）の合計から成り立つ心理的状态というよりも、強く感じるか弱く感じるかという強度の問題であると捉えた方が（“なぜ無気力なのか”，よりも“どの程度無気力なのか”），日常的に知覚されている感覚に近く、調査対象者の回答時における認知的負荷を軽減することができるのでなかろうか。よって、知覚された無気力の研究を行うためには、その強度を測定する方法を考案する必要があるだろう。

註

- 1) 学習性無力感と、無気力との異同は以下の通り、明らかである。学習性無力感は、その理論の要諦が行動とその結果の非随伴性の知覚の学習にあり、つまり、「やってもできないからやらないこと」を指すので、できる・できないに関係なく「やる気がしない」という無気力とは根本的に異なる概念である。また、学習性無力感は、研究者の視点からみた被験者（被験体）の無力感を説明するための理論であり、無力感そのものがどのような主観的な状態なのかについては検討していない。さらに、学習性無力感は、改訂を重ね現在では抑うつの要因を説明するための原因帰属理論となっている。以上に加え、無気力と無力感の異同については、大芦（2005）や高山（2006）による議論もある。

引用文献

- 笠原 嘉（1984）. アパシー・シンドローム ―高学歴社会の青年心理― 岩波書店.
- 笠原 嘉（1988）. 退却神経症 講談社.
- 笠井孝久・村松健司・保坂 亨・三浦香苗（1995）. 小学生・中学生の無気力感とその関連要因 教育心理学研究, 43, 424-435.
- 笠井孝久・三浦香苗（1997）. 中学生の無気力感 ―学校忌避感情・学業成績との関連― 千葉大学教育実践研究, 4, 103-112.
- 鎌原雅彦・樋口一辰・清水直治（1982）. Locus of Control 尺度の作成と信頼性, 妥当性の検討 教育心理学研究, 30, 302-307.
- 宮下一博（1987）. Rasmussen の自我同一性尺度の日本語版の検討 教育心理学研究, 35, 253-258.
- 宗像 剛（1997）. 大学生のアパシー傾向の男女別検討 心理学研究, 67（6）, 458-463
- 大芦 治（2005）. 第1章第1節 無気力の心理学の視点 大芦 治・鎌原雅彦（編） シリーズ 荒れる青少年の心 無気力な青少年の心 北大路書房 Pp.1-14.
- 長内優樹（印刷中）. 大学生における知覚された無気力の研究 ―領域固有の無気力が領域全般的無気力に及ぼす影響― 応用社会学研究 東京国際大学社会科学研究科, 19.
- 李 相蘭（2000）. 青年期無気力傾向に関する比較研究 ―日・韓の大学生を対象に― 東京大学大学院教育学研究科紀要, 40, 139-150.

- 下坂 剛（2001）. 青年期の各学校段階における無気力感の検討 教育心理学研究,49,305-313
- 下山晴彦（1995）. 男子大学生の無気力の研究 教育心理学研究,43,145-155.
- 高山草二（2006）. 無気力と無力感 動機の期待×価値理論からの分析 島根大学教育学部紀要,39,45-53.
- 鉄島清毅（1993）. 大学生のアパシー傾向に関する研究 ―関連する諸要因の検討― 教育心理学研究,41,200-208.
- 土川隆史（1990）. スチューデント・アパシーの輪郭 土川隆史編 スチューデント・アパシー 同朋社,1-65.
- 上地安和（1981）. 学生の意欲減退 石原完一郎ら（編）現代のエスプリ 168 Pp.188-200.
- Walters, P.A.J. 1961 Student Apathy Blaine B. Jr. & McArthur C.C. (ed) Emotional Problem of the Student, Appleton-Century-Crofts.
- （ウォルターズ, P.A.J. 笠原嘉・岡本重慶（訳）（1975）. 学生のアパシー 石井完一郎他（監訳）学生の情緒問題 文光堂 pp.106-120.）
- 山田和夫(1987). スチューデント・アパシーの基本病理 ―長期縦断的観察の60例から― 平井富雄(編) 現代人の心理と病理 サイエンス社 Pp.355-373.

付表 1. アパシー傾向測定尺度（鉄島,1993）の項目内容

第1因子：授業からの退却

必修科目などの重要な授業にも、つい出る気がしなくなって欠席してしまうことがある
 出席が重視される授業でさえも休みがちである
 何となく授業をさぼることがある
 大学内にいても、つい授業に出るのが面倒くさくなって欠席してしまうことがある
 生活のリズムが一定しないために、午前中の授業は欠席しがちである
 朝寝坊などで授業に遅れることが多い
 特別な理由がないのに重要な試験を受けずにいる
 授業は何よりもまず第一に優先している
 大学からの連絡事項などについてほとんど関心が無く、人から教えられることが多い
 授業の履歴を真剣に考えなかったために、後になってから困ることが多い
 授業に出席するよりは自分の好きなことをやっている方がいいと思う
 授業中にマンガを読んだり、落書きをすることが多い

第2因子：学業からの退去

教師に言われなくても自分から進んで勉強する
 授業は積極的に参加するというよりも、いつもただ座っているだけという感じだ
 勉強に関する本を読んでもすぐに飽きてしまう
 勉強では疑問に思う時はすぐに調べる
 出来栄は納得しなくても、レポートは提出さえすればよい
 これまでと同じように勉強や課題が良く出来る
 授業で取り上げられた参考書には目を通す方である
 「早く授業が終わればよい」としばしば思う
 時間を忘れて勉強することがある
 授業で疑問に感じられる箇所があれば積極的に教師に質問に行く
 卒業に必要な単位を取得していても、自分の興味関心にあった授業は取るようにしている
 好きな課目（教科）は一生懸命勉強する

第3因子：学生生活からの退去

一つの課題に打ち込むことが出来ない
 大学で交流のある人といえば、共通の関心事のある人が数人いる程度だ
 自分の興味のある事柄さえ、あまりエネルギーをそそぐ気がしない
 大学での勉強もアルバイト活動もあまりやる気が起こらない
 注意を集中するのは他の人より苦労する
 私は大学の友人と一緒にいるよりは、自分の部屋で本を読んだり映画に行ったりする方が好きである
 大学での時間は私の生活の中で有意義である

付表 2. 意欲低下領域尺度（下山,1995）の項目内容

第 1 因子：学業意欲低下

教師にいわれなくても自分から進んで勉強する
勉強に関する本を読んでいてもすぐに飽きてしまう
勉強では疑問に思う時はすぐに調べる
必要な単位以外でも、関心のある授業はとるようにしている
大学で勉強をすることで自分の関心を深めている

第 2 因子：授業意欲低下

授業に出る気がしない
朝寝坊などで授業に遅れることが多い
何となく授業をさぼることがある
大学からの連絡事項を見落としてしまうことが多い
授業の課題の提出が遅れたり、出さなかったりすることがある

第 3 因子：大学意欲低下

学生生活で打ち込むものがない
大学ではいろいろな人と交流がある
大学にいるより、自分ひとりでいるほうがいい
大学での時間は自分の生活の中で有意義な時間である
大学のなかで自分の居場所がないと感じる

付表3. アパシー心理性格尺度(下山,1995)の項目内容

第1因子：張りのなさ

よく眠れて朝は爽快な気分で起きられる
 毎日を何となく無駄に過ごしている
 いつも頭がぼんやりしている
 朝起きて夜寝る生活のリズムが乱れている
 時間がただ過ぎていくという感じがある

第2因子：自分のなさ

一度決めたことでも人から言われると決心が変わりやすい
 自分が本当に何をやりたいのか分からない
 自分の将来といっても現実味がない
 自分のしていることに自信がない
 何となく大学まで来てしまったという感じがある

第3因子：味気のない

心から楽しいと感じる時がある
 自分の人生を生きているという実感がない
 何事も生き生き感じられない
 人に対して自分の意見や考え方をはっきりと主張する
 自分の悩みを何でも話せる友人がいる

第4因子：適応強迫

きちんとしていないと気が済まない
 人からの批判がとても気になる
 自分が何をしたいかよりも何が自分に期待されているかを優先する
 勝ち負けにこだわる
 自分の弱みを人に知られたくない

付表 4. 中学生版無気力感尺度（笠井他,1995）の項目内容

第 1 因子：意欲減退・身体的不全感

いろいろなことがめんどくさくなることがおおい
疲れて授業中ボーッとしてしまうことがおおい
疲れて何もしたくなくなることがおおい
すぐに体がだるくなってしまう

第 2 因子：充実感・将来の展望の欠如

自分にはやりたいことがはっきりしている
勉強以外でこれだったら自分にまかせてくれというものがある
勉強以外で熱中しているものがある

第 3 因子：積極的学習活動の欠如

友達と一緒にいるとくたびれる
友達と遊ぶのがめんどくさい
悩みを話せる友達はいない

第 4 因子：消極的友人関係

いくら努力してもだめなことがおおい
自分の夢がかなうとは思えない
運命で決まっているので、人生は自分ではどうすることもできない

第 5 因子：無力感・あきらめ

定期テストの前は一生けんめいがんばる
勉強でわからないことがあると自分で調べる
授業のノートは、いわれなくてもきちんととるようにしている

笠井他（1995）の Table1 および Table3 より作成。

Table3 の「カテゴリー名」の「意欲減退・身体的不全感（F1）」の項目番号 42 は、Table1 の項目 43 に該当するものと思われる。本表ではそのようにみなして作表した。

付表 5. 小学生版無気力感尺度（笠井他,1995）の項目内容

第 1 因子：学習不適応感

自分にはやりたいことがはっきりしている
自分にはとくいなものがある
おとなになったときやりたい仕事がきまっている
勉強以外で熱中しているものがある

第 2 因子：充実感・将来の展望の欠如

授業になかなか集中できない
家では宿題以外の勉強はしない
テストがあるといわれたら、そのための勉強をする
勉強でわからないことがあると自分で調べてみる

第 3 因子：身体的不全感

すぐ体がだるくなってしまう
すぐ頭がいたくなる

第 4 因子：消極的友人関係

悩みを話せる友達はいない
自分が困ったとき、相談できる人がいる

第 5 因子：非能動的・無力感

親や先生に注意されてもいいかえそうと思わない
いくら努力しても、だめなことがおおい
運命できまっているので、人生は自分ではどうすることもできない

笠井他（1995）の Table2 および Table5 より作成。

付表 6. 無気力感尺度（下坂,1993）の項目内容

第 1 因子：自己不明瞭

私は将来の目標を持って生きている
自分の将来を考えるとうんざりする
自分の将来を真剣に考える気にはならない
私の未来には希望が持てないと感じる
私は自分から進んで物事を行う熱意がないと感じる
私は何事にも前向きに取り組む意欲があると思う
日ごろ目的のない生活をしていて自分だけがだらけていると感じる
私は自分がつまらない人間のように感じる
私は自分らしさをもっていると思う

第 2 因子：他者不信・不満足

私には本当に困ったときに助けてくれる人がいない
私を本当に理解してくれる人は少ないと思う
周囲の人たちとの付き合いは退屈だと感じる
周りの人に助けを求めれば応えてくれると思う
私の周りの人たちは面白みに欠けると思う
自分がひとりぼっちだという寂しさがある

第 3 因子：疲労感

私は毎日の生活で疲れを感じている
日々の生活で体がだるいと感じている
日ごろ精神的に疲れたと感じる
多忙な毎日で疲れて何もしたくなくなる
