

状態不安が課題遂行方略に及ぼす影響

池本 弥紗

現代社会において、職場や学校などで精神疾患が増加している。たとえば、職場にて能力を超える仕事を要求されて処理できなかった場合、上司や同僚から負の評価を受けることになる。そして、そのような負の評価を受けることは不安感の高まりにつながり、それはうつ病や適応障害の一つの要因ともなる。職場や学校で問題となっている精神疾患の症状の一つとして作業効率の低下が挙げられる。作業効率の低下は他人の目にもとまるような症状であるため、さらなる負の評価を受けるという悪循環が生じる可能性がある。本研究では、負の評価やそれによって喚起された状態不安が課題成績に与える影響を検討するために二つの実験をおこなった。課題成績低下につながる要因として、本研究では以下の二つを検討した。一つ目は、課題中に課題遂行に不必要な思考をおこなう認知的妨害であった。二つ目は、より早い解法があるにも関わらず、成功経験をもたらした以前の手段を用いて課題を解こうとする認知的固執であった。

実験1では、図形課題に対して偏差値を用いた負のFBを受ける群（FBあり群）とFBを受けない群（FBなし群）を設定した。そして、Luchins(1959)の水がめ課題を使用し、FBあり群がFBなし群よりも課題中に認知的妨害と方略固執を起こすかを検討した。FBの結果、FBあり群はFBなし群よりも有意に高い状態不安を示した。しかし、認知的妨害尺度の得点に両群で差はみられなかった。また、認知的固執の指標であった水がめ課題にも両群に差はみられなかった。しかし、状態不安の高低を独立変数として分析をおこなったところ、認知的妨害尺度の得点にのみ有意な差があり、状態不安高群の得点が状態不安低群より高かった。

実験2においても、実験1と同様に負の評価によって状態不安が喚起されること、また負の評価や喚起された状態不安によって認知的妨害や認知的固執が生じることを検証した。実験1の問題点を解消するために三点を変更した。一点目に、負の評価を受ける際におこなっていた課題を四則演算課題に変更した。二点目に、負の評価を偏差値を用いたものから平均との解答進度比較バーの表示に変更した。そして、三点目に、水がめ課題の手順の規則性に気付かせるための計算課題を追加した。

実験2では、バー群は統制群よりも四則演算課題後の状態不安が有意に高かった。しかし、認知的妨害尺度の得点に両群で差はなかった。認知的固執の指標であった水がめ課題の手順数と所要時間では、第6試行の所要時間のみ統制群がバー群よりも所要時間が長かった。また、状態不安の高低を独立変数とした分析では、認知的妨害尺度の得点が状態不安低群よりも状態不安高群で高かった。第8試行の手順数においても状態不安低群よりも状態不安高群の方が多かった。

本研究から得られた結果は、負の評価による状態不安喚起、そして、状態不安による認知的妨害や認知的固執の喚起を明らかにした。しかし、負の評価と認知的妨害や認知的固執の直接的な関係を明らかにするには十分でなかったため、今後さらなる検討を必要とする。(応用行動学・ボランティア行動学)