

## 1. 今回の授業のキーワード（メモは、別に配付のワークシートにしてください）

- 1) 無力感とは
- 2) 学習とは（ポイント1）
- 3) 学習性無力感とは（ポイント2）

## 2. 体験授業

### 1) はじめに

以下の文章は、私（小松）が20年ほど前に、ある小学校の障害児学級担任のA先生の指導実践に触れて書いた感想文の一部です。

#### <人権教育の実践に触れて>

「ある日、なぜかわからないが、電気ショックを与えられるようになった・・・痛みと恐怖が襲う・・・何か音がするとそうなるらしいことは分かってきた・・・なんとかしなければ・・・ジタバタと様々な試みを繰り返した後に、ようやく逃げ出せる方法が見つかった・・・やれやれ、これでもうあの音も怖くないぞ」

セリグマンら(Seligman & Maier, 1967)が犬を対象に行った少々むごい実験(現在ではこうした実験は許されない)で、訳も分からず被験体にさせられた犬の「心情」を思いながら表現してみた。これに類似する経験は我々人間も、度々する。その度に何とか切り抜けたり、逃げ出したり、あるいは何ともできずに傷ついたりする。そうしていく中で、自分が生きていく術(すべ)を学んでいく。

ところで、セリグマンの実験では、事前にもっとむごい経験をさせられた1群の犬たちがいた。その犬たちは、「何を試みても、どんなにあがいても、一度も逃げる事ができない別種の経験をあらかじめさせられた後に」、上述の本実験(訓練課題)に参加させられたのである。するとその犬たちは、「意欲」を失っているように見え、「逃げだそうとジタバタすることもなく、じっと耐える」ようになってしまっているのだった。犬たちの「心情」は、おそらくは、「またか・・・どうしようもない・・・我慢するしかないな・・・何やったってダメなんだから・・・何をしても無駄だ、意味がない」であろう。セリグマンは、これを「学習性無力感(learned helplessness)と呼んだ。「悲しい学習」の結果である。

このような「悲しい学習」をしてしまう子どもたちが私たちの周りにまだいる(可能性がある)。どんなに頑張っても否定的な評価を受け続け、挑戦と努力が必要な事態に陥ると、「どうせダメだから・・・私・・・がんばっても・・・できない子だから」が口癖のようになってしまっている子どもたち(意欲を失っていて、がんばることを諦めてしまっている子どもたち)である・・・中には、「生まれてこない方がよかったのかな」とつぶやく子さえいた、という。

こうした子どもたちを、A小学校障害児学級のB先生は、「自分を自虐的に受け入れている子どもたち」、「事実上、人権が剥奪されている子どもたち」ととらえた。「何とかあるがままの自分を受け入れる子どもになってほしい」という切実な願いは、「人権を意識させる」という難しいテーマに向かわせた。先生は、子どもたちに訴える。「食べること、トイレに行くことは、生きて行く上で、ぜったい必要だよ。そういうのを人権っていうんだ・・・だれでも、生まれた時から持っているんだよ・・・色々あるけど、安心して生きる権利、自信を持って生きる権利、自由に生きる権利、この三つが何よりも大切なんだよ」。

「人権」のような抽象的な概念の獲得は、発達に障害を持つ子どもたちにとって特に不得意な分野の一つである。さぞや、試行錯誤を繰り返す困難の連続であつたらう。

「支えを必要としている人たちに触れ、人のために役立つことを経験させ、自尊感情を刺激する(高齢者施設でのボランティア経験)」、「地域の人たちを相手に民話の語りを演じることなどを通じて、成し遂げる事で得る自信、人々に受け入れられる安心感、やりたいことを自分(たち)で決める自由を感じさせる(自分たちで計画した地域の人々との交流活動)」、「働く経験をさせる事で、自立に向かう自信を芽生えさせる(授産施設での就労経験)」等々、一つ一つが思いを込めて計画され、丁寧に実践に移されて行く。そして、いつしか子どもたちに「私は世界に一人しかいない・・・私の体は私のもの・・・私の気持ちも私のもの」の感覚(先生の伝えたい思い)が伝わっていき、「自分の存在価値」に少しずつ気づくようになっていく。子どもたちの個々の活動(例えば、絵画制作や習字)などで見せる姿・作品(自身がなさそうな態度、作品から生き生きした態度、作品への変化)は、先生の実践の意味と価値の証左となって、私たちの心を揺り動かしてくれた。すばらしい実践であつた。・・・(以下、略)

## 2) セリグマンたちの研究（犬を対象に行った回避学習実験）について

\*回避学習とは：嫌悪刺激（電撃、騒音など、生体にとって好ましくない刺激）が与えられた状況において、回避反応（嫌悪刺激を終了させる新しい反応や行動）を学習すること。

①まず、被験体（イヌ）24匹を集め、事前経験A群、事前経験B群、事前経験なし群の3群に分けた。

②研究の進め方：

最初に、事前経験をさせる（回避学習実験を行う）

↓（24時間後に）

次に、訓練課題を与える（別種の回避学習実験を行う）。

### <3群における事前経験（最初の回避学習実験）の内容の違い>

事前経験A群：ハンモックに犬を拘束し、音が鳴らしてハンモックに電流を流す。犬は電撃（電気ショック）を受け、「苦痛」を味わう。犬は、苦しみ悶え、「何とかしよう」と様々の行動をとる。その様々の行動のうち、「設置されてあるテコを押す」行動をとると、電流が止まり、助かる。この経験を何度か繰り返すと、犬は、音が鳴ると同時にテコを押して難を逃れるようになる。

事前経験B群：事前経験A群と同じような経験をさせる。ただし、テコは設置されていない。つまり、逃げることに一度も成功しない経験をさせる。ちなみに、電撃を受ける量は、事前経験A群と同じ程度にされる。

事前経験なし群：事前の回避学習実験に参加しないで、直接訓練課題に入る。

### <訓練課題（別種の回避学習実験）の内容>

簡単に飛び越えられる程度の仕切りのある部屋に犬を入れ、警告音の後に電撃を与える。が、障壁を飛び越えて隣の部屋に移れば、電撃から逃れられる。通常は、比較的簡単に、警告音を聞いただけで隣の部屋に逃げることができるようになる。

## ③訓練課題で得られた結果とセリグマンたちの考察

- ・事前経験A群と事前経験なし群の犬たちは、簡単に逃げることができた。他方、事前経験B群の犬たちの大部分は、逃げようとする行動を起こそうとせず、逃避に失敗した。事前経験A群と事前経験B群の犬たちは、電撃を受けた量は同じなので、事前経験B群の犬たちの逃避の失敗を電撃を受けた量に帰すことはできない。
- ・事前経験B群の犬たちでは、逃げようとしてとった様々行動が結果（逃避の成功）につながらないことが学習され、そのため、訓練課題でも、逃げようとする行動を起こさなくなった、と考えられる。要するにこの群の犬たちの多くは、音が鳴るととっても苦痛な状態になることはわかったが、何をしてもダメなんだ、無駄なんだ、結果はいつも同じなんだと分かり、あきらめてじっと耐えること、我慢することを学んでしまったのだ、と解釈された。