

資料

課題の重要度の認知が自己効力の般化に及ぼす影響

蓑内 豊*

THE EFFECT OF PERCEIVED TASK IMPORTANCE ON THE GENERALITY OF SELF-EFFICACY

Yutaka MINOUCHI

This study examined the effects of perceived task importance on the generality of self-efficacy. To evaluate the generality of self-efficacy, three dependent measures were used: (a) self-efficacy predicting the present performance; (b) future self-efficacy predicting the final performance; and (c) volitional-efficacy measuring volitions, attitudes and interests. The results were as follows: 1. Self-efficacy enhanced based on the performance of an important task instills a more generalized sense of efficacy than on an unimportant task. 2. The perceived importance of the task also effects the generality of volitional efficacy. 3. The tendencies of self-efficacy generality differ between tasks.

Key words: self-efficacy, generality, perceived task importance, volitional efficacy, future self-efficacy.

問 題

ふとしたきっかけから1つのことに対して自信を持つと、その人の態度や表情が変化し、他の事柄に対しても積極的に行動するようになるといったことは、めずらしいことではない。このように、ある事柄で獲得された自信や技術が対象を越えて影響するといった効果は、教育に携わる者にとって、最も関心のある事象の1つである。そこで本研究では、自信の般化を自己効力の理論から検討する。

ある行動の成就に関して客観的には同じ可能性を持っていても、積極的に取り組み、行動を成し遂げる人がいれば、すぐにあきらめる人や初めから取り組みやめしない人もいる。これには、自分の力で遂行してみせるといった認知や自分の判断・努力によって成し遂げる見通しの違いが関係しているように思われる。このような考え方に関する概念として、Bandura(1977)

は、ある状況における行動を遂行できるかどうかという確信のことを自己効力 (self-efficacy) と定義し、行動の遂行に先行して生じる自己効力の重要性を強調した。

そして、このことを証明するような研究が様々な領域においてなされている。学習場面を対象にした研究では、知覚された自己効力は潜在能力の有効利用に効果を発揮し、学習成績の重要な決定因子になることが認められている (Schunk, 1981; Collins, 1982; 桜井, 1987)。また、運動場面における研究では、過去の競技成績より自己効力の方が直後に行う競技成績をより正確に予測することが明らかにされており (Lee, 1982; Berling & Abel, 1983; McAuley & Gill, 1983)、禁煙行動に関する研究においても、自己効力が高い人ほど禁煙を維持していたという報告がなされている (DiClemente, 1981; Conditte & Lichtenstein, 1981)。このように、自己効力はパフォーマンスを予測する重要な因子であることが明らかにされている。またさらに、Bandura et al. (1980) は、知覚された自己効力はその個人の行動を変化させ、行動の選択や努力の量、忍耐時間、情動覚醒、思考パ

* 北星学園大学 (Hokusei-Gakuen University)

ターンなどに影響を及ぼすとも述べている。

自己効力の概念では、自己効力は、水準 (level), 強さ (strength), 一般性 (generality) の3つの次元にそって変化するとされている。水準の次元は、難易度の異なる行動に対して自分はどこまで実行が可能かという予期のレベルの高さのことであり、強さの次元は各水準の行動をどのくらい確実に実行できるかという確信の程度のことである。一般性の次元は前述の2つの次元とは性格を異にし、特定の課題において獲得された自己効力が異なる課題の自己効力に影響を及ぼすのかどうかに関する次元である。

この自己効力の一般性を扱った研究では、Bandura et al. (1980) が行ったヘビへの回避行動や広場恐怖症者に関するものがある。この研究によれば、あるヘビによって得られた自己効力は種類の異なるヘビに対する自己効力に般化したことや、ある行動を治療することによって引き上げられた自己効力が異なる行動の自己効力を引き上げ、異なる行動の改善にも効果があったことが報告されている。また、Brody et al. (1988) は、ストレス事態における自己効力の般化についての研究において、自己効力の般化には状況の類似性が関係することを見出しており、自己効力の一般性の次元を肯定するような結果を得ている。

この一般性の次元の考え方は、教育場面に対して非常に重要な示唆を提供するものと思われる。なぜなら、自己効力が般化するということは、ある特定の課題に対する自己効力を引き上げてやれば、他の様々な課題は実際に行わなくても自己効力が引き上げられ、新しい課題に対する取り組み方が異なることを意味するからである。したがって、自己効力が般化するのであれば、習得しなければならない全てのことを均等に学ぶ必要はなく、ある1つのことを集中的に学習することが効果的であると考えられる。しかし、自己効力の一般性を扱った研究はわずかしかなかく、多くの課題が残されていることを竹網ら (1988) も指摘している。

Brody et al. (1988) は、類似性が自己効力の般化に影響を及ぼすことを明らかにしたが、個人差がみられたとも述べている。これは、自己効力の般化が類似性以外の要因にも影響されることを示唆するものと考えられる。実際、引き上げられた自己効力が、全ての行動の自己効力に影響するとは考えられない。また、状況や技術的要素が類似しているからといって、そのまま直接全て行動の自己効力に般化するとは思わず、般化に関係する認知過程の存在が仮定される。

学習性無力感 (learned helplessness) は行動と結果の随

伴性の認知に着目した概念であるが、ある課題の成就に関する見通しを扱った点において自己効力の概念と共通する部分があると思われる。この学習性無力感の研究をみると、課題に対する認知レベルでの帰属を、統制の所在 (locus of control), 安定性 (stability), 特異性 (specificity), 重要性 (importance) の4つの次元に分類している (Miller & Norman 1979)。また、課題に対する重要度の認知が学習性無力感の般化に影響するといった報告も (Roth & Kubal, 1975) もなされていることから、学習性無力感と関連性のある自己効力の般化においても、課題に対する重要度の認知が関係することが予想される。

ところで、自己効力の初期の研究では、自己効力と遂行の一致性を検討するため、直後に遂行する行動を評価するものがほとんどであったが、Bandura (1977) は、自己効力は直後に遂行する行動のみに影響するのではなく、後の行動の選択や努力、嫌悪状況に対する耐性等にも影響することも示唆している。しかしながら、自己効力の行動に対する長期的な影響を査定する試みはほとんどなされておらず (坂野ら 1986), 自己効力とパフォーマンスの関係をより長期的にとらえることも必要ではないかと思われる (Feltz et al. 1979)。福島 (1985) は、日常生活に関する自己効力の質問紙を作成した際、因子分析の結果から現在エフィカシーと将来エフィカシーの因子を抽出しており、日常生活に関する自己効力が現在と将来の2つの側面から評価されていることを示唆している。したがって本研究では、通常の自己効力を測定する尺度の他に、将来自己効力尺度を用いることによって、最終的なパフォーマンスの予測を試みる。しかしながら、短い実験期間内で将来自己効力と最終的なパフォーマンスの関係を明らかにすることは難しいと思われる。

本研究では、現在の自己効力、将来の自己効力の他に、課題に取り組む意欲に関する尺度を作成し、自己効力の般化を多面的にとらえることを試みる。なぜなら、主観的に意味がないと思っていることや既に習得しているものを再度練習させられることは、意欲の低下につながりかねないと思われるからである。そこで、自己効力の般化に及ぼす課題の重要度の認知の影響について、遂行の成就の可能性といった行動レベルへの影響だけでなく、意欲や動機づけといった認知レベルへの影響も検討する。

以上のような見地から、本研究は次の仮説について検証する。

重要であると認知されている課題において引き上

げられた自己効力は、重要でないとして認知されている課題において引き上げられた自己効力より、他の課題の自己効力へ及ぼす影響が大きい。また、将来の自己効力や意欲においてもこれと同様の傾向がみられる。

方 法

課題：実験の特性上、般化をみるために複数の技能を含む課題であることや技能を明確に分類できることといった条件を考慮した結果、本研究の課題としてバスケットボールを用いることにした。バスケットボールは学校体育でも行われており、その下位技能はパス、シュート、ドリブルの3つに分類することができる。

3つの下位技能の中で自己効力を引き上げる技能は、その練習方法において全員が一斉にでき、統制しやすいという理由からパスに決定した。したがって自己効力の般化の程度をみる技能はシュートとドリブルとなった。

被験者：茨城県下私立中学校の1年生110名を対象に、バスケットボール下位技能に関する重要度の認知についての調査を行った。これは、バスケットボールの下位技能をパス、シュート、ドリブルの3つに分け、バスケットボールにとって重要であると思う技能から順に1・2・3の番号をつけるものであった。またこれと同時に、バスケットボールの経験に関する調査も行った。結果は、パスを1位にした者26名、シュートを1位にした者52名、ドリブルを1位にした者27名であった。これらの中から、バスケットボールの経験が全くない、もしくはほとんどないと解答し、パスを1番重要であると認知していた者(重要群)とパスを3番目に重要であると認知していた者(非重要群)を各々15名ずつ抽出し、計30名を本研究の被験者とした。

技能テスト：バスケットボールの各下位技能の測定には、Johnson basket ball ability test (Johnson, 1934)の中学1年生用に改良したものをを用いた。これは、パス、シュート、ドリブルの技能テストから構成されており、パスは30秒間で正確に投げられたパスの回数を、シュートは30秒間に成功したゴールの回数を、ドリブルは30秒間に通過したコーンの数を測定するものであった。

現在自己効力尺度(自己効力)

自己効力の測定は、バスケットボール技能テストの得点について予期させるものであった。各下位

技能の階層的に並べられた得点の各水準について、成功する確信の程度を問う形式であった。確信の強度は、Schunk (1981)の手法に従い、10ポイント間隔の10~100%で答える尺度を用いた。解答の目安として、「10%：ほとんどできない」「30%：たぶんできない」「70%：たぶんできる」「100%：絶対できる」という説明が記されていた。

将来自己効力尺度

行動変容を長期的にとらえ、最終的なパフォーマンスをより正確に予測するため、将来の自己効力について測定することを試みた。この尺度は自己効力の尺度と同じものを用い、練習を続けた場合の最終的なパフォーマンスについての予期を、現在自己効力と同じ方法で測定した。

自己効力意欲尺度(意欲尺度)

意欲や動機づけといった認知レベルの影響をみるため、一般性セルフ・エフィカシー(坂野ら, 1986)、自己効力感測定尺度(桜井, 1987)、THE SELF-EFFICACY SCALE (Sherer et al., 1982)、Physical Self-Efficacy Scale (Ryckman et al., 1982)の各項目を参考に、パス、シュート、ドリブル、バスケットボール全体のそれぞれについての意欲に関する質問紙を作成した。これらの内容は、意欲、興味、努力、見通し等に関するもので、バスケットボール全体に関する項目が15項目、パスが10項目、シュートとドリブルがそれぞれ11項目ずつから構成されている。尺度は5段階評定尺度であった。これらの一部を以下に記す。「シュートがうまくなりたい」「シュートのテストをやりたい」「シュートが最初うまうまいかななくても、がんばって続ける」「シュートの練習は楽しい」「シュートの練習はおもしろそうだ」

自己効力の得点化：自己効力の水準によって課題の内容が異なる場合では、水準により、自己効力の強さが大きく変動することが考えられる。ところが、本研究で用いた課題は、等間隔に並べられた水準(得点)について自己効力の強さを問うものであり、自己効力の強さは、水準が上がるに従い段階的に低下する性質のものである。そこで、Schunk (1981)が用いた得点化に従い、10~100%の中央値である55%以上の自己効力の強さ、つまり60%以上の自己効力の強さを示した自己効力の中で最も低い水準を自己効力の得点とした。

実験手順：事前測定では、まず各下位技能のパフォーマンスを知るため、パス、シュート、ドリブルに

ついでに技能テストを行い、つづいて現在・将来の自己効力と意欲の測定を行った。トレーニングでは、パスの自己効力を引き上げるために、パスのみの練習を5日間続けた。これは実験者の指導の下、1日約20分間のパス技能向上を目指した練習内容であった。事後測定ではパスの技能テストのみ実施し、他の技能テストは行わなかった。事後測定のパス技能テストでは、目標との距離を事前測定の時より10%短くして行った。これは、トレーニング期間が5日間と短かったことから、トレーニング効果をより明らかに示すためのものである。この短縮は、被験者には気付かれない範囲であった。そしてパステスト終了後、現在・将来の自己効力と意欲について測定した。最後に、実験過程において認知的変容が生じていないかを調べるため、パス、シュート、ドリブルについての重要度認知の調査が再度行われた。

結 果

事後測定で行ったバスケットボールの下位技能に関する重要度の認知についての調査から、トレーニングの過程においてパスの重要度に関する認知に変容が生じた者3名とトレーニング期間中に3日休んだ者1名を分析から除外した。その結果、重要群13名、非重要群13名の合計26名について分析を行った。

パス技能テストの得点の変化をみると、重要群では、事前測定において8.3点(標準偏差2.43)、事後17.2点(標準偏差1.94)であった。非重要群では、事前8.9点(標準偏差1.69)、事後16.1点(標準偏差2.20)であった。事前・事後間で比較したt検定の結果、両群ともにパス技能得点の向上がみられた($p < .01$)。また、事前測定の得点を共変量とした共分散分析を行った結果、群間に有意差は認められなかった($F(1,23) = 2.69, p > .10$)。さらに、現

在パス自己効力について、事前測定の得点を共変量とした共分散分析を行った結果も群間に差はみられず($F(1,23) = 0.01, p > .10$)、パスの技能テストと現在パス自己効力は、群間において向上の違いはみられなかった。

TABLE 1, TABLE 2は、それぞれ現在・将来の自己効力と意欲の平均および標準偏差と事前測定・事後測定間のt検定の結果を表わしたものである。この結果によると、パスの技能テストと直接関係する現在パス自己効力は両群とも上昇しており、重要群においては全くトレーニングを行っていないシュート技能についての現在シュート自己効力の向上も認められたことがわかる。将来の自己効力では、重要群の全ての尺度において向上が認められたが、非重要群においてはパスの自己効力のみ向上がみられ、シュート、ドリブルの将来自己効力では有意な上昇は認められなかった。意欲尺度では、重要群においてパス、ドリブル、バスケットボールの自己効力の上昇が認められたが、非重要群ではパスの自己効力のみ上昇がみられた。

現在・将来自己効力と意欲の各尺度の群間における変化の差をみるため、事前測定の得点を共変量とした共分散分析を行った。それらの結果をわかりやすく表にしたものがFIG. 1である。この結果から、現在シュート自己効力、将来シュート自己効力、シュート意欲尺度、ドリブル意欲尺度において群間に有意差が認められ、いずれも重要群の上昇量の方が多かった。また、将来ドリブル自己効力、パス意欲尺度、バスケットボール意欲尺度では、同様の傾向がみられた($p < .10$)。

考 察

トレーニング過程において意図的に変えられた変数は、パス得点とそれに伴う現在パス自己効力であり、これら2つ以外の変数に関しては、全く操作が加えられていない。したがって、パスの現在自己効力以外の

TABLE 1 各自己効力測定尺度の平均と標準偏差及びt検定の結果(技能レベル)

条 件	測 定 尺 度											
	パス効力(現在)		シュート効力(現在)		ドリブル効力(現在)		パス効力(将来)		シュート効力(将来)		ドリブル効力(将来)	
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
重要群												
事前測定	10.3	3.83	5.8	2.81	18.5	4.38	13.8	3.63	6.6	3.25	20.0	4.44
事後測定	18.8***	5.24	7.8**	3.42	21.4	5.73	22.9***	6.16	8.7*	3.56	24.3*	6.17
非重要群												
事前測定	10.8	3.47	5.2	2.75	19.1	3.10	14.3	3.02	6.4	2.50	19.5	4.01
事後測定	18.6***	4.86	6.0	2.09	20.0	3.42	20.9***	3.73	6.6	2.31	20.9	4.05

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

TABLE 2 各自己効力測定尺度の平均と標準偏差及び t 検定の結果 (意欲レベル)

条 件	測 定 尺 度							
	パス効力(意欲)		シュート効力(意欲)		ドリブル効力(意欲)		バスケット効力(意欲)	
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
重要群								
事前測定	37.0	5.01	42.3	6.66	40.7	6.89	56.0	7.07
事後測定	44.7***	7.44	45.0	5.41	44.7*	6.71	60.7***	7.01
非重要群								
事前測定	35.1	6.49	39.8	3.83	37.4	8.78	54.8	7.08
事後測定	38.8*	7.54	38.5	5.21	36.5	7.25	56.1	7.79

* p<.05, ** p<.01, *** p<.001.

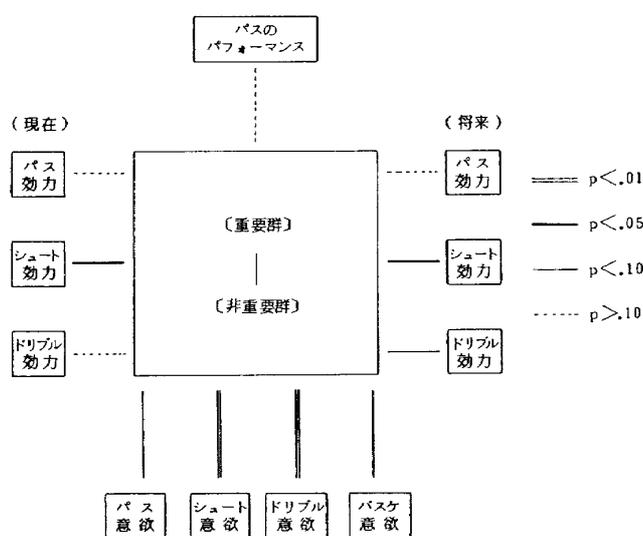


FIG. 1 自己効力の般化に及ぼす課題の重要度認知の影響 (共分散分析の結果) (いずれの尺度も重要群の上昇量の方が大きい)

自己効力や意欲尺度の変化は、パスに関する現在自己効力の変化の影響であり、自己効力の般化とみなすことができる。結果で述べたように、パスの技能テストと現在パス自己効力は、事前測定・事後測定間の変化において、群間に差はみられなかった。したがって、これら以外の変数の群間における変化の差は、パスに関する重要度の認知の違いによる影響とみなし、以下の課題に対する重要度の認知が自己効力の般化に及ぼす影響についての考察を進める。

まず現在自己効力、将来自己効力への般化に及ぼす重要度認知の影響についてみると、現在シュート自己効力、将来シュート自己効力において群間に有意差がみられ、重要群における上昇量の方が多かった。また、同様の傾向が将来ドリブル自己効力においてもみられたが、現在ドリブル自己効力においては有意差は得られなかった。これらの結果から仮説の一部が支持され

たが、課題により般化の影響が異なっていることがうかがえる。FIG. 1を見ると、ドリブルに関する自己効力より、シュートに関する自己効力への影響が大きいことがわかる。これは、パス-シュート間、パス-ドリブル間の技術的な関連性の認知の差異が影響しているのではないとも考えられる。実際に行われた動作を分析してみると、パスのテストは目標物に対し正確に速くボールを投げる技術が要求されるテストである。シュートのテストは一定時間内におけるゴールの数を競うもので、これも目標物に対し正確にボールを投げる技術が必要であり、パステストに要求される技術との共通性は高いと考えられる。一方、ドリブルのテストは、ボールをつくというボールハンドリングの技術と周りを見ろといった注意を分散する技術が要求されるため、パステストの技術との共通性は、シュートの場合に比べ低いように思われる。これらのことから、技術的に共通する部分が多いほど自己効力の般化量が多いことが予想されるが、これは、課題間の類似性が自己効力の般化に影響するという点において、状況の類似性が自己効力の般化に影響するとした Brody et al. (1988) の研究結果とも関連すると思われる。しかしながら、パス・シュート・ドリブルの技術的な関連性の認知については調査しておらず、これは今後の検討課題である。さらに、FIG. 1 からだけではわからないが、現在自己効力より将来自己効力において般化の影響が大きい傾向がみられ、この点についても詳細に検討する必要がある。

次に、意欲尺度への般化に及ぼす重要度認知の影響についてみると、シュート、ドリブルの意欲尺度においては、重要群の上昇量の方が多く、また、パス、バスケットボールの意欲尺度においても同様の傾向がみられたことから、これも仮説の一部を支持する結果であった。このことは、課題に対する重要度の認知が意

欲や動機づけなどの般化にも影響することを意味し、教育現場に対して重要な示唆を提供するものと思われる。非重要群の被験者の中には、事前測定より事後測定において意欲尺度の低下していた者がみられたが、これは、重要でないと認知している課題の遂行を強いられると、意欲や動機づけのレベルでは、他の課題に対して負の効果をもたらすかもしれないということを示唆するものである。この点についても検討の余地がある。

ところで、藤生 (1991) は、行動を行った結果の価値に関して、結果価値という用語を用い、行動・自己効力・結果予期との関連や発達的变化等について検討している。この結果価値の概念は、本研究における課題に対する重要性の認知の考え方と類似していると思われる。また、Eccles (1987) は、主観的な課題価値を利用価値 (utility value)、誘因価値 (incentive value)、獲得価値 (attainment value)、代償 (cost) の4つの成分に分類している。利用価値とは、個人の長期的・短期的な目標 (将来の仕事等) への到達を助長するような価値のことであり、誘因価値とは、課題の遂行による喜び・興味や外的報酬といった即効的な報酬の価値である。獲得価値とは、自分自身の確立のために大切な個人的価値・必要性を意味し、その価値は個人によって異なる。代償とは、不安・失敗恐怖、あるいは成功における負の要因といった負の側面のことであり、本研究で用いられた課題の重要度の認知は、バスケットボールにとってパス技能がどの程度重要であるのかを問うものであり、Eccles の分類では利用価値にあたるものと思われる。しかしながら、子ども達にとってパス課題は、興味といった誘因価値とも関連するのではないかと考えられ、本研究で用いられた課題の重要度の認知という概念の定義についても整理しなおす必要がある。さらに、これらの価値の成分の中で、どれが自己効力の般化に影響するのかについても詳細に調査する必要がある。

最後になったが、Bandura et al. (1980) は、自己効力の一般性には2つの側面があると述べている。1つは異なる情報様式間にわたる自己効力の般化であり、もう1つは異なる機能領域間にわたる自己効力の般化である。前者は、情報が遂行行動の実行によるものであれ、代理的経験に基づくものであれ、認知のされ方によっては同じように自己効力に機能することを意味する。これに対し後者は、ある行動について獲得された自己効力が異なる行動の自己効力に対して影響することを意味する。この2つの般化の関係を図に表わす

と、FIG. 2 のようになると考えられる。したがって、パスで獲得された自己効力が異なる課題の自己効力へ及ぼす影響を検討した本研究の般化は、後者の般化にあたる。これら2つの般化に関する部分では、情報に対して負荷づけをしたり、統合したりする処理などがなされていると考えられる。Bandura (1986) も、情報に対する負荷づけや統合に用いる一定のルールが認知過程に存在することを示唆しており、その解明が望まれる。

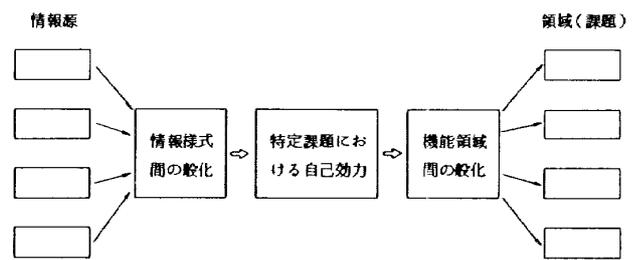


FIG. 2 自己効力の般化様式のモデル

本研究では、自己効力の般化に影響を及ぼすと考えられる要因の中から課題に対する重要度の認知に焦点をあて検討したが、今後は他の要因、例えば、課題間の関連性、自己効力の情報源の違い、トレーニング方法、帰属、過去の経験、課題価値の構造・成分、般化の方向等の要因にも焦点をあてる必要がある。

引用文献

- Bandura, A. 1977 Self-Efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change. *Psychological Review*, 84, 2, 191-215.
- Bandura, A. 1986 Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory SELF-EFFICACY, 390-453. Prentice-Hall, Inc., Englewood Cliffs, New Jersey.
- Bandura, A., Adams, N.E., & Hardy, A.B. 1980 Tests of Generality of Self-Efficacy. *Theory Cognitive Therapy and Research*, 4, 1, 39-66.
- Barling, J., & Abel, M. 1983 Self-Efficacy Beliefs and Tennis Performance. *Cognitive Therapy and Research*, 7, 3, 265-272.
- Brody, E.B., Hatfield, B.D. & Spalding, T.W. 1988 Generalization of Self-Efficacy to a Continuum of Stressors Upon Mastery of a High-Risk Sport Skill. *Journal of Sport and Exercise*

- Psychology*, **10**, 32—44.
- Collins, J.L. 1982 Self-efficacy and ability in achievement behavior. (Bandura, A. 1986 *Social Foundations of Thought and Action : A Social Cognitive Theory* pp. 391 より引用)
- Conditte, M.M. & Lichtenstein, E. 1981 Self-Efficacy and Relapse in Smoking Cessation Programs. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, **49**, 5, 648—658.
- DiClemente, C.C. 1981 Self-Efficacy and Smoking Cessation Maintenance : A Preliminary Report. *Cognitive Therapy and Research*, **5**, 2, 175—187.
- Eccles, J.S. 1987 Gender Roles and Women's Achievement-Related Decisions. *Psychology of Women Quarterly*, **11**, 135—172.
- Feltz, D.L., Landers, D.M., & Reader, U. 1979 Enhancing Self-Efficacy in High Avoidance Motor Tasks : A Comparison of Modeling Techniques. *Journal of Sport Psychology*, **1**, 112—122.
- 藤生英行 1991 拳手と自己効力, 結果予期, 結果価値との関連性についての検討 教育心理学研究, **39**, 1, 92—101.
- 福島脩美 1985 Self-Efficacy (自己可能感) の形成と変動の過程に関する研究 昭和58~59年度文部省科研費研究成果報告書
- Johnson, L.W. 1934 Objective Test in Basketball for High School Boys Master's Thesis. State University of Iowa
- Lee, C. 1982 Self-Efficacy as a Predictor of Performance in Competitive Gymnastics. *Journal of Sport Psychology*, **4**, 405—409.
- McAuley, M., & Gill, D. 1983 Reliability and Validity of the Physical Self-Efficacy Scale in a Competitive Sport Setting. *Journal of Sport Psychology*, **5**, 410—418.
- Miller, I.W., & Norman, W.H. 1979 Learned Helplessness in Humans : A Review and Attribution-Theory Model. *Psychological Bulletin*, **86**, 1, 93—118.
- Roth, S., & Kubal, L. 1975 Effects of Non-contingent Reinforcement on Tasks of Differing Importance : Facilitation and Learned Helplessness. *Journal of Personality and Social Psychology*, **32**, 4, 680—691.
- Ryckman, R.M., Robbins, M.A., Thornton, B., & Cantrell, P. 1982 Development and Validation of a Physical Self-Efficacy Scale. *Journal of Personality and Social Psychology*, **42**, 5, 891—900.
- 坂野雄二・東條光彦 1986 一般性セルフ・エフィカシー尺度作成の試み 行動療法研究, **12**, 1, 73—82.
- 桜井茂男 1987 自己効力感が学業成績に及ぼす影響 教育心理, **35**, 140—145.
- Schunk, D.H. 1981 Modeling and Attributional Effects on Children's Achievement : A Self-Efficacy Analysis. *Journal of Educational Psychology*, **73**, 1, 93—105.
- Sherer, M., & Maddux, J.E. 1982 The Self-Efficacy Scale : Construction and Validation. *Psychological Reports*, **51**, 663—671.
- 竹網誠一郎・鎌原雅彦・沢崎俊之 1988 自己効力に関する研究の動向と問題 教育心理学研究, **36**, 2, 172—184.
- Weinberg, R., Gould, D., & Jackson, A. 1979 Expectations and Performance : An Empirical Test of Bandura's Self-Efficacy Theory. *Journal of Sport Psychology*, **1**, 320—331.
- (1992.4.28受稿, 10.24受理)