

信州心理臨床紀要

No. 20 June 2021

信州大学大学院総合人文社会科学研究科心理教育相談室

20

原著

- 1 大学生における日常的出来事とパーソナリティがむなしさに及ぼす影響：池邑榛香・水口崇
- 27 自尊感情と教師からの「ほめ」に対する反応との関連：猪股由衣・茅野理恵
- 51 中学生の文化的自己観の発達と対人葛藤方略への影響－状況と文化の相違の分析－：小川晴陽・水口崇
- 72 マインドワンダリングが創造的問題解決に及ぼす影響：亀山奈生・高橋知音
- 84 幼児期の反事実的推論の発達過程－アニミズムと視覚的手掛かりの影響－：川窪蘭・水口崇
- 104 セルフ・コンパッションは先延ばしと気晴らしへの依存を抑制するのか：小林広和・高橋知音
- 116 援助についての意識が心理的負債感に及ぼす影響－互惠性の役割に照準して－：竹内亜梨沙・水口崇
- 137 ヴァーチャルリアリティによるマインドフルネス瞑想の動機づけ促進効果：塚本真帆・高橋史
- 149 乳幼児期の語彙発達－音象徴と言語の身体性から－：水口崇
- 165 感覚器と機能環－視覚と嗅覚の進化と生態学－：水口崇
- 179 ネガティブ情動への否定的評価が自己開示の抵抗感に及ぼす影響：柳内桃代・茅野理恵

資料

- 191 信州大学総合人文社会科学研究科心理教育相談室 令和2年度業務内容のあらまし
- 197 令和2年度心理教育相談室活動報告

<原著>

大学生における日常的出来事とパーソナリティが むなしさに及ぼす影響

池邑榛香 信州大学大学院教育学研究科
水口 崇 信州大学学術研究院教育学系

概要

本研究では、むなしさと関連するパーソナリティの特徴、及び出来事に対する評価とパーソナリティの関連、出来事の中で生起するむなしさを検証した。大学生148名を対象に空虚感尺度、大学生用日常的出来事尺度、Big Five 尺度短縮版を用いた質問紙調査を実施した。結果、充実感・満足感が低く不安が高い状態はむなしさが高いことが検出された。情緒不安定性がむなしさと関連の高いパーソナリティであると推測された。パーソナリティと出来事の関連も示された。自己に対するポジティブな出来事には、充実感・満足感が影響していることも示された。

キーワード：むなしさ, Big Five, 抑うつと不安, 日常的出来事

問題と目的

私たちは、日常の中で様々な感情が喚起される。その中の一つに「むなしさ」がある。形容詞的な「むなし」は広辞苑第六版によると、「1.中に物が無い。からである。」「2.内容がない。充実していない。」「3. 事実がない。あとかたがない。」「4.はかない。かりそめである。」「5.この世にいない。死んだ。」「6.無益である。無駄である。かいたない。」「7.欲がない。恬淡である。」である。このように「むなしさ」の意味は多岐にわたっており、類語は「はかない」、「空虚」、「無常」などがあげられる。その概念は禅などといった仏教的な無常観と結びついて、日本に根付いてきたと考えられる。

「むなしさ」の一般的な英訳語として *emptiness* があげられる。Hazell(1984a)によると、*emptiness* は芸術的、哲学的、神学的、心理学的な概念であると述べている。北山(1992)は、むなしさの防衛の方法として、何かで埋めてむなしさを充実に変換するやり方が代表的であると述べている。また、むなしさが病的な抑うつを考えるための手がかりとして貴重な物であり、病的な抑うつは自身がむなしさに圧倒されるという。外界の取り返しのつかない喪失の取り返しのつかないに転嫁しやすく、そのむなしさの病的な抑うつ

つ化を促進するのが、喪失対象に対する怒りや恨みの感情である。その感情が自己へと向け替えられ、自己評価の低下や自責の念につながる場合があるとしている。加えて、喪失が急であり、喪失対象の「身代わり」が発見されない場合、なくなった対象の後を埋めるために自分が身代わりになって自らを消耗しさらに病的な状態に陥っていくこともあると述べている。

心理学の分野において、「むなしさ」を空虚感、無力感と並べて論じていたり、ほぼ同じ概念ととらえて研究していたりするものも多くある(大上, 2013)。まず、むなしさについて、空虚感、無力感を含め研究について概観する。

これまでに海外では、精神医学的・心理学的な切り口からむなしさに関する研究がなされている(大上, 2013)。Hazell(1984a, 1984b)は、emptiness を内的空洞感、漠然とした情動的麻痺感、自己喪失感の3要素からなるものとみなし、emptiness の経験は、正常な情報発達過程上必須の1つの危機経験として積極的な意味を持つことを強調している。また、emptiness の経験が抑うつと高い相関があることがわかっている。Jeanette and Mark(2007)は、非臨床サンプルの大学生を対象に、境界性パーソナリティ障害の特徴を検討している。その結果、3つの要素が見いだされ、そのうちの1つに慢性的な空虚さを特徴としていることが分かった。また、DSM-5において境界性パーソナリティ障害の診断基準のなかに「慢性的な空虚感」が含まれていることから、境界性パーソナリティ障害との関連が大きいと考えられる。

また、国内においては摂食障害との関連の研究が行われており、摂食障害患者は無力感、絶望感を抱いており、体型・体重をコントロールして達成感を得たいと考えることが示唆されている(太田垣・米澤・志和・斎藤・中村, 2005)。馬場・菅原(2000)によると、女子青年を対象として、自尊感情の低さや空虚感が体型への不満へとつながり、痩せたいという気持ちを高めると述べている。つまり、空虚感を長期的に抱くことで、痩せたいという気持ちが高まり、摂食障害へとつながる可能性が考えられる。堤(1994)は、むなしさ尺度を作成し、無目的感、孤独感、否定的自己感の3因子を見出した。加えて、むなしさが単なる充実感のなさを意味するものではなく、より積極的な自己確立への希求性を秘めていると述べており、いずれの因子も中学、高校、大学と進むにつれて低下していく傾向にある。また、社会的逸脱行為傾向と空虚感との関連を研究したものもあり、空虚感が認知的歪曲を介して間接的に社会的逸脱行為に影響を与えるだけでなく、直接的にも影響を与えることが見いだされている(高橋・大野・境, 2010)。加えて、空虚感是自己自身のみの問題ではなく、親との心理的距離が青年期後期まで影響を及ぼしている(徳本, 2001)。

このように、精神医学的、発達の観点からむなしさに関する研究はされてきている。しかしながら、むなしさとパーソナリティとの関連に着目した研究はなく、むなしさがどのような性格特性をもっているのかということについては検討がなされていない。また、むなしさの概念もはっきりとしていないのが現状である。本研究では、むなしさを

Hazell(1984a, 1984b)にならい、「人生に目的や目標を見出せず、自己像が不確実になっている感覚」と定義することにし、パーソナリティとの関連を検討することを目的とする。

むなしさ、空虚感を感じる場面として対象喪失があげられる。震災などによって家や街といった物的所有物や、自信ややる気といった精神的自己の喪失から回復に至るまでの過程に、空虚や無気力を感じることを示されている(池内・藤原, 2009)。しかしながら、大上(2015)において、前期高齢者にむなしさの生起について質的な調査を行った結果、生起場面として「生きがいの探索」「親子関係の変化」「社会・制度の中で立ち回る」があげられている。これまでの研究から、対象喪失以外の日常場面や発達段階の変化、ライフイベントなどによりむなしさを感じる可能性が考えられる。

白井・鈴木(2016)では、6種類の悲しみ喚起場面における悲しみの特徴の違いを研究しており、生起から1週間後も悲しみが持続するものと、時間経過とともに悲しみが減少するものの2種類が示された。悲しみの中でも、無力感においては、目標、死別、恋愛、怪我、孤独の場面において生起1週間後も同程度の悲しみが持続していた。中でも死別は、時間的経過に伴い減少がみられるものの、無力感を高く維持していた。つまり、一度抱いた無力感は長く持続するのではないかと考えられる。また、門田・寺崎(2009)は、パーソナリティと、日常的出来事の快不快の評定との関連を見出し、外向的な人ほど対人的な出来事をより快と評価し、神経症的傾向が高いほど仕事や学業上の行き詰まりをより多く体験し、否定的感情を高めることが分かっている。このように、パーソナリティによっても出来事の評価が変わることが推察され、本研究においても、パーソナリティによって出来事の評価が関係しているのかを検討する。また、本研究において、日常場面において「むなしさ」が高まる場面の検討も加えて行う。

本研究では、第1に、パーソナリティとの関連を検討する。むなしさは、現時点ではその実在を含めて、ほぼ手付かずの状態にある。そこで、むなしさと関連するパーソナリティの特徴について分析を行う。第2に、出来事に対する評価とパーソナリティの関連を網羅的に明らかにする。先行研究の中で、パーソナリティの一部との関連を検討したものがある。ただし、Big Fiveのようなパーソナリティを網羅したものと出来事の関係を検討したものはない。そこで、パーソナリティの特徴を網羅した尺度によって出来事との関連を明らかにする。第3に、日常的な出来事の中で、生起するむなしさを検討する。対象喪失のような、重大な出来事でむなしさが生じることは想像に難しくない。しかしながら、日常生活場面のなかでも、むなしさが生じると考えられる。これが、心身の健康を左右することも先行研究が示している。そこで、日常的出来事によって生起するむなしさについて分析を行う。第4に、パーソナリティから日常的出来事を介してむなしさに及ぼす影響を検討する。感情はある出来事を経験して生じるものである。つまり、日常的な出来事を経験したのちにむなしさを感じると考えられる。むなしさが高い状態になるかどうかは、パーソナリティによる出来事への評価が関係していると考えられ、パーソナリティによって

出来事を介することでむなしさを感じやすい、感じにくいがあるのではないかと思われる。本研究では、以上の4点について検討する。

方法

調査対象者

日本の大学生、大学院生 148名(男性 39名, 女性 109名, 平均年齢 = 21.142, 標準偏差 = 1.598)を対象とした。

調査手続き

2020年11月から12月にオンラインによる同期型授業の中で Google フォームによる質問紙調査を行った。さらに縁故法を用いて、質問紙への回答も依頼した。

倫理的配慮

倫理的配慮として、回答はコンピューターによって統計的に処理され、本研究の目的にのみ使用することや、個人情報が増える心配がないことを質問紙に記載した。そのうえで同意いただけた方には回答に進んでもらうよう設定をした。

質問紙の構成

(1) **むなしさを測定する尺度** むなしさを測定するために、徳本(2001)が作成した「空虚感尺度」を使用した。「自己不確実・自己不安定感因子」, 「充実感喪失因子」からなる2因子15項目である。そう思う・少しそう思う・あまり思わない・思わないの4件法であった。得点が高いほど、むなしさを強く感じているといえる。

(2) **大学生の日常的出来事を測定する尺度** 外山・桜井(1999)が作成した大学生用「日常的出来事尺度」を使用した。「自己に関するネガティブな出来事」, 「対人関係に関するネガティブな出来事」, 「大学生活に関するネガティブな出来事」, 「私生活に関するネガティブな出来事」, 「自己に関するポジティブな出来事」, 「対人関係に関するポジティブな出来事」からなる6因子40項目の尺度である。このうち、ネガティブな出来事、ポジティブな出来事の因子数をそろえるため、「自己に関するネガティブな出来事」, 「対人関係に関するネガティブな出来事」, 「自己に関するポジティブな出来事」, 「対人関係に関するポジティブな出来事」の4因子32項目を使用することにした。また、本尺度は体験の頻度を5段階(全然なかったーよくあった), その経験の嫌悪性または良好性を7段階(非常に嫌だったー非常に良かった)で評価するように求めている。しかしながら、本研究では、回答者の負担を考え、体験の有無および、体験の快不快(体験なし(0点), とても嫌だった(1点), 少し嫌だった(2点), どちらともいえない(3点), 少し良かった(4点), とてもよかった(5点))を5段階で評価するよう求めた。体験の快不快については、経験のあったものに対してのみ回答を求めた。

(3) **パーソナリティを測定する尺度** パーソナリティを測定するために、並川・谷・脇田・熊谷・中根・野口(2012)が作成した「Big Five 尺度短縮版」を使用した。「開放性」, 「外向

性」,「誠実性」,「情緒不安定性」,「調和性」の5因子29項目からなる。本尺度では,オリジナル版にならい7件法(非常に当てはまる—まったく当てはまらない)で回答を求めている。しかしながら,並川ら(2012)は,5件法による回答が望ましいのではないかという指摘をしており,回答者の負担も考え,本研究では5件法(当てはまる—当てはまらない)で回答を求めた。

(4)対象者に対する質問項目 学年,年齢,性別について尋ねた。

結果

まず,使用尺度の項目とその記述統計について表1,2,3に示す。

表1 空虚感尺度 記述統計

項目	平均	SD
自分にも何かとりえがあると思っている	2.939	0.949
不安になることがよくある	3.264	0.950
生活に充実感に満ちた楽しさがある	2.696	0.967
悩んだり、迷ったりすることが多い	3.331	0.836
自分ではどうしていいかわからないと思うことがよくある	3.074	0.934
自分つまらない人間だと感じることもある	2.845	1.022
投げやりな気持ちになることが多い	2.784	0.973
私は生きがいのある生活をしている	2.682	0.889
自分はいつも損ばかりしている	1.932	0.909
自分の周りにベールがかかったような感じがある	1.851	0.957
何かをやり終えたとき、結果はどうであれ、とにかくやったという実感をもてる	2.960	0.887
やる気がしないことが多い	2.987	0.940
しらけた感じになることがよくある	2.189	0.957
心がうつろに感じられる時がある	2.534	1.040
毎日の生活にはりがある	2.230	0.858

表2 大学生用日常的出来事尺度 記述統計

項目	平均	SD	項目	平均	SD
授業が楽しかった	3.135	1.451	友人の悩みやトラブルに関りを持った	1.716	1.773
前から欲しいものが手に入った	3.568	1.867	将来の職業(選択)について考えた	2.601	1.603
学業上のこと(試験、レポートなどで)失敗した	1.453	1.236	自分に対する見方が変わった	2.284	1.784
バイトがきつかった	1.365	1.415	クラブやサークルに不満を持った	0.439	0.920
クラブやサークルでの人間関係がうまくいかなかった	0.561	1.089	大学生活が楽しかった	3.155	1.741
友人関係がうまくいかなかった	0.960	1.355	自分に自信がなくなった	1.277	1.042
勉強が好きになった	2.061	1.878	太った	1.101	1.239
クラブやサークルが楽しかった	1.554	2.123	褒められた	3.649	1.745
異性関係がうまくいった	1.561	1.953	自分の性格について考えた	2.432	1.625
友人にいいことがあった	3.311	1.941	生活にはりがでた	1.784	1.915
自分に自信が持てた	2.385	1.988	時間にゆとりがあった	2.466	2.035
友人が増えた	1.737	2.123	生活にはりがなかった	1.689	1.282
クラブやサークルが充実していた	1.487	2.085	友人関係がうまくいった	3.074	1.990
自己嫌悪に陥った	1.399	1.182	計画が実行できなかった	1.446	1.071
恋人がほしいのにできなかった	0.818	1.235	自分の容姿が気になった	1.669	1.347
自分の能力・適性について考えた	2.176	1.502	異性の友人と楽しくつきあえた	2.432	2.077

表3 Big Five 尺度短縮版 記述統計

項目	平均	SD	項目	平均	SD
ルーズな	3.547	1.065	好奇心が強い	3.439	1.045
無口な	2.554	1.065	成り行きまかせ	3.466	1.084
弱気になる	3.601	1.188	緊張しやすい	4.169	1.127
社交的な	3.081	1.053	多才な	2.439	1.089
陽気な	3.270	1.073	進歩的	2.635	0.934
怠惰な	3.878	0.947	寛大な	3.574	1.057
話好きな	3.797	1.010	不安になりやすい	3.926	1.119
親切な	3.642	0.825	独創的な	2.764	1.145
軽率な	3.027	1.100	いい加減な	3.405	1.081
計画性のある	2.676	1.096	頭の回転の速い	2.710	1.096
憂鬱な	3.034	1.317	自己中心的	3.007	1.104
外交的な	2.770	1.037	興味の広い	3.304	1.254
心配性	3.804	1.210	短気	2.662	1.307
几帳面な	2.973	1.125	温和な	3.622	0.958
怒りっぽい	2.554	1.316			

使用尺度の項目内容と信頼性の検討

(1) 空虚感尺度について 初めに、「空虚感尺度」の全項目を含めて R & STAR(田中・中野, 2013)を用いて因子分析を行った。最尤法により因子を抽出した。元の尺度にならない、まず2因子を抽出すると仮定し、分析を進めることにした。バリマクス回転を用いた。図1には、因子の固有値を示すスクリープロットを示す。図1より、2因子以降は傾きが平らになり、固有値の減少の仕方もわずかになっていることがわかる。これより、2因子である可能性が指摘できる。因子負荷量と共通性を確認し、共通性が.01よりも小さかった項目を削除し分析を進めることにした。項目を1つ抜いた14項目で因子分析を行った。最尤法により因子を抽出した。回転は、はじめにバリマクス回転を行っていたが、2つの因子に同程度の負荷量を持った項目も見受けられたためプロマクス回転を用いた。しかしながら、回転を変更しても2つの因子に同程度の負荷量をもった項目があったため、それらを削除し、再度分析にかけた。そうしたところ、2因子12項目が抽出された。2因子による累積寄与率は52.8%であり、半分を超える分散を説明できることが示された。

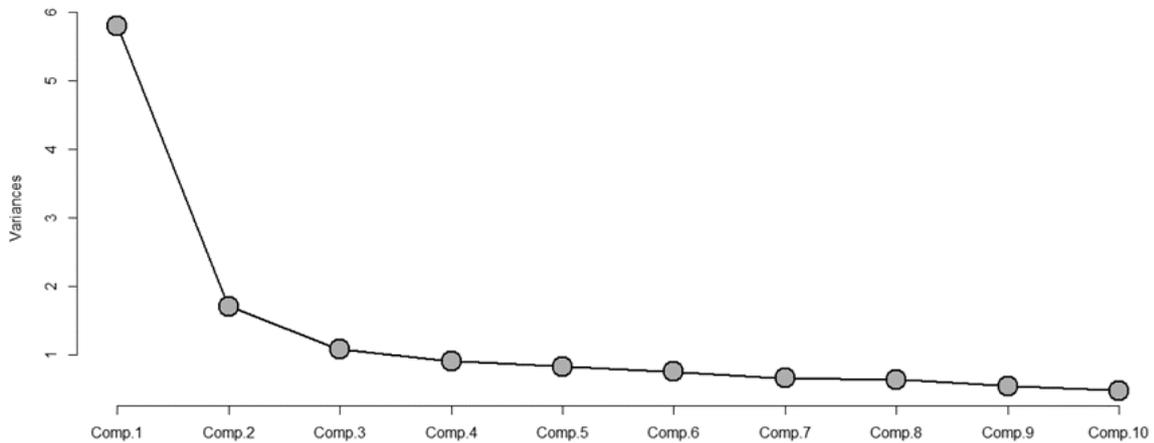


図1 「空虚感尺度」因子のスクリープロット

表4 空虚感尺度 平均, 標準偏差 (SD), α 係数, 因子負荷量

項目	平均	SD	因子負荷量		共通性
			I	II	
充実感・満足感 ($\alpha = .833$)					
私は生きがいのある生活をしている	2.68	0.89	<u>.923</u>	.214	.685
毎日の生活にはりがある	2.23	0.86	<u>.792</u>	.112	.545
生活に充実感に満ちた楽しさがある	2.67	0.97	<u>.706</u>	.097	.434
自分にも何かとりえがあると思っている	2.94	0.95	<u>.620</u>	-.041	.414
しらけた感じになることがよくある (R)	2.19	0.96	<u>-.521</u>	-.013	.264
心がうつろに感じられる時がある (R)	2.53	0.96	<u>-.487</u>	.289	.472
やる気がしないことが多い (R)	2.99	0.94	<u>-.445</u>	.119	.269
自分はいつも損ばかりしている (R)	1.93	0.91	<u>-.400</u>	.155	.250
不安感 ($\alpha = .824$)					
悩んだり、迷ったりすることが多い	2.78	0.97	.196	<u>.898</u>	.656
自分ではどうしていいかわからないと思うことがよくある	3.33	0.84	-.068	<u>.783</u>	.675
不安になることがよくある	3.01	0.93	.002	<u>.742</u>	.549

抽出した因子の内的一貫性を検討するためにクロンバックの α 係数を算出した。その結果, 因子1について項目を削除することで, $\alpha = .743$ から $\alpha = .833$ に数値が大きくなる

ものが見受けられたため削除し、最終的に2因子11項目を採用することにした。

まず、因子1に対して、“私は生きがいのある生活をしている”、“生活にはりがある”、などの項目が高い因子負荷量を示していることから「充実感・満足感」と命名した。次に、因子2に対して、“悩んだり、迷ったりすることが多い”、“自分ではどうしていいかわからないと思うことがよくある”などの項目が高い因子負荷量を示していることから「不安感」と命名した。オリジナルの尺度では、充実感喪失と自己不確実・自己不安定感の因子からなっていることから、充実感・満足感が低く、不安感が高い場合にむなしさが高いと考えられる。表4に最終的に抽出された項目の平均と標準偏差、因子負荷量、各因子のクロンバックの α 係数を示し、表5に因子間相関を示す。

表5 空虚感尺度 因子間相関

	I	II
I		-.538
II		

(2) 大学生用日常的出来事尺度について 次に、大学生用「日常的出来事尺度」の全項目を含めて因子分析を行った。最尤法により因子を抽出した。元の尺度にならば、まず4因子を抽出すると仮定し、分析を進めることにした。バリマクス回転を用いた。図2には、因子の固有値を示すスクリープロットを示す。図2より、4因子以降は傾きが平らになり、固有値の減少の仕方もわずかになっていることがわかる。これより、4因子である可能性が指摘できる。因子負荷量と共通性を確認し、因子負荷量が.35以下の項目を削除し分析を進めることにした。7項目を抜いた25項目で因子分析を行った。最尤法により因子を抽出した。回転は、はじめにバリマクス回転を行っていたが、2つの因子に同程度の負荷量を持った項目も見受けられたため、プロマクス回転を用いた。しかしながら、回転を変更しても2つの因子に同程度の負荷量をもった項目や因子負荷量が.35以下の項目があったため、それらを削除し、因子分析を行うということを繰り返した。その結果、4因子18項目が抽出された。4因子による累積寄与率は51.0%であり、半分を超える分散を説明できることが示された。

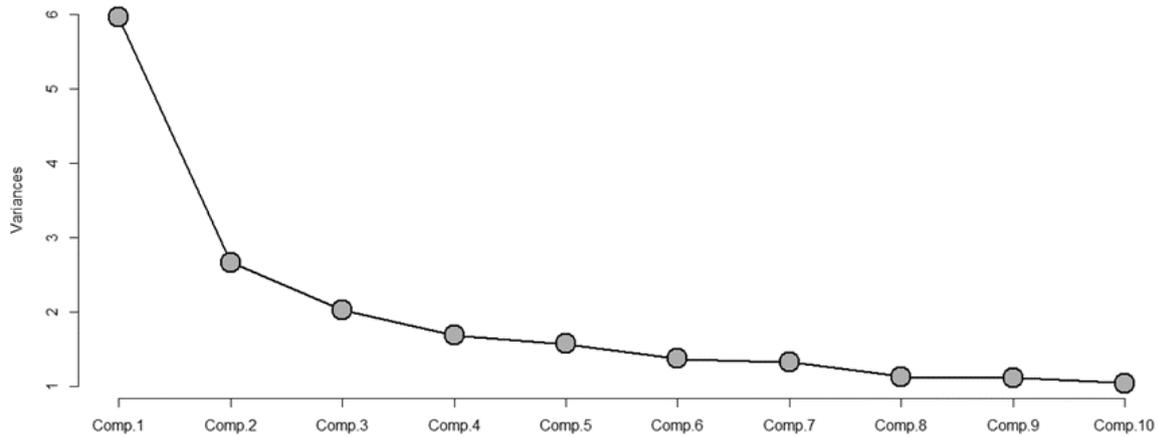


図2 「日常的出来事尺度」 因子のスクリープロット

表6 日常的出来事尺度 平均, 標準偏差(SD), α 係数, 因子負荷量

項目	平均	SD	因子負荷量		共通性
			I	II	
自己に関するポジティブな出来事 ($\alpha = .793$)					
褒められた	3.65	1.75	<u>.701</u>	-.007	.461
友人関係がうまくいった	3.07	1.99	<u>.606</u>	.143	.400
自分に自信が持てた	2.39	1.99	<u>.569</u>	.036	.350
大学生活が楽しかった	3.16	1.74	<u>.567</u>	.098	.307
将来の職業(選択)について考えた	2.60	1.60	<u>.563</u>	-.152	.266
時間にゆとりがあった	2.47	2.04	<u>.460</u>	-.010	.216
異性の友人と楽しくつきあえた	2.43	2.08	<u>.452</u>	.063	.320
生活にはりがでた	1.78	1.92	<u>.452</u>	.082	.388
友人にいいことがあった	3.31	1.94	<u>.446</u>	.020	.204
前から欲しいものが手に入った	3.57	1.87	<u>.376</u>	-.151	.260
クラブやサークルにおけるポジティブな出来事 ($\alpha = .929$)					
クラブやサークルが充実していた	1.49	2.08	.027	<u>1.020</u>	.995
クラブやサークルが楽しかった	1.55	2.12	.092	<u>.871</u>	.765

注: 因子負荷量.35以上のものに下線を引いた。

抽出した因子の内的一貫性を検討するためにクロンバックの α 係数を算出した。その結果、因子2について項目を削除することで、 $\alpha = .807$ から $\alpha = .929$ に数値が大きくなるものが見受けられたため削除した。また、因子3、因子4についてはクロンバックの α 係数がそれぞれ $\alpha = .527$ 、 $\alpha = .523$ と低かったため、信頼性が低いと判断した。最終的に2因子12項目を採用することにした。

まず、因子1に対して、“褒められた”、“友人関係がうまくいった”、などの項目が高い因子負荷量を示していることから「自己に関するポジティブな出来事」と命名した。次に、因子2に対して、“クラブやサークルが充実していた”、“クラブやサークルが楽しかった”などの項目が高い因子負荷量を示していることから「クラブやサークルにおけるポジティブな出来事」と命名した。表6に最終的に抽出された項目の平均と標準偏差、因子負荷量、各因子のクロンバックの α 係数を示し、表7に因子間相関を示す。

表7 日常的出来事尺度 因子間相関

	I	II
I		.273
II		

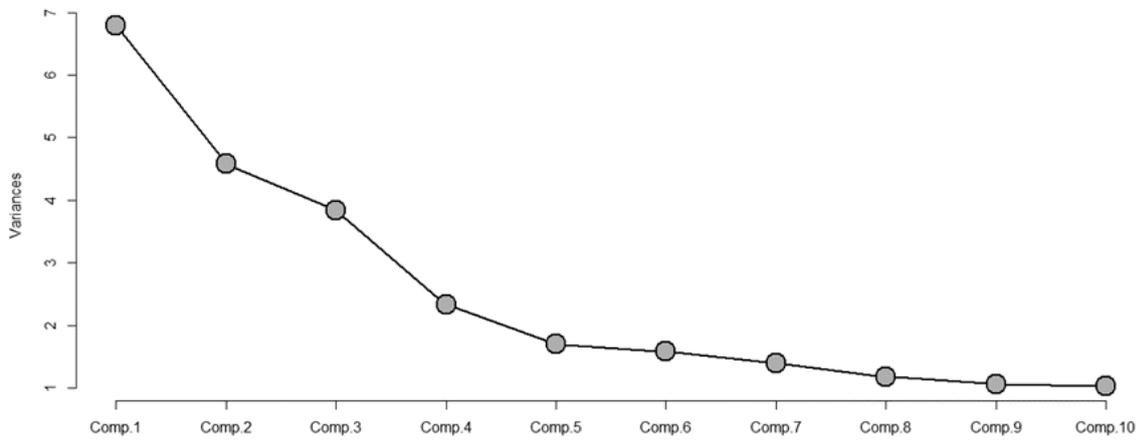


図3 「Big Five 尺度短縮版」 因子のスクリープロット

表8 Big Five 尺度短縮版 平均, 標準偏差(*SD*), α 係数, 因子負荷量

項目	平均	<i>SD</i>	因子負荷量					共通性
			I	II	III	IV	V	
調和性($\alpha=.822$)								
寛大な(R)	2.66	2.20	<u>-.772</u>	.088	.168	.100	.061	.633
短気	3.56	1.06	<u>.709</u>	.124	.109	-.007	.166	.632
怒りっぽい	2.55	1.32	<u>.672</u>	.035	.067	.045	.142	.512
温和な(R)	3.62	0.96	<u>-.630</u>	-.003	.315	-.131	.017	.566
自己中心的	3.01	1.10	<u>.589</u>	.234	.257	.089	.055	.509
親切的な(R)	3.64	0.82	<u>-.457</u>	-.061	.263	.168	.254	.378
誠実性($\alpha=.757$)								
いい加減な	3.41	1.08	.077	<u>.723</u>	-.057	.071	.076	.585
ルーズな	3.55	1.06	.028	<u>.621</u>	.048	-.040	-.082	.401
成り行きまかせ	3.47	1.08	-.125	<u>.566</u>	-.016	.139	-.067	.330
怠惰な	3.88	0.95	.115	<u>.550</u>	-.106	-.223	.036	.446
軽率な	3.03	1.10	.230	<u>.492</u>	.155	-.005	-.081	.362
計画性のある(R)	2.68	1.10	.094	<u>-.478</u>	.108	.139	.090	.254
開放性($\alpha=.744$)								
多才な	2.44	1.09	-.120	-.109	<u>.675</u>	.034	-.068	.556
好奇心が強い	3.44	1.04	.067	.104	<u>.641</u>	.043	-.022	.411
独創的な	2.76	1.15	.009	-.020	<u>.579</u>	-.083	.028	.336
進歩的	2.64	0.93	-.190	-.203	<u>.567</u>	-.086	.042	.480
興味の広い	3.30	1.25	.011	.098	<u>.525</u>	.108	-.025	.303
外向性($\alpha=.803$)								
無口な(R)	2.55	1.06	.051	-.129	.231	<u>-.766</u>	-.040	.599
社交的な	3.08	1.05	-.001	-.175	-.003	<u>.755</u>	-.057	.628
外向的な	2.77	1.04	.061	-.029	.266	<u>.680</u>	-.129	.645
話好きな	3.80	1.01	.024	.130	.011	<u>.526</u>	.084	.278
陽気な	3.27	1.07	.034	.027	.200	<u>.513</u>	-.274	.489
情緒不安定性($\alpha=.852$)								
不安になりやすい	3.93	1.12	-.079	.061	-.053	.059	<u>.935</u>	.822
心配性	3.60	1.19	.164	-.252	.025	.030	<u>.760</u>	.689
弱気になる	3.80	1.21	.036	.071	.054	-.181	<u>.728</u>	.655
憂鬱な	3.03	1.32	.104	.017	.051	-.210	<u>.539</u>	.437
緊張しやすい	4.17	1.10	.088	.043	-.077	-.155	<u>.512</u>	.381

注：因子負荷量.40以上のものに下線を引いた。

(R)は反転項目

表9 Big Five 尺度短縮版 因子間相関

	I	II	III	IV	V
I		.216	-.304	-.040	-.023
II			-.044	-.183	.316
III				.131	.010
IV					-.107

Big Five 尺度短縮版について 次に、Big Five 尺度短縮版の全項目を含めて因子分析を行った。重みづけ最小二乗法により因子を抽出した。元の尺度にならない、まず5因子を抽出すると仮定し、分析を進めることにした。直接オブリミン回転を用いた。図3には、因子の固有値を示すスクリープロットを示す。図3より、5因子以降は傾きが平らになり、固有値の減少の仕方もわずかになっていることがわかる。これより、5因子である可能性が指摘できる。因子負荷量と共通性を確認し、因子負荷量が.40以下の項目と2つの因子に同程度の負荷量をもった項目を削除し分析を進めることにした。2項目を抜いた27項目で因子分析を行った。重みづけ最小二乗法、直接オブリミン回転により因子を抽出したその結果、5因子27項目が抽出された。5因子による累積寄与率は58.1%であり、半分を超える分散を説明できることが示された。

抽出した因子の内的一貫性を検討するためにクロンバックの α 係数を算出したところ $\alpha = .744-.852$ と十分な数値が得られた。元の尺度をもとに、因子1は、“寛大な”、“短気”などの項目からなるため「調和性」と命名した。因子2に対して、“いい加減な”、“ルーズな”などの項目からなるため「誠実性」と命名した。因子3は、“多才な”、“好奇心が強い”などの項目からなるため「開放性」と命名した。因子4は、“無口な”、“社交的な”などの項目からなるため「外向性」と命名した。因子5は、“不安になりやすい”、“心配性”などの項目からなるため「情緒不安定性」と命名した。表8に最終的に抽出された項目の平均と標準偏差、因子負荷量、各因子のクロンバックの α 係数を示し、表9に因子間相関を示す。

各変数の記述統計については表10に示す。

表 10 各変数の記述統計

変数名	平均	SD	歪度	尖度
充実感・満足感	2.613	0.638	-0.193	-0.315
不安感	3.223	0.781	-0.791	-0.280
自己に関するポジティブな出来事	2.843	1.120	-0.399	-0.658
クラブやサークルにおけるポジティブな出来事	1.520	2.033	0.787	-1.159
調和性	2.605	0.890	0.417	-0.334
誠実性	3.441	0.714	0.035	-0.562
開放性	2.916	0.772	0.145	0.058
外向性	3.142	0.838	0.124	-0.693
情緒不安定性	3.707	0.947	-0.645	-0.373

表 11 各変数の相関行列

	情緒不安定性	調和性	外向性	誠実性	開放性	充実感・満足感	不安感	自己に関するポジティブな出来事	クラブやサークルにおけるポジティブな出来事
情緒不安定性		.266**	-.420**	-.023	-.077	-.484**	.795**	-.219**	-.200*
調和性			-.052	.357**	-.250**	-.357**	.175*	-.301**	-.112
外向性				.007	.172*	.359**	-.317**	.191*	.186*
誠実性					-.144 †	-.148 †	-.001	-.183*	-.069
開放性						.380**	-.032	.213**	.191*
充実感・満足感							-.441**	.513**	.266**
不安感								-.133	-.150 †
自己に関するポジティブな出来事									.282**
クラブやサークルにおけるポジティブな出来事									

注： † p<.10, *p<.05, **p<.01

各変数の関連性の検討

(1) **相関の検討** 各変数にどのような関連性があるのかを検討するために R & STAR(田中・中野, 2013)を用いて相関分析を行った。相関行列を表 11 に示す。ほとんどの変数間に有意差がみられた。充実感・満足感とは、すべての変数が有意または有意傾向を示した。不安感とは、情緒不安定性、調和性、誠実性と有意差が見られた。

(2) **むなしさを高める要因の探索** 次に、むなしさを高める要因を探索するために、充実感・満足感を目的変数、パーソナリティに関する変数 5 つと出来事に関する変数 2 つを説明変数として重回帰分析を行った(項目 1: 情緒不安定性, 項目 2: 調和性, 項目 3: 外向性, 項目 4: 誠実性, 項目 5: 開放性, 項目 6: 自己に関するポジティブな出来事, 項目 7: クラブやサークルにおけるポジティブな出来事)。初期モデルを加法モデルとし、ステップワイズ増減法により情報量基準 *BIC* を用いたモデル選択の結果、“充実感・満足感=項目 1+項目 5+項目 6” を選出した。その要約を表 12 に示す。

表 12 モデル選択ステップの要約

Step	項の増減	<i>df</i>	残差増分	<i>df</i>	残差逸脱度	<i>BIC</i>
1		-	-	140	30.052	226.03
2	-項目 4	1	0.0308	141	30.083	221.18
3	-項目 7	1	0.0553	142	30.138	216.46
4	-項目 2	1	0.5455	143	30.684	214.12
5	-項目 3	1	0.4936	144	31.177	211.48

選出されたモデルにおける各項目の偏回帰係数とその検定結果は表 13 のとおりである。

表 13 偏回帰係数の決定

	偏回帰係数	標準誤差	<i>t</i> 値	<i>p</i> 値	<i>stb</i>
(切片)	2.313	0.244	9.480	$p < .001$	-
項目 1	-0.258	0.042	-6.197	$p < .001$	-0.382
項目 5	0.225	0.051	4.413	$p < .001$	0.272
項目 6	0.212	0.036	5.912	$p < .001$	0.372

モデル R^2 は 0.479 で有意だった($F(3,144) = 44.19, p < .001, effect\ size\ f^2 = 0.920, adjusted\ R^2 = 0.469$)。したがって、充実感・満足感は項目 1, 項目 5, 項目 6 で説明されるといえる。多重共線性の問題はなかった。

特に、項目1がマイナスの係数を示していることが注目される。情緒不安定性のパーソナリティをもっていると、充実感・満足感が下がることが示唆される。また、表13の標準化偏回帰係数(*stb*)を比べると、どの項目も同程度充実感・満足感に影響を及ぼしていることがわかる。つまり、パーソナリティだけではなく、出来事それ自体によって充実感・満足感が変化するということが考えられる。

続けて、不安感を目的変数、パーソナリティに関する変数5つと出来事に関する変数2つを説明変数として重回帰分析を行った(項目1:情緒不安定性, 項目2:調和性, 項目3:外向性, 項目4:誠実性, 項目5:開放性, 項目6:自己に関するポジティブな出来事, 項目7:クラブやサークルにおけるポジティブな出来事)。初期モデルを加法モデルとし、ステップワイズ増減法により情報量基準 *BIC* を用いたモデル選択を行った結果、“不安感=項目1”を選出した。モデル選択ステップの要約を表14に示す。

表14 モデル選択ステップの要約

Step	項の増減	<i>df</i>	残差増分	<i>df</i>	残差逸脱度	<i>BIC</i>
1		-	-	140	32.585	238.01
2	-項目7	1	0.0007	141	32.586	233.01
3	-項目3	1	0.0195	142	32.605	228.10
4	-項目5	1	0.0292	143	32.634	223.24
5	-項目4	1	0.1238	144	32.758	218.80
6	-項目2	1	0.0667	145	32.825	214.10
7	-項目6	1	0.1591	146	32.984	209.82

選出されたモデルにおける各項目の偏回帰係数とその検定結果は表15のとおりである。

表15 偏回帰係数の決定

	偏回帰係数	標準誤差	<i>t</i> 値	<i>p</i> 値	<i>stb</i>
(切片)	0.7916	0.1584	4.9987	$p < .001$	-
項目1	0.6560	0.0414	15.8440	$p < .001$	0.7952

モデル R^2 は0.632で有意だった($F(1,146)=251.03, p < .001, effect\ size\ f^2=1.720, adjusted\ R^2=0.630$)。したがって、不安感の大部分を項目1で説明されるといえる。多重共線性の問題はなかった。情緒不安定性のパーソナリティをもっていると、不安感が上がることが示唆される。偏回帰係数の値も大きく、強い影響を与えていることがわかる。

(3) 出来事の快不快を決定する要因の探索 出来事の快不快を決定する要因を探索するた

め、自己に関するポジティブな出来事を目的変数、パーソナリティに関する変数 5 つを説明変数として重回帰分析を行った(項目 1 : 情緒不安定性, 項目 2 : 調和性, 項目 3 : 外向性, 項目 4 : 誠実性, 項目 5 : 開放性)。

初期モデルを加法モデルとし、ステップワイズ増減法により情報量基準 *BIC* を用いたモデル選択を行った結果、“自己に関するポジティブな=項目 2+項目 3” を選出した。モデル選択ステップの要約を表 16 に示す。

表 16 モデル選択ステップの要約

Step	項の増減	df	残差増分	df	残差逸脱度	BIC
1		-	-	142	156.84	460.58
2	-項目 4	1	1.4979	143	158.34	456.98
3	-項目 1	1	1.3316	144	159.67	453.23
4	-項目 5	1	2.4212	145	162.09	450.46

選出されたモデルにおける各項目の偏回帰係数とその検定結果は表 17 のとおりである。

表 17 偏回帰係数の検定

	偏回帰係数	標準誤差	t 値	p 値	stb
(切片)	3.0604	0.4779	6.4038	$p < .001$	-
項目 2	-0.4055	0.1083	-3.7433	0.0003	-0.2918
項目 3	0.2511	0.1114	2.2534	0.0257	0.1757

モデル R^2 は 0.121 で有意だった($F(2,145)=10.015$, $p < .001$, $effect\ size\ f^2 = 0.138$, $adjusted\ R^2 = 0.109$)。しかしながら、自己に関するポジティブな出来事は項目 2, 項目 3 で説明される値は小さかった。多重共線性の問題はなかった。

項目 2 がマイナスの係数を示していることが注目される。調和性のパーソナリティをもっていると、自己に関するポジティブな出来事が下がることが示唆される。調和性は、短気などの項目からなるため、周囲に対し挑戦的である可能性があり、快だと評価することが少ないのではないかと考えられる。また、表 17 の標準化偏回帰係数(stb)を比べると、どの項目も同程度影響を及ぼしていることがわかる。

続けて、クラブやサークルにおけるポジティブな出来事を目的変数、パーソナリティに関する変数 5 つを説明変数として重回帰分析を行った(項目 1 : 情緒不安定性, 項目 2 : 調和性, 項目 3 : 外向性, 項目 4 : 誠実性, 項目 5 : 開放性)。

初期モデルを加法モデルとし、ステップワイズ増減法により情報量基準 *BIC* を用いたモデル選択を行った結果、“クラブやサークルにおけるポジティブな出来事=項目 1” を選出した。モデル選択ステップの要約を表 18 に示す。

表 18 モデル選択ステップの要約

Step	項の増減	<i>df</i>	残差増分	<i>df</i>	残差逸脱度	<i>BIC</i>
1		-	-	142	558.16	648.45
2	-項目 2	1	0.0865	143	558.24	643.47
3	-項目 4	1	1.5167	144	559.76	638.88
4	-項目 3	1	4.5336	145	564.30	635.08
5	-項目 5	1	18.7332	146	583.03	634.91

選出されたモデルにおける各項目の偏回帰係数とその検定結果は表 19 のとおりである。

表 19 偏回帰係数の検定

	偏回帰係数	標準誤差	<i>t</i> 値	<i>p</i> 値	<i>stb</i>
(切片)	3.1156	0.6658	4.6793	$p < .001$	-
項目 1	-0.4304	0.1741	-2.4724	0.0146	-0.2005

モデル R^2 は 0.040 で有意だった ($F(1,146) = 6.113$, $p = .014$, *effect size* $f^2 = 0.042$, *adjusted R*² = 0.034)。しかしながら、項目 1 のモデルで説明されるクラブやサークルにおけるポジティブな出来事はほとんどないということだった。多重共線性の問題はなかった。

項目 1 がマイナスの係数を示していることが注目される。情緒不安定性のパーソナリティをもっていると、クラブやサークルにおけるポジティブな出来事が下がることが示唆される。クラブやサークルでの活動が、不安感や緊張感を高める可能性があると考えられる。また、表 19 の標準化偏回帰係数(*stb*)を比べると、どの項目も同程度影響を及ぼしていることがわかる。

充実感・満足感と不安感の高低におけるパーソナリティと出来事の得点の検討

充実感・満足感が低く、不安感が高いものはむなしさが高い状態なのではないかと考えられる。そこで充実感・満足感の高低と不安感の高低においてパーソナリティと出来事の変数の尺度得点が異なるのかを検討するために 2 要因分散分析を行った。充実感・満足感の「高い」「低い」の 2 水準と、不安感が「高い」「低い」の 2 水準で行った。表 20 に充実感・満足感と不安感の高低における人数および平均値と標準偏差を示す。

表 20 充実感・満足感と不安感の高低における人数の記述統計

	充実感・満足感 高+不安感高 (N=34)			充実感・満足感 高+不安感低 (N=47)			充実感・満足感 低+不安感高 (N=50)			充実感・満足感 低+不安感低 (N=17)		
	満足感	充実感	不安感	満足感	充実感	不安感	満足感	充実感	不安感	満足感	充実感	不安感
平均	2.989	3.784	1.985	3.813	3.146	2.362	2.235	2.745				
SD	0.308	0.279	0.416	0.242	0.384	0.558	0.218	0.388				

(1)情緒不安定性について 分散分析の結果、交互作用は有意ではなく($F(1,144)=0.306$, $p=0.581$, $partial \eta^2=0.002$), 充実感・満足感の高低の主効果が有意であり($F(1,144)=10.552$, $p=0.001$, $partial \eta^2=0.068$, $power=0.905$), また、不安感の高低の主効果も有意だった($F(1,144)=83.715$, $p<.001$, $partial \eta^2=0.368$, $power=1.000$).

(2)調和性について 分散分析の結果、交互作用は有意ではなく($F(1,144)=0.306$, $p=0.581$, $partial \eta^2=0.002$), 充実感・満足感の高低の主効果が有意であり($F(1,144)=10.552$, $p=0.001$, $partial \eta^2=0.068$, $power=0.905$), また、不安感の高低の主効果も有意だった($F(1,144)=83.715$, $p<.001$, $partial \eta^2=0.368$, $power=1.000$).

(3)外向性について 分散分析の結果、交互作用は有意ではなく($F(1,144)=1.787$, $p=0.184$, $partial \eta^2=0.012$), 充実感・満足感の高低の主効果が有意であったが($F(1,144)=11.971$, $p=0.001$, $partial \eta^2=0.077$, $power=0.936$), 不安感の高低の主効果は有意ではなかった($F(1,144)=1.275$, $p=0.261$, $partial \eta^2=0.009$, $power=0.206$).

(4)誠実性について 分散分析の結果、交互作用は有意ではなく($F(1,144)=0.000$, $p=0.998$, $partial \eta^2=0.000$), 充実感・満足感の高低の主効果も不安の高低も有意ではなかった($F(1,144)=0.254$, $p=0.615$, $partial \eta^2=0.002$, $power=0.080$) ($F(1,144)=0.119$, $p=0.731$, $partial \eta^2=0.001$, $power=0.064$).

(5)開放性について 分散分析の結果、交互作用は有意ではなく($F(1,144)=1.701$, $p=0.194$, $partial \eta^2=0.012$), 充実感・満足感の高低の主効果が有意であったが($F(1,144)=6.514$, $p=0.012$, $partial \eta^2=0.043$, $power=0.729$), 不安感の高低の主効果は有意ではなかった($F(1,144)=0.001$, $p=0.922$, $partial \eta^2=0.000$, $power=0.051$).

(6)自己に関するポジティブな出来事について 分散分析の結果、交互作用は有意ではなく($F(1,144)=0.261$, $p=0.610$, $partial \eta^2=0.002$), 充実感・満足感の高低の主効果が有意であったが($F(1,144)=23.467$, $p<.001$, $partial \eta^2=0.140$, $power=0.998$), 不安感の高低の主効果は有意ではなかった($F(1,144)=0.074$, $p=0.786$, $partial \eta^2=0.001$, $power$

= 0.059)。

(7)クラブやサークルに関するポジティブな出来事について 分散分析の結果、交互作用は有意ではなく($F(1,144)=0.000, p=0.985, \text{partial } \eta^2=0.000$)、充実感・満足感の高低の主効果が有意であったが($F(1,144)=15.996, p<.001, \text{partial } \eta^2=0.100, \text{power}=0.981$)、不安感の高低の主効果は有意ではなかった($F(1,144)=0.186, p=0.667, \text{partial } \eta^2=0.001, \text{power}=0.072$)。

以上の結果から、すべての従属変数における交互作用は有意ではなかった。充実感・満足感についてはすべての従属変数に対し主効果が有意であった。不安感、情緒不安定性、調和性において主効果が有意であった。

パーソナリティが日常的出来事を介してむなしさに及ぼす影響の検討

感情の生起には出来事による経験が必要であると考えられるため、パーソナリティが日常的出来事を介してむなしさに及ぼす影響を検討することとした。HAD(清水, 2016)を用いて仮説に基づきモデルを検討した。調和性、外向性、誠実性、開放性、情緒不安定性を独立変数、満足感・充実感と不安感を従属変数、自己に関するポジティブな出来事とクラブやサークルにおけるポジティブな出来事を媒介変数としたパス図を作成した。また、重回帰分析の結果から開放性は充実感・満足感、情緒不安定性は充実感・満足感と不安感に直接的な影響を及ぼしていると考えられるため、直接的なパスも引き共分散構造分析を行った(図4)。その結果、調和性から自己に関するポジティブな出来事へのパス、開放性から満足感・充実感へのパス、情緒不安定性から満足感・充実感と不安感へのパス、自己に関するポジティブな出来事から充実感・満足感へのパスが有意であった。開放性から自己に関するポジティブな出来事、クラブやサークルにおけるポジティブな出来事へのパスは有意傾向であった。モデルの適合度に関して、 $\chi^2=13.486, p=.096, CFI=.984, RMSEA=.068, BIC=198.383$ であった。 χ^2 は有意でなく、 CFI は基準値の0.9を上回っており、また $RMSEA$ は0.05以下ではないが0.1以上ではないため適合度はおおむね良好であると判断し、このモデルを採用することにした。結果を図5に示す。

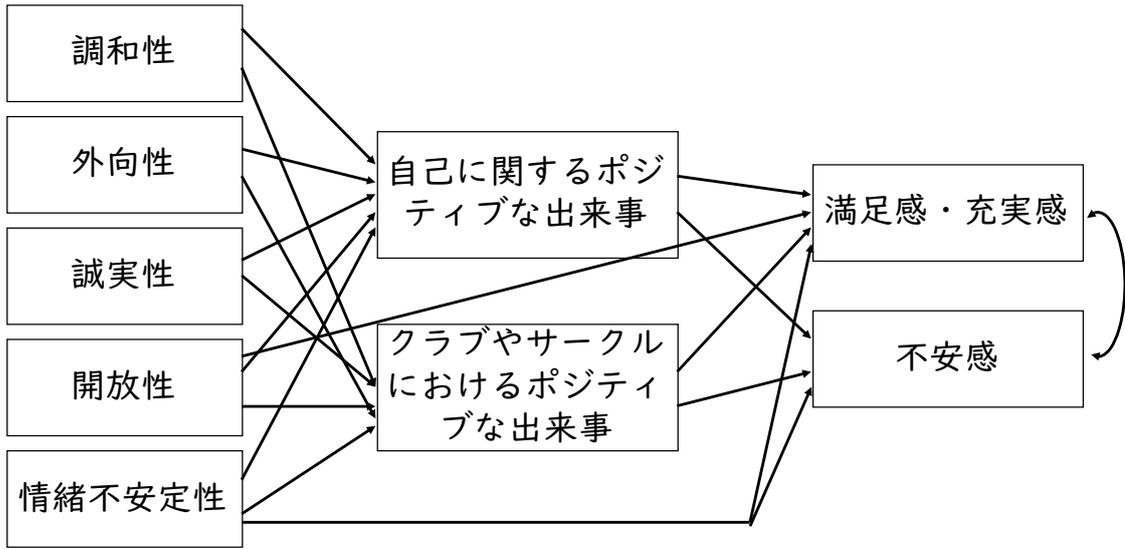


図4 仮定したモデル(誤差は省略)

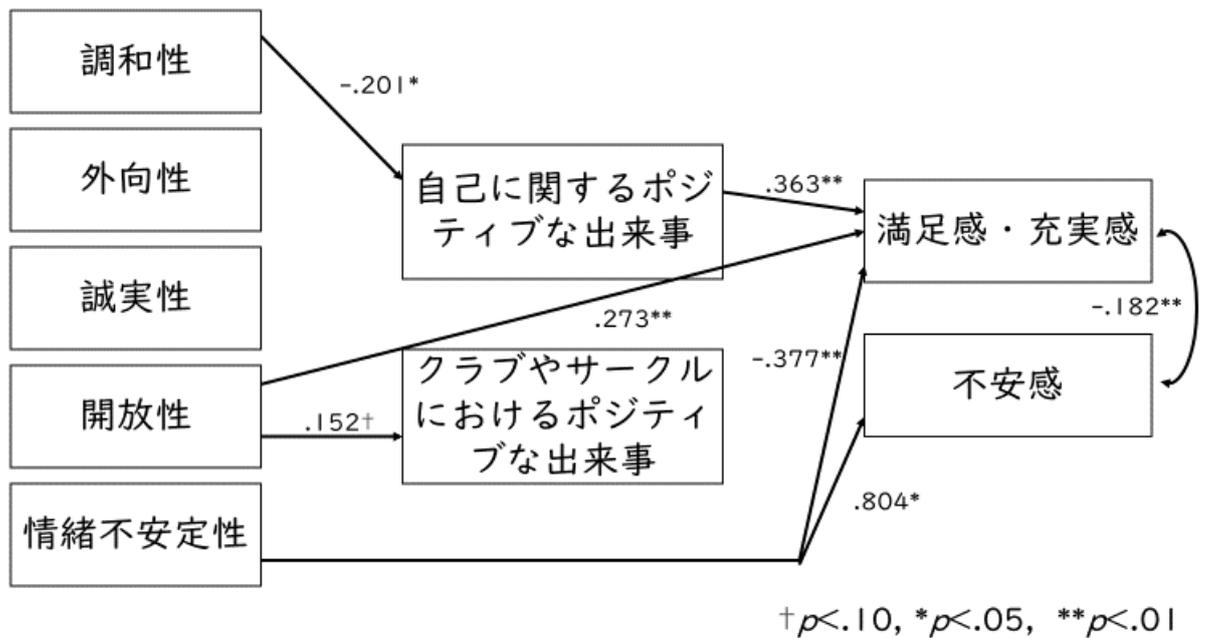


図5 最終的なモデル(誤差は省略, 有意なパスのみ表記)

考察

パーソナリティとむなしさとの関連

本研究では、むなしさに関連するパーソナリティの特徴について検討した。その結果、充実感・満足感では、情緒不安定性が高くなると充実感・満足感が下がり、開放性が高くなると充実感・満足感が高くなることが示された。また、不安感では、情緒不安定性と正の関連があることが示された。つまり、情緒不安定性が上がると、充実感・満足感が下がり、不安感が上がるということである。本研究では、むなしさを「人生に目的や目標を見出せず、自己像が不確実になっている感覚」と定義している。充実感・満足感が低く、不安感が高い状態は、この定義の要素を満たしていると考えられ、むなしさが高い状態であるといえる。本研究では、情緒不安定性がむなしさと関連の高いパーソナリティであるということが示唆された。

むなしさについて、論じている研究は国内では極めて少ない。その中で、精神分析の立場から、北山(1992)がむなしさの特徴や機能について論じている。北山(1992)によれば、むなしさとは空虚で何もなく、満たされていない状態である。つまり、むなしさを軽減するにはそれを満たす出来事や感情が必要となる。例えば、充実感や満足感のような感情で満たされるとむなしさは低下するだろう。よって、むなしさが抑うつや不安と関連する場合、むなしさを満たす出来事や感情が得られることによって、結果的に抑うつや不安も低下させることが可能であると考えられる。また、浮田(2018)は、森田正馬を例に挙げ、共に直視してくれる知人とともに外界の対象喪失を直視したからこそ精神内界の病理的むなしさにまで陥らず、息子の死について乗り越えることができたのではないかと述べている。つまり、むなしさを軽減するには「あるがまま」を肯定することも必要なのではないかとされる。そして、それを促進するためにも友人といったサポートが有効と考えられる。先行研究によると、損害回避特性が高い中学生は抑うつが高いことが示されている(田中, 2006)。損害回避特性とは、何かしなくてはならないと思うとすぐく心配になるなどの項目内容であり、心配や不安から行動が抑制されていると考えられる。つまり、不安や心配などから抑うつが高まる可能性が考えられ、不安を感じやすいパーソナリティである情緒不安定性と抑うつは関連が高いことが示唆される。また、空虚感が抑うつと関係があることも分かっている(Hazell, 1984a, 1984b)。ここから、情緒不安定性とむなしさの関連が見いだされたのも理解できる。しかしながら、2 要因分散分析において交互作用は見られなかったため、充実感・満足感が低く、不安感が高い状態(むなしさが高い状態)が情緒不安定性と関連があるというのは示唆にとどまる。また、開放性のみ充実感・満足感と正の関連が生じている。開放性は、新しいことに対する意欲が高く、自分の能力について理解している特徴を持っていることが想像できる。この特徴は自分への自信にもつながっていることが想像でき、そのために充実感や満足感が高くなると示唆される。

本研究では、いくつかの特性とむなしさとの関連が見られなかった。例えば、外向性が

高い場合、対人交流などエネルギーに満ちている人が想像でき、充実感・満足感と関係があることを想像することは容易い。しかしながら、外向性と充実感・満足感には中程度の正の相関はあるが、因果関係は見られなかった。つまり、外向性の高さが誰にとっても充実感・満足感につながるわけではないということが示唆された。

パーソナリティと日常的出来事との関連

先行研究においても、出来事に対する評価とパーソナリティとの関連を検討している。しかしながらそれは、外向性と神経症的傾向との関連であり、**Big Five**のようなパーソナリティを網羅したものととの関連を検討したものではない。本研究では、調和性が低くなると、自己に関するポジティブな出来事の評価が上がること、外向性が高まると自己に関するポジティブな出来事の評価が上がるということが示された。門田・寺崎(2009)では、外向的な人ほど対人的な出来事を快と評価していることが示されている。自己に関するポジティブな出来事の中には、対人関係の出来事も含まれており、先行研究と一致しているといえる。調和性に対しては、短気や怒りっぽいという項目内容からも、ポジティブなことが起きるまでの過程がストレスとなっているため、そこまで快と評価しない可能性や、そもそもこういったポジティブな出来事を体験するということが少ない可能性が考えられる。外山・桜井(1999)では、ポジティブな出来事が不機嫌・怒り感情や不安・抑うつ感情といった情動的ストレス反応を軽減することが分かっている。つまり、ポジティブな出来事が調和性の怒り感情などを軽減した可能性も考えられる。

また、クラブやサークルにおけるポジティブな出来事については、情緒不安定性が負の関連があった。パーソナリティ特性が心的ストレス過程と関連していることが明らかになっており(尾関・原口・津田, 1991)、情緒不安定性のパーソナリティにおいても、クラブやサークルでの活動はストレスだと評価された可能性もある。自己に関するポジティブな出来事で、同じような関連が見受けられなかったのは、集団か個人かなどほかの要因が関係していた可能性が考えられる。

また、本研究では関連が見いだせなかった特性があった。先行研究において、神経症的傾向を持つ人は出来事の評定ではなく、頻度と関連があることがわかっている(門田・寺崎, 2009)。本研究においても、評価ではなく、出来事の頻度が関係していた可能性が示唆され、今後、頻度との検討もしていく必要がある。

日常的出来事とむなしさの関連

日常的な出来事の中で生起するむなしさとの関連を検討した。本研究では、自己に関するポジティブな出来事のみ、充実感・満足感に影響を及ぼしていることが示された。三浦・原岡(2002)では、中高生において受容的なつながりが高い人は、低い人に比べて、孤独感・空虚感・圧迫感・無力感が低く、自尊心・充実感が高いことが見いだされた。つまり、ほめられたことや、対人関係がうまくいったなどの自己に関するポジティブな出来事を通して、自分が受け入れられたと感じたことで、他者とのつながりを感じ、充実感・満足感を

高めたと考えられる。

パーソナリティが日常的出来事を介してむなしさに及ぼす影響

調和性は自己に関するポジティブな出来事を介して満足感・充実感に影響を及ぼすことが示された。しかしながら、満足感・充実感への直接的な影響は示されなかった。つまり、パーソナリティそれ自体の影響は関係なく、出来事の経験を介することが関係しているということである。調和性は競争的で利己的な特徴があり、自己に関するポジティブな出来事が生じたとしても、他者との交流に不信感や警戒を抱いたり、自分に対するもともとの満足感の高さから日常的出来事の評価が下がったりして、結果として満足感・充実感につながらない可能性が示唆される。また、間接効果は-.068であり影響はとても小さいといえる。

開放性と情緒不安定性から満足感・充実感へ直接的に影響があること、情緒不安定性から不安感に直接的に影響があることが示された。出来事を介しての影響が見られなかった要因として、出来事の内容がポジティブなものに限られていることが考えられる。一般的にむなしさは喪失体験といったネガティブと捉えられる出来事から生じるとされている。そのため、ポジティブな出来事を介した間接的な効果を示さなかったと考えられる。特に情緒不安定性は満足感・充実感と不安感への直接的な影響が大きく、経験との影響を詳しく検討する必要がある。今後の研究では、出来事の種類を増やし再検討することでより有益な知見を得ることができると考える。

以上、本研究では、パーソナリティと日常的出来事がむなしさに及ぼす影響について明らかにした。情緒不安定性のパーソナリティがむなしさの高さと関係があることが示唆された。また、パーソナリティ特性によって、体験した日常的出来事の評価が変わる可能性があること、体験した日常的出来事がむなしさに影響を及ぼしている可能性がみられた。本研究の意義として、むなしさを精神的問題の前駆状態として考えること、そしてむなしさを満たすことが予防につながることをあげられる。

むなしさが抑うつを考えるための手がかりとなること(北山, 1992)や抑うつとの高い関連がある(Hazell, 1984a, 1984b)ことが先行研究から分かっている。つまり、むなしさを満たすということが抑うつ症状の予防につながると考えられる。加えて、長期的な空虚感が精神医学的な問題につながる可能性も指摘されており、むなしさを精神的問題の前兆ととらえることができる。

大学生を対象にした研究において、抑うつと不安の低減に対してソーシャルサポートが有効に作用することが明らかになっている(片受, 2016)。また、震災での対象喪失場面において、ソーシャルサポートの大きい人の方が、心身の健康の高いことが分かっている(池内・藤原, 2000)。このような先行研究から、むなしさを満たす方略の1つとして、ソーシャルサポートが有用であると考えられる。

今後の課題

今回、むなしさについて検討するために空虚感尺度を使用した。しかしながら、むなしさの定義についてはまだあいまいな状況であるため、むなしさを検討するにおいて、要素が不足していた可能性がある。また、因子決定の際に「自分つまらない人間だと感じることもある」、「投げやりな気持ちになることが多い」、「自分の周りにベールがかかったような感じがある」、「何かをやり終えたとき、結果はどうであれ、とにかくやったという実感をもてる」の4項目が削除されており、本研究の被験者がそもそもむなしさを感じていたのかということに疑問が残る。そのため、むなしさについての概念をさらに検討し、むなしさ尺度を作成するのが望ましいと考えられる。

本研究では、日常的な出来事について検討をしたが、因子分析の段階で、ネガティブな出来事が除外されてしまった。この尺度はもともと、大学生が一般的に生じている出来事から作られているが、本研究では体験していないとの回答が多く見られた。これには現在の時世が考えられ、4月から生活スタイルが変わってしまった人も多くいると思われる。大学生の場合、授業が対面からオンラインへと変わり、サークルなどの活動も縮小した。これらの影響が今回の研究にも影響したと思われる。そのため、日常的な出来事とむなしさの関連については再度調査を行うことが望ましいと考えられる。

また、本研究の使用変数について妥当性の低さがあげられる。そのため、本研究の結果は示唆にとどまる。再度妥当性を確認したうえで検討する必要がある。

文献

- 馬場安希・菅原健介 (2000). 女子青年における瘦身願望についての研究 教育心理学研究, 48, 267-274.
- Hazell, C. G. (1984a). A scale for measuring experienced levels of emptiness and existential concern *The Journal of Psychology*, 117, 177-182.
- Hazell, C. G. (1984b). Experienced levels of emptiness and existential concern with different levels of emotional development and profile of values *Psychological Report*, 55, 967-976.
- 池内裕美・藤原武弘 (2000). 物的所有物の喪失およびソーシャル・サポート・ネットワークが生活の質(QOL)に及ぼす影響—阪神大震災の被災者を対象として— 社会心理学研究, 16, 92-102.
- 池内裕美・藤原武弘 (2009). 喪失からの心理的回復過程 社会心理学研究, 24, 169-178.
- Taylor, J., & Reeves, M. (2007). Structure of borderline personality disorder symptoms in a nonclinical sample *Journal of Clinical Psychology*, 63, 805-816.
- 門田昌子・寺崎正治 (2009). パーソナリティ, 日常的出来事と主観的幸福感との関連 パーソナリティ研究, 18, 35-45.
- 片受 靖 (2016). 新大学生用ソーシャルサポート尺度と精神的健康, 援助要請スキルの関

- 連についての研究 立正大学心理学研究所紀要, 14, 65-70
- 北山 修 (1992). 空しい 西口 徹(編), imago[イマーゴ]ことばの心理学—日常臨床語辞典 (pp.236-237) 青土社.
- 三浦直樹・原岡一馬 (2002). 中高生における“社会とのつながり”と心理的幸福感の関係 久留米大学心理学研究, 1, 71-78.
- 並川 努・谷 伊織・脇田貴文・熊谷龍一・中根 愛・野口裕之(2012). Big Five 尺度短縮版の開発と信頼性と妥当性の検討 心理学研究, 83, 91-99.
- 新村 出(編)(2008). 広辞苑第六版 岩波書店.
- 日本精神神経学会(監修) (2014). DSM-5 精神疾患の分類と診断の手引き 医学書院.
- 大上真礼 (2013). 「むなしさ」に関する研究の概観と展望 東京大学大学院教育学研究科紀要, 53, 151-156.
- 大上真礼 (2015). 前期高齢者の「むなしさ」の生起・維持プロセス—発達段階での特徴に着目して— 感情心理学研究, 23, 1-11.
- 太田垣洋子・米澤博治文・志和資朗・斎藤 浩・中村 研(2005). 摂食障害患者の自尊感情についての検討 心身医学, 3, 225-231.
- 尾関友佳子・原口雅浩・津田 彰 (1991). 大学生の生活ストレッサー, コーピング, パーソナリティとストレス反応 健康心理学研究, 4, 1-9.
- 白井真理子・鈴木直人 (2016). 6 種類の悲しみ喚起場面における悲しみの特徴および時間的变化 感情心理学研究, 23, 59-67.
- 外山美樹・桜井茂男 (1999). 大学生における日常的出来事と健康状態の関係—ポジティブな日常的出来事の影響を中心に— 教育心理学研究, 47, 374-382.
- 清水裕士 (2016). フリーの統計分析ソフト HAD : 機能の紹介と統計学習・教育, 研究実践における利用方法の提案 メディア・情報・コミュニケーション研究, 1, 59-73.
- 堤 雅雄 (1994). むなしさ—青年期の実存的空虚感に関する発達的研究— 社会心理学研究, 10, 95-103.
- 徳本 祥 (2001). 青年期における空虚感と親からの心理的分離との関連に関する研究 心理臨床学研究, 19, 109-118.
- 高橋奈央・大野あき子・境 泉洋 (2010). 青年の社会的逸脱行為傾向と空虚感・認知的歪曲の関連 徳島大学総合科学部人間科学研究, 18, 59-70.
- 田中麻未 (2006). パーソナリティ特性およびネガティブ・ライフイベントが思春期の抑うつに及ぼす影響 パーソナリティ研究, 14, 149-160.
- 田中 敏・中野博幸 (2013). R & STAR データ分析入門 新曜社.
- 浮田徹嗣 (2018). 空虚感, 精神病理学的現象としての離人感—心理療法の視点から— 横浜市立大学論叢社会科学系列, 70, 125-134.

<原著>

自尊感情と教師からの「ほめ」に対する反応との関連

猪股由衣 信州大学大学院教育学研究科
茅野理恵 信州大学学術研究院教育学系

概要

本研究では、子どもの社会的自尊感情と基本的自尊感情をバランスよく育むという観点から教師の「ほめ」を広義に捉えた上で、子どもの自尊感情と「ほめ」に対する反応との関連について検討を行った。研究Ⅰでは、「教師からの『ほめ』に対するうれしさ尺度」の作成を行い「受容・尊重・労いのほめ」、「期待・励ましのほめ」、「賞賛のほめ」の3因子が抽出され、全22項目からなる尺度が作成された。研究Ⅱでは、社会的自尊感情が高い人は「賞賛のほめ」と「期待・励ましのほめ」に対してよりうれしいと感じ、基本的自尊感情が低い人はすべての「ほめ」に対してうれしいと感じにくいことが明らかになった。

キーワード：社会的自尊感情、基本的自尊感情、ほめ、教師

問題と目的

近年、子どもの自尊感情の低さが問題視されており、それらを高めることは教育政策上の課題にもなっている(教育再生実行会議, 2017)。教育現場では、子どもの自尊感情を高めるために様々な研究や取り組みがされており、それらには「ほめ」に関するものが多くある(例えば、京都府総合教育センター, 2018; 古市・柴田, 2013)。子どもが大人から受け取る「ほめ」は、結果が適切であることや存在価値の肯定を意味し(高崎, 2002)、受け入れられたという安心感を生じさせる(岡本, 1994)。「ほめ」によってそのような効果を得ることが、自尊感情を高めることにつながると考えられる。

教師の「ほめ」には、子どもの自尊感情を高める効果がある(井上, 2015; 蓑輪・向井, 2003)。しかし一方で、現場からは「ほめても思ったような効果が得られない」という声も聞かれ(例えば、塩澤, 2010)、その効果が思うように現れていないという現状もある。京都府総合教育センター(2018)は、教職員が「ほめ」を中心とした様々な取り組みを心がけているにもかかわらず、子どもの自尊感情が育まれていないと感じている教育現場の実態を明らかにしている。このように教師の取り組みが十分な成果として反映されない背景には、2つの要因があると考えられる。1つは、「ほめ」の概念が「賞賛のほめ」に限られているということである。自尊感情には、社会的自尊感情と基本的自尊感情という2つの側面があり(近藤, 2007)、両者がバランスよく適切に育まれた自尊感情が最も望ましい状態の自尊

感情である(近藤, 2010)。社会的自尊感情は、他者との比較や優劣に基づいて形成される感情であり、より有意な位置へと自分を高めていこうとする意欲につながる(近藤, 2007)。一方、基本的自尊感情は、自分の良いところも悪いところもあるがままに受け入れ、無条件に自らの存在を認める感情である。自分が今ここに存在していることを保障するものであり、このまま生きていていいのだという根源的な感情である(近藤, 2007)。両者の自尊感情は、その成り立ちが異なるため、どのようにして育まれるかにも違いがある。社会的自尊感情は、他者との比較や競争によって高められるものであるため、それを育むためには、より良い学業成績やより優れた運動能力を発揮できるように自分を高めていく必要がある(近藤, 2007)。子どもに役割や出番を与えて成功体験を積み重ねることや、少しでも良い結果が出たときに賞賛を与えたり、評価したりすることで社会的自尊感情は高めることができる(近藤, 2010)。しかし、社会的自尊感情は、条件的な自尊感情であるため脆く崩れやすい。肯定的な評価を受けたり、勝負に勝ったりして優越感を得ると速効的に高まる一方で、挫折を経験すると一気に低まる。そのように脆く崩れやすい社会的自尊感情を支えるのが、土台となる基本的自尊感情である。

「賞賛のほめ」は、主に社会的自尊感情に働きかけるものであり、それを育む上では有用であると言える。しかし、土台となる基本的自尊感情がしっかりと育まれていないと、社会的自尊感情のみが肥大化し不安定な自尊感情になってしまう(加藤・中島, 2011)。加藤・中島(2011)は、日本の子どもの自尊感情の問題は、基本的自尊感情が低いことだとしている。基本的自尊感情は、「自分はこの世に生まれてよかった」「自分は愛されている」という安心感を得ることにより育まれていくものである(鹿児島県教育委員会, 2020)。「ほめ」によって2つの自尊感情をバランスよく育むためには、現在広く用いられている「賞賛のほめ」に限らず、「ほめ」の概念をより広義に捉え、子どもの自尊感情を育む教師のかかわりを検討していく必要があると考えられる。

もう1つは、「ほめ」の受け手である子ども側の要因が影響している可能性である。これまでの研究において、教師からの「ほめ」を認知しやすい子どもと認知しにくい子どもがいることや(金野・山本・大谷, 2019)、「ほめ」を受けたときに生じる感情は、ポジティブな感情ばかりではなく、個人や状況によってはネガティブな感情やアンビバレントな感情が生じる場合があることもわかっている(青木, 2018)。これらをふまえると、教師が良かれと思って行っている「ほめ」が、子どもにとっては負担になっているという可能性もある。そのため、受け手である子ども側の要因は「ほめ」による効果を検討する上で無視できないものであると考えられる。これまで、「ほめ」は強化理論の文脈で論じられることが多く、ほめ方による効果の研究が中心であった(高崎, 2013)。そのため、受け手の要因が「ほめ」に与える影響について述べられた研究は少ない。しかし、昨今「ほめ」に関する研究において、受け手側からの検討の必要性が指摘されているように(青木, 2005; 高崎, 2013)、教師による「ほめ」の効果を、子ども側の要因から検討することの必要性は高いと言える。

教師の「ほめ」によって子どもの自尊感情を適切に育むためには、一人一人の子どもに合わせた「ほめ」を行うことが重要であり、そのためには、子ども側の要因が「ほめ」の受け取り方に及ぼす影響を明らかにする必要がある。なお、本研究では、子ども側の要因として、もとの自尊感情に着目する。教師は「ほめ」によって子どもの自尊感情を高めることを試みるが、もともと自尊感情が高い子どもと低い子どもでは、「ほめ」を受けたときに生じる感情や「ほめ」の受け取り方に違いがあると考えられる。また、先に述べた通り、自尊感情には社会的自尊感情と基本的自尊感情という2つの側面がある。青木(2018)は、教師と子どもの間には「ほめ」に対する認識にズレがあることを明らかにしており、それをふまえると教師が意図せずとも子どもの社会的自尊感情のみを肥大化させてしまうようなかかわりを行っているという可能性も考えられる。子どもの自尊感情をバランスよく適切に育むためには、教師のかかわりを明らかにする必要があるだろう。

よって本研究では、子どもの社会的自尊感情と基本的自尊感情をバランスよく育むという観点から教師の「ほめ」を広義に捉え、それらを子ども側の視点から検討することを目的とする。そのため、第1に、教師の「ほめ」を広義に捉えた上で、それらの「ほめ」を受けたときの子どもの反応を測定する尺度を作成する。第2に、社会的自尊感情および基本的自尊感情と、教師からの「ほめ」に対する反応との関連を検討する。これらを明らかにすることにより、自尊感情が低い子どもに対する効果的な教師のかかわり方、および社会的自尊感情と基本的自尊感情をバランスよく育む教師のかかわり方について検討する上での一助とする。

研究 I

目的

教師が子どもの存在や行動を肯定する、受容するかかわり全般を「ほめ」と定義した上で、教師からの「ほめ」に対するうれしさ尺度を作成する。

項目選定

方法

調査協力者 関東地方、中部地方、近畿地方の大学生・大学院生 50名

調査内容 「小学校から高校までの学生生活を振り返って、教師からのかかわりでうれしかった経験や心に残っている経験について教えて下さい。」と教示し、①いつ、②どのような場面で、③どのようなかかわり・声掛け、④なぜうれしかったのか・心に残っているのか、の4項目について自由記述を行った。

手続き 縁故法によってオンライン上で調査を依頼した。調査協力者には、思いつく限り多くのエピソードを挙げてもらった。

調査時期 本調査は、2020年9月に行われ、下記の項目のワーディング・選定作業は

2020年9月～10月に行われた。

結果

第一回分類作業 すべての回答から、筆者が質問項目として活かせるようなエピソードを抽出し、簡潔にまとめた。その結果、83個のエピソードが抽出された。

第二回分類作業 抽出したエピソードについて、臨床心理学を専攻する大学院生3名と臨床心理学の専門家1名により、KJ法(川喜田, 1967)を用いて分類を行った。その結果、13グループに分類された。

第三回分類作業 KJ法(川喜田, 1967)にて13グループに分類されたエピソードについて、同じ、もしくは類似したものをまとめ、項目を作成した。その結果、41項目が作成された。

第四回分類作業 本研究では、「ほめ」を広義に捉えた尺度を作成することを目的としているため、第三回分類作業のあと先行研究を参照し、より広く「ほめ」を検討するために必要であると判断した8項目を加えた。

第一回判定作業 分類された項目をさらに精査するため、第四回分類作業の結果をもとに、①肯定的・受容的かかわりであり、自尊感情が育まれる経験として適切か、②児童生徒が教師から受けるかかわりとして、想定できるものか、③理解可能な文章であるか・意味が通っているか、の3つの観点による判定作業を行った。そしてこの3つの判定をもとに、④総合判定と質問項目として採用するかどうかの判断を行った。この判定作業は、筆者から研究の趣旨を説明した上で、心理支援の専門家3名により行われた。いずれの基準もA/B/Cの三段階評価とした。また、総合評価がBで文言の修正が必要と判断した場合は、修正案の提示を求めた。

最終判定作業 第一回判定作業の結果、④総合判定の判断基準がAである一致率と、質問項目として採用するかどうかで採用と判断した人数をランキング化し、ランキング上位のものをそれぞれ最終的に使用する項目とした。そしてこの項目に対し、「総合判定がBの場合の修正案」を参考にしながら、心理の専門家と筆者により表現や文末の修正を行った。最終的に26項目が選定された。

信頼性と妥当性の検討

方法

調査協力者 大学生・大学院生459名(男性198名, 女性259名, 不明2名; 平均年齢21.63歳; 標準偏差2.25)

材料 フェイスシート項目は、性別、年齢、学年であった。

本研究において作成した「教師からの『ほめ』に対するうれしさ尺度」(26項目)は、「小学校から高校までの学校生活を想定してください。教師から以下のようなかかわりを受けた場合、今のあなたはどれくらいうれしいと感じますか。もっともあてはまるものを

選んでください。」と教示し、「0=うれしさはない」、「1=少しうれしい」、「2=うれしい」、「3=とてもうれしい」、「4=心の底からうれしい」の5件法で回答を求めた。

併存的妥当性の検討のために使用した尺度は、以下の3つであった。(1)「賞賛獲得欲求・拒否回避欲求尺度(小島・太田・菅原, 2003)」(賞賛獲得欲求9項目, 5件法), 賞賛獲得欲求とは、周囲から注目を集めたり、人を感心させたりといった肯定的な評価を獲得しようとする他者から賞賛されたい欲求である。本尺度は、作成の段階で、賞賛獲得欲求の高さと肯定的なフィードバックにおける満足感(“うれしい”を含む複数の肯定的な感情語・感情から構成)の高さとの間に正の相関があることが明らかになっている。そのため、本研究では妥当性を検討するための尺度として使用した。(2)「対人依存欲求尺度(竹澤・小玉, 2004)」(情緒的依存欲求10項目, 6件法), 本尺度は、依存欲求を「是認, 支持, 助力, 保証などの源泉として他人を利用しないし頼りにしたいという欲求」と定義している。小島他(2003)によって、欲求の高さと満たされたときの肯定的な感情との間に正の相関があることが明らかになっているため、本研究では妥当性を検討するための尺度として使用した。(3)「親和動機測定尺度(岡島, 1988)」(注意7項目, 5件法), 本尺度は、Hill(1987)の対人志向性尺度の日本語版であり、注意は自分の存在価値を認めてくれる人と一緒にいたいという気持ちを表す概念である。小島他(2003)によって、欲求の高さと満たされたときの肯定的な感情との間に正の相関があることが明らかになっているため、本研究では妥当性を検討するための尺度として使用した。

倫理的配慮 本調査は、信州大学教育学部研究委員会の審査を通過している(管理番号: 20-18)。

手続き Google フォームを用いて質問項目を公開し、縁故法によって回答を収集した。書面にて研究の趣旨を説明し、同意した場合に回答を求めた。

調査時期 本調査は、2020年11月～12月に行われた。

結果

因子分析 各項目について、平均値±SDを基準に天井効果またはフロア効果を検討したところ、項目3において天井効果がみられたが、大幅に超えてはいなかったため内容的にも重要な項目であると判断しそのまま用いることとした。

「教師からの『ほめ』に対するうれしさ尺度」全26項目に対して、重み付けのない最小二乗法・プロマックス回転による因子分析を行った。なお、スクリープロットから3因子構造が妥当であると判断し、3因子を仮定して行った。因子負荷量が.40より低い項目2, 6, 14, 18を削除し、最終的な尺度とした。回転後のパターン行列を以下の表1に示す。なお、累積寄与率は52.89パーセントであった。

第1因子は、「否定せずに最後まで話を聞いてくれる」、「理解できるまで丁寧に指導してくれる」など、教師が生徒のためにじっくりと関わることを示す内容の項目が高い負荷量を示していた。また、「自分のいいところを教えてくれて『これからも大切にしてくれ』と

言われる」,「意見を一方的に押し付けるのではなく『どうしたい』と聞いてくれる」など,生徒を個人として尊重することを示す内容の項目や,『お疲れさま』と声をかけられる」といった生徒への労いを示す項目も含まれていた。そのため,これらの11項目を「受容・尊重・労いのほめ」と命名した。

表1 教師からの「ほめ」に対するうれしさ尺度因子分析結果

	F1	F2	F3
第1因子：受容・尊重・労いのほめ($\alpha = .91$)			
12 否定せずに最後まで話を聞いてくれる	.82	-.16	.03
11 理解出来るまで丁寧に指導してくれる	.78	-.09	.00
23 どんなときでも真剣に話を聞いてくれる	.77	-.04	.05
25 他愛もない話をしてくれる	.68	-.03	-.01
26 嬉しいことがあったとき自分のことのように喜んでくれる	.66	.00	.14
17 長所と短所をふまえた的確なアドバイスをしてくれる	.66	.13	-.12
20 普段と様子が違うときに気付いてくれる	.62	.08	.08
19 自分の良いところを教えてくれて「これからも大切にしてくれ」と言われる	.61	-.06	.24
10 意見を一方的に押し付けるのではなく「どうしたい」と聞いてくれる	.60	.14	-.10
16 「最近どう」と気にかけてくれる	.56	.27	-.02
9 「お疲れさま」と声をかけられる	.55	.27	-.06
第2因子：期待・励ましのほめ($\alpha = .86$)			
8 「○○さんなら大丈夫だと思っているよ」と言われる	-.09	.73	.16
13 「○○さんならできるよ」と言われる	.12	.65	.07
7 みんなの前で「○○さんを見習いましょう」と言われる	-.20	.65	.30
15 「こんな人になってほしいな」という思いを伝えてくれる	.16	.63	-.13
21 「この経験はいつか自分の役に立つよ」と言われる	.34	.61	-.23
22 物事がうまくいったとき「さすが○○さん」と言われる	-.04	.60	.26
第3因子：賞賛のほめ($\alpha = .82$)			
3 自分の発表について「すごく良かったね」と個別に声をかけられる	.12	-.20	.81
1 みんなの前で「とても上手だね」と言われる	-.05	.12	.69
4 「みんなのお手本にしている」と聞かれる	-.19	.23	.66
24 「とても上手だね」と個別に声をかけられる	.26	.03	.56
5 「頑張っているね」と声をかけられる	.28	.10	.40
因子間相関	F1	—	.61
	F2		—
	F3		—

第2因子は、「『○○さんなら大丈夫だと思っているよ』と言われる」、「『○○さんならできるよ』と言われる」、「みんなの前で『○○さんを見習いましょう』と言われる」などの6項目からなっており、これらは教師から生徒に対する期待を示すようなかかわりであるとともに、生徒を励ますようなかかわりでもあると判断し、「期待・励ましのほめ」と命名した。

第3因子は、「自分の発表について『すごく良かったね』と個別に声をかけられる」、「みんなの前で『とても上手だね』と言われる」、「『みんなのお手本にしている』と聞かれる」などの5項目からなっており、教師が生徒に対して賞賛を与えるかかわりであると判断し、「賞賛のほめ」と命名した。

信頼性の検討 Cronbachの α 係数を算出した結果、第1因子「受容・尊重・労いのほめ」は $\alpha=.91$ 、第2因子「期待・励ましのほめ」は $\alpha=.86$ 、第3因子「賞賛のほめ」は $\alpha=.82$ であった。また、22項目全体の α 係数は、 $\alpha=.93$ であった。以上により、本尺度の十分な信頼性が確認された。

構成概念妥当性の検討 「教師からの『ほめ』に対するうれしさ尺度」において、各下位尺度間の相関係数を算出した(表2)。その結果、各下位尺度間に中程度の有意な相関が見られた。以上により、本尺度の構成概念妥当性は示された。

併存的妥当性の検討 「教師からの『ほめ』に対するうれしさ尺度」の各下位尺度と「賞賛獲得欲求」、「情緒的依存欲求」、および「注意」との相関係数を算出した(表3)。その結果、「期待・励ましのほめ」と「賞賛獲得欲求」、「賞賛のほめ」と「賞賛獲得欲求」の間に中程度の有意な相関がみられた。また、「賞賛のほめ」と「情緒的依存欲求」の間に中程度の有意な相関がみられた。以上により、本尺度の併存的妥当性は概ね示された。

表2 各下位尺度間相関

	受容・尊重・労いのほめ	期待・励ましのほめ	賞賛のほめ
受容・尊重・労いのほめ		.61**	.53**
期待・励ましのほめ			.63**
賞賛のほめ			

** $P < .01$. * $P < .05$

表3 教師からの「ほめ」に対する反応尺度と各下位尺度間相関

	賞賛獲得欲求	情緒的依存欲求	注意
受容・尊重・労いのほめ	.24**	.33**	.23**
期待・励ましのほめ	.40**	.37**	.17**
賞賛のほめ	.44**	.40**	.19**

** $P < .01$. * $P < .05$

考察

研究Ⅰでは、教師が子どもの存在や行動を肯定する、受容的かかわり全般を「ほめ」と定義し、「ほめ」を受けた子どもの感じ方を測定する尺度を作成することを目的とした。

はじめに、大学生・大学院生を対象に、これまでの教師のかかわりで印象に残っているものを自由記述で回答してもらい、項目の収集を行った。その後、臨床心理学を専攻する大学院生と学校心理学の専門家により、KJ法を用いて類似した項目をまとめた。次に、先行研究を参照し必要であると判断した8項目を加え、最終的に心理支援の専門家3名による判定作業を行い、項目を選定した。この4つの過程を経たことで、社会的自尊感情と基本的自尊感情をバランスよく育むという観点から、教師の「ほめ」を包括的に捉えた項目を得ることができたと考える。

さらに、収集された項目をもとに、「教師からの『ほめ』に対するうれしさ尺度」の作成を行った。その結果、「受容・尊重・労いのほめ(11項目)」、「期待・励ましのほめ(6項目)」、「賞賛のほめ(5項目)」が抽出され、全22項目からなる「教師からの『ほめ』に対するうれしさ尺度」が作成された。「受容・尊重・労いのほめ」は、「否定せずに最後まで話を聞いてくれる」、「意見を一方的に押し付けるのではなく『どうしたい』と聞いてくれる」、「『お疲れさま』と声をかけられる」といった項目が含まれている。これらは、他者との比較や優劣など、外的基準に基づく評価的なかかわりではなく、無条件的に子どもの存在を肯定するかかわりであると考えられる。一方、「期待・励ましのほめ」は、「『○○さんなら大丈夫だと思っているよ』と言われる」、「『○○さんならできるよ』と言われる」といった項目が含まれており、「賞賛のほめ」は、「自分の発表について『すごく良かったね』と個別に声をかけられる」、「みんなの前で『とても上手だね』と言われる」といった項目が含まれている。これらは、子どもに対して社会的な評価を与えるかかわりであり、外的基準に基づく条件的なかかわりであると考えられる。

なお、尺度の信頼性と妥当性を検討した結果、「教師からの『ほめ』に対するうれしさ尺度」は、十分な信頼性とある程度の妥当性を有していることが確認された。

よって、この「教師からの『ほめ』に対するうれしさ尺度」は、教師が子どもに対して行う「ほめ」を包括的に捉え、明らかにしたものと言える。今後、この尺度は、教師が子どもに対して行う様々な「ほめ」について、その「ほめ」を受けた子どもの反応を測定する道具として利用できると考える。

研究Ⅱ

目的

社会的自尊感情および基本的自尊感情と、研究Ⅰで作成した「教師からの『ほめ』に対するうれしさ尺度」との関連を検討する。

仮説

仮説 1 社会的自尊感情が高い人は、社会的な評価を得ることによってその自尊感情を維持しているため、外的基準に基づく評価である「期待・励ましのほめ」と「賞賛のほめ」に対して、社会的自尊感情が低い人よりもうれしいと感じる。

仮説 2 基本的自尊感情が低い人は、自己受容ができていないため、すべての「ほめ」において、基本的自尊感情が高い人よりもうれしいと感じにくい。

方法

調査協力者 大学生・大学院生 459名（男性 198名，女性 259名，不明 2名；平均年齢 21.63歳；標準偏差 2.25）

材料 フェイスシート項目は、性別，年齢，学年であった。

自尊感情については、「社会的・基本的自尊感情尺度（SOBA-SET：Social Basic Self-Esteem TEST）（近藤，2010）」（全 18項目，4件法）を使用した。

教師からの「ほめ」に対するうれしさについては、研究 I において作成した「教師からの「ほめ」に対するうれしさ尺度」（全 22項目，5件法）を使用した。

倫理的配慮 本調査は、信州大学教育学部研究委員会の審査を通過している（管理番号：20-18）。

手続き Google フォームを用いて質問項目を公開し、縁故法によって調査を依頼した。書面にて研究の趣旨を説明し、同意した場合に回答を求めた。

調査時期 本調査は、2020年 11月～12月に行われた。

結果

本研究で用いた尺度の記述統計 「社会的・基本的自尊感情尺度（SOBA-SET：Social Basic Self-Esteem TEST）」、「教師からの『ほめ』に対するうれしさ尺度」の記述統計を以下の表 4 に示す。得点を各下位尺度の尺度得点とし、教師からの「ほめ」に対する反応尺度は、各下位尺度における平均値を各下位尺度の尺度得点とした。

表 4 社会的・基本的自尊感情尺度，教師からの「ほめ」に対するうれしさ尺度の各下位尺度得点の平均値，標準偏差，最小値，最大値

	平均値	標準偏差	最小値	最大値
自尊感情	30.94	5.15	15.00	48.00
社会的自尊感情	15.07	3.14	6.00	24.00
基本的自尊感情	15.87	2.83	6.00	24.00
虚偽項目	20.29	2.04	14.00	24.00
受容・尊重・労いのほめ	2.46	0.78	0.00	4.00
期待・励ましのほめ	1.67	0.93	0.00	4.00
賞賛のほめ	2.73	0.79	0.00	4.00

なお、社会的・基本的自尊感情尺度は、近藤(2010)を参考に、各下位尺度における合計社会的自尊感情と教師からの「ほめ」に対するうれしさとの関連 社会的自尊感情と教師からの「ほめ」に対するうれしさとの関連を検討するために、はじめに社会的自尊感情の尺度得点によって群分けを行った。平均値 15.07 を基準に 2 群に分け、16 点以上を「社会的自尊感情高群」、15 点以下を「社会的自尊感情低群」とした。以下の表 5 に、各群における社会的・基本的自尊感情尺度の各下位尺度得点の記述統計を示す。

表 5 社会的自尊感情各群における社会的・基本的自尊感情尺度の各下位尺度得点の平均値, 標準偏差, 最小値, 最大値

	度数		平均値	標準偏差	最小値	最大値
高群	211	自尊感情	34.62	3.73	26.00	48.00
		社会的自尊感情	17.71	1.78	16.00	24.00
		基本的自尊感情	16.91	2.70	8.00	24.00
		虚偽項目	20.58	1.84	15.00	24.00
低群	248	自尊感情	27.82	4.01	15.00	37.00
		社会的自尊感情	12.83	2.13	6.00	15.00
		基本的自尊感情	14.99	2.64	6.00	22.00
		虚偽項目	20.04	2.16	14.00	24.00

群分けの妥当性を検討するために、社会的自尊感情各群を独立変数、社会的自尊感情を従属変数としてデータに対応のない t 検定を行った ($\alpha = 0.05$, 片側検定)。その結果、高群と低群における社会的自尊感情の平均値の差は有意であった ($t(456) = 26.68, p < .001, d = 2.46$)。よって、社会的自尊感情の高さによる群分けは、十分な妥当性をもって行われたと言える。

次に、教師からの「ほめ」に対するうれしさについて、社会的自尊感情高群・低群間およびほめの種類間に差があるかどうか検討するために、群 (高群, 低群) \times ほめ (受容・尊重・労いのほめ, 期待・励ましのほめ, 賞賛のほめ) の 2 要因混合計画による分散分析を行った。以下の表 6 に、社会的自尊感情各群における教師からの「ほめ」に対するうれしさ尺度の各下位尺度得点の記述統計を示す。

分散分析の結果、群の主効果は有意であり ($F(1, 457) = 16.22, MSE = 1.48, p < .001, \text{partial } \eta^2 = .03$)、ほめ的主効果も有意であった ($F(2, 914) = 488.76, MSE = 0.28, p < .001, \text{partial } \eta^2 = .52$)。ただし、交互作用が有意であったため ($F(2, 914) = 14.80, MSE = 0.28, p < .001, \text{partial } \eta^2 = .03$)、単純主効果の検定を行った。

検定の結果、群の単純主効果は、「期待・励ましのほめ」 ($F(1, 457) = 29.28, MSE = 0.82,$

$p < .001$, $\text{partial } \eta^2 = .06$) と「賞賛のほめ」($F(1, 457) = 12.60$, $MSE = 0.61$, $p < .001$, $\text{partial } \eta^2 = .03$) において有意であり, 「受容・尊重・労いのほめ」においては有意ではなかった ($F(1, 457) = 1.10$, $MSE = 0.61$, $p = .294$, $\text{partial } \eta^2 = .00$)。

表6 社会的自尊感情各群における教師からの「ほめ」に対するうれしさ尺度の各下位尺度得点の平均値, 標準偏差, 最小値, 最大値

		平均値	標準偏差	最小値	最大値
受容・尊重・労いのほめ	高群	2.51	0.79	0.00	4.00
	低群	2.43	0.77	0.27	4.00
期待・励ましのほめ	高群	1.92	0.89	0.00	4.00
	低群	1.46	0.91	0.00	4.00
賞賛のほめ	高群	2.87	0.74	0.00	4.00
	低群	2.61	0.82	0.00	4.00

ほめの単純主効果は, 高群においても ($F(2, 456) = 178.24$, $p < .001$, $\text{partial } \eta^2 = .44$), 低群においても ($F(2, 456) = 346.93$, $p < .001$, $\text{partial } \eta^2 = .60$) 有意であった。

Bonferroni 法を用いた多重比較の結果, 高群では, 「賞賛のほめ」と「受容・尊重・労いのほめ」($p < .001$, $d = 0.47$), 「賞賛のほめ」と「期待・励ましのほめ」($p < .001$, $d = 1.16$), 「受容・尊重・労いのほめ」と「期待・励ましのほめ」($p < .001$, $d = 0.70$) の差がそれぞれ 1%水準で有意であった。低群においても, 「賞賛のほめ」と「受容・尊重・労いのほめ」($p < .001$, $d = 0.23$), 「賞賛のほめ」と「期待・励ましのほめ」($p < .001$, $d = 1.33$), 「受容・尊重・労いのほめ」と「期待・励ましのほめ」($p < .001$, $d = 1.15$) の差がそれぞれ 1%水準で有意であった。

基本的自尊感情と教師からの「ほめ」に対するうれしさとの関連 基本的自尊感情と教師からの「ほめ」に対するうれしさとの関連を検討するために, はじめに基本的自尊感情の尺度得点によって群分けを行った。平均値 15.87 を基準に 2 群に分け, 16 点以上を「基本的自尊感情高群」, 15 点以下を「基本的自尊感情低群」とした。以下の表 7 に, 各群における社会的・基本的自尊感情尺度の各下位尺度得点の記述統計を示す。

群分けの妥当性を検討するために, 基本的自尊感情各群を独立変数, 基本的自尊感情を従属変数として, データに対応のない t 検定を行った ($\alpha = 0.05$, 片側検定)。 t 検定の結果, 高群と低群の間で, 基本的自尊感情の平均値の差が有意であった ($t(394) = 25.04$, $p < .001$, $d = 2.40$)。よって, 基本的自尊感情の高さによる群分けは, 十分な妥当性をもって行われたと言える。

表7 基本的自尊感情各群における社会的・基本的自尊感情尺度の各下位尺度得点の平均値, 標準偏差, 最小値, 最大値

	度数		平均値	標準偏差	最小値	最大値
高群	262	自尊感情	33.71	4.01	24.00	48.00
		社会的自尊感情	15.96	2.95	7.00	24.00
		基本的自尊感情	17.75	1.73	16.00	24.00
		虚偽項目	20.74	1.85	15.00	24.00
低群	197	自尊感情	27.26	4.10	15.00	35.00
		社会的自尊感情	13.89	3.00	6.00	21.00
		基本的自尊感情	13.37	1.94	6.00	15.00
		虚偽項目	19.68	2.12	14.00	24.00

次に, 教師からの「ほめ」に対するうれしさについて, 基本的自尊感情高群・低群間およびほめの種類間に差があるかどうか検討するために, 群(高群, 低群)×ほめ(受容・尊重・労いのほめ, 期待・励ましのほめ, 賞賛のほめ)の2要因混合計画による分散分析を行った。以下の表8に, 基本的自尊感情各群における教師からの「ほめ」に対するうれしさ尺度の各下位尺度得点の記述統計を示す。

表8 基本的自尊感情各群における教師からの「ほめ」に対するうれしさ尺度の各下位尺度得点の平均値, 標準偏差, 最小値, 最大値

		平均値	標準偏差	最小値	最大値
受容・尊重・労いのほめ	高群	2.55	0.77	0.27	4.00
	低群	2.35	0.79	0.00	4.00
期待・励ましのほめ	高群	1.80	0.93	0.00	4.00
	低群	1.50	0.91	0.00	4.00
賞賛のほめ	高群	2.81	0.74	0.20	4.00
	低群	2.64	0.86	0.00	4.00

分散分析の結果, 交互作用は有意でなかった ($F(2, 914) = 1.93, MSE = 0.29, p = .146, \text{partial } \eta^2 = .00$)。なお, 群の主効果は有意であり ($F(1, 457) = 10.88, MSE = 1.50, p = .001, \text{partial } \eta^2 = .02$), ほめ的主効果も有意であった ($F(2, 914) = 487.20, MSE = 0.29, p < .001, \text{partial } \eta^2 = .52$)。

Bonferroni法を用いた多重比較の結果, 「賞賛のほめ」と「受容・尊重・労いのほめ」($p < .001, d = 0.34$), 「賞賛のほめ」と「期待・励ましのほめ」($p < .001, d = 1.23$), 「受容・

尊重・労いのほめ」と「期待・励ましのほめ」($p < .001, d = 0.92$)の差がそれぞれ1%水準で有意であった。

自尊感情のバランスと教師からの「ほめ」に対するうれしさとの関連 社会的自尊感情と基本的自尊感情のどのようなバランスと教師からの「ほめ」に対するうれしさが関連するのかを検討するために、はじめに社会的・基本的自尊感情尺度を用いて、Ward法によるクラスタ分析を行った。その結果、解釈可能な4つのクラスタを得た。第1クラスタには116名、第2クラスタには114名、第3クラスタには113名、第4クラスタには116名の調査対象者が含まれていた。なお、人数の偏りを検討するために χ^2 検定を行ったところ、各クラスタにおける人数の偏りは有意でなかった($\chi^2 = 0.06, df = 3, p = .996$)。

各クラスタの特徴を検討するために、得られた4つのクラスタを独立変数、「社会的自尊感情」、「基本的自尊感情」を従属変数として1要因分散分析を行った。以下の表9に、各クラスタにおける「社会的自尊感情」、「基本的自尊感情」の記述統計を示す。

表9 各クラスタにおける社会的自尊感情・基本的自尊感情の平均値、標準偏差、最小値、最大値

	度数		平均値	標準偏差	最小値	最大値
クラスタ1 (Sb群)	116	社会的自尊感情	16.20	1.48	14.00	20.00
		基本的自尊感情	14.17	1.52	8.00	16.00
クラスタ2 (sB群)	114	社会的自尊感情	14.63	1.02	13.00	16.00
		基本的自尊感情	17.04	1.07	16.00	20.00
クラスタ3 (SB群)	113	社会的自尊感情	18.45	1.98	15.00	24.00
		基本的自尊感情	18.77	1.95	14.00	24.00
クラスタ4 (sb群)	116	社会的自尊感情	11.08	1.83	6.00	14.00
		基本的自尊感情	13.60	2.66	6.00	19.00

分散分析の結果、クラスタごとの「社会的自尊感情」、「基本的自尊感情」の尺度得点の平均値の差は有意であった(「社会的自尊感情」: $F(3,455) = 419.37, MSE = 2.63, p < .001, \eta^2 = .73$, 「基本的自尊感情」: $F(3,455) = 189.00, MSE = 3.59, p < .001, \eta^2 = .56$)。

「社会的自尊感情」、「基本的自尊感情」ともにクラスタごとの分散が等質であるとは言えなかったため、Games-Howellの方法により多重比較を行った。多重比較の結果、「社会的自尊感情」において、クラスタ3とクラスタ1($p < .001, d = 1.29$)、クラスタ3とクラスタ2($p < .001, d = 2.43$)、クラスタ3とクラスタ4($p < .001, d = 3.87$)、クラスタ1とクラスタ2($p < .001, d = 1.23$)、クラスタ1とクラスタ4($p < .001, d = 3.08$)、クラスタ2とクラスタ4($p < .001, d = 2.39$)のすべてのクラスタ間の平均値の差が有意であった

(クラスタ 3>クラスタ 1>クラスタ 2>クラスタ 4)。「基本的自尊感情」においては、クラスタ 3 とクラスタ 2 ($p<.001, d=1.10$), クラスタ 3 とクラスタ 1 ($p<.001, d=2.64$), クラスタ 3 とクラスタ 4 ($p<.001, d=2.21$), クラスタ 2 とクラスタ 1 ($p<.001, d=2.18$), クラスタ 2 とクラスタ 4 ($p<.001, d=1.69$) の間では平均値の差が有意であったが、クラスタ 1 とクラスタ 4 ($p=.192, d=0.26$) の間では平均値の差は有意でなかった(クラスタ 3>クラスタ 2>クラスタ 1, クラスタ 4)。

クラスタ 1 は、社会的自尊感情の尺度得点が平均値より高く、基本的自尊感情の尺度得点が平均値より低かったため、近藤(2007)を参考に「Sb 群」と命名した。なお、これ以降の命名もすべて近藤(2007)に倣って行った。クラスタ 2 は、社会的自尊感情の尺度得点が平均値より低く、基本的自尊感情の尺度得点が平均値より高かったため「sB 群」と命名した。クラスタ 3 は、社会的自尊感情、基本的自尊感情ともに尺度得点が平均値より高かったため「SB 群」と命名した。クラスタ 4 は、社会的自尊感情、基本的自尊感情ともに尺度得点が平均値より低かったため「sb 群」と命名した。

次に、教師からの「ほめ」に対するうれしさについて、社会的自尊感情と基本的自尊感情のバランス 4 群間およびほめの種類間に差があるかどうか検討するために、群 (Sb 群, sB 群, SB 群, sb 群) ×ほめ (受容・尊重・労いのほめ, 期待・励ましのほめ, 賞賛のほめ) の 2 要因混合計画による分散分析を行った。以下の表 10 に、社会的自尊感情と基本的自尊感情のバランス各群における教師からの「ほめ」に対するうれしさ尺度の各下位尺度得点の記述統計を示す。

分散分析の結果、群の主効果は有意で ($F(3, 455) = 4.96, MSE = 1.49, p = .002, \text{partial } \eta^2 = .03$), 「ほめ」の主効果も有意であった ($F(2, 910) = 493.37, MSE = 0.28, p < .001, \text{partial } \eta^2 = .52$)。ただし、交互作用が有意であったため ($F(6, 910) = 3.15, MSE = 0.28, p = .005, \text{partial } \eta^2 = .02$), 単純主効果の検定を行った。

検定の結果、群の単純主効果は、「期待・励ましのほめ」 ($F(3, 455) = 7.77, MSE = 0.83, p < .001, \text{partial } \eta^2 = .05$) と「賞賛のほめ」 ($F(3, 455) = 3.41, MSE = 0.62, p = .017, \text{partial } \eta^2 = .02$) において有意であったが、「受容・尊重・労いのほめ」においては有意ではなかった ($F(3, 455) = 1.05, MSE = 0.61, p = .372, \text{partial } \eta^2 = .00$)。

Bonferroni 法を用いた多重比較の結果、「期待・励ましのほめ」では、SB 群と sb 群 ($p < .001, d = 0.59$), Sb 群と sb 群 ($p = .003, d = 0.49$) の差が 1%水準で有意であり、sB 群と sb 群 ($p = .011, d = 0.41$) の差が 5%水準で有意であった。「賞賛のほめ」においては、SB 群と sb 群 ($p = .017, d = 0.38$) の差が 5%水準で有意であり、Sb 群と sb 群 ($p = .087, d = 0.32$) の差が有意傾向であった。

「ほめ」の単純主効果は、Sb 群 ($F(2, 454) = 117.56, p < .001, \text{partial } \eta^2 = .34$), sB 群 ($F(2, 454) = 120.05, p < .001, \text{partial } \eta^2 = .35$), SB 群 ($F(2, 454) = 98.46, p < .001, \text{partial } \eta^2 = .30$), および sb 群 ($F(2, 454) = 176.24, p < .001, \text{partial } \eta^2 = .44$) のすべ

てにおいて有意であった。

表 10 バランス各群における教師からの「ほめ」に対するうれしさ尺度の各下位尺度得点の平均値, 標準偏差, 最小値, 最大値

		平均値	標準偏差	最小値	最大値
受容・尊重・労いのほめ	Sb 群	2.47	0.79	0.00	3.91
	sB 群	2.52	0.76	1.00	4.00
	SB 群	2.51	0.78	0.27	4.00
	sb 群	2.36	0.80	0.27	4.00
期待・励ましのほめ	Sb 群	1.76	0.84	0.00	3.83
	sB 群	1.71	0.91	0.00	3.83
	SB 群	1.88	0.95	0.00	4.00
	sb 群	1.33	0.93	0.00	4.00
賞賛のほめ	Sb 群	2.80	0.75	0.00	4.00
	sB 群	2.74	0.72	0.40	4.00
	SB 群	2.86	0.79	0.20	4.00
	sb 群	2.54	0.88	0.00	4.00

Bonferroni 法を用いた多重比較の結果, Sb 群においては, 「賞賛のほめ」と「受容・尊重・労いのほめ」($p < .001, d = 0.43$), 「賞賛のほめ」と「期待・励ましのほめ」($p < .001, d = 1.31$), 「受容・尊重・労いのほめ」と「期待・励ましのほめ」($p < .001, d = 0.87$) の差がそれぞれ 1%水準で有意であった。sB 群においては, 「賞賛のほめ」と「受容・尊重・労いのほめ」($p = .007, d = 0.30$), 「賞賛のほめ」と「期待・励ましのほめ」($p < .001, d = 1.26$), 「受容・尊重・労いのほめ」と「期待・励ましのほめ」($p < .001, d = 0.97$) の差がそれぞれ 1%水準で有意であった。SB 群においては「賞賛のほめ」と「受容・尊重・労いのほめ」($p < .001, d = 0.45$), 「賞賛のほめ」と「期待・励ましのほめ」($p < .001, d = 1.12$), 「受容・尊重・労いのほめ」と「期待・励ましのほめ」($p < .001, d = 0.73$) の差がそれぞれ 1%水準で有意であった。sb 群においては, 「賞賛のほめ」と「受容・尊重・労いのほめ」($p = .024, d = 0.21$) の差が 5%水準で有意であり, 「賞賛のほめ」と「期待・励ましのほめ」($p < .001, d = 1.34$), 「受容・尊重・労いのほめ」と「期待・励ましのほめ」($p < .001, d = 1.19$) の差がそれぞれ 1%水準で有意であった。

考察

社会的自尊感情と教師からの「ほめ」に対するうれしさとの関連 本研究の結果から, 「期待・励ましのほめ」と「賞賛のほめ」において, 社会的自尊感情が高い人の方が低い

人よりも、それを受けたときによりうれしいと感じることが明らかになった。これは、仮説1を支持する結果である。

社会的自尊感情は、他者との比較や優劣に基づいて、「〇〇ができる自分は優れている」という感覚に支えられている感情である。そして、それらは何かを達成したり、社会的に良い評価を与えられたりすることによって高まる。そのため、社会的自尊感情が高い人は、その自尊感情を外的な基準に基づく肯定的な評価を受けることによって維持していると言える。「期待・励ましのほめ」は、「『〇〇さんなら大丈夫だと思っているよ』と言われる」、「『〇〇さんならできるよ』と言われる」といった項目からなり、「賞賛のほめ」は、「自分の発表について『すごく良かったね』と個別に声をかけられる」、「みんなの前で『とても上手だね』と言われる」といった項目からなる。これら2つの「ほめ」は、子どもに対して、外的な基準に基づいた肯定的な評価を与えるかかわりである。人が自尊感情を維持、高揚させようとするのは自明のことであり(八木, 1994)、社会的自尊感情が高い人は、自らの自尊感情を維持するために、「期待・励ましのほめ」や「賞賛のほめ」を受けることへの欲求が高いと考えられる。そのため、社会的自尊感情が高い人は低い人よりも、それらの「ほめ」に対して敏感に反応しやすく、より“うれしい”と感じると推察される。

なお、高崎(2013)は、個人の「ほめ」に対する態度は、その個人が「ほめ」に対してどのようなスキーマや態度を持っているかをふまえて検討することの必要性を指摘している。そして、ほめられたときの反応という現在の枠組みを超えて、過去の文脈まで考慮する必要があると述べている。それらの観点から考察すると、社会的自尊感情の高さによる「期待・励ましのほめ」や「賞賛のほめ」に対する反応の差には、これまでの経験の差が影響している可能性も考えられる。前述の通り、社会的自尊感情は、他者との比較や優劣に基づいて、「〇〇ができる自分は優れている」という感覚に支えられている感情である。近藤(2010)によれば、子どものそれは、役割や出番を与えて成功体験を積み重ねることや、少しでも良い結果が出たときに賞賛を与えたり、評価したりすることで高まる。また、数々の先行研究において、ほめられた経験が多いほど自尊感情が高いということも明らかになっている(例えば、井上, 2015; 古市・柴田, 2013)。これらをふまえると、社会的自尊感情が高い人は、賞賛をはじめとする肯定的な評価を多く与えられ、その自尊感情が育まれてきたと考えられる。そして、自らの社会的自尊感情を維持するために、同様のかかわりをさらに求めると考えられる。一方、社会的自尊感情が低い人は、賞賛をはじめとする肯定的な評価を多くは得てこなかったために、それを受けることに慣れておらず、素直に受け取ることができないという可能性が考えられる。なお、これらの考察は推測の域を出ないが、両者の過去の経験の差は考慮すべき要因の一つであろう。

また、社会的自尊感情が高い人と低い人では、自身が認知する能力の高さに違いがあると考えられ、それらの認知が「期待・励ましのほめ」や「賞賛のほめ」を受けたときのうれしさの程度に影響している可能性もある。「期待・励ましのほめ」には、「『〇〇さんなら大

丈夫だと思っているよ』と言われる」,「『○○さんならできるよ』と言われる」といった子どもの能力に対する教師の信頼や期待を示すような項目が含まれている。これらのかかわりを受けたとき,社会的自尊感情が高い子どもは,教師が子どもに期待する能力と,子どもが認知している自身の能力にあまり差がなく,教師の期待をそのまま受け取ると考えられる。一方,社会的自尊感情が低い子どもは,子ども自身が認知する能力が低いために,教師に求められる能力との間に大きな差があると考えられる。そのため,教師から「○○さんならできるよ」と言われても,それは自己評価と一致しないために素直に受け取ることができず,あまり肯定的な感情が生じないと考えられる。また,「賞賛のほめ」は,「自分の発表について『すごく良かったね』と個別に声をかけられる」,「みんなの前で『とても上手だね』と言われる」,「『みんなのお手本にしている』と聞かれる」といった項目からなる下位尺度である。これらも「期待・励ましのほめ」と同様に,子どもが自らの出来を肯定的に捉えていれば,それに一致する教師の評価を喜ぶが,子どもが自らを低く評価している場合,教師からの評価は自己評価と一致しない。金野他(2019)は,教師が子どもに対して行う効果的な「ほめ」について,「子どもの自覚と教師の評価を一致させてほめること」だと述べている。社会的自尊感情が低い子どもにとって,子ども自身が認知する能力とかけ離れた,教師からの期待や励まし,賞賛はあまり効果がなく,“うれしい”という感情が生じにくいと考えられる。

また,本研究の結果から,「受容・尊重・労いのほめ」においては,社会的自尊感情が高い人と低い人で,うれしさの程度に差がみられないということが明らかになった。「受容・尊重・労いのほめ」は,「否定せずに最後まで話を聞いてくれる」,「他愛もない話をしてくれる」,「普段と様子が違うときに気付いてくれる」,「『最近どう』と気にかけてくれる」といった項目からなる下位尺度である。これらのかかわりは,他者との比較や優劣に基づくものでも,何かできたことに対する評価でもない,一対一で個を尊重する無条件的なかかわりである。そのため,外的な基準に基づく評価によって支えられている社会的自尊感情とは関連がみられなかったと考えられる。

基本的自尊感情と教師からの「ほめ」に対するうれしさとの関連 本研究の結果から,基本的自尊感情が低い人の方が高い人よりも,教師からの「ほめ」を受けたときに,うれしいと感じにくいことが明らかになった。これは,仮説2を支持する結果である。

基本的自尊感情が高い人と低い人では,自己受容の程度に差があり,その差が教師からの「ほめ」を受けたときのうれしさの程度に影響していると考えられる。基本的自尊感情は,ありのままの自分を受容する感覚であり,無条件に自らの存在を認める感情である。そのため,基本的自尊感情が高い人は自己受容ができている一方,基本的自尊感情が低い人は自己受容が十分にはできていないと言える。木下(2012)は,大学生を対象とした調査において,自己を受容することが他者からも受容されているという認識につながることを明らかにしている。また,高井(2000)は,ありのままの自己をよく受容できている場合,

他者からの受容感を経験していることを明らかにしている。これらをふまえると、基本的自尊感情が高い子どもは、自己受容ができているために、教師からも受容されているという感覚が得られることが推察される。そして、その感覚が基盤となり、「受容・尊重・労いほめ」をはじめとするすべての「ほめ」に対して、肯定的な感覚を得ることができると考えられる。

また、基本的自尊感情が低い人が高い人よりも、教師からの「ほめ」を受けたときにうれしいと感じにくいことの背景には、“うれしい”というポジティブな感情だけではなく、他の様々な感情を経験しているという可能性が考えられる。「ほめ」は一般的に肯定的な感情を生じさせるが、個人や状況によっては、ネガティブな感情やアンビバレントな感情が生じることもある(青木, 2009)。基本的自尊感情が低い人は、教師からの様々な「ほめ」に対して、“うれしい”というポジティブな感情を経験する一方で、“そんなはずがない”、“わたしなんか”といったネガティブな感情も同時に経験している可能性が考えられる。なお、これらの点については、今後ネガティブな感情も含めた様々な感情について測定を行うことで、明らかにすることができると思われる。

また、教師からの「ほめ」を受けたとき、その受け取り方には大きく2つのパターンがあると考えられる。1つは、教師の意図通りに「ほめ」を受け取るパターンであり、もう一つは教師の意図通りに「ほめ」を受け取らないパターンである。遠藤・阪東(2006)は、自尊感情が低い人は、他者からのメッセージに解釈の余地があるあいまいな状況の場合、自分の思いと主観的現実が下方に激しくズレないようにするために、あらかじめ情報を拒絶よりも解釈する可能性があるとして述べている。これをふまえると、基本的自尊感情が高い子どもは、教師からの「ほめ」を教師の意図通り肯定的に解釈するのに対し、基本的自尊感情が低い子どもは、教師からの「ほめ」を教師の意図通りに解釈しないという可能性が考えられる。例えば、「受容・尊重・労いのほめ」に含まれる、『最近どう?』と気にかけてくれる」といったかかわりを受けたとき、基本的自尊感情が低い子どもは、教師が気にかけてくれるということに対して、教師にその意図がなくとも、「自分がダメだから心配されているのではないだろうか」という解釈をする可能性があるということである。

なお、前述の通り、ほめられたときの反応を検討するためには、個人の過去の文脈を考慮する必要がある(高崎, 2013)。基本的自尊感情は、生まれて間もない頃に出会う信頼する大人から育てられる中で、「自分はこの世に生まれてよかった」、「自分は愛されている」という安心感が生じることにより育まれていく(鹿児島県教育委員会, 2020)。それを育むためには、成長していく中で出会う“無条件の愛”, いかなる理由があってもいけないものはいけないという“無条件の禁止”, 一緒に泣いたり笑ったりするような体験と感情の“共有体験”, 信頼する大人とのかかわりの中で、身体全体で感じ取る“他者や社会への信頼”などを経験することが大切である(鹿児島県教育委員会, 2020)。基本的自尊感情が高い人は、このような経験を幼少期から多く積み重ねてきている一方、基本的自尊感情が低い人は、こ

のような経験が不足してきているという可能性がある。そのため、人から受け入れられることや肯定的なかかわりを受けることに慣れておらず、素直に受け取ることができないという可能性も考えられる。

また、本研究の結果から、ほめの種類について、「賞賛のほめ」に対して最もうれしいと感じること、および「期待・励ましのほめ」に対してはうれしいと感じにくいことが明らかになった。「賞賛のほめ」に対して最もうれしいと感じることについて、これは学校現場において「賞賛のほめ」が多く用いられている要因の1つであると考えられる。「賞賛のほめ」は、それを受けたときに子どもがうれしいと感じやすく、うれしいと感じている反応がわかりやすいからこそ、教師もさらに「賞賛のほめ」を使うという現状があるのではないだろうか。また、「期待・励ましのほめ」は、『〇〇さんなら大丈夫だと思っているよ』と言われる、『〇〇さんならできるよ』と言われる』といったかかわりである。教師はこれらのかかわりを、子どもを勇気づけるために良かれと思っで行うが、このようなかかわりが子どもにとっては負担になっているという可能性がある。教師からの期待や励ましは、子どものその時点での姿を受容するかかわりではなく、ある一定水準の姿を求めるかかわりである。その期待を裏切ってはいけないというプレッシャーや、求められる中で頑張らなくてはならないということが、子どもにとって負担になることは想像に難くない。

社会的自尊感情・基本的自尊感情のバランスと教師からの「ほめ」に対するうれしさとの関連 本研究の結果から、「期待・励ましのほめ」において、社会的自尊感情と基本的自尊感情が両方とも育まれている SB 群、社会的自尊感情が高く基本的自尊感情が低い Sb 群、および社会的自尊感情が低く基本的自尊感情が高い sB 群の方が、両方とも育まれていない sb 群よりもうれしいと感じることが明らかになった。また、「賞賛のほめ」においては、社会的自尊感情と基本的自尊感情が両方とも育まれている SB 群の方が、両方とも育まれていない sb 群よりもうれしいと感じること、および社会的自尊感情が高く基本的自尊感情が低い Sb 群の方が、両方とも育まれていない sb 群よりもうれしいと感じる傾向があることが明らかになった。

これらの結果について、両方とも低い sb タイプの人が、他のタイプの人よりも、「期待・励ましのほめ」や「賞賛のほめ」に対してうれしいと感じにくいことには、これまで述べてきたような背景があると考えられる。社会的な側面において認められてこなかっただけでなく、根底の部分で自己受容ができていない sb タイプの子どもは、教師からの「ほめ」を受けたときに単に“うれしい”という感情だけを経験することはなく、他の様々な感情を経験している可能性があると考えられる。

また、よりうれしいと感じやすいタイプの背景についても注意が必要である。SB タイプや sB タイプなど、社会的自尊感情の程度にかかわらず、基本的自尊感情がしっかりと育まれているタイプは、その個人の全体的な自尊感情が、安定した基本的自尊感情に支えられている。そのため、外的な基準に基づく評価的なかかわりである「期待・励ましのほ

め」や「賞賛のほめ」に対してうれしいと感じること、それによって社会的自尊感情が育まれていくことについても大きな問題はないかもしれない。しかし、問題は社会的自尊感情のみが肥大化し、基本的自尊感情が育まれていないSbタイプについてである。Sbタイプの子どもの自尊感情は、その大部分が脆く危うい社会的自尊感情である。このタイプの子どもは、頑張ることによってほめられ続け、休むことなく努力することによって、自らの自尊感情を大きく立派なものとして維持している(近藤, 2010)。つまり、Sbタイプの子どもの自尊感情の高さは、教師からの「期待・励ましのほめ」や「賞賛のほめ」といった外的な基準に基づく肯定的な評価を得ることによって維持されていると言える。しかし、Sbタイプの自尊感情は脆く危ういだけでなく、様々な不適応的側面と関連があることも明らかになっている。石川・茅野(2018)は、Sbタイプの仮想的有能感が高いことを明らかにしている。仮想的有能感とは、「自己の直接的なポジティブ経験に関係なく他者の能力を批判的に評価、軽視する傾向に付随して生じる有能さの感覚」(速水・木野・高木, 2004)と定義され、いじめの加害・被害経験と強く関連するという指摘や(松本・山本・速水, 2009)、適切な対人関係を築く妨げになるという指摘もある(小平・青木・速水, 2008)。

Sbタイプの子どもは、自らの自尊感情を大きく立派なものとして維持するために、教師からの「期待・励ましのほめ」や「賞賛のほめ」を欲し、得られたときにはうれしいと感じると考えられる。そして、子どもがうれしいと感じるからこそ、さらに教師はそのようなかかわりを多く行うことが推察できる。しかし、こうした悪循環が、Sbタイプの子どもの生きにくさを助長している可能性もある。

社会的自尊感情は、他者との比較を想定しているため、より優位な位置へと自分を高めていこうとする意欲につながる(近藤, 2007)。学校は子どもに対して教える場であり成長を支える場であるため、そのような意欲を高めることももちろん大切である。そのため、「期待・励ましのほめ」や「賞賛のほめ」といったかかわりは、そのような意欲を高めるという目的においては非常に有用であると考えられる。しかし、一番大切なことは社会的自尊感情と基本的自尊感情をバランスよく育むことである。社会的自尊感情は、子どもにとって欠かせない感情であるものの、「期待・励ましのほめ」や「賞賛のほめ」といった外的な基準に基づく評価的なかかわりばかりになってしまうと、偏った自尊感情を形成してしまいかねないと考えられる。

総合考察

本研究のまとめ

研究Iでは、第1の目的である「教師からの『ほめ』に対するうれしさ尺度」の作成を行った。その結果、「受容・尊重・労いのほめ(11項目)」、「期待・励ましのほめ(6項目)」、「賞賛のほめ(5項目)」が抽出され、全22項目からなる「教師からの『ほめ』に対するうれしさ尺度」が作成された。

今回作成した「教師からの『ほめ』に対するうれしさ尺度」では、下位尺度として、従来「ほめ」として用いられてきた「賞賛のほめ」以外に、「受容・尊重・労いのほめ」、「期待・励ましのほめ」という2つの「ほめ」が抽出された。「受容・尊重・労いのほめ」は、外的な基準に基づく評価ではない、無条件的な「ほめ」であると考えられる。一方、「期待・励ましのほめ」は「賞賛のほめ」とともに、外的な基準に基づく評価であり、条件的な「ほめ」であると考えられる。

研究Ⅱでは、第2の目的である、社会的自尊感情および基本的自尊感情と教師からの「ほめ」に対するうれしさとの関連を明らかにするために検討を行った。

その結果、社会的自尊感情の高さによって「期待・励ましのほめ」と「賞賛のほめ」に対するうれしさの程度が異なることが明らかになった。また、基本的自尊感情の高さは、「ほめ」の種類にかかわらず、高い方がよりうれしいと感じることが明らかになった。さらに、「ほめ」の種類については、「賞賛のほめ」に対して最もうれしいと感じること、および「期待・励ましのほめ」に対してはうれしいと感じにくいことが明らかになった。

これまでも述べてきた通り、教育現場においては『ほめ』＝賞賛をいうイメージが強くあるように感じられる。そして、自尊感情や自己肯定感を育むために“ほめて育てる”ということが言われるとき、教師は子どもの良いところを探そうと必死になり、「賞賛のほめ」のような社会的な評価を与えることによって、子どもの自尊感情を育もうとする。

本研究によって、子ども自身も「賞賛のほめ」のような社会的な評価に対してうれしいと感じやすいこと、さらに、社会的自尊感情が高い人は、より社会的な評価に対して反応しやすいということが明らかになった。「賞賛のほめ」は、子どもの社会的自尊感情を育むかかわりであり、子ども自身も求めているかかわりである。しかし、そればかりになってしまうと社会的自尊感情のみが肥大化した不適応的な自尊感情を形成することにつながり、子どもたちの生きにくさを助長してしまう可能性がある。基本的自尊感情の高さは、「受容・尊重・労いのほめ」も含めたすべての「ほめ」におけるうれしさの程度と関連することに対し、社会的自尊感情の高さは、「賞賛のほめ」と「期待・励ましのほめ」においてのみ関連することからも、外的基準に基づく社会的自尊感情の特徴が表れていると言える。

なお、本研究は、「賞賛のほめ」や「期待・励ましのほめ」といった社会的な評価に基づくかかわりを否定するものではない。社会的自尊感情と基本的自尊感情をいう概念を提唱した近藤(2007)は、2つの自尊感情をバランスよく育むことが大切だとしている。「賞賛のほめ」や「期待・励ましのほめ」といったかかわりも、子どもへのかかわりとして大切なものであり、社会的自尊感情を育む上では有用である。しかし、「ほめ」の受け手である子ども一人一人に目を向けたとき、それらの「ほめ」を負担に感じる子どもがいる可能性や、そのような「ほめ」に依存してしまう子どもがいることも考慮に入れておく必要がある。松尾(2007)は、「子どもが自尊心を高めるためには、自分にとって大切な人から自分の存在が受け容れられている、愛されていると感じることができると経験が大切である」としてお

り、「ほめる、叱るいずれの行為にしてもその行為自体よりも、子どもをきちんと見て、理解し、向き合うといったことが重要であり、そういった基本を大切にする心構えが、子どもの自尊心を高める上では重要ではないか」と述べている。社会的自尊感情の土台となるのが基本的自尊感情であるように、「賞賛のほめ」や「期待・励ましのほめ」といった外的な基準に基づく評価的なかわりは、「受容・尊重・労いのほめ」といった無条件の受容、肯定的なかわりが前提にあってはじめて効果をなすかわりなのではないだろうか。

加藤・中島(2011)は、日本の子どもの自尊感情の問題は、基本的自尊感情が低いことだと述べている。本研究において、基本的自尊感情が低い人はすべての「ほめ」に対して、基本的自尊感情が高い人よりもうれしいと感じにくいことが明らかになった。教師は、「ほめ」によって子どもの自尊感情を育もうとするが、そもそも基本的自尊感情が低い場合にはそれらを肯定的に受け取りにくいということがわかった。では、基本的自尊感情が低い子どもに対しては、どのようなかわりが必要になるのだろうか。先行研究では、自己を受容することが他者からの受容感を得やすくするとともに(木下, 2012), 他者に受け入れられる体験が安心感を生み、それが自己受容につながるということも明らかになっている(山田・岡本, 2006)。これをふまえると、教師から受容されるという経験を積み重ねていくことが、子ども自身の自己受容を促進する上では重要になると言える。社会的自尊感情は、社会的に評価されることで容易に高まるが、基本的自尊感情を育むことはそれほど単純なことではない(近藤・望月・山田・田淵・田中, 2016)。その育成には、長期的なかわりが必要になる。そのような点から、教師の側も個々のかかわりの中では、実感や達成感を得にくいかもしれない。しかし、そのときにわかりやすい「賞賛のほめ」に頼ってしまうと、ありのままを受容する感覚である基本的自尊感情を育むことはできない。

効果的なほめ方を模索しても、それがそもそも賞賛に偏っている現状では、社会的自尊感情を育むことはできても基本的自尊感情を育むことはできないだろう。影響力のある他者として、教師のかかわりは必要不可欠である。現場の教師たちは、「受容・尊重・労いのほめ」のような、子ども一人一人を尊重し、無条件に大切に思うかわりを日常的に行っているはずである。これまで無意識的に行っていたかわりこそが、基本的自尊感情を育む可能性があることをふまえ、同様のかかわりを意識的に行うことにより効果が高まる可能性もある。そしてそれらは、教師の効力感にもつながると考えられる。

本研究の限界点と今後の課題

本研究における限界点、および今後の課題として、以下の3点を挙げる。

第1に、調査対象についてである。本研究は、大学生と大学院生を対象に行われたため、当時の感覚とは多少のズレがある可能性がある。また、教師からの「ほめ」に対する反応は、発達段階によって変化していく可能性もある。そのため、今後は、小中学生などを対象に発達的变化もふまえて検討を行っていく必要があると考えられる。

第2に、測定する感情の種類についてである。本研究では、“うれしさ”だけを尋ねたが

「ほめ」における感情は単一ではなく、様々な感情を同時に経験する可能性が考えられる。今後は、ポジティブな感情だけでなく、ネガティブな感情など様々な感情の測定を行うことで、教師からの「ほめ」に対する反応をより正確に検討することができると思われる。

第3に、教師との関係性についてである。鈴木・中野(2002)は、LDやADHDの子どもに対する「ほめ」について、ほめ手と受け手が信頼関係にある場合は、自尊感情を回復させ効力感を体験することにつながると述べている。本研究において、調査協力者は、過去の経験を回顧して回答したことが想定できる。しかし、回顧された教師との関係性については測定していない。そのため、今後は教師との関係性も考慮に入れて検討を行っていく必要があると考えられる。

引用文献

- 青木直子 (2005). ほめることに関する心理学的研究の概観 名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要—心理発達科学—, *52*, 123-133.
- 青木直子 (2009). 小学校1年生のほめられることによる感情反応: 教師と一対一の場合とクラスメイトがいる場合の比較 発達心理学研究, *20*, 155-164.
- 青木直子(2018). 児童と教師の「ほめ」に対する認識—生じる感情・動機づけ・教師がほめる理由の比較— 藤女子大学人間生活学部紀要, *55*, 71-84.
- 遠藤由美・阪東哲也 (2006). 他者からのフィードバックの解釈に影響を及ぼす自尊感情の効果 関西大学社会学部紀要, *38*, 39-55.
- 古市祐一・柴田雄介 (2013). 教師の賞賛が小学生の自尊感情と学校適応に及ぼす影響 岡山大学大学院教育学研究科研究集録, *154*, 25-31.
- 速水敏彦・木野和代・高木邦子 (2004). 仮想的有能感の構成概念妥当性の検討 名古屋大学大学院発達科学研究科紀要—心理発達科学—, *51*, 1-7.
- Hill, C. A. (1987). Affiliation Motivation: People Who Need People...But in Different Ways *Journal of Personality and Social Psychology*, *52*, 1008-1018.
- 井上清子 (2015). 両親・教師からの褒められ叱られ経験と自尊感情の関連について 生活科学研究, *37*, 97-105.
- 石川祐樹・茅野理恵 (2018). 仮想的有能感と基本的自尊感情・社会的自尊感情との関連—心理教育的プログラムの探索的検討— 信州心理臨床紀要, *17*, 1-8.
- 鹿児島県教育委員会 (2020). 自尊感情に注目!
- 金野・山本・大谷 (2019). ほめられたと思いきい子供はどのように支援するとほめられたと思うのか? 岩手大学大学院教育学研究科研究年報, *3*, 147-155.
- 加藤悠・中島美那子 (2011). 母親の自尊感情と養育態度—子どもの自尊感情を育むために— 茨城キリスト教大学紀要, *45*, 119-129.
- 川喜田二郎 (1967). 発想法 創造性開発のために 中央公論社

- 木下千春 (2012). 青年期における自己受容と対人関係について 追手門学院大学心理学論集, 20, 25-33.
- 小島弥生・太田恵子・菅原健介 (2003). 賞賛獲得欲求・拒否回避欲求尺度作成の試み 性格心理学研究, 11, 86-98.
- 近藤卓 (2007). いのちの教育の理論と実践 金子書房
- 近藤卓 (2010). 自尊感情と共有体験の心理学—理論・測定・実践 金子書房
- 近藤卓・望月美沙子・山田由美子・田淵愛子・田中佑果 (2016). 中学校におけるいのちの授業の実践的研究—基本的自尊感情の育成に着目した効果測定から— 山陽論叢, 22, 63-70.
- 松尾直博 (2007). 自尊心を育てるほめ方・叱り方 児童心理, 61, 12-17.
- 教育再生実行会議 (2017). 自己肯定感を高め, 自らの手で未来を切り拓く子供を育む教育の実現に向けた, 学校, 家庭, 地域の教育力の向上 (第十次提言)
- 京都府教育総合センター (2018). 自己肯定感等に関する一考察～「折れない, しなやかな心」を巡って～
- 松本麻友子・山本将士・速水敏彦 (2009). 高校生における仮想的有能感といじめとの関連 教育心理学研究, 57, 432-441.
- 蓑輪早織・向井隆代 (2003). 叱り言葉・ほめ言葉と親子関係認知, 子どもの心理的適応との関係 日本発達心理学会第14回大会発表論文集, 313.
- 岡島京子 (1988). 親和動機測定尺度の測定 日本教育心理学会第30回大会発表論文集, 864-865.
- 岡本夏木 (1994). 子どもの「自己」 講座幼児の生活と教育3 個性と感情の発達 岩波書店
- 塩澤雄一 (2010). 日常のほめ方と叱り方を見直す 児童心理, 910, 67-72.
- 鈴木智子・中野明穂 (2002). 学習障害, 注意欠如/多動性障害の子どもたちの自尊心—「ほめる」ことに焦点を当てた関わり— 福島大学教育実践研究紀要, 42, 71-78.
- 高井範子 (2000). 自己受容と生き方態度に関する検討 自己心理学研究, 1, 57-71.
- 高崎文子 (2002). 乳幼児期の達成動機づけ—社会的承認の影響について— ソーシャルモチベーション研究, 1, 21-30.
- 高崎文子 (2013). ほめの効果研究のモデルについての一考察 熊本大学教育学部紀要, 62, 129-135.
- 竹澤みどり・小玉正博 (2004). 青年期後期における依存症の適応的観点からの検討 教育心理学研究, 52, 310-319.
- 八木保樹・重野純編著 (1994). 心理学 新曜社
- 山田みき・岡本裕子 (2006). 現代青年の自己受容—自己による自己受容と他者を通しての自己受容の観点から— 広島大学大学院教育学研究科紀要第三部, 55, 339-348.

<原著>

中学生の文化的自己観の発達と対人葛藤方略への影響 —状況と文化の相違の分析—

小川晴陽 信州大学大学院教育学研究科
水口 崇 信州大学学術研究院教育学系

概要

本研究では、中学生の葛藤場面の方略と文化的自己感について検討した。中学1年生199名、2年生193名、3年生184名を対象に、2種類の葛藤場面とその葛藤方略、対人葛藤方略スタイル尺度、中学生版相互独立性－相互協調性尺度を使用した質問紙調査を実施した。結果から、文化的自己観は対人葛藤方略スタイルの選択に影響があること、さらに文化的自己観の影響や方略スタイルの選択は葛藤場面の責任の所在が関係していることが明らかになった。一方、現代では従来考えられていた対人葛藤方略スタイルの特徴が変化してきている可能性も示唆された。

キーワード：中学生、文化的自己感、対人葛藤方略、自己重視傾向

問題と目的

人が社会生活を営む上で、他者との関係づくりは必要不可欠である。他者との関わりの中で時には摩擦が生じることもある。大淵(1996)はこのような人と人との間、あるいは集団と集団の間で起こる対立のことを「社会的葛藤」とし、そのうち夫婦や友人など個人間で起こる対立のことを「対人葛藤」と分類した。またそのような対人葛藤が起きた際、我々は何らかの方法を用い葛藤を解消させようとする。

加藤(2003)は対人葛藤状況において、葛藤解決を目的とし、方略行使者が葛藤相手に対して何らかの影響力を行使しようとした行動を「対人葛藤方略」と定義した。対人葛藤方略についての研究は主に葛藤方略の分類研究と方略選択に影響する要因研究に分かれている。葛藤方略の分類について Rahim and Bohnama(1979)は葛藤が起きた際に自己の関心事を満たそうとする程度(自己志向性)と他者の関心事を満たそうとする程度(他者志向性)の二次元から、統合スタイル、服従スタイル、妥協スタイル、支配スタイル、回避スタイルの5つに分類した。自己志向性と他者志向性が共に高い方略群は統合スタイル、共に低い方略群は回避スタイル、共に中程度の方略群は妥協スタイルに属する。また自己志向性が高く他者志向性の低い方略群は支配スタイル、他者志向性が高く自己志向性の低い方略群

は服従スタイルに属する。この2次元5スタイルモデルは日本人においても適用される(加藤, 2003)。さらに加藤(2003)は5スタイルを統合スタイル, 相互妥協スタイル, 強制スタイル, 自己譲歩スタイル, 回避スタイルと命名した。統合スタイルは互いに満足して受け入れられるような結論を見つけ出そうとする方略であり, 相互妥協スタイルは互いに妥協をすることで問題を解決しようとする方略である。強制スタイルは相手の利益を犠牲にしても, 自らの要求や意見を通そうとする方略であり, 対して自己譲歩スタイルとは自らの欲求を抑制し, 相手の要求や意見に服従する方略である。回避スタイルは直接的な葛藤を避けようとする方略である。ただしわが国ではこの種の研究は大学生を対象としたものに限られている。

一方, 方略決定へ影響する要因については様々な研究がある。例えばパーソナリティとの関連があげられている。加藤(2003)はBig Fiveの各特性因子と各対人葛藤方略スタイルとの関連を調べ, パーソナリティが解決方略の選択に影響することを明らかにした。また本田(2000)は対人葛藤方略スタイル選択に影響する要因として, 友人関係における動機づけをあげている。具体的には自己決定性の高い動機づけは双方にとって満足度の高い方略が取られる。一方, 自己決定性の低い動機づけについて, 外的動機付けでは自分の意見を優先させる方略が見られ, 取入れでは相手の意見を優先させる方略が見られることが述べられている。これらに挙げられているのは全て方略行使側の要因である。対して外的な要因による影響も研究されている。平井(2000)は葛藤場面において葛藤の深刻度や相手との関係性によっても方略決定が異なることを示した。また他者との関係には文化も影響する。大淵・福島(1997)は欧米との比較検討にて日本人が回避という方略スタイルを主に使用していることを示し, 日本文化との関係において検討がされるべき重要な課題と述べている。しかしながら葛藤解決方略スタイルに及ぼす要因についての研究は主に個人内部の特性の違いから論じられてきた。このため個人が使用する方略の是非の議論に終始していた。

次に欧米と日本文化についての研究について述べる。文化において歴史的に共有されている自己観のことを文化的自己観という(北山, 1994)。文化的自己観は相互独立的自己観と相互協調的自己観に分けられる。前者は自己を他者から分離した独自の実体と捉えるもので, 西欧とりわけ北米中産階級の典型例である。後者は他者と互いに結びついた人間関係の一部として自己を捉える考えで, 日本を含むアジア文化において一般的である(Markus & Kitayama, 1991)。自己観はその文化に所属する全員が画一的なものではない。しかしこの文化的自己観が何らかの形で認知的表象に反映され, 個人の自己スキーマや様々な自己に関する概念に影響する。一方でSingelis(1994)はこれら2つの自己観が個人内に両立しようと主張している。また日本人においても同様に相互独立性・相互協調性が個人内に存在しうることが論じられている(木内, 1995)。さらに高田(1999)は個人がもつ相互独立性と相互協調性の強さは年齢に従い変化していくことを明らかにした。

青年期は人間関係においても葛藤を抱えやすい時期である。特に中学生はストレスの要因に友人関係をあげており、抑うつ・不安に影響を及ぼすと言われている(岡安・嶋田・丹波・森・矢富, 1992)。また加藤(2003)は対人葛藤方略スタイルの選択が精神的健康に影響することも明らかにしている。以上を考え合わせると、中学生の時期は最も人間関係で葛藤を抱えやすく、それらの葛藤解決は学校生活の満足度や精神的健康に大きい影響があると考えられる。これまでは個人の葛藤方略の良し悪しが対象になっていたが、認知や行動は文化の影響もある。中学生の対人関係の構築については文化の影響も一緒に考えることが必要であると考えられる。また藤森(1991)は責任の所在の違いにより方略に変化があることを示している。対人葛藤場面には自分に責任のある場面、相手に責任のある場面、どちらも責任はないが意見が分かれる場面という3つがあり、責任の所在によって方略に変化があることが示唆されている(本田, 2000)が実証はされていない。

以上のことから本研究では責任の所在が異なる対人葛藤場面を取り上げ、中学生における各葛藤場面への方略選択への差異及び文化的自己観の関係を明らかにする。また年齢差による文化的自己観と方略選択の相違についても明らかにすることを目的とする。

方法

調査対象者

甲信越地方の国立中学校 604 名を調査対象者とした。1 年生 199 名(男性 102 名, 女性 97 名), 中学 2 年生 193 名(男性 94 名, 女性 99 名), 中学 3 年生 184 名(男性 89 名, 女性 95 名)から回答を回収し, その中から欠損値があるものを除いた中学 1 年生 178 名(男性 90 名, 女性 88 名), 中学 2 年生 174 名(男性 82 名, 女性 92 名), 中学 3 年生 169 名(男性 81 名, 女性 88 名)を分析対象とした。回収率は 95.4%だった。有効回答率は 90.4%であった。

調査手続き

2020 年 12 月に質問紙調査を行った。中学校の教師に質問紙の配布・回収を依頼し, クラスごとに回答を求めた。

倫理的配慮

質問紙の表紙に回答は自由であり途中でやめても構わないこと, 質問紙は無記名形式であり, データは統計的に処理され個人の特定をされないことがないこと, 回答に正誤がないことを記述した。

質問紙の構成

本研究では本田(2012)より友人場面において葛藤を抱えやすいと考えられる 2 場面を使用し, 方略に関する質問項目への回答を求めた。最後に文化的自己観に関する質問項目への回答を求めた。

(1) 対人葛藤場面シナリオ 本田(2012)を参考にどちらにも責任はないが意見が分かれる場面(無責任場面), 相手に責任がある場面(相手責任場面)の 2 種類を作成した。前者は,

平井(2000)のシナリオを参考に中学生が体験しそうな場面を独自に作成し、後者は本田(2012)の約束の反故場面を採用した。シナリオを Table 1 に示す。

Table 1 対人葛藤場面シナリオ

無責任場面。	<p>あなたと友人は特典付きのマンガの限定版を欲しがっています。発売日にあなたと友人と一緒に本屋さんへ、そのマンガを買いに行きました。しかしそこには特典付きのマンガが1冊しか残っていませんでした。あなたも友人もその1冊を買いたいと考えています。</p>
相手責任場面。	<p>あなたは友人と遊びに行く約束をしていました。しかし当日に友人から「他の子と遊びに行く約束が入ってしまったから遊べなくなった」とメールが来ました。あなたは友人と遊びたいと思っています。</p>

Table 2 HIC 質問項目

1	対立しないようにする
2	お互いの目的を認める
3	友人の望み通りにする
4	お互いの意見の歩み寄ったところで取り決めようとする
5	できる限り言い合いにならないようにする
6	お互いにとって良くなるような決定をしようとする
7	お互いの意見が違っていることをあいまいにする
8	自分の意見を通そうとする
9	自分の意見を押し通すために、いろんなことをする
10	友人の要求に従う
11	自分が得するような結果にしようとする
12	お互いが満足するような結論を見つけ出そうとする
13	相手とトラブルにならないようにする
14	お互いの妥協点を探そうとする
15	お互いの意見の間を取ろうとする
16	自分の意見を押し通そうとする
17	友人の考えを理解する
18	最良の結果が得られるように、お互いの考えを理解する
19	友人の目的に添うようにする

(2) 対人葛藤方略スタイル 加藤(2003)の対人葛藤方略スタイル尺度 (Handling Interpersonal Conflict Inventory ; 以下HICI)を用いた。統合スタイル因子, 回避スタイル因子, 強制スタイル因子, 自己譲歩スタイル因子, 相互妥協スタイル因子の5因子からなる。全20項目からなり、「よくあてはまる」「あてはまる」「すこしあてはまる」「あてはまらない」で回答をもとめる。本研究では, 中学校教員との協議により中学生の理解が困難と考えられる表現については平易なものに変更した。また理解が困難であり本来と異なる解釈がされる可能性があるかと判断した1項目を削除し, 全19項目を使用した(Table 2)。さらに「よくあてはまる」から「全然あてはまらない」の5件法で回答をもとめた。得点が高い程各下位領域の傾向の高さを示す。

Table 3 中学生版相互独立性－相互協調性尺度質問項目

1	意見がわかれたときは友達に合わせる
2	いつも自分の意見を持つようにしている
3	何かを決定するとき, 自分で決めるよりも他の人たちに決めてもらいたいと思う
4	みんなと違って, 自分が考えたとおりにやる
5	誰と一緒にかで, 考えやり方が変わる
6	いつも自信を持って発表している
7	自分の意見をはっきり言う
8	自分の考えを友達がどう思っても気にしない
9	したいことがあると, 周りから外れても, したいことをする
10	周りの目が気になる
11	グループから離れると, 周りからどう思われるか気になる
12	みんなと意見がわかるのはいやだ
13	考えやり方が友だちと違っていても気にならない

(3) 文化的自己観 奥野・小林(2005)の中学生版相互独立性－相互協調性尺度 4 因子版尺度を用いた(Table 3)。相互独立性を示す「言語的主張」「自己重視傾向」、相互協調性を示す「他者重視傾向」「評価懸念」の4因子からなる。全13項目であり、「よくあてはまる」から「全然あてはまらない」の5件法で回答を求めた。得点が高い程各下位領域の傾向の高さを示す。

(4) 対象者に対する質問項目 学年, 性別について尋ねた。

結果

HICI の因子構造

各項目の基本統計量を場面ごとに Table 4, 5 に示す。各項目についての評定値の平均±SD を目安に天井効果またはフロア効果を判定したところ、項目 x1, x5, x6, x12, x13, x18 に天井効果が見られたが、回答者の特徴が表れている項目と判断したため全項目を使用した。項目 x1 等は、質問項目を示した Table の数字と対応している。以下も同様である。

Table 4 HICI 項目(無責任場面)の記述統計

	<i>N</i>	<i>Mean</i>	<i>SD</i>	尖度	歪度	最小値	最大値
1	521	4.44	0.90	3.16	-1.81	1	5
2	521	4.35	0.92	2.75	-1.65	1	5
3	521	3.20	1.08	-0.55	-0.15	1	5
4	521	3.97	1.06	0.66	-1.04	1	5
5	521	4.51	0.88	4.01	-2.05	1	5
6	521	4.45	0.92	3.42	-1.91	1	5
7	521	2.40	1.10	-0.42	0.47	1	5
8	521	2.39	1.13	-0.59	0.47	1	5
9	521	1.93	1.07	0.57	1.09	1	5
10	521	2.91	1.16	-0.64	0.11	1	5
11	521	2.65	1.20	-0.75	0.29	1	5
12	521	4.31	0.98	2.67	-1.70	1	5
13	521	4.55	0.84	5.24	-2.25	1	5
14	521	3.64	1.10	-0.28	-0.50	1	5
15	521	3.56	1.15	-0.45	-0.50	1	5
16	521	1.96	1.03	0.58	1.03	1	5
17	521	4.35	0.79	3.20	-1.50	1	5
18	521	4.37	0.89	3.08	-1.70	1	5
19	521	3.45	1.04	-0.37	-0.27	1	5

主成分分析によるスクリープロットと平行分析の結果から 5 因子解を適当とし反復主因子法、プロマクス回転により因子抽出を行った結果、項目 7 はどの因子でも因子負荷量が低かったため、項目を削除し再び因子抽出を行った。その結果、Table 6 に示した因子負荷量を得た。 α 係数もそれぞれ十分な値が得られたことから信頼性も確かめられたと言える。

Table 5 HICI 項目(相手責任場面)の記述統計

	<i>N</i>	<i>Mean</i>	<i>SD</i>	尖度	歪度	最小値	最大値
1	521	4.03	1.20	0.13	-1.08	1	5
2	521	3.84	1.21	-0.36	-0.81	1	5
3	521	3.50	1.32	-1.00	-0.38	1	5
4	521	3.52	1.22	-0.60	-0.51	1	5
5	521	4.21	1.11	0.90	-1.35	1	5
6	521	4.13	1.16	0.76	-1.30	1	5
7	521	2.38	1.17	-0.42	0.53	1	5
8	521	2.38	1.22	-0.81	0.46	1	5
9	521	1.99	1.15	0.18	1.00	1	5
10	521	3.17	1.37	-1.17	-0.11	1	5
11	521	2.52	1.18	-0.66	0.38	1	5
12	521	3.92	1.23	0.16	-1.06	1	5
13	521	4.28	1.11	1.57	-1.57	1	5
14	521	3.46	1.13	-0.39	-0.37	1	5
15	521	3.15	1.27	-0.87	-0.20	1	5
16	521	2.11	1.11	-0.15	0.78	1	5
17	521	4.04	1.11	0.72	-1.18	1	5
18	521	4.08	1.13	0.81	-1.24	1	5
19	521	3.37	1.24	-0.85	-0.23	1	5

因子間相関について Table 7 に示す。回避スタイルと自己譲歩($r = .55$)、回避スタイルと平等解決スタイル($r = .41$)、承認スタイルと平等解決スタイル($r = .53$)、承認スタイルと回避スタイル($r = .60$)において高い正の相関を示した。

因子負荷量の絶対値 0.4 以上の項目内容に基づき、先行研究(加藤, 2003)と因子間相関の加味から、因子を解釈・命名することにした。因子 1 について、項目 x9・x16・x8・x11 にプラスの負荷量を示していることから、相手より自分の利益を優先させる方略スタイルと解釈し、「強制スタイル」と命名した。因子 2 については、項目 x10・x3・x19 にプラスの負荷量を示していることから、自分より相手の利益を優先させる方略スタイルと解釈し、「自己譲歩スタイル」と命名した。因子 3 については、項目 x14・x15・x12・x6・x4 にプラスの負荷量を示していることから、両者が平等な結果を得られる解決法を考える方略と解釈し「平等解決スタイル」と命名した。因子 4 については、項目 x5・x13・x1 にプラスの負荷量を示していることから、相手との衝突を避けようとする方略と解釈し、

「回避スタイル」と命名した。因子5については、項目 x17・x18・x2 にプラスの負荷量を示していることから、お互いの目的や考えを認める方略と解釈し、「承認スタイル」と命名した。

Table 6 HICI の因子構造

項目	因子					共通性
	F1 ($\alpha=.875$)	F2 ($\alpha=.879$)	F3 ($\alpha=.822$)	F4 ($\alpha=.870$)	F5 ($\alpha=.786$)	
9	.94	-.07	-.07	.03	.07	.77
16	.87	.05	-.02	-.02	-.03	.76
8	.85	-.08	.04	.06	-.03	.76
11	.59	-.01	.10	-.03	.01	.38
10	.05	.95	-.04	-.06	-.05	.80
3	-.03	.81	-.02	.06	-.00	.72
19	.01	.80	.02	-.06	.11	.64
14	-.01	.09	.78	-.07	.17	.46
15	-.01	.09	.78	-.03	-.18	.47
12	-.05	-.15	.59	-.06	.38	.68
6	-.02	-.10	.56	.10	.24	.58
4	.06	.02	.55	.04	.19	.48
5	.06	-.02	-.08	.96	-.02	.77
13	.03	-.08	.03	.90	-.01	.73
1	-.13	.17	.10	.61	-.04	.65
17	.00	.17	-.06	.01	.77	.66
18	.03	-.12	.03	-.07	.74	.74
2	-.05	.13	.19	.11	.42	.49
説明分散	2.75	2.35	2.34	2.16	1.63	-
寄与率	15.3%	13.0%	13.0%	12.0%	9.1%	-
累積寄与率	15.3%	28.3%	41.3%	53.3%	62.3%	-

注) F1=強制, F2=自己譲歩, F3=平等解決, F4=回避, F5=承認

Table 7 HICI の因子間相関

	F1	F2	F3	F4
F2	-0.40	-	-	-
F3	0.06	0.01	-	-
F4	-0.48	0.55	0.41	-
F5	-0.30	0.30	0.53	0.60

注)F1=強制, F2=自己譲歩, F3=平等解決, F4=回避, F5=承認

Table 8 中学生用相互独立性・相互協調性尺度の記述統計

	<i>N</i>	<i>Mean</i>	<i>SD</i>	尖度	歪度	最小値	最大値
1	521	3.27	1.10	-0.51	-0.30	1	5
2	521	4.14	0.93	0.54	-1.00	1	5
3	521	3.20	1.18	-0.93	-0.15	1	5
4	521	3.09	1.11	-0.75	0.01	1	5
5	521	3.17	1.27	-0.88	-0.31	1	5
6	521	2.97	1.28	-1.07	0.15	1	5
7	521	3.31	1.26	-1.01	-0.22	1	5
8	521	2.89	1.32	-1.09	0.12	1	5
9	521	2.84	1.24	-0.92	0.21	1	5
10	521	3.63	1.24	-0.52	-0.70	1	5
11	521	3.19	1.35	-1.15	-0.20	1	5
12	521	2.87	1.27	-1.01	0.06	1	5
13	521	3.22	1.27	-1.08	-0.09	1	5

中学生版相互独立性-相互協調性尺度の因子構造

各項目の基本統計量を Table 8 に示す。各項目の平均±*SD*を目安に天井効果またはフロア効果を判定したところ、項目 2 について天井効果が認められたため、項目 2 を除き因子分析を行った。

因子分析前に行った主成分分析によるスクリープロットと平行分析は 4 因子解を示した。これらの結果及び先行研究の知見(奥野・小林, 2007)から 4 因子解を適当と判断し、一般化最小 2 乗法、プロマクス回転により因子抽出を行った。その結果、Table 9 のような因子負荷量を得た。 α 係数もそれぞれ十分な値が得られたことから信頼性も確かめられたと言える。

因子間相関について Table 10 に示す。他者重視傾向と評価懸念($r = .56$)、自己重視傾

向と言語的主張($r = .51$)で高い正の相関があった。

Table 9 中学生用相互独立性・相互協調性尺度の因子構造

項目	因子				共通性
	F1 ($\alpha = .684$)	F2 ($\alpha = .851$)	F3 ($\alpha = .727$)	F4 ($\alpha = .773$)	
1	.78	.10	.00	-.11	.45
3	.67	-.10	.07	-.07	.43
12	.50	.04	-.02	.34	.54
5	.43	.09	.08	.16	.21
6	.08	1.02	-.02	-.02	.96
7	-.16	.69	.02	.05	.62
9	.11	-.10	.80	-.01	.49
8	.00	.09	.63	-.10	.53
4	-.09	-.01	.61	.13	.39
13	-.29	.02	.34	-.01	.38
11	.02	.05	.03	.86	.72
10	-.10	-.10	-.07	.75	.57
説明分散	1.63	1.58	1.55	1.49	
寄与率	13.6%	13.1%	12.9%	12.4%	
累積寄与率	13.6%	26.7%	39.6%	52.0%	

注)F1=他者重視傾向, F2=言語的主張, F3=自己重視傾向, F4=評価懸念

Table 10 相互独立性・相互協調性尺度の因子間相関

	F1	F2	F3
F1	-		
F2	-.56	-	
F3	-.63	.51	-
F4	.56	-.26	-.40

注)F1=他者重視傾向, F2=言語的主張, F3=自己重視傾向, F4=評価懸念

全ての因子構造が先行研究(奥野・小林, 2007)と一致したため, 因子名をそのまま採用した。したがって, 因子1について項目 x1, x3, x12, x5 にプラスの負荷量を示している

ことから、「他者重視傾向」と命名した。因子2について項目6, 7にプラスの負荷量を示していることから、「言語的主張」と命名した。因子3について項目x9, x8, x4, x13にプラスの負荷量を示していることから、「自己重視傾向」と命名した。因子4について項目x11, x10にプラスの負荷量を示していることから、「評価懸念」と命名した。

場面ごとの対人葛藤解決方略の差異

葛藤場面で解決方略に差異があるかを確認するため、解決方略スタイルごとに参加者内で t 検定 ($\alpha = 0.05$, 両側検定) を行なった。 t 検定の結果、回避スタイル ($t = 7.673$, $df = 520$, $p < .001$, $d = 0.368$), 承認スタイル ($t = 9.101$, $df = 520$, $p < .001$, $d = 0.444$), 平等解決スタイル ($t = 9.938$, $df = 520$, $p < .001$, $d = 0.425$) で相手責任場面より無責任場面における平均の方が有意に大きかった。自己譲歩スタイル ($t = 1.579$, $df = 520$, $p = .115$, $d = 0.073$) と強制スタイル ($t = 0.423$, $df = 520$, $p = .672$, $d = 0.019$) の平均は葛藤場面による有意な差は出なかった。

学年における対人葛藤方略スタイルの差異

学年によって対人葛藤方略スタイルに変化が出るかを調べるため、場面別に学年を要因とした1要因参加者間分散分析を実施した。

(1) 無責任場面 分散分析の結果、自己譲歩スタイル ($F(2, 518) = 1.704$, $p = .183$, $\eta^2 = .007$), 回避スタイル ($F(2, 518) = 0.767$, $p = .465$, $\eta^2 = .003$), 承認スタイル ($F(2, 518) = 0.133$, $p = .876$, $\eta^2 = .001$) は有意でなかった。一方、強制スタイルは有意であった ($F(2, 518) = 3.749$, $p = .024$, $\eta^2 = .014$)。Holm法による多重比較 ($\alpha = 0.05$, 両側検定) を行った結果、3年生の平均は1年生の平均よりも有意に大きく ($p = .018$), 3年生の平均は2年生の平均よりも有意に大きかった ($p = .018$)。また、1年生と2年生の平均の差は有意でなかった ($p = .994$)。さらに平等解決スタイルでも有意だった ($F(2, 518) = 5.799$, $p = .003$, $\eta^2 = .022$)。そこで、Holm法による多重比較 ($\alpha = 0.05$, 両側検定) を行った結果、1年生の平均は2年生の平均よりも有意に大きく ($p = .010$), 3年生の平均は2年生の平均よりも有意に大きかった ($p = .001$)。1年生と3年生の差は有意でなかった ($p = .503$)。

(2) 相手責任場面 分散分析の結果、強制スタイル ($F(2, 518) = 1.018$, $p = .362$, $\eta^2 = .004$), 自己譲歩スタイル ($F(2, 518) = 0.178$, $p = .837$, $\eta^2 = .001$), 承認スタイル ($F(2, 518) = 1.767$, $p = .172$, $\eta^2 = .007$) は有意でなかった。平等解決スタイルは有意だった ($F(2, 518) = 6.944$, $p = .001$, $\eta^2 = .026$)。そこで、Holm法による多重比較 ($\alpha = 0.05$, 両側検定) を行った結果、1年生の平均は2年生の平均よりも有意に大きく ($p < .001$), 3年生の平均は2年生の平均よりも有意に大きかった ($p = .027$)。また、1年生と3年生の平均の差は有意でなかった ($p = .150$)。さらに回避スタイルは有意傾向であった ($F(2, 518) = 2.523$, $p = .081$, $\eta^2 = .010$)。Holm法による多重比較 ($\alpha = 0.05$, 両側検定) を行った結果、1年生の平均は2年生の平均よりも有意傾向で大きく (p

= .094), 1年生の平均は3年生の平均よりも有意に大きかった($p = .034$)。また, 2年生と3年生の平均の差は有意でなかった($p = .650$)。

学年における文化的自己観の差異

学年による文化的自己観の変化を調べるため, 学年に一要因分散分析を行った結果, 他者重視傾向($F(2, 518) = 0.016, p = .984, \eta^2 = .000$), 言語的主張($F(2, 518) = 2.185, p = .113, \eta^2 = .008$), 評価懸念($F(2, 518) = 0.696, p = .499, \eta^2 = .003$)で有意ではなかったが, 自己重視傾向が有意であった($F(2, 518) = 7.232, p = .001, \eta^2 = .027$)。

そこで, Holm法による多重比較($\alpha = 0.05$, 両側検定)を行った結果, 3年生の平均は1年生の平均よりも有意に大きく($p < .001$), 3年生の平均は2年生の平均よりも有意に大きかった($p = .019$)。また, 1年生と2年生の平均の差は有意でなかった($p = .155$)。

文化的自己観と対人葛藤方略スタイルの関連

文化的自己観が及ぼす対人葛藤方略スタイルへの影響を検討するため, 因子分析で求めた対人葛藤方略の5スタイルを目的変数とし, 文化的自己観を構成する4因子を説明変数とする回帰分析を実行した。初期モデルを加法モデルとし, ステップワイズ増減法により情報量基準BICを用いたモデル選択を行った。葛藤場面別の結果を述べる。因子1 = 言語的主張, 因子2 = 自己重視傾向, 因子3 = 評価懸念, 因子4 = 他者重視傾向である。

(1)無責任場面 強制スタイル = 自己重視傾向 + 評価懸念を選出した。モデル選択ステップの要約をTable 11に示す。

Table 11 強制スタイルのモデル選択ステップの要約

項の増減	df	残差増分	df	残差逸脱度	BIC
1	-	-	516	407.65	1384.0
2	-因子1	0.4438	517	408.09	1378.3
4	-因子4	3.3468	518	411.44	1376.3

選出されたモデルにおける各項目の偏回帰係数とその検定結果はTable12のとおりである。モデル R^2 は0.070で有意だった($F(2, 518) = 19.34, p < .001, effect\ size\ f^2 = 0.075, adjusted\ R^2 = 0.066$)。

Table 12 強制スタイルの偏回帰係数の検定

	偏回帰係数	標準誤差	t値	p値	stb
(切片)	0.962	0.213	4.520	$p < .000$	-
因子2	0.263	0.045	5.821	$p < .000$	0.261
因子3	0.140	0.035	3.975	$p < .000$	0.178

自己譲歩スタイル = 言語的主張 + 他者重視傾向を選出した。モデル選択ステップの要約を Table 13 に示す。

Table 13 自己譲歩スタイルのモデル選択ステップの要約

	項の増減	<i>df</i>	残差増分	<i>df</i>	残差逸脱度	<i>BIC</i>
1		-	-	516	417.62	1396.6
2	-因子2	1	0.5206	517	418.14	1391.0
3	-因子3	1	1.4478	518	419.58	1386.5

選出されたモデルにおける各項目の偏回帰係数とその検定結果は Table 14 のとおりである。モデル R^2 は 0.078 で有意だった ($F(2, 518) = 21.99, p < .001, effect\ size\ f^2 = 0.085, adjusted\ R^2 = 0.075$)。

Table 14 自己譲歩スタイルの偏回帰係数の検定

	偏回帰係数	標準誤差	<i>t</i> 値	<i>p</i> 値	<i>stb</i>
(切片)	1.917	0.233	8.225	$p < .000$	-
因子1	0.099	0.037	2.707	$p < .007$	0.125
因子4	0.333	0.050	6.631	$p < .000$	0.307

平等解決スタイル = 言語的主張を選出した。モデル選択ステップの要約を Table 15 に示す。

Table 15 平等解決スタイルのモデル選択ステップの要約

	項の増減	<i>df</i>	残差増分	<i>df</i>	残差逸脱度	<i>BIC</i>
1	-	-	-	516	290.75	1207.9
2	-因子3	1	0.0453	517	290.79	1201.7
3	-因子2	1	0.0997	518	290.89	1195.7
4	-因子4	1	1.2957	519	292.19	1191.7

選出されたモデルにおける各項目の偏回帰係数とその検定結果は Table 16 のとおりである。モデル R^2 は 0.027 で有意だった ($F(1, 519) = 14.26, p = .002, effect\ size\ f^2 = 0.028, adjusted\ R^2 = 0.025$)。

Table 16 平等解決スタイルの偏回帰係数の決定

	偏回帰係数	標準誤差	<i>t</i> 値	<i>p</i> 値	<i>stb</i>
(切片)	3.660	0.093	39.268	$p < .000$	-
因子1	0.105	0.028	3.776	$p < .000$	0.164

回避スタイル = 言語的主張 + 自己重視傾向 + 他者重視傾向を選出した。モデル選択ステップの要約を Table 17 に示す。

Table 17 回避スタイルのモデル選択ステップの要約

	項の増減	<i>df</i>	残差増分	<i>df</i>	残差逸脱度	<i>BIC</i>
1	-	-	-	516	254.37	1138.3
2	-因子3	1	0.1766	517	254.54	1132.4

選出されたモデルにおける各項目の偏回帰係数とその検定結果は Table 18 のとおりである。モデル R^2 は 0.079 で有意だった ($F(3, 517) = 14.70, p < .001, effect\ size\ f^2 = 0.085, adjusted\ R^2 = 0.073$)。

Table 18 回避スタイルの偏回帰係数の決定

	偏回帰係数	標準誤差	<i>t</i> 値	<i>p</i> 値	<i>stb</i>
(切片)	4.080	0.229	17.822	$p < .000$	-
因子1	0.085	0.030	2.844	.005	0.139
因子2	-0.132	0.040	-3.284	.001	-0.166
因子4	0.176	0.042	4.187	$p < .000$	0.208

承認スタイル = 言語的主張を選出した。モデル選択ステップの要約を Table 19 に示す。

Table 19 承認スタイルのモデル選択ステップの要約

	項の増減	<i>df</i>	残差増分	<i>df</i>	残差逸脱度	<i>BIC</i>
1	-	-	-	516	243.40	1115.3
2	-因子2	1	0.1990	517	243.60	1109.5
3	-因子4	1	1.3043	518	244.91	1106.0
4	-因子3	1	0.6429	519	245.55	1101.1

選出されたモデルにおける各項目の偏回帰係数とその検定結果は Table 20 のとおりで

ある。モデル R^2 は 0.016 で有意だった ($F(1, 519) = 8.35, p = .004, effect\ size\ f^2 = 0.016, adjusted\ R^2 = 0.014$)。

Table 20 承認スタイルの偏回帰係数の決定

	偏回帰係数	標準誤差	t 値	p 値	stb
(切片)	4.125	0.085	48.286	$p < .000$	-
因子1	0.074	0.026	2.890	.004	0.126

(2) 相手責任場面 強制スタイル = 自己重視傾向 + 評価懸念を選出した。モデル選択ステップの要約を Table 21 に示す。

Table 21 強制スタイルのモデル選択ステップの要約

	項の増減	df	残差増分	df	残差逸脱度	BIC
1		-	-	516	482.49	1471.8
2	-因子1	1	3.3518	517	485.84	1469.2
3	-因子4	1	2.9766	518	488.81	1466.1

選出されたモデルにおける各項目の偏回帰係数とその検定結果は Table 22 のとおりである。モデル R^2 は 0.032 で有意だった ($F(2, 518) = 8.58, p < .001, effect\ size\ f^2 = 0.033, adjusted\ R^2 = 0.028$)。

Table 22 強制スタイルの偏回帰係数の決定

	偏回帰係数	標準誤差	t 値	p 値	stb
(切片)	1.308	0.232	5.637	$p < .000$	-
因子2	0.166	0.049	3.376	.001	0.154
因子3	0.130	0.038	3.371	.001	0.154

自己譲歩スタイル = 他者重視傾向を選出した。モデル選択ステップの要約を Table 23 に示す。

選出されたモデルにおける各項目の偏回帰係数とその検定結果は Table 24 のとおりである。モデル R^2 は 0.040 で有意だった ($F(1, 519) = 21.33, p < .001, effect\ size\ f^2 = 0.041, adjusted\ R^2 = 0.038$)。

Table 23 自己譲歩スタイルのモデル選択ステップの要約

項の増減	<i>df</i>	残差増分	<i>df</i>	残差逸脱度	<i>BIC</i>
1	-	-	516	669.34	1642.3
2	-因子2	0.0030	517	669.34	1636.1
3	-因子1	0.3329	518	669.68	1630.1
4	-因子3	2.3908	519	672.07	1625.7

Table 24 自己譲歩スタイルの偏回帰係数の検定

	偏回帰係数	標準誤差	<i>t</i> 値	<i>p</i> 値	<i>stb</i>
(切片)	2.512	0.187	13.403	<i>p</i> < .000	-
因子4	0.267	0.058	4.619	<i>p</i> < .000	0.199

平等解決スタイルはモデルが選出されなかった。モデル選択ステップの要約を Table 25 に示す。

Table 25 平等解決スタイルのモデル選択ステップの要約

項の増減	<i>df</i>	残差増分	<i>df</i>	残差逸脱度	<i>BIC</i>
1	-	-	516	417.99	1397.0
2	-因子2	0.2835	517	418.28	1391.1
3	-因子3	1.7505	518	420.03	1387.1
4	-因子4	2.6409	519	422.67	1384.1
5	-因子1	2.7367	520	425.41	1381.2

回避スタイル = 他者重視傾向を選出した。モデル選択ステップの要約を Table 26 に示す。

Table 26 回避スタイルのモデル選択ステップの要約

項の増減	<i>df</i>	残差増分	<i>df</i>	残差逸脱度	<i>BIC</i>
1	-	-	516	516.60	1507.4
2	-因子3	0.4109	517	517.01	1501.5
3	-因子1	0.6667	518	517.67	1496.0
4	-因子2	3.1982	519	520.87	1492.9

選出されたモデルにおける各項目の偏回帰係数とその検定結果は Table 27 のとおりである。モデル R^2 は 0.021 で有意だった ($F(1, 519) = 11.31, p = .001, effect\ size\ f^2 =$

0.022, *adjusted R*² = 0.019)。

Table 27 回避スタイルの偏回帰係数の検定

	偏回帰係数	標準誤差	t 値	p 値	stb
(切片)	3.639	0.165	22.058	p < .000	-
因子 4	0.171	0.051	3.363	.001	0.146

承認スタイルはモデルが選出されなかった。モデル選択ステップの要約を Table 28 に示す。

Table 28 承認スタイルのモデル選択ステップの要約

	項の増減	df	残差増分	df	残差逸脱度	BIC
1		-	-	516	465.92	1453.6
2	-因子 4	1	0.2164	517	466.14	1447.6
3	-因子 3	1	0.9894	518	467.13	1442.4
4	-因子 2	1	0.8032	519	467.93	1437.1
5	-因子 1	1	0.6492	520	468.58	1431.5

考察

文化的自己観が及ぼす対人葛藤方略スタイルへの影響

本研究では文化的自己観が対人葛藤方略に影響を及ぼすことが確認された。また場面により文化的自己観の影響が異なることも示された。それぞれの対人葛藤方略スタイルごとに違いを述べていく。

まず平等解決スタイルと承認スタイルは無責任場面においてのみ言語的主張から影響が見られ、相手責任場面では影響が見られなかった。中島・五十嵐(2012)は言語的主張が高い人は友人への信頼が高く、「友人といると自分のやりたいことができない」という葛藤が低いと述べている。そのため誰にも責任がない場面では、自分や相手を認め合い、平等に利益が得られるような方略スタイルを選択しやすいと考える。

自己譲歩スタイルは、無責任場面において他者重視傾向と言語的主張が、相手責任場面では他者重視傾向が影響を及ぼしていた。どちらの場面でも他者を気遣う文化観が影響していることが示された。これは自然に推測される結果である。しかしながら、無責任場面では相互独立性を構成する言語的主張が併存している形となった。自分の目的について主張はしながらも他者を気遣い、最終的には相手に譲る選択が取られることが推測される。

回避スタイルは、無責任場面において他者重視傾向、自己重視傾向、言語的主張が影響

を及ぼしていた。まず言語的主張と他者重視傾向が正の影響を及ぼしたことについて、自己譲歩スタイル同様、自己の主張と他者への気遣いが両立し逡巡した結果、思考そのものを避けるために回避スタイルを選択することが考えられる。加えて、自己重視傾向が負の関連を示したことについて、自己重視傾向が高い人は独立性が高いことから(中島・五十嵐, 2012)、元々自己か他者かという葛藤を抱えないために回避することがないと推測される。一方、相手責任場面では他者重視傾向のみが影響を及ぼしていた。中島・五十嵐(2012)は他者重視傾向が高い人について自分のやりたいことができないという葛藤が高く、友人への不安懸念が高いと述べている。「相手のせいだ」という不満を持ちながらも友人が自分の主張を受け止める確信が低いため主張をせず他者を気遣った結果、回避スタイルを選択すると考える。

強制スタイルのみ、場面による差が見られなかった。強制スタイルは自己重視傾向と評価懸念から影響があった。強制スタイルは相手よりも自分の目標達成を優先させるものであり、自己重視傾向も自分の考えるよう行動することを重視する文化観であることから影響があったことは自然な結果だと考える。しかしながら、周囲からの自己に対する評価を気にする評価懸念からも影響があることが示された。中島・五十嵐(2012)は評価懸念が高い人は「友人といると自分のやりたいことができない」という葛藤が多いと述べている。そのため、自分の考えるよう行動する自己重視傾向が併存すると、自分の目的を達成させるための方略スタイルを選択すると推測される。

このように本研究では方略スタイルの選択へ相互独立性・相互協調性の両方の因子が同時に影響していたことが大きな特徴である。これは Singelis(1994)の文化的自己観が独立しているという主張を支持するものであると考えられる。あるいは同じ葛藤方略を選択したとしても、内面で影響している文化的自己観が異なることも考えられる。

文化的自己観の発達について中学生では自己重視傾向のみ差が見られた。高田(1999)は、相互独立性は小学生から中学生にかけて低下し、大学生までは低い水準に留まった後、若年成人以降は上昇に転じると述べた。本研究では中学3年生は中学1, 2年生よりも自己重視傾向が高くなることが示された。高田(1999)の研究に加え、より詳細な発達の検討を行なったが、結果は部分的なものに留まった。また対人葛藤方略スタイルも発達に伴った変化はほぼ見られなかった。しかしながら、小学生に近い中学1年生と高校生に近づく中学3年生は何らかの変化があると推測される。したがって異なる観点から検討を進めることが必要とされる。

場面による対人葛藤方略スタイルの違い

場面により対人葛藤方略スタイルの選択に違いがあった。成人を対象とした本田(2000)は場面による対人葛藤方略スタイルの選択に差はないと判断した。一方で同じく成人を対象とした平井(2000)はそれぞれの文化の元で人々は状況を考えながら自己または他者を重視していると示唆しており、本研究の結果はこれを支持するものとなった。無責任場面で

は相手責任場面よりも回避スタイル、承認スタイル、平等解決スタイルが見られることが示された。平井(2000)は葛藤解決の過程では自己と他者の両者が考慮されると述べている。相手責任場面では相手からの断りを自分が受け入れるか否かという判断であり、行使する方略も限られると考える。一方無責任場面では相手が目の前にいる状況であり、解決方法をその場で考えることが必要とされる。そのため葛藤解決のためのプロセスが想起されやすく、両者を考慮した葛藤方略スタイルが多く選択されたのだと考えられる。このように、中学生の時から場面によって方略を変え柔軟に葛藤を解消させることが可能であることが推測される。

対人葛藤方略スタイルの分類

中学生において対人葛藤方略の5つのスタイルが存在することが示されたが、先行研究とは異なる分類結果となった。本研究で得た平等解決スタイルと承認スタイルは、加藤(2003)が示した「統合スタイル」と「相互妥協スタイル」の項目が混合した形であった。項目内容から、平等解決スタイルは「お互いの意見の歩み寄ったところで取り決めようとする」や「お互いにとって良くなるような決定をしようとする」というような具体的な解決策を求める際の行動を尋ねるものであり、承認スタイルは「お互いの目的を認める」や「友人の考えを理解する」など解決策を考える際の態度を尋ねる内容であった。また今回は元の尺度から中学生の理解が困難であると思われる単語を変更した。そのため語彙が似通ったものになり、本来の解釈と異なる受け取り方がされた可能性もある。一方で加藤(2003)は当時の大学生を対象に質問紙を作成した。本研究では現代の中学生に回答を求めている。そのためこの間の時代背景や価値観の変化が影響している可能性も十分に考えられる。

以上、本研究では中学生における文化的自己観が及ぼす対人葛藤方略スタイルへの影響を調べた。具体的には対人葛藤場面別、文化的自己観の発達観点から研究した。その結果文化的自己観は対人葛藤方略スタイルの選択に影響があること、さらに文化的自己観の影響や方略スタイルの選択は葛藤場面の責任の所在が関係していることが明らかになった。加えて現代では従来考えられていた対人葛藤方略スタイルの特徴が変化してきている可能性も示唆された。従来までの対人葛藤方略スタイルと友人満足度や適応感の研究は文化や場面が考慮されておらず、議論が個人の葛藤方略選択の良し悪しに終始していた。本研究では対人葛藤方略選択に文化や場面が影響していることを明らかにしたと同時に、この領域の研究における意義を明示した点で意義があると考えられる。また各年代によって対人葛藤の内容や方略の特徴が異なっていることも示唆された。各年代による対人葛藤の内容や方略の特徴などがより明確になれば、年代間で起こりやすい価値観の相違によるトラブルなどの予防とその対策につなげることができるのではないかと考える。また対人葛藤についての相談や指導の際は相手の年代の価値観や所属している文化を十分に考慮しな

がらする必要がある。

今後の課題

質問への回答には社会的望ましさが働いた可能性がある。その一例として、天井効果が出たことがあげられる。天井効果が見られた項目は友好的に両者が利益を得られるような解決法を考えようとするものであった。これは中学生を対象とし、学校で回答を求めたことから一般的に理想とされるアサーティブな解決法を正解として選んで回答したことが考えられる。そのため実際に使用されている対人葛藤方略にズレが生じている可能性がある。そのため今後は教師からではなく研究者の手から質問紙を配布することで学校成績や正誤と無関係であることを強調することや、家庭で質問紙へ回答をしてもらうなど回答方法を工夫する必要がある。

もう1つは対人葛藤方略に関する尺度の選択である。本研究では現在ある尺度の中で比較的妥当性の高い尺度を使用した。しかしながら開発者自身も独自性が低い項目があることを論じていた(加藤, 2003)。それが項目間相関の高さに影響したと推測される。さらに現代の対人葛藤方略が変化していることや中学生独自の対人葛藤方略スタイルの分類があることが示唆された。一方で単に調査対象者の特徴が現れている可能性もある。したがって次回は中学生用の尺度開発から行い、対象地域を広く回答を依頼し、中学生及び現代の対人葛藤方略スタイルを調査する必要がある。

文献

- 藤森立男 (1991). 高校生活における対人葛藤の解決過程に関する基礎的研究 北海道教育大学紀要, 41, 185-193.
- 平井美佳 (2000). 問題解決場面における自己と他者の調整 教育心理学研究, 48, 462-472.
- 本田周二 (2012). 対人関係における動機づけが対人葛藤時の対処方略に及ぼす影響 パーソナリティ研究, 21, 152-163.
- 加藤 司 (2003). 大学生の対人葛藤方略スタイルとパーソナリティ, 精神的健康との関連性について 社会心理学研究, 18, 78-88.
- 木内亜紀(1995). 独立・相互依存的自己理解尺度の作成および信頼性・妥当性の検討 心理学研究, 66, 100-106.
- 北山 忍(1994). 文化的自己観と心理的プロセス 社会心理学研究, 10, 153-167.
- Markus, H. R., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: implications for cognition, emotion, and motivation *Psychological Review*, 98, 224-253
- 中島美紀・五十嵐哲也(2012). 中学生の相互独立性・相互協調性と友人関係との関連 愛知教育大学紀要, 61, 67-74.
- 大淵憲一 (1996). 攻撃性と対人葛藤一人はなぜ争い, どう和解するのかーサイエンス社
- 大淵憲一・福島 治(1997). 葛藤解決における多目標ーその規定因と方略選択に対する効

- 果一 心理学研究, 68, 155-162.
- 岡安孝弘・嶋田洋徳・丹波洋子・森 俊夫・矢富直美 (1992). 中学生の学校ストレスの評価とストレス反応との関係 心理学研究, 63, 310-318.
- 奥野誠一・小林正幸(2007). 中学生の心理的ストレスと相互独立性・相互協調性との関連 教育心理学研究, 55, 550-559.
- Rahim, M. A., & Bomnama, T. V. (1979). Managing organizational conflict: a model for diagnosis and intervention *Psychological Reports*, 55, 439-445.
- Singelis, T. M. (1994). The measurement of independent and interdependent self-construals *Personality and social Psychology Bulletin*, 20, 580-591.
- 高田利武 (1999). 日本文化における相互独立性・相互協調性の発達過程—比較文化的・横断的資料による実証的検討— 教育心理学研究, 47, 480-489.

<原著>

マインドワンダリングが創造的問題解決に及ぼす影響

亀山奈生 信州大学大学院教育学研究科
高橋知音 信州大学学術研究院教育学系

概要

本研究では、マインドワンダリング（以下、MW）が慣れた作業や認知的負荷の低い作業中に生じやすいことに着目し、創造的問題解決が促進されるようなあたため期の過ごし方として「慣れており、特に注意を向けずにできる課題や作業（映像の視聴）を行うこと」を導入した。あたため期に映像視聴をする BGV 群、何にもせず休憩する休憩群、課題について考え続ける統制群を設定し、あたため期中の MW が創造的問題解決に及ぼす影響を検討した。実験参加者はあたため期の前後で創造性課題に取り組んだ。また、MW 生起指標としてあたため期中の状態を問う質問紙を実施した。分析の結果、統制群よりも、BGV 群と休憩群の方が有意に MW 生起頻度が高かった。一方、群間において創造性得点の有意な差は示されなかった。また、BGV 群と休憩群では質的に異なる MW が示された。

キーワード：マインドワンダリング、創造的問題解決、あたため期

問題と目的

創造性

創造性の定義や研究方法は様々であるが、本研究では山岡・湯川(2016)にならい、Guilford (1967)が提唱した「拡散的思考(divergent thinking)」の定義を用いる。拡散的思考とは、多様な方向へ広がっていくような思考のことである。また本研究では創造性を「流暢性」、「柔軟性」、「独自性」の3つから測定する。流暢性はアイデア生成のなめらかさ、柔軟性は産出されたアイデアの種類豊富さ、独自性は産出されたアイデアのまれさを表す。

創造的問題解決とマインドワンダリング

一時的に課題から離れる期間（あたため期）を経ることで、創造的問題解決が促進される現象である「孵化効果」というものがある(Wallas, 1926)。そして、孵化効果の背景にあるものとして、マインドワンダリングが注目されている。マインドワンダリングとは、目の前の課題から注意が逸れ、それが内的世界に向かい、課題とは関係のない思考をすること

とである(Smallwood & Schooler, 2006)。つまり、あたたため期中にマインドワンダリングが生じ、思考がさまようことで、その後改めて取り組む課題の中で創造的問題解決が促進されると考えられている。例えば, Baird et al. (2012)では、あたたため期に認知的負荷の低い課題を行なった群において、創造性課題における独自性の向上が見られたことが報告されている。山岡・湯川(2016)では、覚醒している限り、特に何もせず休憩している間も認知的負荷の低い課題を行なっている状態とみなし、あたたため期に何もせず休憩する群を設定し、実験を行なった。その結果、認知的負荷の高い課題を行なった群より、休憩群においてマインドワンダリング生起が高いことが示されている。

また、マインドワンダリングがどのような状況において生じやすいかを述べた研究がある。Mason et al. (2007)や Kane et al. (2007)の報告から、マインドワンダリングは慣れている作業を行なっている時や、疲労感を伴うくらい困難で努力を要する課題を行なっている時に生じやすいと考えられる。

本研究の目的

本研究では、創造的問題解決が促進されるようなあたたため期の過ごし方として、実験参加者にとって「慣れており、特に注意を向けずにできる課題や作業を行うこと」を取り入れる。そして、「慣れた作業をすることでマインドワンダリングが生じやすくなり、創造的問題解決が促進される」という仮説を検討することを目的とする。日常的で慣れた活動として、「映像の視聴」を実施する。人は普段、テレビやYouTube、車窓に映る景色などをぼんやりと眺めることがある。この「ぼんやりと過ごす」ことがあたたため期中に生じるマインドワンダリングに近い状態であると考え、本研究ではあたたため期に映像 (background video: 以下, BGV) を視聴する群を設定する。山岡・湯川 (2016) では、人は覚醒している限り何らかの課題を行っている状態にあり、何もせずに休憩することもまた認知的負荷の非常に低い課題であると考えた。これを参考に、あたたため期中に椅子に座ったまま何もせず、休憩する休憩群を設定する。また、マインドワンダリングが生起しにくいように、あたたため期中に課題について考え続ける統制群を設け、これら3群のマインドワンダリング生起頻度および創造性課題成績を比較する。

本研究における仮説は以下の通りである。

仮説①：統制群よりも、あたたため期に何もせず休憩していた群、BGV 視聴を行なっていた群の方が、あたたため期中のマインドワンダリング生起頻度が高い。

仮説②：統制群よりも、あたたため期に何もせず休憩していた群、BGV 視聴を行なっていた群の方が、あたたため期後の創造性課題の成績が高い。

方法

対象

大学生、大学院生 49 名 (女性 37 名, 男性 12 名, 平均年齢 21.08 歳, SD = 1.38) が実験

に参加した。

手続き

実験協力を依頼し、同意を得られた学生が実験に参加した。同意書には、研究目的、データの管理方法、個人情報の保護、参加同意後の同意撤回の自由、ICレコーダーでの録音、実験中はアラーム音等に反応することがないようにスマートフォン等の電子機器の電源をオフにしてもらうことを記載した。実験参加についての同意について口頭で説明し、これらの内容に了承を得られる場合、同意書への署名を求めた。また、実験参加者にできるだけ自然な状態で実験参加してもらえよう、実験について「創造性と意識に関する心理学的研究」と説明し、実施した。

参加者はまず、創造性課題である Unusual Uses Test(Guilford, 1967: 以下, UUT)の1回目に取り組んだ。UUT1回目終了後、12分間のあたため期を設けた。この間、参加者のマインドワンダリング生起を邪魔しないために、実験者は仕切りを隔てたスペースで待機した。あたため期終了後、UUT2回目を行った。この時、1回目の回答と重複しないアイデアを考え記述するよう教示した。UUT2回目終了後、あたため期中の状態について問う質問紙を実施した。実験終了後、研究の真の目的や、真の目的を明かさずに実験を行った理由を実験参加者に説明した。実験実施時間は40分程度であった。また本研究は、教育学部研究委員会倫理審査部会の倫理審査を受けた(管理番号:20-10)。

材料

創造性課題 Unusual Uses Test : Guilford(1967)によって作成された創造的問題解決課題である。参加者に問題文の最初に提示された「モノ」の、通常とは異なる使い方を制限時間内にできるだけ多く考え、回答欄に記述するよう求めた。はじめに練習問題として「鉛筆」を出題した。回答時間は30秒とし、回答ノルマは5個以上であった。次に、本題として「ダンボール」と「レンガ」の2題を出題した。それぞれ回答時間は2分、回答ノルマは10個以上であった。

創造性得点 UUTで得られた回答は先行研究(Guilford, 1967; 岩崎, 1971; Silvia et al, 2008; Wallach & Kogan, 1965; 山岡・湯川, 2016)に基づき、流暢性、柔軟性、独自性という3つの観点からそれぞれ採点された。

①流暢性 Guilford(1967), 山岡・湯川(2016)を参考に、回答数を流暢性の指標とした。本研究では2刺激(ダンボールとレンガ)通しての回答数を算出した。UUT1回目、2回目それぞれの平均回答数を流暢性得点の指標として用いた。また、UUT2回目の平均回答数から1回目の平均回答数を引くことで、流暢性変化量を算出した。

②柔軟性 Guilford(1967), 岩崎(1971), 山岡・湯川(2016)を参考に、回答のカテゴリ数を柔軟性の指標とした。まず、刺激ごとにUUT1回目と2回目それぞれの回答がいくつのカテゴリに分類できるかを2名の学生(女性2名)に評定を求めた。次に、UUT2回目の回答に初めて出てきたカテゴリ(新出カテゴリ)がいくつあるかを、同じ評定者に評定し

てもらった。カテゴリ数の評定者間相関係数は、UUT1 回目「ダンボール」において $r=.95$ 、UUT2 回目「ダンボール」において $r=.96$ 、UUT1 回目「レンガ」において $r=.95$ 、UUT2 回目「レンガ」において $r=.95$ であった。新出カテゴリ数の評定者間相関係数は、「ダンボール」において $r=.89$ であり、「レンガ」において $r=.92$ であった。したがって、評定者間のカテゴリ数、新出カテゴリ数にはある程度の一致があると判断した。分析では、新出カテゴリ数について刺激ごとに評定者間の平均値を算出し、2 刺激通した平均値を柔軟性得点とした。また、UUT1 回目、2 回目それぞれの、評定者間のカテゴリ数平均値を算出した。UUT2 回目のカテゴリ数平均値から 1 回目のカテゴリ数平均値を引くことで、カテゴリ数変化量を算出した。

③非重複的独自性 Wallach & Kogan(1965), 山岡・湯川 (2016) を参考に、UUT2 回目の回答が他の参加者全員の回答と重複がない場合、その回答に 1 点を与えた。回答ごとに点数を与え、刺激ごとに合計点を算出し、UUT1 回目と 2 回目のそれぞれにおいて、2 刺激通した平均値を求め、これを非重複的独自性得点とした。また、UUT2 回目の得点から 1 回目の得点を引くことで、非重複的独自性の変化量を算出した。

④希少的独自性 Guilford. (1967), 山岡・湯川 (2016) を参考に、全参加者の全回答のうち、その回答が占める割合が 5%未満であれば 1 点、1%未満であれば 2 点を与えた。回答ごとに得点を与え、その回答を産出した参加者に得点をフィードバックした。刺激ごとに合計点を算出し、2 刺激通した平均値を求め、これを希少的独自性得点とした。また、UUT2 回目の得点から 1 回目の得点を引くことで、希少的独自性得点の変化量を算出した。

⑤評価的独自性 Silvia et al. (2008), 山岡・湯川 (2016) を参考に、学生 2 名 (女性 2 名) に、各回答がどの程度創造的であるかを「1: 全く創造的でない」、「2: あまり創造的でない」、「3: どちらともいえない」、「4: まあまあ創造的である」、「5: 非常に創造的である」の 5 件法で評定を求めた。「創造的なアイデア」の基準として Silvia et al. (2008) で用いられた評価基準を採用した。各テーマの評価者間相関は、UUT1 回目「ダンボール」において $r=.84$ 、UUT2 回目「ダンボール」において $r=.87$ 、UUT1 回目「レンガ」において $r=.81$ 、UUT2 回目「レンガ」において $r=.77$ であった。回答ごとに得点を与え、そのアイデアを産出した参加者に得点をフィードバックした。刺激ごとに合計点を算出し、2 刺激通した評定者間の平均値を求め、これを得点とした。また、UUT2 回目の得点から 1 回目の得点を引くことで、評価的独自性得点の変化量を算出した。

あたたため期中の実験操作

あたたため期中の実験操作として、3 群それぞれに以下のような過ごし方を設定した。あたたため期は 3 群とも 12 分間であった。

BGV 群 あたたため期中、パソコン画面上に映し出された映像を視聴するように、「今から休憩時間に入ります。休憩中、こちらの映像をご覧ください。」と教示した。映像は NHK クリエイティブライブラリーからダウンロードし、筆者が編集したものを使用した。映像の

内容はダイバーが海中の様子を撮影したものであり、海水魚やカメなどが泳ぐ映像であった。BGM等の音楽や人の話し声はなく、水音やダイバーの呼吸音などの音声が入っていた。

休憩群 「今から休憩時間に入ります。椅子に座ったままリラックスしてください。ただし、眠らないように注意してください。」と教示した。

統制群 「今から休憩時間に入りますが、休憩中も先ほど行った課題(UUT)について、できるだけ考えながら過ごしてください。」と教示した。

あたため期後の質問(マインドワンダリング生起指標)

自由記述式思考内容質問紙 あたため期中に頭に思い浮かんだことを、箇条書きで自由に記述する質問紙であった。記述された思考内容の個数を「思考内容個数」、内容によって分類した時のカテゴリ数を「思考内容カテゴリ数」とした。

課題関連思考の割合 あたため期全体(12分間)を100とした時、あたため期中に生じたUUTに関連する思考が、どのくらいの割合を占めていたかを参加者が数直線上に線で印をつけ、その下に数値を書くことで割合を表してもらった。

ストレス状態質問紙 Matthew et al. (1999)によって作成されたDundee Stress State Questionnaire (DSSQ)の日本語版(岡村他, 2004)。Baird et al. (2012)、山岡・湯川(2016)にならい、本実験では下位尺度である「思考内容(全16項目)」のうち、課題無関連妨害思考を測定する8項目を使用した。また、質問項目及び解答項目の文末表現は現在形ではなく過去形とした。

UUT関連思考 Baird et al. (2012)、山岡・湯川(2016)で作成されものを参考に作成した。あたため期中にどの程度UUTについて考えていたかを問う1項目の質問紙を実施した。

「1:まったく考えていなかった」、「2:ちょっと考えていた」、「3:たまに考えていた」、「4:しばしば考えていた」、「5:ずっと考えていた」の5件法で回答を求めた。

結果

あたため期中のマインドワンダリング生起頻度

群間でのマインドワンダリング生起頻度を比較するため、独立変数を3つの群、従属変数をマインドワンダリング生起頻度(思考内容個数、思考内容カテゴリ数、思考割合、課題無関連妨害思考、UUT関連思考)とする参加者間1要因分散分析を行った。分散分析の結果、思考内容個数においては群間に有意な差が示されなかった。一方、思考内容カテゴリ数、思考割合、課題無関連妨害思考、UUT関連思考において、群間に有意な差が示された。表1に各群の人数、各マインドワンダリング生起頻度指標の平均値、標準偏差を示した。

思考内容カテゴリ数について群間の平均値の差は有意であった($F(2, 46) = 11.22$, $MSE = 3.77$, $p < .001$, $\eta^2 = .33$)。群ごとの分散が等質であったため、HochbergのGT2法による多重比較を行ったところ、BGV群と休憩群の間($p < .001$, $d = 1.49$)、休憩群と統制群の間(p

= .001, $d=1.29$)に有意な差があった。

思考割合について群間の平均値の差は有意であった($F(2, 46) = 24.63$, $MSE = 488.89$, $p < .001$, $\eta^2 = .52$)。群ごとの分散が等質でなかったため、Dunnett の T3 法による多重比較を行ったところ、BGV 群と統制群の間($p < .001$, $d=2.85$)、休憩群と統制群の間($p = .001$, $d=1.44$)に有意な差があった。

課題無関連妨害思考について群間の平均値の差は有意であった($F(2, 46) = 4.12$, $MSE = 0.35$, $p = .023$, $\eta^2 = .15$)。群ごとの分散が等質であったため、Hochberg の GT2 法による多重比較を行ったところ、BGV 群と休憩群の間に有意な差があった($p < .001$, $d=1.00$)。

UUT 関連思考について群間の平均値の差は有意であった($F(2, 46) = 23.58$, $MSE = 1.15$, $p < .001$, $\eta^2 = .51$)。群ごとの分散が等質であったため、Hochberg の GT2 法による多重比較を行ったところ、BGV 群と統制群の間($p < .001$, $d=3.07$)、休憩群と統制群の間($p < .001$, $d=1.62$)に有意な差があった。

表1 マインドワンダリング生起頻度の比較

	平均値			標準偏差		
	BGV	休憩	統制	BGV	休憩	統制
人数	17	16	16	17	16	16
思考内容個数	7.24	6.88	5.69	2.56	2.83	2.52
思考内容カテゴリ数	2.59	5.44	2.69	1.54	2.25	1.99
思考割合	11.65	25.50	64.06	7.53	28.31	25.25
課題無関連妨害思考	1.81	2.40	2.15	0.54	0.64	0.60
UUT関連思考	1.71	2.13	4.13	0.69	1.50	0.89

あたため期の過ごし方による創造的問題解決への影響

あたため期の過ごし方の違いが創造的問題解決に及ぼす影響を検討するため、独立変数を3つの群、従属変数をUUT2回目の創造性得点ならびに1回目から2回目への変化量とする参加者間1要因分散分析を行った。表2に各群の人数、UUTの創造性得点変化量の平均値、標準偏差を示した。

分散分析の結果、UUT2回目の創造性得点において群間に有意な差は示されなかった。一方、流暢性変化量、カテゴリ数変化量、評価的独自性変化量の平均値において有意な差が示された(流暢性: $F(2, 46) = 3.66$, $MSE = 3.69$, $p = .033$, $\eta^2 = .14$, カテゴリ数: $F(2, 46) = 3.73$, $MSE = 2.92$, $p = .031$, $\eta^2 = .14$, 非重複的独自性: $F(2, 46) = 0.14$, $MSE = 1.57$, $p = .869$, $\eta^2 = .01$, 希少的独自性: $F(2, 46) = 2.25$, $MSE = 12.02$, $p = .117$, $\eta^2 = .09$, 評価的独自性: $F(2, 46) = 4.56$, $MSE = 28.99$, $p = .016$, $\eta^2 = .17$)。流暢性変化量、カテゴリ数変化量については群ごとの分散が等質であったため、Hochberg の GT2 法による多重比較を

行った。その結果、流暢性変化量においては BGV 群と統制群の間に有意な差が示された ($p = .047$, $d = 0.85$)。カテゴリ数変化量においては BGV 群と統制群の間に有意な差が示された ($p = .031$, $d = 0.90$)。評価的独自性変化量については群ごとの分散が等しくなかったため、Shaffer 法を用いて多重比較を行った。その結果、BGV 群と統制群の間 ($p = .018$, $d = -0.84$)、休憩群と統制群の間 ($p = .008$, $d = -0.95$) に有意な差が示された。

表2 あたため期前後の創造性得点の変化量の比較

	平均値			標準偏差		
	BGV	休憩	統制	BGV	休憩	統制
人数	17	16	16	17	16	16
流暢性	-2.76	-2.56	-1.09	1.12	1.80	2.60
カテゴリ数	-2.63	-2.19	-1.05	0.92	1.58	2.36
非重複的独自性	0.18	0.31	0.41	1.30	0.87	1.50
希少的独自性	-3.38	-3.34	-1.13	2.79	3.28	4.22
評価的独自性	-6.37	-7.00	-1.75	2.63	5.11	7.45

マインドワンダリングと創造的問題解決の関係

マインドワンダリング生起頻度の群間比較から、各群のあたため期中の思考内容には次のような特徴があると考えられる。BGV 群は映像視聴により課題(UUT)からは離れるものの、その時の思考内容は映像に関するものに留まり、思考内容の種類は少ない。休憩群は課題について考えつつも、課題とは関係のないことも考えており思考内容の種類も雑多である。統制群はほとんど課題について考えており、思考内容の種類も課題に関するものに留まり、少ない。

これらの特徴から、マインドワンダリング生起頻度指標の中でも、思考内容の個数である「思考内容個数」と、思考内容の種類の数である「思考内容カテゴリ数」に着目し、マインドワンダリングと創造的問題解決がどのような関係にあるのか、散布図を用いて検討した。課題無関連妨害思考でも「課題と関係のないこと/あること」をどの程度考えていたか測定することができるが、それぞれの項目に反映される内容は参加者によって異なると考えられる。例えば、「自分の心配事について考えていた」という項目への回答が「UUT に対する心配事」であるか、「参加者自身の今後の予定やこれまでに起きたことに対する心配事」であるかを評定値から判断することはできない。思考内容個数と思考内容カテゴリ数は参加者の自由記述式思考内容質問紙への回答を元に算出した数値である。そのため、これらの指標は参加者のあたため期中の状態がより反映されたものであると考え、分析の対象とした。

分析の結果、統制群において、思考内容個数とカテゴリ数の間に、また思考内容個数と

評価的独自性の間に有意な相関が示された。それぞれの相関係数と p 値を表 3 に示した。相関係数と p 値を示した表において、下線の引かれた相関係数は有意であることを示す。

表 3 統制群における思考内容個数及び思考内容カテゴリ数と各創造性得点の相関

	思考内容			
	個数		カテゴリ数	
	r	p	r	p
流暢性	.48	.059	-.07	.805
カテゴリ数	<u>.52</u>	.040	-.01	.958
柔軟性	.48	.058	-.01	.964
非重複的独自性	.32	.230	-.05	.852
希少的独自性	.43	.100	-.12	.658
評価的独自性	<u>.52</u>	.041	-.02	.950

考察

あたたため期の過ごし方の違いとマインドワンダリング生起

あたたため期の過ごし方の違いが、あたたため期中のマインドワンダリング生起にどのような影響を与えるかを検討したところ、思考内容個数について群間で有意な差は示されなかった。一方、思考内容カテゴリ数、思考割合、課題無関連妨害思考、UUT 関連思考の平均値について、3 つの群間に有意な差が示された。有意差の示された 4 つのマインドワンダリング生起指標に着目し、「あたたため期中にどのような思考内容が現れたのか」という視点から、群間でのマインドワンダリングの違いを見ていく。

思考内容カテゴリ数において、BGV 群よりも休憩群の方が、また統制群よりも休憩群の方がその平均値が有意に高いことが示された。したがって、BGV 群よりも休憩群の方が、統制群よりも休憩群の方があたたため期中に様々な内容が現れたと考えられる。「内容」という観点から見ると BGV 群ではあたたため期中に視聴した映像に関する記述が多く見られた。統制群では UUT や本実験の意図に関する記述が多く見られた。一方、休憩群では UUT に関連する内容に加え、その日の予定や食事、最近起きたことなど雑多な内容が記述されていた。

思考割合については BGV 群と統制群、休憩群と統制群の間に有意な差が示された。これは UUT 関連思考についても同様であった。このことから、あたたため期中に課題について考える時間は BGV 群よりも統制群の方が、また休憩群よりも統制群の方が有意に多かったと言える。これは統制群において、あたたため期に入る前に「休憩中にもできるだけ課題(UUT)について考えてもらう」という教示が実験操作として機能し、あたたため期中に統制群はマインドワンダリングをほとんどしていなかったと考えられる。

課題無関連妨害思考については BGV 群と休憩群の間に有意な差が示された。このことから、BGV 群よりも休憩群の方が課題に関係のないことを考えていたと言える。これは先述の通り、あたため期中に BGV 群は映像に関する思考内容が、休憩群は課題に関する思考に加え、より雑多な思考内容が現れたことが課題無関連妨害思考質問紙の項目に反映されたと考えられる。

あたため期の過ごし方の違いが創造的問題解決に及ぼす影響

次に、あたため期の過ごし方の違いが創造的問題解決に及ぼす影響を検討したところ、群間で創造性得点に有意な差は示されなかった。また、創造性得点変化量については流暢性変化量、カテゴリ数変化量において、統制群よりも BGV 群の方が UUT1 回目から 2 回目への得点の減り方が有意に大きいことが示された。また、評価的独自性変化量においては、統制群よりも BGV 群、休憩群の方が UUT1 回目から 2 回目への得点の減り方が有意に大きいことが示された。これらの結果は、マインドワンダリングが流暢性へはポジティブな影響を及ぼさない可能性を示している。一方、今回用いた創造性得点の算出方法は流暢性得点に影響されやすく、アイデア数が多ければ多いほど他の創造性得点も高く出やすいという特徴がある。加えて、本研究では UUT2 回目で「1 回目とは重複しないアイデアを記述する」ことを求めており、1 回目よりも課題自体の難易度が上がるためアイデアが出にくかったと考えられる。その中でも統制群は休憩時間中も課題について考えることができ、アイデア数の減り方が BGV 群、休憩群よりも小さかったと考えられる。

マインドワンダリングが創造的問題解決に及ぼす影響

あたため期の過ごし方の違いが創造的問題解決を促進するような影響は示されなかった。しかし今回、実験操作によって「課題とは関係のない思考をしつつも、その思考内容の種類が少ない群(BGV 群)」「課題と関係のある思考も、関係のない思考もあり、思考内容が雑多な群(休憩群)」「課題と関係のある思考をしていた群(統制群)」という、群間でのあたため期中の思考内容の違いが見られた。そこで、マインドワンダリング生起指標のうち、思考内容個数、思考内容カテゴリ数の 2 つに着目し、マインドワンダリングと創造的問題解決がどのような関係にあるか検討したところ、統制群において思考内容個数とカテゴリ数、また思考内容個数と評価的独自性の間に有意な相関が示された。思考内容個数は記述された思考内容の単純個数である。統制群ではあたため期中でもできるだけ課題について考えるよう教示されており、統制群の参加者のほとんどが課題に関する思考内容を記述した。これはマインドワンダリング生起の群間比較において、思考割合、UUT 関連思考の平均値は他の 2 群よりも有意に高かったことと一貫している。したがって、あたため期中に課題について考えるほど創造的問題解決が促進される可能性が示された。統制群においては本来あたため期であるはずの時間が、課題回答時間に思いつかなかったものについて熟考しアイデア産出する時間として機能していたと考えられる。

本研究の意義

本研究の意義は「質の異なるマインドワンダリング」が示されたことである。あたたため期中に映像を視聴する BGV 群, 何もせず休憩する休憩群を設けることで, 2 種類のマインドワンダリングが示された。

BGV 群では課題から注意が逸れているものの, あたたため期中の思考内容は映像に関連するものが多く, 思考内容の種類は少なかった。つまり, 課題から離れた先で注意を向けた外的刺激に関する思考がマインドワンダリングの中心になっていた。

一方, 休憩群では課題に関する思考内容もありながら, 生活や予定に関する思考内容も見られた。したがって, 多様な種類の思考内容を彷徨うようなマインドワンダリングが生じることが示された。状況としてはどちらも認知的負荷の低い課題を遂行している状態になるが, 状況を作り出す際に外的刺激を用いるか否かで, 生起するマインドワンダリングは質の異なるものになると考えられる。これは今後, 創造的問題解決に効果的なあたたため期の設定や, マインドワンダリングの状態を検討する一つの足がかりになると考える。

本研究の限界

本研究では質の異なる 2 つのタイプのマインドワンダリングが示された一方で, それらが創造的問題解決を促進するような結果が示されなかった。ここでは本研究の限界について述べる。

本研究の限界の 1 つは, マインドワンダリングが創造的問題解決に及ぼす影響を検討するための創造性課題が UUT に留まる点である。今回の結果からは「マインドワンダリングをせず, 課題について考え続けることが創造的問題解決を促進する」可能性が示唆された。一方で, UUT のような「アイデアをできる限り多く産出する課題」では, マインドワンダリングの効果が示されなかった可能性も考えられる。アイデア産出で終わらない, より解決が困難な課題においてマインドワンダリングの効果が示されるかもしれない。UUT に限らず別の創造性課題を用いて検討することで, 「マインドワンダリングの効果はどのようなタイプの創造性課題に示されるのか」といった, マインドワンダリングから創造性へのポジティブな影響についてより詳細に検討する必要があると考える。

引用文献

- Baird, B., Smallwood, J., Mrazek, M. D., Kam, J. W. T., Franklin, M. S., & Schooler, J. W. (2012). Inspired by distraction: Mind-wandering facilitates creative incubation. *Psychological Science, 23*, 1117-1122.
- Corazza, G. E. (2016). Potential originality and effectiveness: The dynamic definition of creativity. *Creativity Research Journal, 28*, 258-267.
- Gimbra, L. (1993). The influence of aging on spontaneous shifts of attention from external stimuli to the contents of consciousness. *Experimental Gerontology, 28*,

485-492.

- Guilford, J. P. (1967). *The art of human intelligence*. New York: McGraw-Hill.
- Hao, N., Wu, M., Runco, M. A., & Pina, J. (2015). More mind wandering, fewer original ideas: Be not distracted during creative idea generation. *Acta Psychologica, 161*, 110-116.
- 石村 郁夫・河合 英紀・國枝 和雄・山田 敬嗣・広田 千織・小玉 正博 (2009). フロー状態におけるアイデア産出量に関する研究 日本心理学会第73回大会抄録, 992.
- 岩崎 純子 (1971). 児童における拡散的思考と知能の関係 教育心理学研究, 19, 121-125.
- 梶村 昇吾・野村 理朗 (2016). 日本語版 DDFS および MWQ の作成 心理学研究, 87, 79-88.
- Kane, M. J., Brown, L. H., McVay, J. C., Silvia, P. J., Myin-Germeys, I., & Kwapil, T. R. (2007). For whom the mind wanders, and when: An experience-sampling study of working memory and executive control in daily life. *Psychological Science, 18*, 614-621.
- Killingsworth, M. A., & Gilbert, D. T. (2010). A wandering mind is an unhappy mind. *Science, 330*, 932.
- Martin, L., & Wilson, N. (2017). Defining creativity with discovery. *Creativity Research Journal, 29*, 417-425.
- Mason, M. F., Norton, M. I., Van Horn, J. D., Wegner, D. M., Grafton, S. T., & Macrae, C. N. (2007). Wandering minds: The default network and stimulus-independent thought. *Science, 315*, 393-395.
- Matthews, G., Joyner, L., Gilliland, K., Campbell, S., Falconer, S., & Huggins, J. (1999). Validation of a comprehensive stress state questionnaire: Towards a state "big three"? In I. Mervielde, I. J. Deary, F. DeFryut, & F. Ostendorf (Eds.), *Personality Psychology in Europe* (Vol. 7, pp. 335-350). Tilburg, Netherlands: Tilburg University Press.
- McVay, J. C., & Kane, M. J. (2009). Conducting the train of thought: Working memory capacity, goal neglect, and mind wandering in an executive-control task. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory and Cognition, 35*, 196-204.
- Mooneyham, B. W., & Schooler, J. W. (2013). The cost and benefit of mind-wandering: A review. *Canadian Journal of Experimental Psychology, 67*, 11-18,
- 日本創造学会 (2003). 創造の定義 日本創造学会
- 岡村 尚昌・津田 彰・矢島 潤平 (2004). ストレス状態質問紙 青木 和夫・長田 久夫・児玉 昌久・小杉 正太郎・坂野 雄三 (編) ストレススケールブック (pp. 214-

220) 実務教育出版

- Puryear, J. S., Kettler, T., & Rinn, A. N. (2016, September 22). Relationships of personality to differential conceptions of creativity: A systematic review. *Psychology of Aesthetics, Creativity and the Arts*, Advanced online publication.
- Sannomiya, M., & Yamaguchi Y. (2016). Creativity training in causal inference using the idea post-exposure paradigm: Effects on idea generation in junior high school students. *Thinking Skills and Creativity*, 22, 152-158.
- Seli, P., Smallwood, J., Cheyne, J. A., & Smilek, D. (2015). On the relation of mind wandering and ADHD symptomatology. *Psychonomic Bulletin & Review*, 22, 629-636.
- Silvia, P. J., Winterstein, B. P., Willse, J. T., Barona, C. M., Cram, J. T., Hess, K. I., Martinez, J. L., & Richard, C. A. (2008). Assessing creativity with divergent thinking task: Exploring the reliability and validity of new subjective methods. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*, 2, 68-65.
- Smallwood, J. W. (2011). Mind-wandering while reading: Attentional decoupling, mindless reading and the cascade model of inattention. *Language and Linguistics Compass*, 5, 63-77.
- Smallwood, J., & Schooler, J. W. (2006). The restless mind. *Psychological Bulletin*, 132, 946-958.
- Wallach, M. A., & Kogan, N. (1965). *Modes of thinking in young children: A study of the creativity-intelligence distinction*. New York: Holt, Rinehart, & Winston.
- Wallas, G. (1926). *The art of thought*. New York: Harcourt Brace.
- 山岡 明奈・湯川 進太郎 (2016). マインドワンダリングが創造的な問題解決を促進する心理学研究, 87, 506-512.
- 山岡 明奈・湯川 進太郎 (2019). 創造性および抑うつ傾向とマインドワンダリングの特徴との関連 教育心理学研究, 67, 73-86.

<原著>

幼児期の反事実的推論の発達過程 —アニミズムと視覚的手掛かりの影響—

川窪 蘭 信州大学大学院教育学研究科
水口 崇 信州大学学術研究院教育学系

概要

幼児期の反事実的推論の発達を検証した。年少児 18 名と年長児 18 名を対象として、物理・心理・生物領域の反事実的推論課題を実施した。また、アニミズム課題や視覚的手掛かりの提示効果も検証した。結果、年長児は年少児より成績が高いこと、心理が物理や生物領域より、物理は生物より高いことが明らかになった。ここから心理領域は物理領域の成立基盤となることを論じた。また生物領域の個別の発達が示唆された。アニミズム的思考が反事実的推論に影響しないこと、視覚的手掛かりの付与効果は見られないことも明らかになった。

キーワード：因果推論，生物概念，言語能力，物理領域の成立機序

はじめに

人間が生きていく上で重要な能力の 1 つに推論(reasoning)がある。推論とは一般的に、利用可能な情報(前提・証拠)から、規則・過去事例やメンタルモデルに基づき、結論を導き出したり、新しい情報を得たりする思考過程のことを指す(楠見, 2011)。

伝統的な推論の研究では帰納推論と演繹推論が扱われてきた。その延長線上で、反事実的推論(counterfactual reasoning)も研究対象となってきた。反事実的推論とは、現実の因果関係に基づき、それとは異なる仮定の因果関係を推論することである(中道, 2011)。具体的には、「机の上に紙がある。風が吹く。紙が床に落ちる。」という因果関係において、「仮に風が吹かなかったら紙はどうなったか」と考える推論が挙げられる。反事実的推論は目の前の現実や事実を越えた様々な仮定の状況に対する推論である。このため主に成人が研究対象とされてきた(e.g., Mackie, 1974; Wells & Gavinski, 1989)。例外的に澤・須藤(1990, 1991)は、反事実条件文を理解する能力は小学校 1 年生, 2 年生に顕著な発達を示した後、学童期を通して緩やかに発達し、小学校高学年にその能力が概ね完成することを報告した。以上の研究からも、幼児期は反事実的推論が困難とされてきた。

しかしながら、その後幼児の多様な認知機能と反事実的推論の発達が検討されるように

なった(e.g., Harris, German, & Mills, 1996)。幼児の反事実的推論の研究では、幼児の認知機能を明らかにする上で重要な意義を持つとされている。例えば、藤戸・矢藤(2015)は、反事実的推論が幼児のうそ行動に大きく影響を与えることを明らかにしている。また、反事実的推論は幼児期の「ふり」にも関連すると考えられている(Amsel & Smalle, 2000)。

「ふり」においては、小川・高橋(2012)が役割遊び・ふり遊びと心の理論の関連について検討している。彼らは、役割遊びやふり遊び発現のメカニズムを踏まえ、心の理論に関する様々な説を整理し、遊びを分析することでどの説が妥当であるかを検討した。心の理論には、生得的な領域固有を主張するモジュール説が唱えられている。また、心の働きに関する理論の構築を行うプロセスと見なす理論説、他者の心の働きを自らの心の知識から推論することで成立するというシミュレーション説も論じられている。その中で、誤信念課題とふり遊び、役割遊びを検証した実験とふり遊びと役割遊びを実体験させる縦断的研究を実施した。結果、心の理論は役割遊びと関連が見られた一方、ふり遊びには関連が見られなかった。役割遊びとふり遊びには関連が見られた。これに加え、ふり遊びと役割遊びの実体験では、役割遊びは心の理論課題の得点を高めたが、ふり遊びにはそのような効果はなかった。以上のことから、現実と虚構の区別や代置のようなふり遊びと関連する機能は、心の理論と関連がないことが明らかになった。そして、相手の立場に立って他者の感情や行動を考える役割遊びは、心の理論と関連することが明らかになった。心の理論は、社会的知性に分類される知的能力である。よって、反事実的推論が社会的知能と関連することが示されている。このように、反事実的推論と認知機能の発達の関連を示す研究も進められてきた。ところが、同時に幼児は反事実的推論の遂行においてある種の不安定さを持つことが分かっているため、研究結果も様々である。

これまで反事実的推論の研究対象とされた領域は、物理領域と心理領域の2領域であった。具体的には、事実の状態や位置の変化といった物理的な因果関係を用いた Guajardo and Turley-Ames(2004)の研究や、感情と欲求といった心理領域における因果関係を用いた German and Nichols(2003)の研究が挙げられる。しかしながら、素朴理論では、幼児の因果関係理解の発達は物理、心理、生物の3領域に大きく分類できることが示されている(e.g., 落合, 2000)。この点を勘案して中道(2011)は、物理領域と心理領域の他に生物領域を新たに加えた。例としては、「鶏が卵を産んだ。鶏は産んだ卵を温めると、卵の中から雛が生まれた。」という物語を幼児に聞かせた。そして「鶏が卵を温めなかったら雛はどうなったか」を尋ねた。この3領域における反事実的推論課題を年少児、年中児、年長児に実施して、反事実的推論能力の発達過程を検証している。結果、年少児(51.5%)、年中児(65.3%)、年長児(76.3%)と年齢が上がるにつれて成績が高くなり、領域別では、物理(55.0%)、生物(62.8%)、心理(75.8%)の順に成績が高かった。このことから、幼児は実行機能や表象機能が未発達ではあるが、各領域の発達は領域固有であると同時に、反事実的推論能力の発達に素朴理論、因果の必然性が関係していると論じた。

この中道(2011)の研究結果を踏まえ、柳澤・水口(2017)は、新たに反事実的推論課題を実施した。具体的には、生物領域の課題に登場する生物種をより幼児が連想しやすい生物に整理した。さらに、単に回答の正誤を分析するのみでなく、そのような判断を行った理由を尋ねて思考プロセス(論拠)の検討を行った。また、領域によって違いが生じる理由について一貫した理論で説明されていない点も検討対象とした。その結果、心理領域と物理領域には、心理領域が最も早く発達を遂げそれを基盤に物理領域が成立するという順序性が明らかになった。そして、生物領域はこの2領域とは関連せず独自に発達をしていく可能性が示唆された。また、回答の理由を尋ねたことで、素朴生物学の獲得過程である年中児と年長児は、因果関係の理解はしているが、その理由に違いが表れることも示された。またそれらは稲垣・波多野(2005)の生氣論的因果から機械論的因果移行するという見解を支持する結果であった。加えて、生氣的因果の前は、意図的因果で理解することも論じた。意図的因果とは「息をして空気を吸い込むのはどうしてか」という問いに対して、「自分がさっぱりした気持ちになりたいため」というような認識である。生氣論的因果とは「胸のところが吸い込んだ空気から元気が出る力を取り入れるため」というような認識であり、機械論的因果とは「肺で酸素を取り入れなくなった炭酸ガスと取り換えるため」という認識である。このことから、柳澤・水口(2017)は因果関係の理解の論拠において、子どもなりに生物的な因果関係を理解しているか意図的因果で理解しているかの違いが表れたとの見解を示している。

しかしながら、中道(2011)も含め、どちらの実験も領域の編成に課題がある。まず、領域間の相違点を正確に比較できていないことである。生物領域の課題物語に登場する生物種類は、中道(2011)は哺乳類(ヒト)・植物・鳥類、柳澤・水口(2017)は昆虫・植物・魚類・鳥類を生物の課題に組み込んでいる。生物に関する辞書的な定義では、生命を持った生き物は全て生物となる。しかしながら、幼児が有する生物概念は、典型的な哺乳類動物であると推測される。このため、幼児の生物領域の正確な発達過程と、他の領域との十分な比較がなされていない。

また、幼児期の特徴として、アニミズム的思考がある。これは、Piaget(1960)によって提唱された、生命のない事物にあたかも命があり意志があるかのように擬人化して考える思考である。幼児期の特徴的思考と言えるこのアニミズム的思考を踏まえると、論理的な推論能力ではなく、対象を擬人化して回答を導き出している可能性である。このような点は、従来の研究で検討されていない。

さらに、柳澤・水口(2017)は、反事実的質問の前段階に行う結果記憶質問に正しく正答できなかった場合、反事実的質問と理由を問う質問は行わず、次の物語に進むという方法で実験を行っている。しかしながら、一度間違えても再度視覚的要素を用いて説明し質問を行うことで、理解力や正答率に変化が生じる可能性が考えられる。特に、幼児は一般的に視覚的手掛かりの付与は有効に機能することが知られている。

以上のことから、本研究では反事実的推論力において以下の3点を検討する。1)推論の検討課題領域(物理, 心理, 生物)の3領域の質問項目および図版をより詳細に整理して検証する。2)幼児の特徴であるアニミズム的思考が反事実的推論に及ぼす影響を検証する。具体的には、論理的思考によって推論を行っているとは限らず、生物や物理に対して擬人化して思考している可能性の検討である。3)正しい判断ができなかった幼児を対象に視覚的手掛かりを付与する効果について検証する。なお、本研究では先行研究の結果を踏まえて、年中児は対象とせず、年少児と年長児のみ対象とする。

方法

参加者

M市内の幼稚園に通う年少児18名(男児12名, 女児6名:平均年齢=4:2, 範囲=3:7-4:6), 年長児18名(男児9名, 女児9名:平均年齢=6:1, 範囲=5:7-6:6)の合計36名である。なお、本研究の実施に先立って所属機関の研究倫理の審査を受けて承認を得た(審査番号20-9)。

期間と記録

2020年10月に幼稚園内の静かな一室で個別実験を行った。反事実的推論課題はICレコーダーと記録用紙で回答を記録した。平均所要時間は約13分であった。アニミズム課題は、反事実課題後に実施した。実験はICレコーダーとフローチャートで回答を記録した。この平均所要時間は約2分であった。

課題・材料

実験で用いた反事実課題は、(1)初期状態、(2)原因事象、(3)結果状態からなる因果関係「例:(1)コップが机の上にある、(2)コップが机から落ちる、(3)コップが割れる」の物語を聞かせた後、その原因となる事象が生起しなかった場合、結果状態がどのように変化するか「例:もしコップが机から落ちなかったら、コップはどうなるかな?」と質問した。その上で、そのように回答した理由「例:どうしてそう思ったの?」を聴取した。

プレゼンテーションソフト(Microsoft PowerPoint)で作成した紙芝居形式の図版を使用した。課題に用いた因果関係の物語は全部で24種類であった。中道(2011)、柳澤・水口(2017)の課題内容を参考に、一部改編した物語を作成した。特に、生物領域の図版において、中道(2011)、柳澤・水口(2017)では哺乳類(ヒト)、昆虫、植物、魚類、鳥類が組み込まれていたが、本研究ではすべてヒト以外の哺乳類に大幅に変更した。因果関係の領域は、物理領域「例:(1)赤いボールがある、(2)赤いボールが転がり、青いボールにぶつかる、(3)青いボールが転がる」、心理領域「例:(1)ともくんは花を見ていて嬉しい気持ち、(2)そこに犬が来て花を踏んでしまう、(3)ともくんは悲しい気持ち」、生物領域「例:(1)猫はお腹が空いていた、(2)猫は餌を見つけた、(3)猫は餌を食べお腹がいっぱいになる」の3領域である。3つの領域では、それぞれ初期状態から始まる物語が4つあり、各物語で原因事象

から結果状態の連鎖を2パターン作成した。1つ目のパターンは初期状態から結果状態が変化する物語であり、2つ目のパターンは初期状態と結果状態が変化しない物語である。使用した質問項目は、物理領域についてはTable 1、心理領域についてはTable 2、生物領域についてはTable 3に示す。なお、使用した図版は末尾に資料として添付した。

アニミズム課題は、立てられた紙が手で起こした風によって運動する現象の説明を求めた。これは永盛(2012)がアニミズム思考を分類するために考案した課題である。縦9 cm、横6 cmの紙を長辺で半分に折り曲げ、長辺が上下になり且つ風を受け入れる向きにして立てた。この紙に向かって実験者が手であおいで起こした風で紙が移動する現象を呈示し、参加児にこの現象の原因説明を求めた。実験に使用した紙は永盛(2012)の使用したものを参考に一部改編して作成した。彼が開発したフローチャートはFig 1の通りである。

手続き

教室に行き、参加児1名に「お姉さんとクイズをして遊ぼうか」と声を掛け、実験を行う一室へ誘った。参加児は机の前の椅子に座り、実験者は参加児の左側に座った。ICレコーダーがオンになっていることを確認し、最初に、名前・クラスを聞いた後、ラポールを形成した。そして「これから〇〇君(ちゃん)に色々なお話を聞いてもらいます。後でお話のことからクイズを出すから、よく聞いていてね。」と教示し、反事実的課題12問(物理領域4問、心理領域4問、生物領域4問)を行った。3つの領域の呈示および連鎖パターンの呈示順序は循環法を用いた。課題と質問は以下の手順で行った。

(1)初期状態から結果状態が変化する物語の課題を行った。物語の説明として、初期状態を表す1枚目の図版を呈示しながら、「例：机の上にガラスのコップがあります」と話した。原因事象を示す2枚目の図版を呈示しながら、「例：コップが机から落ちました」と話し、最後に結果状態を示す3枚目の図版を呈示しながら、「例：コップは割れてしまいました」と話した。

(2)物語の理解確認のため、物語に含まれる因果関係の結果に関する記憶質問をした。例えば、「今のお話の中で、コップはどうなったかな?」というものであった。結果記憶質問に正答できなかった場合は、「じゃあ、もう一度お話しするね」と話し、図版を呈示しながら再び初期状態、原因事象、結果状態からなる因果関係の物語を聞かせ、結果記憶質問をした。これを実施することによって、物語の理解や記憶が不十分であったために回答が変化する可能性を排除した。

Table 1 物理領域で使用した質問

初期状態	原因事象	結果状態	結果記憶質問	反事実的質問
1. 机の上にガラスのコップがありました	①コップが机から落ちました	コップは割れてしまいました	今のお話でコップはどうなったかな？	もしコップが机から落ちていなかったら、コップはどうなるかな？
	②コップはずっと机の上にあります	コップは割れませんでした	今のお話でコップはどうなったかな？	もしコップが机から落ちたら、コップはどうなるかな？
2. 庭に空っぽのバケツがありました	①外で雨が降りました	バケツに水が溜まりました	今のお話の中でバケツはどうなったかな？	もし外で雨が降らなかったら、バケツはどうなるかな？
	②外はずっと晴れていました	バケツはずっと空のままでした	今のお話の中でバケツはどうなったかな？	もし外で雨が降ったら、バケツはどうなっていたかな？
3. 赤いボールと青いボールがありました	①赤いボールが転がって青いボールにぶつかりました	青いボールが転がりました	今のお話の中で青いボールはどうなったかな？	もし赤いボールが転がって青いボールにぶつからなかったら、青いボールはどうなっていたかな？
	②赤いボールが転がりましたが、青いボールにぶつかりませんでした	青いボールは止まったままでした	今のお話の中で青いボールはどうなったかな？	もし赤いボールが転がって、青いボールにぶつかったら、青いボールはどうなっていたかな？
4. 公園の机の上に紙がありました	①強い風が吹きました	紙は木の上に飛んでいきました	今のお話の中で紙はどこに行ったかな？	もし強い風が吹かなかったら紙はどうなっていたかな？
	②風も吹かないでずっと静かなままでした	紙はずっと机の上にあります	今のお話の中で紙はどこに行ったかな？	もし強い風が吹いたら、紙はどうなっていたかな？

Table 2 心理領域で使用した質問

初期状態	原因事象	結果状態	結果記憶質問	反事実的質問
5. ともくんは花を見ていて嬉しい気持ちでした	①そこに犬が来て、花を踏んでしまいました	ともくんは悲しい気持ちになりました	今のお話の中でともくんはどんな気持ちだったかな？	もし犬が花を踏まなかったら、ともくんはどんな気持ちになっていたかな？
	②そこに犬が来て、一緒に花を見ました	ともくんは嬉しい気持ちのままでした	今のお話の中でともくんはどんな気持ちだったかな？	もし犬が花を踏んでいたら、ともくんはどんな気持ちになっていたかな？
6. れいちゃんは風船を貰って嬉しい気持ちでした	①風船を持って出かけると風船は割れてしまいました	れいちゃんは悲しい気持ちになりました	今のお話の中でれいちゃんはどんな気持ちだったかな？	もし風船が割れていなかったら、れいちゃんはどんな気持ちになっていたかな？
	②風船を持って出かけると風船はふわふわ浮いていました	れいちゃんは嬉しい気持ちのままでした	今のお話の中でれいちゃんはどんな気持ちだったかな？	もし風船が割れてしまったら、れいちゃんはどんな気持ちになっていたかな？
7. けいくんは犬と遊んで楽しい気持ちでした	①犬が遠くに行ってしまった	けいくんは寂しい気持ちになりました	今のお話の中でけいくんはどんな気持ちだったかな？	もし犬が遠くに走っていかなかったら、けいくんはどんな気持ちになっていたかな？
	②けいくんは犬とずっと遊んでいました	けいくんは楽しい気持ちのままでした	今のお話の中でけいくんはどんな気持ちだったかな？	もし犬が遠くに走って行ってしまったら、けいくんはどんな気持ちになっていたかな？
8. ゆうちゃんは絵本が読めなくて困っていました	①お母さんが来てゆうちゃんに絵本を読んでも読んでくれない	ゆうちゃんは嬉しい気持ちになりました	今のお話の中でゆうちゃんはどんな気持ちだったかな？	もしお母さんがゆうちゃんに絵本を読んでもくれないなら、ゆうちゃんはどんな気持ちになっていたかな？
	②お母さんはごはんを作っていてゆうちゃんに絵本を読んでもくれない	ゆうちゃんは困ったままでした	今のお話の中でゆうちゃんはどんな気持ちだったかな？	もしお母さんがゆうちゃんに絵本を読んでもくれないなら、ゆうちゃんはどんな気持ちになっていたかな？

Table 3 生物領域で使用した質問

初期状態	原因事象	結果状態	結果記憶質問	反事実的質問
9. 猫はお腹が空いていました	①猫は餌を見つけてきました	猫は餌を食べました	今のお話の中で猫は餌を食べてどうなったかな？	もし猫が餌を見つけられなかったら、猫はどうなっていたかな？
	②猫は餌を見つけれませんでした	猫はお腹が空いたままでした	今のお話の中で猫はどうなったかな？	もし猫が餌を見つけていたら、猫はどうなっていたかな？
10. 犬が走っていました	①犬は岩にぶつかりました	犬の足から血が流れました	今のお話の中で犬はどうなったかな？	もし犬が岩にぶつかっていなかったら、犬はどうなっていたかな？
	②犬は岩にぶつかりませんでした	犬の足から血は流れませんでした	今のお話の中で犬はどうなったかな？	もし犬が岩にぶつかっていたら、犬はどうなっていたかな？
11. リスが木に登りました	①リスはつまずいてしまいました	リスは木から落ちてしまいました	今のお話の中でリスはどうなったかな？	もしリスがつまずかなかつたら、リスはどうなっていたかな？
	②リスはつまずきませんでした	リスはそのまま木を登りました	今のお話の中でリスはどうなったかな？	もしリスがつまずいていたら、リスはどうなっていたかな？
12. ヤギが原っぱにいました	①外で雨が降りました	ヤギは身体が濡れてしまいました	今のお話の中でヤギはどうなったかな？	もし雨が降らなかつたら、ヤギの身体はどうなっていたかな？
	②雨は降りませんでした	ヤギはそのまま原っぱにいました	今のお話の中でヤギはどうなったかな？	もし雨が降っていたら、ヤギの身体はどうなっていたかな？

(3)原因事象が異なっていた場合の結果状態に関する反事実質問をした。例えば、「もしコップが机から落ちていなかったら、コップはどうなったかな？」というものであった。

(4)反事実質問への回答を考えた理由について尋ねた(例: どうしてそう思ったのかな?)。具体的には、反事実的質問に正答できなかった場合、「じゃあ、この絵を見てみよう!」と話し、初期状態の図版を呈示しながら再び初期状態、原因事象、結果状態からなる因果関係の物語を聞かせ、反事実的質問をした。この際、回答を考えた理由は問わなかった。

(5)初期状態から結果状態が変化しない物語の課題を同様の手順で行った。

(6)同様の手順で残りの反事実課題も行った。

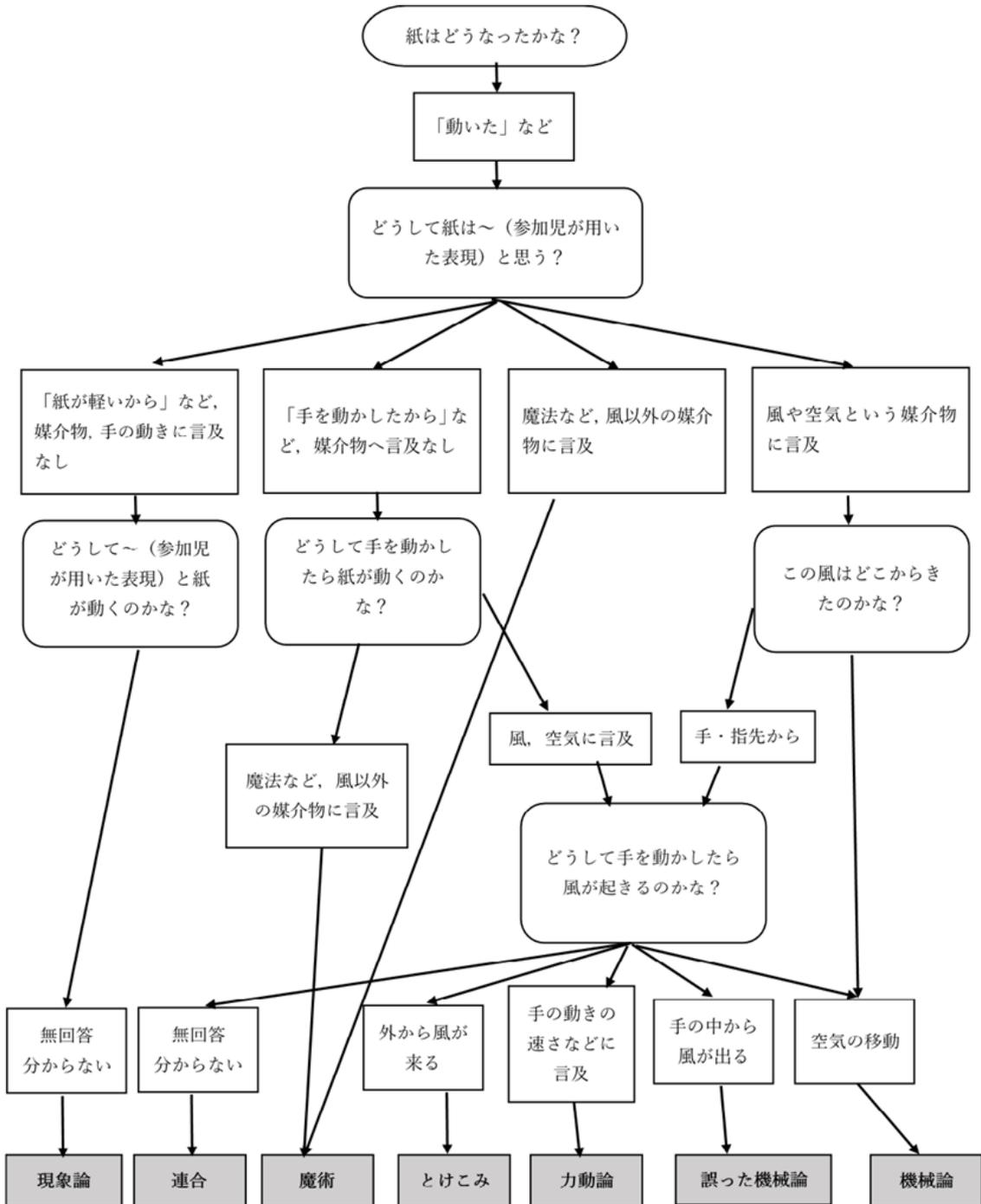


Fig 1 アニミズムの分類フローチャート(永盛, 2012)

(7)引き続き、アニミズム課題を実施した。まず、提示した紙に特別な仕掛けがないことを説明し、紙を実験者と参加児のほぼ中間点の位置に立てた。

(8)「この紙をよく見ていてね。」と説明し、手で紙をあおぎ、紙が動く現象を見せた。

(9)この現象に対し、参加児の説明様式が明らかになるまで、または参加児が無回答、「わからない」と答えるまで、「～(参加児の説明)となるのはどうしてかな?」、「～(参加児の説明)とはどういうことかな?」と尋ねた。なお、紙の運動の原因のヒントとならないよう、手で起こした風が子どもに当たらないよう気をつけた。

(10)すべての実験を終えたら、「遊んでくれてありがとう。クイズは楽しかったかな?」と話し、参加児の感想を聞いて記録した。参加児に「お姉さんとクイズをする前は何をして遊んでいたのかな?」と質問し、実験前の遊びに戻れるよう配慮して教室に送り届けた。

点数化

反事実的質問に関して、結果記憶質問に正答した上で反事実的質問に正答した場合に1点(計4点満点)、さらにその理由に正答した場合に1点(計4点満点)を加えた。それ以外の場合を0点とし、3つの領域(物理、心理、生物)それぞれの合計点を算出した。よって各領域は0-8点の間で変動する。アニミズム課題では、Piaget(1927 / 1971)を参考に永盛(2012)が作成したフローチャートによって参加児の説明を7つの因果性タイプに分類した。

結果

本研究では、36名の幼児を対象に実験を実施した。物語を理解できず質問に十分に返答できなかった1名を除外し、年少児17名、年長児18名の計35名を分析対象とした。まず、各年齢と3つの領域による総得点(反事実質問得点と理由得点)はFig 2に示した。

各年齢における領域別の正答数の分析

年齢を参加者間、領域を参加者内に配置した2要因分散分析を行った。その結果、年齢の主効果が有意であった($F_{1,33} = 9.012, p = .005, \eta^2 = 0.214$)。領域の主効果も有意であった($F_{2,66} = 7.308, p = .001, \eta^2 = 0.181$)。なお、交互作用は有意差が検出されなかった($F_{2,66} = 0.403, p = .67, \eta^2 = 0.012$)。

年齢の要因について、年長児が年少児の平均値より有意に高いことが示された。領域の要因については、対応のあるt検定による多重比較($\alpha = 0.05$, 両側検定)を行った結果、心理が物理より値が高い傾向にあった($t(34) = 1.85, p = .073$)。また物理は生物よりも値が高い傾向にあった($t(34) = 1.974, p = .073$)。なお心理は生物よりも値が有意に高かった($t(34) = 4.034, p < .001$)。

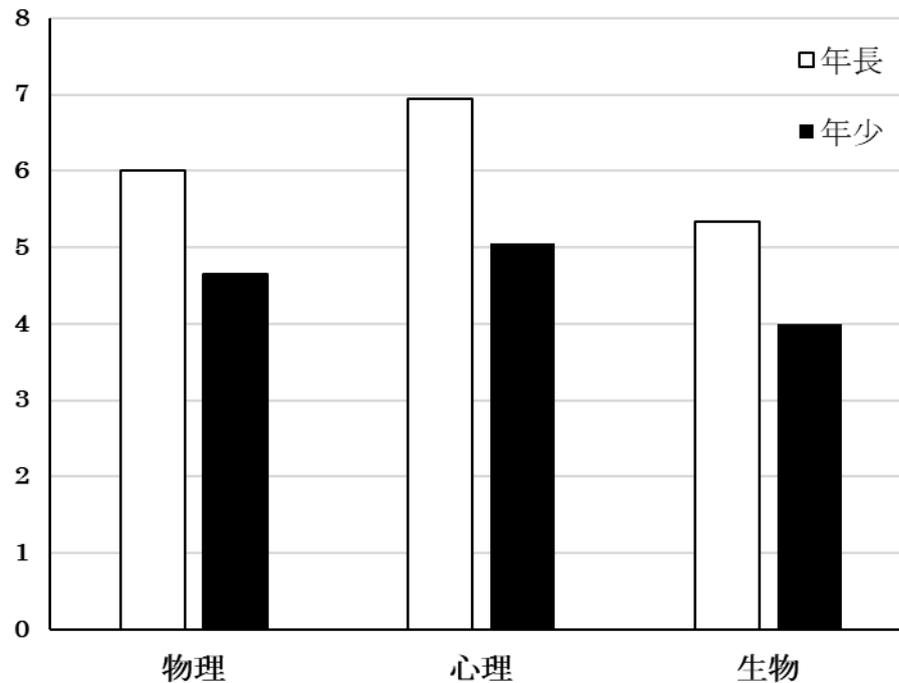


Fig 2 年少児と年長児の領域別の平均

アニミズムと正答の関連

既に示したように永盛(2012)は、アニミズムを7種類に分類している。サンプル数の少ない年長児については、誤った機械論と現象論、とけこみ、力動論をその他とした。同様の理由で年少児は、誤った機械論、機械論、現象論、とけこみ、魔術、力動論をその他とした。その上で、年長児と年少児のそれぞれについて混合配置分散分析を行った。年長児は領域(3水準：参加者内配置)×アニミズム(3水準：参加者間配置)とした(Fig 3)。アニミズム要因を参加者間、領域要因を参加者内に配置した2要因分散分析を行った結果、アニミズムの主効果が有意でなく ($F_{2,15} = 0.155, p = .857, \eta^2 = 0.02$)、領域の主効果が有意であり ($F_{2,30} = 7.319, p = .002, \eta^2 = 0.328$)、交互作用は有意でなかった ($F_{4,30} = 2.103, p = .105, \eta^2 = 0.219$)。

領域の主効果について、 t 検定による多重比較 ($\alpha = 0.05$, 両側検定) を行った結果、心理の平均($mean = 6.944$)が生物の平均($mean = 5.333$)よりも有意に大きかった ($t(17) = 3.63, p = .006$)。つまり、アニミズムの違いは領域に影響を及ぼさないことが明らかになった。一方年少児は、領域(3水準：参加者内配置)×アニミズム(2水準：参加者間配置)とした(Fig 4)。アニミズム要因を参加者間、領域要因を参加者内に配置した2要因分散分析を行った結果、アニミズムの主効果が有意でなく ($F_{1,15} = 0.633, p = .438, \eta^2 = 0.04$)、領域の主効果が有意でなく ($F_{2,30} = 2.411, p = .106, \eta^2 = 0.138$)、交互作用が有意傾向であった ($F_{2,30} = 2.918, p = .069, \eta^2 = 0.163$)。この分析では、連合とその他の比較しかできな

かったため十分ではないが、その範囲内ではアニミズムの影響は見られなかった。

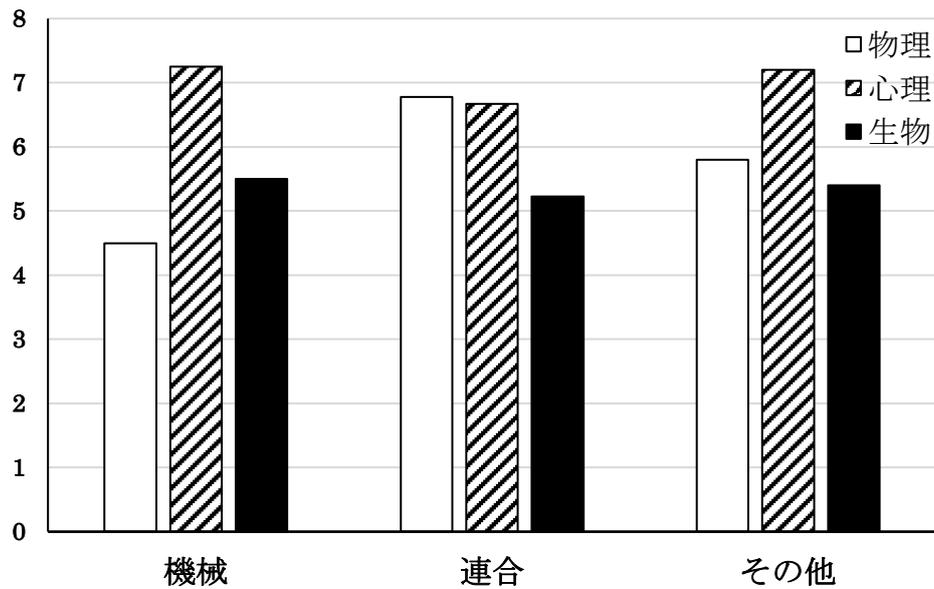


Fig 3 年長児のアニミズム課題

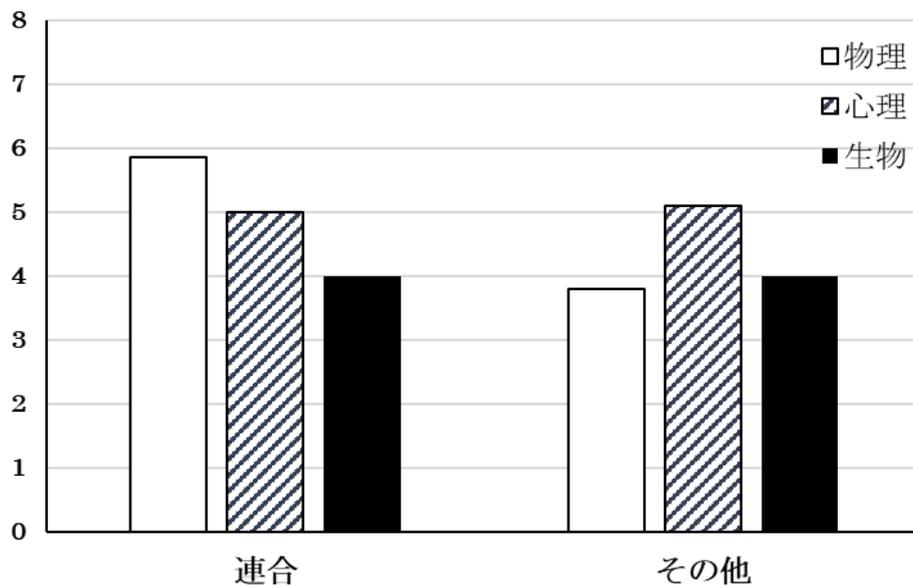


Fig 4 年少児のアニミズム課題

再質問の効果について

再質問の効果について検討する。1回目の質問が誤答であった場合に、2回目の質問を行った。そこで Table 4 のように、再質問で不通過と通過の数を算出した。セルの中に 0

が含まれていたため、カイ二乗検定を回避した。代わりに、通過と不通過について正確二項検定を行った。結果、年長児の物理は $p = 1$, *effect size* $g = -0.1667$ で差がなかった。心理は分析しなかった。生物は $p = 1$, *effect size* $g = 0$ で差がなかった。年少児の物理は $p = .0768$, *effect size* $g = 0.25$ で有意傾向であった。心理は $p = .5$, *effect size* $g = 0.5$ で差がなかった。生物は $p = .0625$, *effect size* $g = 0.5$ で有意傾向であった。以上のように、2回目の質問の効果は見当たらなかった。

Table 4 再質問における視覚的手掛かりの効果

	物理		心理		生物	
	不通過	通過	不通過	通過	不通過	通過
年長児	1	2	0	0	3	3
年少児	12	4	2	0	5	0

考察

各年齢における領域の影響

反事実的推論を年齢別に比較したところ、先行研究と同様、年長児は年少児よりも理由を含めた反事実的推論得点が有意に高かった。しかしながら、領域別に比較した結果、心理は物理および生物よりも反事実得点が有意に高く、物理は生物よりも有意に高かった。よって、心理は生物より成績が高く、さらに心理、物理、生物の順に成績が高い傾向が示された。これは、心理、生物、物理の順に成績が高かった中道(2011)、柳澤・水口(2017)とは異なる結果となった。最初にこの点を考察する。

まず、心理と物理の2つの領域の発達である。Tomasello(1999/2006)は、あらゆる文化的所産が意図を読み取る能力によって成立したと言う。文化的所産とは、人為的に生み出された有形無形のものである。具体的には、道具や経済のシステム・記号や構造・制度や慣習である。これらは、ヒト以外の霊長類は具有しない。これを具有した理由は、意図を読み取る能力に由来する。幼児は、生後9ヶ月以降意図を読み取る能力を高めていく。これは目に見えないフォース(force)を仮定し、因果を考えることに繋がる。例えば、熊を見て人間が逃げたとする。ヒト以外の霊長類や他の哺乳動物は、先行事象と後行事象を結び付けることしかできない。ところが人間は先行事象と後行事象の間に介在する目に見えないフォースを読み取る。つまり、熊を見て、恐れを感じたため逃げたと理解する。これが意図の推察能力である。

意図の推察能力はさらに発達する。心理領域のフォースの読み取りを物理領域のフォー

スの読み取りに転用する。具体的には、風が吹いてリンゴが落ちたとする。ヒト以外の霊長類は、当然先行事象と後行事象を結び付けるのみである。つまり、風が吹いてリンゴが落ちたと理解する。これに対して、人間は物理領域においても先行事象と後行事象の間に介在するフォースを考える。風の物理エネルギーを受けたことで、リンゴが落ちたと理解する。この物理領域に心理領域のようなフォースの読み取りを転用したことが、文化的所産を生み出すことを可能にした。例えば、秋になって葉っぱが紅葉するメカニズムを考えた。雲ができて、雨が降るメカニズムを解明した。そのようなメカニズムの解明から得た知見で、新しい仕組みや機械などをつくった。これがヒトにだけ文化をつくることが可能であった理由である。本研究の結果は Tomasello(1999 / 2006)の心理領域から物理領域に発達するという見解を支持する結果であった。

次に、生物領域について考える。本研究では、心理領域の成績が最も高く、次に物理領域の成績が高かった。生物領域は物理領域よりも成績が低かった。つまり、生物領域が最も理解が困難であることを示していた。一方、先行研究の中道(2011)では、心理領域、生物領域、物理領域の順に成績が高かった。柳澤・水口(2017)では、心理領域の成績が最も高く、生物領域と物理領域の間に差はなかった。よって、心理領域と物理領域の発達は一貫していたが、生物領域は不一致であった。中道(2011)については、本来物理領域の成績が最も高くなるはずであったが、実験手続き上の問題によって阻害されたと論じている。ただし、生物領域の発達に関する理論的な考察はあまりなされていなかった。また、柳澤・水口(2017)では、物理領域と生物領域に差はなかったが、生物領域は物理領域や心理領域と関連せず、独自に発達する可能性を指摘していた。

本研究の結果は、生物領域の発達が最も遅いことを示していた。これまでの研究結果を考え合わせると、生物領域は独自に発達する上、心理領域や物理領域と比較すると理解がしにくいと考えられる。中道(2011)では論じられていなかったが、心理領域を成立させた後にそれを転用して物理領域が成立する。このため、心理領域と物理領域には発達の関連性がある。しかしながら、生物領域は心理領域や物理領域と関連性がない。これは、柳澤・水口(2017)と軌を一にする見解である。今回、生物領域の成績が有意に低かったことは、関連性がないことに加えてその成立が幼児期後半以降であることを示している。

Goswami(1998 / 2003)は生物領域について、生物と無生物の違いは極めて早期から可能であると論じている。我々生物は、無生物と比べて生物に対しては特別な注意を払う必要がある。自分に危険を及ぼす生物であれば回避しなければならない。捕食できる生物であれば捕獲する準備態勢を取らなければならない。よって、生物領域は特別な装置を具有している。また、稲垣(1995)は、幼児期の子どもは生物を心理学の枠組みではなく生物学の枠組みで捉えていると論じている。これらのことから、生物領域は心理領域や物理領域とは異なる独自の発達をしていくことが考えられる。そして、生物領域は早期からその萌芽的思考様式を発達させているが、反事実的推論に適用するには幼児期後期を待たなければ

ばならないのだろう。

アニミズム思考との関連

本研究では、幼児の原因説明を永盛(2012)のフローチャートを使用して7つの因果性タイプに分類する方法を採用した。永盛(2012)は、連合タイプを、風が起きた原因に「手を動かしたから」など手の動きを連合させるが、手の動きと風の発生の関係を説明できなかったものと定義している。この連合タイプが最も多いという本研究の結果は、幼児は手を動かすと風が起きるが、その要因は理解できていないということを示す。サンプル数が少なかったため、連合タイプとその他の比較での分析であるが、年長児も年少児もアニミズム思考の分類の違いにかかわらず領域に影響を及ぼさないことが分かった。このことから、幼児は反事実的推論を思考する際、アニミズム思考とは関連させずに思考しているということが示された。幼児期には論理による反事実的推論の思考様式が備わっており、アニミズム思考を用いずに正答を導き出していることが考えられる。但し、永盛(2012)では、発達の順序性は論じられていない。よって特定のタイプと通過の可否は不明確である。

視覚的手掛かりの影響

本研究では、最初の回答で誤答がなかった年長児の心理領域を除いて検討した。その結果、年少児の物理領域と生物領域で有意ではあったが再回答の効果は見られなかった。よって、再回答を求める際に視覚的要素を強化しても、幼児の成績は変わらないことが示された。幼児は、言語要素の他に視覚的手掛かりが加わることで、より理解力が高まることが知られている。しかし、本研究における反事実的推論力には、視覚的要素は影響を及ぼさないと言える。特に、年少児においてそれは顕著に表れている。この結果は、反事実的推論の思考様式と今回使用した視覚的手掛かりに関連性がないことを示しているだろう。

今後の課題

本研究では、反事実的推論力とアニミズム思考との関連性を調査する方法として、アニミズム思考を分類別に振り分けるフローチャート(永盛, 2012)を使用した。回答を数値化した統計的検定の結果からは、アニミズム思考が反事実的推論に影響しないことが示された。ただし、アニミズム思考を詳細に分類した結果、いくつかのタイプは該当者が少なかった。それらのタイプはその他として概括した。このその他の反事実的質問の正誤と理由の回答内容から、生物領域において多くの幼児がアニミズム思考からくる表現を用いて回答をしていた。それは特に年長児よりも年少児により多く見られた。これは、幼児が一般的に連想しやすい哺乳類動物を生物領域の課題に用いたことで、アニミズム思考に基づいた思考になった可能性が推測される。この点については、アニミズム思考と生物概念の反事実的推論の関係性においてより詳細に調査する必要がある。そのためには、より多くのサンプル数が必要だろう。また、アニミズム思考を分類化するフローチャート以外の方法で反事実的推論力との関連性を示すことができるものも必要であろう。

さらに、本研究では視覚的要素が反事実的推論力に及ぼす影響を調べるため、2回目の

質問で再度図版を見せながら物語を聞かせる方法を採用した。しかし、成績に変化はなかった。ただし、視覚とは別の要素を含んだ手掛かりを提示することで、反事実的推論力の理解度が高まるかどうかをさらに検討する必要性が課題として残された。

また、本研究では反事実的質問の回答を口頭説明で求めた。幼児の発した回答内容の全体的印象では、ほぼ全員が回答の正誤に関係なく受け答えしていた。しかしながら、柳澤・水口(2017)も指摘しているように、この方法論では言語能力の個人差が関与する可能性がある。今後は、言語教示以外で正確に測定可能な方法で実験を行うことが必要だろう。

柳澤・水口(2017)は、彼らの反事実的推論に関する研究を、他者の意図の読み取りを苦手とする自閉症スペクトラム障害(Autism Spectrum Disorder)の子どもに教育的な意義を見出すことが可能であるとの見解を示している。それと関連して、言語能力の発達に困難を抱えることも示されている。ASDにおける社会性の障がいを考えるには、信念、意図、情動というような心的状態の理解への困難さを検討する必要がある、他者とのコミュニケーションにおいても相手の意図の読み取りや行動の予測や理解が大切である(横田・田中, 2012)。このことから、反事実的推論、特に心理領域においてASDとの関連性を深く追究することがASDの子どもの教育や社会生活の援助手掛かりになると言えよう。

付記

本研究は科学研究費補助金 (No. 17K04348) の助成を受けて行われた。

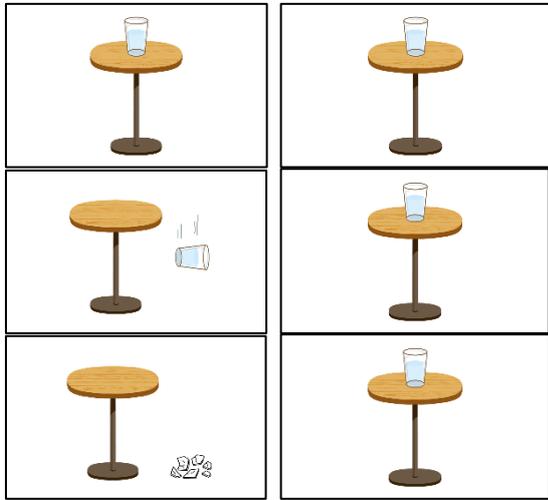
文献

- Amsel, E., & Smalley, J. D. (2000). *Beyond really and truly: Children's counterfactual thinking about pretend and possible worlds*. Mitchell, P., & Riggs, K. J. (Eds), *Children's reasoning and the mind*. (pp. 121-147) Psychology Press.
- 藤戸麻美・矢藤優子 (2015). 幼児におけるうそ行動の認知的基盤の検討 発達心理学研究, 26, 135-143.
- German, T. P., & Nichols, S. (2003). Children's counterfactual inferences about long and short causal chains. *Developmental Science*, 6, 514-523.
- Goswami, U. (1998). *Cognition in children* Psychology Press. (岩男卓実・上淵 寿・古池若葉・富山尚子・中島伸子(訳). (2003). 子どもの認知発達 新曜社)
- Guajardo, N. R., & Turley-Ames, K. J. (2004). Preschool's generation of different types of counterfactual statement and theory of mind understanding. *Cognitive Development*, 19, 53-80.
- Harris, P. L., German, T., & Mills, P. (1996). Children's use of counterfactual thinking in causal reasoning. *Cognition*, 61, 233-259.

- 稲垣佳世子 (1995). 生物概念の獲得と変化：幼児の「素朴生物学」をめぐって 風間書房
- 稲垣佳世子・波多野誼余夫 (2005). 子どもの概念発達と変化 共立出版
- 楠見 孝 (2011). 認知・言語 京都大学心理学連合(編) 心理学概論 (pp. 127-154) ナカニシヤ出版
- Mackie, J. L. (1974). *The cement of the universe: a study of causation*. Oxford University Press.
- 永盛善博 (2012). 物理現象の因果的説明の発達に見る幼児期の認知の独自性 心理科学, 33, 35-45.
- 中道圭人 (2006). 幼児の条件推論にふりの設定が及ぼす影響 発達心理学研究, 17, 103-114.
- 中道圭人 (2010). 幼児の反事実的推論とふりの関連 日本心理学会第 74 回大会発表論文集, 74.
- 中道圭人 (2011). 幼児の反事実的因果関係の領域が及ぼす影響 発達心理学研究, 22, 228-239.
- 落合正行 (2006). 素朴理論の獲得 日本児童研究所(編) 児童心理学の進歩, 39 (pp. 53-77) 金子書房.
- 小川真人・高橋 登(2012). 幼児の役割遊び・ふり遊びと「心の理論」の関連 発達心理学研究, 23, 85-94.
- Piaget, J. (1960). *The child's conception of physical causality*. Littlefield, Adams.
- Piaget, J. (1927). *La causalité physique chez l'enfant*. Paris: Felix Alcan. (岸田 秀(訳). (1971) 子どもの因果関係の認識 明治図書出版)
- 澤 隆史・須藤貢朋(1990). 特殊(反事実)条件文の理解の発達について 日本教育心理学会第 32 回総会発表論文集, 225.
- 澤 隆史・須藤貢朋(1991). 特殊(反事実)条件文の理解の発達について(2) 日本教育心理学会第 33 回総会発表論文集, 235.
- (Tomasello, M. (1996). *The cultural origins of human cognition*. London: Harvard University Press. (大堀壽夫・中島恒子・西村義樹・本田 啓 (訳). (2006) 心とことばの起源を探る：文化と認知 勁草書房)
- Wells, G. L., & Gavinski, I. (1989). Mental simulation and causality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 161-169.
- 柳澤寿子・水口 崇 (2017). 幼児期の反事実的推論における領域の発達 信州心理臨床紀要, 16, 97-114.
- 横田晋務・田中真理(2012). 自閉症スペクトラム障害児の他者意図理解および操作についての研究動向 東北大学大学院教育学研究科研究年報, 60, 323-348.

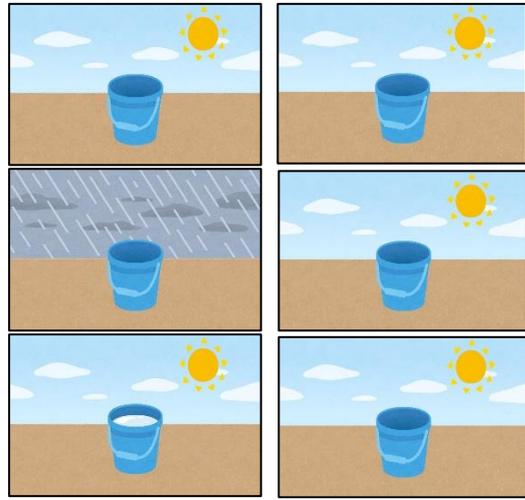
資料

物理領域の図版



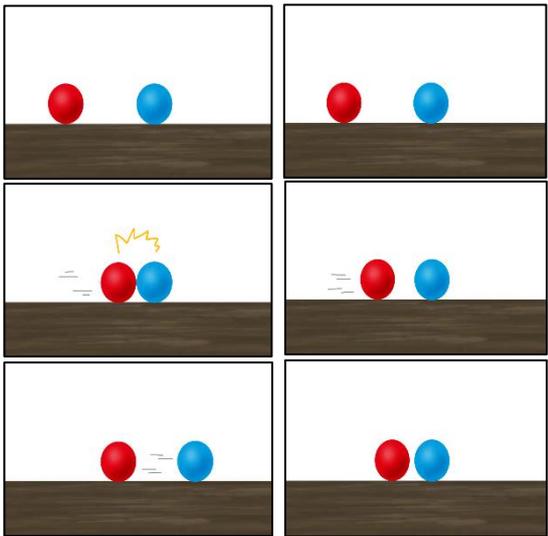
1-①

1-②



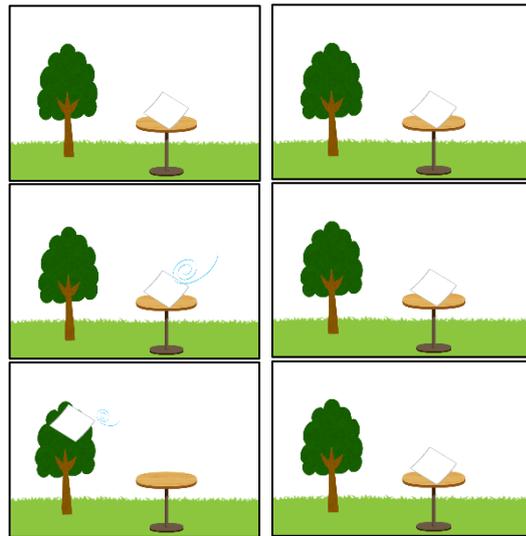
2-①

2-②



3-①

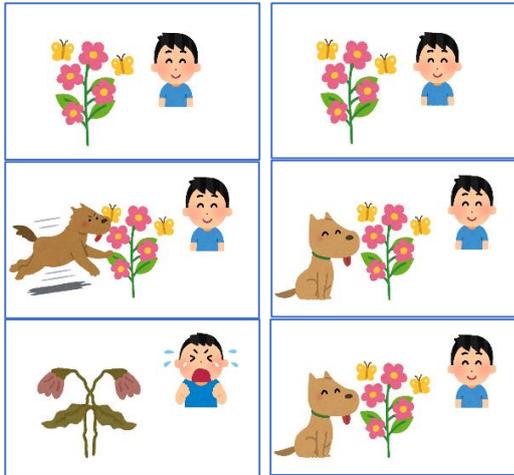
3-②



4-①

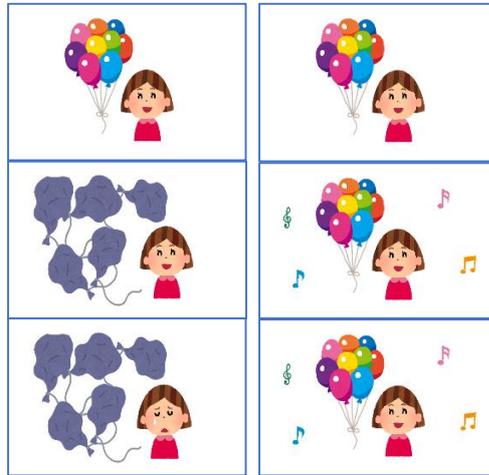
4-②

心理領域の図版



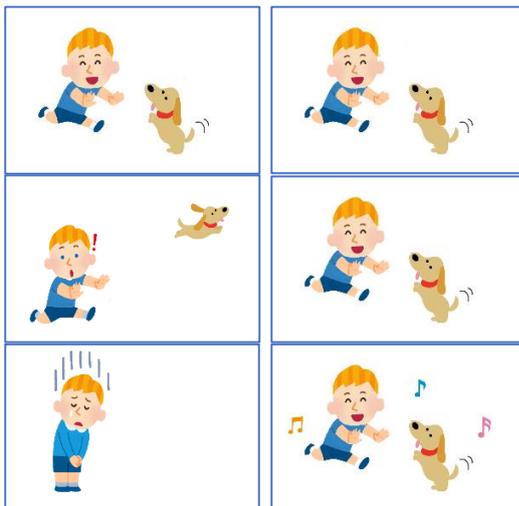
5-①

5-②



6-①

6-②



7-①

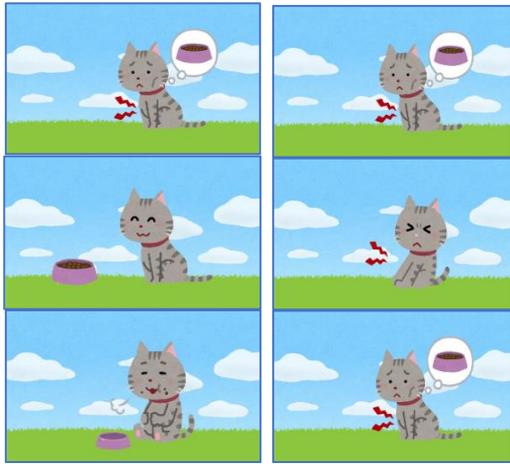
7-②



8-①

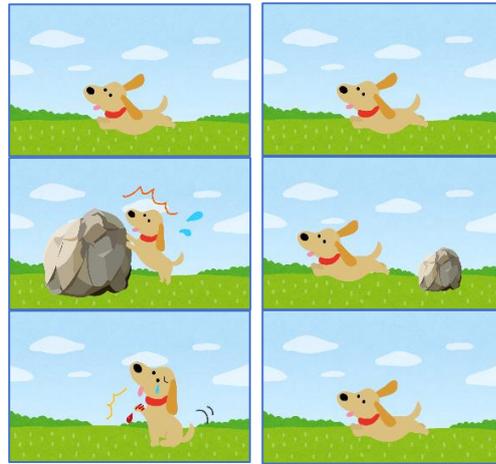
8-②

生物領域の図版



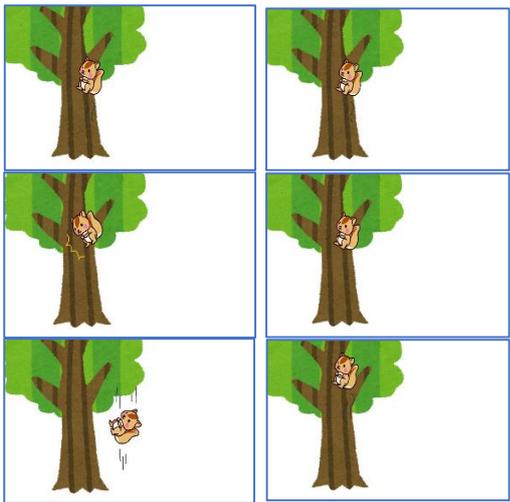
9-①

9-②



10-①

10-②



11-①

11-②



12-①

12-②

<原著>

セルフ・コンパッションは先延ばしと気晴らしへの依存を抑制するのか

小林広和 信州大学大学院教育学研究科
高橋知音 信州大学学術研究院教育学系

概要

しなければならないとされる行動にすぐに取り掛かれないことは、先延ばしと呼ばれており、これに効果的とされているのが、セルフ・コンパッションである。本研究では、先延ばし前、中、後の意識や気晴らし行動に対し、セルフ・コンパッションがどのように作用するかを明らかにすることを目的とする。大学生以上の男女177名に質問紙調査を行った。パス解析の結果、適合度の高いモデルは示されなかったが、否定的感情から生じる気晴らしへの依存はセルフ・コンパッションの介入によって抑制できる可能性は示唆された。

キーワード：先延ばし，セルフ・コンパッション，気晴らし

問題と目的

日常場面において、締め切りのある課題や仕事など、しなければならないとされる行動にすぐに取り掛かれないことは、先延ばし(Procrastination)と呼ばれている。先延ばしは、何らかの目標を達成するために必要なことを延期する傾向と定義されており(Lay, 1986)、短期的には利益がみられるが、長期化によって損害を伴う自滅的な行動パターンであると指摘されている(Tice & Baumeister, 1997)。

日本においても、先延ばしは抑うつや不安と関連する(林, 2007)など、不適応的に働くことが示唆されている。一方で、先延ばしが必ずしも不適応的に作用するわけではないという結果も報告されている。Chu & Choi(2005)によると、能動的な先延ばしを行う者は受動的な先延ばしを行う者と同程度に先延ばしを行うが、先延ばしをあまり行わない者と同程度のパフォーマンスを示している。また、村山・及川(2005)では、回避方略の評価では行動レベルの回避だけでなく、目標レベルでの回避にも注目する必要性を指摘している。これらの知見から、先延ばしはネガティブ情動の喚起や課題遂行の阻害などに対して悪影響があるとされるが、先延ばしを行う意識や認知によっては悪影響とならない結果が得られるのではないかと考えられる。こういった知見をもとに、小浜(2010a)は、この先延ばしについて、先延ばしを行う前の意識が、先延ばし中の感情や認知、及び先延ばし後の結果にどのような影響を与えるのか検討した。その結果、課題の辛さから逃げるために先延ばし

を始めると、先延ばし中に自己嫌悪感、憂うつ、焦りといった感情が生起し、先延ばしの後には後悔と自己嫌悪が増して課題の遂行に支障が生じた。一方、状況を楽観視して先延ばしを始めると、先延ばし中は肯定的な感情が生起するのに対し、先延ばし後には後悔と自己嫌悪につながり、結果として課題遂行に支障が出ることを示唆された。しかし、先延ばし前にあらかじめ計画を立ててあえて先延ばしを行った場合、先延ばし後に気分の切り替えが生じ、結果課題遂行への支障はみられなくなった。以上から先延ばしは、先延ばし前の意識などによっては、必ずしも不適応的な行動とは言えないことが示唆される。以上より、先延ばしを正しく作用させるために、先延ばしに関する意識の変容とともに何らかの介入法を検討する必要があると考えられる。

先延ばしに対する府の感情を抑制する概念について、近年注目を集めているのが、セルフ・コンパッション (Self-compassion) である。Neff(2003)は、セルフ・コンパッションを自分自身に対して慈悲の心を持つ事、自身のネガティブな経験を人類共通の経験として捉える事、苦痛な考えや感情に対して判断を加えないまま理解する事と定義した。有光(2014)は、このセルフ・コンパッションを測定する尺度の日本語版を作成し、原版と同様定義における主要な3要素を示す“自分へのやさしさ”、“共通の人間性”、“マインドフルネス”に加え、それと対をなす“自己批判”、“孤独感”、“過剰同一化”の6下位因子からなる概念であることを確かめた。セルフ・コンパッションは、先延ばしによる自己嫌悪、自己批判的思考と負の関連がみられ、先延ばし特性とそれに付随するストレスに対してセルフ・コンパッションを高める介入が効果的である可能性が示唆されている (Sirois, 2014)。これに沿って、セルフ・コンパッションを高める介入方法によって先延ばし傾向の低減を図る研究も行われている (浜田・橋本, 2019)。また、Neff(2011 石村・樫村訳, 2014)でも先延ばしとセルフ・コンパッションとの関係について言及している。ここでは、先延ばしの原因として、課題の遂行に伴う不快感と、失敗への恐怖を挙げた。それぞれについて自分自身に思いやりを向けることで抵抗感が和らぎ、課題に向き合うことができるとしている。この不快感や恐怖の緩和は、先延ばしに伴う意識の変容ととらえることができ、不適応的な先延ばしの抑制や効果的な先延ばしの検討に、セルフ・コンパッションが有用であると考えた。

これまで、先延ばしとセルフ・コンパッションの関連と、セルフ・コンパッションを高める介入が先延ばしへ及ぼす影響についての研究は盛んにおこなわれてきたが、セルフ・コンパッションがどのように先延ばしを抑制しているかについてはまだ十分に解明されていない。特に小浜 (2010a)を踏まえて、先延ばしの前、中、後の意識や認知、感情に焦点をあててセルフ・コンパッションが如何にして先延ばしを抑制させているか検討する研究はこれまで行われていない。そこで本研究では、先延ばし前、中、後の意識に対し、セルフ・コンパッションがどのように作用するかを明らかにすることを第1の目的とする。

仮説として、以下の3つが考えられる。セルフ・コンパッションは自己批判的な感情な

どを抑制する働きが考えられる。そのため仮説1つ目として、セルフ・コンパッションの“自分へのやさしさ”，“共通の人間性”，“マインドフルネス”は、先延ばし前、中、後の否定的な感情を抑制し、反対に対となる“自己批判”，“孤独感”，“過剰同一化”は各過程の否定的な感情を促進すると考えられる。続いて、同様にセルフ・コンパッションは、ありのままの自身に優しさを向けるという特性上、自己像をより現実的にとらえ、先延ばしを行う際も計画性を持った先延ばしを行うと考えられる。そのため、2つ目として、セルフ・コンパッションの“自分へのやさしさ”，“共通の人間性”，“マインドフルネス”は、先延ばし前の計画性を促進し、反対に“自己批判”，“孤独感”，“過剰同一化”は計画性を抑制すると考えられる。同様にセルフ・コンパッションによる現実的にとらえにより、状況を楽観視せず自身の能力と環境をありのまま把握し、判断すると考えられる。そのため仮説3つ目として、セルフ・コンパッションの“自分へのやさしさ”，“共通の人間性”，“マインドフルネス”は、先延ばし前の状況の楽観視を抑制し、反対に“自己批判”，“孤独感”，“過剰同一化”は促進すると考えられる。

また、先延ばしと関連の深い概念として気晴らしが挙げられる。及川(2002)は目標を明確にするために、気分を調節する自信がある場合は、気晴らし後に気分が緩和し、目標が明確になるのに対し、無目標または気分を緩和する目的で、気分を調節できる自信無しに気晴らしを行うと気分の悪化を招き、気晴らしへの依存を高めることを示した。これについて、小浜(2012)において、先延ばしとの類似点を指摘し、小浜(2010b)を加えて新たに先延ばし前、中、後の意識や気晴らし方略の特徴と合わせて、否定感情群、楽観群、計画群が小浜(2010a)と同様に課題の達成に関連することを示した。先延ばしにおいて、気晴らしに依存してしまい、気晴らしをしては否定的な感情をため、その感情の緩和のためにまた気晴らしをする負の連鎖が問題となると考えられる。

以上を踏まえると、先延ばしだけでなく、不適応的な気晴らし方略に関しても、セルフ・コンパッションによる介入が効果的に働く可能性が考えられる。そこで、気晴らし方略とセルフ・コンパッションの関連について明らかにすることを本研究の第2の目的とする。

方法

対象者

大学生以上の男女を対象とした。オンライン授業における調査フォーム URL の配布と縁故法により19歳から50歳まで($M = 21.80$, $SD = 3.10$)の177名(男性57名、女性118名、回答しない2名)から回答を得られた。

調査時期及び調査方法

2020年12月から2021年1月までに、Google Form (https://www.google.com/intl/ja_jp/forms/about/)を用いた無記名のオンラインによる質問紙調査を実施した。

質問紙の構成

フェイスシート項目 年齢と性別、学年について回答を求めた。

セルフ・コンパッション尺度日本語版の短縮版（以下 SCS-J-SF） セルフ・コンパッションの測定には、有光(2014)によるセルフ・コンパッション尺度日本語版 26 項目を、12 項目に短縮した有光・青木・古北・多田・富樫 (2018) の SCS-J-SF を用いた。自分へのやさしさ (2 項目)、自己批判 (2 項目)、共通の人間性 (2 項目)、孤独感(2 項目)、マインドフルネス (2 項目)、過剰同一化 (2 項目) の 6 下位尺度からなる。まず、“次の文章の場面について、あなたはどの程度の頻度でそうするかをお尋ねします。”と教示し、“苦労を経験しているとき、必要とする程度に自分自身をいたわり、やさしくする (自分へのやさしさ)”などの質問に対して、“1. ほとんど全くそうしない”, “2. あまりそうしない”, “3. どちらともいえない”, “4. 少しそうする”, “5. ほとんどいつもそうする”の 5 件法で回答を求めた。

先延ばし意識特性尺度 小浜 (2010b) による先延ばしをした際にその前、中、後それぞれの時点を想起し、そこで生じる意識について測定する尺度である。この尺度は先延ばし前、中、後の 3 つの設問と、7 下位尺度から構成されている。先延ばし前は課題などの準備中によく感じる気持ちや考えについて答えるよう教示し、先延ばし前の否定的感情 (6 項目)、状況の楽観視 (6 項目)、計画性 (9 項目) の回答を求めた。先延ばし中は課題をやっていないときの気持ちについて答えるように教示し、先延ばし中の否定的感情 (7 項目)、先延ばし中の肯定的感情 (5 項目) の回答を求めた。先延ばし後は課題に取り組み始めた時の気持ちについて答えるように教示し、先延ばし後の否定的感情 (5 項目)、気分の切り替え (4 項目) の回答を求めた。“1. まったくあてはまらない”, “2. あまりあてはまらない”, “3. どちらともいえない”, “4. 少しあてはまる”, “5. 非常にあてはまる”の 5 件法で回答を求め、いずれも点数が高いほど各下位尺度が示す心理傾向が強いことを表す。

気晴らしへの依存 気晴らしへの依存傾向の測定には、及川 (2002) による気晴らしプロセスに関する尺度における、下位尺度“気晴らしへの依存”を用いた。過去に経験した気晴らしについて想起するよう教示し、“気晴らしをやめても、またすぐに気晴らしを始めてしまう”といった 6 項目の質問に対し、“1. 全くあてはまらない”, “2. あてはまらない”, “3. あまりあてはまらない”, “4. 少しあてはまる”, “5. あてはまる”, “6. 非常にあてはまる”の 6 件法で回答を求めた。

General Procrastination Scale 日本語版（以下 GPS） 先延ばし傾向の測定には、林 (2007) による GPS を用いた。13 項目の質問紙で、“次の文章について、あなた自身にどの程度あてはまるかをお尋ねします。以下の質問に対する回答として、もっとも適切だと思う選択肢を 1～5 のうちから、1 つ選んで下さい。”と教示し、各項目に“1. あてはまらない”, “2. あまりあてはまらない”, “3. どちらともいえない”, “4. 少しあてはまる”, “5. あてはまる”の 5 件法で回答を求めた。

倫理的配慮について、得られたデータを研究以外の目的で用いないこと、結果の公表にあたってデータはコンピュータを使って統計的に処理し、個人が特定できる情報は扱わないこと、回答しなくても対象者が不利益を被ることはないこと、回答の有無、及び回答内容は、大学の成績に影響しないこと、回答に正誤はないので、思ったままに回答すること、調査には参加しない自由があり、また、回答の途中でどのような理由であっても、いつでも同意を撤回することができることを教示した。

結果

尺度間の相関

各尺度間の相関を算出した。表1に各尺度間の相関行列を示す。

表1 各尺度間の相関行列

	自分へのやさしさ	自己批判	共通の人間性	孤独感	マインドフルネス	過剰同一化	先延ばし前の否定的感情	状況の楽観視	計画性	先延ばし中の否定的感情	先延ばし中の肯定的感情	先延ばし後の否定的感情	気分の切り替え	気晴らしへの依存
自己批判	-.56**	-												
共通の人間性	.50**	-.28**	-											
孤独感	-.45**	.59**	-.16*	-										
マインドフルネス	.59**	-.32**	.48**	-.47**	-									
過剰同一化	-.38**	.60**	-.22**	.57**	-.35**	-								
先延ばし前の否定的感情	-.20**	.41**	.01	.45**	-.13†	.47**	-							
状況の楽観視	.03	.11	.08	.15*	-.06	.15*	.43**	-						
計画性	.21**	-.09	.24**	-.11	.30**	-.06	-.24**	-.49**	-					
先延ばし中の否定的感情	-.28**	.51**	-.06	.51**	-.19*	.50**	.53**	.09	-.01	-				
先延ばし中の肯定的感情	.22**	-.08	.07	-.08	.03	-.08	.05	.49**	-.40**	-.22**	-			
先延ばし後の否定的感情	-.27**	.51**	-.07	.48**	-.26**	.48**	.58**	.44**	-.34**	.64**	.05	-		
気分の切り替え	.32**	-.22**	.21**	-.24**	.41**	-.25**	-.39**	-.29**	.53**	-.17*	-.09	-.33**	-	
気晴らしへの依存	-.04	.28**	-.03	.31**	-.12†	.30**	.52**	.54**	-.45**	.34**	.27**	.57**	-.37**	-
GPS	-.04	.22**	.06	.26**	-.08	.23**	.48**	.69**	-.47**	.20**	.44**	.53**	-.42**	.61**

注：** $p < .01$, * $p < .05$, † $p < .10$

先延ばし意識が気晴らしへの依存に至るまでのプロセス

小浜 (2010a) を参考に、先延ばし意識特性尺度について、先延ばし前から先延ばし後まで図1に示すモデルを構築した。また、先延ばしを終えた後、気晴らし行動へ依存する行動がみられるかどうかを図2に示すモデルに加えた。

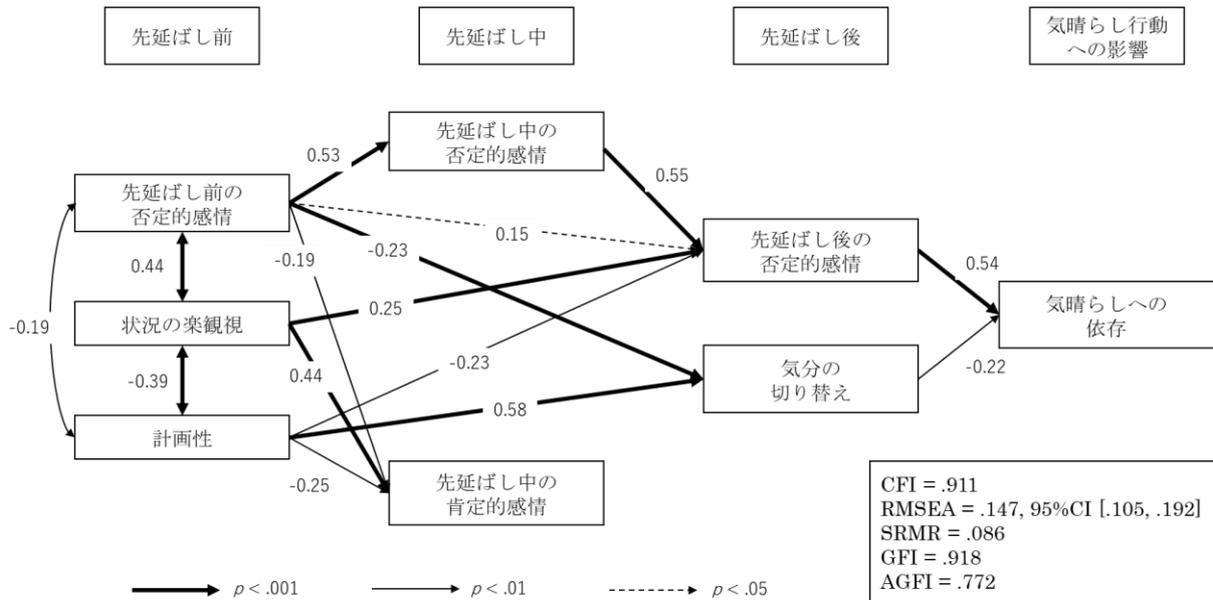


図1 先延ばし過程における各段階の意識と気晴らし行動への影響
注：数字は非標準化係数を示す。

パス解析の結果、図1に示すモデルが得られた。図1の通り、AGFI=.772と、モデルの適合度はやや低かった。

先延ばしのプロセスとセルフ・コンパッションの関係

上記のプロセスに対し、セルフ・コンパッションの各要素がどのように先延ばしと気晴らしへの依存に対し影響するのか、パス解析を用いて検討した。図2～図7にパス解析の結果を示す。

自分へやさしさについてパス解析の結果、図2に示すモデルが得られた。図2に示す通り、各指標のモデルの適合度はやや低かった。

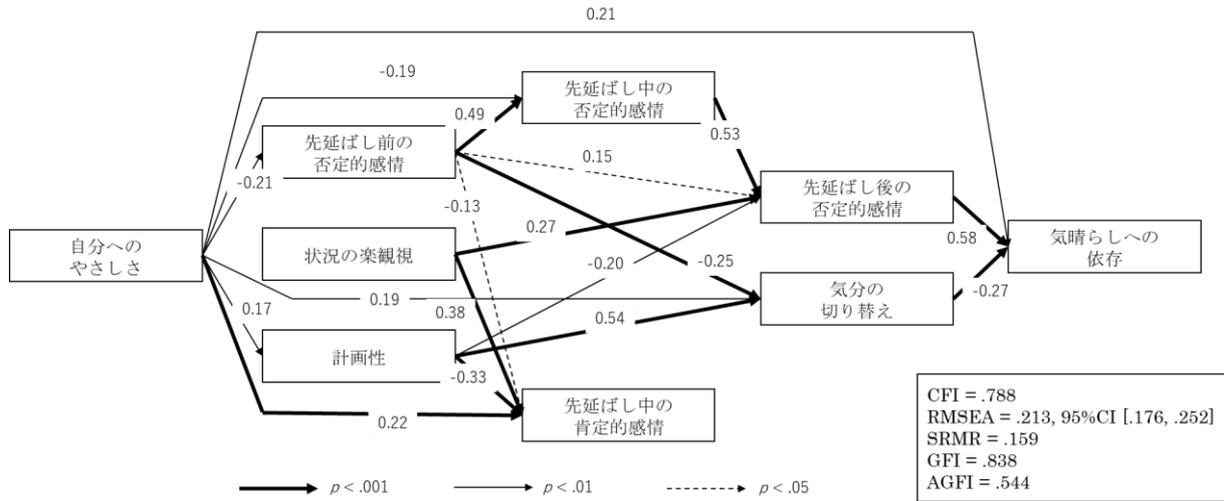


図2 自分へのやさしさと先延ばしから気晴らしへのプロセス

注：数字は非標準化係数を示す。

自己批判についてパス解析の結果，図3に示すモデルが得られた。図3に示す通り，各指標のモデルの適合度はやや低かった。

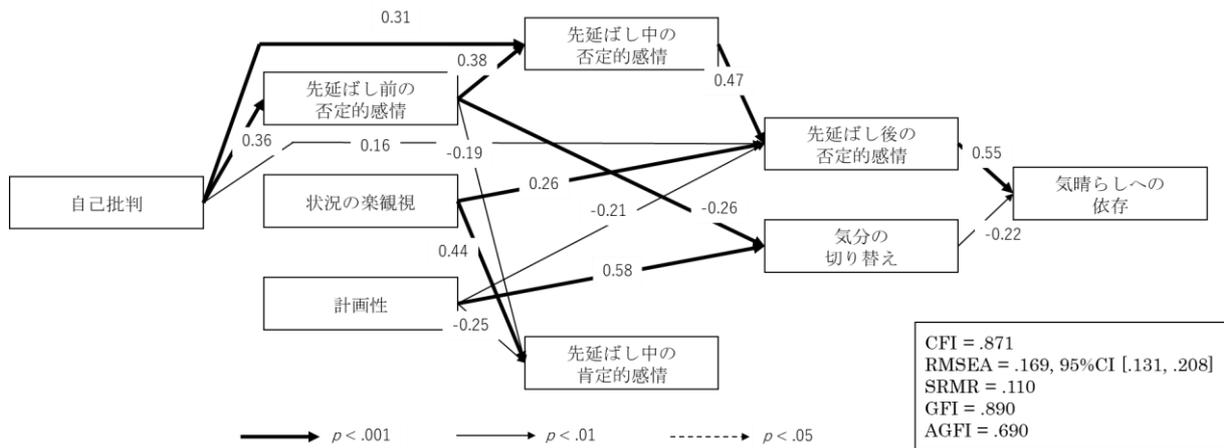


図3 自己批判と先延ばしから気晴らしへのプロセス

注：数字は非標準化係数を示す。

共通の人間性についてパス解析の結果，図4に示すモデルが得られた。図4に示す通り，各指標のモデルの適合度はやや低かった。

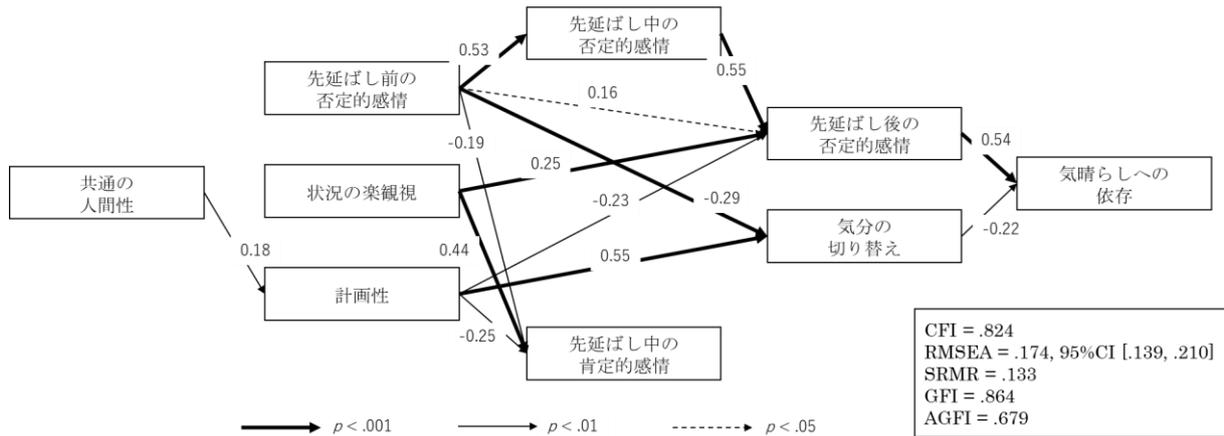


図4 共通の人間性と先延ばしから気晴らしへのプロセス

注：数字は非標準化係数を示す。

孤独感についてパス解析の結果，図5に示すモデルが得られた。図5に示す通り，各指標のモデルの適合度はやや低かった

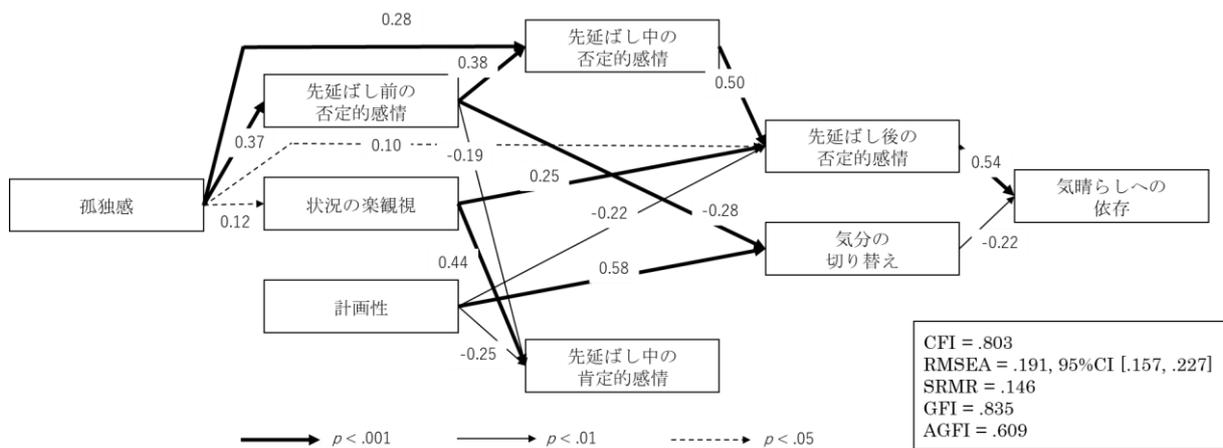


図5 孤独感と先延ばしから気晴らしへのプロセス

注：数字は非標準化係数を示す。

マインドフルネスについてパス解析の結果，図6に示すモデルが得られた。図6に示す通り，各指標のモデルの適合度はやや低かった。

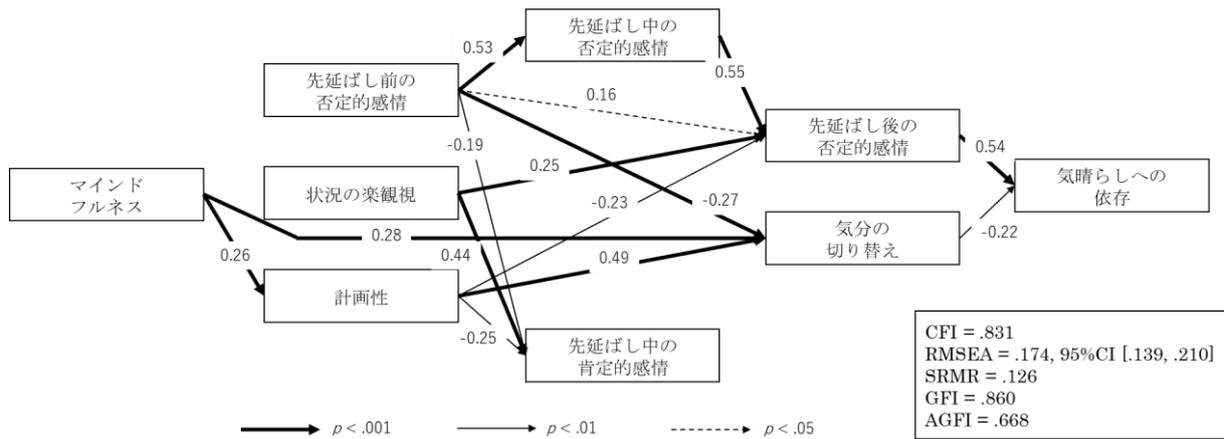


図6 マインドフルネスと先延ばしから気晴らしへのプロセス
注：数字は非標準化係数を示す。

過剰同一化についてパス解析の結果、図7に示すモデルが得られた。図7に示す通り、各指標のモデルの適合度はやや低かった。

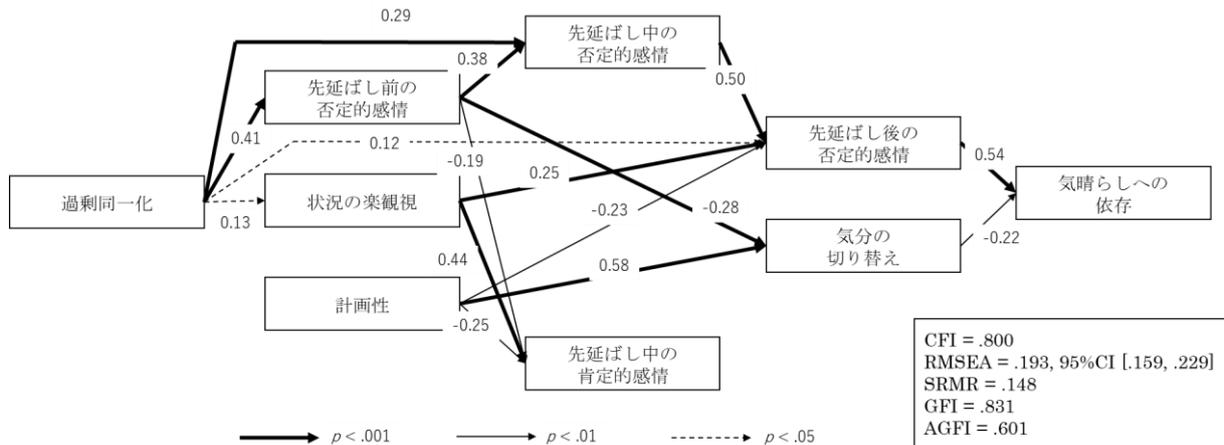


図7 過剰同一化と先延ばしから気晴らしへのプロセス
注：数字は非標準化係数を示す。

考察

まず、相関分析の結果から、セルフ・コンパッションのうち、自己批判、孤独感、過剰同一化が先延ばし傾向 (GPS) と気晴らしへの依存と弱い正の相関があることがわかる。セルフ・コンパッションの下位尺度のうち、自分へのやさしさ、共通の人間性、マインドフルネスは肯定的なもの、自己批判、孤独感、過剰同一化は否定的なものであるとされて

いる(有光, 2014)。このことから、セルフ・コンパッションのネガティブなものが先延ばしや気晴らしへの依存と関連があることが示唆される。有光(2014)によると、セルフ・コンパッションが高まることで、自己批判、孤独感、過剰同一化の尺度得点は低くなるとされている。すなわち、セルフ・コンパッションと先延ばし行動や気晴らしへの依存の間には負の関連があると考えられる。また、相関分析の結果から、セルフ・コンパッション(SCS-J-SF)の下位尺度はそれぞれ、先延ばし意識特性尺度の下位尺度と弱い～中程度の相関があることがわかる。この結果から、セルフ・コンパッションは先延ばし前、中、後の意識それぞれに影響を及ぼすことが示唆される。下位尺度のうち、ポジティブなものは計画性や気分の切り替えと正の相関を、ネガティブなものは先延ばし前、中、後の否定的な感情と正の相関を持っている傾向がみられた。以上から、セルフ・コンパッションが高いと、先延ばしをより計画性を持って行い、先延ばしの前、中、後で否定的な感情を感じにくく、結果として気分の切り替えができる可能性が高いと言える。

続いて、先延ばしから気晴らしへの依存に向かうプロセスに関するパス解析の結果から、小浜(2010a)と同様に先延ばし前の否定的感情、状況の楽観視、計画性から、先延ばしへ向ける感情、及び先延ばし後の気分の切り替えと否定的感情を予測できると考えられる。そのうえで、先延ばし後の否定的感情から気晴らしへの依存へのパスは負の関連、気分の切り替えから気晴らしへの依存へのパスは正の関連を示すことが明らかになった。この結果から、否定的な感情から行われる先延ばしでは、先延ばし中、先延ばし後にも否定的な感情を持ち続け、気分の切り替えも行われず、気晴らしに依存する可能性が高まることが示唆される。また、状況の楽観視から行われる先延ばしでは、先延ばし中は肯定的な感情を持つ一方で、先延ばし後は否定的感情が高まり、その結果気晴らしへの依存を高めることが示唆される。そして計画性を持った先延ばしでは、気分が切り替わり、否定的感情が弱まることで、気晴らしに依存することが少なくなることが示唆される。

セルフ・コンパッションの各下位尺度と先延ばしから気晴らしへの依存までのプロセスに関するパス解析は、各モデルの適合度は高くはなかった。しかし、セルフ・コンパッションの下位尺度のうち、ポジティブなものは計画的な意識で先延ばしをはじめ、先延ばし後は否定的な感情にとらわれることなく、気分の切り替えが行われることで、気晴らしへ依存する可能性が低下するように影響した。対して、ネガティブなものは否定的な感情や状況の楽観視といった意識から先延ばしをはじめ、先延ばしの最中にも否定的な感情を持ちながら、先延ばしの後に気分の切り替えはできず、否定的な感情を増幅させて気晴らしへ依存させる可能性が高まることが示唆された。仮説について、まず1つ目は“自分へのやさしさ”は否定的な感情を抑制するパスが得られ、ネガティブなものは否定的な感情を高める結果が得られたことから、概ね支持されたと考えられる。続いて2つ目は、ポジティブなものは計画性を高めるパスが得られたが、ネガティブなものは計画性へのパスが有意でなかったため、一部支持されたと考えられる。3つ目は、状況の楽観視に対しセル

フ・コンパッションから有意なパスが得られたのは“孤独感”と“過剰同一化”だけだったため、支持されなかったと捉えられる。ただし、上記の各仮説については、モデルが適合している前提での言及となるため、本研究だけでは検証されたとは言えない。

以上より、セルフ・コンパッションを高めることは、先延ばしの前、中、後のプロセスで否定的感情を減らし、計画性を持った先延ばしを促進することで、不適応的な先延ばし行動を抑制し、その結果気晴らしへの依存も抑制できると考えられる。

本研究の意義として、これまで論じられていなかった先延ばし前、中、後の各過程に対し、セルフ・コンパッションが影響を与える可能性を示すことで、セルフ・コンパッションが先延ばしを低減させるメカニズムの解明に貢献したことが挙げられる。この結果を踏まえると、先延ばし前の介入では計画性を高められるよう共通の人間性やマインドフルネスを重視した介入、先延ばしを実行した後は否定的な感情の抑制と気分の切り替えの促進のため自分へのやさしさを重視した介入などが考えられる。

最後に本研究の限界点として、まず因果関係を特定することができないということが挙げられる。Pre-Post による実験的な調査を行うことでセルフ・コンパッション、先延ばし、気晴らしの因果関係を特定できると考えられる。また、示したパス解析のモデルは適合度が高いとは言えない点も本研究の限界点である。これは、先行研究に比べモデルが複雑になったことが原因ではないかと考えられる。これらの問題は、今後知見を積み重ねていく中で、改善されるべき課題だと言える。

引用文献

- 有光 興記 (2014). セルフ・コンパッション尺度日本語版の作成と信頼性、妥当性の検討 心理学研究, 85, 50-59.
- 有光 興記・青木 康彦・古北みゆき・多田 綾乃・富樫 莉子 (2018). セルフ・コンパッション尺度日本語版の 12 項目短縮版作成の試み 駒澤大学心理学論集, 18, 1-9.
- Chu, A. H. C., & Choi, J. N. (2005). Rethinking procrastination: Positive effects of “active” procrastination behavior on attitudes and performance. *Journal of Social Psychology, 145*, 245-264.
- 浜田 健太郎・橋本 久美 (2019). “今ここに意識を向ける瞑想法”による先延ばし傾向低減効果の検討 北海道心理学研究, 41, 64.
- 林 潤一郎 (2007). General Procrastination Scale 日本語版の作成の試み—先延ばしを測定するために パーソナリティ研究, 15, 246-248.
- 小浜 駿 (2010a). 先延ばし過程で自覚される認知および感情の変化の検討 心理学研究, 81, 339-347.
- 小浜 駿 (2010b). 先延ばし意識特性尺度の作成と信頼性および妥当性の検討 教育心理学研究, 58, 325-337.

- 小浜 駿 (2012). 先延ばしのパターンと気晴らし方略および精神的適応との関連の検討
教育心理学研究, *60*, 392-401.
- Lay, C. H. (1986). At last, my research article on procrastination. *Journal of Research in Personality*, *20*, 474-495.
- 村山 航・及川 恵 (2005). 回避的な自己制御方略は本当に非適応的なのか 教育心理学研究, *53*, 273-286.
- Neff K. D. (2003). The development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and Identity*, *2*, 223-250.
- Neff K. D. (2011). *Self-Compassion*. California: William Morris Endeavor, LLC. (ネフ, K. 石村 郁夫・檜村 正美 (訳) (2014) . セルフ・コンパッション—あるがままの自分を受け入れる— 金剛出版)
- 及川 恵 (2002). 気晴らし方略の有効性を高める要因—プロセスの視点からの検討— 教育心理学研究, *50*, 185-192.
- Sirois, F. M. (2014). Procrastination and stress: Exploring the role of self-compassion. *Self and Identity*, *13*, 128-145.
- Tice, D. M., & Baumeister, R. F. (1997). Longitudinal study of procrastination, performance, stress, and health: The cost and benefits of dawdling. *Psychological Science*, *8*, 454-458.

<原著>

援助についての意識が心理的負債感に及ぼす影響 — 互惠性の役割に照準して —

竹内亜梨沙 信州大学大学院教育学研究科
水口 崇 信州大学学術研究院教育学系

概要

本研究では、心理的負債感の特徴、及びその個人特性を検討した。大学生 112 名を対象に、心理的負債感尺度、特性感謝尺度、援助成果志向性尺度、友人間ソーシャルサポート互惠性尺度、多次元共感性尺度を用いた質問紙調査を実施した。結果、心理的負債感と特性感謝に正の相関があること、心理的負債感は援助成果志向性と友人間ソーシャルサポート互惠性の一部下位尺度と正の関連があることが明らかになった。これは心理的負債感が対人関係を促進することを示していた。さらに、日本人特有の感謝と負債感の関係性、及び互惠性について論じた。

キーワード：心理的負債感、互惠性、感謝感情と負債感情、日本文化

問題と目的

私たちは日常さまざまな場面で誰かを助け、また助けられながら生きている。いわゆる「助け合いの精神」は、この社会で生きていくためにはとても重要なものである。援助に対する返報行動は、一般的には、自分が得られた利益に対する「感謝」や「喜び」といった気持ちを表すために行われると考えられている(西川, 1979)。ところが、援助を受けた際に生じるのは「感謝」や「誇り」といったポジティブな感情だけではなく、「相手に迷惑をかけて申し訳ない」という気持ちや、「心苦しき」のようなネガティブな感情も抱くということが明らかになっている。そしてこのようなネガティブ感情も、返報行動を動機づける要因であるとされる(松浦, 1992)。

援助を受けた際に生じる感情には「感謝」と「負債感」の 2 種類があるとされ、それぞれ特定の状況下で生じる感情と、個人差としての感情の感じやすさの 2 側面に分けて論じられることが多い。両感情をそのときの状況的側面から実験的に検討しようとするもの、特性的側面から質問紙調査を用いて検討しようとするものなど、研究の種類も様々である。

感謝と負債感

「感謝(gratitude)」は、明鏡国語辞典(第二版)では「自分に対する好意や親切をありがた

いと思うこと」と定義される。心理学の分野においては、「他者のおかげで望ましい状況の獲得もしくは悪い状況の回避がなされた」と認知することで生じる肯定的反応(吉野・相川, 2018)である「感謝感情」と、「個人が、ポジティブな経験や結果をもたらした他者の慈善に対し感謝の感情を抱いたり、気がついたりする一般的な傾向(McCullough, Emmons, & Tsang, 2002; 吉野・相川, 2020)」である「特性感謝」に分けて定義される。

「負債感(indebtedness)」は、返報行動が生じる理由を説明するために Greenberg(1980)が定義した概念である。Greenberg(1980)は、私たち人には「助けてくれた人を助けるべきである」「助けてくれた人を傷つけてはいけない」という2つの規範からなる「互惠規範(norm of reciprocity)」が存在すると主張した。そして「好意を与えてくれた他者にお返しをしなければならないという義務感」を「心理的負債(indebtedness)」と定義し、心理的負債は被援助者が援助によって得た利益に対する重みづけと、援助者が援助のために払ったコストに対する重みづけによって規定されるというモデルを作成した。このモデルによれば、自己への過大な利益を衡平状態に戻そうとするとときに生じるのが心理的負債であり、心理的負債を背負っているという不快な不衡平状態を、衡平状態に戻して解消しようとすることで、返報行動が動機づけられると考えられている。

相川・吉森(1995)は、同じように他者から援助を受けた状態でも、心理的負債の程度は人によって異なると考えた。例えば、少しの援助を受けただけでも自分に大きな借りがあると感じ、それを不快に感じて返報が促進される人もいれば、援助を受けても、それをそもそも借りだと思わない人もいる。また、自分に借りがある状態をそこまで不快に感じないため返報行動が動機づけられない人もいる。そこで、「他者から援助されることにより一種の負債を負った状態を経験し、それが不快感情の源泉になることで、他者に返礼するように義務付けられた心理状態」を「心理的負債感」と定義し、個人特性としての心理的負債感の感じやすさを測定する心理的負債感尺度を作成した。

心理的負債感の特性

近年、この感謝と負債感の関係について、研究によって両者の捉え方が異なることが指摘されている。例えば、Mathew & Shock(2013)は、感謝と負債感とは被援助時に生じる同レベルの感情で、相反して生じるものであるとし、特性感謝と特性負債感との間に負の相関関係があることを示した。それに対し吉野・相川(2020)は、感謝の下位概念として負債感が位置づけられ、感謝と負債感は共起するという前提のもと、特性感謝と特性負債感には正の相関が見られることを示した。また、心理的負債は心理的苦痛や不安を伴うものであり、「相手と関わりたくない」といった回避の動機付けと関連があることが分かっている(Watkins, Scheer, Ovnicek & Kolts, 2006)。その一方で、心理的負債感が対人関係を促進する要因と関連があるという知見も存在する。例えば、「過去の援助成果に関わる援助経験を中心にして習得した、援助成果に対する志向性や態度、あるいは価値観(妹尾・高木, 2011)」である「援助成果志向性」や、「対人関係において、対人的な側面に反応する度合い(斎藤・

中村,1987)」である「対人的志向性」と心理的負債感には正の関連があることが明らかになっている(e.g., 鷺巣・内藤・原田, 2016)。

このような相違が生じる理由には、文化的要因が関与すると考えられている。例えば、一言・新谷・松見(2008)は、「何をもってお返しをしなければならないという義務感が生じるか」を理解するためには、文化的要因も考慮し、何をどのように重視し維持しようとしているかを明らかにすることが必要であると述べた。そして日米間比較を行い、日本人大学生はアメリカ人大学生に比べて、自己の利益よりも他者のコストに目が向きやすいことを明らかにした。また池田(2017)は、日本語の感謝表現の中に「すみません」という謝罪表現があることを指摘し、感謝に伴うすまなさ感情が対人関係の形成と維持に関わっている可能性を論じた。海外の研究において心理的負債感は「いかに自分の利益のために返報を行うか」を測定しているのに対し、日本では「いかに相手のことを思って返報を行うか」を測定する指標へと変化しているとの指摘もある(泉井・中澤, 2010)。心理的負債感は「お返しをしないでなければならない」というネガティブ感情であるが、自分を助けてくれた他者を慮ることで生じ、他者に返礼することを目的に、より他者と積極的に関わろうとすることで、対人関係を促進する要因にもなりうるのかもしれない。

心理的負債感と互惠性

ところで近年、心理的負債感が被災者支援や高齢者への介護場面に及ぼす影響が問題視されている。例えば、田中(2011)は、被災者との面接を行う中で「ありがたい」「申し訳ない」「どうお返ししてよいか分からない」といった言葉は必ず語られることを指摘している。そしてこうした心理的負債感が必要な援助要請を抑制し、災害時の支援活動を滞らせると述べている。「援助され続けると心が折れる」といった声も度々聞かれ、心理的負債感が自尊心と負の関連があることも明らかとなっている(相川・吉森, 1995)。妹尾・高木(2004)は、社会的支援の対象者として認知される高齢者もまた被援助時に負債感を経験することを指摘し、負債感を低減させる要因について検討することの必要性を説いている。被災地や介護場面で生じる負債感、は、衡平理論に基づけば、援助を受けて生じた利益とコストを返報できず、過剰に抱え続けている状態である。被災者や高齢者は、一方的な支援を受け続けることで決して望んでなかったわけではない「被援助者」としての役割を背負い続けることとなり、心理的負債感が増すのではないかと考えられている(石野, 2013)。

このような特定の援助場面に関する検討の中で、互惠性がもつ役割が注目されている。妹尾・高木(2004)は、高齢者の援助授与経験が心理・社会的幸福感・安寧感と結びつくことを明らかにし、援助をする・されるという好循環が精神的健康につながることを明らかにした。田中(2004)は、被災者支援活動において被災者の心理的負債感を低減させることを目指し、援助行動の結果として被援助者が得られた「援助効果」と、援助行動の結果として援助者が得られた「援助成果」を意識させるプログラムを考案した。被災者(母親と未就学児)と支援者(学生ボランティア)それぞれが活動から得たものに対して確認し合い、共

に評価し、感謝の気持ちを伝え合うというものである。この支援者と被災者の双方向のやりとりは、長期的で効果的な支援活動の可能性を高めたと述べている。また石野(2013)は、学生ボランティアは支援を受ける側にとって孫や兄弟のような身近な存在になり得るため、する・されるという役割に固定化されず変幻自在に役割を変え得るとし、双方向の関係が築けることの魅力を述べている。こうした他者との双方向のやりとりは「互恵性」と呼ばれる。「互恵性」は、「ある社会的関係性の中でお互いが他者の行為に対して何らかの形で報いること(瀧川, 2009)」と定義される、いわゆる“お互いさま”という感覚である。サポートの提供と受容が同程度あることは“互惠的”な状態(福岡・橋本, 1997)とされ、互惠的であることは心理的負債感を低減させるのかもしれない。

本研究の目的

以上のように、心理的負債感について矛盾する知見が得られており、その特性がはっきりとしない。心理的負債感とは他者との関わりを回避し、他者からの援助を抑制しようという知見もあれば、心理的負債感が対人関係を促進する要因になりうるという、正反対の知見が存在する。それが海外との文化差の影響であるのか、調査手続きの問題であるのかを明らかにする必要がある。また心理的負債の基礎となる互恵性の側面から近年の援助場面での知見を踏まえて検討することで、心理的負債感の特性をより深く理解することができるだろう。そこで本研究では、心理的負債感に関する先行研究の問題点を考慮した上で、改めてどのような個人特性と関連が見られるのか検討する。

第1に、特性感謝と心理的負債感の関連について検討する。特性感謝と心理的負債感に負の相関があるとした Mathew & Shock(2013)は国外の研究であるため日本の文化差を反映していない。対して特性感謝と心理的負債感に正の相関があるとした相川・吉野(2020)は、特性感謝を藤原・村上・西村・濱口・櫻井(2014)が作成した「対人的感謝尺度」を用いて測定しているが、これは児童用に作成されたものを大学生に援用している。特性感謝を測定する尺度については McCullough, Emmons & Tsang(2002)が作成した特性感謝尺度(GQ-6)があり、その日本語版は我が国の研究でも多く用いられている。先述の Mathew & Shock(2013)においても GQ-6 を用いて検討が行われている。両者の矛盾する結果が文化差におけるものであることを明らかにするには、GQ-6 を用いた検討が必要であると考えられる。以上より本研究では、「日本人の文化的背景を踏まえると心理的負債感と感謝が共起するため、両者に正の相関が見られる」という知見を、特性感謝尺度(GQ-6)を用いて再検討することを第1の目的とする。

第2に、心理的負債感と感謝は共起するという前提を踏まえた上で、心理的負債感が対人関係に関する個人特性とどのような関係にあるのか検討する。検討する個人特性として、「援助成果志向性」「共感性」「互恵性」の3つを挙げる。

援助成果志向性は、妹尾・高木(2011)が「過去の援助成果に関わる援助経験を中心にして習得した、援助成果に対する志向性や態度あるいは価値観」と定義した概念である。妹

尾・高木(2011)は心理的負債感と援助成果志向性には正の関連があることを明らかにしたが、これは高齢者を対象にした調査であり、一般化できる結果とは言い難い。高齢者は他者から援助を受ける機会が多いと考えられるため、心理的負債感を感じる機会が多いと予測される。そうした状況の要因が心理的負債感と援助成果志向性を結び付けたのか、それとも一般的に心理的負債感と援助成果志向性には関連が見られるのか。本研究では大学生を対象に、日常的な援助の相互作用場面においても心理的負債感と援助成果志向性には関連が見られるのか検討する。

共感性は「他者の心理状態に対する認知と情動の反応傾向(鈴木・木野, 2008)」であり、他者の心理状態を正確に理解できる認知的側面と、他者の心理状態に対する代理的な情動反応の2側面についての個人特性である。妹尾・高木(2011)は、心理的負債感が対人関係を促進しうる理由に、心理的負債感が“他者の心情を慮ることで生じること”を挙げているが、実際に両者の関連は検討されていない。感謝と負債感が共起するという前提に基づけば相手を慮る共感性があると「相手のために返報しなくてはならない」という意識である心理的負債感が高まると予想し、関連を検討する。

互恵性は Greenberg(1980)の互恵規範をもとにした考え方で、サポートの提供と受容が同程度あることを“互恵的”な状態とする(福岡・橋本, 1997)。被災者や高齢者に対する実証研究において互恵性が心理的負債感を低減させる可能性が指摘されているように、双方向の援助のやりとりが心理的負債感に負の影響を与えると予想される。田中(2004)が開発した負債感を低減させる取り組みは、あくまでプログラムという形での双方向なやりとりであった。本研究では日常的な双方向のやりとりを想定し、社会的支援の指標とされるソーシャルサポートとの関連を検討する。ソーシャルサポートとは、「他者との間の社会的支援関係(岡安・嶋田・坂野, 1993)」である。ソーシャルサポートの提供と受容が同程度である、すなわちソーシャルサポートが互恵的であると、ネガティブ感情やストレスが低減され、精神的・身体的健康度が高まることが明らかになっている(e.g., 岡安・嶋田・坂野, 1993)。ソーシャルサポートが互恵的であれば心理的負債感は意識されにくく、両者には負の関連があると予想し、関連を検討する。

方法

調査協力者

調査は、18歳から30歳までの大学生・大学院生を対象に実施した。男性32名(平均年齢20.97歳、標準偏差1.91)、女性80名(平均年齢21.73歳、標準偏差2.16)の、計112名(平均年齢21.51歳、標準偏差2.11)のデータを分析に用いた。

調査の手続き

Google formで質問紙を作成し、オンラインで配布した。縁故法と、甲信越地方の大学でオンライン講義後に配布した。倫理的配慮として、本調査は無記名式で行われデータは

統計的に処理されること、そのため個人が特定されることはないこと、本調査への参加は強制ではなく、回答の内容や参加の有無によって個人が不利益を被ることはないことを説明した。本調査への回答をもって調査への同意表明とみなされるものとした。

質問紙の構成

質問紙は、フェイスシート項目(性別、年齢)と、以下の尺度で構成した。はじめにフェイスシート項目を尋ね、その後、以下の順序で各尺度を提示した。

(1) **心理的負債感尺度** 相川・吉森(1995)が作成した、18項目からなる尺度である。1点(あてはまらない)から6点(あてはまる)の6件法で回答を求めた。

(2) **特性感謝尺度(GQ-6:The Gratitude Questionnaire Six-Item Form)** McCullough, Emmons & Tsang(2002)が作成した尺度の日本語版(相川・矢田・吉野, 2013)で、6項目からなる。1点(あてはまらない)から6点(あてはまる)の6件法で回答を求めた。

(3) **援助成果志向性尺度** 妹尾・高木(2011)によって作成された、18項目からなる尺度である。1点(あてはまらない)から5点(あてはまる)の5件法で回答を求めた。

(4) **友人間ソーシャルサポート互恵性尺度** 浅野・飯沼・大木(2016)が作成した、6項目からなる尺度である。特定の友人ではなく、日常場面における友人との関わり全般をどのように認知しているか測定することを目的に作成された尺度であったため、「あなたの友人関係についてお聞きします。日常の友人との場面を思い出し、もっとも当てはまるものにチェックしてください」と教示し回答を求めた。1点(あてはまらない)から5点(あてはまる)の5件法で回答を求めた。

(5) **多次元的共感性尺度(MES: Multidimensional Empathy Scale)** 鈴木・木野(2008)が作成した尺度から、『他者指向的反応』に関する5項目と、『視点取得』に関する5項目を使用した。いずれも1点(あてはまらない)から5点(あてはまる)の5件法で回答を求めた。

結果

因子分析による変数の抽出

(1) **心理的負債感尺度** 相川・吉森(1995)において1因子構造とされていたが、鷺巣・内藤・原田(2016)や泉井・中道・中澤(2007)はそれぞれ異なる2因子を抽出し分析に用いている。そこで本研究でも、以後の分析に用いる変数を抽出することを目的に探索的因子分析を行った。反転項目である項目3, 11, 15は得点の反転処理を行ってから分析に用いた。心理的負債感尺度の基本統計量を表1に示す。表1より、 $M+SD$ が評定値の上限である6を上回った項目2, 8, 17について検討を行った。各項目の得点分布と項目内容を考慮し、項目2, 17は天井効果が見られると考え今後の分析から除外した。項目8は除外せずに分析を進めた。

主成分分析によるスクリープロットは2因子解を示唆し、平行分析は3因子解を示唆した。相川・吉森(1995)は1因子解を適当としていたが、同尺度を用い研究を行った鷺巣・

表1 心理的負債感尺度の基本統計

項目	平均値	標準偏差	Min	Max	M-SD	M+SD
1 私は友達から世話になったら、友情を保つためにできるだけ早くそのお返しをする。	4.40	1.18	1	6	3.22	5.58
2 誰かが私の命を救ってくれるようなことがあれば、私は一生その人に恩を感じるだろう。	5.40	0.84	2	6	4.56	6.25
3* 私は誰かに借りがあっても、気にならない。	4.74	1.13	1	6	3.61	5.87
4 私は、自分から人に助けを求めるとその人に頭が上がらなくなると思う。	3.64	1.37	1	6	2.27	5.02
5 もし人から「あなたには貸しがある」と言われれば、私は決まりが悪くなる。	4.14	1.36	1	6	2.78	5.50
6 私は普通お返しができないと思うときは、その人の世話にはならない。	3.03	1.30	1	6	1.72	4.33
7 人におごってもらいと、次は私がおごらなければならないと思う。	4.63	1.18	1	6	3.46	5.81
8 人から借りていた物を返し忘れていたことに気づいたとき、私はあわてる。	5.08	1.05	2	6	4.03	6.13
9 わざわざ人が私を助けてくれた時には、その人に単なるお返し以上のことをしなければならぬと思う。	3.84	1.34	1	6	2.50	5.18
10 私は人に何かしてもらったら、その人にお返しをすべきだと思う。	4.86	1.06	1	6	3.80	5.91
11* 私は見知らぬ人から助けてもらった時には、お返しをする必要はないと思う。	4.32	1.04	1	6	3.28	5.36
12 なくした物を届けてもらったなら、私はその人にお返しをする。	4.15	1.07	1	6	3.08	5.22
13 私はたとえ嫌いな人にでもお返しをする。	4.13	1.24	1	6	2.89	5.36
14 私は人に何か物をもらうと、お返しのことが気になる。	3.58	1.49	1	6	2.09	5.07
15* 私は人から何かしてもらっても、必ずしもお返しをする必要はないと思う。	3.35	1.43	1	6	1.92	4.78
16 私は人に何かをしてもらうより、自分が何かをしてあげる方が気が楽だ。	4.87	1.09	2	6	3.78	5.95
17 ちょっとした好意にも、ありがたいという感謝の気持ちは必要だと思う。	5.45	0.73	3	6	4.71	6.18
18 私はお返しする時、多少の負担(金銭、時間など)は気にしない。	4.35	1.31	1	6	3.04	5.65

注) * は反転項目

表2 心理的負債感尺度の因子分析結果(最尤法プロマクス回転後)

項目	F1	F2	共通性
1 私は友達から世話になったら、友情を保つためにできるだけ早くそのお返しをする。	.68	-.18	.36
3* 私は誰かに借りがあっても、気にならない。	.63	-.07	.35
10 私は人に何かしてもらったら、その人にお返しをすべきだと思う。	.62	.03	.41
13 私はたとえ嫌いな人にでもお返しをする。	.58	.01	.34
7 人におごってもらいと、次は私がおごらなければならないと思う。	.54	.06	.34
11* 私は見知らぬ人から助けてもらった時には、お返しをする必要はないと思う。	.46	-.19	.15
16 私は人に何かをしてもらうより、自分が何かをしてあげる方が気が楽だ。	.46	-.05	.19
9 わざわざ人が私を助けてくれた時には、その人に単なるお返し以上のことをしなければならぬと思う。	.44	.16	.30
14 私は人に何か物をもらうと、お返しのことが気になる。	-.13	.97	.82
6 私は普通お返しができないと思うときは、その人の世話にはならない。	-.01	.55	.30
4 私は、自分から人に助けを求めるとその人に頭が上がらなくなると思う。	.14	.51	.36
15* 私は人から何かしてもらっても、必ずしもお返しをする必要はないと思う。	.34	.44	.48
説明分散	2.64	1.81	
累積比率	.22	.37	

注1) * は反転項目

注2) 因子負荷量が .40 以上のものを太字で表記した。

注3) 因子間相関は .56 であった。

内藤・原田(2016)や泉井・中道・中澤(2007)の報告では2因子解が適当とされていた。本研究でも2因子解が適当であると判断し、最尤法プロマクス回転による因子分析を行った。因子負荷量が.40以上を示した項目を解釈に用い、どの因子にも十分な因子負荷量を示さなかった項目5, 8, 12, 18は今後の分析から除外した。因子負荷量を表2に示す。各因子を構成する項目内容について、2因子解が報告された鷺巣・内藤・原田(2016)とは異なる因子に寄与している項目が数多くあった。新たな因子を発見したと考え、因子の命名を行った。第1因子は「私は友達から世話になったら、友情を保つためにできるだけ早くそのお返しをする」など、お返しについての考え方や意識に関する項目が多く含まれていたことから、『返礼意識』と命名した。第2因子は「私は人に何か物をもらうと、お返しのことが気になる」など、お返しを負担に思うことに関する項目が多く含まれていたことから、『返礼負債感』と命名した。クロンバックの α 係数は第1因子で.76, 第2因子で.76であり、許容範囲内の内的一貫性が得られた。

(2)特性感謝尺度 McCullough, Emmons & Tsang(2002): 相川・矢田・吉野(2013)と同様の1因子構造になるか確かめるため、確認的因子分析を行った。反転項目である項目3, 6は得点の反転処理を行ってから分析に用いた。特性感謝尺度の基本統計量を表3に示す。1つの因子からそれぞれの項目が影響を受けると仮定したモデルで分析を行ったところ、適合度指標は $\chi^2(9) = 52.62, p < .001, CFI = .824, RMSEA = .208, SRMR = .086$ であった。モデルの適合度が不十分であったため、 $M + SD$ が評定値の上限である6を上回った項目1, 2, 3について検討を行った。各項目の得点分布と項目内容を考慮し、項目1は天井効果が見られると考え今後の分析から除外した。項目2, 3は除外せずに分析を進めた。

項目1を除外し再度分析を行ったところ、適合度指標は $\chi^2(5) = 7.30, p = .199, CFI = .998, RMSEA = .064, SRMR = .046$ であり、最初のモデルよりもデータに適合した結果が得られた。表4に、この最終的なモデルの分析結果を示す。クロンバックの α 係数は.79であり、許容範囲内の内的一貫性が得られた。

表3 特性感謝尺度の基本統計量

項目	平均値	標準偏差	Min	Max	$M - SD$	$M + SD$
1 私の人生には感謝することがたくさんある。	5.33	0.78	3	6	4.55	6.11
2 もしも私が感じた感謝を全て挙げなければならないとするならば、それはとても長いリストになる。	4.96	1.09	2	6	3.87	6.05
3* 私は、世の中の人々がなぜそんなにたくさん感謝をするのかが分からない。	5.05	1.00	1	6	4.05	6.06
4 私は様々な人々に感謝をしている。	4.96	1.02	1	6	3.94	5.97
5 歳を取るにつれて、私は自分の人生に関わった人々や出来事、状況に、以前よりも感謝できる。	4.98	0.99	2	6	4.00	5.97
6* 私がある事柄や誰かに感謝を感じるのに、とても長い時間がかかる。	4.28	1.16	1	6	3.13	5.43

注) * は反転項目

表4 特性感謝尺度の確認的因子分析結果

項目	F1	共通性
4 私は様々な人々に感謝をしている。	.83	.69
5 歳を取るにつれて、私は自分の人生に関わった人々や出来事、状況に、以前よりも感謝できる。	.70	.49
3* 私は、世の中の人々がなぜそんなにたくさん感謝をするのかが分からない。	.66	.43
2 もしも私が感じた感謝を全て挙げなければならないとするならば、それはとても長いリストになる。	.63	.40
6* 私があつる事柄や誰かに感謝を感じるのに、とても長い時間がかかる。	.56	.32

注1) * は反転項目

注2) 因子負荷量が .40 以上のものを太字で表記した。

注3) $\chi^2(5) = 7.30, p = .199, CFI = .998, RMSEA = .064, SRMR = .046$

表5 援助成果志向性尺度の基本統計量

項目	平均値	標準偏差	Min	Max	M-SD	M+SD
1 人への好意や援助から、私は喜びや感動を経験することがある。	4.37	0.62	2	5	3.75	4.98
2 もし人から自分の行為を感謝されたら、私は喜びを感じる。	4.51	0.74	1	5	3.77	5.24
3 人に何かしてあげると、私は自分が人の役に立てたと感じる。	4.33	0.80	2	5	3.53	5.13
4 私は人に喜ばれると嬉しい。	4.71	0.54	2	5	4.17	5.26
5 人に何かしてあげると思いやり意識が身につくと思う。	4.08	0.92	1	5	3.16	5.00
6 私は、たとえ知らない人同士でも、思いやり行動を介した人間的ふれ合いは望めると思う。	4.38	0.66	2	5	3.72	5.04
7 人から感謝されると、私は奮起する。	4.04	0.94	1	5	3.10	4.99
8 人に何かしてあげると、私は気持ちの充足感が得られる。	4.23	0.88	1	5	3.35	5.11
9 援助をすると、私自身を高める目標が生まれる。	3.48	1.12	1	5	2.36	4.61
10 人への好意や援助は、私の生活の中で重要な行動である。	4.04	0.83	1	5	3.21	4.88
11 私は、相手への好意や援助は良好な人間関係に寄与すると思う。	4.46	0.71	2	5	3.75	5.17
12 援助をすると、私の中に相手の幸福・安寧のための新たな目標が生まれる。	3.53	1.07	1	5	2.46	4.59
13 私は人を助けると、人や地域にもっと貢献しようという気持ちになる。	3.61	1.08	1	5	2.53	4.68
14 援助で関わった人から教えられ、私自身の勉強になることがある。	4.11	0.92	1	5	3.18	5.03
15 私は人に喜ばれるのが好きだ。	4.63	0.60	2	5	4.02	5.23
16 私はちょっとした親切でも互いに心が通じ合うことがあると思う。	4.35	0.64	3	5	3.71	4.99
17 私は感謝やお礼がなくても相手のためになっていると実感できる。	3.92	0.90	1	5	3.02	4.82
18 私は人に何かをしてもらうより、人に何かをしてあげることの方が嬉しい。	4.00	0.90	2	5	3.10	4.90

(3) 援助成果志向性尺度 妹尾・高木(2011)は高齢者を対象とする調査によって本尺度を作成した。本調査は対象が大学生であったため、因子構造が異なる可能性が考えられた。そこで今後の分析に用いる変数を抽出することを目的に、探索的因子分析を行った。援助成果志向性尺度の基本統計量を表5に示す。表5より、 $M + SD$ が評定値の上限である5を上回った項目2, 3, 4, 5, 6, 8, 11, 14, 15について検討を行った。各項目の得点分布と項目内容を考慮し、項目2, 4, 16は今後の分析から除外した。項目3, 5, 6, 8, 11, 14については除外せずに分析を進めた。

主成分分析によるスクリープロットは2因子解を示唆し、平行分析は2因子解を示唆し

た。妹尾・高木(2011)の報告で2因子解が適当とされていたため本研究でも2因子解を適当と判断し、最尤法プロマクス回転による因子分析を行った。因子負荷量が.40以上を示した項目を解釈に用いることとし、どの因子にも十分な因子負荷量を示さなかった項目6は今後の分析から除外した。因子負荷量を表6に示す。各因子を構成する項目内容について妹尾・高木(2011)と異なる因子に寄与している項目が多くあった。新たな因子を発見したと考え、因子の命名を行った。第1因子は「援助をすると、私の中に相手の幸福・安寧のための新たな目標が生まれる」など、援助に向かう気持ちや援助の目標に関する項目が多く含まれていたことから、『援助意欲』と命名した。第2因子は「人への好意や援助から、私は喜びや感動を経験することがある」など、援助を通して得られる気持ちに関する項目が多く含まれていたことから、『援助充足感』と命名した。クロンバックの α 係数は第1因子で.81、第2因子で.84であり、十分な内的一貫性が得られた。

表6 援助成果志向性尺度の因子分析結果(最尤法プロマクス回転後)

項目	F1	F2	共通性
12 援助をすると、私の中に相手の幸福・安寧のための新たな目標が生まれる。	.85	-.06	.67
9 援助をすると、私自身を高める目標が生まれる。	.72	.08	.60
13 私は人を助けると、人や地域にもっと貢献しようという気持ちになる。	.71	.11	.62
14 援助で関わった人から教えられ、私自身の勉強になることがある。	.57	-.07	.27
17 私は感謝やお礼がなくても相手のためになっていると実感できる。	.42	-.06	.15
10 人への好意や援助は、私の生活の中で重要な行動である。	.41	.29	.40
18 私は人に何かをしてもらうより、人に何かをしてあげることが嬉しい。	.40	-.09	.12
1 人への好意や援助から、私は喜びや感動を経験することがある。	-.30	.85	.48
8 人に何かしてあげると、私は気持ちの充足感が得られる。	.09	.78	.70
3 人に何かしてあげると、私は自分が人の役に立てたと感じる。	.03	.69	.50
7 人から感謝されると、私は奮起する。	.27	.55	.57
11 私は、相手への好意や援助は良好な人間関係に寄与すると思う。	.17	.48	.37
5 人に何かしてあげると思いやり意識が身につくと思う。	.28	.43	.41
説明分散	2.86	2.63	
累積比率	.22	.42	

注1) 因子負荷量が.40以上のものを太字で表記した。

注2) 因子間相関は.65であった。

表7 友人間ソーシャルサポート互恵性尺度の基本統計量

項目	平均値	標準偏差	Min	Max	M-SD	M+SD
1 お互いに、落ち込んでいるときにはなぐさめあっている。	3.84	0.96	1	5	2.88	4.80
2 お互いに、人間関係で悩んでいるときに相談し合っている。	3.81	1.06	1	5	2.75	4.87
3 自分が悩んでいることを人に相談したり、人から相談されたりする。	3.88	1.01	1	5	2.87	4.88
4 お互いに、悩んでいるとき、冗談を言ったり一緒に何かをやったりして気をまぎれさせ合っている。	4.09	0.94	1	5	3.15	5.02
5 人が自分に何かをくれたとき、今度は私もあげるようにしている。	4.29	0.69	2	5	3.60	4.99
6 もし人が自分に何かしてくれたら、今度は自分もするようにしている。	4.33	0.62	2	5	3.71	4.95

(4) 友人間ソーシャルサポート互恵性尺度 浅野・飯沼・大木(2016)が作成した本尺度を用いて行われた研究は少なく、知見が不十分であると考えられた。そこで以後の分析に用いる変数を抽出することを目的に、探索的因子分析を行った。友人間ソーシャルサポート尺度の基本統計量を表7に示す。表7より、 $M+SD$ が評定値の上限である5を上回った項目4について検討を行った。分布に大きな偏りは見られないと判断し、除外せずに今後の分析を進めた。

主成分分析によるスクリープロットは2因子解を示唆し、平行分析は2因子解を示唆した。浅野・飯沼・大木(2016)の報告では1因子解が適当とされていた。ところで、浅野・飯沼・大木(2016)が作成した本尺度は、これまで互恵性を測定する尺度には認知的な側面が含まれておらず、互恵性への認知を含めて友人間のソーシャルサポート互恵性を測定することを目的に作成された。そのため本研究で得られた2因子解を示唆する結果は、互恵性への認知に関する項目と、実際に受容・提供したソーシャルサポートに関する項目の、それぞれ異なった性質を表していると考えられた。以上より2因子解を適当と判断し、最尤法バリマクス回転による因子分析を行った。因子負荷量が.40以上を示した項目を解釈に用いた。因子分析で得られた因子負荷量を表8に示す。浅野・飯沼・大木(2016)と異なる結果が得られたため、新たに因子の命名を行った。第1因子は「お互いに、人間関係で悩んでいるときに相談し合っている」など、日常的な場面でのサポートに関する項目が多く含まれていたことから、『相互サポート』と命名した。第2因子は「人が自分に何かをくれたとき、今度は私もあげるようにしている」というサポートを受けた際の意識に関する項目が含まれていたことから、『サポート意識』と命名した。ただし第2因子は2項目のみで構成されている。第2因子を今後の分析から除外することも検討したが、浅野・飯沼・大木(2016)の本尺度作成の過程を踏まえより多面的に捉えられるよう、第2因子を独立した因子と認め今後の分析を進めることとした。クロンバックの α 係数は第1因子で.82, 第2因子で.84であり、十分な内的一貫性が得られた。

表8 友人間ソーシャルサポート互恵性尺度の因子分析結果(最尤法バリマクス回転後)

項目	F1	F2	共通性
3 自分が悩んでいることを人に相談したり、人から相談されたりする。	.86	.04	.74
2 お互いに、人間関係で悩んでいるときに相談し合っている。	.76	.14	.60
1 お互いに、落ち込んでいるときにはなぐさめあっている。	.72	.21	.56
4 お互いに、悩んでいるとき、冗談を言ったり一緒に何かをやったりして気をまぎれさせ合っている。	.53	.29	.37
6 もし人が自分に何かしてくれたら、今度は自分もするようになっている。	.11	.94	.90
5 人が自分に何かをくれたとき、今度は私もあげるようになっている。	.11	.77	.60
説明分散	2.14	1.63	
累積比率	.36	.63	

注) 因子負荷量が.40以上のものを太字で表記した。

表9 多次元共感性尺度の基本統計量

項目	平均値	標準偏差	Min	Max	M-SD	M+SD
1 悲しんでいる人を見ると、なぐさめてあげたくなる。	4.15	0.91	1	5	3.24	5.06
2* 悩んでいる友達がいるても、その悩みを分かち合うことができない。	3.52	1.07	1	5	2.45	4.58
3 人が頑張っているのを見たり聞いたりすると、自分には関係なくても応援したくなる。	4.13	0.92	1	5	3.20	5.05
4* 他人が失敗しても同情することはない。	3.89	0.85	1	5	3.04	4.75
5 周りの人が困っていたら、その人の問題が早く解決するといいなあと思う。	4.28	0.74	1	5	3.54	5.01
6 自分と違う考え方の人と話しているとき、その人がどうしてそのように考えているのか分かってもらう。	4.10	0.80	2	5	3.29	4.90
7 人と対立しても、相手の立場に立つ努力をする。	3.97	0.81	2	5	3.16	4.78
8 人の話を聞くときは、その人が何を言いたいのか考えながら話を聞く。	4.25	0.70	2	5	3.55	4.95
9 常に人の立場に立って、相手を理解するようにしている。	3.96	0.76	2	5	3.21	4.72
10* 相手を批判するときは、相手の立場を考慮することができない。	3.57	0.98	1	5	2.59	4.56

注) * は反転項目

表10 多次元共感性尺度の確認的因子分析結果

項目	F1	F2	共通性
3 人が頑張っているのを見たり聞いたりすると、自分には関係なくても応援したくなる。	.74		.54
4* 他人が失敗しても同情することはない。	.72		.52
5 周りの人が困っていたら、その人の問題が早く解決するといいなあと思う。	.70		.48
1 悲しんでいる人を見ると、なぐさめてあげたくなる。	.59		.35
2* 悩んでいる友達がいるても、その悩みを分かち合うことができない。	.50		.25
6 自分と違う考え方の人と話しているとき、その人がどうしてそのように考えているのか分かってもらう。		.77	.60
9 常に人の立場に立って、相手を理解するようにしている。		.71	.51
8 人の話を聞くときは、その人が何を言いたいのか考えながら話を聞く。		.67	.45
7 人と対立しても、相手の立場に立つ努力をする。		.64	.41
10* 相手を批判するときは、相手の立場を考慮することができない。		.36	.13

注1) * は反転項目

注2) 因子負荷量が .40 以上のものを太字で表記した。

注3) 因子間相関は .57 であった。

注4) $\chi^2(34) = 60.52, p = .003, CFI = .919, RMSEA = .083, SRMR = .069$

(5) 多次元的共感性尺度 鈴木・木野(2008)と同様の因子構造になるか確かめるため、確認的因子分析を行った。反転項目である項目 2, 4, 10 は得点の反転処理を行ってから分析に用いた。多次元的共感性尺度の基本統計量を表 9 に示す。本調査では、鈴木・木野(2008)が作成した尺度のうち「他者指向的反応」と「視点取得」の 2 つの因子に関する項目のみ

を用いた。そのため2つの因子からそれぞれ該当する項目が影響を受け、すべての因子間に共分散を仮定したモデルで分析を行ったところ、適合度指標は $\chi^2(34) = 60.52, p = .003, CFI = .919, RMSEA = .083, SRMR = .069$ であり、許容範囲内の値が得られた(表 10)。鈴木・木野(2008)と同様、本研究でも第1因子を『他者指向的反応』、第2因子を『視点取得』と解釈し以後の分析に用いた。クロンバックの α 係数は第1因子で .77、第2因子で .75 であり、許容範囲内の内的一貫性が得られた。

表 11 各下位尺度得点の基本統計量

		N	平均値	中央値	標準偏差	分散	最小値	最大値
心理的負債感	(6件法)							
返礼意識	(8項目)	112	35.79	36.0	5.67	32.15	18.0	48.0
返礼負債感	(4項目)	112	13.60	13.5	4.26	18.13	4.0	21.0
特性感謝	(6件法)							
	(5項目)	112	24.23	25.0	3.88	15.04	11.0	30.0
援助成果志向性	(5件法)							
援助意欲	(7項目)	112	26.69	27.0	4.67	21.77	13.0	35.0
援助充足感	(6項目)	112	25.52	26.0	3.66	13.42	16.0	30.0
友人間SS互恵性	(5件法)							
相互サポート	(4項目)	112	15.62	16.0	3.21	10.27	4.0	20.0
サポート意識	(2項目)	112	8.63	8.0	1.22	1.50	4.0	10.0
多次元的共感性尺度	(5件法)							
他者指向的反応	(5項目)	112	19.96	20.0	3.27	10.70	5.0	25.0
視点取得	(4項目)	112	16.29	16.0	2.42	5.86	10.0	20.0

心理的負債感と特性感謝の関連

各尺度の項目得点の合計点を尺度得点とし、各下位尺度の尺度得点を算出した。各下位尺度の基本統計量を表 11 に示す。はじめに、本研究の第1の目的である心理的負債感と特性感謝の関連について検討を行った。心理的負債感の2つの下位尺度の合計得点である「心理的負債感得点」と、特性感謝の尺度得点である「特性感謝得点」の相関係数を求めたところ、 $r = .33, p < .001$ であり、有意な弱い正の相関が見られた。

続いて、個人特性としての感謝が心理的負債感の感じやすさに影響するのか検討することを目的に t 検定を行った。特性感謝得点は平均値を基準に高群と低群に分け、それらを独立変数、心理的負債感の得点を従属変数とする、対応のない t 検定を行った。各群の基本統計量を表 12 に示す。 t 検定の結果、特性感謝得点の高低における心理的負債感得点の差は有意であった($t(110) = 2.13, p = .035, d = 0.40$, 検出力($1-\beta$) = 0.56, 両側検定)。

表 12 特性感謝得点の高低における心理的負債感得点

		N	平均値	中央値	標準偏差	最小値	最大値
特性感謝	低群	55	47.65	48.00	8.29	25.00	61.00
特性感謝	高群	57	51.05	51.00	8.58	33.00	67.00

表 13 各下位尺度間の相関係数

	返礼意識	返礼負債感	特性感謝	援助意欲	援助充足感	相互サポート	サポート意識	他者指向的反応
心理的負債感								
返礼意識								
返礼負債感	.481 **							
特性感謝								
	.464 **	.037						
援助成果志向性								
援助意欲	.589 **	.286 **	.336 **					
援助充足感	.434 **	.115	.369 **	.636 **				
友人間SS互恵性								
相互サポート	.229 *	-.077	.353 **	.289 *	.345 **			
サポート意識	.644 **	.218 *	.523 **	.415 *	.385 **	.296 **		
多次元共感性尺度								
他者指向的反応	.416 **	.086	.568 **	.533 *	.489 **	.511 **	.442 **	
視点取得	.324 **	.029	.416 **	.209 *	.235 *	.191 *	.410 **	.432 **

注) ** $p < .01$, * $p < .05$, + $p < .10$

心理的負債感を予測する変数

第2の目的である、「心理的負債感」と「特性感謝」「援助成果志向性」「友人間ソーシャルサポート互恵性」「共感性」の各下位尺度の関連を検討するため、はじめに各下位尺度間の相関係数を算出した(表13)。続いて、各変数が心理的負債感の2つの下位尺度とそれぞれどのような関連があるのか検討するために、心理的負債感の下位尺度である「返礼意識」「返礼負債感」それぞれを目的変数、「特性感謝」「援助成果志向性」「共感性」の各下位尺度それぞれを説明変数とする重回帰分析を行った。変数の投入は同時に行った。重回帰分析の結果を表14に示す。

返礼意識 「返礼意識」を目的変数とする重回帰分析の結果、決定係数は有意であった($R^2 = .55$, $F(7, 104) = 18.49$, $p < .01$, $adjusted R^2 = .52$)。標準化偏回帰係数は「援助意欲」「サポート意識」であった(援助意欲: $\beta = .41$, $t(104) = 4.42$, $p < .001$, サポート意識: $\beta = .43$, $t(104) = 5.12$, $p < .001$)。許容度は.44~.73の間にあり、多重共線性の問題はないと判断した。

表 14 重回帰分析結果

目的変数	説明変数	標準化偏回帰係数	95%信頼区間	t値	許容度
返礼意識	特性感謝	.14	-.03 ~ .31	1.60	.57
	援助意欲	.40 **	.22 ~ .59	4.42	.51
	援助充足感	.00	-.18 ~ .17	-0.05	.54
	相互サポート	-.04	-.19 ~ .12	-0.48	.72
	サポート意識	.43 **	.26 ~ .59	5.13	.62
	他者指向的反応	-.06	-.26 ~ .13	-0.66	.44
	視点取得	.04	-.11 ~ .19	0.55	.73
$R^2 = .55$ **					
返礼負債感	特性感謝	-.08	-.32 ~ .15	-0.70	.57
	援助意欲	.33 *	.08 ~ .58	2.59	.51
	援助充足感	-.08	-.33 ~ .16	-0.68	.54
	相互サポート	-.18	-.39 ~ .04	-1.64	.72
	サポート意識	.23 +	.00 ~ .45	1.95	.62
	他者指向的反応	.01	-.26 ~ .28	0.08	.44
	視点取得	-.05	-.26 ~ .16	-0.46	.73
$R^2 = .14$ *					

注)** $p < .01$, * $p < .05$, + $p < .10$

返礼負債感 「返礼負債感」を目的変数とする重回帰分析の結果、決定係数は有意であった($R^2 = .14$, $F(7, 104) = 2.50$, $p = .021$, $adjusted R^2 = .09$)。標準化偏回帰係数は「援助意欲」で有意であり、「サポート意識」で有意傾向であった(援助意欲: $\beta = .33$, $t(104) = 2.60$, $p = .011$, サポート意識: $\beta = .23$, $t(104) = 1.95$, $p = .054$)。許容度は .44~.73 の間にあり、多重共線性の問題はないと判断した。

考察

本研究は、心理的負債感と感謝は共起するという前提のもと、心理的負債感に影響を及ぼす個人特性について検討することが目的であった。相関分析と t 検定の結果、心理的負債感と特性感謝には正の相関が見られ、心理的負債感が高いと特性感謝も高い傾向にあることが明らかとなった。これは吉野・相川(2020)などで示された、負債感と感謝は共起するという前提を支持する結果である。また、心理的負債感を目的変数とする重回帰分析の結果、援助成果志向性尺度の下位尺度で、援助をすることに喜びを感じ援助を肯定的に捉える特性である「援助意欲」と、友人間ソーシャルサポート互恵性尺度の下位尺度で、他者から何かしてもらったら自分もお返ししようとする意識の高さを表す「サポート意識」

の2つの下位尺度が心理的負債感に影響を与えることが明らかとなった。この結果は、援助成果志向性が心理的負債感と関連をもつという妹尾・高木(2011)の結果を一部支持し、心理的負債感が対人関係を促進する要因と関係する可能性を示すものである。

特性感謝と心理的負債感

Mathew & Shock(2013)と同様の特性感謝尺度を用いても感謝と負債感には正の相関が見られたことから、感謝と負債感の関係には文化差が影響する可能性が高いと考えられる。感謝感情と負債感情を同時に経験するという特性が日本文化特有のものである可能性は、池田(2017)が示した、日本人は恩を受けて感じる心苦しさを表現する「すみません」と、純粋な感謝表現の「ありがとう」をしばしば併用するという事実からも理解することができる。池田(2017)によれば、この「すみません」という表現は相手への恐縮の念を表明しており、それが対人関係の維持と形成に寄与している。また一言・新谷・松見(2008)は、日本人大学生はアメリカ人大学生と比べ、被援助によって自身が得られた利益よりも、援助者が負ったコストに目を向けやすいことを明らかにしている。Mathew & Shock(2013)が感謝と負債感に負の相関があることを示したように、欧米においては感謝を喚起させることが負債感を低減させる要因として有効であると考えられている。例えば Emmons & McCullough(2003)は、感謝を想起し筆記するという介入方法がポジティブ気分を高めることを明らかにしている。ところが Emmons & McCullough(2003)を追試した相川・矢田・吉野(2013)では同様の効果が得られていないことや、日本において感謝介入がうまくいかないことがいくつかの研究で指摘されている(e.g., 岩崎・五十嵐, 2016)。以上より、日本人にとって感謝と負債感の切り離すことのできない関係にあり、負債感を生じさせずに感謝だけを生じさせようとすることや、感謝を低減させずに負債感だけを低減させようとするような介入は有効でない可能性が考えられる。今後負債感を低減させるための介入方法を考えるには、感謝と負債感が共起する可能性を考慮し検討することが必要であるだろう。

しかしながら田中(2011)は、被災地での「感謝を伝え合う」活動が心理的負債感を低減させる実感を伴ったものであったと報告しており、ここでは感謝の喚起と負債感の低減が同時に生じている。この現象について Greenberg(1980)の心理的負債のモデルから考えると、被災者が援助を受けたことで抱えきれなくなった負債感を、「感謝を伝える」という形の返報行動として表出したことで、利益とコストに対する衡平性が保たれ、負債感が低減したと考えることができる。そもそも相川・吉森(1995)が定義した心理的負債感とは、負債感の感じやすさや、負債感をどの程度個人内に留めておくことができるか、またどの程度負債感を低減したいと感じるかといった側面も含まれた概念である。ここから、心理的負債感が持つネガティブな側面を低減させるには、負債感を生じさせないことを目指すのは適切でなく、むしろ負債感が生じた後にどう行動するかが重要であると考えられる。妹尾・高木(2004)は高齢者を対象にした調査で、ある人の行う援助行動が多様であるほど被援助行動も多様であり、援助や被援助に積極的に動機づけられることを明らかにしている。心

理的負債感は返報行動を動機づけるために生じるものであり、援助と被援助の好循環を促す側面も持つ感情であると考えられる。そのため、被援助時にその後の返報行動を多様にイメージできると、援助を受けることへの抵抗感やネガティブ感情である負債感が低減されるかもしれない。

心理的負債感と各変数の関係

「援助成果志向性」の下位尺度である「援助意欲」と「ソーシャルサポート互恵性」の下位尺度である「サポート意識」という、他者と関わろうとする特性と心理的負債感の各下位尺度との間に正の関連が見られ、援助への意欲や、サポートをしようという意識が心理的負債感に影響を与えることが示唆された。援助への積極性が高いとお返しへの負担感が高まるというのは、一見すると矛盾した関係に見える。ところが、鷲巢・内藤・原田(2016)は心理的負債感が対人的志向性を通じて「人生全般にわたるポジティブな心理的機能」である「心理的 well-being」を向上させることを明らかにしている。また感謝と負債感が共起することを前提として、心理的負債感は返報行動を動機づけるものである(相川・吉森, 1995)と捉えると、心理的負債感是对人関係の中で必然的に生じうるものであり、円滑な人間関係を営むために必要であり、必ずしもネガティブで不適応的な感情ではないと考えられる。心理的負債感が援助の好循環につながる健康的な要因として機能するためにどのような介入が必要であるのか、今後より詳細に検討していく必要があるだろう。

援助成果志向性 援助成果志向性の下位尺度である「援助意欲」は心理的負債感と正の関連を示したが、「援助充足感」は心理的負債感と関連が見られなかった。援助に意欲的であることが返礼を意識させ、それが時に負担に感じることもあると考えられる。これは妹尾・高木(2011)の結果を一部支持し、高齢者だけでなく大学生においても、援助成果志向性が心理的負債感と正の関連を持つということが部分的に明らかになった。池田(2017)は感謝に伴うすまなさ感情が他者との関係形成や維持につながると述べているが、心理的負債感が“感謝とすまなさ感情を伴う返報への義務感”であると捉えると、「援助意欲」という援助への肯定的な意識が「心理的負債感」という返報行動を動機づけたと解釈することができる。心理的負債感是对人場面において、他者との関係を促進させる要因になり得ると考えられる。しかしながら、過去の自身の援助に満足している経験は負債感に影響しないと考えられる。これは妹尾・高木(2011)と異なる結果である。日常的に不自由なく返報行動を行える機会がある青年においては、過去の援助経験が援助の好循環を規定する要因とはならないのかもしれない。

共感性 共感性の下位尺度である「他者志向性」と「視点取得」どちらの下位尺度についても、心理的負債感との関連は見られなかった。妹尾・高木(2011)は、心理的負債感と対人的志向性はどちらも“他者の心情を慮ることで生じる経験である”ことからその関係性を考察していた。本研究からはこの考察を支持することはできなかった。心理的負債感に他者の心情を慮る性質は関係せず、援助してくれた相手の心情を思って、純粋な善意か

らお返しをしたい気持ちを抱くわけではない可能性が考えられる。一言・新谷・松見(2008)は、日本人は被援助時に「相手に迷惑をかけたのではないか」と感じ、それにより「今後相手との関係が悪化するのではないか」という懸念や不安感が生じることを指摘している。Greenberg(1980)が負債感(負感)は利益とコストに規定されることを示しているように、「相手のためを思って返礼が意識される」というわけではないと考えられる。あくまで自分の中の不安や不快感を低減させるためや、「お返しするのが礼儀だから」といった社会規範の影響、「今度も相手と関係を持続するために必要だから」といった義務感から「お返しをするべき」という思いや負債感が生じ、返報に動機づけられる可能性が高いと考える。

友人間ソーシャルサポート互恵性 友人間ソーシャルサポート互恵性の下位尺度である「サポート意識」は心理的負債感と正の関連を示したが、「相互サポート」と心理的負債感は関連が見られなかった。「サポート意識」が心理的負債感と正の関連があるという結果は、相互的であろうとする意識があるほど負債感が高まると解釈でき、負債感が生じるメカニズムを直接的に表すような結果と捉えられる。吉野・相川(2015)は、相手の援助に対して「すまない」という感謝を抱きやすい人は、手段的サポートの知覚がされやすいことを明らかにしている。この知見を感謝と負債感が共起するという前提に沿って考えると、負債感が生じると、それに伴って申し訳ないという気持ちも生じやすくなると思われる。その状態では目に見える形の援助(手段的サポート)に目が向きやすいと考えられ、情緒的なサポートには意識が向きにくい。その結果、本研究では目に見える援助のやりとりである「サポート意識」との間に関連があったが、日常的なやりとりに近く、一見援助として認識されない「相互サポート」と心理的負債感の間には関連がなかったと考えられる。ソーシャルサポートは、実際どの程度のサポートを得られているか測定することも必要だが、いかにそれを本人が知覚しているか検討することも重要であるとされる(浅野・飯沼・大木, 2016)。今回の質問項目では、そもそも友人と相談し合うことを互恵的サポートであると認識できていたかどうか曖昧なため、関連が見られなかった可能性がある。

「互恵的である」ということは、本人が「援助を受けた」と知覚していない状況であるとも考えられ、そもそもサポートが援助として意識されなければお返しについて考えることも、ありがたい気持ちを感じることもない。そのため互恵性は直接的には負債感に影響を与えないのかもしれない。さらに「互恵的である」といっても、物品などでの具体的なサポートと、情緒的なサポートとでは、サポートを受け取った際に生じる感情の質も異なってくると思われる。今後はサポートを知覚した際に感情がどのように変化するのか、また被援助者に援助と悟られないようなサポートをした際にどのような反応が起こるかなど、互恵的であることが日常場面でどう捉えられるのか、互恵性が対人場面にどう影響を与えるのか等を考慮していくことが必要であるだろう。

各下位尺度について

本研究では一部先行研究と異なる因子構造が発見され、各尺度に関して新たな知見を示

した。心理的負債感尺度は、作成した相川・吉森(1995)において1因子構造とされていたが、本研究では2因子構造を適当とした。本研究同様2因子構造であるとする研究も存在している(e.g., 鷺巣・内藤・原田, 2016)。本研究は心理的負債感尺度は2因子として用いることが妥当であるという知見を支持するものである。ただし、下位尺度内の項目に関しては鷺巣・内藤・原田(2016)と一致しないものもあった。心理的負債感尺度の因子構造が安定しない理由として、本研究ではサンプルが偏っていた問題点が挙げられるが、心理的負債感そのものの定義が非常に広く曖昧であることも考えられる。相川・吉森(1995)は、「心理的負債感の感じやすさ」「心理的負債感への耐性」「心理的負債感の低減欲求」の3側面を踏まえて尺度を作成しているが、心理的負債感が学習によって緩やかに変化しうる特性であることも指摘している。また心理的負債感とは状況や援助者の属性によっても感じる程度は異なることが予想される。個人内要因と個人間要因が混合したまま測定してしまった可能性が高く、対象者によって結果が異なってしまったのかもしれない。今後、状況等の要因にも考慮し検討していく必要があるだろう。

友人間ソーシャルサポート互惠性尺度は、作成した浅野・飯沼・大木(2016)では1因子構造とされていたが、本研究では2因子構造を適当とした。他者の研究において2因子構造で使用されたという報告を見つけることはできなかったが、本研究で得られた因子構造は、実際にサポートを行っている内容のものと、サポートへの意識に関する内容のものとで明確に分かれていた。ソーシャルサポートは「社会的包絡」「知覚されたサポート」「実行サポート」の3つの次元に分類されることが知られており(岡安・嶋田・坂野, 1993)、ソーシャルサポートの多様な側面が尺度内に反映された可能性も考えられる。ソーシャルサポートの多様な側面を考慮し項目内容を再検討するなど、知見を積み重ねる必要がある。

今後の課題

1つ目に、サンプルの偏りの問題を挙げる。本調査では多くの尺度項目で天井効果が疑われた。これは対象者の属性が影響した可能性がある。調査協力者の多くは教師や対人援助職を目指す人であったことが予想されるが、日常的に他者と交流する機会が多く、他者を援助することを目標に学習している人々にとって、感謝やお返しというのは普段から意識されているものだろう。そのため先行研究と同質のデータが取れず、得点分布が上位に偏ったと考えられる。今後は調査協力者が特定の属性に偏らないような配慮をし、より幅広い対象に調査を行うことが必要であるだろう。

2つ目に、本調査では各下位尺度の妥当性が不十分である可能性が挙げられる。先行研究で示されたものと異なる項目で因子が構成されたものが多く、項目間にはっきりした関係性を見出すことができない因子となってしまった。いくつかの項目が削除されてしまったため、先行研究とは異なる因子構造になっている可能性も否定できない。新たに作成した因子については妥当性の検証ができていないため、項目内容の再検討や、項目数を増やして再調査することなどを通して、尺度の信頼性、妥当性を高める必要があるだろう。

最後に本調査では検討できなかった要因として、感謝や負債感とは被援助時に生じる感情であるが、どんな場面で、誰が援助してくれたかといった状況の要因によっても、その感じやすさや程度は異なる。本調査から分かったのはあくまで特性としての感謝と負債感が共起するという可能性であり、全ての場面や個人において感謝と負債感が共起するとは言えない。今後は状況の要因なども踏まえ、感謝と負債感の性質について検討していくことが求められる。感謝と負債感が相互に関連することで生じる対人関係場面での心理状態について、今後も知見を積み重ねていくことが望まれる。

文献

- 相川 充・吉森 護 (1995). 心理的負債感尺度作成の試み 社会心理学研究, *11*, 63-72.
- 相川 充・矢田さゆり・吉野優香 (2013). 感謝を数えることが主観的ウェルビーイングに及ぼす効果についての介入実験 東京学芸大学紀要総合教育科学系 I, *64*, 125-138.
- 浅野更紗・飯沼和希・大木桃代 (2016). 友人間ソーシャルサポート互惠性尺度の作成と妥当性の検討 生活科学研究, *38*, 115-116.
- Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (2003). Counting blessings versus burdens: An experimental investigation of gratitude and subjective well-being in daily life *Journal of Personality and Social Psychology*, *84*, 377-389.
- Greenberg, M. S. (1980). A Theory of indebtedness In K. Gergen, M. S. Greenberg, & Willis (Eds.) *Social exchange: Advances in theory and research* (pp. 3-26) Plenum.
- 藤原健志・村上達也・西村多久磨・濱口佳和・櫻井茂男 (2014). 小学生における対人的感謝尺度の作成 教育心理学研究, *62*, 187-196.
- 福岡欣治・橋本 宰 (1997). 大学生と成人における家族と友人の知覚されたソーシャル・サポートとそのストレス緩衝効果 心理学研究, *68*, 403-409.
- 一言英文・新谷優・松見淳子 (2008). 自己の利益と他者のコスト—心理的負債感の日米間比較研究— 感情心理学研究, *16*, 3-24.
- 池田幸恭 (2017). 感謝に伴うすまなさ感情の検討 和洋女子大学紀要, *57*, 65-74.
- 石野由香里 (2013). 「学生ボランティア」の特異性が地域に対して有する潜在的な機能—ボランティアをする/される関係をズラす効果が地域の場合づくりへ与えた影響 生活學論叢, *23*, 3-16.
- 泉井みずき・中道圭人・中澤 潤 (2007). 大学生の社会的問題解決(4)—社会的問題解決と心理的負債の関連— 日本発達心理学会研究第 18 回大会発表論文, 545.
- 泉井みずき・中澤 潤 (2010). 被援助に対する返報—諸研究の概観と発達研究への展望— 千葉大学教育学部研究紀要, *58*, 73-77.
- 岩崎眞和・五十嵐透子 (2016). 感謝研究の現状と課題 茨城キリスト教大学紀要, *50*, 211-224.

- Mathew, M. A. & Shock, N. J. (2013). Promoting or preventing thanks: Regulatory focus and its effect on gratitude and indebtedness *Journal of Research in Personality*, *47*, 191-195.
- 松浦 均 (1992). 援助者との関係性が被援助者の返報行動に及ぼす影響 名古屋大學教育學部紀要, *39*, 23-32.
- McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J. A. (2002). The grateful disposition: a conceptual and empirical topography *Journal of Personality and Social Psychology*, *82*, 112-127.
- 西川正之 (1979). 援助行動の平等理論的考察 関西大学大学院人間科学, *13*, 75-81.
- 岡安孝弘・嶋田洋徳・坂野雄二 (1993). 中学生におけるソーシャル・サポートの学校ストレス軽減効果 教育心理学研究, *41*, 302-312.
- 妹尾香織・高木 修 (2004). 高齢者の援助行動経験と心理・社会的幸福・安寧感との関連 心理学研究, *75*, 428-434.
- 妹尾香織・高木 修 (2011). 援助・被援助行動の好循環を規定する要因—援助成果志向性が果たす機能の検討— 関西大学社会学部紀要, *42*, 117-130.
- 鈴木有美・木野和代 (2008). 多次元的共感性尺度(MES)の作成—自己指向・他者指向の弁別に焦点を当てて— 教育心理学研究, *56*, 487-497.
- 瀧川裕貴 (2009). 互惠性に基づく平等の規範 理論と方法, *24*, 21-39.
- 田中 優 (2004). 三宅島噴火災害における未就学児とその母親が抱えた問題について 大妻女子大学人間関係学部紀要人間関係学研究, *5*, 15-24.
- 田中 優 (2011). 非被災地における被災者支援の社会心理学的問題 大妻女子大学人間関係学部紀要人間関係学研究, *13*, 79-87.
- 鷺巣菜保子・内藤俊史・原田真有 (2016). 感謝, 心理的負債感が対人的志向性および心理的 well-being に与える影響 感情心理学研究, *24*, 1-11.
- 吉野優香・相川 充 (2018). 感謝感情と負債感情の共起が第三者への向社会的行動に及ぼす影響 筑波大学心理的研究, *55*, 39-48.
- 吉野優香・相川 充 (2020). 特性感謝・統制負債感と制御焦点理論に基づく行動制御モードとの関連の検討 筑波大学心理的研究, *58*, 33-43.
- Watkins, P., Scheer, J., Ovnicek, M., & Kolts, R. (2006). The debt of gratitude: Dissociating gratitude and indebtedness *Cognition & Emotion*, *20*, 217-241.

<原著>

ヴァーチャルリアリティによるマインドフルネス瞑想の 動機づけ促進効果

塚本真帆 信州大学大学院教育学研究科
高橋史 信州大学学術研究院教育学系

概要

本研究では、VR による視聴覚刺激に嗅覚刺激を加えた疑似体験プログラムを作成し、VR 体験がマインドフルネス瞑想の理解および継続意欲に効果を及ぼすかどうか明らかにすることを目的とした。大学生・大学院生 24 名を対象に実験を行った結果、VR 体験を伴わない方がマインドフルネス状態になりやすく、マインドフルネス瞑想の継続意欲は、VR 体験の有無にかかわらず同程度であることが示された。今後は、実際のマインドフルネスプログラムにおいて、VR を用いてマインドフルネスへの理解への効果や実際の継続行動につながるかどうかを検討する必要がある。

キーワード：マインドフルネス，ヴァーチャルリアリティ，嗅覚，継続意欲

問題と目的

マインドフルネスとは「意図的に“今”この瞬間に注意を向けること」であり（カバット-ジン 1990, 春木訳 2007），呼吸や五感を含む身体感覚や思考などに注意を向ける瞑想実践が主な内容となる。マインドフルネスを用いた介入手法として、マインドフルネス認知療法（Mindfulness Based Cognitive Therapy：Z.V.シーガル・J.M.G. ウィリアムズ・J.D. ティーズテール，2002 越川監訳 2007）やマインドフルネスストレス低減法（Mindfulness Based Stress Reduction：カバット-ジン，春木訳 2007）などの瞑想プログラムが実用化されており，不安症状の低減（Kabat-Zinn et al., 1992）やうつ症状の減少や再発防止（Teasdale et al., 2000），睡眠の質の改善（Gross et al., 2010）などの効用が認められている。

マインドフルネスを用いた介入の効果をより幅広い対象者に提供するための研究も進められている。通常のマインドフルネス瞑想は 15 分から 45 分程度であるが，青年期 ADHD の患者に対しては治療開始時のエクササイズの継続時間を 5 分とし，徐々に時間を増やしていく方法が実施された（Hoxhaj et al., 2018）。さらに，誰もがマインドフルネスプログラムの体験が可能となるように，オンラインやスマートフォンのアプリケーションによるマインドフルネスプログラムも行われている（Cavanagh et al., 2013）。

一方、マインドフルネス瞑想に対して「よくわからない」「難しい」と感じる人が多く(田中・杉浦・神村, 2010), 中断率の高さが問題であると指摘されている(北川・武藤, 2013)。現状、マインドフルネスの理解や継続意欲を促進する手法は、海辺や森林等の自然環境の中での瞑想や寺院を用いたリトリートトレーニングなどの環境条件を調整する方法がとられている。しかしながら、これらへの参加には時間的または地理的制約が生じやすく、日常生活における利用可能性が低い。さらに、環境条件の調整とマインドフルネスの理解や瞑想の継続意欲の増加を説明する作用機序に関する研究は少ない。したがって、マインドフルネス瞑想の効果を拡大し、より多くの人を受け入れやすくするためには、時間的・地理的制約を受けにくく、マインドフルネスの理解や瞑想の継続意欲を高める効果をもつ環境条件の調整方法を開発し、その効果を実証することが求められる。

時間的・地理的制約を小さくする方法の1つにヴァーチャルリアリティ (VR) を用いた方法がある。VR を用いた心理学的研究では、VR を視聴しながら行うエクスポージャー療法の研究が進んでおり、VR エクスポージャー療法によって高所状況への恐怖が低減すること(宮野, 2015), PTSD 患者の症状を低下させること(Norr et al, 2018)などが報告されている。VR は、視覚的刺激と聴覚的刺激を中心とした疑似体験を提供する技術であり、五感に注意を向けるマインドフルネス瞑想においてもVR を取り入れる試みが始められている。たとえば、Chandrasiri et al. (2019)は、海辺のVR 映像を用いたマインドフルネス瞑想 (VR 瞑想) と用いないマインドフルネス瞑想の効果を比較する無作為化対照試験を実施し、VR を使用することでマインドフルネスの要素の一部である脱中心化 (decentering) が促進されたことを報告している。しかし、この試験では介入直後の短期効果を示すにとどまっており、瞑想に対する継続意欲への効果など長期的視点に立った検証は行われていない。日本においても、塚本・高橋 (2019) は、VR を使ったマインドフルネス瞑想の介入直後の効果と継続意欲検証を行ったが、VR を用いたマインドフルネス瞑想は従来のマインドフルネス瞑想よりもマインドフルネス状態と継続意欲を高めることはなかった。また、マインドフルネス瞑想では腹式呼吸を行う呼吸瞑想やれ一粒のレーズンを食べるその風味や舌触りを味わう、マインドフルイーティングのように嗅覚を重視する部分 (e.g., 呼吸瞑想, マインドフルイーティング) がある一方で、Chandrasiri et al. (2019) と塚本・高橋(2019)のVR を用いた瞑想では、嗅覚刺激に条件を設定しておらず、自然や寺社を用いた環境条件と同等の環境をと調整することができていなかったことが考えられる。そのため、VR を含む疑似体験を活用したマインドフルネス瞑想の促進効果が過度に低く見積もられている可能性がある。

そこで、本研究では、VR による視聴覚刺激に嗅覚刺激を加えた疑似体験プログラムを作成し、嗅覚刺激を加えたVR 体験がマインドフルネス瞑想の理解および継続意欲に効果を及ぼすかどうか明らかにすることを目的とした。以下の3点の仮説を検証する。仮説1として、嗅覚刺激を加えたVR 体験によるマインドフルネス瞑想法は、従来のマインドフ

ルネス瞑想よりも、介入直後においてマインドフルネス状態になりやすくなる。仮説 2 として、嗅覚刺激を加えた VR 体験によるマインドフルネス瞑想は、従来のマインドフルネス瞑想よりも、介入直後時点の継続意欲を促進する。仮説 3 として、マインドフルネス特性が高い人は、VR あり条件においてマインドフルネス状態得点も継続意欲得点も有意に高くなる。

予備実験

対象者

本研究では、VR で視聴する映像を決定するために予備実験を行った。甲信越地方の 4 年制大学に在籍する大学院生を対象として縁故法を用いて実験協力者を募ったところ、8 名（平均年齢 23.25 歳、 $SD=0.66$ ）が実験参加者となった。参加者の出生時の性別は、男性 1 名、女性 7 名であった。

手続き

予備実験で使用する VR 映像は、海辺については先行研究 (Chandrasiri et al, 2019) で使用されていた映像を選んだ。VR 映像は、動画サイト YouTube (Google.LLC) と 360Channel (360Channel.Inc) に投稿されている動画であり、海辺 (<https://youtu.be/D3LebaXlD6Y>)、森 (<https://youtu.be/SydgVCHwt0Y>)、焚火 (<https://www.360ch.tv/video/view/1063>) の 3 つである。実験に際して、それぞれの VR 映像の視聴時間を合わせるために、それぞれ 3 分間の VR 映像に編集した。海辺の映像は著作権フリーとして投稿されており、森と焚火の映像は動画作成者に研究使用の許諾を得た。実験は大学構内の教室を利用した。

まず、参加者に研究目的、内容、研究参加が成績と無関係であること、および個人情報の保護等について説明し、研究参加同意書への署名を求めた。同意が得られた場合にのみ次の手続きへ移り、参加者に VR グラス (Oculus Quest) を装着させ、ヘッドバンドの位置の調整を求めた。最後に、コントローラーの説明を行い、不明な点の有無を確認し、VR 映像の視聴に移った。

視聴する映像は実験者が指示し、参加者自身がコントローラーを操作して映像を視聴した。3 分間の映像を視聴する度に VR ゴーグルを外して 2 分間の休憩をはさんだ。視聴順が実験結果に影響しないように、参加者ごとに順番をランダムに振り分けた。3 つすべての VR 映像を視聴した後、実験者が口頭で「自分だったら、3 つの映像の中でどの映像を見ながら瞑想の練習をしたいか」、「3 つの映像のほかに、自分にとって瞑想の練習をするのに良いと思われる場面や状況は何か」の 2 つの質問を行い、参加者に口頭による自由回答を求めた。実験者がそれぞれの質問に対する映像の種類や場面に関する回答を記録表に書きとめた。

結果

各映像を選択した人数を Table1 に示す。R&STAR を用いて、カイ二乗検定を行った結果、選択した人数の割合に有意な差はみられなかった ($\chi^2(2) = 3.25, p = .196, \text{effect size } w = 0.637, \text{power} = 0.345$)。有意な差はみられなかったものの、全体の約 6 割の参加者が焚火の映像を選択したため、本実験で用いる映像として焚火 (<https://www.360ch.tv/video/view/1063>) の映像が選ばれた。

表1 各映像を選択した人数

映像を選択した人数 (人)	
海辺	1
森	2
焚火	5

本実験

対象者

甲信越地方の 4 年制大学に所属する大学生・大学院生を対象として縁故法を用いて研究参加者を募り、24 名 (平均年齢 21.58 歳, $SD = 1.29$) を対象に実験を行った。内訳は、男性 9 名、女性 15 名であった。

測定材料

1) デモグラフィックデータ

学年、年齢、出生時の性別について回答を求めた。

2) マインドフルネス特性

瞑想実施前のマインドフルネス特性による調整効果を測定するために Five Facet Mindfulness Questionnaire 日本語版 (FFMQ; Baer, Smith, Hopkins, Krietemeyer, & Toney., 2006 Sugiura, Y., Sato, A., Ito, Y., & Murakami, H., 2012) を使用した。FFMQ は「観察」、「描写」、「意識した行動 (注意)」、「判断しないこと (アクセプタンス)」、「反応しないこと」の 5 因子から構成されている。全 39 項目から構成され、回答形式は「まったくあてはまらない (あるいは非常にまれにしかあてはまらない) = 1」から「いつもあてはまる = 5」までの 5 件法である。得点範囲は 39~195 点であり、得点が高いほどマインドフルネス特性が高いことを示す。本研究のサンプルにおけるクロンバックの α 係数は .87 であった。

3) マインドフルネス状態

本邦において、簡易的にマインドフルネスの状態を測定できる尺度は未だ開発されていない。そこで、マインドフルネス状態を測定するための尺度を本研究で作成し、マインド

フルネス状態尺度とした。まず、マインドフルネス瞑想を行うためのメディア媒体である吉田 (2015) の CD メディアの音声を第1著者が記録し、CD の瞑想中に流れる教示音声からマインドフルネス瞑想を達成できたかどうかを確認できる文章を抜き出した。抜き出した文章からマインドフルネス状態を測定する内容に沿う文章を選択しマインドフルネス状態尺度の項目とした。その後、臨床心理学を専攻する大学院生 5 名に吉田 (2015) の CD メディアを視聴してもらい、CD メディアにある教示音声と項目内容に違いがないか確認したところ、5名全員から教示音声と項目内容に相違がないことが認められた。また、マインドフルネスや認知行動療法を専門とし、臨床でも実践経験のある大学教員によって項目内容の確認が行われた。最終的に、マインドフルネス状態尺度は、「息をカウントすることができた」、「今ここ」に意識を集中できた」などの項目を含む 14 項目で構成され、「あてはまらない=0」から「あてはまる=5」までの 6 件法で回答を求めた。得点範囲は 0~70 点であり、得点が高いほどマインドフルネス状態が高いことを示す。本研究のサンプルにおけるクロンバックの α 係数は.90 であった。

4) マインドフルネス瞑想の継続意欲

継続意欲の測定には、Rowe (2016) に基づき、Visual Analogue Scale (VAS) を用いた。回答が左端 (0 cm) に近いほど継続意欲が高く、右端 (15 cm) に近いほど継続意欲が低いことを意味する。得点範囲は、0~15 点である。

手続き

本実験の VR 映像は、予備実験で選択された焚火の映像 (<https://www.360ch.tv/video/view/1063>) であり、同じ映像を 20 分間の VR 映像として編集した。嗅覚に対する環境条件として、アロマオイル対応加湿器 (メリリー 超音波式加湿器, 商品番号: 1109070002248) を用いて匂いを提示した。VR 映像に関連するニオイとして、ヒノキのアロマオイル (デイリーアロマ ヒノキ: デイリーアロマジャパン, 商品番号: 4977369136472) が選択された。研究参加者は、VR ありのマインドフルネス瞑想 (VR あり条件) と VR なしのマインドフルネス瞑想 (VR なし条件) のどちらにも参加する。VR あり条件時はアロマの香りがする実験室でマインドフルネス瞑想が行われ、VR なし条件時はアロマの香りがしない異なる実験室で瞑想が行われた。実験室は、大学構内の実験室を利用した。

まず、実験参加者に研究目的、内容、研究参加が成績と無関係であること、および個人情報保護等について説明し、研究参加同意書への署名を求めた。同意が得られた場合のみ、FFMQ への回答を求めた。その後、実験の流れを説明し、参加者は瞑想中の姿勢と呼吸法 (腹式呼吸) の練習をした。瞑想中の姿勢は手を膝の上に置き、足の裏は床につけ、楽な姿勢で座るように指示をした。

全参加者は、VR あり条件と VR なし条件でそれぞれ 20 分間の呼吸法にもとづくマインドフルネス瞑想を行う。瞑想時間は先行研究 (Chandrasiri et al., 2019) に基づいており、

瞑想の教示は吉田（2015）の CD メディアの音声を用いた。VR あり条件と VR なし条件の瞑想の実施順が結果に影響しないように参加者ごとに実施順をランダムに振り分けた。

VR あり条件時は、アロマオイルによる香りがする部屋に移動し、VR グラス (Oculus Quest) を装着して VR 映像を見ながら瞑想を行った。瞑想の実施前に、VR グラスのヘッドバンドや目幅の調整とコントローラーの動作確認を行った。その後、参加者自身がコントローラーを操作して VR によるマインドフルネス瞑想を開始した。VR あり条件では VR グラスに付属するヘッドフォンから音声が流れるようにした。VR なし条件時では、嗅覚刺激条件が設定されていない実験室で VR グラスを装着せずに瞑想を行った。VR なし条件時の音声は、パソコン (VAIO VJS1411) にスピーカー (ANKER SoundCore mini) をつなぎスピーカーからのみ音声を流した。それぞれの条件が終了するごとに、継続意欲度を測定する VAS とマインドフルネス状態尺度への回答を求めた。また、2 回目の条件が終了したあとに、参加者には本実験に関する感想を口頭による自由回答で求めた。最後に、研究責任者の連絡先と参加者が所属する学校の保健室の連絡先を伝え、実験内容を他言しないよう依頼した。実験終了の際に、100 円程度に相当するお菓子の謝礼を渡しすべての実験を終了した。

倫理的配慮

本研究は、「信州大学教育学部内倫理審査部会」の承諾を受けた上で実施された（管理番号：19-32）。

解析計画

データ解析には統計解析ソフトウェア IBM SPSS Statistics 25 を用いた。本研究では、VR 条件の効果と FFMQ の調整効果を見るために、混合モデル分析を行う。まず、FFMQ 得点の平均値を算出し得点から平均値を引いて得点の中心化を行う。VR 条件 (VR あり・VR なし) と中心化した FFMQ 得点、その交互作用を固定効果に投入し、参加者を変量効果に投入した、マインドフルネス状態得点を応答変数とする混合モデル分析を行う。また、継続意欲得点を応答変数として同様の分析を行う。

仮説として、VR あり条件のほうがマインドフルネス状態得点と継続意欲得点どちらも有意に高くなることが予想される。また、交互作用が有意となり、VR あり条件で FFMQ 得点が高いとマインドフルネス状態得点も継続意欲得点も有意に高くなる。

結果

VR 条件による効果とマインドフルネス特性の調整効果

各得点の平均値と標準偏差を表 2 に示す。マインドフルネス状態得点を応答変数とする混合モデル分析を行ったところ、VR なし条件においてマインドフルネス状態得点が高かった ($\beta = -6.04$, 95%信頼区間 $.84 - 11.2$, $t = 2.41$, $p = .025$)。一方で、FFMQ で測定されるマインドフルネス特性については、主効果 ($\beta = 0.021$, 95%信頼区間 $-0.24 - 11.2$, $t =$

0.18, $p = .865$) と交互作用 ($\beta = -.041$, 95%信頼区間 $-0.29 - .37$, $t = .261$, $p = .797$) のいずれも認められなかった (表 3)。

継続意欲得点を応答変数とする混合モデル分析を行ったところ, 条件ごとの得点の差は見られず, VR 条件の主効果 ($\beta = -26.36$, 95%信頼区間 $-17.0 - 15.2$, $t = -.12$, $p = .907$), FFMQ の主効果 ($\beta = -0.819$, 95%信頼区間 $-1.35 - .70$, $t = 0.18$, $p = .865$), 交互作用項の効果 ($\beta = .237$, 95%信頼区間 $-1.26 - .77$, $t = -.48$, $p = .636$)のいずれも明確には認められなかった (表 4)。

表 2 各得点の平均値 (M) と標準偏差 (SD)

	VRあり		VRなし	
	M	SD	M	SD
マインドフルネス状態 得点 (点)	47.4	11.6	53.4	7.42
継続意欲度得点 (点)	85.9	38.8	85.0	38.7

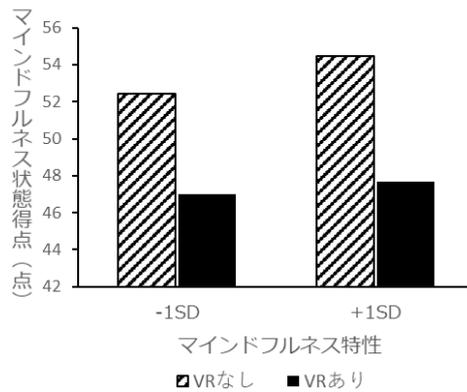


図 1 線形混合モデル分析の結果 (マインドフルネス状態得点)

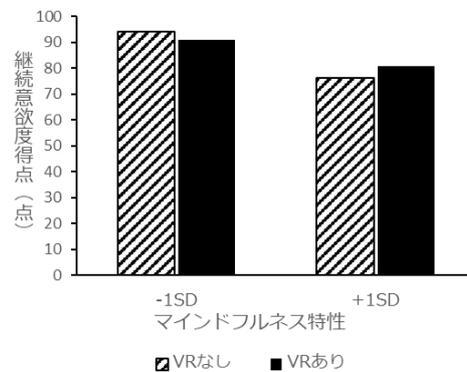


図 2 線形混合モデル分析の結果 (継続意欲度得点)

考察

本研究では VR による視聴覚刺激にアロマオイルによる嗅覚刺激を加えた疑似体験プログラムを作成し、嗅覚刺激を加えた VR 体験はマインドフルネス状態になりやすく、瞑想に対する継続意欲が促進されるかどうかを検証した。分析の結果、VR なし条件の下での瞑想法はマインドフルネス状態になりやすく、また、瞑想法に対する継続意欲は条件差がないことが示唆された。

本研究の仮説 1 について、VR あり条件よりも VR なし条件の方がマインドフルネス状態になりやすいことが示唆され、VR あり条件の下で行う瞑想法は VR なし条件よりもマインドフルネス状態になりやすいという仮説は支持されなかった。これは、VR を用いたマインドフルネス瞑想を実施し、マインドフルネスの要素の一部である脱中心化 (decentering) が促進されたことを示唆した、Chandrasiri et al. (2019) の知見とは一致しなかった。

先行研究とは異なる結果が得られた理由として、1 点目に、VR 機材は研究協力者の生活の中で日常的に使うものではないことが挙げられる。本研究の実験終了時に実験参加者にコメントを求めたところ、「VR 機材を初めて使用した」と回答する人が多かった。VR は日常生活において使い慣れていないものであったため、装着時に違和感があり、マインドフルネス瞑想体験の妨げになってしまった可能性が考えられる。Chandrasiri et al. (2019) においても、実験条件 (VR を使った瞑想法) の 16 人の参加者のうち 11 人が HMD (ヘッドマウントディスプレイ) にはやや違和感があるとの報告があった。HMD の違和感を改善する必要があると考えられる。

2 点目に、刺激の多さがあげられる。本研究では、視覚と嗅覚の刺激を人工的に作りあげて瞑想法を実施した。環境情報の 80% 以上は眼から獲得されるといわれており (松田, 2000)、視覚は人間が環境を認知するのに中心的な役割を担っているといえる。嗅覚は、視覚・聴覚・味覚・触覚・嗅覚の 5 つの感覚の中で、感情や記憶を司る大脳辺縁系に届く一方で、嗅覚以外はすべて大脳皮質に伝わる前の視床によって処理される (東原, 2003)。VR 条件では、1 度に受容する刺激が多すぎたためマインドフルネス状態になりにくくなってしまった可能性がある。そのため、刺激が少ない VR なし条件の方がマインドフルネス状態になりやすくなったのではないかと考えられる。

仮説 2 について、従来の瞑想法と VR を用いた瞑想法では同程度の継続意欲があることが示唆され、VR あり条件の下で行う瞑想法は VR なし条件よりも介入直後の継続意欲を高めるといふ仮説が支持されなかった。その理由として、長時間映像を見ていることによる眼の疲労感があげられる。実際に VR 映像を 30 分視聴した後の視覚機能の調査した研究では (岩崎・田原, 2008)、焦点調節機能の低下や眼精疲労に対する自覚症状の増悪がみられた。本研究では、20 分の VR 映像を視聴した。20 分という視聴時間でも目の疲労感の自覚症状があった可能性がある。

本研究では継続意欲を高めるために VR という科学技術のツールを使用した。これまでの研究では、VR を用いた瞑想法に対する継続意欲についての知見は非常に限られており、マインドフルネス瞑想法の継続意欲を問う知見のひとつとなるといえる。

治療継続意欲に関する VR 以外の手法として、Malins et al. (2020) は、マインドフルネス認知療法を含む集団認知行動療法の初回セッションの後に動機づけ面接を取り入れたところ、ドロップアウト率の改善が見られたことを報告している。マインドフルネス介入の継続意欲を高めるためには、科学技術のような道具的なものではなく、人的補助が必要になってくると考えられる。

最後に、本研究の限界点や今後の課題を述べる。1点目に、本研究においてマインドフルネス状態得点を測定した質問紙は、本研究を行うために作成したものであるため、マインドフルネス状態を正確に測定できていない可能性が挙げられる。マインドフルネス介入後のマインドフルネス状態を測定する尺度である MAAS (Mindfulness Attention Awareness Scale) (Brown & Ryan, 2003) の日本語版は作成されているが、マインドフルネス介入直後のマインドフルネス状態を測定する尺度である TMS (Toronto Mindfulness Scale) (Lau et al, 2006) や SMS (State Mindfulness Scale) (Tanay & Bernstein, 2016) の日本語版は作成されていない。そこで本研究では、吉田 (2015) の CD メディアにあるマインドフルネスを表すキーワードをもとにマインドフルネス状態を測定する項目を作成した。今後の課題として、TMS または SMS の日本語版作成をおこなう必要がある。

2点目に、本研究では、視覚刺激と嗅覚刺激の組み合わせによる瞑想法を行い、嗅覚刺激のみによる瞑想法を行わなかった。そのため、嗅覚刺激単独での継続意欲向上効果やマインドフルネス状態向上効果については未解明である。Soto-Vásquez & Alvarado-García (2017) はアロマセラピーとマインドフルネス瞑想法を同時におこない、マインドフルネス瞑想法のみをおこなうよりも実験参加者の不安が大きく減少することを示している。この調査はマインドフルネス向上効果の比較にとどまっており、継続意欲が高まるかどうかまでは検討していないため、匂いを用いたマインドフルネス瞑想が継続意欲を高めるかどうか今後検討していく必要がある。

最後に、本研究では、瞑想法に対する継続意欲についての実験を行ったが、実際の継続行動につながるかどうかは明らかにされていない。マインドフルネス的な介入のひとつである、マインドフルネスストレス低減法では、8週間のプログラムによって構成されている。プログラムでは、週に1回インストラクターによるセッションがあり、次のセッションまでに自宅で練習をするように教示の音声が出る CD を用いるなどのホームワークが出される (Carmody, Baer, Lykins & Olendzki, 2009 ; Baer, Carmody & Hunsinger, 2012)。セッション時やホームワークに VR を用いる研究はまだ行われていない。今後は、実際のマインドフルネスプログラムにおいて、実際の継続行動につながるかどうかを検討する必要がある。

本研究では、VR 機器の使用によるマインドフルネスの瞑想促進効果および継続意欲促進を検証した。その結果、仮説どおりの結果は必ずしも見出されなかった。マインドフルネス介入の有効性を増幅する方法の知見はまだ少ない。VR 機器の有効活用によって、身体障害などによって自然環境の中での瞑想に参加することが難しい人にも、自然環境や寺院で行われるマインドフルネス瞑想合宿を疑似的に体験できる方法が提案できる。今後は、誰もが介入に参加しやすいVRを含む道具的な方法や誰もが十分な継続性や有効性が得られる人的方法を検討し、実施しやすいマインドフルネス介入を探求していく必要がある。

引用文献

- Baer, R. A., Smith, G. T., Hopkins, J., Krietemeyer, J., & Toney, L. (2006). Using self-report assessment methods to explore facets of mindfulness. *Assessment, 13*, 27-45.
- Baer, R. A., Carmody, J., & Hunsinger, M. (2012). Weekly Change in Mindfulness and Perceived Stress in a Mindfulness-Based Stress Reduction Program. *Journal of Clinical Psychology, 68*, 755-765.
- Brown, K. W., & Ryan, R. M. (2003). The benefits of being present: Mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology, 84*, 822-848.
- Carmody, J., Baer, R. A., Lykins, E. L. B., & Olendzki, N. (2009). An Empirical Study of the Mechanisms of Mindfulness in a Mindfulness-Based Stress Reduction Program. *Journal of Clinical Psychology, 65*, 613-626.
- Chandrasiri, A., Collett, J., Fassbender, E., & De Foe, A. (2019). A virtual reality approach to mindfulness skills training. *Virtual Reality*. doi:10.1007/s10055-019-00380-2
- Cavanagh, K., Strauss, C., Cicconi, F., Griffiths, N., Wyper, A., & Jones, F. (2013). A randomised controlled trial of a brief online mindfulness-based intervention. *Behaviour Research and Therapy, 51*, 573-578.
- Gross, C. R., Mary, M. J., Thomas, W., Reilly-Spong, M., Cramer-Bornemann, M., Nyman, J. A., Frazier, P., & Ibrahim, I. H. (2010). Mindfulness-Based Stress Reduction for Solid Organ Transplant Recipients: A Randomized Controlled Trial. *Altern Ther Health Med, 16*, 30-38.
- 東原和成 (2003). 生物がにおいを識別する仕組み 化学と生物, *41*, 150-156.
- Hoxhaj, E., Sadohara, C., Borel, P., D'Amelio, R., Sobanski, E., Müller, H., Feige, B., Matthies, S., & Philipsen, A. (2018). Mindfulness vs psychoeducation in adult ADHD: a randomized controlled trial. *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience, 268*, 321-355.

- 岩崎常人・田原昭彦 (2008). 単眼ヘッドマウントディスプレイ視聴による視機能の変化－焦点調節と眼位－ 日本人間工学会第49回大会, doi: <https://doi.org/10.14874/jergo.44spl.0.88.0>.
- Kabat-Zinn, J. (1990). *Full catastrophe living: Using the wisdom of your body and mind of face stress, pain, and illness*. Dell Publishing.
(カバット - ジン, J. 春木豊 (訳) (2007). マインドフルネスストレス低減法 北大路書房)
- Kabat-Zinn, J., Massion, A. O., Kristeller, J., Peterson, L. G., Fletcher, K. E., Pbert, L., Lenderking, W. R., and Santrelli, S.F. (1992). Effectiveness of a meditation-based stress reduction program in the treatment of anxiety disorders. *American Journal of Psychiatry*, 149, 936-943.
- 北川嘉野・武藤崇 (2013). マインドフルネスの促進困難への対応方法とは何か 心理臨床科学, 3, 41-51.
- Lau, M. A., Bishop, S. R., Segal, Z. V., Buis, T., Anderson, N. D., Carlson, L., Shapiro, S., Carmody, J., Abbey, S., & Devins, G. (2006). The Toronto Mindfulness Scale: Development and validation. *Journal of Clinical Psychology*, 62, 1445-1467.
- Malins, S., Biswas, S., Rathbone, J., Vogt, W., Pye, N., Levene, J., , Moghaddam, N., & Russell, J.(2020). Reducing dropout in acceptance and commitment therapy, mindfulness-based cognitive therapy, and problem-solving therapy for chronic pain and cancer patients using motivational interviewing. *British Journal of Clinical Psychology*, 59, 424-438.
- 松田隆夫 (2000). 知覚心理学の基礎 培風館.
- 宮野秀市 (2015). 全周囲パノラマ動画を利用したVRエクスポージャー療法—高所恐怖症の1症例—VR医学, 13, 1-10.
- Norr, A. M., Smolenski, D. J., Katz, A. C., Rizzo, A. A., Rothbaum, B. O., Difede, J., Koenen-Woods, P., Reger, M. A., & Reger, G. M. (2018). Virtual reality exposure versus prolonged exposure for PTSD: Which treatment for whom? *Depression and Anxiety*, 35, 523-529.
- Rowe, A.C., Shepstone, L., Carnelly, K. B., Cabanagh, K., & Millings, A. (2016). Attachment Security and Self-compassion Priming Increase the Likelihood that First-time Engagers in Mindfulness Meditation Will Continue with Mindfulness Training. *Mindfulness*, 7, 642-650.
- Soto-Vásquez M.R., & Alvarado-García P. A. A. (2017). Aromatherapy with two essential oils from Satureja genre and mindfulness meditation to reduce anxiety in humans. *Journal of Traditional and Complementary Medicine*, 7, 121-125.

- Segal, Z. V., Williams, J. M. G., & Teasdale, J. D. (2002). *Mindfulness-Based Cognitive therapy for depression: A New Approach to Preventing Relapse*. Guilford.
- (Z.V.シーガル, J.M.G.ウィリアムズ, J.D.ティーズテール. 越川 (監訳) (2007). *マインドフルネス認知療法—うつを予防する新しいアプローチ—* 北大路書房)
- Sugiura, Y., Sato, A., Ito, Y., & Murakami, H. (2012). Development and validation of the Japanese version of the five facet mindfulness questionnaire. *Mindfulness, 3*, 85-94.
- Tanay, G., & Bernstein, A. (2013). State Mindfulness Scale (SMS): development and initial validation. *Psychol Assess, 25*, 1286-1299.
- 塚本真帆・高橋史 (2019). ヴァーチャルリアリティによるマインドフルネス瞑想の促進効果 日本認知・行動療法学会第45回大会, *1*, 195-196.
- 田中圭介・杉浦義典・神村栄一 (2010). 心配に対する注意訓練とマインドフルネスの比較 人間科学研究 (広島大学大学院総合科学研究科) *5*, 47-55.
- Teasdale, J. D., Segal, Z. V., Williams, J. M. G., Ridgeway, V. A., Soulsby, J., & Lau, M. (2000). Prevention of relapse/recurrence in major depression by mindfulness-based cognitive therapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 68*, 615-623.
- 吉田昌生 (2015). *マインドフルネス瞑想入門—1日10分で自分を浄化する方法—*. WAVE出版, 東京都.

<原著>

乳幼児期の語彙発達 —音象徴と言語の身体性から—

水口 崇 信州大学学術研究院教育学系

概要

乳幼児期の語彙発達は急速に驀進する。その基礎メカニズムの解明には数多の研究が行われてきた。Markman, E.の制約論もその一つである。制約論の着想は、Rosch, E.の概念形成の理論が礎となっていた。その点を踏まえ、幾つかの異なる視座からアプローチする必要性を指摘した。また、語彙発達を縦断的かつ微視的に観察した研究を例示した。事物の慣用操作に至る以前、擬態語の産出、事物名称の獲得過程とその発達の重層性について論議した。加えて、社会的相互交渉を通して、慣用操作や事物名称という文化が成立することを論じた。以上から、語の基底に身体活動が位置付いていること、語彙発達のメカニズムを解明するには、状況や対話の役割を踏まえた研究が必要であることを指摘した。

キーワード：制約論, アフォーダンス, ダイナミック・システムズ, ソビエト心理学

はじめに

言語を獲得することは、ヒト固有の思考を可能とする(Tomasello, 1999/2006)。幼児期以降、単一の対象を多様な語で表現することを知る。そして、多様な語には当該の対象を特定の見方で捉える方法が内包されていることに気付く。特定の見方とは視点である。単一の対象を異なる視点で捉えることは、言語表現の違いとなって他者との対話の中に立ち現れる。以後、様々な状況で他者と視点の衝突や調整を経て、いずれ多種多様な視点を内面化させる。この内面化された複数の視点によって、対話的思考が可能になる。具体的には、多面的に現象を捉えて個人内部で対話する思考様式である。それはまるでジャズのセッションのような創発性を具有している(Tomasello, 2014)。つまり、要素間の相互作用が思考全体に影響を及ぼし、同時に全体への影響が要素にも影響を及ぼす力学である。対話的思考は、ヒトの言語発達の到達点の一つである。

言語は幾つもの分野から研究されている(今井, 2015)。これは言語がヒトの文化的所産の代表格であることと無関係ではない。言語学では、音韻論、統語論、形態論、意味論、語用論と区分される。音韻論は音韻組織を研究する。子音と母音から成立する音韻の差異の体系を検証したり、音自体の特性を分析したりする。統語論は文法を対象とする。単語

と単語の関係や文の語順や配列等、文の構造を調べる。形態論は意味を有する最小単位、形態素を研究対象とする。文法形態の変化に伴う規則を調べるため、統語論と同様、文法の研究分野に位置づけられる。語用論は語の意味と文脈の関係を扱う。音韻・統語・形態・字義通りの意味が完全一致していても、その語を使用する状況や文脈によって伝達される内容は一変する。この点を検分するのが語用論である。歴史的には意味論の研究が、語用論の先陣を切っていた。意味論とは語、句、文等の意味を研究する領域である。ところが語用論の出現によって、意味論の研究範囲は無尽蔵に制限を受けた。すなわち発話行為理論(Speech Act Theory)や Grice, H. P.の意味と伝達の研究である(e.g., Austin, 1962/1978; Bach, 1999/2012)。語の意味は文脈や状況を加味しなければ、不確定と目されるようになった。

言語発達の研究も多彩な観点から取り組まれている。それらの中でも、膨大な関心を集めているのが、語彙発達である。例えば使用語彙の変化について考える。生後 12 ヶ月前後の初語が産出された時期であれば、音韻論も関与してくる。統語論とも無関係ではない。単語のみ産出している時期、その単語は一語文とも呼ばれる。それには、単語であったとしても伝達内容自体に文と同様の意味が内包されているからである。また語用論の立場であれば、その単語の使用状況や文脈によって伝達内容が変化する。無論、その語の字義的な意味については意味論の研究対象である。例えば、使用する語彙に時制が伴うと、形態論も必要不可欠となる。このように言語発達の研究は、言語学の様々な研究分野と関わっている。その一角を担う語彙発達も多大な研究が積み重ねられてきた。その理由は、母語の語彙獲得の驚異的な速度である。今も尋常ならざる語彙獲得の速度、及びその機序は十分に解明されていない。そして、多様な語彙の表現を対話の中で獲得していくことは、冒頭で論じたような対話的思考の基礎過程である。このような観点からも語彙獲得は学術的に意義深い。

語の爆発的增加

初語は 1 歳前後で産出される。1 歳 6 ヶ月頃から二語文が出現する場合もある。出現時期には個人差がある。個人差をもたらす要因は Bates, Bretherton and Snyder(1988)に詳細が示されている。1 歳 6 ヶ月頃、語の爆発的增加(word explosion)を迎える(e.g., 小林, 2008)。これには諸説ある。自発的に産出する単語が 50 語を超えた頃、という量的な説明もある。また、naming insight を確立した以後、という説もある。Naming insight とは、モノに名前があるということに対する洞察・気づきである。しばしばヘレン・ケラーの逸話が例示される(井狩, 1997)。視覚と聴覚を失ったヘレン・ケラーは、井戸で片手に水をかけてもらいながら、サリヴァン女史からもう一方の手に指文字で「water」と綴られる。この時ヘレン・ケラーは、モノには名前があるという衝撃的な洞察を得た。それ以降、モノの名称を頻繁に尋ねるようになった。これが naming insight である。また Piaget 理論に

依拠した説もある(e.g., Lifter & Bloom, 1989)。感覚運動期の第6段階になると対象物の概念が精緻化する。その作用によって語彙発達が促進されるという見解である。また概念形成の研究からもその究理が行われてきた(e.g., Gopnik & Meltzoff, 1987)。いわゆる概念化(conceptualization), すなわちモノや出来事を分類・整理する能力が高まることにより語彙発達が急速に進展するといった見解である。このように諸説が提案されてきたが、決定的な知見は得られていない。

それでも語の爆発的増加は実在する。Carey(1982)は、幼児期は一日平均6語から10語程度の単語を獲得すると報告している。一方Nelson(1988)によれば、幼児期の間は、一日に20から30語程度を獲得する。これらは母語の獲得である。これを第二言語の獲得と対比するとその特異性は簡明である。例えば、日本語の「ウサギ」は英語で「rabbit」である。名詞であれば、ほぼ同義の対象を指示しているため、「ウサギ」と「rabbit」を対にして学習すれば、英語の名称はわかる。しかしながら、これは母語である日本語の概念獲得後の学習である。そもそも「ウサギ」という母語の概念の形成が前提となっている。一方、初めて母語の「ウサギ」概念を形成するには様々な難しさがある。その母語による概念を形成した後、英単語による概念を学ぶ。母語の確立と第二言語の学習は、日本国内の一般的な家庭・教育環境においては著しく異なる。無論、家庭が二ヶ国語を使用している場合等は、その例外である。

母語獲得の難しさは、ガヴァガーイ問題が標榜している(Quine, 1960/1984)。これは対象指示の不可能性を示唆する。つまり、語が指し示すものは、一義的に定まらないという見解である。例えば、全く不明な地に辿り着いたとする。そこで未知の言語を話す現地人が、右手に持った石を天に掲げて「ガヴァガーイ」と言ったとする。そこに立ち会った時、「ガヴァガーイ」が何を指し示すのか特定することは不可能である。「ガヴァガーイ」は、石の大きさ、石の色、石の形、石の材質、物を天に掲げること、持ち上げる行為、物を持つ行為、石で威嚇する行為等、論理的にはほぼ無限の可能性がある。語彙を獲得していく幼児は、ガヴァガーイ問題と同じ状況にある。「クマ」といってぬいぐるみのクマを呈示されたとしても、その状況の中には「クマ」という音韻が指示する特徴・部位・行為等は無限に存在する。よって「クマ」という日本語の概念の形成は極めて困難である。その「クマ」の概念を形成した後、英語では「bear」に対応することを学ぶ。改めて、母語の概念の形成は、第二言語と比較して極めて難解な問題を抱えていることがわかる。それにも関わらず、1歳6ヶ月以降には語の爆発的増加を迎えて、一日に6語から30語程度の語彙を獲得していく。

Markman の制約論

Markman, E.は語の意味推測の実験を報告した。幼児を対象として、「テニスシューズ」の図版(ターゲット)を見せる。その後、これと同じものを選択するよう教示すると、主題に

近い「足」の図版を選択した。一方、ターゲットに対して、これは「サッド(無意味語)」です、と言った上で同じものを選択するよう教示する。すると、同カテゴリーの「ハイヒール」を選択した。つまり、概念や言語ラベルを付与すると分類法的な観点が活性化する。このような実験結果が Markman(1989)にまとめられる。そこで幾つかの語彙獲得における制約が提案される。制約が必要な論拠は次の通りである。まず、既に述べたガヴァグーイ問題である。呈示された単語が指し示す内容は論理的には無限に存在しうる。仮に、帰納推論と類似した機能を使用しても、可能性を取捨しながら意味に辿り着くのは長い時間が必要となる。多様な意味の可能性を仮説検証的に絞り込む方法もある。しかしながらそのような高次な認知機能を幼児は持ち合わせていない。そこで、幾つかの制約の存在が論じられた。

Markman(1989)は以下のような生得的な制約を提案した。まず事物全体制約(whole object assumption)である。今まで聴いたことの無い新奇な言語ラベルは、部分や性質等ではなく、その事物全体に該当すると推測する制約である。ウサギを見せながら「ウサギ」という言語ラベルを呈示すると、特定の部位や柔らかさ等ではなく、ウサギの全体像のことであると方向付けられる。分類学的制約(taxonomic assumption)は、新奇な言語ラベルが、主題と関係のあるものではなく、同じカテゴリー(概念)に属するものと推測させる。これは先ほどの Markman and Hutchinson(1984)の実験のように、言語ラベルがなければ、主題と関係する事物等をするが、言語ラベルを付与されると概括作用によって同カテゴリー(概念)を想定するという制約である。最後に相互排他性(mutual exclusive assumption)である。これは、事物等は単一の言語ラベルを持つといった制約である。例えば、ウサギを呈示されて「ウサギ」という言語ラベルを付与される。この時、事物全体性制約によって、全体像が当該言語ラベルであると理解する。次に、同じくウサギを呈示しながら、「耳」という言語ラベルを与えられるとウサギの全体像以外の部位等が、「耳」という概念と対応すると理解する。子どもはこのような制約を生得的に備えているため、語の爆発的増加が可能になると説明した。

制約論の展開

制約によって語や概念の形成を説明しようとする研究は、今も続いている。現状を捉えるために、初期の論文(Markman & Hutchinson, 1984)と研究成果をまとめた初期の書籍(Markman, 1989)について調べた。データベースは Web of Science Core Collection である(2021年2月24日時点)。なお、Web of Science は1990年以降の文献のみデータベース化している。よって、それぞれの文献を引用している論文の文献リストから手繰り寄せて検索した。この結果、1990年以降の引用論文回数等を特定した。

欧米の論文の Introduction は網羅的に文献レビューがなされる。引用されるべき論文が引用されておらず、それが仮説や考察に影響している場合、論文は受理されない。具体的

には、関連する実験論文が精密にレビューされていなければ、設定した研究の目的は信頼も信憑性も無くなる。類似の実験が既に報告されていたり、設定した研究の目的を強く制限する実験結果が報告されているかも知れない。直系、或いは周辺の実験を精密にレビューしないと的確な目的を設定できない。そして、目的に疑義があれば、そのために採用した方法も分析も信頼と妥当性を失う。当然、考察の内容も正当とは判断されない。結果、投稿論文はリジェクトとなる。これは分野を超えた学術論文の必要条件である。よって、Markman, E.と関連する欧米の論文では、制約論の提唱を行った論文と幾つかの制約をまとめた初期の書籍は、Introductionの冒頭に必ず引用される。よってこの2つの文献を調べると、研究動向の一端を窺い知ることができる。勿論、Web of Scienceに収録されていても、一定の水準に達していない雑誌や論文もあり、不十分なIntroductionの論文も存在するかも知れない。ここではそれらを誤差と見なす。

まずMarkman and Hutchinson(1984)については、1990年から2021年迄の被引用回数は、333回であった。次にMarkman(1989)では、同じ期間の被引用回数は、823回であった。Table 1を参照すると、分類学的制約に関する実験成果を報告した前者よりも、幾つかの制約をまとめたMarkman(1989)の被引用回数が多い。近年も確かに引用されている。Markman and Hutchinson(1984)は、やや下降傾向にあるが、Markman(1989)は時間が経過してもほぼ変わりがない。

Table 1 年代別の両文献の被引用数

	1990-1999	2000-2009	2010-2019
Markman & Hutchinson (1984)	137	110	76
Markman (1989)	294	270	242

2020年と2021年も取り上げる。Markman and Hutchinson(1984)は2020年に8回、2021年に2回引用されている。Markman(1989)の場合、2020年に15回、2021年に2回である。2020年と2021年の論文を概観すると、言語学等、発達研究以外の分野の論文も含まれていた。しかしながら、発達研究では、主に幼児を対象とした語や概念形成に及ぼす制約の実験論文であった(e.g., Foster-Hanson, Cimpian, Leshin, & Rhodes, 2020 ; Nguyen, 2020 ; Xu, Chen, Ma, Zhao, Jiao & Xin, 2020)。1989年のMarkman, E.の報告以降、幾つかの制約の提案と検証がなされてきた。また、名詞のみではなく動詞や形容詞等、研究対象を拡張してきた。しかしながら、それらは一貫して幼児を対象とした概念形成の実験であった。現在も変わりはない。

それには研究文脈上の事由がある。制約論の着想が、Rosch, E.の概念形成を理論的なグ

ラウンドとしている点である(e.g., Rosch, 1973; Rosch, 1978)。Rosch, E.は、基礎レベルの概念を中心に据えた。概念は上位から下位のグレード構造を有する。例えば、基礎レベルの概念をテーブル、ランプ、椅子とする。この概念間に共通点はほぼ無い。それらの上位概念は家具となる。一方、下位概念は、テーブルでは、ダイニングテーブルや会議用テーブル等となる。ランプでは床上ランプや卓上ランプ等となる。椅子では学習用椅子、ソファ等となる。共通点が少ない基礎レベルの概念は、区別しやすい。また基礎レベルの場合、その特徴となる機能や形態、用途等が明示できる。下位概念に含まれるグループでは共通した特徴をどの程度有しているかが異なる。Markman, E.はこの理論を土台にして制約論の提唱を始める。先般に実験であれば、下位概念の「テニスシューズ」に言語ラベルが付与されると、同じ下位概念の「ハイヒール」が選択される。これは分類学的制約と関係する。どのレベルの概念であっても、重複する言語ラベルはない。これは相互排他性と関係する。また、大人が子どもに事物名称を教える時、他の事物と共通点が少ない基礎レベルの概念を教えようとする。これは事物全体性制約と関連する。結局、Rosch, E.の概念形成を基にしながら、それでは語や概念の爆発的な速度の獲得を説明しにくい、という問題設定を行って制約論の実験を積み重ねてきた。

Rosh, E.が概念形成の理論を提唱した時代背景を整理する(村田, 1992 ; 水口, 2020)。第二次世界大戦の終了後、暫く情報処理理論は先端科学であった。丁度大戦中に、軍事研究として、様々な電子通信機器の開発が行われた。それらは次第に我々の日常生活場面に取り込まれ、卑近なものとなった。そして素朴に、内部の構造や機能に興味を抱くようになった。これが認知心理学の確立に繋がった。1970年代半ばから、コンピューター・アナロジーとしての認知心理学が明確になった。つまり、入力から出力の間の処理や内部モデルを探ろうとする研究分野となる。それは人間の知性をコンピューターと類似した存在と捉え、コンピューターの仕組みに模して研究する思索方法と研究方法であった。

Rosh, E.の概念形成論は、コンピューター・アナロジーの影響を強く受けている。それを理論的基礎とした Markman, E.も主潮は同じである。よって Good old fashioned artificial intelligence(GOFAI)と呼ばれる認知に対するアプローチと親和性が高い(Brian, 1999/2012)。換言すれば、状況に開かれておらず、必ずしも人間の生態に重点を置いていない。人間の社会・文化的側面をあまり考慮しない。実用的にも理論的にも有意義な身体の役割を加味しない。また、環境との直接関与や相互作用を十全と活かさない。このような研究パラダイムは、近年の制約論の研究でも同様である。それは制約論が GOFAI に立脚した Rosch, E.の理論を基調としているからである。そして研究上のフレームや人間に対する思潮は Rosch, E.の延長線にある。言語学は、心理学や認知科学等に強い影響力を有する。既述した言語学の研究分野と照合すれば、Rosh, E.の概念形成論は現状の意味論と類似している。社会的状況や文脈を考慮せず、字義通りの概念の意味を扱っている。

語彙獲得の固有の文脈

語彙獲得の研究は制約論のみではない。それ以外の議論や研究も昂進している。その一つが名詞(noun)と動詞(verb)の獲得である。まず発達研究のトップ・スカラー、Gentner, D.が動詞よりも名詞の獲得が先行すると主張した(e.g., Gentner, 1982)。その理由は、名詞は当該事物等と一対一の関係にある。これに対して、動詞は関係の理解が必要になるとした。例えば、「僕」「投げる」「ボール」の「投げる」という動詞の理解には、「僕」と「ボール」の関係の理解も含まれる。それ故、名詞の方が獲得が容易であり、動詞は名詞より獲得が遅れるという論であった。これは一般的な法則として広く受け入れられた。それに一矢を報いたのが Tardif (1996)である。中国の乳幼児を対象にしたデータから、名詞が必ずしも動詞に先立たないことを解明した。後に、Tomasello(2003/2008)によって、個々の語に固有の獲得文脈があることが確定した。つまり、名詞と動詞に分立して、どちらが獲得が先行するかといった二項対立では解は得られなかった。特定の語がどのように使用されたかによって、獲得の仕方が異なっていた。この見解に至る前段階に Tomasello, M.は縦断的な自然観察によって我が子の言語発達を研究していた(Tomasello, 1992)。それが『First verbs: a case study of early grammatical development』という書籍である。この書籍にまとめられた見解は、Tomasello(2003/2008)の基幹となっている。

発達研究では、実験と自然観察の結果が異なることがある。具体的には、自然観察で確認できたことも、実験では暫く時間を待たなければ確認できない。実験は因果関係を明確にする上で優れた方法である。但し、年齢相当で反応や応答が得られる仕組みを考案する手続きが伴う。また再現性と一回性という問題もある。再現性は科学の必要条件であり、同じ手続きで行えば同じ結果が再現されることである。発達研究も基礎実験の再現性は高い。一方、一回性は悩ましい課題を抱えている。一度観察された現象は、必ずしも再出現しない。それでは科学の条件を満たせない。しかしながら、一回であってもそれを確認できた、という論も成り立つ。Piaget, J.は、臨床法という方法で自分の子どもを対象に研究を進めた。臨床法は、働きかけたことに対して、どのように応じたか確認し、それに対してさらに異なる働きかけを行って確証を得ていく研究方法である。Piaget, J.の研究は理論駆動型(Theory driven)であった。つまり、事前に間然の無い理論構築を為した後、その確認として臨床法を用いたのである。換言すれば、臨床法によって得られたデータから理論を考案したのではない。自ら構築した緻密で壮大な理論の確認のため臨床法を実施した。データ駆動型(data driven)の研究方法ではなかった。それは Tomasello(1992)も同様である。国内においても、初期の語彙発達の縦断的な観察研究がある。それらの研究は、特定の語が産出されるプロセスを詳細に調べている。

まず、小林の研究である。小林・荻野(1999)は二人の研究をそれぞれ前半と後半に掲載している。ここでは小林・荻野(1999)の小林が実施した研究を対象とする。1歳代の幼児を縦断的に観察して、事物の操作から名称(語)の産出に至るプロセスを分析した。H児の

縦断的観察を行い、一年間の語彙獲得の発達を調べた。その際、慣用操作と事物名称の産出の関連を検証した。慣用操作とは、児が属する文化で認められた事物の特徴や機能に適合した操作である。具体的には、ブラシを持って髪を梳かす等が挙げられる。12個の道具的事物を用意して、それを用いた母子の自由遊びを観察した。結果、道具的事物の名称産出はそれぞれ時期が異なっていた。そして、Tomasello(1992)の見解と同様、個々の語に固有の獲得プロセスがあることを確認した。そして、名称の産出の前に、慣用操作が確立することが明らかになった。当該の名称は当該の文化に由来する。また当該の道具的事物もその文化に根付いている。つまり名称も操作法も児の文化圏のものである。よって、名称も慣用操作も共に文化学習となる。但し、発達的には慣用操作が先行するという結論であった。また、道具的事物の中には、慣用操作から名称に移行する過程で、擬音・擬態語表現の産出が見られることも明らかになった。

この研究の理論的基礎は、Gibson, J. J.によるアフォーダンスである(Gibson, 1979 / 1985)。アフォーダンスは全体像が捉えにくい。そこで専門的な見地から解説する。アフォーダンスは米国の知覚心理学者 Gibson, J. J.が、生物と環境の相互依存関係を言い表すために考案した用語である(Gibson, Adolph & Wppler, 1999 / 2012)。具体的には、環境が生物に提供する資源や基盤のことを指す。一方、生物側は、アフォーダンスを知覚し利用する能力を備えていなければならない。生物と環境の相互依存から見ると、アフォーダンスは生物にとって意味や価値を有する。アフォーダンスは、知覚されるかどうか、利用されるかどうかに関わらず存在する。生物は刺激情報を受け取るに適した特性、身体機構、身体能力が必要となる。

また知覚と運動の相互依存も論じられている(Gibson, Adolph & Wppler, 1999 / 2012)。知覚は行為に対して情報を与え、行為の影響は知覚に情報を与える。情報は自己受容感覚と外受容感覚で得られる。自己受容感覚は、生物にその身体がどのように行為を遂行しつつあるか知らせる。外受容感覚には、動物がアフォーダンスによって環境の文脈をどのように変化させたか反映される。これによって、行為を適応的に制御したり、環境を制御しようとしたりする。よって、情報は人間の内部ではなく、人間の周囲にある。知覚は脳の中で情報を間接的に作るのではなく、情報を直接手に入れる活動である。よって、自分を包囲している情報を探索することが、個々の生物の生態の中で行われる知覚であると論じた。この理論を踏まえて小林は、慣用操作にはアフォーダンスが関与していると主張した(小林・荻野, 1999)。まず感覚器である視覚を通して、自分の周囲にある道具的事物を知覚してそれを有効利用しようとする。それ故、名称産出よりも慣用操作が発達的に先行する。これが小林の見解である。

次に、水口の研究である(水口・菅井, 2002)。同様に、1歳代の幼児を縦断的に観察して、事物の操作から名称(語)の産出に至るプロセスを分析した。小林の研究では慣用操作という用語が使われているが、水口・菅井(2002)では特殊操作(specific actions)という概念

を使用している。成り立ちのルーツは異なるが、慣用操作と特殊操作の定義自体は同義である。そこで本論では、混乱を避けるために慣用操作という語に統一する。K児の母子自由遊び場面の縦断的観察を一年数ヶ月実施した。分析に使用したのは、1歳4ヶ月から2歳1ヶ月の期間である。同様に12個の道具的物事を採用した。その際、母親と協議して観察開始以前よりK児が自宅で使用していた物事を3つ含めた。まず、小林の研究は、慣用操作と名称産出の連続性と発達の順序を明らかにした。これに対し、慣用操作に語彙発達上の意義や役割があるならば、慣用操作それ自体の成立機序を解明する必要があった。加えて、大人と幼児の社会的相互交渉の中で慣用操作や名称産出が成立しているため、幼児の変化の観察だけでは不十分であった。そこで、母子の自由遊びの中で行われる社会的相互交渉の内実を分析した。そして慣用操作が名称産出に先行すること、個々の語に固有の獲得プロセスがあること、慣用操作成立後に擬音・擬態語表現が見られることが再確認された。

この研究が解明したのは、慣用操作の成立機序である。ままごとで使用する *knife* の玩具の操作方法の発達を微視的に分析した。1歳6ヶ月では、*knife* の知覚的特性に依存した使用が見られた。棒状の *knife* を使用して何かを混ぜる動作、他の対象物をリズムカルに叩く動作である。1歳9ヶ月では、「対象を切断する」という使用は示されたが、操作方法自体は事物の特性に対応していなかった。具体的には、野菜の玩具を切断するような行為に対し *knife* を用いているが、その操作では柄の末端部分を持っていた。このような知覚的特性の影響を受けながら、慣用操作の成立が進んだ。そして1歳11ヶ月、野菜の玩具に対して *knife* を使用した。野菜の玩具は、*knife* のような形態の刃を挿入するとマジックテープが離れて2つに分断する玩具として設計されていた。これは正式な慣用操作であった。さらに社会的相互交渉の分析を行った結果、K児の行為に対応した擬音・擬態語表現が頻出していた。また、事物の使用に関するスクリプト的知識を呈示していることが明らかになった。これは事物の使用文脈を想像させる行為であり、語の獲得における固有のプロセスに影響することが推測された。最後に、微視的に観察した結果、知覚的特性に依存した操作においても、リズムカルな性質は保持されていた。対象物をリズムカルに叩く操作においても、身体化された使用特性が保持されていた。ここから、慣用操作の前段階、慣用操作、名称産出は段階的に移行する訳ではなく、連続性を保持しながら重層的に発達することを指摘した。これは小林と見解が異なる。水口・菅井(2002)では発達過程と機序を説明するため、2つの理論を選択した。

まず、Thelen, E.のダイナミック・システムズ理論(dynamic systems theories)である(e.g., Thelen, & Smith, 1996)。国内では、近年Thelen, E.の理論がしばしば引用されるようになってきた(e.g., 乾, 2018; 望月, 2015; 村上・澤江, 2018; 西尾, 2018, 山本, 2014)。また2018年に日本語訳の書籍が出版された。今後国内の発達研究に浸透していくと推測される。この理論では発達を一つのシステムと捉え、その自己組織化を重視する。自己組

織化とは複雑で無秩序な系において、自律的に秩序だったパターンが形成されることを意味する。例えば運動発達においては、中枢神経系、知覚、認知、運動を制限する諸々の要素が自己組織化していくことで、それが全体的なシステムとして機能するようになる。この理論は、当初身体運動を中心に研究されていた。後に、言語発達も含めた発達全体に適用されるようになった。水口・菅井(2002)では、慣用操作に至るまでの動作をダイナミクス・システムズ理論によって説明している。Knifeの知覚、操作に必要な運動系中枢の成熟、道具的事物の認知が、個々に発達するのではなく、相互に影響しながら一つのシステムとして発達する。さらに語彙発達において慣用操作の前段階、慣用操作、名称産出が、段階的ではなく、連続性と重層性を保ちながらシステムが形成される。これは個人内部の変化である。

社会的相互交渉については、ソビエト心理学の理論で説明できる。社会的相互交渉は、文化に熟達した大人が子どもと共同行為を行うことである。これは主にVygotsky, L. S.の着想である(田島, 2003)。共同遊びの中で文化獲得がなされる。これは個人外部、或いは精神間機能である。母子は単なる相互作用ではなく、社会的相互交渉の中でスクリプト的知識を織り込めている。これは個々の道具的事物の使用文脈を伝達したり、想像させたりする上で有効である。Vygotsky, L. S.・Luria, A. R.・Leontiev, A. N.は、ソビエト心理学を開闢した中心人物である。ソビエト心理学が現代の心理学に及ぼす影響は、敢えて論じる必要はない。Luria, A. R.は主に神経心理学を専門としていた(Luria, 1957/1969)。水口・菅井(2002)が直接引用しているのは、言語の行動調整に関する発達研究である。これは生前のVygotsky, L. S.と共にLuria, A. R.が実施して理論化した研究であり、世界で幅広く知られている。生後1歳以降より、他者が提示した言語教示に従った行動調整が可能になる。しかしながら、初期は言語教示の意味的な側面ではなく、言語の持つインパルスの・音響的側面が、運動行為の調整機能を担う。その後言語教示の意味的な側面が調整機能の主要な属性に変化していく。この発達過程を踏まえると、幼児に対する擬音・擬態語の使用は有効に機能する。これは地域共同体や特定の文化の中で育児を行うことによって生成された実践知なのかも知れない。このように、K児の主に身体内部はThelen, E.の理論、外部から精神機能に働きかける行為は、ソビエト心理学の理論によって考察された。

音象徴と言語の身体性

慣用操作から名称産出に至る過程に、擬音・擬態語表現の産出が介在していた。これは上記2つの研究で一致していた。近代言語学の祖、Saussure, F.は言語の一般原理として恣意性を指摘した(Saussure, 1916/1940)。これは能記(記号表現)と所記(記号内容)に有契な関係がないという論である。例えば、林檎という事物を指し示すために、「ri/n/go」という音声を使用する必然的な理由はない。それは特定の言語圏におけるルールや決まり事に過ぎない。そしてSaussure, F.は、恣意性の原理に例外はないと断じた。ところが擬音・

擬態語には、恣意性の概念で説明しにくい特徴があった。犬の鳴き声は、日本語で「wa / n / wa / n」、英語で「baw / baw」と表現される。実際の鳴き声と知覚的類似性が維持されている。勿論、当該の言語圏の音韻によって分節化されているため、単なる声帯模写には留まらない。擬態語も同様である。ボールを「ポーン」と投げる場合、口唇を緊張させて呼気を止め、それを開放する構音器官の筋運動感覚と、実際のボールを投げる時の筋運動感覚に類似性がある。Saussure, F.は擬音・擬態語を取るに足らない未熟な言語とした。そして擬音・擬態語を名指しで取り上げた上で再度、恣意性に例外は無いと繰り返した。しかしながら、論拠は不十分であり、ほぼ本質的な議論はなされていない。

これは音象徴(sound symbolism)とも呼ばれている。その実験が最初に報告されたのは1929年である(Sapir, 1929)。例えば母音である「a」「i」「u」「e」「o」を構音させた後、その印象を尋ねた。実際には印度ヨーロッパ語族の音韻が使用された。結果、大きい印象になる音韻と小さい印象になる音韻に分かれた。それは構音に伴う筋運動感覚の違いに由来していた。「a」や「o」のように構音の際に、構音器官の筋肉群を大きく動かす場合、大きい印象となる。一方、「i」のように構音器官の筋肉群があまり動かない場合、小さな印象となる。このように音象徴は、身体の運動感覚や筋運動に根ざしている。音象徴の実験は幅広く、様々な分野で研究されていくことになる。例えば、言語の起源、恣意性の妥当性、音韻の生成や知覚、ヒトの音韻の構音発達、ヒト以外の動物の鳴き声、音象徴の音響学的特徴等、多方面に亘る。最初の実験から90年が経過したが、現在も様々な観点から研究が続けられている(e. g., Kambara, & Umemura, 2021 ; Shinohara, Kawahara, & Tanaka, 2020 ; Simon, Yaseen, Sara, Kelly, Sathian. & Lynne, 2021 ; Vainio, 2021)。そして音象徴は、言語の身体性を示唆している。言語の身体性とは、言語が身体や身体運動を基に成立しているという見解である。音韻の発達において最も初期に構音が完成する母音が身体と関連があるならば、その後の語の発達においても身体が基底に存在する。既に述べたように水口・菅井(2002)は、慣用操作の前段階、慣用操作、名称産出が重層的に発達すると指摘している。そして慣用操作から名称産出に移行する際には、音象徴が関与している。この点を考え合わせても、語彙発達は制約を通した合理的で知的な処理のみでは説明しにくい。

最後に Werner and Kaplan (1963 / 1974)の『Symbol Formation』の理論を取り上げる。Werner, H.は、言語表現の基底の身体運動等が文節言語に変化していく過程を研究し、理論化した。それが距離化(distancing)の原理である。距離化の原理の中に、シンボル体と指示対象の距離化がある。言語表現である外的フォルムは、実体である犬から離れて、音響的な類似性を有する「ワンワン」という擬音語となり、さらに実体と類似性を失った「イヌ」という音声に変容していく。その隔たりの拡大が、距離化と呼ばれている。但し、内的フォルムでは、実際に聴いた鳴き声の聴覚の記憶の結びつきは維持されている。それは擬態語も同様である。身体運動の様相や実行に伴う筋運動感覚を基にして擬態語による描

出が生起する。擬態語が実体と類似性を失った音声や語になっても、それは表面のみである。よって語や概念の根底には、身体を通して体感した表象が存在し続けると結論付けている。Werner, H.の研究が、現在の発達心理学や認知科学、言語学に及ぼした広範な学術的貢献は、水口・八木(2020)に論じられている。参考にされたい。

まとめ

語や概念を含めた言語は、文化的所産の代表格である。母語の獲得は、ヒト固有の対話的思考を可能とする。冒頭で述べたように、同一の対象が異なる語や概念で表現されることを対話で知り、そこに視点が内包されていることに気付く(Tomasello, 1999 / 2006)。これは言語や認知の発達上、重要な意義を持つ。また、現時点では国際的にも優勢な理論となっている。このような状況下、Rosch, E.に端を発する制約論も新たな研究論文を輩出し続けている。制約論の研究が今後どのように変化していくのか注視していく必要があるだろう。ただ現在の発達心理学では、身体の役割は軽視されていない。本論では、知的処理による概念形成の研究と言語の身体性の研究を対比させた。その上で、言語の身体性を支持する研究結果とそれを説明する幾つかの理論について論考した。これが主要な議論であった。なお、Tomasello, M.は、言語を文化的所産、すなわち人為的に造ったものと論じている。ただその過程において、音象徴や言語の身体性が介在している可能性は有ると考える。この点は更に追究していく。

加えて、冒頭で論じた対話的思考である。本論では、対話的思考をヒトの言語発達の到達点の一つと位置付けた。そこでは、他者の意図を読み取って言語表現の中に含まれる視点に気付く必要を論じた。この意図の読み取りと視点を知るには、様々な状況や文脈の中でなされる他者との対話が不可欠である。よって、社会・文化的側面や状況の影響を加味した研究パラダイムによって語彙発達にアプローチする必要がある。具体的には、社会的相互交渉や対話を基軸として語彙発達の研究に取り組む必要性である。少なくとも、対話的思考に至る発達過程を視野に入れた語彙発達の研究を目指す場合、多様な状況と対話に照準することが不可欠だろう。また発達心理学として研究していくなら、その後の精神機能の発達を見通した理論に基づく実験が望ましい。今後は、対話的思考以外で言語と関わるヒト固有の精神機能についても検分していく。

付記

本研究は科学研究費補助金(No.17K04348)の助成を受けて行われた。

文献

- Austin, J. (1962). *How to do things with words* Oxford University Press (坂本百第 (訳)
(1978). 言語と行為 大修館書店)

- Bach, K. (1999). *Grais, H. Paul* In Robeert, A. W. & Keil, F. C. (Eds) *The MIT encyclopedia of the cognitive science* MIT Press (高梨克也 (訳) (2012). グライス, H. ポール. 中島秀之 (監訳) MIT 認知科学大辞典 (pp. 295-299) 共立出版)
- Bates, E., Bretherton, I., & Snyder, L. (1988). *From first words to grammar: individual differences and dissociation mechanisms* Cambridge University Press.
- Braian, C. S. (1999). *situatedness/embeddedness* In Robeert, A. W. & Keil, F. C. (Eds) *The MIT encyclopedia of cognitive sciences* MIT Press (辛島明男 (訳) (2012). 状況性/埋め込み 中島秀之 (監訳) MIT 認知科学大辞典 (pp. 642-848) 共立出版)
- Carey, S. (1982). *Semantic development: the state of the art*. In Gentner, D., & Goldin-Meadow (Eds) *Language Acquisition: the state of the art* (pp. 347-389) Cambridge University Press.
- Clark, E. V. (1973). *What's in a word? On the children's acquisition of semantics in his first language*. In Moore, T. E. (Ed.) *Cognitive development and the acquisition of language* (pp. 85-120) Academic Press.
- Foster-Hanson, E., Cimpian, A., Leshin, R. A., & Rhodes, M. (2020). Asking children to "Be Helpers" can backfire after setbacks. *Child Development, 91*, 236-248,
- Gentner, D. (1982). *Why nouns are learned before verbs: Linguistic relativity versus natural partitioning*. In S. A. Kuczaj (Ed.) *Language development: Vol.2. Language, thought, and culture* (pp. 301-334) Erlbaum.
- Gibson, J. J. (1979). *The ecological approach to visual perception* Houghton Mifflin(古崎敬・古崎愛子・辻敬一郎・村瀬 旻 (訳) (1985). 生態学的視覚論 サイエンス社)
- Gibson, E. J., Adolph, K., & Eppler, M. (1999). *Affordances*. In Robeert, A. W. & Keil, F. C. (Eds) *The MIT encyclopedia of cognitive sciences* MIT Press. (境 敦史 (訳) (2012). 状況性/埋め込み 中島秀之 (監訳) MIT 認知科学大辞典 (pp. 12-15) 共立出版)
- Gopnik, A., & Meltzoff, A. (1987). The development of categorization in the second year and its relation to other cognitive and linguistic developments *Child Development, 58*, 1523-1531
- 井狩幸男 (1997). PDP モデルの言語獲得研究への応用可能性について 大阪市立大学文学部紀要, 49, 69-79.
- 今井邦彦 (2015). 言語理論としての語用論 開拓社
- 乾 敏郎 (2018). 知覚・認知・運動・感情・意思決定をつなぐ自由エネルギー原理 日本神経回路学会誌, 25, 123-134.
- Kambara, T., & Umemura, T. (2021). The relationships between initial consonants in Japanese sound symbolic words and familiarity, multi-sensory imageability,

- emotional valence, and arousal. *Journal of Psycholinguist Research*, <https://doi.org/10.1007/s10936-020-09749-w>
- 小林春美・荻野美佐子 (1999). 語彙獲得の初期発達 小嶋祥三・鹿取廣人(監修) 桐谷 滋 (編) ことばの獲得 (pp. 71-116) ミネルヴァ書房
- Lifter, K., & Bloom, L. (1989). Object knowledge and the emergence of language. *Infant Behavior & Development*, *12*, 395-423.
- Luria, A. R. (1957). *О г е н е з и с е п р о и з в о л ь н ы х д в и ж е н и и, В о п р о с ы п с и х о л о г и и.* (松野 豊・関口 昇(訳) (1969). 言語と精神発達 明治図書)
- Markman, E. L., & Hutchinson, J. E. (1984). Children's sensitivity to constraints on word meaning: taxonomic versus thematic relations *Cognitive Psychology*, *16*, 1-27.
- Markman, E. L. (1989). *Categorization and naming in children: problem of induction* Cambridge University Press.
- 水口 崇 (2020). 乳幼児期の動作模倣における自他の変換メカニズム—Meltzoff の模倣論— 信州心理臨床紀要, *19*, 133-145.
- 水口 崇・菅井邦明 (2002). 1 歳児における道具的事物の名称獲得に関する縦断的研究—特殊動作の成立過程の事例的検討— 東北大学大学院教育学研究科研究年報, *50*, 125-138.
- 水口 崇・八木雄一郎 (2021). Werner, H の Symbol Formation と有機体論—乳幼児期の言語発達とその基底— 信州大学教育学部研究論集, *15*, 37-49.
- 望月正哉 (2015) 身体化された認知は言語理解にどの程度重要なのか 心理学評論, *58*, 485-505
- 村上祐介・澤江幸則 (2018). 動作の変動性を指標とした自閉症スペクトラム障害児の運動発達の様相：多重時間スケールにもとづく縦断的検討 発達心理学研究, *29*, 243-252.
- 西尾千尋・工藤和俊・佐々木正人 (2018). 乳児の歩き出しの生態学的検討：独立歩行の発達と生活環境の資源 発達心理学研究, *29*, 73-83.
- 村田孝次 (1992). 発達心理学史 培風館
- Nguyen, S. P. (2020). From foods to artifacts: children's evaluative and taxonomic categorization across multiple domains *Cognitive Development*, *56*. ID 100894. doi: 10.1016/j.cogdev.2020.100894
- Quine, W. (1960). *Word and object*. Cambridge University Press.(大出 晃・宮舘 恵 (訳). (1984). ことばと対象 勁草書房)
- Rosch, E. (1973). Natural categories *Cognitive Psychology*, *4*, 328-350.
- Rosch, E. (1978). *Principles of categorization*. In Rosch, E., & Lloyd, B .B. (Eds) *Cognition and categorization* (pp. 27-48) Erlbaum.

- Sapir, E. (1929). A study in phonetic symbolism. *Journal of experimental psychology*, 12, 225-239.
- Saussure, F. (1916). *Cours de linguistique générale*. Charles Bally and Albert Sechehaya published in collaboration with Albert Riedlinger (小林英雄 (訳) (1940). 一般言語学講義 岩波書店)
- Shinohara, K., Kawahara, S., & Tanaka, H. (2020). Visual and proprioceptive perceptions evoke motion-sound symbolism: different acceleration profiles are associated with different types of consonants. *Frontiers in Psychology*, 11, ID 589797. doi: 10.3389/fpsyg.2020.589797
- Simon, L., Yaseen, J., Sara, M., Kelly, McCormick, K., Sathian., & Lynne, C. N. (2021). Stimulus parameters underlying sound-symbolic mapping of auditory pseudowords to visual shapes *Cognitive Science*, 44, e12883. doi: 10.1111/cogs.12883
- 田島信元 (2003). 共同行為としての学習・発達：社会文化的アプローチの視座 金子書房
- Thelen, E., & Smith, L. B. (1996). *A dynamic systems approach to the development of cognition and action*. MIT Press. (小島康次 (監訳) 高橋義信・丸山 慎・宮内 洋・杉村伸一郎 (訳) (2018). 発達へのダイナミックシステム・アプローチ 認知と行為の発生プロセスとメカニズム 新曜社)
- Tomasello, M. (1992). *First verbs: a case study of early grammatical development*. Cambridge University Press.
- Tomasello, M. (1999). *The cultural origin of human cognition*. Harvard University Press (大堀壽夫・中澤恒子・西村義樹・本田 啓 (訳) (2006). 心とことばの起源を探る 文化と認知 勁草書房)
- Tomasello, M. (2003). *Constructing a language: a usage-based theory of language acquisition*. Harvard University Press.(辻 幸夫・野村議寛・出原健一・菅井三実・鍋島弘治朗・森吉直子 (訳). (2008). ことばをつくる 言語習得の認知言語学的アプローチ 慶應義塾大学出版)
- Tomasello, M. (2014). *A natural history of human thinking*. Harvard University Press.
- Tardif, T. (1996). Nouns are not always learned before verbs : evidence from mandarin speakers' early vocabularies. *Developmental Psychology*, 32, 492-504.
- Vainio, L. (2021). Magnitude sound symbolism influences vowel production *Journal of Memory and Language*, 118, ID 104213
- Werner, H., & Kaplan, B. (1963). *Symbol formation: an organismic-developmental approach to language and the expression of thought*. John Wiley & Sons. (柿崎祐一 (監訳) 鯨岡 峻・浜田寿美男 (訳) (1974). シンボルの形成: 言葉と表現への有機-発達論的アプローチ ミネルヴァ書房)

Xu, XH., Chen, C. S., Ma, J. F., Zhao, X. T., Jiao, M. W., Xin, Z. Y. (2020). The use of a novel term helps preschoolers learn the concept of angle: an intervention study with chinese preschool children. *Frontiers in Psychology, 11*, ID 568388. doi: 10.3389/fpsyg.2020.568388

山本尚樹 (2014). 運動発達研究の理論的基礎と課題: Gesell, McGraw, Thelen, 三者の比較検討から 発達心理学研究, *25*, 183-198.

<原著>

感覚器と機能環 —視覚と嗅覚の進化と生態学—

水口 崇 信州大学学術研究院教育学系

概要

発達心理学は極めて初期から生物学の影響を受けてきた。学際性が高まって発達科学と称されるようになった現在も生物学は重点である。Darwin, C.の進化論は、ヒトの系統発生の観点から、ヒト以外の霊長類や哺乳類の知能の発達研究を始動させた。また生態学を取り入れ、各生物に固有の環世界の存在を提唱した Uexküll, J.V.や Gibson, J. J.の理論から、発達研究は人間を生物種の一つとして捉える視座を得た。それらを踏まえて本研究では、感覚器と機能環の有り様について論じた。また身体構造の特性と進化を検証した。その上で、視覚器と嗅覚器の進化のプロセスについて考究した。最後に、ヒト幼児の社会的知性の発達、及びそれを解明する視覚動物と嗅覚動物の他個体認知について論じた。

キーワード：陸棲, 視覚器, 嗅覚器, 環世界, 他個体認知

はじめに

発達心理学の源流の一つは生物学である(村田, 1992)。その原型は Darwin, C.の進化論と言える(Darwin, 1859/1952)。医学者で哲学者でもあった Locke, J.や全生涯を5段階に区分した Rousseau, J. J.は、18世紀迄に発達心理学の思想的源流を造った。そして19世紀、Darwin, C.の『種の起源』が公刊された(Darwin, 1859/1952)。これは生物学を含めた幾つかの科学の有り様を刷新した。当初は批判と反発が強固であったが、生物学者は系統発生と個体発生に関する研究に踏み出した。発達心理学もその大きな潮流に移乗した。初期は動物とヒトの知能の連続/非連続等が主要な研究対象であった。Galton, S. F.や Romanes, G., Morgan, L.等が、多くの足跡を残した。知能の研究における再現性の高さは、基礎科学を目指した発達心理学にとって折良く適合した。そして、科学としての発達研究が成立した。発達心理学が基礎研究に位置付けられているのは、このような学問的系譜によって確立したことに由来する。また博学的な科学者 Darwin, C.は、進化論のみでなく、自分の子どもの発達の諸相を日誌法により観察・記録、分析した。その一部は公開された。このような点も Darwin, C.は発達心理学と波長が合ったのだろう。以後、生物学の影響は、Preyer, W. T.や Stern, W., Hall, G. S.や Piaget, J.に受け継がれていく。

勿論、生物学も進展を続けてきた。現在の全体像を掴むため、世界各国で使用されている生物学のテキストを概観する。具体的には『Campbell Biology, 11th ed.(キャンベル生物学 原書 11 版)(Urry, Cain, Wasserman, Minorsky & Reece, 2017/2018)』の目次と内容を検分する。原典は全 56 章, 1284 頁から構成されている。ここでは部を単位として各部の内容を要約する。第一部の生命の化学では、原子や元素の化学結合、タンパク質等を含めた生体分子の構造や機能が論じられている。第二部の細胞では細胞の構造と機能、代謝や発酵、光合成や細胞のシグナル連絡等が取り上げられている。第三部の遺伝学では遺伝子や染色体、遺伝の分子機構や発現制御、ウイルス、バイオテクノロジーやゲノムが取り扱われている。第四部の進化のメカニズムはダーウィンの進化と淘汰、遺伝的変異、種分化、生物群の盛衰や陸上進出等である。第五部の生物多様性の進化的歴史では、系統と形態、原核生物と原生生物、植物や動物の多様性、菌類、脊椎動物の起源と進化等である。第六部の植物の形態と機能では、植物の栄養吸収や土壌等である。第七部の動物の形態と機能では、医学分野と同様、循環器系、呼吸器系、免疫系、感覚器系、神経系といった内容となっている。第八部の生態学では、いわゆる個体群生態学(捕食者と被捕食者の関係等を中心に個体群の動態を解析)や群集生態学(食物連鎖、生態的地位等を通し、生物群集の機能と構造を研究)、生態系と復元生態系等である。初版から一新された知見も大量にあると推測される。しかしながら、遺伝や進化、陸上進出、脊椎動物、感覚器や神経系、生態学といった発達心理学と関連の深いテーマは現在も重要なトピックである。

一方、発達心理学は発達科学と称される潮境を迎えた。認知心理学が認知科学に変転したのと同様である。それは 1990 年に Wiley が『Developmental Science』誌を発刊したことからも分かる。2000 年以降の過去 20 年、Scientific Ranking において発達研究のトップレベルの雑誌に定連している。発達科学は、霊長類学や系統発生等の進化論、神経科学や遺伝学等の生物学の知見を取り入れた。さらにニューラルネットやコネクショニズム、広義のコミュニケーション学、言語学や社会学も重視するようになった。こうして発達研究は学際性を強め続けている。ただ依然として、生物学は主要な領域の一つである。

例えば、近赤外光脳計測は、非侵襲的に脳機能を計測できる。大型装置に固定しないため、乳幼児の脳機能が容易に計測可能となった。ここでは、細胞の代謝等の知見が利用されると同時に、中枢神経系の発達が解明されつつある。また、ヒト幼児やヒト以外の霊長類、さらには他の哺乳類の比較認知も行われている。これはヒトの発達のみでなく、ヒト固有の精神機能の分離・抽出が試みられている。これは進化や遺伝、種分化の領域と発達研究の双方の学術的発展を支えている。また循環器系に位置付けられる血液も重要な研究材料である。出産時の臍帯から血液を得る。そこから環境由来の有害物質の含有量を測定する。それら物質は海洋生物の摂食で母体内に蓄積している。各物質と乳幼児の知能やパーソナリティ等の追跡調査を行う。そして精神機能の発達に影響する物質の特定を行う。この種の研究は、国内外で広く普及しており、重要な研究テーマとなっている。

ヒトや生物の生態学

生物学の中で、生態学も重要な意義を持つ。生態学とは、生物と生物、生物と環境の関係を究明する学問である。心理学に生態学を導入した稀有な成果は、Gibson, J. J.による『The ecological approach to visual perception(生態学的視覚論)(1979/1985)』であろう。この書では生物と環境の相互依存が論じられている。中核概念「affordance(アフォーダンス)」とは、与える・提供する・産出するといった意味の「afford」からGibson, J. J.が作った造語である(Gibson, Adolph & Wppler, 1999/2012)。環境には生物が利用可能な資源が存在している。それらは生物側が有効利用するか否かに関わらず現存する。それらが利用されるには、生物側の特性が必須となる。つまり、環境に存在する資源を利用する能力を有していなければならない。具体的には生物の身体メカニズム、即ち利用するための仕組みが必要である。生物によって身体の機構や組織は異なる。ただ、それぞれの生物は、自らにとって価値有る情報を知覚して、それを有効利用して生きる。適応するため自らの行為を制御したり、環境を整理したりする。但し、その価値有る情報は、生物の内部に存在するものではない。生物を包囲している外部・状況にある。

例えばヒトの場合、次のようなことが当てはまる。登山中に遭難したとする。我々が装備する視知覚の能力であれば、切り株を知覚して、その年輪を認識できる。それによって方位を知ることができる。資源は利用されるか否かに関係無く状況に存在する。身体の機構や組織、仕組みによって、それを有効利用できる場合がある。また時には学習や知識も関係する。年輪の特性を知識として学習していることも必要である。また、この内部と状況や周辺という区分にも哲学的命題が含有されている。例えば、ヒトが眼前の木の実を割りたいと考えたとする。その周辺に手ごろな石がある。それを使用して木の実を叩き割った。無論、環境に有る資源を知覚してそれを利用したのである。但しそれだけに留まらない。石を使う前、石は外部環境の一部である。ところが、石を持って使った時、それは身体部位の一部となる。つまり外部ではなく身体の延長になる。このように内部と外部は容易に区分できなくなる。ここでも行為を適応的に制御したり、環境を制御したりする機能が両立している。これが生物と環境の相互依存である。

Gibson, J. J.の同書が学界に与えた影響を知るため、データベース検索を行った。データベースはWeb of Science Core Collectionである(2021年3月14日時点)。Web of Scienceは1990年以降の文献がデータベース化されている。よって1979年から1989年迄の被引用論文等は検索できない。検索の結果を見ると、1990年以降の引用回数等が分かった(Table 1)。引用数の推移をみると、2007年以降に頻度が高くなっている。1990年から2021年の間で、2,289回である。なお、2020年は535回であり2021年は103回である。勿論、2021年は参考程度でしかない。Table1を参照すると、1990年代に少しずつ引用数が増加し、2000年代の後半に引用数がほぼ倍増した。2010年代では初期100回程であった時期と比較するとほぼ5倍の引用数となっている。

Table 1 「The ecological approach to visual perception」の年別引用数

年	1990	1991	1992	1993	1994	1995	1996	1997	1998	1999
回数	103	97	130	121	121	134	112	120	126	161
年	2000	2001	2002	2003	2004	2005	2006	2007	2008	2009
回数	155	186	146	155	154	181	169	235	259	333
年	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019
回数	291	305	361	369	368	399	395	427	441	494

引用数の推移を見れば、本格的に評価されて引用されるには、一定の時間が必要であったことがわかる。Gibson, J. J.は従来の見解に対して極めて独創的な見地から生態学の議論を行った。そして「Affordance(アフォーダンス)」の概念を提唱した。新刊の書籍や新しい論文は、興味深く拝読されるが、その議論が引き継がれるとは限らない。新しい論文はそのまま埋没していくケースが枚挙に暇がない。Gibson, J. J.の研究は、現在も論議が続くような優れた論考であったと考えられる。無論、批判や新しい見解の提案も含まれているかも知れない。しかしながら、そのような議論も含めて、以前として彼の見解は議論が進行中である。一時的に消費されるような研究知見ではない。

Gibson, J. J.以前にも、生態学の知見を取り入れた議論はあった。Lewin, K.は環境に関する理論を展開した(Lewin, 1936)。彼が提唱した場理論によれば、Personality(パーソナリティ)と Environment(環境)の関数によって Behavior(行動)が決まる。それを数式にした。そして Environmentは Personの主観とし、生活空間と呼んだ。後に新しく生態学を取り入れた環境論が報告される。それは Bronfenbrenner, U.による4つの環境システムである(Bronfenbrenner, 1979/1996)。家庭や学校等、直接的な範囲のマイクロ・システム、仲間グループや学校制度のようなより大きなメゾ・システム、マスメディアや経済といった外部のより大きなエクソ・システム、文化や信仰といった比較的間接的なマクロ・システムである。このような複数のシステムによって、人間の生活は多重の影響を受けるといった見解である。このように Lewin, K.も Bronfenbrenner, U.も自らの環境論を理論化した。Bronfenbrenner, U.は現在も発達心理学でしばしば紹介される。しかしながら Lewin, K.と Bronfenbrenner, U.はあくまで人間の環境のみ論じた。その点では、人間中心主義の立場にあったと言える。現在人間を生物学上のホモサピエンスと捉えて、近隣の動物種と社会的知性等を比較する発達研究が実り多い成果を挙げている。このような研究を踏まえると、人間ではなく、生物の一種としてヒトと捉え、他の生物種と比較することも学術的に有意義である。このため、生物全体に適用可能な Gibson, J. J.の理論は現在も広範かつラディカルな影響を有すると推測される。

生態と感覚器

Lewin, K.と同時期, 自然科学等に革新をもたらす名著が発刊された。Uexküll, J.V.による『Streifzüge durch die Umwelten von Tieren und Menschen(生物から見た世界)』である(Uexküll & Kriszat, 1934 / 1973)。内容は生態学の立場から環境に対して行った論議である。Uexküll, J.V.は, 諸々の生物にとって環境は同等ではないと論じた。物理的環境は単一であり同一である。そして時空は一つである。しかしながら, 生物は世界の認識の仕方がそれぞれ異なっていると提唱した。つまり, 世界は一つでもそこから何を見出すかは, 生物によって異なっている。また, 世界から何を見出すかは, 生物の身体や感覚器に依存する。そこで物理的環境と各々の生物にとっての特殊な環境を区別するため, 後者を環世界(umwelt)と呼んだ。

生物は単に外部刺激に反応しているものではない。その生物が備えている身体や感覚器官を通して, 世界を知覚する(知覚世界)。その生物が行う作用が影響をもたらす(作用世界)。そして知覚世界と作用世界が統一されて環世界が作り出される。よってそれぞれの生物の身体や感覚器, 世界に及ぼす作用が異なれば, 環世界も異なる。これが理論の大綱の一つである。Fig 1 に機能環のモデル図を示した。左周りに回転しながら, 生物主体が世界(知覚世界)を知覚器で捉えて, 作用器で世界(作用世界)に働きかける。右側の客体は無数から成り立つ。主体はその個体である。このように主体と客体は機能環で結ばれている。そしてより複雑なシステムを持った生物は, 豊かな機能環を持っている。なお, 回転は一回で終了するとは限らない。個々の生物によって, 標識を変容させながら複数回転する場合もある。

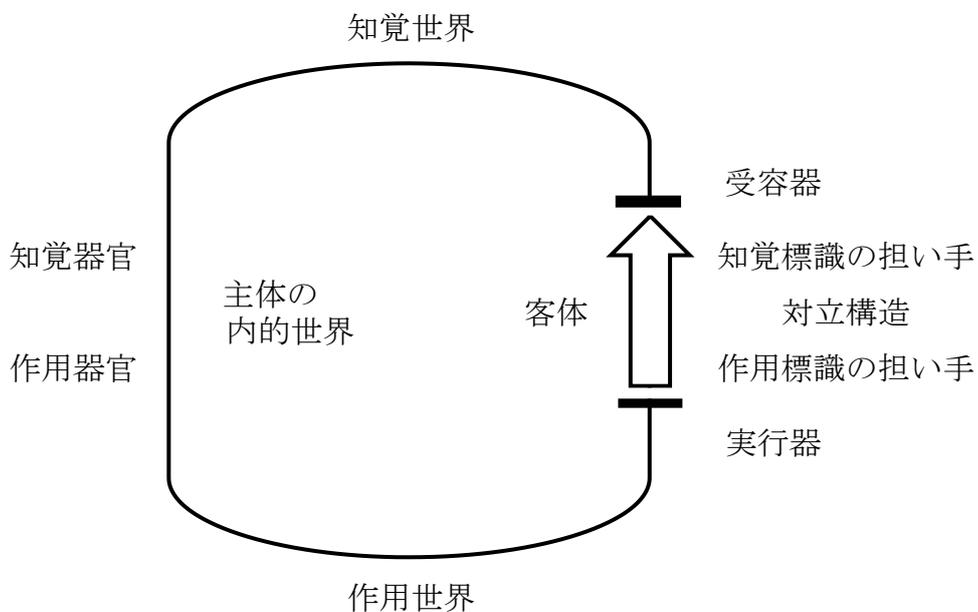


Fig 1 Uexküll, J. V. の機能環

卑近な例として、ある種のダニの環世界を取り上げる。Fig 1の左の主体はダニ、右の客体をイヌとする。ダニは木の枝に捕まって、哺乳動物を待っている。まず、右の客体からスタートする。イヌの皮膚から出た匂いの刺激が、嗅覚標識としてダニに受容され(受容器)、それを知覚する(知覚器)。そして、ダニは枝から足を離し(作用器官)、イヌの上に落ちる。ダニはイヌの毛から衝撃を受ける(作用標識)。これによって嗅覚標識が消滅して、触覚標識が誘発される。この時、作用標識が知覚標識になる。また、知覚標識が触覚標識に変換されると、触覚を受容・知覚した後、動き回るという作用が新たに生起する。そして毛の根元の皮膚に達すると、触覚標識が消滅して、温度標識が誘発される。温度を受容・知覚すると皮膚から血を吸うという作用が生じる。このように、身体と感覚器官を通して、ダニの機能環が成立する。機能環を形成しながら、ダニは固有の環世界の中で生存していく。勿論、環世界はダニに限定するものではない。Uexküll, J.V.の卓越した見識は、あらゆる生物に固有の環世界が存在することを主張した。このような見解は、アフォーダンスを提唱した Gibson, J. J.と共通する。生物の身体や組織は、環境と特殊な関係を作っている。環境から何を不得て利用するかは、生物の身体と感覚器が要所となる。この認識を指摘したのが Uexküll, J.V.である。同種の視点でアフォーダンスという概念を導入し、多量な実験から強固な理論を提唱したのが Gibson, J. J.である。

ヒトの感覚器

以上のように、身体と具有する感覚器によって、環境から得る情報が異なってくる。そこで感覚器について議論を進める。まずヒトの感覚器である。ヒトは五感(five sense)を持つとされている。具体的には視覚・聴覚・皮膚感覚・嗅覚・味覚である。内蔵感覚や平衡感覚を加える場合もある。ヒトは視覚を主な情報源とするため視覚動物に属する。以下、ヒトの五感について、久野・安藤・杉原・秋田(2017)に基づいて概説する。

視覚 視覚動物のヒトは極めて複雑な視覚器を持つ。まず眼球は強膜と呼ばれる白い膜で覆われている。これに覆われていない部分は、角膜・瞳孔・水晶体といった可視光の入り口となる。水晶体の後は硝子体や網膜となる。水晶体や硝子体が混濁しなければ、可視光が光の感覚を起こす。可視光とは、外界の電磁波の中で、害なく捉えることができる範囲の光である。光は色付いておらず、特定の波長を捉えた時、脳が色を感じる。角膜から入った可視光は網膜上で一点に集約する。網膜は極めて複雑な層構造を成す。約10層程度から成り立っている。その上で、錐体細胞・杆体細胞・水平細胞・双極細胞等、約8種類の細胞がネットワークを作り、層の中で連なっている。最後の視細胞に辿り着くと、電気信号に変換される。外側膝状体を経由して、第一次視覚野に到達する。そこから脳の様々な部分に繋がっていく。また、後頭葉全体を使って、視覚から得た情報の綿密な分析が行われる。脳は、前頭葉・側頭葉・頭頂葉・後頭葉に区分される。脳には多くの溝があるが、これを全て伸ばすと新聞紙一枚程度の面積となる。後頭葉の全体を視覚情報の

分析に使うことから、他の感覚と比較にならない程、多くの資源を使用していることになる。後頭葉の面積から、ヒトが視覚に依存していることが推測される。

聴覚 ここでは空気中における聴覚を前提とする。音は空気の振動となる。それは波動となって、空気密集の波(wave)を起こす。この空気の波が音を伝える。音は外耳道のみでなく、骨を通して骨導(born)としても伝わる。ここでは外耳道(air)のみ取り上げる。空気の密度変化は外耳道を通過する。そして鼓膜を振動させる。それは内耳に伝わることになるが、鼓膜と内耳を媒介する中耳は極めてユニークである。この部位は、進化の過程でエラ呼吸を止めたことで出来た空洞と不必要になった骨の残骸で作られた。中耳では、耳小骨と呼ばれる3つの骨が、テコ作用と面積比を使って鼓膜の振動を増幅する。内耳は液体に満たされている。液体は空気と比べて極めて音の伝達効率が悪い。そこで中耳において、鼓膜の機械振動をテコ作用で増幅する。さらに、広い鼓膜面積からエネルギーを受け取って、狭い内耳の接地面積にエネルギーを一点集中させる。これらによって、液体の内耳に電気信号として音が伝わる。その後、内耳の蝸牛で周波数が弁別される。内側膝状体を經由して、第一次聴覚野に到達する。なお、内耳の半規管は、平衡感覚を司っている。平衡感覚は重力を有する地球に住む上で重要である。音は物理的特性があり、1秒間の振動数を単位とした周波数は高さを規定する。音のパワーの単位はデシベルとなる。周波数とデシベルからも各生物の知覚可能な範囲が測定される。高さと同じでも、ヒトの声や楽器等の種類によって聞こえ方が異なる。これは音色と呼ばれ、音響分析器等によって波形を知ると違いがわかる。一般に自然界に存在する音の波形は複雑な構成である。

皮膚 皮膚は多様な役割を果たしている。よって皮膚は感覚器のみではない。皮膚は臓器とも称され、成人の表面積の1.6m²もの表面積を持ち、体重の約16%を占める。よって人体最大の臓器とも言える。皮膚の役割は、まず身体の表面を覆って保護することである。また、神経終末装置としての役割も果たしている。皮膚の機能としては、物理的保護のみではなく、触圧感覚・温度覚・痛覚等、体制感覚の受容器が高密度に分布している。常に外界を監視して、有害な刺激があれば、中枢神経に伝達する。体温調節も行う。外気と接触する面積が広いため、体温調節に果たす役割は大きい。皮膚の温度受容器は、自律神経、内分泌系、体性神経が総合的に働くように信号を送る。さらに、免疫機能も備えている。細菌やウイルスは健康な皮膚には侵入しにくい。このように様々な役割を果たしているため、皮膚は表皮・真皮・皮下組織といった層構造から成り、それらの中に多様な腺や部位が含まれている。

嗅覚 嗅覚は味覚と関連する。風邪等で鼻腔が詰まると、味覚も通常と異なる。嗅覚は他の感覚と比較して原始的な感覚とされている。一般に感覚は、光、音、圧力、温度といった物理刺激によって興奮する。ところが嗅覚は、外敵から身を守り、餌を探す生命維持の感覚である。進化上、最も早く発達した化学受容器である。刺激によって膜電位の変化を引き起こす。その振幅、頻度、持続時間等が中枢神経系に伝達される。そして刺激の

種類や大きさ、危険度等の分析が為される。匂いの分子は嗅球で受容され、嗅神経を媒介して嗅覚野に伝わる。その他にも、海馬・扁桃体・大脳辺縁系・眼窩前頭野にも伝わる。眼窩前頭野では嗅覚情報のパターンが識別される。これによって記憶されているパターンと照合して危険から生命を守ることが可能となる。

味 覚 味覚も食物の摂取前に毒等を見分けるため、進化の過程で早期に成立した。味覚は味蕾によって受容する。味蕾は固有の働きをする。味刺激の入り口は味孔であり味蕾の先端のような形状をしている。その下部に基底神経がある。味孔から刺激が入ると、伝達物質が放出されると同時に、神経終末を経由して中枢に伝達も行われる。舌表面の部位によって味蕾の密度は異なる。そして5種類の基本味に応答する。具体的には塩味(salty)、旨味(umami)、甘味(sweet)、酸味(sour)、苦味(bitter)である。塩味・旨味・甘味は有害ではないが、酸味と苦味は有害と識別される。味覚は視床 VPM 核を経由して、一次味覚野に伝達される。なお、辛味は痛覚受容器で受容される。

先般のダニと比較すると、ヒトは複雑なシステムを持ち合わせている。よって極めて豊かな機能環を有する。Gibson, J. J.の論ならば、様々な感覚器を備えたヒトは、環境内の価値有る資源を巧みに利用する。しかも状況に合わせて、五感を選択的に使用し、環境と特殊な相互依存を築いている。一方、ヒトの進化の前段階に相当する大型類人猿はヒトと認知も五感も複雑な違いはない (Tomasello. 1999/2006)。そこで次に、ヒト以外の大型類人猿やそれを凌駕した進化のタイムスケジュールから、感覚器の原基を見てみる。

生物の進化

発達心理学で精彩を放っている研究群の一つに、ソビエト心理学、特に Vygotsky, L. S. の見地に立脚した論議がある(e.g., Tomasello. 1999/2006 ; Tomasello, 2019)。多くの発達研究は自認の程度が異なっても多少の影響を受けている。Vygotskian fashion と呼ばれる思索方法、及び研究方法は、系統発生(Phylogenetically)、歴史(Historically)、個体発生(Ontogenetically)といった3つの側面からヒトの精神機能の解明に取り組む。系統発生は進化である。実験でよく比較されるのは、ヒト幼児と大型霊長類である。この他にも霊長類以外の哺乳類の認知・社会的知性の比較がなされる。例えばイヌである。イヌは視覚が弱く嗅覚が優れているため、典型的な嗅覚動物である。これらの他個体認知や社会的知性の比較から得た知見とその機能をヒト幼児がどのように発達させていくかが議論の対象となる。また、ヒトは生まれ落ちた社会に、既に文化的所産が溢れている。文化とその歴史を通じた発達も研究対象となる。最後に個体発生である。これは現前の乳幼児の発達を直接検分する。ここでは感覚器の系統発生についても論じる。感覚器は視覚と嗅覚とする。それは現在、上記の研究群から、嗅覚動物であるイヌが、大型霊長やヒト幼児の類似の精神機能を身に着けている可能性が議論されている(e.g., 水口・徳井, 2021)。そこで生物の主要な臓器等の進化について掘り下げてから、視覚と嗅覚の進化を論じる。

Table 2 地質学による古生代の区分(Lloyd, 2008 / 2012)

4億8800万年前	カンブリア紀	殻, 骨, 歯の発達
4億4300万年前	オルドビス紀	脊椎動物の登場
4億1600万年前	シルル紀	ミミズに似た原始的生物が陸に移住
3億5900万年前	デボン紀	骨の有る魚, 四肢動物
2億9900万年前	石炭紀	両生類, 爬虫類, 森林, 飛翔昆虫
	ペルム紀	哺乳類に似た爬虫類, パンゲアの形成

生物の形態と機能の進化は、古生代に遡る(Benton, M. J. et al. 2019 / 2020; Lloyd, 2008 / 2012)。古生代は、5億4200万年前から2億5200万年前である(Table 2)。生物の身体構造や進化は、水棲から陸棲になったという一点によって概ね説明できる。それは生物学の部分で紹介した『Campbell Biology, 11th ed.』の第四部に含まれる陸上進出である。呼吸器系は、無脊椎動物の場合、呼吸専用の器官を持たなかった。このため、皮膚呼吸を行っていた。鰓(エラ)を生成した生物は、鰓から水中の溶在酸素を得た。雨季と乾季を繰り返す、常に水中に居られなくなったデボン紀は、両生類を生んだ。一時的に陸に出るため、鰓の一部を体内に入れて肺とした。消化器系も陸棲進出と関連がある。石炭紀の陸棲動物は、動物より容易に得られる植物を食べ始めた。ところが肉と比べて、植物は消化が悪かった。そこで、反芻動物が誕生したり、胃の中に砂や石を入れたりした生物が出現した。砂や石は植物をすり潰し、消化を助ける上で効果的であった。また一部の生物は体内に微生物を取り入れた。微生物自身は安住の地を得ることとなった。一方、微生物を体内に入れた生物は、植物等の分解の支援を受けた。免疫系も同じく陸棲に由来する。水棲であった頃、ウイルスや細菌の恐れはなかった。ところが陸棲になって、空気中のウイルスや細菌と戦う必要が生じて免疫系を身に着けた。カンブリア紀後期、筋骨格系を持ち始めた。脊椎動物は体を支える背骨のみではない。脳や眼、臭覚器や内耳を含む臓器を守る頭蓋を手に入れた。神経が心臓を制御するようになった。これは陸棲になっても役立った。デボン紀後期から四足歩行の脊椎動物が陸棲になった。そして骨格と筋の進化により、ヒトのような二足歩行まで出現するようになった。このように、生物の身体の進化は、水棲動物から陸棲動物に変化したことに深く関係する。

ここにも Uexküll, J.V.が指摘したような機能環はある。生物は身体の構造と機能を進化

させていった。それは生物の多様性をもたらした。それぞれの生物は、自らの身体と備わった感覚器を用いて、環世界の中でその生物固有の機能環をサイクルさせて生命を維持した。単細胞から多細胞迄、様々な生物がおり、システムの複雑さは多岐に亘る。彼らは機能環が成立しなければ、滅亡した。そこに数千万年単位の環境変化の中で、身体に突然変異が見られた。高いストレス下では突然変異や遺伝子の変異が起きやすい。それが変化した環境に適した変異の場合、淘汰されずに子孫を残した。環境に適した変異とならなかった場合、その生物は淘汰された。変異して生き延びた生物は、新しい機能環によって生命維持を続けた。

視覚と嗅覚の進化

このように、生物の身体は環境変化に伴って進化した。それは感覚器も同様である。Uexküll, J.Vも Gibson, J. J.も環境、或いは環世界から必要な、或いは利用可能な情報を得るためには、それに特化した感覚器が必要と論じている。既に述べたように、生物は視覚動物と嗅覚動物に区分できる。ヒトやヒト以外の霊長類は視覚動物である。一方、嗅覚動物の代表はイヌである。水口・徳井 (2021)で指摘したように、従来ヒト固有の社会的知性とその発達を分析するため、ヒト幼児の発達とチンパンジー、ボノボ、ゴリラ、オランウータン等の大型類人猿の知見が比較されてきた。その中で、ヒト以外の霊長類は、自己以外の2個体の関係を理解できることが明らかになっている。近年、イヌを対象とした実験から、同種の能力が飼いイヌ(domestic dog)に備わっている可能性が指摘されるようになった。そこで、視覚と嗅覚の起源を検分する。

まず、古生物学と進化を専門とする Benton, M. J.の見解である(Benton, M. J. et al.; 2019 / 2020)。カンブリア紀の海生無脊椎動物の中には、光をほぼ感じない生物もいた。触覚のような管を露出して、それに触れた相手を捕獲していた。一方、オパビニアと呼ばれる節足動物は、5つの眼を持っていた。さながら飛び出たボタンのような形態の眼が、5つ生えているような状態である。カンブリア紀最大の捕食動物であったアノマロカリスもオパビニアと同種の眼を持っていた。カンブリア紀の終わり頃、脊椎動物が現れる。背骨で内臓を守り、脳・眼・嗅覚器・内耳を包み込む頭蓋を持つ。現在の魚と類似した構造を持った脊椎動物は、視覚器も嗅覚器も備えていたことがわかる。

Parker, A. (2003/2006)によれば、光受容器が本格化していることが眼となる条件である。クラゲには重力、触覚、化学物質、圧力、温度、光感知をする受容器が備わっている。しかしながら、無脊椎動物のクラゲは光を感知するのではなく、光を遮るために受容器を進化させてきた。このため本格的な光受容器ではない。一方、カンブリア紀に見られた節足動物のボタン状の眼は、確かに眼の機能を有していた。これはエビやカニのような甲殻類と同じ眼であり、身体から離れて付いている。一方、同じ節足動物の三葉虫は、複眼を装備していた。後に陸棲の昆虫等にも見られる複眼は、光の像の結び方から対象の動きを

捉えることに長けていた。無脊椎動物の場合、このような変化を遂げた。そしてそれらの起源は表皮であった。誤解を恐れずに言えば、神経が通っている皮膚が進化のプロセスで視覚器に近い機能を果し出したのだろう。ところが脊椎動物は、中枢神経系が成り立つ発生の過程で、視覚器が作り出される。表皮ではなく、中枢神経に由来する。つまり脳が出来上がる過程で視覚器も同じリソースから生成される。そして水棲から陸棲になる時、空气中で眼を乾燥させない機構等も出来ていった。

Benton, M. J.の見解に戻ると、水中でも嗅覚が発揮されていたことがわかる。また、魚類の嗅上皮には3種類の嗅細胞が混在している(佐藤, 2005)。例えば、サケは母川水中のアミノ酸組成を嗅ぎ分けることが明らかにされている(Shoji, et al., 2000)。しかしながら、各嗅細胞とそれらが受容する匂い物質の対応は十分に分かっていない。嗅覚器は進化の過程で口腔と繋がっていく。これはヒトの嗅覚が味覚と関連する所以である。陸棲になってからは、原始的な感覚器として嗅覚は、その振幅、頻度、持続時間等が中枢神経系に伝達される。そして、刺激の種類や大きさ、危険度等を記憶に基づき判断する。同時に、海馬・扁桃体・大脳辺縁系・眼窩前頭野・眼窩前頭野等、多方面に匂い情報が伝わっていく。また、イヌを含めた嗅覚動物は、において縄張りを作り、他個体の種や性、年齢等を判断する(宮崎, 2016)。敵であれば回避、同種の異性で繁殖期であれば、探して子孫を残す。種の存続において匂いは不可欠となる。ただ、嗅覚については匂いの分子構造のような化学の知見以外、匂いや香りが及ぼす効果・効能に関する漠然とした研究が多い。新村(2018)も、視覚器や聴覚器と比較し、嗅覚器やその進化は未だ不明な点が多いと指摘している。よって、視覚器と比較すると嗅覚器は、今後本格的な研究がより多く蓄積されていく必要がある。

視覚も嗅覚も長い進化の時間を経て現在に至っている。少なくとも4億8800万年前から双方の原基が備わっていた。水棲の脊椎動物が誕生した時期から視覚と嗅覚は存在していた。視覚器については多様な形態に分岐していった。但し、ヒトやヒト以外の霊長類については、視覚器の位置や視覚野に至る経路に大きな違いはない。ヒトとヒト以外の霊長類の違いは、主に前頭前野の大きさと機能にある。よって第一次視覚野に至った後、緻密で多角的な分析を行う点では近似している。一方、嗅覚器は脳の幾つかの部位に情報が伝達される。分析後に決定的な判断を行うが、視覚と比べると嗅覚情報は緻密な分析はなされていないだろう。それは、嗅覚野と視覚野の面積からも推測される。ただいずれにしても、環世界において双壁を為す感覚器であると考えられる。

他個体認知について

コミュニケーションの起源を身振りとする説がある(Tomasello, 2008 /2013)。系統発生的に、ヒトに進化する前段階の大型類人猿とヒト幼児の発達から得た知見である。ヒトの聴覚の部分でも既述したが、陸棲の場合は音声は空気密度の変化として伝わる。構音器官

やその構造は遺伝で規定されているため、ヒトと大型霊長類は構音の構造上、異なる部分はある。但し、物理的に離れていても、周囲の同種に音声を伝達することは共に可能である。音声は情動と直結している点は、受け手に注意を向けさせることに適している。しかしながら、音声を発しても、他個体に影響があったかどうか、確認できない。少なくとも視知覚可能な範囲しか、音声を発した影響がわからない。それでは、コミュニケーションの成立条件が満たされない(Clark & Marshall, 1981)。例えば、コミュニケーションの成立条件の一つ、両者が注意を共有し話題に気付くことが不十分となる。これに対して、身振りは直接効果を確認できる。ゴリラの威嚇行為として知られるドラミングを実施したとする。自らの行為に相手が注意を向けたかどうか、そして、それによって表情や仕草に変化があったかどうか視覚的に確認可能である。よって、コミュニケーションの成立条件を踏まえると、その起源は身振りと考えられている。ヒト幼児は生後1年頃から、他者に対して見境の無い協力をする。それは共有と協力の動機に支えられている。そのため、要求しか伝えられない身振りでは不完全である。そのためヒトは、文法の整った言語を造ったと論じられている。この重厚長大な理論は、水口(2020)にまとめてある。詳細はそれを参照されたい。

言語を持たない大型類人猿の場合、他個体認知は視覚である(Tomasello, 2008 /2013)。そして要求以外、コミュニケーションの動機を持たないため、身振り以上の行為を必要としない。あくまでヒト以外の類人猿は視覚に依存していることになる。視覚による機能環を巡らせているだろう。一方、イヌの他個体認知は恐らく嗅覚中心である。嗅覚によって他個体認知を実施して、嗅覚で広義のコミュニケーションを取る。但し、嗅覚を用いて如何にして他個体認知やコミュニケーションを行うのか、その詳細は不明である。またダニの例で挙げたように嗅覚以外の感覚をどの程度、どのように使用しているか不明である。相手が作用を受けて相手に変化が生じたことを了解できなければ、コミュニケーションが成立しない。ヒトとヒト以外の霊長類はコミュニケーションに一致した部分がある。よってその発達も類似した点がある。ところがイヌは不明な点が多い。よって今後、嗅覚動物の特徴や嗅覚の詳細についてさらに探求していく必要がある。

終わりに

かつて Lewin, K.や Bronfenbrenner, U.は生態学を取り入れた。但しそれは人間の環境を説明することが目的であった。人間理解を深めることが心理学の役割であれば、彼らの研究は特段問題がない。しかしながら現在、従来の生態系は瓦解し、環境も危機的状況に直面している。これは人間中心主義の成れの果てとも言えよう。結局、世界や環境は人間だけのために存立していない。本来生物にとって環境は、Uexküll, J.V.の主張通り個々の生物の多彩な環世界である。また、Gibson, J. J.が提唱するように、生物が有効利用する資源は、一義的に決まらない。よって、人間を生物種のヒトと捉えて、他の生物と同じ組

上に載せて論議することは現実的に極めて重要である。またそれは、生物学と近接する発達研究が本領を為す資性を有するだろう。

付記

本研究は科学研究費補助金(No. 17K04348)の助成を受けて行われた。

文献

- Benton, M. J. et al. (2019). *Dinosaurs and prehistoric life* Penguin Random House. (小島郁生 (監修) (2020). 生物の進化 大図鑑 河出書房新社)
- Bronfenbrenner, U. (1978). *The ecology of human development: experiments by nature and design* Cambridge, MA: Harvard University Press (磯貝芳郎・福富 護 (訳) (1996). 人間発達の生態学: 発達心理学への挑戦 川島書店)
- Clark, H. & Marshall, C. R. (1981). *Definite reference and mutual knowledge*. In Joshi, A. K., Webber, B. L., & Sag, I. A. (Eds.) *Elements of discourse understanding* (pp. 10-63) Cambridge University Press.
- Darwin, C. (1859). *On the origin of species* Murray(八杉龍一 (1952). (訳) 種の起源 岩波書店)
- Gibson, J. J. (1979). *The ecological approach to visual perception* Houghton Mifflin(古崎敬・古崎愛子・辻敬一郎・村瀬 旻 (訳) (1985). 生態学的視覚論 サイエンス社
久野みゆき・安藤哲司・杉原 泉・秋田恵一 (2017). 神経系 2 抹消神経系の構造・自律神経機能・感覚系 (坂井建雄・河原克雅 (編) 人体の正常構造と機能 (pp. 653-739) 日本医事新報社)
- Lloyd, C. (2008). *What on earth happened* Bloomsbury Publishing (野中香方子 (訳) (2012). 137億年の物語 宇宙が始まってから今日までの全歴史 文藝春秋)
宮崎雅雄 (2016). 哺乳動物の嗅覚コミュニケーション におい・かおり環境学学会誌 47, 25-33
- 水口 崇 (2020). 保育内容の領域複合の有効性に関する発達研究の援用—Vygotskian fashion のコミュニケーション理論から指導法へ— 信州心理臨床紀要, 19, 161-174.
- 水口 崇・徳井厚子 (2021). 乳幼児期の協力的コミュニケーションの発達—ヒト固有の精神機能とその神経学的基盤— 信州大学教育学部研究論集, 15, 221-236
- 新村芳人 (2018). 嗅覚はどの進化してきたか 岩波書店 東京大学出版会
- 村田孝次 (1992). 発達心理学史 培風館
- Parker, A. (2003). *In the blink of an eye: the cause of the most dynamic event in the history of life* Free Press (渡辺政隆・今西康子 (訳) (2006). 眼の誕生 カンブリア紀大進化の謎を解く 草思社)

- 佐藤幸治 (2005). 魚類におけるにおい受容のメカニズム におい・かおり環境学学会誌, *36*, 150-152
- Shoji, T., Ueda, H., Ohgami, T., Sakamoto, T., Katsuragi, Y., Yamauchi, K., & Kurihara, K. (2000). Amino acids dissolved in stream water as possible home stream odorants for masu salmon *Chemical Senses*, *25*, 533-540
- Tomasello, M. (1999). *The cultural origin of human cognition*. Harvard University Press
(大堀壽夫・中澤恒子・西村義樹・本田 啓 (訳) (2006). 心とことばの起源を探る 文化と認知 勁草書房)
- Tomasello, M. (2008). *Origins of human communication* A Bradford Book. (松井智子・岩田彩志 (訳) (2013). コミュニケーションの起源を探る 勁草書房)
- Tomasello, M. (2019). *Becoming human: a theory of ontogeny* Harvard University Press
- Uexküll, J.V., & Kriszat, G. (1934). *Streifzüge durch die umwelten von tieren und menschen* Springer, Berlin. (日高敏隆・羽田節子 (訳) (1973). 生物から見た世界 新思索社)
- Urry, L. A., Cain, M. L., Wasserman, S. A., Minorsky, P. V., & Reece, J. B. (2017). *Campbell Biology, 11th ed* Pearson Education(池内昌彦・伊藤元己・箸本春樹・道上達男 (監修) (翻訳) (2018). キャンベル生物学 原書 11 版 丸善書房)

<原著>

ネガティブ情動への否定的評価が 自己開示の抵抗感に及ぼす影響

柳内桃代 信州大学大学院教育学研究科
茅野理恵 信州大学学術研究院教育学系

概要

本研究ではネガティブ情動への着目の必要性を示すため、開示抵抗感における対他的要因及び対自的要因の強さによる援助要請行動の特徴を明らかにしたうえで、ネガティブ情動への評価が開示抵抗感に及ぼす影響を検討した。その結果、開示抵抗感において対他的要因が高い場合、関係性に影響を与えにくい、且つ状況を説明しやすい相手を選択する傾向が見られた。更にネガティブ情動を抱く自分への嫌悪感が高い場合、相手からの否定的な印象を予期し、ネガティブ情動の開示を悪いことと捉える可能性が示唆された。

キーワード：情動への評価、ネガティブ情動、開示抵抗感、援助要請

問題と目的

情動は他者や自分自身に対する信号機能としての役割を持ち(Campos, Campos, & Barrett, 1989)、自己開示の一種として捉えられる。日常において情動は「ポジティブ情動」、「ネガティブ情動」といった分類をされ、特にネガティブ情動は他者との関係性を悪化させやすい点から悪い評価をされやすい。また自己開示は相手の都合やその場の空気に合わせた方法が望まれやすく、ネガティブな内容は不適切と捉えられる傾向にあることから(森脇・坂本・丹野, 2002)、相手との仲を良好に保つためにネガティブ情動の表出は抑制されやすい。このような自己開示への抵抗感を遠藤(1994)は開示抵抗感と命名している。

しかし、ネガティブ情動には他者からの支援を引き出す(Malatesta, & Wilson, 1988)、目標を達成するためのエネルギーとして働く(Campos et al., 1989)など様々な役割が存在する。情動の理解は自己と他者の違いへの気づきなどに繋がることから(Ekman, 1975 工藤訳 1987)、自己の抱くネガティブ情動を受容すること、また時に他者へ情動を表出することは心身の健康に重要と言える。またその一方で被開示者の否定的反応により開示者の自信などが低下すること(川西, 2008)、また被開示者の抑うつ傾向が開示された際の被開示者のネガティブ情動に影響することを踏まえ(森脇・坂本・丹野, 2004)、どの場面においても情動表出が最適とは限らず、開示により自分が望む反応が与えられる相手を選択したう

えで行うことも大切である。よって、本研究ではネガティブ情動への開示抵抗感に着目し、開示抵抗感へのアプローチを検討するうえでの更なる一助とすることを目的とする。

本研究では、ネガティブ情動への開示抵抗感に影響する要因として情動への評価(奥村, 2008)を挙げる。ネガティブ情動はポジティブ情動と比べ問題視されやすく、それが生じること自体への否定的評価も存在する。ネガティブ情動を否定的に評価する場合、表出した自分自身への嫌悪感などに繋がり、場面や開示相手に関わらず表出を抑制する可能性がある。自己の情動を十分に認知し言語により表現することは心身の健康に繋がることから(Pennebaker, 1997 余語訳 2000), ネガティブ情動は全ての場面において抑制されるのではなく、自分の情動を表出できる状況を選択したうえで表出することが望ましいと言える。開示抵抗感については様々な先行研究が存在するが、情動そのものに対する評価との関連については未だに述べられていない。よってそれらの関連を示すことで、開示抵抗感に対するアプローチを検討するうえでの更なる一助となると考えられる。

更に開示抵抗感は、「対他的要因」と「対自的要因」への分類でより明らかになるとされる(片山, 1996)。対自的要因は自分自身への影響のみを考慮するのに対し、対他的要因は対人関係への影響を考慮する。この2要因に影響する要因についての研究は複数存在するが(川西, 2008; 遠藤・湯川, 2013), 2要因が与える影響に着目した研究はごくわずかであり(片山, 1996), 分類する意義を深めるためにはもたらず影響を更に検討する必要がある。

また開示抵抗感への効果的なアプローチは、その要因により異なる可能性がある。対他的要因が強い場合対人関係への影響を懸念するため、安心感を持って開示できる親密な他者や私生活に支障をきたさないカウンセラーなどを選択することで開示抵抗感が低下すると考えられる。一方、対自的要因は自分自身が更に傷つくことへの懸念であることから、開示相手に関わらず開示した自分自身に目が向き、開示抵抗感は常に高い可能性がある。このことから、自己開示の結果相手から否定的反応を受けた場合、対他的要因が強いと「この人には開示すべきでない」と感じより適切な相手を選択しようとするが、対自的要因が強いと「情動自体を開示すべきでない」と感じ、自己開示自体を抑えるようになると予測される。よって対自的要因にはより適切な開示相手を勧めるアプローチが、対自的要因には「自己開示は不適切だ」という認知に対するアプローチが効果的と言える。以上の点から、対他的要因と対自的要因の強さによる援助要請傾向の違いを検討することは、開示抵抗感を2要因に分類するための更なる根拠に繋がると言える。

よって本研究の目的は以下の2点である。初めに開示抵抗感における対他的要因と対自的要因の強さによる援助要請行動の特徴を検討する。2点目に、ネガティブ情動として悲しみと怒りを取り上げ、それぞれへの評価が開示抵抗感に及ぼす影響について検討する。そしてその中でもネガティブ情動自体が不適切という評価に着目することで、情動への評価や開示抵抗感に対する今後のアプローチを検討していくうえでの一助とする。

研究 I 自己開示への抵抗感が他者への援助要請に及ぼす影響

目的

開示抵抗感における対自的要因及び対他要因の違いから、援助要請の特徴を比較する。仮説は以下の2つである。まず対他的要因が高い場合、対自的要因が高い場合と比べカウンセラーや医師といった日常の対人関係に影響しない他者への援助要請を行う傾向にあることを仮説1とする。続いて対自的要因が高い場合、対他的要因が高い場合と比べ誰にも相談しない傾向にあることを仮説2とする。

方法

2020年11月から12月にかけて調査を行った。縁故法を用いて調査協力者を募り、質問内容はGoogle formsを用いてインターネット上に公開した。

調査協力者 大学または大学院に所属する学生151名を分析対象とした(男性48名、女性101名、回答しない2名)。対象者の平均年齢は21.72歳($SD = 1.85$)であった。

調査材料

(1)フェイスシート項目 性別、学年、年齢について尋ねた。

(2)開示抵抗感 片山(1996)による「自己開示への否定的効果尺度」を使用した。尺度は13項目から成り、対自的要因・対他的要因のそれぞれを測定する。「あなたが、気分が落ち込んでいる事について他者に開示した場合、以下を生起する可能性はどれくらいありますか」と教示し、5件法で回答を求めた。

(3)援助要請 Wilson et al.(2005)による「General Help-Seeking Questionnaire」(以下、GHSQ)を使用した。尺度では調査者が設定した人物のそれぞれに対し援助要請を行う可能性を尋ねる。本研究では梅垣(2017)を参考に「気分がひどく落ち込んだり強い不安を感じたりした時、以下の人物から助けやアドバイスを求める可能性はどれくらいありますか」と教示し、①恋人、②友人、③親、④親以外の家族、⑤学校のカウンセラー、⑥学校以外の機関にいるカウンセラー、⑦電話相談、⑧医者、⑨先生、⑩誰にも相談しない、の10項目について7件法で尋ねた。

倫理的配慮

本調査は、信州大学教育学部研究委員会による倫理審査及び承認を受けて実施された(管理番号:20-13)。

結果

はじめに、自己開示への否定的効果尺度における「対自的傷つき」と「対他印象の低下」の各下位尺度得点を変数とし、ユークリッド距離の二乗を用いたクラスタ分析(グループ内平均連結法)を行った。その結果4つのクラスタに分かれ、第1クラスタは88名、第2クラスタは26名、第3クラスタは14名、第4クラスタは23名であった。次に各クラスタの特徴を把握するため、クラスタを独立変数、「対自的傷つき」及び「対他印象の低下」の各下位尺度得点を従属変数とした1要因4水準分散分析を行った。表1に各クラスタに

における「対自的傷つき」及び「対他印象の低下」の平均値と標準偏差を示した。

第1クラスタは2因子が共に全体の平均値に近いことから「両平均群」と命名した。第2クラスタは2因子が共に全体の平均値よりも高いことから「両高群」と命名した。第3クラスタは「対他印象の低下」は全体の平均値より低い傾向にあるものの、「対自的傷つき」は全体の平均値より高いことから「対自高群」と命名した。第4クラスタは2因子が共に全体の平均値よりも低いことから「両低群」と命名した。

表1 各クラスタにおける平均点と標準偏差

		平均値(点)	標準偏差
第1クラスタ	対自的傷つき	3.00	0.52
	対他印象の低下	2.54	0.71
第2クラスタ	対自的傷つき	4.28	0.31
	対他印象の低下	3.88	0.47
第3クラスタ	対自的傷つき	4.26	0.27
	対他印象の低下	1.88	0.36
第4クラスタ	対自的傷つき	1.82	0.53
	対他印象の低下	1.12	0.18

続いて各クラスタが GHSQ の各項目に及ぼす影響を検討するため、クラスタを独立変数、GHSQ の各項目を従属変数とした分散分析を行った。その結果、「友人」、「先生」、及び「誰にも相談しない」において効果が有意であった($F(3, 147) = 8.08, MSE = 1.60, p < .001, \eta^2 = .14$; $F(3, 147) = 4.04, MSE = 3.09, p = .009, \eta^2 = .08$; $F(3, 147) = 10.26, MSE = 3.80, p < .001, \eta^2 = .17$)。表2から表4にかけて、「友人」、「先生」、「誰にも相談しない」のそれぞれにおける平均値と標準偏差を示した。

表2 各クラスタにおける「友人」の平均点と標準偏差

	平均値(点)	標準偏差
両平均群	5.91	0.99
両高群	4.69	1.57
対自高群	5.07	1.98
両低群	6.09	1.31

表3 各クラスタにおける「先生」の平均点と標準偏差

	平均値(点)	標準偏差
両平均群	3.76	1.74
両高群	2.69	1.49
対自高群	3.29	2.13
両低群	2.65	1.87

表4 各クラスタにおける「誰にも相談しない」の平均点と標準偏差

	平均値(点)	標準偏差
両平均群	3.64	1.97
両高群	5.73	1.59
対自高群	4.57	2.14
両低群	3.00	2.13

「友人」と「誰にも相談しない」は分散が等質でなかったため、Games-Howellの方法により多重比較を行った。その結果、「友人」では両平均群と両高群、また両高群と両低群の間の平均値の差がそれぞれ有意であった($p = .004$, $d = 1.06$; $p = .008$, $d = 0.96$)。「誰にも相談しない」では両平均群と両高群、また両高群と両低群の間の平均値の差がそれぞれ有意であった($p < .001$, $d = 1.11$; $p < .001$, $d = 1.47$)。

「先生」は分散が等質であったため Hochberg の GT2 の方法により多重比較を行った。その結果、両平均群と両高群、また両平均群と両低群との間の平均値の差がそれぞれ有意であった($p = .042$, $d = 0.63$; $p = .046$, $d = 0.63$)。

考察

研究 I では、開示抵抗感における対自的要因と対他的要因の違いが及ぼす影響を検討するため、それぞれの高さから群分けを行い援助要請行動の特徴を比較した。まず対自的要因及び対他的要因の高さから 4 クラスタが得られた。結果からは対自的要因のみが高い群が見られた一方で、対他的要因のみが高い群は見られなかった。よって対他的要因は対自的要因から独立した因子であるとは限らず、対自的要因の高さが対他的要因を高めている可能性がうかがえ、今後の研究で 2 要因の関連性に更に着目する必要があると言える。

続いて、各クラスタにおける援助要請の特徴を把握するため、一要因分散分析を行った。まず 2 要因の高さがどちらも平均以上である場合、どちらも低い場合と比べ友人に相談す

る傾向にあった。これは開示抵抗感が高い場合に低い場合よりも自己開示が抑制されることを示す妥当な結果だと言える。

次に2要因がどちらも高い場合、どちらも平均以下の場合と比べ誰にも相談しない傾向にあった。GHSQにおいて両高群の平均値は「誰にも相談しない」で最も高い傾向にあった。よって他項目はあくまで「相談するとしたらどれくらいの可能性があるか」を想定して回答され、実際の行動と異なる可能性がある。そして「誰にも相談しない」において最も実際の行動が示され、2要因が共に高い場合誰にもネガティブ情動を相談しない傾向にあると考えられる。

なお「誰にも相談しない」において、有意ではないものの対自高群は両平均群及び両低群より平均値が高い傾向にあった。対自高群は両平均群や両低群よりも対自的要因の平均値が高いことを踏まえると、やはり対自的要因の高さが誰にも相談しない傾向に影響している可能性がうかがえ、今後も更に検討される必要がある。

次に2要因がどちらも平均の場合、どちらも高いまたは低い場合と比べ先生に相談しない傾向にあった。両低群はGHSQにおいて「恋人」や「友人」、また「親」の平均値が高く、「学校外の機関にいるカウンセラー」や「電話相談」の平均値は低い傾向にあった。よって開示抵抗感が低い場合身近な存在である友人や家族に開示し、関わる機会の少ない先生などに開示する機会が減ると考えられる。

また2要因が共に平均の場合、有意ではないものの対自的要因のみが高い場合より平均値が高かった。対他的要因の平均値は両平均群の方が高いものの、対自的要因の平均値は対自高群が高いことも踏まえ、本結果は対他的要因の高さ、及び先生という関係性が影響したと考える。先生は友人や家族と比べ関わる機会が少ない反面、カウンセラーや医者よりも普段の自分の様子を理解した存在でもある。よって対他的要因が高く、また対自的要因も平均的な高さである場合、日常の対人関係に影響を及ぼさず、かつ自分のことを理解した他者を選択すると考えられる。よって、この結果は仮説1を一部支持したと言える。

本研究では、対自的要因が高い場合と対他的要因が高い場合において援助要請の特徴の違いが見られることを仮説とした。まずクラスタ分析において対他的要因のみが高い群は見られなかった。そのため対自的要因が対他的要因に影響することを仮定し考察した結果、仮説1は一部支持され、また仮説2においては支持されなかった。

この結果にはGHSQへの解釈が影響した可能性がある。本研究では対自高群においてGHSQの全項目で差が見られなかったことから、あくまで相談するとしたらという解釈で回答した可能性がある。また、今回は自分自身に援助が必要だと自覚した状態を想定しているが、実際の場面では「現在の自分は他者への援助を必要とする状態だ」と自覚しにくい可能性もある。そのため、対自的要因の特徴は援助要請行動ではなくその前の段階で見られるのかもしれない。よって、今後の研究では対自的要因の特徴を把握する際に使用する尺度を改めて検討する必要があると言える。

研究Ⅱ ネガティブ情動への否定的評価が自己開示の抵抗感に及ぼす影響

目的

怒りと悲しみのそれぞれに対する否定的評価が開示抵抗感に及ぼす影響を検討し、特に対自的要因との関連を検討する。ネガティブ情動を感じる自分自身に対して悪いことだ、罪悪感などの嫌悪感を抱きやすいほど開示抵抗感が高く、特に対自的要因に正の影響を与えることを仮説 1、ネガティブ情動を感じることは必要だという認識が低いほど開示抵抗感が高く、特に対自的要因に正の影響を与えることを仮説 2 とし、それぞれ検討する。

方法

研究Ⅰと同一の調査フォームにて収集した。調査協力者等は研究Ⅰと同様であった。

調査材料

(1)フェイスシート項目 性別、学年、年齢について尋ねた。

(2)ネガティブ情動への評価 ネガティブ情動への評価について測定するため、奥村(2008)による「情動への評価尺度」を使用した。この尺度は「悲しみ」と「怒り」の下位尺度に分けられ、それぞれ 22 項目 6 件法で尋ねた。

(3)開示抵抗感 研究Ⅰと同様に、片山(1996)による「自己開示への否定的効果尺度」を使用した。

倫理的配慮

本調査は、信州大学教育学部研究委員会による倫理審査及び承認を受けて実施された(管理番号：20-13)。

結果

表 5 に、情動への評価尺度における「悲しみ」と「怒り」の各因子の平均点と標準偏差をそれぞれ示した。なお、本研究では各因子の平均得点を下位尺度得点として用いた。

表 5 情動への評価における平均点と標準偏差

		平均値(点)	標準偏差
悲 し み	自己嫌悪	2.51	1.07
	必要性	4.24	0.96
	負担感	3.94	1.00
怒 り	自己嫌悪	3.47	1.11
	必要性	3.51	0.98
	負担感	4.61	0.95

情動への評価と開示抵抗感との関連を検討するため、初めに悲しみにおける「他者懸念」、「必要性」、「負担感」を説明変数、自己開示の否定的効果尺度における「対自的傷つき」、「対他印象の低下」、「無効性」を目的変数とした重回帰分析を行った。

表6に分析の結果を示した。決定係数は、「対自的傷つき」と「対他印象の低下」において1%水準で有意であった($R^2 = .37$, $F(3, 147) = 28.74$, $p < .001$; $R^2 = .36$, $F(3, 147) = 27.71$, $p < .001$)。「無効性」は5%水準で有意であった($R^2 = .15$, $F(3, 147) = 8.64$, $p < .001$)。「対自的傷つき」においては「他者懸念」と「負担感」が1%水準で有意であった。「対他印象の低下」においては「他者懸念」が1%水準で有意、「負担感」が5%水準で有意であった。「無効性」においては「他者懸念」が1%水準で有意であった。

表6 悲しみを説明変数とした重回帰分析

	対自的 傷つき	対他印象 の低下	無効性
他者懸念	.50**	.66**	.30**
必要性	.08	.19*	-.01
負担感	.21**	-.02	.13
決定係数	.37**	.36**	.15**

* $p < .05$ ** $p < .01$

続いて、怒りにおける「他者懸念」、「必要性」、「負担感」を説明変数、自己開示の否定的効果尺度における「対自的傷つき」、「対他印象の低下」、「無効性」を目的変数として重回帰分析を行った。

表7に分析の結果を示した。決定係数は、「対自的傷つき」において1%水準で有意、「対他印象の低下」において1%水準で有意であった($R^2 = .11$, $F(3, 147) = 6.18$, $p < .001$; $R^2 = .18$, $F(3, 147) = 10.80$, $p < .001$)。「無効性」においては有意とならなかった($R^2 = .04$, $F(3, 147) = 2.03$, $p = .113$)。「対自的傷つき」においては、「他者懸念」が5%水準で有意、「負担感」が10%水準で有意であった。「対他印象の低下」においては、「他者懸念」が1%水準で有意、「必要性」が5%水準で有意であった。

表7 怒りを説明変数とした重回帰分析

	対自的 傷つき	対他印象 の低下	無効性
他者懸念	.23*	.44**	.22*
必要性	.09	.20*	.06
負担感	.16 ⁺	.01	-.01
決定係数	.11**	.18**	.04

+ $p < .05$ * $p < .05$ ** $p < .01$

考察

本研究では、ネガティブ情動への評価と開示抵抗感との関連を検討するため、悲しみと怒りに対する評価と開示抵抗感を用いた重回帰分析を行った。

初めに、悲しみを感ずる自分自身を嫌悪するほど、開示抵抗感における対自的要因が高い傾向にあった。この要因として、悲しみを抱く自分自身を不適切だと認識することは、自己開示においても「不適切な情動を開示してしまった自分」に着目しやすく、自分自身への影響を懸念することに繋がったと考えられる。

また、悲しみを感ずる自分自身を嫌悪するほど対他的要因も高い傾向にあった。ネガティブ情動を抱く自分自身を悪いものと捉えた場合、自己開示は「悪い自分の姿をさらす行動」に繋がる。そのため、相手との関係維持を考慮する日本の文化も踏まえ、「相手も自分に対して否定的な印象を抱くのではないか」という懸念が生じやすいと考えられる。悲しみへの評価における他の因子よりも「自己嫌悪」は大きい値を示したことから特に関連が強いと言える。

また、悲しみを感ずる自分自身への嫌悪感が強いほど、相手から無関心な対応を受けることを予期する傾向にあった。この結果も対他的要因と同様に、自分自身が悲しみを悪いものと感じているために、相手も同様に感じ無関心な対応を受けることを想定すると考えられる。以上の結果から、悲しみにおいて仮説1は支持されたと言える。

更に、悲しみを感ずることを必要だと感ずるほど対他的要因が高い傾向にあり、仮説2とは異なる結果となった。この要因として、本研究では「気分が落ち込んでいる事」について自己開示を行う傾向を尋ね、比較的自由に想起される教示であったことが挙げられる。これを踏まえ、悲しみを必要だと感ずっている場合、「気分が落ち込んでいる事」として想起されるのは悲しみを抱いたこと自体への悩みではなく、より問題解決が重視された悩みであり、その問題解決の深刻さから対他的要因が高められた可能性がある。よって、この結果はネガティブ情動の必要性を感ずるかによって悩みの内容や質に違いが見られる可能性を示しており、今後の研究においてより詳細に検討すべきと言えるだろう。

また、悲しみを感ずることに負担感を抱きやすいほど、対自的要因が高い傾向にあった。ネガティブ情動の開示は、自分自身のネガティブ情動を思い出すことに繋がる。ネガティブ情動の開示は様々な利点を持つが、その反面で苦しい状況を思い出し、その情動と向き合わなければならない。そのため、悲しみに対し強い負担感を持つ場合に自分自身に更なる心理的負荷を与える恐れがある。よって今回の結果は、開示により改めて悲しみが喚起されることへの不安が影響したと考えられる。

総合考察

本研究の目的は、第一に開示抵抗感における対自的要因と対他的要因の違いから援助要請の特徴を検討すること、第二にネガティブ情動への否定的評価が開示抵抗感に及ぼす影

響を検討することであった。

研究Ⅰではまず開示抵抗感における対自的要因と対他的要因を基に群分けを行った。その結果、「両平均群」、「両高群」、「対自高群」、「両低群」の4群に分類されたものの、対他的要因のみが高い群は見られなかった。よって対自的要因が対他的要因の高さに影響を与える可能性が示され、今後の研究では2要因の関連を更に検討する必要性が示唆された。

研究Ⅰでは2つの仮説を検証した。まず、対他的要因が高い場合日常での関わりが少ない他者に援助要請を行う傾向にあることを仮説1とした。続いて、対自的要因が高い場合誰にも相談しない傾向にあることを仮説2とした。GHSQを従属変数とした分散分析の結果、「友人」、「先生」、「誰にも相談しない」の3項目で差が見られ、開示抵抗感における援助要請の特徴が3点示唆された。1つめに、2要因がどちらも低い場合、身近な他者に援助要請を行う傾向にあった。2つめに、対他的要因が高い場合、日常での関係に支障をきたさず、なおかつ自分の状況を理解した他者に援助要請を行う傾向にあった。3つめに、2要因がどちらも高い場合に他者への援助要請を行わない傾向にあった。

本研究では対他的要因のみが高い場合の特徴が示唆されたものの、対自的要因のみが高い場合の特徴は示されなかった。よって研究Ⅰにおける仮説は一部において支持され、開示抵抗感を対自的要因と対他的要因に分類する意義を示したと言える。また、誰にも相談しない傾向においても有意差が見られたことを踏まえ、今後は対自的要因についても特徴をより明らかにしつつ、それぞれの要因に対するアプローチを検討する必要があるだろう。

また対他的要因の方が高い場合、関係性に比較的影響を与えない他者を選択したことから、カウンセラーや電話相談等の相談窓口を利用してもらう重要性がうかがえる。しかしGHSQにおけるカウンセラーや電話相談等の平均値から、気分が落ち込んだ際にカウンセラーなどへの相談は検討されにくい傾向にある。よって、今後も更にカウンセリングや電話相談などの様子を伝えより身近に感じてもらうことによって、身近な他者に相談できない際にそれらの機関に繋がりがやすくなるだろう。

続いて研究Ⅱでは、悲しみや怒りを抱くことへの否定的評価が開示抵抗感に影響することを想定した。研究Ⅱにおいては2つの仮説を検証した。まず、ネガティブ情動を抱く自分自身への嫌悪感が高いほど開示抵抗感が高く、特に対自的要因を高めることを仮説1とした。また、ネガティブ情動への必要性を感じにくいほど開示抵抗感が高く、特に対自的要因を高めることを仮説2とした。重回帰分析の結果、悲しみと怒りの両方において対他的要因及び対自的要因との関連が見られ、また悲しみにおいてのみ「無効性」との関連が見られた。この結果から、ネガティブ情動の種類によって開示抵抗感との関連に違いが見られることを示しており、情動に着目した研究を行う際にはポジティブ情動、ネガティブ情動と一括りにせず、より細分化して研究を行う必要性がうかがえる。また、「必要性」と対自的要因については悲しみと怒りのどちらにおいても関連が示されなかったため、仮説は一部において支持されたと言える。しかし「他者懸念」が開示抵抗感の全因子との関連

を示したことを踏まえ、ネガティブ情動の捉え方と開示抵抗感との関連が示されたと言える。よって本研究の結果は、情動への評価に対してより着目する必要性を示したと言える。

近年、学校現場などでの心理教育は重視されつつあり、その機会は今後ますます増えるだろう。本研究の結果は、心理教育を実施するなかで情動への対応方法のみに着目するのではなく、基本的な段階である情動への評価についても取り扱う必要性を示したと言える。よって、今後心理教育を行う際には、情動に対する捉え方にも着目し、「ネガティブ情動は自分を助ける側面も持っており、抱くことは不適切ではない」という認識を広めることが重要となってくるだろう。

また本研究の結果から、悲しみや怒りを抱くことに負担を感じる傾向にあるほど対自的要因が高いことが示された。ネガティブな内容に限らず、時として情動はエネルギーを消耗するものであり、自分自身に更なる負担をかける危険性も孕む。つまり、自己開示は精神的健康に繋がる行為ではあるものの、情動を改めて想起するものと捉えた場合に生じる開示抵抗感自分への負荷を防ぐ一つのサインとも考えられる。よって情動表出に関して心理教育等を行う際は、「情動の表出が適切か否かは個人や場面によって異なるものの、一つの手段として自由に選択して良い」という認識を広めることが重要となってくるだろう。

最後に、本研究の課題を2点挙げる。初めに調査対象者の少なさである。本研究ではGoogle formsを用いて2ヶ月にわたり調査を実施した。その結果151名の回答が得られたものの、群分けには少ないデータ数になり、本研究の信頼性はやや低いと言える。よって、今後は大学生や大学院生以外も対象者とし更にデータ数を増やすことにより、より信頼性の高い結果が得られるだろう。

次に、開示抵抗感における対自的要因の特徴の捉えなおしである。今回、援助要請との関連について比較検討を行ったが、対自的要因のみが高い場合においては他の群との間に有意差が見られなかった。この理由として、本調査ではあくまで援助要請が必要だと自覚した場合を想起させる内容であったことが挙げられ、実際の場面においてまず自分の状態をどのように捉える傾向にあるかは本研究においては不明のままである。今回は対他的要因の特徴のみ傾向が示唆されたため、今後の研究においては対自的要因の特徴により着目し、特に自身の状況への捉え方を検討していくことが必要と言えるだろう。

引用文献

- Campos, J. J., Campos, R. G., & Barrett, K. C. (1989). Emergent themes in the study of emotional development and emotion regulation. *Developmental Psychology, 25*, 394-402.
- Ekman, P., & Friesen, W. V. (1975). *Unmasking the face*. Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice-Hall.
- (エクマン, P. & フリーセン, W. V. 工藤 力(監訳) (1987). 表情分析入門—表情に隠

された意味を探る— 誠信書房)

- 遠藤 寛子・湯川 進太郎(2013). 対人的ネガティブ感情体験の開示と被開示者の反応—女子大学生を対象に— 心理学研究, *84*, 1-9.
- 遠藤 公久(1994). 自己開示における抵抗感の構造に関する検討 筑波大学心理学研究, *16*, 191-197.
- 片山 美由紀(1996). 否定的内容の自己開示への抵抗感と自尊心の関連 心理学研究, *67*, 351-358.
- 川西 千弘(2008). 被開示者の受容・拒絶が開示者に与える心理的影響：開示者・被開示者の親密性と開示者の自尊心を踏まえて 社会心理学研究, *23*, 221-232.
- Malatesta, C. Z., & Wilson, A. (1988). Emotion cognition interaction in personality development: A discrete emotions, functionalist analysis. *British Journal of Social Psychology*, *27*, 91-112.
- 森脇 愛子・坂本 真士・丹野 義彦(2002). 大学生における自己開示方法および被開示者の反応の尺度作成の試み 性格心理学研究, *11*, 12-23.
- 森脇 愛子・坂本 真士・丹野 義彦(2004). 自己開示が被開示者の肯定的・否定的反応に及ぼす影響 健康心理学研究, *17*, 70-78.
- 奥村 弥生(2008). 情動への評価と情動認識困難・言語化困難との関連 教育心理学研究, *56*, 403-413.
- Pennebaker, J. W. (1997). *Opening up: The healing power of expressing emotions*. New York: Guilford Press.
- (ペネベーカー J. W. 余語 真夫(監訳) (2000). オープニングアップ—秘密の告白と心身の健康— 北大路書房)

信州大学総合人文社会科学研究科心理教育相談室 令和2年度業務内容のあらまし

1 心理教育相談室規則・心理教育相談室運営委員会規則

信州大学総合人文社会科学研究科心理教育相談室内規

(趣旨)

第1条 この内規は、信州大学大学院総合人文社会科学研究科規程（令和2年信州大学規程第325号）第5条の規定に基づき、信州大学大学院総合人文社会科学研究科（以下「研究科」という。）に置く心理教育相談室（以下「相談室」という。）に関し必要な事項を定める。

(目的)

第2条 第2条 相談室は、心理臨床に関する高度専門職業人養成のための教育訓練を行うとともに、心理臨床に関する地域からの相談（以下「相談」という。）に応えるため、心理臨床における実践的な教育及び研究の推進に寄与することを目的とする。

(業務)

第3条 相談室は、次の各号に掲げる業務を行う。

- 一 相談に関すること。
- 二 心理臨床及びその周辺領域に係る学術調査・研究並びにその発表と刊行に関すること。
- 三 臨床心理学の実践的活動とそれに基づく理論の体系化に関すること。
- 四 研究科総合人文社会科学専攻心理学分野臨床心理学コース（以下「臨床心理学コース」という。）の臨床心理実習の指導に関すること。
- 五 学校及び地域社会等へのコンサルテーションに関すること。
- 六 その他相談室に必要な業務に関すること。

(組織)

第4条 相談室は、次の各号に掲げる者を置く。

- 一 相談室長
- 二 相談員
- 三 相談研修員
- 四 その他の職員

(運営委員会)

第5条 相談室に、相談室の運営に関する重要事項を審議するため、信州大学大学院総合人文社会科学研究科心理教育相談室運営委員会（以下「運営委員会」という。）を置く。

2 運営委員会に関し必要な事項は、別に定める。

(相談室長)

第6条 相談室長は、相談員の互選により定め、研究科長が委嘱する。

2 相談室長は、相談室の業務を掌理する。

3 相談室長の任期は、1年とする。ただし、再任を妨げない。

4 相談室長に欠員を生じた場合の後任の室長の任期は、前任者の残任期間とする。

(相談員)

第7条 相談員は、次の各号に掲げる者のうち、相談に関する学識及び経験を有する者をもって充てる。

一 研究科総合人文社会科学専攻に所属する専任教員

二 研究科長又は副研究科長が特に必要と認めた者

2 相談員は、運営委員会の推薦に基づき、研究科長が委嘱する。研究科委員会は、研究科長の求めに応じて、審議し、意見を述べることができる。

3 相談員の任期は、2年とする。ただし、再任を妨げない。

(相談研修員)

第8条 相談研修員は、臨床心理学コースに在籍する学生をもって充てる。

2 相談研修員は、相談員の指導を受け、相談員が行う業務の補助をする。

(相談の種類)

第9条 相談室は、第2条の目的を達成するために、次の各号に掲げる相談を行う。

一 初回面接

二 継続面接

三 遊戯療法・行動トレーニング

四 保護者面接

五 家族面接

六 集団面接

七 コンサルテーション

八 心理査定

九 個人スーパーヴィジョン

(相談の実施)

第10条 相談は、研究科の教育研究に支障を生じるおそれがないと認められる場合に限り、行うことができる。ただし、相談室長を含む相談員2名以上の合議に基づき、相談室運営に著しい支障をきたすと判断される場合には、相談を中止することができる。この著しい支障をきたすと判断される場合については別に定める。(相談の申込み)

第11条 相談を申し込もうとする者は、所定の申込書を相談室長に提出し、その承認を得なければならない。

(相談料金)

第12条 前条の承認を得た者は、相談の種類に応じ、信州大学諸料金規程（平成16年信州大学規程第111号）第2条に規定する相談料金を納付しなければならない。

(事務)

第13条 相談室に関する事務は、教育学部事務部において処理する。

(その他)

第14条 この内規に定めるもののほか、相談室に関し必要な事項は、研究科長が別に定める。研究科委員会は、研究科長の求めに応じて、審議し、意見を述べることができる。

附則

1 この規則は、令和2年9月11日から施行し、令和2年4月1日から適用する。

2 この内規施行の際、現に信州大学大学院教育学研究科心理教育相談室内規第4条に規定する相談室長及び相談員である者は、第6条及び第7条の規定にかかわらず、引き続き相談室長及び相談員としてその任期を継続する。

信州大学大学院総合人文社会科学研究科心理教育相談室運営委員会内規

(趣旨)

第1条 この内規は、信州大学大学院総合人文社会科学研究科心理教育相談室内規（令和2年9月10日総合人文社会科学研究科代議員会決定）第5条第2項の規定に基づき、信州大学大学院総合人文社会科学研究科心理教育相談室運営委員会（以下「運営委員会」という。）の組織及び運営に関し必要な事項を定める。

(審議事項)

第2条 運営委員会は、次の各号に掲げる事項を審議する。

- 一 信州大学大学院総合人文社会科学研究科心理教育相談室（以下「相談室」という。）の運営に関すること。
- 二 相談室の事業計画に関すること。
- 三 相談室の予算及び決算に関すること。
- 四 相談料金に関すること。
- 五 その他相談室の運営に関し必要な事項に関すること。

(組織)

第3条 運営委員会は、次の各号に掲げる委員をもって組織する。

- 一 相談室長
- 二 信州大学大学院総合人文社会科学研究科総合人文社会科学専攻に所属する専任教員のうちから選出された者3人
- 三 その他相談室長が必要と認める者若干名

- 2 前項第2号に規定する委員の任期は、2年とする。ただし、再任を妨げない。
- 3 第1項第2号に規定する委員に欠員が生じた場合の後任の委員の任期は、前任者の残任期間とする。

(委員長)

第4条 運営委員会に委員長を置き、相談室長をもって充てる。

- 2 委員長は、運営委員会を招集し、その議長となる。
- 3 委員長に事故があるときは、委員長があらかじめ指名した委員が、その職務を代行する。

(議事)

第5条 運営委員会は、委員の過半数の出席がなければ、議事を開くことができない。

2 運営委員会の議事は、出席委員の過半数をもって決し、可否同数のときは、議長の決するところによる。

(委員以外の者の出席)

第6条 運営委員会が必要と認めたときは、運営委員会に委員以外の者の出席を求め、その意見を聴くことができる。

(庶務)

第7条 運営委員会の庶務は、教育学部事務部において処理する。

(雑則)

第8条 この内規に定めるもののほか、運営委員会の運営に関し必要な事項は、別に定める。

附 則

この内規は、令和2年9月11日から施行し、令和2年4月1日から適用する。

2 令和2年度心理教育相談室構成員

相談員：上村恵津子，奥村真衣子，島田英昭，下山真衣，高橋知音（室長），高橋 史，田中 敏，茅野理恵，永松裕希，水口 崇，宮地弘一郎，三和秀平，向井秀文

相談室研修員：M2 教育学研究科臨床心理学専修大学院生，M1 総合人文社会科学研究科心理学分野臨床心理学コース大学院生

M2：池邑榛香，猪股由衣，小川晴陽，亀山奈生，小林広和，竹内亜梨沙，塚本真帆，宮下 彩，柳内桃代

M1：青木理咲子，赤羽美柚，井下七海，新谷里菜，新村くるみ，西澤明里，林 茜，横澤侑奈

事務：高柳正恵

3 令和2年度心理教育相談室運営委員会構成員

高橋知音（室長）、篠田直子、高橋 史、茅野理恵、水口 崇

4 心理教育相談室の業務

(1) 相談業務

① 外来クライアントに対する相談

相談受付は平日の午前10時30分から午後14時30分まで。受付電話番号は、026-238-4038。面接は月曜日から金曜日（祝祭日を除く）の午前9時から午後17時まで行っている。

② 相談受理および面接展開

次のステップで進める。

- a. 原則として心理教育相談室にて、事務局がクライアントからの電話申し込みにて相談を受けつける。その際「1週間程度で心理教育相談室から返事をする」と応える。
- b. その後、事務局から相談員に受諾またはスーパーバイズの可否を問い合わせる。
- c. スーパーバイズが可の場合、相談室研修員にスーパーバイザーを連絡し、受諾の可否を問い合わせる。相談担当者は直接相談申込者に連絡をし、面接設定を行う。なお相談担当者が相談室研修員（大学院生）の場合は、原則としてインテークは相談室研修員陪席下でスーパーバイザーが行い、次回からどのような形態で相談をするかを面接申込者と話し合い決める。
- d. その結果、相談の形態は次の4つの形態になることが予想される。
 1. 相談員が直接相談を担当する。
 2. 相談室研修員がスーパーバイザーについて相談を担当する。
 3. 相談員と相談室研修員が同時に面接を担当する（例：親子並行面接の場合、相談員が保護者の相談を受け、相談室研修員が子どもの遊戯療法を担当する）
 4. 学部長により相談員として委嘱された上記相談員以外の臨床心理相談に関する学識及び臨床経験を有する者が直接相談を担当する。

③ 相談料金

初回面接・家族面接等が3,000円、継続面接等が2,000円、心理検査が1,000円～3,000円とする。

(2) 教育業務

① 総合人文社会科学部心理学分野臨床心理学コース在籍の大学院生に対する研修

臨床心理士養成ならびに公認心理師養成カリキュラムに沿って、相談研修員（臨床心理学コース在籍の大学院生）に対する教育研修を行う。具体的には、相談研修員は毎月1回程度実施する事例検討会への参加、および個別のスーパービジョンを受けることにより教育研修を深める。

(3) 地域への成果の還元

① 『信州心理臨床紀要』の発行

心理教育相談室の成果を公刊し、他大学心理教育相談室および相談機関に送付する。このとき送付先の大学相談室発行紀要の送付を依頼する。紀要の交換により、他大学相談室および相談機関との交流・連携を図っていく。当面、『信州心理臨床紀要』は年1回とする。そのため編集委員会を設置する。編集委員長のもとで、編集計画、執筆依頼、出版に関する実務、講演の記録・編集〔相談室研修員が担当〕、校正〔執筆者に依頼〕等の業務を進める。編集委員長は心理教育相談室関係教員の互選により決める。当面その任期は2年とする。ただし再任を妨げない。

(4) 広報活動

① 「心理教育相談室」ホームページの運営

以下の URL において運営を行っている。

<http://psychology.shinshu-u.ac.jp/soudan/>

5 連絡先

信州大学総合人文社会科学研究科心理教育相談室

380-8544 長野市西長野 6-1 口

電話：026-238-4038

メール：e-sodan@shinshu-u.ac.jp

URL：http://psychology.shinshu-u.ac.jp/soudan

(文責 高橋知音)

令和2年度心理教育相談室活動報告

信州大学総合人文社会科学研究科心理教育相談室(以下「相談室」)における、令和2年4月1日～令和3年3月31日までの活動の概要について報告する。

I 相談室の歩み

信州大学総合人文社会科学研究科心理教育相談室は、当初教育学部教育相談室として平成12年4月1日に発足した。教育学部の地域サービスの一環として設置されたこともあり、開設当初は教育臨床領域の相談が多かった。

平成14年4月1日、大学院教育学研究科学校教育専攻臨床心理学専修の設置にあわせて、旧教育相談室は大学院教育学研究科心理教育相談室として新しい活動を始めることとなった。学内規程上学部に位置づけられていた心理教育相談室は、同年12月4日に大学院研究科委員会において同年4月1日に遡って正式に大学院実習施設として認定された。これにより、相談活動領域は教育臨床のみならず医療、福祉、産業領域へと広がった。

なお、平成16年度より信州大学大学院教育学研究科学校教育専攻臨床心理学専修は、財団法人日本臨床心理士資格認定協会の指定する第1種大学院と認定され、臨床心理士養成のために特化した大学院となっている。また、平成16年10月には北西校舎を改装した相談室が完成し、施設・設備面の環境が整った。

平成19年1月には相談の有料化が図られた。これに伴い、学部会計係との連携の基、経理面での手続きも整備された。

令和2年4月1日、総合人文社会科学研究科の設置にあわせて、相談室は信州大学総合人文社会科学研究科心理教育相談室となった。

令和3年3月1日現在、心理教育相談室構成員として、専任教員(相談員)は13名、内6名は臨床心理士資格取得者である。相談研修員は、大学院2年生の人数が9名、1年生が8名で、計17名となっている。以上に加え、事務局1名、総計29名で相談業務にあたった。

II 令和2年度の相談活動

① ケース総数

ケース総数は、55件であった(表1)。昨年度と比較すると、新規ケースは増加した。内訳は、カウンセリング・心理療法を中心とする臨床心理面接が35件、親面接を中心とする心理教育相談が20件、心理検査、専門家を対象とする教育指導面接は0件であった。

② 年齢および性別ケース件数

年齢及び性別ケース件数を表 2 に示した。新規ケースでは、40 代以降の女性のケースが多かった。

③ 相談内容の内訳

相談内容の内訳と、ケース件数を表 3 に示した。

相談内容は多岐にわたるが、臨床心理面接では、情緒不安定、家族関係に関わる相談がやや多く見受けられたが、その他が最も多くなった。

③ 延べ面接回数

表 4 に延べ面接回数を示した。昨年度と比較すると、延べ面接回数は 343 回から 366 回と増加した。4 月、5 月は新型コロナウイルス感染症の感染者数増加に伴い閉室したため、相談件数は極端に少なくなった。9 月にも 2 週間の閉室期間があった。

内訳を見てみると、臨床心理面接が 238 回、次いで心理教育相談 94 回であった。月別の面接回数は、10 月、12 月、3 月が多かった。

表1 ケース総数

	臨床心理面接 (カウンセリング・ 心理療法)	心理教育相談 (親面接)	教育指導面接 (専門家へのコンサル テーション)	心理検査 (アセスメント)	計
前年度からの 継続ケース	16	7	0	0	23
今年度からの 新規ケース	19	13	0	0	32
計	35	20	0	0	55

表2 年齢および性別ケース数

	年齢	0~3	4~6	7~12	13~15	16~18	19~22	23~30	31~35	36~40	41~50	51~	計
前年度からの 継続ケース	男				4			1		1	1	3	10
	女							1		1	8	3	13
今年度からの 新規ケース	男		1	1	2			1		1	1		7
	女				2	3		2		2	8	8	25
計		0	1	1	8	3	0	5	0	5	18	14	55

表3 相談内容内訳とそれに対応するケース数

臨床心理面接		心理教育面接		教育指導面接		心理検査	
相談内容	件数	相談内容	件数	相談内容	件数	検査内容	件数
不登校	2	不適応	5	職場での子供への関わり方	0	WISC	0
自己理解	3	盗癖	0	子供の療育	0	WAIS	0
社会不適合	3	不登校	3	その他	0	K-ABC	0
情緒不安定	5	学習上の障害	0			田中ビネー	0
対人関係	4	言語障害	0			性格検査	0
脳外傷・機能障害	0	発達障害	3			その他	0
うつ	2	親子関係	4				
家族関係	5	担任との関わり	0				
発達障害	1	その他	5				
言語障害	0						
その他	10						
計	35	計	20	計	0	計	0

表4 延べ面接回数

R. 2年4月～R. 3年3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
受面接 (インテーク)	0	0	3	4	2	6	2	2	6	0	4	4	33
臨床心理面接 (カウンセリング・心理療法)	1	0	21	22	22	14	26	22	26	25	26	33	238
心理教育面接 (親面接)	0	0	7	10	7	7	15	9	11	7	5	16	94
教育指導面接 (専門家へのコンサルテーション)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
心理検査 (アセスメント)	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
計	2	0	31	36	31	27	43	33	43	32	35	53	366

R. 3年3月末現在

(文責 高橋 知音)

信州大学大学院総合人文社会科学研究科心理教育相談室紀要『信州心理臨床紀要』編集要項

2021年3月5日信州大学大学院総合人文社会科学研究科心理教育相談室運営委員会制定

1. 掲載論文

- (1)『信州心理臨床紀要』は、臨床心理学およびその関連領域に関する論文等（以下「論文」とする。）を掲載する。
- (2)論文は、原則として未公刊のものとするが、編集委員会が特に認めたものはこの限りでない。
- (3)論文は、被験者やクライアントのプライバシーに十分配慮し、日本心理臨床学会倫理基準、日本心理学会倫理規程等に従ったものとする。
- (4)論文の掲載の可否は編集委員会で決定する。
- (5)論文の著作権は著者に帰属する。著者は論文の投稿に際して当該論文を複製する権利（複製権）及び公開する権利（公衆送信権）を編集委員会に許諾したものとする。

2. 投稿資格

- (1)信州大学大学院総合人文社会科学研究科心理教育相談室規則に定める相談員
- (2)その他、編集委員会が特に認めた者

3. 執筆要項

- (1)論文体裁は、心理臨床学研究（日本心理臨床学会）、心理学研究（日本心理学会）等に準拠するものを別に定める。
- (2)論文の分量には特に制限を加えない。
- (3)掲載にあたって著作権者の了承が必要な内容を含む場合、著者の責任で解決しておく。

4. 編集及び発行

- (1)『信州心理臨床紀要』の編集及び発行に関する事項は編集委員会で決定する。
- (2)編集委員会は、信州大学大学院総合人文社会科学研究科心理教育相談室規則に定める相談員5名以上で構成し、互選により編集委員長を選出する。
- (3)発行はインターネット上で行う。
- (4)年1回、6月に発行する。

5. その他

- (1)この要項の変更は、信州大学大学院総合人文社会科学研究科心理教育相談室運営委員会の承認を得るものとする。

編集委員（令和2年度）

島田英昭（編集委員長）

篠田直子 高橋知音 高橋史 茅野理恵 水口崇 三和秀平 向井秀文

信州心理臨床紀要 第20号 ISSN 2436-326X 2021年6月1日発行

編集・発行：信州大学大学院総合人文社会科学研究科心理教育相談室

〒380-8544 長野市西長野6のロ 信州大学教育学部
