

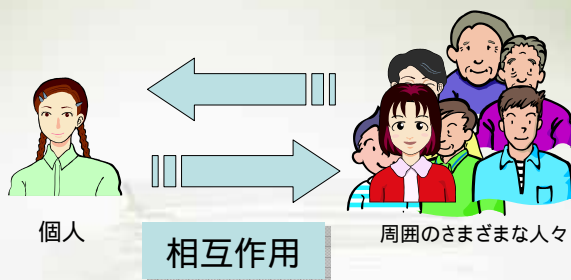
対人心理学I

第1回(2006/4/14)

主題と目標

- 社会心理学の基本的な研究領域, 方法や研究動向を概観し, 主に社会的なかかわりにおける個人(自己)、対人関係の過程を取りあげ, 個人 - 関係 - 社会の相互関連性を理解する
- 個人から, いかに他者との関係に気づき, 社会的行動を展開していくのか, 集団や社会と個人との関係はどのように形成されていくのかについて考え, その主な研究動向, 基本的な理論について理解する

対人行動



さまざまな相互作用のかたち

- 人に伝える ...自己呈示
- 人を好きになる ...対人魅力
- 人を助ける ...援助行動
- 人と争う ...対人葛藤



自己呈示

- 自分がどのような人間であるかを他者に対して示す行動
- 特に, 自分が伝えたい特定の印象を相手に与えるように自分を語る行動
 - cf. ありのままの自分を語る: 自己開示
- どういう意図でなされるのか?
- どのような手がかりが用いられるのか?

対人魅力

- 人が他者に対して抱く好意や嫌悪
- どのような人に魅力を感じるのか?
 - 身体的魅力
 - 近接性
 - 態度の類似性
 - 相補性

援助行動

- 他者に利益をもたらそうという意図をもった自発的な行動
- なぜ人を助けようとするのか?
 - たとえば...互恵性(返報性)規範
- なぜ人を助けようとししないのか?
 - たとえば...傍観者効果

対人葛藤

- 人々の間で利害や意見の対立や不一致が生じること、またそれによって個人の目標達成が妨害されること
- なぜ起こるか?
- どうやって解決するか?

教科書

- 小林裕・飛田操(編著)
- 『教科書』社会心理学』
- 北大路書房
- 社会心理学I・II(吉野先生)と共通

授業の進め方

- 9:00~9:10 大福帳・マークカード配布
 - 大福帳はこの後も入手可、マークカードは不可
- 9:10~9:20 復習テストの実施と解答解説
 - 前回の授業の内容について、5問・選択式の問題を出題・マークカードに解答を記入してすぐに提出 解答解説
 - バスやJR遅延は、よほどの事情(ほとんど全員いない、私も遅れた、等)を除いて考慮しません
- 9:20~10:20 講義
- 10:20~10:30 コメント作成
 - 大福帳に講義の内容の要約と自分自身の感想を記入して提出

大福帳?

- 担当教員と受講生のコミュニケーションツール
- 出欠チェック
 - 出欠は大福帳の提出状況でカウントします
 - つまり、確認テストは0点だが出席はカウントされるというケースはありうる

成績評価

- 期末試験 50%
- 毎回の復習テストの成績 25%
- 大福帳の内容(講義の要約) 15%
- 出席 10%
- 講義時間内に質問紙調査に協力してもらう場合があるかもしれませんが、その際は協力を差上げます(ただし、協力していただけなかった場合に減点されることはなく、上記4要素をすべて満たせば満点ということになります)

来週は...

- 休講です(新入生歓迎行事のため)
- 次回は...
 - 復習テストはありません
 - 大福帳のみ配布します
- 6/9も休講です(学会参加のため)

対人心理学I

第2回(2006/4/28):「ひとに伝える」1

対人コミュニケーションでは

- 受け取る印象によって、その相手への対応が決まる

人物Bが人物Aをどのように「見る」か

- 「対人認知」「印象形成」「帰属」などの研究テーマ

人物Aが人物Bにどのように自分を「見せる」か

- 「自己呈示」「印象操作・管理」などの研究テーマ



自己呈示とは

- 広義の定義
「他者から見られる自分の印象に影響を与えようとする行動」
- 自己呈示「方略」
意図的に自分の印象を作るための「はかりごと」
自己のイメージを「編集」する

自己呈示行動の分類

- 戦術的 - 戦略的
 - 短期的か長期的か
- 防衛的 - 主張的
 - 守りか攻めか

自己呈示の機能

- 報酬の獲得と損失の回避
 - 他者に対する自己の勢力を増したり、低下させないことで、実質的・心理的メリットを得たり、デメリットを回避する
- 自尊心の高揚・維持
 - 他者評価を高めたり、低下させないことで、自尊心を保つ
- アイデンティティの確立
 - 自己の公的イメージ(外面)と自己概念(内面)を一致させる

戦術的・戦略的自己呈示

- 戦術的自己呈示
 - 特定の対人場面において、一時的に取られる自己呈示方略
- 戦略的自己呈示
 - 他者に対する長期的な印象操作を狙った自己呈示方略
- 戦略と戦術の組み合わせ
 - e.g. アロンソンら(1966)

防衛的・主張的自己呈示

- 防衛的自己呈示
 - 「守り」の見せ方
 - 自分が他者から否定的な印象を持たれる可能性のあるとき、否定的な印象をできるだけ減少させ、少しでも肯定的な方向に印象を変えようとする自己呈示方略
- 主張的自己呈示
 - 「攻め」の見せ方
 - 行為者が特定の印象作りをねらって積極的におこなう自己呈示方略

	<戦術的>	<戦略的>
防衛的	弁解 正当化 謝罪(譲歩) 否認 セルフ・ハンディキャッピング 社会志向的行動	アルコール依存 薬物乱用 恐怖症 心気症 精神疾患 学習性無力感
主張的	取り入り 威嚇 示範 哀願 自己宣伝 称賛付与 価値高揚	魅力 尊敬 威信 地位 信憑性 信頼性

戦術的主張的自己呈示

主張的自己呈示

方略	目的	失敗した場合	相手に喚起される感情
取り入り	好感が持てる人	卑屈	好意
自己宣伝	能力がある人	うぬぼれ・不誠実	尊敬
示範	立派な人	偽善者	罪悪感・恥
威嚇	危険な人	うるさい・無能	恐怖
哀願	不幸な人	怠け者	養育・介護

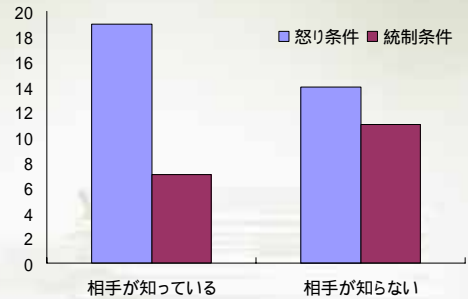
「強さ」の自己呈示:威嚇

- ウォーケルら(1978)の実験
 - 実験参加者
 - 授業料値上げの是非に関する作文を書かせる
 - もう一人の参加者がそのできぐあいを評価する,と教示
 - 実は「もう一人の参加者」はサクラ
 - 実験条件
 - 怒り条件: サクラは作文を酷評する
 - 統制条件: サクラが作文にやや肯定的な評価をする

その後、別の実験と称して...

- 実験参加者がサクラに対していくつかの質問をし、その答が間違っていた場合にはサクラの腕に撒かれた電極を通して電気ショックを与える
- 電気ショックの強さは10段階で、実験参加者は強さを自由に選べるようになっていた
- 実験条件
 - 電気ショックを与えるのが実験参加者だとサクラが「知っている」と教示
 - 電気ショックを与えるのは実験参加者だとサクラが「知らない」と教示

サクラに与えた電気ショックの強さ



威嚇という自己呈示を取りやすい人とは?

- 自己呈示とは...
ある種、肯定的な社会的アイデンティティを形成するための土台作り。好ましいアイデンティティ作りのための活動が容易にできる場所では、それなりの自己呈示方略がとられる(例えば、取り入り、自己宣伝、示範など)
それができないときに、威嚇に訴える?
社会-経済的階層が低い集団でよく見られる
(フェルソン, 1978)

「弱さ」の自己呈示: 哀願

- 世間には「弱い者を助けるべきである」という社会的規範がある
- 相手がこの規範に従って行動してくれると、自分を弱く見せれば、援助の手を差し伸べてくれる可能性がある
- ある意味、社会的勢力基盤を持たない人が用いる「最後の手段」

「哀願」の典型例

- 日常的な場面で、心理的・身体的な「調子の悪さ」を印象づける

今朝は
どうしても1限には
間に合わなかった...

気分が悪かったので
× 寝坊したので



コイン(1967)の研究

- 抑うつ的な人は「(抑うつ)の症状を示すことで、同情や元気づけが与えられるように環境を操作することができることに気がつく」



- 「抑うつ的にふるまう」ことは、哀願的な自己呈示の一形態となりうる
- 「本当に」心理的・身体的問題を抱える場合でも、そこに自己呈示的な側面が含まれる可能性がある

失敗を演出する

- 多くの場合、私たちは他者に対して肯定的な印象を与えようとする
- しかし、そのことによって他者から高い評価を受けると、将来的な自己呈示にとって重荷になる可能性もある



- 巧みな自己呈示
課題の初期段階で「戦略的に」失敗してみせる

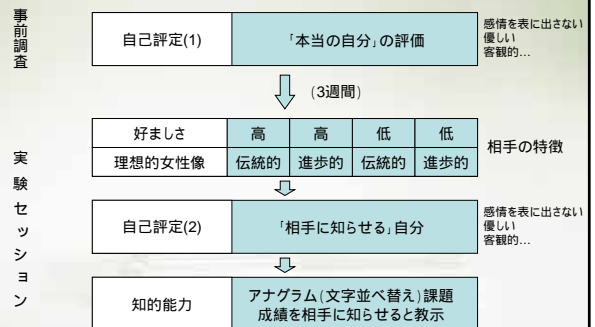
「女らしさ」の自己呈示

- ザンナとバックの実験(1975)
- 実験操作1
 - 女子学生が対面する予定の男性の印象を操作
- 好ましい男性
 - 同じ大学(有名大学)の3年生で、身長183センチ、GFいない、女子学生に会うことに大変興味を持っている、車を持っており、スポーツマン。
- 好ましくない男性
 - 18歳で他大学の1年生、身長162センチ、GFあり、他の女子学生に関心なし、車は持っておらず、特に好きなスポーツはない。

実験操作2

- 刺激人物(男性)の女性観を操作
- 保守的
 - 女性は夫の意見に従うべき
 - 女性は身なりに気をつけるべき
- 進歩的
 - 女性も競争心を持つべき
 - 女性も独立心旺盛であるべき

実験手続き



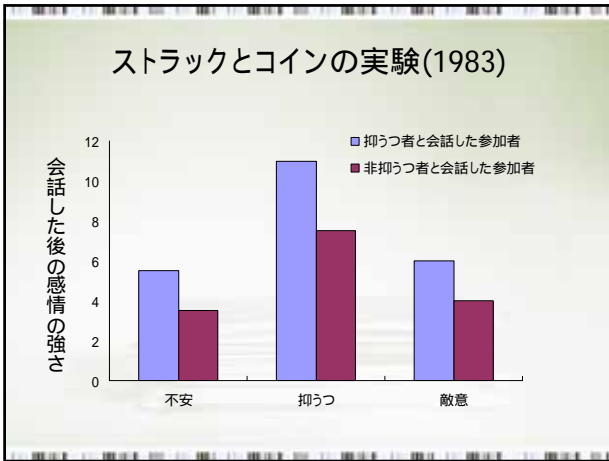
参加女性の自己評定値の変化

男性の好ましさ	男性のもつ女性観	
	進歩的	伝統的
高	5.05	-2.35
低	0.60	0.60

- 数値は「相手に見せる自分」 - 「本当の自分」
- 正の値がより進歩的、負の値がより伝統的方向への変化を示す

哀願という自己呈示の悪影響

- 自分が自分を見る目が変わってしまう可能性
- 他者との対等な人間関係が形成されづらくなる
- 相手から受ける援助と、相手の実際の感情が同じとは限らない



対人心理学I

第3回(2006/5/12):「ひとに伝える」2

	<戦術的>	<戦略的>
防衛的	弁解 正当化 謝罪(譲歩) 否認 セルフ・ハンディキャッピング 社会志向的行動	アルコール依存 薬物乱用 恐怖症 心気症 精神疾患 学習性無力感
主張的	取り入り 威嚇 自己宣伝 示範 哀願 称賛付与 価値高揚	魅力 尊敬 威信 地位 信憑性 信頼性

戦術的防衛的自己呈示

釈明:「守り」の見せ方

- 定義(スコットとライマン,1968)

望ましくない不適切な行為,あるいは期待はずれの行為が生じた場合,その行為と期待との間のギャップを埋め合わせるために,行為者自身がおこなう言明

「説明」よりも狭い概念



企業責任と釈明



セルフ・ハンディキャッピング

自滅的行動の不思議と意味

エピソード1

- 映画を見るとき、2つの席が空いていて、どちらか一方に座るように求められた
 - 一方の席の隣には障害者が座っていた
 - もう一方の席には健常者が座っていた
- ↓
- あなたならどちらの席を選ぶ?



スナイダーらの実験(1979)

- 参加者の多くは障害者の隣を選んだ
- ...なぜ??

「障害者と関わりたくない」という気持ちと同時に、「そういう気持ち = 差別意識を認めたくない」というジレンマを持っていたとすると、このような場面では、本音を隠すために、敢えて障害者の隣に座るという選択をしたと解釈できるのではないかと?

別の場面設定では...

	映画A	映画B
障害者のとなり	/	
健常者のとなり		/

- 選択に「映画の種類」も組み合わせると...
- 大部分の参加者は健常者の隣を選択した

つまり...

- 人間は、自分に有利な(不利にならない)条件があるときには、そうでなければ否定的な印象を与えかねないような行動を実行する
- しかし、「そんなことをすれば失敗する」「そんな選択をしたら成績が悪くなる」というような自滅的な行動を自ら取る人もいる!!

➡ セルフ・ハンディキャッピング

エピソード2

- 会社に新しいコンピュータを導入することになり、明日はその講習会。若い社員たちは楽しみにしていた。
- しかしこの会社のとある課長は、自分がコンピュータを使いこなせるようになるかどうか心配していた
- 結局、この課長は、前日の夜にお酒を飲み過ぎて、当日の講習会の間は二日酔いで頭がガンガン、結局講習の内容はちっとも覚えることができなかった

自滅的な行動の意味

- 課長は講習会を受けてもコンピュータの使い方を習得できなかった 失敗!!その原因は?

コンピュータを扱う能力がない?



前日のお酒のせいで講習会を聞くどころではなく、操作方法が覚えられなかった...

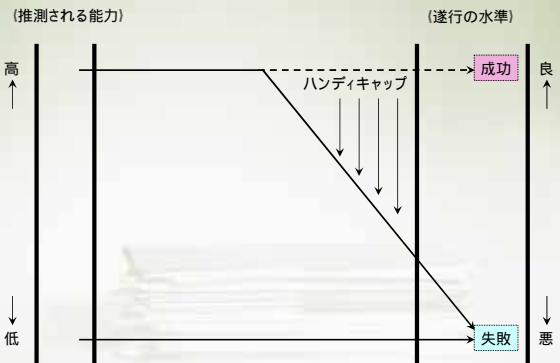
...と、周囲が思ってくれるかもしれないと期待?

課長の行動によって...

- 「物覚えの悪い」原因が課長自身(の能力)にあるのか、それとも前日のお酒にあるのかを明確に推論することができなくなる



- セルフ・ハンディキャッピング
 - 自分が何らかの形で評価される立場にあり、その評価に見合うだけの課題遂行をおこなう自信がないとき、遂行を妨害する不利な条件を自ら作りだして、不利の存在を主張すること



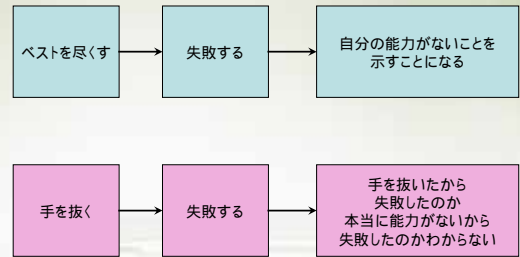
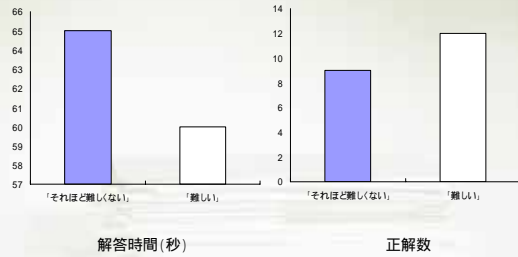
セルフ・ハンディキャッピングの種類

	獲得的	主張的
内的	薬物・アルコールの摂取 努力の抑制	テスト不安・対人不安 身体的不調の訴え 抑うつ
外的	不利な遂行条件の選択 困難な目標の選択	課題の困難さの主張 劣悪な遂行条件の主張

「努力をしない」ことの意味

- フランケルとスナイダー(1978)
 - 第一課題
 - もともと回答不可能な問題を解かされる。
 - 一方の参加者は「この課題は難しい」と説明される
 - もう一方の参加者は「この課題はそれほど難しくないと説明される
 - 参加者は問題が解けないことで失敗感を味わい、次の課題に不安を感じる
 - 第二課題
 - アナグラム課題
 - 例:「ブンガブクンジ」、「ジンプンガクブ」

第二課題の成績



間接的な自己呈示方略

BIRGing(栄光浴)とCORFing

BIRGingとCORFing

- BIRGing(栄光浴) Basking in reflected glory
 - 価値ある他者(あるいは集団)の栄光を浴びることによって、自分も価値ある人間であると自己呈示する方略
 - 「自分には有名な友人がいる」
 - 「自分は有名ブランドのバッグをたくさん持っている」
- CORFing Cutting off the reflected failure
 - 価値のない他者(集団)との縁を切ることで、自分の存在を否定しないようにする自己呈示方略
 - 「うちのチーム、昨日はボロ勝ちやったわ」
「あのチーム、最近連敗中らしいね」

スポーツファンの心理

応援するチームが負けたときの元気喪失や憂鬱感、勝ったら意気揚々や爽快感を味わうのはファンの因果な日常である。あるいはひいきの選手が打てばほっとしたり、打たなければ「あの野郎」と腹が立ったり道場もする。「アイデンティティの身代わり旅行」といってもいい。チームや選手への強い同一感・一体感を持っているのがファンである。ファンはシーズン毎に生き、死ぬ。九回ごとに勝利し敗北する。



(プロ野球ファンについて:中嶋, 1991)

結局、自己呈示とは?

- 報酬の獲得と損失の回避
 - 他者に対する自己の勢力を増したり、低下させないことで、実質的・心理的メリットを得たり、デメリットを回避する
- 自尊心の高揚・維持
 - 他者評価を高めたり、低下させないことで、自尊心を保つ
- アイデンティティの確立
 - 自己の公的イメージ(外面)と自己概念(内面)を一致させる

小テストの解答解説

- 近いうちに、三浦研究室のホームページから参照できるようにしておきますので、各自復習の際に閲覧してください

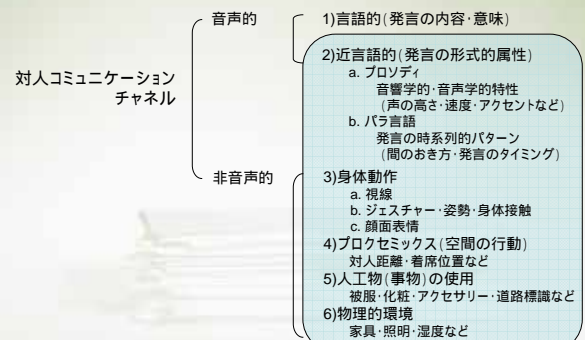
対人心理学I

第4回(2006/5/19):「ひとに伝える」3

非言語コミュニケーション (nonverbal communication; NVC)

- 対人コミュニケーション
 - 言語コミュニケーション
 - 「ことば」を用いて情報伝達をおこなう
 - 非言語コミュニケーション
 - 「ことば」以外の手段を用いて情報伝達をおこなう
- コミュニケーションで用いられる手段のことを**チャネル**という
- 対人コミュニケーションは、言語・非言語のチャネルをいくつも組み合わせたものによって成り立っている(マルチ・チャネル)

対人コミュニケーション・チャネルの分類



ある心理学者の研究によると、人が他人から受け取る情報の割合のうち、話す言葉の内容はほんの7%。残りは身だしなみやしぐさ、声のテンポ・質などが占めるという(左書より)。

...というのは、 **ガセ**

ですが、非言語コミュニケーションが人間関係において重要であることは確か。

ある心理学者の研究とは

- マレービアンの実験
 - 「好意」「嫌悪」「中立」のニュアンスを表す **言葉** を選定
 - 各言葉を「好意」「嫌悪」「中立」の **声色** で発話し、録音
 - 「好意」「嫌悪」「中立」の **表情** の顔写真を1枚ずつ用意
 - 実験参加者はある **表情** の写真を見せられながら、その人の発話として、ある **言葉** を、ある **声色** で聞き、話者の感情を評定する
 - つまり「**視覚**」「**聴覚**」「**ことば**」が互いに矛盾した情報が与えられた時、どれが感情判断に優先して影響するかを調べた実験
 - このような場合は、表情がもっとも優先して影響し、声色、言葉の順となることが示された
 - 好意の総計 = 言葉(7%) + 声色(38%) + 表情(55%)

NVCの機能 (パターソン, 1995)

情報の提供

発言の交替をうながすなどの相互作用の調整

コミュニケーションの中の比較的断片的な要素

好意をあらわすなど親密さの感情表出

社会的統制(コントロール)の実行

社会的役割にもとづくサービスや作業目標の促進

コミュニケーションの流れ全体に関わる要素

親密な関係を深めるNVC

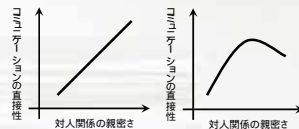
• 親密さを示すNVC

- 発言や視線の増加, 対人距離の短縮, 前傾姿勢...
- 親密になると, コミュニケーションの直接性が高まる
- 親密になるために, コミュニケーションの直接性を高める
- 恋愛尺度得点の高い男女カップルほど活発に視線を交わす(ルビン, 1970)
- 相手が自分に好意を抱いていると思うように操作された人は, その後の会話で発言量が増える. 否定的な評価を受けた人は減少し, 容易には回復しない(大坊, 1985)

コミュニケーションの直接性と親密さ

• コミュニケーションの多段階機能変容モデル (大坊, 1990)

- コミュニケーションの直接性と対人的な親密さとの間には, 逆U字的な関係がある
- 関係が安定すると, 外に表れる形でのコミュニケーションの直接性を高める必要があまりなくなる



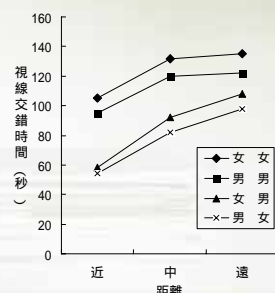
親密性を維持するためのNVC

• 親密性平衡モデル(アーガイルとディーン, 1965)

- 対人関係に応じた一定の親密さがあり, できるだけそれを維持しようとする圧力が存在する
- 一定の親密さが脅かされる場合には, 親密さのレベルを回復しようとする働きが生まれ, そのためにコミュニケーション行動が変化する
- あるチャネルの行動が変化すれば, 別のチャネルがそれを補う方向に変化する

アーガイルとディーンの実験(1965)

- 同性同士・異性間の2名コミュニケーション場面
- 相手との距離
 - 近い: 0.61m
 - 中程度: 1.83m
 - 遠い: 3.05m
- 話題は同じ
- 3分間での視線交錯時間を測定



同調(シンクロニー)傾向

- 一方のコミュニケーション・パターンが相手の行動に影響されて, 相手のパターンに近似していく現象
- コミュニケーションの過程で重視されること
 - 相手が自分の発言をどう受け取ったか?
 - 自分の意図は正しく伝えられたか?
 - 相手の出方を見て, 自分の次の発言を調整する

コミュニケーションの展開は, 相互依存的になる

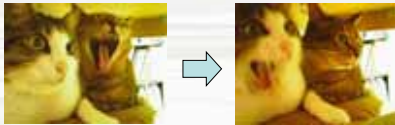
マタラッツォらの実験(1963)

- 面接場面を模した実験
- 面接者と被面接者が対話(3セッション)
- セッションごとに、面接者の発言時間の長さを操作
 - 5秒 10秒 5秒 or 10秒 5秒 10秒
- 被面接者の発言時間を測定



シンクロニーいろいろ

- シンクロニーは
 - 共感性や社会化の程度の高さを反映
 - 統合失調症患者には見られない
 - 年少児には認められず、6~7歳以降に認められる
 - 発言以外のチャンネルでも多数観察される
 - コミュニケーションしているうちに、姿勢や身体動作(うなずき、特定の仕草、視線など)が似通ってくる



Is this synchrony??

NVCと自己呈示: 欺瞞的コミュニケーション

- 欺瞞(deception)
 - だますこと、あざむくこと
 - 送り手:
 - 真の感情や態度を他者から隠し、送られるメッセージが意図通りに受け取られるように意識的に振る舞う
 - 受け手:
 - 送られるメッセージから真意を読み取るうとし、送り手の発言内容やNVCに着目する

記号化

解読

欺瞞の記号化

- 男女同性同士の会話場面での欺瞞の記号化
(大坊・瀧本, 1992; テキストp.37)

	一般的特徴	欺瞞導入による 覚醒効果	欺瞞者の特徴
チャンネル			
発言	男 > 女	女性で増	女 > 男
視線	女 > 男	男性で増	女 > 男
身体操作	女 > 男	男性で増	男 > 女

欺瞞の解読

- 欺瞞発見の手がかり(大坊, 1995)

NVC	正答(%)	総選択(%)	最大決定因(%)
手の動き	34 (90)	38 (28)	10 (8)
脚の動き	15 (83)	18 (13)	1 (1)
視線	28 (60)	47 (35)	16 (12)
発言内容	39 (59)	66 (49)	40 (31)
話し方	46 (58)	79 (59)	30 (23)
胸体の動作	15 (56)	27 (20)	1 (1)
顔の表情	23 (50)	46 (34)	15 (12)
発言時間	18 (40)	45 (34)	13 (10)

まとめ:NVCと対人関係

- NVCは対人関係を左右する重要な要因である
 - 親密性平衡モデル
 - コミュニケーションの多段階機能変容モデル
 - 同調傾向
 - 他者との関係を一定の水準に保とうとする
 - 親密さを増すためのバランスを追求する
 - 欺瞞的コミュニケーション
 - 普段と同じようにふるまおうという意識がNVCを微妙に変える
- 円滑な対人関係・協調的な社会を築く基礎としてNVCをうまく用いることは重要である

- 問題1
非言語コミュニケーション(NVC)にはさまざまな種類がある。以下の選択肢から、NVCにあてはまらない対人コミュニケーション・チャンネルを1つ選び、その記号を にマークせよ

- (1)発言の間(ま) (2)プロクセミックス (3)部屋の温度
(4)発言の内容 (5)発言時間

対人心理学I

第5回(2006/5/26):「ひとを好きになる」1

対人魅力の心理学

- 親密な関係の形成
 - 人はなぜ他者に好意をもつのか
- 親密な関係の発展
 - どのように関係は発展するのか
 - 恋愛関係の類型
- 親密な関係の崩壊
 - なぜ関係は崩壊するのか
 - その時、人はどのようにふるまうのか



DVD視聴

- 「面白学問人生」(NHK 1997/11/19) 25分
- 福島大学人間発達文化学類 飛田 操先生
- 先ほど紹介した各段階についての研究が少しずつ紹介されています。チェックしながら見てください。
- 講義ではそれぞれ+ をもう少し詳しく紹介します。

人はなぜ他者に好意をもつのか

- 対人魅力を規定する諸要因
 - 自己要因
 - 生理的興奮
 - 援助行動
 - 自己評価の低下
 - 態度の類似性
 - 身体的魅力
 - 他者要因

自己要因: 生理的興奮

- 生理的興奮状態にあるときに恋心を抱きやすい
- 自身の興奮状態の帰属錯誤
 - 知識: 一目惚れをすると、胸がドキドキする
 - 経験: 今、この人と会った自分は、胸がドキドキしている
 - 原因帰属: 自分は、この人に恋をしているのだ(と、錯誤)

吊り橋実験(ダットンとアロン, 1974)

- 参加者: 男子学生79名
- 実施場所: カナダ・バンクーバーのカピラノ川峡谷
- 1人で橋を渡ってきた男子学生に、橋の中央で女子学生が実験協力の依頼をし、連絡先として電話番号を書いたメモを渡す
- 実験条件:
 - 吊り橋条件
 - 固定橋条件



固定橋条件 吊り橋条件

実験結果

	受け取った人数	電話した人数
固定橋	16人/22人中 72.7%	2/16 12.5%
吊り橋	18/23 78.3%	9/18 50.0%

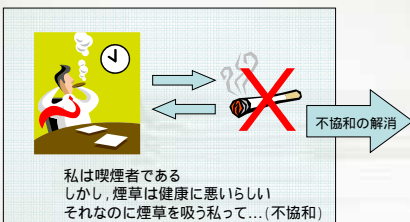
- 電話番号を受け取った人数と橋の条件に関連なし
- 電話した人数と橋の条件に関連あり
- 調査依頼をするのが男性だと、両条件ともほとんど電話なし

自己要因: 援助行動

- 援助行動をした相手に好意をもつ
 - 助けられた相手ではなく、助けた相手
- 認知的不協和理論による説明
 - Aさんを助けたことで、大事な用が遅れてしまった!
 - 私が忙しい時間を割いてAさんを助けたのはなぜ?
 - 助けたのには助けただけの理由があるはずだ...
 - そうだ、私はAさんが好きだから助けたんだ!
- ボランティア活動現場や緊急時・災害時に恋は生まれやすい

参考: 認知的不協和理論

- あることを受け入れることによって不安や葛藤が生じる恐れがある時には、個人はそれを認めず無視するよう態度を変化させる(フェスティンガー, 1957)



自己要因: 自己評価の低下

- 劣等感を感じているときは、人を好きになりやすい
- 自己に対する承認が剥奪された直後は、他者による承認が特に報酬として機能する
- 親和欲求や依存欲求の高まりをもたらす

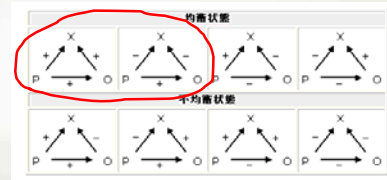
ハットフィールドの実験(1965)



- 参加者:スタンフォード大学の女子学生
- 手続きと結果:
 - 実験室に入室した女子学生に、研究協力者(魅力的な男性)が話しかけ、デートに誘う
 - 実験では、まず「自分自身の性格検査の結果」を渡す
 - とても「好ましい」結果を渡される群(自尊心向上)
 - とても「好ましくない」結果を渡される群(自尊心低下)
 - 次に、何名かの他者に対する好意度を評価させる。この中に先ほどの研究協力者が含まれている
 - 研究協力者への好意度は、好ましくない結果を渡された群が、そうでない群より高かった

自己要因:態度の類似性

- 社会的態度(意見・考え方・好み・趣味...)が自分と一致していたり、似た人を好きになりやすい
- バランス理論(ハイダー, 1958)による解釈



P: 自己, O: 他者, X: 事象

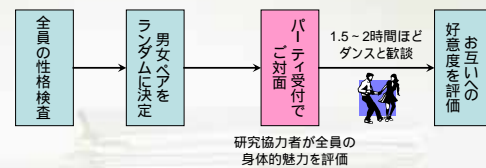
自己要因:身体的魅力

- 人は美しい人が好きである
- 美しい人は、望ましい特性を持っていると解釈される傾向がある
- 他の条件が等しければ、美しい人がより好まれる

ウォルスターらの実験(1966)



- 「コンピュータ・デート実験」として大変有名
- 参加者:ミネソタ大学の1年生男女752名



- デート相手に対する好意度に強く影響するのは、身体的魅力か?性格か?

結果

	回答者の身体的魅力度	相手の身体的魅力度			回答者の身体的魅力度	相手の身体的魅力度	
		低	高			低	高
デートの申込	男性低	.16	.40	相手とのデート希望比率	男性低	.41	.80
	男性高	.00	.29		男性高	.04	.58
相手への好意度	男性低	.06	.90		女性低	.53	.92
	男性高	-.62	.82		女性高	.27	.68
	女性低	.03	.96	男性低	.09	.73	
	女性高	-.13	.89	男性高	.00	.53	

ただし、

- 身体的魅力が**常に**他の性質より対人魅力にとって重要であるというわけではない
- 特に第一印象では「人を外見で判断する」人が、そうでない人よりも多いということである
- しかし、第一印象は重要である...

人はなぜ他者に好意をもつのか

- 対人魅力を規定する諸要因
 - 自己要因
 - 他者要因
 - 互恵性
 - 賞賛
 - 接触頻度

To be continued...

対人心理学I

第6回(2006/6/2):「ひとを好きになる」2

対人魅力の心理学

- 親密な関係の形成
 - 人はなぜ他者に好意をもつのか
- 親密な関係の発展
 - どのように関係は発展するのか
 - 恋愛関係の種類
- 親密な関係の崩壊
 - なぜ関係は崩壊するのか
 - その時、人はどのようにふるまうのか



人はなぜ他者に好意をもつのか

- 対人魅力を規定する諸要因
 - 自己要因
 - 他者要因
 - 互恵性
 - 賞賛
 - 接触頻度

他者要因: 互恵性

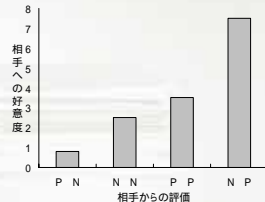
- 自分のことを好きだという相手を好きになる
- このような相手とは、お互いに「好意」という報酬を交換できる 互恵性
- パーシェイドらの実験(1969)
 - 実験参加者について
 - 7つのポジティブな意見と1つのネガティブな意見
 - 8つのポジティブな意見
 - をいう他者がいると教示されると、後者により好意を抱きやすい

他者要因: 賞賛

- 自分をほめてくれる人を好きになる
 - 人には自尊心を高揚させたいという欲求があり、他者からの賞賛はこれを直接的に充足させる
 - 欲求を満たしてくれる (私にとって)いい人 好き

アロンソンとリンダーの実験(1965)

- 参加者: ミネソタ大学の女子学生80名
- 手続き:
 - 参加者に「ある女性からの評価」を聞かせる
 - 一貫してポジティブ(P)
 - 一貫してネガティブ(N)
 - ポジティブ ネガティブ
 - ネガティブ ポジティブ
 - 上記評価者に対する好意度を評定
 - N Pがもっとも好意をもたれやすく, P Nが最低



他者要因: 接触頻度

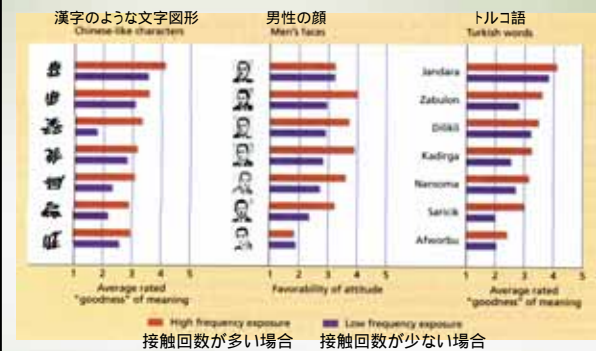
- 単に顔を合わせるだけでも何度か会っていると次第に好意を持つようになる
- サークル内恋愛, 職場結婚...
- 単純接触効果(mere exposure effect)
 - ザイエンス(1968)が提唱
 - 刺激を見る回数とその刺激に対する好意度は正の相関をもつ
 - 対人関係に限らず, マーケティングや政治活動にも応用されている



ザイエンスの実験(1968)

- 「記憶の実験」と称して参加者を集める
- 手続き:
 - 10種類の刺激を25, 10, 5, 2, 1回ずつ呈示する
 - 漢字のような文字図形
 - 未知の男性の顔写真(卒業アルバムからランダムに選択)
 - トルコ語(アメリカ人にとっては無意味に近い綴りの単語)
- それぞれの刺激に「意味の良さ(文字)」や「好意度(顔)」を評定
- 本来良さや好意度は刺激の種類によってほとんど変わらないはず

結果



通常に撮った写真

他人が見ている自分



通常に撮った写真を左右反転させたもの

自分が見ている自分

親密な関係の形成

- 対人魅力を規定する諸要因
 - 自己要因
 - 生理的興奮
 - 援助行動
 - 自己評価の低下
 - 態度の類似性
 - 身体的魅力
 - 他者要因
 - 互恵性
 - 賞賛
 - 接触頻度

対人魅力の心理学

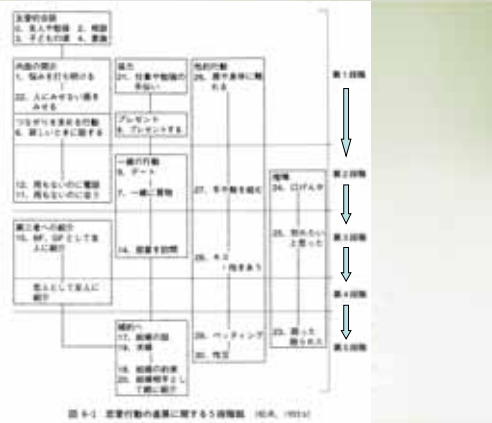
- 親密な関係の形成
 - 人はなぜ他者に好意をもつのか
- 親密な関係の発展
 - どのように関係は発展するのか
 - 恋愛関係の類型
- 親密な関係の崩壊
 - なぜ関係は崩壊するのか
 - その時、人はどのようにふるまうのか



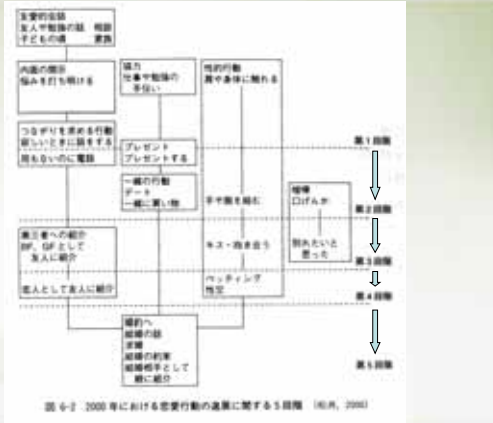
恋愛関係の進展段階の時代的变化

- 日本の大学生の恋愛に関する5段階説
 - 1980年代モデル(松井, 1993)
 - 2000年代モデル(松井, 2000)
- 方法
 - 首都圏の大学生に「恋人もしくはもっとも親しい異性」の想起を求め、その人とおこなった行動を尋ねる

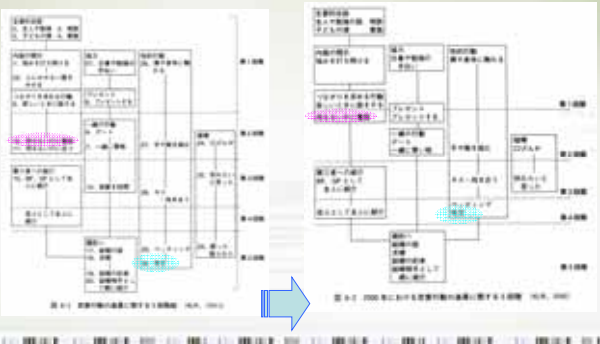
1980年代モデル



2000年代モデル



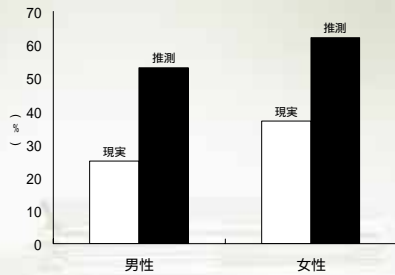
恋愛関係進展過程の経年変化



恋愛ポジティブ幻想 (若尾, 2003)

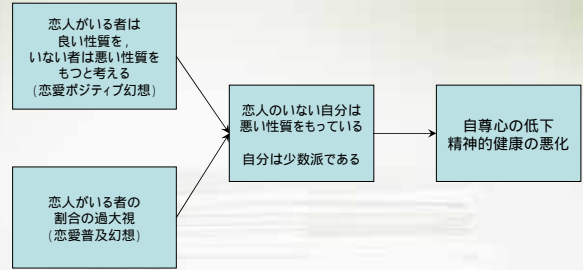
- 現代日本の若者は、恋愛を非常にポジティブなものと捉えている
- そのため、恋人がいる者に対する評価が過大にポジティブになる傾向
 - 恋人の有無が一種のステレオタイプとして機能
- cf:ステレオタイプ
 - ある共通の性質をもつ集団のメンバー全般に対して、十把一絡げの認知(信念や期待)を割り当てること
 - 「日本人は勤勉」「イタリア人男性はチョイ悪オヤジ」等々...

恋愛普及幻想: 恋人がいる割合の現実と推測



- 推測: 専門学校生50名の回答の平均値
- 現実: 18~24歳における異性交際状況のデータ (国立社会保障・人口問題研究所の調査結果)

恋愛へのイメージと精神的健康



異性と交際のない若者の増加

表II-3-1 調査別にみた、未婚者の異性との交際

異性との交際	【男 性】				【女 性】			
	第11回 (1992年)	第10回 (1995年)	第11回 (1997年)	第12回 (2002年)	第10回 (1992年)	第11回 (1995年)	第12回 (1997年)	第13回 (2002年)
総計	29.5	31.2	29.3	27.7	4.6	3.9	3.9	3.9
恋人として交際している異性がいる	19.4	23.1	23.0	23.2	26.2	31.6	31.6	32.4
友人として交際している異性がいる	25.6	19.2	15.0	13.3	25.4	19.0	15.9	17.4
交際していない異性はいない*	66.6	47.3	49.6	59.9	38.9	38.9	41.9	41.2
交 渉	5.0	7.3	6.7	12.9	6.3	6.3	6.0	10.2
総 数 (18~24歳)	199,000	199,000	199,000	199,000	199,000	199,000	199,000	199,000
(推 定 数)	15,299	14,213	15,992	13,897	12,662	15,671	15,612	13,484

注: * 交際していない異性として交際している異性のみを指す。交際していない異性も含まれる。

(国立社会保障・人口問題研究所, 2004)

- 「恋人がいる」割合も「恋人がいない」割合も同様に増加傾向

愛に関する研究: 類型論

- 愛に関する実証的研究
 - 1970年代から(海外で)おこなわれはじめる
- ルービンの研究
 - 対人魅力の質的な差に注目し、「恋愛」と「好意」を区別する恋愛尺度と好意尺度(Love-Liking Scale)を作成
 - 恋人に対しては恋愛と好意の両方が高いが、友人に対しては好意のみが高い
- ウォルスターらの研究
 - 恋愛をさらに「友愛」と「熱愛」に分類
 - 恋愛関係は熱愛から始まるが、それは次第に薄れる
 - 熱愛 友愛に移行した恋愛は、長続きする

スタンバーグの愛情の三角理論(1986)

- 愛情とは単に「親密性」だけから成り立つものではないと主張
- 愛情の3要素
 - 親密性(intimacy)
 - 情熱(passion)
 - コミットメント(commitment)

親密性 (intimacy)

- 好意を感じる(feeling love)
- 友情, 信頼, 親近感
- 人生についての価値観や信条をある程度共有する
- 理解, オープン, 支えあい, 遠慮のない議論
- 寛容, 同情, 優しさ

情熱 (passion)

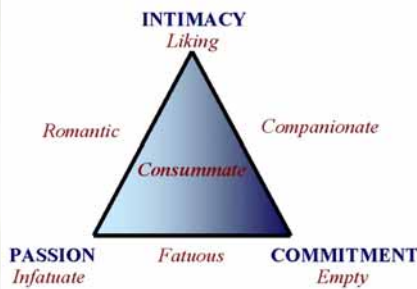
- 愛する (be in Love) . 性的欲望の強い感情
- 理想化 (例: 良いところだけを見る) が起こる . いつも相手のことを考える . 一緒にいたいという欲望
- 親密性とコミットメントの程度にもよるが, 相思相愛であるという確信がない場合, 不安感・不確実性感と関連する
- 当初は外面的なものから影響されやすく, 自己開示が進むと減少する

コミットメント (commitment)

- 短期的には, 愛するという決定
- 長期的には, その決定を維持するという契約
- コミットメントとは,
 - 関係を育て
 - 壊れることを防ぎ
 - もしダメージを受けても修復する
 ために努力することを誓うことを意味する

スタンバークの愛情の三角形

STERNBERG'S TRIANGULAR THEORY OF LOVE



愛情の種類

親密性	情熱	コミットメント	
-	-	-	愛ではない (nonlove)
+	-	-	好意 (liking)
-	+	-	燃え上がる愛 (infatuated love)
-	-	+	うつろな愛 (empty love)
+	+	-	恋愛 (romantic love)
+	-	+	友愛 (companionate love)
-	+	+	未熟な愛 (fatuous love)
+	+	+	円熟した愛 (consummate love)

日本語版TLS (金政・大坊, 2003)

1. 私にとって さんとの関係よりも大切なものなど他にない
2. 私と さんとの関わりは揺るぎないものである
3. さんは私にとって非常に魅力的な人だ
4. さんとの関係は居心地のよいものである
5. さんについて空想にふけることがある
6. さんなしの生活など考えられない
7. さんを見るだけでドキドキしてしまう
8. さんとの関わりは何ものにもじゃまされないものである
9. 私は必要などときには さんを頼ることができる
10. さんとの関係を終わらせることなど私には考えられない
11. ロマンチックな映画を見たり本を読んだりするとつい さんのことを考えてしまう
12. さんとはうまくコミュニケーションがとれている
13. ふと気がつくと さんのことを考えている時がよくある
14. 私と さんとの関係は温かいものである
15. 私は必要などときには私を頼ることができる

¹:まったくあてはまらない, ~⁹:非常にあてはまる, の9件法で評定
4,9,12,14,15が親密性, 3,5,7,11,13が情熱, 1,2,6,8,10がコミットメント

次回(6/9休講)

対人心理学I

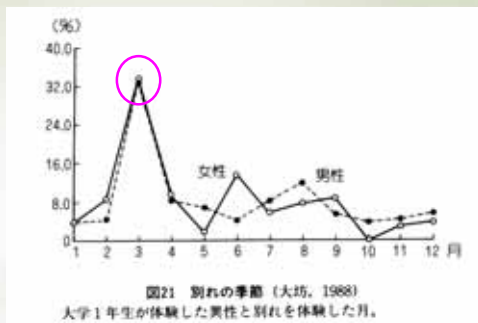
第7回(2006/6/16):「ひとを好きになる」3

対人魅力の心理学

- 親密な関係の形成
 - 人はなぜ他者に好意をもつのか
- 親密な関係の発展
 - どのように関係は発展するのか
 - 恋愛関係の類型
- 親密な関係の崩壊
 - なぜ関係は崩壊するのか
 - その時、人はどのようにふるまうのか

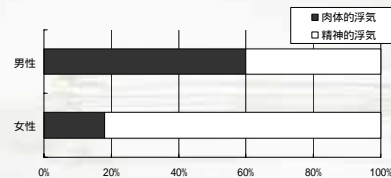


別れの季節



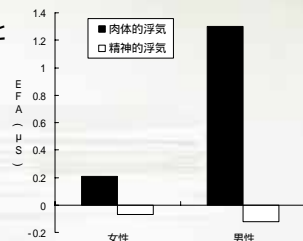
浮気と嫉妬

- バスら(1992)の研究
- 調査対象者に、自分の恋人の浮気場面を2種類想定してもらい、苦痛を感じる方を選択させる
 - 場面1:肉体的な浮気, 場面2:精神的な浮気



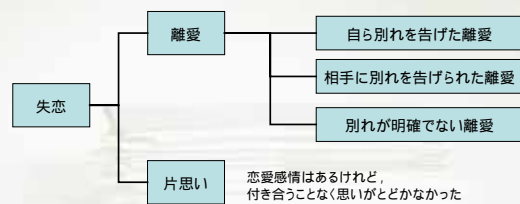
バスらの実験(1992)・続き

- 同様の浮気場面を想像している時のEDA(皮膚電気活動)と心拍数を測定し、自律神経系がどの程度賦活しているかを検討
- 主観的な苦痛の認知と一致した傾向



失恋の心理

- 「恋する気持ちが相手にかなえられないこと、恋にやぶれること」(広辞苑)



関係崩壊の4段階モデル(ダック, 1982)

- 第1段階: 内的取り組み段階
- 第2段階: 関係的段階
- 第3段階: 社会的段階
- 第4段階: 思い出の埋葬段階

内的取り組み段階

- 相手や二人の関係について見直し, 関係が衰退する理由を考え始める段階
- 別れることを正当化することに結びついていく
- 直接相手に不満をもらす段階ではない
- 会話の変化
- NVCの変化(親密性を表す行動の減少)

関係的段階

- 別れの意思が相手と共有される段階
- 相手と互いの不満や二人の関係について話し合い, 必要な対応を取る
- もちろん, 常にすんなりいくとは限らない
- 関係の修復か関係の解消かの選択がおこなわれる

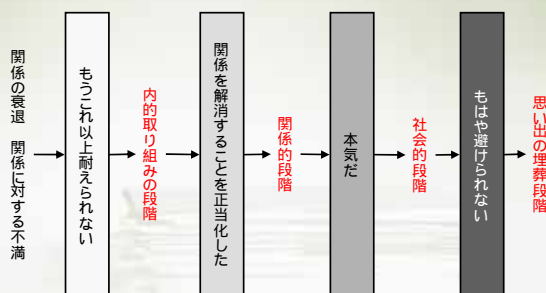
社会的段階

- 関係を解消したことを公にする段階
- 別れた後のことについて, お互いが受け入れられるように話し合う
- 周囲の人々への伝達をおこない, 理解を得る

思い出の埋葬段階

- 別れたことから立ち直るために, さまざまな試みをおこなう段階 喪の仕事(後述)

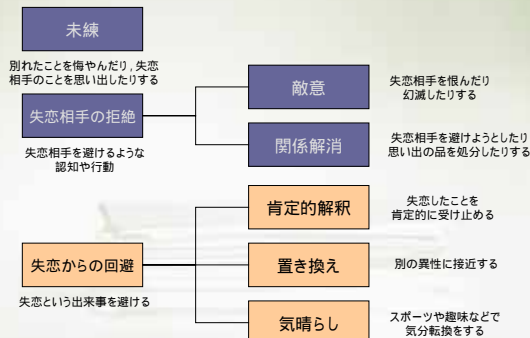
関係崩壊過程(ダック, 1982)



失恋ストレスコーピング(加藤, 2005)



失恋ストレスコーピング(加藤, 2005)



終わった愛への未練:性差 (大久保ら, 未発表)

項目	男性 (134名)	女性 (114名)	有意差
相手をなかなか忘れられなかった	45.5	28.9	**
強く反省した	36.6	18.4	**
別れたことを悔やんだ	32.1	17.5	*
酒をよく飲むようになった	11.9	2.6	**
相手に幻滅した	11.2	26.3	*
よくデートした場所を避けた	3.7	11.4	*
相手がいなくなってうれしかった	2.2	11.4	**

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

- 男女で失恋後の行動が多少異なる
 - 男性は「未練」「回避」ストレスコーピングが多い
 - 女性は「拒絶」が多い

失恋からの回復過程:性差と世代差

深見・鹿野(1985)		加藤(2005)			
回復期間	男性	女性	回復期間	男性	女性
1ヶ月未満	8.2	0.0	1ヶ月以内	48.6	37.4
1~4ヶ月未満	38.4	32.6	2~4ヶ月以内	23.5	21.4
4~10ヶ月未満	20.5	16.3	4~10ヶ月未満	11.0	18.2
10ヶ月~3年未満	26.0	44.2	10ヶ月~3年未満	15.4	19.3
3年以上	6.9	6.9	3年以上	1.5	3.7
累計	100.0	100.0	累計	100.0	100.0

- 現代青年の方が立ち直りが早い
 - 今は、失恋なんて大したことじゃない!?
- 男性の方が立ち直りが早い!

別れを言い出した人(大久保ら, 未発表)

	人数	人数				検定結果
		自分	相手	両方	なんとなく	
切り出したのは	男 134	23.1	25.4	6.7	44.8	11.68**
	女 114	43.0	21.1	6.1	29.8	
最終的には	男 134	28.4	13.4	27.6	30.6	10.07*
	女 114	41.2	9.6	33.3	15.8	

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

- 「自分から切り出し、最終的に自分で決めた」という回答が男性より女性でかなり多い
 - 別れの主導権は女性にある?
 - 「自分のことは自分で決めたい」という認知的バイアスは女性が強い!?
 - いずれにせよ、男女で別れのとらえ方は若干異なるようである

性差の解釈?

- 失恋に至る過程、失恋からの回復過程には大きな性差がある
- 失恋に強いのは男性? 女性?
 - 失恋からの回復過程を見ると男性のような気がする
 - 別れを言い出した人を見ると女性のような気がする
- 恋愛に対するスタンスの性差がここにも影響?

喪の仕事(mourning work)

- 悲嘆や喪失を体験した時に、それから逃げないで受け止め、さまざまな感情を受け入れること
- 喪の仕事の3段階
 - 相手を失った事実を事実として受け止める段階
 - 喪失による否定的感情を受け入れる段階
 - 相手を喪失した生活の中で新しい希望を抱く段階
- 喪の仕事は、ただ人生の悲しみを受け止めるための行為ではなく、喜びを味わうために必要な心の修行である
(松井, 1993)

心理学者が恋愛を研究する理由

- 恋愛が人(特に青年)に与える影響の重大性
 - 恋愛関係やそこに見られる男女差に関する関心は一般的にきわめて高い
 - 恋愛は、一般的な現象であると同時に、重大な危機状況にもなりうる対人関係
- 研究上の重要性
 - 恋愛は個人の主体性が反映しやすい関係
 - 関係の中で生じるさまざまな意識(認知・感情)が行動に結びつきやすい
 - 意識と行動の関係に関心がある研究者にとってぴったりのテーマ

対人心理学I

第8回(2006/6/23):「ひとを助ける」1

援助行動

- 向(順)社会的行動(prosocial behavior)ともいう
- 他者が身体的に、また心理的に幸せになることを願い、ある程度の自己犠牲(出費)を覚悟し、人から指示、命令されたからではなく、自ら進んで(自由意志で)意図的に他者に恩恵を与える行動



援助行動の心理学

- 援助行動の種類
 - 日常生活でおこなわれるさまざまな援助行動
- 援助行動の規定因
 - 援助行動をする理由、しない理由
 - 援助行動と発達段階

DVD視聴

- 「面白学問人生」(NHK 1999/4/28) 25分
- 関西大学社会学部 高木 修先生



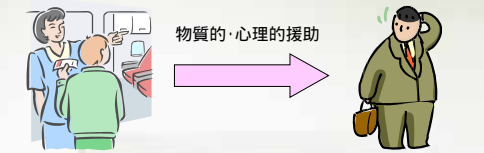
援助行動の心理学

- 援助行動の種類
 - 日常生活でおこなわれるさまざまな援助行動
- 援助行動の規定因
 - 援助行動をする理由、しない理由
 - 援助行動と発達段階

援助関係の図式

援助を与える側

援助を受ける側



種別 (動物 人間)
規模別 (集団 個人)

種別 (動物 人間)
規模別 (集団 個人)

援助行動の7つの類型

- 高木(1982)の研究
 1. 援助行動エピソードの収集
男女大学生に「日常生活で経験したり見聞きした援助行動」を具体的に書き出させる
 2. 内容分析
典型的な22種類の援助行動に整理
 3. 類似度評定 クラスター分析
22種類をランダムにペアにして類似度を評定させ、そのデータにもとづいて、クラスター分析をおこない、類型化

援助行動の類型(1)

1. 寄付・奉仕行動
 - 他者へのお金の寄付, 時間と労力を提供しての奉仕活動, 血液や臓器の提供など
2. 分与・貸与行動
 - 自分の貴重な持ち物を, それを必要とする他者に分与・貸与する
3. 緊急事態における救助行動
 - 緊急で重大な事態に陥っている他者を救助するために, 危険を覚悟で, 直接あるいは間接にその事態に介入する

援助行動の類型(2)

4. 労力を必要とする援助行動
 - 身体的努力を提供して, それを必要としている他者を助ける
5. 迷子や遺失者に対する援助行動
 - 親からはぐれた子どもを世話したり, 拾得物をその持ち主に届けたり, 送り返す
6. 社会的弱者に対する援助行動
 - 身体の不自由な人, お年寄り, 年少児に対して援助の手を差し伸べる
7. 小さな親切行動
 - 出費のことをほとんど気かけることなく, ちょっとした思いやりや親切心から人助けをする

援助行動類型の特徴づけ

- 高木(1983)の研究
 1. 先行研究から援助行動の状況特性を多数収集し, 代表的なものを25種類選定
 2. 男女大学生に, 先の22種類の典型的援助行動が各特性をどの程度もっているかを評定させる
 3. 因子分析により, 基本的特性を3種類にまとめる
 4. 3つの基本的特性をどの程度強く持っているかによって各類型を特徴づける

援助行動の基本特性(1)

- 社会的規範の指示とその社会的諸結果
 - 緊急な援助を必要とする重大な事態なので, 誰かに援助を要請することは認められる. 逆に, 周囲の人々はこの要請に応えて援助することを期待している.
 - したがって, ある人が期待に応じて援助行動を起こせば, 被援助者から感謝され, また, 周囲の人々から高く評価され, よい気分になれる.
 - しかし, 期待に応えないと, 非難される.

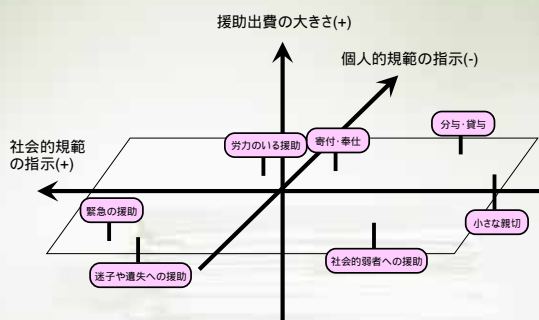
援助行動の基本特性(2)

- 個人的規範の指示とその個人的諸結果
 - 援助を必要としている人のために何らかの援助行動を起こす責任や義務が自分にあると人々に感じさせる。
 - したがって、その自己期待に応じて援助行動を起こせば、自分を誇らしく感じ、自尊心は高揚し、よい気分になれる。
 - しかし、期待に応えないと、そんな自分を恥ずかしく思い、自尊心は低下し、嫌な気分になる。

援助行動の基本特性(3)

- 援助出費
 - 援助するためには種々の自己犠牲を払わなければならない
 - その状況が解決困難なためにかかなりの努力が必要であったり、お金や時間をかける必要があったりする
 - 援助に成功するとは限らず、危険が自分に及んできたり、失敗で当惑することも予想される。

各類型の特徴と基本特性(高木, 1983)



類型と基本特性(表にまとめたもの)

援助行動類型	第1特性	第2特性	第3特性
1 寄付・奉仕行動	0	-	+
2 分与・貸与行動	-	-	+
3 緊急事態における援助	+	+	+
4 労力を必要とする援助	0	-	+
5 迷子・遺失者に対する援助	+	+	-
6 社会的弱者に対する援助	-	+	-
7 小さな親切行動	-	-	-

これまでの確認テスト回答

- 自己呈示3回, 対人魅力3回の確認テスト回答を, 三浦研究室のウェブサイトから参照/ダウンロードできるようにしました
- 残り4回分も, 試験前までに参照/ダウンロードできるようにします

<http://www.team1mile.com/asarin/>

対人心理学I

第9回(2006/6/30):「ひとを助ける」2

援助行動の心理学

- 援助行動の類型
 - 日常生活でおこなわれるさまざまな援助行動
- 援助行動の規定因
 - 援助行動をする理由,しない理由
 - 援助行動と人間の発達

援助行動の促進要因

- 高木(1983)の研究
 - 例えば「赤ちゃんを抱いた人(Y)が電車に乗ってきたので、Xは自分の席をその人に譲りました」という場面を想定させ、なぜXはYに自分の席を譲ったのか、その行動の動機・原因・理由になったと思われるものをできるだけ多く記述させた
 - 援助行動の各類型それぞれについて自由記述を収集し、最終的に25種類の動機・原因・理由をまとめた
 - この25種類が援助行動を促進する程度に関する調査をおこない、その結果を主成分分析により整理した

促進要因項目例

- 援助の義務が自分にあると思ったから
- Yの近くにいたので
- 何かよいことをしてみたかったから
- その時の気分がよかったので
- 他者の目が気になったので
- Yが自分の知っている人だったから
- 他の人が援助していたので

...など25項目



主成分分析による促進要因の整理結果1

援助規範への積極的同調

- 人間はお互いに助け合うべきだと信じている人が、援助が必要な状況だと判断し、その責任を受け入れ、かつ、うまく介入できそうな状況では援助が起こりやすい

援助責任の集中

- 援助できる人が自分しか周囲にいないなど、援助責任が自分に集中している状況では援助が起こりやすい

援助または被援助の好ましい経験

- 過去に援助したりされたりしてよい気分になったことがあると、また援助をしてその気分を味わいたい、味あわせたいと思い、援助が起こりやすい

主成分分析による促進要因の整理結果2

援助者と被援助者の好ましい人格特徴および援助者のよい感情状態

- 援助者が愛他的な人でなおかつよい気分であったり、被援助者が助けてあげたいような人である状況では援助が起こりやすい

援助規範に伴うサンクシヨンの重視

- 援助すれば社会的報酬や返礼が期待できたり、援助しなければ社会手制裁があるような状況では援助が起こりやすい
- サンクシヨンの社会的な承認

援助者と被援助者の近い関係

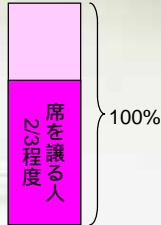
- 援助者と被援助者が既に親密な関係であったり、あるいは援助によってそれが成立することが期待される場合に援助が起こりやすい

各援助行動の「起こりやすさ」

- 1 寄付・奉仕行動
- 2 分与・貸与行動
- 3 緊急事態の援助
- 4 労力が必要な援助
- 5 迷子・遺失の援助
- 6 対社会的弱者援助
- 7 小さな親切行動

援助が起きるとき、起こらないとき

- 援助行動が発生して当然と思われるような状況でも、発生しないことがある
- 何が援助行動を起こさせないのか?
- 援助行動が起きる、すなわち促進要因を考えるだけでは不十分!



「面白学問人生」ビデオより

キティ・ジェノヴィーズ事件

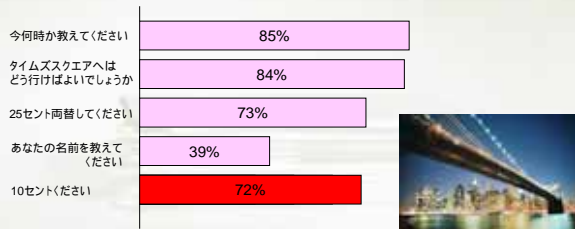


1964年3月13日早朝3時半頃、NYのキューガーデンに住んでいた若い女性が仕事を終えて帰宅したところで暴漢に襲われ、殺された事件。38名の市民がキティの叫び声により事件に気づき、途中暴漢は2度逃げたが、キティもアパートの階段まで這って行きながら必死に助けを求めたが、結局警察に通報があったのは20分以上経った3時50分頃で、彼女の命を救うことはできなかった。

駐車したところ
最初に襲われたところ
再度襲われたところ
最後に襲われたところ

都会人はみな冷淡なのか?

- ラタネとダーリーの研究(1970)
 - マンハッタンの街頭で歩行人に種々の要請をした場合の応諾率



他者の存在の影響

- 傍観者効果(bystander effect)
 - 援助の求められている状況に援助に消極的な傍観者がいると、援助行動の生起が抑制される
 - 援助が必要な場に他者がいると「援助しなければ」という責任感と、「もし私が援助しなければ...」という罪悪感が分散し、援助しないことによる出費が減少する
 - 援助の必要性が不明瞭な状況では、不適切な行動により失笑を買うおそれもあるので、消極的な他者に同調する 援助を控える



傍観者効果(ダーリーら, 1968)

- 実験概要
 - 実験用の個室に案内された実験参加者が、他の個室にいる複数(1名, 2名, 5名)の大学生と討論する状況
 - 匿名で、大学生活に関わる話題について、各個室のマイクとヘッドフォンを通じて討論する
 - 参加者は順番に発言し、自分の発言の順番以外の時はマイクは使えない状態になっていると教示されている
 - 発言2巡目で、ある別室の大学生が「てんかんの発作をおこしたので助けて欲しい」と発言したときの実験参加者の行動を観察

実験状況



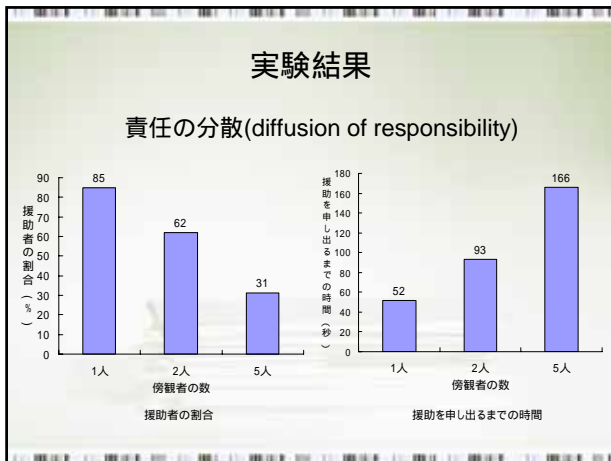
傍観者1人条件



傍観者2人条件



傍観者5人条件




援助行動の抑制要因

- 高木(1987b)の研究
 - 例えば「赤ちゃんを抱いた人(Y)が電車に乗ってきましたが、Xは自分の席をその人に譲りませんでした」という場面を想定させ、なぜXはYに自分の席を譲らなかったのか、その行動の動機・原因・理由になったと思われるものをできるだけ多く記述させた
 - 援助行動の各類型それぞれについて自由記述を収集し、最終的に26種類の動機・原因・理由をまとめた
 - この25種類が援助行動を抑制する程度に関する調査をおこない、その結果を主成分分析により整理した

抑制要因項目例

- 自業自得であり、自分には関係ないと思ったので
- Yが自分の知らない人だから
- 関わりたくなかったので
- 目立つのが恥ずかしかったので
- その時気分が悪かったので
- Yが嫌いな人だから
- 自分以外にも何人がそこにいたので
- 援助に必要な出費が大きかったので



...など26項目

主成分分析による抑制要因の整理結果1

援助規範からの意図的な逸脱とそれに伴うサンクションの軽視

- 援助を求めている人自身が自分で問題を解決すべきだと思われる状況だから、その人を助けても得るものはなく、また助けなくても他者からの批判を受けないと思うと援助が起こりにくい

援助または被援助の好ましくない経験

- 過去に援助したりされたりしてよい気分になったことがなかったり、援助をして恥ずかしいと思った経験があったり、あるいは他者から援助されてかえって傷ついたというような嫌な経験がある場合は、援助が起こりにくい

援助者と被援助者の好ましくない人格特徴

- 援助者がもともと利己的だったり、被援助者が好ましいと思えないような特徴を持っていると、援助が起こりにくい

主成分分析による抑制要因の整理結果2

援助責任の分散

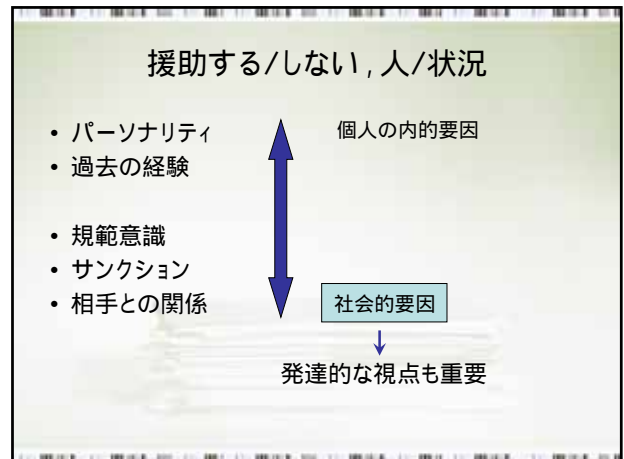
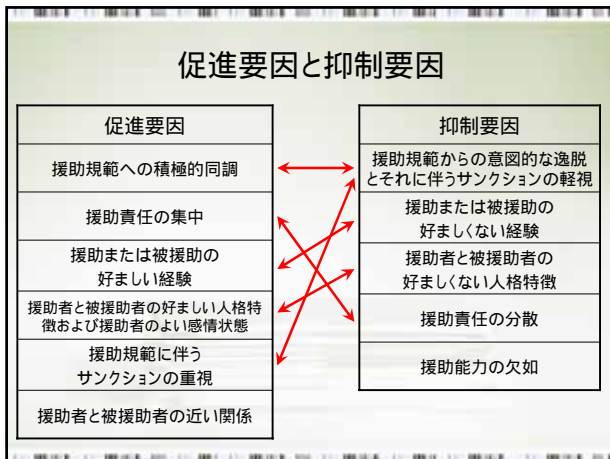
- 援助できる人が複数人いて、誰かが自分より被援助者の近くにいたり、誰かが既に援助を始めていたりすると、援助責任がその場の人に分散し、援助が起こりにくい

援助能力の欠如

- 援助する能力や資格が自分にはないと思うと、援助が起こりにくい

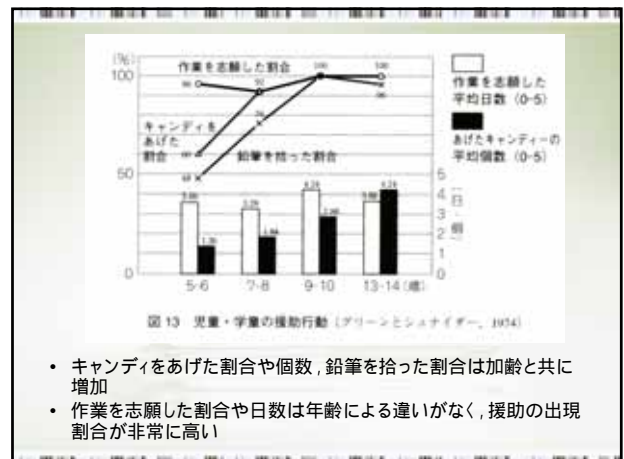
各援助行動の「起こりにくさ」

1	寄付・奉仕行動	x	X		x
2	分与・貸与行動	X			X X
3	緊急事態の援助				
4	労力が必要な援助	x		X	X x
5	迷子・遺失の援助	X			
6	対社会的弱者援助		X	x	x
7	小さな親切行動			x	X



援助行動と人間の発達

- グリーンとシュナイダーの実験(1974)
 - 児童が示す思いやり行動の比較
 - 参加者: 5~6歳, 7~8歳, 9~10歳, 13~14歳
 - 思いやり行動
 - 他の児童にキャンディを分け与える
 - 誤って床に落とした鉛筆を拾う人を手助けする
 - 貧しい児童のために本を集める奉仕作業に志願する



- キャンディをあげた割合や個数, 鉛筆を拾った割合は加齢と共に増加
- 作業を志願した割合や日数は年齢による違いがなく, 援助の出現割合が非常に高い

援助行動の質的变化

- 中里の研究(1985)
 - ゲームの成果を分配する際の行動様式の発達的变化
 - 参加者: 小学校2年生, 3年生, 6年生
 - 分配行動のパターン
 - 自己犠牲的行動
 - 自分の得点をゼロにして仲間に自分の得点のすべてを与える
 - 相互受益的行動
 - 自分と同じ得点を仲間にも分け与える
 - 利己的行動
 - 仲間に得点をまったく与えずにすべての得点を自分が独占する

援助行動の質的变化2

- 中里(1985)の結果
 - 学年が進むほど,
 - 自己犠牲的行動の増加に伴い, 相互受益的行動が減少
 - 利己的行動は減少
 - 援助行動の発達的变化
 - 幼少時の認知能力には限界があり, 他者の立場を理解する必要のある援助行動は発現しにくい
 - 単純な援助行動は発達水準にあまり影響されない

社会的学習理論による説明

- 社会的学習
 - 他者の影響を受けて、社会的習慣、態度、価値観、行動を習得していく学習
 - 強化(reinforcement)による習得
 - 賞がもらえる、賞賛される 正の強化
 - 処罰される、非難される 負の強化
 - 「当該状況において適切な行動は何か」に関する情報から学ぶ
 - モデリングによる習得(バンデューラ, 1971)
 - 他者の行動やその結果をモデルとして観察することにより、観察者の行動に変化が生じる
 - 大人や他の子どもの援助行動を観察し、そこから学ぶ

まとめ

- 「相手を思いやる」援助行動は、人間の(健全な)発達のおかげ
- 援助行動の発現は、個人的要因と社会的要因に左右される
- 特に社会的要因としての傍観者効果による責任の分散は現代社会における大きな問題

対人心理学I

第10回(2006/7/7):「ひとと争う」1

対人葛藤

- 社会の中の人間関係は、必ずしも友好的なものばかりではない
- 些細な意見や考え方の違いから言い争いになったり、喧嘩になったりすることもある
- 対人葛藤: 人々の間で生じる対立や争い (interpersonal conflict)



情報化社会と葛藤

- 「葛」...かずら 「藤」...ふじ いずれもつるを持つ植物



- 情報機器などの飛躍的發展により、われわれの世界は(心理的には)「狭く」なった
- 価値観が多様化し、異なる意見を持つ人々との相互作用機会が増えた
- さまざまな問題について、意見の不一致や利害の対立を経験する機会が増えた
- そのことにより、個々の心情や状況(つる)が絡まり合ってほどけにくくなる(葛藤)が生じることも多くなってきた

対人葛藤の心理学

- 対人葛藤のタイプと心理的影響
 - どのような種類があるのか
 - 人間心理にどのような影響をおよぼすのか
- 対人葛藤の解決
 - 葛藤に直面した時によりよい方向に処理するスキルにはどのようなものがあるのか



対人葛藤の心理学
専門家

葛藤の古典的定義

- レヴィン(1935)
 - 葛藤とは、2つ以上の対立する欲求がほぼ等しい強さで同時に存在し、行動の決定が困難な状況をいう
 - 個人内で生じる基本的な葛藤の3種類
 - 接近と接近
 - 回避と回避
 - 回避と接近

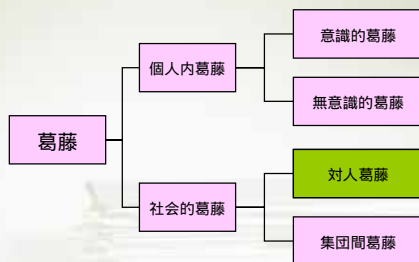


葛藤の古典的定義2

- ドイツ(1969)
 - 葛藤を2種類に分類
 - 個人内葛藤 (cf: レヴィンの定義)
 - 相容れない行動が個人内で起こったときに出現するもの
 - 社会的葛藤
 - 2人あるいはそれ以上の個人間や集団間で相容れない行動が起こったときに出現するもの



葛藤の分類



対人葛藤の定義

- レヴィンによる個人内葛藤の定義・分類ほど明確なものはない(状況が複雑なので難しい)
- より包括的に定義すると...
 - 個人の行動、感情、願望、期待が他者によって妨害された状態(大淵, 1996)



大淵憲一先生



満たされない自己像
現代人の心理と対人葛藤
(ちくま新書)

対人葛藤の3タイプ(トーマス, 1992)

- 利害の葛藤
 - 目標(願望, 期待, 要求など)の相違
- 認知の葛藤
 - 判断(意見, 見解など)の相違
- 規範の葛藤
 - 行動基準(道徳, 正義, 倫理など)の相違
- 実際の葛藤は複数のタイプが絡み合ったものが多い



対人葛藤の影響

- 葛藤が適切に解決された場合
 - 個人にも人間関係にも有益な影響をおよぼす
 - 例: サークルで意見が対立している相手を食事に誘い、大いに本音を語ってお互い理解し合えた
「困難な事態を自分の力で克服できた」という自己効力感が向上
相互の理解や信頼感が得られる
サークルに対する熱意やコミットメントも強まる
- 葛藤が適切に解決できなかった場合
 - 個人にも人間関係にもダメージが大きい
 - 例: サークルで意見が対立している相手を食事に誘ったが、かえって言い争いになってしまい、互いの溝が深まった
「困難な事態を自分の力で克服できなかった」と自己評価が低下
相手やサークルそのものに対するコミットメントが低下する

対人葛藤の深刻な影響

- 建設的な葛藤解決がおこなえない場合
 - 抑うつ、ノイローゼなど個人病理への影響
 - 紛争や犯罪など社会的病理への影響
- では、どうすればよいのだろうか？

対人葛藤とのつきあい方

- 対人葛藤を避ける？
 - 人はそれぞれ多様な個性をもっている
 - 多様な人々が出会う中で、対立や争いが起きるのは必然
 - 無理に避けようとしても、避けきれずに無力感に陥るのみ
- 対人葛藤は避けられない
 - と、まず、あきらめる
 - 直面したときに「いかに対処すべきか」を考える
 - 対処のための具体的な方法を身につける
- 具体的な方法とは？ ...次回に続く

前期試験について

- 試験を含め、評価に関する詳細は7/18にお話しします
- 確認テストのスコアも7/18にはフィードバックします
- 試験は、記述式です
- 教科書、資料、ノートは持ち込み可です
- その場で「考えてもらう」タイプの出題をしています

進路相談会の感想

- 配布したマークカードに、進路相談会の感想を書いてください
- その際は、自分が主に聞いた話の内容(例:内定者の体験、臨床現場勤務者の体験談、等)も必ず明記してください

対人心理学I

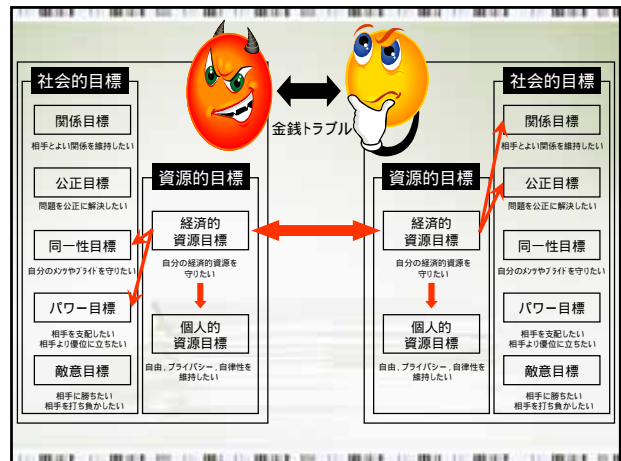
第11回(2006/7/14):「ひとと争う」2

対人葛藤の心理学

- 対人葛藤のタイプと心理的影響
 - どのような種類があるのか
 - 人間心理にどのような影響をおよぼすのか
- 対人葛藤の解決
 - 葛藤に直面した時によりよい方向に処理するスキルにはどのようなものがあるのか

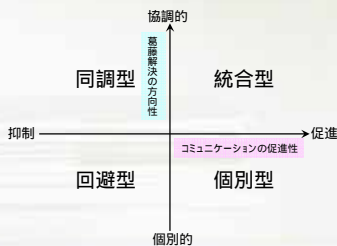
葛藤解決の目標

- 何のために葛藤を解決するのか?
- 動機の多元性 (大淵とテデスキー, 1997)
 - 資源的目標
 - 経済的資源, 個人的資源の保護
 - 社会的目標
 - 人間関係維持, 公正回復, 同一性保護, パワー獲得, 敵意
 - 特定の目標だけが喚起されて葛藤解決が志向され, 進行するのではなく, 多元的に変化・複雑化する



葛藤解決方略

- 藤森(1992)の研究
 - 男子大学生への面接により葛藤解決方略を尋ね, 12個の方略を抽出し, それらを2次元軸で分類・整理した
- 回避型
- 同調型
- 個別型
- 統合型



回避型

- 無行動
 - 問題を我慢し, 解決のための具体的な方法をとらない
- 相手の回避
 - 相手と話さないようにしたり, 会わないようにする
- 暗示・例示
 - 問題があることを明確に述べないで, そのことを冗談に言ったり, 暗示したり, 行動で示そうとする

同調型

- 共感的調整
 - 相手の気持ちや要求を察し, それに沿うように振る舞う
- 表面的同調
 - 自分の意見や考えには反するが, 表面的には相手の意見や要求を受け入れる
- 内面的同調
 - 相手の要求を受け入れ, それに従う

個別型

- 要求・命令
 - 自分の望みを受け入れるように要求したり, 命令する
- 説得
 - 理由をあげて, 自分の望みを受け入れるように説得する
- 依頼
 - 自分の望みを受け入れるように, お願いする

統合型

- 開示
 - 相手を非難したり、相手の一方的な譲歩を求めたりせず、自分の行動の理由・感情・認識など、葛藤についての理解を促進するような情報を提供する
- 協力的提案
 - 相手を非難したり、相手の一方的な譲歩を求めたりせず、相互に受け入れ可能な解決案を示し、話し合う
- 相手への接近
 - こちらから挨拶したり、話しかけたりする

どの解決方略がよく使われるか？

- 藤森(1989)
 - どの方略がどのような相手にどの程度使われたか

	先輩	同輩	後輩	合計
回避型	41.6	43.8	14.6	100(48)
同調型	65.0	30.0	5.0	100(20)
個別型	14.3	57.1	28.6	100(21)
統合型	15.4	61.5	23.1	100(13)

解決方略の使用と帰属

- 帰属
 - 自分や他者の行動、あるいは環境内に生起するさまざまな出来事に対して因果関係や属性の解釈をおこなうこと
- 解決に向けての相手の協力性との関連
 - 回避型:
 - 相手が非協力的と帰属するとき
 - 同調型:
 - Aは葛藤の責任がA自身にはないと思われているが、BはAに責任があり、B自身には責任がないと思っていると推測したとき
 - 個別型:
 - 葛藤の責任が相手にあり、そのことを相手も認めているとき
 - 統合型:
 - 相手が協力的と帰属するとき

どの解決方略が有効か？

- 藤森(1989)
 - 最終的な解決方略の使用と解決の有無

	解決	未解決	合計
回避型	43.6	56.4	100(39)
同調型	61.6	38.9	100(18)
個別型	73.3	26.7	100(15)
統合型	80.0	20.0	100(10)

↑多く使われる方略は、
↓未解決に陥りやすい

葛藤解決における認知的バイアス

- 人間の情報処理はコンピュータとは異なる
 - 常に決まったルールが存在するわけではない
 - 常にルール通りに処理されるわけではない
 - 誰もが同じルールを持っているわけではない
- 認知的バイアス
 - 対人葛藤状況を当事者同士が「正しく」認識できないこと
 - 状況理解を歪めたり、誤った推測を促進する

固定資源知覚(トンプソンとハスティー, 1990)

- 対人葛藤の争点が複数ある場合、当事者は「自分が重視している争点は相手も重視しているはずだ」と思い込み、利害が真っ向から対立していると思いがちな傾向
- 例: 恋人と週末どこで過ごそうかを相談している場面

男「今度も海に行こうよ！」
 女「(またサーフィンがしたいって言うんだわ。私はサーフィン嫌いだし、日焼けするのが嫌なのよ)海はいやだなあ、高原にしましょよ」
 男「なんでだよ！海がいいじゃん！！」
 女「嫌ったら嫌なの！高原がいいの！！」
 男「...じゃあもう今度の週末は外出はやめだ！！」

公平バイアス

- 自分の主張や自分にとって有利な結果を「公平」と判断すること
- 人間の認知判断は自己利益への関心に影響されやすい
- 自分の利益の絶対的大きさよりも、相手との比較による相対的価値を重視するため、バランスの取れた解決を目指しているながら、客観的に公平なものを公平と受け取れない場合がある
- 当事者双方が自分が信ずる「公平」をあくまでも求め続けると、葛藤解決は暗礁に乗り上げる

適切な葛藤解決のために

トラブルになりそうとき...

感情のままに行動しない

- 対人葛藤は、怒り(悲しみ、驚愕、落胆)の情動(emotion)を伴うことが多い
 - 情動:急速に生起する激しい感情
 - 発汗、動悸、口の渇きなどの生理反応を伴う
 - 比較的短時間で消失する
- 激しい情動が喚起されているときは合理的思考ができないので、その赴くままに葛藤に対処しようとすると失敗しがち



深呼吸と自己会話

- 意識的に深い呼吸をして、自己会話をする
 - 「落ち着け」「冷静になれ」「10まで数える」など短い言葉で自分に言い聞かせる
- 客観的に葛藤場면을眺める
 - 舞台上の自分と相手を上方から見つめるようなイメージ
- 感情をコントロールする
 - 葛藤に対する自分の思考パターンの点検
 - 従属的、消極的、競争的な思考になっていないか?
 - 個人的ルールの点検
 - 「ねばならない」的なルールを適用しようとしていないか?
 - 個人的ルールを書き換え、思考パターンを切り替える
 - 相対的で柔軟なルールを適用し、自律的、積極的、協力的、共感的、未来重視的な思考に切り替えようとする

非難をかわす

- こちらが感情をコントロールして冷静に対処しようとしても、相手が言語的に攻撃してくる場合もある
- まともなぶつかり合うのは、得策ではない
 - 反射の戦術...相手の言葉の一部や主旨をオウム返し
 - 分散の戦術...相手の批判や非難の一部を認める
 - 質問の戦術...上記のいずれか/両方を使った後に相手の言い分をさらに詳しく尋ねる
 - フィードバックの戦術...批判や非難の「内容」ではなく「方法」についてフィードバックする
 - 延期の戦術...その場での反論を避け、対応を先送りする

相手についてもっと知る

- 認知的バイアスによる葛藤解決の困難化を避ける
- まず「自分の見ている相手の姿は不正確で歪んでいる」ことを自覚した上で、相手に関する情報量を増やす
- 相手のことをよく考え直す
 - なぜこんなことを言っているのか?(感情状態への注目)
 - 何がこのようなことを言わせているのか?(外的要因への注目)
- 相手に関する情報を多方面から得る

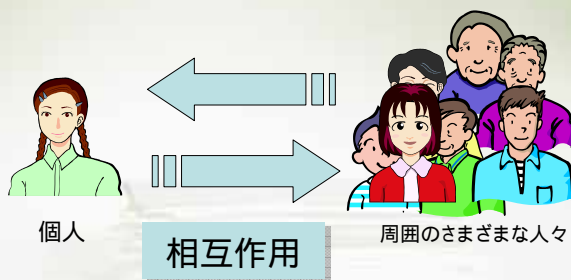
まとめ

- 現代社会を生きる上で対人葛藤は避けられないものと思える
- 発生当初は単純でも、さまざまな原因が絡み合い、解決目標も多様化する場合が多い
- 自分自身や関係に生かせるような建設的な解決を目指すことが重要
- 建設的な解決のためには、不可避の認知的バイアスに冷静に対処することが必要

対人心理学I

第12回(2006/7/18):まとめ

対人行動



さまざまな相互作用のかたち

- 人に伝える ...自己呈示
- 人を好きになる ...対人魅力
- 人を助ける ...援助行動
- 人と争う ...対人葛藤



自己呈示

- 自分がどのような人間であるかを他者に対して示す行動
- 特に、自分が伝えたい特定の印象を相手に与えるように自分を語る行動
 - cf. ありのままの自分を語る:自己開示
- どういう意図でどのような自己呈示がなされるのか?
- どのような手がかりが用いられるのか?

対人魅力

- 人が他者に対して抱く好意や嫌悪
- 親密な関係の形成
 - 人はなぜ他者に好意をもつのか
- 親密な関係の発展
 - どのように関係は発展するのか
 - 恋愛関係の種類
- 親密な関係の崩壊
 - なぜ関係は崩壊するのか
 - その時、人はどのようにふるまうのか



援助行動

- 他者に利益をもたらそうという意図をもった自発的な行動
- 援助行動の種類
 - 日常生活でおこなわれるさまざまな援助行動
- 援助行動の規定因
 - 援助行動をする理由, しない理由
 - 援助行動と発達段階

対人葛藤

- 個人の行動, 感情, 願望, 期待が他者によって妨害された状態
- 対人葛藤のタイプと心理的影響
 - どのような種類があるのか
 - 人間心理にどのような影響をおよぼすのか
- 対人葛藤の解決
 - 葛藤に直面した時によりよい方向に処理するスキルにはどのようなものがあるのか

試験について

- 記述式(一部選択式)
- 4題出題されるうち1題必須, 残り4題から1題選択
 - 対人魅力...必須
 - 対人魅力...選択
 - 自己呈示...選択
 - 対人魅力...選択
 - 援助行動...選択

いずれか1題を選択
2題以上選択・解答してある場合は,
点数のよい方を採用
- テーマに関する研究論文(授業では紹介していないもの)を読み, 設問に解答する形式

成績評価

- 期末試験 60点
 - 1問30点 × 2問選択
 - ただし, 選択問題については,
各設問の平均値に有意差があった場合は, 得点調整をおこなう
- 毎回の復習テストの成績 20点
 - 毎回5問 × 1点 × 10回 ÷ 2.5 (端数四捨五入)
- 大福帳の内容(講義の要約) 15点
 - 0点, 5点, 10点, 15点の4段階評価(最頻値10点)
- 出席(大福帳の提出状況) 5点
 - 2回目以降の出席回数 ÷ 11 × 5 (端数四捨五入)

欠席等の考慮について

- 書類の提出があった場合のみ下記の対応をする
 - 復習テストの成績: 該当回の平均点で置き換え
 - 今日の大福帳に上記対応済, 第1~9回の得点を記入しています
 - この得点に今日の得点を加算したものを2.5で割った得点が成績評価に反映されます
 - 大福帳の内容: 対応なし
 - 出席: 出席とみなす
- 書類の提出は試験前日までとする
- 試験当日以降は一切受け付けない

これまでの資料

- 復習テストの回答
- 配布資料
 - どちらもまとめて三浦のウェブサイトからダウンロードできるようにしておくので, 自力で入手すること
 - プリントアウト版の再配布の要望には一切応じられない

<http://www.team1mile.com/asarin/>