

# こころの未来研究センター滞在記

ベス・モーリング (フルブライト研究員、デラウェア大学心理学部准教授)  
Beth Morling

真夏の京都でこの文章を書いている。私たち家族が昨年2010年8月に到着したときと同じく、蒸し暑い中、蝉の声が響いている。今年7月末までの11か月間、京都に滞在させていただいた。私はアメリカのデラウェア大学心理学部准教授で、社会・文化心理学を専門としている。サバティカルの機会に、幸運にも日米教育委員会によるフルブライト助成を受け、京都大学こころの未来研究センターの受け入れにより京都に滞在させていただくことができた。

この1年で研究、教育、家族生活など、さまざまな点において豊かな経験を得ることができた。私の受けたフルブライト助成は「授業・研究」についてのもので、日本で研究プロジェクトを実施するだけではなく、1学期に2コース、これを2学期分教えることになった。研究と教育の両方で、こころの未来研究センターの内田由紀子准教授と共同して行った。

## ソーシャル・サポートの 日米比較研究

人々は他者から受け取るサポートについてどのように認識しているのか。これが我々の研究テーマである。先行研究 (Kim *et al.*, 2008など) では、北米に生きる人々は身近な人たちに明確にサポートを「頼む」ことにより、ストレスに対処する傾向があることが指摘されている。これに対して、アジア人やアジア系のアメリカ人たちは、サポートを依頼することについて、北米のヨーロッパ系に比べると積極的ではないという。さらに実験室において、実験者から

の指示によりサポートを他者に求めた場合でも、彼らがそこから得るポジティブな効果は相対的に小さいことが示されている。なぜだろう？

その1つの可能性は、アジアの文化は義務感によって行動が導かれるという原理があるため、人に助けを求めると相手に負担をかけてしまうという懸念が働くことによるものである。これに対して北米文化においては、人々は義務感ではなく自由意志によって動いていると考えられている。したがって、助けを求めることは義務感を相手に与えるものではなく、行動についての1つのサジェスチョンを与えるに過ぎない。

この先行研究に着想を得て、内田准教授と私は2年前に研究をスタートさせた。まず私たちは日本とアメリカの大学生・社会人に、実際に他者から受け取ったサポートの例 (たとえば親が自分の仕事や学業に関してアドバイスをくれたときのことなど) を記載してもらった。集められたサポート状況の記述を今度は別のアメリカ人学生たちに読んでもらい、さまざまな判断を行ってもらった。私がセンターに滞在し始めてから、日本人の学生たちにも同じ課題

を行ってもらった。オフィスアシスタントによる研究支援や研究に必要な品々を整えてくれたセンターの支援に感謝している。そして何より大切なこととして、センターの研究者仲間たちとの日々の会話から多くのものを得ることができた。彼らの助けによってデータ解析や研究上の疑問などについての考えをクリアにしていくことができた。

我々のデータは2つの興味深い発見を提供してくれた。1つは日本のソーシャル・サポートについてである。日本のサポートはそれが「情緒的」なサポート、つまり、受け取った人が「相手から気にかけている」と感じることができるとようなサポートであるときには、ポジティブな効果を持っていた。それは物品の貸与のような目に見える手助けやアドバイスなどの「問題解決型」のサポートよりも効果的で、受け手によりよい感情を経験させやすかった。

もう1つは、北米でのソーシャル・サポートについてである。アメリカで収集されたサポート状況は、日本のそれとは異なり、情緒的か問題解決型かという区分はさほど問題にならなかった。むしろサポートが「自



教育学研究科国際教育フロンティアのアカデミック・イングリッシュのクラス (前列右から3人が筆者、その左が内田准教授)

分の依頼した」ものであったかどうか、ということのほうが重要であった。アメリカ人は「頼まなかった」(けれども受け取った)サポートによって、自分をより有能に感じ、サポートについてポジティブに感じ取っていた。彼らは友人や家族が義務感からではなく、自らの意志で自分にサポートを提供してくれたことに意義を見いだすのだろう。

## 日本での授業

研究をともに進めることに加え、内田准教授とともに2学期間、2つずつの授業を教えた。総合人間学部での「学部特殊講義：こころの科学」で文化心理学を教えた。そして大学院教育学研究科では「国際教育フロンティア」でアカデミック・イングリッシュの授業を担当した。日本でのこれらの授業は「親近」と「新規」の両方の感覚をもたらした。日本の大学での授業は新しい経験であった。まずアメリカでの授業よりも開講頻度が少ない(日本の授業は週1回だが、私のアメリカでのコースでは週に2、3回)。授業に出てくる学生たちは他の授業を多く抱えている(日本では週に10から12の別々の授業をうけるが、アメリカでは1学期に3、4コース)。日本の文化心理学のクラスの学生たちは授業中めったに発言しなかった。それは考えたり、話を聞いたりしているからだということがわかったのは、毎回の授業の最後に提出されるコメントシートからであった。

大学院のアカデミック・イングリッシュの授業は、英語を教えたことのない私にとってまったく新しいものであった。しかしながら、私はここで「親近感」をも感じた。授業は「英語」そのものを教えるというものではなく、研究で用いるような会話、論文執筆、ディスカッションのスキルを教え、国際的なアカデミックの場での成功を目指すものだったからだ。彼らのほとんどは、最初は

遠慮がちで慎重だったが、より自信を持ってしっかり自己主張できる英語話者、書き手となっていった。この大学院のクラスは私たちが共通の基盤を持っているからか、しばしば笑いも起こるなど、活気ある雰囲気だった。

## 一家五人での京都暮らし

この1年のことを語るとき、家族とともに京都で過ごした日々のすばらしい経験を抜きにすることはできないだろう。フルブライトはアメリカ国務省との共同プログラムであり、私たちは「文化大使」として、日本の文化や生活習慣を経験するためにできることを行った。

3人の息子、マックス(10歳)、アレック・ヒューゴ(ともに7歳)はインターナショナルスクールに入校した。そこでは授業は英語で行われるものの、多くの同級生は日本人であり、息子たちはいくつかの日本語を覚えてきた(男の子たちが話したがる言葉を想像してみしてほしい!)。息子たちは玄関で靴を脱いできちんとそろえ、外に向け直すことを覚えた。漫画や相撲、テレビを楽しみ、ラーメン、鯛焼き、焼きそば、焼き肉、寿司、京都のすばらしいお豆腐が彼らの新しい好物となった。おばあちゃんたちが彼らのブロードの髪をなでたり、お箸の使い方がうまいと褒めたりして可愛がってくれる間じっとしていることも覚えた。京都が大きくにぎやかな街でありながら、彼らの歳で安全に地下鉄に1人で乗ることができ、お店にお使いに走っていける街であることも。

数多くの小さな親切についても思い出すことができる。アレックが牛乳を買ってきたときには、レジの人が注意深くおつりとレシートを小さな鞆の中にきちんとまとめてくれた。ヒューゴの自転車のチェーンが外れたときには、通りすがりの男性が跪き、一瞬でチェーンを元に戻してくれた。近所のおじさんは自転



双子の息子(アレック、ヒューゴ)、7歳の誕生日に金閣寺の鐘を鳴らす。長男のマックス、夫のダリン・ポチャン氏とともに

車でスピードを出さないように、車に気をつけるようにと声をかけてくれた……などなど。

私たちは本州を旅してまわった。それらの場所の多くはこころの未来研究センターの友人たちに勧めてもらったものだ。嵐山、彦根城、福井、信楽、天橋立、鴨川での遊び、大宮交通公園など。数十のお寺を訪れ、大小のお祭りをみてまわった。

また、この1年で京都の現代生活を経験することができた。実に公共交通機関からゴミの分別まで。

## 終わりに

フルブライトプログラムの1つの目標は、奨励研究者たちが友好関係や共同研究を築き、それによってつながった人々の研究生活や私生活をよりよいものにすることにある。その意味で、このプログラムは成功したといえるだろう。今年出会ったすばらしい友人たちに別れを告げなければならないことには胸が張り裂ける思いである。しかし私たちは互いの国を結ぶ新しい関係を築くことができた。輝ける1年の、その大部分を担ってくれた、こころの未来研究センターの公私にわたるサポートに感謝している。

(翻訳：内田由紀子)