

# 感情・認知機能におよぼす他者・モノの影響

吉川左紀子（こころの未来研究センター長）

## ■プロジェクトの目的

他者に見られることや他者の存在によって、人のこころの状態や行動は大きな影響を受ける。それは、目の前にある課題に対する集中力を低下させるといった負の影響を及ぼすこともあれば、逆に注目されることによって認知機能が促進され、課題の遂行成績が上がる場合もある。また、仏像のように、実際の人ではなくモノであっても、その存在が人の注意をひきつけ、ときには畏怖や安堵の感情を引き起こして、人の認知、感情、行動に持続的な影響を及ぼすことがある。さらに、心理臨床のカウンセリングでは、クライアントの描画や箱庭作成過程を「見守る人」の重要性が、古くから経験的に知られている。このプロジェクトでは、こうした、人のこころや行動のさまざまな側面に及ぶ他者・モノの影響について、認知科学、臨床心理学、リハビリテーション学などさまざまな視点から具体的に明らかにすることを目指している。以下に紹介するのは、「課題に直接関係のない、周辺にある笑顔が、ターゲットの検出と判断を、非常に早い時間帯で促進する」ことを実証した認知科学分野の研究である。この研究は上田祥行研究員が担当した。

## ■周囲にある笑顔が

### パフォーマンスを高める

パソコンを用いて視覚探索課題を行い、モニターの周辺部に提示される、課題には無関係な表情写真が、視覚探索課題のパフォーマンスにおよぼす影響を調べた。今回用いた視覚探索課題は、モニター画面の中央部に提示されるたくさんのLの文字の中からTの文字（ターゲット）をできるだけ早く探す、という課題で、実験参加者は、ターゲットを見つけたらすばやく反応キ

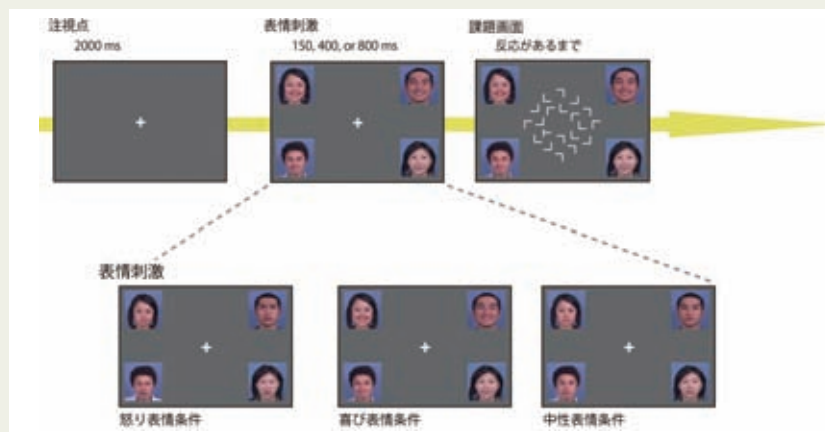


図1 視覚探索課題の1試行の流れと各条件の模式図

ーを押すように教示された。

この実験のポイントは、視覚探索課題の刺激が提示される前に、モニターの4すみに表れる、怒りや喜び、あるいは中性の表情写真にある（図1）。これらの表情写真は、課題とは直接関係のない情報なので、ターゲットを素早く見つけて反応キーを押すためには、写真を無視してモニターの中央部に注意を集中する必要がある。このとき、表情写真はターゲットに対する反応時間にどんな影響をおよぼすのか、単純に考えれば、課題に対する注意を逸らすような周辺の表情写真は、反応時間を「遅くする」と予想されるだろう。

では、結果はどうなったのか。図2は怒り、喜び、中性の表情写真が表れる、それぞれの条件での視覚探索課題の反応時間で、数値が小さいほど課題に対するパフォーマンスが効率よく実行できたことを示している。図2を見ると、探索刺激よりも800ミリ秒前に、喜びの表情写真が呈示されたとき、反応時間が短くなっていることが分かる。こうした促進効果は、怒り表情や中性表情ではみられない。この結果は、周辺にある「喜び表情」、つまり知覚者に快の感情を喚起させる表情が、800ミリ秒というごく短い時間で、注意のプ

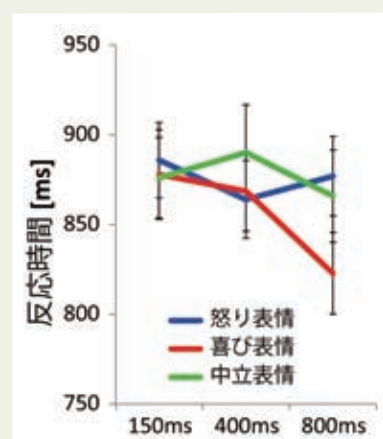


図2 視覚探索課題の反応時間

ロセスに促進的な影響をおよぼしたことを示している。

当初、課題に無関連な周辺の表情写真は、課題に対する注意を逸らし、パフォーマンスの効率を下げるのではないかと思われた。ところが、予想に反して、喜びの表情写真は、逆に反応を促進することが分かったのである。さらに次の実験では、モザイク画像など、表情写真以外の条件も加えて検討した。その結果、喜び表情による視覚探索時間の促進は、表情以外の画像との比較でも確認された。今後、促進効果の生じる仕組みについて、眼球運動の計測結果などを手がかりにさらに検討してゆく計画である。

## 研究プロジェクト

## 共感的対話の相互作用性

吉川左紀子（こころの未来研究センター長）・長岡千賀（こころの未来研究センター研究員）

## ■目的

人は、心理療法のカウンセラーと対話することで、自分の抱えている悩みを乗り越えることができたり、抱える問題に対する新しい解決法を思いついたり、悩み自体を客観的に捉えられるようになったりする。こうした、話し手の心に変化をもたらす対話、心の成長を促す対話とはどのようなものだろうか。また、カウンセリングのような長期間にわたる対話を動機づける要因は何か、対話が自己認識におよぼす影響はどのようなものか。本研究プロジェクトでは、心理臨床のカウンセリング対話に特に焦点をあて、人間にとって「対話すること」がもつ意味をさまざまな角度から実証的に検討し、明らかにすることを目的としている。このため、次の2つの観点から検討を進めている。

## ■臨床対話のマクロ的時系列構造の解明

聴き手が心理臨床の専門家（以降、臨床家）である場合と、専門家でない人（以降、非臨床家）の場合に、話し手との対話にはどのような違いがあるだろうか。また、熟練した臨床家と経験の浅い臨床家にはどのような違いがあるだろうか。これらの比較を通して優れた聴き手、上手な聴き手のもつ特性を明らかにすることを、本研究の第1の目的とした。このため、実際のカウンセリングと非常に近い設定で収録されたロールプレイのカウンセリング対話、ならびに高校教師への悩み相談のロールプレイ対話を収録し、話し手および聞き手の発話と沈黙の構造、身体動作の同調性（2者の身体の動きがリズムカルに同期する現象）、発話形式、瞬目、周辺言語（「間」や発話速度など）などの物理量を分析指標として

分析を行った。

身体の動きの同調性を分析するために、本研究では、コンピュータによるビデオ映像解析によって身体動作の同調傾向の程度を評価する方法を開発した（小森・長岡、認知心理学研究、2010）。この手法では、同調性がどの程度の強さか（図1における色）、時間経過とともにどうに変化するか（図1における縦方向の変化）、および誰が他方にどれくらい遅れて動いたか（図1における横方向の変化）を求めることができる。「対話が全体として良い感じで進んだ」と評価された事例（高評価事例）と「対話が表層的で深まらない」と評価された事例（低評価事例）のビデオを素材にして解析した。その結果、低評価事例ではクライアントとカウンセラーの身体動作に同調性がほとんど観察されないのに対して、高評価事例では強い同調性が生じていることが示された。さらに高評価事例では、時間経過に伴って若干同調性の強さは変化するものの、対話中一貫して、クライアントの動作から0.5秒遅れてカウンセラーの動作が生じていることが明らかになった。この様子はカウンセラーがクライアントの語りの流れに「沿う」姿勢を反映していると考えられた。

## ■発話理解における臨床家の専門知

臨床家がクライアントの発話をどのように理解しているのかを調べるために、臨床家群と非臨床家群の実験参加者各々に心理面接ビデオの一部を視聴

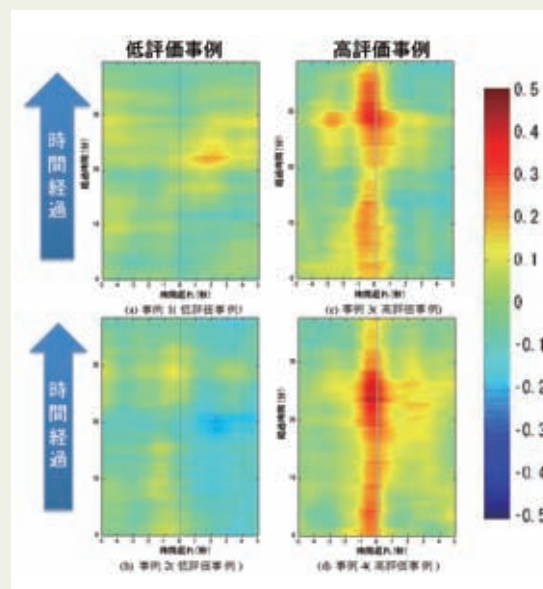


図1 クライアントとカウンセラーの身体動作の同調性

させ、クライアントの発話内容を再生させる実験を行った。その結果、臨床家と非臨床家の間、および、実践経験が6年に満たない初心者と6年以上の経験者との間に、再生量の相違が認められた。また、再生された内容を分析した結果は、臨床的訓練を受け、臨床経験を積むことによって、専門家としてのクライアントの発話理解の枠組みが作られることを示唆していた。

## ■今後の展望

これまで得た非言語的行動の定量的データと、クライアントとカウンセラーの発話との対応をより詳細に検討することより、上手な聴き手のもつ特性、ならびに、話し手のこころの変化のプロセスに関して考察するデータを得る。さらに、隣接領域からの批判的見解もふまえ、臨床の「知」に関わる実証研究の可能性と限界について考察する。また、これまで約7年間にわたる一連の成果を統合して書籍として出版し、「対話すること」の意味に関する新たな研究成果を発信する。

## 社会的ネットワークの機能と性質：「つなぐ」役割の検証

内田由紀子（こころの未来研究センター准教授）・竹村幸祐（こころの未来研究センター特定研究員）

### ■研究目的

本研究は、人と人とのつながりが形成される過程と、つながりの中でもたらされる社会的サポートの効果の検討を目的としている。本研究では、農業コミュニティにおける社会的ネットワークの構築スキルと、その機能に注目した。日本文化の相互協調的対人関係は、農業コミュニティのあり方をひとつの基盤として形成されてきたと考えられている。そこで、農業コミュニティにおける社会的ネットワークの構築・維持を職務のひとつとする普及指導員の役割に注目し、普及指導員を対象とした調査を実施した。

### ■背景

農業コミュニティにおいてネットワーク形成を支援することの重要性やそのための普及指導員のスキルについて検討するべく、近畿農政局ならびに近畿ブロック普及活動研究会の協力を得て、2009年度に近畿6府県の普及指導員を対象とする調査を実施した。その結果、普及指導員が実施する多種多様な支援の中でも、関係機関との連携調整や農業者同士の連携の支援など、社会的ネットワークの構築・維持に関わるタイプの支援が特に効果を持ちやすい（農業コミュニティの様々な問題を解決しやすい）ことが明らかにされた。また、こうした支援を行うための普及指導員自身のスキルの獲得に関連して、社会的ネットワークに関係すると考えられる特質（特に、人を育成・統率する力）を持つ「先輩普及指導員」が身近に存在することの重要性が明らかにされた。以上の知見は、農業コミュニティにおいてネットワーク形成を支援することの重要性を示すとともに、そのためのスキルが伝達される条件（具体的には、On the Job Training

の有効性）に関して重要な示唆を与えている。しかしながら、調査対象が近畿6府県の普及指導員に限定されるなど、大きな限界を抱えていた。

### ■本年度の調査

そこで2010年度には、全国農業改良普及職員協議会の協力を得て、全国の普及指導員を対象とした調査を実施した。この調査の実施により、主に次の3点が可能となる。第1に、2009年度の調査に参加した近畿の普及指導員にも改めて調査に参加してもらうことで、2009年度から2010年度にかけての時系列変化を検討することが可能になる。これにより、普及活動が農業コミュニティ内の社会的ネットワークの発展に実際に寄与しているかどうかを検討することができる。第2に、全国の普及指導員を対象にした調査の実施により、2009年度の調査で得られた知見が近畿6府県を超えて一般化できるか検討することが可能となる。第3に、これに関連して、地域ごとに異なる効果が得られた場合、その地域に特異的な結果をもたらす条件（地域社会の特徴など、普及指導員の活動にとって環境サイドの条件）の効果を検討することが可能となる。

この全国調査のデータの解析は現在進行形で進展中であるが、上述した近畿調査の知見が全国のデータでも概ね再現されることが確認されている。すなわち、様々な普及活動の中でも、社会的ネットワークの構築・維持に関わるタイプの支援が特に効果を持ちやすいこと、また、社会的ネットワークに関係すると考えられる特質を持つ普及指導員の存在が、本人以外の周囲の普及指導員にもポジティブな影響をもたらすことが確認できている。今後、上述の時系列変化の分析や、地域の特色

のもたらす効果の検討など、さらに詳細な分析を進める予定である。

また、2010年度には、全国の普及指導員を対象とした調査だけでなく、他種の公務員（事務職など）を対象とした調査も実施された。この調査は普及指導員を対象とした2010年度の全国調査と比較可能なように設計されている。このデータを用いて普及指導員と他種の公務員を比較することにより、普及指導員の特徴をより明確にすることが可能となる。このデータの分析も現在進行中である。

### ■対外活動ならびに成果の発表

2009年度の近畿調査の結果は、学術専門誌『社会技術研究論文集』に掲載された（掲載は2011年4月）。ただし本プロジェクトでは、研究成果を学術専門誌に発表することだけでなく、現場の普及指導員に調査結果をフィードバックすることを重視している。そこで、2010年度には、岡山県ならびに山形県にて普及指導員の研修大会に参加し、調査結果をフィードバックする講演を行った。同時に、研修大会にて調査結果に関する質疑応答を行い、現場の普及指導員の視点から本調査の結果がどのように理解されるのか、情報収集を行った。また、同じく調査結果に基づいた論考を普及事業の機関誌である『技術と普及』に掲載するとともに、調査結果の詳細をまとめた報告書をWEB上に掲載し、近畿農政局などの協力を得て広く告知した。なお、2010年度の全国調査の結果から、『技術と普及』の論考は少なくとも1,000名の普及指導員に読まれたことが確認されている。

## 研究プロジェクト

# 新人看護師のストレス予防とSOC改善調査

カール・ベッカー（こころの未来研究センター教授）

## ■背景・目的

看護師という職業には「白衣の天使」といったように患者からすればあたたかなイメージが付与されがちである一方で、現場では沈着冷静な行動が求められるというギャップがある。このようなギャップや、医療や看護に求められる内容と質の刻々とした変化などにより、看護師はバーンアウトが起こりやすいと言われている。バーンアウトはストレスに由来する現象であるが、受け手によってストレスの性質を感じる程度は異なる。

看護師のストレスの予防や軽減のために、これまで様々な教育や介入が試みられてきたが、功を奏しているとは言い難い。そこで、個人のストレス対処能力としてアントノフスキーのSOC=Sense of Coherenceが注目されている。

SOCは3つの感覚にわけられる。第1は、把握可能感=自分の置かれている状況を理解・把握できるという感覚。第2は、処理可能感=起こっていることを処理できる、何とかやっていけるという感覚。そして、第3は、有意味感=日々の営みにやりがいや意味を感じられる感覚である(山崎、2008)。こうした感覚をバランスよく持つ者は、ストレスが強くかかる状況下にあっても、うまく対処できると言える。これまでに、SOCが高い看護師ほどバーンアウトをおこしにくいことが報告されている(Baker, 1997; Tselebis, 2001; 岩谷・渡邊・國方, 2008)。

特に新卒の看護師の場合、学生から社会人への移行と、今までにない経験をすることからリアリティショックが生じ、バーンアウトに陥る傾向がある。看護師のSOC形成(通常、20代で形成されると言われている)においても重要である1年目に着目し、SOCがバー

ンアウトに直接的に影響を与えるのではないかという仮説のもと、(1)SOCとストレス、(2)SOCとバーンアウト、(3)ストレスとバーンアウトの関係を明らかにしようとした。

## ■方法

近畿2府4県の全病院に調査協力の依頼を行い、承諾を得られた病院に質問紙を郵送し、病院の各担当者を通じて、研修の場を利用し新人看護師に配布・回収を行った。同一内容の質問紙調査を年4回行い、経時変化を捉える。質問紙の内容は以下の通りである。

- 1)フェイスシート:年齢、性別、結婚歴、学歴、採用資格、勤務場所、通勤時間・方法、住環境、相談相手、治療中の疾病、ストレス解消手段、食生活、勤務形態等
- 2)SOC尺度:13項目{把握可能感、処理可能感、有意味感} (東京大学大学院医学系研究科健康社会学・アントノフスキー研究会作成)
- 3)職業性ストレス尺度:仕事のストレス17項目、身体的ストレス11項目(旧労働省委託研究班「職業性ストレス簡易調査票」)
- 4)バーンアウト尺度:Maslach Burnout Inventory 22項目{情緒的疲弊、離人化、自己成就}

4回の調査時期は以下の通りである。

- 第1回:平成22年4月(卒後・就職直後のオリエンテーション)
- 第2回:平成22年6月(配属後・3カ月研修)
- 第3回:平成22年9月(夜勤開始・6カ月研修)
- 第4回:平成23年3月(卒後1年・1年研修)

現在、第4回目の調査結果が分析されているところであり、結果は第1・2回までのものが詳細に検討されてい

る。

## ■調査結果

近畿2府4県の全病院1,187件に依頼をしたところ、125の病院から承諾を得ることができた。第1回目・第2回目を通して回答した病院は114件、1,330であった。協力者の内訳は、男性9.2%、女性90.6%、平均年齢は24.1歳である。

最尤法・Promax回転による因子分析を行った結果、既存研究とは異なる因子構成を抽出した。

分析はまだ途中であるが、SOCとバーンアウト、ストレスの関係について報告する。

SOCの自己処理感が高い=自分の置かれている状況をよく理解・把握し、今後の見通しを立てることができる人ほど、仕事による精神的な疲労を感じることが少ない。また、SOCの有意味感の高い=自分の日々の生活や行動に価値を見出し、意義を感じている人ほど、自分の能力が仕事に反映され、達成感を感じ、患者に感情移入をした看護を行っているということが分かった。先行研究と同様、ストレス自体がバーンアウトに影響を与えてはいるが、SOCの方がより強く影響を与えていることが示唆された。

## ■今後の展開

本調査は現在継続中である。今後は、1年を通したSOC、ストレス、バーンアウトの変化と関係、またそれぞれの変化の要因について詳細に検討していきたい。さらに23年度の終了時に再度調査を行い、22年度の新人看護師が3年目を迎えるにあたってどのような心理的变化を生じているかを明らかにしていく予定である。

# 青年期の社会的適応:ひきこもり・ニートの文化心理学的検討

内田由紀子(こころの未来研究センター准教授)

## ■研究目的

内閣府の調査では20代～30代の若者の70万人がひきこもり状態にあると推測され、長い場合にはひきこもり期間は実に10年以上と、今や大きな家族・社会問題の1つになっている。こうしたニート・ひきこもりをカテゴリーとしてとらえるのではなく、いくつか共通する心理特性を同定し、スペクトラムとしてとらえ、若者のこころと日本文化との関連を明らかにしようとするのが本研究の試みである。その際には個人内の要因(たとえば精神疾患やパーソナリティに関わる要素)と社会・経済的要因(雇用の不安定さ)、文化的価値観(家族制度、親が子どもの責任をとるべきであるという価値観)の交差点として、ニート・ひきこもり傾向にある人たちの「動機づけ」(どんなときにやる気を持つことができるか)や社会への態度、価値観などに着目した研究を行うこととした。本研究においては社会心理学的・発達心理学的・臨床心理学的、そして実際にひきこもりの問題に携わるNPOの支援者の社会実学的視点により、日本文化、日本社会とひきこもり、ニートの心理傾向とのインタラクションを分析し、さらに、介入方法の効果などを検証した。

本研究は大きく分けて3点挙げられる。(1)当人とその家族の自己や関係性の認知について、質問紙やインタビュー調査を行い、家族関係や家族メンバーの認知構造と社会的役割との相互作用を検討する。その際、NPOなどで支援を受けている人だけではなく、大学に在籍している20代、30代の若者についても同様の調査を行う。(2)社会的要因(日本文化・社会構造)と感情やコミュニケーションの関係について、学生や社会人を対象に検証する。その際、アメリカなど他の地域と比較検討

する視点を持つことにより、日本文化の持つ構造と心理状態の関わりについて考察する。(3)NPOなどのひきこもり、ニート支援団体の介入方法を検討する。これらの視点を組み合わせ、社会心理学的に動機づけ、自己観、態度などを分析することにより、日本におけるひきこもりやニートについてどのようにアプローチしていくべきかを検討し、得られた知見をNPO組織や公的機関を含めて、社会に還元していくことが可能になると考えられる。また、アメリカなど他の地域と比較検討する視点を持つことにより、日本文化の持つ構造との関わりについて具体的に考察する。

## ■平成22年度の研究内容とその成果

NPO団体の協力により、ひきこもり状態にある若者とその家族への調査を行った。調査は2010年4月と8月に実施、支援が与える影響を検討した。また、比較対照群として、大学生データもあわせて収集した。具体的には、前年度に作成した「ニート・ひきこもり尺度(内田・ノラサクンキット、2010)」、感情状態、自己観、親の態度認知、不安感、抑鬱感などを調査項目に含めた。

平成21年度に実施した20代、30代の無職者1000名への調査の分析を詳細に進め、NPOで支援をうけているひきこもり群との比較を行った。

内田・ノラサクンキットによる「ニート・ひきこもり」尺度では、3つの因子が見られる。1つはフリーター生活志向性であり、「職場や仕事で我慢できないことがあれば無理せずにやめた方がいいと思う」といったような態度である。2つめは自己効能感の低さであり、「コミュニケーションをとるのが難しい」といったような自信のなさ

を表す。3つめは将来に対する目標の不明瞭さで、「将来何をしたらよいかわからない」という要素である。このような3つの因子により構成される27項目のニート・ひきこもり尺度について調査を行ったところ、ニート・ひきこもり傾向はいずれも学生群で低く、特にニート状態にある人では高い結果になっていた。また、ニート・ひきこもり傾向は、アメリカで優勢な相互独立性、日本で優勢な相互協調性や自己の可塑性の認知(自分は変わりうる、という認知)のいずれとも負の相関を持っていた。つまり、ニート引きこもり傾向が高ければ高いほど、相互独立性も相互協調性も否定するような傾向にあった。日本的な対人関係を断ち切ろうとしているが、アメリカ的な個人主義が実現されているわけでもないという心理状況を見て取ることができる。さらに大学生を対象とした実験研究では、ニート・ひきこもり傾向が高い学生ではある課題に失敗した後に、同じ課題に対して努力をしなくなることが見られた。これはニート・ひきこもり傾向の低い学生では、むしろ失敗した後に成功した後よりも努力をしようとする傾向があることとは対照的であった。

## ■今後の検討課題

今後はひきこもり状態から立ち直った人への調査などを行っていきたいと考えている。

## 研究プロジェクト

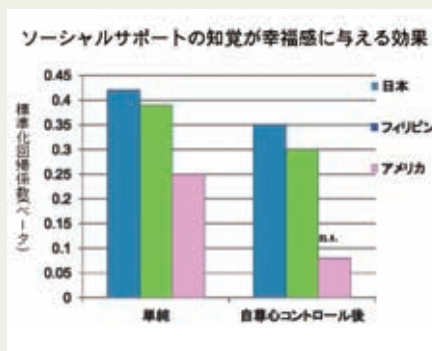
## 日米における糖尿病患者の心理・社会的側面と療養状況の関連

内田由紀子(こころの未来研究センター准教授)

## ■研究目的

文化心理学の比較研究の視点により、社会的・文化的な要因が異なれば、そこから得られる幸福感的属性も異なってくる事が示されている。たとえば日本文化においては、人は意味ある関係性との結びつきを確認した場合に幸福を感じがちであるのに対し、北米では、人は個人の内的属性の価値を確認した場合に幸福を感じがちであるとされる。この事実は、日本をはじめとするアジア文化が人との円滑な関係に価値を置くのに対して、アメリカ文化は個人の独立に価値を置くという仮説に適合している (Uchida, Norasakkunkit, & Kitayama, 2004)。

たとえば身近な人からのサポートが心身にもたらす効果についての研究はその成果の1つである。当然のことながら、人との結びつきは、欧米においてもストレス軽減に効果があるなど、精神健康と関連すると報告されている (Cohen & Wills, 1985; Uchino, *et al.*, 1996)。北米ではサポートを受け取ることによって「私は周りからも受け入れられる良い人間なのだ」と感じ、個人の自己効能感を維持できるため、精神健康が導かれると説明されるというように、自尊心との関連で語られることが多い。しかし、このようにサポートの効果が自尊心に依存している文化では、逆にサポートが自尊心を傷つけてしまうような場合には、幸福感が得られないという知見も得られている。サポートを受け取るということは時に他者への依存や自分の力不足を示すことになるため、自尊心や効能感を損ない、ネガティブな感情が引き起こされてしまうという。ゆえに周囲からのサポートに気がついていない場合より、知らないうちに受け取っている場合の方がポジティブな効果があるという知見もある。

幸福感的予測因子と文化 (Uchida, *et al.*, 2008)

る。このように、自尊心に価値がおかれる文化では、サポートの受け取りが幸福感を高めるかどうかは、いずれにしても自尊心次第といえよう。

これに対して日本などの文化においては、情緒的サポートを受け取ることによって周囲の人との結びつきを感じることで自体に価値があるため、サポートの受け取りは自尊心が高まるかどうかにかかわらず幸福感を高めるということが示されてきている (Uchida, *et al.*, 2008)。

このような文化心理学的知見は、実際の身体健康の維持や、病気に対する療養行動にどのような効果を持つのかは明らかではなかった。この点について、特に糖尿病の療養行動に着目し、医学と連携して日本的な療養のあり方について検討するのが本研究の目的である。

糖尿病患者には、食事療法・運動療法が行われ、患者個人の努力や療養行動へのコミットメントを必要とするものとされている。それを支えるものとして療養指導は重要な役割を担っている。しかし日本の療養指導の現状においては、アメリカの療養指導士の9割が用いている「エンパワメント理論」がベースになっているという。患者自らの主体性と自己決定を促し、療養への動機づけを高める方法として知られるエンパワメントは、「相互独立的」で

個人の主体性を重視するアメリカに特徴的な指導方法といえる。しかし上述のように、日本における動機づけや自己観のあり方がアメリカとは異なるのであれば、この方法のあり方については検討する必要がある。そこで本研究では、エンパワメントで重視される「自己効能感」と、日本の幸福感を支える「情緒的サポートの知覚」が療養行動にもたらす効果について検討を行った。

## ■平成22年度の研究内容とその成果

京都大学にて、日本人2型糖尿病患者154名の心理社会的側面、療養行動、自己効能感、情緒的サポートについて調査を行った。また、アメリカ・デラウェア大学にて、同様の調査を行った。アメリカのデータについては現在まで25名分のデータが収集されており、現在も継続中である。日本人患者・アメリカ人患者とも年齢は60歳前後が多く、学歴も14年が平均、糖尿病歴は平均10年程度と、比較可能なデータ群であった。主な結果としては、①日本においては全般的に、情緒的サポートをより強く知覚しているほど、糖尿病負担感が低く、療養行動の遵守傾向も高い、②特に、日本においても相互協調性(人との結びつきを重要視する程度)が高い群において、情緒的サポートの効果が強い、③アメリカでは情緒的サポートと療養行動遵守傾向の関連が見られず、自己効能感との関わりがとて強いという、仮説に合致した結果が得られた。

これらの知見をもとに、今後の日本の療養指導の方針について具体的な検討を行っていく必要があると考えられる。

# ものへの依存・人への依存

河合俊雄（こころの未来研究センター教授）

## ■依存の研究と社会の変化

依存に関する心理学的研究としては、様々な視点からの研究が行われてきた。発達心理学の方からは、母親に依存するというあり方から自立へというプロセスでの研究がなされてきた。社会心理学的には、依存というものに対して、文化差という視点での研究がなされてきた。たとえば西洋人に比較しての日本人の依存性の高さもその1つで、土居健郎による「甘え」という心性も、そのことに関係していると思われる。また臨床心理学は、人に対する依存に関連する問題と同時に addiction などの依存の問題に取り組んできた。

近年、ネットゲームにはまる事例報告が増えている。これはゲームというものに依存しているのであろうか、それとも対戦相手という人に依存しているのであろうか？ 本プロジェクトでは、ものへの依存と人への依存という視点で、依存についての総合的な心理学的研究を行っていく。そのことにより、社会的きずなが弱まってきているとされる現代社会において、人への依存はどのように機能し、またものへの依存が強まっているのか、その相互の関係はどのようなになっているのかを検討していくつもりである。この研究は、現代におけるこころのあり方へのアプローチとして、重要な視点となりうるはずである。

## ■ものと人の接点:移行対象

2010年度では、ものへの依存と人への依存の接点になる現象と思われる「移行対象」(transitional object)について、黒川嘉子(佛教大学)を招いて研究会を行った。

移行対象とは、特定のものに強い愛着を示し、就眠時や外出時に

肌身離さず持とうとする乳幼児によく見られる行動(図1)に対し、D.W.Winnicott (1953)によって概念化された。ほどよい母子関係を基盤として、母親を象徴的に代理し、主観的現実と客観的現実のあいだの中間領域での体験を可能にし、自らを慰める(soothing)ものとして、絶対的依存から相対的依存、そして独立に向けてという発達過程において、その移行を助ける健康で普遍的なものであると考えられた(図2)。確かに、乳幼児にとって、特定の愛着物を持つことは、象徴機能の発達、心理的支えとして機能しているが、欧米圏において、移行対象発現率が60~90%と高率であるのに対し、日本においては約30%であり、添い寝などの就眠様式や身体接触の多い養育行動をとる文化圏において発現率は低く文化差が大きい。

黒川(2004)においても、移行対象発現率は33.4%であったが、就眠時に移行対象を持ちつつも同時に母親の存在を必要としている子どもが43.3%もいること、また、移行対象を必要としなくなった子どもでも母親の添い寝を求めるなど、依存の対象が「母親」から「特定の愛着物」へという1方向では考えられないことが示された。また、ここでは、母親の存在の有無が問題となるのではなく、母親の身体をいじったり、絵本読みやお話をする、抱きしめるなど、その親子の中でユニークな関わりが創り出されており、依存するために母親という「人」が必要か、特定の「もの」が必要かという選択ではなく、「人」と「もの」が重なり合い、共に体験しながら1人になる、1人で体験しながら共にあるという逆説が成り立つ体験の重要性が明らかになった。こうした乳幼児期の子どもや母子の関わりから、「個」としてのあり方や母子



図1 A.A.ミルン著、石井桃子訳『クマのプーさん』(岩波書店) クマのぬいぐるみをいつも手放さないクリストファー・ロビン

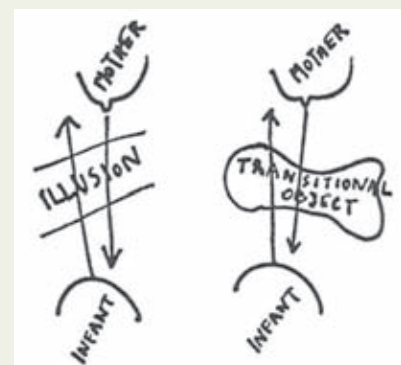


図2 Winnicott(1953), Transitional objects and transitional phenomena: A study of the first not-me possession.

分離に代表される「分離」のとりえ方、「もの」に対する所有の感覚やアニミズム的思考という依存の背景についてのテーマが浮かび上がってきた。

## 研究プロジェクト

## 発達障害への心理療法的アプローチ

河合俊雄（こころの未来研究センター教授）

## ■はじめに

発達障害に関しては、近年脳科学による研究が進み、またそれに伴い、薬物療法と訓練教育が中心的な対応になりつつあり、心理療法はあまり有効でないと考えられている。しかしながら、子ども・大人の発達障害に対して、心理療法による成果もあがっている。そこでこのプロジェクトでは、発達障害への心理療法的アプローチは有効なのか、またそうならばどのようなアプローチの仕方が大切なのかをさぐっていくものである。

## ■事例のエッセンスの検討

研究の1つとして、様々な発達障害の事例検討を繰り返すなかで、発達障害の特徴と、それに対する心理療法的エッセンスを把握することを行った。

その中で「主体の欠如」というのが重症から軽症までの発達障害の中心的な特徴として浮かび上がってきた。つまり主体が確立されていないから、重症の場合には言語が獲得されなかったり、他者との関係が持てなかったりする。軽症の場合にも、他者との距離のなさや直接性としてその特徴が現れてくる。

従来の心理療法は主体を前提として、内省を求めるために、発達障害への心理療法は通用しなかったと考えられる。これに対して主体のない発達障害では、主体の発生に立ち会うような関わりが必要になってくる。子どもの場合、治療関係あるいはイメージ表現における「結合と分離」が主体の発生に重要であることがわかってきている。大人の発達障害に関しては、クライアントの内省を促すような関わりではなくて、「ぶつかる」ということが主たるポイントとして浮かび上がっている（河合俊雄編『発達障害への心理療



河合俊雄編『発達障害への心理療法的アプローチ』（創元社）

法的アプローチ』（創元社、2010）。

## ■心理テストによる検討

発達障害の特徴をつかみ、その臨床場面での現れ方を具体的に捉えるため、ロールシャッハ・テストと話の聴き方の分析を行った。その結果、発達障害群は刺激への反応が薄く平面的で、外的現実と内的感覚を区別なく体験していることが特徴的であった。コミュニケーション障害は発達障害の主要特徴として指摘されているが、その基盤には相手の言葉と自身の印象や記憶を同一平面上で捉えるあり方がみられることが明らかとなった。一方、こうした特徴は空虚な反応の量産、表面的模倣の多用、対象の特徴と主観的記憶との混在等、実際の対話場面での現れ方は非常に多様であることも明らかに示された（畑中千紘『話の聴き方からみた軽度発達障害』（創元社、2011））。

## ■センターにおけるプレイセラピー

既に行われた事例の検討だけではな



畑中千紘『話の聴き方からみた軽度発達障害』（創元社）

くて、センターのプレイルームを用いて、発達障害の子どもに心理療法を実施して検討する研究を開始した。発達障害と診断された子どもに対して、まず発達検査を実施し、6カ月の心理療法を無料で行って、再び発達検査を実施して比較し、継続を希望する場合には引き続き有料で心理療法を続ける研究をはじめている。

## ■発達障害と現代の意識

発達障害の増加は、現代における症状や意識の変化と関連しているのではないか、という視点からも研究している。つまり対人恐怖を代表とするような自己意識の問題である神経症が減少し、直接性を求め、内省しないあり方が増えているのである（『発達障害への心理療法的アプローチ』）。

## 発達障害と読み書き支援

吉川左紀子(こころの未来研究センター長)・小川詩乃(こころの未来研究センター共同研究員)

### ■目的

発達障害児は固有の学習困難を持つと考えられているが、その認知的な機序は明らかではなく、その支援は急務である。本プロジェクトでは、「読み書き」という切り口から、発達障害児への支援とその認知特性を検討することを目的としている。2007年からこれまで、学習に困難を持つ発達障害のある小学生(延べ31名)を対象として継続的な学習支援に取り組んできた。2010年度においては、これまでの活動を踏まえて、研究成果として社会に発信していくことを目的として、いくつかの新しい取り組みを行った。

### ■学習支援の体制

これまで23名の発達障害児に対し週1回の学習支援を行ってきた。その結果、読み書きを始めとする学習面での向上がみられることが分かった。一方で、週1回の支援には時間・人手などのリソースが多く必要であるため、その対象は比較的少数の児童に限られてしまう。このことは、地域での活動に本プロジェクトの方法を応用する際に制約になる。

そこで、支援の効果を維持しながらより多くの児童が参加できる体制を構築する目的で、2010年度は隔週の支援に頻度を減らしてその影響を検討した。同時に、新たに8名の小学生を月1回支援する形で受け入れた。これらの試みにより、児童への学習支援に加えて、保護者の児童理解をサポートすることの重要性が浮き彫りになってきた。発達検査などの結果を保護者に伝え、児童の学習困難に関する理解を促し、それを家庭での児童への接し方や勉強の教え方に反映できるように具体的なアドバイスをを行うことが児童の支援につながると感じられた。特に、

発達療育室での支援の機会が少ない場合には、保護者の児童理解を促進することの重要性が増すと思われる。このことを検討するために、定期的に保護者への質問調査を実施し、保護者への積極的な情報提供や話し合いが児童理解にどのような効果をもつかを時系列的な変化を追うことで明らかにしたいと考えている。

### ■発達障害特性チャート MSPAの実施

連携研究員の船曳ら(2011)によって開発されたMSPA(Multi-dimensional Scale for PDD and ADHD)を4名の児童に実施した。本研究プロジェクトは、学習困難を抱える児童を対象としているが、参加している児童の特徴は非常に多様であり、学習困難の原因も様々である。これまでの、主に児童の認知機能に焦点を当ててきたが、学習の困難には、社会性や感情、こだわりなどより幅広い要因が影響していると考えられる。MSPAを導入することにより、これまで学習支援を行う中では捉えにくかった、ひとりひとりの子どもの認知、感情、行動の特徴をより明確に捉えることができるようになった。これにより、より児童の特徴に合った学習支援を考える有効な手掛かりが得られた。今後、本チャートの各項目の値と学習の困難さとの関係を検討していきたい。この成果の一部は、第52回日本児童青年精神医学会総会において発表した。

### ■自閉症スペクトラムの特性の 検討

これまで、本プロジェクトでは、読み書きの苦手さを評価する課題を実験



児童への学習支援の様子



保護者への説明とサポート

的に検討することを1つの目的としてきた。しかし、本プロジェクトの参加児童の半数以上は自閉症スペクトラムであり、それらの児童の学習困難と、自閉症スペクトラムの特性は切り離せないと考えられる。このため、行動観察に基づいて自閉症スペクトラムの対人コミュニケーション行動を評価することを試み、学習支援中の児童の表情や、離席の様子を捉えるために、ビデオカメラを新たに2台導入した。今後この内容を分析して、学習支援につなげていきたい。

### ■今後の展望

今後も実践としての学習支援活動を継続していくとともに、多様な視点を取り入れて支援効果の実証研究に取り組んでゆく。

## 研究プロジェクト

## こころの研究ニュースの発信:こころ学ブログ

平石 界(こころの未来研究センター助教)

## ■プロジェクトの目的

「こころは目で見ること、触ることも、長さを測ることもできない」。はじめて聴いた心理学の講義でそう言われたときに、いたく感心したことを覚えています。確かに「こころ」は物理的なモノではありません。ずいぶん曖昧模糊とした存在です。それにもかかわらず、私たちはしばしば、自分のこころが分かっている気になります。時には他人のこころが分かった気になったり、他の動物のこころが分かったような気になることすらあります。どうして人間はこうも簡単に「こころ」を分かったような気になるのでしょうか。そしてまた、本当に私たちは「こころ」を正しく理解しているのでしょうか。こうした疑問は、文字に残っているだけでも数千年、おそらくはそのずっと前から、人間のこころを悩ましてきたものではないかと思います(というふうに、昔の人のこころが分かるような気持ちになってしまったりするのです)。

心理学は、この「こころ」という厄介な対象に、可能な限り客観的に、科学的にアプローチしようとする学問です。そのために研究者は数々の工夫を凝らし、実験に参加して下さる方々にトリックをかけ、煙に巻き、時に自分が煙に巻かれ、そうして苦労して、少しずつ「こころ」にかんする研究を積み重ねてきました。本プロジェクトは、そうした心理学(および関連領域)の研究者たちによる研究論文をひもとき、固い論文の行間から彼らの苦闘と遊び心を読み取り、皆さんに紹介しよう。それで心理学をもっともっと楽しんでもらえたら、との意図で発進したものです。

どの論文を紹介するか。どうやって紹介するか。執筆者たちに敬意を払い、読者の方々に間違った情報を伝えるこ

とのないよう、論文を精読し記事を書くという作業は、当初思っていたよりも、はるかに困難なものでした。それでもようやく22本の記事を書くことができました。また2010年度からは、twitter用の「つぶやく」ボタンも設置しました。地道に着実に、記事をアップしていきたいと思っていますので、今後とも「こころ学」をどうぞご贔屓に。

## ■2010年度の記事から

2011年1月13日掲載の記事「上目遣いと女っぽさ」より一部をご紹介します。

＊

皆さん、写真うつりを良くするために、どんなことを気をつけていますか？  
にっこり笑うとか、目を込めるとか、人によりさまざまな戦略があることと思います。今回は、どんなポーズで写真を撮ると魅力的にみえるか？という研究を紹介してみましょう。

ただし、効果は女性限定です。

と、もったいつけてみましたが、おそらく大半の女性はすでにご存じのことかもしれません。

「うつむき加減から上目遣い」  
だそうです。

心理学の研究を見ていると「そんなこと、知ってた」という現象が報告されていることが少なくありません。「別は大真面目な顔して“研究”とか言わなくても、そんなの分かった」という研究。今回のもの、そういうものと言え、そうかもしれません。

しかし一方で、心理学の歴史は、人間の“直感”とか“常識”が、いか

に間違いやすいものであるかも、繰り返して示してきました。だから「そんなん知ってる」という話であっても、やっぱり大真面目に科学的に研究してみる価値はあるのだとヒライシは考えています。

それじゃ「上目遣いすると可愛く見える」という“当たり前”を、研究者はどうやって科学したのでしょうか。

研究したのは、オーストラリアのニューキャッスル大学のDarren Burkeさんと、同じくオーストラリアはMacquarie大学(マクエリー大学と読むのでしょうか)のDanielle Sulikowskiさんです。2人は「顔の垂直方向の傾き」が、魅力度、女っぽさ、男っぽさにどう影響しているのかを調べました。

PCの性能向上と、それにともなう各種のソフトウェアの開発が進んだおかげで、現在では、顔写真を加工することがとても簡単になりました。という話は以前にもしました。Burkeさんたちも、こうした恩恵をフルに使って研究をしています。彼らはFaceGenというソフトを使って、同じ人の顔写真を、いろんな傾きかげんに変えて、それで魅力度とか女らしさ／男らしさがどう変わるのか調べたのです。

＊

……つづきはWebサイト上でご確認ください(<http://kokoro.kyoto-u.ac.jp/jp/kokorogaku/>)。

