

Title	日本における「ふつう」の意味 : 自己改善動機の観点から
Author(s)	佐野, 予理子; 黒石, 憲洋
Citation	対人社会心理学研究. 2009, 9, p. 63-72
Version Type	VoR
URL	https://doi.org/10.18910/9069
rights	
Note	

Osaka University Knowledge Archive : OUKA

<https://ir.library.osaka-u.ac.jp/>

Osaka University

日本における「ふつう」の意味 —自己改善動機の観点から—

佐野予理子(国際基督教大学大学院教育学研究科)

黒石憲洋(日本教育大学院大学)

日本人に一般的にみられるとされる自己改善動機に関する先行研究に基づき、本研究では相対的位置づけにおいて他者と同程度である状態を「ふつう」と定義し、遂行領域において個人の水準が「優れている」、「ふつう」、「劣っている」状況が感情状態および動機づけに及ぼす影響を検討した。動機づけは実験 1、2 ともに全体的に高く、相対的位置づけに関係なく努力することが示唆された。実験 1 では水準の主観的認知に関して検討し、結果として自らを「優れている」と認知した人はおらず、「ふつう」と認知した人は「劣っている」と認知した人より感情状態がポジティブだった。実験 2 では「優れている」および「ふつう」とあるとフィードバックされた人のほうが「劣っている」とフィードバックされた人より感情状態がポジティブだった。他者と同程度に達しているかどうかが重要な意味をもち、「ふつう」以上であることが望ましい価値をもっていることが示唆された。

キーワード: 自己、自己改善動機、感情、遂行水準、文化

問題

欧米における自己高揚傾向と日本における自己批判傾向

長年、自尊心を維持し高めようといった自己高揚動機に基づく行動傾向がさまざまな視点から数多く研究されてきている。例えば、人は自分の特徴を挙げるときネガティブな特性よりポジティブな特性を多く挙げ(Brown, 1986)、自分と平均的他人を比べた場合、自分は望ましい特性についてはあてはまると考える一方で望ましくない特性についてはあてはまらないと認知する(Alicke, 1985)。また、平均的他人と比較して自分をさまざまな特性について「平均よりも上である」と捉える平均以上効果(e.g., Alicke, Klotz, Breitenbecher, Yurak, & Vredenburg, 1995; Dunning, 1993)や、自分が成功したときは自分の能力が高いというような内的な要因に原因帰属する一方で、失敗したときには運が悪かったなど外的要因に原因帰属する利己的帰属も広く一貫して論証されている(e.g., Miller & Ross, 1975)。そして、欧米においては、一般にこのような自己高揚の傾向は主観的幸福感を促進したり抑うつを抑制したりするといった精神的健康のしるしであり、身体的、社会的適応に深く関連すると指摘されている(e.g., Aspinwall & Taylor, 1992; Taylor & Brown, 1988)。

このような自己高揚傾向は欧米においては広く一貫してみられる傾向であるものの、日本人においては必ずしも一貫してみられる傾向ではないことが近年指摘されている。例えば、日本人は自己高揚バイアスがみられてもネガティブな出来事に関する見積りにおいてのみにしか現れない(Heine & Lehman, 1995)、成功や失敗の原因帰属に関しては、日本人において利己的帰属はほとんどみられず、むしろ一貫して成功は外的要因に、失敗は内的要因に帰属するといった自己卑下の傾向を示す(北山・高木・

松本, 1995)。また、性格側面の一部で限定的に自己高揚傾向がみられることが示されているものの(伊藤, 1999; 外山・桜井, 2000)、一般に日本人は自己批判的、自己卑下の傾向を示すことが論証されている(e.g., Heine, Lehman, Markus, & Kitayama, 1999)。日本人の精神的健康に関して、遠藤(1995)は日本においてははにかみに多くのポジティブな属性をもっているかに精神的健康は規定されず、他者との良好な関係の中で生じると指摘した。すなわち日本人の精神的健康は自己高揚的認知によるのではなく、他者からの受容感が主観的幸福感と関連する(Kitayama & Markus, 1994)。実際に、一般に日本の精神的に健康な人々は自己を平均的であるとみなすか、むしろ自己批判的であるともいわれている(北山・唐沢, 1995)。

以上のように、欧米人はポジティブさに焦点を当てた考え方をする一方、日本人はネガティブさに焦点を当てた自己批判的な考え方をするとされる(Heine & Lehman, 1997)。それでは、そのような日本人に広く一般にみられる自己卑下の、自己批判的傾向はどのような動機に基づくのであろうか。北山ほか(1995)は、日本人にみられる自己批判や自己卑下が努力と結びつくことにより肯定的な意味を獲得している可能性を示唆し、自分の欠点などネガティブな属性を見つけ出し、それを矯正するというプロセスが日本においては共有され奨励されていると論じた。実際、日本人は個々人の能力差に注目するのではなく、努力差に注目し、「がんばること」、「努力すること」を高く評価する性向をもつ(天沼, 1987, 2004)。さらに、日本人は自己の否定的側面を自発的に見出しそれを修正することで自己向上を目指すという心理的特性をもつことも示唆されている(唐沢, 2001)。

Heine, Kitayama, Lehman, Tataka, Ide, Leung, & Matsumoto(2001)は、カナダ人が自己高揚傾向を示す一

方で日本人は自己改善傾向を示すことを実験的に検討した。成功条件は実験参加者自身の成績が 50 パーセントより相対的に上であるとフィードバックされた条件であり、失敗条件は実験参加者自身の成績が 50 パーセントより相対的に下であるとフィードバックされた条件であった。内発的動機づけパラダイムに基づき、いずれかのフィードバックの後、課題に従事する時間を測定した。予測どおり、カナダ人実験参加者は失敗条件より成功条件において課題に従事した一方、日本人実験参加者は成功条件より失敗条件において課題に従事した。すなわち、カナダ人は自己高揚動機に基づいて課題に従事した一方、日本人が失敗した際に課題に従事したのは自己改善動機に基づくことを示唆した。

Heine et al.(2001)は成功状況、失敗状況を操作する基準として 50 パーセントを用い、実験参加者の成績がその基準より上か下かという点を操作していた。しかし、基準より上か下かという点だけでは日本人の自己改善動機を検討するために十分とはいえない。日本人は集団内の人間関係に気を配り、周囲との調和を維持することに長年関心をもってきたとされるため(e.g., 阿部, 2002)、日本人にとっては基準より上か下かだけではなく他者と同程度に達している状況もあわせて検討すべきであると考えられる。日本人は他者の遂行に達しないとき努力し(Kumon, 1982)、貧しい状況など劣った状況で努力することを高く評価するといわれている(天沼, 2004)。こうした指摘は、日本人が周囲の他者と同程度まで達すること、つまり「ふつう」を基準とし、そこに至るまでの努力を重視することを意味しているといえる。

他者と共有された基準への動機づけ

それでは、どのような基準が日本人を動機づけさせるのだろうか。前にも述べたように、日本人は文化的に周囲の他者との関係性の維持を重視するといわれている。例えば、元橋(1993)は日本人には周囲の様子を気にし、みんなと一緒にであることを求める心理があることを示唆した。そして、そのような心理は「低い積極性」や「周囲から逸脱する不安」、「失敗することへの不安」と強く関連していた。そこで、日本人は周囲の他者との距離感に敏感で、周囲から脱落していることを恐れ、周囲の他者と変わっていないこと、つまり「ふつう」であることを志向すると考えられる。したがって、日本人は周囲の他者と共有された基準、つまり「ふつう」に動機づけられると考えられる。実際、日本人の独自性欲求は低く(岡本, 1988)、「ふつう」であることに価値をおく人々は自分を「ふつう」である(変わっていない)と認知するほど自分が好きで価値があると考え(大橋・針原, 2000)、自分の「ふつうさ」を過大視する傾向を示す(Ohashi & Yamaguchi, 2004)。さらに、人々が考える「ふつう」の人の特徴は利他性が高く自己主張する能力にやや欠けるという

ものであり、日本で重視される周囲の他者との良好な関係の維持に役に立つ特性であることも示唆されている(大橋・山口, 2005)。

このように日本人は常に周囲の他者との関係の調和を維持することに関心を払い、「ふつう」であることに価値を置くと考えられる。そのため、Heine et al.(2001)が用いた 50 パーセントではなく、他者と同じ程度まで達している状況、つまり「ふつう」である状況が自己改善を動機づける基準として適切であると考えられるだろう。したがって、本実験では Heine et al.(2001)に基づき、基準より上である状況と下である状況に加え、他者と同程度まで達している状況における日本人の自己改善傾向を検討する。また、Heine et al.(2001)では主な従属変数は動機づけのみだった。本研究では動機づけに加え、状態自尊心や感情状態に関しても検討する。日本人にとっては、他者より優れているかどうかではなく他者と同程度まで達しているかいないかという点こそが重要な関心事であると考えられるため、「劣っている」状況では自尊心が低くなり、かつ自己改善へ動機づけられる一方、「ふつう」以上である状況であれば自尊心は高まると考えられる。

日本人が「ふつう」であることを望み、「ふつう」であることに価値を置くことは歴史背景や文化論から多く指摘されることではあるが(e.g., 阿部, 2002)、そうした現象は限定的にみられるのみであり(e.g., 大橋・針原, 2000; 佐野・黒石, 2005)、ほとんど実証されていない。そこで、まず実験 1 では課題遂行後にフィードバックを与えず、自分の水準を推測することにより、現象として「ふつう」であることを志向するのか検証し、その主観的認知と感情状態、状態自尊心および動機づけの関連について検討する。

実験 1

実験 1 では課題遂行後の成績の認知が感情状態や状態自尊心、動機づけに及ぼす影響を探索的に検討した。

仮説 1: 自分の能力が「優れている」および「ふつう」である水準であると認知した実験参加者は、「劣っている」水準であると認知した実験参加者より感情状態がポジティブだろう。

仮説 2: 自分の能力が「優れている」および「ふつう」である水準であると認知した実験参加者は、「劣っている」水準であると認知した実験参加者より状態自尊心が高いだろう。

仮説 3: 「劣っている」水準であると認知した実験参加者は、「優れている」および「ふつう」であると認知した実験参加者より課題への動機づけは高いだろう。

方法

実験参加者 私立大学の大学生および大学院生 15 名(男性 7 名、女性 8 名、平均年齢 22.5 歳、 $SD = 1.06$)が実験に参加した。課題終了後の主観的認知をもとに群分けし

分析した。

課題および従属変数 言葉を組み立てる能力を測定する課題としてアナグラム課題を使用した。ひらがな4文字を並べ替えて意味の通る単語にするという問題を60題独自に作成した。

従属変数として、肯定的感情、否定的感情、安静状態の3因子から成る一般感情尺度24項目、4件法(小川・門地・菊谷・鈴木, 2000)と状態自尊心尺度(Heatherton & Polivy, 1991)の邦訳である日本語版状態セルフ・エスティーム尺度20項目、5件法(館・宇野, 2000)を使用した。

また、課題終了後の主観的認知として自分の能力水準が「優れている」、「ふつう」、「劣っている」のいずれであると思うかといった項目、言葉を組み立てる能力の重要性(言葉を組み立てる能力が適応的に生きていくために重要である; 3件法)、課題の妥当性(このテストは言葉を組み立てる能力を正確に測定している; 3件法)、課題への動機づけの認知(このテストにもう一度解答したいと思う; 3件法)をたずねた。さらに動機づけの行動指標として、自由時間における課題への従事時間を測定した。

手続き 実験は個別に行われ、まず「この実験は言葉を組み立てる能力とEQとの関連を調べる実験である」と教示した。Heine et al.(2001)と同様、フィードバック後の自発的な課題従事時間を動機づけの指標として用いる手続きをとる目的でこうした教示を行ったため、実際にはEQの測定は行われなかった。そして、言葉を組み立てる能力は社会で適応的に生きていく際に重要とされることおよび言葉を組み立てる能力の水準について「優れている水準」、「ふつうである水準」、「劣っている水準」の3水準があることを伝えた。

次に言葉を組み立てる能力を測定する課題と称してアナグラム課題を3分間実施した。課題を終えた後、実験者は解答用紙を回収し、別室にて採点を行うと教示し退室した。3分後、実験者は再入室し、実験参加者の結果について今は知らせることができない旨を伝え、一般感情尺度と日本語版状態セルフ・エスティーム尺度を配布し回答してもらった。そして、実験者は、コンピュータを用いてEQの測定を引き続き実施する予定だったがそのコンピュータの調子が突然悪くなったためこれから調整するということを伝え、実験参加者にはじめに解答したのとは異なるアナグラム課題を1セット渡し、実験者が戻ってくるまで興味があれば解いて待っているよう教示し退出した。

その後、実験者は隣室の観察窓から実験参加者の様子を観察した。その際、実験参加者が課題セットに触れているときを課題に従事しているとみなし、課題を解いている時間をストップウォッチで測定した。実験者は観察を始めてから5分後に実験室に再入室し、EQの測定は行えないことを伝え、最後に「言葉を組み立てる能力について」と題した

質問紙を配布し、実験参加者自身の言葉を組み立てる能力の水準の認知、言葉を組み立てる能力の重要性、課題の妥当性、課題への動機づけの認知を測定した。最後にデブリーフィングを行い、この実験の本来の目的を説明し、データを使用する同意を得た。

結果

予備的分析 実験参加者15名のうち、課題遂行後の自己の水準を「ふつう」とであると認知した人は7名、「劣っている」と認知した人は8名だった。自己の水準を「優れている」と認知した人はいなかった。

「ふつう」と認知した実験参加者と「劣っている」と認知した実験参加者の間に課題の重要性、妥当性、実際の課題の正答数に違いはみられなかった($F(1, 13) < 3.00, ns$)。実験参加者15名の平均回答数は60題中19題であった。また、性差に関しては課題の重要性、妥当性、正答数いずれにも主効果および交互作用はみられなかった($F(1, 13) < 2.50, ns$)。

仮説の検討 認知ごとの感情状態、状態自尊心、動機づけの平均値および標準偏差をTable 1に示す。

Table 1 認知ごとの感情状態、状態自尊心、動機づけの平均値(標準偏差)

	「ふつう」	「劣っている」	
肯定的感情	2.59(.39)	2.28(.48)	ns
否定的感情	1.59(.45)	2.72(.46)	***
安静状態	3.00(.61)	2.09(.55)	**
状態自尊心	3.37(.60)	2.91(.36)	†
動機づけ(認知)	2.86(.38)	2.63(.52)	ns

*** $p < .001$, ** $p < .01$, † $p < .10$

まず、「ふつう」とであると認知した実験参加者と「劣っている」と認知した実験参加者について、肯定的感情、否定的感情、安静状態、状態自尊心の平均値を従属変数とし、一元配置の分散分析を行った。その結果、肯定的感情に有意差はみられず($F(1, 13) = 1.81, ns$)、否定的感情($F(1, 13) = 22.65, p < .001$)および安静状態($F(1, 13) = 9.01, p < .01$)に有意差がみられ、「劣っている」と認知した人は「ふつう」とであると認知した人より否定的感情が高く、安静状態が低かった。また、状態自尊心に有意傾向がみられ、「劣っている」と認知した人は「ふつう」とであると認知した人より状態自尊心が低かった($F(1, 13) = 3.45, p < .10$)。この結果から、「優れている」と認知した人はいなかったものの、「ふつう」とであると認知した人は「劣っている」と認知した人に比べ相対的にネガティブな感情状態が低く、安静状態にあったことが示唆され、部分的に仮説1は支持された。

同様に、課題に従事した時間(動機づけの行動指標)と課

題への動機づけの認知の平均値を従属変数として一元配置の分散分析を行った。その結果、どちらの変数においても有意差はみられず、仮説 2 は支持されなかった ($F(1, 13) = 0.87, ns$; $F(1, 13) = 0.96, ns$)。主観的認知に関わらず 5 分間のほとんどにおいて課題に従事しており(「ふつう」 $M = 300.00ms$ 、「劣っている」 $M = 262.50ms$)、動機づけの認知に関して中央値(2.00)との比較を行ったところ全体的に動機づけは高かった ($t(14) = 6.21, p < .001$)。

考察

実験 1 では、課題遂行後の成績の主観的認知が感情状態や状態自尊心、動機づけに及ぼす影響を検討した。その結果、自分の能力水準を「優れている」と認知した人はおらず、「ふつう」と認知した人のほうが「劣っている」と認知した人より感情状態がポジティブで状態自尊心が高かったことが示された。

自分の能力水準について「優れている」と認知する人がいなかったことは、日本人にみられる自己批判的傾向を反映していると考えられる。すなわち、課題への平均解答数が課題全体の 3 分の 1 程度であったことから、自分は課題に十分解答できなかったというネガティブな側面に着目したために、自らの水準を「優れている」と認知せず、「ふつう」または「劣っている」と認知したと考えられる。日本人が自己批判的であるなら、このような状況において自らの水準を「優れている」と認知する人がおらず、「ふつう」もしくは「劣っている」と認知した結果は当然のことであると考えられる。さらに、「ふつう」と認知した人と「劣っている」と認知した人とは課題に対する妥当性に違いがみられなかった。この結果は、自らの水準の認知が「ふつう」であると認知しようが「劣っている」と認知しようが、自らの水準を妥当であると受け止めていることを示唆している。しかしながら、実験 1 では課題に対する実験参加者自身の効力感を直接聞いていないため、単に課題が難しかったため「優れている」と認知しなかった可能性も考えられる。

「ふつう」であると認知した人のほうが「劣っている」と認知した人より感情状態や状態自尊心が高かったという結果は、「ふつう」であることが「優れている」ことを意味していないにも関わらず、日本人にとっては肯定的な意味合いをもっている可能性を示唆しているといえる。すなわち、日本人にとっては、自らが「ふつう」であることは優れていないことを指すのではなく、劣っていないことを表しており、まさに日本人が重視する周囲の他者と同程度であることを意味していると考えられるため、個人にとって望ましい状態であるといえる。本実験の結果は、相対的に自分が上であると思った人が自分をポジティブに捉えていることを示しているとも解釈できる。しかしながら、実験 1 において「ふつう」であることは平均的なレベルであることを意味しており、水準が全体の中で上であることを意味している訳ではないと

考えられる。自らの水準を平均的であると主観的に感じ、それが否定的な意味をもっていないという結果は、「ふつう」以上と「ふつう」未満には明白な相違が存在することを示唆している(高田, 2000; 大橋, 2006)。また、もし「優れている」ことだけが肯定的な意味をもっているとするなら、「ふつう」であると認知した人と「劣っている」と認知した人との間で感情状態に相違がみられないはずであるが、実験 1 の結果では自らの水準を「ふつう」であると認知した人と「劣っている」と認知した人との間には感情状態に有意な差が示され、主観的認知が「ふつう」である人のほうが「劣っている」人より否定的感情が低く、安静状態や状態自尊心が高い傾向であった。

動機づけに関して行動指標、認知指標ともに仮説は支持されなかった。主観的な能力水準の推測が何であれ、ほとんどの時間において課題に従事しており、全体的に動機づけの認知は高かった。こうした結果から、「ふつう」または「劣っている」と認知した人たちが自己改善動機に動機づけられたとも考えられる。Heine et al.(2001)は、日本人が成功状況より失敗状況において課題に従事したという結果から日本人は自らが劣っている状況に置かれたとき動機づけられると論じた。しかし、自分が劣っているから動機づけられたというよりむしろ自分が優れていない状況にいると認知したため動機づけられたという解釈も成り立つ。実験 1 では自らの能力水準を「優れている」と認知した人がいなかったため、劣っているから動機づけられるのか優れていないから動機づけられるのか不明確である。

そこで、実験 2 では実際に「優れている」、「ふつう」、「劣っている」というフィードバックの操作を行い、そのフィードバックが感情状態や状態不安、状態自尊心、動機づけに及ぼす影響を検討する。実験 1 で用いたアナグラム課題は自らの出来を推測できる課題だったので、実験 2 では操作を有効にするため出来の認知があいまいになる課題を用いた。また実験 2 では、実験 1 で用いた課題が解答率の低い難しい課題だったことをふまえて課題に難易度の操作も加えた。

実験 2

実験 2 では、実験参加者が自らの出来を予測しにくい課題を用い、課題遂行後に「優れている」、「ふつう」、「劣っている」のいずれかのフィードバックを行い、そうしたフィードバックが感情状態や状態自尊心、動機づけに与える影響を検討した。なお動機づけに関しては、実験 1 の自由時間において課題に従事していた時間(動機づけの行動指標)と課題への動機づけの認知には正の相関 ($r = .44, p < .10$)がみられたことをふまえて、実験 2 では課題への従事時間は測定せず、動機づけの認知のみを測定した。

日本人においては自らの能力水準が相対的に「ふつう」

以上であることと「ふつう」より下であることとの間には明白な相違が存在し、「ふつう」以上であることが望ましい意味をもつという知見をふまえ(高田, 2000; 大橋, 2006)、以下の仮説を立てた。

仮説 1: 自分の能力が「優れている」および「ふつう」である水準であるとフィードバックされた実験参加者は、「劣っている」水準であるとフィードバックされた実験参加者より感情状態がポジティブだろう。

仮説 2: 自分の能力が「優れている」および「ふつう」である水準であるとフィードバックされた実験参加者は、「劣っている」水準であるとフィードバックされた実験参加者より状態自尊心が高いだろう。

仮説 3: 「劣っている」水準であるとフィードバックされた実験参加者は、「優れている」および「ふつう」であるとしてフィードバックされた実験参加者より課題への動機づけは高いだろう。

方法

実験参加者および実験計画 私立大学の大学生および大学院生 60 名(男性 25 名、女性 35 名、平均年齢 19.9 歳、 $SD = 1.33$)が実験に参加した。

実験計画は 3(フィードバック; 「優れている」、「ふつうである」、「劣っている」) × 2(課題: 難、易)であり、実験参加者はいずれかの実験条件にランダムに割り当てられた。最終的な条件ごとの実験参加者は、「優れている」条件 19 名(男性 7 名、女性 12 名、平均 20.3 歳 $SD = 1.85$)、「ふつうである」条件 21 名(男性 10 名、女性 11 名、平均年齢 19.8 歳、 $SD = 1.04$)、「劣っている」条件 20 名(男性 8 名、女性 12 名、平均年齢 19.7 歳、 $SD = 0.93$)であった。

課題および従属変数 課題は、遠隔性連想検査(Remote Associates Test; Mednick, 1962; 馬場, 1982)に準じたものを使用し、問題は連想基準表(梅本, 1969)を参考に独自に各 25 題作成した。課題は 3 つの単語から連想される単語を 1 つ解答するという形式で、1 題ずつ実験者が読み上げ、10 秒間の解答時間が与えられた。難易度の操作としては、易課題条件では 3 単語のうち 1 単語を 2 単語とは関連性の遠い単語に設定した問題を 25 題(例; 呪い—迷信—踊り)、難課題条件では 3 単語のうち 1 単語を 2 単語とは全く関連のない単語に設定した問題を 25 題(例; 黒—こわい—風呂)解いてもらった。

条件ごとのフィードバックは、「優れている」、「ふつう」、「劣っている」いずれかの水準が書いてある用紙を封筒に入れたものを使用した。フィードバックシートには水準ごとに応じた得点も記入してあった。点数は 50 点満点中「優れている」水準は 38 点、「ふつう」である水準は 25 点、「劣っている」水準は 12 点であった。

従属変数は、一般感情尺度 24 項目(小川ほか, 2000)、STAI 日本語版の状態不安に関する 20 項目(清水・今榮,

1981)、日本語版状態セルフ・エスティーム尺度のうち外見因子を除いた 17 項目(館・宇野, 2000)であった。

課題実施後、フィードバック前に課題についての認知をたずねた。具体的には、課題の難易度(易しい～難しい)、課題についての効力感(できたと思う～できなかったと思う)、計 2 項目(いずれも 5 件法)、および自分の連想力の水準についての推測(自分が劣っている、ふつう、優れている、のうちどの水準であるのか)をたずねた。フィードバック後に連想力の重要性(3 件法)、課題の妥当性(3 件法)、動機づけの認知(3 件法)、フィードバックされた自分の水準に納得できるかどうか(3 件法)をたずね、最後に操作チェックとして自分の水準の確認を行った。

手続き 実験は 2 人～6 人の集団で実施された。まず「この実験は連想力を調べる実験である」と教示し、連想力は社会で適応的に生きていく際重要とされることおよび連想力の水準について「優れている水準」、「ふつうである水準」、「劣っている水準」の 3 水準があることを伝えた。

次に連想力を測定する課題を実施した。課題を終えた後、解答用紙を回収し、別室にて採点を行うと教示し実験者は退室した。実験者を待っている間に、課題についての認知をたずねる質問紙(課題の難易度、効力感、自らの水準の推測)に回答してもらった。実験者は退室してから 4 分後に再入室し、実験参加者にフィードバックシートの入った封筒を手渡し、その場で確認するよう求めた。

実験参加者が自らの水準および得点を確認した後、一般感情尺度、STAI 日本語版の状態不安に関する 20 項目、日本語版状態セルフ・エスティーム尺度のうち外見因子を除いた 17 項目を配布し回答してもらった。フィードバックされた自らの水準に関する操作チェック項目に回答してもらい、最後にデブリーフィングを行い、この実験の本来の目的を説明し、データ使用の同意を得た。

結果

予備的分析 自らの水準を答えさせた操作チェック項目に関して、回答された水準とフィードバックされた水準を照らし合わせたところ、実験参加者全員がフィードバックされた水準について正確に認知していた。そのため、フィードバック操作は有効であったと判断し分析を行った。まず課題の難易度に関しては、難課題条件($n = 31$)と易課題条件($n = 29$)において課題の難しさに違いはみられず($F(1, 59) = 0.25, ns$)、課題についての効力感にも違いはみられなかった($F(1, 59) = 0.02, ns$)ため、難易度の要因は入れずに以降の分析を行った¹⁾。

次に、課題に対する効力感に関して、「できた」、「どちらとも言えない」、「できなかった」の 3 件法に変換し、中央値(2.00)との比較を行ったところ、実験参加者の効力感は低かった($t(59) = 2.87, p < .01$)。条件間で効力感に有意差はみられなかった($F(2, 57) = 2.64, ns$)。

また、自らが受けたフィードバックに納得していたかどうかをたずねた項目の評定に関して中央値(2.00)との比較を行ったところ、実験参加者はフィードバックに納得していたことが示された($t(59) = -8.73, p < .001$)²⁾。納得感には条件間に有意差はみられなかった($F(2, 57) = 0.08, ns$)。

連想力の重要性和課題の妥当性に関して中央値(2.00)との比較を行ったところ、連想力が重要な能力であるとみなされていたことや課題は妥当なものであったことが確認された(重要性 $t(59) = -11.34, p < .001$; 妥当性 $t(59) = -6.28, p < .001$)。重要性については条件間で違いはみられなかったものの($F(2, 57) = 0.39, ns$)、妥当性に関しては条件間で有意差がみられ($F(2, 57) = 9.39, p < .001$)、「優れている」条件($M = 1.58, SD = 0.69$)は「ふつう」条件($M = 2.05, SD = 0.38$)および「劣っている」条件($M = 2.30, SD = 0.47$)より課題を妥当でないと認知していた³⁾。

仮説の検討 条件ごとの感情状態、状態不安、状態自尊心、動機づけの平均値および標準偏差を Table 2 に示す。

Table 2 条件ごとの感情状態、状態不安、状態自尊心、動機づけの平均値(標準偏差)

	「優れている」	「ふつう」	「劣っている」	
肯定的感情	2.92(.72)a	2.67(.56)a	1.99(.52)b	***
否定的感情	1.93(.59)a	2.10(.75)a	2.49(.40)b	*
安静状態	3.10(.46)a	2.75(.42)b	2.47(.44)c	***
状態不安	1.69(.35)a	2.05(.47)b	2.54(.44)c	***
状態自尊心	3.22(.57)a	3.09(.63)a	2.78(.39)b	*
動機づけ	2.37(.76)	2.62(.67)	2.15(.93)	ns

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

註: 異なる添え字は条件間で 5%水準で有意差があることを示す

まず、肯定的感情、否定的感情、安静状態の平均値に関し一元配置の分散分析を行った。その結果、肯定的感情に条件間で有意差がみられた($F(2, 57) = 12.60, p < .001$)。最小有意差検定による多重比較を行ったところ、「優れている」条件と「ふつう」条件間に有意な差はみられず、「優れている」条件と「ふつう」条件より「劣っている」条件は肯定的感情状態が低かった。否定的感情についても条件間で有意差がみられた($F(2, 57) = 4.50, p < .05$)。最小有意差検定による多重比較を行ったところ、「優れている」条件と「ふつう」条件間には有意差はみられず、「優れている」条件と「ふつう」条件より「劣っている」条件は否定的感情が高かった。安静状態に関しても条件間で有意差がみられ($F(2, 57) = 9.94, p < .001$)、最小有意差検定による多重比較を行ったところ、「優れている」条件が最も安静状態が高く、次いで「ふつう」条件、「劣っている」条件が最も安静状態が低かった。

次に状態不安の平均値に関し一元配置の分散分析を行った。その結果、条件間で有意差がみられた($F(2, 57) = 19.94, p < .001$)。最小有意差検定による多重比較を行ったところ、「優れている」条件が最も不安が低く、その次に「ふつう」条件、「劣っている」条件が最も不安が高かった。

同様に、状態自尊心に関し一元配置の分散分析を行った。その結果、条件間で有意差がみられた($F(2, 57) = 3.44, p < .05$)。最小有意差検定による多重比較を行ったところ、「優れている」条件と「ふつう」条件間に有意な差はみられず、「優れている」条件と「ふつう」条件より「劣っている」条件の状態自尊心は低かった。

動機づけの認知に関しては 3 条件間に有意な差はみられなかった($F(2, 57) = 1.79, ns$)。中央値(2.00)との比較の結果、条件に関係なく動機づけは高かった($t(59) = -2.40, p < .05$)。

考察

実験 2 では、実験参加者に「優れている」、「ふつう」、「劣っている」いずれかのフィードバックを行い、そうしたフィードバックが感情状態や状態自尊心、動機づけに与える影響を検討した。その結果、「優れている」または「ふつう」であるとフィードバックされた人々は「劣っている」とフィードバックされた人に比べ感情状態はポジティブであり状態自尊心も高いという仮説どおりのパターンであった。自らの水準が「ふつう」以上のとき感情状態がポジティブであり、状態自尊心が高いという結果は、単に優れている状態が望ましいのではなく、「ふつう」以上であるかどうかが重大な意味をもつことを示唆している。周囲と同等である、つまり「ふつう」であるかどうかという基準が個人の内的状態に影響すると考えられる。フィードバックを与えられた際、比較となる準拠集団が一般的に有名とされる大学であったために「ふつう」であるというフィードバックが「優れている」ことを暗に意味していた可能性も考えられる。しかしながら、個人の自己評価は準拠集団内における相対的な位置づけによって形成されると考えられるため(e.g., Festinger, 1954; Davis, 1966)、自分の準拠集団が一般的に有名大学であったとしても、その中における「ふつう」であることは「優れている」と同じ意味だと受け止められていたとは考えにくい。実際、フィードバックに関する操作チェック項目において、自分がフィードバックされた水準を「ふつう」とであると回答していたことも確かめられている。

安静状態、状態不安に関して仮説は支持されず、安静状態や不安の程度の高さは「優れている」とフィードバックされた人、「ふつう」とフィードバックされた人、「劣っている」とフィードバックされた人という順だった。つまり、肯定的感情、否定的感情、状態自尊心に関して仮説は支持された一方、安静状態および状態不安に関して仮説は支持されなかった。それでは、なぜ感情の質によってパターン

が異なったのだろうか。感情体験は文化的に形成されるため日本人の感情は他者との関係性に依存するとされる(e.g., Kitayama & Markus, 1994; Kitayama, Markus, & Kurokawa, 2000)。そして、北山(1998)は感情には自己を対人関係に関与させる感情(親しみなど)、自己を対人関係から脱関与させる感情(有頂天など)、一般化された感情(リラックスしたなど)があると論じた。本実験で測定した感情のうち、肯定的感情(楽しいなど)、否定的感情(恐ろしいなど)、状態自尊心は対人関係を暗に意識させる関与的感情や脱関与感情であった一方、安静状態(ゆったりしたなど)や状態不安(不安であるなど)は一般化された感情であったため感情状態に関して一貫した結果が得られなかった可能性がある。どういった課題遂行後にどのような感情が影響されるか、今後さらに詳細に検討していく必要があるだろう。

動機づけに関して仮説は支持されず、条件に関係なく動機づけは全体として高かった。「ふつう」に達していないときに動機づけられるということはみられず、自らの水準に関係なく努力し続けることが示された。効力感が全体として低かったことから、自らが「できない」と感じるときに動機づけられる可能性が考えられる。

総合考察

本研究では、他者と同程度に達している状態を「ふつう」と定義し、個人の能力水準が「ふつう」より劣っている状態、「ふつう」である状態、「ふつう」より優れている状態が個人の感情および動機づけに及ぼす影響を検討した。

実験 1 では、フィードバックを行わない状況において自らの水準を推測させた。そこで、「優れている」と認知した人はおらず、概して自分の能力水準が「ふつう」であると認知した人のほうが「劣っている」と認知した人より感情状態がポジティブだったことが示された。実験 2 では、自らの出来の予測がしにくい課題を用い、「優れている」、「ふつう」、「劣っている」といったフィードバックが感情状態や動機づけに及ぼす影響について検討した。肯定的感情、否定的感情、状態自尊心においては概して「優れている」および「ふつう」とフィードバックされた人のほうが「劣っている」とフィードバックされた人より感情状態がポジティブであった一方、安静状態および状態不安はフィードバックそれぞれの間に感情状態の程度が異なるということが示唆された。こうした結果は、高田(2000)が示した、他の大学生と同程度の成績であるとフィードバックされた人は、優位であるとフィードバックされた人と同程度の満足感を感じ、愉快などの肯定的感情が上がり、沈鬱などの否定的感情が下がるという知見と一貫する。また、課題への動機づけに関しては実験 1、2 共に条件間で違いはみられず、全般的に動機づけは高いことが示され、劣った状態であるときに動機づけられる自己改善動機(e.g., Heine et al., 2001)は見出されなかった。

日本人は結果よりもそこに至った過程を重視するため(e.g., 天沼, 2004)、本実験では、自分の能力水準に関わらず日本で美德とされる努力し続ける姿勢を示したと考えられる。そうした姿勢が自己呈示による可能性も考えられるが、実験 1 において実験者が退室した後も課題をやり続けたという結果から、自己呈示によるものとは考えにくい。さらに、動機づけが全体的に高かった点と、課題難易の操作が有効ではなく比較的課題が難しいと認知されていたことを併せて考えると、日本人の自己改善傾向は Heine et al.(2001)が示唆した相対的に劣っている状況で動機づけられることではなく、自分の水準が何であれ、相対的位置づけに関係なく、できないと主観的に感じるときに努力する傾向であると考えられるかもしれない。日本人は自分の能力水準が相対的に劣っていない状況においても努力することを重視することが示唆されたと考えられるが、実験 1、2 ともに課題の難易度が比較的高いとみなされていたことから、課題の難しさ自体に動機づけられた可能性や、課題が単に興味を引くものであったために課題に従事した可能性もあり、さらなる検討が望まれる。

実験 2 のフィードバック前の能力水準において、半分以上の実験参加者が自らを「ふつう」である水準であると推測していた。また、「優れている」とフィードバックされた人およびフィードバック前の自らの水準の推測よりもフィードバックが良かった人たちのほうが悪かった人たちよりも課題を妥当でないとみなす傾向が示唆された。先行研究においても失敗状況の日本人実験参加者に比べ成功状況の日本人実験参加者のほうがテストを妥当だとみなしていなかった(Heine et al., 2001)。日本においては「優れている」者は妬みを受けたり攻撃の対象になったりし、みな平等であろうとする規範が存在する(e.g., 岸田, 1987)。そうした日本においては、「優れている」ことは必ずしも望ましいことではなく、周囲と同等、つまり「ふつう」であるかどうかの意味をもつといえる。実験 2 においてフィードバック前の推測に関して自らの水準を「ふつう」であると予測した人が多かった点はそうした「ふつう」志向を反映していると考えられる。だからこそ、「優れている」とフィードバックされた人や推測よりも良いフィードバックを受けた人は課題を妥当でないとみなし、自己卑下傾向を示したと考えられる。「優れている」とフィードバックされた人は、安静状態や状態不安のような感情状態においては「優れている」事実に関心は安心感を得ているものの、「優れている」ことに対し気持ちの上で謙遜していたと解釈できる。こうした観点は、日本人は「優れている」という直接的な自己肯定よりも「いたらくはない」という間接的な自己肯定をするという指摘とも一貫する(e.g., 北山・唐沢, 1995)。さらに、日本人は明示的な測定においては自己批判的である一方で、潜在的な測定においては自己高揚的であるという示唆とも整合する

(Kitayama & Uchida, 2003)。

先行研究の大部分(e.g., Heine et al. 2001)では成功状況、失敗状況という 2 つの実験状況のみにおいて様々な検討を行っている。しかし、日本人は人並みであることを志向するという指摘(元橋, 1993; 北山・唐沢, 1995)や本研究の結果から、成功状況、失敗状況だけでなく、他者と同じである状況をもあわせて検討していく必要があることが示唆された。また、自己改善動機とは、主観的にできないと感じるときにできるようになろうと努力する、ある種の獲得を目指す動機づけなのか、相対的に劣っているから努力するといったある基準へ達するまで努力する動機づけを示すのか、相対的に優れていないから努力するといった最終的には基準より上までを目指す自己向上をも含む動機づけなのか結論は出ていないため、今後さらなる検討が必要だと考えられる。

引用文献

- 阿部謹也 (編著) (2002). 世間学への招待 青弓社
- Alicke, M. D. (1985). Global self-evaluation as determined by the desirability and controllability of trait adjectives. *Journal of Personality and Social Psychology*, 49, 1621-1630.
- Alicke, M. D., Klotz, M. L., Breitenbecher, D. L., Yurak, T. J., & Vredenburg, D. S. (1995). Personal contact, individuation, and the better-than-average effect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 804-825.
- 天沼 香 (1987). 「頑張りの構造」—日本人の行動原理— 吉川弘文館
- 天沼 香 (2004). 日本人はなぜ頑張るのか 第三書館
- Aspinwall, L. G., & Taylor, S. E. (1992). Modeling cognitive adaptation: A longitudinal investigation of the impact of individual differences and coping on college adjustment and performance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 989-1003.
- 馬場雄二 (1982). JARAT FORM A —Remote Associates Test の成人用日本語版— による創造的活動の分析 心理学研究, 52, 330-336.
- Brown, J. D. (1986). Evaluations self and others: Self-enhancement biases in social judgments. *Social Cognition*, 4, 353-376.
- Davis, J. A. (1966). The campus as a frog pond: An application of the theory of relative deprivation to career decisions of college man. *American Journal of Sociology*, 72, 17-31.
- Dunning, D. (1993). Words to live by: The self and definitions of social concepts and categories. In J. M. Suls (Ed.), *Psychological perspectives on the self*. Vol. 4. Hilldale, NJ: Erlbaum. pp. 99-126.
- 遠藤由美 (1995). 精神的健康としての自己をめぐる議論 社会心理学研究, 11, 134-144.
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations*, 7, 117-140.
- Heatherton, T. F., & Polivy, J. (1991). Development and validation of a scale for measuring state self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 895-910.
- Heine, S. J., Kitayama, S., Lehman, D. R., Tataka, T., Ide, E., Leung, C., & Matsumoto, H. (2001). Divergent consequences of success and failure in Japan and North America: An investigation of self-improving motivations and malleable selves. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81, 599-615.
- Heine, S. J., & Lehman, D. R. (1995). Cultural variation in unrealistic optimism: Dose the West feel more invulnerable than the East? *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 595-607.
- Heine, S. J., & Lehman, D. R. (1997). Culture, dissonance, and self-affirmation. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 23, 389-400.
- Heine, S. J., Lehman, D. R., Markus, H. R., & Kitayama, S. (1999). Is there a universal need for positive self-regard? *Journal of Personality and Social Psychology*, 106, 766-794.
- 伊藤忠弘 (1999). 社会的比較における自己高揚傾向 —平均以上効果の検討— 心理学研究, 70, 367-374.
- 唐沢真弓 (2001). 日本人における自他の認識 —自己批判バイアスと他者高揚バイアス— 心理学研究, 72, 195-203.
- 岸田 秀 (1987). 嫉妬の時代 飛鳥新社
- 北山 忍 (1998). 自己と感情 —文化心理学による問いかけ— 認知科学会 (編) 認知科学モノグラフ 共立出版 pp.44-49.
- 北山 忍・唐沢真弓 (1995). 自己 —文化心理学的視座— 実験社会心理学研究, 35, 133-163.
- Kitayama, S., & Markus, H. R. (1994). *Emotion and culture: Empirical studies of mutual influences*. Washington, D. C.: American Psychological Association.
- Kitayama, S., Markus, H. R., & Kurokawa, M. (2000). Culture, Emotion, and Well-being: Good Feelings in Japan and the United States. *Cognition and Emotion*, 14, 93-124.
- 北山 忍・高木浩人・松本寿弥 (1995). 成功と失敗の帰属 —日本的自己の文化心理学— 心理学評論, 38, 247-280.
- Kitayama, S., & Uchida, Y. (2003). Explicit self-criticism and implicit self-regard: Evaluating self and friend in two cultures. *Journal of Experimental Social Psychology*, 39, 476-482.
- Kumon, S. (1982). Some principles governing the thought and behavior of Japanists (Contextualists). *Journal of Japanese Studies*, 8, 5-28.
- Mednick, S. A. (1962). The associative basis of the creative process. *Psychological Review*, 69, 220-232.
- Miller, D. T., & Ross, M. (1975). Self-serving biases in the attribution of causality: Fact or fiction? *Psychological Bulletin*, 82, 213-225.
- 元橋豊秀 (1993). 人並み志向と平準化志向 社会心理学研究, 9, 1-12.
- 小川時洋・門地里絵・菊谷麻美・鈴木直人 (2000). 一般感情尺度の作成 心理学研究, 71, 241-246.
- 岡本浩一 (1988). ユニークさの社会心理学 川島書店
- 大橋 恵 (2006). ふつうなら、満足? —フィードバックされた成績が心理テストの妥当性評価に与える影響— 日本社会心理学会第 47 回大会発表論文集, 14-15.
- 大橋 恵・針原素子 (2000). 自分を「ふつう」だと認知することは自己評価を高めるか? 日本社会心理学会第 41

回大会発表論文集, 20-21.

Ohashi, M., & Yamaguchi, S. (2004). Super-ordinary bias in Japanese self-predictions of future life events. *Asian Journal of Social Psychology*, 7, 169-185.

大橋 恵・山口 勸 (2005). 「ふつうさ」の固有文化心理学 一人を形容する語としての「ふつう」の望ましさについて— 実験社会心理学研究, 44, 71-81.

佐野予理子・黒石憲洋 (2005). 独自性欲求及び「ふつう」認知が精神的健康に及ぼす影響 国際基督教大学学報 I-A, 47, 61-66.

清水秀美・今栄国晴 (1981). STATE-TRATE ANXIETY INVENTORY の日本語版(大学生用)の作成 教育心理学研究, 29, 62-67.

舘 有紀子・宇野善康 (2000). 日本語版状態セルフ・エスティーム尺度の検討 日本社会心理学会第 41 回大会発表論文集, 206-207.

高田利武 (2000). 日本人の「非自己高揚・自己批判傾向」再考 —その規定条件と感情体験の実験的検討— 日本心理学会第 64 回大会発表論文集, 162.

外山美樹・桜井茂男 (2000). 自己認知と精神的健康の関係 教育心理学研究, 48, 454-461.

Taylor, S. E., & Brown, J. D. (1988). Illusion and well-being: A social psychological perspective on mental health. *Psychological Bulletin*, 103, 193-210.

梅本堯夫 (1969). 連想基準表 —大学生 1000 人の自由連想による— 東京大学出版

註

- 1) 課題難易条件を入れた分析も行ったが、課題難易の要因は結果に影響しなかった。
- 2) フィードバックを受ける前での連想力の水準の推測に関して検討した結果、自分の水準を「優れている」と認知した人は 5 名、「ふつう」と認知した人は 37 名、「劣っている」と認知した人は 18 名であった。連想力の重要性に関して認知による違いはみられなかった ($F(2, 57) = 0.42, ns$) が、課題の妥当性に関して有意差がみられ ($F(2, 57) = 5.57, p < .01$)、「優れている」と認知した人は「ふつう」、「劣っている」と認知した人より課題を妥当でないとみなしていた。しかし実験 1 とは異なり、認知間で感情状態、状態不安、状態自尊心に差はみられなかったため、フィードバック操作は有効であると判断した。
- 3) 妥当性評定に関して、自分の水準の推測とフィードバックされた水準が一致していた場合 ($n = 25$)、推測よりフィードバックが良かった場合 ($n = 22$)、悪かった場合 ($n = 13$) とを比較した。その結果、良かった場合のほう ($M = 1.77, SD = 0.61$) が悪かった場合 ($M = 2.23, SD = 0.60$) より課題を妥当でないとみなす傾向がみられた ($F(2, 57) = 2.76, p < .10$)。

The effect of being “middle” in Japan:

From the perspective of the self-improving motivation

Yoriko SANO (*Graduate School of Education, International Christian University*)

Norihiro KUROISHI (*Japan Professional School of Education*)

A considerable amount of studies have been conducted on self-improving motivation Japanese generally have. Two experiments investigated the effects of performance feedback as “superior”, “middle”, or “inferior” on emotion and motivation. Experiment 1 examined the relationship between participants’ subjective performance levels and their emotions. As a result, no participant stated that their performances were “superior” level, and participants whose levels were “middle” showed higher positive emotions than participants whose levels were “inferior”. Experiment 2 manipulated performance feedback as “superior”, “middle”, or “inferior” and investigated the effects of feedback on emotion, state self-esteem and motivation. As a result, people who received “superior” or “middle” feedback have higher state self-esteem and more positive affect than people who received “inferior” feedback. As a whole, motivation was high on both experiment 1 and experiment 2, regardless of what their performance levels were. It was suggested that Japanese tend to make efforts whenever their efficacies were low.

Keywords: self, self-improve motivation, emotion, performance level, culture.

