

主観的随伴経験が他者からの評価に対する認知反応に及ぼす影響

河越 隼人

問題

動物や人間は、環境からの刺激によって行動が喚起され、その行動には何らかの結果が伴う。この一連の流れは、行動随伴性と呼ばれる(中丸, 2008)。徹底的行動主義の立場からみると、人間の行動は、個人の内的な世界(例えば、認知、感情、感覚など)も含め、現在や過去の行動随伴性によって形作られるものである(e. g., Skinner, 1953; Skinner, 1974; Tsai, Kohlenberg, Kanter, Holman, & Loudon, 2012)。行動随伴性によって、人間は適応的な行動を獲得、維持するが、臨床的問題とみなされる不適応的な行動の形成もその例外ではない。うつや不安、無気力といった様々な問題が、徹底的行動主義の立場から追究され、それらの理論を応用した認知行動療法によって治療されている。

行動随伴性を考える際、人間においては認知反応を無視することはできない。例えば、抑うつなどの問題は、自動思考や不合理な信念(e.g., Beck, Rush, Shaw, & Emery, 1979)が刺激に対する不適応的な反応を増幅させることが知られている。また、学習性無力感と呼ばれる現象も、自分の行動と結果が随伴していないという認知反応によって引き起こされる(Seligman, Maier, & Solomon, 1971)。それでは、このような不適応的な認知反応はどのようにして形成されるのであろうか。

個人の認知反応を形成する要因として、主観的随伴経験が挙げられる。主観的随伴経験は、自らの行動に対して肯定的な結果が伴うという随伴経験と、自らの行動に対して否定的な結果が伴うという非随伴経験とに区別され、様々な心理的問題に影響を及ぼす。例えば、無気力と呼ばれる問題は、自らの行動や努力に肯定的な結果が伴わないという非随伴経験が多くなることで引き起こされ、その改善には、自らの行動の努力によって肯定的な結果が伴うという随伴経験を重ね、自らの行動とその結果には一定以上の結びつきがあるという認知の獲得が重要となる(大芦, 2012)。つまり、過去に経験した随伴経験や非随伴経験が、将来の随伴性を予測する認知を形成するといえる。

牧・関口・山田・根建(2003)は、中学生を対象に、随伴経験と非随伴経験を測定する尺度を開発し、無気力および自己効力感との関連を検討している。その結果、随伴経験と非随伴経験は一次元ではなく異なる次元であることを見出し、随伴経験の多さが自己効力感を高め、無気力の傾向を低下させる可能性を示している。また、豊田(2006)は、大学生において、随伴経験の多さと自尊感情の高さが関

連することを示している。これらの結果は、従来の研究で着目されてきた非随伴経験が無気力などの問題を生み出すという知見に加え(Seligman et al., 1971)、随伴経験が適応的な心理状態に影響することを示唆している。これらの知見を基にすると、過去に経験した非随伴経験が将来の随伴性を否定的に予測する認知を、随伴経験が将来の随伴性を肯定的に予測する認知を形成するものと考えられる。

そこで本研究は、人間のストレス反応を喚起しやすい対人関係場面(橋本, 2005)、特に他者からの評価場面を取り上げ、主観的随伴経験が認知反応にどのような影響を及ぼすのかを検討する。仮説として以下のことが考えられる。

1. 過去の随伴経験の多さが、他者からの評価場面における肯定的な認知反応を強めるであろう。
2. 過去の非随伴経験が多くと、随伴経験が多ければ、他者からの評価場面における肯定的な認知反応は抑制されないであろう。
3. 過去の非随伴経験の多さが、他者からの評価場面における否定的な認知反応を強めるであろう。
4. 過去の非随伴経験が多くと、随伴経験が多ければ、他者からの評価場面における否定的な認知反応は抑制されるであろう。

方法

調査対象者

心理学の概論に関する授業を受講している大学生233名(男性140名、女性93名。平均年齢 = 19.06歳, $SD = 1.42$ 歳)が調査に参加した。

調査内容

主観的随伴経験の測定 牧他(2003)が作成した、主観的随伴経験尺度を採用した。この尺度は、「困っているとき友人に助けを求めたら、力になってくれた」、「つらいことがあったとき親に心を打ち明けたら、励ましたり慰めたりしてくれた」といった、自らの行動に肯定的な結果が伴う随伴経験を問う15項目と、「友人に自分の大切にしているものを傷つけられた」、「自分でも直そうと努力しているのに、親から何度も悪いところを指摘された」といった、自らの行動に否定的な結果が伴う非随伴経験を問う15項目、計30項目で構成されている。この尺度は中学生用として開発されたものであるが、本研究では大学入学までに質問項目の内容がどの程度当てはまるかを問うこととし、「1:まったく経験したことがない」から「4:よく経験したことがある」の4件法で回答を求めた。

他者からの評価場面と認知反応の測定 他者からの評価場面として、一般的な大学生が想起しやすいと考えられる、学業場面とアルバイト場面を設定した。各場面において、言語的な意味としては肯定的に評価されていると捉えることのできる場面想起文を作成した。それらを下記に示す。

1) 学業場面 “あなたはある科目の定期試験で90点をとりました(その試験の平均点は75点)。その後、あなたが試験で良い点数をとったことを偶然知った友人が、「すごいね。頑張ったんだね」とあなたに言いました。この出来事に対してあなたはどのように思いますか”

2) アルバイト場面 “あなたがアルバイト先で一生懸命仕事をしていると、ある仕事のリーダーを任されることになりました。その事を知ったアルバイト仲間が、「仕事ができる人はやっぱり凄いね」とあなたに言いました。この出来事に対してあなたはどのように思いますか”

調査対象者には上記の場面をそれぞれ想起させた後、肯定的な認知反応を、「褒めてもらった」、「努力が認められた」、「わかってもらった」の3項目で、否定的な認知反応を、「皮肉をいわれた」、「裏がありそうで疑わしい」、「傷つけられた」の3項目で尋ね、計6項目について「1:まったくそう思わない」から「7:とてもそう思う」の7件法で回答することを求めた。

手続き

調査は、心理学の概論に関する授業時間の一部を利用して行った。調査への参加は任意とし、同意した者のみが調査用紙への回答を行った。

はじめに、フェイス項目として、学年、性別、年齢についての回答を求めた。その後、調査実施者が学業場面に関する想起文を読み上げ、調査対象者が十分にイメージできた時点で、その場面に対する認知反応に関する質問への回答を求めた。その後、アルバイト場面についても同様の手続きで行った。最後に、主観的随伴経験尺度へ回答することを求め、調査を終了した。

結果

主観的随伴経験尺度における、随伴経験15項目と非随伴経験15項目それぞれの平均値を算出し、それを基準に高群および低群に分類した。さらに、それらの組み合わせによって調査対象者を、随伴経験高群および非随伴経験高群をHH群(57名)、随伴経験高群および非随伴経験低群をHL(60名)、随伴経験低群および非随伴経験低群をLL群(45名)、随伴経験低群および非随伴経験高群をLH群(71名)に分類した。

随伴経験および非随伴経験と、学業場面における他者からの評価に対する肯定的な認知反応の関連を検討するために、各群の平均値と標準偏差を算出した。その結果、平均値はHL群が6.03($SD = 1.40$)と最も高く、次いでHH

群の5.54($SD = 1.19$)、LL群の5.37($SD = 1.23$)、そしてLH群が4.85($SD = 1.09$)と最も低かった(Figure 1)。これらの平均値の差を統計的に検討するために対応のない一要因分散分析を行ったところ、有意な主効果が認められた($F(3,229) = 11.88, p < .001$)。そこでTukey法($p < .05$)による多重比較を行った結果、HL群の得点が有意に高く、次いでHH群およびLL群、そしてLH群の得点が有意に低いことが示された。なお、HH群とLL群の得点間に有意な差はなかった。

随伴経験および非随伴経験と、学業場面における他者からの評価に対する否定的な認知反応の関連を検討するために、各群の平均値と標準偏差を算出した。その結果、平均値はLH群が3.31($SD = 1.35$)と最も高く、次いでHH群の2.92($SD = 1.67$)、LL群の2.87($SD = 1.59$)、そしてHL群が1.85($SD = 1.05$)と最も低かった(Figure 2)。これらの平均値の差を統計的に検討するために対応のない一要因分散分析を行ったところ、有意な主効果が認められた($F(3,229) = 12.14, p < .001$)。そこでTukey法($p < .05$)による多重比較を行った結果、HL群の得点が他の3群よりも有意に低く、他の3群の間に有意な差はないことが示された。

随伴経験および非随伴経験と、アルバイト場面における他者からの評価に対する肯定的な認知反応の関連を検討するために、各群の平均値と標準偏差を算出した。その結果、平均値はHL群が5.98($SD = 1.12$)と最も高く、次いでHH群の5.31($SD = 1.52$)、LH群の4.75($SD = 0.89$)、そしてLL群が4.60($SD = 1.37$)と最も低かった(Figure 3)。これらの平均値の差を統計的に検討するために対応のない一要因分散分析を行ったところ、有意な主効果が認められた($F(3,229) = 14.71, p < .001$)。そこでTukey法($p < .05$)による多重比較を行った結果、HL群の得点が有意に高く、次いでHH群、そしてLL群およびLH群の得点が有意に低いことが示された。なお、LL群とLH群の得点間に有意な差はなかった。

随伴経験および非随伴経験と、アルバイト場面における他者からの評価に対する否定的な認知反応の関連を検討するために、各群の平均値と標準偏差を算出した。その結果、平均値はLH群が3.94($SD = 1.56$)と最も高く、次いでLL群の3.67($SD = 1.41$)、HH群の3.61($SD = 1.97$)、そしてHL群の2.43($SD = 1.85$)が最も低かった(Figure 4)。各群の平均値の差を統計的に検討するために対応のない一要因分散分析を行ったところ、有意な主効果が認められた($F(3,229) = 9.41, p < .001$)。そこでTukey法($p < .05$)による多重比較を行った結果、HL群の得点が他の3群よりも有意に低く、他の3群の間に有意な差はないことが示された。

考察

主観的随伴経験が肯定的な認知反応に及ぼす影響

随伴経験および非随伴経験が、他者からの評価場面に

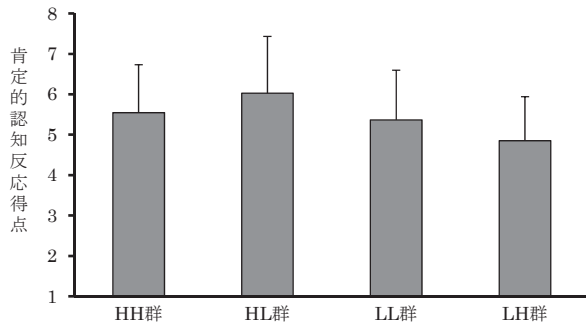


Figure 1 学業場面における各群の肯定的認知反応得点

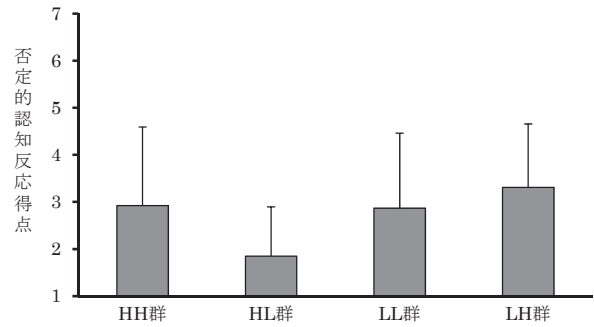


Figure 2 学業場面における各群の否定的認知反応得点

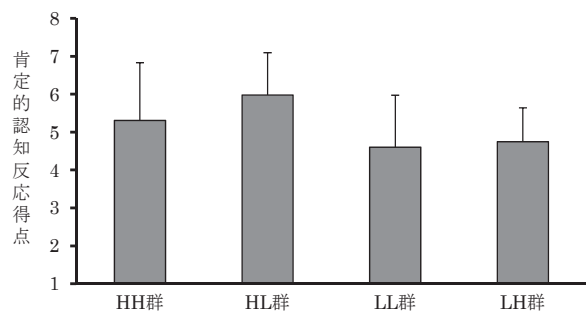


Figure 3 アルバイト場面における各群の肯定的認知反応得点

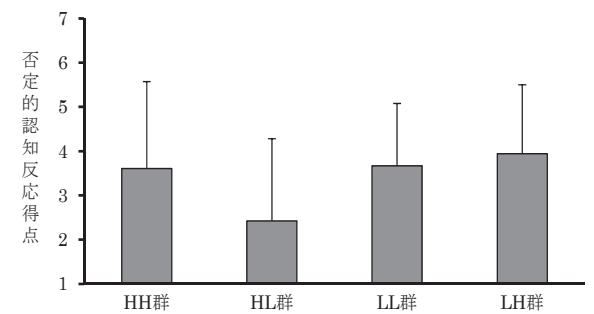


Figure 4 アルバイト場面における各群の否定的認知反応得点

における肯定的な認知反応にどのような影響を及ぼすのかを検討したところ、学業場面およびアルバイト場面のいずれにおいても、HL群の得点が最も高いということが示された。この結果は、過去の随伴経験が多く、非随伴経験が少なくなることで、他者からの評価を肯定的に受け取ることが可能になることを示唆している。反対に、学業場面およびアルバイト場面のいずれにおいても、LH群の得点は最も低いものであった。つまり、過去の随伴経験が少なく、非随伴経験が多くなることで、他者からの評価を肯定的に受け取ることが困難になることを示している。これらのことから、他者からの評価場面における肯定的な認知反応を、過去の随伴経験が強め、非随伴経験が弱めるであろうことが示され、仮説1は支持されたといえる。牧他(2003)や豊田(2006)は随伴経験が自己効力感を高めること、Seligman et al.(1971)は非随伴経験が学習性無力感を高めることを明らかにしているが、本研究の結果はこれらの方向性と一致するものである。

上記の通り、他者からの評価場面における肯定的な認知反応を、過去の随伴経験が強め、非随伴経験が弱めるであろうことが示されたが、その組み合わせについても検討する必要がある。随伴経験および非随伴経験をともに多く経験しているHH群の得点は、いずれの場面においてもHL群に次いで高いことが示されている。また、随伴経験および非随伴経験がともに少ないLL群の得点は、学業場面においてはHH群と同程度であり、アルバイト場面ではLH群と並んで最も低いという結果であった。これらの結果を解釈すると、過去の非随伴経験が多くと、併せて随伴経験も

多ければ、他者からの評価場面における肯定的な認知反応は十分に強められるといえ、仮説2は支持されたといえよう。しかし、随伴経験および非随伴経験がともに少ない際には、肯定的な認知反応は十分に強まらない可能性がある。他者からの評価場面における肯定的な認知反応を強めるためには、非随伴経験を少なくすれば良いという訳ではなく、随伴経験を多くすることが重要であると考えられる。

主観的随伴経験が否定的な認知反応に及ぼす影響

随伴経験および非随伴経験が、他者からの評価場面における否定的な認知反応にどのような影響を及ぼすのかを検討したところ、学業場面およびアルバイト場面のいずれにおいても、HL群の得点が最も低いということが示された。この結果は、過去の随伴経験が多く、非随伴経験が少なくなることで、他者からの評価を否定的に受け取ることが少なくなることを示唆している。反対に、学業場面およびアルバイト場面のいずれにおいても、LH群の得点は最も高いものであった。つまり、過去の随伴経験が少なく、非随伴経験が多くなることで、他者からの評価を否定的に受け取りやすくなることを示している。これらのことから、他者からの評価場面における否定的な認知反応を、過去の随伴経験が弱め、非随伴経験が強めるであろうことが示され、仮説3は支持されたといえる。これらの結果も牧他(2003)やSeligman et al.(1971)の結果の方向性と一致するものである。

上記の結果に加え、過去の随伴経験および非随伴経験の組み合わせについても検討したところ、随伴経験および

非随伴経験をともに多く経験しているHH群と随伴経験および非随伴経験がともに少ないLL群の得点は、LH群と並んでともに高いという結果であった。これらの結果を解釈すると、過去の随伴経験が多くと、併せて非随伴経験が多くなれば、他者からの評価場面における否定的な認知反応は抑制されず、このことから仮説4は支持されなかったといえよう。また、随伴経験および非随伴経験がともに少ない際にも、否定的な認知反応は十分に抑制されないことも示されている。他者評価場面における否定的な認知反応を抑制するためには、非随伴経験のみを少なくする、あるいは随伴経験のみを多くするということでは不十分であり、非随伴経験を少なくすることに加えて随伴経験を多くするという併合が重要といえよう。

結論と今後の課題

本研究は、主観的随伴経験が他者からの評価場面における認知反応にどのような影響を及ぼすのかを検討した。結果を総括すると、肯定的な認知反応は随伴経験の影響を強く受け、その多さが他者評価場面における適応的な認知反応を形成することに重要な役割を果たすであろうことが示された。また、非随伴経験が多くなると肯定的な認知反応が抑制されるが、随伴経験の多さがその影響を上回り、十分に肯定的な認知反応を形成することに影響している可能性も示された。しかし、否定的な認知反応の形成においては、非随伴経験の影響が強く、随伴経験の多さをもってしても十分に抑制されないであろうことが示された。

今後の研究では、認知反応のバランスを検討することが必要であろう。肯定的な認知反応と否定的な認知反応は、個人の中にも存在するものであると考えられるが、そのバランスが適応にどのような影響をもつかは本研究では十分に検討できていない。本研究では、調査参加者の肯定的な認知反応の得点が高く、否定的な認知反応の得点は相対的に低いという結果が見受けられた。これは、一般的な大学生を対象としたこともあり、適応的な状態にある者の特徴であると考えられる。例えば、うつ状態にある者は否定的な認知反応が強い傾向にあることが予測されるが、そのような者を対象とし、認知反応のバランスやその形成に影響をもつ主観的随伴経験の在り方を検討することが必要である。

その他の課題として、主観的随伴経験や認知反応の測定方法が挙げられる。本研究では、牧他(2003)が中学生の主観的随伴経験を測定するために開発した尺度を使用した。その内容は友人や親との間で生じた随伴経験に主な焦点が当てられている。中学生以降に経験する、尺度には含まれていない随伴経験も存在することが予測できるため、この点には留意が必要である。また、認知反応の測定項目においても、十分に信頼性や妥当性が検討された尺度を使用した訳ではないため、この点を精査した追試研究も望まれる。

上記の課題を踏まえ、主観的随伴経験が他者からの評価場面における認知反応にどのような影響を及ぼすのかをさらに追究することが重要である。

引用文献

- Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F., & Emery, G. (1979). *Cognitive Therapy of Depression*. New York: The Guilford Press.
- 橋本 剛 (2005). ストレスと対人関係 ナカニシヤ出版
- 牧 郁子・関口 由香・山田 幸恵・根建 金男 (2003). 主観的随伴経験が中学生の無気力感に及ぼす影響—尺度の標準化と随伴性認知のメカニズムの検討— 教育心理学研究 51, 298-307.
- 中丸 茂 (2008). 行動と認知の随伴性 駒澤大学心理学論集 10, 65-72.
- 大芦 治 (2012). どうして無気力になるのか 鹿毛雅治 (編) モティベーションをまなぶ12の理論 金剛出版 Pp.303-333.
- Seligman, M. E. P., Maier, S. F., & Solomon, R. L. (1971). *Unpredictable and uncontrollable aversive events*. In F. R. Brush (Ed.) *Aversive conditioning and learning*, New York: Academic press. Pp.347-400.
- Skinner, B. F. (1953). *Science and human behavior*. New York: Macmillan.
- Skinner, B. F. (1974). *About behaviorism*. New York: Knopf.
- 豊田 弘司 (2006). 大学生の自尊感情と自己効力感に及ぼす随伴・非随伴経験の効果 教育実践総合センター研究紀要 15, 7-10.
- Tsai, M., Kohlenberg, R. J., Kanter, J. W., Holman, G. I., & Loudon, M. P. (2012). *Functional Analytic Psychotherapy: The CBT Distinctive Features Series*. New York: Routledge.

The influences of perceived experiences of contingency on cognitive responses to evaluation from others

Hayato KAWAGOSHI

Abstract

The aim of this study was to investigate the influences of perceived experiences of contingency on cognitive responses to evaluation from others. First, undergraduate students (140 males and 93 females) were asked to imagine the situation of evaluation from others and to rate the cognitive responses. Second, they were asked to rate the perceived experiences of contingency scale. The result suggested that much contingent experiences increase the positive cognitive responses to evaluation from others, even when they had much non-contingent experiences. However, the negative cognitive responses to evaluation from others were caused by much non-contingent experiences rather than lack of contingent experiences.

Keywords: perceived experiences of contingency, cognitive response, contingent experience