

# 一般教養授業「心の世界」講義ノート 1

石 井 徹\*

## An Introduction to Social Psychology 1

Tooru ISHII

キーワード：心理学，入門，講義録，社会，ふつう

Key words：psychology, introduction, lecture notes, society, commonsense.

本稿では一般教養の授業「心の世界」を講義ノートという形で解説します。講義録に基づく紙上講義と見ていただくこともできます。開講当初は荒削りだった内容が、年数を重ねるうちに受講生の反応に磨かれて、少しは洗練されてきたと思っています。講義をすることで気づいたこともたくさんあります。受講生との共同作業の中で見えてきた心理学と人のおもしろさを書き留めてみます。

### 第一講：私たちは、あるものも 見ません。ないものも見ます。

この講義で私がまず伝えたいのがこのフレーズです。フレーズとしては単純ですが、心理学の重要事項その1として理解していただくために、いくつかの解説と注釈を加えます。

まずこのフレーズで、見ることは五感の代表として取り上げています。感覚に関する様々な事項を解説する際、やはり視覚に訴え

るほうがわかってもらいやすいことが一番の理由です。講義でお話しする内容は、視覚だけではなく、五感すべてに当てはまることだと折々補足しているつもりですが、聞き漏らされてしまうことも多いようです。

ともあれ、私たちは暮らしている環境の様相や状態を、5種類の情報として五感を通して体内に取り入れています。五感は周りの世界（周界）を体内に取り入れる取り入れ口です。例えば口と同じように、取り入れたものを消化吸収する一連の仕組みがその後に行っています。この仕組みこそが「心の理」その1ということになります。

ちなみに「理」とは規則性と考えています。「物の理」が物理、「生（命）の理」が生理、「心（精神活動）の理」が心理です。すでに天文学や素粒子物理学、分子生物学等々が明らかにしてきたように、私たちの世界は規則性に満ちています。ばらばら、でたらめ、無規則、無秩序こそが、とても特殊でまれな状態に見えます。それに加えて私たち、特に人は、「規

---

\* 島根大学法文学部社会文化学科

則性」を見ます。先述したように五感を通して取り入れた周囲の世界（周界）を「規則性」で「まとめ」ようとします。この点については少し後にゲシュタルト心理学の貴重な功績として改めて説明します。とりあえず、このような二重の意味において、私たちは規則性の中で暮らしています。

また一方、先のフレーズにおいて、ある、ないという表現は物理的に存在する、しないということを念頭に置いています。とはいえ科学が進むにつれて、物理的に存在するか否かという一見単純な事実についても、私たちの認識との相対的關係も絡んでどんどん複雑になっています。そのため、とりあえずは日常生活で「もの」として認識できる範囲でのことに限定します。

日常生活の中からいくつかの例を引きながら、多少なりともこのフレーズに実感を持っていただいたならば、次に理解していただきたいのが、これが人の本質だという点です。少なくとも人の、というのがより正確な表現です。人以外の動物では、人以上にこれからまだ確認してゆく必要のある事項に見えません。本質だというのは、人を考えるときに必須の、しかも基礎となる特徴だと考えるという意味です。必須だという判断については例えばAI（人工知能）との比較で実感を持ってもらえると考えています。基礎だという点については個人についても、そして社会についても、このフレーズが基礎だということを示す研究結果や知見をこの先くり返しお見せします。

ただ、人としての本質的な特徴はこれだけだ、というつもりはありません。私たちは複雑精緻です。本質というべき特徴は一つではなく他にもあるでしょう。未知の可能性も含みつつ、まず知って欲しいひとつとして紹介

します。

一方、これと同様のフレーズは心理学以外にも様々な分野で見ることができます。しかし心理学の特徴はこれを科学的に明らかにしてきたことだと考えます。科学的にというのは実証的かつ論理的に、という意味で使っています。実証的に、とは事例に基づいてという意味です。論理的にいかにも可能性が高くても、事実で検証して初めて納得する、仮説検証という考え方です。実証的にという表現は、同時に、客観的にという意味も含んでいます。どの心理学者も、できる限りでですが、個人の主観を排除しようと努めてきました。統制群や対照群との比較において実験を行うこと、その結果の再現可能性を高めること、など、多くの努力を重ねてきました。特定の個人や一部の学派、集団が思弁のみに基づいて到達した結論と一線を画するところです。他方、論理的にという表現はローマ・ギリシャあるいはルネサンス以来の理性重視の思考法を踏襲していることの宣言です。実証的かつ論理的、両方あわせて心理学が科学だという根拠と考えています。

蛇足ですが、心理学を学ぶと人の心が読めるようになる、と考えて受講する人が少なからずいます。心理学を読心術のテキストと考えている人たちです。お料理のレシピ集を一通り知ったならばすぐに一流料理店が開ける、と考える人と同じです、という説明をします。例えば武術と同じく、知ることと使うことの間には訓練という自発的努力が不可欠です。センスも必要でしょう。だから「術」です。「学」はその入り口にはなりえても、ゴールではありません。心理学の対象である私たち自身もそんなに単純な生き物ではありません。明らかにしたい巧妙な謎がぎっしりつまった宝石箱に見えます。原動力は人や社

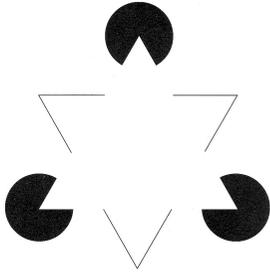


図1. カニツァの主観的輪郭線  
( Kanizsa, 1976 )

会に対する知的好奇心です。

## 第二講：ゲシュタルト心理学

先のフレーズの後半「ないものも見ます」というくだりを、言葉ではなく実際に感じ取ってもらうために、私がいつも使うのが主観的輪郭線と奥行き知覚です。主観的輪郭線は Kanizsa (1976) の「描かれていない白い三角形」(図1)をよく使います。先のフレーズを文字通り絵にした図版です。奥行き知覚は図2のような図版を自作したり、「クレーター錯視」(図3：ぜひ180°回転させてみてください)などをよく使います。こちらは主観的輪郭線の場合よりもう一言説明が必要です。スライドにしてスクリーンに投影する場合もプリントとして配布する場合も、「同一平面なのに」奥行きを感じるでしょ、という

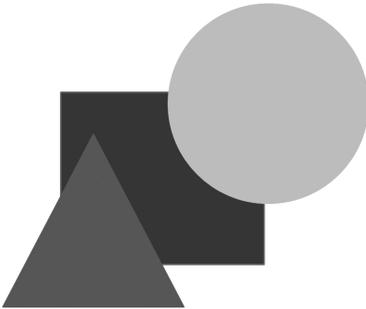


図2. 奥行き知覚の例

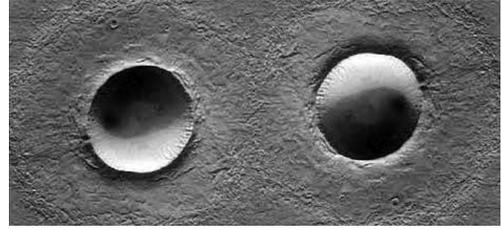


図3. クレーター錯視の例  
(図を180°まわしてみてください。)

一言を加えます。

奥行き知覚については、もう一つ、私たちの視覚像が網膜という球面に映った像を主な材料としていることも付け加えます。網膜上の球面イメージの段階では、そもそも現実存在する場合であっても、奥行き情報は切り捨てられています。私たちが感じ取る眼前の「奥行き」はすべて、五感からの情報と記憶、それに知識、さらに感情も込めて、主に脳内で合成した結果です。理屈の上では、眼前の実相とは無関係に合成して感じ取ることが可能です。そしてこれは単に理屈の上だけの話ではなく、今日、映画やゲームなどの娯楽や教育用の訓練機器や訓練ソフトとして、仮想現実という名前で私たちの身の回りに現れてきています。このとき次に考えるべき課題として見えてくるのが、私たちの脳が奥行きを合成する具体的な仕組みです。これがその存在にぜひ気づいて欲しい私たちの心理その1(奥行き編)ということになります。様々な感覚情報から例えば視覚的奥行きを合成する具体的な仕組みを明らかにしてきたのがゲシュタルト心理学です。

図1で見える「描かれていない」三角形の輪郭線も、先の奥行きと同様、脳内で合成された結果です(だから主観的)。このとき、その合成の仕方は心理その1(形編)と呼ぶことができます。この規則性をもつら

研究して一つの学派として呼ばれているのがゲシュタルト心理学、ゲシュタルト派の心理学者と呼ばれている人たちです。ゲシュタルト (gestalt) とはドイツ語で「形」を意味する日常的な言葉です。

ゲシュタルト派の心理学者たちは、文字通り私たちの脳が「形」を認識するときの合成レシピを数多く明らかにしました。私の授業ではその中から主だったもの6種(近接・類似・閉合・よい連続・よい形・共通運命)を解説しています。ポイントはこれらの条件が整うと、私たちは、元来個々別々のものでも、一つのものとして「まとめて」しまう、という点です。まとめた結果が「形」です (eg. 柿崎, 1974)。夏の夜空の星座や隠し絵 (図4:「すみれ」) を例に説明すると納得する人が増えます。ゲシュタルト派の心理学者が言う「私たちはそのときの条件が許す限り、もっ



図4. 隠し絵の例:すみれ, 作者不詳 (1815)

とも単純に、最小に、よい形に知覚する」という基本法則は、私も、私たちの心理の根本法則だと思います。特に後半の「もっとも単純に…」というくだりは「まとめる」とまとめて表現しています。

私たちの心理その1 (奥行き編) もここに含まれます。図2において「四角」という「より単純な形」を「見てしまう」結果、手前に丸と三角、向こうの四角、という「奥行き」を見ることになります。丸と三角とその間に「変なハイヒール」のような形が並んでいる、と見る人はまずいないはずですが、「変なハイヒール」のような形はそれくらい複雑(煩雑)なのです。見るのに必要なエネルギーを想定するなら、「変なハイヒール」のような形よりも「四角」の方がより少ないエネルギーですむ、という省エネの仕組みを見て取ることができます。原則的に無駄や余剰を許さない私たちの生命維持機構の一部として、理にかなった仕組みと言えます。さらに私は、日々私たちに人の気持ちが分かるのも、少なくとも基礎に、この働きがあると考えています。ちなみに「あるものも見ません」というフレーズの前半部分は、講義の中でも研究例 (eg. 「私たちの真ん中にいるゴリラ」 D. J. Simons & C. F. Chabris, 1999) などを交えて紹介するのですが、少なからぬ受講生が試験の時にようやく実感を持ってきているようです。

ご覧のように、ここまでのところでは主に知覚心理学、認知心理学の基礎を紹介しました。私の考えている社会心理学の中では基礎の基礎ですが、心理学の目的や手法、そして人の心理の基礎として欠かせない事項と考えています。心理学への関心の有無にかかわらずすべての人に知って、理解していただきたい知識とも思っています。

逆に現在、私からこれらの分野の研究者に

ご教示をいただきたいのがリアリティ（現実感）の認知に関する知見です。怪獣映画などの特殊撮影で、作り物なのになぜあんなにリアルなんだ、という疑問から勉強を始めた身としては、当初の疑問はリアルでないものがリアルに見える仕組みでした。しかし技術の世界はさらにその先をゆきます。実物を写した写真なのに実物に見えない写真ができました。本城（2006）のように、意図的にそのように写す技術も公表されています。日常生活においても、特に高齢者などに、実物なのに実物に感じないという事例が報告されることがあります。上に紹介したように、形、興行きが続いて、私たちが脳内で合成しているものの3例目がリアリティ（現実感）と見ることもできます。今後盛んになる研究課題の一つかもしれません。後にお話するようにひょっとするとこれは社会心理学の研究対象かもしれない、とも思っています。

### 第三講：どの人にも先達がいる。

言われてみればそのとおりなのですが、意外に実感のないのがこのフレーズです。私たちは誰もが、生まれてきたときに先祖から遺伝による影響を受けています（先天的な影響）。生まれて後はこれに加えて周囲の人たちや住んでいる環境の影響を受けます（後天的な影響）。特に生まれてすぐには自律できない私たちの生物としてのしくみが、先達からの後天的な影響を避けられないものになっています。

この二種の影響について、例えば「私の性格」のように、前者を過大視し後者を過小視する、という傾向を多くの方がお持ちのようです。すなわち「私の性格は生まれつきで、死ぬまで治らないんだ」という思いこみです。

中途半端なのは「死ぬまで治らない」と思いつつも「何とかならないものか」と悩んでしまう、非合理的な思考です。理性ではコントロールできない感情の働きが見えるところでもあります。

先天的影響を過大視し後天的影響を過小視するみなさんに、そのバランスを、少しだけ、先天的影響の小さい方へ動かしていただくために、いつも用意するのがローレンツ（K. Lorenz, 1949）の「刷り込み」のエピソードです。すなわち、孵化したばかりのヒナが、生まれて初めて見た、動く大きなものを「親」だと思い、将来自分のなるべき像とみなす、という現象です。ローレンツの著書「ソロモンの指環」には、第一次世界大戦末期のドイツ、シェーンブルン動物園にいたオスのシロクジャクが、生まれて初めて見たゾウガメを母親だと思い、そして仲間だと思い、生涯ゾウガメのあとをしかるべき伴侶として追いかけた、とあります。ただしこの現象は鳥類まででしか確認されていない、という注釈も必ず付けます。もちろん人間では確認されていません。

とは言え、ハトは必ずハトになる、何もなくてもカラスはカラスになる、と思いこんでいた段階からは、一步、遺伝の影響が少ない方へ認識が変化するエピソードだと思えます。いわゆる自然界では、生まれて初めて目が見えるようになったとき、たいていの場合は親が目の前にいるものですが、たまには他の鳥やけものなどが通ったり、何かの拍子に亀が眼前を横切ったりすることもないとは限らないのです。童話「醜いアヒルの子」の前半部分が実話に思えてきます。

先天的な影響が思っていたよりも一步後退した、ということはその分後天的な影響が増えたことになります。ここで再び影響力の大

きな源として先達が現れます。ご先祖ではなくいっしょに生活している周界の先達です。当たり前の話なのについ忘れてしまいがちなのが、だれもが、生まれてきたときから、先達はつねに存在してすでに生活しているという事実です。どんな時代どんな世界でも、生まれてきたときも、公園デビューの時、入園、入学の時、そして入社の時、引っ越した時も、そこには必ず様々な先達がいて、それぞれ生活を営んでいます。状況によっては年下の先達も当然います。次の項で説明することですが、これらの先達は様々な形とやり方で新参者に影響を与えます。100%私の意のまま好きなまま、という世界は、それこそ孤島のロビンソンクルーソーにならないと無理なのです。仮に100%私の意のままになれたとしても、逆説的ですが、その日の食料から自分で調達しないとイケない、ということになります。コンビニで買ってくる、というのは、すでに存在するコンビニという先達、現代の経済システムという先達の影響を受けることになります。行き帰りに出会う人たちに気を遣うことにもなります。とてもわがまま全開とは言えません。

結果的にほとんどの場合、私たちは、先達の影響の下でわがままを出したり抑えたりすることになります。水中の気体が気圧と水圧という二つの圧力の均衡点の連続として境界を形作るように、先達の影響と我が意のぶつかるところに境目が見えてくる瞬間です。水中の気泡のように形が見えたとき、私たちはそれを「私」と呼んでいます。やはり水中の気泡と同じく、「私」も特別な膜のようなものは持ちません。先達の影響と我が意の釣り合ったところの連続に「私」という形(ゲシュタルト)を見る、と考えるのが現実的です。先達の影響にある時は逆らい、ある時は

妥協する中に「我(私)」が「見えて」きます。その片鱗は好みや意見、あるいはもっと素朴に「考える素(主体)」となって現れます。さらに皮肉なことに、そのつもりはなくても、次に述べるように、わがままの我(の大部分)を作ったのも、遺伝と(周界の)先達の両方、つまり先達と言えるのです。

#### 第四講：適応と学習、社会の始まり

適応という言葉に実感を持つためには、やはり経験とそのための時間が必要かもしれません。個人差もあるでしょう。しかし実感のあるなしにかかわらず、私たちは一人残らず生まれた瞬間から、生まれた社会に適応するよう周囲の先達から働きかけを受けます。適応をうながす様々な働きかけに、あるときは従いある時は逆らいながら、少なくとも結果としてうまく適応してきた証が今の私たちと言えます。不適応は生命の危険や社会からの逸脱につながるからです。

一つ確認しておくべきなのは、なぜ先達は新参者に適応を強いるのか、という疑問です。わがままいっぱいの新参者は、自分の思うままに誰の影響も受けることなくのびのびと生活したいはずですが。しかし立場を一度入れ替えてみてください。自分は新参者だと思っている人もよく見てみれば、周囲の新参者にとっては先達になります。自分以外の新参者に向かって、自分たちに合わせるように願い、振る舞っているはずですが。新参者が既存の社会にうまく適応してくれなければ、新参者自身の生命や暮らしが危うくなるのはもちろん、先達自身の生活も危うくなります。ふだんとは逆に、新参者が(大挙して)先達に(自分たちへの)適応を迫る場合がまれにあります。成功した例は例えば「革命」と呼ばれて

歴史に残る大事件となります。それくらい困難で希なできごとです。

周囲の先達为新参者に適応を迫るときの、具体的な手法や仕組みを主に明らかにしてきたのが学習心理学です。その一番としていつも最初に紹介するのが古典的条件付け、いわゆる「パブロフの犬」(Pavlov, 1927)です。味やにおい、景色など、特に五感にうったえるものに対する好みの違いに驚いた経験をお持ちであれば理解していただきやすい現象です。生まれてすぐの時には、どの赤ちゃんも満腹か空腹かの二つの状態を行き来しているように見えます。満腹は快(心地よい状態)、空腹は不快(な状態)、と見えます。前者はご機嫌、後者は泣き声、です。成長するにつれて同じ満腹でも、例えばご飯派(米派)とパン派(小麦派)が出てきます。ご飯派もさらに〇〇産のお米でないと、などと凝り始めます。そんなときに「西洋ではお米は野菜で、サラダにして食べるんだよ」と聞かされて唾然とした経験があります。特に赤ちゃんは「生まれて初めて」のものに囲まれています。その中から何をおいしいと思うようになるか、何を嫌いだと思うようになるかは、ほぼ全面的に周囲の先達にゆだねられています。

その仕組みが古典的条件付けです。要点は対呈示と繰り返し呈示です。すでに好きなものと新しいものを対(ペア)にして繰り返し経験させる、あるいはすでに嫌いなものと新しいものを対にして繰り返し経験させるという方法です。単純な仕組みですが、単純なだけに普遍的で強力です。私たちが幼いときから満腹と対にして条件付けられてきたお米(ご飯)は今でも多くの人が主食の代名詞とと思っています。そんなときにお米は野菜、だからサラダにしてドレッシング、という西洋の人々の話を聞くと本当に驚きます。かつて

のイカ・タコ・ウナギ、ウニ・ナマコのように逆の場面もあるでしょう。その驚きの大きさが古典的条件付けの影響の強さを示しています。

条件付けの出発点は食欲や乾き、寒暖や眠気など、どの赤ちゃんにも、そしてどの人にもある快の状態、不快の状態です。ご機嫌の時に繰り返し見せた情景(味あわせた味)は好きになり、機嫌の悪いときに何度も無理強いした情景や味は嫌いになります。成人でもテレビのコマーシャルなどで好ましいタレントとともに繰り返し登場する新製品は、そうでない場合に比べて、好まれる可能性が高くなります。新しいものは当然好き嫌いも未知ですが、対にして繰り返し経験する「すでに好き嫌いのはっきりしているもの」の影響を受ける、という仕組みを私たちは持っています。そして「何と組み合わせるか」を決めるのはほとんどの場合、先達です。この意味で先達は、新参者の好みや価値観を決める、とても大きな力を持っています。ちなみにこの仕組み、特に対呈示の部分に、私は「まとめる」という仕組みも見えています。

同様のことは次に紹介する Skinner (1938)の道具的条件付けについても言えます。観察対象が予め決めておいた行動をするのを見計らって、すかさず褒める、あるいは罰することを通して、その行為を強化したり消去したりできる、という行動形成の仕組みを明らかにしたのがスキナーを初めとする行動主義心理学の研究者たちです。ポイントは褒める、あるいは罰するタイミングや具体的な方法です。ペットなどのしつけにその例を見ることができですが、私たち自身も思っているよりはるかにたくさん、しつけられています。ここでもしつけたのは多くの場合先達です。衣服のボタンのはめ方や靴紐の結び方、お箸

の持ち方を含む食事の作法，幼稚園か小学校で習った歩き方，などを例に説明しています。あるいは昨今の人たちは私たちの世代とは異なった「電話のかけ方」をしつけられてこられたようです。古典的条件付けもあわせて考えると「電話する」という言葉もまもなく無くなってしまいそうに思えます。

これら条件付けの紹介に続けてここ数年，少し丁寧に解説しているのが潜在学習です。Tolman & Honzik (1930) をもとに紹介しています。1日に1度，およそ3週間をかけて迷路学習にのぞむネズミの，ゴールまでの誤反応数（違う経路，曲がり間違い，立ち止まり等々）の変化が指標です。1匹では個体差が大きく影響しますので，複数のネズミを同じ条件で走らせて個体差を相殺します。学習の進み具合については，眼前の迷路について学習が進むほど誤反応が少なくなると考えます。Tolman たちがまず確かめるのは，ゴールにエサを置く群（第2群）と置かない群（第1群）の誤反応の減り方の違いです（図5）。道具的条件付けの結果からも明らかなように

エサというご褒美を置いた第2群のほうが明らかに早い段階から誤反応が減り続けます。エサのない第1群も減りはするのですが，実験期間を通じて緩やかに減少してゆきます。Tolman たちは「慣れ」だろうと考えています。逆に言えば第2群は，慣れをはるかに超えて学習したことになります。

ここでだれもが目にするのが11日目からゴールにエサを置いた群（第3群）です。10日目まではエサのない群（第1群）と同じです。エサを置いたのが11日目からですからそこからエサ有り群（第2群）になって，第2群が1日目から示したのと同じ（10日遅れの）学習曲線を示す，というのが道具的条件付けの仕組みから考える最初の予測でした。そして第3群がこの予測を裏切ります。10日目まで第1群とまったく同じ緩やかな減少しか見せていなかった誤反応数が急激に減り，12日目には第2群とほぼ同じ，続く13日目からは明らかに第2群よりも少ない間違いで，つまりより正確に迷路をたどり続けました。

この結果に対して研究者たちは次のように考えました。第3群のネズミ達は10日目まではいろいろと間違えながら，頭の中で迷路の地図をつくっていた。そのつもりはなくても，できあがっていた地図がエサというご褒美に向かう際にとっても役に立つことになった。最初からエサをもらい続けて「正しい道」だけを身につけていった第2群よりも第3群の地図は役に立つよい地図だった，というものです。ちなみにこの地図のことを認知地図と呼んでいます。第1群のネズミたちも同じように，そして11日目以降も，認知地図をつくっていたと思われます。でも

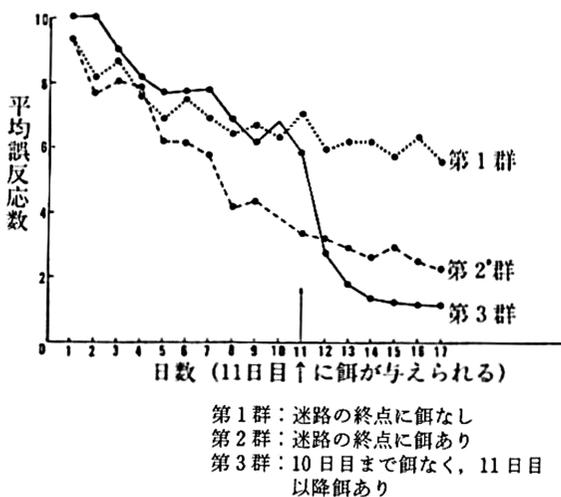


図5. 潜在学習の例：  
Tolman & Honzik (1930) より

その力を発揮する機会に出会わなかった、つまり潜ったままになっていた（潜在）、と考えられます。

私たちには、その自覚が無くても、周囲の状況から情報を仕入れて「潜在的に」学習する能力、あるいは仕組みが備わっていると言えます。次のポイントはそれを活かすために、絶好のタイミングで格好のご褒美と出会うことです。うまく出会わなければせっかくつくっている認知地図は、第1群のように潜ったままになってしまいます。特に人の場合、ご褒美を与える役は周囲の人であり、時に自分自身の場合もあります。与えられる側だけではなく、与える立場にもなって、知っておいて欲しい一項目です。ちなみに「その自覚が無くても」というのは次の第五講「適応的無意識」への伏線にもなっています。

学習については、他にも洞察学習や観察学習もそれぞれ興味深く、講義でも時間を割いて解説していますが、ここでは割愛します。記憶の働きについては、特にここ数年、うまく覚える働きではなく、うまく消す（忘れる）働きを中心に解説しています。記憶の変容を解説する際には、うまく「まとめる」働きという表現も使っています。

### 第五講：無意識

意識とは気づいていること、動きです。つい「もの」と考えてしまいますが「心」と同

じで「動き」ととらえるのが現実的です。似たものとして「走り」や「食事」、「眠り」を思い浮かべてみてください。意識の対象も含めて表現しようとするとき「注意」、「注意する」、「注意を向ける」という言葉も出てきます。ですから無意識というと、日常的には、何も気づいていない状態、何にも注意を向けていない状態、ということになります。よく言う気絶している状態だけが無意識ではありません。気絶しているときも、眠っているときも、ボンヤリしている時も同じように、そして、ゲームに集中していて他のものには一切気づいていないときさえ、私たちの五体は自覚しないまま（無意識のうちに）、きちんと健康的に働いています。先に紹介した潜在学習も「そのつもりはないのに（ないままに）」学習していました。逆説的ですが、特に何か集中しているときの状態を考えると、意識と無意識が同時並行に存在して機能していることが実感できます。

神経症の治療にあたる中で、人には自分のことでありながら自分では知ることのできない心の働きがある、と仮定したのはジグムント・フロイト（Sigmund Freud）です。そのように仮定しないと自由連想法による症状の快癒が説明できなかったのです。そしてアメリカの生理学者ベンジャミン・リベット（Benjamin Libet）が1979年の実験において、脳の「準備電位」の変化を指標にして、意識するより前に、すでに脳が働いていること

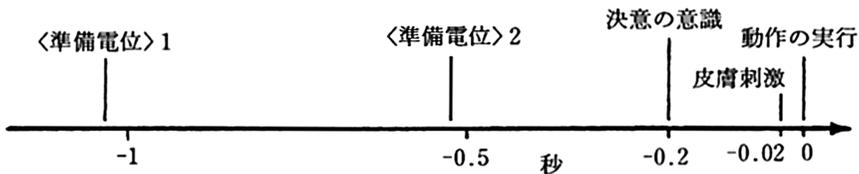
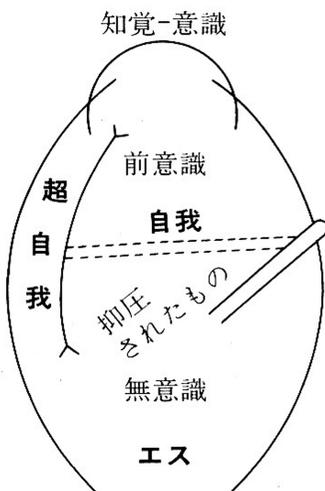


図6. ベンジャミン・リベットが測定した意識の遅れ  
 (「ユーザー・イリュージョン」(2002)より石井が改変)

を示しました。つまりフロイトの仮定した無意識の働きが実際に存在することを、リベットが科学的に確認しました。

リベットの実験の経緯は、デンマークの科学ジャーナリスト、トール・ノーレットランダーシュ（Tor Nørretranders）によって著書「ユーザー・イリュージョン」（2002）に詳しく記されています。その核心は図6示すように一本の矢印で表すことができます。ソファでリラックスしている被験者は、好きなときに右手小指を少しだけ動かすように教示されています。時々の脳波の動き（準備電位の変化）をとらえるために被験者の頭部には電極が貼り付けられています。図の矢印の右端、0と記されたところが小指の動いた瞬間です。その0.2秒前に「動かすぞ」という自覚された意図が脳波となって現れています。小指の先を針でつついたときに痛みを感じる脳波が同じ部位で観測されるまで0.02秒を要していますから、意図が実行されるまでにはその10倍の時間がかかっていることが分かります。

最も興味深いのが、意図が観測される0.3



フロイトの精神図式

図7. フロイトの精神図式

秒前、動きからは0.5秒前に同じ部位ですでに脳波が観測されていることです（準備電位2）。発作的に小指を動かそうとしたときの結果だと言います。「そろそろ」などと思ったときにはさらにその0.5秒前、小指の動きからはなんと1秒も前に同じく脳波が観測されています（準備電位1）。意図を自覚した時点からは0.8秒も前ということになります。小指とはいえ、自覚するよりはるか前に私たちの脳は動かすための準備体制に入っています。そして私たちはこれを自覚していません。無意識の活動です。動きの規則性を探る対象が、自覚できる心を超えて、自覚できない心にまで広がることになりました。

存在が確認できたところで次に気になるのがその内容です。こちらそもそも自覚できませんので、第三者の視点で観察できることから推測し、仮定することになります。前述のフロイトを初めとする精神分析学の研究者達は、例えば神経症の症状とそれが快癒する過程から無意識を描きました。この思考過程は私には、例えば、風邪を引いた状態から完治するまでの治癒過程を観察することで、私たちの健康を描き出そうとするのと同じに見えます。また想定されている無意識も、意識との間に抑圧する・されるという一種の緊張関係を持つ2者（超自我を含めると3者）として描かれています（図7）。

そうではなくて我々の日常を観察することで無意識を推測し、仮定しようとしたのが、アメリカの心理学者ティモシー・ウィルソン（Timothy D. Wilson）の「適応的無意識」です。ウィルソンは主に認知心理学と社会心理学の知見をもとに、表1のように意識と対比する形で無意識の特徴をまとめました。両者は、一つの氷山の見える部分と見えない部分というようにいつも一体で連携し、連動する一つ

表 1. 適応的無意識の特徴 (Wilson(2002) より石井が改変)

適応的無意識	意識
多重システム	単一システム
オンラインのパターン検出器	事後的な事実点検器
「今ここ」の即時的視点	長期的な視点
自動的処理(速い, 非意図的, 統制困難, 努力を要しない)	統制的処理(遅い, 意図的, 統制可能, 努力を要する)
融通がきかない	柔軟
早とちり	ゆっくり展開
否定的情報に敏感	肯定的情報に敏感

の精神作用と考えられています。授業では先のフロイトのモデルも紹介しますが、推論の根拠が日常生活であることから、ウィルソンのモデルをより日常的な無意識として紹介しています。

「適応的無意識」の第一の特徴は、表1の一行目、意識が単一システムであるのに対して無意識は多重システムだという点です。私たちのほとんどは右手で○、左手で□を同時には書けません。自覚してできることは一時に一つがふつうです(単一システム)。でもその時、例えば私たちの内臓はそれぞれ個別にそれぞれの動きをきちんと行っています。筋肉も神経も血流も血圧もどれも並行してそれぞれの動き方をしています。多くの動きが同時並行に重なって進行しています(多重システム)。これを一つずつ順番に「意識的に」行おうとすると、文字どおり考えただけで息がつまります。内臓や筋肉、血液の動きはそういうふう生まれつきできているんだ、という反論に対して、私は「身近な方を褒めてみて下さい」と提案しています。箸の動かし方、文字の書き方、歩き方、少し危険ですが

自転車の乗り方などを「褒めて」あげて下さい。何気なく滑らかにできていたその動作が、(褒められて)意識することでガタガタになるのを目の当たりにできます。どれも最初は一つ一つ順に意識的に覚え、無意識に渡すことで(意識せずに)滑らかにできるようになってきたものばかりです。ウィルソンの仮定する無意識がとても日常的で現実的、だから日々の生活にとっても重要だと考える一番の特徴です。学習心理学の条件付けとも連結でき、拡張できる考え方です。

適応的無意識についてさらに興味深いのが表1の2行目です。私たちの無意識は24時間片時も休むことなく(つまりオンラインで)私や私の周囲をチェックしています。いつも通りなら何事もおこりませんが、何か「変な」ことが起きると、直ちに「意識」が働きます。「何だ?」です。だから意識は事後的な事実点検器です。眠っているときでさえ、ふと目が覚めて「何だ、風か」と再度寝る、ということがあります。騒音の中で過ごすことの多い人は、ふと静かになったとたん、辺りを見回したりしていませんか? なんだか身体がだ

るい、というのもこの可能性が高いと思われる。朝一番に出会った友人に挨拶よりも先に「きみ、何かあったの?」と尋ねてしまうのも同じです。

このとき無意識がチェックしているのは「いつものパターン」です。つまりチェックしている基準は「いつも通り」か否か、あるいは「ふつう」か否かと言えます。これに変調が現れた瞬間、すなわち「否」となった瞬間、意識が点検を始めます。何事もなければその対象は直ちに意識から消えます。実際に何か変事であればこちらもち直ちに(意識的に)対処することになります。ここでも意識と無意識の見事な連携を見ることができます。

ウィルソンは触れていませんが、無意識が感じ取ろうとしている変調の感覚は、私たちの五感に次ぐ第六感だと私は考えています。このように見ると第六感というのは、何か神秘的な超能力と考えなくても、ごく日常的に用いている、それでいて重要な、そして興味深い感覚と言えます。

表1にまとめられた七対の特徴のうち、先の二つに実感が持てれば、次の即時的視点から早とちりまでの四対はほぼ自動的に納得できると思います。最後の情報への敏感さについてウィルソンは、生命に関わるから否定的情報には無意識のうちにいつも気をつけているのだ、と説明しています。適応的無意識という呼び方が改めて実感できるところです。

ウィルソンが適応的無意識を想定する過程は、現代の科学的手法に則った現実解析と論理に基づいています。その分、従来の定義に比べて、哲学的要素や思想的要素あるいは思弁的要素、さらには宗教的要素がより少なくなっていて、まさにその点において汎用性が高く現実的、そして実用的な無意識像と考えています。

## 第六講：前半のまとめ

### －社会心理学における性格

第五講までのところでは、社会を考える基礎として個人に関わる規則性を、認知特性や適応過程の特徴、精神活動の規則性といった視点から解説しました。紹介した内容はどれも個人に関わるものですが、すでに社会という要素がたくさん入ってしまっているのをご覧いただけたと思います。社会心理学者がまとめるとこうなります。

たいていの場合、以上のまとめとして一コマを使って性格に関する社会心理学研究をいくつか紹介します。続くコマで社会心理学に入っていくための導入も兼ねています。日常的にも性格は心理学を身近に感じていただく好材料と思われます。ただ誤解も多いためそれを正しく解くためにも少し時間を割くことになります。

私たちが日常思い描く、人の性格の一番の特徴はステレオタイプ、すなわち紋切り型の知識だという点です。ここまでの講義を受講していただいた方であれば、最も単純にまとめた結果だから、とすぐに察していただける特徴です。ゲシュタルトです。私たちの周りにはいつもたいてい複数のいろいろな人がいて、どの人も写真のようにはじっとしてなくて、時々刻々変化しています。そのすべてを音声付きで録画するとすごい量になります。その膨大な情報を、私たちは性格という言葉に凝縮して、例えば覚えていて識別しています。あの人は優しい、内気なのは○○さん、等々です。第一講の冒頭のフレーズを思い出して下さい。やさしい(内気だ)と思っている人の、やさしい(内気な)ところはすぐに目につきます。合わないところは目には入っていても見ていない可能性が高くなりま

す。結果、やさしい（内気な）印象はどんどん強化されます。紋切り型に思いこんでしまうのも仕方ないところです。

さらに私たちは、この思いこみを他者に対してだけではなく、自分に向かってもしてしまいます。自分に向かって思いこんだ結果、私らしくないことはしないようにしていませんか。自分は内気だと思いこんでいる人が内気でなく（例えば社会的に）振る舞うと「自分らしくない」から続かない、となることがあります。ますます内気になってしまいます。自分から内気になりについています。このような人に限って「社会的な人」に憧れています。

性格に関してもう一つやっかいな思いこみが、性格の善し悪しです。これについて私は、性格は「無記」です、と解説しています。先輩の大先生から教えていただいた教えの一つです。仏教用語だと辞書にはあります。善でも悪でもないもの、という意味だそうです。すなわちよい出方をすれば「やさしい」となりますが、悪い出方をすれば「優柔不断」と言われます。その素となったものは善でもなく悪でもない、ということになります。特に自分の性格について好き嫌いを強く思っている人は、二重の意味で気持ちを楽しんでいるだけと考えます。まず、ある瞬間の思いこみについて、しかも良くもなく悪くもないものについて、そんなに真剣に悩まなくてもよいのではないですか。よい出方を心がけましょう。

さらに性格について考え方をぜひ改めていただきたいのが、「○○と性格」という考え方です。つまり、△△の性格は○○のせいだ、という根拠のない思いこみが多く存在します。性格が紋切り型のイメージになりやすいことと関連があると思われます。心理学にお

いてもかつて「体型と性格」の関連が取り上げられたことがあります。しかしその後、根拠薄弱だとして今は否定されています。

もう一つ、かれこれ20年以上にわたって社会心理学の大勢の研究者が機会を見つけて否定してきたのが「血液型と性格」の関連です。個人の血液型はその人の遺伝子に由来します。一生変わりません。皮膚の色、目の色と同じです。皮膚の色、目の色でその持ち主の性格を判断したり、まして決めつけることは、根拠のない偏見だとして、もう長い間世界中の多くの方に理解されてきました。なぜ血液型との関係だけがいまだに残っているのか、社会心理学に関わる者としてはそちらのほうが気になります。星座と性格、干支と性格などの解説はそれぞれの専門家にお任せします。が、少なくとも心理学的な関連はまったくありません。

ここまで私たちの思い描く性格が多くは紋切り型であること、それはゲシュタルトであること、様々な事象と結びつけられやすい反面、両者の関連性は乏しいことを述べてきました。さらに紋切り型で困るのは、非現実的で柔軟性がないことです。紋切り型では私たちの成長による変化、生活する環境の変化に適応しきれません。

さらに私たちの性格は、周囲の人たちとの関連でその時々を決まるという一面を持っています。性格の相対性です。学校のクラス替えの時、本人は変わったつもりはないのに、周囲の人たちが変わったことによって、例えば明るい性格が内気な性格に変わってしまった、などという経験は、多くの方がお持ちだと思います。そもそも、身の回りに他の人がいるから性格というもの、あるいは概念が必要になります。私たちが工業製品のようにすべて同じ、均一だったら無かったはずのもの

です。互いを識別するため、違いを表現するためのものですから、違って当然です。「なぜあいつと同じじゃないんだ」という悩みが、とても理不尽に見えます。

ただ一点、逆に紋切り型でない困ることがあります。周囲の人との出会い頭の応対を少しでも円滑に進めるためには、紋切り型の性格イメージが欠かせません。初対面の人であればあるほど、例えばその人の相貌から(独断的に)互いの性格を判断して応対することになります。林・津村・大橋(1976)は、このようなときの相貌特徴と性格判断に関連があることを示しました。例えば「眉の八の字型の」人は「親しみやすい」人のようだ、という結果は、論理的な必然性はないものの、私たちの日常生活の中で経験的に見いだされ、互いに強化し、また強化されてきた関連に見えます。悪用されることもあります。出会い頭に限っては(ある程度)有効で必要と見えます。

ともあれ現代の社会心理学では性格を紋切り型でとらえる(性格類型論)ことはほぼありません。対象となった人の性格を多くの特

性尺度で測定し、その結果として表現する手法を用いています(性格特性論)。尺度とは、例えばやさしさを測る物差しのことです。すでに作り付けの洋服の中から自分に近いものを探すのではなく、必要に応じてそのたびに身体のあらゆるところを計って自分にぴったりの(自分だけの)洋服をつくるような、いわばオーダーメイドの性格(像)をもっぱら研究対象としています。

### 第七講：他者への関心、社会への関心

社会心理学の紹介を始めるときにまず紹介するのが左下の図8です。

Fantz(1961)は、生後間もない赤ん坊の機嫌のよい時を見計らって、眼前に二枚のうちわ状の板をかざしました。板には図のような刺激図が一枚ずつ貼り付けてあります。助手が板をかざしている間に実験者は赤ん坊の視線を追いかけ、左右それぞれの刺激図を見ていた時間を測定、記録します。刺激図を取り替えながら何度も測定と記録を繰り返して、赤ん坊が注視していた時間をもとに刺激図ご

とに注視時間の割合を算出し、図にまとめたものが図8です。グラフの横棒が長いほど、より長い時間注視したことを示しています。一見して分かるように模様のない図形よりもある図形のほうを、模様があっても人の顔のほうをより長く、注視していることが分かります。そしてこの傾向は生後間もない赤ん坊(誕生後2~3ヶ月)のほうが少し大きくなった赤ん坊(誕生後3ヶ月以上)よりも大きかったのです。

つまり生まれて間もない頃から、私たちはすでに人の顔に関心を持っ

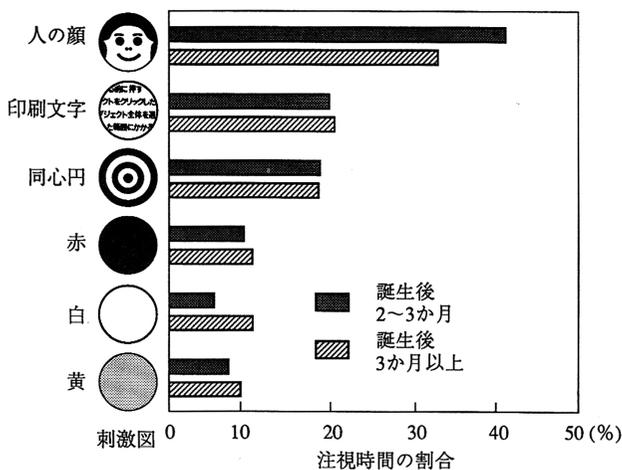


図8. 乳児の注視時間率 (Fantz, R. L. (1961) より改変)

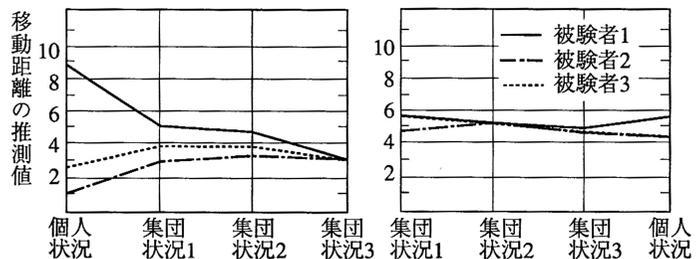
ています。元来、発達心理学の研究として位置づけられる有名な研究です。しかし人の一生を考える上で、私は社会心理学の始まりとしても重視したいと考えています。深読みを承知ですが、赤ちゃんはもうこの頃から、社会に関心を持っています。赤ん坊のご両親の身になってみればとても安心できる結果です。

さらに、社会を考える際に次の基礎となる「他者を思いやる気持ち(思いやり)」に関して、人以外にも同じ霊長類ヒト科であるチンパンジーにも見られることを、例えば Horner, Carter, Suchak, & de Waal (2011) が示しました。隣り合ったオリの一方にターゲットとなるチンパンジーを、他方に仲間のチンパンジーを相棒として入れます。二人のチンパンジーは間のメッシュを通して互いの一部始終が見えます。ターゲットの前においたバケツには筒型のチップが赤と緑、同数入っています。ターゲットはバケツの中からチップを1個選んで実験者に渡します。赤を選ぶと、実験者に渡して自分だけが「おやつ」をもらえます。他方、緑を選んで渡すと自分と相棒の両方が「おやつ」をもらえます。となりに誰もいないときやいくつかの場面でターゲットが選ぶチップの数を色ごとに記録します。7人のチンパンジーをターゲットとしてこの実験を代わる代わる行い、選ばれた緑のチップに注目して結果をまとめました。ターゲットは、相棒がないときはほぼ50%の確率で緑のチップを選んでいきます。相棒が、ほくにもとアピールしてくるときには、緑を選ぶ率が明らかに増えました。相棒が特に何もしな

増えます。逆に脅してくるときには50%と変わらない選び方になりました。Hornerら(2011)は、チンパンジーにも他者を思いやる気持ちがあること、他者の反応によってはその思いやりを抑える場合もあることを示した、と考えています。

他方それほど明らかで強い気持ちでなくても、私たちが、知らず知らずのうちにも、他者と調子を合わせようとする傾向を持っていることを示したのが Sherif (1935) です。これは、暗室の壁に固定された光点を見つめていると眼球の動きに合わせて光点が動いて見える自動運動現象を用いた実験です。

暗室に入った被験者は、光点の移動方向や移動距離について何も気にしないで自分の思うとおりに、見えたとおりを発言するように求められています。実験者はそれを録音し、記録し、一定時間の中での平均値を算出します。図9の(a)の左端に示されるように、各々自分一人で推測しているときは文字どおり個人差が明らかです。しかし、他の人と同席する(集団状況)と次第に判定が同じになり、集団状況3では一致してしまいました。さらにこの判断傾向は集団状況から個人状況にもどっても持続しました(図9の(b)の右端)。参加した被験者は、他の人とあわせるように、とは言われていません。どの場合も、見たまま思ったままの判断を求められているにも



(a) 個人状況から集団状況へ (b) 集団状況から個人状況へ  
 図9. 光点移動の推測値の変化 (Sherif, M. (1935) より改変)

かわらず、集団状況では判断のし方が一致し、個人にもどっても持続しました。Sherif (1935) は感覚判断においても（自覚のないまま）規範が生まれ、そして内化（内面化）したのだと考えます。

以上3つの例ですが、私たちの社会が、決して物理的に集住しているだけの存在ではなく、能動的にも受動的にも、そして意識的にも無意識的にも、とても精神的（メンタル）な相互影響に満ちていることを感じ取っていただけたかと思います。続いてはそのような相互影響過程の中で私たちの行動がどのように変化するか、その規則性を見てゆくこととなります。

### 予 告

伝えたい内容が思いの外多く、15コマのほぼ半分くらいを使いそうな量になりました。後半、第八講以降ではさらに社会心理学の内容を紹介します。まず、社会像の多様性とその中から私が注目する社会についてお話しします（目立つ現象と目立たない現象）。これまでの社会心理学に対する批判も少しですがお聞き願います。そして、社会的相互作用の中の個人から見えてくる規則性を紹介します（社会的認知）。続けて、説得（態度変化）、コミュニケーション、同調、群集、パニックなどについて著名な知見を紹介する予定です（集団、群集）。さらには社会学、動物行動学の知見もお借りして、無数に存在する未知の課題の中から、今後検討すべき社会生活の基礎を探ります。第七講までで紹介した事項はそのための重要な基礎であり、伏線になっています。

### 引用文献

Anonymous (1815). *Violettes*. Coll. Thomas

S. Ransom, Toronto. (『遊びの博物館』 (1980) 朝日新聞社に収録)

Fantz, R. L. (1961). The origin of form perception. *Scientific American*, 204, pp. 66-72.

Freud, S. (1917). *Vorlesungen zur Einführung in die Psychoanalyse*. 1940 Bd. 10. *Gesammelte Werke*. Imago. (邦訳 懸田克躬(訳)1971 『精神分析入門』 井村恒郎ほか(編)), 『フロイト著作集1』 人文書院, 7-383)

林文俊・津村俊充・大橋正夫(1976). 顔写真による相貌特徴と性格特性の関連構造の分析 名古屋大学教育学部紀要. 教育心理学科 24, 35-42, 1977-11-30

本城直季 (2006). 『small planet』 リトルモア

Horner, V., Carter, J. D., Suchak, M. & de Waal, F. B. M. (2011). Spontaneous prosocial choice by chimpanzees. *Proc Natl Acad Sci USA*. Aug 16; 2011 108 (33) : 13847-13851.

柿崎祐一 (1974). 『知覚判断』 培風館

Kanizsa (1976). Subjective contours. *Scientific American*, 234, pp. 48-52.

Libet B., Wright, Jr., E. W., Feinstein, B., & Perl, D. (1979). Subjective referral of the timing for a conscious sensory experience. *Brain*, 102, 193-224.

Lorentz, K. (1960). *The king Solomon's ring*. (邦訳 日高敏隆訳『ソロモンの指環』 (1979) 早川書房)

Pavlov, I. P. (1927). *Conditioned reflexes*. (Trs. by Gantt, W.H.) International. (Trs. by Anrep, G.V.) Oxford University Press.

Sherif, M. (1935). A study of some social factors in perception. *Archives of*

- Psychology*, No.187. Cited in M. Sherif & C. Sherif 1969 *Social Psychology*. Harper.
- Simons, D. J. & Chabris, C. F.(1999) . Gorillas in our midst: sustained inattention blindness for dynamic events. *Perception*, 28, pp. 1059 - 1074.
- Skinner, B.F. (1938). *The behavior of organisms: An experimental analysis*. Appleton-Century-Crofts.
- Tolman, E.C. & Honzik,C.H.(1930). Introduction and removal of reward and maze performance in rats. *University of California Publications in Psychology*, 4, pp. 257-275.
- Tor Nørretranders(1991). *The User Illusion : Cutting consciousnessdown to size*. (English edition of “*Mærk verden*”) Viking.(邦訳 柴田裕之訳 2002 『ユーザーイリュージョン：意識という幻想』 紀伊國屋書店)
- Wilson, T. D.(2002) . *Strangers to Ourselves: Discovering the Adaptive Unconscious*. Cambridge: Belknap Press. (邦訳 村田光二監訳 2005 『自分を知り, 自分を変える:適応的無意識の心理学』 新曜社)