

思いやり目標と自己イメージ目標の実験操作方法の検討

新谷, 優 / NIIYA, Yu

(出版者 / Publisher)

Department of Global and Interdisciplinary Studies, Hosei University

(雑誌名 / Journal or Publication Title)

GIS journal : the Hosei journal of global and interdisciplinary studies

(巻 / Volume)

4

(開始ページ / Start Page)

31

(終了ページ / End Page)

45

(発行年 / Year)

2018-03

(URL)

<https://doi.org/10.15002/00014593>

思いやり目標と自己イメージ目標の

実験操作方法の検討¹

Examination of An Experimental Manipulation of Compassionate and Self-Image Goals

新谷優

Yu Niiya

Abstract

Two methods for experimentally inducing compassionate and self-image goals were tested with Japanese undergraduate students. In Study 1, participants wrote a short essay about either (a) an instance in which they felt blessed, (b) their desirable self-image, or (c) their activities of the previous day (control). However, subsequent compassionate and self-image goals did not differ between the three conditions. In Study 2, participants were presented with five values related to either compassionate goals or self-image goals, ranked them on how personally important they were and wrote an essay about their first-ranked value (Kao, Su, Crocker, & Chang, 2017). Both compassionate and self-image goals significantly increased from pre to post-test, but the effect was not moderated by condition. Possible reasons for the lack of effect are discussed.

Keywords: Compassionate goals, self-image goals, interpersonal goals, manipulation, value-affirmation

問 題

他者に認められ、他者にとってかけがえのない存在になることは、心理的な幸福を実現するために不可欠だと言われている (Baumeister & Leary, 1995; Deci & Ryan, 2000)。

¹ 本研究は JSPS 科研費 15K17254 の助成を受けた。

他者との関係性を維持・促進するため、人は対人場面において二つの目標を追求する (Crocker & Canevello, 2008)。一つは他者に良い印象を与え、その印象を維持・促進しようとする目標 (Self-image goals; 自己イメージ目標) であり、もう一つは他者の幸福を高めようとする目標 (Compassionate goals; 思いやり目標) である。自己イメージ目標は、他者に与える印象を操作し、他者から良い評価・承認・信頼などの自己の利益を得ようとするものである。日本においては、たとえば「親切な人だと思われるようにする」、「怠け者だと思われないようにする」といった行動を普段の対人関係の中で心がけている人は、自己イメージ目標が高いことになる (新谷, 2016)。一方、思いやり目標は、他者のためになる行動を取り、他者の利益・幸福を高めようとするものである。「人の役に立つ」、「相手が傷つくようなことを避ける」といった行動を心がける人は、思いやり目標が高いことになる (新谷, 2016)。

どちらの対人目標も社会的に好ましいとされる目標であるため、強い相関(.50程度)があるものの、思いやり目標は対人関係を促進し、自己イメージ目標は対人関係を悪化させるという結果が得られている。たとえば新谷 (2016) が日本人の一般成人を対象にした調査では、両方の対人目標を同時に回帰分析に投入すると、自己イメージ目標が高い人ほど、評価追求 (自己の能力を証明しようとする志向; Dykman, 1998) が高く、思いやり目標の高い人ほど、ゼロサム思考 (一方の利益は他方の不利益となるという考え方; Messick, 1967) と評価追求が低く、成長追求 (困難に直面しても、そこから学び成長しようとする志向; Dykman, 1998) とセルフ・コンパッション (困難な状況において、その苦痛を受け入れ、自己に対して思いやりをもって接する態度; Neff, 2011) が高かった。アメリカの大学生を対象にした縦断的調査では、思いやり目標の高い人ほど、他者のニーズに敏感に対応し、良好な対人関係を築くのに対し、自己イメージ目標の高い人は自己のニーズ (自己の評判を維持すること) を優先させるため、皮肉にも対人関係を悪化させることが明らかになっている (Canevello & Crocker, 2010)。しかし、これまでの思いやり・自己イメージ目標に関する研究はすべて相関研究であり、これらの目標が対人関係に与える因果関係に言及できていない。因果関係を明らかにするには、実験で対人目標を操作し、一時的に高まった思いやり目標や自己イメージ目標が対人関係に寄与する変数に影響を与えるかを検討する必要がある。本研究はこれらの目標を高める実験操作を確立することを目的とした。

思いやり目標を実験で高めるには、自己の損得を超えた大きな枠組みで物事を捉えるような認知的な操作が必要だと言う指摘があり (Crocker & Canevello, 2012)、これをもとに、研究 1 では感謝を喚起させることで思いやり目標が高まるかを調べた。拡張-

形成理論 (Fredrikson, 2001) によると、感謝は物事をより大きな視野でとらえることにつながするため、自己の損得を超えた大きな枠組みで物事を捉えることで思いやり目標も高くなることが考えられる。また、感謝が援助行動を引き起こすことを示す研究は多い (Bartlett & DeSteno, 2006; McCullough, Kilpatrick, Emmons, & Larson, 2001; McCullough, Kimeldorf, & Cohen, 2008)。例えば Bartlett & DeSteno (2006) は、実験参加者がサクラに対して感謝するような状況を作ったところ、参加者はサクラに対しても、第三者に対しても援助行動をとるようになることを明らかにしている。本研究では、参加者に「自分が恵まれていると感じた状況」に関する作文をさせることで感謝を喚起させ、統制条件よりも思いやり目標が高くなるかを調べた。一方、自己イメージ目標は他者の視点や評価を喚起すると高まると考えられることから、自己イメージ目標条件の参加者には「周りの人にどのような人だと思われたいか」という点に関して作文をさせ、自己イメージ目標が統制条件よりも高まるかを調べた。

研 究 1

方 法

参加者 大学生 63 名 (女性 43 名) が実験に参加した。参加者の平均年齢は 19.2 歳 ($SD = 1.21$) であった。参加者は 5~10 名の小集団で実験室に訪れ、同意書に署名後、各自パソコン上で「ウェブ調査」に回答した。実験終了後、参加者は実験の詳細が記された用紙と 500 円の謝礼を受け取った。

実験操作 実験者は三つの URL のうちの一つが書かれた用紙をランダムに参加者に渡し、各自パソコンでウェブ上にある調査票に回答するよう求めた。どの URL を入力しても「日常生活における目的意識に関する調査」と記されたページが表示されるようになっていたが、「回答する」というボタンをクリックすると、次のページでは条件ごとに異なった課題が表示されるようになっていた。

恩恵条件では、「これまでで『自分は恵まれている』と感じたときのことを思い出してください。『自分は恵まれている』と感じるのは、どのような事柄ですか。5 つ挙げてください」という教示を提示し、参加者には 5 つの回答欄にそれぞれ回答を記入させた。その次のページでは、「前の設問で挙げた『自分は恵まれている』と感じる事柄のうち、あなたが最も恵まれていると感じるものを 1 つ選んでください」という教示のもと、前のページで参加者が入力した 5 つの回答の中から 1 つを選

択させた。さらに次のページでは、選択した回答について300字以上の作文をするように求めた。具体的には以下のような教示を与えた。

上の設問で選んだ最も「自分は恵まれている」と感じる事柄に関して、どのように恵まれているのか、なぜそのように感じるのか、それが今の自分にどのように影響しているかを詳しく記述してください。そのように感じた具体的な例があれば、それも記述してください。あなたを知らない人があなたの文章を読んだときに、「あなたが恵まれている」ことが十分わかるように書いてください。

自己イメージ条件では、「あなたは普段、周りの人にどのような人だと思われたいですか。また、人に認められるためには、自分自身がどのような人であるべきだと思いますか。あなたが重要だと思う事柄を5つ挙げてください」という教示を提示し、5つの回答欄に回答を求めた。次のページでは、「前の設問で挙げた『こう思われたい自分・こうあるべき自分』のうち、あなたが最も重要だと感じるものを1つ選んでください」という教示のもと、前のページで参加者が入力した5つの回答の中から一つを選択させた。さらに次のページでは、下記の教示のもと、300文字以上の作文を書かせた。

上の設問で選んだ最も重要だと思う事柄に関して、「他者にそのような人だと思われること」があなたにとってなぜ重要なのか、出来るだけ詳しく説明してください。他者にそのように思われるために、普段からどのようなことに注意していますか。具体的に行っていることあれば、それも記述してください。

統制条件では、前日に行った主な活動を5つ挙げさせ、最も時間を費やしたものを選択させた上で、その活動についてできるだけ詳しく記述させた。300字以上書くのが困難である可能性があったため、例として、授業に出たことを記述するには「前の授業が終わるまで、3分ほど友だちを教室の前でおしゃべりをした。その後、別の友だちに挨拶をし、3人で真ん中の席を選んで座った。着席後、ノートとペンケースをリュックから取り出した」などと記すよう、作文の例を示した。

いずれの条件においても、参加者は300文字書かなければ、次のページに進めな

いように設定した。ただし、「回答をやめる」というボタンをクリックすればいつでも実験を中断することは可能であった。

従属変数の測定 参加者は作文課題が終了し次第、次のページにて改良版日本語思いやり目標と自己イメージ目標尺度（新谷，2016）に回答した。「毎日の対人関係の中で、あなたは以下の事柄をどのくらい心がけようと思いますか」という文章の後、思いやり目標を測定する 11 項目（「人の役に立つ」、「自分の考えを押し付けない」など）と、自己イメージ目標を測定する 11 項目（「親切な人だと思われるようにする」、「怠け者だと思われないようにする」など）がランダムに表示され、参加者はそれぞれ「1 = 全く心がけようと思わない」から「5 = とても心がけようと思う」の 5 点尺度で回答した。本研究での信頼性係数 α は、思いやり目標が.73、自己イメージ目標が.76 であった。

最後に操作チェックとして、「あなたは今、自分がどのくらい恵まれていると感じますか」という項目に「1 = 全く恵まれていない」から「5 = とても恵まれている」の 5 点尺度で回答を求め、また、「あなたは今、人に良い印象を与えることはどのくらい重要なことだと思いますか」という項目に「1 = 全く重要でない」から「5 = とても重要である」の 5 点尺度で回答を求めた。最後のページではデモグラフィック項目として、年齢と性別をたずねた。

結 果

対人目標 条件ごとの思いやり目標と自己イメージ目標の平均値と標準偏差を Table 1 に示す。恩恵条件で思いやり目標が高まると予測していたが、予想に反し、思いやり目標は恩恵条件で他の条件よりも低い傾向が見られた。ただし、条件間で統計的に有意な差は見られなかった、 $F(2, 60) = 0.10, p = .91$ 。自己イメージ目標は自己イメージ条件で最も高くなると予想していたが、こちらも条件間で有意な差は見られなかった（ $F(2, 60) = 1.06, p = .35$ ）。

操作チェック 今現在、自分がどのくらい恵まれていると感じるかをたずねた項目では、どの条件の平均値も 5 点中、4 点以上と高かった（Table 1 参照）。一要因の ANOVA を行ったが、条件間に有意な差は見られなかった（ $F(2, 60) = .23, p = .80$ ）。今現在、人に良い印象を与えることがどのくらい重要なことだと思うかたずねた項目に関しても、どの条件でも 4 点以上の高い得点となり、条件間の差は見られなかった（ $F(2, 60) = 1.88, p = .16$ ）。

Table 1 Means and standard deviations of the major variables by conditions in Study 1

		Conditions				$F(2,60)$	p
		Blessed ($n = 21$)	Self-image ($n = 21$)	Control ($n = 21$)	Total ($n = 63$)		
Blessed feeling	M	4.33	4.43	4.48	4.41	0.23	.80
	SD	0.73	0.75	0.60	0.69		
Wanting to give good impression	M	4.14	4.29	4.71	4.38	1.88	.16
	SD	1.15	1.06	0.72	1.01		
Compassionate goals	M	3.74	3.81	3.80	3.79	0.10	.91
	SD	0.63	0.41	0.59	0.55		
Self-image goals	M	3.80	3.99	4.02	3.94	1.06	.35
	SD	0.64	0.53	0.45	0.54		

作文の内容 作文の文字数は 301 から 689 文字で、条件によって文字数に有意な差はみられなかった（恩恵条件 $M = 387.86$, $SD = 71.29$ ；自己イメージ条件 $M = 349.38$, $SD = 39.55$ ；統制条件 $M = 380.24$, $SD = 111.90$ ； $F(2,60) = 1.36$, $p = .26$ ）。恩恵条件での作文の内容を見てみると、21 人中 13 人（62%）は家族・両親との良好な関係について、8 人（38%）は友人・仲間との良好な関係について記述していた。いずれかの関係について恵まれていると回答した人は 17 人（86%）に及ぶ。恩恵条件では、親しい他者の存在が喚起されやすかったと言える。良好な対人関係以外では、普通の生活や食事ができること（5 人，24%），健康（五体満足）や個人の能力（5 人，24%），金銭的余裕（4 人，19%）に関する記述があったが、そのほとんどは他者との関係性の中でこれらの恩恵が語られていた（「母親が家族のことを思っ毎日常おいしいご飯を作ってくれること」など）。「感謝」「おかげ」「恩」「ありがたみ」という言葉を用いたのは、9 人（43%），「幸せ」「幸福」という言葉を用いたのは 6 人（29%）であった。ただし、全体のうち 13 人（62%）が自己の境遇を不幸な他者と比較していることから、感謝や幸福感だけでなく、負債感や罪悪感などのネガティブ感情も同時に喚起された可能性がある。

自己イメージ条件では、信頼（約束を守る人，頼られる人）を挙げたのが 21 人中 7 人（33%），社交性（初対面でも打ち解ける人，楽しい人）が 6 人（29%），優しさ・正直さ・意志の強さがそれぞれ 4 人（19%），有能さと落ち着きがそれぞれ 2 人（10%）であった。対人関係に重要と思われる特性（信頼・社交性・優しさ）のいずれかを挙

げたのは 11 人（52%）であり、この条件でも、他者との良好な関係を維持・促進することが重要視されていることがうかがえる。友人や親などの具体的な他者に与える印象に言及したのは 6 人（29%）に留まり、一般的な他者（「人」「相手」「周りの人」「他者」）に対して与える印象について述べたものが多かった（20 人、95%）。恩恵条件で多用されていた「感謝」「おかげ」「恩」「ありがたみ」「幸せ」「幸福」という言葉を用いた人は一人もいなかった。

前日に行った行動について記述させた統制条件では、授業に出たことに関する記述が最も多かった（21 人中 10 名、48%）。その他の活動としては、映画やテレビ鑑賞が 3 人、サークル活動が 3 人（14%）、バイトが 2 人（10%）、就寝・風呂が 2 人（10%）であった。友人やクラスメイトに関する記述が見られたのは 18 人（86%）であり、この条件でも対人コミュニケーションに関する記述が多かったと言える。こちらも、恩恵条件で多用されていた「感謝」「恩」「ありがたみ」「幸せ」「幸福」という言葉を用いた人は一人もいなかった。

考 察

予測に反し、自分が恵まれていると感じることについて作文をさせても、統制条件に比べて思いやり目標は高まらず、また、他者に与えたい印象について作文させても、統制条件に比べて自己イメージ目標が高まることはなかった。操作チェックの回答を見ると、恵まれているという感情の評定および他者に良い印象を与えることの重要性の評価は、作文課題の影響を受けておらず、操作が失敗した可能性が高い。作文の内容を検討すると、恩恵条件では 9 割近い参加者が、家族や友人などの対人関係について記述しており、感謝や恩恵、幸福に関する言葉を使用していることから、指示通りの作文を行っていると言える。自己イメージ条件では、特定の他者に対する記述は恩恵条件よりも少なく、感謝や恩恵、幸福に関する言葉が使用されていなかったことから、恩恵条件とは異なった内容の作文が作成されたと言える。ただし、一般的な他者に対する言及が 9 割を超え、対人関係において重要とされる特性（信頼、社交性、優しさ）に言及した者が半数以上いたことから、この条件においても、他者とのつながりが強調されてしまった可能性がある。統制条件では、友人やクラスメイトと共に行った行動を記述した者が 8 割を超え、恩恵条件と同様に親しい他者の存在が喚起されていた。しかし、行動を中心に記述させているため、恩恵条件のように感謝やその他の感情の記述はなかった。どの条件においても、参加者は指示通りの内容の作文をしていたにも関わらず、統制条件と実験条件（恩恵と自己イメージ）間で思いやり目標

と自己イメージ目標に差が見られなかったことから、このようなプライミングは対人目標に影響を与えるだけの効果がないと言える。

さらに、思いやり目標と自己イメージ目標が条件間で差がなかった理由として、これらの目標を「普段の生活の中で」どのくらい心がけているかを尋ねている点が挙げられる。思いやり目標と自己イメージ目標は個人差変数であると共に、個人内においても、状況により変動しうるものであることが指摘されている (e.g. Crocker & Canevello, 2008; 新谷, 2016)。「普段の生活の中で」という教示によって、対人目標の特性的な側面が強調され、状態的な側面を十分捉えられなかったことが考えられる。また、ランダム・アサインメントによって、作文課題を始める時点では、思いやり目標と自己イメージ目標が条件間で等しいものと仮定していたが、参加者の人数が各条件 20~21 名と少数であったことから、もともと条件間で多少のバラツキがあった可能性もある。作文操作の前に、条件間で対人目標に差異が生じていたとしたら、操作によって対人目標に影響があったとしても、その効果が十分に検知できていない可能性がある。そこで研究 2 では、実験計画を実験参加者間計画から、プリテストとポストテストを参加者内要因として組み入れた混合計画に変更した。プリテストで対人目標を測定する際には、従来通り、「普段の対人関係の中で」各目標をどのくらい心がけているかを測定し、ポストテストで測定する際は、「今現在」各目標をどのくらい心がけているかを測定することとした。

また、研究 2 では、思いやり目標の操作方法として、自己に重要な価値について作文をさせる方法を採用した。アメリカ人大学生を対象にこの操作を行うと、他者への愛や連帯感が強く喚起され、自己防衛的な反応が減少することが明らかになっており (Crocker, Niiya, & Mischkowski, 2008), 思いやり目標も高まるという報告もある (Shade & Crocker, 2011)。また, Kao, Su, Crocker, & Chang (2017)は, Crocker ら (2008) の方法を応用し, おもいやり目標と関係する自己超越 (self-transcendence) と, 自己イメージ目標と関係する自己利益 (self-interest) の操作を成功させている。Kao et al. (2017) の研究 2 では, 自己利益の操作を受けた群は, 感情抑制をすると感情表出をした場合よりもウェルビーイングが低下し, 自己超越の操作を受けた群は, 感情抑制をした方が感情表出をするよりもウェルビーイングが高まっていた。自己超越の操作を受けた者の結果は, Kao et al. (2017) が研究 1 で思いやり目標を測定して得られた結果と同じであり, 自己利益の操作を受けた者の結果は, 自己イメージ目標を測定して得られた結果と同様であったことから, 自己超越の操作は思いやり目標を高め, 自己利益の操作は自己イメージ目標を高めたと推測できる。Kao et al. (2017) は研究 2 では対人目

標を測定していなかったが、本研究では、自己超越の操作をすると思いやり目標がプリテストからポストテストに向けて高まり、自己利益の操作をすると自己イメージ目標がプリテストからポストテストに向けて高まると予測した。また、ポストテストの思いやり目標は、自己超越の操作をした後の方が自己利益の操作をした後よりも高くなり、ポストテストの自己イメージ目標は、自己利益の操作をした後の方が自己超越の操作をした後よりも高くなると予測した。

研 究 2

方 法

参加者 大学生 47 名 (女性 17 名, 平均年齢 19.24 歳, $SD = 1.16$) が実験に参加した。参加者は実験終了後に 500 円を謝礼として受け取った。

手続き 参加者には実験室に来る前に、事前にメールでウェブ調査の URL を送付し、研究 1 で使用した改良版日本語思いやり目標と自己イメージ目標尺度 (新谷, 2016) に回答した。信頼性は思いやり目標 ($\alpha = .88$) ・自己イメージ目標 ($\alpha = .87$) 共に十分であった。

参加者はプリテスト回答から 1~7 日後に 5~10 人ずつ実験室に訪れ、同意書に署名後、2 つある質問紙のうちの一つをランダムに受け取った。思いやり目標条件では、思いやりに関する 5 つの価値観 (「共感・思いやりがあること」、「自分自身の要求だけではなく、他者の要求にも協力的に応えること」、「自分のためだけではなく、社会全体のことを思って貢献すること」、「信頼・寛容さがあること」、「相互的にサポートしうる関係にあること」) のうち、最も大切にしているものから順にランクづけするよう求められた。自己イメージ目標条件では、自己イメージ目標に関連する 5 つの価値観 (「権力・地位」、「財産・金銭」、「自信・自立性・能力があるように見えること」、「外見的な魅力」、「人気・賞賛・名声」) について最も大切にしているものから順にランクづけさせた。それぞれの価値観について十分に考えてもらうため、ランクづけには 4 分間の時間を取り、早く終わっても制限時間までそのまま待機させた。その後、最も大切だと感じている価値観について、その価値観を一番に選んだ理由と、その価値観が自分にとってどのような意味を持つかについて、A4 用紙一枚に手書きで作文させた。8 分間の時間を設け、早く終了してもそのまま待機させた。最後に、ポストテストとして、改良版日本語思いやり目標と自己イメージ目標尺度に再度回答してもらった。教示は「今現在、

Table 2 Means and standard deviations of compassionate and self-image goals at pre and post-tests by conditions in Study 2

Conditions		Compassionate Goals		Self-Image Goals	
		Pretest	Posttest	Pretest	Posttest
Compassionate Goals	<i>M</i>	4.38	4.86	3.85	3.94
Manipulation (<i>n</i> = 24)	<i>SD</i>	0.68	0.63	0.65	0.54
Self-Image Goals	<i>M</i>	4.55	4.92	4.00	4.24
Manipulation (<i>n</i> = 22)	<i>SD</i>	0.75	0.69	0.98	0.79
	<i>t</i> (44)	0.81	0.30	0.63	1.48
	<i>p</i>	.42	.76	.53	.15

あなたは対人関係の中で、以下の事柄をどのくらい心がけたいと思いますか」とした。思いやり目標 ($\alpha = .86$) も自己イメージ目標 ($\alpha = .81$) も信頼性は十分であった。質問紙終了後、参加者に実験の詳細を記した用紙を配布し、謝礼を支払った。

結 果

対人目標 条件ごとのプリテストとポストテストの思いやり目標と自己イメージ目標の平均値と標準偏差を Table 2 に示す。思いやり目標条件においても、自己イメージ目標条件においても、両方の対人目標がプリテストからポストテストに向けて増加している。また、思いやり目標の増加の方が自己イメージ目標の増加よりも大きいことがわかる。反復測定分散分析を行った結果、プリ・ポストテストの効果のみが有意であり ($F(2, 43) = 22.48, p < .001$)、プリ・ポストテストと条件の交互作用は有意ではなかった ($F(2, 43) = 1.26, p = .29$)。一変量の分散分析では、思いやり目標がプリテストとポストテストで有意に増加しており ($F(1, 44) = 45.06, p < .001$)、自己イメージ目標の増加は有意傾向に留まっていた ($F(1, 44) = 2.99, p = .091$)。プリ・ポストテストと条件の交互作用は、いずれの変数においても有意ではなかった (思いやり目標は $F(1, 44) = .97, p = .33$ 、自己イメージ目標は $F(1, 44) = .62, p = .44$)。

作文の内容 作文の文字数は 107 から 324 文字で、平均は 214 文字 ($SD = 55.67$) だった。文字数は思いやり目標条件 ($M = 240.08, SD = 48.01$) の方が自己イメージ目標条

件 ($M=185.55, SD=49.92$) よりも有意に多かった ($t(44)=3.78, p<.001$)。

思いやり目標条件で、最も大切な価値観としてランキングされたのが「共感・思いやりがあること」(24 人中 11 人, 46%) であり、順に「信頼・寛容さがあること」(6 人, 25%), 「自分自身の要求だけでなく、他者の要求にも協力的に答えること」(5 人, 21%), 「相互的にサポートしうる関係にあること」(2 人, 8%) であり、最下位は「自分のためだけではなく、社会全体のことを思って貢献すること」(0 人) となっていた。作文の内容は、「人は一人では生きていけない」「互いに助け合う」「自他共に許し受け入れること」など、自他共に必要であることを理由に挙げている者が 24 人中 15 人(63%) いた。

自己イメージ目標条件では、最も大切な価値観としてランキングされたのが「自信・自律性・能力があるように見えること」(22 人中 13 人, 59%) であり、順に「人気・賞賛・名声」(5 人, 23%), 「権力・地位」(2 人, 9%) であり、最下位は「財産・金銭」と「外見的な魅力」(ともに 1 人, 5%) となっていた。作文の内容は、これらが自分の幸せや社会での成功のために有益であることを理由に挙げたものが多かった(22 人中 13 人, 59%)。他者の利益について述べたのは 1 人だけだった(「自信や自律性があるように見えることで、周囲の人に安心感を与えられたり、信頼を得ることができるから」)。

考 察

研究 2 では、思いやり目標に基づく価値観について作文させることで、思いやり目標がプリテストからポストテストに向けて高まり、自己イメージ目標に基づく価値観について作文させると、自己イメージ目標がプリテストからポストテストに向けて高まると予測していた。しかし、データは予測に反し、どのような作文をさせても思いやり目標は高まり、自己イメージ目標も有意ではないものの、高まる傾向があることを示していた。条件の効果も、プリ・ポストテストと条件の交互作用も有意でなかったことから、条件操作の効果はなかったと結論づけられる。条件に関係なく、いずれの対人目標もプリテストよりもポストテストの方で高くなっているのは、実験室という状況において、社会的望ましきの規範が働いたためだと推察できる。

実験参加者間要因のみを検討した研究 1 と異なり、研究 2 ではプリテストとポストテストを参加者内要因として組み入れた混合計画に変更し、ポストテストでの対人目標は「今現在」という文言を使用して、目標の特性的な側面ではなく、状態的な側面を測定できるように工夫していた。また、パソコン上で作文をさせる研究 1 と異なり、

研究 2 では、作文を手書きで時間をかけて行わせていた。研究 2 で用いられた価値観のランキングおよび作文は、自己肯定理論の研究で頻繁に用いられる方法を応用したものであり、Crocker et al. (2008)では、統制条件に比べて、愛情や他者とのつながりが強まることが示されているほか、Kao et al. (2017)の研究でも自己超越と自己利益の操作は成功していた。それにも関わらず、条件の効果が全く見られなかったということは、少なくとも日本においては、これらの対人目標が実験操作で変動しがたいものであることを示す。

総合考察

これまでの思いやり目標と自己イメージ目標に関する研究は、すべてが調査研究であり、因果関係を明らかにすることができなかった。そこで本研究はこれら対人目標を実験操作で高める方法を検証することを目的とした。研究 1 では、自己の恩恵について作文をさせても統制群よりも思いやり目標は高くなり、他者に呈示したい自己像について作文をさせても、統制群より自己イメージ目標が高くなりなかった。研究 2 では、思いやり目標に関する価値観について作文をさせても、プリテストに比べて思いやり目標が高くなり、自己利益に関する価値観について作文をさせても、プリテストに比べて自己イメージ目標が高くなりなかった。条件間で対人目標を比較しても有意な差は見られなかった。二つの異なった操作において、対人目標に影響がなかったこと、および参加者間比較でも参加者内比較でも対人目標に差が得られなかったことを合わせて考えると、対人目標を実験的に操作することは非常に難しいと言わざるを得ない。

思いやり目標や自己イメージ目標の操作が困難だったのは、これらの対人目標が表面的な認知の操作やプライミングで左右されるものではないことを示唆する。しかし、一方で、対人目標の尺度の安定性を検討した研究（新谷, 2016 ; 研究 3）では、二週間あけたプリテストとポストテストの相関は思いやり目標が.61、自己イメージ目標が.64と中程度であり、対人目標には特性的な側面と状態的な側面があることが指摘されている。Canevello & Crocker (2011) も、対人目標は個人内で日々変動することを確認している。対人目標は実験室で操作するのは難しいものの、状況に応じて変化しうるものと言える。

本研究で、実験操作が対人目標に影響を与えなかった理由はいくつか考えられる。

まず、アメリカ人を対象にした Kao et al. (2017) の研究では、自己超越と自己利益の操作は成功しており、また、未発表の論文ではあるものの Shade & Crocker (2011) が同様の操作で対人目標を操作したと報告していることから、実験操作の効果は文化によって異なる可能性がある。研究 1 の恩恵条件では、感謝を喚起することで思いやり目標を高めることができると考えていたが、東アジア文化では、感謝を喚起すると負債感が共に喚起されるという報告がある (Layous, Lee, Choi, Lyubormisky, 2013)。負債感は公的自己意識と密接な関係があるため (Mathews & Green, 2010)、思いやり目標だけでなく、自己イメージ目標も高まってしまった可能性がある。しかし、統制群と比べても対人目標は高くなっていなかったことから、その可能性は低いだろう。研究 2 では、作文の種類に関係なく、いずれの対人目標もポストテストでプリテストよりも高くなっていて、他者との関係性をもって自己を定義する相互協調的自己観が主流な日本文化 (Markus & Kitayama, 2010) では、自己超越と自己利益の差があまり明確でないのかも知れない。

また、実験操作が対人目標に影響を与えなかった別の理由として、作文をする際に周りに人がいたことが挙げられる。Kao et al. (2017) や Shade & Crocker (2011) の研究では、実験参加者は一人ずつ実験室に呼ばれて作文をしていたが、本研究では複数名が教室に集まり、作文をしていた。この状況は、参加者に授業の一環のような印象を与えてしまい、そのために社会的望ましさの影響が強く出てしまった可能性がある。今後は実験操作を行う環境にも考慮が必要である。

遂行目標や学習目標などの達成目標は、日本においても、集団場面で簡単な教示を与えるだけで操作できることがわかっている (たとえば Shimizu, Niiya, & Shigemasu, 2016)。困難な状況において、自己に対して思いやりをもって接する態度であるセルフ・コンパッション (Neff, 2011) も簡単な作文をすることで高められることが日本でも報告されている (Arimitsu & Hofmann, 2017)。対人目標が同様の実験操作の影響を受けなかったのは、対人目標が特定の相手に対してもつ目標であるからかも知れない。一般的な他者に対するのではなく、特定の親しい他者 (たとえば友人や恋人) に対してなら、実験操作で一時的に高めることができる可能性はある。対人関係において、一方が思いやり目標が高まると、もう一方の思いやり目標も連動して高まる (Canevello & Crocker, 2010) ことから、ペアで実験操作を受けてもらうと効果的かも知れない。

思いやり目標と自己イメージ目標の実証研究を進める上では、これら対人目標を実験的に操作する方法を確立する必要がある。今後もさらに検討が必要であろう。

引用文献

- Arimitsu, K., & Hofmann, S. G. (2017). Effects of compassionate thinking on negative emotions. *Cognition and Emotion*, 31, 160-167.
- Bartlett, M. Y., & DeSteno, D. (2006). Gratitude and prosocial behavior: Helping when it costs you. *Psychological Science*, 17, 319-325.
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117, 497-529.
- Canevello, A., & Crocker, J. (2010). Creating good relationships: Responsiveness, relationship quality, and interpersonal goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 99, 78-106.
- Crocker, J., & Canevello, A. (2008). Creating and undermining social support in communal relationships: The role of compassionate and self-image goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 95, 555-575.
- Crocker, J., & Canevello, A. (2012). Consequences of self-image and compassionate goals. In P. G. Devine & A. Plant (Eds.), *Advances in experimental social psychology* (Vol. 45, pp. 229-277). New York: Elsevier.
- Crocker, J., Niiya, Y., & Mischkowski, D. (2008). Why does writing about important values reduce defensiveness? Self-affirmation and the role of positive, other-directed feelings. *Psychological Science*, 19, 740-747.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11, 227-268.
- Dykman, B. M. (1998). Integrating cognitive and motivational factors in depression: Initial tests of a goal orientation approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 139-158.
- Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: the broaden-and-build theory of positive emotions *American Psychologist*, 56, 218-226.
- Kao, C-H., Su, J. S., Crocker, J., & Chang, J-H. (2017). The benefits of transcending self-interest: Examining the role of self-transcendence on expressive suppression and

- well-being. *Journal of Happiness Studies*, 18, 959-975.
- Layous, K., Lee, H., Choi, I., & Lyubormisky, S. (2013). Culture matters when designing a successful happiness-increasing activity: A comparison of the United States and South Korea. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 44, 1294-1303.
- Markus, H. R., & Kitayama, S. (2010). Cultures and selves: A cycle of mutual constitution. *Perspectives on Psychological Science*, 5, 420-430.
- Mathews, M. A., & Green, J. D. (2010). Looking at me, appreciating you: Self-focused attention distinguishes between gratitude and indebtedness. *Cognition and Emotion*, 24, 710-718.
- McCullough, M. E., Kilpatrick, S. D., Emmons, R. A., & Larson, D. B. (2001). Is gratitude a moral affect? *Psychological Bulletin*, 127, 249-266.
- McCullough, M. E., Kimeldorf, M. B., & Cohen, A. D. (2008). An adaptation for altruism. The social causes, social effects, and social evolution of gratitude. *Current Directions in Psychological Science*, 17, 281-285.
- Messick, D. M. (1967). Interdependent decision strategies in zero-sum games: A computer-controlled study. *Behavioral Science*, 12, 33-48.
- Neff, K. D. (2011). Self-compassion, self-esteem, and well-being. *Social and Personality Psychology Compass*, 5, 1-12.
- 新谷優. (2016). 改良版思いやり目標と自己イメージ目標尺度の開発. *心理学研究*, 87, 513-523.
- Niiya, Y., Crocker, J., & Mischkowski, D. (2013). Compassionate and self-image goals in the U.S. and Japan. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 44, 389-405.
- Shade, C., & Crocker, J. (2011). *Values affirmation boosts self-esteem by increasing compassionate goals*. Unpublished manuscript. Ohio State University.
- Shimizu, M., Niiya, Y., & Shigemasu, E. (2016). Achievement goals and improvement following failure: Moderating roles of self-compassion and contingency of self-worth. *Self and Identity*, 15, 107-115.