

2011 年度 早稲田アカデミー 第 6 回レポート

(講義概要と受講者の感想、資料のご紹介)

- 日 時：2011 年11 月4 日（金）13：30-15：30
- 会 場：早稲田公民館（広島市東区牛田早稲田）研修室1
- 題 目：自己をみつめる心理学
- 担 当：広島女学院大学文学部幼児教育心理学科教授 桐木建始
- 参加人数：22 名（男性2 名、女性20 名；うち早稲田女性会会員・早稲田公民館職員1 名）
- 講義概要

2011 年度早稲田アカデミーの最終回となる、本日第 6 回目の講座は「自己をみつめる心理学」と題して幼児教育心理学科教授の桐木建始先生に担当して頂きました。

「心理学とは？」と聞かれたとき、頭で考えて研究していく分野だと思いがちですが、実際は体を動かし、データを取って分析していく学問であるということで、「一緒に体験しながら考えていきましょう！」という先生のお言葉から始まりました。

○心理学の歩み

心理学の始まりは二千数百年前で、ギリシャ哲学の一分野として、頭で考える学門として発生していたそうです。現在の心理学として誕生したのは 1879 年、ヴントがライプツィヒ大学に心理学実験室を創設したことにより始まったそうです。このように、学門に誕生日があることは珍しいことであり、実験により心を明らかにしようとしたヴントの功績は現在の心理学という学問を確立させるものだったそうです。

ヴントが行っていたのは自分の心を自分で見るという内観法という方法で、被験者に物を見せそれに対して思ったことを包み隠さず報告してもらうという実験だったそうです。しかし、実際には自らの心の内をさらけ出すことはとても難しいことで、ヴントは被験者を養成し、何でも包み隠さず話す人を作り実験を行っていたそうです。その中でどうしても分からなかった心の動きが、現在テレビでも有名になった「アハッ！体験」ヒラメキの瞬間なのだそうです。心理学の根底は学問の発生当時から確立されていたのだということに改めて驚きました。

○認知心理学

認知心理学の分野についてのお話を聞きました。心理学者のフロイト説で、私達の心の中には、**意識**=自分で知ることのできる心が 1 割、**無意識**=自分で知ることのできない心が 9 割ほどあるとしているそうです。嫌な記憶、忌まわしい記憶は自然と隠してしまうものようです。自分の事を知っているようで知らない事が多いということに

納得しつつも、受講者の方々も驚いていらっしゃいました。

○ものをみるということ

「物を見るということ」知覚についても、幾つかの錯視などを紹介になり実際に体験しました。インクの染みが犬に見えたり、若い女性の絵が見方を変えればおばあさんに見えたりと驚きの連続でした。その中でも受講者の方々の納得が得られなかったのが“Checker-shadow illusion”という錯視です。二色のチェック柄の台の中に立っている棒に光が当たり影を作りだしているもので、その影の部分と光の当たっている部分の色の見た目は違うはずなのに、その部分だけを比べると全く同じ色というもの。何度見ても納得のいかない受講者の方の中には「信じられない！」と最後まで納得のいかない方が多かったようです。見方が違えば見えるものも違うということを経験し、私たちは単に目で見ているのではなく心で解釈しているからこそ、実際にあるものとは違うものを見ることが出来るのだということを経験させて頂きました。しかし、実際に体験して実感できたようでなぜか納得できない不思議な体験でした。このことがまた、人の心の中は分からないということ、目だけでは物を見ていないということをはっきりと示してくれました。見ることには心が大きく関わっているのだということが良くわかった実験でした。

○人をみるということ＝対人認識

いくつかのキーワードからその人の印象を考える実験では、「暖かい」と「冷たい」という一つの言葉の違いだけで人の印象は変わるということを経験しました。この実験を通して私たちが普段声や表情など、ちょっとした情報から相手がどんな人か判断できることを改めて体感しました。それは逆に自己中心的な見方であり、過ちがあるということを経験しました。「物を見る」ことも、「人をみる」ことも思い込みが発生することを心に留めて、視点を変えてみる必要があるのだと思いました。

○自己をみるということ

自己幸福感を調べる心理テストではほとんどの方が幸福を感じているという結果でしたが、学生を対象に考えられたテスト感度に「私達は甘く付けすぎるからね。」とご年配の受講生の方の声も聞こえてきました。幸福とは、生理的欲求(食べる・寝るなど)、安全の欲求、所属と愛の欲求、自尊欲求、自己実現欲求が満たされることにより生まれるもの。自己の力を発揮できる喜びを感じ、誰かから評価され認められることが必要、「誰かに支えられていると安心です。誰かの支えになっていると幸せです。」と桐木先生がCMの言葉から引用されていました。

人間の行動にはまだまだ分からないことが多いですが、それがまた面白い点なのであり、今回の講座を受けて心理学という分野に興味をそそられるのだと感じました。心理テストなどを通してみなさん興味深く体感しておられ、自分でも知らない自分を実感す

ることができたのではないのでしょうか。

今回の講座では、最終回ということで受講生の方々に早稲田公民館の宇根館長より修了証が手渡されました。皆さん照れながらも喜んでおられ、受講したという達成感を味わって頂けたように拝察しました。受講者の皆さん、主催者の方々に、心より御礼を申し上げます。今後も広島女学院大学に変わらぬご理解、御助力の程賜りますよう、心よりお願い申し上げます。

(文責：広島女学院大学総合研究所・久村)

早稲田アカデミー（第6回：2011.11.4）

自己をみつめる心理学

広島女学院大学文学部
幼児教育心理学科
桐木建始

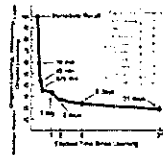
内容

- 心理学の歩み
- 認知心理学
- ものをみるということ
- 人をみるということ
- 自己をみるということ
- 学習カウンセリング
- まとめ

長い過去と短い歴史

エビングハウス
(Ebbinghaus, H.)

- 「心理学は長い過去をもっているが、短い歴史しかもっていない」



近代心理学の始まり

ヴント(Wundt, W.)

- 1879年にライプツィヒ大学に心理学実験室を創設
- 科学的心理学の始まり
- 構成主義心理学
- 内観法による実験



近代心理学の発展

Galton



James



Watson



Freud



Köhler



何が見えるだろうか？



R.C. James (Photographer)

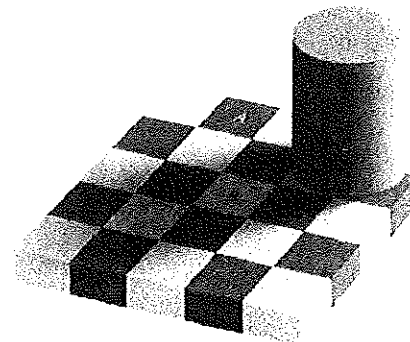
多義図形

(ボーリング)

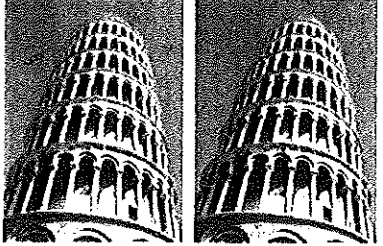


図1: ボーリングの球と女の顔

Adelson's "Checker-shadow illusion"

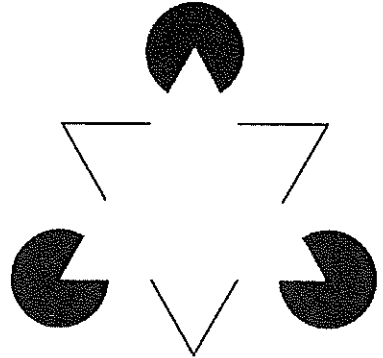


Leaning Tower Illusion
 (Best Visual Illusion of the Year 2007)



by Kingdom, Yoonessi & Gheorghiu from McGill, 2007

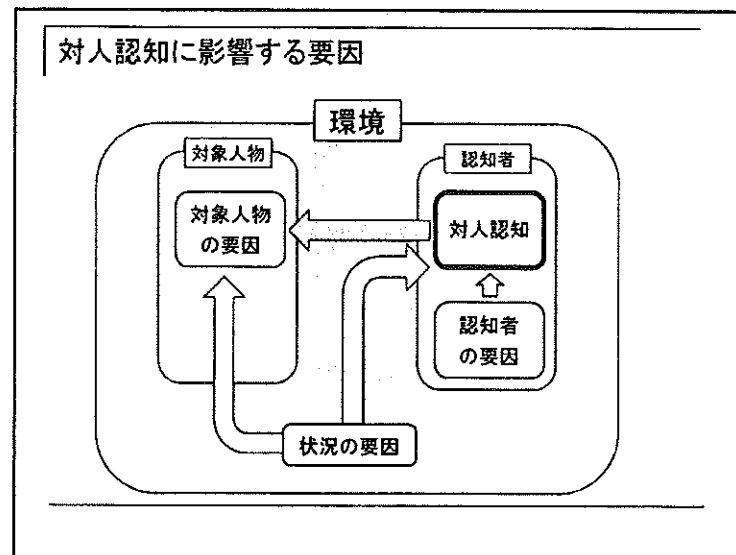
主観的輪郭線



Kanizsa, G. (1979)

対人認知

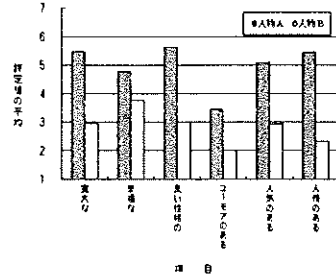
- 他者の性格や態度、感情についての認知
- 他者から受け取るわずかな情報にもとづいて、相手の内面を推論する
- 認知者自信の影響が大きい



実験結果

実験1

人物A → 知的な、器用な、勤勉な、暖かい、決断力のある、実務的な、慎重な
 人物B → 知的な、器用な、勤勉な、冷たい、決断力のある、実務的な、慎重な



「暖かい」 - 「冷たい」を並べ替えた上での印象評定結果

人のどこを見ているのか

有名論文555件 (Beech, et al., 1981より引用)

注目	カテゴリー	具体的な内容
他人の顔	他人の顔	笑顔、目線、口元、声など
	他人の服装や容姿	衣服の色、清潔感、髪型、肌質など
	髪型	髪色、髪質、髪型など
他人の行動	他人に対する他人の行動	「誰かいつも私に挨拶だ」など
	他人の行動に対する他人の行動	「挨拶を返す人」など
	他人の行動に対する他人の反応	「挨拶を返さなかった」など
他人の属性	他人の属性	職業、年齢、性別、学歴など
	他人の属性に関する自己認識	「自分も持っている」など
	他人の属性に関する他人の認識	「彼は私の同僚だ」など
他人の能力	他人の能力	知識、技能、経験など
	他人の能力に関する自己認識	「自分も持っている」など
	他人の能力に関する他人の認識	「彼は私の上司だ」など
他人の感情	他人の感情	感情の表現、態度など
	他人の感情に関する自己認識	「自分も持っている」など
	他人の感情に関する他人の認識	「彼は私の同僚だ」など

暗黙の性格観

- 人のある特徴から他の特徴を推定するために仮定している素朴な信念
- 1~7の認知次元をもっている(個人差は大きい)

表2 暗黙の性格観に含まれる認知次元 (Holl, 1983)

カテゴリー	IS 子 集
一般的特徴	一般論的推測、無関係、人々から、気の良さ、謙遜さ
個人的長所やすばり	特別な能力、自分自身、才能、自己満足感、気風性 話しやすさ、社交性、やさしさ、人の良さ、気遣い、おとなしさ、カンパニオンシップ、忍耐強さ とりつきにくさ、気遣い
社会的優しさ	気遣い、気遣い、礼儀、自覚、心の良さ、優しさ、こまやかさ、気遣い能力 親切心、気遣い、気遣い、高貴さ、気遣い
力 未 作	経済学、強固性、基礎性、社会的、大それた、勇気、自己満足
特 長 性	自己満足、高貴さ
モ ー ー	自己満足、高貴さ

対人認知を歪める要因

歪みの要因	内 容
仮定された類似性	自分が好意を抱く相手は、自分と似ていると思い込んでしまう
ハロー効果(光背効果)	何らかの良い(悪い)性質を持っている人は、ほかの面でも良い(悪い)性質を持っていると判断する傾向
基本的帰属エラー	状況によって引き起こされた行動を、本人の持っている性質によるものであると思い込む傾向
過度なステレオタイプ化	あるカテゴリーに属する人は共通して、ある性質を持っていると判断する傾向

自己をみるということ

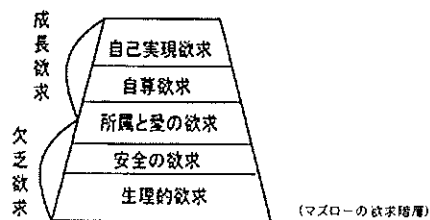
- 心理テストと心理尺度
- 幸福について
- 動機づけ
- 暗黙の知能観

心理尺度の例

- 幸福感尺度
- 個人目標志向性尺度
- 相互独立的-相互協調的自己観尺度

幸福とは

「誰かに支えられていると安心です。
誰かの支えになっていると幸せです。」
(FMうるまCMより)



自己効力感 (Bandura, 1977)

- 自分は「やればできるのだ」という信念
- 自分は、環境に働きかけて、環境を効果的に変える力を持っている。
→ self-efficacy
- 自己効力感が高ければ、学習意欲は高く維持され、失敗に対する耐性も強い。

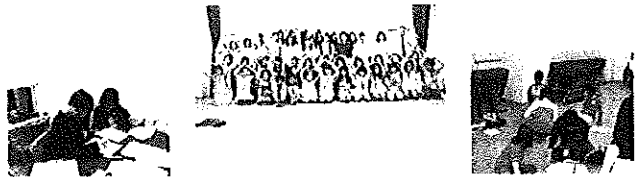
自己効力感とは、成功経験を多く積むことによって育まれる。

学習カウンセリング

■ 小学生を対象とした学習支援活動 (学習カウンセリング)

子どもの学習を個別指導しながら「つまずき」を発見し、心理学の視点からその原因を分析する。

小学校教諭をめざす学生が児童と触れ合いながら、子どもの学習についての認識を深める。



21

学習カウンセリングの考え方

市川伸一(1993)より

■ 認知心理学の「人間観」

人間は主体的に学び、知識を獲得する

■ カウンセリング・マインド

人間関係、受容・共感を重視する態度

■ カンファレンス(ケース検討会)

個々のケースを報告し、参加者全員で検討する

学習カウンセリングの目標と方法

(目標:技術的・認知的側面)

① 2桁の四則演算(たし算、ひき算、かけ算、わり算)を自由にこなせるようになる。

② 2桁の四則演算の文章題を理解したうえで解けるようになる。

→ 文章を読み、図を描いて、式を立てて計算する。

③ 自分で分からないことに気づき、自分で解決できるようにする。

(カウンセリングの方法)

① とにかくよく褒める。

② 子どもに、どのように考えて解いたのかを説明させる。

③ 消しゴムは使用しない。

④ どうすれば、子どものためになるかを常に考えながら取り組む。

⑤ いつも子どもの内面をとらえようとする。

(目標:情意的側面)

① 算数に対する嫌悪感をなくし、すこしでも算数が好きになる。

② 算数の勉強をすることを楽しめるようになる。

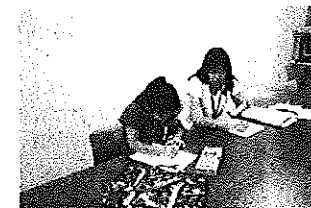
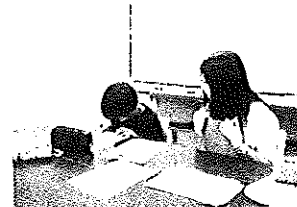
③ 勉強したことを日常場面で使ってみようとする意欲がでる。

学習カウンセリング(1)

学習場面

・それぞれの児童に合わせた問題を作成し、解答する。

・児童は、自分の解答を口頭で説明する。



1. 対人認知

対人認知とは

対人認知の次元

他者認知の次元 (Beach, et al., 1961より作成)

次元	カテゴリー	具体的内容
客観的情報	刺激人物の外見	体格、容貌、服装、声質、など
	刺激人物の背景的情報	両親の職業、家庭の地位と財産、国籍、など
	一般的情報	職業、出身校、婚姻状態、など
社会的相互作用	被験者に対する刺激人物の行動	「彼はいつも私に親切だ」、など
	他の人々に対する刺激人物の行動	「彼は傲慢だ」、など
	他の人々の刺激人物に対する反応	「彼は人気者である」、など
	被験者の刺激人物に対する反応	「彼は私の一番の親友だ」、など
行動の一貫性	刺激人物の持続的な性格特性	静かなタイプ、社交的、誠実な、など
	刺激人物の情緒的適応や自己概念	劣等感をもっている、など
	刺激人物の価値観や理想	道徳観、金銭観、信仰心、など
行為と活動	刺激人物の能力	知的能力、才能、知識の範囲、など
	刺激人物の要求、野心、モチベーション	人生の目標、引き受けた仕事へのモチベーション、など
	刺激人物の興味	趣味、など

アッシュ (Asch) の実験

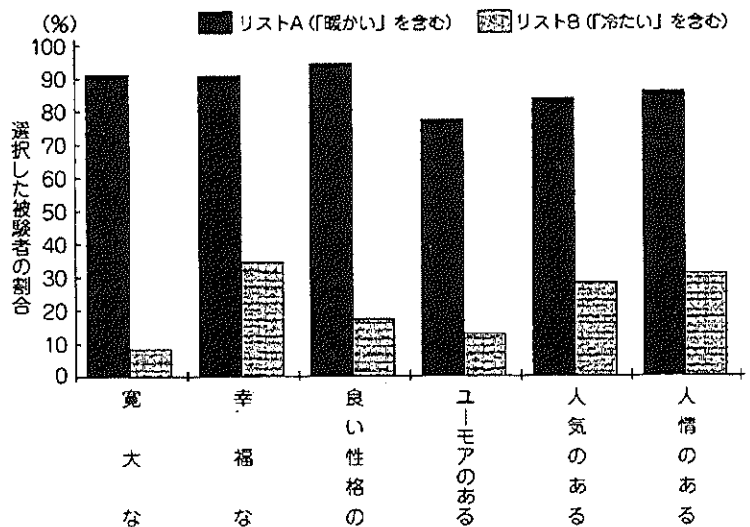
リストA

聡明な
器用な
勤勉な
暖かい
意志が強い
現実的な
用心深い

リストB

聡明な
器用な
勤勉な
冷たい
意志が強い
現実的な
用心深い

アッシュの実験で用いられた形容詞リスト (Asch, 1946より作成)



(Asch, 1946から作成)

対人認知の歪み

対人認知の歪み	
歪み	内容
寛大化傾向	他者を肯定的に評価する傾向
中心化傾向	人を評価するときに、極端な評価を避け、あたりさわりのない中心的な評価をする傾向
傾性帰属傾向 (状況要因の軽視)	状況によって引き起こされた行動を、本人の持っている性質によるものであると思いきこむ傾向
仮定された類似性	自分が好意を抱く相手は、自分と似ていると思いきこむ傾向
対比誤差	自分が重視する側面は、自分と対比させて、他者を厳しく評価する傾向
ハロー効果 (光背効果)	何らかの良い(悪い)性質を持っている人は、ほかの面でも良い(悪い)性質を持っていると判断する傾向
論理誤差	ある性質を持った人は、その性質に関連するほかの性質も併せて持っていると考える傾向
過度のステレオタイプ化	あるカテゴリーに属する人は共通して、ある性質を持っていると判断する傾向

ステレオタイプ

ステレオタイプ

