

対人関係の視点から見た well-beingとしての援助行動

大 坊 郁 夫

対人関係の視点から見た well-being としての援助行動

大 坊 郁 夫

Ikuo DAIBO

目次

社会は変わったのか？
援助行動の研究は「援助」しない
（できない）ことが発端
意識化できない非社会的行動／社
会的迷惑行為
援助行動のプロセス
社会的スキルの要因
社会的スキルと援助行動
well-being を目指す心理学
well-being の社会性
永田 勝彦先生を想う
引用文献

[Abstract]

Helping Behavior as Well-being from the Perspective of Interpersonal Relationships

Helping an individual in need is not a matter of course. Helping behavior is influenced by individual characteristics, interpersonal relationships, social norms, and the times (spirit) and information/communication environment. However, to maintain and develop well-being and a sustainable society, the mechanism of helping behavior, which is the basis of mutual support in society, should be considered. Because an individual is a member of society and a society is established by people, investigating helping behavior is possible. Helping behavior is initiated by recognizing the imbalance of social situations, including that of individuals in need, which are established in layers of interpersonal relationships in the context of specific social norms. Cognition of oneself and others, decoding and comparing behaviors and expectations of others, and execution skills work effectively. Improving social skills that contribute to increasing the well-being of individuals and society is essential. In addition, considering the rise of domestic interest priority and the division of society in recent years, forming a view of human beings and society that lead to social norms is also an important issue.

社会は変わったのか？

なんらかの必要があるのにそれを叶えられない人にはそれを補ってあげたい。辛くて悲しい人を慰めたい。解決できないで悩んでいる人には知恵を貸してあげたい。困っている人を助けることは当たり前。そう思いたいものだが、実際には必ずしも当たり前ではない。時には、こう思うこと自体が相手に迷惑になることがあるかもしれない。このような判断は、当該個人の価値観、当事者間の対人関係、

その状況に顕在している手がかり（援助に資する手立て）の有用性、社会的な通念（漠然とした時代精神）、当事者が属する文化などによって左右される。

現在、世界的な規模で対立的な大きな風潮がある。一つは、他者、他文化の独自性を認めつつ協調し、多文化共生を目指すことによって共通の資源を守り、価値を保とうとするものである。個人間、国家間、文化間では容易に対立は生じやすいことを承知しながら、それ故に対立を解決し、互いを尊重する努力

キーワード：援助行動、非社会的行動、対人関係、社会的スキル、ウェル・ビーイング
Key words : helping behavior, non-social behavior, interpersonal relationship, social skills, well-being

を続けることを放棄しない考えである。

他方は、自己保存の生物学的欲求に由来するもので、強いモチベーションがあり、感染的な拡がりがある。しかし、世界を社会的な組織として意識する視野を持つものではない。

それは、自己利益優先の狭隘な視点によるもので、仮想であれ、自分を脅かす敵、障壁を設定しないと自己を維持できない、脅迫的な自己愛傾向である。いわば、自他の境界の融合を許容できない離散的思考による発想がある。この発想からすると、1) 自分と競争関係にある他者を排除し、自己利益を優先する。究極的には、他者への支援を嫌う孤立傾向を持つ。ただし、相互基盤が自己利益に供すると判断するならば、かつ、自己利益優先と相反する外集団があるならば、2) 自分と同質の発想を持つ者には連帯して相互の支援を行うことはあろう。

さらに、情報・通信ツールの技術革新は社会に大きな変化をもたらしている。いつでもどこでも誰もが遠隔のコミュニケーションが可能になったという利点はあるものの、対人関係や社会に新たな弊害も生じている。ウェブへのアクセスが一般化されたことによって、情報を迅速に、広く発信できるので、誰もが安易に自他の情報を晒すことができる。それらは、信頼を保証するものではないにもかかわらず、人から人へと伝染しやすいものであり、かつ、真実による訂正や防止が難しい。偽装した自己宣伝、他人への誹謗中傷、多様なフェイク情報の拡散などがある。しかも、日頃目にしている SNS に掲載されている情報の出典を確認することなく、「いいね」をクリックする、リツイートすることによって、あたかも肯定する人数増に与することとなる。このことは、意図的ではないにせよ、自分が二次的なあるいは代理の発信者となることを意味する。拡散した情報は、世間に益々流布することとなる。このような意味においても、情報発信および受信する際の個人の情

報リテラシーの強化が必要となる。

このような社会的状況を踏まえて、well-being な、持続可能な社会を築くことに大きく貢献する援助行動 (helping behavior ; 困難に遭っている人を自発的に助ける行動、類似概念に向社会的行動、prosocial behavior ; 自分の利益を損なっても他者に利益をもたらす行動、がある) の社会的、心理的なプロセスを非社会的行動 (non-social behavior ; 意図せず他者、周囲にネガティブな影響を与える行動)、社会的迷惑行為 (public thoughtless behavior ; 自分の欲求充足を優先させ、意図の有無にかかわらず結果として他者、周囲に、不快な感情を引き起こす行動) と関連させて考察したい。

援助行動の研究は「援助」しない(できない)ことが発端

1) 援助行動は容易ではない

心理学領域で援助行動に注目し、研究されるに至ったのには、悲惨な事件が契機になっている。

1964年3月、アメリカのニューヨーク州キューガーデン駅の近くで、深夜3時頃、帰宅途中の女性キティ・ジェノヴィーズが暴漢に襲われ、殺害された。この時、彼女の悲鳴を聞きつけて、アパートの窓から見ていた1人の住人が窓を開け、キティさんを離すよう怒鳴った。犯人は、窓を見上げ、肩をすくめると、キティさんから離れ、自分の車まで歩いて行った。しかし、窓の明かりが消えると、さらに犯行に及び、逃げ去った。その後、同じアパートに住む男性が警察に通報し、その2分後に警察が現場に到着したときにキティさんは、すでに絶命していた。この間は約30分間であった。

声を聞いたけれども何も見えなかった人、犯人は見ずにキティさんが歩き去る姿だけを見たなどを合わせてなんらかの目撃者(厳密な

意味での目撃者ではないが)は38人がいたにもかかわらず、犯人が彼女を襲ってから殺すまで誰一人として助けに入る者もいなければ、警察に通報する者さえいなかった(ローゼンタール, 2011)。

この事件はテレビ, 新聞, 雑誌などで大きく扱われ, あまりにも冷淡で無関心であった傍観者の行動は市民の関心呼び起こすことになり, 援助行動の心理学的研究が急速に展開するきっかけになったのである。

次に, 善意で始めた援助がやむなく潰えた例を紹介する。

“この梅雨空の下, 女子校名の入った千本もの傘はどこで眠っているのか。福井市のある女子高が10年前から続けた傘の無料貸し出し活動「愛の傘」を終えることになった。借りたまま返さない人が多すぎた。2007年夏, 突然の雨でずぶぬれになったお年寄りを見た生徒の声で始まった。生徒会のボランティア委員会が駅などに200本を置いた。「お戻し下さい」と明記したが, 1カ月後には9割が戻らず, 生徒たちを落胆させた。

慈善団体の国際ソロプチミスト福井などから支援を受けて補充した。赤や黄, 緑など目立つ色に変えて, 返却先を記したメモを付けた。善意に訴えるポスターも作ったが, 返却率は上がらない。

顧問の男性教諭によると, 「これほど持ち去られては意味がない」という声が徐々に強まった。費用もかさみ, 震災支援などほかの活動も忙しくなったため, 「愛の傘」は10年を区切りに幕をおろすことになった。累積1100本に達した。

最後の60本を今月, 駅やホールへ運んだAさんは「あきらめました」と言いつつも残念そう。「傘のことだけで言うなら, 人の性善説よりも性悪説の方があてはまる気がします」。

思えば傘は気の毒な道具である。しばしば持ち主に忘れられ, しばしば他人に持ち去

られる。「天下の回り物」と言ってはばからない非常識な人もいる。〈結局は, 傘は傘にて傘以上の傘はいまだに発明されず〉奥村晃作。何か傘の立場を向上させる妙案はないものか。“

(朝日新聞, 天声人語「善意の傘のゆくえ」2016年6月26日),

この運動を担っていた高校生の「あきらめました」ということばには, 悲痛な響きを感じざるをえない。多くの人は, 傘を持ち去ることは「ちょっとした」恩恵であり, 返却しなかったことも「ちょっとした」負債でしかないと考えていたのであろう。ここに認知の齟齬が生じている。傘自体はモノとしては同じではあるが, 提供した者が込めた価値と提供を受けた者の価値は同等でない。小さな善意であればこそ, 積み重ね, 拡がり期待したにもかかわらず, 踏みこまれる経験はあまりにも大きな不信を生むことになってしまいかねない。援助についての双方の視点取得がうまくできていないとも言える。

2) 咄嗟の援助行動

この一方で, 自分の生命が危険にさらされるかも知れない状況であってもとっさに救助することも少なくない。これは, 自分の損得を斟酌する余地のない利他的行動と言える。

2014年5月11日午後11時過ぎ, 東京・新宿区にあるJR四ツ谷駅のホームで, 23歳の会社員の女性が線路に転落した。

女性が転落した後, ホームに居合わせた一人の男性は, 線路に飛び降り, 女性を隣の線路まで運ぼうとした。この直後, ホームには中央線の各駅停車の電車が入ってきて女性に接触し, 女性は鎖骨を骨折する重傷を負いました。

警視庁によると, 女性を救助したのは20歳代のネパール人男性。この男性が援助しなければ, 女性は死んでいたかもしれなかった。男性は警察官に対し, 自分のパスポートを示した後, 現場から立ち去った

(<https://www.youtube.com/watch?v=IxcY5ltW6VI>)。

援助した男性は電車に引き込まれずに済んだものの、それは間一髪でのこと、この時には咄嗟に助けることしか頭になかったと後に述べていた。

このような援助行動にかかわる研究が増加したことには、研究者の側の認識の変化も影響していると考えられる。それは、心理学は人間が現在おかれている状態を改善し、よりよく生きる、より満足で幸せになれることに貢献しようとするならば、以前には、犯罪や非行などの反社会的行動の研究が多く行われてきたが、社会的にポジティブな結果をもたらす行動、すなわち、向社会的な行動についての研究が重要となると考える傾向が強くなってきたことである。

なお、一般に、向社会的行動とは、外的な報酬を期待せずに、他者に利益をもたらすために遂行される自発的な行動として定義されている(Bar-Tal, 1976など)。具体的には、援助行動、分配行動(sharing behavior)、寄付行動(donating behavior)などが挙げられている(Staub, 1975)。緊急事態に介入するという形でとられる援助行動だけでなく、日頃、誰もが経験している、高齢者、障がい者に座席を譲るといったような、小さな親切や助け合う行動も含まれる。

人が、向社会的行動を遂行するに至るまでには、まず、1) この行動を必要としている人や事態を認知し、次に、2) 行動を起こすかどうかについての判断をする、3) 実際に実行するという過程が含まれている。これまでは、判断過程に及ぼすさまざまな要因の影響について検討している研究が多い。それらの要因としては、年齢、性、民族、パーソナリティ特性などの個体要因、直接強化、モデルの観察、他者の存在の有無、遂行者の一時的な心理状態などの状況要因、集団の価値や規範などの文化的要因などがある。ただし、

ここではこれらの諸要因を逐一取り上げて述べることが主眼ではない。

意識化できない非社会的行動／社会的迷惑行為

社会的場面において、誰もが援助することはのぞましいと認めるものの、実際には他者がいることによって自分こそは援助しようとする責任感が減退し、援助しようとするモチベーションが減じ、援助行動は抑制されがちである。このことは多くの研究によって明らかにされている(中村、高木、1987、Bar-Tal, 1976など)。さらには、ささやかな配慮、自分の行動の抑制があれば、のぞましい社会的行動が促されるにもかかわらず、対人的な協調を損なうような非社会的行動がとられることが少なくない。これは、他者への配慮が足りずに意図せずに、周囲や他人が望んでいない悪影響を与える行動であるものの、反社会的行動ほどの積極的主張を示さず、ミクロで、責任性の認識は弱い行動である。なお、行為者本人が意図するかしらないかにかかわらず、その行為が本人を取り巻く他者や集団・社会に対して直接的または間接的に影響を及ぼし、多くの人々が不快と感じるプロセスを社会的迷惑、その行動を社会的迷惑行為と言う(吉田、2009、下線は筆者)。これは、受け手の認知した結果に重きをおいた概念とも言える。

第二次大戦後、昭和後期や平成以降、日本の現代化が高度に進むにつれ、個人指向が強まっており、他者との緊密な関係を好まず、自分だけの空間を求め、自分独自の行動基準を設定し、相手にもそれを許容し、連帯することを好まない、個別化の傾向を増している。地下鉄の中などでは、イヤホンで音楽を聞くなどは、周囲とのかかわりを避け、外からの刺激を遮断し、「自分」の空間を作ろうとしている例である。

外世界からの無意図的に入ってくる刺激を遮断して、情報の取捨選択を積極的に自らが行い、自分の空間にこだわって留まろうとする。したがって、他者が援助を要する状況でも、よほど自分に係わりがなければ、気づかず、注意を向けず、行動もしない。自分の情報リテラシーの限界を自覚しているが故の自己維持の行動と解釈することもできなくはない。しかし、実際には全くの孤立を目指しているわけではない。

そうすると、取捨選択の規準をどこに求め、社会的なつながりを求める合図をどう学び、実行できているのであろうか。

現実には、公的、社会的場面でありながら、自分だけの空間を優先するあまり、外部からの刺激情報の認知や、それへの反応が不適切となることが多く観察される。

例えば、歩きながらスマートフォンの画面を見たり操作したりする「歩きスマホ」が原因の事故が絶えない。混雑する場所での衝突や駅のホームからの転落事故は少なくない。

東京都品川区にあるりんかい線天王洲アイル駅。13日朝、都内の大学に通う20代女性がホームから転落し、走行中の電車にはねられ亡くなった。女性はスマホの画面を見ながらホームを横切るように歩いていた。耳にはイヤホンをつけていたという（朝日新聞（2016年5月30日））。

次は、自動車を運転時に熱中してゲームをしていたために起きた初の事件である。

2016年8月23日午後7時半ごろ、スマートフォンの「ポケモン GO」をプレイしながら運転していた39歳の男性が2人を轢く事故が起きた。2人は病院に搬送されたが、70歳代の女性がまもなく死亡。60歳の女性も重傷を負った。自動車は時速50キロ程度で走っていた。警察は自動車を運転していたこの男を自動車運転死傷行為処罰法違反（過失運転致死傷）の現行犯で逮捕、断続的に画面に注意を向けていた危険性の高さが指摘され、徳島地裁は、

禁錮1年2月（求刑禁錮1年8月）の実刑判決。

（朝日新聞、2016年10月31日、<https://www.asahi.com/articles/ASJB0334TJB0PUTB001.html>）

なお、ポケモン GO をしていて起きた交通事故は、警察庁のまとめによると、このゲームが登場した7月22日から1か月間に29都道府県で79件。大半は脇見運転で、摘発は全都道府県で1140件であった。事故の内訳は、人身事故が22件で、うち自転車側がゲームをしていたのが4件。物損事故は57件で、うち自転車側がゲーム中だったのは25件だった（<https://news.yahoo.co.jp/byline/kandatoshiaki/20160826-00061548/>）。

ゲームをすること自体は、「ささやかな個人の楽しみ」ではあろうが、上述のような例は、些細とは決して言えない不注意、配慮不足が痛ましい事故、事件を引き起こしたものである。当事者の社会的迷惑行為が容易に反社会的行動（犯罪）になることを示している。外部刺激情報の取捨選択、自分だけの空間を目指すこと自体は、自分の欲求充足の、いわば、「個人」の行動ではある。しかし、他者との脈絡がある限り、「社会の中の個人」であることを片時も蔑ろにすることはできない。社会にあって様々な活動をしている者は、この最低限の社会的ルールを意識しなければならない。かつ、自分のおかれた状況においてなすべきことの優先度判断が常に求められている。

非社会的行動／社会的迷惑行為は、多くの場合、自分の欲求を優先し、他者と協調することを目指していないために生じる。

ここに挙げたのは、死に至る事故、事件であるが、日常的に起こる社会的迷惑は多岐にわたる。迷惑、不快と判断するのは、その行為を行う者ではなく、周囲にいてその行為の対象となる者（認知者）であり、相互の関係や社会的脈絡によって左右される相対的、主観的なものである。しかも、時代によって変

遷するものでもある(吉田, 2009)。

地下鉄場面での非社会的行動を調査した結果によると、多くの人を経験する行動としては、乗客が降りる前に乗り込んでくる、ホームで待っている列への割込み、車内での大声お喋りが挙げられている(大坊, 1994)。なお、当該の行動の不快感、体験率、当該行動の実施年代を用いたクラスタ分析によると、1) 若・中年女性の無配慮(自分の席の横に荷物置き、子への注意不足)、2) 中年女性の割込み(無理な割込み着席、お喋り)、3) 男性の無礼・横柄さ(脚広く組む、身体押しつけ)、4) 若者の無遠慮(男女の親密な行動、高齢者に座席を譲らない)に分類された。男性については、身体的伸展、空間の過度な占有と女性への身体的侵害、女性については、座席への無理な割り込み、子への注意不足という無配慮が見られた。男性については個人、女性については他者との係わりによって引き起こされる迷惑とも言える。

なお、筆者が1998年に行った男女大学生を対象に行った同様の調査での不快感に基づいた因子分析では、1) 男性の無礼・横柄さ(乗客に身体を押しつける、身体をじろじろ見るなど)、2) 空間の横暴(座席の横に荷物をおく、列への割り込みなど)、3) 親の無配慮(騒ぐ子どもを注意しない、靴を脱がず座席に上がる子どもに注意しないなど)が典型的な迷惑行動であった。ちなみに、性別や年代を問わず、回答者自身がした経験のある行動への不快感は低い傾向になった。他者への関心、多少の配慮で円滑な行動が取れるものの、安易に自分を守る、優先する行動がこのような非社会的行動を拡散している。

ネット社会の充実という時代変化に伴い、迷惑とされる行動も変化しつつある。コミュニケーション手段として便利なインターネットも、登場当初には問題になることが少なかった。しかし今では、ネットいじめ、誹謗・中傷の被害は重篤であり、また、フェイク情

報の横行は犯罪にまでになっている。近年では、SNSでの情報発信の際に、自分の投稿が多くを受け手に気に入ってもらいたいとの承認欲求から見栄のよい画像や内容を競って作成しようとする傾向がある(「インスタ映え」は、2017年ユーキャン新語・流行語大賞の「年間大賞」を得ている)。いい景色を撮影しようとして立ち入り禁止地域に入ったり(畑の作物に被害が生じたこともある)、交通機関の運行を妨害したり、レストランなどでは店内の調度品を勝手に移動させる、コンビニ等で購入前に商品を開封する、自分が口にした食品を商品棚に戻して並べる(これを動画としてSNSに投稿)などの迷惑行為が多発している。これらなども、他者を考慮することなく、自己顕示的で、自分の欲求充足を優先するものであり、社会規範遵守や社会的協調の姿勢は希薄である。個人の価値観が多様化している、共有できる社会規範が不確かになってきたからとだけでは片付けられない。

2020年の新型コロナウイルス感染の流行に伴い、公共場面でマスクを着用しないことが社会的迷惑行為として重視されるにいたっている(マスク着用は、保有しているかもしれないウイルスを他に拡散しない、かつ、他者からの感染予防の効果があることが確認されている。)

例えば、2020年9月、国内の飛行機で、換気がされているとはいえ機内は密室状態にあることから客室乗務員が未着用の乗客にマスク着用を求めた。乗客はこれを拒否し、出発を促す言動を繰り返したほか、質問をはぐらかし、マスクを着用しない理由についても答えることなく、要請がしつこいと反発したとのこと。マスク未着用が直接の理由ではないものの、これを安全阻害行為として機長は降機を命じている(<https://www.j-cast.com/2020/09/14394338.html?p=all>)。

公共の交通機関(この場合は、運航に際し

高度な安全が求められ、かつ閉鎖空間でもある)における乗客としての社会的マナー、理由説明のコミュニケーション不足、航空会社の安全運行への協力要請と遵守についての事前のコミュニケーション不足による社会的迷惑事例と言える。このような事例からすると、提供者と利用者、専門家と一般市民の間では、双方の発するコミュニケーションの記号化と解読のマッチングが欠かせないことが分かる。

なお、援助行動や非社会的行動のメカニズムを研究するには、個人の個人特性、当該者間の対人関係、行動が生じる状況(場)、背景にある社会規範、時代精神を勘案しなければならない。包括的な議論は他に委ねることとし、これ以降では、援助行動、非社会的行動が起こるための状況と向社会的行動を促すために有効な要因について考えたい。

援助行動のプロセス

援助行動とは対人的、社会的行為であり、援助を要する被援助者(要援助者)と援助者との関係があって成立する。この他に、援助行動成立前後に相互作用を持つ他者との関係、当該場面での他者との関係、自分が援助した(あるいはしない)場合に、自分に向けて“評価”する可能性のある他者との関係も考えなければならない。援助はこのようなくつもの層としての対人関係の中で成立する(大坊, 1996)。

援助行動は、当該の場面における諸要因間のバランスの崩れを認知することに発し、それを回復する過程とする対人関係の相互作用モデルが考えられる(大坊, 1990, 1996)。以下に、援助行動のプロセスについて大坊(1990)を改訂したモデルを用いて述べる(Figure1)。

1) 当該の場面において、要援助者がいる

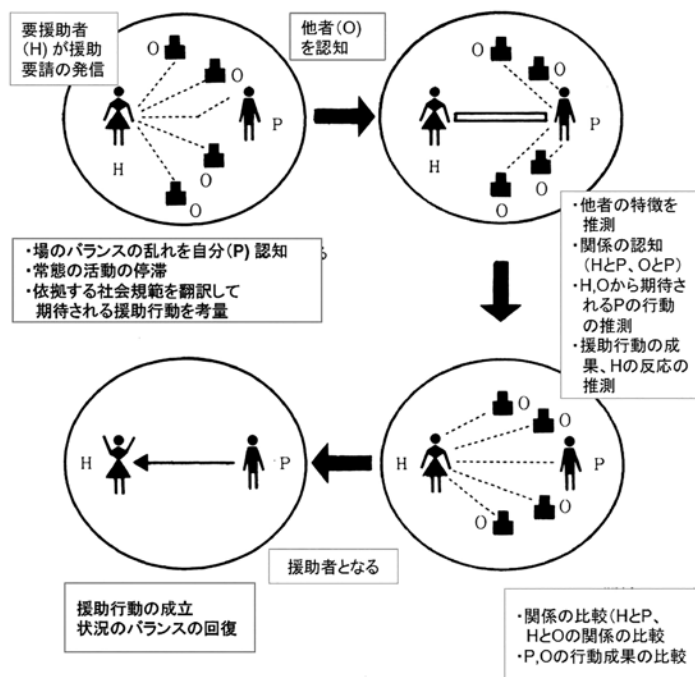


Figure 1. 援助行動プロセスについての対人関係—相互作用モデル

ことを認知する。このこと自体は、その場面にて展開されていた常態としての活動が滞る(場面のバランスの乱れ、緊張が生じる)。その際、自分の属する社会での社会規範を理解していることが前提となる。当該場面において自分が依拠する社会規範に照らし合わせるとどのような行動をとるべきなのかを翻訳する。要援助者の具体的要求の内容およびその妥当性を検討する。援助が必要であり、その行動をすることが期待されていると判断すると、適切な行動をとることを方針とする。

2) この場には自分だけではなく、他の援助可能な他者がいることを認知し、それぞれが相応に援助要求に気づいたであろうと推測する。他者はこの事態をどう解釈しているのか、また他者はどう対処するのかを観察する。そして、自分あるいは他者と要援助者との関係、自分と他者との関係を認知する。加えて、要援助者や他者から自分はどう行動すべきと見られているか、自分に抱いている期待を推測する。さらに、援助行動を行った後に要援助者や他者はどのような反応(感謝、不本意、賞賛など)をするのかを推測する。

3) 自分が援助する際の遂行能力を判断する。要援助者と自分との関係、要援助者と他者との関係(知己か、負目の有無など)を比較し、どちらが援助するのが妥当なのかを推測する。同様に、援助可能な他者、自分が援助した結果をどう評価するかを推量する。さらに、自分が援助した成果、他者が援助した成果を比較検討する。

そして、4) 自分の行動後の成果への期待が大きければ、自分の遂行能力を勘案した上で援助行動がなされる。要援助者の要求は充足され、場の緊張も低減してバランスは回復される(援助行動の成立)。

このように、1) それ以前にはその場を構成する構成因はまとまった活動の流れをなしていたものが、援助要求が発生したことで、その場のバランスが崩れ、援助を要する行動

の流れを促すことになる認知に始まり、2) 自他関係の認知、3) 関係の比較及び各関係に由来する結果期待の比較など複数の対人関係の認知を経ることによって場全体のシステムが回復されると考えられる。

このように援助行動は環境における「場としての自動的なバランス回復の過程」と捉えられる。この対人関係の相互作用モデルは、主として対人関係の認知のプロセスに基づいている。

さらに考えられなければならないのは、1) 個人が援助を必要とする場を迅速・適切に認知し、援助行動を具体的にを行う前提となる認知—遂行スキル、個人の認知傾向、さらに、2) 対人関係や状況に及ぶ社会規範などによっても援助行動は影響される。1)は、社会的スキル、2)は、この冒頭で触れた風潮—人間観、社会観—にあたる。個人主義—集団主義傾向、自己責任—共同責任、自律—他律傾向、明示的—暗示的契約などの指向性である。

社会的スキルの要因

社会的スキルは、他人との円滑な関係を築くための総合的な能力であり、いくつかの具体的な要因に分割できる。また、開発、訓練できるものとして捉えられる。

社会的スキルの構成要因は、1. コミュニケーション(記号化、解読)、2. 察知・推測(メタ・コミュニケーション)、3. 対人認知・状況理解、4. 自己表現(開示・提示)の仕方、5. 対人関係の調整(コントロール)、6. 社会そして組織にある規範・規則、7. 個人属性(パーソナリティ、社会化の程度など)にまとめられる(大坊、1998)。

さらに、相手との関係の目標、文化的背景(個人中心—集団主義的文化、主張的—抑制・調和的行動が重視されるかなど)などによっても影響される。ちなみに、6. 社会規範は4. 自己表現、5. 調整規則に影響する。7.

個人属性は1. 対人コミュニケーション, 3. 対人認知, 4. 自己表現, 5. 対人関係の調整に影響を与えるものでもある。上述した要因は、他の要因と相互に連携するものであり、他と排反独立するものではない。

このように、社会的スキルの構成要因は、数多くあるが、もっとも基本となるものは、コミュニケーションの記号化と解読（基礎スキル）である。社会的スキルは、記号化・解読に加えて、他者や対人関係についての認知を基礎としながら、その上位には自己表現や対人関係の規則（社会的な影響を受けながら）、関係を築く・維持する心理的な意味を發揮するための特定スキル、さらに、総合的、応用的なスキルが階層をなしている（大坊, 2005, 2008）。

なお、メッセージを適切に記号化できる人は、一般に他者のメッセージを解読する能力も高く、相関的である（Friedman et al., 1980, 大坊, 1991）。すなわち、メッセージを適切に送信する人は相手のメッセージを適切に解読できる。社会的スキルの發揮は、このように、相手との関係によって大きく左右されるものでもあり、個人だけの要因で決まるものではない。相手自身の特徴、相手との関係、環境、状況などによって多様に影響を受ける（大坊, 2008）。

社会的スキルと援助行動

社会的スキルの視点からすると、援助行動が生じる当初の段階では解読力は援助要請の発信を迅速に適切に認知することに作用し、その場に居あわせる他者の認知や行動意図の察知、自他の援助可能性の比較考量、成果の推測に貢献すると考えられる。対人関係の調整力もこのことには大いにかかわる。さらに、記号化や自己表現力は、援助行動の遂行・撤退の判断に作用する。察知・推測力は、援助行動に至る一連のプロセスを連続的で、円滑

なものとする。社会規範、文化規則は、当該の要援助の発信自体が妥当か否かの判断に働くであろうし、さらに要援助者を援助することが社会的に受容されることなのかの判断にも働く。

人間観、社会観にも通じることであるが、個人主義的傾向の強い集団や社会では、自己責任が強調され、できるだけ自助努力すべきとされるので、援助要請自体も抑制されるであろう。仲間意識の強い集団主義傾向が大勢となる社会では、察知・推測力は敏感で、他者との相互連携や調整力が發揮されやすく、共助を意識する。そこでは、援助要請のささいなサインを見逃すことなく、他者と連携した援助行動は迅速に行われるであろう。

なお、誰もが十分な社会的スキルを持っているわけではない。社会的スキルの内容は、明示できるものであるので、比較的容易にトレーニング可能である（大坊, 2005）。

短期的には、基礎スキルとしてのコミュニケーション力を意識し、記号化と解読力を向上させること、自己の満足感を充足させる（自己効力感を増す）こと、それから、円滑な対人間関係は一方だけで成り立つものではなく、双方向であるかを認識してもらうことである（大坊, 2014）。トレーニングでは、日常的な対人関係場面を設定し、記号化と解読を繰り返し体験する。自然と自他の行動に敏感となっていく。意見や立場の違いを設定した問題解決の場面を設定した小集団のコミュニケーション事態などは、説得、交渉、関係調整、非言語チャネルの活用などのスキルが向上する。そのことによって、自分を洞察し、他者を適切に理解できるようになる。さらに、些細なきっかけを用いても他者にメッセージを発信し、相手からの発信を察知できるようになっていく（大坊, 2005）。

なお、他者への関心の低下、協調性の減退などの現代的傾向を勘案するならば、われわれの日頃の意識・考え方を意図的に変えてい

くことも必要であろう。

例えば, Harvey と Omazu (1997) は, 一種の気づきと過剰なほどの働きかけを重視している。対人関係は自他のコミットメントによって成立することを意識し, 意図的に相手に働きかけることが大事であることを主張している (Minding)。特に重視している行動として, 1) 自己開示, 2) 受容と敬意の表明, 3) 関係維持の意を伝えることが挙げられている。そして, 他者との間に生じる否定的な事柄に目を向けるよりも, 肯定面に注目することを推奨している。肯定面を強調し, ポジティブ・シンキングすることによって気分の高揚, 生じ得る問題を過小視することである。この考え方は, ある程度親密な関係になると, 「分かったつもりになり」, 働きかける努力をせず, 思い込みが強くなる。そして, 親密で「分かる」関係を当然視し, 多少であろうと顕在化すると, 急速に崩壊が生じやすくなることへの反省に基づいている。この予防のために, 過剰なほどに, 相手への好意の表出, 否定面を無視することの効用を説いている。

well-being を目指す心理学

従来の科学では, 伝統的に, 社会的な豊かさ, 経済的な成長が「社会」の主要な目標として設定され, 社会的に生産性を上げ, 成功を目指すことが高く評価されてきた。それ故に, 見える形での成果を上げることが競うものの, 時間を要する, 長期的な過程を要する生産は優先されない傾向があった。また, 現実には容易には獲得しがたい精神的安寧や調和をなんとなく求めつつも, 短期的に生活の便利さやものによる豊かさを求めようとしている。したがって, 慢性的に不足を抱きながら生活している。つい形として見えるものの革新に注意を奪われ, それを得るための競争に腐心しがちである。

well-being とは, 語義としては, 身体的, 精神的, 社会的に不足のない状態とされる。なお, 心理学的にはそれ以上の意味を含めた概念としている。well-being は感情の振れの少なく, 安心できること, 揺らがない安定, 様々な活動に縛られていない, さらに心の余裕をさらに開拓できる余地があること, 新たに何かを吸収できる余地のあること, 社会と結びついて自己の機能が充実し, 価値を追究できることを意味している (堀毛, 2010, 2019)。なお, Seligman (2011) は, well-being を包括的で, 成長につながる, ポジティブな感情, 関与, 有意義な, 他者と好ましい関係を持ち, 様々な適応的な成果をもたらす概念であるとしている。この概念は, 今過ごしている時間と活動は意義あるものであり, 満ち足りているとしてもそれに止まることなく, 向上し続けようとする, 持続的な熱意あるものとされている。しかも, 他を排除することなく, 日常的であって特別な稀なことではない。

well-being の社会性

well-being は, 個人にのみ成立するものではなく, 個人レベルと, 社会的レベルの概念がある (大坊, 2012)。個人は社会に含まれ, 社会は個人を抜きには成立しない意味で, 入れ子構造である。人は, 相互作用を持つ他者 (その背景にある社会も含め) を自己の一部として含んでいるという意味で, 一種のホロンの構造をなしていると言い得るであろう (ホロン Holon—とは, 全体を構成する要素それ自体が全体としての構造をもつ場合には, 要素としてのひとつの全体を指す)。したがって, 個人と社会の両方を同時に考慮しなければならない。どちらかだけの視点では well-being は本来の意味を持つことにはならない。

個人を無数に含む対人関係が社会を形成

し、個人や対人関係に及ぶ社会規範や制度を築きながら、そこに蓄えられた資源を活用している。そうすることによって、社会的な安定を目指している。個人－関係－社会のつながりを活かすことで、個人や属する集団は安寧を得ることができ、充実した社会が維持されると言える。

個人と社会との関係を考えるならば、個人の well-being を実現することと社会の well-being の達成は矛盾しない。物質的な面での満足を求めるならば、資源は有限である。この意味では、資源の総和は一定であるならば、個人間の競争によって増減することになる（ゼロサム社会、ある個人が利益を得ると他者はその分だけ不利益をこうむる社会）。こうであっては、競争を煽り、well-being を求める者の格差が甚大となり、社会のバランスも崩れてしまう。

しかし、well-being は、有限ではなく、常に産出される志向性を持つ。判断の主体は自分であり、自己を肯定し、安定し、自己の向上を目指し続け、しかもこのような活動を、他者を排除することなく、協調し、楽しむことができることを意味している。したがって、個人の不足を補うにとどまるのではなく、いつの時点でも現状以上に増大させることは可能である。ゼロサム性は成立しない。自分の人生や生活をポジティブに捉え、満足していることを指しているのだから、人々の総体として、この傾向が強ければ社会的なレベルでの well-being も高い。

この視点からしても、価値観などの「多様性」を認めるものである。多様性は混沌を意味するものではない。誰もが持つ不確かさの共有と社会的承認欲求、親和欲求の充足を目指すことを根本的な方針と見なすことによって、well-being は、多様な個人を含む社会の基本方針となる。したがって社会的連携、協調を促し、必要・適切な援助の前提となる概念でもある。

永田 勝彦先生を想う

本学に教員として赴任する前年（1987）年6月には、永田勝彦先生が責任者・司会者をされた、日本社会心理学会第31回公開シンポジウム（「社会現象『援助』を探る」、当時としては先進的な手話通訳付一本学らしい）にシンポジストとして声をかけていただきました（話題提供者は、高木 修、星野 命、松井二郎、大坊郁夫、そして指定討論者は、木下富雄、篠塚博美 敬称略）。科学的にはややもすると「社会」を狭く切り取ってしまいかねないことへの警鐘を込めて、社会心理学と社会福祉学をつなぎ、開かれた社会を考える意図から計画したと永田勝彦先生はシンポジウムの案内文に述べておられました。このことにも先生の先生らしさがよく表れていると思います。

当日には、科学としては法則性志向への関心に向かいがちだが、社会現象そのものへの関心を持つこと、隣接領域ともコラボ、共通する課題への学会を超えた連携の必要性、援助の前提となる社会規範の検討、援助は無条件で善なるのか、援助者のセンシティブリティと援助行動との関係（後の社会的スキルに通じる）、援助される者との関係などがさらに研究されるべき等との意見が出されたことを、当時から約30年後の現在、新鮮に回想しています。

永田勝彦先生は、1996年に本学を定年退職され、名誉教授とられました（この年、文学部社会福祉学科が4月の社会福祉学部改組へと改組された）。それを記念し、社会福祉学科教員が協同して「福祉社会の展開と課題」（永田勝彦先生監修、北大路書房、1996年3月）を出版いたしました。その巻頭言にて、永田勝彦先生は、社会福祉は、公的な政策・制度、地域社会における福祉を実践するための体制と施設等の実践、そして個人レベルの援助マインドの層をなしている。しかも、自助は公

助を前提とする社会の中で行われるものであり、社会支援を惜しまないという社会を築くことが不可欠であること、そのためには、社会的価値観の転換が必要であると述べられています。近年の世界各処でみられる自国・自地域の利益優先指向、ネット上でのフェイクニュースの流布、ネットいじめの横行などは

過去の歴史からなんら学んでいない、非社会的、反社会的なことです。永田勝彦先生が指摘した社会的価値の転換から大きく後退することです。先生はさぞ大いに憤られていることでしょう。後塵を拝する者として、自らを叱咤いたします。

【文献】

- Bar-Tal, D. (1976). Prosocial behavior: Theory and research. Hemisphere Publishing Corporation.
- 大坊郁夫 (1990). 対人関係における援助. 北星学園大学文学部北星論集, 27, 261-278.
- 大坊郁夫 (1991). 非言語的表出性の測定: ACT 尺度の構成. 北星学園大学文学部北星論集, 28, 1-12.
- 大坊郁夫 (1994). 公共場面における非社会的行動の研究: 女子学生の認知傾向. 日本心理学会第58回大会発表論文集, 84
- 大坊郁夫 (1996). 対人関係における援助の過程. (永田勝彦監修「福祉社会の展開と課題—新しい福祉のパラダイムを目指して—」, 7章, Pp. 130-145)
- 大坊郁夫 (1998). しぐさのコミュニケーション—人は親しみをどう伝えあうか—サイエンス社
- 大坊郁夫編 (2005). 社会的スキル向上を目指す対人コミュニケーション. ナカニシヤ出版
- 大坊郁夫 (2008). 社会的スキルの階層的概念. 対人社会心理学研究, 8, 1-6
- 大坊郁夫 (2012). 幸福を目指す科学—well-beingの研究—(大坊郁夫編 (2012). 幸福を目指す対人社会心理学—対人コミュニケーションと対人関係の科学. ナカニシヤ出版
- 大坊郁夫 (2014). 場を活性化する: 対人コミュニケーションの社会心理学. 高木修監修 大坊郁夫, 竹村和久編「社会心理学研究の新展開—社会に生きる人々の心理と行動」第2章, 26-39. 北大路書房
- Friedman, H. S., Prince, L. M., Riggio, R. E., & DiMatteo, M. R. (1980). Understanding and assessing nonverbal expressiveness: The affective communication test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, 333-351.
- Harvey, J., & Omazu, J. (1997). Minding the close relationship. *Personality and Social Psychology Review*, 1, 223-239.
- 堀毛一也 (2010). 概説 ポジティブ心理学の展開 (堀毛一也編 (2010). ポジティブ心理学の展開—「強み」とは何か、それをどう伸ばせるか—。現代のエスプリ, 512, 5-27.
- 堀毛一也 (2019). ポジティブなこころの科学—人と社会のよりよい関わりをめざして—。サイエンス社
- 中村陽吉, 高木修共編著 (1987). 「他者を助ける行動」の心理学. 光生館
- 永田勝彦監修 (忍 博次, 松井二郎, 大坊郁夫, 池田雅子編) (1996). 福祉社会の展開と課題—新しい福祉のパラダイムを目指して—, 北大路書房
- ローゼンタール, A. M. (田畑暁生訳, 2011). 38人の沈黙する目撃者 キティ・ジェノヴィーズ事件の真相. 青土社 (Rosenthal, A. M. (1999). *Thirty-Eight Witnesses: The Kitty Genovese Case*. University of California Press.)
- Staub, E. 1975 To rear a prosocial child: reasoning, learning, by doing, and learning by teaching others. Depalma, D. J., & Foley, J. M. (Ed.) *Moral development: Current theory and research*. Lawrence Erlbaum Associates.
- セリグマン, M. E. P. 宇野カオリ訳 (2014). ポジティブ心理学の挑戦—「幸福」から“持続的幸福”へ ディスカヴァー・トゥエンティワン. (Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. New York: Free Press.)
- 吉田俊和, 齋藤和志, 北折充隆編 (2009). 社会的迷惑の心理学. ナカニシヤ出版.