

社会的排斥についての研究ノート（Ⅱ）

——自己コントロールに及ぼす抑止効果——

立教大学名誉教授 押見 輝男

Notes on social exclusion research (Ⅱ): Inhibitory effects on self-control

Teruo Oshimi (Professor Emeritus, Rikkyo University)

Baumeister, DeWall, Ciarocco, & Twenge (2005) showed experimentally that social exclusion caused decrements in subsequent self-control. They proposed that it was avoidance of self-awareness following social exclusion that impaired subsequent self-regulation. However, there is little conclusive evidences that their hypothesis is correct. The author proposes an alternative explanation: social exclusion evokes emotional control processes, and consequent regulatory depletion resulting from affect regulation mediates the subsequent self-control impairment. The validity of this alternative hypothesis and the relationship between social exclusion and the mechanisms of regulatory depletion effects are discussed.

Key words : social exclusion, self-control, regulatory depletion effect.

他者、集団、世間から除け者にされたり、糾弾され爪弾きにされたりすると、自らの行為や感情（衝動）表出を自らコントロールすることができなくなる。この社会的排斥（social exclusion）が自己コントロール（self-control）に及ぼす抑止の効果を実験的に例証したのは、Baumeister, DeWall, Ciarocco, & Twenge (2005) である。

社会的排斥は自己コントロールの機能不全が原因の不適応によって引き起されるというのが、一般的な通念であろう。つまり、他者による無視や拒絶、集団からの排除を招きやすい顕在的原因は、世間の規範からの逸脱、内集団の規範への非同調、対人魅力の低下などであるが、これらの原因は自己による自己調整機能の不全によることが多いので、自己コントロールの機能不全が社会的排斥をもたらすとの考え方は了解を得やすい。また、通念では、人は社会的排斥を体験すると他者

や集団からの拒絶・追放を招く状況を修復したり、更なるダメージを回避したりするために、社会的受容を目標とする自己コントロールを行使しようとする動機が高まると考えられている。しかし、Baumeister et al. (2005) が明らかにした因果関係は通念とは反対に、社会的排斥がその後の自己コントロール能力を損ねるとするものであり、その意味するところは、社会的排斥は当該の状況を自ら改善する力を受け手から奪い、状況をますます悪化させるという負のスパイラル効果である。

本論文では、社会的排斥が自己コントロール・自己制御（self-regulation）に及ぼす影響に関連した研究知見を社会心理学研究の中に探り、その影響の媒介過程と今後検討を要する諸問題を明らかにしたい。なお、社会的排斥とは、“円滑な関係の形成、維持を他者から強制的、一方的に、心理的ないし物理的に遮断される（ないしは、その

種の知覚が生ずる) 刺激状況, 出来事”と定義する。したがって, 社会的排斥は心理的内的構成概念ではなく, 状況記述概念である。また, 自己コントロールと自己制御は同義として互換的に扱い, Vohs & Baumeister (2004) の定義に倣い, “自己による自己に及ぼす統制の行使, とくに, 望ましい規準に自己を合わせることに関する統制の行使”と考える。優位反応 (dominant response) を自ら抑止, 制止することを含む行為であり, その要素を含まないか, きわめて弱い行為 (例えば, 難しくてもやり慣れている計算課題の遂行など) は自己コントロールとはみなさない (Muraven & Baumeister, 2000)。

Baumeister et al. (2005) の研究

社会的排斥の実験操作手続

Baumeister et al. (2005) が用いた社会的排斥の実験操作手続は2種類ある。その一つでは, 実験参加者は Eysenck Personality Questionnaire (EPQ) に回答した後, 実験者から口頭でその診断内容を告げられる。排斥条件にあたる (future) alone 群では, 性格検査結果から予測すると人生の晩年を一人ぼっちで終えるタイプであり, この先も友人を次々と失い, 結婚生活も長つづきしないであろうと告げられる。統制条件は二つあり, 社会的受容条件になる (future) belonging 群では alone 群とは正反対の内容の診断が, また, 排斥以外の好ましくない出来事の体験を予期させる misfortune (control) 群ではこの先の人生において怪我や事故に遭遇しやすいとの診断が伝えられる。この手続を“排斥予見”と呼ぶことにする (押見, 2010)。

いま一つの実験手続は“対面拒絶”と名づけることができるものである。実験参加者は同性4-6人の集団として実験室に集められ, まず一定の質問事項の回答をお互いに表明しあって面識を高めた後に個室に別れ, 以降の実験作業を一緒に行いたいと思う人物を2名指名するように求められる。この指名結果を集計した実験者から, 社会的

排斥条件になる rejected 群は他の誰からも選ばれていなかったと, 統制条件の accepted 群は全員から選ばれていたとの, 偽のフィードバックが与えられるのである。社会的排斥は排斥予見では将来の排斥の予期, 排斥者特定不可という特徴があり, 対面拒絶では現実の排除体験, 排除者の特定可という対照的な特徴がある。

自己制御課題と社会的排斥の影響

Baumeister et al. (2005) の実験の従属変数は, 排斥予見ないし拒絶のフィードバックを与えた後に遂行を求める自己制御課題の成績水準である。自己コントロールを行使するほど, すなわち, 接近・回避の強い欲求を抑えたり注意の葛藤を調整できるほど, 反応が望ましい方向に向上する性質を含む課題である。

排斥予見手続の実験1では, 不味い飲物をなるべく多く試飲する課題において alone 群は統制群より飲んだ量が少なく, 対面拒絶手続の実験2では, 味覚評定で甘いチョコレートチップを食べた数が rejected 群は accepted 群より多かった。作業持久力を調べる幾何学図形トレーシング課題 (正答不能) を用いた実験3 (排斥予見) では, alone 群は統制群より作業持続時間が短く, 両耳分離聴課題に代えた実験4では, 指定された単語を聞分けるとの正答数は alone 群の方が少なかった。いずれの自己制御課題においても, 予見ないし現実の社会的排斥を体験するとその後の自己コントロールは低下することが明らかにされた。

規定因の効果

社会的排斥がその後の自己コントロールに及ぼす影響の規定因として, Baumeister et al. (2005) は誘因, 自覚状態, 感情の効果を検討している。誘因の効果は金銭報酬の提案の有無で操作され, 排斥予見手続・両耳分離聴課題を用いた実験5では, 金銭的誘因があると正答数の群間の差異がみられなくなった。報酬があると alone 群の成績が向上することは, 実験1から実験4で認められた alone 群の自己制御課題の成績悪化が自己コント

ロール能力の低下ではなく、作業意欲の低下によるものであることを示唆している。ただし、実験1では試飲量に応じて金銭報酬が得られると教示されていたにもかかわらず alone 群は統制群より試飲量は少なかった。誘因の効果は微妙と思われる。

実験4の手続に半数の実験参加者の作業机の上に鏡を置いておく条件を追加して、自覚状態 (self-awareness) の効果を調べたのが実験6である。自己の鏡映像に接すると alone 群の成績は向上し統制群と差がみられなくなった。このことは社会的排斥が自覚状態を回避、低下させ、そのために自己コントロールが不調になるとの媒介過程の存在を示唆している。

Baumeister et al. (2005) は、フィードバック操作の後、自己制御課題の遂行前に、実験参加者の感情、それに状態自尊感情 (実験3) を測定し、その群間の差異および従属変数に及ぼす媒介効果を調べている。感情尺度は、実験1と実験2では positive-negative の単一項目感情尺度、実験3から実験6では Brief Mood Introspection Scale (BMIS: Mayer & Gaschke, 1988) が使われている。BMIS は感情方向 (valence) と覚醒 (arousal) を測定するリカート尺度である。結果の分析によると、alone / rejected 群と統制群には単一項目尺度では有意差があり、BMIS では実験4と実験5の感情方向のみ有意差がみられたが、有意差の有無に関係なく感情の媒介効果は認められなかった。状態自尊感情は群間の差異、媒介効果も認められなかった。

知見の一般性

Baumeister et al. (2005) は社会的排斥の刺激状況、自己制御課題とも多面的に扱っているので、得られた知見の一般性は高いといえる。さらに、その一般性、妥当性を高める他の実験結果も報告されている。Twenge, Catanese, & Baumeister (2002) は、自己コントロールの低下によって生じる自滅的行為が社会的排斥により強められることを見出している。排斥予見手続の実験におい

て alone 群は統制群より、リスクな籤の選択率が高く (実験1, 実験2)、健康志向的行為の選択数が少なく (実験3)、本題から外れた活動 (先延ばし行為) に従事する時間が長かった (実験4)。彼らは感情尺度として BMIS の他に、実験2では Positive and Negative Affect Schedule (PANAS: Watson, Clark, & Tellegen, 1988) を用いている。PANAS は現在の感情をポジティブ感情、ネガティブ感情別に測定する尺度であるが、PANAS においても BMIS 同様に群間の差異はみられなかったと報告されている。

DeWall, Baumeister, & Vohs (2008) は Baumeister et al. (2005) を追認すると共に、自己制御課題の成績が社会的スキル (共感性と社会的感受性) の診断になると教示すると alone / rejected 群の成績は向上し、統制群と差がなくなるか、むしろよくなることを見出し、動機づけの効果を確認している。なお、この研究でも BMIS の群間の差はみられていない。

効果の媒介過程の説明原理

なぜ社会的排斥はその後に遂行される自己コントロールを損なうのか。Baumeister et al. (2005) はこの説明原理として以下のような解釈を提示してその妥当性を考察している。(a) オペラント刺激：社会的排斥は悪い知らせであり、この不快なフィードバックが自己制御行動を制止するオペラント刺激となる。この説では alone 群と misfortune 群の差異を説明できない。(b) 情動攪乱：排斥による不快な感情や情動的混乱の発生が自己コントロールを妨害する。しかし、上述したように感情測定の結果はこの考え方を否定している。(c) 敵意：実験や実験者に敵意、憤りを覚えて非協力的となる。ディブリーフィングではこの兆候は認められなかった。(d) 注意転化 (distraction)：衝動的、困惑的、脅威的な排斥情報に注意を奪われて、その後の情報処理が妨害される。この説では自覚状態を高めると alone 群の成績が回復することを説明できない。(e) 自尊感情の低下：作業に対する自信を喪失する。しかし、状態自尊感情の

効果は認められなかった。(f) 自覚状態の回避：社会的排斥の不快感から逃れるために自己への注意を回避しようとする。そのため効果的な自己制御に必要な自覚状態が低下してしまう。自覚状態を回復させると alone 群の自己制御が改善する実験6の結果から鑑みて、この説が最も妥当であると Baumeister et al. (2005) は結論づけている。

自己コントロールの起動因としての 社会的排斥

自覚状態回避説

社会的排斥後の自己コントロールの低下は自覚状態の回避が媒介しているとの説明を間接的に支持する証拠は、Twenge, Catanese, & Baumeister (2003) の実験6にみられる。彼らは排斥予見手続実験において、EPQ 診断フィードバックを受けた後に別室で待機するさい alone 群は他の統制3群をこみにした群よりも、鏡に面した席を避けた者が多いと報告している。自己の鏡映像との接触を避けることは自覚状態回避の指標といえるので、この結果は社会的排斥が自覚状態を回避させることの証拠といえる。ただし、alone 群と belonging 群の間では有意差がみられていない。

そもそも自覚状態を鍵概念とする理論からは、社会的排斥は自覚状態を高める刺激、誘導因と考えられてきた。Buss (1980) は他者から無視される状況は(公的)自覚状態を喚起させるとしているし、Mullen (1983) は集団内で少数派になればなるほど自覚状態は強まるとしている。また、Carver & Scheier (1981) は行動目標規準と自己の間の不一致を低減できないとみなすと、注意を自己から逸らして自覚状態を回避するとしている。したがって、排斥フィードバックにより自覚状態が高められた alone / rejected 群は、社会的受容規準への適合を果たせない(すなわち、排斥者と再交渉はできず、別人との親密関係の形成による補償もできない状況にあった)ので、自覚状態回避の方略を選択したと考えるのは妥当であろう。

しかしながら、自覚状態回避説では、排斥フィードバック後に要請された自己制御課題の成績が、

自覚状態喚起措置(鏡の設置)がとられないと、alone / rejected 群は統制群より劣っていたという事実を説明するには無理がある。なぜなら alone / rejected 群は自覚状態を回避しているので統制群と同じ低水準の自覚状態にあるはずだからである。また、自己制御課題の遂行前に自己の鏡映像に接触させると alone 群と統制群との間の差異が消失した事実を説明するには、alone 群において社会的排斥が統制群の水準以下に自覚状態を低下させたとの新たな仮定を導入しなければならない。しかしながら、Twenge, Baumeister, DeWall, Ciarocco, & Bartels (2007) は排斥予見手続の実験6において、EPQ 診断フィードバック後に質問紙(3項目)で測定した自覚状態には群間の差異がみられなかったと報告している。自覚状態回避説の妥当性については更なる検証が必要である。

情動コントロール - 制御消耗効果仮説

自己コントロール研究では、制御消耗効果(regulatory depletion effect)の存在が確認されている。これは、2つの異なる内容の自己制御課題を時間間隔をあげずに連続して遂行すると、後続の自己制御課題の成績水準が、自己制御を必要としない課題を先行課題として行った場合よりも、低下する現象のことであり、自我(自己)消耗(ego-depletion)とも呼ばれるものである(for reviews, see Schmeichel & Baumeister, 2004; Vohs & Ciarocco, 2004)。社会的排斥の知覚が排斥体験対処のための自己コントロールを自動的に起動、遂行させていると仮定してみると、社会的排斥後に新たに課せられた自己制御課題は、制御消耗効果が働いて成績が悪化すると予測、説明できることになる。この制御消耗効果の媒介仮説を考える上では、社会的排斥はそれ自体で自動的に自己コントロールを起動させるか、Baumeister et al. (2005) の実験参加者が排斥フィードバック後に行使していた自己コントロールはなにか、の問題の考察が必要である。

前述のように、自覚状態理論から考えると、社会的排斥体験は自覚状態を高めて自動的に自己制

御過程を発動させているといえる（押見・古賀・中江・坂井，2009）。さらに実証的証拠として、社会的排斥を知覚すると親和動機や社会的受容希求動機が高まること、親和・社会的受容希求動機を満たす行為である自己呈示（self-presentation）が自己制御に基づくものであることを証明した実験が報告されている。Maner, DeWall, Baumeister, & Schiller（2007）は、alone 群は統制群より、EPQ 診断フィードバック後には他の人と一緒に課題を行いたいと強く欲し（研究2）、rejected 群は拒絶者とは別の他者の対人魅力を高く評定する（研究3）ことを例証し、社会的排斥は他者が親和回復の存在とみなし得る限りその他者との親和、再結合の動機を刺激するとしている。DeWall, Maner, & Rouby（2009）は、排斥の脅威が他者の示す社会的受容のシグナル（例えば、スマイル表情）への注意を高めることを、排斥予見と対面拒絶の両手続を用いた実験で明らかにしている。

他者からの好意的評価や受容の獲得を目的とする自己呈示・印象管理が自己コントロールに基づいていることについては、Vohs, Baumeister, & Ciarocco（2005）が制御消耗効果を利用して証明している。少なくともやり慣れて定型化しているスタイルから外れた自己呈示が自己コントロールを必要とするのであれば、そのような自己呈示は、先行課題として別の自己制御課題を遂行した後では効果的ではなくなり、また、自己呈示の遂行後に行う自己制御課題の成績を低下させると予測できる。Vohs et al.（2005）は自己呈示の内容、自己制御課題を代えた8つの実験により、その予測の妥当性を証明している。社会的排斥は親和動機、社会的受容希求動機を刺激し、その目標を達成するための自己コントロールを起動させることは確かであると思われる。

ただし、Baumeister et al.（2005）の実験の alone / rejected 群には、親和回復の可能性のある他者はその場に存在していない。実験者に対する自己呈示として、実験者の意に沿う反応をするための自己コントロールを働かせた可能性がないわけではない。その場合は自己制御課題の成績を上げよ

うと試みると思われるが、実験結果はそのようにはなっていない。おそらく Baumeister et al.（2005）の alone / rejected 群が試みた自己コントロールは、情動コントロール（emotional control）・感情制御（affect regulation）であったのであろう。意外で驚愕的で自己脅威的な排斥フィードバックを受けて alone / rejected 群はそれによる情動攪乱、不快感情を治め平静さを維持する（あるいは、そのように装う）ために、自らの情動・感情をコントロールしようとしたに違いない。この感情制御は実験者に対する印象管理にもつながる。

押見（2010）は、Baumeister, R. F. を中心とする研究グループが排斥予見手続を用いて行った41 実験を精査し、EPQ 診断フィードバックの後、自己制御課題遂行前に感情測定を行っている33 実験中、alone 群が統制群よりも強いネガティブな感情を表出していたとする実験報告は僅か6 例であり、感情測定で有意差がみられる場合でも alone 群の感情評定値は中央値に近似したものであったことを明らかにしている。社会的排斥のフィードバックを受けた実験参加者は情動麻痺（emotional numbness）と呼びたくなるほど、完璧な情動コントロールを行使しているのである。

“社会的排斥の知覚→感情制御→後続の自己制御課題における制御消耗効果”という因果連鎖の仮説に関しては、その妥当性の傍証となる研究が存在する。Baumeister, Twenge, & Nuss（2002）は社会的排斥が認知過程に及ぼす効果を検討し、alone 群は統制群と較べて入力情報の処理（encoding）や無意味綴りの暗記学習では遜色ないが、記憶再生や論理・推論課題では成績が劣ること、また感情測定では大きな違いがないことを見出している。そして、これらの事実を説明するには、社会的排斥に伴う不快・苦痛な情動に対する処理に自己の心的資源を集中的に投入するので（その結果、情動麻痺といえる感情状態が出現する）、他の活動に対しては心的資源を向けることができなくなり、自動的処理が可能な認知作業は行えても、制御された認知過程がかかわる積極的思考は損傷を受けると考えざるを得ないと結論

づけている。この実験で用いられた従属変数の課題が果たして自己制御課題とみなし得るか否かについては異論はあるが、彼らの考察は社会的排斥が情動コントロールを自動的に作動させていることを支持している。

DeWall & Baumeister (2006) は、alone 群は統制群よりも、痛覚の閾値、耐性が高く感覚麻痺を起こしていること、自分自身の将来の幸・不幸なニュースに接したときの感情喚起度の予想値が低いこと、他人の不幸に対する共感感情が低いことを報告している。この実験結果は情動コントロール・制御消耗効果仮説から再解釈すると、社会的排斥が感覚・情動麻痺をひき起したというよりは、社会的排斥による情動コントロールの般化あるいは過剰統制 (overcontrol) といえるであろう。

いずれにせよ、社会的排斥がその後の自己コントロールを損ねる機制が情動コントロールに伴う制御消耗効果によるとする仮説は、その妥当性を直接調べる実験が必要である。そのさいの実験計画では、制御消耗効果を援用した実験パラダイムが考えられる。社会的排斥のフィードバックを与える前に、先行課題として自己制御課題か自己制御を必要としない統制課題かを遂行させる状況条件を設け、排斥フィードバック後の感情を測定する実験計画である。社会的排斥が自動的に情動コントロールを作動させるのであれば、先行課題として自己制御課題を行った群は統制課題群よりも制御消耗効果が強く働いて情動コントロールが不完全となり、情動表出はオープンとなり、情動喚起度、ネガティブな感情強度がいつそう強まるであろう。

制御消耗効果の機制からみた 社会的排斥研究

自己コントロールに及ぼす社会的排斥の抑止効果が情動コントロールによる制御消耗効果であるとする仮説は、社会的排斥が情動コントロールを自動的に喚起させるという仮定と、制御消耗効果が起こるとする仮定とからなっている。制御消耗効果の存在は既に十分に確証されているといえる

が、その効果がどのようにして生じるのかについては複数の説が併存しており、どの説が最も妥当であるか断定はできない研究状況にある。本論文の後半では、制御消耗効果の発生機制についての諸仮説を取上げ、各仮説との関連から社会的排斥の研究知見を再吟味すると共に、新たな研究課題を探ってみることにしたい。

耐久力モデル

制御消耗効果の研究を先導してきた仮説が、耐久力モデル (strength model) である (Muraven & Baumeister, 2000)。あらゆる種類の自己制御はすべて同一の、有限の資源 (resource) を用いて遂行されており、資源が減損するとそれに応じて後続の自己制御が不全となるとするものである。制御消耗効果は先行の自己制御課題の遂行により資源が消費され、後続の自己制御課題では資源が減損しているために起こると説明される。先行課題での自己制御の努力量と後続課題の成績との間には反比例の関係が予測されるが、後述するようにその妥当性は確証されてはいない。しかし、Gailliot, Baumeister, DeWall, Maner, Plat, Tice, Brewer, & Schmeichel (2007) は血液中のグルコースが自己制御の遂行後には低下し、またグルコースの水準を高める飲料を与えると制御消耗効果が消失するという、耐久力モデルでない説明が付きにくい実験結果を報告している。

耐久力モデルからは、身体的精神的に疲労困憊している状態で社会的排斥のフィードバックを受けると、社会的排斥に伴う情動コントロールがうまく機能しなくなると予想できる。この予想の妥当性を調べるさいには、状態自己消耗尺度 (state self-depletion scale: 宮崎・中江・古賀・押見, 2007) を利用することができる。この尺度は現時点での日常生活における慢性的な自己消耗の症候群の強さを測定するものである。宮崎・押見 (2009) は他者に対する排斥の意思決断を行う側に焦点を合わせた研究の中で、感情・思考面で消耗度の高い群は消極的無視 (事態放置) の決断を選択しやすいことを見出している。社会的排斥の

受け手の状態自己消耗の媒介効果を調べる研究が望まれる。

資源温存説

Muraven, Shmueli, & Burkley (2006) は、資源を消費すると、それ以降の重要な自己制御に備えて資源を節約し確保しておこうとする動機が高まるために制御消耗効果が発生すると、資源温存説 (resource conservation hypothesis) を提唱し、その妥当性を実験を通して証明している。つまり、制御消耗効果の実験パラダイムにおいて第三の自己制御課題の遂行を予期させる条件を追加すると、その予期条件では第二の自己制御課題の成績低下が通常の制御消耗効果より大きくなるが、第三課題の成績は第三課題を予期させなかった条件より優れていたのである。

この説から社会的排斥を再考すれば、社会的排斥を受けて情動コントロールを働かせた者は資源温存動機が高まり、状況対処・改善の目的に合う自己制御に備えようとする。そのため、Baumeister et al. (2005) の *alone / rejected* 群は社会的排斥の改善には通じない自己制御課題では力を抜いてしまう。しかしながら、DeWall et al. (2008) が明らかにしたように、排斥体験後の自己制御課題が自己の社会的スキルの評価の変更につながるとみなすと、*alone / rejected* 群は統制群と同等の力、課題動機づけを發揮する、と再解釈することができよう。社会的排斥の受け手は単なる無気力者ではないといえるかもしれない。受け手が選択する、少なくとも短期的な排斥対処のストラテジーの実態を明らかにすることが今後必要である。

モニタリング説

自己制御過程では自らの状態・行為を目標規準と照合して評価するモニタリング過程が重要な要素である。後続の自己制御課題でのモニタリング過程が先行課題の自己制御に投入された努力や時間に注意が固着して働きにくくなり、第二課題の作業取組時間を過大評価し疲労感にとられるために制御消耗効果が起こるとするのが、モニタ

リング説 (monitoring hypothesis: Vohs & Schmeichel, 2003; Wan & Sternthal, 2008) である。

Twenge, et al. (2003) は対面拒絶手続の実験1で *rejected* 群は時間判断において経過時間を過大視し、欲求遅延を働かせにくく刹那的であるとしている。この知見はモニタリング説に立つと理解しやすいといえる。なお、Wan & Sternthal (2008) は性格特性のセルフ・モニタリング (self-monitoring) 高群は自己の行為を外部規準との照合でモニターする能力に長けているので、制御消耗効果が起きにくいとしている。社会的排斥の効果の個人差についての研究は少なく、成果が期待できる未開拓な分野である。

資源帰属説

Clarkson, Hirt, Jia, & Alexander (2010) は制御消耗効果の発生においては、資源の実際の利用可能性よりも利用可能性の知覚の方が重要であると、帰属、とくに錯誤帰属に依拠した、資源帰属説 (resource attribution hypothesis) を提唱している。この説では、資源損耗の原因を自己制御課題ではなく他の状況要因に帰属させることの影響が、実際の消耗状態によって異なると考える。すなわち、実際には高い消耗状態にある者は、課題以外の他の状況要因によって損耗が生じているとの偽の情報を与えられると、錯誤帰属が生じて自己の消耗状態の知覚が低下し制御消耗効果を現さなくなる。しかし、同じ情報は実際の消耗が低い状態にある者には自己の曖昧な内的状態を判断する手がかりとして利用されるので、消耗状態は大きいと知覚され、その結果として制御消耗効果をひき起すと予測するのである。彼らは、先行の自己制御課題の用紙の色が心的資源の損耗効果ないし補給効果をもつとする教示を追加した実験を行い、この予測を立証している。

Clarkson et al. (2010) は、最初の自己制御による資源の損耗が大きい場合は、錯誤帰属はうまく働かないかもしれないとしている。社会的排斥における情動コントロールは通常の実験研究で使用されている自己制御課題 (例えば、顔面表情をコ

ントロールして悲喜劇映画を観る、禁止された白熊について考えないようにする、等)よりははるかに資源損耗度が高いと思われる。社会的排斥事態での錯誤帰属の効果を調べる実験は、資源帰属説の妥当性の検討だけではなく、実際的な応用価値も高いといえよう。

快追求動機説

Schmeichel, Harmon-Jones, C., & Harmon-Jones, E. (2010) は強化感受性理論の命題, すなわち, システム間のコンフリクトの解決を司る Behavioral Inhibition System (BIS) が不活性化すると, 欲望刺激に対する反応を調整する Behavioral Activation System (BAS) の活性化が高まるとの命題に依拠して, 制御消耗効果は先行の自己制御により BIS の活動が低まり, それにより BAS が活性化するので快追求動機 (approach-motivation) が強まる結果として起こると主張している (快追求動機説)。自己制御課題遂行後には, 攻撃性が高まり, 摂食・飲酒の自制が弱まるのは, そのためであるとしている。

社会的排斥の研究では, alone / rejected 群は統制群より排斥とは無関係の挑発的な他者に対して攻撃性を強く発揮し (Twenge, Baumeister, Tice, & Stucke, 2001), また alone 群は健康によくない甘い物を多く食べ, 娯楽に耽る傾向が強い (Twenge et al., 2002) ことを明らかにした実験結果が報告されている。このことは快追求動機説を踏まえて解釈すれば, 社会的排斥に伴う情動コントロールの遂行が結果として快追求動機をただ高めたということになる。ただし, 快追求動機説に合致しない実験結果もある。DeWall et al. (2009) は, スマイルなどの感情表出の顔写真と, スマイル表情と好ましさをの評定値が同値であった快い風景写真を提示して, それぞれの凝視時間を調べている (実験3)。快追求動機説からはスマイル表情写真と風景写真とでは同じ接近行動が起こると予測されるが, alone 群は統制群より, スマイル表情写真については凝視時間は長かったが, 快い風景写真では差がみられなかった。快追求動機説

は社会的排斥との関連からとくに興味深い, 制御消耗効果の説明原理としての妥当性を先ず詳細に検討することが必要であろう。

自己肯定モデル

Schmeichel & Vohs (2009) は, 制御消耗効果が自己肯定 (self-affirmation) により解消すること, 自己肯定化は抽象的な高水準の認識作用を促進すること, そして高水準の認識作用の導入が資源損耗状態にあるはずの者の自己制御を改善することを実験により確証している。自己肯定とは, “自己の知覚された統合性, 全体的適応的・道徳的な適切さを促進する行動的, 認知的・事象” のことであり, その実験操作では中核的で重要な個人的価値について思考し記述することを求めるものである (Steele, 1988)。Schmeichel & Vohs (2009) の実験結果から推測できる制御消耗効果の発生機制は, 先行の自己制御により資源損耗状態になると低水準の認識作用 (事象を局所的, 下位的, 具体的に特徴づける認識) に陥るために, 制御消耗効果が起こる。このさいに, 自己肯定化を導入すると高水準の認識作用 (事象を全体的, 上位的, 抽象的に特徴づける認識) へ移行させるので制御消耗効果が消失する, ということになる。

自己肯定は自我脅威 (ego-threat) に対する反応の文脈で導入され検討されてきた概念である。この自己肯定を制御消耗効果と結びつけたことは評価に値する。さらに自己肯定を社会的排斥と結びつけることができれば, 自己肯定, 社会的排斥の両分野の研究において興味深い進展が期待できるであろう。なお, Baumeister et al. (2002) は, 社会的排斥は制御された情報処理を必要とする認識作用を損ねるとしている。社会的排斥の事態で高次の認識作用を含む自己肯定化が果たして可能であるか否かは, そもそも検討が必要な重要問題である。

結 語

社会的排斥は社会生活の中で最も苛酷な人間関係の状況である。自己コントロールはヒトをして

人間たらしめる崇高な能力である。本論文ではこの両者の関係、とくに社会的排斥がその後の自己コントロールの行使に対して抑止的に作用する事実とその媒介過程について論考した。

社会心理学のこの100年の研究テーマの重点の推移、研究領域の趨勢には、研究時の社会が重視している暗黙の価値観、人間存在観の大きな変化が反映しているように思われる。その変化は“相互扶助から自助へ”と表現できる。相互扶助 (mutual help) とは、互いに助け合って生きることが大事であるとの信念である。この価値観がグループ・ダイナミックス、対人魅力、援助行動の研究を刺激してきたのであろう。

しかし、生活様式、生産様式、コミュニケーション手段の変化により、社会生活は包摂型社会から排除型社会へと変化した (Young, 1999 青木他訳 2007)。家族・村社会からネット・無縁社会への変化の進行も著しい。そのような社会の時代では自助 (self help)、つまり、他人に依存せず、自分の力と好みで事を進めてゆくのが大事とする信念が優勢となる。実際、わが国の社会教育の重点は連帯責任から自己責任へと移行しつつある。

この自助を重視する暗黙の価値観が、自己、社会的アイデンティティ、社会的認知、そして自己コントロールの研究を促進しているといえる。社会的排斥への関心は、ソーシャル・サポートでは対処できない社会的排斥が常態化しつつあり、自助による対処が喫緊の社会的課題となっていることの現れであるかもしれない。暗黙の価値観の視点を意識しながら、今後の研究計画を考えてみることも有益であろう。

引用文献

- Baumeister, R. F., DeWall, C. N., Ciarocco, N. J., & Twenge, J. M. (2005). Social exclusion impairs self-regulation. *Journal of Personality and Social Psychology*, **88**, 589-604.
- Baumeister, R. F., Twenge, J. M., & Nuss, C. K. (2002). Effects of social exclusion on cognitive processes: Anticipated aloneness reduces intelligent thought. *Journal of Personality and Social Psychology*, **83**, 817-827.
- Buss, A. H. (1980). *Self-consciousness and social anxiety*. San Francisco: Freeman.
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1981). *Attention and self-regulation: A control-theory approach to human behavior*. New York: Springer Verlag.
- Clarkson, J. J., Hirt, E. R., Jia, L., & Alexander, M. B. (2010). When perception is more than reality: The effects of perceived versus actual resource depletion on self-regulatory behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, **98**, 29-46.
- DeWall, C. N., & Baumeister, R. F. (2006). Alone but feeling no pain: Effects of social exclusion on physical pain tolerance and pain threshold, affective forecasting, and interpersonal empathy. *Journal of Personality and Social Psychology*, **91**, 1-15.
- DeWall, C. N., Baumeister, R. F., & Vohs, K. D. (2008). Satiated with belongingness? Effects of acceptance, rejection, and task framing on self-regulatory performance. *Journal of Personality and Social Psychology*, **95**, 1367-1382.
- DeWall, C. N., Maner, J. K., & Rouby, D. A. (2009). Social exclusion and early-stage interpersonal perception: Selective attention to signs of acceptance. *Journal of Personality and Social Psychology*, **96**, 729-741.
- Gailliot, M. T., Baumeister, R. F., DeWall, C. N., Maner, J. K., Plant, E. A., Tice, D. M., Brewer, L. E., & Schmeichel, B. J. (2007). Self-control relies on glucose as a limited energy source: Willpower is more than a metaphor. *Journal of Personality and Social Psychology*, **92**, 325-336.
- Maner, J. K., DeWall, C. N., Baumeister, R. F., & Schaller, M. (2007). Does social exclusion motivate interpersonal reconnection? Resolving the “porcupine problem” *Journal of Personality and Social Psychology*, **92**, 42-55.
- Mayer, J. D., & Gaschke, Y. N. (1988). The experi-

- ence and meta-experience of mood. *Journal of Personality and Social Psychology*, **55**, 102-111.
- 宮崎貴子・中江須美子・古賀ひろみ・押見輝男 (2007). 特性自己コントロール及び状態自己消耗の測定 立教大学心理学研究, **49**, 33-45.
(Miyazaki, T., Nakae, S., Koga, H., & Oshimi, T. (2007). Measuring trait self-control and state self-depletion. *Rikkyo Psychological Research*, **49**, 33-45.)
- 宮崎貴子・押見輝男 (2009). 公的自己意識と状態自己消耗が社会的排斥の意思決定に及ぼす効果 立教大学心理学研究, **51**, 61-79.
(Miyazaki, T., & Oshimi, T. (2009). The effects of public self-consciousness and state self-depletion on the decision to social exclusion. *Rikkyo Psychological Research*, **51**, 61-79.)
- Mullen, B. (1983). Operationalizing the effect of the group on the individual: A self-attention perspective. *Journal of Experimental Social Psychology*, **19**, 295-322.
- Muraven, M., & Baumeister, R. F. (2000). Self-regulation and depletion of limited resources: Does self-control resemble a muscle? *Psychological Bulletin*, **126**, 247-259.
- Muraven, M., Shmueli, D., & Burkley, E. (2006). Conserving self-control strength. *Journal of Personality and Social Psychology*, **91**, 524-537.
- 押見輝男 (2010). 社会的排斥についての研究ノート——将来の社会的排斥の診断的予言—— 立教大学心理学研究, **52**, 21-31.
(Oshimi, T. (2010). A note on social exclusion research: The diagnostic forecast of future social exclusion. *Rikkyo Psychological Research*, **52**, 21-31.)
- 押見輝男・古賀ひろみ・中江須美子・坂井剛 (2009). 社会心理学における自己コントロールの研究 立教大学心理学研究, **51**, 3-18.
(Oshimi, T., Koga, H., Nakae, S., & Sakai, G. (2009). Self-control studies in social psychology. *Rikkyo Psychological Research*, **51**, 3-18.)
- Schmeichel, B. J., & Baumeister, R. F. (2004). Self-regulatory strength. In R. F. Baumeister & K. D. Vohs (Eds.), *Handbook of self-regulation: Research, theory, and application*. New York: The Guilford Press. pp.84-98.
- Schmeichel, B. J., Harmon-Jones, C., & Harmon-Jones, E. (2010). Exercising self-control increases approach motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*, **99**, 162-173.
- Schmeichel, B. J., & Vohs, K. (2009). Self-affirmation and self-control: Affirming core values counteracts ego depletion. *Journal of Personality and Social Psychology*, **96**, 770-782.
- Steele, C. M. (1988). The psychology of self-affirmation: Sustaining the integrity of the self. In L. Berkowitz (Ed.), *Advances in experimental social psychology*, Vol.21. New York: Academic Press. pp.261-302.
- Twenge, J. M., Baumeister, R. F., DeWall, C. N., Ciarocco, N. J., & Bartels, J. M. (2007). Social exclusion decreases prosocial behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, **92**, 56-66.
- Twenge, J. M., Baumeister, R. F., Tice, D. M., & Stucke, T. S. (2001). If you can't join them, beat them: Effects of social exclusion on aggressive behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, **81**, 1058-1069.
- Twenge, J. M., Catanese, K. R., & Baumeister, R. F. (2002). Social exclusion causes self-defeating behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, **83**, 606-615.
- Twenge, J. M., Catanese, K. R., & Baumeister, R. F. (2003). Social exclusion and the deconstructed state: Time perception, meaninglessness, lethargy, lack of emotion, and self-awareness. *Journal of Personality and Social Psychology*, **85**, 409-423.

- Vohs, K. D., & Baumeister, R. F. (2004). Understanding self-regulation: An introduction. In R. F. Baumeister & K. D. Vohs (Eds.), *Handbook of self-regulation: Research, theory, and application*. New York: The Guilford Press. pp.1-9.
- Vohs, K. D., Baumeister, R. F., & Ciarocco, N. J. (2005). Self-regulation and self-presentation: Regulatory resource depletion impairs impression management and effortful self-presentation depletes regulatory resources. *Journal of Personality and Social Psychology*, **88**, 632-657.
- Vohs, K. D., & Ciarocco, N. J. (2004). Interpersonal functioning requires self-regulation. In R. F. Baumeister & K. D. Vohs (Eds.), *Handbook of self-regulation: Research, theory, and application*. New York: The Guilford Press. pp.392-407.
- Vohs, K. D., & Schmeichel, B. J. (2003). Self-regulation and the extended now: Controlling the self alters the subjective experience of time. *Journal of Personality and Social Psychology*, **85**, 217-230.
- Wan, E.W., & Sternthal, B. (2008). Regulating the effects of depletion through monitoring. *Personality and Social Psychology Bulletin*, **34**, 32-46.
- Watson, D., Clark, L.A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, **54**, 1063-1070.
- Young, J. (1999). *The exclusive society: Social exclusion, crime and difference in late modernity*. London: SAGE Publications.
- (ヤング, J. 青木秀男・伊藤泰郎・岸 政彦・村澤真保呂 (訳) (2007). 排除型社会——後期近代における犯罪・雇用・差異—— 洛北出版)

——2010.9.1 受稿, 2010.11.24 受理——