

## 対人関係の否定的側面の生起メカニズム

— メタセオリーを用いての展開 —

橋 本 剛<sup>1)</sup>

対人関係は個人の身体的／精神的健康にさまざまな影響を及ぼしうるということが、これまで多くの研究から明らかにされている。しかしその肯定的／否定的両側面の相対的な影響力を検討した研究は決して多くはない。そこで橋本(1997a)は対人ストレス生起過程因果モデルを提唱し、対人関係と精神的健康の因果ならびに肯定的／否定的両側面の相対的な影響力を検討した。そしてその結果、対人関係の否定的側面(対人ストレスイベント)は、肯定的側面(ソーシャルサポート)の影響力を上回ることが明らかにされた。このことはその他の先行研究でも支持されており(Faucett & Levine, 1991; Fiore, Becker, & Coppel, 1983; Helgeson, 1993; Pagel, Erdly, & Becker, 1987; Rook, 1984; Ruehlman & Wolchik, 1988; Sandler & Barrera, 1984; Schuster, Kessler, & Aseltine, 1990)、一般に、精神的健康に及ぼす対人関係の否定的側面の影響力は、肯定的側面のそれを上回ると考えられる。

この知見は、単純には悲観的な印象をもたらすものであるが、それと同時に、ある素朴な疑問を喚起する。社会的交換理論の観点などから、個人は利得が多くコストが少ない対人関係を選択するであろうことは容易に推測される。それでは、なぜ対人関係は否定的側面の方がその相対的影響力が強いにもかかわらず、人は対人関係の中で生きていくのであろうか。そして、そのような対人関係の中で、個人はいかに生きていくべきなのであろうか。この疑問に対する答えを、先行研究における諸理論を用いて模索するのが本論文の目的である。なお、ここで扱う理論の多くは、そのひとつひとつが膨大な知見によって導かれ構築された、メタセオリーとも称しうるものである。よってその詳細まで議論するのはあまりにもコストが大きく、かつそれを実現できる力量も現在の筆者には欠如している。しかし、本論文の目的を達成するためにはそれらの連関についての議論が不可欠であり、

そのために個々の理論に関する言説は極めて限られたものとならざるを得ないこと、そしてそれらの詳細については原典を参照すべきことをはじめに述べておく。

### 1. 活性化—最小化仮説の背景

「対人関係は否定的側面の影響力が強いにも関わらず、なぜ個人は対人関係から退却しないのか」を議論することが本論文の中心的目的であるが、ここでは、否定的側面の影響力の大きさが前提となっている。そこで本論文では、このメカニズムを説明した Taylor (1991) による活性化—最小化仮説(mobilization-minimization hypothesis)から議論を始めることとする。これは、「否定的(有害もしくは脅威的)な出来事は、すばやく強い心理・認知・情動・社会的反応を喚起し、さらにそのイベントのインパクトを弱めたり極小化したり消滅させるような心理・認知・行動的反応が続く。活性化—最小化のこのパターンは肯定的・中立的イベントよりも否定的な方でより顕著である」とする仮説である。この仮説は対人関係に限ったものではないが、対人関係の肯定的／否定的側面の相対的影響力を検討した Vinokur & van Ryn (1993) や橋本(1997a)でも、この仮説を支持する結果が得られている。

さて、この仮説の背景には、この仮説が成立する条件である、①肯定的／否定的事象の独立性、②否定的事象の相対的影響力の大きさ(および最小化現象)、を主張するさまざまな先行研究の知見があるが、ここでは特に後者に関する以下の二つの知見を取り上げたい。まずひとつは、ホメオスタシスの提唱者である Cannon, W. B. の「生理的反応実験では否定的な情動の喚起ばかりが使われているが、これは肯定的なものより否定的なものの方が情動を喚起し易いという暗黙の仮定がある」という主張である。この主張は「今日のストレス研究に受け継がれている」と Taylor が指摘しているように、ホメオスタシス、そしてストレス理論の根幹を暗示するものである。つまり、やや極端に表現すれば、肯定的事象は個人の生存を危うくすることはないが、否定的事象に

1) 名古屋大学大学院教育学研究科博士課程(後期課程)・  
日本学術振興会特別研究員

はその危険があり、よって人間はその存在を脅かす否定的事象に対して敏感にならざるを得ない。このことから、活性化-最小化仮説は安定維持機構であるホメオスタシス、そしてストレス理論と密接な関連にあることが伺える。

もう一つは、Taylor & Brown (1988) のポジティブ幻想 (positive illusion) である。これは、人間には①自己に対する過剰に肯定的な概念、②統制力の誇大な知覚、③未来についての非現実的楽観主義、という3つのポジティブ・バイアスがあるとする仮説であり、これらのバイアスは客観的な状況の認知を妨げるものであるが、それと同時にこのバイアスのおかげで、ポジティブな情動、社会的結びつきの形成能力、生産的・創造的労働能力、効果的なストレス対処、人としての成長・変化の可能性などが促進されることを Taylor & Brown は指摘している。そして、過剰な自己肯定視が否定的側面を過度に顕在化させ、統制力の誇大評価や楽観主義が否定的側面の影響を極小化すると考えられることから、このポジティブ幻想が活性化-最小化仮説と密接に関連していることも、Taylor (1991) で指摘されている。ちなみに、自己の過大な肯定視と、それが種々の影響を及ぼすメカニズムは、一連のストレス過程 (e.g. Aspinwall & Taylor, 1992) のみならずさまざまな先行研究で指摘されており、例えば自己高揚的帰属や自己擁護的帰属に見られるセルフサーヴィングバイアスや、「人は肯定的な社会的アイデンティティを求めるよう動機づけられており、外集団に対して内集団を肯定的に弁別することが不可欠である」とする社会的アイデンティティ理論などにおいても、この傾向は反映されている。

これらの知見から、対人関係の否定的側面の影響力が肯定的側面の影響を凌駕する理由として、ふたつの解釈が可能となる。ひとつは、ホメオスタシスやストレス理論が示唆しているように、個人はその生存を維持するために、否定的事象に対しては敏感に反応するという解釈。そしてもうひとつは、個人は自己を過大に肯定視しているが故に、否定的事象に敏感になるという解釈である。そして「安定」こそ「肯定的」なものであるという前提に基づいたならば、この二つはともに、ゲシュタルト心理学的な表現を用いれば、肯定的側面が ground であるが故に、否定的側面が figure として浮き彫りになりやすくなっているという共通点があると言えよう。

しかし、ここでさらに議論を深めるために、この解釈に対する疑問を二つ挙げたい。ひとつは、ホメオスタシス、そしてストレスをテーゼとすることに対する疑問である。個人は常に安定を志向するのかといえば、多くのリスクテイキング行動に見られるように、人はあえて変

化、つまり不安定を志向することも少なくない。そしてそれらに伴うストレスは常に有害であるかといえば、ユーストレス (eustress) とよばれるような、肯定的なものにもなりうることもこれまでに主張されている。これらをもっとも反映している現象として、例えば発達そのものや発達課題の克服などが挙げられるが、それらを考慮すれば、ホメオスタシスやストレスを常にテーゼとすることには疑問を呈さざるを得ない。この問題については、後ほど議論する。

そしてもう一つの疑問は、なぜ人間は過度の自己肯定視をしてしまうのかという疑問である。ポジティブ幻想で指摘されているように、この性質は生きていく上で有益な側面もあるが、その一方で、この性質が否定的側面の顕在化から、果ては深刻な集団間紛争まで引き起こしうることを考えれば、この性質は本質的に望ましいとは必ずしも言えないであろう。それではなぜ人間はそのような性質を身につけてしまったのか。次にこの問題を検討してみよう。

## 2. 自己存在正当化の理由

ここでは、ポジティブ幻想や社会的アイデンティティの背景にある自己存在正当化の理由を考える上で重要な示唆を与えるであろう理論として、Baumeister & Leary (1995) の所属欲求 (the need to belong)、そして Greenberg, Pyszczynski, & Solomon (1986) の恐怖管理理論 (terror management theory) を取り上げる。これらはいずれも、人間が生存を確保するために、自己存在の肯定性を求めることをテーゼとせざるを得なくなったという、進化生物学的視点を背景として持ち、人間の多様な社会的行動を説明しうるものとして、現在社会心理学で興味深いトピックとなっているメタセオリーである。

まず前者の所属欲求は、①少数の他者との、頻繁な、情緒的に快い相互作用、②経時的に安定した、互いの幸福への情緒的関心の枠組みを持った文脈において相互作用が生じること、という二つの概念的基準によって言及される。Baumeister & Leary は、この所属欲求が強力かつ基本的かつ非常に広範な動機であり、対人関係が否定的である場合ですら、個人はそこからの積極的な逸脱を望まないことを主張している。そしてその背景には、社会的な絆の形成・維持が、生き残りと再生産の両側面で有利であり、個々には生物学的に非常に弱い存在である人間にとって、社会からの逸脱が死を意味するという進化生物学的視点がある。加えて Baumeister & Leary は、人は親密な関係を終わらせようと決めるとき、関係継続の否定的側面が解消される安息以上に、関

係終結による深刻な苦痛を経験すること、離婚したにもかかわらず、社会的な絆はしばしば継続することなどを指摘し、肯定的／否定的両側面において、個人が経験するもっとも強い情動の多くは、所属と結びついていると主張している。たとえその関係を維持する理由がなく、維持が難しくとも、人は社会的絆を断ち、愛着を喪失することに抵抗するのである。この主張が正しいとすれば、対人関係が否定的であっても個人が対人関係から退却しない理由は、選択的比較水準から容易に説明されよう。つまり、対人関係におけるストレスが否定的であるにせよ、それは対人関係の欠如がもたらすストレスよりインパクトは小さいと考えられるのである。橋本(1997b)は面接による探索的研究において、対人関係のトラブルは認知的側面から否定的に評価されるのに対して、対人関係の欠如は認知的判断以前に、情緒的に否定的なものであることを見いだしている。この知見も、対人関係の欠如がもたらすインパクトの大きさ、すなわち所属欲求の重要性を示唆するものであると考えられよう。

次に後者の恐怖管理理論については、その概要を簡潔にまとめた遠藤(1998)を引用してみよう。

“彼ら(Greenbergら)はまず、人間が他の生き物と比べて、どのような特徴が共有され、どのような特徴では異なっているかという点から議論を始める。そして、ヒトの柔軟性・高適応性を作り出している3つの認知的能力、すなわち、物事の因果関係に関してリアリティを構築する能力、まだ生起していない将来の出来事を思い描く能力、そして自分自身を反省的に捉える能力、これらに特に重要な地位を与えている。これらは、しかし、人間の生存能力を高めるものであると同時に、存在にまつわる問題、望みもしないのに生まれ、不確かな世界に存在し、死にいたることだけが確実だという問題に私たちの目を開かせてしまう、という厄介な側面を併せ持つ。

そこで、このような恐怖に打ち勝とうとして、人間は文化を発展させてきた。自分たちの世界に意味や、秩序、安定性、永遠性を与えるような世界観を作り出し、この世とはそのようなものと信じることによって、死以外の何も確かではない世界に生き長らえてきたのである。

しかし、ここである一人の人間を考えるならば、その人が存在恐怖に対抗するためには、ある文化的価値観を持っていることが必要だが、それで十分とは言えない。何故なら、その世界観が安心を保証してくれるのは、描き出した世界の中で価値ある人間である限り、という条件がつくからである。

世界観は文化によって異なるが、いずれの文化も、「よく生きる」「価値ある」こととは何かについてのメッセージを持っている。その基準に則った判断によって、自分は価値ある参加者だと思えることが、自尊感情なのである。存在恐怖から逃れるために、内在化された世界観を信じ、文化が規定している価値観を受容し、自分はその価値に照らして重要な意味ある存在だと思うことによって、人は自尊感情を維持す

ることに努めるのである。”(p.132)

つまり、人間は認知能力の高さ故に、自身の滅亡まで思い描くことが可能となってしまった。そこで生じる恐怖を乗り越えて個人が生き残るためには、人間の持つ高度の認知能力を背景に形成された社会／文化に所属することが不可欠であり、そのためには自己が社会的に受容されるべき肯定的存在でなければならなかった、というのがこの理論である。そしてその結果、個人が現実以上に自身を肯定視せざるを得なくなったことを指摘しているのがポジティブ幻想(Taylor & Brown, 1988; 遠藤, 1995)であり、自身の所属集団を肯定視することを指摘したのが社会的アイデンティティ理論(e.g., Hogg & Abrams, 1988; Turner, 1987)なのである。さらに、これらの自尊感情や過度の自己肯定視がベースラインとして機能する結果、否定的側面が顕在化しやすくなり(活性化-最小化仮説; Taylor, 1991)、対人関係の否定的側面が肯定的側面を凌駕することとなる。

さて、これまでの文脈を簡潔にまとめれば、まず人間社会の背景には、人間の認知能力の発達もたらしたパラドックスがある。それは、生存のためには高次かつ正確な認知能力が要求された一方で、その能力の実現は自らの(死をはじめとする)否定的イメージの認識も可能とし、その結果、人は自身に対する認知を歪ませざるを得なくなったという点である。そして自身に対する過度の肯定視の結果、人間は肯定性をベースラインとするに至り、よって対人関係の否定的側面に過敏になりやすいという側面を持つこととなった。しかしそれと同時に、自身の存在意義を否定することになるが故に、対人関係からの脱却も恐怖の対象となる。したがって、自尊心の維持というテーゼのために、対人関係に関与しようがしまいが、個人はディストレスに陥ることになるのである。

このように考えれば、対人関係が精神的健康に及ぼす影響は否定的側面によるところが相対的に大きく、かつそれでも人間は対人関係から退却しない理由はそれなりに理解されよう。しかしそれでも問題は残されている。それは、先述した「ホメオスタシス／ストレスをテーゼとすることへの疑問」である。そこで次に、この問題に関する議論を試みる。

### 3. ストレスというテーゼの盲点—逆転理論—

その前に、もう一度対人関係の否定的側面を考え直してみよう。これまでの議論では、対人関係の否定的側面の顕在性は認知の歪みに基づくという観点を中心であったが、いくら認知を歪ませようとも、そこに否定的であるとラベリングされる相互作用がなければ、認知は歪ませようがない。よって、主観的な認知の歪みのみならず、

客観的にも否定的と考え得る相互作用の存在も、対人関係の否定的側面の顕在化に不可欠な要素であろう。つまり、「ストレスを感じる側の視点」のみならず、「ストレスを感じさせる側の視点」も、対人関係の否定的側面の顕在性を議論する上では不可欠である。

なぜ人は人を傷つけるのか。ひとつの解釈として、前述のポジティブ幻想や社会的アイデンティティの観点からの、自尊心の維持・自尊心が傷つけられたことへの報復という説明も可能であろう。しかしここではそれは保留して、対人葛藤の典型例のひとつである攻撃を例にとって考えるところから始めたい。

攻撃が生起する過程として、大淵（1993）は攻撃の二過程モデルを提唱している。これは、攻撃反応の喚起から実行に至るまでの過程には、不快情動によって触発された自動的認知処理が衝動的攻撃動機を経て攻撃反応に至る場合と、制御的認知処理が戦略的動機を経て攻撃反応に至る場合の二種類があるとするモデルである。簡潔に言い換えれば、攻撃には衝動的なものと冷静な判断に基づくものがあると言えよう。このことは、対人関係の否定的側面全般にも採用されると考えられる。つまり、対人関係の否定的側面には、思わず人を傷つけるような行動をとる／される場合と、冷静に判断した上で人を傷つけるような行動をとる／される場合があると考えられる。そして、そこで生じた否定的相互作用がそのどちらなのかは、背景に（どのような）意図があるかが鍵となるであろう。そこで同じく大淵は、攻撃の4つの機能として、①回避・防衛としての攻撃、②強制としての攻撃、③制裁としての攻撃、④印象操作としての攻撃、を挙げている。これらの中には、ここまでで本論文が見いだした自尊感情の維持というテーゼに起因するものもあれば、後に議論する精神的健康以外の従属変数を重要視したことに由来するものもある。しかしここでは、この4つから欠落していると思われる機能をひとつ取り上げたい。それは、「快樂としての攻撃」である。

人間が正当な社会的文脈なしに攻撃しうるのは、欲求不満－攻撃仮説など、何らかのストレスが歪んだ快樂獲得手段としての攻撃を誘発したという観点からは、回避・防衛としての攻撃に含まれるのかも知れない。しかし、すべての「快樂としての攻撃」が、背景に何らかのストレスを持っているのであろうか。現実社会には、少なからずの「ストレスもないし、攻撃しなきゃいけない社会的文脈もないけど、楽しいから攻撃した」という事件が散見されるように筆者には感じられる。そしてこの観点は、実はホメオスタシス／ストレスをテーゼとすることへの疑問と連動している。

さて、「ホメオスタシス／ストレスをテーゼとするこ

	静 穩	覚 醒
快	リラックス	興 奮
不快	退 屈	不安・恐怖

Figure 1 覚醒水準と快－不快次元による感情

とへの疑問」である。人間が常にホメオスタシスを志向するというテーゼは、ひとたび現実社会を省みればすぐにうち捨てられよう。危険を伴うスリルの追求、残虐な事件や物語への好奇心など、ホメオスタティックな観点からは明らかに回避すべき事象に、多くの人間は自ら接近しようとする性質を持ち合わせている。そしてその理由づけにはさまざまな観点があろうが、本論文ではその中でも人間の心的機制を鋭く指摘しているであろう、Apter (1992) の逆転理論 (Reversal Theory) を取り上げる。

まずその概略を簡単に述べると、第一に、個人にはそれぞれ最適の覚醒水準があって、ある時点での覚醒水準がその最適水準を下回れば覚醒を高めるような行動をとる、最適水準を上回れば覚醒を低めるような行動をとる普遍的な性質があるという前提がある。覚醒水準は快－不快とは独立した次元であり (Figure 1)、覚醒水準を高める行動は退屈 (非最適な低覚醒) によってもたらされ、覚醒水準を低める行動は不安や恐怖 (非最適な高覚醒) によってもたらされると言えよう。

次の前提は、同一個人の同一行動が、時と場合によっては誘発されるものにも回避されるものにもなり得ることである。なぜなら、たとえ同じ生理的覚醒でも、それが興奮と不安のどちらかをもたらすかは「プロテクティブ・フレーム」によって決定されるからである。ここでさらに「プロテクティブ・フレーム」を説明する必要がある。個人を取り巻く状況／個人が取りうる行動は、静穩－覚醒の次元上に位置づけることが可能である。そして、それらの状況／行動は、個人を傷つける危険が高いものほど、覚醒の度合いを高めると考えられる。しかし、その行動／状況が個人を傷つけるか否かは明白に弁別されず、曖昧な主観的判断に委ねられる。そして個人は、その状況／行動と自身との距離を、安全ゾーン (離れているので確実に安全で覚醒も低い距離)、危険ゾーン (ある程度近いので危険だがおそらくは安全で覚醒は高い距離)、外傷ゾーン (近すぎて明らかに危害を被る距離) の観点から判断することとなる。そしてプロテクティブ・フレームとは、危険ゾーンと外傷ゾーンの境界線にある防護壁である。(もしくは、これら3つのゾーンをメタの立場で見る枠組みもプロテクティブ・

フレームと考えられる。) 危険な状況への接近は、同時に覚醒を高めるものでもある。そして、外傷ゾーンは避けるべきであるものの、その一步手前 (Apter はこれを dangerous edge と表現している) は、自身の安全が確保された上で得られる最大の覚醒をもたらす。よって人間は覚醒を求めるとき、「自分は大丈夫」という確信の範囲内において、可能な限り強烈な危険を伴うスリルや残酷な事件・物語を求めているのである。

この理論は、ホメオスタシスだけでは説明できない現実の人間行動を説明しうる。つまり、客観的には明らかに否定的な状況/行動でも、個人が自身の安全確保への統制力を信じている限りにおいては、人間は自ら危険に近づきうるのである。Apter は高速道路の無謀なスピードの出すぎ、種々の性犯罪や快樂殺人などのメカニズムを、この観点から論じている。そこにはプロテクトティブ・フレームの設定ミス、つまり客観的には不可解な危险的/否定的状況まで、個人は大丈夫であると見なししてしまう性質が背後にある。そしてこれが前述のポジティブ幻想と密接な関わりがあることは言うまでもないであろう。よって、たとえそれが客観的には否定されてしかるべきものであっても、主観的なプロテクトティブ・フレームに基づいて、個人は「快樂のための攻撃」を行いうるのである。さらに Apter はこの理論をストレスにも援用している (Apter, 1997)。そこでは彼は「パラ目的状態が操作的なとき、覚醒の好まれる水準が高いので、どの強い感情も (否定的であると想像されるものでさえ) 快となる。つまり、ストレスは楽しいものともなり得る。」と述べている。これは本論文で用いた言葉で言い換えるならば、「プロテクトティブ・フレームの範囲内ならば、覚醒の好まれる水準が高いので、どの強いストレスも快となる」と換言され、これは同時にユーストレスの説明であるとも考えられよう。このように、逆転理論はストレス研究の盲点を指摘すると同時に、ストレス研究に新たな地平を開きうる理論となる可能性を秘めているが、とりあえずここでの結論としては、人間は常に安定を志向しているわけではなく、個人のその時点における最適な覚醒水準を求めて、ホメオスタシス (現状を維持しようとする力) とトランジスタシス (現状を変えてゆこうとする力) の狭間を左右し、そこから派生する種々のメカニズムによって、他者を傷つけたり他者に傷ついたりする存在であると言えよう<sup>2)</sup>。

ちなみに、ホメオスタシスのみならず、逆転理論に代表されるトランジスタシスにも進化生物学的背景がある。それは言うまでもなく、人間の可能性の拡大へのベクトルである。それまでは回避されていた状況/行動に対するプロテクトティブ・フレームの設定ミスは、少なからず

その個人の生存を危うくする。しかしその設定がミスでなかったとき、人間はさらなる可能性・多様性を新たに獲得する。ホメオスタシスが「個としての人間」の生存に寄与するのに対して、トランジスタシスは「種としての人間」の生存に寄与する力であるとも言えよう。自己存在を維持するためのホメオスタシス、可能性を拡大するためのトランジスタシス、その両者を持ち合わせていたからこそ、人間は現在の生活様式を得るに至ったのである。

#### 4. 精神的健康という観点からのパースペクティブ

ここで、根本的な問題に戻ろう。対人関係の否定的側面は、肯定的側面よりも精神的健康に対する影響力が大きい。そして、なぜそうなるのか、なぜそれでも人は対人関係の中で生きていくのかという疑問については、ここまでの議論で若干の示唆は得られた。しかし、然るべき理由が得られたところで、やはり根本的な問題は解決されていない。それは、精神的健康という観点からの、望ましい対人関係の模索という課題である。対人関係が

2) ホメオスタシス (homeostasis : ホメオステーションという表記もある) の対概念として、ヘテロスタシス (heterostasis : ヘテロステーションという表記もある) という語が用いられることもある。しかしこの概念は、Selye, H. によって命名された、「外因性 (薬理的) 刺激によって異常な組織防衛反応が発生し、持続して新しい恒常状態の現れること」であり、hetero は other than usual, different の意である (若林, 1981)。つまり、この概念は「もう一つの (別の) 安定状態」という意であり、本論文でホメオスタシスの対概念と想定している「変容志向機構」の表現としてはそぐわないと考えられる。また、ヘテロスタシスは Freud, S. の死の概念 (タナトス : thanatos) に類似の概念であるという見解もあり (外林・辻・島津・能見, 1981, Pp. 415-416.), タナトスは「変容志向機構」と重複するところもあるが、そもそもタナトスは生に対する破壊本能とされており、本論文におけるホメオスタシスの対概念は必ずしも破壊を目的としているものではない。これらの理由から、本論文ではホメオスタシスの対概念としてヘテロスタシスを用いず、超越・変化などを意味する接頭語である trans に stasis を組み合わせた、トランジスタシス (transistasis) という語を便宜的に用いることとする。

否定的にならざるを得ない理由を知っても、それだけでは知的な好奇心しか満たされない。それでは個人はどのような対人関係を生きるべきか、かなりの難問ではあるが、若干の議論を試みてみよう。

橋本(1998)をはじめ多くの研究で、個人の精神的健康は主体的／環境的両要因によって規定されることが主張されている。本論文ではここで、主観的幸福感(subjective well-being)を従属変数としてそのことを主張した力動均衡モデル(Dynamic Equilibrium Model: Headey & Wearing, 1989)を取り上げたい。

これまで、主観的幸福感を規定する要因に関する議論には3つの先行仮説があった。ひとつはパーソナリティモデルというべきもので、例えばCosta & McCrae(1980)は、外向性と神経質傾向が10年後の主観的幸福感を予測することを見いだしている。しかし、この「純粋な」パーソナリティモデルには、以下のような限界がある。ひとつは、パーソナリティモデルは主観的幸福感に対して中程度の説明力しか持たないという事実である。このことは、生態学的変数、ソーシャルネットワーク、ライフイベントも含んだ方がより適切に主観的幸福感を説明できることから明らかである。もうひとつは、パーソナリティ特性論の立場に基づくならば、主観的幸福感も長期にわたって安定しているはずであるが、実際には主観的幸福感にはパーソナリティほど安定していないという事実である。これらの限界から、パーソナリティモデルは必ずしも完全なモデルではないと言えよう。

第二のモデルは適応モデルとも言うべきもので、主観的幸福感にもっとも影響を及ぼすのは大きなライフイベント経験であるというモデルである。しかしこのモデルは、イベントの影響を過大視している危険がある。そして第三のモデルは外在ライフイベント影響モデルというべきもので、適応モデルでは含まれないような多様なライフイベントも含み、かつそれらはパーソナリティとは独立に生起し、それらの肯定的／否定的影響によって主観的幸福感の規定されるとするモデルである。しかしこのモデルには、本当にイベントは外在的かという点で疑問が残る。先行研究によって、確かにある種のイベントは偶発的であるが、ある程度個人特性から導かれるイベントも存在することが見いだされているからである(e. g., Robins, 1990)。

これらの研究から、外在イベントにはパーソナリティや特性を越えたインパクトがあること、また、同じようなイベントが人生で繰り返される可能性があることが示唆されたのを受けて、Headey & Wearingは力動均衡モデルを提唱した。これは以下の4つの仮定から成立するモデルである。①個人は「通常の(normal)」もし

くは均衡の取れたライフイベントと主観的幸福感のパターンを持っており、それらはともに個人内の安定した特性から予測し得る。②ノーマルパターンが維持されると主観的幸福感の変化も生じない。③ノーマルイベントからの逸脱のみが主観的幸福感のノーマルレベルを変化させる。④しかし安定した個人特性が均衡機能を果たしノーマルレベルに戻そうとするので、この変化は一時的なものである。

Headey & Wearingは7年間にわたるパネルデータからこのモデルが前述の3つのモデルよりもすぐれていることを示し、Suh, Diener, & Fujita(1996)においてもこのモデルは支持されている。さらにこのモデルの優れている点は、基本的にはホメオスタシス、つまりストレス理論に基づきながら、逆転理論とも共通性を持つところである。というのは、このモデルにおけるノーマルパターンというのは、それが安定した主体的要因によって規定されるという仮定を除けば、逆転理論におけるプロテクティブ・フレームと類似した枠組みであると考えられるからである。これらは両者ともに、個人は最適水準の生活を志向し、過剰であれ過小であれ、そこからの逸脱は否定的なものであると見なすという枠組みである。そして、最適水準とはストレスのない状態と同義でないことは、逆転理論から明らかであろう。ここから、精神的健康という観点からの望ましい対人関係のあり方として、やや短絡的ではあるが、以下のような提言がなされるかも知れない。まず、人間は否定的な事象に過敏になる方向で歪んだ認知を持ちやすいので、対人関係の否定的側面が肯定的側面の影響力を上回るのがある程度はやむを得ない。問題はそれよりもむしろ、現状の対人関係が、個人の最適水準にあるかどうかである。対人関係、そして対人的相互作用の、現在と比しての増加／減少が、個人の最適水準へのさらなる接近をもたらすものであればそれは奨励されるべきであろうし、最適水準からの離脱をもたらすものであればそれは回避されるべきであろう。そして時には、対人関係上のトラブルすらも、心地よい覚醒をもたらす刺激なのかも知れないし、それを克服することは、個人の最適水準幅の拡大を意味し、さらなる対人関係の展開をもたらさうであろう。自分を守りつつ自分の可能性を追求する、それが精神的健康という観点からも、個人にとって望ましい対人関係のあり方なのではないだろうか。

## 5. 精神的健康を越えて

本論文では、対人関係の否定的側面が精神的健康に及ぼす影響は肯定的側面の影響を上回ることを出発点として、それでもなぜ人は対人関係の中で生きていくのかを

Table 1 社会心理学の研究テーマにおける課題—情動の二側面

テーマ	課題型	情動型
リーダーシップ	課題遂行機能 (P)	集団維持機能 (M)
ソーシャルサポート	道具的サポート	情緒的サポート
ストレス対処	問題焦点型対処	情動焦点型対処
説得過程	中心的態度変化	周辺の態度変化
葛藤生起	課題志向の葛藤	人格志向の葛藤
葛藤解決目標	資源的目標	社会的目標
社会的動機	達成動機	親和動機

議論してきた。しかし最後に、本論文のこれまでの議論では、非常に重要かつ基本的な視点が欠落していたことに言及する必要がある。それは、精神的健康のみが、対人関係の従属変数ではないという事実である。

個人が対人関係の中で生きていく理由は、もちろん本論文でこれまで述べてきたように、精神的健康の維持をはじめとする、自身の生存と関わる諸側面によるところも大きい。しかし、対人関係が個人に寄与する意味はそれだけではない。例えば、社会心理学におけるさまざまな研究テーマにおいて、対人関係は課題重視の側面と情動重視の側面を含んでいるという興味深い事実が伺える (Table 1)。そしてこの区分は、これまでに議論してきたトランジスタシスとホメオスタシスという、人間の今日までの生存と発展を支えてきた二つのベクトルと重複するところが大きいと考えられる。

精神的健康、そしてストレスを従属変数として用いるのは、(基本的には)ホメオスタシスに基づいた観点である。そしてトランジスタシスも従属変数として想定されたとき、対人関係は「精神的健康」という意味では相対的に否定的に働くかも知れないが、それ以上に肯定的な別の従属変数を対人関係がもたらす可能性は考慮されるべきである。「精神的健康の観点から望ましい対人関係」とは、「望ましい対人関係」の(多くとも)半分に過ぎないであろうし、安定と変化の両側面を包括した対人関係のあり方の議論は、人間が人間らしさを持ち続ける限りにおいて、永遠のテーマなのかも知れない。

## 引用文献

Apter, M. J. 1992 *The Dangerous Edge: The Psychology of Excitement*. New York: The Free Press. (M. J. アプター著 山岸俊男監訳 渋谷由紀訳 1995 デンジャラス・エッジ—「危険」の心

理学— 講談社)

Apter, M. J. 1997 Reversal theory, stress, and health. In S. Svebak & M. J. Apter (eds.), *Stress and Health: A Reversal Theory Perspective*. Taylor & Francis. Pp. 21-32.

Aspinwall, L. G. & Taylor, S. E. 1992 Modeling cognitive adaptation: A longitudinal investigation of the impact of individual differences and coping on college adjustment and performance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 989-1003.

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.

Costa, P. T. Jr. & McCrae, R. R. 1980 Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being: Happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology*, 38, 668-678.

遠藤由美 1995 精神的健康の指標としての自己をめぐる議論 社会心理学研究, 11, 134-144.

遠藤由美 1998 自己評価 池上知子・遠藤由美 (共著) グラフィック社会心理学 サイエンス社 Pp. 117-134.

Faucett, J. A. & Levine, J. D. 1991 The contributions of interpersonal conflicts to chronic pain in the presence or absence of organic pathology. *Pain*, 44, 35-43.

Fiore, J., Becker, J., & Coppel, D. B. 1983 Social network interactions: A buffer or a stress. *American Journal of Community Psychology*, 11, 423-439.

Greenberg, J., Pyszczynski, T., & Solomon, S.

- 1986 The causes and consequences of a need for self-esteem: A terror management theory. In R. F. Baumeister (ed.), *Public Self and Private Self*. Springer-Verlag. Pp. 189-212.
- 橋本 剛 1997a 対人関係が精神的健康に及ぼす影響—対人ストレス生起過程因果モデルの観点から— 実験社会心理学研究, 37, 50-64.
- 橋本 剛 1997b 現代青年の対人関係についての探索的研究—女子学生の面接データから— 名古屋大学教育学部紀要(心理学), 44, 207-219.
- 橋本 剛 1998 対人ストレス生起過程因果モデルとパーソナリティの関連 日本社会心理学会第39回大会発表論文集, 358-359.
- Headey, B. & Wearing, A. 1989 Personality, life events, and subjective well-being: Toward a dynamic equilibrium model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 731-739.
- Helgeson, V. S. 1993 Two important distinctions in social support: kind of support and perceived versus received. *Journal of Applied Social Psychology*, 23, 825-845.
- Hogg, M. A. & Abrams, D. 1988 *Social Identifications: A Social Psychology of Intergroup Relations and Group Processes*. Routledge. (M. A. ホッグ・D. アブラムス著 吉森 護・野村泰代訳 1995 社会的アイデンティティ理論 北大路書房)
- 大淵憲一 1993 人を傷つける心—攻撃性の社会心理学—サイエンス社
- Pagel, M. D., Erdly, W. W., & Becker, J. 1987 Social networks: We get by with (and in spite of) a little help from our friends. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 793-804.
- Robins, C. J. 1990 Congruence of personality and life events in depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 99, 393-397.
- Rook, K. S. 1984 The negative side of social interaction: Impact on psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 1097-1108.
- Ruehlman, L. S. & Wolchik, S. A. 1988 Personal goals and interpersonal support and hindrance as factors in psychological distress and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55, 293-301.
- Sandler, I. N. & Barrera, M., Jr. 1984 Toward a multimethod approach to assessing the effects of social support. *American Journal of Community Psychology*, 12, 37-52.
- Schuster, T. L., Kessler, R. C., & Aseltine, R. H., Jr. 1990 Supportive interactions, negative interactions, and depressed mood. *American Journal of Community Psychology*, 18, 423-438.
- Suh, E., Diener, E., & Fujita, F. 1996 Events and subjective well-being: only recent events matter. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 1091-1102.
- 外林大作・辻 正三・島津一夫・能見義博(編) 1981 誠信心理学小辞典 誠信書房
- Taylor, S. E. 1991 Asymmetrical effects of positive and negative events: The mobilization-minimization hypothesis. *Psychological Bulletin*, 110, 67-85.
- Taylor, S. E. & Brown, J. D. 1988 Illusion and well-being: A social psychological perspective on mental health. *Psychological Bulletin*, 103, 193-210.
- Turner, J. C. 1987 *Rediscovering the social group: A self-categorization theory*. Blackwell Publishers, Oxford, England through Tuttle-Mori Agency, Inc., Tokyo (J. C. ターナー著 蘭 千壽・磯崎三喜年・内藤哲雄・遠藤由美訳 1995 社会集団の再発見—自己カテゴリー化理論— 誠信書房)
- Vinokur, A. D. & van Ryn, M. 1993 Social support and undermining in close relationships: Their independent effects on the mental health of unemployed persons. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 350-359.
- 若林 勲 1981 ホメオステシス 梅津八三・相良守次・宮城音弥・依田 新(監修) 新版心理学事典 平凡社 Pp. 766-767.

(1998年9月16日 受稿)



ABSTRACT

The Mechanism by Which Negative Aspects of Interpersonal Relationships Occur: A Meta-Theoretical Perspective.

Takeshi HASHIMOTO

The purpose of this paper was to discuss some issues regarding the relationship between interpersonal relationships and mental health. First, the “mobilization-minimization hypothesis” was discussed with the respect to a more dominant negative influence of interpersonal relationships. As the rationale for this, it was suggested that there is a “positive illusion” in that people have a tendency toward being more sensitive to negative things to assure one’s survival, and consequently regard one’s self as exceedingly positive. Next, “the need to belong” and “terror management” theories were discussed to explain that people find it necessary to maintain positivity of the self existence to ascertain survival. On the other hand, “dual process model of aggression” and “reversal theory” were adopted as causal explanations for occurrence of negative interaction, and also to raise doubt toward the universality of the stress theory and/or homeostasis. Through the discussion, it was suggested that people tend to wander between homeostasis and transistasis for seeking the optimal arousal level, and this fluctuation leads to people hurting others, as well being injured by others. Moreover, desirable interpersonal relationships in terms of mental health was discussed using the “dynamic equilibrium model”. It was viewed that the appropriateness of present interpersonal relationships is more important than relative effects of positive/negative sides of interpersonal relationships. Finally, it was pointed out that mental health is not the sole dependent variable of interpersonal relationships.

<key words>

negative / positive aspects of interpersonal relationships, mental health, relative impacts, meta-theories, occurrence mechanism