

Epstein の認知経験的自己理論と CTI (建設的思考尺度)

辻 平治郎・向山 泰代*

I. Epstein, S. の理論

Epstein, S. (1983, 1989, 1990) は、精神分析学派や学習理論の重視する「快楽原理 (pleasure principle)」——快を追求して不快を避けようとする動機あるいは行動原理——と、現象学派の重視する「統合原理 (unity principle)」——自己概念を統合し維持しようとする動機——の2つを基本原理とする「認知経験的自己理論 (Cognitive-Experiential Self-Theory)」, 略して“CEST”を提唱している。これは自己理論とは呼ばれているが、自己の領域のみにとどまらず、かなり壮大なスケールをもつ興味深い理論である。そこで次に、彼の所説を概観し、若干の考察を加えてみたい。

1. 「現実についての個人的理論」の背景と意味

人間理解の1つのモデルとして「科学者としての人間 (man-as-a-scientist) モデル」がある。このモデルを最初に体系化し、検証にたえるものにしたのは、Kelly, G. (1955) であろう。彼によると、科学者が実験室においてデータを体系的に理解し研究活動を方向づけるための理論をもつように、普通の人 (a lay person) もまた、日常生活における経験を理解し、諸々の出

* 本学大学院文学研究科博士後期課程 (心理学専攻) 在学

来事を予測し、自己の行動を統制するための「理論」をもつ。ある意味では誰もが科学者だというのである。

ところでこの「科学者としての人間モデル」では、Kelly のそれをも含めて、多くが「意識的」な理論（認知）のみを取上げてきた。これに対して最近の認知心理学は、「意識的」な認知だけでは片手落ちであり、「暗黙の（implicit）」あるいは「前意識的・無意識的」な認知の重要性を認めるようになってきている（たとえば、Bowers, K. S. & Meichenbaum, D., 1984）。前意識的あるいは無意識的認知を考える根拠については後に述べるが、とりあえず「理屈ではするべきだと思うが、気が進まない」というような経験を思い起せば、意識的認知（理屈）と前意識的認知（気）とが異なる体系に属することが理解できるだろう。Epstein の「認知経験的自己理論（CEST）」は、James, W. (1898) 以来の自己理論をベースとして、このような「意識的、前意識的、無意識的認知をも包含する認知論」と「科学者としての人間モデル」を統合し体系化したものだといえることができる。

さて Epstein によれば、各人がもつこのような「個人的理論」は体系化されて「概念体系（conceptual system）」を構成する。彼はこれを「現実についての個人的な理論（a personal theory of reality）」と名づけている。この個人的な理論は、おおざっぱに、①自己自身についての理論である「自己理論（self theory）」（これはいわゆる自己概念（self concept）に相当する）、②自己以外の外界についての理論である「世界理論（world theory）」、および、③この両者を結びつける「関連づけ仮説（connecting propositions）」に区別される。

2. 「現実についての個人的理論」の構造

現実についての個人的理論は、個別的な認知要素である「スキーマ（schema）」あるいはそのネットワークが階層的に構造化されたものである。最も基本的な（上位の）スキーマは「仮説（postulates）」と呼ばれる。その基本的なものは、情動的に重要な体験から帰納的に導きだされたものであり、大

部分が前意識のレベルにあると考えられている。これらの仮説は、①記述仮説 (descriptive postulates) と、②動機づけ仮説 (motivational postulates), の2種類に分れる。記述仮説は以下に述べるように、自己や世界がどのようなものであるかについての仮説である。その仮説の強度 (反証する事実が出てきたときの抵抗力) は、それを基礎づける体験の数, それを体験したときの情動の強度, 全概念体系の中でその概念体系が果している役割, などによって決ってくる。

基本的な記述仮説としては次のようなものが認められている。それは、①世界はどの程度意味のある (また、予測可能な、統制可能な、公正な) ものか、②世界はどの程度好ましいか、好ましくないか、③他者は自己に対してどの程度好意的か、あるいは脅威的か、④自己はどの程度好ましい (また、有能、善良、愛すべき) か、に関する仮説である。これらの基本仮説は人生の初期に形成され、新しい経験を同化し、他の仮説を導き出す役割を果たすので、極めて重要である。

このような基本仮説はもちろん、階層構造における最も高次の位置を占めている。それは個人がどのような経験をし、どう解釈するかをも決定する力をもっている。したがって、高次の仮説に基づく予測は自己成就的 (self-fulfilling prophecies) になりやすく、低次の仮説 (スキーマ) に較べると反証されにくい。一方、低次のスキーマは直接経験と結びついており、それだけ状況特殊的である。もちろん経験に適合しないときには、比較的容易に変化しうるし、この変化が概念体系に及ぼす影響も小さい。このように、仮説は高次であるほど変化しにくく安定しており、低次であるほど変化しやすい。なお、このような仮説を低次から高次まで順をおって例示すると、「私は数学ができる学生である」、「私はよい学生である」、「私は有能な人間である」、「私は価値のある人間である」、といったものが挙げられよう。

上記のように、概念体系の中でも高次の仮説はかなり安定しており、変化しにくい。それは、この体系を維持するために、①仮説体系を事実上検証不可能なものに仕立て上げる、②信念体系を支持するような事象のみを選択的に

知覚し解釈する、③既存の体系に一致するような経験を選択的に追求する、といった方略が前意識的に使われるからである。このような方略は、概念体系の安定性が脅かされたときに生じる不安を信号として、前意識レベルで採られるのだと考えるのである。子供の時に暴力的虐待をうけていた女性が、暴力をふるう男と恋をし、虐待され続けるというような事例は少なくないが、それは幼児期に形成された仮説体系の統合性を維持しようとする前意識的な試みだと解釈すれば、理解できる。もちろん、よほど衝撃的な体験をした場合には、高次の体系といえども変化しうる。ただしこれは階層構造の根幹をゆるがすことになるので、人格の解体をも招きかねない危険性をはらんでいる。

動機づけ仮説は、望ましいものを獲得し有害なものを回避するには、何をなすべきか、に関する仮説である。これは情動的に重要な体験から生じてくるものであり、情動的負荷をもつホットな認知である。たとえば、拒否的な母親に育てられた子供は、「世界は悪意に満ちたものであり、信頼できない」という前意識的な記述仮説をもち、うまくやっていくためには「欲しいものを取り、愛着を避けよ」という動機づけ仮説をもつようになるだろう。動機づけ仮説は価値、目標、計画などの概念に含まれており、やはり階層構造をもつ。その強度は、それに関連した記述仮説の強度、強化史、それに、全概念体系の中でその概念体系がはたしている役割、によって決定される。

3. 「現実についての個人的理論」の推測と同定

現実についての個人的理論は、通常、暗黙的 (implicit) である。もともと意識的に形成されたものではないので、多くは前意識的である。したがって、問われれば誰でも自分の理論が説明できるというわけではない。しかし、それではこれを捉える方法がないのかというと、そうでもない。

Epstein によれば、それは感情と緊密に結びついているので、感情的な行動、中でも反復して現れる行動を観察すれば、推測することができる。個人的理論における基本仮説は 2つの方法で推測できる。①まず、情動の喚起

は、個人的理論にとって重要な仮説がそこに関与していることを示すので、その推測の手がかりとなる。たとえば、ある人が成績がよいと喜び、悪いと落込んだとすると、そこにこの人の学業成績への重要な動機づけ仮説を見出すことができる。②また、感情の背後には必ず隠れた認知があり、たとえば、怒りは不当な扱いを受けたので仕返しをすべきだという解釈によって、恐怖は危険の評価と逃避願望によって生じる。したがって、個人に特徴的な感情を知ることさえできれば、その人の前意識的仮説のいくらかは推測できることになる。

4. 「現実についての個人的理論」の機能

現実についての個人的理論は、人生における種々の課題を解決するための概念的な道具である。それは次の4つの基本的機能をもつと仮定されている。すなわち、①経験的データーを同化すること（これには、この概念体系そのものの一貫性や統合性を維持する要求が含まれる）、②快／苦のバランスを最大にすること、すなわち、快楽を最大にし、苦痛を最小にすること、③他者と好ましい関係を維持すること、④自尊心を好ましい水準に維持することである。もちろん、これらの機能は先に述べた4つの基本仮説に対応している。

行動はこの4つの機能（あるいは動機）の妥協の産物と考えられている。通常、この4つの機能は相互にチェック・アンド・バランスの役割をはたしている。たとえば、自己評価を高めたいという要求によって誇大妄想が生じないのは、現実のデータを正確に処理し、他者との関係を維持したいという要求によってチェックされるからである。このようなチェックが働くかぎり、極端な self-serving bias が生じることはない。

しかし4つの機能間の妥協がうまくゆかぬと、種々の病理現象が生じる。「抑鬱」は自己評価を下げてでも概念体系の安定性を維持しようとするもの、「誇大妄想」は現実のデータの同化を犠牲にして自己評価を高めようとするもの、また、「急性の分裂病的崩壊」は悲惨さを減少させ、低い自己評価を

高めるために、概念体系の安定性を犠牲にしたもの、と見なしうる。

ところで Epstein は、これらの基本的機能あるいはその要求のうち、特に「快楽の追求」と「統合の要求」に関して、次のような興味深い議論を展開している。すなわち、彼のいう「快／苦のバランスを最大にする要求（あるいはそれを満足させる機能）」は、Freud, S. の理論のいわゆる「快楽原理」や、学習理論の「強化の法則」にはほぼ該当するものと考えられる。ただしこれらの理論では、この快楽原理・強化の法則こそがあらゆる動機づけの基礎となる基本原理だとしている。一方、「経験的データを同化し、概念体系の一貫性・統合性を維持しようとする要求」は、現象学派のいわゆる自己概念の一貫性・無矛盾性の追求である「統合原理 (unity principle)」に相当する。ただしここでも、現象学派はこの統合原理こそが、唯一の基本原理だと主張する。自らの信条を守るためには死をも辞さないというような例からも分るように、「概念体系統一の要求」は「快楽追求・苦痛回避の要求」や生命の維持に優先するというのである。しかし Epstein によれば、これらの原理（要求）はいずれも他方に還元することのできない基本的な原理である。一方のみを基本的とし、他方を軽視するのは、明らかに誤りである。

実は Freud, S. (1920) も、快楽原理だけでは片手落ちだということを後に認めるようになっている。彼が考え直す切っ掛けになったのは、戦争の恐怖体験を反復して夢に見る兵士を診察したことであつた。この夢はひどく恐怖をかきたてるもので、患者は眠ることさえ恐れるほどであつた。Freud は、夢は快楽原理により願望を充足するものだと考えていたが、この夢は快楽原理ではどうしても説明できない。そこで彼が考え出したのが「死の本能」の概念であり、恐怖の夢はこの本能より生じる反復強迫であるとした。しかしこの概念については、精神分析家の間でさえ評価が分れている。

Allport, G. (1961) も、強化の法則だけでは人間の行動を十分には説明できないと考えて、機能的自律性 (functional autonomy) の概念を打出した。すなわち、ある種の行動は、それ自身を動機づける性質があり、強化なしに持続しうる、というのである。彼は機能的自律性が人格に統一や一貫性を

与えるものだということ、そしてそれが自己概念と緊密に関連していることに気づいていた。しかし、自己概念にこのような実行機能 (executive function) をもたせると、科学的心理学が非科学的であるとして排除した「たましい (soul)」の概念を復活させるのと同じことになるのではないかと心配し、それ以上の議論は回避してしまった。

しかし、快楽原理だけでなく、統一原理を考えるなら、Freud や Allport が説明に困った現象も問題なく説明できる。たとえば外傷体験の反復的な夢は、「現実についての個人的理論」が支持されなくなったとき、その外傷体験を何とかして自己の理論に同化しようとする絶望的な試みだと理解できる。また、自己概念を自己理論 (self-theory) だと考えるなら、理論が実践を方向づけるのは当然のことなので、機能的自律性の概念が非科学的ではないかという Allport の心配は、杞憂となる。

第3の「他者との好ましい関係の維持」は、新しく付加された機能である。人間が社会的存在である以上、これなくしては生存もかなわないことになるだろう。ただし、これについては未だあまり議論がなされておらず、Bowlby, J. (1973) やその他の対象関係理論への言及がなされている程度である。

「自尊心を好ましいレベルに維持する」という第4の要求や機能については、第2の快楽原理から生じると考えられなくはない。しかし、自己理論がいったん形成された後は、単なる感覚的な快／苦による動機づけよりも、自尊心を好ましい水準に維持しようという動機の方がはるかに重要なものとなることがある。自尊心は、自己理論の中でも最も基本的な仮説なのである。自尊心は自己愛 (self-love or love worthiness) と同じものであり、もともとは親の愛情を取入れて内面化したものである。それは両親の承認や否認という強い情動経験を通じて形成されるので、一般に変化に対する抵抗が強い。当然変化するときには概念体系全体に重大な影響を及ぼすことになる。

5. 不安、崩壊、防衛機制

概念体系を統合しようとする試みは常に行なわれているが、完全な統合を

達成することは不可能である。概念体系の下位体系内あるいは間に、また概念体系と現実の間には、絶えず葛藤が生じる。概念体系の統一は、同化できない要素を解離することによって達成されることもあるが、これさえうまくゆかぬと、概念体系はストレスにさらされ、不安を体験することになる。

ストレスに対する防衛ができないと、時には全概念体系が崩壊することもある。急性の分裂病による人格の崩壊はこのようなものとして理解できる。崩壊がおこると、新しい概念体系がつくられることになるが、もちろん新しい方がより適応的であるとはかぎらない。むしろ一般的には適応力は低下する。しかし、崩壊することによってより優れた体系がつくられ、それが新しい学習を促進し、以前に解離した材料をも同化するような過程がまったく生じないわけでもない。Menninger も述べているように、分裂病患者の中には病気が治って、病前よりもずっとよくなる人が少数ながらいるのである。

情動的に重要な体験が現実についての個人的理論と矛盾すると、人は次のような反応を生じやすい。①この体験を同化することによって、概念体系はより分化し、統合し、拡大する。②防衛機制を使うことによって、その体験を否認したり歪曲したりする。③その体験を他の体系から解離することによって、概念体系へのストレスを低減する。しかし、解離した材料は再活性化される可能性があるので、不安や崩壊の源となる可能性がある。

6. 概念体系と意識の水準

意識の水準は、①直接覚知されている「意識 (consciousness)」, ②直接には覚知されないが、努力すればアクセス (意識化) できる「前意識 (preconscious)」, ③通常は努力してもアクセスできない「無意識 (unconscious)」, の3水準に分れる。この区分はそれほど厳密なものではないが、とりあえず、Freud, S. のそれにほぼ対応すると考えてよい。ただし、Freud の概念は記述概念であるだけでなく力動的概念でもあるのに対して、Epstein のそれは純粋に記述概念であるとされる。

ところで、Epstein によれば、概念体系 (個人的理論) も次の3種類に区

別できる。すなわち、① 合理的概念体系 (rational conceptual system), ② 経験的概念体系 (experiential conceptual system), ③ 連想的概念体系 (associationistic conceptual system), の3つである。これらの概念体系は意識の3水準にはほぼ対応しており, 「合理的体系」には「意識」の水準が, 「経験的体系」には「前意識」の水準が, そして, 「連想的体系」には「無意識」の水準が結びついていると考えられている。

この3つの概念体系はそれぞれが固有の概念(構成要素)と固有の論理法則をもつ独自の体系であると考えられる。「合理的体系」の構成要素は慣習的なシンボル(言語, 数など)であり, その論理法則はいわゆる論理的思考の法則に相当する。したがってそれは, 論理と事実に基づいて機能し, 抽象的, 非感情的な分析に適している。「経験的体系」は情動体験と緊密に関わっており, 「感情的体系」とも呼びうる。その構成要素は, 通常は当人も気づかぬような自動的慣習的な方法で用いられる私的な言語であり, また, イメージである。その論理法則は合理的体系のそれよりルーズな感情的論理である。それは意識化できないわけではないが, 通常は前意識的であり, 主として感情や個人の福祉に関与している。「連想的体系」は無意識において機能し, その概念(構成要素)はしばしば視覚的イメージの形をとったメタファーとなる。その論理法則は, Freud が1次過程と呼んだものに相当し, 連想的思考, 願望思考, 具体的視覚イメージ, 置き換え, 圧縮, 時間的空間的限界の無視, といった特徴を有する。

このような3つの概念体系を区別する根拠について考えてみよう。まず, 経験的体系と合理的体系の区別については, 次のような根拠をあげることができよう。たとえば, 私たちはしばしばハート (heart) とマインド (mind) との葛藤を経験する。それは「勉強する気がしないけれど, しなければいけない」というような葛藤に見られる。ここで, 勉強する気がしないのが, ハートすなわち経験的体系における自己。それでもしなければいけないと強制するのが, マインドすなわち合理的体系における自己である。これらが葛藤しているということは, この2つの自己は異なる体系に属するからだと考え

ざるをえない。不合理な恐怖もその1例である。理屈では不合理だと分かっているけれども、恐怖はなくならない。

また、知的な理解と洞察との違いもこの問題に関係している。心理療法家なら誰でも、患者に彼（女）の問題についての知的情報を与えるのは有害であること、一方、情動的に意味のある体験——たとえば移転関係——を通じて知識を与える場合には有益な影響を及ぼしうることを、知っている。

このように、合理的体系と経験的体系を区別する根拠はかなり明瞭に述べられているが、これらと連想的体系を区別する根拠については明示されていない。

さて、上記の3つの半ば独立した概念体系の仮説は、Greenwald, A. G. (1982) のそれともかなりの共通点をもっている。彼は4つの心的機能体系（①言語体系、②身体的非言語体系、③自己体系、④社会体系——この分類は確定的なものではない）を考え、それらの間のコミュニケーションは、コンピューター言語が異なるとコミュニケーションができないのと同様に、ほとんど不可能だと仮定した。たとえば、身体体系は言語に無感覚であり、言語体系は生理的反応に無感覚である。このような見方をすると、私たちが自分の行動を意識化できないのは、1つには、体系間のコミュニケーションができないからだと理解できる。これは、無意識をもっぱら抑圧で説明するFreud理論に、重大な修正あるいは制限を加えるものといえよう。

このように、Greenwaldによれば、4つの心的体系は相互に独立であり、多くの人格心理学者が考えているほど統合されたものではない。しかし、Epsteinによると、このような考え方は行き過ぎである。各概念体系はある程度の独立性をもちながらも、統合されている。彼の仮説によれば、概念体系の間にはある程度の重複があり、特に、合理的概念体系と経験的概念体系とは共通の言語を用いているために、かなり重複しており、相互のコミュニケーションも可能だと考えられる。したがって、体系間の不一致が大きくなると、葛藤を体験しストレスをもつことになる。また、体系間にコミュニケーションがなくても、同一個人内で異なる体系が異なる行動を命じたとしたら、人は

同時に相反する反応をすることはできないので、やはり葛藤を生じることになるだろう。たとえば、合理的概念体系の指示にのみ従って行動したとしたら、その人の人生は退屈で味気ないものとなり、ストレスを感じざるをえなくなるだろう。逆にただ経験的概念体系にのみ従って快楽にふけり、合理的概念体系を無視したとしたら、やはりストレスを作り出すことになるはずである。Rogers, C. (1959) のいわゆる自己と経験の不一致は、このような体系間のズレを指しているとも理解できる。

7. 意識水準

意識水準にあるのは主として合理的概念体系である。この体系の思考は一般に「思考」と称されるものである。慣習的なシンボルを使い、社会的に確立された論理法則と確実な証拠に従う。この体系は記述的な仮説と動機的仮説より成り、階層構造をもつ。意識的信念（この体系に属する仮説）が行動に重大な影響力をもつことは、意識的な態度と行動との間に有意な相関が見出されていることから分かるが、状況が変わると相関が見られなくなるのは、経験的概念体系からの影響力の方が強いからであろう。

8. 無意識水準

心的なものの内容は、アクセスしにくい（無意識の）ものが多い。その理由は、①道徳的に受入れがたい内容のものは抑圧・解離される。②合理的概念体系と整合しない内容のものは、この意識的な体系に同化されない。③前言語的、非言語的なものより成る心的内容は、言語的に符号化できない、などによる。

Freud は、①と③は認めたが、統一原理に気づけなかったために②を見落した。周知のように彼は、特に性的、攻撃的内容をもつタブー材料の抑圧を重視している。が、これだけが解離・抑圧の原因だと考えると、解釈を誤まる恐れがある。概念体系の安定や統合を脅かすものも解離されるし、かつては意識的な体系と整合していた材料でも、体系が変化すると不整合になっ

て、後に解離される場合もある。しかしいずれにしても、それが不整合であることが分かるためには、まず、その内容が無意識的にせよ知覚され符号化されていないなければならない。

さて、それでは解離され抑圧された思考、イメージ、衝動などは何故意識に現れ出ようとするのだろうか。Freud によれば、抑圧されたイメージや思考はエネルギーをもつが、その貯溜されたエネルギーは直接には放出できないので、変換され、妥協的に夢や言い間違い、あるいは症状などとして現出するのだという。しかしこのようなエネルギー論は理論的にも根拠が薄弱であるし、それを支持する証拠もない。

それよりはむしろ、あらゆる経験を統合的な概念体系に同化しようとする傾向を仮定した方が理解しやすい。すなわち、感情的負荷の高い危機的な経験は個人の同化能力を越えることがあり、このような場合には、その経験は解離される。しかしこれを無視することはできないので、危機的な状況が終ると、概念体系はこの経験を同化しようとする。ここで解離しようとする傾向と同化しようとする傾向とが葛藤を生じる。解離された材料がエネルギーをもつように見えるのは、この同化傾向による。もちろん、このような同化の試みはずっとコンスタントに行なわれているわけではない。何らかの経験によって関連した思考やイメージが活性化されたり、自我の統制力が弱まって解離を維持するための回避反応が低減したとき、たとえば、眠っているとき、疲れたとき、意識の変調を来したときなどに、生じやすい。

ところで、もともとは前意識水準にあった心的内容でも、抑圧により無意識に変えられる場合がある。Freud 理論では、かつては前意識水準にあったものでも、いったん抑圧され無意識になると、それは無意識に特徴的な操作の仕方 で取扱われるようになる、すなわち、1 次過程の思考に従う、とされる。

これに対して認知経験的自己理論 (CEST) では、抑圧されたものの全てが同一の 1 次過程に従うわけではないと考える。前意識的なものが抑圧された場合には、「学習性の回避反応」により意識にアクセスできなくなっただけだと考える。すなわち、ある思考に注意を向けて不安を感じると、思考の方

向を変えようとする動機づけが喚起され、回避反応が生じる。そして、この回避反応（抑圧）がうまくいくと、関連した思考が心に浮んでも、もはや不安は生じなくなる。この場合には、意識から排除されたといっても、その内容や心的過程に変化が生じるわけではないし、抑圧されても、その材料は依然、経験的体系の法則に従っている、と考えている。

ところで、抑圧された思考と間接的なつながりしかもたない連想は、直接的なつながりをもつ連想よりも制止されにくく、関連の薄いものの方が連想されやすい。このことは、連想を喚起する興奮の汎化勾配の方がこれを制止する汎化勾配より緩やかであると仮定すれば、説明することができる。このメカニズムはまた、置き換え（displacement）の説明にも使える。

このように、無意識の水準においても経験的体系が働くこともあるが、この水準でもっとも有力なのはやはり連想的概念体系である。これは主として視覚イメージを使う。通常これは意識的な吟味ができないが、夢や意識の変調を来したとき、あるいは臆妄や精神病状態において観察できる。この体系は Freud のいわゆる 1 次過程の思考に従い、連想的思考、具体的心像、置き換え、圧縮、願望充足などの特徴をもっている。ただし Epstein によれば、願望充足的思考は Freud の考えているほど頻繁には生じない。また、Jung のいうように、遊戯的、創造的性質をもっているようである。

3 つの概念体系は異なる論理法則に従って働く。連想的体系は、重要な体験を関連した経験と結びつけることによって、また、メタファーを使うことによって、種々の課題に対処する。この体系は、慣習的シンボルを使用して抽象的概念を表象することができない。この体系の概念はふつう視覚的情景において表象されるが、経験がストレートに表象されるのではなく、不安や葛藤と無関係な場合でも、その表象は置き換え（displace）られ、メタファー化される傾向がある。

Epstein の夢の例……私は前の晩論文を書き直していたが、いくら頑張っても締切に間に合いそうになく、うんざりしていた。翌朝目をさましたと

き、夢を思い出した。「私は飛行機に乗る予定で、空港バスの停留所に歩いてゆくのだが、それが無限に続く。おまけにひどく重いスーツケースをもっているの、思うように歩けず、ついに間に合わなくなって、バスに乗るのをあきらめた」。実際には、私は飛行機に乗る予定はなく、論文のことが気になっていただけである。それでは、どうしてタイプライターに向い、失敗したタイプ用紙が散らばっているような夢を見なかったのであろうか。

どうも夢は置き換えた表現を好むようである。そしてこれが連想的概念体系の論理の特徴をあらわしている。そのメタファーは遊戯的、かつ創造的である。そして、それは非常に多くの異なる概念を代表しうる。このため、その解釈はしばしば容易でなくなる。

なお、この種の連想的、陰喩的過程のメカニズムがどうなっているのかについては、先述の興奮と制止の汎化勾配の違いによって説明できると Epstein は述べている。

9. 前意識水準

前意識的な材料の特徴は、それに注意を向ければ意識化できるところにある。しかし前意識水準の反応は自動的で、かつ非常に素速く起こるので、その思考やイメージに注意を向け意識化するのは、必ずしも容易ではない。それが可能となるためには、かなりの訓練が必要であろう。しかし、無意識的な材料とは異なって、不安が意識化の障碍になることはない。

Freud は無意識的動機がもっとも重要な行動決定因だと述べているが、Epstein は前意識の方が重要だと考えている。というのは、日常的な経験や行動を体制化し方向づけているのは implicit な信念や価値観（経験的概念体系）であり、それが前意識水準にあると考えるからである。しばしば態度から行動が予測できないのは、意識的態度しか測定していないからである。感情や反復的行動パターンから前意識的態度を推測したならば、より正確な行動予測が可能だと考えられる。

なお、防衛機制は無意識的動機を否認するためだけでなく、前意識的な信

念に気づかないように、そして、自分の行動は理性的であって自己中心的ではないと自己偽瞞するためにも、使われるようである。

10. 情動、気分、経験的体系の論理法則

(1) 感情

精神分析家は、情動が1次的であり、認知は2次的だと考えているが、認知論者は、認知が1次的であり、情動は2次的だと考える。もっとも、ここで認知論者が認知と呼んでいるのは、前意識的、自動的、直観的といった特徴をもつものを含んではいるが。

この問題について、Zajonc, R. B. (1980) は、「情動的意味あいの強い単語を瞬間的に呈示すると、呈示時間が極端に短い場合には、被験者は単語を読みとること（認知）はできないが、好悪の（感情）判断はできる」という実験事実を示して、感情が認知に先行すると主張した。この研究結果は、実験手続きその他を見るかぎり、確かに感情（好悪）が認知（読みとり）に先行しており、後者が前者を決定しているとはいいいがたい。

しかしそれでは、被験者は何によって好悪の判断をしたのであろうか。当然のことながら、当を得た判断をするためには、まずその判断材料の「受容」が不可欠である。そして、この受容は、意識的な読みとり（認知）に先立つ好悪の判断よりも、さらに先行していなければならない。いいかえれば、それは、瞬時に成立する感情判断よりもさらに短時間で成立し、意識されることがないという特徴をもつ。したがって、それは閾下（subthreshold）の認知であると仮定せざるをえない。これは前意識的な認知の1種と見なしうるが、これこそが感情を生じさせたものである。

ところで、人はふつう「彼が私を怒らせた」といい、「私が彼の行動をこのように解釈したことが、私を怒らせた。違う解釈をしていたら、私は怒らなかっただろう」というようなことは言わない。しかしたとえば、「彼が叩いた」と解釈するか「彼の手があたった」と解釈するかによって、確かに生じる情動も異なってくる。このことは、情動が、もろもろの事象それ自体に

対する直接的反応ではなく、その事象の解釈（認知）に対する反応だということを示している。ふだんこのような解釈が意識されないのは、それが前意識水準で自動的かつ即時的に起こっているためだと考えられる。前意識的認知はこのような事態の解釈や意味づけまでも含むのである。このように考えると、情動経験は、①外的事象の生起、②その事象についての自動的前意識的解釈、③情動反応、そして時に、④情動反応の意識的認知、という順序をたどって生起すると理解できよう。

このことはもちろん、情動や気分が前意識的認知に影響を及ぼさないということではない。気分によって世界の見方が色づけされ、前意識的認知が変化するということは十分ありうる。気分ほどではないが、情動についても同様のことがいえる。しかし通常は、情動は前意識的認知にともなって生じるものである。

感情はまた、一般に動機づけの機能をもつと考えられている。ふつうは、自動的即時的な前意識的な認知が成立すると、同時に感情が生起し、これが直ちに接近や回避反応を動機づける。これが危機的な状況では役に立つことがある。たとえば犬に噛みつかれそうになったら、間髪を入れずに危険を回避せねばならない。このような場合に、その危険性を意識的に評価し、その認知に基づいて反応していたのでは間に合わない。意識的な認知に基づく対処行動の重要性を過小評価してはならないが、感情に動機づけられて生じる即応的行動も、適応上きわめて重要な意味をもつのである。

なお、人は一般に「意識的」認知を過大評価する傾向があるが、それは、意識的なものの方が意識的でないものより明瞭（salient）であり、また、自己の信念や行動を意識的にコントロールしていると思う方が気分がよいからである。しかし、実際に人間の感情や行動を決定しているのは、大部分「前意識的」認知なのである。

(2) 気分

気分と情動との関係はちょうど潮と波の関係にたとえられる。気分も情動も前意識的認知の影響を受けるが、情動の方がその持続時間が短く、誘発刺

激も限定されている。ある意味では、情動は事象の直観的評価に基づくのに対して、気分は人生の評価を反映するものとなっている。情動を生起させる前意識的解釈は明確にしにくいこともあるが、その誘発刺激は簡単に見分けられる。しかし、気分の方は、いずれも見分けにくい。

気分には非常に一般的な前意識的仮説がかかわっており、この仮説は他の多くの信念ネットワークの中核をなすものと思われる。したがって、ある気分のもとでは、その気分に関連した過去経験が思い出されるし、将来にもその気分が投影される。それゆえ、気分の変化が生じると、人格が変わったような印象を生じることがある。

(3) 経験的概念体系の論理法則

経験的体系は情動と密接に関係しているので、この体系の論理法則は、感情を経験しているときの思考過程を分析することによって、推測できる。他の認知論者とは違って、Epstein は喚起状況の評価は情動の構成要素には含めない。情動の本質は、攻撃、逃走、環境からの離脱や環境への参加など、一定の方式で体制化された反応傾向にある。この反応傾向には、行動的要素、生理的要素、主観的感情要素、受容的要素、認知的要素が含まれる。

経験的体系は、感情経験とともに発達するので、意識的な概念体系とくらべると、次のような特徴をより強くもつ。①直接的な感情経験と緊密に結びついており、抽象的ではない。②行動志向的であり、考え込むようなものではない。③自己中心的で、自己の福利への関心が強い。④ゆるやかに統合されており、解離を生じやすい。⑤じゅうぶん分化していないので、汎化勾配がゆるやかである。⑥次元判断より範疇的判断になりやすい。⑦事象の解釈によって媒介されるのではなく、あたかも事象と情動とが直接働きかけてくるかのように体験される。

経験的概念体系と合理的概念体系の違いを明らかにするために、Epstein は強姦についての テレビ討論番組を例にあげている。参加者は 2 人の強姦犯、心理学者、および視聴者であった。ここで強姦犯は、普通の意識状態では自分がどうしてこんなに非道なことをしたのかと思うが、しかし同じよ

うな状況におかれたら、また罪を犯す可能性がある、と告白した。これを聞いた1人の女性は、彼らが再犯の可能性を認める以上、重刑を科すべきで一生刑務所から出すべきでないと、主張した。この発言に視聴者は熱狂的に拍手し賛同した。これに対して心理学者は、そんなことをしたら彼らは正直にものを言わなくなるだけで、問題の解決にはつながらない。その原因を明らかにして適切な処置をとることこそが必要なのだ。また、無期刑では殺人罪より重くなるので、そのような重刑を科すると、かえって証拠隠滅のための殺人を助長しかねないと言った。心理学者の議論は合理的で分析的である。が、この発言に賛同するものは全くなく、視聴者を苛立たせただけであった。

それは視聴者が経験的概念体系に基づいて反応しているからである。彼らはみずからの強い感情が自分の考えの正しさを証明していると思っているかのようであった。視聴者からの質問に対して犯罪者が「刑罰が重くてもそれで抑えられるわけではない」と答えても、彼らは全く理解できない様子で、絶対にそんなことはないと言張り、何度も同じ質問を繰返した。また、「それではお前のかみさんが強姦されたら、どうする?」と、個人的な問題に引きよせて理解しようとした。すると犯罪者も「そんな奴は殺してやる」と応じ、経験的体系の解離されやすさを示した。このように、心理学者の合理的体系と視聴者の経験的体系とはそれぞれが固有の論理法則をもっており、両者の間にはコミュニケーション・ギャップのあることが分る。

それでは、合理的体系の方が建設的で適応的かというと、常にそうだというわけではない。両者はそれぞれ長所と短所をもっている。合理的概念体系は、選択肢の重みづけをし、行動を遅らせ、複雑な課題に取り組む時間的余裕があるときには、確かに適応的である。数学や科学の問題を解いたり、現実生活の問題を解決したりするには、理想的な体系である。しかしそれは、動機づけの内的源泉を欠く情熱のない体系であり、この点に限界がある。これに対して経験的体系は、合理的体系のようにソフィスティケートされていなくとも、情動経験に対する直接的な反応性をもつので、よいと感じ悪いと感じるものを知っている。このような意味で、両者は相補性をもつという

表 1. 経験的概念体系と合理的概念体系の性質の比較 (Epstein, 1990)

経験的体系	合理的体系
1. 全体的	1. 分析的
2. 情動的：快樂対苦痛志向（何がよいと感じるか）	2. 論理的：合理性志向（何が合理的か）
3. 行動は過去の経験からの波動（vibes）によって媒介される	3. 行動は事象の意識的な評価によって媒介される
4. 現実はい具体的イメージやメタファーによって符号化される	4. 現実はい抽象的象徴（言語と数）によって符号化される
5. 迅速な処理：即時的行動を志向	5. 緩慢な処理：遅延の行動を志向
6. 緩徐な変化：直接または間接的経験の反復による変化	6. 素速い変化：思考の速度で変化
7. 経験から直接学習	7. 経験の象徴的表象から学習
8. 粗大な分化と統合：連想的範疇的で情動的複合体に体制化されている	8. より高度な分化と統合
9. 受動的、前意識的に体験される：情動にかきまわされる	9. 能動的、意識的に経験される：思考をあやつる
10. 自明的妥当性：体験したことは疑いようがない	10. 論理と証拠により、正当化することが必要

る。Epstein はこの両者の違いを上のようにまとめている。

II. 実証的研究

Epstein の理論はこのように壮大であり、臨床事例の解釈などには大きな力を発揮する。また、彼の議論は的確で説得力もある。しかし、事実の理解や解釈には有効であっても、現状では実証的研究があまりにも少ない。これほどの体系を構築しながら、実証的研究を可能にするような作業仮説はほとんど導き出しえていない。それはこの理論がもともと臨床の経験をもとにして構築されたものだからかもしれない。が、理由はともかく、彼の理論は実証的研究をとまなっておらず、これが最大の弱点になっている。

しかしもちろん、彼も手をこまねているわけではない。最近では、Constructive Thinking Inventory（略して CTI）なるものを作成して、精力的に実証的研究を進めている。彼によれば、知能は一般に学業成績とは相関を

もつが、仕事や対人関係などの社会生活における成功とはほとんど関係が認められない。その理由は、実際生活における成功は、合理的体系に属する知能よりも、経験的体系に属する建設的思考 (constructive thinking) の能力によって決定される部分の方が大きいからだと考えられている。すなわち知能テストはもっぱら合理的概念体系の能力を測るものであり、経験的概念体系の能力を測定するものではないのである。したがって、建設的思考能力を測定できるテストを作成できれば、これによって実生活における成功をより正確に予測できると期待できる。

それでは、建設的思考の能力はどのようにして捉えればよいのだろうか。直ちに考えられるのは、知的な能力を代表すると考えられる行動標本をテスト項目にして知能の測定をするのと同様に、経験的体系の能力を代表すると考えられる行動標本を適切に選び出し、これを課題として被験者に実施し、その成績によって建設的思考能力を評価する方法である。しかし、知的な課題にくらべると経験的体系の能力をしらべる課題は選択・作成がむずかしいからであろう。Epstein はこの方法をとらず、質問紙法を選んでいる。

しかし、質問紙法による測定も決定して容易ではない。なぜならば、経験的体系における認知や情報処理は、ほとんど自動的に、意識されることなく生じるので、自動的思考 (automatic thinking) の内容や過程を内省によって捉えるのが困難だからである。とはいえ、自動的思考はしばしば意識的な思考をも伴っている。この意識的な部分の思考なら、被験者に内省させれば捉えることができる。したがって、その断片をよせ集めれば、その人の自動的思考（あるいは経験的体系の機能）がどの程度有効であるかを推測できると考えてよからう。

ここで Epstein は、神経症的傾向や抑鬱傾向などを示す不適応な人は、経験的体系の能力が低い、すなわち破壊的思考 (destructive thinking) をしやすい人だと暗黙裡に仮定している。このような人は、論理療法 (Ellis, 1962) や認知療法 (Beck, 1976)、あるいは帰属スタイルなどの研究で明らかにされたように、次のような思考や行動スタイルをもつことが分かっている。すな

わち、自己や他者の受容がわるく、種々の問題を過剰に自分に関係づけ、ものごとをポジティブでなくネガティブに考え、オール・オワ・ナッシング的な独断的な考え方をし、過去のいやなことについてまでもこだわり、心配をしすぎ、ネガティブな結果に対して過剰な反応や過剰な一般化をし、目的にあった道具的行動をとらず、迷信的である等々。もちろん経験的体系の能力の高い人、すなわち建設的思考をする人は、この逆の傾向を示すと考えられている。このような仮定に基づいて Epstein らは、上記のような認知や思考のスタイルを破壊的思考（あるいは建設的思考の欠如）の特徴と同一視した。

こうして Epstein らは、このような認知スタイルを尋ねる百余の質問項目よりなる CTI (Constructive Thinking Inventory) を作成し、妥当性をチェックするための他の質問紙とともに、大学生の被験者に実施した。この際、①この CTI で知能とは独立の対処能力を測定できる、②この建設的思考の総合因子は、人生における非知的な側面の成功（たとえば、仕事、愛情関係、社会的な関係、情緒的・身体的な健康など）に関係している、③建設的思考はいくつかの因子に分化し、それぞれの因子が人生における異なる種類の成功と関係をもつ、という仮説を検討している。

このテストは現段階ではなお未完成である。が、因子分析により一応解釈可能な次の6因子を得ている。すなわち、①情動的対処 (emotional coping) ②行動的対処 (behavioral coping), ③分断的思考 (categorical thinking), ④迷信的思考 (superstitious thinking), ⑤素朴楽観主義 (naive optimism), ⑥悲観的思考 (negative thinking), である。これらの因子を下位尺度と見なすと、6つの下位尺度得点が計算できることになる。もちろん、下位尺度①、②の得点が高いと建設的思考能力が高く、③、④、⑤、⑥が高いとその能力が低く、破壊的な思考をしやすいと考えられている。また、回転前の第1因子に高く負荷した項目により、総合尺度 (global scale) 得点を算出すると、6つの下位尺度得点は、⑤素朴楽観主義を除き、いずれもこの総合尺度得点と高い相関をもつことが分かった。

妥当性をチェックするために、これらの尺度得点と、①仕事における成

功, ②異性関係における成功, ③社会的対人関係の成功, ④学業成績, ⑤心理的症状, ⑥身体的症状, ⑦自己統制の問題, ⑧アルコールや薬物への依存, との関係を見ると, 「総合尺度得点」, 「情緒的対処」, 「行動的対処」の3尺度は, 「学業成績」を除くすべての要因とあまり高くはないが有意な相関をもつことが分かった。すなわち, 仕事や対人関係の成功と正の相関をもち, ⑤以下の心身の症状などと負の相関をもち, これに対して IQ は学業成績とのみ有意な正の相関をもち, その他の要因とはまったく関係をもたないことが明らかになった。これらの結果はまさに仮説通りであり, この尺度の妥当性を支持するものと考えられている。

Ⅲ. CTI (Constructive Thinking Inventory) の検討

本邦でも Epstein と同様の知見が得られるかどうかを見るために, 私たちは CTI を邦訳し, これを実施してみた。最初の日本版 CTI は, 翻訳——特に日本語表現——に問題があり, 必ずしも Epstein の知見を確認できなかった。しかし, 因子分析などには, いくらかの興味深い結果も見られたので, 以下にその概要を述べておきたい。なお, 日本版 CTI は現在その改訂作業を進行中なので, やがて信頼性や妥当性のデータともにその報告ができるはずである。

1. 方法

(1) 翻訳版の作成

CTI は先に述べた6下位尺度に Lie Scale を加えた計108項目からなる(図1)。これを文化的差異を考慮しながら, できるかぎり忠実に翻訳するように努めた。

(2) 被験者

被験者は女子大学1年生164名で, 年齢はほとんどが18~19歳である。記入洩れがあったものや教示をじゅうぶん理解しなかった回答者を除いたの

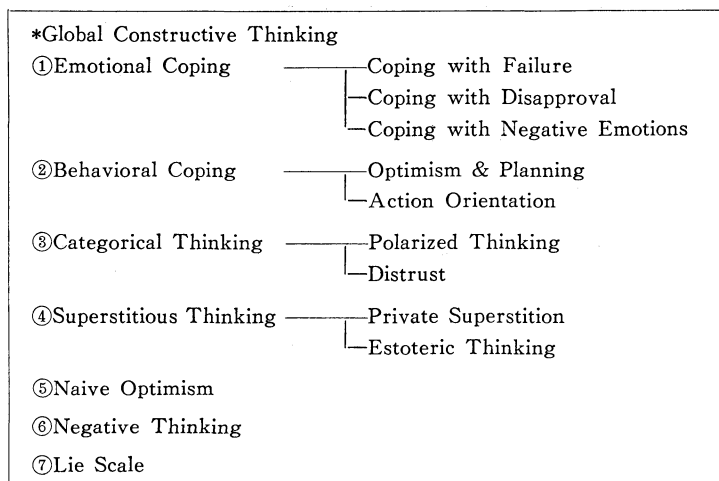


図 1. CTI の構造 (Epstein, 1989に基づき図式化したもの)

で、有効標本は 140 名となった。

(3)手続き

上記の被験者に授業時間中に CTI を集団実施した。まず質問紙に印刷された注意書きを音読し、結果は研究以外の目的には使用しないことを伝えた後に記名させ、これらの項目が“自分の考えにどの程度一致するか”を「全くそのとおり」から「全く違う」の 5 段階で評定させた。回答に要した時間は約 30 分であった。

2. 結果

「全くそのとおり」から「全く違う」を 5 点～1 点に換算し分析した。初めに、Lie Scale をも含めた 108 項目で因子分析（主成分分析・ヴァリマックス回転）を行なったところ、Lie Scale の 8 項目は共通性が極端に低く、尺度全体とはかなり異質であると考えられた。このため、Lie Scale を除いた 100 項目で再度因子分析を行なった。その結果、スクリー・テストや因子の意味内容から 5 因子解が妥当であると思われた。しかし、5 因子全体での説

表2. CTI の項目と因子負荷行列

NO.	項 目	F1	F2	F3	F4	F5	R ²
91.	悪い事が起ってもくよくよく悩まない。	-0.746	0.003	0.035	-0.072	0.062	0.567
18.	失敗を深刻に考えてしまう。	0.685	0.095	-0.034	0.076	0.050	0.487
61.	嫌なことは、後から考えなおしたりしない。	-0.664	0.190	0.013	-0.081	0.058	0.487
49.	自分ではどうしようもない事に、悩んだりしない。	-0.653	0.075	-0.081	0.000	0.017	0.439
79.	もうどうしようもない場合でも、失敗についてくよくよく考えて長い時間を費やしてしまう。	0.607	0.166	-0.063	0.187	-0.027	0.436
14.	些細なことには、くよくよと悩まない。	-0.595	0.064	-0.037	-0.101	0.002	0.370
36.	私のことを、人がどの様に見ているのか、とても気になる。	0.591	0.245	0.072	-0.057	0.019	0.418
87.	人に侮蔑されても、たいたした短絡がないなら、くよくよすることはない。	-0.581	0.012	0.050	0.007	0.020	0.340
44.	過去の嫌な出来事がしばしば心に浮かんでくる。	0.553	-0.011	0.089	0.206	0.130	0.374
99.	挑戦するべき状況では、最悪の結果については考えないで、最善の結果を想像するようにここがける。	-0.542	0.034	0.102	0.033	0.189	0.343
32.	ほんのわずかな失敗でも非難されるような空気を感ぜよう、うたえてしてしまう。	0.530	0.241	0.231	-0.064	-0.042	0.398
19.	人にどう思われているように、ちっくともかまわない。	-0.491	-0.097	0.100	0.153	0.064	0.288
85.	過去の嫌な出来事よりも、楽しい出来事をいろいろと思い浮かべる方だ。	-0.469	0.083	0.025	-0.282	0.007	0.307
13.	とても稀い体験をしたら、その事を繰り返して思い、楽しい出来事をいろいろと思い浮かべる方だ。	0.451	-0.127	0.074	-0.040	0.040	0.228
108.	不幸な出来事が起こると、今までの悪いことが全て覆い出されていく、そう不幸な気分になる。	0.426	0.221	0.041	0.317	0.094	0.341
65.	物事を自分に関係づけて考えすぎる傾向がある。	0.387	0.218	0.300	-0.027	-0.026	0.289
73.	からかいに対しては謝罪である。	0.387	0.051	-0.033	0.054	0.271	0.230
29.	人前で罵詈雑言をすることはしても、そのことを取り立てて悩んだりしない。	-0.371	-0.164	0.182	0.053	-0.109	0.213
9.	つまらない仕事をする時には、愉快に楽しいことを思い浮かべて、何とか楽しくやれるようにする。	-0.358	0.193	0.018	-0.272	0.193	0.277
31.	何か悪いことが起こると、もっと悪いことがその後に起こりそうなの気がしてくる。	0.345	0.285	0.112	0.162	-0.040	0.241
21.	成功したことよりも、失敗したことについて思い出すほうがはるかに多い。	0.333	-0.026	0.174	0.465	-0.024	0.360
60.	失敗は人生勉強の一つだと思いうで耐えることができる。	-0.341	-0.109	0.106	0.083	0.584	0.488
80.	ベストを尽くせば、もううまくいかなくても構うたりしない。	-0.349	0.006	0.073	-0.112	0.414	0.311
64.	最善を尽くしたのなら、うまく行かなくても構うたりしない。	-0.558	-0.075	-0.034	-0.111	0.350	0.453
79.	成功した時のジョグを考えると、そのための失敗を犯すことは考えない。	-0.319	-0.120	0.149	0.030	0.342	0.256
70.	失敗した時のジョグを考えると、いろいろなる事への挑戦を避けてしまう。	0.303	0.356	0.023	0.276	-0.346	0.415
63.	もし就職面接ですべつたら、落込んで、この先もうまく行かないように感じるだろう。	0.302	0.544	-0.118	-0.018	-0.140	0.421
83.	もし愛している人によられたら、自分がダメに思えて、何もできなくなるだろう。	0.452	0.309	0.075	-0.138	0.048	0.327
89.	まずいことをしたと認めて、動揺して、いつそその事を悪くしやう。	0.344	0.315	0.119	0.218	0.044	0.281
52.	重要な試験で良い成績をとった、自分は成功者で、将来もうまく行くように思える。	-0.200	0.654	0.063	0.060	-0.044	0.477
48.	難が大切な試験で良い成績をとった、自分は成功者で、将来もうまく行くように思える。	0.014	0.646	0.016	0.093	-0.033	0.427
56.	就職面接で受かったら、自分の今後の昇進は保証されているように思える。	-0.068	0.643	-0.018	0.053	0.124	0.437
24.	難が就職面接で成功したら、その人の今後の昇進は保証されているように、私には思える。	-0.175	0.561	-0.092	-0.004	-0.081	0.361
88.	自分の好きな人から愛されている人は、素晴らしい人で、望む事は何でもできるように、私には思える。	0.062	0.501	0.103	0.091	0.140	0.294
100.	何か良いことをしたら、そのお返しに自分にも何か良いことが起こると信じている。	-0.057	0.493	0.077	-0.028	-0.171	0.282

表 2. CTI の項目と因子負荷行列 (続き)

NO.	項 目	F1	F2	F3	F4	F5	R ²
11.	もし恋人が私のことを愛してくれてくれるなら、自分が素晴らしい人間で、望むことは何でもできるような気がする。	0.006	0.465	0.117	-0.210	0.060	0.278
38.	大切な試験で悪い成績をとったら、自分が敗者で、これ以上、生きて行けないような気がするだろう。	0.174	0.460	-0.099	-0.024	0.005	0.253
54.	自分で決めた目標を達成できないと、自分の全てがガタだと思ってしまう。	0.140	0.444	0.028	0.051	0.248	0.282
76.	良いことが起こるといつも、私はそれに値する人間なのだと思う。	0.093	0.353	0.133	-0.070	0.331	0.257
82.	私は人から、真実で情け深いと思われている。	-0.227	0.352	0.124	-0.069	-0.001	0.196
75.	望んでいることを人に話す、それが実現しにくくなくと思う。	-0.013	0.345	-0.032	0.355	0.165	0.296
69.	どのような気分の時でも、幸福にしたい方がよい。	0.133	0.326	-0.035	-0.039	0.159	0.152
57.	仕事で完璧にできないれば、失敗したような気がする。	0.288	0.323	-0.241	0.051	0.035	0.249
72.	自分よりも知識の無い人に忠告されたとしても、うんざりしない。	-0.171	-0.320	0.116	-0.058	0.131	0.166
7.	自分の考えとおりに人を操れる人がいる。	0.176	-0.035	0.610	-0.095	0.417	0.167
94.	未来を見通すことができる人がいる。	-0.120	0.063	0.602	0.007	-0.117	0.394
4.	他人の考えを踏み取ることができる人がいる。	0.061	0.014	0.573	-0.161	-0.051	0.361
53.	幽霊を感じる。	0.051	-0.147	0.499	0.093	0.060	0.286
28.	月や星は人の思考に影響を及ぼす。	0.012	-0.064	0.459	0.105	0.045	0.228
43.	私の事を思うだけで、私にその事を気づかせることができる人がいる。	-0.060	0.120	0.441	-0.110	0.007	0.225
101.	UFO (ユーフオー) を信じる。	0.030	-0.071	0.429	0.086	0.020	0.198
20.	私がある人について何か恐ろしいことを空想すると、実際にその人の身の上に何か悪い影響を及ぼすと思う。	0.116	0.095	0.390	0.022	0.150	0.197
97.	迷信を信じる。	-0.078	-0.016	-0.352	-0.008	-0.080	0.137
81.	人を信頼しきってしまうと、必ず自分が傷つく結果になるので、そんなことは愚かなことだ。	0.026	-0.073	-0.149	0.758	0.064	0.607
103.	若い経験を通じて、知どの人は信頼できないということを知った。	0.159	-0.099	-0.133	0.689	0.079	0.534
71.	本当に信じられるのは自分自身だけだ。	0.119	-0.076	-0.146	0.618	0.099	0.433
10.	人にひどいことをされたら、自分も同じように仕返しをすべきだと思う。	0.149	0.100	0.129	0.492	-0.219	0.338
107.	この世には良い人と悪い人のどちらかしかない。	-0.055	0.040	-0.199	0.438	0.153	0.260
55.	この世の人々は、勝者と敗者とに分けられる。	0.096	0.212	-0.077	0.424	-0.009	0.240
40.	私の第一印象は悪くはない。	0.122	0.252	-0.270	-0.397	0.142	0.329
26.	たいてい望むようにはならないので、あまり期待しないようにしている。	-0.069	0.147	0.123	0.346	0.051	0.167
47.	常に物事のよい面を見ようという心がけている。	-0.293	0.279	0.037	-0.342	0.139	0.302
77.	何事に対しても間違っていたりやりはなくさんあるが、正しいやり方はたった一つしかない。	0.061	0.298	-0.235	0.327	0.064	0.258
102.	自分のやることには、たいがい全力を尽くす。	-0.224	-0.037	0.081	-0.339	0.390	0.326
30.	たぐくみの仕事を抱え込むと、自分にはできるはずがないと思い、氣持の上で降参してしまう。	0.069	0.231	0.180	0.237	-0.514	0.411
34.	頑張った後で生れたい時には、全力を尽くして頑張ろうとは思わない。	-0.121	0.115	0.159	0.261	-0.500	0.371
41.	困難な課題に出会った時には、氣持を奮い立たせるような言葉を思い浮かべようとしている。	-0.097	0.231	-0.126	0.020	0.467	0.297
39.	一生懸命に願をかければ、そのことが実現すると思う。	-0.108	0.044	0.252	0.033	0.449	0.280
51.	嫌な事をしなければならぬ時には、できるだけ良いことを思い浮かべて、頑張るようになっている。	-0.212	0.131	-0.064	-0.112	0.419	0.254

NO.	項	目	F1	F2	F3	F4	F5	A ¹
105.	嫌な出来事に直面しそうな時には、それをどう対処したらいいのが注意深く考える。		0.122	0.045	0.107	0.161	0.366	0.188
37.	失敗したことがわかったら、それをすぐに訂正しようとする。		0.103	0.175	0.002	-0.039	0.362	0.174
16.	挑戦は恐れるべきものではない、自分自身を試したり、学んだりする良い機会である。		-0.060	-0.270	0.139	0.104	0.354	0.231
68.	お守りを身につけている。		0.082	0.242	0.075	0.159	0.307	0.190
1.	ほとんどの人は善良な心を持っていると思う。		0.006	0.042	-0.000	-0.287	0.219	0.137
2.	願望が強すぎると、望んでいる事がかえって起らなくなることがある。		0.140	0.285	-0.060	0.119	-0.063	0.122
3.	期限のある仕事をたくさん抱え込むと、仕事よりもそれを思い悩むことの方に時間を潰してしまふ。		0.184	0.192	0.133	0.026	-0.284	0.170
5.	何か良いことが起こると、後にはそれを解消しようとするような悪いことが起こるような気がする。		0.105	0.148	-0.002	0.175	0.091	0.072
8.	もしある試験で良い成績をとっても、それはその試験だけのことで、自分が何事にも有能な人間であるとは思えない。		0.048	0.042	0.013	0.023	0.276	0.081
8.	他人を自分と同じか違うかで判断する方だ。		0.205	0.230	0.191	0.138	-0.015	0.150
12.	良いことが起こっても、ただ運がよかったのだと思う。		0.012	0.022	0.112	0.242	-0.127	0.088
15.	屋占いでは何もわかるはずがない。		-0.023	-0.120	-0.224	0.135	-0.148	0.105
17.	人は皆、面影を尊敬すべきである。		-0.022	0.139	-0.296	-0.229	0.154	0.184
23.	愛語よりも痛罵とした法断をするほうが、たいていの場合にはよい。		0.159	0.047	0.007	0.025	-0.080	0.035
26.	人に拒否されることに敬服である。		-0.029	0.051	-0.117	-0.202	0.070	0.093
35.	ほとんどの人は利己的である。		0.298	0.092	0.299	0.215	0.049	0.235
46.	全ての問題の答えは、正しいか間違っているかのどちらからである。		-0.015	0.044	0.024	0.288	-0.008	0.086
58.	試験を受けると、たいがい結果を、受験よりも悪く想像もってしまう。		0.066	0.199	-0.171	0.225	0.048	0.126
59.	とても良いことが起こったと、後にもっと良いことが起こりそうな気がしてくる。		0.214	0.122	-0.285	-0.118	0.205	0.198
68.	自分を価値のある人間だと思つたために、すばぬけた事ができなければならないと思つたことはない。		-0.216	0.243	0.243	0.044	-0.160	0.192
82.	たぐさんの重要な仕事をしなければならぬときには、計画を立てて、それに従つてやってみよう。		-0.203	0.005	-0.178	-0.183	-0.160	0.132
86.	良いことにも悪いことにも縁起をかつぐ。		-0.083	0.157	-0.091	0.135	0.295	0.145
90.	人をあれこれ判断することなく、ありのまま受け入れるようにしている。		-0.017	0.212	0.292	-0.091	0.294	0.225
92.	一つのことを判断することなく、そのことで自分が無能になつたわけではないと思う。		-0.265	-0.022	0.048	-0.227	0.224	0.175
93.	一度の事で、事は非である。		-0.290	-0.173	0.298	-0.076	0.008	0.252
95.	怠け者でないなら、いつも必ず仕事を完結させることができる。		0.073	0.010	-0.298	0.079	0.069	0.108
96.	いったん決めた事は、なかなか変更できない。		0.047	0.178	-0.079	0.091	0.269	0.121
98.	他人が失敗しても動揺せず、建設的なやり方でそれに応じようとする。		0.092	-0.062	-0.240	0.095	0.123	0.094
104.	新しい状況では、最悪の結果を想像しがいである。		-0.222	-0.037	-0.161	0.070	0.295	0.168
			0.290	0.219	0.090	0.273	-0.179	0.247
			8.415	5.740	4.140	4.776	4.60	27.635

与 寄

明率は約28%とかなり低く、どの因子にもほとんど負荷しない項目が多く見出された。各項目の内容と5因子解の因子負荷行列は表2の通りである。各因子は負荷量0.300以上の項目を検討して、解釈した。

第1因子は寄与8.42で、「悪いことが起こってもくよくよ悩まない(逆転項目)」「失敗を深刻に考えてしまう」「いやなことは、後から考えなおしたりしない(逆転項目)」などの項目が高く負荷している。したがって、悩みをいつまでも引きずっているか、それとも悩みにきっぱりと決別するかを表す因子と考えられる。ここには、Epstein が『情緒的対処 (emotional coping)』と呼んだ項目もいくらかは含まれているので、強引に解釈するなら、そのように解釈できないわけではない(符合の方向は逆)。しかし、悩みにしっかりと向きあって決着をつけるという意味あいの項目は少ないので、「悩みへのこだわり」の因子と考えておくのが無難であろう。

第2因子(寄与5.74)には、「自分(あるいは他者)が重要な試験や就職面接で良い結果を得たら、自分(あるいはその人)は成功者で将来も成功するように思える」などの項目と、逆に「もし就職面接ですべったら、落込んで、この先もうまく行かないように感じる」「自分で決めた目標を達成できないと、自分の全てがダメだと思ってしまう」などの項目群が高い負荷量を示している。前者は Epstein が『素朴楽観主義 (naive optimism)』と呼んだもの、後者は『悲観的思考 (negative thinking)』と呼んだ思考のスタイルを表している。ここでは、この2つが1因子にまとまって抽出されているので、この因子は、その時々感情に流されて一喜一憂する傾向を表わす「感情的思考」の因子と呼ぶことができる。

第3因子(寄与4.14)に高く負荷した項目は、「自分の考えどおりに人を操れる人がいる」「未来を見通すことのできる人がいる」など、Epstein のいわゆる『魔術的思考 (esoteric thinking)』と、「幽霊を信じる」というような『迷信的思考 (superstitious thinking)』から成っている。したがってこれは「神秘的思考」と命名することができる。

第4因子(寄与4.78)は「人を信頼しきってしまうと、必ず自分が傷つく

表 3. Lie Scale

-
- 27. ほとんどの鳥は飛ぶより走る方が速い。
 - 33. 読み書きを習ったことはない。
 - 42. メガネをかけている人は、メガネを外している時よりよく見える。
 - 50. この1ヶ月の間に、少なくとも1回は食事の前に手を洗った。
 - 67. 茶色の目の人を見たことはない。
 - 74. 女の人もズボンをはくが、男性ほどではない。
 - 84. 食事をしなければ死んでしまう。
 - 106. 2たす2は4である。
-

結果になるので、そんなことは愚かなことだ」「苦い経験を通じて、殆どの人は信頼できないということを知った」「人にひどいことをされたら自分も同じように仕返しをすべきだと思う」「この世には良い人と悪い人のどちらかしかない」というような項目が高く負荷していた。したがってこの因子は、「他者への不信感」と「敵意の投射」が視野の狭窄を招き、独断的な「カテゴリーカル思考」にも結びつくことを示している。しかし、全体的に評価するなら、「不信感」の方を重視し、そのように命名すべきであろう。

第5因子（寄与4.60）は「自分のやることには、たいがい全力を尽くす」「失敗は人生勉強の一つだと思うので耐えることができる」などの項目の因子負荷量が高い。ここには、Epstein が『行動的対処 (behavioral coping)』に分類している項目がいくつか含まれているが、全体的に見ると「勤勉・努力の因子」とでも呼ぶべきもののように思われる。

なお、今回の研究では因子の意味的内容を重視して5因子解を採択したが、どの因子にもほとんど負荷しない項目がかなりあり、5因子全体の寄与率もずいぶん低かった。しかも負荷の低い項目が内容的に不適切とはいきれず、むしろ比較的高い負荷をもつ項目に内容や表現に不適当と見られるものがあった。したがって先ずは翻訳の問題を考えねばならないが、この結果を見る限り、CTI の原尺度にも問題があり、質問紙としてそれほど洗練されたものではなかったのではないかと思われる。そこで以下に、翻訳以外の問題点を検討してみたい。

3. 考察

Epstein は CTI の作成にあたって、学生や友人から感情体験についての記述を収集し、また、認知療法家の著作から具体的な叙述を抜粋したりして、優れた自動的思考——建設的思考 (constructive thinking)——や、劣ったそれ——破壊的思考 (destructive thinking)——を反映すると考えられる意識的感情的体験を質問項目に書き表した。しかし尺度作成に不慣れであったせいか、彼の作成した質問項目はやたらに冗長であったり、多義的であったりして、適切とは考えられないものが少なくない。因子分析の結果が必ずしも期待に応えるものにならなかった1つの原因は、ここにあると思われる。彼自身の因子分析結果を見ても、共通因子による説明率はあまり高くない。また、Lie Scale が殆ど判別力を持たないことなども、今後尺度として使用する場合にはさらなる吟味が必要であろう。

次に、上述の問題とも関係しているが、Epstein が建設的思考の中核をなすものとして重視している『情緒的対処』と『行動的対処』の因子が、今回の結果を見る限り、うまく捉えられたとはいいいがたい。すなわち、『情緒的対処』にあたる項目のいくつかは、第1因子に含まれているが、この因子は先に述べたように、むしろ「悩みへのこだわり」の因子というべきものである。同様に『行動的対処』の項目も第5因子にいくつかが含まれているが、意味的には「勤勉・努力の因子」と解釈すべきものであった。

また第4因子は、破壊的思考の一つである『分断的思考』にも関係していると考えられるが、これもその本質は「他者への不信感」と考えられ、破壊的思考能力をうまく捉えているとはいいいがたい。したがって本結果を見る限りでは、CTI は神経症的、抑鬱的傾向を測定しているだけで、こういった建設的思考を測定しているとはいいいがたい。

しかし、CTI の研究によって明らかにされたことがないわけではない。まず、Epstein が『素朴楽観主義』と『悲観的思考』と呼んだものが、一つの因子として抽出されたことに注目したい(第2因子)。このことは、この因子の特徴を強くもつ人は、ポジティブな出来事によってポジティブな感情が喚

起されると、その後の認知がこの感情によって色づけされ、楽観的方向に歪曲される傾向があることを示している。しかしそれだけでなく、ネガティブな出来事によってネガティブな感情が生じたときにも、認知は悲観的に歪曲される傾向が認められる。すなわちこのような人は、ポジティブであれネガティブであれ、認知を感情の方向に歪曲しやすいことを示している。

このような認知傾向は、これまでも抑鬱的帰属スタイルの研究など (Abramson, L. Y., Seligman, M. P. E. & Teasdale, J. D., 1978) で取り上げられてはいる。しかし、従来の研究では、ポジティブな方向に歪曲する傾向のある「普通の人」は、ポジティブな経験を過大評価して、ネガティブなそれを過小評価し、self-enhancement を行ないやすい。これに対して、ネガティブな歪曲をする傾向のある「抑鬱的な人」は、ネガティブな体験を過大評価して自責的悲観的認知をしやすく、ポジティブな経験をしてもポジティブな方向には認知を歪曲できないといわれてきた。このような意味で、普通の人においても抑鬱的な人においても、楽観的認知と悲観的認知とは並存しにくいものと考えられてきた。ところが本研究では、楽観的認知と悲観的認知とが1つの「感情的思考」因子にまとまってしまった。このことは『素朴楽観主義』と『悲観的思考』が表裏一体であり、ともに建設的思考とは言えないという Epstein の指摘とも符合している (Epstein, 1990, p. 180)。

さらに CTI において興味深いのは、第3因子のごとき魔術的あるいは迷信的なものへの傾倒を質問紙の中に組み込み、一つの認知スタイルとして取り上げたことである。Epstein はこのような思考を直ちに破壊的な思考 (destructive thinking) と結びつけている。確かに迷信的魔術的な考えに固執することは不合理で現実的ではない。しかしながらこういった神秘主義的なものを全面的に否認してしまうことが、日常生活での問題解決において、より建設的であるとも考えにくい。危機的な状況や、合理的な判断の枠組みが明瞭でないような状況では、神秘主義的とも見られる直観によって事態の新たな局面を切り開こうとしたり、物事を処理しようとする方が、むしろ建設的であるかもしれない。また芸術家が靈感によって創作のヒントを得たり

することも少なくないと考えられる。この意味で、迷信的・魔術的な神秘主義的思考スタイルを直ちに破壊的であると結論づけるのは早計であるように思われる。

IV. 討 論

上記のように Epstein の理論は、臨床的な事例の理解や解釈には極めて優れており、興味深いものでもある。もちろん治療理論としても、その理解に基づいて治療の介入の時期や方法を明確にしうると期待できる。しかし実証的研究の理論としては、まだいろいろな作業仮説を導き出せるまでには体系化が進められていない。現状では CTI の研究がやっと始まったばかりである。したがって、まだ批判を述べる段階ではないかもしれないが、ここで簡単にコメントしておきたい。

1. 自動的思考の意識的内省

Epstein の理論によれば、経験的体系の基本仮説は幼児期初期に形成され、分化・統合しながら成人後も発達を続ける。人はこの経験的体系を使ってほとんど意識することなく、自動的思考 (automatic thinking) を行なう。この自動的思考の内容や過程は、意識的内省によって捉えられないわけではないが、それは前意識的、自動的に進行するがゆえに、意識的に把握するのは容易ではないと考えられている。

してみると、内省 (CTI) によって捉えられるのは、自動的思考そのものではなく、意識に反映したその断片にすぎないと、理論的には考えるべきであろう。また、この断片から推測しうるのは、ほとんど意識することなく進行する思考や認知のスタイル (cognitive style) というべきものであろう。ところが Epstein は、この意識された思考の断片をあたかも前意識的な自動的思考そのものであるかのように取扱い、さらには CTI によって自動的思考の能力までも操作的に捉ええたと考えている。このような意味で、彼の

操作は理論とうまくマッチしていないといわざるをえない。

特に、CTI で自動的思考（したがって、これを可能にする経験的体系）の能力までもが捉えられたと考えるのは、明らかに行きすぎである。主観的な有能感（competence）のようなものならいざ知らず、能力は、自動的思考能力に限らず一般に、質問紙では捉えられないはずである。質問紙で能力が測定できるなら、知能検査も創造性検査も不要となろう。能力は難易度の異なる課題解決（あるいは遂行）の量や速さによって測定されるものなのである。

それでもなお質問紙（CTI）で自動的思考能力を捉えようというのなら、CTI は次の前提を満たしていなければならない。すなわち、経験的体系の機能やその有効性と、CTI で捉えられる自動的思考の断片（実は認知スタイル）との関係が十分に解明され、建設的思考能力の高い人はどのような思考パターンを示し、その能力の低い人はどのようなパターンを示すかが分かっているという前提である。この情報が利用できるなら、各人の思考パターンからその経験的体系の機能の有効性や能力をある程度までは推定できるだろう。

しかし、この前提も必ずしも満たされてはいない。認知療法などの研究で明らかにされているのは、経験的体系がうまく機能していないと考えられる神経症や鬱病患者の認知スタイルや帰属スタイルであって、十分に機能している人のそれではない。もちろんこれらの研究では、患者の認知スタイルは非患者（精神的な障害をもたないもの）のそれと、しばしば対照的であることが明らかにされている。しかし、後者が必ずしも経験的体系が十分に機能している人だとはいえない。さらにいえば、経験的体系が十分に機能し建設的思考のできる人がどのような人かが、必ずしも明瞭にはされていない。この意味で、経験的体系がよく機能している人の自動的思考の内容や結果はまだ十分に明らかにされているとはいいいがたい。

それでは、建設的思考能力の高い（低い）人の認知スタイルが分かっているれば、逆にこの情報に基づいて、認知スタイルから建設的思考能力を推定することができるのであろうか。ある程度までは可能であろう。が、当然のこ

とながら思考や認知のスタイルとその能力は同一視するわけにはいかない。CTI で捉えられる思考の内容やスタイルは、実際には極めて粗大なものであり、高水準の自動的思考が常に一定のスタイルをとるわけではない。逆にいえばスタイルは高水準の思考を保証するアルゴリズムではない。したがって、仮にうまく機能している人の思考パターンが明確にできたとしても、その思考パターンが必ずしも経験的体系の健全な機能とその能力を保証しているとはいえないかもしれない。このように考えると、CTI に全幅の信頼をおくわけにはいかないことが分かるだろう。

2. 経験的概念体系への過大な信頼

また、次のような疑問もわいてくる。すなわち、経験的体系がよく発達し、これを使った自動的思考の能力が高いということ（あるいはこの能力が低いこと）と、適応がよいこと（あるいは悪いこと）とを同一視してよいだろうかという疑問である。たとえば、心配しすぎや悲観的思考などは、確かに適応上はあまり好ましいものではなかろう。しかし、これらは、あまりにも正確に状況を認知したために、いいかえれば、合理的および経験的体系があまりにもよく機能したために生じるという可能性も考えられよう。知能の高さが必ずしも人生の成功に結びつかないことについて、Epstein は人生の成功が知能ではなく、もっぱら経験的体系の能力によって決定されるからだとして解釈している。が、知能が高いと悲観的な事実が見えすぎて、あるいは好ましくない結果がより正確に予測されるために、かえって混乱したからだというような解釈も可能であろう。同様に、経験的体系の能力が高すぎるために、かえって混乱を生じるというような事態も考えられなくはなかろう。このような意味で、経験的体系の能力と適応とを直接結びつけるのは危険であり、Epstein はこの点であまりにも素朴楽観主義的ではないかと思われる。

文 献

- Abramson, L. Y., Seligman, M. E. P., & Teasdale, J. D. (1978). Learned helplessness in humans: Critique and reformulation. *Journal of Abnormal*

- Psychology*, 87, 49-74.
- Allport, G. (1961). *Pattern and growth in personality*, NY: Rinehart. 今田恵 (訳) (1968). 『人格心理学』誠信書房.
- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and emotional disorders*. NY: International Univ. Press.
- Bowers, K. S. & Meichenbaum, D. (Eds.) (1984). *The unconsciousness reconsidered*. NY: Wiley.
- Ellis, A. (1962) *Reason and emotion in psychotherapy*. Secaucus, N. J: Lyle Stuart.
- Epstein, S. (1983). The unconscious, the preconscious, and the self-concept. In J. Suls & A. Greenwald (Eds.) *Psychological perspective on the self*. vol. 2. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Epstein, S. (1990). Cognitive-experiential self-theory. In L. A. Pervin (Ed.) *Handbook of Personality: Theory and research*. NY: Guilford.
- Epstein, S. & Meier, P. (1989). Constructive thinking: A broad coping variable with specific components. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 332-350.
- Freud, S. (1920). Jenseits des Lustprinzips (快感原則の彼岸). 井村恒郎 (訳) (1954). 『フロイド選集IV』所収 日本教文社.
- Greenwald, A. G. (1982). Ego-task analysis: An integration of research on ego-involvement and self-awareness. In A. Hastorf & A. M. Isen (Eds.) *Cognitive Social Psychology*. NY: Elsevier North Holland.
- Kelly, G. (1955). *The psychology of personal constructs*. NY: Norton.
- Rogers, C. R. (1959). A theory of therapy, personality, and interpersonal relationships as developed in the client-centered framework. In S. Koch (ed.) *Psychology: a study of science*. vol. 3. NY: McGraw-Hill.
- Zajonc, R. B. (1980). Feeling and thinking: Preferences need no inferences. *American Psychologist*, 35, 151-175.