

【原著】

経験事象が成長の知覚に及ぼす影響¹⁾

田中知恵（明治学院大学心理学部）

要約

ネガティブな出来事を経験した後、人は以前の自己評価を低めることで自身の成長を知覚することが示されている (McFarland & Alvaro, 2000)。この効果がネガティブ感情改善動機によるものか検討するため、本研究ではポジティブな出来事を経験条件を設けて検討した。その結果、参加者は身近な他者よりも自分の方が出来事を経験によって成長したと知覚することが示された。しかしネガティブな出来事を経験してもその内容が比較的深刻でない場合には、こうした自己と他者の差が見られなかった。ポジティブな出来事の強さは成長の知覚に影響を及ぼさなかった（研究1, 研究3）。また出来事の時期について検討したところ、遠い過去のネガティブな出来事に対しては同様に成長が知覚されるものの、近い過去のネガティブ出来事に対してはこうした効果は見られなかった（研究2）。ネガティブ感情改善動機が効果をもたらす可能性に関して考察した。

キーワード：感情改善動機、出来事の実験、成長の知覚、自己認知

問題

社会的比較と継時的比較

人は自分を身近な他者と比較することで自己に対する評価をすることがある。こうした他者との比較を社会的比較という (Festinger, 1954)。類似した他者と比較することで、正確な自己評価をしようとする動機があると考えられる。また、人は自分よりも優れている他者と比較することもある。これは上方比較と呼ばれ、自己向上の機能があると考えられている。たとえば学業課題において良い成績が得られなかった場合、良い成績を取った友人と比較し、次の試験準備ではもっと努力しようとする。対照的に、下方比較とは自分よりも遂行が劣ると思われる他者と比較することである。時に人は自分よりさらに成績が悪かった友人と比較し、自らの方が優れていたと感じることで自己高揚動機をみたそうとするかもしれない。このよう

に他者との関係の中で、人が自己評価を高く維持するメカニズムに関して自己評価維持モデル (self-evaluation maintenance model) が提示されている (Tesser, 1988)。

こうした他者との比較ばかりでなく、私たちは現在の自己と過去の自己、また未来の自己を比較することもある。下方の社会的比較と同様、過去の未熟な自分と現在の自分を比較することで自己高揚するのである。こうした継時比較の観点から、継時的自己評価仮説 (theory of temporal self-appraisal) が提出された (Wilson & Ross, 2001)。継時比較においては、人が現在の自分をどう認識するかという問題とともに、過去の自分をどう認識しているかという問題も含まれる。つまり、現在の自己の評価を高めるために、過去の自己を劣って想起することもあるという。この仮説に基づく研究では、遠い過去の自己の方が、近い過去の自己よりも低く評価されることや、下方比較の対象である

過去の否定的な自己を遠ざけるために、過去を主観的に遠く知覚すること（Ross & Wilson, 2002）などが明らかになっている。

ただし、こうした現象は常に認められるわけではなく、自己脅威的な状況に置かれた場合に限定されるという見方もある（詳しくは、高田（2011）を参照のこと）。

この点に関連する研究知見として、ネガティブな出来事を経験した後、人は以前の自己評価を低めることで、自分の成長を知覚することが示されている（McFarland & Alvaro, 2000）。すなわち、過去の自己を低く認識することによって、相対的に現在の自己に対する評価を高めるのである。McFarlandらの研究では、参加者に自分もしくは身近な他者が経験したネガティブ出来事を想起させ、出来事前と出来事後の自己と他者について評価させた。その結果、他者条件よりも自己条件の方が出来事前後の評価の差が大きかった。また、こうした自分の成長の知覚は出来事が深刻な場合の方が大きかった。他者に対してよりも自己に対して過去の評価が低められたこと、また深刻な出来事に対してより効果が大きかったことの原因として、出来事想起によって生じたネガティブ感情を改善しようとする動機の働きを想定することができる。つまり、参加者はネガティブな感情を強く喚起する出来事を想起したため、その状態を改善するための方略として成長を大きく知覚したのかもしれない。

この可能性に関して検討するためには、先行研究で参加者に想起させた否定的な出来事に加え、肯定的な出来事の設定を設けて検討する必要があると考えられる。またネガティブ感情改善動機がこうした効果をもたらしているとするならば、近い過去の出来事に対してよりも遠い過去の出来事に対して、より効果が大きく示される可能性がある。感情適応のモデル（Wilson & Gilbert, 2008）によると、人はポジティブ感情ならびにネガティブ感情が生じた後、そうした感情を生じさせた出来事に対して説明をしよ

うと試みるという。そして説明がうまくいった場合には、説明の試みを終了し、出来事への接近可能性を低める。そしてその結果、感情反応が小さくなると考えられる。すなわち出来事の理解が進めば、そのことについて考えることはなくなり、感情的反応も消失するとモデルは説明する。ネガティブな出来事によって生じる感情も、このようなプロセスによって時間の経過とともに改善され、人はその出来事による成長を主観的に知覚できるようになるかもしれない。

本研究の概要

本研究では上記の点に関して検討するため、研究を3つ実施する。研究1では、ネガティブな出来事に加え、ポジティブ出来事の設定をする。ポジティブな出来事を経験した場合にも、人は他者よりも自分が成長したと知覚するだろう。しかしポジティブな出来事の場合には感情改善の必要がないため、自分と他者に対する評価の差は、出来事の強さの影響を受けないだろう。対照的に、ネガティブな出来事を経験した場合、その内容が深刻なときにはそうでないときに比較して、自分の成長の程度を大きく知覚するだろう。研究2では出来事の時期に関しても測定し、上記の効果が調整されるかどうか検討する。ネガティブな過去の出来事が遠い場合の方が近い場合よりも、自己の成長が大きく知覚されるだろう。こうした効果は他者の評価においては小さいだろう。さらに、研究3ではネガティブ出来事の強さを実験的に操作し、効果の頑健さに関して検討する。

研究1

過去の自己評価を低めて成長を知覚する効果のメカニズムに関して検討する。ネガティブ感情が生じる出来事想起への感情改善方略として、成長が大きく知覚されるだろう。ポジティブ出来事に対しても成長を知覚されるが、感情改善の必要がないため方略は用いられず、その

知覚は出来事の強さの影響を受けにくいだろう。

方法

実験参加者

都内短期大学の学生 94 名（女性）が調査に参加した。そのうち回答に欠損のあった 5 名と留学生 2 名を除く 87 名を分析の対象とした。平均年齢は 18.84 歳、標準偏差は 0.42 であった。

手続きとデザイン

“パーソナリティと出来事に関する調査” の名目で、講義中に質問紙への回答を求めた。実験デザインは出来事（ポジティブ・ネガティブ）×対象（自分・他者）であり、いずれも参加者間要因であった。

質問紙の構成

参加者は、“過去 2 年間に、あなた（他者条件では、身近な知り合いの人：家族や友人を含む）に起きた出来事の中で、あなた（他者条件では、その人）が最も楽しかったり嬉しかったり（ネガティブ出来事条件では、悲しかったり苦しかったり）したことについて思い出し、詳しく記述する” よう求められた。その後、その人との関係（他者条件のみ）に回答した。次に、記述した出来事があなた（その人）にとってどのようなことであったか、“非常にネガティブ (1)” – “非常にポジティブ (9)” の 9 件法で回答した。また出来事後のあなた（その人）について、“親切的な” “知的な” “健康な” “わがままな（逆転項目）” などを含む 27 の項目に対して “全くあてはまらない (1)” – “非常にあてはまる (7)” の 7 件法で回答した。また、出来事前のあなた（その人）についても同様の項目に対して回答した。²⁾

結果

出来事の強さの群分け

出来事の強さに関する群分けのため、出来事

についてたずねた項目に、“非常にネガティブ (1)” および “非常にポジティブ (9)” と答えた参加者を、強群に割り振った。そして、それ以外の値（ネガティブ条件では 2～5、ポジティブ条件では 5～8）を答えた参加者を弱群とした。

知覚された成長の指標

自己もしくは身近な他者の全般的な評価について検討するため、出来事後および出来事前の対象についてたずねた 27 項目の評定値を合計し、出来事後の評価 ($a = .89$)・出来事前の評価 ($a = .90$) とした。そして出来事後の値より出来事前の値を引いたものを、知覚された成長得点とし、これを従属変数として分析に用いた。³⁾

成長の知覚に対する対象・出来事・出来事の強さの影響

上記の得点に対し、出来事後の評定値を共変数とした 2（出来事：ポジティブ・ネガティブ）× 2（対象：自分・他者）× 2（出来事の強さ：強・弱）の分散分析を行った。⁴⁾ その結果、出来事後の評定の効果が有意であった ($F(1,78) = 27.40, p < .01$)。また対象の主効果が有意であり ($F(1,78) = 7.19, p < .01$)、他者条件よりも自己条件の方が成長を大きく知覚していた ($M_s = 6.90$ vs. 11.20)。出来事の主効果も有意に見られ ($F(1,78) = 8.23, p < .01$)、ポジティブ条件の方がネガティブ条件よりも成長の知覚が大きかった ($M_s = 11.87$ vs. 5.92)。しかし以上の主効果は、出来事×対象×強さの交互作用効果によって制限されていた ($F(1,78) = 5.16, p < .05$)。

この効果について検討するため、ポジティブ条件とネガティブ条件に分けて分析を行った。ポジティブ条件では対象の主効果が見られたものの ($F(1,40) = 6.13, p < .05$)、対象×出来事の強さの交互作用は有意ではなかった ($F < 1, ns$)。参加者は出来事の強さに関わらず、自分

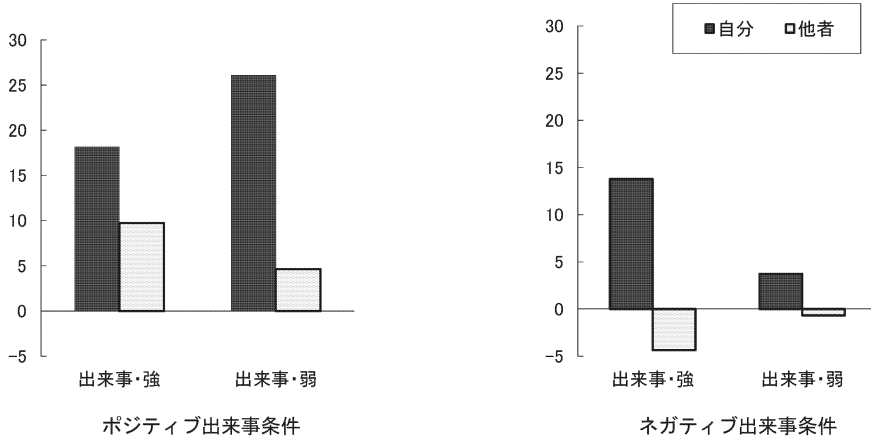


Figure 1 成長の知覚得点 (推定周辺平均)

の成長を他者の成長よりも大きく知覚していた。他方、ネガティブ条件においては対象の主効果 ($F(1,37) = 1.71, ns$) や出来事の強さの主効果は有意ではなかった ($F < 1, ns$)。しかし対象 \times 出来事の強さの交互作用効果が有意な傾向にあった ($F(1,37) = 3.41, p < .08$)。非常にネガティブな程度の高い出来事を想起した場合には、自分は他者よりも成長したと知覚するが、比較的ネガティブな程度が低い出来事を想起した場合には、こうした自分と他者との差は見られなくなった。各群の推定周辺平均を Figure 1 に示す。

考察

以上の結果から、人は他者より自分の方が出来事の経験によって成長したと知覚すること、しかしネガティブな出来事を経験しても、その内容が比較的穏やかな場合には、こうした差が見られないことが示唆された。ポジティブな出来事を経験する場合には、ネガティブの場合と異なるパターンが見られ、出来事の強さは成長の知覚に影響を及ぼさなかった。このことは、出来事の感情価 (ヴェイレンス) によって生じるプロセスが異なることを示唆するかもしれない。今後はポジティブな場合の感情維持・ネガティブな場合の感情改善など、感情制御過程と

の関係について検討する必要があるだろう。

研究 2

研究 1 では、ネガティブな出来事の条件に加え、ポジティブ出来事の条件を設定して自己ならびに他者の成長の知覚について検討した。その結果、人は深刻なネガティブ出来事を想起した場合、感情改善方略として出来事前の自己評価を低めることで、出来事後の自己評価を高揚させる可能性が示唆された。対照的に、他者がネガティブな出来事を経験した場合には、出来事後の他者評価よりも出来事前の評価の方が高く評定された。ポジティブな出来事を想起した場合には、自己に対しても他者に対しても出来事後の評価の方が高く評定されていた。

以上の結果により、人は自分が経験したネガティブ出来事を想起することで自己の成長を知覚することが示唆されたが、こうした効果は特にその出来事から時間が経過している場合に見られるかもしれない。本研究では想起した出来事の時期についても参加者にたずね、その時期によって上記の効果が調整されることについて検討する。また青年期の女子学生のみでなく社会人学生の男女も実験の対象とし、効果の一般化可能性についても検討する。

人はネガティブな出来事前の自己評価を低く、出来事後の自己評価を高く評定するだろう。このような効果は、想起した出来事から時間が経過している場合の方が大きいだろう。

方法

実験参加者

都内私立短期大学通信課程のスクーリング授業に参加した109名。そのうち、回答に欠損にあった9名を除く100名（男性32名・女性65名・不明3名）を分析の対象とした。平均年齢は31.71歳、標準偏差は12.25であった。

手続きとデザイン

“パーソナリティと出来事に関する調査”の名目で、講義中に質問紙への回答を求めた。実験デザインは出来事（ポジティブ・ネガティブ）×対象（自分・他者）であり、いずれも参加者間要因であった。

質問紙の構成

研究1と同様、参加者は、“過去2年間に、あなた（他者条件では、身近な知り合いの人：家族や友人を含む）に起きた出来事の中で、あなた（他者条件では、その人）が最も楽しかったり嬉しかったり（ネガティブ条件では悲しかったり苦しかったり）したことについて思い出し、詳しく記述する”よう求められた。その後、出来事の時期、その人との関係（他者条件のみ）に回答し、また想起した出来事の強さを“非常にネガティブ（1） - 非常にポジティブ（9）”で評定した。

次に、出来事後のあなた（or その人）について、研究1と同様の27の項目に対して“全くあてはまらない（1） - 非常にあてはまる（5）”の5段階で回答した。また、出来事前のあなた（or その人）についても同様の項目に対して回答した。⁵⁾

結果

出来事後と出来事前の評価

研究1と同様に、出来事後および出来事前の対象についてたずねた27項目の評定値を合計し、それぞれ出来事後の評価（ $a=.91$ ）・出来事前の評価（ $a=.88$ ）とした。これを従属変数として分析に用いた。

出来事の時期

出来事の時期についてたずねた項目より、12ヶ月（1年）以内の出来事を想起した条件（近条件、 $n=60$ ）と13ヶ月以上前の出来事を想起した条件（遠条件、 $n=40$ ）とに参加者を分けた。

出来事前後の評価に対する対象・出来事・時期の影響

仮説の検討のため、上記の得点に対し、2（対象：自分・他者）×2（出来事：ポジティブ・ネガティブ）×2（出来事の時期：近・遠）×2（評価：出来事前・出来事後）の分散分析を行った。最後の評価のみが参加者内要因であった。⁶⁾

その結果、対象の主効果（ $F(1,92)=4.55, p<.05$ ）、出来事の主効果（ $F(1,92)=3.76, p<.06$ ）、時期の主効果（ $F(1,92)=3.95, p<.05$ ）にそれぞれ有意もしくは有意に近い傾向が認められた。他者条件の方が自分条件よりも評価が高かった（ $M_s=121.00$ vs. 117.38 ）。またポジティブ条件の方がネガティブ条件よりも評価が高かった（ $M_s=123.25$ vs. 115.72 ）。さらに、近条件の方が遠条件よりも評価が高かった（ $M_s=122.28$ vs. 114.73 ）。

また、対象×出来事の交互作用効果（ $F(1,92)=4.21, p<.05$ ）、対象×評価の交互作用効果（ $F(1,92)=2.88, p<.10$ ）、対象×出来事×評価の交互作用効果（ $F(1,92)=7.37, p<.01$ ）に有意もしくは有意に近い傾向が認められた。さらに、対象×出来事×出来事の時期×評価の交互作用効果にも有意に近い傾向が認められた（ $F(1,92)=3.84, p<.06$ ）。

上記の4要因の交互作用効果について理解す

るため、出来事の時期ごとに2（対象）×2（出来事）×2（評価）の分散分析を行った。その結果、出来事の時期が1年以内であった近条件においては、対象×評価の交互作用効果に有意に近い傾向が認められた（ $F(1,56) = 3.31, p < .08$ ）。自分条件においては出来事前よりも出来事後の評価が高いのに対し、他者条件においては出来事後よりも出来事前の評価が高かった。また、出来事×評価の交互作用効果が認められた（ $F(1,56) = 5.74, p < .05$ ）。ポジティブな出来事に関しては、出来事後の方が出来事前よりも評価が高いのに対し、ネガティブな出来事に関しては、出来事前の評価が出来事後の評価よりも高かった。対象×出来事×評価の交互作用効果は有意でなかった（ $F(1,56) < 1, ns$ ）。

対照的に、出来事から1年以上経過している遠条件においては、対象×出来事（ $F(1,36) = 4.66, p < .05$ ）、対象×評価（ $F(1,36) = 3.62, p < .07$ ）の交互作用効果のほか、対象×出来事×評価の交互作用効果も有意に認められた（ $F(1,36) = 7.11, p < .05$ ）。自分条件ではネガティブな出来事後の評価が高くなっているのに対し、他者条件ではネガティブな出来事後の評価が低くなっていた。ネガティブな出来事前よりも出来事後の自己評価を高く評定する傾向は、想起した出来事から時間が経過している場合に強く見られることが示された。Figure 2に各群の平均値を示す。

考察

研究2では、研究1のように成長の知覚の指標を出来事後と出来事前の差分を用いて検討する方法ではなく、出来事後ならびに出来事前の特点を用いて分析したことで、人が1年より前に経験したネガティブ出来事前の自己評価を下げ、出来事後の自己評価を上げることにより自己の成長を知覚していることが示唆された。しかしこうした効果は、1年以内に起きた出来事に対しては認められなかった。また他者のネガティブ出来事の場合には、その時期に関わらず出来事後の他者評価が、出来事前の評価よりも低く評定された。これらの結果は、ネガティブな出来事の経験に対する自己と他者の認知が異なることを示している。

ただしこの結果には別の解釈可能性もある。すなわち、ネガティブ出来事の経験における自己と他者の認知の相違は、想起した出来事の強さが異なることにより生じたものかもしれない。この点について検討するため、出来事の強さについてたずねた項目得点に対し、2（対象）×2（出来事）の分散分析を実施した。その結果、出来事の主効果のみ有意に認められたが（ $F(1,92) = 367.06, p < .001$ ）、その他の主効果・交互作用効果とも認められず、上記の解釈の可能性はないと考えられた。

今後の課題としては、出来事の強さを操作し

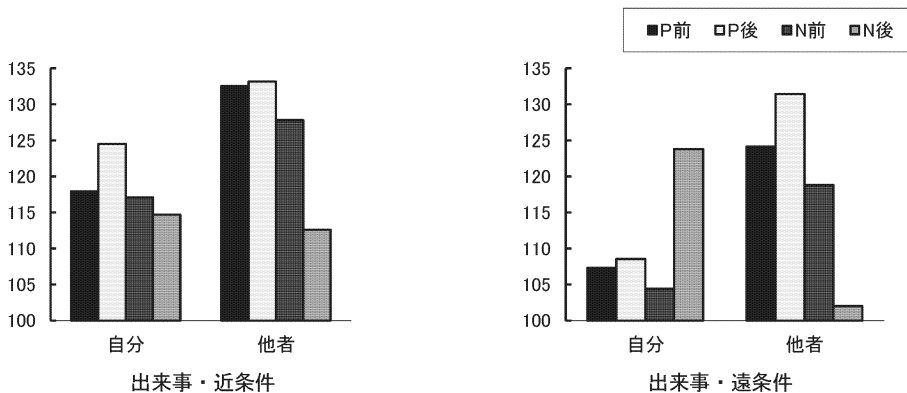


Figure 2 各群の評定得点平均

て実験を実施し、本研究と同様の結果が認められるのか検討する必要性が挙げられる。

研究3

研究1ならびに研究2では、人は他者より自分の方が出来事の実験によって成長したと知覚することが示された。さらに出来事の強度の違いについて検討したところ、出来事のヴェインレンスによって異なる影響が示された。ポジティブな出来事の実験を想起した場合には、出来事の強さは成長の知覚に影響を及ぼさなかった。対照的に、ネガティブな出来事の実験を想起した場合には、その内容が深刻なときにはそうでないときに比較して、自分の成長の程度を大きく知覚することが示された。また研究2では、こうした効果が出来事の時期によって調整され、遠い過去のネガティブな出来事に対して、近い過去のネガティブな出来事に対してよりも効果が大きいことも示された。これらの結果は、経験した深刻な出来事によってネガティブな感情が生じ、それに対処するために人は自分の成長を大きく知覚する可能性を示唆するものである。

しかしながらではこれまでの研究では、出来事の強さに関して実験的に操作しておらず、上記の解釈可能性について検討の必要性がある。そこで研究3ではネガティブな出来事を想起する条件のみ設け、出来事の深刻さを操作して上記の効果に関して検討する。深刻な出来事を想起した場合には、比較的深刻でない出来事を想起した場合よりも、自己の成長が大きく知覚されるだろう。

方法

実験参加者

都内私立女子大学の学生146名(女性)。そのうち、従属変数の回答に欠損のあった13名を除く133名を分析の対象とした。平均年齢は18.57歳、標準偏差は0.73であった。

手続きとデザイン

“パーソナリティと出来事に関する調査”の名目で、講義中に質問紙への回答を求めた。実験デザインは対象(自分・他者)×ネガティブ出来事の強さ(弱・強)であり、いずれも参加者間要因であった。

質問紙の構成

“過去2年間に、あなた(他者条件では、身近な知り合いの人:家族や友人を含む)に起きた出来事の中で、あなた(他者条件では、その人)が最も(弱条件では、少し)悲しかったり苦しかったりしたことについて思い出し、詳しく記述する”よう求められた。その後、出来事の時期やその人との関係(他者条件のみ)に回答した。次に、記述した出来事があなた(その人)にとってどのようなことであったか、“非常にネガティブ(1) - 非常にポジティブ(9)”で回答した。また出来事後のあなた(その人)について、研究1ならびに研究2と同様の27の項目に対して“全くあてはまらない(1) - 非常にあてはまる(5)”の5段階で回答した。また、出来事前のあなた(その人)についても同様の項目に対して回答した。

結果

実験操作チェック

出来事についてたずねた項目得点に対する弱条件と強条件の t 検定を行ったところ、有意な差が認められなかった($t(124) = 1.28, ns$)。そこで、出来事の強さに対する操作が成功した参加者のみを分析の対象とすることとし、想起した出来事をネガティブと評定した参加者113名(同項目に対して5点未満を回答)のデータを以下の分析に用いた。

出来事前と出来事後の評価

出来事後および出来事前の対象についてたずねた27項目の評定値を合計し、それぞれ出来事後の評価($a = .89$)・出来事前の評価($a = .88$)

とした。

出来事前後の評価に対する対象・出来事の強さの影響

仮説の検討のため、2（対象：自分・他者）×2（出来事の強さ：弱・強）×評価（出来事前・出来事後）の分散分析を行った。評価の要因のみ参加者内要因であった。⁷⁾ その結果、対象の主効果が有意であり（ $F(1, 109) = 38.94, p < .001$ ）、他者条件の方が自己条件よりも評価が高かった（ $M_s = 118.56$ vs. 104.43 ）。出来事の強さの主効果と評価の主効果は有意ではなかった。また、対象×評価の交互作用効果（ $F(1, 109) = 14.08, p < .001$ ）と対象×出来事の強さ×評価の交互作用効果が有意に認められた（ $F(1, 109) = 4.48, p < .05$ ）。

上記の3要因の交互作用効果について理解するため、出来事の強さごとに対象×評価の分散分析を行ったところ、弱条件においては有意な交互作用効果が認められなかった（ $F(1, 52) = 1.76, ns$ ）。対照的に、強条件では有意な交互作用効果が認められた（ $F(1, 57) = 14.48, p < .001$ ）。このことは出来事が深刻な場合の方が、出来事前の自己の評価を低め、他者の評価を高める傾向が強いことを示している。Figure 3に各群の平均値を示す。

考察

研究3では、研究1ならびに研究2と同様、ネガティブな出来事を経験すると人は自己の成長を知覚することが確認された。同様に他者がネガティブな出来事を経験した場合でも、他者よりも自分の方が成長の知覚が大きかった。研究3ではネガティブ出来事の深刻さを実験的に操作して検討したところ、これまでの研究と同様に、上記の効果は特に深刻なネガティブ出来事の場合に大きいことが示された。

研究3では研究2と同様の方法、すなわち出来事後ならびに出来事前の得点を用いて分析したことで、人が出来事前の自己評価を下げることで成長を知覚することが明確に示された。これらの結果は、本研究が想定する効果の頑健さを示すものである。

しかしながら、研究3では出来事の強さの操作が成功した参加者のみを分析の対象としていた。今後、操作方法を変更するなどして追試し、さらに検討する必要があると考えられる。

全体考察

3つの研究を通じて、人はネガティブな出来事を経験後に、経験前の自己評価を低めることで自己の成長を知覚することが示された。対照的に、身近な他者がネガティブな出来事を経験

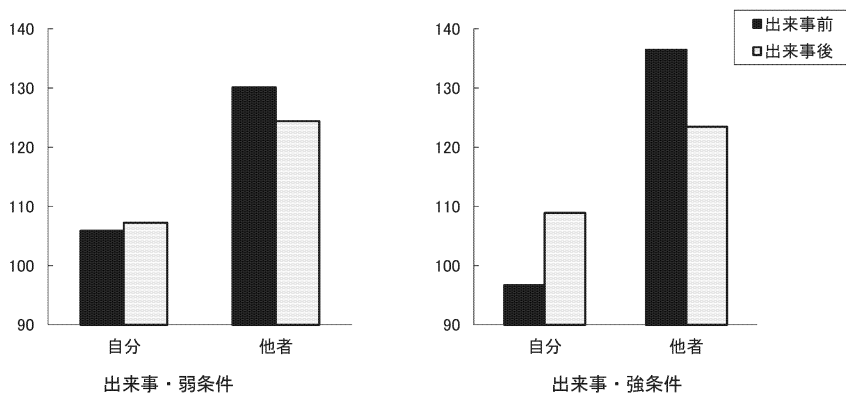


Figure 3 各群の評定得点平均

したとしても、成長は知覚されず、逆に出来事前の評価の方が高かった。自己の成長の知覚は、ポジティブな出来事に対しては小さく（研究1）、ネガティブな出来事が深刻な場合の方が大きかった（研究2）。またネガティブな出来事が近い過去の場合よりも遠い過去の場合に大きかった（研究2）。このように効果を調整する要因を見出したことは本研究が寄与する点である。さらに、ネガティブ出来事の深刻さを実験的に操作した研究3でも、上記の効果の頑健さが示された。また研究2では、参加者を社会人学生としたことで、自己高揚の傾向の高い青年期のみならず幅広い年齢層における効果も見出した。その一方で、この効果が身近な他者に対しては認められなかったことは、人はネガティブな出来事によって成長するものだという暗黙の人間観が働いた可能性は低いと考えられる。

今後の研究課題としては、以下の点が挙げられる。第一に、研究で示された効果のメカニズムに対する詳細な検討である。本研究ではネガティブ出来事の経験を想起することによって生じたネガティブ感情改善動機によって、自己の成長が知覚されるというプロセスを想定した。ネガティブ感情が生じるという事態は人にとって脅威的な状況であると考えられるため、こうした解釈は問題にて前述した継時的自己評価仮説の限定性に関する議論とも一貫する。本研究結果においてポジティブ出来事条件では効果が小さかったことも、こうした解釈を支持するものであろう。しかしながら、こうした結果はネガティブ感情を改善する必要がないような場合でも、過去の自己が低く評価されたという研究知見（工藤・遠藤，2007）とは異なるものである。ただし、工藤・遠藤（2007）では現在の自己評価を高める手続きをあらかじめ取っており、実験参加者は高められた自己評価を係留点として過去を評価したため、過去の自己評価が相対的に低められたのかもしれない。すなわち、過去の自己評価の低下という現象が示されたとしても、動機的なプロセスと知覚的なプロセスそれぞ

れが働く可能性があり、必ずしも本研究や先行研究（McFarland & Alvaro, 2000）が仮定する動機的なメカニズムを否定するものではないだろう。工藤（2008）が論じるように、過去の自己評価を低める効果に対して単一に動機解釈をすることの妥当性に関しては、今後さらに検討する必要があるだろう。

第二に、本研究で認められた効果に対して動機解釈が可能であったとして、その動機が想定されるような感情改善動機か、あるいは自己高揚動機かという点に関しても議論が必要である。本研究では出来事のヴェイレンスを操作するために、ポジティブもしくはネガティブな出来事を想起させた。この操作は感情に関わる研究において、感情導出の方法としてしばしば用いられる操作方法である。しかしながら、この方法は感情と同時に自尊心の高低を一時的に操作してしまう可能性もある。この点を明らかにするひとつの方法として、自尊心とは区別されるネガティブ感情に対する期待感の程度（田中・沼崎，2008）を用いて検討し、本研究で認められた効果がその程度によって調整されるかどうか確認することも可能であろう。

こうした今後の検討課題はあるものの、本研究により明らかになったこと、すなわち人が自己の成長を主観的に知覚するという点、また特にネガティブな感情状態が生じるような状況においてその働きが示されるという点は、経験に対する人の心理的柔軟性を示した知見といえよう。こうした方略が取れるからこそ、人は否定的な出来事の経験にも対処できうるのかもしれない。さらに実証的な検討が進み、この現象のメカニズムが明らかになることが望まれる。

引用文献

Festinger, L. (1954). A Theory of social comparison processes. *Human Relations*, 7, 117-140.

工藤恵理子（2008）. 現在の私によって作られる過去の“私”：想起された過去の自分に

- 関する社会的認知研究 心理学評論, 51, 82-94.
- 工藤恵理子・遠藤由美 (2007). 過去の自己評価は現在自己評価維持のためにつくられるのか 日本社会心理学会第 48 回大会発表論文集, 88-89.
- McFarland, C & Alvaro, C. (2000). The impact of motivation on temporal comparisons: coping with traumatic events by perceiving personal growth. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79, 327-343.
- Ross, M., & Wilson, A. E. (2002). It feels like yesterday: Self-esteem, valence of personal past experiences, and judgments of subjective distance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 792-803.
- 高田利武 (2011). 新版 他者と比べる自分: 社会的比較の心理学 サイエンス社
- 田中知恵・沼崎誠 (2008). ネガティブ・ネガティブ・ムード制御方略に対する期待感の効果 心理学研究, 79, 107-115.
- Tesser, A. (1988). Toward a self-evaluation maintenance model of social behavior. In L. Berkowitz (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (Vol.21, pp.181-227). New York: Academic Press,
- Wilson, T. D., & Gilbert, D. T. (2008). Explaining away: A model of affective adaptation. *Perspectives on Psychological Science*, 3, 370-386.
- Wilson, A. E., & Ross, M. (2001). From chump to champ: people's appraisals of their earlier and present selves. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 572-584.
- 2) この手続きの後, 参加者には感情に関する尺度項目にも回答を求めた。本研究ではそのデータを含めた分析を省略して報告する。
 - 3) この得点の算出方法は先行研究 (McFarland & Alvaro, 2000) と同様である。なお, 出来事前の平均得点は Figure1 の左の群から順番に, 109.25, 126.36, 98.86, 126.09, 108.91, 130.63, 124.31, 122.20 であった。出来事後の平均得点も同様に, 127.38, 143.92, 122.57, 133.91, 119.33, 125.13, 128.62, 115.80 であった。
 - 4) 各群の参加者は9名~14名であった。
 - 5) 参加者の回答しやすさを考慮し, 以降の研究では従属変数の測定において5段階評定を用いた。
 - 6) 各群の参加者は11名~16名であった。
 - 7) 各群の参加者は 24 ~ 31 名であった。

脚注

- 1) 本研究の一部は日本心理学会第 69 回大会, 日本心理学会第 70 回大会, 日本社会心理学会第 47 回大会にて発表された。

Effects of experienced events on perception of growth

Tomoe TANAKA (Faculty of Psychology, Meiji Gakuin University)

Abstract

People who have experienced negative events perceive their growth by derogating previous self-evaluations (McFarland and Alvaro, 2000). In this study, a positive event condition was developed to investigate the possibility that motivation for improving negative affect underlies this effect. Results indicated that participants perceived that they have grown through the events more than their acquaintances. However, such differences between the self and others were not found when the events were less serious. The strength of positive events had no effect on perceived growth (Study 1, Study 3). Moreover, participants perceived growth when asked about negative events from the distant past, whereas this effect was not seen for recent events (Study 2). The possibility that motivation for improving negative affect underlies these effects is discussed.

Key words : motivation of affect repair, experienced events, perceived growth, self-cognition