



はしがき

わたしたちが抱える「息苦しさ」に立ち向かい、社会を動かし変えていくために社会心理学はどう貢献できるのか、それが本書のキーコンセプトです。世の中にはすでに多くの社会心理学の優れたテキストが出版されています。そのなかでも、本書は、読者と一緒になって考え、さまざまな身近な問題を解きほぐしていくことを目指しました。単に応用的な知識の活用方法を紹介するのではなく、人間や社会を理解する際の社会心理学の発想が理解できるようになるということを重視しました。

社会心理学は、これまで広範囲にわたって数多の研究が蓄積され、進歩してきています。その一方で、研究成果の科学としての評価や研究倫理も課題となってきています。本書では社会心理学の基本的な考え方をできるだけ丁寧に説明し、それを使ってわたしたちを取り巻く問題について考え、解決していけるよう、工夫を凝らしました。社会心理学の発展に寄与してきた有名な実験についても、その実験の参加者の視点に立ったり、オンラインで実際に参加できるようにしたりして、ある状況において「自分だったらどうするか」を考えてもらえるようにしました。

現実の生活において、社会心理学の実験から得られた知見がそのまま使えるとは限りません。なるほど社会心理学で習ったとおりだと実感できることは大事ですが、むしろそれが裏切られたときこそ、もう一度、社会心理学の基本的な考え方に立ち返って、自分の頭で

考えてみてください。そして皆さん自身の経験をもとに、本書で説明されている内容に自分の言葉で反論してみてください。

本書1冊だけで社会の問題を解決するための発想を身につけることができるわけではありません。限られた紙面でできるだけの説明を試みましたが、学問の地平は広大です。社会心理学の知見を理解し、それを使ってさまざまな葛藤を乗り越えることで、未来をよりよい方向に書きかえていけるのだと信じています。

本書の構想と使命を最初に有斐閣編集部から受け取ったのが、「コロナ危機」で厳しい行動制限がかかるドイツでの在外研究中の2021年初夏のことでした。日本とはまた異なった息苦しさのなかで、いったいどんなテキストを作っていったらよいのだろうと、率直にいて不安もありました。それでもその年の秋から著者3名、編集部の中村さやかさん、渡辺晃さん、猪石有希さんと検討を開始し、皆がチーム一丸となって定期的にオンラインでの会合を開き、また日々メールやビジネスチャットツールでの連携を重ねながら執筆を進め、本書を世に送り出すまでに至ったことをたいへんうれしく思っています。

社会は常に変化しています。そうした変化や学問の進展に応じて、とどまることなく、さらに新たな知見をいきいきと紡いでいく必要があると考えています。読者の皆さんと本書を足がかりに新たな社会心理学を探求し続けることができれば幸いです。

2024年9月

著者を代表して
杉浦 淳吉

著者紹介

杉浦 淳吉 (すぎうら じゅんきち)

慶應義塾大学文学部教授

担当 序, 4, 8, 終章

主著 『暮らしの中の社会心理学 [新版]』 (共編著, ナカニシヤ出版, 2024年)
／ *Gaming as a Cultural Commons: Risks, Challenges, and Opportunities*.
(共編著, Springer, 2022年)／「合意形成ゲーム『市民プロフィール』の開
発——ドイツ・ノイス市の都市政策の社会調査事例から」 (共著, 『シミュ
レーション&ゲーミング』第31巻, pp. 27-37, 2021年)

尾崎 由佳 (おざき ゆか)

東洋大学社会学部教授

担当 1, 2, 5, 6章

主著 『自制心の足りないあなたへ——セルフコントロールの心理学』 (単著, ち
とせプレス, 2020年)／ *Counteractive control over temptations: Promoting
resistance through enhanced perception of conflict and goal value*. (共著,
Self and Identity, 16, pp. 439-459, 2017年)／「セルフコントロール尺度短
縮版の邦訳および信頼性・妥当性の検討」 (共著, 『心理学研究』第87巻,
pp. 144-154, 2016年)

村山 綾 (むらやま あや)

立命館大学総合心理学部准教授

担当 3, 7, 9, 10章

主著 『「心のクセ」に気づくには——社会心理学から考える』 (単著, 筑摩書
房, 2023年)／『やってみよう! 実証研究入門——心理・行動データの収
集・分析・レポート作成を楽しもう』 (共編著, ナカニシヤ出版, 2022年)
『偏見や差別はなぜ起こる?——心理メカニズムの解明と現象の分析』 (分
担執筆, ちとせプレス, 2018年)

Information

/// 各種ツール /// 各章には以下のツールが収録されています。

(章 頭) **Quiz クイズ**……学びへつなぐクイズ。

Chapter structure 本章の構成……章構成を一覧し、大まかな流れとキーワードを確認します。

Answer クイズの答え……Quizの答えと解説。

Introduction 導入……本章で学ぶことを確認します。

(章 末) **Summary まとめ**……本章で学んだことを振り返り、課題・展望などをまとめます。

Report assignment レポート課題……レポートを作成する際の論点に使える課題です。

Book guide 読書案内……さらに学びを深めたい人のための読書案内です。

(本文中) **キーワード**……重要語句を太字にしました。

Column コラム……各章に関連するトピックの囲み記事です。

(巻 末) **引用・参考文献**……本文中で引用・参考にした文献情報一覧です。

索引……重要用語を精選しました。

/// ウェブサポートページ ///

本書での学習をサポートする資料として、本書の各種ツールのほか、オンラインで実施できるデモ実験を用意しています。ぜひご活用ください。



https://www.yuhikaku.co.jp/yuhikaku_pr/y-knot/list/20011p/

目 次

はしがき	i
著者紹介	iii
Information	iv

序章 息苦しさを読み解く 1

社会心理学の思考法

- 1 社会心理学とはどのような学問か：本書で目指すこと 3
- 2 わたしたちを取り巻く息苦しさ：社会心理学の対象 4
「社会の問題」として捉えてみる(4) 隠されている不公正を発見する
(6) 違和感を言葉にする(8)
- 3 社会心理学の歩みを振り返る 8
行動主義(9) 社会的認知(9) 文化と心の関連(10) 適
応と進化心理学(10)
- 4 相互作用とは何か 11
心の理論と相互作用(11) 意図せざる結果(12)
- 5 実験で読み解く心理 13
実験とは何か(13) さまざまな研究方法(15)

第 I 部 社会・集団のダイナミズム

第 1 章 それはほんとうに自分が決めたこと? …………… 21 行動・意思決定に影響を与えるもの

- 1 意識しない心のはたらき：社会的認知と自動性 …………… 23
自動化された認知プロセス (23) 社会生活を営むための認知プロセス：社会的認知 (25)
- 2 経験から得た情報を蓄えて、利用する：記憶と知識表象 …………… 27
社会的認知を支えるもの：記憶 (27) 活性化された知識がもたらす影響：プライミング効果 (30)
- 3 「感じる」と「考える」は切り離せない：感情と思考 …………… 32
社会的認知に影響を及ぼすもの：感情 (32) 感情の誤帰属 (34)
誤帰属は防げるのか (35)
- 4 「自分でそう決めた」は思い込みかもしれない? …………… 36
：自動性と意思決定
選択の理由 (36) 自由意志は存在するのか (37)

コラム1 情動はどこから生まれるのか (34)

コラム2 なぜそれを選んだのか (38)

第 2 章 偏見・差別はなぜ起こる? …………… 41 他者や社会を見るバイアス

- 1 他者を知ること：対人認知 …………… 43
- 2 あの人ってどんな性格?：属性推論 …………… 44
対応推論理論 (45) 対応バイアス (46) 自発的特性推論 (46)
- 3 人を見る目に影響するもの：ステレオタイプ …………… 47
自動的なステレオタイプ化 (47) 両面価値的ステレオタイプ (50)

4	不公平や対立の生まれるところ：偏見・差別	50
	偏見や差別はなぜ消えないのか (51) BIAS マップ (52)	
5	公平な社会へ向けて：偏見・差別の解消	53
	①カテゴリ化のしかたを変容させる試み (53) ②表象間の連合を変容させる試み (54) ③ステレオタイプのあてはめを防ぐ試み (55)	
	身近な問題としての偏見・差別 (55)	
	コラム3 潜在連合テスト (48)	
第3	章 不寛容はなぜ起こる？	59
	状況の力が生み出す不安	
1	他者の意見に合わせる	61
	一時的な集団でも起こる同調 (61) オンライン状況での同調 (62)	
	同調の段階説 (65)	
2	命令システムのなかの個人：権威への服従実験	66
	状況の力 (66) ミルグラムの服従実験 (66) 代理状態としての服従 (68) 服従に関する追試研究 (69)	
3	状況をコントロールできないとき：公正世界理論	70
	当事者でない第三者の評価 (70) 公正世界理論 (72)	
4	他者に対する不寛容	73
	被害者非難と加害者の非人間化 (73) 内在的公正推論 (75) エラー管理から生まれる不寛容 (77)	
	コラム4 研究倫理について (71)	
第4	章 葛藤はなぜ起こる？	81
	いざこざから紛争まで	
1	身の回りに潜む葛藤	83
	心理的葛藤 (83) 社会的葛藤 (85) 社会的葛藤の発生と解消のP	

	ロセス (86)	内集団ひいき (88)	
2	皆は何を考えていると考えているか：ゲーム理論	……………	90
	かけひきと決断 (90)	囚人のジレンマ (92)	協力を引き出す方略 (94)
		不公正への制裁 (95)	
3	自分1人くらいは：社会的ジレンマ	……………	96
	「自分1人くらいは」の心理 (96)	社会的ジレンマの解決 (97)	
4	社会の分断と統合	……………	98
	社会的葛藤は解決できるか (98)	沈黙の螺旋 (99)	

第Ⅱ部 社会のなかの個を生きる

第5章	自分を知り、自分を動かす	……………	105
	社会と切り離せない自己のはたらき		
1	自分を知る、わたしらしくふるまう：自己認知	……………	107
	自らについて知る：自己知識 (107)	抽象化された“わたしらしさ”：自己概念 (109)	自己概念に他者が与える影響 (110)
2	他者とわたしを比べてみる	……………	111
	社会的比較 (111)	自己評価維持モデル (112)	
3	他者に見せるわたし：自己呈示	……………	114
	自己呈示とその種類 (114)	自己呈示の内在化 (114)	
4	自分を動かす：自己制御	……………	116
	目標を目指す心のはたらき (116)	他者の目標追求に影響される：目標伝染 (118)	セルフコントロールの大切さ：自制心を動かせる (119)
5	自らの行動を変え、目標を目指す：WOOP	……………	122
	①Wish (願い) (122)	②Outcome (結果) (123)	③Obstacle (障

害) (123) ④Plan (計画) (123)

コラム5 なぜ自制できないのか (121)

第6章 わたしの世界とあなたが見ている世界 …………… 127

社会的認知とバイアス

1 限られた情報を手がかりとして理解する …………… 129

：ヒューリスティクス

事前情報が判断に影響する：係留効果 (129) ヒューリスティクス (130)

2 信念や仮説に基づいて理解する：認知バイアス …………… 133

確証バイアス (133) 正常性バイアス (135)

3 自分の視点から理解する …………… 136

：自己中心性と動機づけられた認知

自己中心性バイアス (136) 行為者—観察者バイアス (137) 自己奉仕バイアス (138) 楽観バイアス (139) 計画錯誤 (140)

コラム6 ウェイソンの4枚カード問題 (134)

第7章 ぶつかりあうのは怖い? …………… 145

親密な対人関係, コミュニケーション

1 わたしたちの情報交換の手段：言語・非言語チャネル …………… 147

感情伝達機能としての顔面表情 (148) 音声的非言語チャネル?：パラ言語とは (149) よくある誤解：メラビアンの法則 (150)

2 親密な関係を促進させるコミュニケーション …………… 152

複数チャネルの連動 (152) 親密さの調整 (153)

3 仲良くなるきっかけ：対人魅力と関係の発展 …………… 154

初対面時に感じる魅力 (154) コンピュータ・ダンス実験の注意点 (155) 長期的なパートナーを選ぶときに感じる魅力 (155) 魅力

の要素 (156)

- 4 親密な対人関係の解消過程 158
関係解消に至るまでの段階 (158) 関係修復のためのコミュニケーション (159) 謝罪の重要性 (161)

第 III 部 社会を変える・動かす

- 第 8 章 社会を変える・動かすコミュニケーション 167
合意形成から行動変容まで

- 1 他者の行動で自分が変わる 169
規範の形成 (169) 記述的規範と命令的規範 (170) 知らず知らずの影響 (171) 自由を確保したい心理 (172)
- 2 人々の考え方を変えていくには 173
態度による行動の予測 (173) 説得による態度の形成 (175) 情報の送り手と受け手 (176) 説得への抵抗 (177)
- 3 社会を動かす方向を考える 178
社会を動かす最初のステップ (178) 一定の割合の人が動き出すと変わる：限界質量 (179) 皆が動き出すと変わる (182) 合意形成 (182) アクションリサーチ (183) 社会を動かしてよいのか (185)

- 第 9 章 「だれかのために」が生まれるとき 189
向社会的行動

- 1 他者を助けるための前提条件 191
：援助行動が生まれるまで
他者を助ける行動に関する用語 (191) 緊急事態の援助行動 (192)
援助行動が起こるまで：5 段階のプロセス (193)

2	「だれかのために」が生まれる背景①	195
	：至近要因からの理解	
	援助行動を引き出す背景要因(195) 他者への親切的行動のめばえ(196) 「助けたい」を生み出す共感(197)	
3	「だれかのために」が生まれる背景②	199
	：究極要因からの理解	
	困ったときはお互いさま：互惠的利他主義(199) 情けは人のためならず：間接互惠性(201) 評判の重要性(203)	
4	「助けたい」を逆手にとるさまざまな詐欺	204
第10章	チームや組織が活性化するために	207
	集団意思決定とリーダーシップ	
1	皆で何かを決めること：集団意思決定	208
	集団意思決定は偏りやすい：リスクシフトとコーシャスシフト(209) 話し合いが多数派の意見をより極端にする：集団極化(211) 少数派が影響力をもつには(212)	
2	集団意思決定における情報共有の重要性	212
	隠れたプロフィール(213) 非共有情報を共有するために(215)	
3	地位関係がある集団とリーダーシップ	216
	地位関係がある集団での意思決定(216) 古典的リーダーシップ研究：リーダー中心アプローチ(217) 新しいリーダーシップ研究：フォロワー中心アプローチ(219) これからのリーダーシップ研究(220)	
4	チーム・組織のなかでの充実した活動	221
	個人でできること：動機づけの維持(222) チームや組織ができること：心理的安全性の確保(223)	

終章	心地よさが生まれるとき	227
	社会心理学で考えてみる	
1	社会心理学を用いて社会を理解する	229
	社会心理学の理論を使ってみる(229) 状況の力(230) 実験のリアリティ(231) 行為の問題をシステムの問題として捉える(232)	
2	心地よさを作り出すために	233
	悩みごとがあるときにどうしたらいいか(233) 心地よければいいのか(235) 意見を変えることを認める(236) 立場を変えて考える(237)	
3	社会を動かすもの・変える力	238
	社会を動かしている感覚(238) 社会心理学の知見が社会を変える(239) 実験から社会を考える(240) 実験と理論から現実を捉える(242) 社会心理学の社会への実装(245)	
引用・参考文献	249
索引	261

イラスト 嶋田典彦

息苦しさを読み解く

社会心理学の思考法

序

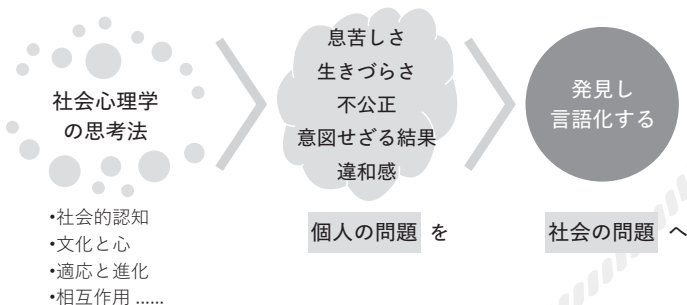
Chapter
章

Quiz クイズ

初めて「社会心理学」(social psychology)と名の付いたテキストが出版されたのは何年のことだったでしょうか。

- a. 1641年 b. 1879年 c. 1897年 d. 1908年

Chapter structure 本章の構成



Answer クイズの答え

d.

社会心理学の黎明期には、心理学的な社会心理学と社会的な社会心理学があり、それぞれの立場から書かれた最初のテキストがともに1908年に出版されています。社会心理学のはじまりは19世紀後半とされており、誕生して100年あまりの歴史をもっています。ちなみに、bの1879年はヴントが世界で初の心理学研究室を開いた近代心理学成立の年といわれています。aの1641年はデカルトの『省察』、cの1897年はデュルケームの『自殺論』がそれぞれ出版された年です。

Introduction 導入

最初に社会心理学という学問を概観していきましょう。わたしたちは、社会生活を送るなかで、楽しいこともあれば、「息苦しさ」や「生きづらさ」といったことにも直面します。こうしたことは、一見すると個人の悩みにすぎないように映るかもしれませんが、しかし、そう思わせる背景には、不平等や不公正といった社会問題が潜んでいるかもしれません。また、そうしたことに気づきにくいような問題構造があるからかもしれません。

わたしたちが意識すらできず、コントロールできない問題もあるでしょう。自分で決めていると思っていることでも、自分の考えが及びもしないところで決まっていて、それに従っているだけかもしれないと言われたら、それに対してどう答えることができるでしょうか。

こうした問いについて、社会心理学の歴史や方法を概観しながらその発想を理解し、問題を解決したり、生活をよりよくしたりするための道筋を探っていきます。

1

社会心理学とはどのような学問か

本書で目指すこと

社会心理学というと、どのようなイメージをもたれるでしょうか。本書では、社会心理学の考え方をを使って、日常のさまざまな問題を記述し、その原因や解決方法を読者の皆さんと一緒に考えていきます。そもそも、学問の目的はどのようなことにあるのでしょうか。そして何のためにそれを発展させようとするのでしょうか。その答えの1つは、「真理の探究である」ということがいえるでしょう。社会心理学の目的は、**社会における個人の心のプロセス**を明らかにすること、個人の考えや行動によって社会がどのように構成されていくのか、そうした**個人と社会との関係**を明らかにすること、ということが出来ます。そうした真理を科学的に明らかにすることで得られた知見を使って、個人や社会が抱える問題を解決することも、社会心理学の大きな目的です。

社会心理学の問いを理解し、それへの答えを見出すべく、社会心理学の知見を探究していく上で大事なことは何だと思えますか。それは、問いへの「答え」を見つけるだけでなく、答えを見つけるための**思考法**を身につけるといことです。

社会心理学は、他の学問もそうであるように、日々新たな知見が生まれ、発展してきています。社会心理学の世界でいま現在、何が研究され、どんなことが明らかになっているのかを知るのは社会心理学を学ぶ上で重要なことです。そして、社会心理学の発想を身につけるには、それが誕生して以来、何を問題とし、どのように答えを見つけようとしてきたのかを知ることが役立ちます。そういった意味で、社会心理学の古典的研究に目を向けてみるのが有効なの

です。

社会心理学の古典的な理論の1つ、**認知的不協和理論** (cognitive dissonance theory ; Festinger, 1957) を例にとってみましょう。これはある事柄について心の中で矛盾する2つの認識 (これを「不協和」と呼びます) があるとき、その矛盾からくる不快感を減らすために認識や行動が変化するようになるというものです。ダイエットを例に考えると、「健康のために甘いものを控えよう」という意思と「甘いものを目にするについ食べてしまう」という自覚とが矛盾することにすぐに気づけるでしょう。そんなとき、わたしたちは「まあ、いいか」とか、「疲れているから甘いものを食べて元気を出そう」とか言い訳を考え、心の中での矛盾 (不協和) を低減させるような心理が働きます。こうした考え方は「自分の考えを一貫したものにしておきたい」という原理に基づいており、**認知的一貫性理論** (cognitive consistency theory) として大きくまとめることができます。この発想を活用することで、心の中の何と何が矛盾しているのかを分析することもできるようになります。

2

わたしたちを取り巻く息苦しさ

社会心理学の対象

□ 「社会の問題」として捉えてみる

社会心理学の特徴として、個人と社会との関係を考える学問である、という点があります。わたしたちは社会のなかでさまざまな対人関係をもちながら暮らしています。楽しいこともあります、息苦しいと感じることもあるでしょう。社会心理学に関心を持ち、学んでいくことで、個人の悩みを解決するのに役立てることもできます。それにはただ知識を覚えるというのではなく、知識を使って考

それはほんとうに 自分が決めたこと?

第

1

行動・意思決定に影響を与えるもの

Quiz クイズ

アメリカ国内で1980年代に行われた実験 (Schwarz & Clore, 1983) では、天気が晴れの日、もしくは雨の日のいずれかに、ランダムに選ばれた番号に電話をかけて、インタビューが行われました。このとき、「あなたはどのくらい人生に満足していますか? 1点から10点の間でお答えください」という質問に対し、晴れの日インタビューを受けた人々の回答平均は6.57だったそうです。では、雨の日と同じ質問をされた人々の回答平均は、いくつだったでしょうか。

- a. 4.86 b. 5.52 c. 6.47

Chapter structure 本章の構成



- ・記憶・知識
- ・感情

意識しない
心のはたらき

- ・自動化された認知

息苦しさ
思いどおりにならない
「自分で決めた」は
思い込み?

- ・意思決定・選択
- ・自由意志

Answer クイズの答え

a.

雨の日のほうが晴れの日よりも、人生に対する満足度が低いという結果でした。天気の良い悪しが判断に影響していたことがうかがえます。ただし、こうした影響に人々はたいてい気づきません。

Introduction 導入

本章のテーマは、**社会的認知と自動性**です。社会的認知とは、人間が自らを取り巻く社会的環境のありさまを理解し、それに対して働きかけることを指します。この認知に関わる心のはたらき（情報処理プロセス）は、とても効率的で、その大半が非意識的・自動的に進行するといわれています。

1節では、わたしたち人間が複雑な社会的環境に囲まれながら、状況に応じた適切なふるまいをスムーズに実行していくために、自動的な認知プロセスが必要不可欠なはたらきをしていることを解説します。では、認知の自動性は、どのようなしくみによって可能になっているのでしょうか。続く2節では、自動的な認知プロセスが記憶システムによって支えられていることを説明します。その次の3節では、認知プロセスにおける感情の役割について取り上げます。最後に4節では、こうした認知の自動性によって、時にわたしたちが感じる「息苦しさ」に注目します。認知プロセスが自動的に進行するがゆえに、意図したとおりに自分の反応をコントロールできず、はがゆい思いをすることもあるでしょう。また、自分自身の思考や行動について「自ら意思決定して、意図的にコントロールしている」と考えるのは、もしかすると思ひ込みにすぎないのかもしれませんが。こうした「必ずしも思ったとおりにならない」問題は、後続の章で取り上げるような、人間関係や社会のさまざまな課題にも関係しています。

1

意識しない心のはたらき

社会的認知と自動性

◇ 自動化された認知プロセス

心理学における認知 (cognition) という用語は、人間が環境のありさまを知り、それに対して働きかけることを指します。ここでいう「環境」とは、人間を取り巻くすべてのものごとを意味しており、空間的にも時間的にも幅広いスパンをもちうるものです。すぐ目の前にある身近な環境から、はるか遠く離れた見知らぬ場所まで。いまここで起きていることから、過去に起きたこと、そして未来に起きうることまで。わたしたち人間は、知覚や記憶といった認知機能を使って、こうした環境についての情報を取り入れ、保存します。さらに、それらの情報を利用して、思考し、行動します。こうした心のはたらきを、心理学では「認知」と呼んでいます。

例えば、「階段を昇る」という日常的な行為を取り上げて、認知のはたらきについて考えてみましょう。このときに中心となる環境要因は、「階段」です。目の前にある階段を一目見るだけで、あなたの脳はその奥行きを計算し、立体的な構造を把握します。そして、どのくらいの角度で足を持ち上げて踏み込めばよいかを判断して、身体全体がバランスよく動くように制御します。こうした認知の過程 (プロセス) は、きわめて効率よく短時間のうちに、意識されることなく進行します。ですから、わたしたちは階段を目前にして「うーん、段差は何センチあるかな」と考えるために立ち止まったり、その段差に目を凝らしながら慎重にそろそろとつま先を降ろしたりする必要はありません。迷いなく、そして流れるような動作で、あなたは階段を昇っていくことでしょう。それは、過去にさまざま

な階段の昇り降りを何千、何万回も繰り返した経験を通じて、知覚と対応した行動制御を十分に学習したおかげです。つまり、経験の反復によって一連の動作が記憶され、自動的な認知プロセスとして実行されるようになったのです。

もう1つ例を挙げます。階段は固定された静的な環境要因といえますが、今度は、もっと急激な変化と動きを伴う状況について考えてみましょう。あなたが道を歩いていると、突然、背後でガシャンと大きな音がしました。あなたは思わず飛びのいて、身をすくめます。心臓がドキドキしているのを感じながら恐る恐る振り返って見ると、すぐ背後で自動車がガードレールに突っ込み、歩道に乗り上げていました。幸いなことに怪我人はいない様子ですが、もし自分があのととき瞬時に飛びのいていなかったらどうなっていたか……と思うと、あなたは恐ろしくなって身震いました。こうした危機的な状況の知覚や、それに対するとっさの行動制御と身体的感覚の経験などにも、素早く一瞬のうちに進行する認知プロセスが関与しています。「これは危ない状況だな、よし、避けよう」などとのんびり考えている余裕はありません。聴覚系で大きな音が知覚されるや否や、意識の介在しない瞬時の判断と行動制御によって、危険から身を守る反応が生じたのです。また、このプロセスには“驚き”や“恐怖”といった感情も関わっています。これらの反応は、経験から学習されたものというよりも、生物進化の過程で獲得されてきたもの、すなわちすべての人間が生まれながらにもっている心のしくみが大きく関与しています。

ここで説明したかったのは、人間の認知プロセスがどれほど自動化されていて、効率的なものであるかということです。そのプロセスでどのような情報処理が生じているのかについて、本人が意識することはほとんどありません。しかしながら、改めて考えてみると、

不寛容は なぜ起こる？

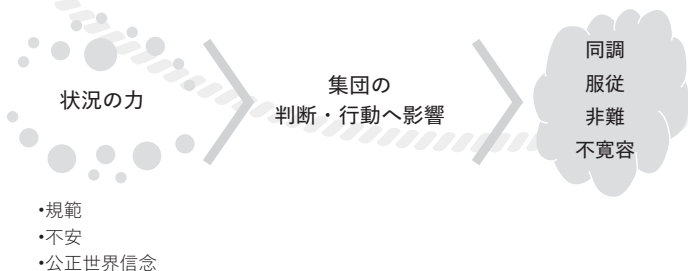
状況の力が生み出す不安

Quiz クイズ

2020年7～8月、日本・アメリカ・中国の3カ国それぞれ1000～1万2000人を対象にした意識調査（三浦ほか，2020）で、「新型コロナウイルスへの感染は自業自得だと思う」という項目に「そう思う」と答えた人の各国の割合は以下のとおりです。このうち日本の結果はどれでしょうか。

- a. 1.0% b. 4.8% c. 11.5%

Chapter structure 本章の構成



Answer クイズの答え

c.

日本 11.5%，中国 4.8%，アメリカ 1.0% でした。全体的に見ると「自業自得」と思っている人は少数派ではありますが、日本は他国と比べてその割合が大きいことがわかります。

Introduction 導入

わたしたちの判断や行動は、周囲の人々や環境から影響を受けます。また、新聞、テレビ、インターネットなどを通して目にする情報も、わたしたちの感情や態度、行動に影響を及ぼします。例えば、人が傷つけられた事件のニュースを聞けば、自分とは直接関係がなくとも不安になり、同時にその事件の加害者に対しては憤りを覚えるでしょう。また、「なぜこんなことが起こってしまったのか」と、事件の原因について考えることもあります。不安や憤りの感情、そして、事件や事故の原因がはっきりとしない不確実な状態は、わたしたちの心を不安定にします。そのような不安定な心に安寧を取り戻す過程で、自分勝手なものごとの解釈をしてしまったり、周囲の人々に不寛容な態度を示したりすることがあります。

本章では、わたしたちの行動が、周囲の環境から容易に影響を受けることについて、1, 2 節で古典的な社会心理学の研究を紹介しながら説明します。その後、自分でコントロールできない「状況の力」に直面したときの反応を 3 節で説明します。他者への不寛容なふるまいやその背景要因についても、4 節で考えます。

1

他者の意見に合わせる

友人たちと一緒にご飯を食べに行くことになり、何を食べようかと話している場面を想像してください。あなたはハンバーガーを食べたい気分でしたが、他の友人が先に「ラーメンを食べたい」と発言しました。他の友人たちもラーメンを食べに行くことに賛成しました。あなたはこの状況で、どう反応するでしょうか。おそらく、よほどラーメンが苦手ではない限り、「(皆ラーメンがいいみたいだから) 私もラーメンに賛成」と言うでしょう。このように、集団内の多数派に自分の意見を合わせるということはよく見られますが、社会心理学では**同調 (conformity)**と呼んでいます。

なぜ私たちは多数派の意見に同調するのでしょうか。皆で何を食べに行くか決めるとき、そこに「正しい回答」はありません。ゆえに同調する理由としては、仲間はずれにされたくないからとか、集団の和を乱したくないからなどが考えられます。また、たとえ「正しい回答」が存在したとしても、自分の判断に自信がない場合には、集団の多数派の意見を参照して自分の判断を決めることがあります。多数派の意見に従っておけば、万が一間違えたときにも恥をかくことはないでしょう。ラーメンの例のように、集団内の人間関係を重視するために他者の意見を参照する場合は**規範的影響**、難しい課題の例のように、正しさを重視するために他者の意見を参照する場合は**情報的影響**を受けているといわれます (Deutsch & Gerard, 1955)。

□▷ 一時的な集団でも起こる同調

では、一時的に集められた集団で、正解のある簡単な問題について

て判断するときには同調は起こらないのでしょうか。ほんの少しの時間、集団として活動するだけなので、その先の関係性のことなどは気にする必要はありません。また、簡単な問題であればわざわざだれかの答えを参照せずとも正答できます。アッシュは、個人で行えばほとんど間違えることのない課題を用いて、このことについて実験的に検証しました（Asch, 1955）。

実験は7～9名の集団で実施されました。そのうち真の参加者は1名だけで、それ以外は実験者の指示どおりの行動をとる協力者でした。真の参加者はもちろんそのことは知りません。実験では、図3-1のような複数の線分を見せられた後、①の線分と同じ長さの線分を②の1～3から選んでくださいと言われます。参加者が1人で回答した場合は、想定どおり正答率は99%以上でした。しかし、真の参加者以外の実験協力者が一致して間違った回答をすると、正答率が63.2%まで減り、他の人たちの意見に同調して真の参加者も誤答する傾向が確認されました（図3-2）。わたしたちはたとえ初対面の、一時的に活動をとにもするだけの人たちで形成された集団であっても、規範的影響を受けて多数派と一致した回答をしがちなのです。

□ オンライン状況での同調

ペルフィーミら（Perfumi et al., 2019）は、オンライン状況でも対面状況と同じように同調が見られるかどうかを検証するために、アッシュの線分判断課題の状況をオンライン上で再現しました。具体的には、真の実験参加者1名と、オンライン上の架空の参加者6名の合計7名を1グループとした実験状況を設定しました。架空の参加者6名は、事前のプログラムに沿って回答をするボットで、アッシュによる対面実験における実験協力者の役割を担っています。

図 3-1 アッシュが用いた線分判断課題の例

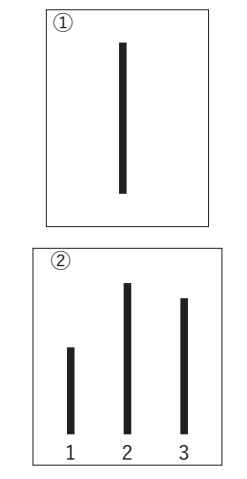
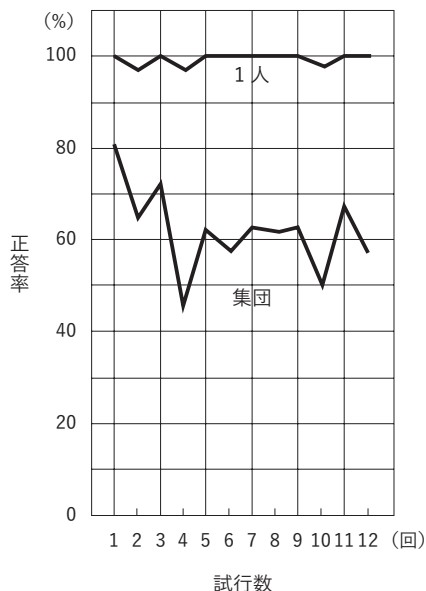


図 3-2 1人と集団の場合での正答率



(出所) Asch, 1955 をもとに作成。

アッシュが用いた簡単な問題を対象とする条件に加えて、他者の意見を参

照したくなるような難しい課題も複数用意し、規範的影響と情報的影響の両方の効果を調べました。

この研究では、オンライン実験の特徴を活かして、匿名性と実験環境に関する独自の条件も設定しました。匿名条件では、参加者はパソコンの画面上では番号で識別されますが、非匿名条件では参加者の氏名が表示されるようにしました。実験環境について、物理的隔離条件では1セッションに1名だけ、参加者が実験室に呼ばれました。一方、集団条件では1セッションに6~8名の参加者が実験室に呼ばれ、参加者はそれぞれ別のパソコンに向かって、独立にオンライン実験に参加しました。2つの条件の違いは、実験室に自

索引

事項索引

■アルファベット

BIAS マップ 52

IAT →潜在連合テスト

PM 理論 217

WOOP 122

■あ 行

アクションリサーチ 183

アクティブ型 220

アッシュの(同調)実験 62, 64, 65,
99, 170, 235, 241, 243

誤った関連づけの認知 16

アンケート調査 183

暗黙の調整 94

閾下呈示 49

意思決定 37

一貫性の原理 85, 177

一体性の原理 171

意図 174

インフォームド・コンセント(事前説
明) 71

ウェイソンの4枚カード問題 134

影響力の武器 171

エコーチェンバー 235

エラー管理理論 77

援助行動 190

応報(Tit-For-Tat)戦略 94

■か 行

外見的魅力 154, 156

外集団 87, 89

隠れたプロフィール 213

仮説 14

課題遂行機能 218

活性化 28, 30, 47, 51, 54, 109, 117

活性化拡散 29

葛藤 82

社会的—— 85, 86, 91, 95, 98, 99

集団間—— 88

心理的—— 83

関係修復 161

関係の解消 158

監獄実験(ジンバルドーの監獄実験, ス
タンフォード監獄実験) 231,
233, 242

感情 24, 32, 34, 36, 50, 52, 148,
149, 151

——の誤帰属 35

関与度 112

記憶 27, 44, 46, 173

記憶システム 27, 47, 108–110, 117

希少性の原理 172

期待価値理論 222

規範 170

記述的—— 170

命令的—— 170

規範感 174

- 規範的影響 61, 63, 64, 170, 182, 211
- 気分 33
- 基本的帰属の誤り →対応バイアス
- 基本6感情 148
- キャンセルカルチャー 236
- 究極要因 195, 199
- 鏡映的自己 109
- 共感 197, 203, 205
- 共感—利他性仮説 197
- 協力行動 91, 100, 181, 192
- 虚偽の説明 →デセプション
- 近接性 112, 156
- クールシステム 121
- 計画錯誤 140, 234
- 係留効果 129
- 結果 →従属変数
- ゲーム理論 86
- 権威の原理 176
- 原因 →独立変数
- 原因帰属 9, 139
- 限界質量 181
- の法則 100, 182
- 研究倫理 71, 155, 231
- 言語的コミュニケーション 147
- 賢馬ハンスの逸話 13
- 合意形成 182, 209
- 好意の原理 176
- 好意の返報性 176
- 向社会的行動 191
- 公正世界仮説 73
- 公正世界理論 72, 239
- 構造変革アプローチ 97
- 後続刺激 →ターゲット
- 行動コントロール感 174
- 行動主義 9
- 行動への態度 174
- 行動論的アプローチ 217
- 合理的行為モデル 173
- 互惠性 202, 205
- 間接—— 202
- 直接—— 201
- 互惠の利他主義 200, 202
- 心の理論 11, 197
- コーシャスシフト 210, 211
- コミットメント 157, 158, 160, 177, 184
- コンティンジェンシー（状況即応）モデル 219
- コンピュータ・ダンス実験 155
- さ 行
- 再カテゴリ化 54
- 最後通牒ゲーム 95
- 最小条件集団 88
- 詐欺 204
- 錯誤相関 16, 51
- ザッツ・ノット・オール技法 172
- 作動的自己概念 109, 110, 115
- サーバントリーダーシップ 220
- 差別 50, 239
- サリー・アン課題 197
- ジェームズ＝ランゲ説 →末梢起源説
- ジェンダーギャップ指数 56
- 至近要因 195
- 自己 106
- 自己概念 109
- 自己高揚動機 112
- 自己効力感 205
- 自己制御 116
- 事後説明 →デブリーフィング
- 自己知覚理論 108
- 自己知識 108, 109
- 自己中心性 136
- 自己呈示 114
- 戦略的—— 114
- 自己認知 108
- 自己評価 111, 112
- 自己評価維持モデル 112
- 事前説明 →インフォームド・コンセン

ト

実験 13, 240

実験参加者 15, 237, 241

実験者 15

自発的特性推論 46

社会的想像力 6

社会規範 169

社会的決定図式モデル 182

社会的証明の原理 171

社会的ジレンマ 86, 97, 98

社会的認知 9, 25, 32
—の自動性 27

社会的比較 112

自由意志 38

従事的フォロワーシップ 70

囚人のジレンマ 92, 94, 200

従属変数(結果) 13

集団維持機能 218

集団意思決定 208

集団凝集性 87

集団極化 211

集団思考 239

周辺の態度変容 176

重要他者 110

熟慮 183

状況の力 66, 230

状況論的アプローチ 219

少数派(マイノリティ) 8, 51, 99,
212, 236

情動 33, 34, 121

情報の影響 61, 63, 64, 170, 211

素人理論 244

進化 10, 24, 33, 156, 172, 199

進化心理学 10, 240

ジンバルドの監獄実験 →監獄実験

信憑性 176

親密性 153

親密性平衡モデル 154

信頼の置き放ち理論 239

心理的安全性 224

心理的リアクタンス理論 178

スタンフォード監獄実験 →監獄実験

ステレオタイプ 47-50, 55
自動的な——化 47, 51, 54
両面価値的—— 50, 52

ステレオタイプ内容モデル 50, 52

スポットライト効果 137

正義感 196

制御幻想 238

精緻化見込みモデル 175

責任の分散 193, 194, 211

接種理論 178

接触仮説 88

説得 175

説得納得ゲーム 179

セルフコントロール 120, 121

選好 183

先行刺激 →プライム

潜在連合テスト(IAT) 47, 48, 239

相互作用 11, 64, 152, 237
実験者と実験参加者の—— 15

属性推論 44

素朴な心理学者 229

■た行

対応推論理論 45, 231

対人認知 9, 26, 43

態度 173, 234

態度変容アプローチ 97

タイプ1エラー 77

タイプ2エラー 77

代理状態 68

ターゲット(後続刺激) 31, 39

多元的無知 92, 179, 194

多数派 8, 61, 62, 99, 182, 211, 212,
235, 236

脱カテゴリー化 54

単純接触効果 157

地位勢力 219

知識表象 28, 30, 32, 47

- チャンネル 147
 - 言語—— 151
 - コミュニケーションの—— 147
 - 非言語—— 149, 151, 153
- 中心的態度変容 175
- 沈黙の螺旋 100, 182, 235
- 追従 65, 170
- 適応 10
- デセプション（虚偽の説明） 71, 155
- 手続きの公正 183
- デブリーフィング（事後説明） 71, 155
- ドア・イン・ザ・フェイス技法 171
- 同一化 65
- 同一視 211
- 動因 116
- 動機づけ 116, 139, 222
- 投資モデル 157, 158
- 同調 61, 62, 99, 135, 182, 211, 241
 - の段階説 65
- 同調圧力 169
- 道德観 196
- 特性論的アプローチ 217
- 独立変数（原因，要因） 13
- 泥棒洞窟実験 86
- な行**
 - 内在的公正推論 76
 - 内集団 54, 87, 89
 - 内集団ひいき 88, 171
 - 内的属性 44-46, 138
 - 内面化 65
 - ナッジ 117, 185
 - 二重考慮モデル 160
 - 認知 23
 - 認知資源 234
 - 認知的一貫性 4, 236
 - 認知的不協和理論 4, 5, 84, 244
 - 認知プロセス 139
 - 自動的な—— 24, 29, 32
- は行**
 - バイアス 44, 130
 - 確証—— 133, 134
 - 行為者—観察者—— 138
 - 自己中心性—— 136
 - 自己奉仕—— 139, 179
 - 正常性—— 135
 - 対応——（基本的帰属の誤り） 46, 138
 - 認知—— 16, 133, 244
 - 楽観—— 140
 - 排斥 75
 - パスゴール理論 219
 - パッシブ型 220
 - パラ言語 149, 152
 - バランス理論 84
 - 反映過程 112
 - 被害者非難 73
 - 比較過程 112
 - 非言語的コミュニケーション 148, 150
 - 非人間化 74
 - ヒューリスティクス 130, 133
 - 係留と調整—— 131
 - 代表性—— 131
 - 利用可能性—— 132
 - 評価懸念 194, 203
 - 評価プライミング課題 30, 39
 - 表示規則 149
 - 表情 148
 - 評判 203
 - フォロワー 219
 - 中心アプローチ 219, 220
 - 不寛容 73
 - 服従 66, 241
 - 服従実験 69
 - ミルグラムの—— 66, 69, 230, 231, 241

フット・イン・ザ・ドア技法 177,
184
プライミング効果 30, 32
プライム (先行刺激) 31, 39
フリーライダー 91, 96, 200, 202,
205
プロアクティブ型 220
文化心理学 10
分配的公正 183
ベースレート無視 131
偏見 50, 75
返報性の原理 171
傍観者効果 192, 194
没個性化 64
ホットシステム 121

■ま 行

マイノリティ →少数派
末梢起源説 (ジェームズ=ランゲ説)
34
満足遅延課題 121
魅力 154, 156, 176
命令システム 66, 69, 70
メタ認知 12

人名索引

■あ 行

アーガイル (Argyle, M.) 154
アクセルロッド (Axelrod, R.) 94
アーツ (Aarts, H.) 118
アッシュ (Asch, S. E.) 62
安藤香織 179
ウィーナー (Wiener, M.) 151
ウィルキンソン (Wilkinson, G. S.)
200
ウィルソン (Wilson, T. D.) 37, 38
ウェイソン (Wason, P. C.) 134
ウォラック (Wallach, M. A.) 209,

メラビアンの法則 150
目標 116
目標設定理論 222
目標伝染 118

■や・ら行

要因 →独立変数
リアクタンス 178
リスクシフト 210, 211
リスク 210
リスク・テイキング 210
リーダー 217
——中心アプローチ 217
利他行動 10, 191
リーダーシップ 217, 219, 220
リバタリアン・パターナリズム 186
類似性 157
類似性—魅力仮説 157
恋愛 154
連合 28, 48, 54
連合ネットワーク 28, 31, 47
連続プライミング課題 30, 39
ローボール技法 177, 185

211

ウォルスター (Walster, E.) 154
ウォルター (Walter, K. V.) 156
エクマン (Ekman, P.) 148
エッティンゲン (Oettingen, G.) 122
大淵憲一 86
オールポート (Allport, G. W.) 88

■か 行

カーター (Carter, G. G.) 200
カラン (Callan, M. J.) 74
ギロヴィッチ (Gilovich, T.) 137

クローア (Clore, G. L.) 35
 ケルマン (Callan, M. J.) 65

■ さ 行

サンステイーン (Sunstein, C. R.)
 186

ジェームズ (James, W.) 34
 シェリフ (Sherif, M.) 86, 169, 242
 シェリング (Schelling, T. C.) 82,
 181

シモンズ (Simmons, C. H.) 70, 72
 ジャニス (Janis, I. L.) 239
 シュワルツ (Schwarz, N.) 35
 ジョーンズ (Jones, E. E.) 45
 ジンバルドー (Zimbardo, P. G.) 230
 ステイサー (Stasser, G.) 213
 セイラー (Thaler, R. H.) 186

■ た 行

タイス (Tice, D. M.) 115
 タイタス (Titus, W.) 213
 タジフェル (Tajfel, H.) 88
 ダーリー (Darley, J. M.) 192, 193,
 195

チャルディーニ (Cialdini, R. B.) 170,
 171

ディヴァイン (Devine, P. G.) 49
 デイヴィス (Davis, K. E.) 45
 ディーン (Dean, J.) 154
 ティンバーゲン (Tinbergen, N.) 195
 テッサ (Tesser, A.) 112
 ドウズ (Dawes, R. M.) 97
 トゥーンベリ (Thunberg, G.) 168

■ な 行

ニスベット (Nisbett, R. E.) 37, 38
 ノエル-ノイマン (Noelle-Neumann,
 E.) 100

■ は 行

ハイダー (Heider, F.) 84, 229
 バーガー (Burger, J. M.) 69
 バーン (Byrne, D.) 157
 ヒギンス (Higgins, E. T.) 30
 ビューラー (Buehler, R.) 140
 プラス (Blass, T.) 69
 フリーゼン (Friesen, W. V.) 148
 ベム (Bem, D. J.) 108
 ペルフーミ (Perfumi, S. C.) 62

■ ま 行

マタラッツォ (Matarazzo, J. D.) 152
 ミシェル (Mischel, W.) 121
 ミルグラム (Milgram, S.) 66, 68-70
 ミルズ (Mills, C. W.) 6
 メラビアン (Mehrabian, A.) 151

■ や・ら行

山岸俊男 239
 ラズバルト (Rusbult, C.) 157
 ラタネ (Latané, B.) 192, 193, 195
 ラーナー (Lerner, M. J.) 70, 72
 ラヒム (Rahim, M. A.) 160
 ランゲ (Lange, C.) 34
 リベット (Libet, B.) 37
 ルイス (Lewis, M.) 11
 レヴィン (Lewin, K.) 83

【y-knot】

社会心理学——社会を動かすもの・変える力

Social Psychology: Power to Shape and Change Society

2024年12月10日 初版第1刷発行

著者 すぎうらじゅんきち おぎゆか むらやまあや
杉浦 淳吉・尾崎由佳・村山 綾

発行者 江草貞治

発行所 株式会社有斐閣

〒101-0051 東京都千代田区神田神保町 2-17

<https://www.yuhikaku.co.jp/>

装丁 高野美緒子

印刷 萩原印刷株式会社

製本 牧製本印刷株式会社

装丁印刷 株式会社亨有堂印刷所

落丁・乱丁本はお取替えいたします。定価はカバーに表示してあります。

©2024, Junkichi Sugiura, Yuka Ozaki, Aya Murayama.

Printed in Japan. ISBN 978-4-641-20011-1

本書のコピー、スキャン、デジタル化等の無断複製は著作権法上での例外を除き禁じられています。本書を代行業者等の第三者に依頼してスキャンやデジタル化することは、たとえ個人や家庭内の利用でも著作権法違反です。

JCOPY 本書の無断複写(コピー)は、著作権法上での例外を除き、禁じられています。複写される場合は、そのつど事前に、(一社)出版者著作権管理機構(電話 03-5244-5088, FAX 03-5244-5089, e-mail:info@jcopy.or.jp)の許諾を得てください。