

# 思いやりに関する研究の概観と展望

—行動に表れない思いやりに注目する必要性の提唱—

臨床心理学コース 坂井玲奈

Review of studies on “omoiyari”:

Proposing the necessity to consider “omoiyari” that is not expressed in action

Rena SAKAI

Since the lack of “omoiyari” in the children and young people has become a major concern of the society, research on “omoiyari” has received increasing attention, and has been growing dramatically. Research in Japan has been based mainly on studies from abroad on prosocial behaviour and altruism. However, whether “omoiyari” can be considered the same concept is debatable, and needs clarification. Furthermore, studies so far has been focusing on the observable behaviours of “omoiyari”, which are the behaviours that have been put in action such as helping, sharing, comforting, and so on. This, however, brings up an important question, that is, must “omoiyari” be expressed in action?

The purpose of the paper is firstly, to review the past studies on “omoiyari”, and to consider the reason why “omoiyari” in action has been focused. Secondly, to argue that there is a need to consider, not only “omoiyari” observable as action, but those that are not expressed in action.

## 目 次

- 1 問題提起
- 2 「思いやり」の定義
- 3 先行研究の概観
  - A 「思いやり」の様相
  - B 「思いやり」の規定要因
- 4 「行動」が研究されてきた理由
- 5 行動に表れない「思いやり」に注目する必要性
- 6 まとめと今後の課題

### 1 問題提起

近年、子どもたちや青年による暴力や犯罪の事件が注目され、「思いやり」の低下が懸念されるようになってきている。一昔前まで「思いやり」は日本人の国民性を表す性格特徴の一つであったにもかかわらず、今、日本では、その「思いやり」を学ぶ必要があると考える研究者が多い(平木, 2000; 高野, 1985; 堂野, 2000)。これは、日本の子どもたちや青年の実際の様子から言われているだけではなく、「思いやり」について取り上

げた研究でも、彼らの「思いやり」が低いという結果が得られ、問題視されているためである。しかし、本当に日本の子どもたちは「思いやり」に欠けているのだろうか。

従来の研究では、対象者にどれだけ「思いやり」があるかは、どれだけ「思いやり」のある「行動」を行うかによって測定されてきている。つまり、他者に対する「思いやり」は「行動」として表れなければ測定されないということになる。しかし、日常生活を振り返ると、行動として表れない「思いやり」に触れた経験は、誰もが思い当たるのではないだろうか。例えば、泣いている人を見てひとりにさせてあげようとそっとしておいたとしよう。この振る舞いは、行動としては目に見えないが、「思いやり」ではないといえるだろうか。これまで、研究で用いられてきた基準で判断すると、泣いている人に対して、声をかけたり慰めようとしたりしない人は、「思いやり」のない人と捉えられてしまうことになる。しかし、相手を思い、声をかけない、そっとしておくなどという心遣いは、特に日本の文化では多く見られ、また、大切にされてきたのではないかと

思われる。

そこで、本稿では、「思いやり」に関する先行研究を概観することにより、何故、行動として表れない「思いやり」が研究されてこなかったのかを検討した上で、今後、行動として表れない「思いやり」も取り上げていく必要があることを示したい。具体的には、まず第一に、日本の子どもたちや若者はどれくらい他者を思いやることができるのかということを検討した研究を取り上げ、「思いやり」が低下しているといわれている現状を明らかにする。第二に、「思いやり」の生起を左右すると考えられている要因に関する先行研究の知見をまとめる。第三に、先行研究の概観を踏まえ、「思いやり」を研究する際に「行動」が注目されてきた理由を検討する。さらに、今後は行動として表れない「思いやり」も研究に組み込んでいく必要があることを論じたい。最後に、まとめと今後の課題について述べる。

先行研究の概観に先立ち、次章では、未だ定まらない「思いやり」の定義についてまとめることにする。

## 2 「思いやり」の定義

日本における「思いやり」の研究は、1960年代半ばごろから米国を中心として盛んになった向社会的行動の研究が基礎になっているものが多く、「思いやり」は「向社会的行動(prosocial behaviour)」や「愛他行動(altruistic behaviour)」とほぼ同じ意味として考えられ、研究されてきた。したがって「思いやり」の定義には、「向社会的行動」や「愛他行動」の定義が用いられてきている(例：中村, 1978; 中里, 1993)。「向社会的行動」や「愛他行動」の定義は研究者によって異なるが、広く受け入れられている定義が以下のものである。

まず、「向社会的行動」の定義として Eisenberg & Mussen(1989)は次の4つの条件を提示した。①その行動が相手の利益になる援助であること。②金銭や物質的な外的報酬が目的とされていないが、向社会的行動をとることによって、自信がついたり、自尊心が高まったりといった内的な報酬を得ることは認めてよいとされている。③行動には何らかの損失(コスト)をとらなければならないこと。④自発的になされること。これまでの向社会的性や愛他性をテーマにした研究のすべてが上記の定義を用いているわけではなく、両方を同じ定義を用いて説明することもあれば、Eisenberg & Mussen(1989)の4つの条件のうちいくつかをばぶいているものもある。菊池(1984)も、この4つの条件すべてが満たされなければ向社会的とはいえないとしてしまうこと

このタイプの行動は極めてまれな行動となってしまうので、この4つの条件をきびしく求めることは、向社会的な発達を考える場合には適切ではない、と述べている。

一方、「愛他行動」は、「向社会的行動」の特殊なタイプであり、他人のためになることをしようとする自発的な行為の中で、内発的に動機づけられたものであり、利己的な動機が含まれていない場合だけを指すことが多い(二宮, 2004)。

また、「向社会的性」や「愛他性」は、「向社会的行動」や「愛他行動」とほぼ同義語として用いられていることが多い。(例：中里, 1993)。

## 3 先行研究の概観

日本で「思いやり」が研究の対象として本格的に取り上げられるようになったのは、70年代半ばごろである(松崎・浜崎, 1990; 菊池, 1984)。この頃は、物の豊かな時代になる一方で、心の豊かさが問われ始めていた時期であり、攻撃性や自己中心性など問題とされることの多い人格特性が主に研究されていた。しかし、やがて、そのようなネガティブな側面にどう対処するかを研究するだけでなく、ポジティブな側面をどう伸ばしていくかが注目されるようになった(高野, 1985)。そのポジティブな側面のひとつとして研究されるようになったのが「思いやり」である。本節では、対象者にどのくらい「思いやり」があるかを測定してきた研究を取り上げ、さらに、「思いやり」の生起に関わる要因を検討した研究を整理する。

### A 「思いやり」の様相

日本の子どもたちには「思いやり」が足りないのではないかと懸念されていることは、冒頭で述べたとおりである。従来の研究では、人々にどれだけ「思いやり」があるのかということは、実験(例：中里, 1993; 中里・杉山, 1985)、観察(例：氏家・古田, 1980; 氏家, 1982)、質問紙調査(例：菊池, 1986; 横塚, 1989; 松井・中里・石井, 1998)など様々な手法によって調査されている。これらの実験研究や観察研究では、他者に対する「思いやり」が生じると考えられる場面で、どれだけ「思いやり」のある行動がとられるかが検討されている。質問紙を用いた研究では、「思いやり」を測る尺度を作成し、それを用いて調査が行われている。尺度項目としては、「見知らぬ人がハンカチなどを落としたとき、教えてあげる」、「気持ちの落ち込んだ友人

に電話したり，メールしたりする”（菊池，1986）のようなものがあり，行動が測定されていることは注目すべき点である。

「思いやり」の低下は，縦断的研究や国際比較研究によって指摘されてきている。例えば，中里（1993）は，縦断的に行われている実験研究の結果を報告している。ここでは，ゲームで勝負に勝って得た代理貨幣を負けた相手に分けてあげる行動を愛他行動として研究されている。その結果，少しでもわけてあげる子どもが1978年から1987年の間に約44%も減少し，1991年の愛他行動の出現率も，1987年以来低率安定が保たれていることが示されている。また，複数の国際比較研究からは，他国の子どもたちに比べて日本の子どもたちの「思いやり」は低いという結果が得られている。アメリカとの比較研究では，自然場面での観察法を用いた結果，日本の幼稚園児はアメリカの幼稚園児よりも，同調，分配，援助，自己犠牲といった向社会的行動が少ないことが報告されている（氏家・古田，1980）。また，質問紙調査を用いた最近の国際比較研究では，日本の子どもたちの「思いやり」はアメリカ，トルコ，中国，韓国の子どもたちに比べて低いという報告もある（松井・中里・石井，1998）。

## B 「思いやり」の規定要因

前章で取り上げた研究は，日本の子どもたちの「思いやり」が低下しているということを示しており，他者に対する「思いやり」を育てていく必要性を強調している。では，何故，人は他者に対して「思いやり」のある行動ができないのだろうか。先行研究では，「思いやり」のある行動の生起に影響を与えるさまざまな要因が検討されてきた。これらの要因は，大きく，社会的要因，状況的要因，そして，個人内要因に分けられる。社会的要因の主なものとしては，しつけ（例：Hoffman，1963；菊池，1997）や親の態度（例：Zahn-Waxler，Radke-Yarrow，& King，1979），親子関係（例：中里，1995；1999），「思いやり」のある行動をとるモデルの存在（森下，1990）が研究されてきた。状況的要因には，他にも手を差し伸べることのできる他者の存在（例：Darley & Latane，1968；川島，1980），援助を求めている人物の特徴（例：菊池，1983；松井・中里・石井，1998），困窮者がその状態に陥ることの統制可能性（渡辺・衛藤，1990）求められている向社会的行動に伴うコストの程度（例：高木，1982；松井，1981）などが含まれる。そして，個人内要因としては，共感性（例：Barnett，1982；Hoffman，2000），役割取

得能力（例：Iannotti，1985；伊藤，1997），道徳性（Mussen & Eisenberg-Berg，1977），社会的スキル（菊池，1989）などが注目されてきた。

「思いやり」の発達を働きかけるという視点からは，個人内要因の研究が盛んである。中でも，「思いやり行動」の重要な個人内要因として指摘されているのが共感性（例：Barnett，1982；Hoffman，2000）と道徳性（Mussen & Eisenberg-Berg，1977）である。

「思いやり行動」の動機づけの過程で大きな影響を与えると考えられることの多いのが共感性である。相手が困っていることを認知するだけでは必ずしも思いやり行動にはつながらないかもしれないが，その苦しみを共有することは，動機となるはずだと考えられている（菊池，1984）。共感性と「思いやり行動」の研究は盛んに行われており，共感性が高い人ほど「思いやり行動」が多いという関係が大体において支持されている（例：Mehrabian & Epstein，1972；桜井，1986；首藤，1990）。しかし，共感性と「思いやり行動」の関係は幼いうちは明確であるが，成長するにつれて共感性だけでなく，認知的要因のようなその他の要因が大きく関与してくることを示す研究もある（中里・杉山，1985）。

一方，道徳性研究として広く知られているのは，Eisenberg-Berg のものである。愛他行動には大小の自己犠牲が伴い，それと援助を必要としている人物の要求と葛藤が生じることになる。Eisenberg-Berg（1979）は，このようなジレンマに直面している主人公の例話を用いて小学生から高校生までを対象に向社会的行動をするかしないかといった判断の理由づけを調査した。その結果を向社会的判断として分析し，次の6つの発達段階を明らかにした。道徳的な配慮よりもある行動をすることが自分に役立つかどうかが問題となる第1段階，相手の要求が自分の要求と相対立するものであっても相手の要求に関心を示すことがみられる第2段階，良い人・悪い人，良い行動・悪い行動といった紋切り型のイメージや周囲の人々からの承認や受容が向社会的行動をするかどうかの理由になる第3段階，相手に対する共感的反応や相手の立場に立って考えることや自分の行動の結果についての評価などが問題になる第4段階，自尊心や自分の価値によって判断されたことが言われるようになる第5段階，そして，内面化された価値や規範，責任性，個人的および社会的に契約した義務を守ったり，社会の条件を良くしたりする願望，すべての個人の尊厳，権利および平等についての信念に基づいている第6段階である。日本でも，道徳性と「思いやり」の関連は研究されており，道徳性の高い者

ほど「思いやり」があるという結果が報告されている(松井ら, 1998)。

#### 4 「行動」が研究されてきた理由

これまで概観したように、「思いやり」について取り上げた従来の研究では、対象者に「思いやり」があるかないかは、どれだけ「思いやり行動」を行うかによって測定されてきた。先行研究で「思いやり」と同義語として使われてきた「向社会的性」や「愛他性」と、「思いやり行動」もしくは「向社会的行動」や「愛他行動」とが区別されてきていないのも、このためであるのかもしれない。しかし、果たして「思いやり」は行動に表れたものでなくてはならないのだろうか。平木(2000)は、「思いやり」は「思い遣り」とも書き、「遣る」は「遣う」ことでもあり、それらは「働かせる」ことを意味するため、「思いやり」とは、“自らの思いを働かせること”といえるだろうと述べている。このように、日本の研究者の中には、「思いやり」は“行動”そのものよりも“他者に思いを馳せるという心理的な移動”であると捉える人が多い(例：高野, 1985；深澤, 1996；新堀, 1996)。

このように考えられてきたにもかかわらず、従来の研究で「行動」のみに注目してきたことには幾つかの理由が考えられる。「思いやり行動」が注目されてきた理由のうち、まず考えられるのが、従来の研究で、「思いやり」とは向社会的な行動をすることであるという定義が用いられてきたことである。「思いやり」と「向社会的」とは同じ内容をもつ概念なのか、ということとは1984年に菊池が既に向社会的行動の意味するところについて反省を求めめる必要があることを指摘している。「向社会的」であるということは、社会的に良いとされることを指していると考えられる。このため、米国を中心とした向社会的行動の研究は道徳性の重要性も主張してきた(Eisenberg, 1979)。一方で、「思いやり」とは、困っている人を助けるという面では向社会的であるわけだが、他者のためになるならば、道徳に反したことであったとしても「思いやり」といえるという見解もある(東, 1994)。また、前述のように他者に対する心の動きが重視されているということも、「思いやり」は向社会的とは異なり、行動だけではなく相手を思う気持ちも重んじる必要があることを示している。幾つかの国際比較の研究からも、日本では、「思いやり」のある行動の動機として向社会的な理由よりも、情緒的な理由が優勢であることが示されており、松井ら(1998)の研究でも、愛他行動をとる理由を選択させた結果、他国

では「助けるのは義務だ」というような理性的理由が多いのに対して、日本では「かわいそうだ」というような情緒的理由が多いことが報告されている。これは、Eisenberg-Berg(1979)によれば、内面化された規範や責任を理由とする発達水準に達していない段階にいる子どもたちが多く、つまり発達が遅いということになるが、松井ら(1998)は愛他性の考え方が文化によって違うという見方を主張している。実際に、大学生と高校生の愛他行動の理由づけを比較した結果、大学生のほうが高校生より内面化された規範や責任という理由で愛他行動をするという傾向は見られなかった(松井, 1991)。以上のことから、道徳性に基ついた向社会的行動は「思いやり」のある行動の一部ではあるが、全てではないということがいえるだろう。

先行研究で「行動」が取り上げられてきたもうひとつの理由として考えられるのは、「思いやり行動」が、「思いやり」の指標として用いやすかったということである。「思いやり」そのものを量的な研究で測定することは困難であるため、「思いやり」の指標として最も測定しやすい「思いやり行動」が研究されてきたと考えられる。

#### 5 行動に表れない「思いやり」に注目する必要性

上記のような理由から「思いやり行動」はほぼ「思いやり」と区別されずに研究されてきた。しかし、他者のことを思いやってはいるが、行動につながらない場合があるということは、先行研究でも幾度か指摘されてきている。例えば、遠藤(2000)は、ある種のコンピテンスを有していることと、それを実際に適切なパフォーマンスに結びつけることとは全く別種であり、他者の心情を思いやる能力もあり、手を差し伸べたいという強い動機づけをもちながら、それを適切な行為に結び付けられないという状態は多いだろうと述べている。このように行動に移す段階で影響を及ぼす要因のひとつとして重要であるとされているのは、社会的スキルである。他者を助けたいと思っても、どのようなタイミングでどのように行動してよいのかがわからないというような社会的スキルの不足が、困窮者のために何かをしてあげたいが行動できないという状態を生み出すと考えられている。日本では、菊池(1989)が社会的スキルと「思いやり行動」に注目をして、「思いやり行動」をする傾向の強い人は社会的スキルも優れていることを明らかにしている。菊池(1989)は「思いやり行動」をするを通して社会的スキルが育つという可

能性も否定できないことも認めているが、社会的スキルが「思いやり行動」よりも広い対人関係を含んでいることから、社会的スキルが身につけているので「思いやり行動」がされるという方向の関係が強いことを主張している。したがって、「思いやり」が減少していると捉えられる背景には、社会的スキルの未熟さがあるという考えが認められてきた。

一方で、他者を思いやる能力はあり、適切な援助スキルを有していても、行動につながらないことがあるとも指摘されている。このような場合に「思いやり」のある行動を抑制する要因としては、助けを求められているときに自分以外にも手を差し伸べることのできる他者の存在(川島, 1980), 自分が行動することが不適切であるという思い込み(遠藤, 2000), 自分の行動に対する他者の評価(松井, 1991)などが含まれる。

上記の要因はいずれも、行動として表れないからといってその人に「思いやり」がないとは言えないことを示している。しかし、どの研究も、「思いやり」を「行動」として表すということを前提としており、相手のためになると思い、意図的に、行動に移さないという形の「思いやり」があるという可能性は実証的な形では検討されていない。つまり、行動をしないということが「思いやり」だと考えて行動に至らない場合についての検討がなされていないということである。このような、行動に表れない「思いやり」にも注目をする必要があると考えるには以下のような理由がある。

まず、相手のためを思って行動に移さないというような「思いやり」の示し方は、日本の子どもや若者の対人関係の特徴と関連があるように思える。例えば、大平(1995)によると、現代の若者の間では、相手の気持ちに立ち入らず、相手とのなめらかな関係を保つこと、葛藤をできるだけ避けることが「やさしい」ことであるとされているため、“相手の心の中に土足で入りこむようなことをしたくないから何もたずねない”とか、“不用意に「親切そーなこと」をして相手を傷つけるのは良くない”という考えを持っている人が増えているという。また、実際に「思いやり行動」とはどういうものであると捉えられているかを調査するために行われた研究では、“道端で転んでしまった女性を見ても助けられない”というような行動も「思いやり」のある行動として考えるという結果も得られている(大川・出口, 2000)。このように相手に嫌な思いをさせたり、傷つけたりすることを過度に気にする傾向のある日本の若者の対人関係においては、行動に表れなくても「思いやり」であると感じることがあり、また、そのような

「思いやり」は必要なものである可能性が考えられる。

## 6 まとめと今後の課題

まず本稿で概観した先行研究の知見をまとめると次のようになる。従来の研究では、「思いやり」は「行動」で測られ、「思いやり」のある行動がなされないということは、「思いやり」が低いこととされてきた。こうした研究では、日本の子どもたちや若者の「思いやり」は他国に比べても特に低いことが示され、問題視されてきた。さらに、「思いやり」が低いということの原因としては、様々な要因が検討されてきたが、中でも共感性や道徳性のような個人内要因が低いために「思いやり」が示せないという考え方が注目されてきている。一方で、先行研究の中には、「思いやり」を示したいと思ってもいつでもできるわけではないということを描しているものもある。このような研究では、社会的スキルが未熟であるために行動したくてもできないという可能性や、様々な抑制要因によって左右される可能性があることが報告されている。しかし、ここで検討されてきていないのが、「思いやり」は必ずしも「行動」としてのみ表れるものではないという可能性である。

日本ではむしろ「行動」そのものよりも、相手に「思いを遣る」というような「心の動き」が重要視されている傾向がある。また、特に現代の若者の対人関係では、「行動」に表すことばかりが良いことではないと考える傾向が見られる。「行動」を「思いやり」の指標として用いるのであれば、“なにもしない”という「行動」も含めて検討してはじめて「思いやり」のある「行動」の全体像が掴めるのではないだろうか。以上のことを考慮すると、行動に表れない「思いやり」も行動に表れる「思いやり」と同じように検討していく必要があるように思える。

「思いやり」のない子が増えているといわれる背景には、行動として表れないような「思いやり」の示し方をする子が少なからずいるのではないだろうか。「思いやり」を育むために共感性や道徳性の発達を促したり、社会的スキルの向上を目指したりすることも大切である。しかし、同時に、行動に表れないために「思いやり」がないと判断するのではなく、行動に表さないという選択をその子どもがしたという可能性についても考えられるようにしたい。行動をすることを強調し促進しようとするあまり、相手のために心を遣うことも育んでいくことを忘れてしまっはならないだろう。

「思いやり」は、心の豊かさが問われ始めるようになった時代に盛んになった研究分野である(高野, 1985)。これは、物質の豊かさや物事の成果だけではなく、心を育むことにも目を向けるということの大切さが意識されるようになったからではないだろうか。心の豊かさの指標のひとつとして「思いやり」が考えられているならば、今後は、目に見えて成果が明らかな行動として表れるものだけでなく、行動として表れない「思いやり」も研究していく必要性は高いといえるだろう。

(指導教官 田中千穂子教授)

### 引用文献(主要文献のみ)

- 東洋 1994 日本人のしつけと教育 東京大学出版会。
- Barnett, M. A. 1982 Empathy and prosocial behaviour in children. In T. M. Field, A. Huston, H. C. Quay, L. Troll, and F. E. Finley (Eds.), *Review of Human Development*. Academic Press.
- 堂野恵子 2000 思いやり能力の発達—親子関係, 仲間とのあそび, 友だち関係 児童心理, 54, 749-754.
- Eisenberg, N. 1979 Development of children's prosocial moral judgment. *Developmental Psychology*, 15, 128-137.
- Eisenberg, N. & Mussen, P. H. 1989 *The roots of prosocial behaviour in children*. Cambridge University Press.
- 遠藤利彦 2000 思いやりの「ある・なし」とはどういうことか—気持ちと言動の不一致 児童心理, 54, 743-748.
- 深澤道子 1996 思いやりの心理構造—真の思いやりとは 児童心理, 50, 444-449.
- 平木典子 2000 思いやりを育む 児童心理学, 54, 721-730.
- Hoffman, M. L. 2000 *Empathy and moral development: Implications for caring and justice*. Cambridge: Cambridge University Press. [菊池章夫・二宮克己(訳)2001 共感と道徳性の発達心理学: 思いやりと正義とのかかわりで 川島書店]
- 菊池章夫 1984 向社会的行動の発達 教育心理学年報, 23, 118-127.
- 菊池章夫 1986 思いやりを測る ころの科学, 8, 22-27.
- 菊池章夫 1989 社会性と思いやり行動 教育と医学, 37, 862-868.
- 松井洋 1991 青年期における愛他行動の発達とその規定因 川村学園女子大学研究紀要, 2, 181-193.
- 松井洋・中里至正・石井隆之 1998 愛他性の構造に関する国際比較研究—米国, 中国, 韓国, トルコ, 日本の中学・高校生を対象として— 社会心理学研究, 13, 133-142.
- 松崎学・浜崎隆司 1990 向社会的行動研究の動向—内的プロセスを中心にして— 心理学研究, 61, 193-210.
- Mehrabian, A. & Epstein, N. 1972 A measure of emotional empathy. *Journal of Personality*, 40, 525-543.
- Mussen, P. H. & Eisenberg, N. 1977 *Roots of caring, sharing, and helping: The development of prosocial behaviour in children*. San Francisco: Freeman.
- 中村陽吉 1978 子どもの利他主義—思いやりの心理学— 児童心理, 32(7), 97-102.
- 中里至正 1993 愛他性と非行との関係 犯罪と非行, 98, 4-19.
- 中里至正・杉山憲司 1985 児童の「思いやり行動」の形成と発達 青少年問題, 32, 12-20.
- 二宮克美 2004 キーワード・コレクション 発達心理学 [改定版] 子安増生・二宮克美(編) 新曜社 pp.172-175.
- 大平健 1995 やさしさの精神病理 岩波書店
- 大川力・出口保行 2000 非行少年に見られる「思いやり」と道徳観 犯罪と非行, 124, 169-188.
- 桜井茂男 1986 児童における共感と向社会的行動の関係 教育心理学研究, 34, 342-346.
- 新堀通也 1996 思いやりのある子に育てる 児童心理, 50, 433-443.
- 首藤敏元 1990 児童の愛他性における共感性と道徳的判断の役割 埼玉大学紀要教育学部教育学科 39, 59-72.
- 高野清純 1985 思いやりの発達 教育と医学, 33, 228-234.
- Ujiie, T. & Furuta, Y. 1980 Prosocial behaviour and its correlates in nursery school children. *Annual Report 1981-1982*, Research and Clinical Center for Child Development. Faculty of Education, Hokkaido University, 63-69.