

思いやり行動

鈴木 隆 男

1. 思いやり行動とはどのようなものか

他者に対する思いやりを検討するためには、“思いやり”という概念を定義する必要があるが、この作業はかなり大きな困難を伴う (Eisenberg & Mussen, 1989)。

“思いやり”を検討するとき用いられるのは、“向社会的行動 (prosocial behavior)”あるいは、“利他的行動 (altruistic behavior)”という概念である。どちらも“自分に不利益になることを顧みずに他者のために何かをする”という意味でつかわれるものである。向社会的行動は反社会的行動に対応する概念として用いられるようになったと考えられる。

Eisenberg & Mussen (1989) によれば、向社会的行動は、他者を助けようとしたり、他者のためになることをしようとする自発的な行動であり、他者に対してしようとしたことの結果によって定義される。この概念は、結果としての行動によって定義されるため、その動機を問題としない。すなわち、その行動の動機には、純粋に他者のためというものばかりではなく、最終的に自分の利益のためという利己的なものも含まれている。

これに対して利他的行動といわれるものは、他者のためになることをしようとする自発的な行為であって、しかも他者のためという内発的な動機によるものをいう。この行動は、個人的な利得ではなく、価値や自己報酬によって動機づけられていることが特徴である。

すなわち向社会的行動と利他的行動とは、動機や目的として、利己的なものを含む (向社会的行動) か、そういったものを含まない (利他的行動) かという点が異なるのであるが、利他

的行動を向社会的行動の一部とする考え方もある。

しかし利他的行動の動機としては、他者への同情や共感、内在化された価値や信念などが考えられるが、困窮者を見ていると自分も苦痛を感じるので、この自分の苦痛をさけるために行う利他的行動は自己志向的だといえるかもしれない。

このように意図 (目的) や動機 (理由) の点で区別するためには、意図や動機を客観的に測定しなくてはならない。しかしそれは非常に困難なので、両者を区別せず、他者に望ましい結果をもたらす社会的行動とする定義もある。

ただニュアンスとして、心理学の世界では“向社会的行動”という概念を、進化生物学の世界では“利他的行動”という概念を使うことが多いようである。

いずれにせよこのような行動は、自分にとって不利益になることを承知の上で他者の利益を図るという点で、自分自身の適応度を高めるために行動するという生き物のありようから考えれば、奇妙な行動であるといわざるを得ないだろう。生物が自然淘汰によって獲得する新しい行動パターンは、自分の子どもの数とその生存率の積で示されるような、自分自身の適応度を高めることを生存の目的としている。したがって、思いやり行動のように、自分の適応度を下げても他者の利益を図るという行動がどのようにして獲得されるのかについては大きな謎が存在しているといえる。

このように考えると、両者を厳密に区別することはかなり困難である。したがって本論文ではこの二つの概念を厳密に区別せずに使用する

ことにする。

2. 思いやり行動は進化するのか

長谷川・長谷川（2000）はその著書“進化と人間行動”のなかで、遺伝子の適応度の増加に基づく進化が個体同士の協力関係を生み出す可能性を指摘している。

その典型は、複数の個体がともに適応度上の利益を得る場合である。これは相互扶助行動と呼ばれる。彼らはオオカミが集団で狩りをし、個体一頭当たりの餌獲得量が単独の場合より多くなる場合を例に挙げている。

もう一つは、一方の個体は、適応度上の不利益を被るが、他方の個体は適応度上の利益を被るような場合であり、このような行動を彼らは利他的行動と呼んでいる。このような行動は、個体が自分の適応度をあげることだけを目指していると考えられる進化の立場からは、非常に不合理な行動である。これについて彼らは、血縁関係にある個体同士なら、そのような行動を引き起こす遺伝子が集団の中に広がりうることを、包括適応度の概念で説明している。すなわち、血縁関係にある個体は、ある割合で遺伝子を共有するので、そのような遺伝子の共有割合と血縁の関係で、自分の適応度を下げることで相手の適応度を高め、それによって共有する遺伝子が残ることが、個体にとって有利であれば、そのような行動を引き起こす遺伝子が残ることになる。このような考え方は血縁淘汰と呼ばれる。

近（2000）も同様のことをのべている。動物は自分の適応度を高めるようにふるまうので、他の個体と利害の衝突があった場合、相手を犠牲にしても、自分の適応度を高めるように利己的にふるまうと考えられる。しかしミツバチのように、女王蜂だけが産卵し、他のメスの個体は働きバチとして、自分では産卵せず、コロニーの維持や外敵からの防衛など、産卵以外のすべての仕事を担う生き物がいる。このような一見利他的と見えるような行動も、女王バチと働きバチが母娘、あるいは姉妹であることで説明される。すなわち自分の適応度を多少下げても、利他的行動の受益者（この場合は女王バチ）

の適応度が高まることによって、間接的に自分の適応度を高めることができるという考え方によって説明される。

いくつかの条件が満たされることによってこのような利他的な行動が進化する可能性が知られている。

このように、自然淘汰による適応的な進化の結果と反するような進化の可能性が動物の世界ではみられる。

しかしヒトはこのようなレベルをはるかに超えるような利他的な行動を見せる。そのためには、思いやり行動を学習しなくてはならないだろう（杉山，1992 a）。それはどのような形で身につくのであろうか。

3. 思いやり行動を構成する要因

思いやり行動を構成していると考えられる要因には、“情動”と関連するもの、“認知”と関連するもの、“社会的スキル”と関連するものなどが考えられる（杉山，1992 b）。

第一の“情動”と関連する要因として、“共感性”があげられる。共感性とは、対象者の困窮を見て、自分も同じように感じることであり、乳児期に形成される愛着の質と量に影響されると考えられる。

第二の“認知”と関連する要因としては、援助を必要とする対象のおかれた状況を認知し、援助が必要であるということが理解できる価値判断能力があるだろう。これは、幼児期後半から、学校教育に代表される集団生活の中で段階的に発達すると考えられている。

第三の社会的スキルと関連する要因としては、他人の感情を理解したうえで、対人関係を処理したり、必要な援助をしたりするスキルが考えられている。

このような社会的スキルが必要なことから、相手が困っているとわかることと、相手を助けるために実際に行動することとは別であることがわかる。

4. 共感性をはぐくむもの

発達期待という術語は、通常は生まれてきた

子どもに対して親が抱く、子どもの成長に対する期待感を示すものである。しかしここでは、この概念を拡張して、社会が、新しく生まれてくる子どもたちに対して抱く期待という意味で考えてみようと思う。そのような意味で、社会の持っている子どもに対する発達期待というものを考えてみると、それは簡単に言ってしまうと、子どもが成人して、よりよい社会の形成に貢献できるような大人になることに対する社会全体の期待といえるだろう。(もちろん、“よりよい社会”という概念は人によってとらえ方に違いが出てくるであろうが、少なくとも、“より悪い社会”を形成することに貢献することを期待する人はいないだろう。) 言い換えれば、子どもが育っていくなかで、われわれ大人が目指さなくてはならないのは、よく生きることができる人間に育てるということであろう(松崎, 1986)。

このようなよりよい社会の形成に貢献できる人間に求められる基礎的な資質の一つが、他者に対する優しい気持ち、思いやりの気持ちを持つことであろう。このような思いやりの気持ちの基礎になるのは自分自身の自立である。その最も基礎的な要因は、養育者によって暖かく見守られ、大切に育てられる中で形成される、養育者に対する愛着、あるいは基本的信頼である。愛着という概念は、養育者と乳児の間に形成される強い情動的なきずなどと考えられるが、自分では何もできない乳児が、生きていくために養育者に結びつけられていなくてはならない状態を指す概念でもある。愛着や基本的信頼といった概念であらわされるものによって、子どもは自分をとりまく環境の安定を信じ、育っていくといえる。このような養育者との情緒的なつながり(愛着)を通して共感性が活性化し、これがその後の思いやり行動の発達の基礎となる。

5. 基本的生活習慣の形成と自立

対人関係の基礎として、安定した自分自身を持った乳児は、自分の身の回りのことを自立して処理できるように育っていく。これは幼児期の大きなテーマとしての基本的生活習慣の自立

である。基本的生活習慣を獲得することによって、子どもは自立に向かって進んでいく。

ところで、他者に対して思いやりを持って行動するためには、他者に対して心を開いていなくてはならない。これは心理学的には自己開示と呼ばれる概念であるが、相手に心を開くということは、相手に影響されるということであり、相手に自分の心の中に踏み込むことを許すことである。このことは強い不安を喚起する。その不安に耐えるためには自分自身がしっかりしていなくてはならない。このような自立の第一歩が幼児期の基本的生活習慣の自立であるといえる。さらにこのような自立が、青年期のアイデンティティの形成につながっていくといえるだろう。

6. 対人関係の形成

幼児期の集団として、ここでは幼稚園を取り上げるが、保育所もまた同じ意味を持つものである。

文部科学省が平成20年に告示した、幼稚園教育要領の第2章には、幼稚園教育修了までに育つことが期待される、生きる力の基礎となる、心情、意欲、態度として、五つの領域のねらいとその内容が示されている。その中で人とかわる力を養うことをめざす“人間関係”にかかわる領域では、三つのねらいを掲げている。それらは、自力で行動することによる充実感を味わうこと、身近な人との間で愛情や信頼感を形成すること、社会生活に必要な習慣や態度を身につけることである。

ここでは信頼できる先生や友達とのかかわりを基礎として、身の自立を達成し、そこから積極的に他者とのかかわり、協力するために工夫すること、善悪の判断の基礎を身につけること、思いやりや規律の大切さに気付くことなどが内容として示されている。

対人関係の基盤となるのは、自分自身の生活を確立することであり、そのために試行錯誤しながら、自分の力で達成することの充実感を味わうことが重要であることが指摘されている。さらにそのような生活の確立のうえに、集団の

中で教師やほかの幼児から認められる体験をすることを通して、自尊感情を高め、自信を持って行動できるようにすること、また幼児相互のかかわりを深めるために、試行錯誤しながら活動を展開し、それらを通して基本的な生活習慣の形成のうえに、他の幼児とのかかわりの中で他者の存在に気づき、他者を尊重すること、自然や身近な動植物に親しむことなどを通して豊かな心情が育つようにすること、集団の中で規範意識の芽生えを培うことなどが取り扱いの留意事項として示されている。

このように、集団の中で、共感性により喚起される、他者に対する思いやりの気持ちが発達する。この意味で、思いやりの気持ちは、思いやり行動を生起する基礎になる。

7. 思いやり行動の形成

思いやり行動を形成するためには、先に述べたように、他者に対する共感を基礎として、他者のためになるように行動することが必要である。そのためにはどのような学習が必要なのだろうか。松井（1992）はこの点について次のように指摘している。

まず考えられるのは、養育者によるしつけの型であろう。断定的な「やめなさい」といった禁止や、力、体罰などでしつける（罰を与える）より、他者の心の内面に関連させ、思いやり行動が自分の意思であると感じられるようなしつけが、思いやり行動と関係が深いと考えられている。このようなしつけによって、他者に対する共感と思いやり行動を引き起こす動機を子ども自身に内面化させる働きがあるといえる。

社会的な行動の学習において重要な要素としてモデリングがある。おとながモデルとなって、思いやり行動を子どもに見せることが重要である。かなり古い例であるが、人気テレビ番組だった名犬ラッシーの中で、犬を助ける少年の場面を観察させたり、けがをした大人が積み木を片づけているのを、別の大人が手伝う場面などの動画を視聴させたりすると、いずれもその後の同様の場面で、思いやり行動の生起頻度が高まることが指摘されている。また暖かく受容的

なモデルの行動が模倣されやすいことが知られている。さらに観察したことを一般化するための、親や教師による解説のような方法が、モデリング効果を高めると考えられる。

先にも安定した親子関係によって形成される、安定した愛着が思いやり行動の基礎になることを指摘した。そのように育てられた子どもは、ほかの子どもの要求や感情に敏感で、他者の苦痛に同情的であることが知られている。さらに親の愛他的価値観の説明に加えて、親自身の思いやり行動は、子どもの思いやり行動を増加する方向に働くだらう。

親以外の影響も考えられる。集団内の人間関係は、思いやり行動の強化、モデリングの担い手として重要な役割を果たす。幼稚園や保育所、学校のような集団は、このように仲間から影響を受けるところであり、同時に、愛他性の価値観を教育するところでもある。

8. 実行すること

このような中で大切なことは、他者の利益になる行動を“実行する”ことであろう。これに関連して、我々の社会には二つの言い回しが存在する。

一つは、孔子に始まる儒教的な教えである。それは“己の欲せざる所は人に施す勿れ”という考え方である。

高弟仲弓から仁について尋ねられた時の孔子の答えとして次のようなものが伝えられている。“門を出でては大賚を見るが如くし、民を使うには大祭に承うるが如くす。己の欲せざる所を、人に施す勿かれ。（出門如見大賚、使民如承大祭。己所不欲、勿施於人。顔淵12-2）。

別の個所で、子貢から“生涯をかけて守るべきことば”を問われた時の孔子の答えにも同じ表現がみられる。“其れ恕か。己の欲せざる所を、人に施す勿かれ。（其恕乎。己所不欲、勿施於人。衛霊公15-24）ということばである（論語の引用はいずれも井波（2016）による）。いずれも“自分がしてほしくないことは人にもしてはならない”という意味でつかわれるものである。

ある保育園で次のような場面に出会ったことがある。

A子が遊んでいるおもちゃをB夫が無理やり取り上げた。そのためにA子は泣き出してしまった。その場に居合わせた保育士がB夫に向かって“自分が遊んでいるおもちゃを誰かが無理やり取ってしまったらどんな気持ちになるかな。いやでしょう。それだったら、あなたもA子ちゃんのおもちゃを取り上げるようなことをしてはいけません。

このような場面はしばしば目にする。我々には非常に理解しやすい場面である。このような日常の考え方の背後にあるのが、“己の欲せざる所を、人に施す勿れ”という考え方であろう。

一方、全く逆の言い回しもある。それは“自分にしてほしいように他人に対しても行動すること”である。こちらは、新約聖書の第一番目の書物である、マタイによる福音書に見られるものである。“されば、すべて人になされんと欲することを、汝らも人になせ、けだし律法と預言者とは、それなり（7章12節）”。同じことが第三番目の書物である、ルカによる福音書にもみられる。“汝らが人にせられんと欲するところを、汝らも、そのままに人に行なえ（6章31節）”。（いずれもRaguet, 1959）。

このような発想の違いを伊藤（1981）は、東洋思想と西洋思想の文化的な相違から、文明論的に考察しようとしている。彼によれば、我々の持っている文化的な特性が、“己の欲せざる所を、人に施す勿れ”という表現の方により親和性が高いというのである。

先に思いやりを構成する要因として、認知的側面と社会的スキルの側面があることを論じる中で、共感に基づいて思いやりの気持ちを持つことと、思いやり行動としてあらわすことは別であることを指摘した。その意味で考えれば、孔子のことも聖書のことも同じことの二つの側面を言い表しているのではあるが、子どものしつけなどの場面では、より明確に、人の嫌がることをしないでだけでなく、人の望んでいることを考えてそれを実行するというしつけが

必要であると考えられる。

このように積極的に良いこと、正しいこと、人のためになることを実行するという幼児期のしつけこそが、その先にある、例えば、いじめのような行動を抑止するために、積極的に行動する子どもを育てることにつながるのではないかと思う。

いじめが起きる構造的な仕組みとして、“いじめ集団の四層構造モデル”がしばしば引用される（藤井, 2002）。それは“いじめる-いじめられる”という関係と、それを取り巻く“観衆”、さらにその外側に何もしない“傍観者”がいるという構造である。いじめを解決するためには、何もしないことによって、いじめに間接的に加担している傍観者を、積極的にいじめを否定し、それに反対する仲裁者へと変えていくことが必要であるとされるが、まさにこのような何もしないことによって、いじめに間接的に加担している層の発生の源泉の一つが“人の嫌がることをしない”という消極的な態度ではないかと考えられる。

いじめのような行動を防ぐためにも、積極的に人のためになる行動を“実行する”ように幼児期から育てなくてはならないだろう。

9. 要約と結論

思いやり行動という、集団で生活するために必要な行動傾向について考察した。

まず思いやり行動をどのように定義するか検討した。次いで、思いやり行動の萌芽はヒトだけではなく、それ以外の生き物の間でも進化していることについて、血縁淘汰を例にして考察したうえで、ヒトの社会に見られる思いやり行動は学習しなくてはならないことを指摘した。

さらに思いやり行動を構成する要因として、情動に関連するもの、認知に関連するもの、社会的スキルに関連するものについて個別に検討したうえで、思いやり行動の基礎になる共感性と愛着について考察した。さらに幼児期の基本的生活習慣の自立が、その後の思いやり行動の基礎になることを述べた。

思いやり行動を子どもが身につけるために

は、積極的に思いやり行動を実行するようなしつけが必要であることを指摘した。この点について、“己の欲せざる所を、人に施す勿れ”という論語の考え方と、“すべて人になされんと欲することを、汝らも人になせ”という聖書の言葉を比較して検討した。

これらのことから人の嫌がることをしないだけでなく、進んで人が望んでいることを積極的にすることが重要であり、そのことによって、いじめのような行動を防止することができる可能性を指摘した。

【引用文献】

- Eisenberg, N. & Mussen, P. H. (1989). The roots of prosocial behavior in children. 菊池章夫・二宮克美 (訳1991) 思いやり行動の発達心理 金子書房
- 藤井和郎 (2002). いじめの理解と対応 一丸藤太郎・菅野信夫 (編著) 学校教育相談第6章 pp. 76-91 ミネルヴァ書房
- 長谷川寿一・長谷川真理子 (2000). 進化と人間行動 東京大学出版会
- 井波律子 (2016). 完訳 論語 岩波書店
- 伊藤 整 (1981). 近代日本における「愛」の

虚偽 伊藤 整 近代日本人の発想の諸形式他4編 岩波文庫

近 雅博 (2000). 利他行動 日高敏隆 (編) 動物の行動と社会 pp. 90-100 放送大学出版社

松井 洋 (1992). 愛他行動の発達と形成 東洋・繁多 進・田島信元 (編集企画, 著) 発達心理学ハンドブック 47章4節 pp. 814-819 福村出版

松崎 学 (1986). 子どもの社会性 宮崎正明 (編著) やさしくかたる子どもの心理 pp. 138-152 北大路書房

文部科学省 (2008). 幼稚園教育要領 文部科学省告示第26号

Ragué, É. (訳) (1959). 新約聖書 中央出版

杉山憲司 (1992 a). 愛他行動とは 東洋・繁多 進・田島信元 (編集企画) 発達心理学ハンドブック 47章1節 pp. 807-810 福村出版

杉山憲司 (1992 b). 愛他性の発達と関連する要因 東洋・繁多 進・田島信元 (編集企画, 著) 発達心理学ハンドブック 47章2節 pp. 810-812 福村出版