

外在化に見られる擬人化表現の質的分析¹

Qualitative analysis of anthropomorphic expressions in externalization

波多野 純

外在化による心理的問題の理解

ナラティブ・セラピーにおいて用いられるコミュニケーション技法のひとつに、クライアントが抱えている問題の「外在化 (externalization)」がある。外在化とは、「人々にとって耐えがたい問題を客観化ないし人格化するよう人々を励ます一つの治療的接近法である」(White & Epston, 1990 小森訳 2017) と定義されている(訳書p.53)。外在化の過程において重要なのは、問題を人から分離し、問題と見なされていた人や人間関係の外側にそれを位置づけることであると考えられており、クライアントが問題との関係を考えやすい状態を作ることにはねらいがあると思われる。White & Epston (1990) によれば、治療を求めてやってきたクライアントは、自分や自分たちの人間関係を否定的にとらえるような「問題がしみ込んだ記述」(訳書p.53)を提示しがちだという。それに対して、外在化は問題のしみ込んでいない新しい見方で自分自身や人間関係についての事実を発見することによって、「人」が問題なのではなく、「問題が問題である」ことを認識させ、問題に対して従来とは異なる接近を可能にする(White & Epston, 1990)。

外在化の技法は1980年代初頭に家族療法の分野で導入され、それ以降子どもの治療に多く用いられてきたが、近年では学校現場などでのブリーフ・セラピーを中心に活用される範囲が広がっている(長沼, 2010; 中原・相川, 2006)。問題の外在化において重要なのは、単に問題に名前を付けることではなく、外在化する過程を通じて問題を十分に調査するという点である。すなわち、自分の感情や対人関係上の問題を客体化することによって、問題に対するクライアントの距離感や態度がより客観的な方向へ変化すると考えられている。その効果について、Morgan (2000) は「問題は徐々にその人格を発展させていきます。問題の罫と行動様式を幅広く探求し、これをより細密に行うことによって、問題は、離れた「物」または存在として認識されるようになります。」と述べ、問題の外在化プロセスを人格の発達になぞらえている(訳書p.47)。

White & Epston (1990) が紹介した遺糞症の男児の事例では、男児とは独立した存在として、男児が排泄する便そのものを「プー」と名付け、男児とは独立した存在とすることによって、子どもやその家族を困らせている問題に対して、距離を置いた見方ができるよう促していた。この事例において「プー」は、男児の学校生活を難しくさせ、男児の母親をみじめな気分になせ、父親の友人や親族との人間関係を疎遠なものにさせているということが明らかになった。黒沢 (2002) が紹介している別の例では、イライラする出来事があると親に暴力をふるう児童の問題行動に対して、

¹ 本研究はJSPS科研費16K19493の助成を受けたものです。

児童を暴力的にさせる要因を「イライラ菌」と名付けて外在化している。児童を、暴力をふるう主体からイライラ菌の影響を受ける客体へと移行させることによって、問題は児童そのものではなく「イライラ菌が引き起こす問題こそが問題である」との理解が促進されていた。

このように、外在化は心理的問題の理解の仕方を変化させることで状況の改善を図る有効な手段と考えられるが、クライアントの問題理解に対して外在化がどのように生じるのかについては、実証的な研究がほとんど行われていないようである。問題の外在化には「特殊な頭の切り替えが必要」(Morgan, 2000, 訳書p.34)と指摘されているように、外在化には何らかの認知的な変化が想定されるものの、研究のための基礎的な資料を欠いているため、まずは具体的な資料を収集することから始める必要がある。

外在化と擬人化

外在化の認知メカニズムについて考察する手がかりの一部は、近年の擬人化研究によって与えられているように思われる。White & Epston (1990) による外在化の定義に「人格化」という表現が含まれているように、外在化は多くの場合、心理的問題を擬人化する過程を含んでいる。擬人化とは、人間以外の行為主体 (nonhuman agent) に人間のような特性を帰属することであり (Epley, Waytz, & Cacioppo, 2007; Riva, Sacchi, & Brambilla, 2015), 近年多くの研究が行われている (Gray, Gray, & Wegner (2007) による「心の知覚」研究も参照)。ここで言う「人間のような特性」とは、人間らしい外観や振る舞いのほか、意図や自由意思、意識、感情など心の働きを感じさせるものなどが広く含まれる。近年までの研究によって、擬人化ではそれらの人間的特性が、無生物や宗教的・超自然的存在、機械、電子機器、動物、自然など、必ずしも人間的な外観をしていない対象にも付与されることが知られている (Guthrie, 1995; 伊藤信博, 2008; 伊藤慎吾, 2016; 日本児童文学者協会, 1994; 大和田, 2015; Riva et al., 2015; Shtulman, 2008; 田口, 2006)。多様な対象が擬人化されることの効果には、人が未知の対象を理解するためのツールとなるということと (坂東・山下・上田・石尾・川村・前, 2010; 稲垣・波多野, 1984, 2005; Piaget, 1926 大伴訳 1960; 吉川, 2013), 対象との間に好意や親密感をもたらすことが挙げられている (Aggarwal & McGill, 2007; Eyssel & Kuchenbrandt, 2012; 藤崎・倉田・麻生, 2007; 神田, 2015; Reeves & Nass, 1996)。

医療分野における研究では、自分自身の一部も擬人化の対象になり得ることを報告している。Shahar & Lerman (2013) は「病の擬人化 (illness personification)」という概念を提唱し、慢性疾患の患者が自分の病気を擬人化することで情緒的ストレスに対処する現象を記述している。また、大林・田中・小町 (2008) では、脳出血を起こした女性患者が、意識障害や認知機能の異常がないにもかかわらず、麻痺した左上肢に名前を付け、麻痺肢に親密に話しかけるという症状が記述されている。これらの研究の場合、擬人化が親密な感情を生じさせている点は他の研究と同様であるが、その対象が自分自身の一部であるという点で問題の外在化に近い現象であると考えられよう。

擬人化を帰納的推論の一形態として理論化し、擬人化の3要因理論 (three-factor theory of

anthropomorphism) を提唱したEpley, Waytz, & Cacioppo (2007) は、エージェントに関する知識の誘発、対象と効果的に相互作用しようとする効力動機、社会的接触と親和の欲求という3要因で擬人化を説明している (Waytz, Cacioppo, & Epley, 2010; Waytz, Morewedge, Epley, Monteleone, Gao, & Cacioppo, 2010も参照)。未知の対象が人間一般についての知識あるいは自己についての知識を誘発し、それらの知識へのアクセシビリティが高まるかどうかによって擬人化の生起が規定されるというモデルである。

このモデルでは、擬人化の生起に効力動機と社会性という2つの動機メカニズムが影響すると仮定されている。効力動機においては、未知のエージェントの行為を意味づけて不確実性を低減するために、そのエージェントに人間の特徴が付与される。これに対して、社会性の動機は他者との結びつきを反映しており、他者との間で社会的つながりが欠如していれば擬人化は起こりやすくなる一方、満たされていれば起こりにくくなると予測されている (Epley, Waytz, Akalis, & Cacioppo (2008) も参照)。擬人化の3要因理論は、擬人化の発生に動機的側面を仮定するとともに、対象と人との類似性という認知的側面にも注目している点で、外在化を考える際にさまざまな示唆を与えてくれるように思われる。

本研究の目的

心理療法における外在化は、多くの場合他者の支援によって心理的問題を擬人化する共同作業であると見ることができる (ナラティブ・セラピーではセラピストが「外在化する会話」を通じて支援する)。しかし既存の研究において、擬人化が生じる際の他者の影響は検討されておらず、とりわけセラピー場面がそうであるように、他者と共有することを目的とした擬人化にいかなる特徴がみられるかは資料が得られていないようである。

そこで本研究では、個人の心理的問題や特徴を外在化する表現を大学生から収集し、そこで表現された問題や特徴 (ターゲット) および外在化に用いられた擬人的表現の素材 (ソース) を、質的に分析することを目的とする。

方 法

調査協力者 大学生29名 (男性15名, 女性14名)

課題 秋田 (1996) の比喩生成課題とMorgan (2000) の「外在化する会話」(訳書p.34) を参考にして、自分の心理的特性を擬人的に表現させる課題を作成した。具体的には、「あなたの心の中に、人の姿をした『良い存在』や『困った存在』がいて、あなたの良い行動や困った行動は、その存在のせいであると想像して下さい。そのイメージをもとに、(A) あなたの中にどんな人 (存在) がいて、(B) その人があなたにどんな行動をさせるのか、(C) それは特にどんな時なのかを、下の例のような文章で表現して下さい。」と教示し、次の2つの文章を例示した。1つ目は、「私の中には (A) 幼稚園の男の子がいます。(B) 彼は私を人なつっこくさせます。それは特に (C) 私

が年上の人と話す時です。」。2つ目は、「私の中には（A）イライラした女子中学生がいます。（B）彼女は私を怒りっぽくさせます。それは特に（C）私が友達と共同作業をする時です。」であった。2つの例文の後に4つの文章を作成し、上の（A）～（C）のように分けて記述するよう求めた。

課題の難しさの評定 記述課題の後、課題が難しいと感じたかどうかを6件法（とても簡単（1）～とても難しい（6））で評定を求めた。

手続き 調査は心理学分野の授業時間中に実施した（3・4年生対象，受講者32名）。質問紙を一斉に配布し、各自のペースで回答するよう求めた。実施に要する時間はおおむね10分程度であった。

結 果

29名の調査協力者から111個の表現が収集された。収集された比喩表現を、擬人化に用いられた素材（ソース）と表現された行動特徴（ターゲット）、およびその特徴が顕在化しやすい状況ごとに区別して分析を行った。

擬人化に用いられたソースの分析

本研究で収集された擬人化表現のうち、表現に用いられた人物の年代に注目して分類した。年代は、調査協力者よりも年長者、年少者、同年代、年代表現なしの4つのカテゴリに分類した（表1）。カテゴリごとの出現頻度をもとにカイ二乗検定を行ったところ、 $\chi^2(3) = 18.69$, $p < .01$ であった。「年代なし」を除いた3つのカテゴリでも同様の検定を行ったところ、 $\chi^2(2) = 18.50$, $p < .01$ であった。

表1. 擬人化に用いられた人物の年代別出現頻度

年長者	年少者	同年代	年代なし
30	43	11	27

擬人化表現に用いられた人物は、同年代がもっとも少なく、年少者が多い傾向であった。表2に具体的な記述の例を示した。

表2. 自分の良い行動、困った行動を外在化した表現の例と擬人化に用いられた人物の年代分類

表現された人物	年代の分類	影響を受ける自分の行動	影響を受ける状況
若いお母さん	年長者	温かい気持ちにさせる	ハムスターの部屋を掃除したりご飯をあげる時
大人の女性	年長者	甘えることを我慢させる	恋愛で相手が忙しい時
怒りっぽい主婦	年長者	指導せずイライラをぶつけてくる	何か賞をもらった時
中年の男性	年長者	まじめな行動をとるようにさせる	公的な場にいる時
穏やかなお母さん	年長者	面倒みよくさせる	悲しい気持ちになった人を慰める時
見栄っ張りな大人	年長者	私をよく見せようとする	一人で買い物したり学校を歩いている時
静かなおばあちゃん	年長者	穏やかな気持ちにさせる	小さい子を見守る時
老いた男	年長者	冷静にさせる	選択をする時
年寄りの男性	年長者	私にヒントを与える	人間関係の問題、人生哲学に悩んでいる時
高校生の女の子	年少者	明るくさせる	年下の人と話す時
いつも元気な男子高校生	年少者	笑顔にさせる	友人と過ごす時
短気な子供	年少者	すぐにイライラさせる	時と場合に関係なくだれと接していてもなります
おとなしい小学生の女の子	年少者	不安にさせる	集団の中で話す時
おちゃらけた男子中学生	年少者	調子に乗らせる	友人との会話が興に乗った時
人見知りな女子中学生	年少者	無口にさせる	年上の人と話す時
小さな女の子	年少者	あたたかい気持ちにさせる	誰かと会話をしている時
甘えん坊な男の子	年少者	甘えん坊な性格	年上の人と話す時
冷静な判断をする男子大学生	同年代	落ち着かせる	私が周りを見れなくなった時
大学の先輩	同年代	楽しくさせる	他の先輩という時
イライラした大学の先輩	同年代	つまらなくする	他の人と話している時
さめた女子大生	同年代	投げやりな気分	理不尽な怒りをぶつけられた時
20才の女性	同年代	何もかもどうでもいい気分	将来のこと(明日～)を考えている時
好奇心旺盛な女性	不明	新しいことに挑戦させる	何もやることがない時
正義感がある男	不明	イライラさせる	人の悪口を聞いていると
詩人	不明	言葉を生みだしそれを知ろうとさせる	主に辛いことで感情が揺さぶられるとき
アンパンマン	不明	勇気を与えてくれる	緊張した時
静かな女性	不明	私を知りたがる	読書や映画を見る時

表現されたターゲット（心理的特性）の分析

擬人化を用いてどのような行動特徴が表現されたかを、記述内容をもとに、内容が肯定的なものか否定的なものか（肯定／否定）と、記述されているのが行動に関することか感情に関することか（行動／感情）に分類し、それらを組み合わせて4つのカテゴリに整理した。カテゴリごとの出現頻度を用いてカイ二乗検定を行ったところ、 $\chi^2(1) = 15.46$, $p < .01$ であった。擬人化する対象として選択された特性は、否定的な内容よりも肯定的な内容の方が多く、感情的なものよりも行動的なものの方が多かった。自分の肯定的な行動に関する記述がもっとも多かった。記述された特性ごとの出現頻度を表3に、ソースとターゲットのクロス集計を表4に示した。

表3. 擬人化の対象となった特性ごとの出現頻度

	行動	感情	計
肯定的	48	10	58
否定的	24	29	53
計	72	39	111

表4. 年代×特性ごとの出現頻度

	年長者	年少者	同年代	年代なし	計
肯定・行動	18	12	6	12	48
肯定・感情	4	4	1	1	10
否定・行動	4	12	0	8	24
否定・感情	4	15	4	6	29
計	30	43	11	27	111

状況要因の分析

擬人化する対象となった行動や特性が現れやすいのはどのような状況かについて、記述された内容を分類したところ、会話、対人行動、作業・仕事、単独場面、悩み・混乱、などのカテゴリに分類することができた（表5）。これらをさらに、他者との相互作用が想定された場面か、あるいは単独での行動場面が想定されているか、不明かに注目して整理し、カテゴリごとの出現頻度を用いてカイ二乗検定を行ったところ、 $\chi^2(2) = 30.06$, $p < .01$ であった。ただし、ライアン法による多重比較を行ったところ、他者との相互作用場面と単独での行動場面の間には有意差が見られなかった（ $t = 1.30$, ns）。擬人化の対象となる行動や特性は、他者の存在の有無によって現れやすさが異なるということではなかった。

表5. 擬人化の対象となった特性が現れやすい状況ごとの出現頻度

他者との相互作用		単独での行動			不明
会話	対人行動	作業・仕事	単独場面	悩み・混乱	その他
34	23	18	18	7	11

外在化作業の難しさの評定

調査協力者が自分の特性を外在化する作業の難しさを、6件法で評定した結果を集計したところ、 $M = 4.18$ ($SD = 1.32$) であった。外在化は、調査協力者にとってやや難しい課題であったことが示された。

考察

本研究では、大学生に対して、自分の良い行動や困った行動を対象に、その原因を擬人的に表現するよう求めた。その結果、自分の肯定的な行動が擬人化の対象としてもっとも多く選ばれており、そうした行動をもたらす原因は、自己の中に存在する年少者のふるまいとして擬人化されることが多かった。肯定的な行動は、他者の有無にかかわらず出現するようなものが選ばれていた。

一般的に心理療法における外在化では、自分の行動や特性が「問題」として対象化され、擬人的に表現される。したがって多くの場合、肯定的な行動や感情が外在化の対象にならないが、心理療法の相談者ではない本研究の調査協力者たちは、否定的な行動や特性よりも肯定的な行動を外在化する頻度が高かった。外在化の課題がやや難しいと評定されていたことから、明確な目的や問題なしに個人の内面的な事象を外在化すると、肯定的な内容が選択されるものの、それを擬人的に想像し表現するのは困難であることがうかがわれた。これらの研究結果は、個人の内面的事象が全般的に外在化しやすい対象なのではなく、扱いにくい対象や事象（ターゲット）も存在することを示唆している。

また、大学生が内面的な事象を擬人的に表現する場合、同年代の人間を素材（ソース）として用いることが少なかったという結果も、外在化の資料として興味深いものであった。本研究の結果は、

比喩表現のターゲットが自己の内面的事象である場合、用いられやすいソースと用いられにくいソースがあることを示唆している。比喩表現には、ターゲットとソースの間に類似性を発見または認知することが必要であると言われるが（平・楠見, 2011）、なぜ本研究の調査協力者である大学生にとって未経験である「年長者」が、「同年代」の人間よりもソースになりやすかったのかは今後検討が必要である。

本研究によって、Morgan (2000, 訳書p.34) が、外在化には「特殊な頭の切り替えが必要」と述べていることの一端について、具体的な資料を提供できたように思われる。ただし、次のような問題点や限界がある。第1に、課題の教示において2つの文章を例示したが、「幼稚園の男の子」「女子中学生」というように、学校教育の文脈を連想させるソースを用いていたため、比喩表現の生成に影響を与えた可能性がある。より多様なソースを用いた表現の収集が必要であろう。第2に、擬人化のターゲットとして選ばれた行動が、必ずしも擬人化された要因によって適切に説明できていないような表現も見られた。課題の困難度が高く評定されていたことから、本研究の擬人化課題が単独で取り組む課題としてはやりにくいものであったと考えられる。前述したように、外在化は本来共同で進められる作業なので、教示のみで単独実施する課題としてではなく、比喩生成を支援するような状況設定が必要かもしれない。第3に、ターゲットとソースの関係についての分析ができていないため、今後は関係に着目した資料の収集を進める必要がある。

これらの点を改善し、課題をより相互作用的なものとしながら、自己の問題や不安等の否定的な内容についての事例を増やし、いかなる心理的問題が、どのように擬人化されやすいのかについて、さらに資料を収集する必要がある。

文献

- Aggarwal, P., & McGill, A. L. (2007). Is that car smiling at me? Schema congruity as a basis for evaluating anthropomorphized products. *Journal of Consumer Research*, 34 (4), 468-479.
- 秋田喜代美 (1996). 教える経験に伴う授業イメージの変容 教育心理学研究, 44 (2), 176-186.
- 坂東昌子・山下芳樹・上田倫也・石尾広武・川村康文・前直弘 (2010). 擬人化と体験学習 京都大学高等教育研究, 16, 49-60.
- Epley, N., Waytz, A., Akalis, S., & Cacioppo, J. T. (2008). When we need a human : Motivational determinants of anthropomorphism. *Social Cognition*, 26, 143-155.
- Epley, N., Waytz, A., & Cacioppo, J. T. (2007). On seeing human : a three-factor theory of anthropomorphism. *Psychological Review*, 114 (4), 864-886.
- Eyssel, F., & Kuchenbrandt, D. (2012). Social categorization of social robots : Anthropomorphism as a function of robot group membership. *British Journal of Social Psychology*, 51, 724-731.
- 藤崎亜由子・倉田直美・麻生武 (2007). 幼児はロボット犬をどう理解するか : 発話型ロボットと行動型ロボットの比較から 発達心理学研究, 18 (1), 67-77.
- Gray, H. M., Gray, K., & Wegner, D. M. (2007). Dimensions of mind perception. *Science*, 315 (5812), 619-619.
- Guthrie, S. E. (1995). *Faces in the clouds : A new theory of religion*. New York, NY : Oxford University Press.
- 稲垣佳世子・波多野誼余夫. (1984). 359 幼児における擬人化による類推 (1). 日本教育心理学会総会発表論文集, (26), 334-335.
- 稲垣佳世子・波多野誼余夫 (2005). 子どもの概念発達と変化 : 素朴生物学をめぐる (稲垣佳世子・波多野誼余夫)

- 夫 (監訳) 共立出版. (Hatano, G., & Inagaki, K. (2002). Young children's thinking about biological world. East Sussex: Psychology Press.)
- 伊藤信博 (2008). 植物の擬人化の系譜 言語文化論集, 31 (1), 3-34.
- 伊藤慎吾 (2016). 妖怪・憑依・擬人化の文化史 笠間書院
- 神田崇行 (2015). ロボットに「人らしさ」を感じる人々 芋阪直行 (編) 社会脳シリーズ9 ロボットと共生する社会脳 神経ロボット学 新曜社 pp.115-140.
- 黒沢幸子 (2002). 指導援助に役立つスクールカウンセリング・ワークブック 金子書房
- Morgan, A. (2000). What is narrative therapy. An easy-to-read introduction. Adelaide, South Australia: Dulwich Centre Publications (小森康永・上田牧子 (訳) ナラティブ・セラピーって何? 金剛出版)
- 長沼葉月 (2010). 問題の外在化アプローチ: 創造的な会話のための配慮点とは ブリーフサイコセラピー研究, 19 (2), 77-89.
- 中原千琴・相川充 (2006). “問題の外在化”を用いたいじめ防止プログラムの試み: 小学校低学年における授業を通して 東京学芸大学紀要 総合教育科学系, 57, 71-81.
- 日本児童文学者協会 (1994). “擬人化”について考える<特集> 日本児童文学, 40 (6), 59-101.
- 大林正人・田中誠一・小町裕志 (2008). 右視床出血の経過中に麻痺肢の擬人化を呈した1女性例 日本内科学会雑誌, 97 (1), 153-154.
- 大和田茂 (2015). 萌え家電 ディスカヴァー・トゥエンティワン
- Piaget, J. (1926). La représentation du monde chez l'enfant. Paris: Presses Universitaires de France. (ピアジェ, J. 大伴茂 (訳) (1960). 臨床児童心理学 2 児童の世界観 同文書院)
- Reeves, B., & Nass, C. (1996). How people treat computers, television, and new media like real people and places (pp. 19-36). Cambridge, UK: CSLI Publications and Cambridge university press. (細馬宏通 (訳) (2001). 人はなぜコンピューターを人間として扱うか: 「メディアの等式」の心理学 翔泳社)
- Riva, P., Sacchi, S., & Brambilla, M. (2015). Humanizing machines: Anthropomorphization of slot machines increases gambling. Journal of Experimental Psychology: Applied, 21 (4), 313-325.
- Shahar, G., & Lerman, S. F. (2013). The personification of chronic physical illness: Its role in adjustment and implications for psychotherapy integration. Journal of Psychotherapy Integration, 23 (1), 49.
- Shtulman, A. (2008). Variation in the anthropomorphization of supernatural beings and its implications for cognitive theories of religion. Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition, 34 (5), 1123-1138.
- 田口文哉 (2006). 「擬人化」の図像学, その物語表現の可能性について--御伽草子『弥兵衛鼠』(慶應義塾図書館蔵)を主たる対象として. 美術史, 55 (2), 333-347.
- 平知宏・楠見孝 (2011). 比喩研究の動向と展望 心理学研究, 82 (3), 283-299.
- Waytz, A., Cacioppo, J., & Epley, N. (2010). Who sees human? The stability and importance of individual differences in anthropomorphism. Perspectives on Psychological Science, 5, 219-232.
- Waytz, A., Morewedge, C. K., Epley, N., Monteleone, G., Gao, J. H., & Cacioppo, J. T. (2010). Making sense by making sentient: Effectance motivation increases anthropomorphism. Journal of Personality and Social Psychology, 99, 410-435.
- White, M., & Epston, D. (1990). Narrative means to therapeutic ends. New York: W.W.Norton. (ホワイット, M.・エプストン, D. 小森康永 (訳) (2017). 物語としての家族 [新訳版] 金剛出版)
- 吉川直志. (2013). 理科教育における擬人化による体感学習の可能性. 名古屋女子大学紀要家政・自然編, 人文・社会編 (59), 13-20.