

自己調節の社会的認知理論

アルバート・バンデューラ

社会的認知理論では、人間の振る舞いは、自己影響力の継続的な行使によって広く動機づけられ、制限される。主要な自己調節メカニズムは、3つの主要な下位作用を通じて動作する。これらは、自分の振る舞い、その決定因子、その影響、を自己監視することと、個人的な基準や環境状況に関連して自分の振る舞いを判断することと、感情的な自己反応と、を含む。自己調節には、思考、感情、モチベーション、行動、に強い影響を与えることにより、個人の主体性の行使において中心的な役割を果たす自己効力感メカニズムも含まれる。同じ自己調節システムが道徳的行為にも関与しているが、達成領域と比較すると、道徳領域では評価基準はより安定しており、判断因子はより多様で複雑であり、感情的な自己反応はより激しくなっている。社会的認知理論の相互作用主義的な視点に立つと、社会的因子は自己調節システムの動作に影響を与える。

自己調節システムは、因果関係のプロセスの中心にある。それは、殆どの外部の影響の効果を媒介するだけでなく、意図的な行動のまさに基礎を提供する。殆どの人間の振る舞いは、目的に適うように、事前の考慮によって調節されている。未来の時間の視点は、多くの異なる形でその姿を現わす。人は自分にできることについて信念を持ち、将来の行動の起こりうる結果を予測し、自身への目標を設定し、そうでなければ、望ましい成果を生み出す可能性のある行動方針を計画する。事前の考慮を働かせることで、人は自身を動機づけ、先を見越した前向きな方法で行動を導く。

意図的で目的のある行動に向けた能力は、象徴的な活動に根ざしている。未来のイベントが、現在のモチベーションや行動の原因になることはできない。しかし、いま認知的に表象されることによって、心に描いた未来のイベントは、現在の振る舞いの動機づけ因子と調節因子に変換される。先を見越した制御において、振る舞いは認識された目標によって指示され、実現されていない将来の状態に引きずられることはない。因果関係の作用は、事前の考慮と自己調節メカニズムに存在し、それによって目的の行動に向けたインセンティブと指針に変換される。本論文は、自己調節の構造とメカニズムを分析する。

もし人間の振る舞いが外部の成果だけによって調節されているとしたら、人は風見鶏のように振る舞い、刹那の社会的影響が偶然に作用するに任せて絶えず向きを変えるだろう。実際には、人は自己内省的で自己反応的な能力を持っており、それゆえに、自分の思考、感情、モチベーション、行動、をある程度制御することができる。自己主導性の行使において、人は指針や動機づけ因子として機能する特定の振る舞いの基準を採用し、自己反応的な影響を通じて、先を見越した行動を調節する。従って、人間の機能は、自己生成的で外部の影響の起源による相互作用によって調節されている。

自己調節システムの構造

自己調節は、自己主導的な変化に対して発育および結集されなければならない一連の心理的下位機能を通じて動作する(バンデューラ、1986 年)。人が自身のモチベーションや振る舞いに影響を与える能力を欠いている場合、意図も欲望も単独ではあまり効果がない(バンデューラ、サイモン、1977 年)。自己反動的な影響を通じて自己調節を行使する際の下位機能の構成要素は、図 1 に要約され、次章で議論する。

自身のパフォーマンス、それが発生する条件、それらが生み出す利他的で末端の効果、に十分な注意を払わなければ、人は自身のモチベーションと行動にあまりよい影響を与えることができない。従って、自己調節の成功は、自己監視の忠実性、一貫性、時間的近接性、に部分的に依存する。活動はいくつかの評価次元によって異なり、その一部を図 1 に示す。人の価値観や、異なる活動の機能的意義に応じて、人は特定の機能的側面に選択的に注意を払い、自分にとってあまり重要でないものを無視する。

自己監視プロセスは、単に自分のパフォーマンスを機械的に監査するものではない。既存の認知構造と自己信念は、どの機能的側面が最も注意を払われるのか、それらはどのように認識されるのか、記憶表象に対してパフォーマンスの情報がどのように整理されるのか、に選択的な影響を及ぼす。気分の状態も、自分のパフォーマンスが自己監視され、認知的に処理される方法に影響を与える(カイパー、マクドナルド、デリー、1983 年)。個人の能力と自尊心に影響を与える振る舞いの自己監視は、次に、振る舞いが発生している時点での自己認識や、その行動に関する後の記憶を歪める可能性のある感情的な反応を活性化させる。

自己観察は、自己調節プロセスにおいて少なくとも 2 つの重要な機能を果たす。それは、現実的な目標を設定し、その目標に向けた進捗状況を評価するために必要な情報を提供する。

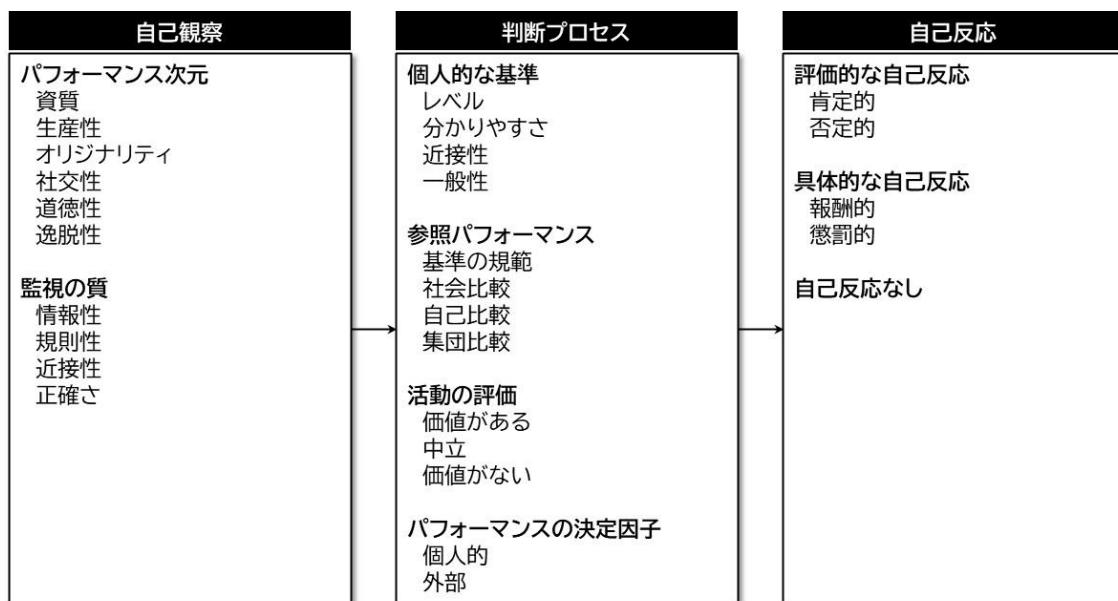


図 1. 内部基準と自己反動的な影響を通じた、モチベーションと行動の自己調節システムの構造

しかし、異なる社会的コンテキストにおける自分の思考パターンや行動に細心の注意を払うことで、自己主導的な変化に貢献できるダイナミックな方法が他にもある。

自己診断機能。体系的な自己観察は、重要な自己診断情報を提供できる。人が、自分の思考パターン、感情的な反応、振る舞い、これらの反応が発生する条件、を観察すると、繰り返されるパターンに気づき始める。状況と、思考や行動との共変動の規則性を分析することにより、人は、特定の方法で振る舞うように導く社会的環境の、心理的に重要な特徴を特定できる。自分の振る舞いや環境の変更可能な側面を変える方法を知っている人であれば、そのようにして得られた自己洞察によって、修正的な変化のプロセスが開始される。

診断的な自己監視は、日常の経験で自然に発生する共変動の観察や遡及的分析に限定される必要はない。心理社会的機能の重要な決定因子は、個人的な実験を通じてより効果的に特定できる(ノイリンガー、1981 年)。日常生活で体系的に物事を変化させ、それに伴う個人的な変化に注意することで、人は、自分の心理社会的機能と幸福感に影響を与える因子を発見できる。同様に、習慣的な思考パターンを変え、それに伴う効果を観察することで、人は、自分の思考が、感情状態、モチベーションのレベル、パフォーマンス、にどのように影響するかを深く理解できる。自己認識は、自己調節の制御の方向性を提供する。

自己動機づけの機能。人が自分のパフォーマンスに細心の注意を払っていると、そうすることを奨励されていなくても、人は、漸進的な改善の目標を自身に設定する傾向がある。目標設定は、目標達成に向けて努力を結集する評価的な自己反応を引き出す。自己監視の指示的およびモチベーションの効果は、かなりばらつくことが分かっている。観察される振る舞いが増えることもあれば、減少することもあるが、多くの場合、効果はない。自己主導性の介入するメカニズムを考えることによって、人は、このばらつきに幾ばくかの秩序をもたらすことができる。どのように事を成しているかを知れば、個人の目標設定や自己評価的な反応という形で自己反応的な影響を活性化する程度には、その後の振る舞いは変わる。

従って、人が継続的な活動に従事し、自分のパフォーマンスの達成について知らされると、一部の人は自発的に自身への目標を設定する(バンデューラ、チェルボーネ、1983 年)。個人の目標設定のばらつきは、モチベーションの多様性に反映される(図 2)。自身への目標を設定しない人は、努力に変化がなく、その人のかつての努力レベルに匹敵することを目指す人に追い抜かれ、今度は、過去の取り組みを改善するという、より挑戦的な目標を自身に設定した人に出し抜かれる。

個人の属性に関連するもの、振る舞いに関連するもの、更には自己監視の性質と種類に関連するもの、など、多くの因子が、自分の行動様式を観察することが自己反応的な影響を引き出す、という可能性に作用し得る。そのような因子の 1 つは、変化に値する振る舞いを自己監視する際の**時間的近接性**である(バンデューラ、1986 年、カズディン、1974 年、ネルソン、1977 年)。自己主導的な変化は、末端の効果にではなく、現在の振る舞いに影響を与える結果をもたらすことによって、より容易に達成される。時間的に近接している自己観察は、進行している間に、継続的な情報を提供し、従って、自分が活用している戦略や自分の振る

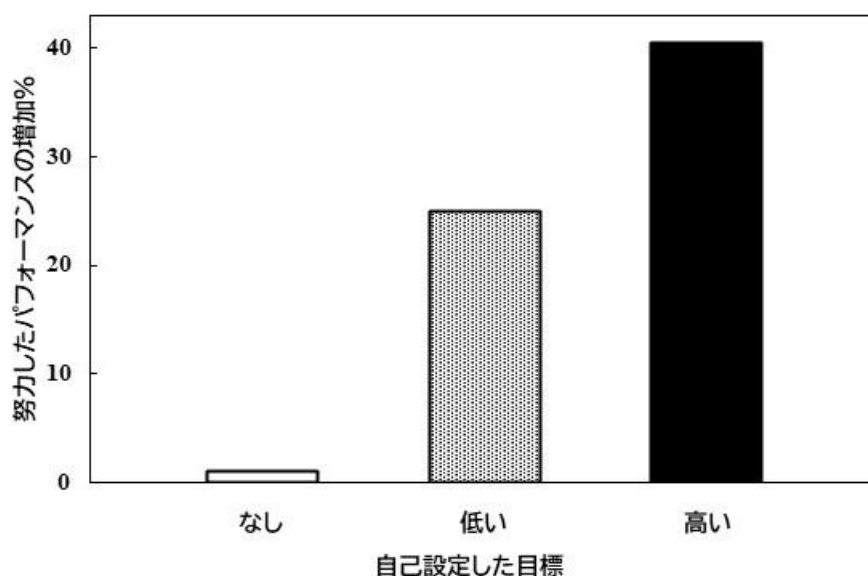


図 2. 目標なしで活動を継続するか、自発的に低い目標を設定するか、自身への高い目標を設定するか、に依存した、パフォーマンスのフィードバックのみの条件下におけるモチベーションのレベルの平均上昇。バンデュラとチェルボーネ(1983 年)のデータからプロット。

舞いに影を落とす自己影響力をもたらし最良の機会を提供する。行動方針のより末端の効果に焦点を当てても、過去を修正することはできないし、未来への指針を殆ど提供しないかもしれない。また、断続的な自己監視は、部分的にしか情報を提供しないため、自身のパフォーマンスに定期的に注意を向けるほどには、効果的な自己調節を生み出さない。

2 つ目の因子は、**パフォーマンスのフィードバックの情報性**である。評価的な自己反応は、どのように事を成しているかについて明確な考えを持っていなければ、あまり喚起され得ない。自己観察は、進歩の明確な証拠がある場合にはパフォーマンスを向上させるが、自分の行動方針の影響についてかなりの曖昧さがある場合には、殆ど効果がない。**モチベーションのレベル**は、自己観察の効果を媒介するもう 1 つの因子である。監視している活動を変えたいと願う人は、自身への目標を設定し、自分が成しつつある進歩に対して自己評価的に反応する傾向がある。モチベーションの低さは、無反応な自己観察を伴う。

振る舞いの誘意性は、自己観察によって引き出される傾向のある評価的な自己反応の種類と強さに影響を与えるだろう。価値ある領域での振る舞いの達成は、自己満足を生み出し、変化を増大させ得るアスピレーションを高める。価値が低下した振る舞いは、自己不快を活性化することで抑えられる傾向がある。中立的な振る舞いは、自己反応の方法ではあまり喚起されないため、殆ど変化しなそうである(カンファー、1970 年)。自己観察は、その活動の誘意性が自然に確立されようと、その活動がプラスとマイナスの価値を伴って任意につき込まれようと、同様の異なる効果を持つ(キャビア、マラボット、1976 年、シーク、マクフォール、1976 年)。

自分が成し遂げたことに注意を払うことは励みになるが、失敗に固執すると落胆し、効力感を損なう可能性がある。従って、自己監視に伴う変化の程度と方向性は、注意が主に自分の**成功または失敗**に集中しているかどうかによって部分的に依存する。自己監視の成功は望ましい振る舞いを増加させるが、失敗だけに注意を払っても殆ど変化を引き起こさないか、パフォーマンスの達成度を低下させる(ゴットマン、マクフォール、1972 年)。自分の失敗にばかり注目するのは気が滅入るが、考えられる原因を特定し、是正的な変化を提案するならば、有益な効果をもたらすことができる。振る舞いはまた、**自発的な制御への適合性**においても大きく異なる。自己監視だけでも、意図的な努力によって修正するのが比較的簡単な活動に、永続的な変化をもたらすことができる。しかし、自己観察だけでは、せいぜい、変化に対して非常に抵抗力のある振る舞いに、一時的な効果を与えるだけである。

前述の議論から明らかなように、自己監視は単なる機械的な追跡プロセスおよび登録プロセスではない。それは、観察されたものにバイアスをかけ得る自己参照プロセスを通じて動作するし、行動方針を変える自己反動的な影響を活性化し得る。更に、人は、個人的な基準や振る舞いの社会的基準の観点から行動を導く程度において、**自己監視の方向性**が異なる(スナイダー、1987 年)。アイデンティティの感覚をしっかりと持ち、自分の個人的な基準を満たす方向にぴったりと合わせている人は、高いレベルの自己主導性を示す。個人的な基準にあまりコミットしていない人は、実利的な方向性を採用し、状況が求めていると思われるがままに自分の振る舞いを合わせる。彼らは社会的な手掛かりを読み取ることに長けてきて、前兆的な価値を持つものを記憶し、それに応じて自己表現を変化させる。

判断的な下位機能

自分の振る舞いのパターンを観察することは、行動を起こして、それに影響を与えるための最初のステップだが、そのような情報そのものは、自己主導的な反応の根拠を殆ど提供しない。行動は、いくつかの補助的なプロセスを含む判断機能を通じて自己反応を引き起こす。自分の行動を判断し、導くための個人的な基準は、自己主導性の行使において大きな役割を果たす。所与のパフォーマンスが好意的に評価されるか否定的に評価されるかは、評価する際の個人的な基準によって異なる。

個人的な基準の育成。個人的な基準は、3つの主要な影響モード(バンデューラ、1986 年)によって伝達される情報から育成される。人は、自分の人生で重要な人物が自分の振る舞いに応じてどのように反応したかに基づいて、個人的な基準を部分的に形成する。最終的には、他者の社会的制裁に反映された評価基準によって、自身を判断するようになるかもしれない。自己に関する社会学的視点は、この特定の獲得モードを強調する傾向があった(クリー、1902 年、マックオール、1977 年)。基準は、直接の教育を通じて、自分の振る舞いに対する他者の評価反応を通じて獲得できる。この伝達形式では、基準は、自分の社会的環境にいる影響力のある人物の指導から、または自分が規定した基準から引き出される。他の影響の形態と同様に、直接の教育は、共通の価値観と相互支援に基づいている場合に、基準の育成を

促進するのに最も効果的である。人は他者に基準を教え、規定するだけでなく、自身の振る舞いに対する反応で基準を示すよい例となる。人は、個人的な基準を満たすときは自己満足と自己承認の反応を示すが、自分の基準を下まわったり、背いたりすると否定的な反応を示す。基準を伝達する際の社会的モデリングの力は、実証的に十分に証明されている(バンデューラ、1986 年)。

人は、社会的影響がその人に偶然にもたらすものが何であれ、そこから既製の基準を受動的に吸収しない点に注意すべきである。寧ろ、人は、直接のおよび代理的な影響の複数の起源を内省的に処理することによって、自身の基準を自身で構築する。自身の努力や行動、または他者の努力や行動を判断する基準に、多くの多様性がある、一貫性がなければ、基準の自己構築は複雑になる。人は、自分が好む基準の中にもある程度の不一致があるだけでなく、実践することと規定することとの間に不一致を示すことが多く、同じ人でも、異なる環境や活動領域で異なる基準を推進するかもしれない。従って、人が自身で作る基準は、教えられたり、規定されたり、手本を見たり、したものの単なる複製ではない。

社会的参照比較。振る舞いは、独立した客観的な妥当性の指標を生み出すときに、調節がより容易になる。泳げるのか、飛行機を操縦できるのか、小切手帳の帳尻を合わせられるのか、といった点については、殆ど曖昧さはない。しかし、殆どの活動に対して、妥当性の絶対的尺度はない。従って、人は自分のパフォーマンスを他者の達成レベルと関連させて評価しなければならない。例えば、試験で 115 点の点数を獲得し、アスピレーションが特定のグループの上位 10%に入ることである学生は、他者がどうやってその成績を成し遂げたか知らなければ、意味のある自己評価のための根拠がないだろう。妥当性が関係性の中で定義される場合、自身のパフォーマンスの評価には、達成したパフォーマンス・レベル、個人的な基準、他者のパフォーマンス、という 3 つの主要な情報の起源の比較が必要である。

他者との参照比較は、私たちの目的に応じて異なるタスクに対して異なる形をとるかもしれない。一部の習慣的な活動では、代表的なグループに基づく標準的な規範を使って、相対的な自分の立ち位置を決定する。多くの場合、人は自身を、同様の状況にいる特定の仲間と比較する。これには、特定のクラスメート、仕事仲間、同様の取り組みに従事している他の環境にいる人、が含まれるかもしれない。従って、パフォーマンスの判断は、**社会比較**に対して選択された判断に依存して大きく異なるだろう(バンデューラ、ジョーダン、1991 年、ゲーソルズ、ダーレー、1987 年、ウッド、1989 年)。

過去の自分の振る舞いは、継続的なパフォーマンスを判断するための参考として継続的に使用される。この参照プロセスでは、**自己比較**が妥当性の尺度を提供する。過去の達成度は、主に目標設定に及ぶ効果を通じて自己評価に影響を与える。人は一般的に、過去の達成度を超えようとする。所与のパフォーマンス・レベルが達成されたら、それはもはや挑戦的ではないし、人は漸進的な改善のために努力することによって新たな自己満足を求める(バンデューラ、1989 年)。

人が自身の振る舞いを部分的に判断するための参照パフォーマンスは、集団原理を中心に

組織された社会システムにおける**集団比較**の形式をとる。このようなシステムでは、個人の達成度ではなくグループのパフォーマンスが評価され、公に称賛される(ブロンフェンブレナー、1970 年、タネンバウム、カヴチッチ、ロスナー、ジャネロ、ヴィーザー、1974 年)。比較プロセスは依然として集団的な取り決めの下で動作するが、自己評価は主に、グループの達成度への相対的な貢献と、それがそのグループによって採用された基準にどれだけ適合しているか、に基づく。

活動の評価。自己調節の判断要素におけるもう 1 つの重要な因子は、活動の評価に関係する。人は、自分にとって殆ど、またはまったく意味のない活動で、どのように事を成すかをあまり気にしない。人は価値が低下した活動に殆ど努力を費やさない。パフォーマンスの評価が自己反応を活性化するのは、主にその人の福祉と自尊心に影響を与える領域である。従って、パフォーマンスが自分の価値選好や個人的な妥当性の感覚に関連すればするほど、その活動で自己評価的な反応が引き出される可能性が高くなる(サイモン、1979 年)。日常生活では、砲丸投げのボールをどれだけ遠くまで投げることができるか、に自尊心をつぎ込むときのように、人は、特徴という点だとその多くは一見したところ些細に思えるものの、驚くほど多様な活動を、高い評価的意義を伴って染み込ませている。

認識されたパフォーマンスの決定因子。自己反応は、人が自分の振る舞いの決定因子をどのように認識するかによっても異なる。人は、自分の成功を自身の能力と努力に帰するとき、自分の達成度に誇りを持ちそうである。しかし、人は自分のパフォーマンスが外部からの援助や特別な状況の支援に大きく依存していると見なすと、あまり自己満足を得ない。過失のある行為や非難されるべき行為に対する自己反応も同様に、因果関係の判断に依存する。人は、自身が責任を負っている不完全なパフォーマンスに対して自己批判的に反応するが、異常な状況、不十分な能力、非現実的な要求、によるものとして認識するパフォーマンスには反応しない(ウィーナー、1986 年)。後者の場合、外部条件に落ち度があると見なす。

自己反応的な影響

パフォーマンスの判断は、自己反応的な影響の機会を設定する。自己反応は、基準が行動方針を調節するメカニズムを提供する。自己調節の制御は、自身の行動に対するインセンティブを作り出すことによって、また、それが内部基準にどのように適合するかに依存する、自身の振る舞いに対する予測的な感情的な反応によって、達成される。従って、人は肯定的な自己反応を生み出す行動方針を追求し、結果的に自己非難に繋がるような振る舞いを控える。自己動機づけのインセンティブは、具体的な成果、または自己評価的な反応のいずれかであるかもしれない。

自己インセンティブは、主にモチベーションの機能を通じて振る舞いに影響を与える。人が、自己満足や具体的な利益を特定の達成度への条件とすると、要求されるパフォーマンスを達成するために必要な努力を費やすよう自身を動機づける。望ましい達成度に対して期待される満足と、不十分な達成度に対する不満の両方が、パフォーマンスの達成の可能性を高

める行動に対するインセンティブを提供する。具体的な自己動機づけ因子の場合、人は、パフォーマンスの達成に依存した具体的な報酬を得ることで、そうでなければ先延ばしにしたり、完全に避けたりするようなことを自身にやらせる。自由な時間、リラックスした休憩、レクリエーション活動、ある活動の一定程度の進歩に付随する、その他の種類の具体的な自己報酬、を作ることで、人は物事を成し遂げるために必要な努力を結集する。自身の達成度に報酬を与える人は、通常、指導の下で同じ活動を行う、しかし自己インセンティブのない人よりも、多くのことを達成し、非偶発的に報酬を得るか、自身の振る舞いを監視し、達成に報酬を与えることなく自身への目標を設定する(バンデューラ、1986 年)。

求めるものを達成するモチベーションと振る舞いを調節することに成功した人と、自己調節の努力に失敗した人とを区別する因子の一つは、自己インセンティブの効果的な活用である(ペトリ、リチャード、1977 年、ツィーマーマン、1989 年)。成功した小説家の執筆習慣ほど、このことがよく表れている例はない。小説家は、指示を出したり、日々の執筆活動を監督したりする住み込みの管理者がいなかったため、自身の自己規律に依存しなければならない。ウォレス(1977 年)が明確に証明しているように、小説家は、毎日一定量の執筆を完了するか、指定された時間だけ執筆することを、他の活動を追求する条件とすることにより、執筆する量に影響を与える。外部から規定された活動であっても、自己調節スキルは、その活動を行うための努力と資源をどれだけ効果的に結集できるかを部分的に決定する。

殆どの人は、物質的な報酬よりも、巧くやれた仕事から得られる自尊心と自己満足に価値を置く。自己評価的な反応による振る舞いの自己調節は、人間特有の能力である。自己評価は、振る舞いに方向性を与え、行動への動機づけ因子を生み出す。従って、評価的な自己インセンティブは、個人の能力を反映する振る舞いのために繰り返し採用される。自己満足を、個人のメリットの指標と一致するパフォーマンスへ条件づけることにより、人は、自分が価値を置いていることを達成するために必要な努力を発揮する(バンデューラ、チェルボーネ、1983 年、バンデューラ、ジョーダン、1991 年)。

自己評価的な反応は、振る舞いの指針やインセンティブとして機能するだけでなく、それだけで大きな関心事である。自己評価的な反応は、人が自分のやることからどれだけの満足感を得るかに影響を与える。これらの感情的な成果については、自己調節システムの機能不全を分析する後半で振り返ることにしよう。殆どの場合、人は、評価的および具体的な自己インセンティブを引き出すことにより、自身のモチベーションと振る舞いに対して影響力を行使する。

自己調節システムの機能

これまでの章では、自己調節システムの一般的な構造について検討した。次に、自己システムの機能的な動作に注意を向ける。自己調節の社会的認知理論は、人間の思考、感情、モチベーション、行動、に対して強い影響力を行使する自己主導性の、もう 1 つの主要なメカニズムを包含している。これは自己効力感のメカニズムであり、個人の主体性を行使する際に

中心的な役割を果たす(バンデューラ、1986 年、1989 年)。

自己効力感のメカニズム

個人の主体性のメカニズムの中で、自身の機能レベルを制御する能力、また自分の生活に影響を与えるイベントを制御する能力、についての人の信念ほど、中心的で蔓延しているものはない。自己効力感の信念は、人間の自己調節に近接した重要な決定因子として機能する。自分の効力感に対する人の信念は、その人が行う選択、アスピレーション、所与の取り組みにどれだけの努力を結集するか、困難や挫折に直面した際どれだけの時間辛抱するか、自分の思考パターンは自己妨害的か自己援助的か、ひどく骨の折れる環境要求に対処するために経験するストレスの量、うつ病に対する脆弱性、に影響を与える。

効力感に対する自己信念は、自己調節システムの様々な下位機能がどのように動作するかを部分的に決定する。このような信念は、パフォーマンスの異なる側面の自己監視と認知処理、また自己信念から生じる成果、に影響を与える(バンデューラ、1991 年 a)。自己信念は、成功と失敗の認識される原因に影響を与える。従って、自身は効力感に溢れていると考える人は、自分の失敗を不十分な努力のせいにする傾向があるが、自身は効力感に乏しいと考える人は、失敗の原因を低い能力に起因すると見なす(コリンズ、1982 年、シルバー、ミッチェル、ジスト、1989 年)。モチベーションとパフォーマンスの達成に対する原因帰属の効果は、ほぼ完全に自己効力感の信念の変化によって媒介される(レリッヒ、デブス、ウォーカー、1986 年、シュンク、ガン、1986 年)。まもなく示すように、社会比較がパフォーマンスの達成に与える影響は、自己効力感の信念に及ぼすその効果を通じて、同様に媒介される(バンデューラ、ジョーダン、1991 年)。

効力感に対する自己信念は、自己調節の目標設定の下位機能にも影響を与える。人が自身をより有能であると判断すればするほど、自身に対してより高い目標を設定し、よりしっかりと自分にコミットし続ける(バンデューラ、1991 年 a、ロック、レイサム、1990 年、ウッド、バンデューラ、1989 年 b)。個人的な基準と達成度との間に見られる否定的な不一致が、動機づけることになるのか、落胆させることになるのかは、自分が自身に対して設定した目標を達成できるという、その人の信念によって部分的に決定される。自分の能力について自信喪失を抱いている人は、障害や失敗によって簡単にやめてしまう。自分の能力を確信している人は、自分が求めているものを達成できなかったときに自分の努力を強化し、成功するまで粘り強く続ける(バンデューラ、チェルボーネ、1986 年)。

そして最後に、認識された自己効力感、活動の評価に貢献する。人は、自身に自己効力感があると判断し、課題を克服することで満足感を得る活動に永続的な関心を示す(バンデューラ、シュンク、1981 年)。実際、内在する関心は、実際の能力よりも、認識された自己効力感によってよりよく予測される(コリンズ、1982 年)。伝記研究も同様に、異なる種類の人生の追求に深く夢中になって楽しむことは、自分の認識された能力に一致する個人的な変化を選択することによって、また自分のアスピレーションに向かって前進している証拠

を見ることによって、最もよく育まれることを明らかにしている(チクセントミハイ、1979年)。

自己調節と負のフィードバック・モデル

自己調節の多くの理論は、負のフィードバック制御システムに基づいている。これは、制御理論(カーヴァー、シャイアー、1981年、ロード、ハングス、1987年)、心理生物学的恒常性理論(アプレー、1991年)、ミラー、ギャランター、プリブラム(1960年)によって提示されたサイバネティック TOTE モデル、において、基本的な調節因子である。均衡化は、ピアジェの理論(1960年)における唯一のモチベーション・メカニズムでもある。この種類のシステムは、不一致削減メカニズムを通じて、行動の動機づけ因子と調節因子として機能する。パフォーマンスと内部基準との間に認識された不一致は、その不一致を削減するための行動を引き起こす。負のフィードバック制御では、パフォーマンスが内部基準と一致する場合、その人は何もしない。ある基準と一致することが不活性を引き起こす調節プロセスは、人間の自己動機づけを特徴づけるものではない。このようなフィードバック制御システムは、どこにも通じない循環的な行動を生み出すだろう。欠点のフィードバックを受け取るまで、人は行動を起こすこともできない。モチベーションの継続的な調節には比較するフィードバックが不可欠だが、人は、始まってすぐの努力に関するフィードバックを受け取る前に、最初に目標を採用することでモチベーションのレベルを上げる(バンデューラ、チェルボーネ、1983年)。事前の考慮を行使することで、人は単に努力の効果に反応するのではなく、

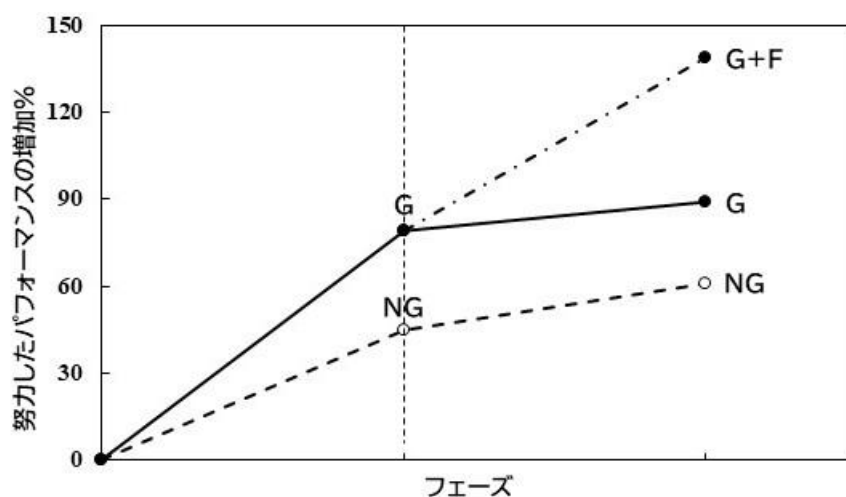


図 3. 前向きなシステムと反応的フィードバック・システムが、モチベーションの開始と継続的な調節にどのように動作するかを描写。最初の前向きなフェーズで、被験者は、目標あり(G)または目標なし(NG)でパフォーマンスを発揮した。次のフェーズで、前向きな自己影響力と反応的な自己影響力を組み合わせ、被験者は、目標のみ(G)、目標とパフォーマンスのフィードバック(G+F)、のいずれかでパフォーマンスを発揮し続けた。バンデューラとチェルボーネ(1983年)のデータからプロット。

先を見越して適応制御を巧みに使うことができる。図 3 に見られるように、予測的または前向きな制御は、モチベーションを結集する際の主要なシステムとして動作し、反応的フィードバックは、望ましい目標を達成するために必要な努力の更なる調整を規定する。負のフィードバックは、人が事前に設定されたコースを進むのに役立つかもしれないが、時にはフィードバック・ループから脱却して、自身にとって新しい挑戦的なコースを始めなければならない。

人間の自己動機づけは、**不一致の生成**と**不一致の削減**の両方に依存する。これには、**前向きな制御**と**状況の変化に対応する制御**が必要である。人はまず、不均衡な状態を作り出す、価値あるパフォーマンス基準を自身に設定し、次にその基準に到達するために必要とされることの、先を見越した見積もりに基づいて努力を結集することにより、前向きな制御を通じて自身を動機づける。フィードバック制御は、望ましい結果を達成するために費やされる努力を、その後で調整することで機能する。人が、追求してきた基準に達した後、効力感が強い人なら、一般的に自身に対してより高い基準を設定する。更なる課題を採用すると、克服すべき新たな動機づけの不一致が生まれる。同様に、ある基準を超えると、超えた基準に一致させることで不均衡を削減しようとするので、その後のパフォーマンスを低下させるよりも、アスピレーションを高める可能性が高い。従って、自己動機づけには、不均衡化する不一致の生産と、それに引き続く均衡化する不一致の削減という二重の制御プロセスが含まれる。

前向きの要素を備えた評価的な実行制御システムは、もちろん、パフォーマンスの達成の解釈方法に依存して、アスピレーションの基準を上向きまたは下向きに変化させ続ける負のフィードバック動作に重ね合わせることができる。人間の自己調節の複雑さを捉えるためには、そのような実行制御システムに、自己主導性において重要な役割を果たすことが以前に示された評価的な主体性の特性をつぎ込まなければならない。これらには、(1)費やされた努力の前兆的な予測制御、(2)価値システムに根ざした自分のパフォーマンスに対する感情的な自己評価的な反応、(3)目標達成に向けた個人の効力感の自己評価、(4)自分の効力感の評価における妥当性と、自分の基準設定の適合性と、に関する自己内省的なメタ認知活動、が含まれる。タスクの要求に対する認識された自己効力感の評価は、追求されている基準が達成可能な範囲内にあるか、または手の届かないところにあるかを示す。

モチベーションの自己調節における自己反応的な影響

個人的な挑戦と、自身の達成に対する評価的な反応と、によって自己影響力を行使する能力は、モチベーションと自己主導性の主要な認知メカニズムを提供する。数え切れないほどの研究が、明確で挑戦的な目標が、モチベーションとパフォーマンスの達成を向上させる、という強力で一貫した証拠を生み出している(ロック、レイサム、1990 年)。前述のように、基準に基づくモチベーションには、認知比較プロセスが含まれる。モチベーションの効果は、目標そのものからではなく、寧ろ人が自身の振る舞いに対して評価的に反応するという事

実から生じる。目標は、肯定的な自己評価のための条件つき要件を規定する。内部比較を通じて自己反応的な影響を活性化するには、比較因子、つまり個人的な基準と、自分のパフォーマンス・レベルの知識との両方が必要である。基準のないパフォーマンスの知識も、パフォーマンスの知識のない基準も、自己評価的な反応の基礎にはならない。目標とパフォーマンスのフィードバックを体系的に変化させる研究では、追求の性質が何であれ、この定式化と一致する結果が得られる(バンデューラ、チェルボーネ、1983 年、ベッカー、1978 年、ストラング、ローレンス、ファウラー、1978 年)。簡単な目標であれ挑戦的な目標であれ、自分がどのように事を成しているのかを知らずに、単に目標を採用するだけでは、或いは目標を持たずに、単に自分がどのように事を成しているのか知っているだけでは、永続的なモチベーションの影響は及ばない。しかし、目標とパフォーマンスのフィードバックとを組み合わせた影響は、モチベーションを大幅に高める。これを、比較因子が両方存在する場合、一方のみが存在する場合、またはまったく存在しない場合の自己動機づけのレベルをまとめた図 4 に示す。

目標の意図に基づく認知的モチベーションは、3 種類の自己影響力によって媒介される。1 つ目は、感情的な自己評価を含む。人は、価値ある基準を満たすことから自己満足を求め、基準未滿のパフォーマンスに不満を抱くことで努力を強化するように促される。認識された自己効力感が、モチベーションの自己調節に影響力のある役割を果たすもう 1 つの自己参照因子であることはすでに見た。人が取り組みの最初に、自身に向けて設定する目標は、その人の進歩のパターンとレベルに依存して変更されがちである(キャンピオン、ロード、1982 年)。人はオリジナルの目標を維持するかもしれないし、視線を下げるかもしれないし、

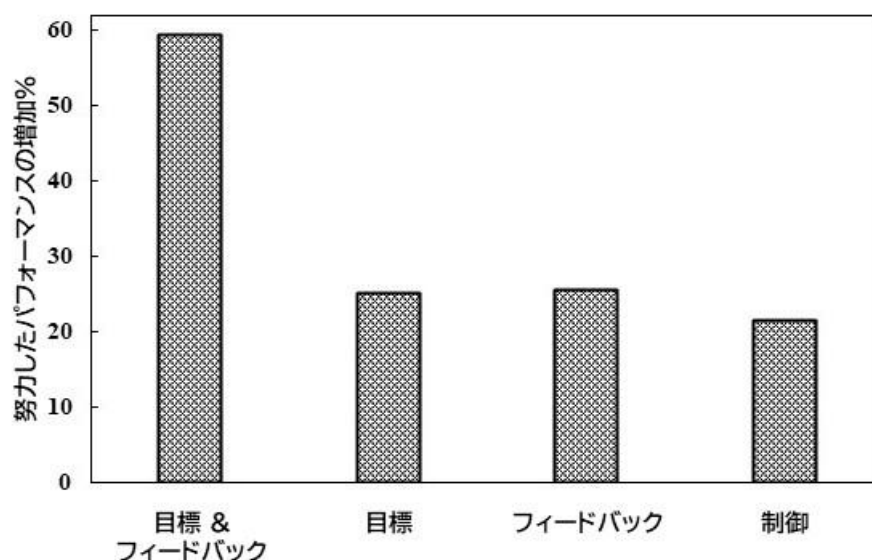


図 4. 目標とパフォーマンスのフィードバックを組み合わせた条件下、目標のみの条件下、フィードバックのみの条件下、これらの因子がない条件下、におけるモチベーションのレベルの平均変化率(バンデューラ、チェルボーネ、1983 年)。

更に挑戦的な目標を採用するかもしれない。従って、モチベーションの継続的な調節における第三の構成要素としての自己影響力は、自分の達成度に照らして内部基準を再調整することに関係する。

これらの自己反応的な影響がモチベーションに寄与していることは、パフォーマンスと、指定された難しい基準との間の不一致の方向と大きさを体系的に変化させた研究で顕著に明らかにされている(バンデューラ、チェルボーネ、1986 年)。図 5 を見ると、個人が自身に及ぼす自己影響力の起源が多ければ多いほど、求めているものを達成するために行使し、維持する努力が多くなることが分かる。まとめると、この一連の自己反応的な影響は、モチベーションのばらつきの大部分を占める。

感情的な自己反応は、やる気を起こさせるモチベーションの二重の起源——肯定的な動機づけ因子として動作する、個人的な達成度に対する予想された自己満足と、活動の複雑さに依存してパフォーマンスの達成度に異なる貢献をする、パフォーマンスの不完全な機能に対する不満——を提供する。より単純なタスクでは、努力のレベルを上げることによってのみ成功が達成されるし、基準未満の達成に対する自己不満は、パフォーマンスのモチベーションの主要な調節因子である(バンデューラ、チェルボーネ、1983 年、1986 年)。対照的に、注意力と認知力が強く求められる複雑なタスクでは、挑戦的な基準に向けた個人の進歩に対する自己満足が、パフォーマンスの達成度に対する肯定的なモチベーションの方向性を提供する。強い否定的な自己反応は、行動の代替戦略を生成し検証する、という複雑なタスクを妨げることにより、機能のレベルを損なう可能性がある(バンデューラ、ジョーダン、1991 年、チェルボーネ、ジワニ、ウッド、1990 年)。

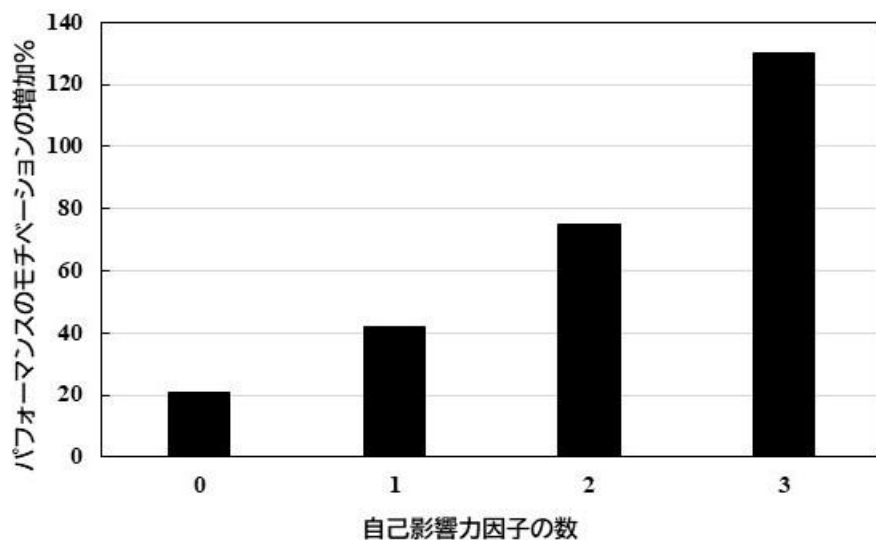


図 5. ある個人に動作する自己反応的な影響の数の関数としての、モチベーションのレベルの平均変化率。3 つの自己反応因子には、目標達成に対する認識された強い自己効力感、標準未満のパフォーマンスへの自己不満、挑戦的な基準の採用、が含まれる。バンデューラとチェルボーネ(1986 年)のデータからプロット。

目標システムの階層構造

これまでの議論は、指示的なモチベーションの装置としての目標システムと、その装置が効果を発揮する自己指示的なメカニズムと、にフォーカスしてきた。もちろん、目標システムは通常、モチベーションと行動に近接した調節因子として動作する目標が、個人的な重要性和価値観の問題を反映した、より広範な目標を援助する階層構造を含む。しかし、近接した目標は、機械的な階層制御システムで一般的に描かれているような、価値ある高尚な目標の単なる従属的な下僕ではない。自己システムに従事することを通じて、下位目標は個人的な意義を持つ活動をつぎ込む。前に示したように、近接した目標は、より高いレベルの目標を追求する過程で、それ自体が報酬として動作する個人的な達成度から自己満足を生み出す。個人的な達成度の報酬が進歩の指標と結び付いているとき、個人は、より高尚な目標のインセンティブとはまったく別の、継続的な興味と自己動機づけの起源に貢献する。実際、下位目標の課題は、継続的な動機づけ因子として、上位目標の魅力に勝ることがよくある(バンデューラ、シュンク、1981 年)。このモチベーション・プロセスでは、人は、上位目標が達成されるまで取り組みの成功の感覚を保留するのではなく、ある活動の漸進的な熟達から満足感を得る。要するに、報酬は、最終目標の達成にだけ、というよりも、継続的な熟達のプロセスにある。反復的な近接した自己挑戦と評価報酬のプロセスとしての自己動機づけモデルは、直線的に連なる下位目標が完全に上位目標によって突き動かされるモデルとは異なる。近接した自己影響力による自己動機づけは、アスピレーションの未来の時間的視点における、いかなる制限もほのめかさない。価値ある未来への進歩は、末端のアスピレーションを、近接した自己指導と組み合わせることによって最もよく達成される。

アスピレーションの基準、達成のモチベーション、外部インセンティブ

自己反応的な影響による自己動機づけは、異なる名称にさらされている様々なモチベーションの現象における重要な構成要素である。達成のモチベーションは、そのような例の 1 つである。高みを極めた人は、挑戦的な目標の達成に自己満足をつぎ込む傾向がある。志の低い人は、簡単な目標で充分だと考える。人が自身に課すアスピレーションの基準が高ければ高いほど、その基準を満たすためにどんどん努力するし、その達成に秀でる可能性が高くなる。

パーソナリティ理論は、しばしば人間の努力と達成度を、達成ニーズまたはモチベーションの産物として描写する。達成の誘因は、通常、達成に関連する手がかりを含む項目への応答から推測される。誘因が引き起こすと思われる振る舞いの種類から誘因を推論する理論は、堂々巡りの問題を引き起こす(バンデューラ、1986 年)。誘因は、所与の振る舞いのクラスから推論され、その振る舞いのクラスの活性化を説明するために用いられる。応答から推論された誘因は、パフォーマンス以外の手段を通じて評価された場合、概念的な問題が少ない。達成誘因に起因する機能特性は、アスピレーションの基準を特徴づける特性とほぼ同じである。どちらも、望ましい達成度に繋がる行動方針を指示し、活性化するとされている。

しかし、誘因の力と、内部基準や自己反動的な影響から生じる自己生成されたインセンティブと、の間には、大きな概念的な違いがある。誘因は振る舞いを駆り立てる。自己インセンティブは、認知予測メカニズムを通じて振る舞いを動機づけ、指示する。

達成誘因とアスピレーションの基準を測定する研究は、これらの代替的なモチベーション・メカニズムに光を当てる。達成へのニーズが高いことは、高い目標設定と関連する。しかし、達成へのニーズは、個人の目標と無関係にはパフォーマンスに影響を与えない。達成へのニーズとパフォーマンスとの関係性は、自己設定された目標のレベルが制御されると消えてしまう(ドーセット、レイサム、ミッチェル、1979年、レイサム、ミッチェル、1982年、松井、岡田、角山、1982年)。人が自身に設定した目標は、達成へのニーズに関する古典的な性格尺度よりも、自分のパフォーマンス・レベルと自己満足の方を巧く予測する(エイヴリー、ドゥイヒースト、1976年、オストロウ、1976年、ユークル、レイサム、1978年)。

高いニーズを極めた人が、ニーズ達成のテストで低い点数を獲得した人よりも高い目標を選択する傾向があるからといって、必ずしも、パフォーマンス基準が一般的に想定されているような根本的な誘因の産物であることを意味するわけではない。卓越性の個人的な基準は、達成の声明を宣伝したり、性格テストで達成のイメージを作成したりするように人を導くのであって、そのような宣伝は意欲的な基準を煽る達成誘因を確認するものではないかもしれない。基準設定は、達成誘因の指標よりも継続的なパフォーマンス・レベルのよりよい予測因子である、という証拠は、基準設定に因果優先を与える。更に、目標理論は、自己プロセスを媒介する際の変動を通じてモチベーションのレベルの急速な変化を説明できるが、瞬間的な変化は、気質的誘因の決定因子への説明に困難をもたらす。

内部基準による自己影響力は、外部のフィードバックと、やる気を起こさせるモチベーションの効果にも貢献する。外部のインセンティブは、漸進的な改善に向けた個人の目標を活性化することによって、部分的に動機づけることができる。実際、ロックと彼の仲間によって行われた一連の研究は、自身に動機づけの目標を設定するよう人に働きかける程度には、インセンティブがパフォーマンスを向上させることを示している(ロック、ブライアン、ケンドール、1968年)。個人の目標への効果によって、インセンティブが部分的にパフォーマンスに影響を与えるかどうかについて、様々な結果を報告している研究では、実行者にはパフォーマンス・レベルに関する情報が与えられていなかった(プリッチャード、カーチス、1973年)。自己評価的な動機づけ因子は、どのように事を成しているのかについての知識がないと、効果的に活性化されない(バンデューラ、チェルボーネ、1983年)。人は確かに、価値ある外部の成果の見通しに動機づけられている。しかし、継続的なパフォーマンスに評価基準を適用することで、人は動機づけの課題を生み出し、自身をも喜ばせるために、その課題を満たす。些細な外部のインセンティブの進捗になされる単純なフィードバックでさえ、自己満足が活動につぎ込まれるようになると、パフォーマンスのモチベーションを高めることができる。個人的な達成度への満足感が報酬になる。

集団的取り組みにおける自己調節の力学

認知的な動機づけ因子に関するほぼすべての研究は、自己調節の力学が個人の達成度にどのように動作するか、に関係している。多くの人間の取り組みは、社会的に媒介された努力を通じて組織構造で達成されるグループの目標に向けられている。集団の成果を制御する際、意思決定者は他者の協調的な努力に頼らざるを得ないが、個人レベルでは、自身の努力だけを調節する必要がある。グループの取り組みに対する社会的に媒介された調節は、直接的な自己調節よりも、かなり複雑な影響の経路を含む(ウッド、バンデューラ、1989年a)。従って、個人レベルで確立された機能的関係性は、グループ・レベルでの資格を要求するかもしれない。

人間の意思決定に関する研究の多くは、重い負担をかけない条件下での静的な環境における個別の判断を調査している(ビーチ、バーンズ、クリステンセン・シャランスキー、1986年、ホーガース、1981年)。対照的に、自然主義的な環境では、時間制約の下で続いている活動の流れの中にある様々な情報と、重大な社会的および評価的な結果と、から決定を下さなければならない。ある時点で成される行動は、後の決定の選択肢と効果に影響を与える。更に、動的な環境に対する制御を行使するための決定ルールが多くは、進行中の組織活動を管理する過程での探索的経験を通じて学ばなければならない。このようなより複雑な取引条件の下では、自己調節因子、感情的因子、モチベーション因子が社会認知機能の質に大きな影響を与える可能性がある。

組織の成果は他者の協調的な努力によって達成されなければならないため、最も重要な経営上の決定のいくつかは、人間の才能をどのように最善に活用するか、そして人間の努力をどのように導き、動機づけるかに関係する。この役割を果たすにあたり、マネジャーは、しばしば混乱した自己評価の推測も社会的な結果も運んでくる、数多くの障害、失敗、挫折に対処しなければならない。これらの感情的因子は、意思決定スキルの適切な活用を損なう方法で、自己概念とモチベーションを台無しにする可能性がある。従って、効果的な意思決定には、望ましい解決策のために、既存の知識に一連の認知演算子を適用する以上のものが含まれる。自己調節の影響は、認知処理システムがどれだけ巧く動作するかに大きな影響を与える(バンデューラ、1986年)。

経営上の意思決定のメカニズムと成果は、実際の組織環境での実験的分析に容易には適さない。統制プロセスは通常、相互作用する因子の多様性によって影響を受けるが、因子に対して実験的に制御を行使することは言うまでもなく、因子を特定することが困難である。この複雑な分野の進歩は、シミュレートされた組織環境における意思決定の実験的分析によって達成できる。そのようなコンピュータ・シミュレーションの1つは、複雑で動的な環境で必要とされる決定活動の種類を包含している(ウッド、ベイリー、1985年)。それは、モチベーションと行動の自己調節の決定因子を強化したり弱体化させたりする可能性のある組織の特性と信念体系の実験的変化を容認する。人は経営上の意思決定者として機能し、従業員の属性を組織の下位機能に一致させなければならないし、監督する人を導き、動機づけ

る最善の方法に関する複雑な一連の決定ルールを学ばなければならない。経営上のルールは、組織のパフォーマンス・レベルを向上させるための目標、上司のフィードバック、社会的インセンティブ、の最適な使用に関係する。いくつかの因子には、特に識別するのを困難にしている、インセンティブ要素と社会的公平性要素を組み合わせた非線形で複合的な決定ルールが含まれる(ブレーマー、ハガフォース、ヨハンソン、1980 年)。一連のルールは、異なるグループ・メンバーに関する決定の指針として役立てることができる組織機能の認知モデルに統合しなければならない。ルールを知っていても、ルールの最適な遂行を保証しない。また、マネジャーは、ルールの適用をグループの個々のメンバーに合うように調整して習熟度を向上しなければならないし、望ましいグループの結果を達成するために、それらを協調させて適用しなければならない。自己調節因子は、経営上のタスクが一連の試行で実行されるため、定期的な間隔で測定される。

経営上の活動の多面的な性質と、それらが組織の達成度と迷路のように結び付いていることが、個人の目標とグループの達成との関係に複雑さを生む。個人の目標は、人が、制御を行使するための知識と手段を持っているとき、パフォーマンスの達成に容易に変換される。目標は、注意を向け、努力を結集し、障害に直面しても努力を維持することによって、パフォーマンスに直接影響を与えることができる(ロック、レイサム、1990 年)。目標設定を通じて達成度を高めることを実証している殆どの研究では、実行者はすでに制御手段を持っており、努力を強化することだけを必要とする。努力だけで直接制御できるタスクであっても、より複雑な活動では目標効果が弱くなる(ウッド、メント、ロック、1987 年)。経営上の努力だけでは、グループの目標の達成は保証されない。最適な経営上のルールが特定されるまで、目標は、より努力を要し、より識別力のある、成果の情報に関する認知処理を生み出すことができるが、必ずしも組織のパフォーマンスをすぐに改善するわけではない。目標がグループのパフォーマンスに及ぼす効果を更に複雑にするにあたって、組織の機能レベルを向上させるための努力が、社会構造の特定の側面と、社会資源の配分方法と、における構成要素の変更を要求することはよくある。もし健全な判断に基づいているなら、このような微小な変化は、短期的には必ずしも大きな利益を生まなくとも、最終的には組織の達成度を高めるだろう。曖昧で確率的な環境での学習は、決定行動の有効性が、近接した成果ではなく、末端の成果に反映されると、更に困難になる。

社会的認知理論は、心理社会的機能を三者間相互因果関係の観点から説明する(バンデューラ、1986 年)。この相互決定論モデルでは、(1)認知的因子やその他の個人的因子、(2)振る舞い、(3)環境的なイベント、はすべて、互いに双方向に影響を与える、相互作用する決定因子として動作する。三者間因果構造 ―認知的、行動的、環境的― における主要な相互作用のそれぞれは、動的環境の重要な構成要素として機能する。認知的な決定因子は、効力感の自己信念、個人の目標設定、分析的思考の質、によって指標化される。実際に行使される経営上の選択が、行動的な決定因子を構成する。組織環境の特性、それが規定する課題のレベル、経営上の介入に対するその応答性は、環境的な決定因子を表す。進行中のプロセス

の分析により、相互作用の因果構造がどのように動作し、時間の経過とともに変化するかが明らかになる。

信念体系が自己調節メカニズムに及ぼす影響

相互作用の因果構造は、自己調節の決定因子の動作を強化または弱体化させる可能性のある、実験的に多様な組織特性および信念体系と併せて検証された。一つの重要な信念体系は、能力の概念に関する(バンデューラ、デュエック、1990 年、デュエック、エリオット、1983 年、ニコルズ、1984 年)。一部の人は能力を、知識を獲得し、能力を完成させることによって向上が可能な**習得可能なスキル**と見なす。こういう人は機能的な学習目標を採用する。こういう人は、知識と能力を広げる機会を提供する課題を求める。こういう人はエラーを、習得プロセスの自然な一部と見なす。人は失敗から学ぶ。こういう人は、他者の達成と比較するよりも、個人的な改善の観点から自分の能力を判断する。能力を多かれ少なかれ**持って生まれた知的能力**と見なす人の場合、パフォーマンス・レベルは根本的な才能の診断と見なされる。エラーや不完全なパフォーマンスは、高い評価的脅威を伴う。従って、そういう人は、知識と能力を拡張することを犠牲にして、エラーを最小限に抑え、知的熟練がすぐに示せるタスクを好む。高い努力は、おそらく能力の低さがバレてしまうため、脅威にもなる。他者の成功は、自身が認識している能力を過小評価する。

私たちは、これらの異なる能力の概念を吹き込み、そうしてから、スキルの利用とパフォーマンスの達成度を統制する自己調節メカニズムへの効果を調べた(ウッド、バンデューラ、1989 年 b)。意思決定能力を基本的な認知の才能を反映しているものとするマネジャーは、問題に遭遇するにつれて、経営上の効力感について自信喪失が増大し、悩まされた(図 6)。彼らは分析的思考がますます不安定になり、組織のアスピレーションを下げ、管理していた組織で達成する成果が徐々に減少した。対照的に、能力を習得可能なスキルとして解釈することは、個人の効力感に対する非常に弾力性のある感覚を育んだ。この信念体系の下では、

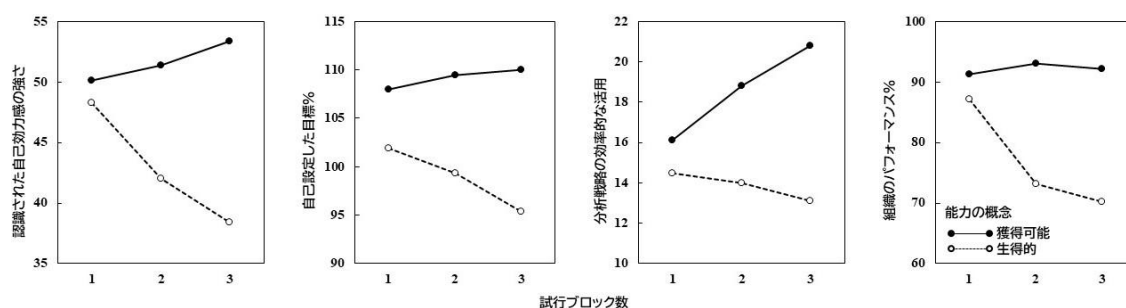


図 6. 能力の概念を、獲得可能なスキル、或いは持って生まれた才能、と見たとき、認識された経営上の自己効力感、事前に設定された基準に対する自己設定した組織目標、効率的な分析戦略、組織のパフォーマンスの達成レベル、の試行ブロック間の変化。各試行ブロックは、6 つの異なる生成順序で構成されている(ウッド、バンデューラ、1989 年 b)。

マネジャーは、パフォーマンス基準が達成困難であっても、認識された経営上の自己効力感を曲げることがなかったし、挑戦的な組織目標を設定し続けたし、最適な経営上の決定ルールの発見を支援する効率的な方法で分析戦略を活用した。このような自己効力感のある志向性は、組織の高い達成度をもたらした。

基準未満の類似のパフォーマンスが最初に認知的に処理される方法に、能力の概念がバイアスをかけることは注目に値する。これは、能力が習得可能なスキルとして解釈されるか、持って生まれた才能として解釈されるか、に依存して、基準未満のパフォーマンスが、著しく異なる診断上の推測をもたらすためである。不十分な達成度を、持って生まれた欠陥の指標として解釈すると、特定の機能領域で効力感の乏しい自己スキームが徐々に生まれるが、基準未満の達成を、個人の能力を強化するための教訓的な指針として解釈すると、効果的な自己スキームが促進される。このような進化する自己信念は、成果の情報の認知処理に更にバイアスをかけ、それらを確認する振る舞いの証拠を作り出す行動を促進する。これにより、持って生まれた能力セットの下では、モチベーションとパフォーマンスの障害を悪化させるサイクルが生まれ、習得可能なスキル・セットの下では、高度に熟練した機能が発揮される。

効力感に関連する情報が認知的に処理される方法に影響を与えるもう1つの重要な信念体系は、自分の環境がどの程度影響力があるか、或いは制御可能なのか、についての人の信念に関係する。制御の行使には、組織機能の管理に特に関連する2つの側面がある(バンデューラ、1986年、グリーン、ブリム、1984年)。1つ目は、能力の生産的な活用と努力の投入によって変化をもたらす個人の効力感のレベルに関係する。これは、取引制御プロセスの個人的な側面を構成する。2つ目の側面は、環境の変更可能性または制御可能性に関係する。この側面は、システム制約のレベル、個人の効力感を行行使するための機会構造、そのような機会構造へのアクセスの容易さ、を表す。もちろん、人間の振る舞いは、単に客観的な特性によってではなく、個人の効力感や社会的環境の認識によって統制されている。従って、自身

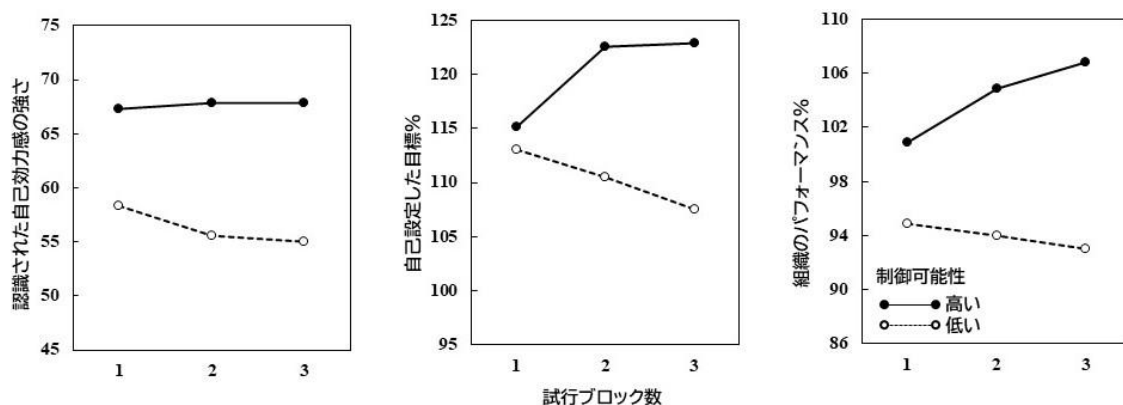


図 7. 組織は制御可能である、或いは制御が難しい、という認知環境下で動作したマネジャーの、認識された経営上の自己効力感、組織に設定されたパフォーマンスの目標、組織の達成度のレベル、の変化(バンデューラ、ウッド、1989年)。

は効力感に乏しいと信じている個人は、多くの潜在的な機会を提供し、個人の能力の行使に非常に敏感な環境でも、殆ど変化をもたらさない可能性がある。逆に、効力感が強い人は、創意工夫と忍耐力を通じて、限られた機会と多くの制約を含む環境でも、ある程度の制御を行使する方法を見つけ出す。

日常生活の取引において、自己効力感と環境の制御可能性に関する信念は、経験的な現実から切り離されていない。寧ろ、それらは相互因果関係の産物である(バンデューラ、1986 年)。従って、人が、自分にとって重要な問題について環境が制御可能であると信じている場合、その人は、自分の個人的な効力感を完全に行使するように動機づけられ、成功の可能性を高める。成功の経験は、次に、個人の効力感と環境の制御可能性の行動的な検証を提供する。困難な状況下で個人の有効性を繰り返し肯定すると、揺るぎない粘り強さが生まれる。殆ど制御できないものとして状況にアプローチすると、人が行使する効力感は弱く、滞りがちだし、それが失敗の経験を生み出す源となる。時間が経つにつれて、失敗は、認識された自己効力感や、環境の制御がどの程度可能かについての信念に、ますます大きな打撃を与える。私たちの組織シミュレーション研究は、パフォーマンスを向上させたり妨げたりする可能性のある意思決定を統制する自己調節因子に、認識された制御可能性が強い影響を与える点を強調する(バンデューラ、ウッド、1989 年)。組織は簡単には変えられないという認知環境下でシミュレーションされた組織を管理した人は、パフォーマンス基準が簡単に手の届くところにある場合でも、すぐに自分の意思決定能力への信頼を失った(図 7)。彼らはアスピレーションを下げた。組織は制御可能であるという認知環境下で動作した人は、経営上の効力感を強く示した。彼らは、ますます挑戦的な目標を設定し、効果的な経営上のルールを発見するために優れた分析的思考を活用した。彼らは、多くの困難に直面しても、自己効力感の高い回復力を示した。自己調節因子の異なる変化は、組織の達成度に大きな違いを伴う。

パス分析では、自己調節の決定因子の、仮定された因果順序を確認する。複雑で不慣れな環境の管理に最初に直面すると、人は、自分の効力感を判断したり、個人の目標を設定したりする際に、過去のパフォーマンスに大きく依存する。しかし、更なる経験を通じて自分の効力感に関する自己スキームを形成し始めると、パフォーマンス・システムは、効力感の自己

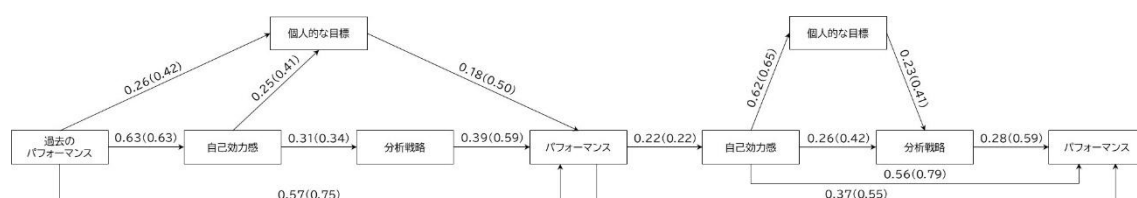


図 8. 因果構造のパス分析。影響のパス上の数字は、有意な標準化されたパス係数 (ps<0.05)。括弧内の数字は 0 次相関である。図の左半分の関係ネットワークは、初期の経営上の努力によるものであり、右半分の関係ネットワークは、その後の経営上の努力によるものである(ウッド、バンデューラ、1989 年 a)。

認識によって、より強く複雑に突き動かされる(図 8)。認識された自己効力感は、直接的にも、また個人の目標設定や熟練した分析的思考に及ぼす強い効果を通じてでも、パフォーマンスに影響を与える。個人の目標は、次に、分析戦略の仲介を通じてパフォーマンスの達成を向上させる。

私たちは以前、社会比較の影響が、能力の自己評価と感情的な自己反応への影響を通じて、自己調節に影響を与える可能性があることに言及した。社会的基準による能力の自己評価に関する研究は、主に、人はなぜ社会比較に携わるのか、自分と比較するのに誰を選択するのか、社会的参照の選択におけるパフォーマンスおよび特質の類似性の役割、そのような選択に対する自己評価の結果、にフォーカスしていた(スルス、ミラー、1977 年、スルス、ミューレン、1982 年、ウッド、1989 年)。これらの研究の結果は、比較的な自己評価の重要な側面を明らかにするのに役立った。しかし、ラボ状況は、一般に、自然に発生する条件下で社会比較的な影響が動作する状況とは、いくつかの点で異なる。前者の場合、人は、上向きの比較を好むか下向きの比較を好むかを決定するために、達成度を聞きたいと思う一連の社会的参照から選択できる。比較的な自己評価には、通常、単一の評価実例が含まれる。対照的に、通常の条件下では、人は、社会的な結果を伴う比較的な情報を求めるかどうかに関わらず、それに絶えず直面している。更に、比較的な評価は、パフォーマンスの不一致のレベル、率、方向性の変更、をしばしば伴う継続的なプロセスである。従って、比較的な自己評価は、時間とともに変化する比較的な情報のパターンを推測する能力の解釈を必然的に伴う。

組織管理に関する研究は、モチベーションと集団の達成に及ぶ社会比較的な影響を媒介するうえで、自己調節因子が果たす影響力のある役割を裏づけている(バンデューラ、ジョーダン、1991 年)。意思決定者は、シミュレートされた組織を管理し、その間、自身のパフォーマンスの達成に関する正確なフィードバックを受け取ったが、他の意思決定者がどれほど巧くパフォーマンスを発揮したか、についての情報は事前に設定されていた。個人は、経

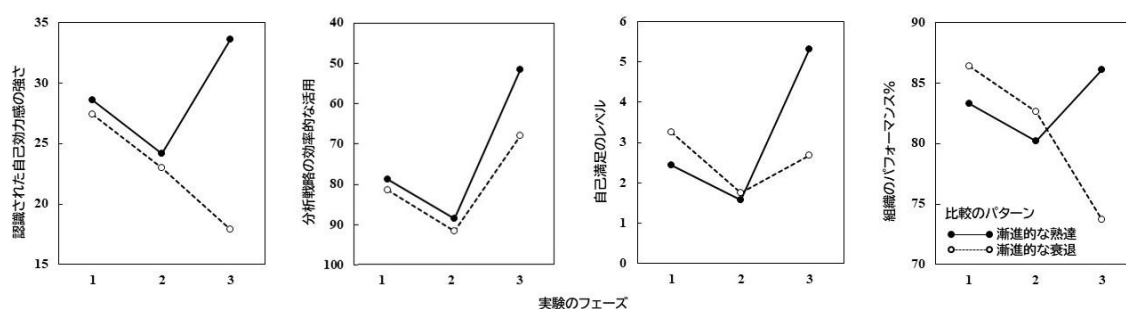


図 9. 比較対象と比較して、漸進的な熟達または漸進的な衰退を示す社会比較的な情報を受けた個人に対する、認識された経営上の自己効力感、分析戦略の効率的な活用、感情的な自己評価、組織パフォーマンスの達成レベル、の生成順序のブロック間の変化。各試行ブロックは、6 つの異なる生成順序で構成されている(バンデューラ、ジョーダン、1991 年)。

営上の比較対象と同等にパフォーマンスを発揮することを示唆する社会比較的な情報を受け取っており、一貫して比較対象を上まわるか、最初は比較グループを下まわったが、徐々にその差を縮め、最終的には上まわったか、比較対象と同様のパフォーマンスを発揮したが、遅れを取り始め、最終的には比較グループを下まわった。

自分の比較対象と同等または優れているというフィードバックは、効果的な自己調節の方向性を維持したが、比較的容易な勝利は、幾ばくかのモチベーションを削ぐ効果をもたらした。熟達するのに苦労した人に比べて、自分が相対的な優位性を達成したと信じ込まされた人は、自身に対して容易に低い目標課題を設定し、たまたま比較対象のパフォーマンスを上まわったため、平凡なパフォーマンスの達成にも非常に自己満足した。自己満足の自信は、高いパフォーマンス・レベルを達成するために必要な努力を増やすインセンティブを殆ど生まない。特に心理的に興味深いのは、漸進的な熟達と漸進的な衰退の比較パターンであり、自己調節因子と組織のパフォーマンスの達成に、著しく対照的な効果を及ぼした(図 9)。

自身が、類似の社会的参照にどんどん追い越されているのを見ると、認識された自己効力感が損なわれ、分析的思考が混乱し、絶え間ない自己不満が生まれ、組織のパフォーマンスが急激に低下した。対照的に、自身が漸進的な熟達を獲得しているのを見ると、個人の効力感が高まり、効率的な分析的思考が育まれ、自己評価が自己不満から自己満足へと変わり、進歩が加速した。これらの肯定的な自己調節の変化は、組織の達成度の大幅な上昇を伴った。パス分析では、対照的なパフォーマンスの軌跡が自己調節因子の変化によって媒介されることが確認されている。

この知見は、社会比較が有益な効果と有害な効果の両方をもたらす可能性があることを明らかにする。競争するように構造化されたシステムでは、強制的な社会比較が蔓延しているため、悪影響は簡単に回避できない。実際、成長初期の段階でも、同年代の人の比較はしっかりと定着している(モリス、ニェムチェック、1982 年)。人が達成の追求を放棄しようとはせず、協力するように構造化されたシステムを手に入れるのが難しいことを考えると、好ましくない社会比較が士気を低下させる効果を、どのように最小限に抑えるかという課題が残る。能力を、持って生まれた固定された才能ではなく、獲得可能な属性として解釈し、制御可能性を信じることは、自己効力感、自己育成のモチベーション、繰り返される失敗と挫折に直面した際の肯定的な自己評価、を維持するのに役立つ(バンデューラ、ウッド、1989 年、ウッド、バンデューラ、1989 年 b)。自己比較の基準と、個人の改善の指標に、より大きな重みを置くことも、敵意のある社会比較の有害な効果を減らすことができる(フレイ、ルール、1990 年、ニコルズ、1990 年)。これは、社会比較に関する研究の実りある拡張であり、その士気を低下させる効果を弱められる方法を明確にする。

自己調節における機能不全の感情的な結果

個人的な基準、条件つき自己評価、努力のモチベーション、を通じて動作する自己調節の構造とメカニズムを分析すると、このプロセスは自分で自分を苦しめているように聞こえる

かもしれない。実際には、自己主導性は、個人的な満足感、興味、自尊心、の重要かつ継続的な起源を提供する(バンデューラ、1986 年)。目標達成の成功は、個人的な効力感を構築する。アスピレーションや、活動への評価的な関与がなければ、人はモチベーションがなく、退屈し、自分の能力に自信が持てず、満足感を得るために一時的な外部刺激に依存したままである。挑戦の要素がない人生は、どちらかという退屈である可能性がある。しかし、機能不全に陥った自己評価の基準を内面化することは、慢性的な悲劇の起源として役立つ可能性がある。

自己調節プロセスは、パフォーマンス、モチベーション、心理的健康、を損なう可能性のある感情的な効果を生み出す。実際、人が自身や他者に負わせる悲劇の多くは、自己調節システムの機能不全から生じる。そういう人は、厳しいパフォーマンス基準で容赦なく前進するため、その人の達成度が充実感を与えることは滅多にない。そういう人は、同じ骨の折れる基準で他者を厳しく判断する。そして、自ら招いたストレス、落胆、自己の脱価値をたくさん経験する。自己調節の構成要素のプロセスにおける否定的な認知バイアスが、特にうつ病を助長することを示す証拠が増えている(カンファー、ハガーマン、1981 年、レーム、1982 年)。

自己監視の領域では、うつ病になりやすい人は、自分のパフォーマンスの達成を誤って認識したり、自己軽視の方向にそれらの記憶を歪めたりする。対照的に、うつ病でない人は自己強化バイアスを示し、自分の成功をよく覚えている一方で、実際に経験したほど失敗を思い出さない(デモンブローン、クレイグヘッド、1977 年、ネルソン、クレイグヘッド、1977 年、ウェルナー、レーム、1975 年)。自分の成功を過小評価し、自分の失敗を強調すると、落胆を招く可能性がある。人が、やっていることから得る満足感、自己評価の基準によって大きく左右される。自己失望と個人的な劣等感を誘発する確実な方法は、高尚な目標、グローバルな目標、末端の目標、に対して自分の達成度を判断することである。証拠は、誤った目標設定が実際に、落胆とパフォーマンスの衰弱を助長することを示している。うつ病でない人と比較して、うつ病の人は、自分の達成度に比べ、自身に対して高い基準を設定する傾向にある。(ゴリン、テン・イル、1977 年、ローブ、ベック、ディゴリー、タットヒル、1967 年、シュワルツ、1974 年、サイモン、1979 年)。目標の難易度は、個人の能力と目標との一致度を反映した関係的特徴であり、絶対的なレベルの問題ではない。うつ病は、個人的な実績の基準が、それを達成するための、自分が認識した自己効力感をはるかに上まわって設定された場合に発生する可能性が最も高い(カンファー、ツァイス、1983 年)。

抑うつ反応の可能性は、高尚な基準が、パフォーマンス情報を自己軽視的な方法で処理する傾向と組み合わせられると高まる。うつ病の人は、自分のパフォーマンスの決定因子をどのように判断するかについて、特に自身に寛大なわけではない。うつ病の人のパフォーマンスの原因評価では、うつ病でない人は成功を自身の手柄だとみなし、失敗を状況因子のせいにする。このような好都合な原因評価は、肯定的な感情を高めるのに役立つ。うつ病の人は、成功への貢献を常に軽視しているわけではないが、それでも、自分の失敗ですぐに自分を責め

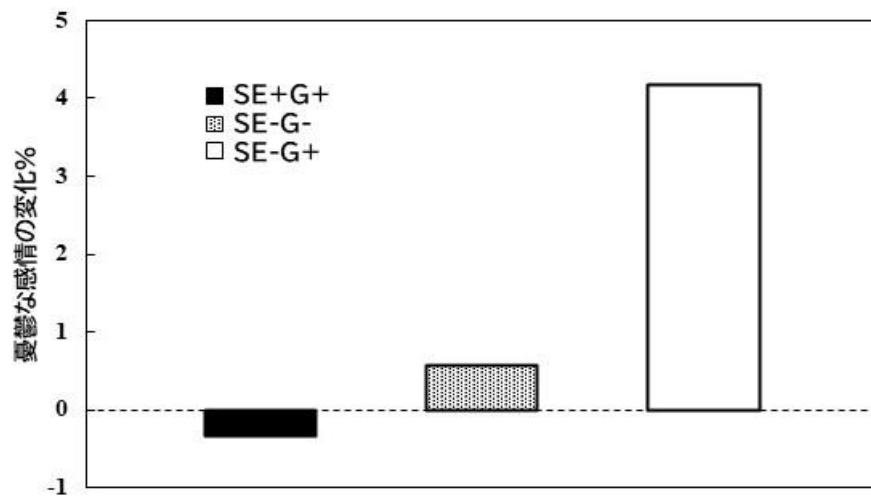


図 10. 認識された強い自己効力感と目標の遵守を組み合わせた人(SE+G+)、認識された弱い自己効力感と目標の遵守を組み合わせた人(SE-G+)、認識された弱い自己効力感と目標の放棄を組み合わせた人(SE-G-)、の憂鬱な気分の変化率(バンデューラ、エイブラムス、1986 年)。

る(カイパー、1978 年、ピーターソン、セリグマン、1984 年、ライツレー、1978 年)。うつ病になりやすい人は、社会比較的な情報を自己軽視する方法で使用する傾向もある。他者の高い達成度にさらされると、うつ病の人は、自身の達成度を、うつ病でない人よりも、賞賛に値しないと判断する(シミネロ、シュタインガルテン、1978 年)。様々な自己の脱価値の認知バイアスは、うつ病の男性よりも、うつ病の女性で、より顕著になる傾向がある。自分を不利に判断する人は、自分を肯定的に扱わない傾向がある。当然のことながら、負のバイアスは、自己調節の感情的な自己反応の要素にまで及ぶ。うつ病でない人と比較して、うつ病になりやすい人は、同様の成功に対して自己報酬的に反応せず、同様の失敗に対してより自己批判的に反応する(ゴトリブ、1981 年、ロビッツ、ポスト、1979 年、ネルソン、クレイグヘッド、1977 年、レーム、1982 年)。自己の脱価値と落胆した気分は悪循環となる。自己の脱価値を繰り返すと、憂鬱な気分が生まれ、その結果、自己報酬的な反応が更に減少し、自己批判的な反応が増加する。自分のパフォーマンスが主に自己の脱価値を生む活動への関心と関与を維持することは困難である。

機能不全に陥った自己評価から生じる落胆の処置が成功すると、自己調節のそれぞれの下位機能——人が自分の経験を監視し解釈する方法、自身を判断する基準、パフォーマンスに対する自己評価的な反応——が修正される(ヘイビー、1986 年、レーム、1981 年)。

モチベーションとうつ病の自己調節理論は、達成度と基準の間にある否定的な不一致の効果に関して、一見すると矛盾した予測をする。達成度を超える基準は、目標への挑戦を通じてモチベーションを高めると言われているが、否定的な不一致も、落胆した気分の活性化因子として誘発される。更に、否定的な不一致が敵対的な効果を及ぼす場合、落胆ではなく無関心を誘発するかもしれない。否定的な不一致が無関心を刺激したり、抑圧したり、誘発し

たりする条件を区別する概念的なスキームが必要である。

社会的認知理論と一致して、否定的な目標の不一致へ向かう効果は、目標達成に対する認識された自己効力感と、自己設定した目標のレベルとの関係性から予測可能である(バンデューラ、エイブラムス、1986 年)。否定的な不一致は、困難な目標を満たすにあたって、効力感があると信じ、それに向かって努力し続ける人に対し、モチベーションを高くし、落胆した気分を低く抑える(図 10)。否定的な不一致は、困難な目標を達成するにあたって、自身は効力感に乏しいと判断する人に対し、モチベーションを低下させ、落胆した気分を生み出すが、満足感や成功の感覚のために自身の目標を求め続ける。自分は目標達成への効力感が欠如していると判断し、難しい目標を自分にとって非現実的だと諦める人は、無関心な反応を示す。

道徳的主体性における自己調節メカニズム

前の議論では、アスピレーションの基準が、モチベーション、個人的な達成感、感情の状態、を調節するメカニズムを分析した。達成への努力と能力の育成を伴う機能の領域では、スキルと知識が習得され、課題が解決されるにつれて、適切性の印として選択される個人的な基準は徐々に変更される。社会的および道徳的な振る舞いの多くの領域では、人の行為を調節する基礎となる内部基準は比較的安定する。つまり、人は、何が正しくて間違っているか、何がよくて悪いのか、について週ごとに変わるわけではない。更に、道徳的基準に違反すると、通常、達成基準に届かないかもしれないパフォーマンスよりも、違反行為に対するはるかに強い感情的な自己反応を生み出す。

スペースの制限により、道徳的なモチベーションと行動を詳細に説明することができない。自己調節メカニズムを通じた道徳的主体性の行使に関する社会的認知の概念は、別のところで詳細に提示されている(バンデューラ、1991 年 b)。この理論では、違反行為は、社会的制裁と内面化された自己制裁という 2 つの主要な制裁の起源によって調節される。どちらのメカニズムも先を見越して動作する。社会的制裁から生じる動機づけ因子の場合、人はそのような行為が社会的非難やその他の敵対的な結果をもたらすと予想するため、違反することを控える。自己反応的な制御に根ざした動機づけ因子の場合、そのような行為は自己非難を引き起こすため、人は、自己満足と自尊心を与える向社会的な方法で振る舞い、違反することを控える。社会規範と制裁は、集団的な道徳的義務を明確にし、社会的行為に影響を与える。しかし、殆どの違反行為は社会的に察知されないので、外部の制裁は、その抑止力に限界がある。しかし、人は、外部の制裁の脅威が殆ど、またはまったくない無数の状況で、常に自身の振る舞いを支配する。従って、自己制裁の行使は、道徳的行為の調節において中心的な役割を果たさねばならない。

道徳的行為は、主に自己反応的な影響のメカニズムによって調節される。道徳的主体性は、同じ基本的な心理的下位機能を通じて動作する。しかし、評価基準は、内容と安定性において達成領域の評価基準とは異なり、判断因子はより多様で複雑であり、道徳的行為に対する

感情的な自己反応はより激しいことがよくある。自身の行為に影響を与えるためには、人は自分がやっていることを監視しなければならない。行動は、個人的な基準や環境状況に関連して行為が評価される判断機能を通じて、自己反応を引き起こす。道徳的な意味合いを持つ状況には、多くの判断材料が含まれており、その重要性が異なるだけでなく、所与の道徳的窮状における特定のイベント群に応じて、重みが軽減したり、増したりするかもしれない。行為の判断に関与する多くの因子の中には、違反の性質、その基本発生率、規範のばらつきの程度、および、その行為がなされるコンテキスト、それに対する認識された状況的および個人的な動機づけ因子、および、行動の即時的、或いは長期的な結果、および、その行為が人身傷害または物的損害を引き起こすかどうか、および、その行為が、顔の見えない機関や組織に向けられているのか、それとも個人に向けられているのか、および、年齢、性別、民族的、或いは社会的地位といった不正行為者の特性、および、被害者の特徴と、彼らが認識している非難に値すること、がある。

道徳的な意思決定の統合的ルールは、情報統合プロセスとして道徳的思考を分析する研究者によって最も広範に研究されてきた(カプラン、1989 年、レーン&アンダーソン、1976 年、レオン、1982 年、サーバー、1985 年)。道徳的ジレンマに対処するには、人は、直面している状況で、道徳的に関連性のある情報を抽出し、重み付けし、統合しなければならない。条件のいくつかの組み合わせの下で大きく重み付けされる因子は、異なる条件セットの下では無視されるか、重要性が低いと見なされるかもしれない。この道徳的推論プロセスは、行為を判断するための多次的なルールによって導かれる。

道徳的行為の自己調節は、道徳的思考以上のものを含む。道徳的判断は、自己反動的な影響の機会を設定する。評価的な自己反応は、基準が行為を調節するメカニズムを提供する。個人的な基準に対応する、または違反する行動に対する先を見越した自負と自己非難は、調節の影響として機能する。人は自己満足や自尊心を得ることをする。人は通常、そんなことをすれば自己非難をもたらすことになるため、自分の道徳的基準に反する方法で振る舞うことを控える。従って、先を見越した自己制裁は、内部基準に沿った行為を維持する。

個人的制裁と社会的制裁の相互作用

行為の自己調節は、完全に精神内部の出来事ではないし、人は、自分たちが巻き込まれている社会的現実には鈍感な、自律した道徳的主体性として動作するわけでもない。社会的認知理論の相互作用主義的な視点では、道徳的行為は、思考、自己制裁、行為、社会的影響のネットワーク、との間にある影響の相互依存によって調節される。社会的因子は、少なくとも 3 つの主要な方法で自己システムの動作に影響を与える(バンデュラ、1986 年)。それらは、各自己調節機能の育成に重要な貢献をする。社会的影響は、道徳的判断のルールと、道徳的基準の性質を形成する。感情的な自己反応を通じた道徳的行動の調節の分析では、そのプロセスで動作するやる気を起こさせるモチベーションに関する 2 つの起源を区別する。道徳的な行動方針に向けた、指針と近接した動機づけ因子とを提供する条件つき評価の自己イ

ンセンティブがある。そして、道徳体系を保持するための、より末端の社会的インセンティブがある。従って、社会的影響が道徳に貢献する二つ目の方法は、道徳的基準の遵守に対する集団的な支援を提供することである。社会的現実が道徳的機能に影響を与える第三の方法は、道徳的自己調節の活性化と離脱を選択的に促進することである。この問題については、後で説明する。

基準と自己反動的な機能が育成した後、振る舞いは通常、自己評価的な反応と社会的効果という 2 つの結果をもたらす。これら 2 つの結果の起源は、振る舞いに及ぼす補完的または反対の影響として動作するかもしれない。行為が道徳的基準と最も一致するのは、違反的な振る舞いが容易に自己弁解できず、重要な他者の評価的な反応が個人的な基準と両立する場合である。道徳的基準が共有されている状況下では、社会的に承認可能な行為は自己プライドの起源であり、社会的に罰せられる行為は自己非難される。個人的制裁と社会的制裁の両立性を高めるために、人は一般的に、類似の行動基準を共有する仲間を選び、そうやって自身の自己評価システムに対する社会的支援を確保する(バンデュラ、ウォルターズ、1959 年、エモンズ、ディーナー、1986 年)。従って、社会における基準の多様性は、必ずしも個人的な矛盾を生み出すわけではない。仲間を選べば、多様性から一貫性を生み出すことができる。振る舞いは、対抗する強力な内部基準がない場合、特に外部の影響を受けやすくなる(シュナイダー、1987 年)。

社会的な結果と自己生成された結果との間の矛盾の 1 つのタイプは、自身が高く評価する振る舞いに対して、個人が社会的に罰せられるときに発生する(バンデュラ、1973 年)。道義的な反対者や非協力者は、しばしばこの窮地に立たされる。ここでは、自己承認と社会的非難の相対的な強さが、その振る舞いを抑制するか表現するかを決定する。脅かされる社会的な結果が深刻な場合、人は危険な状況で自画自賛に値する行為を抑制するが、比較的安全な環境だと、容易にその行為を実行する。しかし、自尊心が特定の信念に非常に強くつぎ込まれているため、不当または不道徳と見なすことに応じるくらいなら、長期にわたるひどい扱いに甘んじる個人もいる。

人は一般的に、自分の道徳的基準に違反する振る舞いをとるように社会的に圧力をかけられるという矛盾を経験する。自己の脱価値の結果が、社会的に寛容な振る舞いの利益を上まわるとき、社会的影響はあまり揺るがない。しかし、行為の自己調節は、道徳的基準の条件つき適用を通じて動作する。従って、自己制裁は、免責的な道徳的推論や社会的状況によって弱められたり、無効にされたりする可能性がある。人は、自分が人道的な行為を助長する社会的状況にいるのか、違反行為を助長する社会的状況にいるのかに依存して、異なるレベルの有害な振る舞いを示し、それに対する異なる種類の道徳的理由を提供する(バンデュラ、アンダーウッド、フロムソン、1975 年)。

内部基準の活性化と離脱の選択

良心や超自我といった存在を、行動の継続的な監督者として組み込んだ内面化の理論によ

って示唆されているように、道徳的基準を通じて動作する自己調節機能の育成では、行為の固定された内部調節因子を生み出さない。自己調節メカニズムは、それが活性化されない限り動作しないし、非人道的な行為から自己制裁を離脱できる多くのプロセスがある(バンデューラ、1986 年、1991 年 b)。内部制御の活性化と離脱の選択は、同じ道徳的基準を持つ異なるタイプの行為を許容する。図 11 は、自己調節プロセスにおいて、内部の道徳的制御が、有害な行為から離脱できるポイントを示している。

人は、自分の価値を下げたり、非難に値すると思えたりする振る舞いが、価値ある利益を確保するための手段として役立つ可能性がある、という矛盾を繰り返し経験する。自己制裁が、外部誘因の力より優位である限り、振る舞いは個人的な基準に沿って保たれる。しかし、強い外部誘因に直面して、そのような矛盾は、しばしば自己制裁の離脱が選択されて解決される。これにより、そうでなければ思いやりのある人が、社会的に有害な影響を与える利己的な活動を行うことができるようになる。

離脱の実践の 1 つは、振る舞いそのものの解釈に動作する。人は通常、自分の行動の道徳性を自身に正当化するまで、非難に値する行為に携わらない。責められるべきことが、認知的な再解釈を通じて、道理のあるものにすることができる。この**道徳的正当化**のプロセスでは、有害な行為は、道徳的な目的のためにそれを描写することにより、個人的に、および社会的に受け入れられる(バンデューラ、1991 年 b、サンフォード、コムストック、1971 年)。そして、人は道徳的な義務に基づいて行動する。

言語は、自分の行動の多くの基礎となる思考パターンを形成する。活動は、その呼び方に依存して非常に異なる外観を呈する可能性がある。このように、**婉曲的なレッテル貼り**は、非難されるべき活動を隠したり、更には、その活動に立派な地位を与えるための便利な装置を提供したりする。複雑で無害な言いまわしを通じて、有害な行為は無害になり、それに携わる人は個人的な主体性の感覚から解放される。無責任の言語に関する洞察に満ちた分析で、ガンビーノ(1973 年)は、婉曲表現の異なる種類を特定する。一時しのぎの表現、主体性の

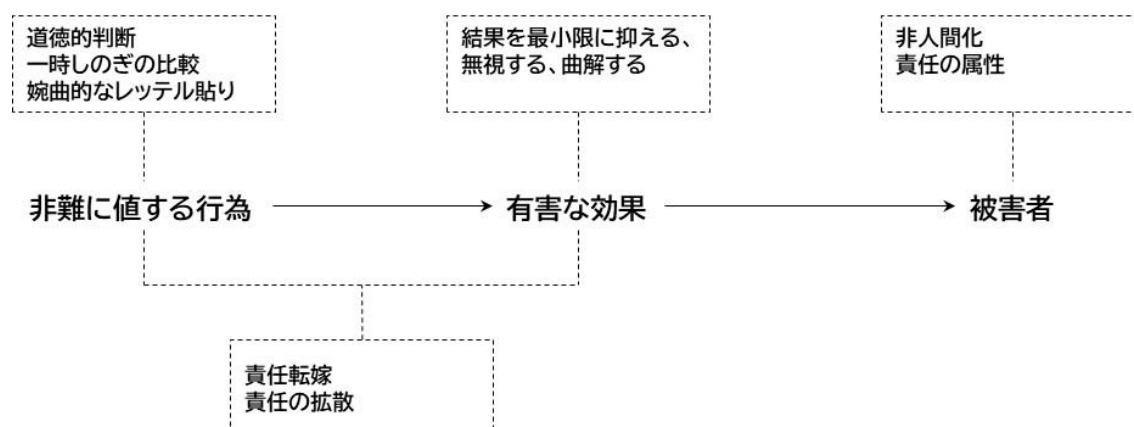


図 11. 道徳的制御が、自己調節プロセスの異なるポイントで、有害な行為から選択的に活性化されたり、離脱されたりするメカニズム(バンデューラ、1986 年)。

ない受動的な形式、正当な企業の専門用語は、非難されるべきことを世間体よくするために広く使用されている。

イベントが発生したり、連続して現れたりするときはいつでも、最初のイベントが、2 番目のイベントがどのように認識され、判断されるかを色づける。対比原理を利用することにより、行為の道徳的判断は、その行為と比較されるものを都合よく構造化することによって影響を受ける可能性がある(バンデューラ、1991 年 b)。通常、自己非難される行為は、目に余る違反と**都合よく比較することによって**、道理のあるものすることができる。比較の実践が悪意のあるものであればあるほど、自身の非難されるべき行為が、取るに足らないことだったり、善意あることだったりさえ見える可能性が高くなる。都合のよい歴史的比較は、再解釈や正当化、または非難されるべき行為においても、しばしば行使される。

道徳的および社会的正当化と、一時しのぎの特性化を通じて、振る舞いを認知的に再構築することは、個人的な基準に違反する行動を促進するための最も効果的な心理的メカニズムである。これは、道徳的再構築が、自己抑止力を排除するだけでなく、有害な行為のために自己承認を行うからである。かつては道徳的に非難すべきだったことが、自己評価の起源となる。有害な実践が高い道徳的目的を持ってつぎ込まれるようになると、人はその行為を上達させるために一生懸命働き、有害な方法で達成された達成度に誇りを持つ。

自己制裁は、有害な効果に対する個人的な主体性が明確である場合に最も強く活性化される。もう 1 つの離脱の実践は、行動と、それが引き起こす効果との関係性を曖昧にしたり、歪めたりすることによって動作する。正当な権威が行為の結果に対する責任を受け入れると、人は、通常なら拒絶する方法で振る舞うだろう(ディーナー、ダイニンソン、エンドレスン、ビーマン、フレイザー、1975 年、ミルグラム、1974 年)。**責任転嫁**の下では、人は自分の行動を、自身に対して個人的に責任を負うのではなく、権威の命令から生じていると見なす。そういう人は自身を、自分の行動の実際の主体とは見なさないので、自己禁止的な反応を免れる。責任転嫁は、自身の有害な行動に対する抑制を弱めるだけでなく、他者から虐げられた人の幸福への社会的懸念を減少させる(ミルグラム、1974 年、ティルカー、1970 年)。有害な振る舞いに対する**責任の拡散**によって、行為とその結果との関連性が曖昧になると、自己制裁の抑止力は弱まる。これはいくつかの方法で達成される。責任は、分業、グループの意思決定、グループの行動、によって拡散させることができる。その結果、一人の個人は、集団でやられたことに責任を感じない。全員が責任を負っているところでは、本当に責任を感じている人は誰もいない。従って、人は、やっていることに対して個人的に責任を負うときよりも、集団的な手段によって責任が曖昧にされているときの方が、非難されるべき振る舞いをとる(バンデューラら、1975 年、ディーナー、1977 年、ジンバルドー、1969 年)。

自己抑止反応を弱める別の方法は、**行動の結果を無視したり歪めたりすること**で動作する。人が、個人的な利得のために、または社会的誘因ゆえに、他者にとって有害な活動を追求することを選んだとき、その人は、自分が引き起こす害に直面することを避けるか、それを最小限に抑える。そういう人は、その振る舞いの潜在的な利益に関する事前情報は容易に思い

出すが、その有害な効果を思い出すことはあまりできない(ブロック、バス、1962 年、1964 年)。不注意や、効果の認知的歪みの選択に加えて、虚偽の表現には、有害な効果の証拠を信用しないための積極的な努力が含まれるかもしれない。自分の行為の有害な結果が無視され、最小限に抑えられ、歪められ、信じられない限り、自己非難が活性化される理由は殆どない。

離脱の実践の最後は、**非人間化と責任の属性**を通じて、有害な行為を受けとる人に動作する。有害な行為に対する自己評価的な反応の強さは、その振る舞いの対象となる人を加害者がどのように見ているかに部分的に依存する。他者を人間として認識することは、認識された類似性を通じて共感的または代理的な反応を強化する(バンデューラ、1991 年 b)。似たような人の喜びや苦しみは、見知らぬ人や、人間の資質を奪われた個人の喜びや苦しみよりも、身をもって喚起される。その結果、自己非難のリスクを冒さずに、人間化された人を虐げることは困難になる。

有害な行為に対する自己制裁は、人間の資質を人から奪うことによって、離脱されたり、鈍化したりする可能性がある。いったん非人間化すると、人は、もはや感情、希望、関心を持つ人間ではなく、人間以下の対象として見なされる。人は、非人間化した個人を、人間の資質をつぎ込まれた人より、はるかに厳しく扱う(バンデューラら、1975 年)。敵対者に責任を負わせることは、自己免責の目的に役に立ち得るもう 1 つの手段である。このプロセスで、人は自身を、強制的な挑発によって有害な行動を強いられた、非の打ちどころのない自己防衛者と見なす。従って、そのような行為は、故意または愚かな挑発に対する正当な防御反応となる。自己免責は、自分の有害な行為を、個人的な決定としてではなく、状況によって強制されたものと見なすことによって同様に達成できる。他者や状況のせいにすることで、自身の行動が許されるだけでなく、そのプロセスで独善的になることさえあり得る。

結びのコメント

本論文で再検討した証拠の結論は、様々な機能領域にわたる人間のモチベーションと行動において、自己調節メカニズムが果たす最も重要な役割を立証する。自己調節は、自己監視、基準設定、評価判断、自己評価、感情的な自己反応、を含む、多くの補助的な認知プロセスを通じて動作する多面的な現象である。モチベーションと行動の認知的調節は、単に反応的な負のフィードバック・システムではなく、先を見越した前向きなシステムに大きく依存する。事前の考慮、内省的な自己評価、自己反応、に対する人間の能力は、個人的な主体性の行使において、認知に基づく動機づけ因子を際立たせる。