


在外研究員研究報告書

2019年 11月 14日 受付

所 属	心理学部	氏 名	佐藤 豪	
職 名	教授			
研究課題名	リーダーシップの心理的要因の比較研究			
研究期間	2017年 3月 30日 ~ 2017年 9月 20日			
滞在期間 ・滞在地 研究調査先	滞在期間	滞 在 地	研究・調査先	
	2017年3月30日~9月20日	米国カリフォルニア	カリフォルニア統合学研究所	
研 究 費	221.6 万円	研究成果の概要	別記 4,000字程度	
発    表	題 目 名	発表学術誌名Vol. No.	発行年月日	
	著 書 名	発 行 所 名	発行年月日	
	「進化するマインドフルネス」 心理カウンセリングの中で (分担執筆)	創元社	2018年5月8日	
	演 題	講 演 学 会 名	講演年月日	

## 在外研究報告書別紙

### 研究課題名：リーダーシップの心理的要因の比較研究

心理学部  
佐藤豪

本研究は、基本的にはリーダーシップの心理的要因に関して日米での比較検討を行ったものである。

リーダーシップに関して言えば、基本的には、リーダーとしての素質や力量、統率力ということになるが、本研究ではリーダーシップという概念を広くとらえ、企業や組織の統率者というだけではなく、家族におけるリーダーあるいはさらに言えば自分自身のリーダーという考え方を指している。つまり何かの行動を起こす際に、自分自身が自分の意思や判断を自覚し、その責任において行動を行うということを意味する。

そのために以下のような点について検討した。ひとつは個人が自分自身をバランスよく統率することとは何か、そして近年さまざまな問題が提起されている家族関係において、適切なリーダーとして、家族を機能させる人間はどのようなかということである。

さらには国際比較という観点から、個人が世界にどのように貢献するかという点でもリーダーシップのあり方が重要となる。たとえば「持続可能な開発目標」(SDGs)で掲げられる「誰一人取り残さない」持続可能で多様性と包摂性のある社会の実現のためにも、これらを実現するリーダーが必要であり、その意味では世界規模のリーダーシップにおいても、一人ひとりの個人のあり方に還元されるといってもよい。これらの問題について、本研究者は、カリフォルニア統合学研究所の Sean Kelly 教授と在外研究を行った。

本研究者が 30 年来研究してきたテーマとして、社会的成功者のモデルとして“タイプ A 行動パターン”と呼ばれる個人の行動特徴がある。これは、アメリカでの研究からスタートした心臓疾患になりやすい性格と位置付けられている。タイプ A 行動パターンは、強い達成動機や時間的切迫感、あるいは攻撃性といった特徴を持っており、ある面では社会的目標達成型のリーダーとして望ましい側面を持っている。実際にアメリカの研究でも 30 代から 40 代のホワイトカラーの男性ではタイプ A 行動パターンを持つ人の方が、持たない人に比べて社会的地位や給与なども高いという調査結果が示されている。こういった意味ではこの行動パターンは社会的な称賛を受けやすい特徴を持っていて、そのために

タイプA行動パターンを身につけることがビジネス社会などで成功するために重要と考えられることが多い。

しかし、問題となるのは結局そのような行動パターンを持っているために、心臓疾患をはじめとして多様なストレス関連疾患に陥りやすくなってしまおうという点である。7年半に及ぶ長期の調査研究では、タイプA行動パターンを持つ人は、持たない人の2倍以上の心臓疾患の死亡率となることが示されている。

今回の在外研究で本研究者は、カリフォルニア統合研究所の Sean Kelly 教授のもとで研究を行ってきたが、Kelly 教授は、ユング心理学やトランスパーソナル心理学の専門家である。

ここで本研究者が行ってきた研究は、人間が自分自身を統合し、自分自身の生き方を見つめることの意味や、その手段を臨床心理学、あるいは健康心理学の観点から、研究することであった。近年、社会経済的な観点から、利他的行動の重要性がさまざまに指摘されているが、本研究者が考えたところと言えば、このような行動を本来起こすために重要なのは一人一人の心理学的な理解と、いわば悟りとも言えるような自己への気づきや覚醒にあるという点である。すなわちどのような社会経済的な提言があろうともその根底にある一人一人のあり方がそこに至らなければ、結局は、目先の達成目標にしかならず、利他的行動とはなりえないということである。

現代社会におけるさまざまな心理社会的問題、例えば、虐待やいじめ、家庭内暴力などから始まって大きな視点で言えば国同士の争いといったものも含めて、このような問題点は多くの歴史的な事象においても繰り返し提示されてきている点である。

したがって本研究者が提唱したいことは、一人一人の人間の心の平和、家族の平和というものを達成しながら、それが広まっていくところからより広い社会的な利他的行動が達成されるだろうという点である。

そのための理論的な基礎を構築すること、またそれによって、それぞれの人が個々人としてのあり方に目を向けて自己洞察をすること、またそれを通して最終的には利他的な行動をとっていけること、このような精神的構えを持つことを通じて心理社会的な問題を減少させることができる。一人一人の心の平和を達成するということは、逆に言えば、自分以外の社会文化的な基準や価値観といったものを受け入れそれを十分に理解した上で、それらをどのように利他的な行動に結びつけていくかということが重要であると考えられる。

そこで本研究者は Kelly 教授との研究の中で自分自身を理解するためにはどのようなパラダイムな必要かということを検討した。

Kelly 教授は、ユング心理学の専門家でもあるために、ユング心理学的な考え方すなわち無意識の中にある自分自身の「自己」(セルフ)と呼ばれるものを

意識し、理解し、統合してゆくことが重要であるとの見解を提示した。それに対して本研究者は、その重要性を十分に認めた上でそれを行うステップとして重要なのは心身統合ということであり、そのためには単に心理的あるいは精神的なコントロールを目指すのではなく、その背景に、身体的な覚醒（気づき）というものが必要であるということ提唱した。

このような考え方を2人で議論しながら、一つの視点として本研究者が臨床心理学的な心理療法として用いている交流分析の考え方を導入することを提案した。この理論の中では人間の心の中を三つの部分に分けて考える。これを自我状態と呼んでいるが、この三つは「親の自我状態(Parent)」、「大人の自我状態(Adult)」と「子供の自我状態(Child)」と呼ばれるものである。

「親の自我状態(Parent)」は、ある意味で親から受け継いだ価値観や人間のあり方を示している。良心や道徳感といったものも、その中に含まれるが、さらに自分が生きる上で、重要な考え方、例えば「人間は正直に生きなければならない。」あるいは、「人間として成功するということは、お金を持ち、社会的地位を高くすることである。」といったメッセージも含まれている。

「大人の自我状態(Adult)」は、たとえば言えばコンピューターのような心であり、物事を冷静に分析し客観的に自分自身のことを把握し、決して感情的にならない自我状態である。

「子供の自我状態(Child)」は主に人間の感情を担う自我状態であり、当然ながら人間にとってさまざまな感動や、喜怒哀楽などを表す自我状態として非常に重要である。しかししばしば人間は、この自我状態によって、大人の自我状態が汚染されるために、暴力などの短絡的な犯罪を犯してしまう。そのために人間は、このような感情がない方が適応的な生き方ができると考えてしまうが、それではまさにロボットになってしまう。

このような自我状態と、1つの自我状態が他の自我状態によって影響され適切に機能しなくなる自我状態の汚染についてさまざまな議論を重ねながら、本研究者は Kelly 教授との研究の中で上記の三つの自我状態が適切に自覚され、区分され、それをコントロールすることが、リーダーシップを形成する一つの重要な要素であるとの一つの基礎的な結論を得た。

例えば、冷静に考えれば、今ここで喧嘩してはならないということがわかっているにもかかわらず、子供の自我状態が冷静なコンピューターのような大人の自我状態を汚染してその働きを弱めてしまえば感情的になって攻撃的な行動を取ってしまうということが起こる。このようなことは、交流分析の研究の中で臨床的にはさまざまに提唱されてきたし、その個人的な治療法としてのカウンセリングも発展してきている。

しかしリーダーシップというものに焦点を当てて、これらの自我状態を自覚

し、それを区別し、そして三つの自我状態それぞれの独立したあり方をきちんと意識した上で行動を起こすということが、一般的な方法論としては確立していなかった。

本研究者はそのような点を理論的に整理し、Kelly 教授の理論的なサポートを得ながら、カリフォルニア州立大学フレズノ校の Levine 教授の協力のもとに、この考えの基礎的なデータとなるエゴグラムという交流分析における自我状態を測定する質問紙のデータを得ることができた。このデータについては今後分析を進めながら、さらに広くデータを収集し、自我状態の汚染という問題について視点を広げて研究する予定である。

今回の研究によって得た Kelly 教授との協同研究の成果はマインドフルネスの本のなかに集約することができた。この内容は Kelly 教授との協同研究によって得た理論的な枠組みであり、今後これを実際に展開する研究を行ってゆくことになる。それは人間の本質にある自己中心的な考え方と、人間社会において重要であると提唱されている利他的な考え方との統合をどのように行っていくかということを含めて方法論を含めて研究展開するものである。

自我状態を意識し、それを理解した上で、どのようにそれが汚染されるのかという研究に展開することになり、それを国際比較することによって、さらに広い視点の研究が展開できる。