

活動の継起と背景にある統制プロセス

——活動統制理論^{注)}を中心に——

宮 元 博 章

Sequence of Action and the Underlying Control Process: From the Viewpoint of
Action Control Theory

MIYAMOTO Hiroaki

I はじめに

動機づけの理論では、その遂行効率の良し悪しは別として、人がある行動をした時には、前提としてその行動に対する動機づけが一番強かったと考える。その場合の行動の選択に関してはこれまでに膨大な研究と理論づけがなされてきた(課題選択における期待×価値理論)。しかし実際には、人はすると決意した事や、心からしたいと思っている事でさえ必ずしも実行するとは限らない。たとえ何ら障害がない場合でも、ある事をしようと思いつつも実行に移せず、無為に時を過ごすことは多い。逆に、つまらないと思う事や、特に今する必要はないと十分承知している事でも慣れた事についてはしてしまうものである。また、一旦ある活動を始めた後も、「意に反し」別の事をしたくなることも少なくない。

このような、思っている事(認知)と実際の行動の間の一致、不一致は自己統制あるいは意志(volition)に関わる問題なのであるが、この「意志」がそのまま心理学で扱われることは初期のJames, W.やAch, N.以後、意外と少なかった。例えば教育心理学では、意志→意欲→内発的動機づけ、と書き換えられることがほとんどなのである。一方「自己統制」は臨床、動機づけ、社会心理学の諸分野において常に中心といってよいほどのテーマだった。それは人の精神的健康にとって、外界や自己の内部に対する統制能力(の自覚)が何よりも重要であるという仮定に基づいている。しかし、そのアプローチの多くは記述的なもので、メカニズムあるいはプロセスに焦点を当てた説明志向の理論や研究はほとんどなかった。

近年、情報処理理論と認知心理学の実験パラダイムを取り入れつつ、自己制御あるいは自己統制という観点から、活動とそれを支える内的なプロセスの関係を扱おうとする理論が増えてきた。その中であってKuhlの活動統制(Action Control)理論(Kuhl, 1984, 1985, 1991a; Kuhl & Kazen-Saad, 1989; Kuhl & Goschke, 1991)は独特の位置を占めている。一つにはその理論の包括性や諸分野への適用可能性によるが、もう一つにはKuhlの関心が、先程挙げたような、目的的活動の実行に対して我々がしばしば示す矛盾に満ちた態度を積極的に説明しようとしたこと

に発している点による。

本論では、Kuhlの理論を中心に、意図から活動の開始、維持、終結、さらに次の活動へという継起(sequence)と、その背景にある主として認知的なプロセスに焦点を当てた諸理論を概観する。また、活動の変化を時系列の中でとらえることの重要性を確認し、その意味で特に現在の実験室実験の方法および結果の解釈に再考を促すべき問題提起もしたい。

II 活動統制理論

【諸動機のダイナミズム】 Kuhlが自らの理論を構築する際に最も参考にしたのは今世紀初期のAchの理論であった。Achの意志に関する研究は、過剰学習によりほとんど自動化した反応を抑止して新しい反応をするという葛藤状況を用い、内観報告を指標として検討したものである。この点では彼の意志という語は心的労力という語とそう変わりはないようである。Achの研究は批判という形で後のLewinやZeigarnikらの重要な研究を引き出す契機となった。Lewinが複数の心的な力(動機)の布置、即ち「場」を重視したのは周知のことであるが、後に彼はその力動的で不安定なバランス関係を一旦凍結する働き(意志)も重視するようになる(AchやLewin, その他の意志に関する諸理論の歴史的展望はKuhl, 1984; Kuhl & Beckmann, 1985; Scheerer, 1989を参照)。一方、Atkinson & Birch (1970)の理論では動機の力関係と時間が考慮されている。彼らが時間軸上での諸活動の交替に着目して複数の潜在的な諸動機の強さの周期的な変動とそれらの相対的關係のダイナミズムを考えた功績は大きい。なぜなら人の活動はしばしば変化し、一つの活動だけを完結するまでし続けることはむしろ少ないからである。しかし、その変化の仕方は必ずしも彼らのモデルが示唆するように、次から次へと押し寄せる波のように浮動するというほど不安定なものでもない。今その時の動機状態を凍結させてある程度の安定を保とうとするメカニズムを仮定することは決して不自然なことではない。

活動統制理論の扱う主題は、潜在的に競合する諸動機の中で、いかに「当面の」活動の意図を守り、実行に移し、また維持してゆくかという事である。特にその活動が、動機づけの低い、習慣化(自動化)されていない、労力を要する活動の場合を想定している。これは、その活動の遂行には容量限界のある資源が必要とされることを意味する。

【動機に関わる諸システム】 統制が必要になるのは、個人の向かう方向に何らかの矛盾・葛藤が生じている場合に他ならない。これは心的プロセスが複数のシステムからなることに由来すると仮定される。Kuhlは動機に関わるシステムとして認知システム、感情システム、実行(活動)システムを考えている(Kuhl & Kazen-Saad, 1989)。これらは基本的に独立であるが、密接な相互作用はある(cf. Zajonc, 1980)。これらのシステムが、ある活動(および他の活動の選択肢)に対してそれぞれ独自の好み(preference)を持っている。ここでは、認知的な好みを「意図の象徴的(宣言的)表象」もしくは単に「意図」と定義する。具体的には当面何をするのが望ましいかということについての認識である。感情的な好みはいわゆる「欲求」と考えてよい。実行上の(executional)好みは、行為の習慣化、あるいは自動化の程度や遂行の容易さ(例えば実行に関わるプランがどの程度明確にできているかなど)である。これは活動スキーマ、または「意図の手続き的表象」と考えることができる。最終的な活動に直結しているのは実行上の好みであり、これに対し感情的な好みの方がより大きな影響を与えうる。認知的な好みは活動に与える影響は間接

的なものであるとされる。システム間の葛藤の例として、認知的には「勉強」を志向していても、感情的には、「TVを見る」という競合する活動の好みの方が優位である場合を考えれば分かりやすいであろう。実行の点でも、勉強に比べるとTVのスイッチを入れて受動的に見る方が慣れているし、容易でもある。

ある程度の葛藤なら、低次（bottom-up という意味で）の側抑制や自動的な注意のコントロール等のメカニズムだけで制御できるが、特に認知的な好みと、感情的な好みや実行の容易さ（活動スキーマの強さ）との間の葛藤が大きくなると意識的・意志的な高次（top-down）の統制過程が必要となる。そこで、Kuhl はこれら3つのシステムと独立し、これらの上位にあって意図（認知システムの好み）を中心としてシステム間の葛藤を調整をする動機維持システムを仮定した。この統制過程の特徴は自動的ではなく、自己内省的で継時的であり、当然、相応の処理資源を要求するものである。

【統制の実際】 まず、活動に関する統制には二つの方向があることを指摘する必要がある。一つは、潜在的に競合しうる他の活動への傾向（tendencies）や妨害要素に負けずに意図した活動を開始し、維持して行く方向。そのためには他の意図の表象が過剰に賦活し、本来の活動の実行にフルに向けられるべき資源（作業記憶）が侵されることを防がなければならない。もう一つは、何らかの理由で、ある意図の実行、維持が状況的に不適切であるような時にそれから離脱（disengage）し、新しい活動へ向かうという方向。ただしこの場合、行動上の離脱と心的な離脱が考えられるが、この理論で重視されるのは特に後者である。

統制の方略は3つのシステムに沿って考える事ができる。認知システムにおける統制の本質は注意および符号化の選択である。従来、認知心理学で選択的注意という場合、同時に入力された複数の刺激のうちの一つの刺激、または一つの刺激中のある特定の属性だけに対する注意の選択を指すことがほとんどであった。しかし、我々が日常で行う注意の選択の多くは、干渉の種になるような刺激が初めから入力されないように工夫したり、ある事を考えないように積極的に別の事を考えるというような方略的な統制によるものである点は指摘する必要がある。感情システムにおける統制は種々の活動の動機づけの水準自体を上げ下げすることにある。Kuhl は活動のもたらす結果の肯定的な部分のみを考える（これ自体は注意の選択）等の例を挙げているが、退屈な活動に独自にゲームの要素を見出す（これ自体は符号化の選択）こと（Hamilton, 1981）なども考えられる。実行システムの統制は、活動の実行を容易にするような種々の工夫を指す。例えば、意図的な習慣づけや、スケジュールを立て、意図の表象の中の「いつ・いかに」という実行に直接関わる側面を明確化することなどが挙げられる。また活動開始の契機を任意に設定することなども重要な方略と思われる。これら種々の方略の適用と解除を調整するシステムが動機維持システムということになる。

【活動指向と状態指向】 活動統制理論の中心は状態および特性としての活動—状態指向（Action-State Orientation）の概念である。活動指向とは文脈上適切な意図の実行プランに注意が焦点づけられ、意図の実行と維持を促進する傾向（能力）を言う。逆に状態指向は動機維持システムの使用が文脈に独立し、柔軟性に欠き、意図を実行に移せなかったり、文脈不適切な意図の放棄が困難であることを指す。ここで言う「文脈不適切な意図」とは、過去に失敗した活動、未完のまま中断している活動、また、今はまだする必要のない活動等に関する意図で、しかも、

その人にとって今するのが適切な別の活動が存在する場合を言う。「状態」指向と言うのは、この状態の特徴として認知活動が主体の過去、現在、未来の内的、外的「状態」を巡り、新しい活動の実行を通しての変化を志向しないからである。

ここで重要な点は、特に特性要因としての活動指向性と状態指向性の違いを考えた場合、これが統制方略の効率の優劣と対応しているわけではない。実際、活動指向的であるためには意図の維持と放棄という一見逆の働きが必要である。同様に、意図が実行されにくい状態指向の特徴の一つに「意図の過剰な維持」を挙げることができるが、これは統制機能が有効に働きすぎるのである。Kuhl (1991a) は状態指向を動機維持システムの使用法の固さ、または不使用（不能ではない）に関係づけている。

ここで、もう少し認知プロセスに焦点を当てた説明を試みる。まず、「意図の表象」には先に挙げた下位システムがそれぞれの表象形態で関わっている。状態指向の人の統制様式は認知システムが主体で、意図の象徴的表象を過度に賦活させる傾向を持つ。象徴的表象の特徴は文脈依存性が少なく、いついかなる場面でも賦活しうる。また、この表象は活動を方向づけるものであるが、実行に直結するものではなく、さらに資源を消費する。これが当面の意図の実行をしばしば難しくする原因である。

一方活動指向の人は象徴的な表象を媒介とする認知システム主体の統制をあまり好まない。もちろん、彼らにおいてもシステム間の葛藤の大きい場合や慣れていない活動をする際には、象徴的表象による統制も必要である。しかし葛藤が解決され、意図の表象が十分実行可能な段階にまで形成された後は、統制は主に実行システム主体の手続き的な表象に媒介される。その特徴は文脈依存性であるので、当面の活動が実行不能な事態になった場合は容易に注意を切り替え、新しい活動へと向かう。

また、活動－状態指向性の大きな特徴として能動性、受動性との関係が挙げられる。状態指向傾向と受動性が対応し、外部から要請された活動は重視するが、自らの内的な統制による活動の生成や開始に困難を示すという。

活動に関する統制に二方向があることは既に述べたが、一つは当面すべき活動を実行する方向、もう一つは少なくとも当面は非現実な活動の意図から脱却する方向であった。前者における状態指向性は躊躇性、後者におけるそれはとらわれ（preoccupation）性と考えることができる。これに、一旦始めた活動への没頭、持続に関する状態指向を移り気性として加え、3タイプの状態指向性が考えられている。Kuhl (1985, 1991b) は個人における活動－状態指向性を測定するための質問紙（Action Control Scale: ACS）を作成している。この質問紙は今挙げた三つのタイプの状態指向性に対応する三つの下位尺度を持つ。

次に実証的な研究を挙げながら、活動の継起と内的プロセスに焦点を当て、活動－状態指向の特徴をより明確にしてゆく。

意図の過剰な維持：Kuhl & Helle (1986) は、被験者の半数には机の上に散乱している物を片づける仕事を命じ、始めた所で中断して記憶範囲測定課題を行った。残りの半数には散乱した机については何も言及しなかった。その結果、中断した群の中で状態指向性の高い群（および抑鬱傾向の高い群）だけが他よりも記憶範囲が小さかった。これは状態指向性の高い人では当面すべきでない意図の表象が過剰に賦活し続け、それが当面の活動（記憶）に必要な資源を侵してし

まうという仮説を支持するものである。中断した活動のことを考え続けるという現象はいわゆるツァイガルニク効果と符合するものである。この効果に関しては正反対の結果が出ることもあったために説明が難しくなってしまったのだが、今後この新しい視点から再考する価値は十分にありそうだ。

それではなぜ実行できない意図の方が現実に要求されている意図よりもしばしば強い影響を及ぼすのだろうか。文脈上不適切な意図について考えることが、当面の意図の実行を阻害するならば、当然その思考を抑制することが要求される。特定の思考の自己抑制をテーマにした Wegner らの研究 (Wegner, Schneider, Carter & White, 1987) は、人はある思考を直接、意図的に抑制することが苦手であるという事実を示した。5 分間自分の思考内容を話し続けるという状況で、「白熊」の事だけは考えてはいけないと教示された被験者はその禁止のために却って白熊のことを考えてしまうのである。もちろん方法上の問題点は多いが、この現象は意識活動に対する我々の自己統制力の性質についての重要な示唆を与えるものである。また、一方で情動との結びつきも考える必要がある。現実に要求されている意図を支える情動は将来の結果のイメージに基づく「仮想的情動」であるのに対し、現在実行できない意図には、過去の失敗や現在できないという事実の認知がもたらす欲求不満が結びついているのである。

あらゆる意図への同等のコミットメント：何かをしようと思う時に、状態指向の人の特徴は複数の意図が「あれも、これも」というように一度に賦活する。これが優柔不断や、気の散りやすさとなって表れる。Kuhl & Kazen-Saad (1989) に報告されている実験は、模擬の状況ではあるが、将来すべき行為のリストを呈示するに際し、それぞれの行為に“CAN”か“MUST”の二つの性質のいずれかを付与した。状態指向傾向の被験者は活動指向傾向の被験者に比べ、再認において“CAN”の行為を“MUST”の行為に取り違えるエラーが多かった（逆の“MUST”→“CAN”のエラーには差がなかった）。状態指向の人は意図を心に留める際に、優先順位をつけて別扱いできず、しかも多くを「ねばならない」という固執の方向で捉えているのである。

また、選択と決断に時間がかかりすぎると活動に向かう衝動自体が弱まってしまう。活動指向性の高い人は、反優柔不断で選択にかかる情報処理を早い時間に、浅い処理で切り上げてしまうと考えられている。また、認知的不協和の低減は動機の統制に関わるのだが、状態指向性の高い人は決断後にこれを積極的にしない (Beckmann & Kuhl, 1984)。熟慮の末に捨てた方の選択肢がいつまでも気になり、活動開始前はもちろん開始後も一方に集中できず、さらに意図を翻す可能性も高い。

受動的な統制様式：Kuhl & Eisenbeiser (1986) の研究は状態指向状態に特有の受動的統制様式に関するものである。単調で退屈な課題を長く続けた後で、次の課題の準備が整うまで雑誌や漫画類を読んでもよいし、今の課題を続けてもよいと言われた時、全体の83%の人が同じ課題を続けた。この自発的な継続はこれまでしばしば内発的動機づけの指標とされてきた点は注意すべきである。しかし、全ての被験者が認知的には本を読む方が魅力的な活動だと評価している。「読み」に変えた人には（躊躇に関する）活動指向性の高い人が多かった。Kuhl らは前半の単調な課題の遂行により被験者全般が受動的統制様式に傾き、新しい活動を能動的に開始し難くなったと解釈している。確かに、例えばTVを見る等の受動的な活動が惰性を生じさせ、その結果、いたずらに見続けてしまうことはよくある。

Ⅲ 他の理論との関係から

【活動の開始までの継起】 Heckhausen & Kuhl (1985) は動機を持つことから活動の開始までを4段階に分けている。すなわち、a) wish, b) wanting (to goal), c) 意図 (intention), d) 活動発進衝動 (action-launching impulse) である。a) は魅力 (誘因価) あるいは価値の認識といったぐらいのものであるのに対し、b) ではそれに到達可能性 (期待) も加味され、目標に対する方向づけがなされる。選択動機の期待×価値理論はこの段階に関わるわけである。実際の活動への意思決定がc) の段階でなされる。しかし、決断した事を実行に移すにはd) の段階での「ひと押し」が必要である。もっとも、活動が興味深いものか実行が容易であるような場合はc) やd) の段階はほとんど意識に昇らずに通り過ぎるかも知れない。ここで、a), b) の段階をまとめ、決断前と決断後という分け方も可能である。他から与えられた義務的な活動の場合は、最初からc) の段階の前に置かれるようなものであろう。しかし、する事は決められていても、いつ、いかに、するかは自分の意思に任せられることは多い。

決断を境に前後に分けることには、単なる時間的な区分けの以上の意味がある。Gollwitzer と Heckhausen (Gollwitzer & Heckhausen, 1987; Heckhausen, Gollwitzer & Steller, 1990) は決断の前後で課題に関わる情報処理の様式が変化することを示した。彼らによれば、決断前は熟考の構え (deliberative mind-set) の状態であり、この時は何をすべきかという事が中心ではあるが、思考の幅はかなり広く、課題に無関連な情報も受け入れるのに対し、決断後は遂行中心の構え (implemental mind-set) の状態であり、いつ、いかにすべきかという手続き的な事柄を中心に、思考の幅がかなり狭められ、課題に無関連な情報の処理が減る。Klinger (1987) も、目標の追求が始まる (彼の定義によるコミットメント) 前後での活動に対する態度の違いを唱えている。彼によればコミットメント前では課題達成が困難であるという知覚が、その追求行動に負の影響を及ぼすのに対し、コミットメント後では逆に困難さの知覚は追求行動を強める。これらの知覚は日常を考えても納得できるのは確かだが、しかし、ここで実験事態の持つ意味も考えなければならない。Klinger のコミットメント後、Gollwitzer らの決断後の遂行の構えの状態においては、活動は外側に表れていないだけで、既に始まっていると言える。Gollwitzer らの研究では、実験場面において被験者は自分がする課題の材料を自分で選ぶのだが、彼らにしてみれば、実験室を出るまでにその課題を実行するという事は前提になっている。実生活を考えると、やりたくない仕事をしなければならないと思うと急に別の事がしたくなるという場合もある。もう一段階「活動発進衝動」が必要である理由もその辺りにあるわけである。また、初めはあれこれ頭に浮かんで活動がなかなか始められない状態であったものが、一旦活動が始まったら、知らず知らずに集中しているということはよくある。これは活動を実際に始めて、初めて活動指向的な状態になったのである。

【行為同定理論】 Vallacher & Wegner (1987) の行為同定 (Action Identification) 理論も行為に関わる認知表象と行為 (活動) の統制の関係を扱った理論である。どの一つの行為も、同時に低次から高次までの多層的水準での同定が可能である (例、手で板を打つ=ノックする=上司の部屋に入ろうとする=仕事の報告をしようとする)。通常、人は活動の目標や意味といった高次な水準で同定する傾向があるが、活動の遂行に困難が生じた時にはより低次の how to 水準の同定に移行する。階層のより高次の目標の表象が意識されないと、当面の活動がつまづいたり、

実行の困難さが知覚された場合に活動が放棄されやすい。また高次の同定は活動の変化に関する柔軟性をもたらす。障害に出会った時に、目標達成の為にある特定の活動を放棄し、別の活動をとるという方向に変えることを可能にする。その意味では高次同定と活動指向との関係が予想されるが、活動指向状態は行為の手続き的な面の表象と常に関係を保っていることは上で述べた。実際には関係はもう少し複雑である。

Kuhl (1991a) は状態指向と継時的処理様式、活動指向と並列的処理様式を関係づけている。もちろんこれは一対一の関係ではなく、あくまで相対的な関係である。行為同定理論ではその時々で人が活動（行為）を意識上での特定の水準で同定しているかを問題とするが、Kuhl (1984) は活動指向状態では意図の表象のどの要素（Vallcher らの「水準」に相当）も適度なバランスで並列的に賦活していると考えている。一方、状態指向状態では、一時に意図の表象のどれか一つの要素が象徴的表象として過度に賦活している。場合によってはこれが要素間をめまぐるしく移行することもある（「あがり」や時間切迫によるパニック状態）が、その処理様式は継時的であり処理資源を要求するものである。目標の表象が過度に意識的に賦活すること、逆に行為の実行過程を過度に意識すること（Baumeister, 1984）のどちらもが意識と活動の流れを阻害することはよく知られている。

【目的性の少ない活動の買入】 必ずしも明確な目標はないが、あるまとまりをもった活動が存在する。例えば、勉強に飽きた人がTVを見たりするような場合である。また、空想もその一つである。Antrobus, Singer & Greenberg (1966) の実験は、単調で延々と続く信号検出課題中に被験者はしばしば課題に無関連な空想を経験するが、それが必ずしも信号検出の遂行を阻害しないことを示した。しかしこれは課題と空想が互いに資源を競合しないこと、また、実験の持つ強制性が課題からの完全な心的離脱を許さないことによると思われる。日常において空想活動がしばしば、特に思考を中心とする活動の流れを阻害することは事実である。このような活動は、しばしば始まりが無意図的で意識的な統制を越えている。また明確な目標がないため終結のポイントが曖昧で、その結果この活動を契機に別の活動に移行してしまう可能性も高い。これは状態指向性の中でも移り気性に関係する部分であるが、この性質については活動統制理論の中でもまだ説明が未熟な部分であり、問題点もある。例えばACSの関連研究では、とらわれ性、躊躇性の両方と移り気性の間にほとんど相関がないのである（Kuhl, 1991b）。

【current concerns と current intention】 Klinger (1975) は current concerns（現在の関心）という概念を提唱している。concerns と複数になっているのは、人はそれに向かうべき関心対象を同時に複数持っているのが普通だからである。current concern は彼によればある種の「状態」である。この状態は人の選択的な注意や符号化、感情反応等を規定する。目標に到達するか完全に諦めるまではこの状態は持続する。しかし、この概念の便利な点はこれらの関心対象がその時々の人々の思考や行動を完全には規定しないという点でもある。例えば車を買いたい人はそうでない人よりも、また以前の自分よりも、通りを走る車に注意を多く向けるであろう。しかし、彼はいつも車の事だけを考えているというわけではない。

活動に焦点を当てた自己統制理論の多くは目標追求（設定基準と現実のずれの低減）の方向のみをポジティブにとらえている（eg. Miller, Galanter & Pribram, 1960; Duval & Wicklund, 1972; Carver & Scheier, 1985）が、ある目標追求活動を捨て、あるいは一時中断して、新しい

活動へ向かう能力も必要である。人は一日のうちでさえ同じ一つの活動だけをしていることはま
ずない。まして長期間に渡る目標追求活動を考えた場合、ある期間は別の活動に従事するという
ことは普通に起こる。Klinger の current concern という状態は中断を通して持続する。もちろ
ん、彼は断念という事態も考慮に入れてコミットメント→離脱→復帰のサイクルを提唱している。
一方、Kuhl の“current”な意図の維持に関する理論は文字どおり状況、文脈から見て「当面」す
るのが適切な活動という視点から捉えたものである。この二つの考え方は相反するものではなく
相補的なものである。人は自己を統制できる一方で、あえて統制機能を働かせないこともある。
持続と変化、統制と非統制のどちらもが、決して特別な状態や出来事ではなく、ごく普通に起
ることなのである。例えば、仕事が中途でも余暇には仕事の事を忘れるのは非適応的な離脱では
ない。

【抑止と衝動】 特性としての状態指向性は理論上、他の多くの特性概念と関係すると考えら
れる（例えば、内向性、不安、抑鬱、自己意識、認知的複雑性、他）が、実際に質問紙による研
究でも確かめられている（Kuhl, 1984, 1991b）。本論ではこの点については深く立ち入らない。
ただし、活動—状態指向の構成概念に関わる問題点として、活動の抑止と衝動という気質的な側
面（cf. Gray（1982）の行動賦活システムと行動抑止システム）との関係はここで指摘する必
要がある。

活動—状態指向についてはおそらく意図の象徴的表象の賦活というような認知面での特質だけ
では十分には説明できず、活動指向については上述の活動発進衝動の強さ、逆に状態指向では活
動の抑止傾向の強さが決定的に重要であると思われる。抑止自体は、活動がうまく行かない場合
に一時停止し、自己修正行動へと導く、また、感情・実行両システムの好みが一致するために、
即実行に移されようとする活動を事前に抑え、動機維持システムの作動を可能にさせるという重
要な機能を持つ。しかし、この働きが度重なる失敗や厳しいしつけなどにより習慣化すると慢性的
に不活発な傾向をも生み出してしまう。ところで、Kuhl が状態指向の特徴とした象徴的な意
図の表象の保持による固執的な統制様式と、抑止ではなく、衝動的に外的な活動を求める傾向を
併せ持つのがタイプA行動パターンであると考えられる。Kuhl は直接言及していないが、Carver
& Scheier（1985）は活動指向とタイプAを似たものと見なしている。しかし、それは部分的な
見方で、タイプA傾向の人の活動の統制様式が柔軟性に欠けるものであることは言うまでもない。
このように活動—状態指向と活動の抑止と衝動の傾向は部分的に重複はするが別の要因として考
える必要がある。

IV 被験者にとっての一活動としての実験

Broadbent は認知心理学の研究法について、従来はメカニズムが意図した通りの遂行が「でき
ない」のはどういう場合かという視点から能力（capability）の限界レベルでの課題遂行による
研究が行われていたが、近年では、日常に見られる、十分能力内にある事を「しない」場合に興
味が持たれてきたと述べている（Broadbent, Broadbent & Jones, 1986）。これは本論で扱って
きた活動の継起と統制過程の議論にそのまま当てはまる。確かに、日常で起こるような諸活動の
自発的継起を実験室の中で再現するのは難しい。しかし一方、日常状況からのデータ収集では、
それがまさに起こっている時の内的プロセスに迫る直接的な手がかりを入手する事は困難であ

る。我々がすべきことは実験室では作り難く、また忘れられがちな日常的状况の特質を指摘し、実験の統制の枠内で可能な限り取り入れることを試みると同時に、それへの無配慮が実験結果の解釈を歪めている可能性を考察することである。本論でも所々でこの点には触れてきたが、ここで改めて活動の継起とその統制の観点に限定して、実験室でなされてきた事態と日常場面とで本質的に異なる点をいくつか挙げてみる。

- 何を、いつから、どういうペースでするかは通常実験者により既に決められており、被験者はそれに従う。

- 通常一試行が比較的短く、その間の集中が前提となっている（その前提の上で注意の妨害を操作する場合がある）。

- 自分で終結させる場合はほとんどなく、あるとすれば断念であり、飽きや別の活動をするために自ら中断することはない。

- ある活動（実験課題）に無関連で、潜在的に競合しうる他の活動がほとんどない。被験者が途中で実験事態から心的に離脱しても、注意を向ける他の対象が限られている。

- これらのことを被験者は既に実験室に来る時点で暗黙裡に了解している。あらかじめ受動的な態度ができあがっているのである。

- 実験者の方では実験の中に複数の質的に異なる局面を設定したつもりでも（例えば典型的な学習性無力の実験や上述の Kuhl & Eisenbeiser (1986) の待ち時間の状況など）、被験者の方では実験室に入ってから出るまでを一つの特殊な活動として捉えている可能性は高い。

実際的には、最低限の統制の下で、比較的長い時間幅を持ち、複数の活動対象の間での自発的なシフトを許し、被験者自身のスタイルによる自己生成的、自己開始的な活動をさせること、また、遂行効率よりも遂行プロセスを直接示すようなデータを得る工夫が必要であろう。そういう点で示唆的な実験の一例として Harris & Wilkins (1982) の研究を挙げる。被験者は映画を観賞しながら、特定の時刻に別の仕事をするという制約を課せられるのだが、その標的時刻が来るまで、どのようなペースで時刻を確認してゆくかは被験者の好みに委ねられている。遂行効率としてのミスはもちろん、それ以上に遂行プロセス（時刻確認の量とパターン）が重視される。ここからは時系列の中での意図の賦活、注意のシフト、遂行スタイル、プランニング志向等、豊富な意味を含んだデータが得られる。しかし、反面、この豊富さによりデータの扱いが多様性を極め、解釈も結局曖昧なままに終わってしまうというおそれもある。

V おわりに

Cantor (1990)の展望によれば、最近のパーソナリティ分野では人格(セルフ)の構造的な(havingの)側面に加え、動的な(doingの)側面を、それが認知的プロセスにおいて表出されるあり方に焦点を当てて捕捉しようとする動きが顕著なようである。一方、認知研究の側でも日常記憶研究が盛んになり、展望的記憶やリアリティ・モニタリング(Johnson & Raye,1981)、手続き記憶といった主体の活動や意図に関する研究が増えてきたこともこの動きと機を一にしている。その意味では活動統制理論は時流の先端にあるとも言える。しかしこれが、主体としての自己が活動し、生活するあり方や方向という最も基本的な観点に立って、心的プロセスの意味を問い直すという動きだと考えれば、むしろ心理学の原点に立ち返ったものだとも言える。Kuhlの理論

がその基礎を Ach の理論においている点は象徴的と言える。ただし、現状としては越えるべき方法論的な問題も多いのは本論でも指摘した通りである。

注) “action” を「活動」, “control” を「統制」とした。「活動」は “activity” の訳語として定着しており, “action” は本来「行為」とすべきかもしれないが, ここでの “action” は, 一つ一つの「行為 (act)」というよりは, 方向づけをもった一連の行為の流れ (sequence) と考えた方がよいからである。しかし, 特に単一の動詞的な行動を指す場合には「行為」という訳語も一部で用いた。“control” を「統制」としたのは, 類語に “regulation” という語があり, そちらを「制御」として区別したいからである。筆者は「統制」という語は「制御」という語に比べて, 意識的, 意志的なニュアンスが強いと考える。もっとも, Kuhl は “self-regulation” という語もよく用いており, “self-control” という語と特に区別はしていないようである。また, 後述する “action-state orientation” の “orientation” は「志向」ではなく「指向」とした。これは認知心理学の観点から「注意の向かう方向」という意味を重視したからである。

引用文献

- Antrobus, J.S., Singer, J.L. & Greenberg, S. 1966 Studies in the stream of consciousness: Experimental enhancement and suppression of spontaneous cognitive processes. *Perceptual and Motor Skills*, 23, 399-417.
- Atkinson, J.W. & Birch, D. 1970 *The dynamics of action*. New York, Willy.
- Baumeister 1984 Choking under pressure: Self-consciousness and paradoxical effects of incentives on skillful performance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 610-620.
- Beckmann, J. & Kuhl, J. 1984 Altering information to gain action control: Functional aspects of human information-processing in decision-making. *Journal of Research in Personality*, 18, 224-237.
- Broadbent, D.E., Broadbent, M.H.P. & Jones, J.L. 1986 Performance correlates of self-reported cognitive failure and obsessiveness. *British Journal of Clinical Psychology*, 25, 285-299.
- Cantor, N. 1990 From thought to behavior: “Having” and “Doing” in the study of personality and cognition. *American Psychologist*, 45, 735-750.
- Carver, C.S. & Scheier, M.F. 1985 A control-system approach to the self-regulation of action. In Kuhl, J. & Beckmann, J. (Eds.) *Action control: From cognition to behavior*. Springer-Verlag.
- Duval, S. & Wicklund, R.S. 1972 *A theory of objective self-awareness*. New York: Academic Press.
- Gollwitzer, P.M., Heckhausen, H. & Steller, B. 1990 Deliberative and implemental mind-sets: Cognitive tuning toward congruous thought and information. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 1119-1127.
- Gray, J.A. 1982 *The neuropsychology of anxiety: An enquiry into the functions of the septo-hippocampal system*. New York: Oxford University Press.
- Hamilton, J.A. 1981 Attention, personality, and the self-regulation of mood: Absorbing interest and boredom. In Maher, B.A. & Maher, W.B. (Eds.) *Progress in Experimental Personality Research*. vol.10, Academic Press.
- Harris, J.E. & Wilkins, A.J. 1982 Remembering to do things: A theoretical framework and an illustrative experiment. *Human Learning*, 1, 123-136.
- Heckhausen, H. & Gollwitzer, P.M. 1987 Thought content and cognitive functioning in motivational vs. volitional states of mind. *Motivation and Emotion*, 11, 101-120.
- Heckhausen, H. & Kuhl, J. 1985 From wish to action: The dead ends and short cuts on the long way to action. In Frese, M. & Sabini, J. (Eds.) *Goal-directed behavior: The concept of action in psychology*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

- Johnson, M.K. & Raye, C.L. 1981 Reality monitoring. *Psychological Review*, 88, 67-85.
- Klinger, E. 1975 Consequences of commitment to and disengagement from incentives. *Psychological Review*, 85, 239-248.
- Klinger, E. 1987 Current concerns and disengagement from incentives. In Halish, F. & Kuhl, J. (Eds.) *Motivation, intention, and volition*. Springer-Verlag.
- Kuhl, J. 1984 Volitional aspects of achievement motivation and learned helplessness: Toward a comprehensive theory of action control. In Maher, B.A. & Maher, W.B. (Eds.) *Progress in Experimental Personality Research. vol. 13 Normal personality processes*, Academic Press.
- Kuhl, J. 1985 Volitional mediators of cognition-behavior consistency: Self-regulatory process and action versus state orientation. In Kuhl, J. & Beckmann, J. (Eds.) *Action control: From cognition to behavior*. Springer-Verlag.
- Kuhl, J. 1991a A theory of action and state orientations. In Kuhl, J., Goshke, T. & Kazen-Saad, M. *A theory of self-regulation: Personality, assessment, and experimental analysis. vol. I: Theory*. Forschungsberichte aus dem Fachbereich Psychologie der Universität Osnabrück Nr. 79a.
- Kuhl, J. 1991b Action versus state orientation: Psychometric properties of the Action Control Scale. In Kuhl, J., Goshke, T. & Kazen-Saad, M. *A theory of self-regulation: Personality, assessment, and experimental analysis. vol. I: Theory*. Forschungsberichte aus dem Fachbereich Psychologie der Universität Osnabrück Nr. 79a.
- Kuhl, J. & Beckmann, J. 1985 Historical perspectives in the study of action control. In Kuhl & Beckmann (Eds.) *Action control: From cognition to behavior*. Springer-Verlag.
- Kuhl, J. & Eisenbeiser, T. 1986 Mediating versus mediating, cognitions in human motivation: Action control, inertial motivation, and the alienation effect. In Kuhl, J. & Atkinson, J.W. (Eds.) *Motivation, thought, and action*. New York: Praeger.
- Kuhl, J. & Goshke 1991 A theory of action control: Mental subsystems, modes of control, and volitional conflict-resolution strategies. In Kuhl, J., Goshke, T. & Kazen-Saad, M. *A theory of self-regulation: Personality, assessment, and experimental analysis. vol. I: Theory*. Forschungsberichte aus dem Fachbereich Psychologie der Universität Osnabrück Nr. 79a.
- Kuhl, J. & Helle, P. 1986 Motivational and volitional determinants of depression: The degenerated-intention hypothesis. *Journal of Abnormal Psychology*, 95, 247-251.
- Kuhl, J. & Kazen-Saad, M. 1989 Volition and self-regulation: Memory mechanisms mediating the maintenance of intentions. In Hershberger, W.A. (Ed.) *Volitional action: Conation and control*. Elsevier, Science Publishers.
- Miller, G.A., Galanter, E., & Pribram, K.H. 1960 *Plans and structure of behavior*. Holt, Rinehard & Winston.
- Scheerer, E. 1989 On the will: An historical perspective. In Hershberger (Ed.) *Volitional action: Conation and control*. Elsevier, Science Publishers.
- Vallacher, R.R. & Wegner, D.M. 1987 What do people think they are doing?: Action identification and human behavior. *Psychological Review*, 94, 3-15.
- Wegner, D.M., Schneider, D.J., Carter, S.R. & White, T.L. 1987 Paradoxical effects of thought suppression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 5-13.
- Zajonc, R.B. 1980 Feeling and thinking: Preferences need no inferences. *American Psychologist*, 35, 151-175.

(博士後期課程)