心理学概論

単位数	履修方法	配当年次
4	R or SR	1年以上

科目コード	FA2501	担当教員	佐藤　俊人

■科目の内容

生命体が目指すのは「生きる」ことです。ところが「うまく」生きるために，進化の過程で「心」という働きができ，心の働きはしだいに精巧になり，ものの世界とは別に心の世界をつくりました。その心の働きと，心の内容についてのまとまった知識が心理学です。

心理学の概要を，まず心理学の問題史と研究方法の特徴を通して学び，そのあと，心は発達的にどのように形成されるのか，人が環境についての情報を入手するための心の働き，欲求や願望の充足を求めるときの心の動き方，経験を蓄積し利用する心の仕組み，困難な場面に直面したときの心の動き方と心の使い方，一人ひとりの心の働きの個性的特徴とその捉え方などについて学んでほしいと思います。

心の「働き」とは，たとえば「見る」「考える」などで，心の「内容」とは，その結果できあがったイメージや知識などのことです。

■到達目標

心理学を実学ととらえ，心理学諸理論を説明できることに加え，実生活に応用できる。

■教科書

金城辰夫監修，藤岡新治・山上精次編『図説 現代心理学入門（三訂版）』培風館，2006年

■在宅学習15のポイント

回数	テーマ	学習内容	学びのポイント
1	心理学とは （p. 1～4）	心理学とは何を目的としたどのような学問であるかを理解するとともに，心理学の諸領域について理解する。	心理学では，どのような目的のためにどのような手法を使ってどのような情報を収集するのか，そしてどのような領域に分類されているのかを理解しておくことにより，心理学全体のイメージがわかりやすくなります。
2	社会的行動（社会心理学）①個人と社会 （p. 5～17）	社会心理学研究の諸理論を理解する。	多くのストレスは対人関係に起因するものです。社会心理学の基本を学ぶことにより，自由に活動しているように見える個人が，いかに社会的な要因によって縛られているかを考えてみましょう。

回数	テーマ	学習内容	学びのポイント
3	社会的行動（社会心理学）②コミュニケーション（p.18〜33）	集団の中でも個人の動きについて，社会心理学的な視点から理解する。	社会心理学の諸理論は，自分の周りに実際にある事例などを考えながら学習することが，理解をより深めます。日常生活の中で，心理学がどのように関連しているのかを考えながら学習してみましょう。
4	パーソナリティと適応（臨床心理学）①パーソナリティの諸理論（p.35〜42）	さまざまなパーソナリティ理論について理解する。	心理検査によってパーソナリティを測定することは心理学の大きな課題の一つですが，測定されるべきパーソナリティについて理解することにより，次に学習する心理検査の理解がスムーズになります。
5	パーソナリティと適応（臨床心理学）②心理テスト（p.42〜50）	心理アセスメントで使われる心理テストの全体像を理解する。	心理検査には，性格検査，知能検査その他様々な目的の検査があり，その中でも質問紙法，作業検査法，投影法などの手法にわかれています。これら心理検査の基本を学ぶことにより，心理検査の長所と短所を自分なりに考えてみてください。
6	パーソナリティと適応（臨床心理学）③適応と防衛機制（p.50〜64）	フラストレーションに関する理論を理解するとともに，私たちがフラストレーションと戦うために持っている防衛機制について理解する。	様々な不適応状態についての基本を概観するとともに，そのような状態に対する心理的支援の方略としてどのような方法があるのか，その基本を学び，将来の臨床心理学的な支援への足がかりをつかみましょう。
7	成熟と成長（発達心理学）①（p.65〜71）	発達とは青年期までだけのものではなく，超高齢社会にも対応した発達観があることを理解するととも，発達心理学における研究方法について理解する。	人間の発達の様相を研究する様々な方法がありますが，それぞれ長所と短所があります。また，例えば遺伝の力を確かめているような研究でも環境要因を排除できていなかったり，因果関係と相関関係を混同していたりする例も少なくありません。自分なりに疑いながら考えてみましょう。
8	成熟と成長（発達心理学）②（p.71〜94）	発達に関する古典的な研究について理解する。また，研究の倫理についても考える。	発達心理学では，例えば代理母実験のように，現代では倫理的に実施できないような研究も多くなされてきました。また，人間の親子関係を理解する出発点として，他の動物たちとの比較もされてきました。これら貴重な研究を理解することにより，人間の発達について自分なりに考えてみましょう。
9	学習と動機づけ・情動（行動心理学）①古典的条件づけ（p.95〜100）	心理学における「学習」とはどのようなものかを理解する。その基本的な学習理論である古典的条件づけについて正しく理解する。	レモンを見ただけで，食べてもいないのに唾液が出ます。どうしてこのような現象が起こるのでしょうか。また，この現象を私たちの日常生活に応用するにはどうしたらいいでしょうか。様々な生理的反応を考え，古典的条件づけの応用性について考えてみましょう。

回数	テーマ	学習内容	学びのポイント
10	学習と動機づけ・情動（行動心理学）②オペラント条件づけ（p. 100〜105）	オペラント条件づけに関する古典的な実験を知ることにより，オペラント条件づけのしくみと，その長所，短所を理解する。	私たちは日常的に「いいことをしたら賞」を，「悪いことには罰」を与える，与えられることに慣れています。オペラント条件づけを正しく理解することにより，賞罰の与え方，その危険性などについて考えてみましょう。
11	学習と同期づけ・情動（行動心理学）③動機づけ，情動（p. 106〜116）	動物に行動を起こさせる動機について，本能的なものから社会的なものまで理解する。また，感情というものがどのように生じているのかを理解する。	動物の行動には，さまざまな動因が考えられます。本能的なものであったり，社会的なものであったりしますが，その理論を把握することにより，誰かに何かを行動してほしい際の心理的支援に結びつけることができます。また，感情の発生について脳の働きと関連づけて考えてみると，心理療法への応用も可能になるでしょう。
12	感覚・知覚（認知心理学Ⅰ）（p. 117〜140）	感覚器から入ってくる情報を，私たちは脳で解釈（認知）して判断している。人間の認知が決して現実，事実をそのまま受け取っているわけではないことを理解する。	感覚器から同じ情報を受け取っても，その理解は一人ひとり違います。それぞれの脳で自分らしく判断しているということを理解しましょう。
13	記憶・思考・言語（認知心理学Ⅱ）①記憶・問題解決（p. 141〜154）	記憶の種類や特徴について理解するとともに，新しい課題に直面した時に人間や動物はどのようにそれを解決するのかについての諸理論を理解する。	私たちは，新しい課題を解決するために様々な方法をとっています。やみくもにやってみることもあれば，こうすればできるはずという，見通しを立てることもあります。さまざまな問題解決の方法について学んでみましょう。特に試行錯誤学習や洞察学習については，学習と動機づけの章と関連づけながら考えてみてください。
14	記憶・思考・言語（認知心理学Ⅱ）②概念・推理，言語，知能（p. 154〜168）	思考に及ぼす言語の影響に関する諸理論を理解する。また，「知能」に関する諸理論を理解し，自分なりに知能を考える。	何ができれば知能が高いのか，については大変難しい問題です。第2章に取り上げられている知能検査を参照しながら，知能に関する諸理論を学んでみましょう。
15	心的活動の生理学的基礎（生理心理学）（p. 169〜196）	脳の機能に関する基本的な情報を理解する。	脳科学の発展により，人間の思考や感情を脳内物質や電気信号レベルで説明されるようになってきましたが，それでもなお説明しきれない部分はたくさん残されています。脳の各領域の機能を理解しながらも，脳科学で心を説明する限界なども考えながら学習してみましょう。

■レポート課題

1 単位め	心の世界は，意識される世界のほかに意識されない世界を含むことを具体的にわかりやすく説明しなさい。

2 単位め	動物の心と人間の心の違いについて考えてみなさい。
3 単位め	知覚とは，刺激を受動的に感受することではなくて，人が情報を能動的に「つかみとる」働きであることを，具体的な事実をあげて，わかりやすく説明しなさい。 **※スクーリング受講者専用「別レポート」対象課題・web解答可**
4 単位め	家族の要因が子どもの人格形成に及ぼす影響について，１～２のトピックに焦点を絞って研究してみなさい。 **※スクーリング受講者専用「別レポート」対象課題・web解答可**

■アドバイス

1単位めアドバイス

心理学は「心」の学ですが，初期の頃は，「心」イコール「意識」であると考えられました。意識されている世界が「心の世界」だという考えです。ヴントの考え方がその典型でしたが，やがて，心の世界は意識される世界だけではないという認識に到達しました。そのきっかけとなったのが，フロイトの精神分析です。精神分析は，もともとヒステリーなどの神経症の治療法ですが，それをもとにフロイトは壮大な心の理論を生み出しました。その基本となる考え方は，心の動きは意識下の動機や無意識の記憶に左右されるということです。これは，人間の心の見方についての大転換でした。自分の心は自分が誰よりもよく知っているという思い込みが，真っ向から否定されることになりました。思えば，我々が自分のことを意識するのは，物事が思い通りに進まなかったりしたときで，順調に進んでいるときは意識する必要がありません。心が意識されない世界を含むことは間違いないでしょう。

特に，心を「働き」と「内容」に分けると，「働き」は意識されないのが普通です。たとえば，目の前に張ってあるロープの高さをまたいでとび越せるか，下をくぐるかの判断をどのようにして決めているかは意識できません。要は，「よりよく」生きようとして，人は時に意識し，時には意識することを拒否し，時には，現実に存在しないことを想像します。そのときの心の働きは意識されません。しかし，想像したことは意識されやすいのです。このようにして人は現実をはるかに越えた広大な心の世界をつくったのです。

2単位めアドバイス

心の働きと心の世界をもっているのは人間だけでしょうか。この点をよく考えて欲しいと思います。まず，知覚とか，記憶などの心の働きが人間以外の動物にあることには異論はないでしょう。意見が分かれるのは，第一に，感情，意思，思考，想像，言語などの働きがあるかという点です。第二は，心の世界があるか，という点です。心の働きがどの程度まで精巧にできあがっているかは，動物の種により大幅に違います。原生動物のように，環境からの刺激に反射的に反応するだけで生きている動物の場合は，心の働きを使う必要はないので，心の働きは，ほとんどないとみてよいでしょう。ところが，環境の刺激に対してどう行動するかを「選択」しなければならない動物は，「うまく」選択するために，知覚も記憶も思考も意思決定の働きも使わなければなりません。その意味では，動物にも心の働きはさまざまな程度に存在します。特に欲求と感情は「生きる」過程を支える基盤です。日常的には，人の心の働きの７割は感情です。

心の働きの進化にとって最も重要な分岐点となるのは，ことばの獲得です。ことばを獲得すると，いま

目の前に存在しないことをも心の中に取り込むことができます。そればかりか，現実には存在しないものをも心の中に取り込むことができます。想像上の動物も科学フィクションもつくることができます。反面，事実に合わない信念を抱いたり，ありもしない危険を事実と思い込んだりして混乱することもあります。これが人間の心の世界です。このように，ことばを持ってしまったがゆえに，人間は科学や芸術をつくりだしました。それが人間の生活を豊かにした反面，動物は決してしないような，危険な戦いをすることにもなりました。人間の悩みもことばの産物です。ことば的なものが人間以外の動物に存在するかどうかは議論が分かれますが，ことばのもとになるような働き，すなわち，いま目の前に存在しないものを何かのシンボルで表す働きは，他の動物にも見られます。

しかし，心の中でそれをいじりまわして（操作して），工夫したり，悩んだりする力は極めて弱いのです。

3単位めアドバイス

メロディーは音の中には存在するのではありません。音と音との時間的関係から人が読み取るのです。映画のフィルムのひとコマひとコマの映像は静止画像であって，どこを探しても映像の中には「動き」はありません。しかし，静止画像の連続のなか，人は「動き」をみます。このように，物理的刺激の中には存在しない現象を人はキャッチします。これは心の働きの重要な側面です。知覚は，物理的刺激を受動的に感受するだけの働きではありません。むしろ，外部刺激の意味を読みとるのです。その物理的刺激が，人の生存にとってどのような意味があるのかを読み取る働きです。カメラで人物を低いアングルから撮影した写真でみると，その人物の脚がとても長い。ところが，ファインダーからみたときは，格別長いとは見えなかったはずです。知覚は刺激に忠実ではなくて，その刺激の現実的意味に忠実なのです。

知覚という心の働きによって，人は生きる上に必要な環境の情報を読み取り，それを手がかりとして，自分の行動を決定するのです。行動するための手がかりを入手する働きです。手がかりとは，例えば，交差点で赤と青の交通信号によって，いま横断してよいか否かを決めるように，人がどう行動するかを決めるための情報です。大地の裂け目を飛び越せるかどうか，狭い場所を自分のからだが通り抜けることができるか否かを読み取る働きが知覚です。

このような観点から知覚の意味を考えてみましょう。

4単位めアドバイス

まず，人格とは何かを理解してもらいたいと思います。人の心の働きには個人差があります。知的働きの個人差を知能といいます。感情意思の働きの個人差は気質と性格です。その人全体としての個人差は個性です。いずれも他者との違いを示すことばです。個性的だ，というのは，他者と違うという点を強調しています。それにたいして，人格ということばは，それぞれの違いを持ち合わせながら，人の心の働きは全体としてまとまった働きをする，という意味を含んでいます。心がばらばらに勝手な方向に動き出すことは，まれです。

この「まとまり」を強調するのが人格という概念です。

食べるときでも話をするときでも，その人のすべての心の働きがまとまった形で関与し，その人らしい話し方，食べ方をします。その人らしさがあります。このような，その人らしい「まとまり」を強調するのが人格という概念です。心理学でいう人格には，道徳的，倫理的意味合いはありません。しかし，どん

な道徳観を持ち合わせているかは，人格の大事な構成要素です。

家族関係が子どもの人格形成にどう関係するかは，とても複雑な仕組みになっています。しかし，心理学を学ぶとき，避けて通れない課題です。そこで，家族関係の１つか２つの要因を選び，それが子どもの人格にどう関連するかを考えてみてほしいと思います。たとえば，出生順位はどう影響するか，一人っ子はどうか，母子関係の質は，などと，１つか２つの要因をとりあげて考えてみてほしいと思います。その際大切なことは，家族の要因は１つの要因だけが単独に働くのではなく，他の要因と複雑にからみ合うことを念頭においてほしいと思います。

■科目修了試験　評価基準

テキストに書いてあることの暗記～再生では不足です。それを自分なりに理解し，自分のことばに噛み砕いて説明することにより，本当に理解していることを表現してください。

■参考図書

浜田寿美男著『「私」とはなにか』講談社，1999年

心がどんなふうにしてできあがるのかを，根本的に深く考えてみたい人にお勧めします。心理学の根本問題を平易に解説しています。

川上吉昭・佐藤俊昭編『わかりあう心とからだ――共感の覚醒』中央法規出版，1995年

他人の心がわかるのはどのような仕組みによるのかを，第１章に佐藤が書いています。このような問題に関心がある人にお勧めします。

アトキンソン，R．Lほか編　内田一成監訳『ヒルガードの心理学』ブレーン出版，2002年

1,540ページの概論書です。価格もとびきり高いのですが，レベルが高く，読んで面白い本です。