



# 心理学とは どんな学問だろう？

中部大学人文学部准教授

小塩真司 (おしお あつし)

## 授業の前に

ここでは、私が高校生を前にしたとき、最初におおよそこのような話をする、というものを書いていきたいと思います。なお、多くの先生も同じような流れで授業を展開されるのではないかとと思いますが、これは本コーナー初回担当の役得ということで……お許してください。

## 「心理学」からイメージするものは？

皆さんは「心理学」と聞くと、何をイメージしますか？ 私は一応「心理学者」という肩書きをもっていますが、「心理学者」という言葉を聞くと何を思うでしょうか。

古い本ですが、アメリカの心理学のテキスト (Senter & Dimond, 1976 / 依田 (編訳), 1980) に、次のようなことが書いてあります。心理学者が「私は心理学者です」と答えると、相手は次の反応のうちどれかひとつをするというのです。

ケース1：あわてふためいて弁解し、急いで姿を消す。

ケース2：いやがる配偶者を連れてきて「精神分析をしてもらえませんか」と頼む。

ケース3：「あなたが私を正しく見抜けるかどうか賭けましょう」と言う。心理学者が「心を読み取ることができない」と言っても、たぶん信じてもらえない。

私も学生時代に、似たような経験をしたことがあります。塾でアルバイトをしていた時のことです。授業中、生徒が「先生は大学で何を勉強しているの？」と尋ねてきました。私が「心理学だよ」と答えると、彼女は授業中にもかか

わらず立ち上がってこう言ったのです。「じゃあ先生、私の考えていること当ててみて！」と。私はとっさに「もし当たるならここで授業をしているよりも別のことでお金を儲けているよ」と答えたのですが、実は先程の本にも同じような答え方が載っていました。その本には、「私が他人の心を読みとることができるなら、ここにいてもしかたがないではありませんか。そんなことができるなら、私はラスベガスでポーカーをしていますよ」と書かれているのです。回答も少しアメリカっぽいですね。

## 心理学の守備範囲は？

日本に「心理学者」と呼ばれる人は、何人いるのでしょうか。例えば、日本心理学会という研究者の集まりには、約7300名(2009年現在)の会員がいます。この学会に所属している大半の人々は、カウンセラーでもなく臨床心理士でもなく、精神分析を行うわけでもありません。多くは、「心理学という学問を研究している人々」です。

「心理学」は、非常に幅広い学問の総称です。心理学とはどのような学問か、たくさんの本にいろいろなことが書かれていると思いますが、おおよそ次のような学問だと考えてもらえればよいと思います。

それは、「人間がすることであればほぼ何でも研究対象になる学問」です。例えば皆さんが普段当然のようにしている、見ること、聞くこと、話すこと、覚えること、考えること、学ぶことも心理学の研究対象です。さらに親子関係、きょうだい関係、友だち関係、先生と皆さんの関係、ペットとの関係だって研究対象になりま



### Profile — 小塩真司

1995年、名古屋大学教育学部教育心理学科卒業。2000年、名古屋大学教育学研究科博士後期課程修了。2001年、中部大学人文学部心理学科講師を経て、2003年より助教授、2007年より現職。博士（教育心理学）。専門はパーソナリティ心理学、発達心理学。主な著書は、『自己愛の青年心理学』（単著、ナカニシヤ出版）、『SPSSとAmosによる心理・調査データ解析：因子分析・共分散構造分析まで』（単著、東京図書）、『はじめて学ぶパーソナリティ心理学：個性をめぐる冒険』（単著、ミネルヴァ書房）など。

すし、生まれてからどのように成長していくのか、皆さんがどのような性格をもつのか、悩んだときにはどうすればいいのか、どうして怒るのか、悩むのか、どうしたら幸せな気分になれるのかといったことも研究の対象なのです。

### どうやって研究するの？

心理学は人間のさまざまな活動を研究対象にする幅広い学問なのですが、その研究方法には共通点があります。心理学の中のさまざまな領域を結びつけているのは、研究方法と言えるかもしれません。「研究する」というと、頭の中であれこれと考えて答えを出していくのかな、と思われがちです。もちろん心理学者も考えますが、事実を確かめる「方法」をあれこれと考えていく点に、心理学の特徴があると私は思います。

皆さんは理科の実験をしたことがあると思います。たとえば小学校の時、摂氏20度の水と80度のお湯を用意し、それぞれに食塩が何グラム溶けるか確かめたことがあるかもしれません。その考え方を応用して、複数のグループの人々を異なる環境に置き、各グループでの行動の違いを観察・測定すると「実験」という研究方法になります。またアンケートを多くの人々に回答してもらうことによって全体の傾向を把握する「調査」という手法もよく使われます。他にも日常のようすをできるだけそのまま記述する「観察」や、1対1で話を聞く「面接」といった手法も研究で用いられます。

各大学の心理学科や心理学のコースでは、これらの研究方法を身につける実習の授業が用意され、カリキュラムの中でも重要な位置を占めているのです。文系の学科なのに理系的な内容ですよね。

### 「こころ」は見えるの？

心理学では実験や調査などの手法で行動を観察するのですが、本当に知りたいのは行動そのものというよりも、その「内部」に想定されるものです。

例えば皆さんの「感情」や「記憶」「性格」といったものは直接見るができるのでしょうか。「明るい性格」といっても、物理的に「光っている」わけではありませんよね。見ることができるのは「明るい性格が反映した振る舞い」、つまり行動です。決して「明るさ」そのものが見えるわけではないのです。

このあたりに心理学という学問のポイントがありそうです。私たちが観察できるのは「行動」や「行動の結果」です（脳の活動や生理的指標も観察可能な活動です）。そういった「目に見える」情報を科学的に把握することを試みながら、目に見えない部分を研究しようと試みるのです。

ところがこれが「怪しいイメージ」にもつながるのでしょう。けっして面と向かって考えていることがわかるというものではありません。しかし、直接見えないものを見ようとする点は共通しています。より確実に見るにはどうするかを工夫していくのですが、そのあたりに、心理学のおもしろさがあると私は思います。

### 文 献

Senter, R. J. & Dimond, R. E. (1976) *Psychology: the exploration of human behavior*. Glenview, Ill: Scott, Foresman and Company. [センター・R. J., ダイモンド・R. E./依田明（編訳）（1980）『現代心理学 18 講』学習研究社]