

失敗に伴う恥が回避的行動と建設的行動に与える影響

個人差要因と状況要因の検討

○楊璐溪¹・上市秀雄²

(¹株式会社 SHIFT・²筑波大学 システム情報系 社会工学域)

キーワード：失敗に伴う恥，回避的行動と建設的行動，受容

The impact of shame associated with failure on avoidant behavior and constructive behavior

Examination of individual difference factors and situational factors

Luxi YANG² and Hideo UEICHI¹

(¹ University of Tsukuba, Faculty of Engineering, Information and Systems, Division of Policy and Planning Sciences, ² SHIFT Inc.)

Key Words: failure-related shame, avoidant and constructive behaviors, acceptance

本研究は、日常的な失敗に伴って生じる恥が、その後の行動をどのように方向づけるかを検討することを目的とした。恥は自己評価に基づくネガティブ感情であり、従来は主に回避的行動を促進するものとして理解されてきた。実際、恥は自己価値の脅威を喚起し、失敗場面からの逃避や関与の低下と関連することが多くの研究で示されている。

一方で近年では、恥が自己評価の調整機能を持ち、学習や行動改善を促進する可能性も指摘されている。すなわち、恥は単なる回避動機ではなく、状況や個人特性によっては建設的行動を導く契機となりうる。しかしながら、同一の感情である恥が、回避的行動と建設的行動という異なる方向の行動をどのように分化させるのか、そのメカニズムは十分に解明されていない。

そこで本研究では、失敗の種類（能力不足・社会規範違反・モラル違反）に着目し(Ferguson et al., 2007)、個人差要因（価値観）および状況要因（フィードバックの具体性、目撃者数）が、恥と行動の関係にどのように影響するかを検討した。さらに、恥に対する心理的対処としての「受容」に注目し、ネガティブな経験や感情を否定せずに受け入れる過程として位置づけられている(Wojnarowska et al., 2020)、その媒介的役割を検討した。

方 法

本研究では、日本人大学生・大学院生 172 名を対象にオンライン調査を実施した。参加者には、能力不足による失敗、社会規範違反による失敗、モラル違反による失敗の 3 種類のシナリオを提示した。各シナリオにおいて、状況要因としてフィードバックの具体性（高／低）および目撃者数（多／少）を操作した。

各場面において、参加者は感じる恥の程度、出来事の受容度、回避的行動および建設的行動の意図を 5 段階で評価した。また、個人差要因として Schwartz(1992)の価値観尺度に基づく 4 次元（自己高揚、自己超越、保守主義、変化への開放性）を測定した。

分析には構造方程式モデリング（SEM）を用い、失敗タイプごとに、個人差要因および状況要因が恥に与える影響、さらに恥が回避的行動および建設的行動に及ぼす経路を検討した。

結 果

分析の結果、失敗に伴う恥は回避的行動および建設的行動の双方に有意に関連することが示された。この結果は、恥が単一方向の行動を導くのではなく、複数の行動傾向に影響を及ぼす可能性を示唆するものである。

また、恥から行動への影響は失敗の種類によって異なり、能力不足による失敗では回避的行動との関連が比較的強く、社会規範違反およびモラル違反では建設的行動との関連が相

対的に強くなる傾向がみられた。さらに、価値観および状況要因は、恥の喚起および行動への影響経路に対して異なるパターンで作用することが確認された。

加えて、受容は恥から建設的行動への正の経路を媒介するとともに、回避的行動への負の影響を持つことが示され、行動分化における重要な心理的要因である可能性が示唆された。

考 察

本研究の結果は、恥を一義的に回避的行動を導くネガティブ感情とみなす従来の見方を再考させるものである。恥は、状況要因や個人の価値観、さらには心理的対処のあり方によって、回避的行動にも建設的行動にも結びつきうる柔軟な機能を持つことが示された。

特に、受容が恥から建設的行動への転換を支える媒介要因として機能する点は重要である。失敗経験を否定せず受け入れることにより、個人は自己否定に陥ることなく、改善や学習といった前向きな行動を選択しやすくなると考えられる。

以上より、恥は単なる回避動機ではなく、適切な条件のもとでは適応的行動を促進する可能性を持つ感情であると位置づけられる。本研究は、恥の機能に関する理解を拡張するとともに、教育・組織場面におけるフィードバックや支援のあり方に対して実践的示唆を提供する。

引用文献

- Ferguson, T. J., Brugman, D., White, J., & Eyre, H. L. (2007). Shame and guilt as morally warranted experiences. *The self-conscious emotions: Theory and research*, 330-348.
- Schwartz, S. H. (1992). Universals in the Content and Structure of Values: Theoretical Advances and Empirical Tests in 20 Countries. In M. P. Zanna (Ed.), *Advances in Experimental Social Psychology* (Vol. 25, pp. 1-65). Academic Press.
- [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0065-2601\(08\)60281-6](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0065-2601(08)60281-6)
- Wojnarowska, A., Kobylinska, D., & Lewczuk, K. (2020). Acceptance as an emotion regulation strategy in experimental psychological research: What we know and how we can improve that knowledge. *Frontiers in psychology*, 11, 514899.