

書評 C. R. シュナイダー編 『希望理論ハンドブック 理論・手法・応用』

Book Review of “Handbook of Hope: Theory, Measures, and Applications.” Edited by C. R. Snyder.

田中健太郎
TANAKA Kentaro

要旨 希望理論に関する論文集である本書は、主に次の3点を論じている。第一に、希望は、目標達成に向け自ら複数の道筋を導き得るという考え (pathways thinking) 及び想定された道筋に沿って目標を達成し得るという考え (agency thinking) の総体であり、2つは相互作用する。第二に、希望が高まるには、たとえば、小さな目標の設定とその実現、検証を繰り返して成功体験を重ねること (agency thinking の向上)、目標達成の障害に対し複数の対処法を編みだして、それらを駆使し目標に至った過去の経験を想起し、将来も同様にできると気づくこと (pathways thinking の向上) が有用である。第三に、それらの方法は、抑うつ・児童虐待など様々な症例を持つ人の希望向上にも応用可能である。

本書は、希望概念の研究史と希望理論を概括的に把握できる論文集である。さらに、非行少年や若年犯罪者の自立更生支援に直接は言及していないものの、児童虐待について希望理論に基づき説明するなど、被虐待体験を有する場合が多い非行少年や若年犯罪者の自立更生支援に向けた処遇において、多くの示唆を得られる論文集である。

1. 目的

非行少年や若年犯罪者の自立更生支援は、犯罪の少ない社会の実現に重要であり、そのための処遇においては、彼/彼女らの多くに認められる特徴や傾向の理解が必要となることは論をまたない。

そのような特徴や傾向と、それらを踏まえた処遇のあり方については、世界的に様々な研究が行われてきている (e.g., 法務総合研究所, 2009)。そして、これらの研究には様々なアプローチがあり、その中には犯罪をしていない一般の人の心理的特徴や治療の方法、その方法の背景理論を応用する試みもある (勝田, 2007)。この点、彼/彼女らの特徴や傾向のうち、将来のとらえ方に関するものは、自立更生支援の観点から特に整理が求められる。自立更生支援に向けた働きかけとは、彼/彼女らが将来犯罪行為をしない状況を生み出すことであり、その際には、彼/彼女らの将来のとらえ方を踏まえた対応が必要だからである。

Snyder 編の『希望理論ハンドブック 理論・手法・応用』(以下、本書) は、希望理論の成り立ちや先行研究をレビューし、その理論に即した処遇のあり方や今後の展望などについて論じた論文集である。本稿では、本書の概要を紹介した上で、自立更生支援の観点から、その意義を位置づけることとする。

2. 本書の概要

本書は 21 の章から構成されている。

第1章は、Snyder の『仮説 希望の存在』である。希望は、目標達成に向けて自ら複数の道筋を導き得るという考え (pathways thinking) と、想定された道筋に沿って目標を

達成し得るという考え（agency thinking）との総体であるとする「希望理論」を提示し、その歴史的成り立ちなどを示している。

第2章は、Snyderの『起源：希望の誕生と発展』である。希望理論に即して、子どもの発達段階ごとに、希望がいかにかに生じ、成長とともにどう発達していくかを論じている。

第3章は、Rodriguez-Hanley & Snyderの『希望の終焉：ポジティブシンキングの喪失』である。希望は、怒り、失望、無気力に変質し得るという。そして、(a) 子どもの場合は、虐待や不適切な養育により、また、(b) 成人の場合は、離婚やDV被害、失業、燃え尽き、障害を持つこと、罹患により、それぞれ、希望が変質すると結論づけている。

第4章は、Lopez, Ciarlelli, Coffman, Stone, & Wyattの『ストレングスの診断：希望の生成と測定』であり、希望理論上の希望を測定する尺度を紹介している。

第5章は、Snyder & Taylorの『心理療法における主要な要素としての希望：Dodo鳥の評価から得たレッスン』である。行動療法や認知行動療法など既存の心理療法の意義や効用を希望理論から説明した上で、(a) 希望理論は、様々な心理療法がどう効果を発揮できるか理解するための、信頼できる枠組みを明確に提示しており、(b) 希望理論を踏まえた特定の心理療法のトレーニングが、セラピストにもクライアントにも良好な成果をもたらすと指摘している。

第6章は、Taylor, Feldman, Saunders, & Ilardiの『希望理論と認知行動療法』である。認知行動療法の成り立ちや概略を説明した上で、認知行動療法を希望理論に沿って整理し、両者は深い関係にあると結論づけている。

第7章は、Lopez, Floyd, Ulven, & Snyderの『希望理論：クライアントが希望の家を建てることを助ける』である。希望理論のセラピストにとって、処遇技法は工具入れに例えられ、その工具入れは、クライアントが基礎を造り、その上に希望の家を建てるためのものといえるとする。そして、希望理論に基づく処遇のあり方について、処遇の導入から順を追って論じている。具体的には、認知行動療法などを用いて、たとえば、小さな目標の設定とその実現、検証を繰り返す中で、成功体験を重ねたり（agency thinkingの向上）、目標達成への障害に対し複数の対処方法を編みだし、それらを駆使して目標に至ったという過去の経験を想起する中で、将来も障害に同様に処し得るという事実気づいたりする（pathways thinkingの向上）ことが有効であることなどを示している。

第8章は、Michael, Taylor, & Cheavensの『短期間処遇の適用としての希望セラピー：問題解決とソリューションフォーカスセラピー』である。短期間の処遇が望ましいとされている昨今、筆者らは、希望が、クライアントの変化の過程の中で決定的な要素だと主張する。そして、より短期間の実施を指向する心理療法がクライアントに変化をもたらす諸要素の説明には、希望理論が最も適合すると指摘している。

第9章は、Sympson & Elderの『フェミニストセラピーは希望をエンパワメントする』である。フェミニズム運動やフェミニストセラピーを概説し、フェミニストセラピーは希望理論に沿って説明可能だとしている。

第10章は、McDermott & Hastingsの『子どもたち：将来への希望の向上』である。厳しい状況下で、高い希望を維持できる子どもと希望を失う子どもの例を取りあげ、一般的には若年であるほど希望が高いこと、学校や家庭にて希望を増加させる取組みが子どもの希望向上に重要であることなどを述べている。

第11章は、Cheavens & Gum の『高齢者の力：彼らにとっての希望』である。筆者らによれば、高齢者は、加齢故にできないことが増えるが、第1章の希望理論という希望の高い高齢者は、目標を、若い頃のものから、以前からの状況の維持や高齢でもできるものに置換できているという。そこから、高齢になった後も高い希望を維持するため、pathways thinking と agency thinking とを保持し続ける力を身につけることの重要性を論じている。

第12章は、Lopez, Gariglietti, McDermott, Sherwin, Floyd, Rand, & Snyder の『多様性の評価のための希望：フィールド・オブ・ドリームスの平準化』である。筆者らは、現在のアメリカでは、移民や有色人種などマイノリティは、マジョリティ同様には希望を追求できないとする。そして、心理的な支援を行う人への留意点として、たとえば、(a) 必ずしも全ての人が同じレベルで希望の追求ができるわけではないことを意識すべきであり、(b) 相手の文化的フレームワークの中で、クライアントの目線を意識して、目標を現実化しよう支援する必要があるなどと指摘している。

第13章は、Curry & Snyder の『希望が競技を始める：運動能力におけるマインドの問題』である。筆者らは、希望理論のスポーツ分野への適用について論じている。現在、スポーツ分野での運動能力向上についての研究では、agency thinking と pathways thinking の有効性がそれぞれ意識されているが、スポーツ実施上の目標設定における別概念とされており、希望理論は、それらの研究成果を統合できると主張している。

第14章は、Irving & Cannon の『希望への渴望：摂食障害の進行とトリートメントにおける目標・agency・pathways』である。摂食障害は、社会文化的コンテクストから、体型をコントロールすることを強いられ、かつ、目標設定が狭小になることで生じると筆者らは指摘する。そして、その回復には、その症状自体をコントロールすることはもちろん、希望理論を意識した認知行動療法を用いて、ストレスへの対処方法や一般的な美的感覚への疑義、より前向きな目標を知ることが重要だと論じている。

第15章は、Simpson の『希望の再発見：トラウマ経験者の理解と治療』である。ベトナム帰還兵の回復者の例を挙げながら、治療段階ごとに希望理論による説明をし、希望理論に基づく希望の回復はPTSDの回復手段となり得ると結論づけている。

第16章は、Michael の『希望が不安に打ち克つ：不安と発作からの解放』である。筆者は、あいまいで、自分ではコントロールできず、先が見えない状況は人を不安に陥れるが、希望はそのような状況や不規則的な認知から自己を守るという。また、希望に満ちた人は、周囲の環境と自己の内的な感覚につき適切な解釈をして、病的に不安な状態に陥ることを防ぎ得るとする。そして、不安を呼び起こしそうな経験をした際、個人の希望のとらえ方が、うまくその経験を対処できるかを決めると主張している。

第17章は、Cheavens の『希望と抑うつ：影の中の一筋の光』である。器質性ではない抑うつは、希望理論上の希望の欠落（すなわち、目標の欠落又は目標達成への障害物の存在）から説明でき、かつ、クライアントが希望を増すこと、すなわち、(a) 目標到達への障害物を乗り越える別の方法の存在を理解したり、(b) 目標達成への障害物があるとき、そこで立ち止まるのではなく、挑戦するべきだという考え方を身につけたりすることで、抑うつから回復できると筆者は指摘している。

第18章は、Moon & Snyder の『希望とAIDSとの旅』、第19章は、Taylor 『乳がんへの直面：健康への希望』、そして、第20章は、Elliott & Kurylo 『後天的障害に対する希望』

若い女性の努力から学ぶ』である。それぞれ、エイズ患者や乳がん患者、PTSD 体験をした女性といった、一般的に先が見通しづらい状況にあらう人を取り上げ、そのような人の希望の持ち方という観点から、希望理論の有用性を論じている。これらの章では、いずれの人についても、直面する課題を避けるような後ろ向きな対応は、結局、抑うつ状態を生むということが示されている。そして、目標到達への障害物がある中でも、新たな別の目標を設定したり、今までとは別の方法で目標達成を模索したりするような、希望理論の枠組みに沿った対応の実践によって希望が高まると主張している。

第 21 章は、Snyder & Feldman の『多くの人々にとっての希望：社会問題の解決のエンパワメント』である。ここでは、今後の希望理論研究は、個人の希望にとどまらず、社会全体を視野に入れたものとなるとし、長期的目標の社会での共有や未成年者への支援、家族関係の改善、高齢化社会への対応、社会全体の扶助や福祉、就労などの社会問題に応用されていくと結論づけている。

3. 考察

3.1 希望についての研究の経過

希望研究における本書の意義を論じるため、まず、この領域におけるこれまでの研究の流れをまとめる。Snyder によると（本書第 1 章）、希望は、ギリシャ神話時代の古くから、根拠のない楽観につながる愚かしいものにとらえられてきたが、1950 年代後半から 60 年代にかけ、目標達成との関係で心理学的研究の対象とされはじめ、その進展とともに肯定的にとらえられるに至ったという。

渡辺（2002）は、米国で行動主義が隆盛したことを理由に「1960 年代以前の米国の心理学界（中略）において希望が語られることは少なかった」（p.34）状況にあり、日本においても、米国の影響から客観的に測定し難い不確かな用語は研究対象から外され、希望も研究されなかったという。

希望研究の先駆者として挙げられるのは、Stotland である。大橋・恒藤・柏木（2003）によれば、Stotland は、希望に「期待」「目標」という概念を取り入れた研究者の一人であって、希望を、目標に達するというゼロ以上の期待と定義したという。その後、Stotland の希望の定義のうち、目標に認知の視点を組み入れたのが Snyder であり（大橋ら、2003）、現在では、この Snyder の希望理論に沿った研究が様々行われるに至っている（Grewal & Porter, 2007; 加藤, 2005; 加藤, 2006; Smedema, Chan & Phillips, 2014）。

3.2 希望理論について

3.2.1 希望理論

Snyder は、本書第 1 章にて、「希望は、到達を望む目標に至る複数の道筋を用い得るという自己認識と、そのような道筋を導き得るという自己認識の総体である。」（Hope is the sum of perceived capabilities to produce routes to desired goals, along with the perceived motivation to use those routes.）（p.8）と述べる。そして、前述のように、希望は、目標（goal）達成に向けて自ら複数の道筋を導き得るという考え（pathways thinking）と、想定された道筋に沿って目標を達成し得るという考え（agency thinking）との相互作用の中で生み出されるとしている。この定義を踏まえ、その後の章にて、これら 2 つの考えは、適切な発達の中で発展し、様々な問題行動などに応用できることが示されている。たとえば、希望の程度がより高い人は、より低い人に比べ、目標達成の障害に接したときに、別の道筋を

考え出せることから、自ずと、より望ましい行動を選択しやすくなるという。

なお、既述の希望理論の定義を見ると pathways thinking 及び agency thinking のいずれにも目標が含まれており、希望理論は目標 (goal) を重視していると考えられる。ただし、希望理論上、目標の明確な定義は示されていない。本書第1章は、希望理論上の目標につき、先行研究を踏まえ、100% 実現可能なものである必要はないものの、実現不可能なものだと逆効果であり、その間くらいのものであることがよい、としている。

3.2.2 希望理論上の希望と類似の概念との差異

Snyder は、本書第1章にて、希望理論と、動機付けに関係する7つの概念とを比較し、希望理論の独自性の説明を試みている。たとえば、Seligman の optimism theory は、望ましい出来事の実現に着目する希望理論と異なり、望ましくない出来事からいかに距離を置かかに着目しているという。また、Bandura の self-efficacy theory は、希望理論と理論構成が類似している面が多いが、agency thinking に重きを置いている点で、pathways thinking と agency thinking とが相互に同等に作用すると考える希望理論と異なるとする。つまり、goal の実現への動機付けに関連する理論は複数あるが、その中でも、pathways thinking と agency thinking とが相互に同等に作用すると考える点に、希望理論の独自性を見いだしているといえる。

3.2.3 非行少年・若年犯罪者の自立更生支援の観点からの本書の位置づけ

3.2.3.1 犯罪をした人の動機付けなどに関する先行研究との関係

非行少年・若年犯罪者の自立更生支援に関する先行研究には、犯罪をした未成年者の動機付けや将来のとらえ方に関連するものがいくつか見られる。しかし、少なくとも日本の研究では、彼／彼女らの楽観性や未来指向性、すなわち、希望理論に即していえば agency thinking のみに着目したものが多し。たとえば、Shirai (2000) は、少年鑑別所に収容されている非行少年と、高校園芸科の生徒、高校普通科の生徒に対して質問紙調査を行った結果、非行少年は将来への考え方が楽観的で非抑うつ的で非現実的だといえるとしている。

一方、田中 (2014) は、保護観察^{註1}を受けている非行少年の将来のとらえ方に着目し、非行少年と一般高校生に質問紙調査を行った。その結果、非行少年群は、一般学生群に比べて、将来の目標指向や希望への意識がより高いものの、将来計画・目標の具体性がより低いという将来認知 (将来の受けとめ方) の特徴があることなどを見出し、少年の保護観察対象者が具体的で現実な目標を立てその実現に向けて実際に進めるよう働きかけることが重要であると指摘した。ただ、筆者が調べる限り、この研究以外に pathways thinking に言及した研究は見当たらない。すなわち、自立更生支援に関係する先行研究において、pathways thinking と agency thinking の双方に着目したものはほとんどなく、したがって、非行少年・若年犯罪者の自立更生支援について、希望理論に即した研究をする必要性があるといえよう。

3.2.3.2 非行少年・若年犯罪者の自立更生支援に関する先行研究との関係

本書には、非行少年・若年犯罪者の自立更生支援への取組みにおいて応用し得ると思われるいくつかの記載がある。たとえば、非行少年は、被虐待体験などの被害体験を有する場合が非常に多いとされている (法務総合研究所, 2001) ことから、犯罪者処遇に携わる者は、犯罪をした人の被虐待歴の存否や、少年・若年犯罪者の多くに認められる特徴や傾向の一つとして、児童虐待を受けた場合の影響などに関心を持つ必要がある。

本書第3章は、児童虐待を始めとして離婚、親との死別が子どもの希望の発達に悪影響を与えると述べている。すなわち、同章によれば、一般的に、目標達成の慢性的な失敗、重要な目標達成の失敗又は目標を阻害するものが極端に大きいことを要因として、希望は、当初は怒りに、次に失望に、最後には無気力に変化するという。この前提のもとで、子どもの希望の発達には、ルールが一貫し、問題解決方法がすぐに分かり、それを身に付けられるような環境^{注2}に子どもが触れる中で、安全を感じられるような養育者との強固なつながりが不可欠であるとする。そして、不適切な養育と希望の発達との関係について、たとえば、子どもは、社会の他者とのやりとりを通じて目標達成を経験し、希望を発達させていくにもかかわらず、被虐待児は、他者、特に仲間や養育者に対して攻撃的な行動を示しがちであることから、他者との関係を構築しづらく、結果として、目標指向的な発想を獲得しづらいつとする。また、不適切な養育等は、子どもに心理的に重大な喪失感をもたらし、結果として、誰も何も示してくれないという気持ちを起こさせ、発達を阻害するという。

一方で、本書第3章は、被虐待児全てが希望を失うわけではないともいい、Mahoneyの示す5つの要素を満たすことが希望の向上に有効であるとしている。その要素とは、(a) 早期に、周囲が保護者の機能の不十分さに気づくこと、(b) 安全で養育的で発達に共感的な資源として、形式上の保護者に代わる者が積極的に活用されること、(c) 被虐待児に、発達できる能力と社会とつながることのできる能力があると周囲が発見すること、(d) 被虐待児に、(ときに、行動において尋常ではない粘着性や強烈さとして示される) 発達への高い動機付けがあると周囲が理解すること、(e) フラストレーションを覚える体験やトラウマ体験でさえ、成長への挑戦や機会として経験しようとする傾向があること、の5要素である。ここまでの同章の指摘は、犯罪者処遇に携わる者には犯罪をした人の被虐待歴の存否に高い関心を持つ必要があることにつながるといえよう。加えて、同章における指摘は、犯罪をした人に被虐待歴があっても、支援次第で、その自立更生を強く支えられる可能性も示唆していると考えられる。なお、同様に、Maruna, Lebel, Naples & Mitchell (2009) は、犯罪をした人の改善更生は、その人と他者との相互作用によって生じると論じている。

また、たとえば、本書の第13章は、スポーツ指導の例ではあるが、何がベストだったのか (pathways) と、それが目標到達に使えたこと (agency) を知ることが、アスリートには重要としている。これは、少年の保護観察対象者が具体的で現実な目標を立てその実現に向け実際に進めるよう働きかけることが重要とした前掲の田中 (2014) の指摘につながるといえよう。

まとめると、本書は、犯罪をした人への処遇の議論を直接提示してはいない。しかし、本書は、自立更生支援の研究や実践に参考になる内容を、希望理論上の希望という視座から説明しており、少年・若年犯罪者の将来のとりえ方に関する理論研究や処遇のあり方の議論において示唆に富むといえよう。

3.2.4 希望理論への批判について

Snyderの希望理論に対しては、主に2点の問題点が指摘されている。それは、(a) 目標についての検討の不十分さと (b) 基本的に希望理論上の希望に感情が含まれていないことの2点である (渡辺, 2002)。

まず、目標について、希望理論は、既述のとおり、目標が希望の源泉になるにもかかわらず

らず、その明確な定義をしていない。本書第4章で示される複数の尺度においても、目標は下位尺度に盛り込まれていない。渡辺(2002)は、その理由について、これまで希望が研究対象から外されてきたことを踏まえ、希望の研究を、確かな方法を用いて、手堅い統計的検討などを含む実証的資料の蓄積の上に打ち立てようとする強い意志が、Snyderにあったからだと推測している。つまり、未だ不明確な目標をいったん別枠に入れながら、まずは科学的に研究を進めようとする姿勢が読み取れるという。次に、感情の取扱いについて、Snyderが希望理論上の希望から感情面を排除していることを批判し、希望には感情を含めるべきとする見解が複数示されている。渡辺(2002)は、暫定的にと断った上で、「希望とは、未来の見通しと期待に支えられて、現在において生じる肯定的な認知と感情の総体に関わる概念」(p.37)と定義する。都筑(2004)は、希望という概念が心理学的にいま未成熟だと指摘しつつ、「希望は自分が達成したいという目標、そのときの自分の願いの強さ、そして、達成できると信じる態度を含んでいる」(p.31)とし、未来を信じる態度には、未来の出来事に対する感情的な評価を含むという点で、感情的な機能にかかわっていると指摘する。これらの批判を含め希望研究の全体を俯瞰すると、希望に未だ確定的な定義はなく、今後、希望の本質を損ねることがなく、かつ、曖昧さを排した定義の構築が望まれる(大橋ら, 2003)ことが示されているといえよう。

3.3 本書の意義

本書は、希望理論について、その歴史的成り立ちから応用まで、体系的に整理しており、本書の精読によって、希望という概念の研究史と希望理論を概括的に把握できる。また、犯罪をした人の自立更生支援に向けた処遇において、多くの示唆を得ることができる。ただし、犯罪をした人への処遇に係る議論が直接提示されてはいない。したがって、犯罪をした人の将来のとらえ方に係る研究をより充実させる必要がある。本書は、希望理論の研究者のみならず、自立更生支援に携わる実務家も参考にすべき重要な文献である。

注

1. 保護観察とは、その対象となる者に対して、社会において、一定の指導や必要な援護をして、その改善更生を助けようとする制度である(更生保護法第1条、第49条)。
2. 本書において、安定し、かつ精神的に活性化される環境とも表現される。

文献

- Grewal, P. K., & Porter, J. E. (2007). Hope theory: A framework for understanding suicidal action. *Death Studies*, 31, 131-154.
- 法務総合研究所(2001). 児童虐待に関する研究(第1報告) 法務総合研究所研究部報告, 11, 法務総合研究所
- 法務総合研究所(2009). 再犯防止に関する総合的研究 法務総合研究所研究部報告, 42, 141-341.
- 勝田 聡(2007). テレサ・A・ギャノン、トニー・ワード、アンソニー・R・ビーチ、ドーン・フィッシャー編『攻撃的な犯罪をした人の認知-理論、研究、実務-』千葉大学人文社会科学研究所, 27, 214-221
- 加藤 司(2005). ホープと精神的健康との関連性—日本版ホープ尺度の信頼性と妥当性の

- 検証— 心理学研究, 76, 3, u227-234.
- 加藤 司 (2006). 対人ストレス過程における対人ホープと対人ストレスコーピングが果たす役割の検証 健康心理学研究, 19, 1, 25-36.
- Maruna, S., LeBel, T. P., Naples, M., & Mitchell, N. (2009). Looking-glass identity transformation: Pygmalion and Golem in the rehabilitation process. in Veysey, B. M., Christian, J., & Martinez, D. J.(Ed.), *How Offenders Transform Their Lives*. Devon: Willan Publishing, 30-55.
- 大橋 明・恒藤 暁・柏木 哲夫 (2003). 希望に関する概念の整理—心理学的観点から— 大阪大学大学院人間科学研究科紀要, 29, 101-124.
- Shirai, T. (2000). Les perspectives temporelles des delinquants: Relier experiences passees et perspectives d'avenir. *Revue quebecoise de psychologie*, 21, 2, 239-253.
- Smedema, S. M., Chan, J. Y., & Phillips, B. N. (2014). Core self-evaluations and Snyder's hope theory in persons with spinal cord injuries. *Rehabilitation Psychology*, 59, 4, 399-406.
- 田中 健太郎 (2014). 『非行少年の将来認知の特徴を踏まえた保護観察処遇のあり方について』 千葉大学教育学研究科修士論文
- 都筑 学 (2004). 『希望の心理学』 ミネルヴァ書房
- 渡辺 弘純 (2002). 希望の心理学に向けて：研究覚書 愛媛大学教育学部紀要 第I部, 教育科学, 48, 2, 27-42.