

## 意識的目標と非意識的目標はどのように異なるのか？ 教示またはプライミングによるステレオタイプ抑制の効果

及川 昌典\*

近年の目標研究によって、意識的な目標追求と非意識的な目標追求は、同じような特徴や効果を持つことが明らかになっている。しかし、これら2つの目標追求が、どのような状況で、どのように異なるのかは明らかではない。本研究は、抑制のパラダイムを用いて、教示による意識的抑制と、平等主義関連語をプライミングすることによる非意識的抑制との相違点を明らかにするために行われた。実験1では、非意識的に行われる抑制においては、意識的に行われる抑制に伴う弊害である抑制の逆説的效果が生じないことが示された。教示により外国人ステレオタイプの記述を避けた群は、後続の課題で、かえってステレオタイプに即した印象形成を行うのに対し、非意識的に抑制を行った群では、そのような印象形成は見られなかった。実験2では、非意識的な抑制は、意識的な抑制よりも効率的との想定を基に、相対的に抑制に制御資源が消費されないだろうと予測された。抑制後に行われた自己評定においては、意識的抑制群においてのみ、強い疲弊感が報告されていたが、後続のアナグラム課題においては、意識的抑制群も非意識的抑制群も同様に課題遂行が阻害されており、両群において消費される資源量には違いがないことが示された。抑制意図と行動、それに伴う意識の関係について論じる。

キーワード：自動動機、思考抑制、逆説的效果、制御資源、ステレオタイプ

### 問題と目的

我々の意図と行動、そして意識との関係は、時に非常に複雑である。同じ仕事でも、知らぬ間に終わってしまったように感じるほど順調に進む時もあるれば、なぜか思ったようにはかどらない時もある。

近年、意図的に掲げる目標と共に、当事者の意識なしに行われる目標や目標追求行動に強い関心が寄せられるようになってきた。我々が意識的に行う目標追求と、非意識的に行う目標追求にはどのような相違点があるのだろうか。

**意識的目標と非意識的目標** 目標を扱う従来の研究の中心的関心は、目標を内容によって分類し、それらの目標が動機づけや行動に及ぼす影響を明らかにすることであった (e.g., 内発的動機づけと外発的動機づけ, Deci & Ryan, 1985; 理想自己と当為自己, Higgins, 1987; 遂行目標と学習目標, Dweck & Leggett, 1988; 長期目標と短期目標, Mischel, Shoda, & Rodriguez, 1989)。これらの研究では、人は自分の持つ目標を認識し、選択することで、その目標の実現に向かって行動を生起させると暗に想定されていた。対して、近年の研究では、人の目標追求行動の多くが、実際には、当事者の自覚なしで行われていることが示

され、非意識的な目標追求を積極的に扱うようになってきた (e.g., Bargh, 1990; Bargh & Gollwitzer, 1994; Bargh & Chartrand, 1999; Oikawa, 2004)。例えば、Bargh, Gollwitzer, Lee-Chai, Barndollar, & Trötschel (2001, 実験2)の研究では、2人の参加者に競争か協力の2種類の戦略を取ることができるゲームを行わせた。ゲーム前に乱文構成課題によって「協力」と近い意味の語句を刺激として与えられていた群は、協力の戦略を取りやすくなり、「競争」関連語を含んだ文章を与えられた群は、競争の戦略を取りやすくなった。全ての参加者は、ゲームの前に行った乱文構成課題によって方略選択にプライミング効果が生じたことに気づいていなかった。これらの結果は、語句による目標関連刺激との接触が、参加者の戦略決定に非意識的に影響することを示し、すなわち、人は与えられた刺激に反応して特定の目標(競争か協力)を追求する行動をとることを示している。このような、当事者にとって非意識的な目標追求行動は、自動的に生じる動機と言う意味で、一般に自動動機 (auto-motive) と呼ばれている。

このように、我々は、意識的に何か目標を掲げ、その追求を目指す場合と、環境からの刺激によって自動的に目標追求を行う場合とがあるようだ。では、非意識的な目標追求は、どのような特徴を持つのだろうか。Bargh et al. (2001) は、非意識的な目標であっても、

\* 一橋大学大学院社会学研究科  
oikawa@gaea.ocn.ne.jp

意識的な目標の典型的な特徴である「達成されるまでは、時間が経つにつれて動機づけが高まること」「障害に直面しても一貫した姿勢をとること」「追求が中断されても後に再開すること」といった特徴を持つことを実証的に示している。また、Chartrand & Bargh (1996) は、印象形成の目標を持った参加者の方が、記憶目標を持った参加者よりも記憶成績が高まったとする Hamilton, Katz, & Leirer (1980) の研究を非意識的目標で再現し、非意識的目標追求が意識的な目標追求と変わらないと主張している。このように、現在の自動動機研究では、自動的に生じる目標追求と、意識的に生じる目標追求は、同質であることが強調されている。

しかし、意識的な目標追求と、非意識的な目標追求は、本当に同じ特徴を共有すると考えて良いのだろうか？ 目標追求に限らず、人の意識を伴わずに生じる過程全般を考えてみると、意識的過程(しばしば統制過程とも呼ばれる)と非意識的過程(しばしば自動過程とも呼ばれる)によって生じる結果が、同質であるという想定には、疑問が残る。

例えば、Bargh (1994) は、以下のような特徴を挙げ、自動性を定義している。自動過程は、a) 始動時に意図が必要とされない非意図性、b) 即時的に反応が生じる即時性、c) 実行に必要とされる資源が極めて少ない効率性、d) 実行に意識が伴わない無自覚性、e) 実行されている過程や影響を制御できない制御困難性、の特徴のうち、1つ以上の特徴を有するとされる(詳細は、池上, 2001; 森・木村, 2004 参照)。対して、統制過程とは、実行に意図や意識が伴い、自動過程から遅れて始動し、機能するのに資源が必要とされ、また制御することが可能であると考えられる。

自動性を取り入れた近年の研究では、多くの社会的判断や行動は、刺激に対して一次的に生じる自動的な反応を、統制過程が二次的に変容、修正した結果とする想定が主流である(e.g., ヒューリスティック-システムティックモデル, Chen & Chaiken, 1999; Devine の二過程モデル, Devine, 1989; セット-リセットモデル, Martin, 1986; 包含-除外モデル, Schwarz & Bless, 1992; Trope の段階処理モデル, Chaiken & Trope, 1999 など)。これらの研究では、自動過程によって生じる人の行動や判断は、しばしば短絡的であったりバイアスがかかったりする“不十分な”反応であるが、これは、統制過程を経ることにより、“社会的に適切な”反応へと変わると考えられている。このように、統制過程はいわば意図を持つ人間らしい反応を作り出す過程であり、社会生活において欠くこと

はできないと考えられている。

しかし、このような統制過程も、万能というわけではない。先行研究では見過ごされてきたが、統制過程には、自動過程にはない制限もある。例えば、意図を持つことによる弊害が生じることや、機能させるために相当の資源が必要となることである。よって、統制過程の限界点を正確に把握することが、自動過程と統制過程の特徴を理解するためには重要であると考えられる(同様の議論は Higgins & Bargh, 1992; Fiske, 1998; 池上 2001)。

以上の議論を踏まえ、本研究では、非意識的目標追求と意識的目標追求は同じではなく、異なる特徴もあると考え、この両者の比較検討を行う。また、この際に、これまでの研究では見過ごされがちであった統制過程のコスト、特に意図を持つことの弊害と必要となる資源量、にも焦点をあてることとする。

**統制過程のコスト 1—意図を持つことの弊害としての抑制の逆説的效果—** 大学進学を目指す、健康的な生活を送るなど、我々は日常的に様々な意識的目標を掲げているが、これらの実行には、既述したように、様々な制限がある。例えば、平等主義的な信念を守るために、ステレオタイプの使用を回避するという目標を考えてみると、不適切な思考、ステレオタイプを制御するためには、a) 自分がステレオタイプを使用しているという認識(気づき)が必要であり、b) ステレオタイプを使用しないという動機づけが必要であり、そしてc) ステレオタイプを制御するための制御資源が必要である(e.g., Devine, 1989)。さらに、意識的な制御には、思わぬ弊害が伴うことがあることも知られている。

意識的制御の反意図的な効果として、抑制の逆説的效果、すなわち、ある思考を抑制しようとするほど、かえってその思考が生じやすくなってしまふ現象が知られている(e.g., Wegner, Schneider, Carter, & White, 1987; Clark, Ball, & Pape, 1991; Davies & Clark, 1998; 木村, 2004)。Macrae, Bodenhausen, Milne, & Jetten (1994) の研究では、ステレオタイプを抑制しようとするほど、かえってそのステレオタイプに準じた判断や行動が高まっていた。現在までの研究で、抑制の逆説的效果は皮肉にも、当事者の抑制意図が強いほど強まることが示唆されている(木村, 2003)。このような、抑制しようとするほど、かえって失敗が促されてしまふ現象は、意識的な制御の弊害と考えられている。

もし、抑制の逆説的效果が積極的な抑制意図を持つことで生じているのであれば、意図の伴わない非意識

的な抑制ならば、この効果は生じないと考えられるだろう(同様の議論は、麦谷, 2004)。本研究では、ステレオタイプ抑制のパラダイムを用いて、この可能性を検討する。

**統制過程のコスト 2—制御資源の消費—** 我々は統制過程を通じて意思の力を行使し、自らの行動・思考・感情・動機を調整しているが、この制御は無制限に可能というわけではなく、その実行には制御資源が必要となる。制御資源とは、自己の制御を行うための資源であり、ある時点において個人が持つ制御資源には限りがあると考えられている(e.g., Baumeister, Bratslavsky, Muraven, & Tice, 1998; Muraven & Baumeister, 2000)。

近年の研究では、この制御資源が枯渇すると、続いて行われる課題の遂行が阻害されることが明らかとなってきた。例えば、自己制御を必要とする課題を行った後では、それに続く課題の持続時間が低下したり(Muraven, Tice, & Baumeister, 1998; Webster, Richter, & Kruglanski, 1996)、他者を考慮した適切な社会行動が取れなくなる(Finkel & Campbell, 2001)。

近年では、抑制においても、制御資源が大きな役割を果たすことが明らかになってきた。抑制は一種の自己制御であるため、これを行うためには、制御資源が必要となる。Gordijn, Hindriks, Koomen, Dijksterhuis, & Van Knippenberg (2004) は、抑制を試みると、他の制御課題と同様に、制御資源を枯渇させること(実験1)、また、いったん抑制を行うと、続けて行われる抑制に顕著な逆説的效果が生じること(実験4)を示している。すなわち、考えまいと意識的に努力すると、自己の制御が必要となり、資源が消費されるため、続けて抑制することが困難になるのだろう。

非意識的な目標追求では意図的にこのような抑制を努力することはない。そのため、制御資源の消費は生じないか、あるいは、低減されるかもしれない。本研究の第2の目的は、抑制における制御資源の消費を検討することにある。

**本研究の目的** 以上の議論をまとめると、本研究の目的は次のようになる。本研究は、意識的な目標追求と非意識的な目標追求の相違点を明らかにするために、ステレオタイプ抑制課題を用いて検討を行う。抑制しようと意図的に努力する抑制課題では、その意図の弊害である逆説的效果や(統制過程のコスト1)、自己制御を発動させるために制御資源の枯渇が生じ(統制過程のコスト2)、抑制の失敗の原因となっている。よって、「抑制しよう」と意識する目標追求では、抑制の逆説的效果が生じるのに対し、それを明確に意識しない非意識

的な目標追求では、このような逆説的效果が生じないかもしれない。実験1では、ステレオタイプを抑制した後の、抑制の逆説的效果の検討を行う。実験2では、抑制に必要とされる制御資源に焦点をあて、非意識的な目標と意識的な目標による抑制後の制御資源を比較検討する。

## 実験 1

実験1では、教示により意識的に、もしくはプライミングにより非意識的に、ステレオタイプの抑制を動機づけ、その影響を検討する。Macrae et al. (1994)の研究では、ステレオタイプ的な記述を抑制させると、後の印象形成判断でよりステレオタイプ的な印象形成がされていた。この研究を参考に、実験1では、外国人労働者ステレオタイプを用い、まずステレオタイプの記述の抑制を行い、後に他の外国人に対する印象形成において抑制の逆説的效果が生じるかどうかを検討する。この際、意識的抑制群と非意識的抑制群を用意し、比較検討を行う。

抑制を教示によって行った群(=意識的抑制群)では、後続課題において、抑制の逆説的效果が生じるだろう。しかし、抑制をプライミングによって行った群(=非意識的抑制群)では、後続課題において、逆説的效果が生じないと予測される。

### 方法

**実験計画** 1 要因 3 水準(意識的抑制群, 非意識的抑制群, 統制群)の被験者間計画。

**参加者** 都内の大学生59名(男性24名, 女性35名; 平均年齢19.41 ( $SD=2.41$ , 範囲=18-29))が参加した。5つ以上の回答項目に欠損のあった3名を分析から除外し、最終的に56名のデータが分析に用いられた。

**手続き** 実験は授業時間内を利用した一斉調査形式で行われた。「他の実験刺激作成のための予備調査」と称して、調査を構成する課題は互いに無関連であること、実験の進行は実験者の指示に従って同時に進めることが説明された。

参加者には無作為配置された条件に応じて異なる調査冊子が配布された。実験は3つのセクションによって構成されていた。まず、「他の実験のための刺激調査」と称して、乱文再構成課題(scrambled sentence task; Srull & Wyer, 1979)によるプライミング操作が行われた。プライミング操作には、5つの単語セットの内4つを選んで文法上適切な文章を構成することを求める課題を用いた(TABLE 1)。非意識的抑制条件の単語セットは、平等目標に関連する文章が完成されるように作成され

TABLE 1 プライムとして使用した単語セットの例

平等関連単語セット	統制単語セット
接する, 公平に, やはり, 誰とでも, 彼は 平等という, 向かって, 理想に, 努力する, いつも 機会が, 均等な, 与えられた, 全ての人に, 雇用の 中立な, 考えて, 立場から, 見直す, もういちど 神は, 愛した, 同じように, 全ての人を, いつでも	楽しむ, 休暇を, やはり, いつも, 彼は 平和という, 向かって, 理想に, 努力する, いつも 機会が, またとない, 与えられた, ついに, 雇用の 前回の, 考えて, 展開から, 見直す, もういちど 母は, つくった, 3週間で, セーターを, いつでも

た。意識的抑制条件と統制条件の単語セットは、平等とは無関連な中性的な文章が完成されるように作成された。これまでの研究において、平等主義が活性化するとステレオタイプの判断が控えられることが示されており (Moskowitz, Gollwitzer, Wasel, & Schaal, 1999; Moskowitz, Salomon, & Taylor, 2000), 本研究では、これに準じて平等関連語によるプライミングが採択された。この乱文構成課題は10問から成っていたため、非意識的抑制条件では、10の平等主義関連の文章を、意識的抑制群および統制群では、10の中性文章を完成させたことになる。また、課題は、平等関連語でも中性語でも完成時には、ほぼ同じ文法構成になるように作成されていた。先行研究では、このような乱文構成課題によって課題中に特定の意味概念に接触させると、その影響や操作の意図を自覚させずに概念の接近可能性を高めることが確認されている (Bargh & Chartrand, 2000; Bargh et al., 2001)。参加者は実験者の合図で一斉に課題を始め、各自のペースで全ての問題に解答した後に白紙のページに進み、実験者の次の合図を待った。回答に費やされた時間は約5分間だった。

次に、Macrae et al. (1994) や Gordijn et al. (2004) に基づき、「調査A」と称して、アジア系外国人労働者「ヘイン」の典型的な一日を想像して、5分間でできるだけ詳細に記述するように求める課題を行った。解答用紙には、外国人男性の写真が印刷されており、その右横にはヘイン、神奈川県在住とだけ記載されていた。ただし意識的抑制群にのみ、「偏見や固定観念に基づく記述は、絶対に排除する」ように追加教示が記載されていた。参加者は実験者の合図で一斉に5分間課題を行った。その後、疲弊感を測定するため、記述課題(調査A)の感想として、「難しかった」、「疲れた」、「神経を使った」、「努力を要した」の4項目に対して、7件法(全く当てはまらない1~7非常によく当てはまる)で回答を求められた。

続いて、「調査B」と称して、連続して複数の写真の人物に対する印象評定を求める課題を行った。解答用紙には、1ページに1枚ずつ、日本人男性(フィラー)、アジア系外国人男性、日本人女性(フィラー)の順に、

顔写真が印刷されており、その下には、評定項目リストが記載されていた。日本人男女についての評定はフィラーであり、従属変数となったのは、この内、アジア系外国人男性に関する項目、すなわち、裕福(逆転項目)、怖い、信用できる(逆転項目)、怠惰の4項目であった。この4項目は、「外国人労働者に対するステレオタイプの特徴」を自由記述させた予備調査<sup>1</sup>に基づき、頻度の高い順に選択された。これに実験の目的を曖昧にするためのフィラー項目2項目(愉快な、穏やかな)が加えられていた。この課題における外国人労働者ステレオタイプに合致した4項目の評定得点を平均して、ステレオタイプ化得点とした(クロンバックの $\alpha=.82$ )。

最後に、プライミング操作の影響や目的、また、セクション間の関連性を自覚していなかったことを確認するために、質問紙への回答を求めた。具体的には、Bargh & Chartrand (2000) を参考に、課題間に関連や相互への影響があったと思うかを尋ねた。「ある」と答えた参加者については、その内容について詳細な回答を求めた。課題の関連性について、仮説に関連する影響を回答した者はいなかった。

## 結果

**ステレオタイプの記述** 実験仮説および概要を知らされていない2人の評定者が、調査Aにおいて完成された記述内容の全体的なステレオタイプ度を、6件法(全くステレオタイプ的ではない1~6非常にステレオタイプ的である)で評定した。この評定には、ステレオタイプ化得点で用いられた4つの形容詞の強さが基準とされた。すなわち、評定者は、「裕福」、「怖い」、「信用できる」、「怠惰」に関連する記述がどの程度含まれているかを基準に記述全体のステレオタイプ度を評定した(TABLE 2)。この際、評定者間一致率が低かったため(評定者間一致率=.69)、評定の不一致は、まず、事後的な話

<sup>1</sup> 外国人労働者ステレオタイプの内容を知るために、38名の大学生に外国人労働者に関するステレオタイプの特徴をできるだけ速く5つ列挙させた。この内容を2名の評定者が分類し、刺激語として選択した。結果は、多い順に、「語学に関する記述」「犯罪に関する記述」「経済状態に関する記述」「宗教に関する記述」「勤勉性に関する記述」であった。

TABLE 2 条件ごとの記述のステレオタイプ度, リバウンド, 資源消費量 (実験1)

実験条件	意識的抑制	非意識的抑制	統制
N	19	18	19
ステレオタイプ度	2.79(1.69)	3.06(1.73)	5.11(1.66)
印象形成(リバウンド)	4.58(0.90)	3.42(1.20)	3.92(1.40)
資源消費量(自己報告)	5.37(1.26)	4.00(1.71)	4.05(1.61)

\*括弧内は標準偏差。資源消費は、高い値ほどより疲労度が高いことを示す。

し合いによって解消され、最終的な評定結果の妥当性が第3の評定者によって判断された。調査Aの記述内容におけるステレオタイプ度の差異を検討するために、ステレオタイプ度の評定得点に対して、一元配置の分散分析を行った。実験条件の主効果 ( $F(2, 53)=10.58, p<.001$ ) が有意であり、多重比較 (HSD) の結果、意識的抑制群と非意識的抑制群は、統制群に比べて、記述内容のステレオタイプ度が有意に低いことが認められた (意識的抑制群  $MSe=.55, p<.001$ ; 非意識的抑制群  $MSe=.56, p<.001$ )。意識的抑制群と非意識的抑制群の結果には有意な差は見られなかった ( $MSe=.56, ns.$ )。すなわち、教示によって明示的に抑制を導出した場合も、プライミングによって暗示的に抑制を導出した場合も、統制群に比べて、ステレオタイプ的な記述が抑制されるという予測は支持された。

**印象形成課題(逆説的效果)** 抑制の弊害として知られる逆説的效果の生起を検討するために、調査Bにおける外国人労働者ステレオタイプに合致した4項目の評定得点を平均して (TABLE 2), ステレオタイプ化得点とした(クロンバックの  $\alpha=.82$ )。この得点に対して、一元配置の分散分析を行った。実験条件の主効果 ( $F(2, 53)=4.47, p<.05$ ) が有意であり、多重比較 (HSD) の結果、意識的抑制群は、非意識的抑制群や統制群に比べて、ステレオタイプ得点が有意に高かった (非意識的抑制群  $MSe=.39, p<.01$ ; 統制群  $MSe=.40, p<.05$ )。非意識的抑制群と統制群の結果には有意な差は無かった ( $MSe=.39, ns.$ )。すなわち、意識的な抑制後には抑制の逆説的效果が生じるが、非意識的な抑制後には、逆説的效果は生じないという予測は支持された<sup>2</sup>。

**制御資源消費量 (自己評定)** 調査Aにおける疲弊についての4項目の平均得点を算出し (TABLE 2), 制御資源消費得点とした(クロンバックの  $\alpha=.83$ )。この制御資源消費得点に対して、一元配置の分散分析を行った。実験条件の主効果 ( $F(2, 53)=4.78, p<.05$ ) が有意であり、多重比較 (HSD) の結果、意識的抑制群は、非意識的抑制群や統制群に比べて、制御資源消費得点が有意に高いことが示された (非意識的抑制群  $MSe=.51, p<.05$ ; 統制群  $MSe=.50, p<.05$ )。非意識的抑制群と統制群の結果に

は有意な差はなかった ( $MSe=.51, ns.$ )。すなわち、意図的な抑制後は制御資源が消費され、疲弊感が高まるが、非意識的な抑制においては、そのような効果が生じない可能性が示唆された。

### 考察

実験1では、教示もしくは平等主義関連の単語のプライミングによってステレオタイプ使用の抑制を行い、印象形成課題を通じて、抑制の逆説的效果の生起について検討した。

まず、目標が教示による意識的なものでも、プライミングによって非意識的に活性化したものであっても、外国人労働者に関するステレオタイプ的な記述は統制群よりも有意に少なく、また両群では差がなかった。すなわち、プライミングによる操作であっても、抑制が自発的に生じたと解釈でき、意識的目標同様、非意識的目標が追求されるという今までの自動動機研究の主張 (e.g. Bargh, et al., 2001; Chartrand & Bargh, 1996) を裏付ける結果であったと言える。

しかしながら、意識的抑制群と非意識的抑制群は、後続の印象形成課題において、異なる結果を示していた。抑制を教示によって行った意識的抑制群では、統制群に比べ、よりステレオタイプ的な評定を行う、抑制の逆説的效果を生じさせていたのに対して、非意識的抑制群では、印象評定値が統制群と変わらず、逆説的效果は見られなかった。これは、抑制の逆説的效果は、教示による外発的な抑制で生じるが、内発的・自発的な抑制では生じ難いとする Förster & Liberman (2001) や 麦谷 (2004) の主張とも整合する。本研究の結果は、この自発的な抑制がプライミング操作によって

<sup>2</sup> 意識的抑制群での主観的疲弊感が、その条件での印象評定の低さに直接影響したのではないかという別解釈を排除するために、試みに、フィラー項目での分析も行った。具体的には、日本人男性刺激に対する、「空腹な」「男らしい」「眠そうな」「明るい」の項目、日本人女性に対する「疲れている」「音楽好き」「丁寧な」「話下手な」項目である。全ての項目で、群間で有意な差は見られなかった。よって、群間の違いは、単なる疲弊から来るものではなく、外国人労働者の刺激に特化して生じていたことが示された。すなわち、抑制を試みた群においてのみ、抑制の逆説的效果が生じていたと解釈できるだろう。

生じたと解釈できる。

更に、抑制に関する制御資源の消費を反映していると考えられる、疲弊度の評定においても、意識的、非意識的目標に違いが見られた。意識的抑制群でのみ、統制群よりも高い疲弊感が報告されており、抑制に必要とされる制御資源の消費が大きかったと考えられた。すなわち、意識的目標は、抑制しようとする意図を持つ故に、制御資源がより必要となり (Gordijn et al., 2004 実験 1)、その後の課題の抑制が失敗したのかもしれない (Gordijn et al., 2004, 実験 4)。

実験 1 の結果をまとめると、プライミングにより非意識的に抑制を行った非意識抑制群は、教示により意識的に抑制を行った意識的抑制群と同様に、ステレオタイプの記述を避けていた。しかし、意識的抑制群が、後続の印象形成課題において高いステレオタイプの評定を行ったのに対し、非意識的抑制群は行わなかったことから、明示的な抑制意図がない抑制は逆説的效果を生じさせないと考えられた。この理由の一つとして、意識的目標の遂行は制御資源を消費させるのに対し、自動的に行われる非意識的目標の遂行は、効率性が高く、制御資源を必要としないことが考えられる。

しかし、実験 1 で制御資源を測定した指標は、疲弊感の自己報告であり、制御資源の枯渇を厳密に反映していたかは疑問が残る。実験 1 の結果は、この指標に特有の結果であったかもしれない。よって、実験 2 では、抑制の制御資源の枯渇量を測定するために頻繁に用いられているアナグラム課題を用いて (e.g., Muraven et al., 1998 ; Baumeister et al., 1998)、意識的、非意識的抑制の遂行において、消費される制御量に違いが生じるかを検討する。Baumeister らの一連の研究によると、自己制御を要する課題を行うと、個人の持つ有限の制御資源が消費され、自我枯渇状態 (ego-depletion) となり、制御資源が回復するまで、後続の自己制御課題の遂行が阻害されるという (e.g., Baumeister et al., 1998 ; Muraven et al., 1998 ; Baumeister, Muraven, & Tice, 2000)。もし、非意識的に行われる抑制が、意識的に行われる抑制よりも、効率的ならば、抑制に制御資源が消費されず、よって、後続のアナグラム課題に影響が見られないだろう。

## 実験 2

実験 2 では、ステレオタイプの記述の抑制を行った後、印象形成課題に替わり、アナグラム課題を提示することで、制御資源の測定を行う。Muraven et al. (1998) は、制御資源を注意などの認知処理資源とは異

なるものとして論じている。具体的には、注意などの認知処理資源説では、二重課題など並列的に行われる課題において、その一時点での資源が低下し、遂行が阻害されることを扱うのに対し、制御資源説では、続けて行われる課題での遂行の阻害を扱う。制御資源は、制御資源を要する課題が終わっても、回復するまで時間がかかり、その間は自己制御を用いる他の課題への影響が見られるという。この影響の測定には、アナグラム課題の遂行量がしばしば使用されてきた (e.g., Baumeister et al., 1998)。

実験 2 は、以下の予測に基づいて行われた。意識的に抑制を行う群では、制御資源が枯渇し、後続のアナグラム課題の成績が阻害されるだろう。一方、非意識的に抑制を行う群では、意識的抑制群よりも制御資源の消費が少なく、後続の課題に影響が見られないだろう。

### 方法

**参加者** 都内の大学生、専門学校生 60 名 (男性 36 名、女性 24 名；平均年齢 ( $SD = 19.88$ , 範囲 = 18-22)) が実験に参加した。

**実験計画** 1 要因 3 水準 (意識的抑制群、非意識的抑制群、統制群) の被験者間計画。

**手続き** 実験 1 に準じた手続きが用いられた。実験は、「他実験の刺激作成のための予備調査」と称して、授業時間内を利用した一斉調査形式で行われた。

3 条件に無作為配置された参加者は、まず、プライミング操作である乱文再構成課題を行い、次に、「調査 A」と称して、実験 1 と同様に、外国人労働者「ヘイン」の典型的な一日を想像して、5 分間で記述する課題を行った。その後、疲弊感を測定する項目に回答した。

続いて、「調査 B」と称して、アナグラム課題を行った。この課題では、例えば、「サ・イ・キ・ン・ケ」のように、5 文字のカタカナを並べ替えて単語を作ることが求められた (「ケイサンキ」)。アナグラム課題は記憶の単純な検索だけではなく、制御的な認知操作を必要とするため制御資源の乏しい状態では課題成績が低下することが確認されている (e.g., Baumeister et al., 1998)。本研究では、5 分間の制限時間内に、24 問のアナグラム課題にできるだけ回答するように求めた。

最後に、実験 1 と同様、プライミング操作の影響や目的、また、セクション間の関連性の自覚に関する質問を行った。課題の関連性や先行課題の影響について、仮説に関連する影響を回答した者はいなかった。

## 結果

**ステレオタイプの記述** 実験1と同様に、実験仮説や概要を知らされていない3人の評定者が、調査Aの記述内容の全体的なステレオタイプ度を、6件法で評定した(評定者間一致率=.82)。すなわち、評定者は、“裕福”、“怖い”、“信用できる”、“怠惰”に関連する記述がどの程度含まれているかを基準に記述全体のステレオタイプ度を評定した。この結果をTABLE 3に示す。また、評定の不一致は、事後的な話し合いによって解消された。また、1次評定に1以上の差が認められることはなかった。調査Aの記述内容におけるステレオタイプ度の差異を検討するために、ステレオタイプ度の評定得点に対して、一元配置の分散分析を行った。実験条件の主効果 ( $F(2, 57)=7.51, p<.001$ ) が有意であり、多重比較(HSD)の結果、意識的抑制群や非意識的抑制群は、統制群に比べて、記述内容のステレオタイプ度が有意に低かった(意識的抑制群  $MSe=.56, p<.01$ ; 非意識的抑制群  $MSe=.56, p<.01$ )。意識的抑制群と非意識的抑制群の結果には差はなかった( $MSe=.56, ns.$ )。これは実験1を再現する結果であり、教示によって明示的に抑制を導出した場合も、プライミングによって抑制を導出した場合も、統制群に比べて、ステレオタイプの記述が少なかった。

**制御資源消費量(自己評定)** 調査Aにおける疲弊についての4項目の平均得点を算出し(TABLE 3)、制御資源得点とした(クロンバックの  $\alpha=.86$ )。制御資源得点に対して、一元配置の分散分析を行った。実験条件の主効果 ( $F(2, 57)=7.31, p<.001$ ) が有意であり、多重比較(HSD)の結果、意識的抑制群は、統制群に比べて、制御資源消費得点が高いと報告され( $MSe=.39, p<.001$ )、非意識的抑制群と他の2つの群の結果には差が見られなかった(意識的抑制群  $MSe=.39, ns.$ ; 統制群  $MSe=.39, ns.$ )。これにより、意識的抑制群のみが、統制群に比べて課題の困難感や疲弊を高く感じていたことが示された。

**制御資源消費量(アナグラム課題)** 抑制後の制御資源

の枯渇について検討するために、調査Bのアナグラム課題の遂行数(TABLE 3)に対して、一元配置の分散分析を行った。実験条件の主効果 ( $F(2, 57)=18.72, p=.001$ ) が有意であり、多重比較(HSD)の結果、意識的抑制群や非意識的抑制群は、統制群に比べて、アナグラム課題遂行数が有意に低かった(意識的抑制群  $MSe=1.40, p<.001$ ; 非意識的抑制群  $MSe=1.40, p<.001$ )。しかし、予測に反し、意識的抑制群と非意識的抑制群の結果には有意差はなかった( $MSe=1.40, ns.$ )。すなわち、意識的抑制群においても、非意識的抑制群においても、制御資源は同程度に消費されたことが示された。

## 考察

実験2では、抑制によって消費される制御資源に焦点をあて、意識的目標と非意識的目標による抑制の影響を検討した。

実験1同様、抑制が教示による意識的なものでも、プライミングによる非意識的なものでも、外国人労働者に関連するステレオタイプの記述は統制群よりも少なく、よって、抑制が生じていたことが示唆された。また、自己報告される課題遂行の疲弊度は、意識的抑制群のみ、統制群よりも高く報告され、教示による抑制が、非意識的に生じる抑制よりも、実行に困難を感じさせることが示唆された。この結果は、実験1を再現するものであり、意識的な抑制は制御資源の消費が著しいため、抑制が困難になる可能性が考えられた。

ところが、予測に反して、抑制後の残存する制御資源量を実際に測定したアナグラム課題においては、意識的抑制、非意識的抑制の両群で課題遂行数には差がなく、統制群よりも少なかった。すなわち、主観的には、疲弊感を報告しなかった非意識的抑制群も、抑制によって制御資源が消費されており、後続の課題において課題遂行が阻害されていた。つまり、制御資源が不足している自我枯渇状態となっていたことが示唆された。

TABLE 3 条件ごとの記述のステレオタイプ度、資源消費量、後続課題の成績(実験2)

実験条件	意識的抑制	非意識的抑制	統制
N	20	20	20
ステレオタイプ度	2.45(1.73)	2.40(1.73)	4.30(1.84)
資源消費量(自己報告)	5.18(1.25)	4.49(1.38)	3.68(1.08)
制御資源(課題成績)	10.45(3.52)	11.45(5.42)	18.30(4.09)

\*括弧内は標準偏差。資源消費は、高い値ほどより消費していたことを示す。制御資源(課題成績)は、低い値ほど、制御資源が少ないことを示す(範囲: 0-24)。

## 総合考察

非意識的目標を扱う従来の研究は、意識的目標と非意識的目標の類似点を示し、両者が同じ機能を持つことを主張している (Bargh et al., 2001; Chartrand & Bargh, 1996)。しかし、非意識的目標と意識的目標を直接比較した研究は、これまで行われていなかった。また、従来の研究では、ともすれば、自動過程の結果は厄介なバイアスであり (“cognitive monster”, Bargh, 1999)、統制過程の結果はその修正と位置づける傾向があった。一方、本研究では、統制過程の弊害と自動過程の利点に着目し、抑制のパラダイムを用いて、意識的抑制と、非意識的抑制の相違点を明らかにすることを試みた。

実験1では、非意識的に動機づけられた抑制においては、意識的に行われる抑制に伴う弊害である、抑制の逆説的効果が生じないことが示された。続く、実験2では、非意識的抑制は、意識的抑制よりも制御資源が消費されないだろうと予測された。主観的に抑制の疲弊度を尋ねた項目では、非意識的抑制群は疲弊を有意に低く報告したが、後続のアナグラム課題では、意識的抑制同様、課題遂行数が減じており、制御資源が消費されている自我枯渇状態であると考えられた。

これら2つの実験から導かれる非意識的目標の特徴は、以下の通りである。まず、非意識的抑制群において、全ての参加者がプライミング操作およびその影響に気がつかなかったことから、非意識的目標は、文字通り意識を伴わないと言えるだろう。にもかかわらず、外国人労働者を記述する課題において、統制群よりも有意にステレオタイプの記述を避けており、すなわち、意識的目標と同様の効果を持っていると考えられた (実験1と2)。

重要なのは、非意識的抑制群では、意識的抑制群で見られるような、抑制の逆説的効果が生じなかった点である (実験1)。印象形成課題において、意識的抑制群では、ステレオタイプに基づく判断が統制群よりも高かったのに対し、非意識的抑制群では、そのような差が見られなかった。このことから、非意識的抑制では「抑制しよう」といった明示的な意図は生じておらず、よって、逆説的効果が生じなかったと解釈できるだろう。加えて、主観的な自己報告においては、非意識的抑制群は課題遂行における疲弊感も認識されていなかった (実験1と2)。

ところが、抑制後の後続課題として、実際に制御資源を反映するアナグラム課題を行うと、課題遂行が阻害されており (実験2)、非意識的目標であっても意識的

目標と同様に、制御資源が消費されていたと考えられた。

このような結果が得られた理由としては、以下の3つの説明が可能であろう。

まず、非意識的に生じる目標においては、内的状態の意識的報告が困難であったため、行動指標との乖離が生じた可能性が考えられる。先行研究においても、参加者の内部で生じていることが自動的もしくは身体的には探知できていても、その言語化や自己報告はできないといった報告も多い (Nisbett & Wilson, 1977)。実際に、プライミング研究の多くでは、参加者はプライミング操作の影響に気がついていないばかりか、デブリーフィングにおいて、選択や行動の理由を求められると、何らかの整合的な説明がその場で生成されることがあるという (Bargh, 1997)。このような、実際の内的状態と内省報告の乖離により、意識的指標 (=主観的に尋ねた困難感) では報告されない条件間の差が、行動指標 (=アナグラム課題遂行数) では検出されたと考えられた。

このように考えると、実際には、非意識的目標も意識的目標と同様に、制御資源を消費していたと推測される。非意識的目標と意識的目標の違いは、文字通り、当事者に意識されているか否かであるが、意識とは独立して資源の消費は生じているのかもしれない。しかし、意識が伴わないだけで、実は自動過程もその実行に資源を要しているとしたら、効率性を自動性の利点として考える想定に再考を迫ることになり、他の研究知見 (e.g. Chen & Bargh, 1999) とは整合しないという、興味深い問題が生じる。

最後に、実際には、非意識的目標は、意識的目標ほどは資源を消費していなかったが、実験2の測定 (アナグラム課題) が、その差異を検出するに十分な敏感さを備えていなかった可能性も残されている。制御資源の残存量は、個人差や状況の影響を受けやすく、アナグラム課題の成績や疲弊の報告では、適切に捉えきれないのかもしれない。今後は、これらの可能性を検討するために、行動・生理指標など、より精緻な制御資源の指標を用いた追試が望まれる。非意識的目標と意識的目標のそれぞれの特徴や相違点を明らかにすることは、目標研究、自動性研究の両分野の実証的、理論的、応用的発展において極めて重要な課題のひとつであり、本研究の限界点も含めて、今後も更なる検討が望まれるだろう。

また、本研究では、抑制のリバウンド (実験1) と制御資源の測定 (実験2) は別々に行われた。これは、両測定を抑制後、時間を置かずに行う必要があったためであ



る。しかし、今後は、同じ実験内で検討していく必要があるだろう。

本研究の結果は、また、抑制研究においても有用な示唆を与えると思われる。非意識的目標においては、従来の研究で問題となっていた、抑制の逆説的効果が生じなかった。これまでの抑制の逆説的効果は、Wegner (1994) による皮肉過程理論で説明されることが多かった。これによると、抑制には、抑制を実行する過程の他に、監視過程が存在し、何を抑制すべきかを常に参照しているという。しかしこの参照のために、かえって抑制対象の活性化が上がり、逆説的効果が生じるという。この逆説的効果は、抑制意図が高まるほど、生じやすい (詳細は、木村, 2003)。この理論に基づいて、逆説的効果の防止は、極めて困難と考えられている (e.g., Wenzlaff & Wegner, 2000)。しかし、本研究は、このような逆説的効果低減に向けて、自動的抑制という一つの可能性を示したと言えるだろう。

同様に、望まないステレオタイプをどのように制御するかは、現在、多くの研究者の関心を集めるところである。ステレオタイプが活性化しても、即座に平等主義が活性化すれば、ステレオタイプ化が生じる前に抑制が可能である (Moskowitz et al., 1999) のであれば、このようなプロセスを繰り返すことによって自動化すれば、ステレオタイプの長期的な制御に繋がるかもしれない (同様の議論は、Monteith, Sherman, & Devine, 1998)。

この非意識的目標の影響力は、教育および臨床現場へも少なからず示唆を与えるだろう。非意識的な過程の影響力は現状では、ほとんど考慮されていない。しかし、非意識的目標が課題への動機づけに関わるといった報告もあり (及川, 2005)、意識を明確に持つことと同時に、いかにそれを自動化していくかということも考えていく必要があるだろう。また、頑張るといった意志の行使が重圧となり、かえって失敗を招くことがあるように、単に統制過程を強化するだけでは、弊害が生じる可能性もある。このような危険性を認識し、注意を払っていく必要があるだろう。

我々は、常に環境の影響を受け、多くの行動を自覚なしに生じさせている。今後は、今までのように行動の意図と行動、そしてそれに伴う意識を一つ一つ見ていくだけでなく、これらの相互の関連を明らかにしていく必要があるだろう。

#### 引用文献

- Bargh, J. A. 1990 Auto-motives : Preconscious determinants of social interaction. In E. T. Higgins & R. M. Sorrentino (Eds.), *Handbook of motivation and cognition* : vol.2. New York : Guilford Press. Pp.93-130.

Bargh, J. A. 1994 The four horsemen of automaticity : Awareness, intention, efficiency, and control in social cognition. In R. S. Wyer & T. K. Srull (Eds.), *Handbook of social cognition* : vol.1 (2nd ed.). Hillsdale, NJ : Lawrence Erlbaum Associates. Pp.1-40.

Bargh, J. A. 1997 The automaticity of everyday life. In R. S. Wyer, Jr. (Ed.), *The automaticity of everyday life : Advances in social cognition* : vol. 10. Mahwah, NJ : Erlbaum. Pp.1-61.

Bargh, J. A. 1999 The cognitive monster : The case against the controllability of automatic stereotype effects. In S. Chaiken & Y. Trope (Eds.), *Dual-process theories in social psychology*. New York : Guilford Press. Pp.361-382.

Bargh, J. A., & Chartrand, T. L. 1999 The unbearable automaticity of being. *American Psychologist*, **54**, 462-479.

Bargh, J. A., & Chartrand, T. L. 2000 The mind in the middle : A practical guide to priming and automaticity research. In H. Reis & C. Judd (Eds.), *Handbook of research methods in social and personality psychology*. New York : Cambridge University Press. Pp.253-285.

Bargh, J. A., & Gollwitzer, P. M. 1994 Environmental control of goal-directed action : Automatic and strategic contingencies between situations and behavior. In W. D. Spaulding (Ed.), *Nebraska symposium on motivation* : vol.41. *Integrative views of motivation, cognition, and emotion*. Lincoln, NE : University of Nebraska Press. Pp.71-124.

Bargh, J. A., Gollwitzer, P. M., Lee-Chai, A., Barndollar, K., & Trötschel, R. 2001 Automated will : Nonconscious activation and pursuit of behavioral goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, **81**, 1014-1027.

Baumeister, R. F., Bratslavsky, E., Muraven, M., & Tice, D. M. 1998 Ego depletion : Is the active self a limited resource? *Journal of Personality and Social Psychology*, **74**, 1252-1265.

Baumeister, R. F., Muraven, M., & Tice, D. M.

- 2000 Ego depletion : A resource model of volition, self-regulation, and controlled processing. *Social Cognition*, **18**, 130-150.
- Chaiken, S., & Trope, Y. (Eds.) 1999 *Dual-process theories in social psychology*. New York : Guilford Press.
- Chartrand, T. L., & Bargh, J. A. 1996 Automatic activation of impression formation and memorization goals : Nonconscious goal priming reproduces effects of explicit task instructions. *Journal of Personality and Social Psychology*, **71**, 464-478.
- Chen, M., & Bargh, J. A. 1999 Nonconscious approach and avoidance : Behavioral consequences of the automatic evaluation effect. *Personality and Social Psychology Bulletin*, **25**, 215-224.
- Chen, S. & Chaiken, S. 1999 The heuristic-systematic model in its broader context. In S. Chaiken & Y. Trope (Eds.), *Dual-process theories in social psychology*. New York : Guilford Press. Pp.73-96.
- Clark, D. M., Ball, S., & Pape, D. 1991 An experimental investigation of thought suppression. *Behaviour Research and Therapy*, **29**, 253-257.
- Davies, M. I., & Clark, D. M. 1998 Thought suppression produces rebound effect with analogue post-traumatic intrusions. *Behaviour Research and Therapy*, **36**, 571-582.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. 1985 *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York : Plenum.
- Devine, P. G. 1989 Stereotypes and prejudice : Their automatic and controlled components. *Journal of Personality and Social Psychology*, **56**, 5-18.
- Dweck, C. S., & Leggett, E. L. 1988 A social cognitive approach to motivation and personality. *Psychological Review*, **95**, 256-273.
- Finkel, E. J., & Campbell, W. K. 2001 Self-control and accommodation in close relationships : An interdependence analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, **81**, 263-277.
- Fiske, S. T. 1998 Stereotyping, prejudice and discrimination. In D. T. Gilbert, S. T. Fiske, & G. Lindzey (Eds.), *The handbook of social psychology* : vol.2 (4<sup>th</sup> ed.). New York : McGraw-Hill. Pp.357-411.
- Föster, J., & Liberman, N. 2001 The role of attribution of motivation in producing postsuppressional rebound. *Journal of Personality and Social Psychology*, **81**, 377-390.
- Gordijn, E. H., Hindriks, I., Koomen, W., Dijksterhuis, A., & Van Knippenberg, A. 2004 Consequences of stereotype suppression and internal suppression motivation : A self-regulation approach. *Personality and Social Psychology Bulletin*, **30**, 212-224.
- Hamilton, D. L., Katz, L. B., & Leirer, V. O. 1980 Organizational processes in impression formation. In R. Hastie, T. M. Ostrom, E. B. Ebbesen, R. S. Wyer, Jr., D. L. Hamilton, & D. E. Carlston (Eds.), *Person memory : The cognitive basis of social perception*. Hillsdale, NJ : Erlbaum. Pp.121-153.
- Higgins, E. T. 1987 Self-discrepancy : A theory relating self and affect. *Psychological Review*, **94**, 319-340.
- Higgins, E. T., & Bargh, J. A. 1992 Unconscious sources of subjectivity and suffering : Is consciousness the solution? In L. L. Martin & A. Tesser (Eds.), *The construction of social judgments*. Hillsdale, NJ : Erlbaum. Pp.67-103.
- 池上知子 2001 自動的処理・統制的処理—意識と無意識の社会心理学— 唐沢 穰, 池上知子, 唐沢かおり, 大平英樹(著) 社会的認知の心理学—社会を描く心のはたらき— ナカニシヤ出版 Pp. 130-151.
- 木村 晴 2003 思考抑制の影響とメンタルコントロール方略 心理学評論, **46**, 584-596. (Kimura, H. 2003 Effects of thought suppression and effective strategies of mental control. *Japanese Psychological Review*, **46**, 584-596.)
- 木村 晴 2004 望まない思考の抑制と代替思考の効果 教育心理学研究, **52**, 115-126. (Kimura, H. 2004 The effects of suppressing unwanted thoughts and replacement strategy. *Japanese Journal of Educational Psychology*, **52**, 115-126.)
- Martin, L. L. 1986 Set/reset : Use and disuse of concepts in impression formation. *Journal of*

- Personality and Social Psychology*, **18**, 1-16.
- Macrae, C. N., Bodenhausen, G. V., Milne, A. B., & Jetten, J. 1994 Out of mind but back in sight : Stereotypes on the rebound. *Journal of Personality and Social Psychology*, **67**, 808-817.
- Mischel, W., Shoda, Y., & Rodriguez, M. L. 1989 Delay of gratification in children. *Science*, **244**, 933-938.
- Monteith, M. J., Sherman, J. W., & Devine, P. G. 1998 Suppression as a stereotype control strategy. *Personality and Social Psychology Review*, **2**, 63-82.
- 森津太子・木村 晴 2004 自動性とコントロール過程 大島 尚, 北村英哉(編著) ニューセンチュリー社会心理学 3 認知の社会心理学 北樹出版 Pp.43-53.
- Moskowitz, G. B., Gollwitzer, P. M., Wasel, W., & Schaal, B. 1999 Preconscious control of stereotype activation through chronic egalitarian goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, **77**, 167-184.
- Moskowitz, G. B., Salomon, A. R., & Taylor, C. M. 2000 Preconsciously controlling stereotyping : Implicitly activated egalitarian goals prevent the activation of stereotypes. *Social Cognition*, **18**, 151-177.
- 麦谷周一 2004 ステレオタイプの抑制とリバウンド 同志社大学文学部 卒業論文 (未刊行)
- Muraven, M., & Baumeister, R. F. 2000 Self-regulation and depletion of limited resources : Does self-control resemble a muscle? *Psychological Bulletin*, **126**, 247-259.
- Muraven, M., Tice, D. M., & Baumeister, R. F. 1998 Self-control as limited resource : Regulatory depletion patterns. *Journal of Personality and Social Psychology*, **74**, 774-789.
- Nisbett, R. E., & Wilson, T. D. 1977 Telling more than we can know : Verbal reports on mental processes. *Psychological Review*, **84**, 231-259.
- Oikawa, M. 2004 Moderation of automatic achievement goals by conscious monitoring. *Psychological Reports*, **95**, 975-980.
- 及川昌典 2005 知能観が非意識的な目標追求に及ぼす影響 教育心理学研究, **53**, 14-25. (Oikawa, M. 2005 Participants' theories of intelligence and pursuit of nonconscious goals. *Japanese Journal of Educational Psychology*, **53**, 14-25.)
- Schwarz, N., & Bless, H. 1992 Constructing reality and its alternatives : An inclusion/exclusion model of assimilation and contrast effects in social judgment. In L. L. Martin & A. Tesser (Eds.), *The construction of social judgments*. Hillsdale, NJ : Erlbaum. Pp.217-245.
- Srull, T. K., & Wyer, R. S., Jr. 1979 The role of category accessibility in the interpretation of information about persons : Some determinants and implications. *Journal of Personality and Social Psychology*, **37**, 1660-1672.
- Webster, D. M., Richter, L., & Kruglanski, A.W. 1996 On leaping to conclusions when feeling tired : Mental fatigue effects on impression primacy. *Journal of Experimental Social Psychology*, **32**, 181-195.
- Wegner, D. M. 1994 Ironic processes of mental control. *Psychological Review*, **101**, 34-52.
- 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.
- Wenzlaff, R. M., & Wegner, D. M. 2000 Thought suppression. *Annual Review of Psychology*, **51**, 59-91.

## 謝 辞

論文作成にあたりご指導・ご助言いただきました一橋大学の村田光二教授に心より感謝いたします。また、抑制研究に関しまして貴重なご助言を下さった木村晴先生(東京大学)に厚くお礼申し上げます。

(2004.9.9 受稿, '05.4.28 受理)

## *How Do Conscious and Unconscious Goals Differ ? Suppression of Stereotypes by Instructions or Priming*

MASANORI OIKAWA (GRADUATE SCHOOL OF SOCIOLOGY HITOTSUBASHI UNIVERSITY)

JAPANESE JOURNAL OF EDUCATIONAL PSYCHOLOGY, 2005, 53, 504–515

Recent research on goal effects has indicated that conscious and unconscious goals share similar characteristics and functions. However, the extent to which these 2 forms of goal pursuits differ, and under what conditions, is unclear. In the present study, 2 experiments utilizing a suppression paradigm were conducted to demonstrate the difference between suppression that is induced consciously via instructions, and suppression induced unconsciously via egalitarian goal priming. Experiment 1 demonstrated that unconscious suppression did not lead to paradoxical effects, a by-product accompanying conscious suppression. Those participants who were instructed to avoid stereotyping foreigners during a writing task engaged in more stereotyping in a subsequent impression-formation task. This result was not found in the unconscious suppression group. In Experiment 2, based on the assumption that unconscious suppression is more efficient than conscious suppression, it was predicted that unconscious suppression would be less resource-consuming. A self-report measure after the suppression task indicated that only the participants in the conscious suppression condition reported increased fatigue. However, performance on a subsequent anagram task indicated that the performance of both groups was equally degraded, and no difference was observed between the 2 groups in the amount of ego-depletion.

Key Words : auto-motive, thought suppression, paradoxical effects, regulatory resources, stereotype