

## 感謝の定義をめぐって

内藤俊史・鷺巣奈保子 2020.8.20

他の人から助けられたときに「ありがとう」と言って感謝をすることは、別に珍しいことではない。しかし、あらためて、「感謝とは何か」を問い、そして「感謝」を定義するとなると容易なことではない。感謝は、私たちにとって自明に感じる感情、行動ではあるが、多くの言葉と同様に、いざその語意や定義を考えるととなると難しさに直面する。以下は、感謝は何かという問いの下での探求の結果のまとめである。

なお、諸外国、特に欧米における論議も参考にするが、英語の *gratitude* や *thank* が、日本語の「感謝」や「ありがたい」と同等なのかという問題もあるだろう。しかし、その重要性は認めつつも、ここでは、言語間の差異につ

いては議論の対象とはしない。

## 行為としての感謝と心としての感謝

感謝は、行為としての面と、心としての面がある。この点について、少し遠回りになるが、ある辞書における記述を出発点として説明をしたい。

「感謝」

ありがたく感じて謝意を表すること。「一のしるし」「心から一する」

(『広辞苑』第6版 岩波書店、2008年)

この説明では、「ありがたく感じること」と「謝意を表すること」が感謝に含まれている。ということは、それら二つがともなって初めて感謝と呼ぶことができるという意味として解釈できる。言いかえれば、表現されて初めて感謝という言葉が適用することができるということになる。しかし、次のように批判する人もいるだろう—表現されない感謝の気持ちについて話題にすることはあり得るし、そのことは別に不思議なことではないだろう。加えて、例としてあげられている「感謝のしるし」という語句に含まれる「感謝」は、表現される以前の内面的な心の状態を指しているのではないだろうか。

このことは、むしろ感謝の多面性を示唆するものと考えられる。すなわち、「感謝をする」ことには、感謝の気持ちをもつという心理的な側面と、感謝を行為で表すと

いう二つの側面があり、「感謝」という言葉がどちらの側面を意味するか(あるいは両方を含んでいるのか)は、その言葉の用いられる文脈に依存しているのである。

あらためて、感謝のそれぞれの側面についての説明をここで加えることにしよう。

第一の側面は、個人のもつ感情としての感謝である。私たちは、恩恵を与えてくれたものに対してありがたいという感情をもつ。私たちが、感謝という語から連想する内容の一つは、ありがたいまたは感謝という気持ち、感情である。

感謝の第二の側面は、社会的行為としての感謝であり、ここで仮に「感謝行為」と呼ぶものである。これは、相手に対して感謝を表現する行為であり、他の人に「ありがとう」と言う場合がその典型である。それは、言語学者のオースティン(John, L. Austin)による言語行為論が専ら焦点を当てて分析をした、言語の働きの側面である(Austin, 1962/1972)。すなわち、「約束します」と発言することが、単に情報を相手に伝えるのではなく、ある行為の実行の責任をもつことを宣言する社会的行為であるように、「ありがとう」「感謝します」と発言することは一つの社会的行為なのである。すなわち、相手が施してくれた行為を自分は受け入れること、相手に対して敬意をもつこと等を相手に宣言することになるのである。それは、自分の気持ちを単に記述しているというよりも、相

手に対して自分の態度を宣言する社会的な行為なのである。感謝のこのような面は、感謝の多面性ととともに、感謝という社会的行為のもつ社会的適応との関わりをここですでに示唆している。

### 心としての感謝の性質

これまで、感謝が、心と行為の双方の面をもつことを指摘した。私たちの主たる関心は、行為としての感謝の背後に想定される心としての感謝である。

それでは、感謝の心とは、どのような心を指しているのだろうか。言いかえれば、感謝の心と呼ばれるためには、どのような性質をもたなければならないのだろうか。  
*哲学者アダム・スミスとロバーツによる感謝の条件*

18 世紀のイギリスの哲学者－経済学者であるアダム・スミス(Adam Smith)は、 道徳的感情に関する著書『道徳感情論』(1759/2003)の作者としてもよく知られているが、その著書の中で、感謝が適格であるための以下の規準を提案している(Smith, 1759/2003)。

a 感謝される者(恩恵を与えた者)は、望ましいまたは受け入れられ得る行為によって恩恵を与えたこと(恩恵を与えた行為の望ましさ)

b 感謝される者(恩恵を与えた者)は、他からの強制による行為によって恩恵を与えていないこと、あるいは役

割義務に従って恩恵を与えたものではないこと(行為の主体性)

Adam,Smith による条件は、常識的な考えからすると受け入れ得るもののように思われる。例えば、ある人が不正を犯して援助をしてくれたとき、私たちはその相手に感謝をしたり、感謝の気持ちをもったりすることにためらいを感じるだろう(a)。また、他から強制されて行われた援助を受けたとしても、その援助者に対して感謝の感情をもつことは抵抗があるだろう(b)。

一方、アメリカ合衆国の哲学者であるロバーツ(Roberts, C. R.)は、これまでの哲学者による論議をふまえて、感謝 *gratitude* の意味について論じている(Roberts, 2004)。Roberts は、感謝の定義をすることの難しさを指摘した上で、「感謝」と呼ばれるに値するための十分条件(条件を充たしていれば必ず該当するが、充たしていなくても該当する場合もある)を示すことはできるとして、次のような条件を十分条件としてあげている。

a 感謝される者は、義務からではなく相手を助けたいという意思によって助けていること

b 感謝をする者は、広い意味での利益を受けていること

c 感謝をする者は、負債の感覚と愛着の感覚を、恩恵を与えてくれた者に対してもつこと

a は、次のことを意味している。感謝される側は、誰かから命令されて恩恵を与えたのではなく、また自分の

利益のために恩恵を与えたのではなく、相手を助けたいという意思のもとに恩恵を施していること。また、b は、感謝する者が、物質的な利益に限らず、心理的、精神的なのを含めて広い意味での利益を得ていることを意味する。最後に、c は、恩恵を与えてくれたものに対する感情を示している。この感情については、それが多分に主観的な面も否めないため、異なる考えもあり得る。

たとえば、カント(Kant, Imanuel)は、著書『人倫の形而上学』のなかで、尊敬や敬意が、感謝において重要な要素であることを指摘している(カント、1797/1969)。Kantによれば、もし感謝というものが、受けた恩恵に対する「負債－借り」の感情にすぎないのであれば、「借り」を返せば感謝の感情も消え失せるはずである。しかし、実際にはそのようなことはなく、十分に借りを返したとしても、感謝の感情はなくならないだろう。なぜなら、感謝には、尊敬という要素が含まれているからだという。Kantは、c で述べられている感情のなかに、尊敬または敬意という感情を含めるべきであると主張している。

先に述べたように、Roberts は、十分条件として以上の三条件をあげ、感謝が必ずもたなければならない条件(必要条件)については述べていない。確かに、Roberts のあげている条件を、必要条件という観点から考えた場合、確定的なことは言い難い。例えば、自然に対して私たちは感謝をするが、自然が、a で述べられているように意

図をもっているかどうかは不確かである。これに対して、次のような反論もあり得る—それは、自然を人間に見立てて話しているのであって、その場合、自然にも意図や善意ももつものとされている、したがって、意図のないものに対して感謝をするということを認めている訳ではないと。

いずれにせよ、感謝の心について考える際、多くの状況において共通して「感謝」と呼ばれる現象と、状況に応じた規準にもとづく「感謝」が存在することを理解する必要がある(対象が人であるときの感謝の条件と、対象が自然物の場合の感謝の条件など)。

### 心理学における「感謝」

それでは、心理学は、どのような心理現象を対象として探究すべきなのだろうか。初めに、最近の傾向から話を進める。

21世紀以降の心理学、特にアメリカ合衆国の心理学の世界では、ポジティブ心理学の影響を受けた定義が広く受け入れられている。以下に、一例として、何人かの心理学者の定義にもとづく Tsang (2006)による定義をあげる。

“a positive emotional reaction to the receipt of a benefit that is perceived to have resulted from the good intentions of another “(Tsang, 2006, p.139)

この定義は、感謝という概念について多くの人々がもつプロトタイプ(概念のなかの典型)といえるかもしれない。しかし、感謝の心がポジティブな反応であるということに、物足りなさを感じずる人もいるだろう。すなわち、感謝という言葉には、ポジティブな感情だけではなく、助けてくれた人への負債感を初めとした様々な感情が含まれているのではないかという懸念である。

感謝をポジティブな感情とする傾向は、20世紀後期から始まるポジティブ心理学の影響によると考えられる。ポジティブ心理学とは、20世紀後期、アメリカの心理学会の会長であったセリグマン (Seligman, M. E. P.) が提唱した心理学研究の方向であり、従来の心理学が不適応や疾病に対して、もっぱら焦点を当ててきたことに対して、幸福や希望などの人間のポジティブな側についての研究の重要性を唱えた。ポジティブ心理学の主張を背景に、ポジティブな感情としての感謝に光が当てられることになり、21世紀以降、アメリカ合衆国に限らず多くの国々において研究がなされている。

なお、Macullough et al. (2001)によると、感謝が心理学において見過ごされてきたのは、心理学全般において多くのポジティブな感情が無視されてきたことの一つの例であるが、それとともに、次のような理由も考えられるという。すなわち、援助を受けたときに感じる感謝は、心理的負債感等の他の感情に還元されて研究がなされた



こと、また、感謝が礼儀正しさの一つの表れとして理解され、社会のあり方に起因するものと考えられ、心理学というよりも社会学の対象として相応しいと考えられたことである。

私たちは多様な感情を経験するが、そのなかの一部である「ポジティブな感情」としての感謝について、心理学では相応の関心をもたれてこなかった。それは、アメリカ合衆国に限らず、日本を含む多く国々においても同様と考えられる。その意味で、ポジティブな感情としての感謝にあらためて光を当てることの意義は大きい。

しかし、他方で、感謝の心のなかに負債感等の感情を含めるべきであるという考えもあるだろう—感謝は複雑な心理的現象であり、ポジティブな感情とともに負債感などを含む総体としての感情である。様々な要素を含む全体としての感謝のあり方を探究する必要があるという考えである。

感謝と呼ぶ対象をポジティブな感情に限定するべきか、それとも感謝をより広く負債感等を含むものとするべきかは、判断の規準の多様な難しい問題であろう。しかし、確かなことは、恩恵を受けたときに、多くの場合、ポジティブな感情とともにネガティブな感情が経験されることであり、それらの心理的要素とともにそれらの間の相互作用の解明が必要であることである。

## 文献

- Austin, L. J. (1962/1978). *How to do things with words*. New York: Harvard University Press. (坂本百大訳. *言語と行為*. 大修館書店、1978年) .
- Kant, I. (1797/1969). *Die Metaphysik der Sitten*. Königsberg : Bey Friedrich Nicolovius. (吉沢伝三郎・尾田幸雄訳. *カント全集第11巻 人倫の形而上学*. 理想社,1969年).
- McCullough, M.E., Kilpatrick, S. D., Emmons, R.E. & Larson, D.B.(2001). Is gratitude a moral affect? *Psychological Bulletin*, 127, 249-266.
- McCullough, M. E. (2002). Savoring life, past and present: Explaining what hope and gratitude share in common. *Psychological Inquiry*, 13(4), 302-304.
- Roberts, C.R. (2004). The blessings of gratitude: A conceptual analysis. In R. A. Emmons & M. E. McCullough (Eds.), *The psychology of gratitude*. . New York: Oxford University Press. (pp.58-78).
- Tsang, J. A. (2006). Gratitude and prosocial behaviour: An experimental test of gratitude. *Cognition & Emotion*, 20(1), 138-148.
- Smith, Adam (1759/2003). *The theory of moral sentiments* first edition London: A. Miller. (水田洋訳. 『道徳感情論』,岩波書店. 2003年).

