

〈特集論文〉

社会統制，心理操作，そして自己決定の支援

—新型コロナウイルス感染予防行動をめぐり—

諏訪茂樹* 酒井幸子*

*東京女子医科大学

Social Control, Psychological Manipulation, and Support for Self-decision: Regarding COVID-19 Preventive Behavior

Shigeki Suwa* Yukiko Sakai*

* Tokyo Women's Medical University

キーワード	
社会規範	social norm
ナッジ理論	nudge theory
自己決定	self-decision

I. はじめに

新型コロナウイルスの感染拡大に伴い、人々の感染予防行動を促すために、様々な方法が試みられている。人々は未知のウイルスに不安を抱き、その不安を解消するために、促されるままに幾重もの感染予防行動を実行している例もめずらしくない。しかし、感染予防行動が重なれば重なるほど、人々は自由を失い、息苦しくなるのも事実であり、そこで感染予防行動を拒否する例も見られる。本稿では、これまでに試されてきた感染予防行動を促す方法を、社会規範による統制、心理操作による誘導、自己決定の支援の3つに分けて整理したうえで、保健医療職が人々に対して負うべき本来の役割について考えてみたい。

II. 社会規範による統制

1 成文法による行動規制

社会規範とは人々の行動を拘束するルールのことであり、それは成文法と不文法とに分けることができる。一方の成文法とは法律や条例などに定められているルールのことであり、他方の不文法とは常識

やマナーとして人々が守っているルールである。

日本における新型コロナウイルス関連の成文法としては、特措法（新型インフルエンザ等対策特別措置法）、感染症法（感染症の予防及び感染症の患者に対する医療に関する法律）、検疫法などがあげられる。

特措法は、「新型インフルエンザ及び全国かつ急速なまん延のおそれのある新感染症に対する対策の強化を図り、国民の生命及び健康を保護し、国民生活及び国民経済に及ぼす影響が最小となるようにすること」（同法第1条）を目的として、2012年に成立した。2020年3月には新型コロナウイルスにも適応できるように改定がなされ、同年4月には同法に基づく緊急事態宣言が発令された。都道府県知事には、生活の維持に必要な場合を除く外出の自粛や教育活動の制限、あらゆる経済活動の制限等を要請する権限が与えられ、ほぼ全ての地域において実施された。

感染症法は1998年に制定され、「感染症の予防及び感染症の患者に対する医療に関し必要な措置を定めることにより、感染症の発生を予防し、及びその

まん延の防止を図り、もって公衆衛生の向上及び増進を図ること」(同法第1条)を目的としている。2020年1月には新型コロナウイルス感染症も指定感染症として定められ、患者・疑似症患者及び無症状病原体保有者に対する入院措置や公費による治療、外出自粛要請、就業規制などが行われている。

検疫法は、「国内に常在しない感染症の病原体が船舶又は航空機を介して国内に侵入することを防止するとともに、船舶又は航空機に関してその他の感染症の予防に必要な措置を講ずること」(同法第1条)を目的として、1951年に制定された。2020年2月からは、新型コロナウイルスの感染拡大に伴い、いわゆる水際対策として、患者・疑似症患者及び無症状病原体保有者に対して同法上の隔離が行われ、感染した恐れのある者に対しては停留措置が行われている。

保健医療職は、これらの成文法に基づき、様々な業務を担うことになる。また、成文法の制定、改定、廃止の過程において、保健医療職は情報提供をすることもあるが、その過程を担うのは言うまでもなく政治家の役割である。

2 不文法と同調圧力

他方の不文法として、コロナ禍の今日に思い起こされるのが、社会学者のパーソンズが20世紀半ばに提唱した病者役割である¹⁾。病者役割は次のような4つの権利及び義務から成り立っており、これらは病者が取るべき行動の不文法としても機能することとなる。

- ・病者は仕事を免除される。
- ・病者は治そうとしなければならない。
- ・病者は一人で治すことを期待されない。
- ・病者は専門家の指示に従わなければならない。

このような病者役割は、感染症などの急性疾患の患者をモデルにしたものである。そして、やがて生活習慣病などの慢性疾患が中心となる20世紀後半になると、その意義は次第に薄らいでいった。しかし、急性疾患は無くなったわけではない。特に今回のように、新たな感染症が感染拡大するたびに、パーソンズの病者役割は不文法として人々の行動を拘束することになり、さらには不文法のさらなる法制化(成文化)が図られることとなる。

ただし、病者役割はあくまでも感染者の行動を拘束する不文法であり、人々の感染予防行動にあてはまるものではない。そして、感染予防行動に関する不文法としては、マスク着用、手洗い、ソーシャルディスタンス、不要不急の外出・移動の自粛など、いずれも本人の自主的な努力が欠かせない生活習慣にかかわるものばかりである。

成文法には罰則規定があるものと、努力義務だけを課すものがある。他方の不文法では、「叱る」「非難する」という罰が「褒める」とことと表裏一体となり、人々を従わせるための同調圧力として働く。緊急事態宣言下で通常の生活を続ける人に対して周囲が非難する「自粛警察」は、まさに罰の典型である。他県ナンバーのクルマのボディを傷つけたりなど、極めて陰湿・悪質な同調圧力も散見されることとなった。

一般の人々だけではなく政治家も、不文法順守を求める言動を率先して繰り返す。例えば、「(性風俗業は)社会通念上、公的資金による支援対象とすることに国民の理解が得られにくいといった考えのもとに、(休業補償の)対象外としている」と、当時の経済産業相は国会で発言し、感染リスクの高い行動を続ける特定業種の従事者に罰を与えようとした。また、日本で感染者数が少ないことに関して副総理大臣は「おたくとは、うちの国とは国民の民度のレベルが違うんだ。…クオリティーが違う」と発言したが、これは優越主義に根差した国民への褒め言葉であり、罰と表裏一体をなしている。

III. 心理操作による誘導

「褒める」ことを有効な保健指導技術として捉え、人々に対して頻繁に褒める保健医療職もいる。確かに、褒められれば誰でも嬉しくなり、叱られれば不快となる。そこで、叱られる行動を慎み、褒められる行動を実行しようとする。しかし、先にも述べた通り「褒める」ことは「叱る」とことと表裏一体であり、大人と大人の対等な関係というよりも、人々を子ども扱いする上から目線の接し方なのである。

人を子ども扱いするどころか、まるで家畜のように扱うのが、ナッジ法による心理操作である。コロナ禍の今日、ナッジ法に期待を寄せる保健医療職も

多い。ナッジ (nudge) とは肘で相手を軽く突くことを意味する。人間の心理的傾向を利用して小さな刺激を与え、相手を特定の行動へと導く方法をナッジ法という。この方法の基礎となるナッジ理論の提唱者は、行動経済学者のリチャード・セイラーである²⁾。彼は人々を必ずしも理性的ではなく、感情的であり、慣習に従うものだと捉えている。

小便器の真ん中にハエのシールを貼り、ハエが目掛けて小便をするように利用者を誘導することにより、トイレの汚れを防止するのは、ナッジ法の一例である。感染予防では、レジの前に等間隔にシールを貼り、それによってソーシャルディスタンスを保たせようとしたり、玄関のアプローチに進行方向を示すテープを貼り、指手消毒液のボトルに誘導したり、様々なナッジ法が既に実施されている (図1)。

もちろん、これらのナッジ法による感染予防行動の促進は、人々に不利益をもたらすものとは考えにくい。そして、心理的誘導が長期にわたって続け、やがてその行動様式が内面化されて、新たな行動規範として機能する可能性もある。しかし、逆に、ナッジ法は牛や羊の群れを畜舎に誘導するのと変わらず、本人の意思に基づく行動ではないことから、心理的誘導が途絶えてしまえば、人々は感染のリスクにさらされることになる。

また、ナッジ法で導かれた行動は本人の意思によらないことから、安易な利用を慎まなければならず、悪用されることのないよう、十分に注意する必要がある。保健医療職は人々の健康を実現することもできれば、その逆に不健康を実現することも可能であ



図1 ナッジ法の一例 人の心理的傾向を利用した誘導

り、そこで高度な倫理観が求められている。ナッジ法の利用にも倫理的な判断を伴わなければならない、それが本当に人々の利益になるのか、余計な負担を強いることにはならないかなど、多方面から十分に議論されなければならない。

IV. 科学的根拠に基づく情報提供と自己決定の支援

「ニンジンとムチでロバ並みに扱われた人は、ロバ並みにしか働かない」とは、コーチングの提唱者であるジョン・ウィットモアの言葉である⁴⁾。感染予防行動のための規範を作り、「褒める」ことと「叱る」ことによる同調圧力で従わせたり、心理操作によって感染予防行動へと誘導したり、人々を子どもや家畜のように扱う保健指導の限界を、この言葉は示している。

人々を家畜や子どもとしてではなく、理性的な大人として扱うと動機づけが強く働き、確かな行動につながることを、グループダイナミックスの創始者であるレヴィンは、集団決定法の研究によって繰り返し実証してきた³⁾。レヴィンによると、ただ講演を聞いただけの人たちよりも、賛否についてグループで話し合い、各々に自己決定して、それをグループ内で発表した人たちの方が、様々な健康行動について何倍もの実行率を示したのである (図2)。

大人の人間として理性的に判断するためには、科学的根拠に基づく情報が欠かせない。WHO が認めている新型コロナウイルスの感染経路は現在 (2020年10月) のところ、飛沫感染と接触感染である。飛沫は2mまで飛ぶことから、2m以内で向かい合って会話をするときにはマスクを着用すること。接触感染を防ぐためには食事前に手洗いを徹底すること。そして、粘膜部分 (目や口や鼻の穴) を手洗い前の手で触らないこと。

これらの科学的知識に基づけば、感染予防行動は決して大きな負担とはならない。そのために、人々の「それなら自分にもできる」という、自己効力感を高めることができる。そして、科学的知識を提供した後に自己決定を支援すれば、自律的な感染予防行動が確実に実行される可能性が高い。また、マスクに、フェースシールドに、衝立に、ソーシャルディ

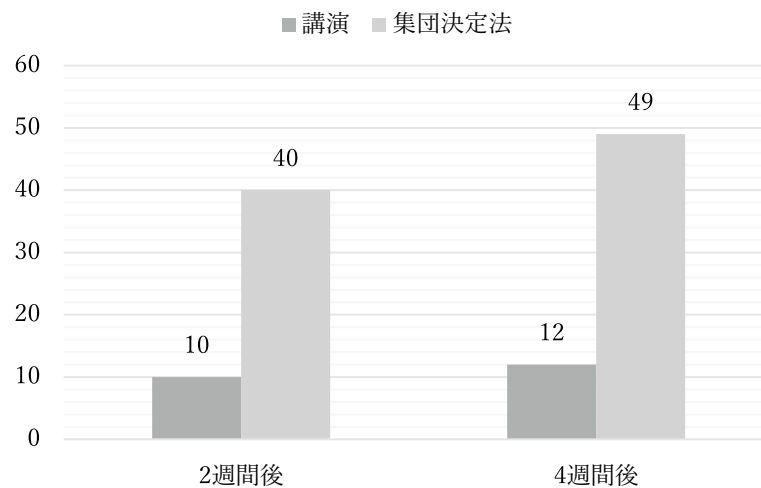


図2 集団決定後と講義後にミルク消費増大を報告した母親の比率
(文献3 Lewin, K. 1975 を参考にして筆者が作成)

スタンスに、外出・移動自粛にと、何重もの感染予防策によって行動を制限し、人々に負担を強いることも避けることができる。

科学的根拠に基づく感染予防の知識を人々に提供できるのは保健医療職であり、人々を主体的な大人として扱い、自己決定を尊重するのも保健医療職の倫理である。真の行動変容をもたらす、人々を感染から守るためには、情報提供としてのティーチングの技術、質問することで思考を促して自己決定を支援するコーチングの技術、自己効力感を高める技術、多様な意見に触れて考えを深めることができるグループワークを支援する技術など、特定保健指導で行動変容を支援するために必要とされている保健指導技術を、感染予防のためにも活用することが、保健医療職には望まれると言えよう⁵⁾。

文献

- 1) Talcott Parsons: The social system, Chapter X, Free Press, 1951 (佐藤弁訳: 社会体系論, 現代社会学体系 14, 青木書店, 1974)
- 2) Richard H. Thaler, Cass R. Sunstein: Nudge: Improving decisions about health, wealth, and happiness (English edition), Penguin Books, 2009
- 3) Kurt Lewin: Field theory in social science:

Selected theoretical papers (Social Science Paperbacks), 1975 (猪股佐登留訳: 社会科学における場の理論, 誠信書房, 2017)

- 4) John Whitmore: Coaching for performance (Third edition), Nicholas Brealey, 2002 (清川幸美訳: はじめのコーチング 本物の「やる気」を引き出すコミュニケーションスキル, ソフトバンククリエイティブ, 2003)
- 5) 諏訪茂樹, 酒井幸子: 行動変容と保健医療技術, 日本保健医療行動科学会雑誌, 34(1), 1-6, 2019