

私達は自分が思うほど魅力的でも、有能でもない

自分の魅力、あるいは運転技術の優秀さなど、あらゆることに関して、私たちは自分を過大評価する傾向にあるらしい。「あなたはどれほど素敵な人ですか」との質問に対し、自尊心がそれほど強くない人の場合、自分の持つ魅力や能力を低くみなす傾向があるが、ある調査研究によると、この逆が真実、すなわち、私たちは自分を過大評価する傾向があるとのことだ。ということは、私達は自分が思うほど魅力的でもないし、有能でもないのだ。Simon Usborne氏がThe Guardian紙に、3月13日付けで「Why do we think we're nicer than we actually are?」という論考を投稿しているので紹介したい。

自分を素敵な人間であると思いたいという願望

「大学の心理学の教授であるジョナサン フリーマン教授がモナーキ・エアラインで行った調査を見てみよう。フリーマン教授が調査参加者に、彼ら自身がどれほど素敵かを評価するように依頼した時に、この認識の乖離が明らかになった。『人々の中には、人と関係を結ぶ上で、明らかに、自分自身を素敵な人間であると思いたいという願望がある』とフリーマン教授は語る。」

「色々なことで、私達は自己過信で、うぬぼれてしまう。そして自分自身が見えなくなる。シカゴ大学とバージニアの心理学者による、人の外見に関する共同調査研究において、調査参加者は、自分自身の外見写真を見せられた。その写真の中には、より魅力的に、また逆に魅力的に見えなくするために少しデジタル的に加工を加えたものも含まれている。その後、参加者は加工されていない自分の外見写真はどれかを当てるように尋ねられた。結果は、参加者はより魅力的に見えるように加工された写真を選ぶ傾向があったという。ところが、他の参加者の写真を見せられた時は、加工を加えていない写真を正しく選んだのだ。」

知らず知らずのうちに自分を客観的に見れなくなる

「この『平均以上だと思う』傾向はほとんどすべてのことに当てはまるらしい。例えば、ほぼ90%以上のドライバーは自分の運転技術は平均以上と回答する。この傾向を説明する理論はいろいろあるが、一つは、私達は、無意識に自分を騙しているというものだ。そうすることによって、自分自身または相手をも、騙しているとは気づかず、自信を得ている。そして、この知らず知らずのうちに自分を騙している—客観的に自分を見れなくなる—ことへの最良の治療法

は何だと思っ？とても簡単なこと。そう、フィードバックを受けること。このことは種々の研究が教えてくれる。しかしながら、ことはそう簡単ではない。」

管理職であれば過去に360度フィードバックを受けたことがあり、その時に自己評価と、他人による評価との大きな乖離に驚いたことがあるはずだ。より身近な例では、私は弓道をするが、ビデオで自分の行射の姿を撮影し、それ観ると、いつも幻滅する。「なんとまあ、下手なことか」。このことを弓の仲間で話すると、皆が同意する。「そう、自信を無くすから、ビデオで自分を撮影することは止めにした」という者までいる。

自分を客観的に認識する能力に男女で差がある

「各学期の終わりに、学生達が様々なリーダーシップの資質について自分自身と級友とを評価した。最初の頃は案の定、級友からの評価は自己評価より低かった。しかし、評価のごとに、フィードバックを受けることによって、自らを振り返ることが増え、あらゆる項目で、自己評価は低下していった。『自己評価と、級友との評価が、一致するようなケースはありますか?』との質問に、『女性の場合はあります。』とマドリッドにあるIE Business Schoolのマルガリータ・メイヨー教授は語る。『開始したときに比べると、自己評価は低下し続けましたが、男性の自己評価は級友による評価よりも高いままでした。』とも語る。」

「女性はより素早く、優れた自己認識を示した。けれども、この自己認識の男女差が自信と関連するゆえに、『女性のその特徴が彼女たちのキャリアにおいて、マイナスの影響を与えることになっている可能性がある』とメイヨー教授は、懸念する。その一方で、『男性にとっての懸念は、自己の過剰評価が過大なキャリア展望を持つことにつながるようになる。これは両刃の剣だ』とメイヨー教授は付け加えている。」

編 | 集 | 後 | 記

東京に嫁いだ娘に二人目の孫が生まれるということで、3月半ばから私たち夫婦で1か月上京し、育児手伝いをしていました。妻は娘から大いに喜ばれるが、私は気が利かぬことが多いらしく、まるで木偶の坊扱いです。「もっと頭を働かせて！」と妻と娘から叱責を受けることしきり。女性二人の冷ややかな目を気にしながらの毎日でした。

野尻