

ポジティブ心理学から倫理学者は何を学ぶべきか

美德と性格的強みのリストの検討

江 口 聡

(京都女子大学現代社会学部 教授)

いい奴ばかりじゃないけど悪い奴ばかりでもない
聖者になんてなれないよ だけど生きてる方がいい
(THE BLUE HEARTS, "TRAIN-TRAIN")

本論では、ポジティブ心理学が目にするポジティブな個人特性、特に美德と性格的強みについて、倫理学が学ぶべきところがあるかを考える¹⁾。

「ポジティブ心理学」はその運動が提唱されてから四半世紀が経過し、すでに第三世代・第四世代に入っていると言われるが、本論では提唱者のマーティン・セリグマンおよびその「美德」プロジェクトのディレクターを務めたクリストファー・ピーターソンの二人の初期の仕事に議論を絞る。

本稿では、この二人が主導した2000年代前半の美德と性格の強みプロジェクト (Values in Action) という画期的な研究の手法と結果を紹介し、その手法を倫理学の立場から見た問題点を検討したのちに、倫理学がそこから学ぶべき長所を考える。

キーワード：ポジティブ心理学、美德、性格的強み、徳倫理学

1 ポジティブ心理学とその「美德」プロジェクト

1.1 ポジティブ心理学「運動」

ポジティブ心理学は抑うつと学習性無力感の理論で知られていたマーティン・セリグマンが、20世紀末に、「フロー（熱中・没頭）」の研究で知られていたミハイ・チクセントミハイら有力心理学研究者たちとの協力によって開始した心理学の一分野である。セリグマンは、それまでの心理学（特に臨床心理学など）が人間心理のネガティブな側面にのみ注目してきたと批判し、むしろ、人間のポジティブな側面を扱うべきだと提案した (Seligman and Csikszentmihalyi, 2000; Seligman, 2002)。ポジティブ心理学はそうした研究によって、人々を幸福にしウェルビーイングを向上させることを目指す。正確に言えば、ポジティブ心理学は心理学の一分野というよりは、人間のネガティブな側面からポジティブな側面に注意を向けなおす

「運動」であると言える。この呼び掛けは広く好意的な反応を呼び、一般読者向け自己啓発書を含め、またたくうちに心理学の人気分野となっている²⁾。

セリグマンらによれば、ポジティブ心理学が扱う領域は、三つのテーマに分けられる。(a) ポジティブな主観的経験（幸福感、快楽、満足、充実）、(b) ポジティブな個人特性（性格の強み、才能、興味、価値観）、(c) ポジティブな制度（家族、学校、企業、コミュニティ、社会）。ポジティブな制度はポジティブな個人特性の発達と発揮を促進するものであり、さらにポジティブな個人特性はポジティブな主観的経験を促進するという前提あるいは期待がある (Seligman and Csikszentmihalyi, 2000; Peterson, 2006a, ch. 1)。

ポジティブ心理学は単なる「とにかくポジティブになる方法、とにかくハッピーになる方法」を探る「^{ハッピー}ポジ

くからそうした批判を受けてきた。たとえばバーバラ・エーレンライクの『ポジティブ病の国、アメリカ』の一章ではポジティブ心理学とセリグマン本人が取材・論評のテーマとされ、なにがなんでもポジティブになるべきだと提唱する人物として辛辣に揶揄されている³⁾。だが、セリグマンたちの主眼は、人々を単にハッピーにするというものではない。セリグマンたちの目標は、(a) ポジティブな情動（快と幸福感）とともに、(b) の個人のポジティブな特性の発揮と (c) の各社会的制度のポジティブな改善を目指すことによって、人々の幸福（ウェルビーイング）を増大させることだ。このことは出発の時点から明言されている。幸福（ウェルビーイング）については、セリグマンは2002年の *Authentic Happiness* (Seligman, 2002, 邦題『ほんとうの幸せの見つけ方』) の時点から (1) ポジティブな情動 (Pleasure) だけでなく、(2) 活動による没頭・熱中 (Engagement) と (3) 意味・意義のある生 (Meaning) を「真正の」幸福と捉えていた。のちの *Flourish* (Seligman, 2011, 邦訳『ポジティブ心理学の挑戦』) では、これに (4) よい人間関係 (Relationship) と (5) 達成 (Achievement) を加えて、Positive Emotion, Engagement, Relationship, Meaning, Achievement の頭文字をとって PERMA と名づけている⁴⁾。

実際のところ、ピーターソンやセリグマンの著作を読めば、いかにして一時的なポジティブな感情を経験するかということよりも、いかにして活動的で充実した生を営むか、ということの方が強調されていることが理解できるだろう。特に重要なのが、(b) ポジティブな個人特性、つまり美德や性格的強みを発揮することで、(主観的な幸福感以上の意味で) 充実した人生を送ることができる、という基本的想定である⁵⁾。これは、近年、カント主義や功利主義と並ぶ倫理学理論として注目されている「徳倫理学」と呼応する発想である。もしポジティブ心理学が我々の生活における「よい性格」についての新鮮な実証的知見をもたらしてくれるのであれば、倫理学はそれに注目すべきだろう。あとで述べるようにポジティブ心理学の美德・強み研究は「徳倫理学の社会科学的相当物」を目指すと言言されており、倫理学の観点か

ら無視することはできない。

1.2 心理学の倫理化？

ポジティブ心理学の研究が、徳倫理学の研究や発展に寄与してくれるかもしれないという期待の他に、興味深い点がある。それは、ポジティブ心理学、特にその美德と性格的強みの研究が、「倫理化／道徳化された心理学」かもしれないという点だ。

従来、科学としての心理学は基本的には調査と分析の記述的学問であるべきであり、倫理的な価値判断を研究に含めることはタブー視されてきた。これについては訳語の問題も存在するので少し解説しておく必要がある。

英語の性格 (character) は「性格」や「人格」と訳されることが多いが⁶⁾、これは単なる人の心理的な特性 (trait) ではない。むしろ、その人がどんな人間であるか、そしてそのあり方がどの程度望ましいかという判断を含んでいる。“He has character.” という文章がその人が人格者であることを称賛しているように、「性格をもつ」ということは (デフォルトでは) なんらかのよい心理的な特質をもつことを指す。語源を辿れば古代ギリシアの *kharaktēr* であり、習慣によって当人に形成された持続的な傾向性 (それも基本的には望ましいもの) を指す。

どんな人々がよい性格であるのか、そしてどんな性格が悪しきものなのか、そして誰がどんな性格なのか、善い人物なのか悪い奴なのか、ということは、我々の社会生活と人間関係の上で非常に重要な位置を占めているので、こうした意味での「性格」に関心をもつのは自然なことである。また自分自身の性格を知り、短所を矯正しつつ長所を伸ばし、社会のなかでのあるべき位置を確認することは、我々の生涯にわたる関心事である。

しかし、20世紀前半、英語圏で大きな影響力をもった心理学者のゴードン・オルボートは、心理学は価値中立的で記述的であるべきだとして、価値判断を含む「性格」という言葉を排除したとされている⁷⁾。価値判断を含む「性格」のかわりにオルボートが推奨したのは、価値中立的な「個人差」としての「パーソナリティ」である。

セリグマン自身は、自分たちのポジティブ心理学があくまで実証的な学問であると主張するが、「美德」および「性格的強み」という明示的に価値を含む概念を堂々と使用するの、ポジティブ心理学が人々の心理的な特性を考える際に価値中立的であろうとはせず、むしろ心理的特性についての道徳的な価値判断を含んだものとしてポジティブ心理学を構想していることの表れである。ポジティブ心理学は、その先駆者としてアブラハム・マズローやカール・ロジャーズなどの「人間性心理学」をもっており、人間性に対する明白な価値判断を含んでいるという点で、少なくとも英語圏の心理学の主流派とは距離がある。こうした方向転換は、倫理学から見て好意をもつことができるものだろうか。

2 美德プロジェクトと美德ハンドブック

2.1 美德ハンドブック

ポジティブ心理学を急速に発展しつつあった初期段階の2004年に、ピーターソン⁸⁾とセリグマンは50人近い有力心理学者たちの協力を得て、*Character Strengths and Virtues: A Handbook and Classification* (『性格的強みと美德：分類ハンドブック』未邦訳、以下『ハンドブック』) を出版した。このプロジェクトの中心人物は提唱者のセリグマンというよりは、プロジェクトリーダーとしてリクルートされたピーターソンであったようだ。

『ハンドブック』は、明確にアメリカ精神医学会の『精神疾患の診断・統計マニュアル』(DSM)を意識したものである。DSMが多様な精神疾患の名称を同定し、その基準を示し、さらには分類を試みているように、『ハンドブック』は人間のポジティブな性格特性の(当面の)名称とその測定手法等を提案しようとしている。

倫理学および心理学に関心をもつ者として興味深いのは、この(b)「個人のポジティブな特性」が、道徳的な「美德」(virtues)として考えられ、またその具体的な構成要素としての「性格的強み」^{キャラクター・ストレングス}が想定されていることだ。さらに、あとで見るように、美德・性格的強みはそれをもつ人たちの生活を充実させるもの、すなわちウェルビーイング

を向上させるものと想定されている。その背景には、アリストテレス的な、人間的な能力を発揮する活動をおこない生活することとしての「エウダイモニア」的幸福観と、エウダイモニアに必須の要素としての各人の美德という発想が見てとれる。

よく知られているように、19世紀後半から20世紀に至る倫理学(規範倫理学)の分野では、なんらかのルールを重んじるカント主義(義務論)と、規則よりも帰結のよさ、特に結果としての人々の幸福を重視する功利主義との対立や優劣が話題になってきた。だが、1980年代以降は急速に、アリストテレスに倣って、行為者(人物)の性格^{キャラクター}を重視する「徳倫理学」が脚光を浴びようになり研究文献も増えている。さらには、道徳という人間の営みを、実験や調査から心理学的に研究する「道徳心理学」も倫理学界において大きな関心事となっている。

注目すべきなのは次の部分だ。美德と強みを過去の思想的、文学的、宗教的、そして心理学的伝統から抽出しようとする作業とその手順についての背景説明の最後に、ピーターソンらは次のように言う。

本書の分類を作成するにあたり、私たちは徳倫理学からさらにいくつかの考え方を取り入れた。一般に性格とは何か、また性格的強みとは何かについて明確にせよ、という徳倫理学の哲学者たちの要求に応えようとした。私たちは、重要な美德は数多く存在し、それらは相互に関連し、さらに文化的・歴史的文脈に埋め込まれた生き方(way of life)と結びついていると仮定した。私たちは性格的強みを「美德」の下の階層に配置したが、それは重要性や動機づけ上の優先順位によるものではなく、抽象度によるものである。「上位」^{マスタートラーツェー}美德の問題については、今後の経験的研究に委ねる。要するに、本書の分類は、徳倫理学の社会科学の相当物であり、「善い人物」の特性についての哲学的主張を、科学的方法によって裏づけようとしているのだと述べている。(Peterson and Seligman, 2004, p. 89, 強調江口)

「徳倫理学の社会科学的相当物」という表現は誇張的かもしれないが、その目指そうとしているところは理解できる。20世紀末の徳倫理学者たちは、カント主義や功利主義といった原理・原則を重視する流派に対して、自分たちの基盤的「理論」の開拓と、その立場の表明と防衛に懸命であり、重要な美德のリストについてさえ同意に至ることができておらず、ましてや数少ない例外を除いては、個別の美德についての人間的な洞察に至っているとは言いがたい。ピーターソンたちのプロジェクトは、もし本当に見込みのあるものなら、そうした徳倫理学にとっての重要なツールになりうる可能性がある⁹⁾。そこで本論では、彼らの『ハンドブック』における美德・強みの抽出の手法を検討することで、彼らの研究が、徳倫理学者たちが必要とするものを提供しているかを考えたい。

2.2 美德と性格的強みのリスト

『ハンドブック』が提示するのは、六つの「中核的美徳」と、その元に「美德の構成要素」として挙げられる24個の「強み」のリストである。このリストの簡略版は、ポジティブ心理学を紹介する国内書籍の多くに掲載されているものだが、簡略化されていることが多いようなので、オリジナルである Peterson and Seligman (2004, pp. 29–30) のものを掲載しておく(表1)。これらの「強み」は実際には一語ではなく、ウイトゲンシュタイン的な「家族的類似性」をもつクラスターをなす複数の語で表現されることが多い。リストの先頭にある語句が『ハンドブック』で中心的に扱われる「強み」のラベルだが、横に付した語句も家族的類似性をもつ類似した特性として扱われている(一対一対応の正確な訳語に過剰にこだわる必要はないということでもある)。

表1：性格的強みの分類 (Peterson & Seligman 2004)

1. 知恵と知識(Wisdom & Knowledge)：知識の獲得と使用を伴う認知的強み
 - ・創造性(Creativity)、独創性(originality)、創意工夫(ingenuity)：物事を概念化し、実行するための新規で生産的な仕方を考えること。芸術的達成を含むが、それに限定されない。
 - ・好奇心(Curiosity)、関心(interest)、新奇探索性(novelty-seeking)、経験への開放性(openness to experience)：進行中の経験に、それ自体として関心をもつこと。多くの主題や話題を魅力的だと感じる。探索し、発見すること。
 - ・開放的思考(Open-mindedness)、判断力(judgment)、批判的思考(critical thinking)：物事を十分に吟味し、あらゆる側面から検討すること。即断しないこと。証拠に照らして考えを変えることができること。すべての証拠を公正に衡量すること。
 - ・学ぶことへの愛(Love of learning)、向学心：新しい技能、話題、知識の体系を習得すること(自学が正規教育かを問わない)。好奇心という強みと明確に関連しているが、それを超えて、知っていることに体系的に付け加えていこうとする傾向を表す。
 - ・視点(Perspective)、知恵(wisdom)：他者に賢明な助言を与えることができること。自分自身や他者にとって筋の通る世界の見方をもっていること。
2. 勇気(Courage)：外的あるいは内的な反対に直面して目標を達成するための意志の行使を含む情動的強み
 - ・勇敢(Bravery)、武勇(valor)：脅威、挑戦、困難、苦痛からひるまないこと。反対があっても正しいことのために声を上げること。不人気であっても信念に基づいて行動すること。身体的勇気を含むが、それに限定されない。
 - ・粘り強さ(Persistence)、根気強さ(perseverance)、勤勉(industriousness)：始めたことをやり遂げること。障害にもかかわらず行動の道筋を貫くこと。「とにかくやり切る」こと。課題を完了することに喜びを見いだすこと。
 - ・誠実さ(Integrity)、真正性(authenticity)、正直さ(honesty)：真実を語ること、より広く言えば、真摯な仕方ですべての自己を提示し、誠実に行為すること。見せかけがないこと。自分の感情や行動に責任をもつこと。
 - ・活力(Zest)、熱意(enthusiasm)、活気(vigor)、精力(energy)：興奮とエネルギーをもって人生に向き合うこと。中途半端に物事をしないこと。人生を冒険として生きること。生き生きとして活性化していると感じること。
3. 人間性(Humanity)：他者を気遣い、友とすることを含む対人的強み
 - ・愛(love)：他者との親密な関係を重んじること。とりわけ、分かち合いと配慮が相互的な関係を価値あるものに行っていること。人と親しくあること。

- 親切さ (Kindness)、寛大さ (generosity)、世話心 (nurturance)、ケア (care)、思いやり (compassion)、利他的な愛 (altruistic love)、感じのよさ (niceness) : 他者のために尽くし、善行をなすこと。他者を助け、世話をすること。
 - 社会的知性 (Social intelligence)、情動的知性 (emotional intelligence)、対人的知性 (personal intelligence) : 他者および自己の動機や感情に気づいていること。さまざまな社会的状況にうまく適応するために何をすべきかを知っていること。他者を動かしているものが何かを理解していること。
4. 正義 (Justice) : 健全な共同体生活を支える市民としての (civic) 強み
- 市民性 (Citizenship)、社会的責任 (social responsibility)、忠誠 (loyalty)、チームワーク (teamwork) : 集団やチームの一人としてうまく機能すること。集団に忠実であること。自分の分担を果たすこと。
 - 公正さ (Fairness) : 公正さと正義の観念に従って、人を等しく扱うこと。個人的感情が他者に関する判断に影響しないようにすること。すべての人に公正な機会を与えること。
 - リーダーシップ (Leadership) : 自分が属する集団が物事を成し遂げるよう促すこと。同時に、集団内で良好な関係を維持すること。集団活動を組織し、それが実現するようにすること。
5. 節度 (Temperance) : 過剰を抑制する強み
- 赦しと慈悲 (Forgiveness and Mercy) : 過ちを犯した人を赦すこと。他者の欠点を受け入れること。人に第二の機会を与えること。復讐心をもたないこと。
 - 謙虚さ / 慎み (Humility/Modesty) : 自分の達成が自らを代弁するに任せること。スポットライトを求めないこと。自分を他者より特別な存在だと見なさないこと。
 - 慎慮 (Prudence) : 自分の選択に注意深くあること。過度なリスクを取らないこと。後に後悔するかもしれないことを言ったり行ったりしないこと。
 - 自己制御 (self-regulation)、セルフコントロール (self-control) : 自分の感情や行為を規制すること。規律をもつこと。欲望や感情を統制すること。
6. 超越 (Transcendence) : より大きな世界 (universe) とのつながりを築き、意味を与える強み
- 美と卓越性の鑑賞 (Appreciation of beauty and excellence)、畏敬 (awe)、賛嘆 (wonder)、高揚 (elevation) : 自然、芸術、数学、科学、日常経験に至るまで、さまざまな領域における美、卓越性、あるいは高度な技能の発揮に気づき、それを味わうこと。
 - 感謝 (Gratitude) : 起こった良い出来事に気づき、それに感謝すること。感謝を表すための時間をとること。
 - 希望 (Hope)、楽観性 (optimism)、未来志向 (future-mindedness) : 将来に最善を期待し、それを達成するために努力すること。良い未来は実現可能なものであると信じること。
 - ユーモア (Humor)、遊び心 (playfulness) : 笑ったりからかったりすることを好むこと。他者に笑顔をもたらすこと。物事の明るい側面を見ること。冗談を言う (必ずしも語るとは限らない) こと。
 - スピリチュアリティ (Spirituality)、宗教性 (religiousness)、信仰 (faith)、[人生の] 目的 (purpose) : 世界 (universe) のより高次の目的や意味について一貫した信念をもつこと。自分がより大きな枠組みのどこに位置づけられるかを知ること。行動を形成し、慰安を与えてくれる人生の意味についての信念をもつこと。

この表は (訳語の異同は避けられないが) 多くのポジティブ心理学の入門書に現れる。一見したところ、性格的な美德に類するもののリストとしては悪くないように見える。我々が人物の美德や強み (長所) としてすぐに思いつくもののすべてとはとても言えないが、その中心的なものがこのリストに入っているように見える。あげられた六つの「美德」、24の「強み」はそれなりに包括的であり、またごく常識的でもある。

『ハンドブック』の第4章~第28章の各論的部分は、これらの6つの「美德」と24の「強み」について、かなり詳細な分析的記述を提供している。それぞれの強みについて10個の基準への適合性を検討し、さらにその強みを体現する個人の典型例

(逸話) を提示したうえで、(1) ほぼ合意されている定義、(2) その強みに関する世界の思想的伝統、(3) 心理学者によるこれまでの測定手法とその結果、(4) 強みに相関する他の特性およびその強みをもつことが現実生活においてもたらす帰結についての心理学者たちの研究、(5) 発達段階における強みの出現に関する心理学研究、(6) 促進要因と阻害要因、(7) ジェンダー差、国際比較、多文化比較、(8) 意図的介入についての過去の研究結果、(9) 未解明の点、探求されるべき課題を提示する。

これらは内容的にたいへん充実したもので、倫理学 (特に徳倫理学) に関心をもつ読者にとって読み物としてもたいへん興味深い力作である。そ

こで、この抽出方法とそれに対する問題点、そしてリストの問題点について触れたい。

このリストはどのようにして作られたのだろうか？ 徳倫理学者が研究室の安楽椅子で作り出したものとはどう違うだろうか。

2.3 美徳と強みの抽出戦略 1：思想的な研究

ピーターソンたちの「強みと美徳」プロジェクトでは、多文化遍在的で主要な「性格的強み」および「美徳」を抽出するために、戦略的なアプローチをとったと説明されている。

まず行われたのは、強みと美徳の可能なリストの作成である。手本としてゴードン・オルポートの個人特性（パーソナリティ）についての辞書的研究（Allport and Odbert, 1936）が意識されていたことは言及されている。具体的には、ピーターソンを中心に、オルポートの特性リストに加え、哲学、心理学、精神医学、青少年育成などの分野における「優れた性格」に関する文献が多数収集された。さらに、シャルルマーニュ（カール大帝）の伝記、ベンジャミン・フランクリンの『自伝』、ウィリアム・ベネットによる米国の教育的道徳読本のベストセラー『魔法の糸』（ベネット、1997）、米国ボーイスカウト連盟の宣言、グリーティングカードやバンパステッカー、ポップソング、ポケモンの性格カードに至るまで、ハイカルチャーからサブカルチャー的な素材まで幅広く収集されたという。美徳・強みの文化間の普遍性あるいは遍在性を確保するために、中国の儒教および道教、南アジアの仏教とヒンドゥー教、古代ギリシア、ユダヤ・キリスト教、イスラム教の伝統が検討されたとされている。

調査された文献群の主要な文献は『ハンドブック』の第2章および第3章で紹介されている。このような文献調査が十分に網羅的になるということは原理的に難しいが、相当数の文献が調査されたことは確かなようだ¹⁰⁾。

『ハンドブック』の第一の発見は、こうした文献調査によって、多文化を通じて共通に称賛され推奨されている「美徳」が存在するという点であり、それは「中核的美徳」として提示されている。「知恵」「勇気」「正義」「人間性」「節度」そ

して「超越」である。「超越」という美徳に関しては違和感をもつ向きもあるだろうが、自己を超越し、自己より大きなものにかかわる美徳であるとされる。

こうして挙げられる「美徳」はたいへん抽象度の高いものであり、多様な内容を含んだ曖昧なものである。『ハンドブック』のプロジェクトの目標の一つは、「美徳」がなんであるかを理解するというよりは、教育や職場での効果的な介入にあり、このままでは測定や介入が困難であるという問題点がある¹¹⁾。そこで、こうした「美徳」を構成する要素として、より具体的な「性格的強み」を同定しようとするのが彼らの第2段階である。

ピーターソンによれば、優れた性格についての協力者たちのブレインストーミングにおいても、自然に話題は中核的美徳というよりはむしろ、もっと詳細な「性格的強み」と呼ぶべきレベルの性格のよさが話題になったという。また「よい性格」についてのパイロット的なインタビュー研究で被験者に自分や他人の称賛すべき「性格」について語ってもらったところ、実際のところ、使用されるのは中核的美徳にある抽象的な語彙ではなく、より詳細な性格の表現である。

我々は、人々が良い性格の構成要素について自発的に語る時、好奇心、公平さ、宗教心といったより具体的な語を用い、知恵、正義、超越といった中核的美徳の抽象的な語では語らないことを見いだした。すなわち、良い性格を記述するときに用いられる「自然的概念」(natural concepts)は中核的美徳ではなく、性格的強みである。(Peterson 2006, 6.2)

上の「自然的概念」については説明が必要だろう。『性格的強みと美徳』では自然のカテゴリーとして、次のように説明されている。

ロッシュら (Rosch et al., 1976) によれば、自然のカテゴリーとは、人々が世界を分類するときに、カテゴリー内の対象同士の類似性が最大化され、かつ、他のカテゴリーとの非類似性が最大化される水準である。彼らの議

論を示すため、次の階層を考えてみよう。「キッチンテーブル」「テーブル」「家具」。彼らが主張するのは、テーブルが基本（すなわち自然）レベルであり、人が最も容易に対象を分類する水準だということである。キッチンテーブルは具体的すぎ、家具は抽象的すぎる。（Peterson and Seligman, 2004, pp. 16-17）

子供が物の名前を覚えるときには、自然に「テーブル」というカテゴリーからおぼえる。「家具」という大きなカテゴリーではイスやタンスと区別がつかず、「キッチンテーブル」として、「リビングテーブル」「ダイニングテーブル」「サイドテーブル」などと区別する必要は少ない。我々の知覚や認識は、生活の上で、あるものを他と区別するにもっとも適切な「自然的」なカテゴリーに分けられている。『ハンドブック』は、我々が「よい性格／優れた性格」を判断する上で、美德よりも基本的な自然的概念／カテゴリーを発見しようとしているわけである。

2.4 美德と強みの抽出戦略2：計測可能な「強み」の抽出基準

ごく抽象的な六つの「美德」が文化間で普遍的あるいは遍在的であることは驚くべきことではない。おそらく難しいのは、それより具体的な「強み」と呼ばれるべきレベルでの性格特性はおそらく多文化遍在的なものだけに限っても多数存在するので、それを扱いやすいレベルの数にまで整理することだ。そこで『ハンドブック』は、過去のパーソナリティ心理学文献をレビューした上で、重要な「強み」を抽出するための10の基準を想定する（ただし、以下の基準に加え、多文化共通であるという意味の普遍性・遍在性はすでに前提されていることであり、**基準0**と考えてよいだろう）¹²⁾。強調は江口によるものである。

基準1 強みは、自己と他者の双方にとって良い生を構成するさまざまな充実 (fulfillment) に寄与する。強みと美德は、個人が逆境にどのように対処するかをも決定するが、我々が焦点を当てているのは、それらが個人をどの

ように充実させるかである。

基準2 強みは望ましい結果を生みうるが、それぞれの強みは、たとえ明白な利益が生じない場合でもそれ自体として**道徳的価値**を認められている (valued)。

基準3 ある人が強みを発揮することが、**周囲の人々を損なう／低める (diminish)** ことはない。

基準4 ある強みの候補の「対極」(対義語)も「強み」として適切に表現できてしまう場合、その特性は**性格的強み**と見なす障害となる。

基準5 強みは、個人の行動——思考、感情、行為など——の広い範囲で明らかになるものであり、**評価可能**になるものでなければならない。また、状況を超えた一般性と、時間的な安定性をもつという意味で、**特性的 (traitlike)** でなければならない。

基準6 その強みは、この分類に含まれる他の**ポジティブな個人特性**とは明確に**区別される**ものであり、**他に分解**することができない。

基準7 性格的強みは、合意の得られる**模範的人物たち (paragons)** に体现されている。

基準8 すべての強みに適用できるとは考えていないが、適用が妥当な場合には、その強みに関する「**神童 (prodigy)**」の存在が追加基準となる。

基準9 ある特定の性格的強みについて、その強みが**選択的に完全に欠如**している人びとの存在が確認できることも、性格的強みの一基準となる。

基準10 社会に、その性格的強みと美德を育成し、さらにその実践を維持するための**制度**とそれに連関する**儀礼**が存在する。

簡単なラベルを貼るならば、(1) 充実性、(2) 内在的道徳的価値、(3) 非ゼロサム性、(4) ポジティブな対極の不存在、(5) 特性性、(6) 独立性、(7) 模範の存在、(8) 早熟者の存在可能性、(9) 選択的欠如可能性、(10) 制度と儀礼の存在である。

実は『ハンドブック』のこの部分は、ピーターソンたちの美德と強みについての着想の背景が読みとれて興味深い点が多い。少し解説し検討しておこう。

基準1では「充実」の内実が気になるが、ピーターソンらによれば、これは単なる一時的な快楽や充実感ではなく、「死の床のテスト」、つまり、死に臨んで「もっと～しておけばよかった」と考えるときの「～」に入るような活動が我々に充実をもたらすものだという説明がなされる。実質的には（幸福感だけでなく）なんらかの意味での「ウェルビーイング」を向上させるということだと解することもできる。「強み」がただちに充実的な活動を生み出すわけではないが、それは活動と満足に「寄与」する。ただし、この基準によって、どういう性格の強み候補が実際に排除されたかは不明である¹³⁾。

基準2は、「よい」とされる性格特性が、単に有益な結果を生みやすいだけではない独自の道徳的価値を広く認められているということである。社会で価値を認められている、価値があると考えられている、という形であり、単に『ハンドブック』著者・協力者たちが「価値がある」と考えるものではないことに注意しよう。またこの基準は、身体的な能力や魅力、各種の芸術領域での「才能」や単なる「スキル」という非道徳的な「長所」を排除するものでもある。

さらにたとえばベンサム的な功利主義的発想では、あらゆる価値は最終的には本人あるいは社会に快をもたらすということから正当化されることになるかもしれないが、そうした帰結主義的な発想からのみ価値が認められるものを排除している。むしろ、アリストテレス的徳倫理学においては、美徳はその結果というよりはそれ自体を動機として獲得され発揮されるべきだ、という発想を反映している。「好奇心」「美と卓越の賞美」や「ユーモア」といった強みが狭い意味での「道徳的」なものとして称賛されている特性であるかどうかは議論がありえるだろうが、ここでは細かい議論を避ける。

基準3の「人々を損なう／低めて（diminish）しまうことはない」は若干わかりにくいところがある。『ハンドブック』の発想では、ある人物の性格的強みを称賛すること、あるいはその人物が強みを発揮することが、その周囲の人々の性格をなんらかの意味で貶めることにならない、という

ことである。『ハンドブック』での個別の「強み」の記述を読む限りでは、おそらくこの基準には二つの意味がある。一つは、その「強み」の発揮が、他の人から何かを奪うことではないということの意味している。たとえば「競争心」「負けず嫌い」の発揮は誰かを敗者にするを含むわけだが、そうしたものを排除している。さらに一つには、一部の強みを発揮することは他の人々の嫉妬や挫折感や恥の感覚を煽ることがありえると考えられており、むしろ、ある人物の美徳の発揮は、他の人々をもまたその美徳を獲得しよう動機づけを高める、ということのようだ。

第二の点については倫理学を学ぶ者にとって興味深い記述がある。個人が備える「よい性格」や「美徳」という発想に対して、我々は冷笑的とは言わないまでも懐疑的になりやすい。我々は妬みを感じやすい存在で、目の前の人々のよい性格の発揮に対して称賛するどころか、その性格のよさに傷を見いだしてしまうことさえある。また、善良な人々に対しては、それは見せかけの偽善ではないかとかんぐってしまうこともある。さらには、我々はよい性格の人々を退屈な人々だと考えてしまうこともある。これらは、他人のよい性格の発揮が我々に恥の感覚を引き起こすためかもしれない。

若干興味深いのは、哲学者スーザン・ウルフの有名論文「道徳的聖者」(Wolf, 1982) に対する『ハンドブック』のコメントである。ウルフは、もし道徳的聖者と呼べるような人々がいるとしたら、彼女らは道徳的に正しいことをすることに時間やリソースをすべて注ぎこまざるをえないために、読書や音楽やスポーツなど、他に彼女自身の人生にとって重要なことや楽しいことをする時間やリソースがなくなるだろうと言う。彼女は道徳や倫理学の要求（特に一部の功利主義などが主張する善行の要求）が時に我々にとって高すぎ、またコストがかかりすぎることを批判しているのだ。

しかし、『ハンドブック』が考える美徳や性格的強みは複数的であり、個人のなかで凸凹がありえるものである。また、性格的強みは道徳的な活動だけでなく、他の非道徳的な活動（読書や音楽活動やスポーツ）にも浸透して発揮されるもので

あり、また強みがそうした活動を阻害するという実証的な証拠もない。したがって、「道徳的聖者という人々がいるかどうか私は知らない」というウルフの論文冒頭の言葉は、彼女は「探す場所を間違え、観察すべき活動の種類も間違えている」という (Peterson and Seligman, 2004, p. 22)。

ウルフは、極端に自己犠牲的な道徳的聖者を想定しているので、この批判は誤解か意地が悪いものだが、指摘しているポイントは興味深い。倫理学、特に徳倫理学では、完全に有徳な人物といった想像上の存在が想定されることがある¹⁴⁾。この点についてはあとで戻る。

基準 4 もわかりにくい。基本的には、強みとされる性格特性を表す語に、簡単にはポジティブな対義語を見つけない、という条件だ。『ハンドブック』があげている例は次のようなものだ。正直・率直さという意味での“honest”の対義語の一つに、機転・如才のなさという意味の“tact”がある。しかし、“tact”の主要な対義語は粗野、無礼という意味の“rudeness”であるという。したがって“honest”はテストをパスする。しかし、「[思考・態度] 柔軟性」の対義語には「[思考・態度の] 堅固さ」という表現があり、これはポジティブな特性と考えるかもしれないので、「強み」の候補としては失格だ、ということらしい。

基準 5 は、「強み」を個人の特性として考えたい美德プロジェクトでは重要な基準である。『ハンドブック』は、心理学研究として実証的な知見を提出するために、あくまでなんらかの仕方で測定可能な特性であること、またその特性は個人に属しているといえる一般性・安定性をもっている必要がある、ということである。『ハンドブック』が懸念していることとして、よい性格特性の一部はトニック（持続的）な特性であり、多くの状況を横断してその特性の発揮が見られることがあるが（たとえば「親切」さ）、一部は特定の状況でのみフェイシック（一時的・一過的）に発揮されるものがあるということだ。その例としてオープンマインド／判断力／批判的思考と名づけられた特性がある。この特性は広く合理的な判断を促進するものだが、多くの人は限られた領域でしかその特性を発揮することができない（たとえば数学

者が実は金銭や帳簿の管理が苦手である、など）。こうした特性は将来的に十分「特性的」ではないとして考えなおされることになるかもしれないという。

基準 6 は分類のアイテムが排他的であることを保証しようとするものである。分類リストにあげられるアイテムは排他的なければ良い分類ではないし、よい目録でもない。その裏返しとして、彼らのリストに掲載されなかった強みの候補となりうる特性については、リストにあげられた強みのブレンドと考えようとする。たとえば彼らは、忍耐 (patience) という美德は、自己統制と粘り強さとオープンマインドネスを混ぜあわせたものだと考える。

基準 7 は、実在の人物であれ、架空の人物であれ、誰かその強みに対応する模範人物が簡単に思い浮かぶ、ということである¹⁵⁾。この基準は軽めのハードルである。

基準 8 と **基準 9** の、強みの神童の存在や強みが選択的に欠如している人々の存在は奇妙に感じられる。この基準の背景には、知能（知性）の多元性についてのハンス・ガードナーの研究が背景にある。音楽や数学などの分野にはしばしば神童と呼ばれる限られた領域で早熟な技能を発揮する人々が出現するが、ガードナーたちによれば、これは我々の精神的な能力が領域ごとに生物学的なモジュールに対応しているということを示している。『ハンドブック』は同様に、道徳的な特性についてもモジュール的な生物学的な基盤があるのではないかと想定している。ただし、こうした想定を背景にしたものにすぎないので、この二つは10の基準のなかではごく弱い付加的な条件である。

基準 10 は、性格的強みは、親が自分の子供に身につけてほしいものであり、またそれだけでなく、共同体としての社会全体が、若者たちに身につけることを期待するような特性である、という面を反映している。

基準 0～10 は、ある特性が性格的強みと認められる必要条件ではなく、おおむね満たしていればよいとされる (p. 16)。『ハンドブック』のリストにあげられた24の強みはすべてが少なくとも8項目を満たしていると判断されている。とりわけ重

要であると思われるのは、**基準1**の充実性、**基準2**の内在的道的価値、**基準5**の特性性だろう。**基準5**にある計測可能性は、逆に言えば過去の心理学者たちが計測してきた特性を中心にするということでもあるが、今後より適切な新しい尺度を開発すべきであると考えられている「強み」もある。つまるところ、『ハンドブック』は、(1)過去の伝統の上で道的な価値を認められてきた、(2)人々の幸福あるいはウェルビーイングを向上させると考えられている計測可能な性格特性のリストを提示しようとしている。

2.5 ポジティブ心理学の美德論の魅力

功利主義やカント主義のように道徳的行為の原理・原則を与える理論だけでなく、徳倫理学に関心をもつ倫理学者、さらには一般に人間的な美德や性格について考えたいと考える人々にとって、具体的に「美德」とはどのようなものであり、何が美德であり何がそうでないのかという問いは中心的な関心事である。「徳倫理学」といえば、アリストテレスの『ニコマコス倫理学』や『エウデモス倫理学』が典型として挙げられるが、そこに列挙されている古代ギリシア的美徳の多くは、現代の我々にとって必ずしも自明ではない。我々は孔孟思想や老荘思想、さらには仏教的伝統にも一定の親近性をもっているとはいえ、文化や時代を超えて普遍的に、あるいはせめて遍在的に承認される美德というものが存在するののかについては、なお疑問が残る。

徳倫理学の必要性が本格的に意識されるようになった契機は、エリザベス・アンスコムによる1958年の画期的論文「近代道徳哲学」(Anscombe, 1958)であったが、20世紀後半に決定的な影響力をもったのは、アラスデア・マッキンタイアの『美德なき時代』だろう¹⁶⁾。マッキンタイアは美德を、後天的に獲得された人間的な傾向性として捉え、その保持と行使が人間の「実践」(practice、持続的・反復的・慣習的な人間の営み)を支え、その実践に内在する善を保持するものだ論じた(MacIntyre, 1984, p. 148)。こうした発想が『ハンドブック』の「充実性」と「内在的道的価値」という基準に表れていると見ることができる。

しかしマッキンタイア的美徳の概念は、文化ごとに異なる実践と善(価値)に強く結びつけられており、時代や文化を超えて共通する美德の存在を認めることには消極的である。この点でマッキンタイアの徳倫理学には強い文化相対主義的傾向があり、人類に普遍的な道徳的基準を見いだそうとする倫理学者にとっては、扱いにくい理論となっていた。(主流の徳倫理学が古代ギリシア、古代ローマ、そしてなによりキリスト教の伝統に注目する傾向があったのも我々にとっては徳倫理学が扱いにくいものであった理由である。)

マーサ・ヌスバウムの論文「相対的でない徳」(Nussbaum, 1988)に見られるように、普遍的な美德の提示は可能であるとする徳倫理学者・アリストテレス主義者も存在した。しかし、批判に耐える形で承認された普遍的美徳のリストが、倫理学の内部から提示されることは21世紀に至るまでなかった。その哲学者たちの腰の重い逡巡のあいだに、心理学者たちは、彼らが得意とする効率よい文献レビューと共同作業と予算獲得¹⁷⁾によって、一定の方法論にもとづく手順を踏んだ上でそれなりの実証的説得力を備えた美德・強みのリストを提示するに至ったわけである。『ハンドブック』の執筆協力者に哲学者や倫理学者が一人も含まれていないという事実は、倫理学者たちにはショックなことだろう。

3 美德・強み研究への批判

先にも述べたように、瞬くうちに巨大な研究・実践産業へと成長したポジティブ心理学に対しては、その登場当初から、心理学者や他の社会学者、そして社会批評家から強い批判が向けられてきた。心理学内部でも主流派心理学を中心に膨大な量の批判がなされている(ただし哲学者によるものは多くない)。

2024年の van Zyl らによる総括的なレビュー論文“The Critiques and Criticisms of Positive Psychology”では、ポジティブ心理学に向けられてきた批判が体系的に整理されている(van Zyl et al., 2024)。まず、(a) 理論的側面については、複数の批判者から次のような問題点が指摘されている。すなわち、(1) ポジティブ心理学を支える

統一的なメタ理論の欠如、(2) 中心概念である「美德」の不明確さ、(3) 「ポジティブ」という語の定義の欠如、(4) 対象をポジティブ／ネガティブに二分する人工的かつ分断的な枠組み、(5) 概念および理論構成における多数の不整合や欠陥、(6) 概念的混乱（たとえば「flourish（開花・繁栄・幸福）」概念をめぐる問題）、(7) 個人レベルの経験を無批判に組織・社会レベルへと抽象化する傾向、(8) 心理学的介入の背後にあるべき理論的基盤の欠如、そして(9) 「ポジティブな制度」という概念の理論的定式化の欠如である。

同様に、(b) 測定および方法論についても、その妥当性や信頼性に関して多くの疑念が提起されている。さらに、ポジティブ心理学は、現代心理学全体が直面している (c) 再現性と証拠不足の問題にも例外なく悩まされている。その一方で、(d) 主流のパーソナリティ心理学や人間性心理学といった既存のアプローチと比して必ずしも高い新規性を有していないにもかかわらず、自らの独自性を強調することで心理学界の分断を助長している、という批判もある。加えて、(e) 個人主義的・新自由主義的イデオロギーに汚染されている点や、(f) 資本主義的な収益追求活動と結びついている点も、繰り返し批判の対象とされてきた¹⁸⁾。

これらの批判を取り上げることは本論著者の能力を越えているので、『ハンドブック』での美德・強みプロジェクトの基本的な問題だけを指摘しておく。

3.1 比較的マイナーな問題：包括性と分類

たしかに『ハンドブック』の方法論とリストについては理論的疑問が少なくない。これについては倫理学者の Kristján Kristjánsson (Kristjánsson, 2010, 2013, 2018) や Christian Miller (Miller, 2019, 2023) による整理と検討は参考になる。まずそのなかから、比較的マイナーな難点を挙げておこう。

第一に、この強みのリストが十分に包括的なものかについては疑問がある。発表当初から、たとえば「寛容」(tolerance)、「忍耐」(patience)、「自尊心」(pride)、「野心」(ambition) といった性向もまた強みではないか、という指摘がなされてきた。実際、『ハンドブック』も、こうした批判が

ありうることを認識している。たとえば「忍耐」については、自己規制や粘り強さ、さらにはオープンマインドネスが組み合わせられたものとして、また「寛容」については、オープンマインドネスと公正さが融合したものとして理解しうる、と説明されている。こうした解釈がどこまで説得的かはさておき、少なくともこの強みのリストは最終的なものではなく、当初から研究の進展に応じて改訂されうる暫定的な提案として提示されていたことは意識しておく必要がある。

第二に、このリストは六つの中核的美徳のもとにそれぞれ三～五個の「強み」を配置しているが、この分類自体が適切かという点についても疑念が残る。たとえば「ユーモア」が美德「超越」の下に置かれ、「リーダーシップ」が「正義」の下に配置されていることは、直感的にはやや奇妙にも思われる。この点についてもピーターソンらは議論の余地を認め、分類の改訂可能性を示唆している。しかし、提案から二〇年近くが経過した現在に至るまで、ポジティブ心理学の内部において、この分類枠組みを抜本的に再検討しようとする動きは、顕著には見られない。

3.2 美德と強みの概念的関係

しかし、この第二の点で示された分類上の違和感は、より深刻な問題の表層にすぎない。第三に、そもそもこのリストにおいて「美德」と「強み」はいかなる関係にあるのか、という点が問題となる。『ハンドブック』の公式見解によれば、「強み」とは六つの中核的美徳の「心理的構成要素であり……別の言い方をすれば、それぞれの美德を表出するための別々の経路である」とされている。美德と強みの差異は抽象度にあり、美德は抽象的で計測が困難であるのに対し、強みはより具体的で計測可能なものであり、しかも強みは抽象的な美德を発揮するための因果的手段である、という理解である。

しかし、このように理解するならば、なぜ「強み」のレベルにとどまらず、あえて「美德」という上位のレベルが必要とされるのか、という疑問が生じる。ピーターソンらの発想では、「強み」が複数の語彙で表現されうる特性のクラスターであ

ると同様に、我々が伝統的に「美德」と呼んできたものもまた、複数の強みで表現されうる上位概念に過ぎない、ということなのかもしれない。

ところが、中核的美徳がこのような強みのクラスタに対して与えられた名称であるという主張は、通常の実験的心理学的手法によって示されたものではない。ピーターソンの後の論文では、この点は実験的主張ではなく、「概念的スキーム」に属するものであると明示されている (Peterson & Park, 2009, p. 31)。すなわち、美德と強みの関係は、強みを伝統的な「美德」概念のもとに位置づけるためにピーターソンらが採用した、分析・分類のための前提であり、それ自体が実験的に検証される対象ではない。実際、2010年代以降の心理学研究においては、『ハンドブック』で提示された24の強みに統計的分析を加えた場合に、いかなる因子構造が得られるのかという点自体が、いまだ検討の途上にある。

ただしここで注意しておきたいのは、『ハンドブック』での「分類」(classification)は、将来の作業に備えてのとりあえずの単なる「クラス分け」であり、十分な背景理論をもとにした十分な「タクソノミー」(体系的分類)ではないということが強調されていることだ。生物学におけるリンネの生物種の体系的分類は十分に体系的で、のちにダーウィンの進化理論の基盤となり生物種の理解に大きく寄与することになった。『ハンドブック』は(ピーターソンらが批判するDSMと同様に)いまだ単なるクラス分けに留まり、タクソノミーに発展することが期待されているにすぎない。こうした点は美德・強みのリストを他分野の研究者が利用しようとする際に常に意識されているべきである。

3.3 美德と悪徳の対応関係と「中庸」

『ハンドブック』は美德と強みの研究であり、我々の悪徳の研究ではない。しかし、私のようなネガティブ気質の人間には、「悪徳」の摘発抜き倫理学には魅力がないと感じられる。人々の間に悪徳が栄えているからこそ、美德の価値がわかるという面もある。たしかに我々は人々のよい性格(美德)に関心をもっている。だが、それ以上

に、人々の悪しき性格(悪徳)にはそれ以上の関心をもっているようだ。我々は自分の短所や道徳的欠点が気になってしかたがないし、他人のそれらにはもっと厳しい目を向けている。

美德の研究は悪徳への言及と研究抜きで済ませることのできるものだろうか？ また、個別の性格的強みについては、その程度や強さ、量といったものを考えることができるわけだが、強みは強ければ強いほどよいものだろうか？ セリグマンやピーターソンたちは、自分が自分らしいと認められる強み(「シグネチャーストレングス」)を特定し、さらにそれを伸ばすことを推奨するのだが、そうした助言に弊害はないだろうか？

たとえば、『ハンドブック』で強みとされる「向学心」はたしかに重要な強みではあるだろうが、先に触れたウルフが指摘していたように(2.4節)、一日をすべて学ぶことに費してしまう人は、娯楽や人間関係など、他の重要な人間的な幸福を逃してしまうかもしれない。「正直」や「誠実」の強みを過剰に発揮する人々は、毎日他人の気分を害することになるかもしれない。時と場所をわきまえない自分勝手な「ユーモア」の発揮も人間関係を悪くするだろう(こうしたことは我々の生活でよくあることである)。

アリストテレス的な徳倫理学の伝統では、よい性格を構成する「美德」はその性質の過少によっても、過剰によっても悪徳になりうると考えられている。美德は過少の悪徳と過剰の悪徳の間の「中庸」でなければならない。

たとえば、「勇敢」は「臆病」と「無謀」の中間であり、「好意」は「無愛想」と「お追従」の中間、「気前のよさ」は「けち」と「浪費」の中間といった具合である(アームソン 1998, pp. 58-59)。ポジティブ心理学的「強み」伸長の効用の強調を見るならば、強みの「過少」は意識されやすいだろうが、「過剰」に対する配慮が欠けやすいように思われる。

実は、『ハンドブック』のリストを拡大し、強みに対応する「弱み」、あるいは心理的な障害に拡大しようとする試みがなされており、セリグマンによって「ピーターソンの未完の代表作」と呼ばれている。ピーターソンは、アリストテレス的

表2：ピーターソンの未完の心理的障害のリストの一部

分類	強み	反対	欠如	過剰
知恵と知識	創造性	陳腐 凡庸	同調主義	奇矯さ
	好奇心／興味関心	退屈	無関心	詮索好き 病的な好奇心
	判断力／批判的思考	だまされやすさ	無反省	冷笑主義
	向学心	教条主義	自己満足	「何でも知ってる」主義
	視点	愚かさ	浅薄さ	象牙の塔主義

出典：Peterson (2006b) および Seligman (2015) より筆者作成

な「中庸」の発想にもとづいて、2006年の論文で、24の強みに対応した心理的障害のリストの作成を試みている (Peterson, 2006b; Seligman, 2015)。表2にその一部を掲載する。ピーターソンのこの新しいリストは、米国精神医学会の『精神疾患の診断・統計マニュアル』の代替物として構想されているもので、『ハンドブック』で特定された強みへの関連の上で、「強みの欠如を「現実的」心理的障害の標識として」用いようとするものだ。ピーターソンはさらに、「知恵と知識」に分類される強みに対応する心理的障害についてのみ、若干の考察を加えている。

このリストでは、強みを参照点にして、「反対→欠如→強み→過剰」という強みの存在の度合いに応じて心理的障害が対応していると考えられている。「欠如」と「過剰」はアリストテレス的であるが、このリストではさらに強みと対極の「反対」が考えられている。この心理的障害を「悪徳」と解釈できるかどうかはまだわからない。また、反対と欠如がどう違うのか、一つの強みに対応する障害や弱みを一次的に並べることができるのか、といった問題も興味を引く。試みとしては興味深いものであり、ピーターソンの試みが彼の突然の死によって「未完」に終わってしまったのは残念である。このようにして美德・強みのリストを拡張し、人間的な悪徳・弱みを手頃なリストにすることができれば、我々が日常的に気にしている性格の悪さ、あるいは悪徳について得るところもあるだろう。そのためには『ハンドブック』と同様、いやそれ以上の大量の作業を行わねばならないことは確実である。心理学者と哲学者、そして

文学者たちが協力して作業する価値のあることだろう。

3.4 支配的美徳、実践的思慮、シグネチャーストレングス

我々は、美德や強みのすべてをそなえることを目指すべきなのだろうか、あるいはごく一部をもつことで満足するべきだろうか。徳倫理学における美德が、しばしば、数多くの品目のビュッフェから好きなものを選んで味わうものであるかのようだとされていることを思い出させる (Haidt, 2012)。

セリグマンは、「有徳な人物であるためには、行為や意志によって、六つの遍在的な美德のすべて、あるいはほとんどを示す必要がある」としている (Seligman, 2002, p. 137)。『ハンドブック』では、「個人が良い性格であると見なされるためには、六つの美德のすべてがある閾値で存在していなければならないと想定している」。ただし、「一つの美德グループの中で一つか二つの強みを示すだけでも、その人は良い性格の持ち主だと言ってよい」とも述べている (Peterson and Seligman, 2004, p. 13)。さらにセリグマンやピーターソンは、充実した生活のために、自分のもつ「強み」のなかから、自分らしいと思える強みである「自分らしい強み」^{シグネチャーストレングス}を選び出し、それを発揮するエクササイズあるいはトレーニングを推奨している (Seligman, 2002, pp. 160–161; Peterson, 2006, pp. 160–161)。ビュッフェレストランの例を使えば、六つの「美德」テーブルからお好きなものを一皿二皿とれば (テーブルの一個をスキップして

もよい)、それで我々は十分よい性格だというわけである。

こうした「どれでもどうぞ、おいくつでもどうぞ」的な態度は、規範的問題に対する判断の基準を求めている倫理学者からすると趣味に合わないものだ。心理学の分野でも、道徳教育・道徳心理学で大きな影響をもったコールバーグは、先のお好みビュッフェの立場を「美徳と悪徳の寄せ集め袋」(Kohlberg, 1981, p. 31)と呼び、そうした美徳理解にもとづく道徳教育を(1)美徳の選択が恣意的で文化相対的である、(2)道徳的推論の発達段階を無視している、(3)美徳間の葛藤を解決する原理がない、(4)単なる行動の習慣化を目指すものにすぎず、道徳的判断力そのものを育てることができない、と批判している。

美徳を中心に倫理学を考える場合に、このコールバーグの(3)と(4)は、重要だ。美徳や強みが促す行動やふるまいが葛藤してしまうケースは容易に考えられる。たとえば、結婚式に着ていくドレスについて「このドレス、私に似合ってる？」と尋ねられた場合、それが似合っていない場合にはどう答えるべきだろうか(Schwartz & Sharp, 2006; Peterson, 2006, p. 157)。「親切」を優先するならば、相手を安心させ気分をよくしてあげるようにお世辞を言うべきかもしれないが、「誠実」を優先するならば正直に似合っていないと言うべきかもしれない。こうした葛藤の生じる場面は日常生活には数多くあり、そうした葛藤を調停する高次の美徳、あるいは優先的な「上位美徳」(master virtue)が存在してしかるべきだと考える倫理学者は多い¹⁹⁾。

著作を読むかぎり、セリグマンはこうした美徳・強みの葛藤にさほど興味をもっていない様子である。またピーターソンは、上のドレスの例にあるような状況については、「このジレンマに対する普遍的に正しい解決策は存在しない」とし、強みのあいだに「トレードオフ」が発生することは意識しているにとどまる。ただし、こうしたトレードオフの解決には、個人ごとに特定の解決法が存在しているのではないかと考え、「測定される特定の性格的強み同士が互いに逆相関の関係にある——つまり、ある強みが高ければ別の強みが

低くなる——といった関係が見られるかもしれない」としている(Peterson, 2006, pp. 157-158)。

アリストテレス主義・新アリストテレス主義を標榜する徳倫理学者の多くは、アリストテレスの理論においては、数々の美徳の群の上に「上位美徳」が存在しており、それが複数の美徳を統合する役割を果たすべきだと指摘している。それは、思慮(フロネーシス、賢慮、実践知)である²⁰⁾。アリストテレスの「思慮」(実践的知恵)は、単なる美徳や優れた性格特性ではなく、ある状況において自分の美徳や能力をもちいてなにをすることがその場に適切であるかを判断する能力である。また美徳が葛藤する状況においてなにを優先すべきかを状況に応じて判断するという高次の美徳である。

『ハンドブック』の分類では、アリストテレス的な^{フロネーシス}思慮という美徳は、「知恵と知識」に分類される知恵(wisdom)および判断力(judgement)、さらに「人間性」の美徳に分類される社会的知性(social intelligence)、そして「節度」に分類される慎慮(prudence)という強みに分散して対応づけられているように見える。KristjánssonやMillerらの『ハンドブック』を批判検討している徳倫理学者たちは、ポジティブ心理学がアリストテレス的な美徳概念およびエウダイモニアを採用するつもりであるならば、思慮という美徳の理論的位置づけをより真剣に検討すべきであるという点で共通している。しかし、上位美徳として状況を正しく判断する能力としての「思慮」を、いかにして計測可能な美徳・強みとして捉えるのかについては、多くの困難が存在する。『ハンドブック』は「上位美徳の問題については、経験的研究に委ねる」としている(p. 89)が、どのような経験的研究が、徳倫理学における思慮の理論的役割に対応しうる「社会科学的相当物」を提供しうるのかは明らかではない。

また、美徳・強みのリストを前にした我々が、自分らしい強みのさらなる強化を目指すとしても、あるいは消極的に自分の弱点を地道に矯正することを目指すとしても、自分はいかなる美徳をもち、いかなる美徳を身につけながら自分に^{キャラクター}性格を彫り込んでいくのかという判断が不可避となる。こ

れはアリストテレス的に言えば、まさに思慮の行使にほかならない。そしてこの点こそが、徳倫理学者たちがもっとも強く問題視してきた問いである。したがって、『ハンドブック』は徳倫理学の「社会科学的相当物」として、ようやく第一歩を踏みだしたにすぎないと評価されるべきである。

4 何を学ぶべきか？

4.1 アームチェアー古典研究から現実の人々へ

数々の理論的・方法論的問題を伴っているものの、ポジティブ心理学の美德プロジェクトには評価すべき美点も存在する。第一に、なにより、短期間に一定の方法論にもとづいて大量の文献を整理し、文化普遍的な主要な「強み」のリストを提示した点、そして関連諸分野が個人のポジティブな特性について考察するための共通の足掛かりを提供した点は、高く評価されるべきである。たしかに、「古今東西の伝統における美德を収集し、その収斂を確認した」といった表現には誇張を感じる向きもあるだろう。しかし、実際に大規模な研究組織によってこの種の作業が体系的に行われた例はほとんどなく（少なくとも、関連分野で広く共有された先行例は存在しない）、その点において本プロジェクトは画期的であったと言ってよい。発想するのは簡単だが、実際に作業し成果を出すことは難しい。その共同的な作業の発展に、倫理学研究者が見習うべき点は多い。

また、『ハンドブック』において「美德」とされているものが「自然的概念」（2.3節）である24の強みの上位概念とされていることには、もう一つ注意すべき点がある。徳倫理学者は「勇氣」「正義」「節度」といったごく抽象的な概念を検討する方向に向かいやすいが、そうした抽象的な概念は多くの意味内容を含むために検討が難しい。我々が日常的にそうした概念を使う場合にはもっと具体的な「性格的強み」のレベルで思考している可能性がある。哲学者もむしろ強みのレベルで性格を考えるべきかもしれない。こうしたことは美德や性格について考えようとする哲学者にとって考慮すべき事柄であるように思われる。

第二に、人々の「ポジティブな特性」を研究しようとする姿勢自体がポジティブなものであるこ

とに注意するべきだ。2.4節で、『ハンドブック』はスーザン・ウルフが「〔道徳的聖者を〕探す場所を間違え、観察すべき活動の種類も間違えている」と（意地悪に）批判していることに触れた。ウルフが考えているのは道徳的聖者と呼ぶべき道徳的に完璧な人物がどんな行動をすることになるかということであるが、彼女はそうした人物を求めているわけではない（「私自身が、そして私がかつても大切に思う人たちが道徳的聖者でなくてよかった」）。しかしもし我々が倫理学の本を片手に、そうした模範人物を探そうとしているのなら、探す場所と観察すべき活動をまちがえているだけでなく、探す人々も間違えていることになるだろう。この点で、『ハンドブック』の立場は、倫理学が想定してきた理想的行為者像とは異なる観点を提示している。『ハンドブック』的な強みのリストを前にしたとき、たしかに倫理学者は人々がそれぞれもつ（部分的にせよ）ポジティブな特性に十分注意を払っていなかったかもしれないということに気づかされる。倫理学者も、テキストとアームチェアーに座った自分自身の頭のみでなく、実際にまずまず幸福に（あるいはたいへん幸福に）生活している人々がかつ美德や強みに注意を払うべきだろう。

第三に、『ハンドブック』の立場が事実と規範の区別を重視し、あくまで心理学的な記述という態度を貫こうとしていることも評価するべきである。

先に、『ハンドブック』の立場では、上位美德であるべき思慮の重要性が十分認められていないことが、倫理学、特に倫理学の立場からは問題である。それにもかかわらず、『ハンドブック』は上位美德の存在については今後の経験的研究に任せると宣言されていることを指摘した。こうした禁欲的な態度について倫理学は一定の敬意を払うべきだろう。セリグマンの *Authentic Happiness* には次のような記述がある（邦訳では訳出されていない）。

想像してほしい。連続殺人を味わい、そこから大きな快樂を得るサディストを。尾行と殺害から甚大な満足を得るヒットマンを。ア

ルカイダに所属し、ハイジャックした航空機をワールド・トレード・センターに突っ込ませるテロリストを。これら三人は、それぞれ快楽的生活、〔活動によって充実した〕よい生活、〔大義を実現した〕意味のある生活を達成したと言えるだろうか。

答えはイエスである。もちろん、私は彼らの行為を非難する。しかしそれは、本書で提示されている理論とは独立の根拠にもとづく非難である。彼らの行為は道徳的に忌まわしいが、本書の理論は道徳理論ではなく、世界観の記述である。私は、科学は道徳的には中立である（ただし倫理的には関連をもつ）と強く信じている。本書で提示される理論は、快楽的生活、よい生活、意味のある生活が何であるかを記述するものである。それは、これらの生活をいかにして得るか、そしてそれらを生きることの帰結が何であるかを記述する。これらの生活をあなたに規範的に命じる（prescribe）ものではないし、理論として、それらの生活のいずれかを他よりも価値あるものと評価することもない。（Seligman, 2002, pp. 303-304, 強調は原文、〔 〕内は江口による補足）

セリグマンの立場では、著書 *Authentic Happiness* での「快」と「活動」と「意味」がそろった「完全な生」、*Flourish* での PERMA が、我々が求めるべきものだけではなく、我々が実際に求めているウェルビーイングであるとされたのと同様に、彼による美德プロジェクトは、「我々が美德であると現に見なしているもの」「我々が自分自身と子供たち、そして仲間たちに望んでいるもの」を適切な数だけ抽出し、それと他の要因との関連を解明する徹底的に記述的なプロジェクトであるということになる²¹⁾。

科学ではなく人文学である倫理学はこうした禁欲的な態度を採用する必要はないだろうが（むしろ価値判断と規範的な指令が期待されているだろう）、ギリギリまで記述のレベルに留まろうとするセリグマンたちの誠実な態度は評価されるべきだ。美德プロジェクトが「徳倫理学の社会科学的

相当物」であるというのは、規範的判断と思弁的思考を含むものとしての徳倫理学に対応したものとして、あくまで記述的・実証的データを提供しようとするものだ、と解釈することができる。上位美德としての思慮の機能とその重要性については、徳倫理学の立場からは疑うことが難しいが（ただし不可能ではない）、我々の実際の生活においてどう機能しているのかという実証的研究にある程度のバックアップを期待することは、むしろ自然な要請である。

4.2 ポジティブ心理学の実践性と「強み」のトレーニング

ポジティブ心理学が「理論」としては「記述」のレベルに留まろうとする一方で、その実践的側面から倫理学者が学ぶべき点も多い。私個人にとって、セリグマンやピーターソンらのポジティブ心理学の著作が衝撃的だったのは、まさにその実践的側面だった。特に、ピーターソンの『ポジティブ心理学入門』に掲載されている「強みのエクササイズ」であった。

ピーターソンの『ポジティブ心理学入門』での強みに関する幸福の「エクササイズ」の第一段階は、(1) VIA 強みテストを受け、自分もっている強みを発見し、そのなかからさらに自分印の強み、すなわち「その人が所有し、誇りに感じ、頻繁に発揮する性格的強み」を特定することである²²⁾。成人を対象にインタビューすると、ほとんどの人が自分自身の強みを3~7個ほど容易に挙げるができるという。各人は、「自分である」というアイデンティティと結びついた強みを有していると考えられる。

ピーターソンはさらに、第二段階として、特定された「自分印の強み」を、これまで行ったことのない新しい方法で用いてみることを提案している。そのために、彼は具体的な活動例のリストを提示している。ただし、このピーターソンの活動リストは日本語訳書では省略されており、翻訳されていない²³⁾。以下では、そのリストの一部を紹介することにしよう（Peterson, 2006a, 第6章）。

セリグマンとピーターソンたちの美德と強みについての発想、特に「エクササイズ」が私にとつ

表3：ピーターソンによる性格的強みを伸ばすトレーニング（抄）

1. 好奇心
 - まったく知らないテーマの講演会に参加する
 - これまで食べたことのない料理のレストランに行く
 - 住んでいる町の新しい場所を見つけ、その歴史を調べる
2. 勇敢さ
 - 集団の中で、不人気な意見をあえて述べる
 - 目の当たりにした明白な不正について、適切な権限を持つ人に抗議する
 - 恐怖のために普段ならしないことを、あえてやってみる
3. 美と卓越性の評価
 - これまで行ったことのない美術館やギャラリーを訪れる
 - 「美のジャーナル」をつけ始め、毎日目にした最も美しいものを書き留める
 - 毎日少なくとも一度、自然の美しさ——日の出、花、鳥のさえずりなど——に意識的に注意を向ける
4. 創造性
 - 陶芸、写真、彫刻、デッサン、絵画などのクラスに参加する
 - 自宅にある物の一つを選び、その通常の用途とは異なる使い方を考える
 - 友人に、自作の詩を添えたカードを送る
5. 感謝
 - 一日のあいだに自分が何回「ありがとう」と言ったか記録し、その回数を一週間、毎日少しずつ増やす
 - 一日の終わりに、その日に「うまくいったこと」を三つ書き出す
 - 感謝の手紙を書き、実際に送る
6. リーダーシップ
 - 友人たちのために、ちょっとした集まりを企画して実行する
 - 職場で「誰もやりたがらない仕事」を引き受け、きちんと片づける
 - 新しく来た人に、こちらから積極的に声をかけて歓迎する
7. 粘り強さ
 - やるべきことリストを作り、毎日その中の一つを必ず片づける
 - 重要な仕事を予定より早く終わらせる
 - 数時間、完全に中断なしで作業する——テレビなし、電話なし、おやつなし、メール確認なし

て衝撃的だったのは、まさに彼らが、個人が実践し発揮するものとして美德と「強み」を考え、さらにその実践のレッスンまで提供していることだ。倫理学の教科書で道徳的思考の原理や美德のリストを掲載しているものは少なくないが、その「エクササイズ」を提供できているものがどれくらいあるだろうか。

また、ピーターソンのリストでは、性格の「強み」がごく気楽に実行可能な小さな行動として描かれている。倫理学書で言及される美德はどれも高尚なもので、我々はそれを発揮し実行するどころか、獲得することさえ難しいもののように感じられる。しかし実際にはそう考える必要はないのだ、ということに気づかされる。美德あるいは性格の強みを、こうした我々の目に見える具体的なものとし、普通人でも自分自身で自発的に涵養することが可能なものとして考える態度は倫理学者

も学ばなければならない。

4.3 「哲学的」でありすぎるのは危険

最後に、倫理学は「哲学」の一分野として、規範とその背景となる理論に強い関心をもつ学問ではあるが、「理論」に偏りすぎることは時に危険であることを指摘しておきたい。榎本俊二という優れたマンガ家の『ムーたち』という作品で、次のような会話が描かれている（榎本，2007，第39話）。

〔就職面接の場で〕

面接員A「まず、なぜわが社を受けようと思ったのかを聞かせてください」

就活生「理由は4つあります」

面接員A「ほほう、4つですか」

面接員B「それははじめから4つだったのかい？それとも絞って4つになったのかい？」

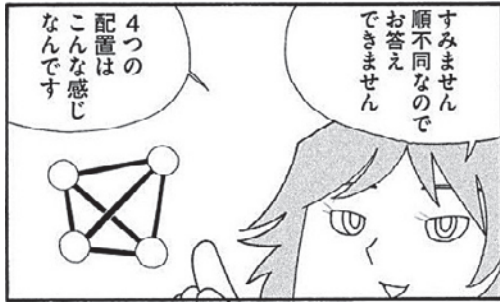


図1：榎本俊二『ムーたち』第39話から

就活生「16あったのを4つに絞りました」
 面接員A「ずいぶん厳選しましたね」
 就活生「倍率4倍ですから厳選というほどではないと思います」
 面接員B「謙遜しなくていいよ」
 面接員A「では、その4つのうち真ん中の2つを教えてください」
 就活生「すみません、順不同なのでお答えできません。4つの配置はこんな感じなんです」
 面接員A「すると残りの12個はどういう配置ですか？」

このマンガのおかしみを説明する必要はないだろうが、あえて明示するならば、就活の場では、当然採用に応募する理由は考慮に値するだろうが、面接員たちはその理由の中身ではなく、理由の数やその選択方法、そしてその理由どうしの配置関係（「真ん中」の二つ！）などを気にしている点だ。この作品は、こうした仕方では我々が時々思うかべてしまう「哲学的」な疑問や「哲学的」な洞察をおもしろおかしく描いている。時に、徳倫理学を研究するうちに、美德の分類や配置、その相互の関係、その基準、その中心的部分が何であるのかを探求したくなるのは哲学に興味をもつ者として当然ではある。だが、それによって個別の美德やよい性格というものがどんなものであり、我々の生活でどのように現れ、どのように発揮されるのか、どうすればそれを修得できるかということへの関心が薄れてしまうのは、『ムーたち』での会話同様に滑稽なものだ。アリストテレスや孔孟・老荘思想、あるいはキリスト教の美德・悪徳群を眺めるだけで、自分の周囲にいる美德ある

人々、あるいは自分自身の性格的な強みを認められないことも残念なことだ。

ポジティブ心理学の美德／性格的強みプロジェクトの美德は、徳倫理学者たちが漠然ととりくんでいた美德の研究に、我々の実生活とのかかわりと、実証的なグリップを与えてくれるところだ。そして我々の「美德」や「有徳な生活」が一部の限られた優秀な人物たちのものではなく、我々それぞれが実行可能なレベルにまで及んでいること、我々に気づかせてくれる点にある。たしかに我々の生活圏内に道德的聖者はいないかもしれないが、また我々は聖者になんてなれないだろうが、悪い奴ばかりではなく、悪い奴にもよいところはあるだろうし、我々はベターな人間にはなれるはずだ、少なくともその努力をおこなおうとする美德や強みをもつことはできるだろうと思わせる。

以上、ポジティブ心理学の美德プロジェクトは多くの問題を抱えた未完のものではあるが、それだけに倫理学者たちが学ぶべきものを多く含んでおり、また哲学者・倫理学者が寄与できる余地も数多くあるように思われる。

〈注〉

- 1) 過去の拙論（江口, 2014, 2015, 2022）では、マーティン・セリグマンらに代表される「ポジティブ心理学」という心理学の一潮流から、幸福（ウェルビーイング）について倫理学は何を学ぶのかを考察した。
- 2) 各国で心理学としては最大規模の予算を獲得しているとのことである。
- 3) エーレンライクはセリグマンの *Authentic Happiness* だけでなく、『ハンドブック』を読んでからインタビューに向かうべきだった。
- 4) セリグマンの幸福理論^{ウェルビーイング}については江口（2022）を見よ。
- 5) セリグマン自身は（c）「ポジティブな制度」により強い関心を抱いているようだ。それは、2010年代の彼の著作（Seligman, 2016, 2018）によく表われている。
- 6) 小林正弥の『ポジティブ心理学』では「人格」の訳語が採用されている（小林, 2021）。
- 7) 「性格」の語の排除によって、学会や雑誌名まで変更されることになった。これがどれほど徹底的であるかを知るには、たとえば日本パーソナリティ心理学会編『パーソナリティ心理学ハンドブック』

- (2013)の索引では、「性格」という語がたったの2回しか現れないことでも理解できる。
- 8) ポジティブ心理学運動の中心人物はまちがいないセリグマンであるが、その協力者としてのみ捉えられやすいピーターソンの発想のオリジナリティと深さは(少なくとも国内では)過少評価されているように思われる。セリグマンと考え方や方向性が異なることも少なくない。特に美德・強みプロジェクトの主導者は疑いなくピーターソンだった。
 - 9) 実際には、ピーターソンたちの『ハンドブック』と同時代の2000年代に徳倫理学は理論としても具体性の点でも大きく発展するが、文献目録を見るかぎり、ピーターソンたちやその他のポジティブ心理学者たちはそうした文献を見ていないようだ。
 - 10) 現代の倫理学の文献が少ないのは気になるが、やむをえない。
 - 11) 「あなたには知恵がありますか?」「あなたは正義感が強いですか?」のような質問はほとんど意味がないし、また他人からの人物評価にも使いにくだろう。
 - 12) Peterson (2006a) では、ここで**基準0**とした普遍性/遍在性を加え、さらに**基準5**を特性性と計測可能性の二つに分けているので基準は12個になっているが、基本は変わらない。
 - 13) たとえばキリスト教の「純潔」(性的禁欲、性的な無垢)だろうか?
 - 14) たとえば品川哲彦は「真に有徳なひと、倫理的に理想的な人物はすべての徳をそなえた人であって、そのひとこそ正しいひと、正義のひとである」としているが(品川, 2020, p. 107)、それが現実にどんな人物になるかはわからない。
 - 15) 哲学をバックグラウンドにした国内の研究者によるポジティブ心理学の紹介に、小林正弥『ポジティブ心理学』がある(小林, 2021)。そこでは映画『スター・ウォーズ』のアナキン・スカイウォーカー/ダースベイダーがよい例として使われている。
 - 16) 私の大学院生時代の重要書でもあった。当時の稚拙な覚書として江口(1995)がある。
 - 17) 「心理学者は予算をもった哲学者である」というフレーズを目にしたことがある。
 - 18) 先にあげたエーレンライクのような現代社会のあり方に強い批判的関心をもつ立場の論者にとっては、(e) (f) がその批判の対象になっている。
 - 19) 心理学者バリー・シュワルツらの一般向け書籍『知恵』は、多くの思慮/実践知の事例を提供しており、この問題を考える上で興味深い。
 - 20) アリストテレスにおいては、高邁(メガロブシュー

キアー、魂の偉大さ)も他の美德を統合する役目を果たすと解釈されうるが、本論では扱うことができない。

- 21) 徹底的に直接的な規範的判断を避けようとするセリグマンに比べると、ピーターソンはより価値判断・規範的判断に踏みこんでいるように見える箇所があるが、本論ではそれを例示することはできない。
- 22) その基準はポジティブ心理学の入門書に列挙されているため、ここでは割愛する。
- 23) 実際のところ、ピーターソンの『ポジティブ心理学入門』は原書の半分以下の分量しか訳出されておらず(とりわけ心理学史的解説や哲学的・哲学史的考察が省略されている)、訳文にも問題が散見されるのは残念である。倫理学および心理学に関心のある読者には、ぜひ原書に直接あたることを勧めたい。Seligman (2002) および Peterson (2006a) は一般書風であるにしてもどちらも学問的にも示唆に富む非常に充実した重要な著作であり、多くの学術的な細部が省略されることにより、ポジティブ心理学の国内での印象を損なっている可能性がある(そしてそれが専門家によっても指摘されていないように見える)ことを私は懸念している。

参考文献

- Allport, G. W. and H. S. Odbert (1936) "Trait-names: A psycho-lexical study," *Psychological Monographs*, vol. 47, no. 211.
- Anscombe, G. E. M. (1958) "Modern Moral Philosophy," *Philosophy*, vol. 33, (G.E.M. アンスコム, 「現代道徳哲学」、大庭健・古田徹也監訳、『現代倫理学基本論文集III』、生野剛志訳、勁草書房、2021).
- Haidt, Jonathan (2012) "Out-Take from The Righteous Mind: Virtue Ethics," <https://righteousmind.com/wpcontent/uploads/2012/08/Righteous-Mind-outtake.virtue-ethics.pdf>.
- Kohlberg, L. (1981) *Essays on moral development: Vol. 1. The philosophy of moral development*, New York, Harper & Row.
- Kristjánsson, Kristján (2010) "Positive psychology, happiness, and virtue: The troublesome conceptual issues," *Review of General Psychology*, vol. 14, no. 4.
- (2013) *Virtues and Vices in Positive Psychology: A Philosophical Critique*, Cambridge University Press.
- (2018) "Virtue From the Perspective of Psychology," in Snow, Nancy E. ed. *The Oxford Handbook of Virtue*.
- MacIntyre, Alasdair (1984) *After Virtue: A Study in Moral Theory*, University of Notre Dame Press, (A. マッキンタイア, 『美德なき時代』、篠崎栄訳、みすず書房、

- 1993).
- Miller, Christian B. (2019) "Some philosophical concerns about how the VIA classifies character traits and the VIA-IS measures them," *The Journal of positive psychology*, vol. 14, no. 1, pp. 6–19.
- (2023) "Empirical Approaches to Moral Character," in Zalta, Edward N. and Uri Nodelman eds. *The Stanford Encyclopedia of Philosophy*, Summer 2023 edition, Metaphysics Research Lab, Stanford University.
- Nussbaum, Martha (1988) "Non-Relative Virtues: An Aristotelian Approach," *Midwest Studies in Philosophy*, vol. 13, no. 1, (マーサ・スズバウム、「相対的ではない徳」、渡邊邦夫訳、加藤尚武・児玉聡(編)『徳倫理学基本論文集』、勁草書房、2015所収)。
- Peterson, Christopher (2006a) *A Primer in Positive Psychology*, Oxford University Press, (クリストファー・ピーターソン、『ポジティブ心理学入門:「よい生き方」を科学的に考える方法』、宇野カオリ訳、春秋社、2012。ただし邦訳は抄訳でありアカデミックな用途には不向きである)。
- (2006b) "The values in action (VIA) classification of strengths," in Csikszentmihalyi, Mihaly and Isabella Selega Csikszentmihalyi eds. *A Life Worth Living*, pp. 29–48, Oxford University Press.
- Peterson, Christopher and Martin E. P. Seligman (2004) *Character Strengths and Virtues: A Handbook and Classification*, Oxford University Press.
- Rosch, E., C. B. Mervis, W. Gray, D. Johnson, and P. Boyes-Braem (1976) "Basic objects in natural categories," *Cognitive Psychology*, vol. 8, pp. 382–439.
- Seligman, Martin E. P. (2002) *Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment*, Free Press, (マーティン・セリグマン、『世界でひとつだけの幸せ: ポジティブ心理学が教えてくれる満ち足りた人生』、小林裕子訳、アスペクト、2004; 『ポジティブ心理学が教えてくれる「ほんものの幸せ」の見つけ方: とっておきの強みを生かす』、小林裕子訳、パンローリング、2021。どちらも訳語に若干問題があり、また学術的に重要な注が省略されているので注意.)。
- (2011) *Flourish: A New Understanding of Happiness, Well-Being, and How to Achieve Them*, Nicholas Brealey, (マーティン・セリグマン、『ポジティブ心理学の挑戦: 幸福から持続的的幸福へ』、宇野カオリ監訳、デイスカバートウェンティワン、2014)。
- (2015) "Chris Peterson's unfinished masterwork: The real mental illnesses," *The Journal of Positive Psychology*, vol. 10, no. 1, pp. 3–6.
- (2016) *Homo Prospectus*, Oxford University Press.
- (2018) *The Hope Circuit: A Psychologist's Journey from Helplessness to Optimism*, Nicholas Brealey Publishing.
- Seligman, Martin E. P. and Mihaly Csikszentmihalyi (2000) "Positive Psychology: An Introduction," *The American Psychologist*, vol. 55, no. 1.
- van Zyl, Llewellyn E, Jaclyn Gaffaney, Leoni van der Vaart, Bryan J. Dik, and Stewart I. Donaldson (2024) "The Critiques and Criticisms of Positive Psychology: a Systematic Review," *The Journal of Positive Psychology*, vol. 19, no. 2, pp. 206–235.
- Wolf, Susan (1982) "Moral Saints," *The Journal of Philosophy*, vol. 79, no. 8, スーザン・ウルフ、「道徳的聖者」、佐々木拓訳、加藤尚武・児玉聡(編)『徳倫理学基本論文集』、勁草書房、2015、所収。
- 江口聡(1995)「徳と共同体」、『実践哲学研究』、第18号、京都大学文学部倫理学研究室。
- (2014)「幸福の心理学研究に対して倫理学者はどう反応するべきか」、『現代社会研究科論集』、第8号、京都女子大学。
- (2015)「幸福についての主観説と客観説、そして幸福の心理学」、『哲学の探求』、第42巻。
- (2022)「幸福論三国志に別れを告げよう」、『現代社会研究科論集』、第19号、京都女子大学。
- 榎本俊二(2007)『ムーたち(2)』、講談社。
- 小林正弥(2021)『ポジティブ心理学: 科学的メンタル・ウェルネス入門』、講談社。品川哲彦(2020)『倫理学入門: アリストテレスから生殖技術、AIまで』、中央公論新社。
- 日本パーソナリティ心理学会(編)(2013)『パーソナリティ心理学ハンドブック』、福村出版。
- J. O. アームソン(1998)『アリストテレス倫理学入門』、兩宮健訳、岩波書店。バーバラ・エーレンライク(2010)『ポジティブ病の国、アメリカ』、中島由華訳、河出書房新社。
- バリー・シュワルツ/ケネス・シャープ(2011)『知恵: 清掃員ルークは、なぜ同じ部屋を二度も掃除したのか』、小佐田愛子訳、アルファポリス。
- ウィリアム・J. ベネット(1997)『魔法の糸ところが豊かになる世界の寓話・説話・逸話100選』、大地舜訳、実務教育出版。

What Can Ethics Learn from Positive Psychology? On the Lists of Virtues and Character Strengths

EGUCHI Satoshi

〈Abstract〉

This paper examines whether ethics can learn anything from the positive individual traits emphasized in positive psychology, in particular virtues and character strengths.

Although positive psychology has been proposed for nearly a quarter of a century and is now said to have entered its third or fourth generation, this paper restricts its discussion to the early work of two central figures: the founder of the movement, Martin Seligman, and Christopher Peterson, who served as the director of the “virtues” project.

Specifically, the paper introduces the methods and findings of the Virtue in Action project on virtues and character strengths led by these two scholars in the early 2000s, examines the problems of this approach from the standpoint of ethics, and then considers the strengths of the project from which ethical theory may nonetheless profit.

Key words : Positive Psychology, Virtues, Character Strengths, Virtue Ethics