

筑波大学審査学位論文（博士）

論文題目：文化的自己観と身体が感情の認識と制御に及ぼす影響

人間総合科学研究科心理学専攻

氏名：金井雅仁

論文要約

人は感情を経験したという事実や経験した感情の種類を自分自身で認識することがあるが、時には感情経験の有無を明瞭に認識できなかつたり、感情の種類を弁別して同定することができなかつたりすることがある。そして、多くの先行研究によって、身体内部の生理状態に関する感覚である内受容感覚が、自身の感情経験を認識するために重要な要因であることが示唆されている。

さらに、人はしばしば自身の感情の制御を試みるが、近年になって、認知的再評価と呼ばれる感情制御方略の効果が、感情認識の明瞭性や内受容感覚の敏感さと関連することが示されている。また、感情制御方略には様々なものが含まれるため、身体状態の操作によって感情を制御する方法（例．腹式呼吸法）も感情制御方略としてみなすことができると考えられる。

先行研究を踏まえると、ある文化において歴史的に共有されている自己についての前提である文化的自己観が、内受容感覚の敏感さや感情認識の明瞭性と関連することが予想される。さらに、文化的自己観は認知的再評価や身体状態の操作による感情制御の効果とも関連する可能性がある。なお、文化的自己観は、「自己は他から切り離された存在である」という前提である相互独立的自己観と、「自己は他と根源的に結びついた存在である」という前提である相互協調的自己観の 2 つに分けて考えられており、この相互独立的自己観と相互協調的自己観を尺度により測定された個人差として捉える場合には、相互独立性もしくは相互協調性という用語が用いられる。本論文では、同文化内の相互独立性および相互協調性の個人差と身体感覚が感情認識の明瞭性や感情制御方略の効果に及ぼす影響を 7 つの研究によって検討した。

研究 1 では日本人大学生を対象に質問紙調査を実施し、(1) 日本人サンプルにおける相互独立性・相互協調性の個人差がアレキシサイミア傾向と先行研究通りの関連を示すか、(2) 相互独立性・相互協調性の個人差、アレキシサイミア傾向の個人差、感情認識の明瞭性を表す指標が関連するか、という 2 点が検討された。その結果、日本人サンプルにおける相互独立性・相互協調性の個人差もアレキシサイミア傾向と関連を示すことが確認され、モデル検討に基づき、文化的自己観の 2 側面のうち、相互独立性よりも相互協調性の方が、感情認識の明瞭性に繋がりやすいことが示唆された。

研究 2 では、変数間の関係に影響を及ぼすことが予想される 3 つの要因（性別、私的自己

意識、心拍数の個人差)を考慮しつつ、相互独立性・相互協調性、内受容感覚の敏感さ、感情認識の明瞭性の間の関係性を検討する実験を実施した。その結果、男性において、私的自己意識と課題中の心拍数を統制した場合に、相互協調性の高さが、鈍感な内受容感覚を媒介して感情認識の明瞭性の低さと関連するという過程が示された。さらに、この関連過程は回答の極端さを統制した場合にも認められた。一方、相互独立性の高さは感情認識の明瞭性の高さと関連したが、その関連性は回答の極端さを統制することで弱くなった。これらの結果に基づき、男性においては、自身の感情を認識するという内的な処理が、相互独立性・相互協調性がそれぞれ異なるメカニズムによって感情認識の明瞭性に影響を及ぼす可能性が論じられた。

研究 3 では、相互独立性を高めて相互協調性を低めることが予想される個人主義プライミングと、相互独立性を低めて相互協調性を高めることが予想される集団主義プライミングを行い、行われるプライミングの内容の違いによって内受容感覚の敏感さや感情認識の明瞭性に違いが見られるかを検討する実験を実施した。その結果、内受容感覚の敏感さと感情認識の明瞭性に対するプライミングの影響は見られなかった。この結果から、一時的な相互独立性・相互協調性の変化は内受容感覚の敏感さや感情認識の明瞭性に影響しない可能性が論じられた。

研究 4 では、日本人大学生を対象に質問紙調査を実施し、(1) 認知的再評価の使用傾向および抑制の使用傾向と普段の感情経験の傾向との関連が、相互独立性・相互協調性の個人差によって調整されるか、(2) 相互独立性・相互協調性と普段の感情経験の傾向との関連過程に、相互独立性・相互協調性が認知的再評価の使用傾向や抑制の使用傾向に繋がり、それらの使用傾向が普段の感情経験の傾向に結びつくという過程が含まれているか、という 2 点を検討した。その結果、認知的再評価の使用傾向と不快感情の経験傾向との関係性が相互協調性によって調整されたが、その調整効果は、相互協調性が高い者において、認知的再評価を頻繁に行っているほど、不快感情の経験傾向が低いという仮説を支持しない結果であった。この結果から、感情制御方略の日常的使用の効果に着目すると、認知的再評価は相互協調性が高い者にとっても有効な方略である可能性が論じられた。さらに、相互独立性・相互協調性、認知的再評価・抑制の使用傾向、快感情・不快感情の経験傾向の間の関係性を表現するモデルの検討結果から、相互独立性・相互協調性と普段の感情経験の傾向との関連過程には、認知的再評価の使用傾向と抑制の使用傾向を介する過程と介さない過程の両方が含まれる可能性が論じられた。

研究 5 では、調査会社のモニターを対象にウェブ調査を行い、研究 4 で得られた知見の追試を行った上で、身体的制御の使用傾向と普段の感情経験の傾向との関連が相互独立性・相互協調性によって調整されるかを検討した。まず、調査参加者を相互独立性と相互協調性の高低によって分割し、各群における相関係数の違いに基づき、感情制御方略の使用傾向と感情経験の傾向との関係性が相互独立性・相互協調性の高さによって異なるかを検討したところ、研究 4 と同様に、相互協調性が高い群において認知的再評価の使用傾向と不快感情の経験傾向が負の関連を示すという結果が得られた。さらに、研究 4 で示されたモデルと同一のモデルはデータへの適合が不十分であったが、研究 4 と同一の手続きで新たにパスモデルを検討したところ、2つのモデルには共通する関連箇所が複数見られた。この関連箇所を踏まえて、統計的エラーによるものではない意味のある関連について論じられた。最後に、独自作成した項目を用いて、身体的制御の使用傾向と感情経験傾向との関連が、相互独立性・相互協調性によって調整されるかを検討したところ、相互協調性が高い者において、身体的制御の使用傾向と不快感情の経験傾向が負の関連を示した。この結果から、日常的使用の効果に着目すると、認知的再評価と身体的制御はどちらも相互協調性が高い者において同程度に有効な感情制御方略である可能性が論じられた。

研究 6 では、不快感情喚起画像を視聴して生じた主観的な不快感情と生理反応の変化を、認知的再評価や腹式呼吸法によって実際に制御させ、その効果が相互独立性・相互協調性と関連するかを検討する実験を行った。その結果、感情経験時の身体反応を制御する上では、相互協調性の高さが認知的再評価の効果を抑制し、腹式呼吸法の効果を促進することが示され、「相互独立性が高い者には認知的再評価が有効である一方で、相互協調性が高い者には認知的再評価が有効でなく、身体的制御が有効だろう」という本研究の仮説は、身体的側面への効果という観点において部分的に支持された。しかし、ここでは、研究 4・研究 5 の結果を踏まえて、相互協調性はあくまで感情制御方略の効果を左右する一要因であるという理解をすることが適切だということが論じられた。

研究 7 では、相互独立性・相互協調性の状態的变化を引き起こすプライミング手続きを行い、行われるプライミングの内容の違いによって認知的再評価と腹式呼吸法による感情制御効果に違いが見られるかを検討する実験を実施した。その結果、2つの感情制御方略の効果に対するプライミングの影響は見られなかった。この結果から、研究 6 で示された相互協調性と感情制御方略の効果との関連が、相互協調性の一時的な状態変化によって敏感に変化する状況依存的な関連ではない可能性が論じられた。

以上の結果から、以下のことが考えられる。まず、感情の認識においては、相互独立性と相互協調性の特性的側面が、それぞれ相反する役割を果たしている。特性的な相互独立性の高さは感情の認識（もしくは、報告）を明瞭にし、特性的な相互協調性の高さは感情の認識を不明瞭にする。さらに、身体内部の感覚である内受容感覚が相互協調性の高さと感情認識の明瞭性との関係を説明するという役割を果たすと考えられる。一方、感情の制御においては、特性的な相互協調性が認知的再評価と身体的制御の効果を左右する個人差要因であると考えられる。しかし、認知的再評価と身体的制御の日常的使用の効果について検討した研究 4 および研究 5 に基づくと、それら 2 つの感情制御方略の有効性は相互独立性や相互協調性の個人差のみによって決定されるわけではないと考えるべきだろう。

終わりに、本論文の知見が、（1）今後の研究で感情の認識や制御における文化差についての仮説を構築する上での示唆に富んでいる、（2）感情認識の明瞭性やアレキシサイミアの文化差を内受容感覚という要因によって説明する新たな視点を提供する、（3）今後の感情制御研究の発展に寄与する、（4）心理療法の実践に対する臨床的示唆を持つ、という 4 つの点で有意義であることが論じられた。また、最後に、本論文の限界点と今後の課題が 6 点論じられた。(3,883 字)