

所属	心理学研究科 臨床心理学専攻 修士課程	修了年度	2021 年度
氏名	市川 万由奈	指導教員 (主査)	笹川 智子

論文題目	<b>認知的感情制御方略の使用傾向が精神的健康に与える影響 —場面呈示法による検討—</b>
------	--

### 本文概要

**【問題と目的】** 認知的感情制御方略は精神的健康と密接な関係を有していることが数多くの研究で報告されている。一方で、感情制御方略の使用傾向および効果は、当該の状況における種々の要因に規定されるという指摘がある (e.g., Gross & Thompson, 2007)。例えば、榊原 (2015) はネガティブ感情強度の高低によって肯定的再焦点化を除く 8 つの方略の使用傾向に有意な差が生じること、また肯定的再評価、破局的思考、反芻、自責が、不安・抑うつと相関する程度に差があることを報告している。さらに近年では、ネガティブ感情強度以外にも場面に対するコントロール可能性の評価や場面の特徴が感情制御に及ぼす影響についても注目が集まっている (e.g., Aldao & Nolen-Hoeksema, 2012; Troy et al., 2013)。そこで本研究では、場面によって認知的感情制御方略の使用傾向と精神的健康との関連がどのように異なるかについて、場面呈示法を用いた分析を行った。その際、場面ごとのネガティブ感情強度とコントロール可能性についても測定を行い、その影響性について検討した。

**【方法】** 調査対象者は大学生 133 名であった。オンライン調査の形式で、①日本語版 Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (榊原, 2015)、②ネガティブ感情強度 (10 件法による単項目の評定)、③認知的評価測定尺度 (鈴木他, 1998) の「コントロール可能性」因子、④Center for Epidemiologic Studies Depression Scale 日本語版 (島他, 1958) に対する回答を求めた。①、②、③については、上條・湯川 (2014) に基づき、就職活動の失敗 (場面 A)、サークル内のいじめ (場面 B)、母親の末期ガンの宣告 (場面 C) という 3 場面に関するビネットを呈示し、それぞれの場면을想像しながら回答するよう教示した。

**【結果と考察】** 3 場面におけるネガティブ感情強度、コントロール可能性と、各方略の使用頻度について分散分析を行った。その結果、場面 A は 3 場面の中で最も低いネガティブ感情強度と最も高いコントロール可能性を示し、肯定的再評価、大局的視点、受容、自責、肯定的再焦点化、適応方略の使用傾向が高かった。場面 B は中程度のネガティブ感情強度、コントロール可能性を示し、肯定的再焦点化、他者非難、不適応方略の使用傾向が高かった。場面 C は、最も高いネガティブ感情強度と最も低いコントロール可能性を示し、受容、計画への再焦点化、破局的思考の使用傾向が高かった。

次に、CERQ の各方略と抑うつの相関係数を場面ごとに算出した結果、不適応方略はすべての場面で抑うつと有意な正の相関を示したが、適応方略は場面間で抑うつとの関連に違いが見られた。具体的には場面 A では肯定的再評価、肯定的再焦点化、適応方略の使用が、場面 B では肯定的再焦点化の使用が、場面 C では肯定的再評価、適応方略の使用が抑うつ低減に有効であることが示唆された。

また、各方略の 3 場面における使用の分散と抑うつの相関係数を算出した結果、大局的視点の 3 場面における使用の分散と抑うつとの間に弱い有意な正の相関が示され、肯定的再焦点化の 3 場面における使用の分散と抑うつとの間に弱い有意な負の相関が示された。このことから、肯定的再焦点化のような方略は場面横断的に使用することが抑うつを下げるのに対して、同じく適応的な方略とされる大局的視点は、安定的に使用することでむしろ不適応をもたらす可能性が示された。総じて、抑うつの低減のためには場面のアセスメントと、方略の機能分析を行い、場面に即した方略を使用する必要があると考えられた。