修士論文要旨

拒絶後の感情抑制がネガティブ感情に与える影響の検討

The Investigation of the Effect of Emotional Suppression after Rejection on Negative Emotions

松元　智美（Satomi Matsumoto）　　指導：鈴木　伸一

問題と目的

感情抑制はネガティブ感情を抑えこむことで精神疾患のリスクを高めると言われている(Gross & John, 2003)。本研究では，拒絶体験後のネガティブ感情に対する感情抑制がその後の感情の変化に与える影響について検討することを目的とした。仮説は「対人的な拒絶を経験すると感情抑制した人は感情表出した人と比較して，ポジティブ感情の減少，ネガティブ感情の増加が維持する」とした。

方法

対象者：18歳以上の健康な大学生・大学院生24名（女性18名，平均年齢23.54±6.25歳）

実験期間：2015年７月～2015年11月

実験材料：

1）デモグラフィックデータ（年齢，性別）

2）感情制御：日本語版ERQ（吉津ら, 2013）

3）気分状態：日本語版PANAS（佐藤ら, 2001）

4）ストレス反応：SRS-18（鈴木ら, 1997）

5）うつ症状：日本語版CES-D（島ら, 1985）

実験課題：

1）サイバーボール課題（CB；Williams et al., 2000）；パソコン上で架空の相手とキャッチボールを行うコンピューター・プログラムである。本研究では，全員の参加者に均等にボールが回る受容試行，参加者にだけほとんどボールが回らない拒絶試行の２種類の試行を用いる。

2）報酬分配課題（Hoffman et al., 1994）；本研究では，CBを一緒に行う３人に対して，１つの試行につき30ポイントを参加者が自由にこれを分配することができ，最終的にはこのポイントによって本実験の謝礼が決まることが説明された。CB受容試行ではいずれの群も自由に分配するように教示されるが，CB拒絶試行後には群ごとに異なる教示が表示される。感情抑制群には自分と他者に平等に分配するように推奨され，感情表出群には自分に多く分配することが推奨される。

実験手続：はじめに質問紙（ERQ，CES-D，SRS-18，PANAS）への回答を求めた。続いて，CB受容試行を１試行，CB拒絶試行を３試行行った。各試行後には，報酬分配課題と質問紙（CB質問項目，PANAS）への回答を求めた。

倫理的配慮：早稲田大学人間科学学術院「人を対象とする研究に関する倫理審査委員会」の承認を得て実施された（承認番号：2014-284）。

結果

感情の変化を検討するために，時期と群を独立変数，PANAS下位尺度得点を従属変数とした２要因分散分析を行なった。その結果，ポジティブ感情においては，時期の主効果が有意であり，時期と群の交互作用が有意傾向であった（順に，$F(2, 41) = 5.01$, $p < .05$; $F(2, 41) = 2.48$, $p < .10$; Figure 1）。単純主効果の検定の結果，感情抑制群は受容試行よりも拒絶試行の３試行全てのポジティブ感情が有意に低いことが示された。ネガティブ感情においては，時期の主効果のみが有意であった（$F(2, 51) = 8.25$, $p < .01$; Figure 2）。

考察

本研究の結果から感情抑制群は，ネガティブ感情が一度増加した後に低減したこととは反して，ポジティブ感情は一度低減してしまうと回復に至ることがなかった。これまで，多くの研究が感情抑制によるネガティブ感情の増加に焦点を当ててきたが，今回の結果から，感情抑制を行うことでポジティブ感情が低減し，その低減した状態からの回復の難しさが精神的健康度に負の影響を及ぼしている可能性が示唆された。

本研究は治療場面においてネガティブ感情の低減だけでなくポジティブ感情の増加への介入の必要性についての基礎的な知見となったという点で意義のある研究であったと考える。

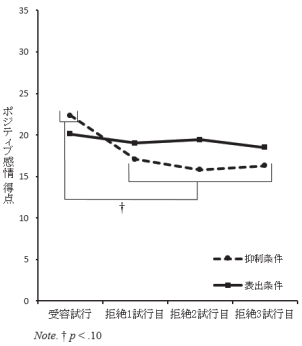


Figure 1
感情抑制と感情表出によるポジティブ感情の変化についての検討

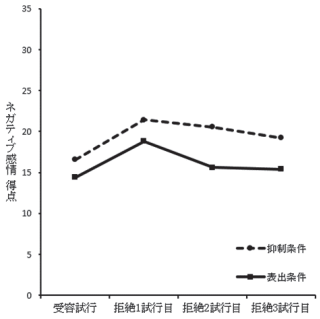


Figure 2
感情抑制と感情表出によるネガティブ感情の変化についての検討