

認知的対処のタイプと恐怖・不安反応に関する実験的検討  
— 最近の研究動向と今後の課題 —

神 村 栄 一\*      山 野 美 樹\*\*      岡 安 孝 弘\*  
嶋 田 洋 徳\*\*      坂 野 雄 二\*

**Recent Trend and Development of Experimental  
Researches on the Relationship between  
Cognitive Coping and Fear-anxiety Response**

Eiichi Kamimura\*, Miki Yamano\*\*, Takahiro Okayasu\*,  
Hironori Shimada\*\* and Yuji Sakano\*

**Summary**

Recently, experimental studies on psychological stress and coping behavior are in great progress and many empirical data have been accumulated according to this development. It is also the fact, however, we have conceptual and methodological confusion among recent experimental studies on the relationship between stress responses and cognitive coping behavior.

In this article, recent development of the studies on the relationship among stress responses, cognitive coping strategies, and coping styles were reviewed and further direction of researches on this theme was discussed from the theoretical framework of coping with stress.

**1. はじめに**

近年、ストレスに関する研究は大きな進歩を見せ、とりわけ、ストレスへの対処という観点からの心理学的研究の進歩にはめざましいものがある。しかし同時に、対処方略 (coping strategy) や対処スタイル (coping style) をどのようにとらえるかという問題には混乱が見られているのも事実である。

一般的に、認知的対処方略は、Lazarus およびその共同研究者たちの精力的な研究 (Lazarus & Folkman, 1984) によって、stressor そのものの

解決を目指す対処である「問題焦点型対処 (problem-focused coping)」と、stressor から生じる情緒的混乱の解消・鎮静化を目指す「情動焦点型対処 (emotion-focused coping)」という2つに分類することができるという考え方が広く支持されるに至っている。ところが、実験的検討を行う際に独立変数あるいは従属変数として取り上げられた対処方略・対処スタイルは、この分類に限られることなく、intellectualization (Speisman et al., 1964), repression-sensitization (Byrne, 1961, 1964), monitor-blunter (Miller, 1979; Miller & Grant, 1979), avoidant-vigilant cop-

\*人間健康科学科  
\*\*人間科学研究科

\* *Department of Human Health Sciences*  
\*\* *Graduate School of Human Sciences*

ing (Averill, 1973) といった多様な分類が多くの研究者によって行われている。しかしながら、これらの概念相互の関連や区別は明確にされていないのが現状である。たとえば、対処方略・対処スタイルの中には、type A 行動パターンのように、かなりの程度まで個人に固定的なパーソナリティ変数（以下、スタイルと表記する）として概念化されているものもあれば、avoidant thinking や vigilant thinking などのように、人格変数に影響されるものの、かなりの程度人格から独立した、特定の状況で生じる対処の型（以下、方略と表記する）として概念化されているものまで多様である。

一方、ストレス対処に関する最近の研究は、①特定の比較的広いフィールドに対し、主に調査データを中心に分析を加えた研究と、②実験室内で特定のストレス状況を設定し、そこで観察される諸反応（主観的評定／生理的覚醒／行動面のパフォーマンス等）を測定する研究に大別することができる。

そこで本総説では、これらのうちの後者について、しかも不安や恐怖を誘発されるストレス状況における主観的不安・恐怖の評定と精神生理学的反応を主な指標とし、これらの指標に及ぼす各種の認知的対処方略・対処スタイルの効果を検討した研究についての最近の動向をまとめ、ストレス対処に関する今後の研究課題を提起したい。

なお、ストレスの認知的対処に関する実験的研究においては、いかにして被験者の対処方略を実験的に操作するかという点がしばしば問題とされている。というのも、認知的対処とは、被験者の知覚－認知過程における情報処理による対処であるが故に、実験者のねらい通りの対処方略を被験者に実行させ、これを独立変数とするのは非常に困難であるからである。

そこで、これまでに行われてきた実験的検討は、①ストレス刺激と共に特定の認知的対処を促すような情報（教示）を被験者に与えることによって被験者の対処方略を操作する方法、②ストレス状況で採用される特定の認知的対処方略と確実に対応するような具体的行動を強制的に選択させ、その結果をそのまま認知的対処の方略の指標とする

方法、③認知的対処の次元をある人格特性と仮定し、この人格特性を用いて被験者のスクリーニングを行い、これに基づいて被験者を群分けし比較することによって認知的対処の操作とする方法、という大きく3つの方法に分類できる。これらのうち前2者は認知的対処方略の操作、そして後者は認知的対処スタイルの操作に該当するものである。

対処方略に関する研究全般が今日直面している最大の問題は、対処方略の分類法が充分確立されていないことにある。本総説で扱う認知的対処に関する実験的研究もこの問題をかかえている。とりわけ、先に述べたような、個人の人格との関連が浅い具体的な対処「方略」と、人格と深く結びついた対処「スタイル」は、もちろんこれら相互の関連を検討すること自体重要な研究テーマたり得るが（このテーマを取り上げた研究は本総説中で紹介されている）、同じ認知的対処とは言っても、当面はレベルの異なる研究として取り扱っていくべきであろう。したがって本総説では、上に述べた3つの認知的対処のアプローチのそれぞれについてこれまでの研究を展望し、最後にそれらを総括した上で、今後の課題をまとめて提示することにしたい。

## 2. 教示によって対処方略を操作し比較を行った研究

一般に認知的対処を実験状況で操作することは困難である。そのため、Davis 他(1987)の指摘にもあるように、「対処方略の実験的な操作は、それが非常に困難であるため、状態としてとらえるのではなく、特性としてあつかう」こととされる場合が多く、実験的に認知的対処の操作を試みた研究は少ない。

そうした中で、Speisman 他(1964)や Lazarus と Alfert (1964) は、ストレス刺激に対する認知的評価のプロセスに注目し、脅威刺激（割礼手術の映画）を提示する際に伴わせる解説によって被験者の認知的評価を操作した。ここでは、脅威を低減させるような映像内容に、防衛的な認知的評価を促進させるための解説として、①否認 (denial) と反動形成 (reaction formation) を促す情報、又

は②知性化 (intellectualization) を促す情報が与えられた。そして、これら2つのタイプの解説を与えられた①否認と反動形成群, ②知性化群, さらに③映像の脅威的な側面を強調した解説を与えられる外傷群, ④映像に対して解説が与えられない統制群, の4群におけるストレス反応の変化が比較検討された。その結果, 映像刺激を受ける際に, 否認と反動形成, 知性化を促すような解説を与えられた被験者は, 生理的なストレス反応 (心拍, 皮膚電気反応) が残りの2群と比較して小さいこと, さらに脅威刺激に対する感情的な混乱が変化していることから, 否認や反動形成, 知性化といった認知的評価の変化がストレス反応低減に有効であったことが示された。

また, Speisman 他 (1964) は, 認知的評価とMMPI 尺度の得点結果から測定された個人の特性との関連を調べている。それによれば, 否認的な防衛的態度を示す傾向の強い航空管制官では否認や反動形成を, 知性化傾向の高い学生では知性化を用いた対処方略の有効性が顕著であること, そしてその逆の組み合わせの場合では, 各認知的評価の教示はあまり有効性が見られないことが示されている。同様の結果は, Lazarus と Alfert (1964) においても観察され, MMPI 点で高い否認傾向のある者は否認解説によってストレス反応の減少が見られたが, 否認傾向の低い者にはストレス反応低減効果はみられないという結果が報告されている。なお, これらの研究は, Lazarus らの認知的評価理論のバックボーンとなったものであるが, 特性としての対処スタイルを無視することなくとりあげているところが注目できる研究である。

一方, avoidant thinking の効果に注目した Houston & Holmes (1974) の研究では, 48人の男性被験者が, 「実験期間中にときどき苦痛を伴う電撃を受けるであろう」と告げられるか (脅威条件), 電撃については何も告げられないか (非脅威条件) という状況の要因と, 認知的に avoidant-thinking 方略を用いる場合と用いない場合 (nonavoidant thinking) という対処方略の要因を組み合わせで構成される4つの群にランダムに振り分けられた。この場合の avoidant thinking は, 短い読み物を声を出して読むことへの従事を選択

することと定義された。従属変数としては, ベース期間と実験期間中の生理的測定 (脈拍, 皮膚電気抵抗) が記録され, また主観的な感情の変化の測定として Affect Adjective Checklist (Zuckerman, 1960) への自己報告が求められた。その結果, 脅威-avoidant thinking 条件の者が最も高い生理的覚醒を示した。また, 実験後の内省報告の分析から, 脅威-avoidant thinking 条件では被験者の42%の者が, 脅威-nonavoidant thinking 条件では被験者の83%の者が脅威に関して再評価を行っていることが示された。これらの結果にもとづいて, 彼らは, avoidant thinking 方略を用いるように教示されなかった被験者は脅威はそれほど深刻なものではないと再評価し, ストレスのレベルが減少していたが, avoidant thinking を用いた被験者では, 再評価をする機会がなく, したがってストレスは高い水準のままであったと報告している。

以上, 対処方略を教示によって操作する諸研究結果をまとめたが, これらの研究では認知的対処を記述, 分類する用語に統一がなく, また実験的な操作による研究がその後見あたらないこともあって, 以上の研究結果から十分な確証をもって結論を導くことは困難である。しかし, 脅威刺激の再評価を援助する情報は恐怖等の情動反応を減少させること, その過程には, 知性化や否認のような認知スタイルといった個人差変数が関与していること, 単に注意をそらすような方法では再評価は促進されず, むしろ恐怖反応を維持せしめることとなることなどが示唆される。なお, このような知見は, exposure によって恐怖・不安の低減を目指す行動療法の技法において, 「十分な情動の処理: emotional processing が恐怖の低減を左右する」という指摘 (Rachman, 1980; Foa & Kozak, 1986) と深い関連を持っているように思われる点は興味深い。

### 3. ストレス状況で採用された対処方略に基づいて比較を行った研究

具体的な対処行動として測定された認知的対処方略の違いによってストレス負荷中の各種反応を

比較する方法をとる研究としては、Averill 他の研究がよく知られている。そこでは、ストレス負荷中の対処の選択をできるだけ客観的に測定できるようにするため、被験者がいずれの対処方略を選択したのかが容易に判断できるような実験状況が設定されている。すなわち、脅威に関する情報を求めるか (vigilant thinking, あるいは monitoring), または、脅威から気を紛らすような方略を選択するか (avoidant thinking, あるいは bluntering) という次元についての検討が行われている。

Hare (1966) は、avoidant thinking の使用が生理的反応 (皮膚電気反応) に及ぼす効果について検討を加えた。彼の実験では、時計の秒針が30秒の位置に達するごとにショックが生じることが予期できるような状況で被験者の反応が記録された。被験者は、その内省から avoidant thinking の使用量によって高・中・低の3群に分類され、皮膚電気反応が比較された。その結果、high-avoidant な被験者は抑圧を試みたにもかかわらず部分的にしか成功せず、avoidant thinking の使用にともなって、皮膚伝導度のレベルが増加していた。

avoidant thinking 方略の効果の検討を行った研究には、Averill と Rosenn (1972), Monat 他 (1972) があげられる。まず、Averill と Rosenn (1972) の実験では、被験者は電撃到来の時期を正確に告げられないまま電撃の到来を待つという状況におかれた。このような状況において、被験者は、①音楽を聴くことによって脅威的な状況に関して考えることを避ける、②電撃が到来する前に発せられる音を聴くことによって脅威に関する情報に注目する、というどちらかの対処方略を選択することが可能であった。ここでは、音楽を選択することは avoidant な対処であり、電撃に関する情報を求めることは vigilant な対処であると定義された。その結果、脅威状況について考えることを避けること (avoidant 方略) を選択した者は、そうでない者と比較してより大きな生理的覚醒を示したのである。

Monat 他 (1972) の研究では、①被験者は電撃の到来確率は予期できるが、いつ電撃が到来するかは予期できない (時期的不確かさ)、②被験者はいつショックが起るかは予期できるが、電撃の

到来確率は予期できない (事象の不確かさ) という2条件の下で選択される対処方略、および生理的ストレス反応の比較が行われた。そして、被験者の自己報告から、それぞれの条件下で採用された対処方略を推測した結果、avoidant な思考を用いた場合には、脅威に注意した vigilant な対処を選択した場合に比べ、より少ない生理的ストレス反応を示したと報告されている。

以上見てきたように、Hare (1966) と Averill と Rosenn (1972) は、avoidant thinking は大きな生理心理学的ストレス反応を生じるとしているが、Monat 他 (1972) は、avoidant thinking はより少ないストレス反応と関連しているという結果を得ており、一致した結果は得られていない。しかし、これらの研究は、実験場面における研究ではあっても、対処方略の効果について、あくまでも主体が自発的に選択した方略に基づいて対処方略の効果について検討したものであり、個々の対処方略とその反応との関連をみるためには非常に有効な方法であると思われる。

一方、Miller (1979) の研究では、ショックの脅威に直面するとき、音楽を聞くことによってそれらを紛らわすか (distracting), ショックを予告する合図をモニターするか (monitoring) といういずれかの対処を選択することが可能な状況の中で、対処方略選択と精神生理学的覚醒、および主観的覚醒が調べられた。その結果、被験者はショックの回避が可能なうちは monitoring を選択していた。また、ショックの回避が不可能な場合でさえ monitoring を試みる者も見られた。さらに、覚醒 (生理的、主観的) は一貫して monitor 条件の場合で高いという結果であった。そして、この覚醒は、ショックが回避不可能な場合に最も顕著であった。これまでの研究では一般的に、人は非予期的な脅威よりも予期的な脅威を好むということが示されている (Elliott, 1969; Furedy et al., 1972; Jones et al., 1966; Monat et al., 1972)。また、どちらの方略を選択した場合に生理的覚醒や主観的覚醒が高いかという点に関しては、大部分の研究が、予期的方略を選択した場合に大きな覚醒を生じると報告している (Elliott, 1969; Gaebelein et al., 1974; Geer & Maisel, 1972;

Glass et al., 1974; Mansueto & Desiderato, 1971; Monat, 1976; Monat et al., 1972; Price & Geer, 1972)。しかし、予期的・非予期的な条件の間に相違は見い出されないとする研究結果が認められることも事実である (Elliott, 1969; Gaebelein et al., 1974; Glass et al., 1969)。

以上の諸研究を展望すると、次のようなことが言えるだろう。すなわち、Averill や Miller などの一連の研究は、脅威の子期における不安反応を扱って検討している。しかし、現実には脅威刺激にさらされ、そこで具体的な行動をとりながら情動を調整していくことが求められる場合では、必ずしも同様の結果がもたらされるとは限らない。

Janis (1958, 1965) によれば、脅威に対して否認的な対処をとる者は、“work of worrying (憂慮の作業)”による準備が不十分なために効果的な対処をとることができないと指摘されている。つまり、予期的段階で十分な不安を表出し、予想される脅威の情報を集めるような行動を選択する者は、実際にその脅威にさらされた際に、より適応的な反応を示すと考えた。この仮説の検証を試みた Veasey (1980) は、Byrne の尺度に基づいて抽出された repressor と sensitizer の間で、電撃が与えられるという脅威がある状態における生理的覚醒と暗算課題の遂行の比較を行った。しかし、彼女の研究では、Janis の仮説は検証されなかった。一方、神村 (1990) は、同じく Byrne の尺度を用いて、ネズミ恐怖を示す女子大学生の中から repressor と sensitizer を抽出し、安静期、ネズミが目の前にさらされることが予告された時期、実際にネズミにさらされた時期の主観的恐怖と心拍率、皮膚電位を比較した。その結果、sensitizer では、予期的段階から実際に恐怖刺激に暴露される段階になると、主観的恐怖感と生理的覚醒の減少が認められたにも関わらず、repressor では逆に、主観的恐怖感と生理的覚醒の両指標において恐怖反応が高まる傾向のあることが確認された。従来の研究は、電撃の予告そのものを脅威として扱っているが、これはあくまでも予期的な脅威である。如何に自己の情緒的混乱を調整しながら問題解決を押し進めるかという点について検討を加えるならば、そうした予期的な脅威が与えられる状況と、実際

に脅威にさらされている状況とを区別した上で検討していく必要があると思われる。このように考えると、blunting 的な対処が monitoring 的な対処よりも不安反応が低いという Miller 他の研究結果も、電撃の脅威を予告された時期における反応を比較したのみであり、電撃を実際に受けることによって混乱が頂点に達した時点での比較まで行われなければ、Janis の仮説を確認することはできない。

また、実験状況において採用された対処を統制したとしても、対処行動の効果がストレス低減に寄与する過程にはさまざまな要因が介在すると考えられる。しかしながら、この点に関しては、少なくともこれまでの実験的検討においては検討されていない。

たとえば、個人が特定の対処方略を選択することによって情動をどの程度コントロールできると認知しているか、あるいは、対処方略に対して個人がどのような期待感をもっているかという要因も無視できないものであろう。すなわち、この要因は、設定された特定の実験場面においてある対処方略の実行を求められた際に、その対処方略をどの程度狙いどおりにとることができるのか、その対処をとることによってどれだけの効果もたらされると期待しているかという、自己の対処に対する効力感 (期待の認知) とも表現することができるものである。また、個人が習慣的に選択している対処方略が何らかの原因で採用できずに、その代わりとなる対処を選択するように要求された場合、対処変更についての柔軟性や、代わりとなる対処方略をどれだけ採用した経験があるかといった対処のための自己資源の多様性なども、実験状況での対処の有効性に影響を及ぼす要因になり得ると考えられる。しかし、これらの点に関してもこれまで検討は加えられていない。

さらに、実験状況で対処方略を強制的に選択させた際には、個人の日常の対処スタイルとの一致・不一致がストレス反応の発生に大きな影響を及ぼすものと考えられる。ところが、実際の対処方略と個人の対処スタイル要因との対応関係を検討した研究は多いわけではない。わずかに、Miller (1983) と山野他 (1991) の研究が見られるのみである。

Miller(1983)は、個人の対処スタイル(*monitor-blunter*)と提示された情報の操作の組み合わせ(*monitoring*を促す情報-*blunting*を促す情報)との交互作用がもたらす不安低減効果の検討を行っている。その結果、個人の対処スタイルと提示された情報のタイプが一致した場合、不安からの回復過程がもっとも良好であることを示している。一方、山野他(1991)は、実験室内でストレス場面を特定して、同様の検討を行なった。用いられたストレス場面は、異性の観察者の前で性的描写映像を見ることであった。そこでは、個人が不安の表出を抑圧するかあるいは表出するかという対処スタイルと抑圧的-表出的方略選択とが組み合わせられ、それぞれの組み合わせで生じるストレス反応(心理的、生理的)の変化が比較検討された。その結果、生理的指標のうち最低血圧とSCLでは、対処スタイルと対処方略が一致した場合にストレス反応が低減するという関係が認められた。また、主観的な情動反応は対処スタイル間では差異が見られず、どちらの対処スタイルをとる者も、抑圧的対処方略を用いた方が気分的に楽であったと自己報告していた。

Millerの実験と山野の実験では、用いられたストレス刺激に違いがあり、前者では身体脅威的なストレスが用いられ、後者では自我脅威的なストレスが用いられている。したがって、これらの結果の直接的な比較は難しいと言えよう。しかしながら、個人の対処スタイルと実際に選択された対処方略の組み合わせによるストレス低減の促進・妨害効果については、いまだにデータが不十分であるというのが現状であり、今後の研究の発展が期待される場所である。

#### 4. 対処スタイルの個人差に基づいて 比較を行った研究

脅威に対する対処方略は、個人内でかなりの程度まで安定しており、これは個人の特性、あるいはスタイルとして捉えることができる。これまで、こうした個人的特性、あるいは個人の対処スタイルがストレス状況での情動反応にどのような影響を及ぼしているかについては比較的多くの研究が

行われている。こうした実験的研究では、主として特性、あるいはスタイルの違いを予測することのできる尺度を用いて被験者を抽出し、特定のストレス状況で観察される反応を比較検討するという方法がとられている。

さて、このような尺度として最もよく用いられているものは、Byrne(1961)による *repression-sensitization* 尺度である。この尺度を用いた実験的研究では、主観的な不安や恐怖、怒りなどの評定と、各種生理指標や行動指標との間に不一致が観察されること、とりわけ抑圧的対処スタイルを持つ人はしばしば、生理指標と行動指標で顕著な不安反応を示す一方で、主観的には不安の高まりを低く報告するという結果が数多く示されている(Lomont, 1965; Hare, 1966; Hodge 1976; Levitt 1967; Scarpetti, 1973; Weinstein et al., 1968; Jamner et. al., 1968; Kahn & Schill, 1971; Linden et al., 1986; Schalling, 1971; 相馬, 1978; 相馬, 1980)。しかしこのような結果が得られなかった研究(Simal & Herr, 1970; Baldwin, 1972; Stein, 1971)や、逆の結果を示した研究も見られている(Davidson & Watkins, 1971; Snortum & Wilding, 1971)。このように研究結果の一致が見られない原因としては、Byrneの尺度の妥当性に問題があるためではないかとの批判がなされている(Golin et al., 1967; Holmes, 1974; Slough, 1984)。

Weinberger他(1979)は、MASでは低い特性不安を示す者に含まれる“*truly low-anxious*”と“*repressor*”とをMarlow-Crowne Scaleを用いて区別し、これに“*high-anxious*”を加えた3群の間で、連想課題中のHR覚醒、皮膚抵抗反応、前頭部筋緊張などの生理指標、および、言語連想に関する指標の比較を行った。そして、3つの生理指標における差は有意であり、*repressor*は低い特性不安を示していたにもかかわらず、*low-anxious*よりも高い覚醒を示していたという結果を報告している。また、Asendorpf他(1983)は、Weinberger他(1979)と同様にMASとMarlow-Crowne Scaleを用いて、*low-anxious*, *repressor*, *high-anxious*, および、*defensive high-anxious*を抽出し、自律系、言語的、非言語的の反応に表れる反応

のずれを検討した。不安が喚起されるような自由連想課題中の自律系の覚醒、表情に表れた感情の評定、自己報告感情が測定されたが、repressor群は低い自己報告不安と高い心拍と高い表情における不安を示し、low-anxious群は、中程度の主観的不安、低い心拍と顔面不安を示していた。さらに、high-anxious群は3つの指標全てに高い値を示し、defensive high-anxious群は中程度の不安反応を示したという結果を報告している。一方、神村(1989a)は、Marlow-Crowne Scaleの日本語版を作成し、さらに、男子大学生を被験者として、より日常的なストレス状況として「初対面の女性に面接される」という予告を与え、待機している最中の生理的覚醒と状態不安の測定を行った(1989b)。その結果、repressorはsensitizerやlow-anxiousよりも平均的に高い心拍率の増加を示したにもかかわらず、主観的不安感の増加量は3群中最も低かった。

以上3つの研究は学生を対象としたものであるが、King他(1990)は、健常な中年の男女を対象として、repressiveな対処スタイルと、安静時、および知的課題解決中の血圧反応の間の関係を検討している。120名の中年男女からrepressor, low-anxious, moderately anxious, defensive moderately-anxiousが抽出され、各群の血圧反応が比較された。そして、repressorは他の群と比べ、知的課題解決中および安静時での最高血圧反応が大きいという結果を示している。

以上の研究の他にも、生理的測定ではrepressiveな者は慢性的なディストレスを訴える被験者と同じくらいか、あるいはそれ以上の高い覚醒を示すという報告は数多い(筋緊張と皮膚電気抵抗でGudjonson, 1981; 心拍でKiecolt-Glaser, 1983; Levenson & Mades, 1980; 成長ホルモンでKosten et al., 1984; 免疫機能でBahnon, 1981; Jamner et al., 1988; Jensen, 1987; McHugh, 1985)。

さて、これらの指標間で不一致が生じる理由としては、個人の自己知覚の不正確さ(Sackheim & Gur, 1978)あるいは、自己欺瞞(self-deception)的評価がしばしば指摘されている。しかしながら、Schactor & Singer (1962)の研究をひきあいに

出すまでもなく、生理的な覚醒がそのまま特定の情動の存在を裏づけるとは考えにくい。まして、Lang (1968)が主張しているように、不安や恐怖反応が主観的言語報告、生理的覚醒、行動面での混乱という3つの反応系でかなりの程度独立しているものであるとすれば、「生理指標などの客観的指標こそが、不安や恐怖の直接的な反映であり、これらの指標と主観的言語報告の間に一致が見られない場合は、主観的言語報告に特定のバイアスがかかっている」とする精神力動的な抑圧概念を踏襲するような立場からの理解は妥当でないと思われる。

主観的なdistressを報告することは少ないものの、生理指標などにおいて高い覚醒を示すrepressorタイプについての研究は、知覚的防衛理論および力動論的防衛理論的な発想から展開されてきた。しかし、恐怖・不安を多面的に測定し、しかもそれらをシステム理論的にとらえようとする最近の立場(Crits-Cristoph & Schwartz, 1983)からすれば、それぞれの指標に反映される心理・生理的次元は相互に独立しており、いずれかの反応系が他の反応系に一方的に影響を及ぼすような関係にはないことが強調されている。したがって、ストレス反応と対処スタイルとの関連をこれらの指標から検討する際には、個々の対処タイプに特有の、反応表出における特徴をまず記述した上で、各指標が反映する心理・生理的情動次元についての基礎的研究の成果と照らしあわせながら対処の特徴を記述していく必要があるだろう。しかしながら、これまでの研究は、repressor, sensitizer, truly low-anxiousなどの対処スタイルが、各種反応にどのような違った影響を及ぼすかという現象の確認にとどまっており、対処スタイルとそのスタイル特有の反応パターンとの対応を説明するための資料を提供するような研究報告は決して多くない。

ところで、神村(in press)は、Maolow-Crowne ScaleとMASを用いて抽出されたrepressor, sensitizer, low-anxiousに属する男子大学生を対象に、神村(1989b)と同様に、初対面の女子大学生と面接をするというストレス状況において、HR、皮膚伝導度、行動観察による不安行動の生起頻度、および主観的評定の継時的測定を行い、それらの

データを比較した。その結果、主観的不安感の自己評定に関しては3つの群の間に差は見られなかったが、low-anxiousはあらゆる指標で不安反応が小さいのに対し、repressorはHRにおいて高い覚醒を示すという、これまでのrepressorに関する研究結果をほぼ支持する結果を得ている。この研究で注目すべき点は、外顕行動における各群の違いである。初対面の異性の面接者から面接を受け、それに回答するという課題状況で、repressorとlow-anxiousは積極的に面接に取り組む傾向にあることが発話量の比較などから明らかになる一方、sensitizerは発話も少なく、受動的回避的な反応を見せることが確認された。このような結果から神村は、low-anxiousとrepressorは、面接で話をするという社会的なストレス状況で、積極的な対処方略(Oblist,1976)を選択し、そのためのコストとして高い生理的覚醒を示すのに対し、sensitizerは、積極的な対処をとることが少なく、そのために生理的覚醒も比較的強く抑制されたと考察している。

なお、Marlow-Crowne ScaleとMASを用いた神村他(1991)の研究では、面接ストレス下における主観的不安感、生理的覚醒、行動面での不安反応に加え、面接に関する情報の保持量が比較された。その結果、low-anxiousタイプがすべての指標において不安が比較的低い状態にあったことが確認された。

不安や恐怖といったストレス反応が、主観的評定、生理的覚醒および外顕行動の3つの次元で、相互にかなりの程度独立しているシステムを構成しているとするならば、情動焦点型の対処方略も、例えば主観的評定の安静化に効果が顕著であるが生理的な覚醒の制御には効果が少ないため生理的に高い覚醒を生じるような方略とか、行動面の不安反応の抑制と適応的な反応の形成に効果を見せない対処方略などが存在すると考えられる。前者の例はrepressorスタイルに、そして後者の例はsensitizerスタイルに仮定される対処方略のメカニズムである。いずれも対処の効果という点では不完全であるが、low-anxiousタイプはすべての反応系において不安制御のすぐれたスタイルであると考えられよう。いずれにせよ、これらの仮説を実

証するためにはよりいっそうの、多面的な測定を行った上でのデータが必要である。

## 5. おわりに

認知的対処の方略とスタイルに関する実験的研究について、それぞれの手続きと結果について比較しながら論じてきたところ、すくなくとも、未だ概念と用語の統一や整理は完成されていないものの、認知的対処方略とスタイルのほとんどは、①脅威から心理的に遠ざかり、他に注意をそらすような対処と、②脅威に注意を向け、問題解決的な対処に備えようとする対処に大別できることがわかる。また、今後の研究課題としては、次のような3点が明らかにされる必要があることが示唆される。

- (1) 脅威に接近するような認知的対処方略と脅威から遠ざかろうとする方略のストレスによって引き起こされる恐怖・不安低減効果は、いずれか一方があらゆる状況において優れているというような結論を導き出すことは不可能なようである。多くの研究が示唆することは、むしろ、ストレスの種類、例えばEnder(1975)の指摘するような、自我脅威場面、身体脅威場面など、予期的脅威の段階かあるいは実際に脅威にさらされている段階かという違い、あるいはその対処を行う個人の資質がどうであるかといった要因によって異なるということである。今後は、これらの対処方略のストレス低減効果を左右するような諸要因について検討を加えていく必要があるだろう。Lazarus(1983)は最近発表した論文の中で、各対処方略を選択する際に要求されるコスト(心理・生理的負荷)と、その対処を採用することによって得られる利益(ストレス反応低減効果)に着目し、この二つのバランスから対処方略・スタイルを評価するという視点を提供したが、各種の認知的対処方略に関しても、このバランスをさまざまな要因との関連から評価していく必要があるだろう。
- (2) 個人の資質や個人が自己の対処方略をどのように評価しているかといった変数と、個々の対処方略有効性との関係を調べていく研究も重要である。特定のストレス状況である対処方略を

選択することが一般に有効であることが確認されている場合であっても、その対処方略が個人の対処方略のレパートリーの中に備えられていない場合、あるいは、備えられていてもそれを充分有効に発揮できない場合などにおいて、いずれの方略にコストをかけるべきか、現在までのところ明確な解答を与えてくれる研究報告はほとんど見あたらない。しかしこのような研究は、ストレスマネジメントに携わる臨床領域においても非常に有用な知見をもたらすものと期待される。

- (3) repressor や sensitizer といった対処スタイルはしばしば、「主観的な不安・恐怖の指標と客観的な指標との間に不一致を見せる」ことが広く確認されている。このような特徴は、それぞれの対処スタイルの機能的特性を明らかにするヒントであると期待されるが、これまでの研究は各スタイルの示すストレス反応の現象確認にとどまっている。それぞれの対処スタイルを持つ者が、不安喚起状況におかれた際、いずれの系に脆弱さを示すかという点を明らかにしたり、外顕行動を含め、具体的、多面的な対処の過程を記述したりしながら、それぞれの対処スタイルのメカニズムについて綿密に検討していく必要があろう。

以上のような課題を解決することによって、ストレス対処のメカニズムはいっそう明らかにされるとともに、臨床場面においてストレスマネジメントをより容易に達成するための有用な情報が提供されるものと思われる。

#### 引用文献

- Asendorpf, J.B. & Sherer, K.R. 1983: The discrepant repressor: Differentiation between low anxiety, high anxiety, and repression of anxiety by autonomic-facial-verbal pattern of behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45, 1334-1346.
- Averill, J.R. 1973 Personal control over aversive stimuli and its relationship to stress. *Psychological Bulletin*, 80, 286-303.
- Averill, J.R., & Rosenn, M. 1972: Vigilant and nonvigilant coping strategies and psychophysiological stress reactions during the anticipation of electric shock. *Journal of Personality and Social Psychology*, 23, 123-141.
- Bahnon, C.B. 1981 Stress and cancer: The state of the art. *Psychosomatics*, 22, 207-220.
- Baldwin, B.A. 1972 Autonomic stress resolution in repressors and sensitizers following microcounseling. *Psychological Reports*, 31, 743-749.
- Byrne, D. 1961: The repression-sensitization scale: Rationale, reliability, and validity. *Journal of Personality*, 29, 334-349.
- Byrne, D. 1964 Repression-sensitization as a dimension of personality. In B.A. Maher (Ed.), *Progress in experimental Personality research*. Vol. 1. New York: Academic Press.
- Crits-Christoph, P., & Schwartz, G.E. 1983: Psychophysiological Contributions to Psychotherapy Research: a system perspective. (Gale, A., Edwards, J.A.) *Physiological correlates of human behavior*, Vol. 3: *Individual differences and psychopathology*, Academic Press, 247-263.
- Davidson, P.O. & Watkins, R.E. 1971: Repressor-sensitizer differences in psychiatric patients on repeated exposures to film induced stress. *Psychological Reports*, 28, 159-162.
- Elliott, R. 1969 Tonic heart rate: Experiments of the effects of collative variables lead to a hypothesis about its motivational significance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 12, 211-228.
- Endler, N.S. 1975: A person-situation interaction model for anxiety. In C.D. Spielberger & I.G. Sarason (Eds.), *Stress and Anxiety* (vol. 1). Washington, D.C.: Hemisphere.
- Foa, E.B. & Kozak, M.J. 1986 Emotional processing of fear: Exposure to corrective information. *Psychological Bulletin*, 99, 20-35.
- Furedy, J.J., Fainstat, D., Kulin, P., Lasko, L., & Nichols, S. 1972: Preparatory-response versus information-seeking interpretation of preference for signalled loud noise: Further limits on human informational cognitive control. *Psychonomic Science*, 27, 108-110.
- Gaebelein, J., Taylor, S.P., & Borden, R. 1974 Effects of an external cue on psychophysiological reactions to an external event. *Psychophysiology*, 11, 315-320.
- Geer, J.H., & Maisel, E. 1972 Evaluating the effects of the prediction-control confound. *Journal of Personality and Social Psychology*, 23, 314-319.
- Glass, D.C., Singer, J.E., & Friedman, L.N. 1969: Psychic cost of adaptation to an environment.

- tal stressor. *Journal of Personality and Social Psychology*, 12, 200-210
- Glass, D.C., Snyder, M.L., & Singer, J.E. 1974 : Periodic and aperiodic noise : The safety signal hypothesis and noise aftereffects. *Physiological Psychology*, 1, 361-363.
- Gudjonson, G.H. 1981 : Self reported emotional disturbance and its relation to electrodermal reactivity, defensiveness and trait anxiety. *Personality and Individuable Differences*, 2, 47-52.
- Hare, R.D. 1966 : Denial of threat and emotional response to impending painful stimulation. *Journal of Consulting Psychology*, 30, 359-361.
- Hodges, W.F. 1976 The psychophysiology of anxiety. In M.Zuckerman & C.D. Spielberger(Eds.), *Emotion and anxiety* : New concepts, methods, and applications. New York : Halsted Press.
- Holmes, D.S. 1974 : Investigation of repression : Differential recall of material experimentally or naturally associated with ego threat. *Psychological Bulletin*, 81, 632-653.
- Houston, B.K., & Holmes, D.S. 1974 : Effect of avoidant thinking and reappraisal for coping with threat involving temporal uncertainty. *Journal of Personality and Social Psychology*, 30, 382-388.
- Jamner, J.D. & Schwartz, G.E. 1986 : Self-deception predicts self-report and endurance of pain. *Psychosomatic Medicine*, 48, 211-223.
- Jamner, L.D., Schwartz, G.E., & Leigh, H. 1988 The relationship between repressive and defensive coping styles and monocyte, eosinophile, and serum glucose levels : Support for the opioid peptide hypothesis of repression. *Psychosomatic Medicine*, 50, 567-575.
- Janis, I, L, 1958 : *Psychological Stress*. New York : John Wiley & Son.
- Janis, I.L. 1965 : Psychodynamic aspects of stress tolerance, In S.Z. Kanusner (Ed.), *The quest for self control : Classical philosophies and scientific research*. New York : Free Press.
- Jensen, M.R. 1987 : Psychobiological factors predicting the course of breast cancer. *Journal of Personality*, 55, 317-342.
- Jones, A., Bentler, P.M., & Petry, G. 1966 : The reduction of uncertainty concerning future pain. *Journal of Abnormal Psychology*, 71, 87-94.
- Kahn, M. & Schill, T. 1971 : Anxiety report in defensive and nondefensive repressors. *Journal of Consulting and clinical Psychology*, 36, 300.
- 神村栄一 1989a : Marlowe-Crowne の社会的望ましさの尺度の尺度特性に関する研究(1) 日本心理学会第53回大会発表論文集, 198.
- 神村栄一 1989b : 抑圧的対処傾向が不安反応の不一致 (desynchronony) に及ぼす影響 筑波大学臨床心理学論集, 4, 41-48.
- 神村栄一・佐々木雄二 1990 : 抑圧-感作次元が脅威刺激下の情動反応に及ぼす影響-イメージ想起時と現実暴露時の比較から- 筑波大学心理学研究, 12, 191-198.
- 神村栄一 in press 情動焦点型の認知的対処の個人差が不安反応の表出に及ぼす影響 : repressor, sensitizer 及び low-anxious の比較 行動療法研究
- 神村栄一・佐々木雄二 1991 : 認知的対処と不安水準の個人差が面接ストレス場面の諸反応に及ぼす影響-repressor, sensitizer, low-anxious, repressive-anxious の比較-日本行動療法学会第17回大会発表論文集, 64-65.
- Kiecolt-Glaser, J.K. & Greenberg, B. 1983 : On the use of physiological measures in assertion research. *Journal of Behavioural Assessment*, 5, 97-109.
- King, A.C., Tayler, C.B., Albright, C.A. & Haskell, W.L. 1990 : The relationship between repressive and defensive coping styles and blood pressure responses in healthy, middle-aged men and women. *Journal of Psychosomatic Research*, 34, 461-471.
- Kosten, T.R., Jacobs, S., Mason, J., Wahby, V. & Atkins, S. 1984 : Psychological correlates of growth hormone response to stress. *Psychosomatic Medicine*, 46, 49-58.
- Lang, P.J. 1968 : Fear reduction and fear behavior : Problems in treating a construct. In J. Shlien (Ed.), *Research in Psychotherapy* (Vol. 3). Washington : American Psychological Association.
- Lazarus, R.S. 1983 : The costs and Benefits of Denial. In : Breznits, S. ed. *The Denial of Stress*. New York. International University Press.
- Lazarus, R.S. & Folkman, S. 1984 : *Stress, Appraisal, and Coping*. New York : Springer.
- Lazarus, R.S. & Alfert, E. 1964 : Short-circuiting of threat by experimentally altering cognitive appraisal. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 69, 195-205.
- Levenson, R.W. & Madas, L.L. 1980 : Physiological response, facial expression, and trait anxiety : Two method for improving consistency. Paper presented at the Society for Psychophysiological Research, Vancouver, British Columbia.

- Levitt, E.E. 1967 : *The psychology of anxiety*. New York : Bobbs-Merrill.
- Linden, W., Paulhus, D.L., & Dobson, K.S. 1986 : Effects of response styles on the report of psychological and somatic distress. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 54, 309-313.
- Lomont, J.F. 1965 : The repression-sensitization dimension in relation anxiety responses. *Journal of Consulting Psychology*, 29, 74-86.
- Mansueto, C.S., & Desiderato, O. 1971 : External versus selfproduced determinants of fear reaction after shock threat. *Journal of Experimental Research in Personality*, 5, 30-36.
- Miller, S.M. 1979 : Coping with impending stress : Psychophysiological and cognitive correlates of choice. *Psychophysiology*, 16, 572-581.
- Miller, S.M. & Grant, R.P. 1979 : The blunting hypothesis : A view of predictability and human stress. In P.O. Sjoden & S. Bates (Eds.), *Trends in behavior therapy*. New York : Academic Press.
- Miller, S.M. & Mangan, C.E. 1983 Interacting effects of information and coping style in adapting to gynecologic stress : Should the doctor tell all? *Journal of Personality and Social Psychology*, 45, 223-226.
- Monat, A. 1976 : Temporal uncertain, anticipation time, anticipation time, and cognitive coping under threat. *Journal of Human Stress*, 2, 32-43.
- Monat, A., Averill, J.R. & Lazarus, R.S. 1972 : Anticipatory stress and coping reactions under various conditions of uncertainty. *Journal of Personality and Social Psychology*, 24, 237-253.
- McHugh, M.K. 1985 Psychosocial aspects of cancer : A review. *Topics of Clinical Nursing*, 7, 1-9.
- Price, K.P. & Geer, J.H. 1972 : Predictable and unpredictable aversive events : Evidence for the safety-signal hypothesis. *Psychonomic Science*, 26, 215-216.
- Rachman, S. 1980 : Emotional processing. *Behaviour Research and Therapy*, 18, 51-60.
- Scarpetti, W.L. 1973 : The Repression-Sensitization dimension in relation to impending painful stimulation. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 40, 377-382.
- Schalling, D. 1971 Tolerance for experimentally induced pain as related to personality. *Scandinavia Journal of Psychology*, 12, 271-281.
- Slough, N., Kleinnecht, R.A., & Thorndike, R.A. 1984 Relationship of Repression-Sensitization scales to anxiety. *Journal of Personality and Psychology*, 48, 378-379.
- 相馬壽明 1978 : Repression-Sensitization次元における防衛反応の差異—言語連想を中心に—心理学研究, 49, 30-35.
- 相馬壽明 1980 : Repression-Sensitization次元における防衛反応の差異—非言語反応と言語反応について—心理学研究, 51, 113-119.
- Speisman, J.C., Lazarus, R.S. & Mordkoff, A. 1964 : Experimental reduction of stress based on ego-defense theory. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 68, 367-380.
- Shachter, S., & Singer, E. 1962 : Cognitive, social, and psychological determinants of emotional state. *Psychological Review*, 69, 379-399.
- Shipley, R.H., Butt, J.H., Horwitz, B. & Farbray, J. E. 1978 : Preparation for a stressful medical procedure: Effect of amount of stimulus preexposure and coping style. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 46, 499-507.
- Simal, F.G., & Herr, V.V. 1970 Autonomic responses to threatening stimuli in relation to the repression-sensitization dimension. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 76, 106-109.
- Snortum, J.R. & Wilding, F.W. 1971 : Temporal estimation and heart rate as a function of repression-sensitization score and probability of shock. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 37, 417-422.
- Stein, S.H. 1971 Arousal level in repressors and sensitizers as a function of response context. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 36, 386-394.
- Taylor, J.A. 1953 : A Personality scale of manifest anxiety. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 48, 285-290.
- Veasey, D.F. 1980 : Emotional, cognitive and physiological vulnerability of sensitizer and repressors to two types of stress. Dissertation information service, UMI.
- Weinberger, D.A., Schwartz, G.E., & Davidson, R. J. 1979 : Low-anxious, high-Anxious, and repressive coping styles, psychometric patterns and behavioral and physiological responses to stress. *Journal of Abnormal Psychology*, 88, 369-380.
- Weinstein, J., Averill, J.R., Opton, E.M., Jr. & Lazarus, R.S. 1968 : Defensive style and discrepancy between self-report and physiological index of stress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 10, 406-413.

山野美樹・神村栄一・坂野雄二 1991：対処の個人差と選択した対処がストレス反応に及ぼす影響，日本行動療法学会第17回大会発表論文集，66-67.

Zuckerman, M. 1960 The development of an affect adjective check list for measurement of anxiety. *Journal of Consulting Psychology*, 24, 456-462.