

進路と部活に関する自伝的記憶を想起した時の感情状態変化に関する研究 —想起テーマの特定性を要因に加えて—

兵藤宗吉 (中央大学)

キーワード：自伝的記憶，感情状態変化，テーマの特定性

問題・目的

自伝的記憶の想起にはネガティブ気分が低減する感情制御の効果があることが示唆されている(兵藤, 2014; 兵藤・浅野, 2013; 兵藤・中山・小川, 2013; 兵藤・李, 2015)。さらに兵藤(2016)は自伝的記憶の特定性を操作したうえで、「友人」と「校則」という想起手がかりのもとで感情制御の効果についての検討を行った。その結果、想起手がかりの特定性が高い条件においてのみ多面的感情状態尺度(寺崎・岸本・古賀, 1992)の倦怠因子について上記の感情制御の効果が示された。本研究では、兵藤(2016)で得られた知見をさらに検討するために、想起テーマを変更した上で、想起テーマの特定性と感情制御の関係を検討した。

方 法

参加者：大学生 40 名(男性 16 名，女性 23 名，不明 1 名)(平均 21.15 歳(年齢不明:1 名))であった。

実験冊子：フェイスシートと気分評定用紙 2 枚(出来事の想起前後)，出来事を記入する用紙をテーマごとに 1 枚ずつ，自伝的記憶の評定方法が書かれた用紙 1 枚の計 6 枚を順番にまとめて実験冊子とした。実験冊子は特定性の 2 条件とテーマの順番によって 4 パターン作成された。想起テーマは「進路」と「部活」であった。特定性は「中学校の」+想起テーマが記述された条件(特定性高条件)と想起テーマのみが記述された条件(特定性低条件)を被験者間要因として設定し，各条件 20 名ずつ無作為に割り振られた。

気分評定尺度：寺崎ら(1992)の多面的感情状態尺度を元に気分評定尺度を作成した。ポジティブ尺度 3 因子(活動的快，非活動的快，親和)とネガティブ尺度 3 因子(抑うつ・不安，敵意，倦怠)それぞれ 3 項目ずつの計 18 項目で構成され，各項目 5 件法で答えさせた。

手続き：大学の講義の時間を利用して集団法で行った。実験冊子配布後，実験者の指示によって実験をすすめた。フェイスシート記入後，自伝的記憶想起前の気分状態を測定した。気分状態測定後，5 分間ずつそれぞれのテーマに関する出来事をできるだけ多く想起させ，冊子の記入用紙に一文ごとに記入させた。想起課題終了後，気分状態を測定した。最後にそれらの出来事に対する感情価，鮮明度，懐かしさを 5 段階で評定させた。実験時間は 20 分程度であった。

結 果

分析にあたり多面的感情状態尺度の各因子を構成する項目の合計得点を各因子得点とした。表 1 は特定性の各条件の下位因子得点に関する自伝的記憶記述前後の参加者の平均得点を示している。

特定性の各条件において，出来事記述前後の各因子得点についての対応のある t 検定を行った。特定性低条件では出来事の記述後に「抑うつ・不安」因子得点が有意に下がり($t(19)=2.11$, $p=.05$)，「倦怠」因子得点も同様の傾向を示していた($t(19)=1.85$, $p=.08$)。一方で，「活動的快」因子得点においても記述後に低下している傾向を示していた($t(19)=1.87$, $p=.08$)。特定性高条件では「抑うつ・不安」因子得点($t(19)=3.52$, $p<.01$)，「倦怠」因子得点($t(19)=2.61$, $p=.02$)が記述後に有意に低下していた。また，特定性低条件とは異なり，「活動的快」因子得点においても記述後の方が記述前よりも得点が高い傾向を示していた($t(19)=1.90$, $p=.07$)。

表1. 特定性の各条件における出来事の記述前後の気分状態の変化

	特定性低条件					
	抑うつ・不安 *		敵意		倦怠 †	
	前	後	前	後	前	後
平均	10.95	9.80	5.20	5.30	9.50	8.70
標準偏差	(3.22)	(3.55)	(3.44)	(3.57)	(2.56)	(2.85)
	活動的快 †		非活動的快		親和	
	前	後	前	後	前	後
	平均	後	前	後	前	後
平均	7.65	7.10	9.10	8.60	8.05	7.40
標準偏差	(3.10)	(2.88)	(3.37)	(3.65)	(3.32)	(2.85)
	特定性高条件					
	抑うつ不安 **		敵意		倦怠 *	
	前	後	前	後	前	後
平均	10.90	9.40	6.20	6.30	10.35	9.05
標準偏差	(1.89)	(2.48)	(3.16)	(3.29)	(2.85)	(2.33)
	活動的快 †		非活動的快		親和	
	前	後	前	後	前	後
	平均	後	前	後	前	後
平均	6.20	7.00	9.25	8.40	6.40	7.55
標準偏差	(1.85)	(2.60)	(2.97)	(3.03)	(2.28)	(3.24)

† $p \leq .10$, * $p \leq .05$, ** $p \leq .01$, *** $p \leq .001$

考 察

これまでの研究と一致して，特定性低条件において，自伝的記憶の出来事を想起し筆記すると「抑うつ・不安」と「倦怠」の得点が有意に低下した。また，初めてのことが，活動的快の得点が低下する傾向が見られた。特定性高条件においても，「抑うつ・不安」，「倦怠」の得点が有意に低下した。さらに，活動的快が上昇する傾向が見られた。快感情の変化は，新しい発見であり興味深い。今後の研究が期待される。