メタ分析による認知的感情制御尺度と抑うつ・不安の関連の検討

榎原 良太¹ 北原 瑞穂 東京大学

The relationship between Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ) and depression, anxiety: Meta-analysis

Ryota Sakakibara and Mizuho Kitahara (*University of Tokyo*)

This study aimed to investigate the relations between CERQ and depression, and anxiety, and also aimed to reveal the characteristics of a Japanese sample through meta-analysis. The results showed that self-blame, acceptance, rumination, catastrophizing, and blaming others had significantly positive correlations with both depression and anxiety, whereas positive refocusing, refocus on planning, positive reappraisal, and putting into perspective had significantly negative correlations with both variables. Moreover, when comparing the correlation coefficients of the Japanese samples and the combined value, correlations between depression and positive reappraisal were significantly larger than the combined value. On the other hand, regarding the correlation coefficients of depression and putting into perspective, the combined value was larger than the value of Japanese samples. In addition, compared to the combined value, the Japanese sample's positive correlation between anxiety and rumination, and negative correlation between anxiety and positive reappraisal were larger.

Key words: Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ), depression, anxiety, meta-analysis.

The Japanese Journal of Psychology

2016, Vol. 87, No. 2, pp. 179–185

J-STAGE Advanced published date: March 10, 2016, doi.org/10.4992/jjpsy.87.15302

近年、状況や出来事の意味を認知的に変化させることによって、感情の強さや種類を変える、認知的感情制御 (cognitive emotion regulation) への注目が高まっている (Ochsner & Gross, 2008; 榎原, 2014)。従来、種々の認知的感情制御方略と精神的健康の関連が検討されてきた (Aldao, Nolen-Hoeksema, & Schweizer, 2010; Anderson, Miller, Riger, Dill, & Sedikides, 1994; Spasojević & Alloy, 2001)。最近では、これらの知見がメンタルヘルス向上の介入へ応用されるなど (Nelis et al., 2011)、精神的健康の維持・向上において、認知的感情制御研究は

今後さらに重要な位置付けを担っていくと考えられる。

従来の研究は、単独あるいは少数の方略に焦点を当て、それらと精神的健康の関連を検討してきた。しかし、日常生活では、多様な方略が使用され、それぞれが精神的健康に影響を与えることが示唆されている (Aldao & Nolen-Hoeksema, 2013; Koole, 2009)。そのため、認知的感情制御と精神的健康の関連を検討する上では、より多くの方略を含めた包括的なモデルを構築していく必要がある (Garnefski & Kraaij, 2007)。このような問題意識のもとで作成されたのが、Garnefski, Kraaij, & Spinhoven (2001) の Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ) である。

Garnefski et al. (2001) は、それまでの感情制御研究やコーピング研究を俯瞰し、認知的感情制御が大きく 9 つの方略に分類されることを理論駆動的に示した。9 つの方略とは、自責 (self-blame)、受容 (acceptance)、反芻 (rumination or focus on thought)、肯定的再焦点化 (positive refocusing)、計画への再焦

Correspondence concerning this article should be sent to: Ryota Sakakibara, Graduate School of Education, University of Tokyo, Hongo, Bunkyo-ku, Tokyo 113-0033, Japan. (E-mail: ryota77@p.u-tokyo.ac.jp)

¹ 本稿の執筆にあたり、東京大学の遠藤 利彦先生より多くのご指導をいただきました。また英文作成においては、東京大学の石井 悠さんより貴重なご助言をいただきました。記して厚く御礼申し上げます。

点化 (refocus on planning), 肯定的再評価 (positive reappraisal), 大局的視点 (put into perspective), 破局的思考 (catastrophizing), 他者非難 (blaming others) である。自責は「ある出来事について自身を非難する思考」, 受容は「ある出来事を受け入れる, あるいは出来事に従おうとする思考」, 反芻は「ネガティブな出来事に関する気持ちや思考について考えること」, 肯定的再焦点化は「現実の出来事について考えず楽しいことや嬉しいことを考えること」, 計画への再焦点化は「ネガティブな出来事にどのように対処するか考えること」, 肯定的再評価は「個人の成長という観点から出来事にポジティブな意味を置く思考」, 大局的視点は「出来事の重大さを軽視する, また他の出来事との相対性を強調する思考」, 破局的思考は「極端にある出来事の悪い点を強調する思考」, 他者非難は「ある出来事について他者を非難する思考」である。

CERQ の特長として, 以下の 2 つが挙げられる。まず, 各方略の定義および方略間の違いを明確にした上で尺度作成を行い, さらにその高い妥当性・信頼性が繰り返し示されている点である (Garnefski & Kraaij, 2007)。特に, 各方略の定義および方略間の違いが明確である点は, 方略間の概念的重複を避ける上で重要である。例えば従来の再評価研究では, 再評価の定義の曖昧さに起因して, 実験での教示や尺度項目に, 図らずも受容や気晴らしなどの別の方略が反映されてきたことが指摘されている (Ochsner & Gross, 2007; 榊原・石井, 2013)。そのため, 各方略の定義および方略間の違いが明確な 9 つの方略を同時に測定できる点は, CERQ の重要な特長であると言えるだろう。また, 一般的に不適応的とされる方略が下位尺度に含まれている点が挙げられる。不適応的とされる方略が, 従来の研究では相対的に見過ごされてきたこと, またそうした方略が適応的とされている方略に比べて精神的健康へ与える影響が大きいという知見 (Aldao et al., 2010) を踏まえると, この点は非常に大きな利点であると考えられる。

これらのことから, CERQ は今後さらに多くの研究で使用されていくことが予想される。しかしながら, CERQ の各方略と精神的健康の関連を検討した従来の研究を俯瞰すると, その知見は必ずしも一様ではないという状況が窺われる。例えば Garnefski et al. (2001) では, 全ての下位方略が抑うつ・不安と正の相関係数を示したが, Jermann, Van der Linden, d'Acremont, & Zermatten (2006) では, 抑うつとの関連において, 受容, 肯定的再焦点化, 計画への再焦点化, 肯定的再評価, 大局的視点では負の相関係数が, 自責, 反芻, 破局的思考, 他者非難では正の相関係数が得られている。その他, CERQ と抑うつ・不安の関連を検証した研究はこれまで Martin & Dahlen (2005), Tuna & Bozo

(2012) など数多く行われているが, 一貫した結果は得られていない。こうした状況により, 各方略と精神的健康の関連における共通見解は未だ確立されておらず, 研究ごとにその性質への言及, 考察がなされているのが現状である。そのため, 従来の知見を統合し, 各方略と精神的健康の関連が一般的にどの程度の大きさなのか, その具体的な値を算出することは, 今後の CERQ を用いた研究や感情制御研究に有用な指標をもたらすと言えるだろう。

以上より本研究では, CERQ と抑うつ・不安の関連についてメタ分析を行うこととする。本来, well-being などのポジティブな指標との関連についてもメタ分析を行うべきであるが, CERQ とポジティブな指標の関連を検証した研究は極めて少ない。そこで, これまで最も CERQ との関連が検討されてきた, 抑うつ・不安との相関係数についてメタ分析を行うこととした。さらに本研究では, メタ分析によって得られた値を, 日本人を対象とした研究 (榊原, 2015) の値と比較することによって, 部分的にはあるが, 日本人サンプルの認知的感情制御の特性を検討する。これにより, 日本人を対象に CERQ を用いる今後の研究に対して有益な知見がもたらされるとともに, 文化間比較という点についても一定の示唆が得られると考えられる。

方 法

文献収集

2015 年 2 月に, Google Scholar および PsycINFO, ScienceDirect において, “cognitive emotion regulation questionnaire” というワードを用いて検索した。その結果, Google Scholar で 809 件, PsycINFO で 61 件, ScienceDirect で 92 件の文献がヒットした。さらに, Garnefski et al. (2001) および Garnefski & Kraaij (2007) を引用している文献も確認した (Google Scholar において Garnefski et al. (2001) が 553 件, Garnefski & Kraaij (2007) が 130 件)。ヒットした全ての文献を確認し, (a) CERQ を使用している, (b) 英文の査読付き論文である, という 2 つの基準で文献を収集し, 重複を除いたところ, 84 件の文献が得られた。さらに (c) 抑うつ・不安を自己報告式尺度によって測定している, (d) 一般サンプルを対象としており, 臨床群や特定の状況 (テロや口蹄疫被害など) を対象としたものではない, (e) 全ての調査対象者が 18 歳以上である, (f) 18 項目版の CERQ-short や子ども用の CERQ-k を用いたものではない, という基準を設定し, 分析に含める文献を収集した。必要な情報が報告されていない場合は, 直接著者に問い合わせた。以上の手続きの結果, CERQ と抑うつ・不安の相関係数を報告した研究が 16 件, CERQ と不安の相関係数を報告した研究が 8 件収集さ

れた²。

また、公表バイアスを考慮してトリム・アンド・ウィル法による補正を行った。まず、公表バイアスのために今回のメタ分析に含まれなかった研究の数を、Duval & Tweedie (2000) の R0 と L0 を用いて推定した。大小いずれの相関係数が欠けているかについては、Egger, Smith, Schneider, & Minder (1997) の回帰分析を用いる方法によって漏斗プロットの非対称性を評価した。含まれていない研究の数は、R0 を用いると、抑うつと自責、受容、肯定的再評価との相関係数でそれぞれ2個、他者非難との相関係数で1個、それ以外は0個と推定された。L0 を用いると、抑うつと反芻、肯定的再焦点化、肯定的再評価、破局的思考、他者非難との相関係数で、それぞれ4個、6個、5個、3個、2個と推定され、不安と反芻との相関係数で3個、肯定的再焦点化、大局的視点、他者非難との相関係数でそれぞれ1個、それ以外は0個と推定された。それぞれの方法で公表バイアスがあると推定された相関係数について、欠測していると考えられる相関係数を代入したうえで、補正した平均効果量を推定したところ、補正を行わない場合との相関係数の差の絶対値は最大でも0.07であり、相関係数の符号や有意性の有無が変化したものはなかったため、代入を行わないときの結果のみを報告した。

コーディング

相関係数は一時点で同時に測定されたもののみを分析に加えた。また、臨床群とコントロール群が設定されている場合、コントロール群のデータのみを分析に加えた。なお、Jermann et al. (2009) において、同一の調査対象者から CERQ と抑うつの相関係数が2つ報告されていたため、両者を z 変換した上で平均値を算出し、それを逆変換した値を用いた。

相関係数の統合

相関係数の統合にあたり、研究間での効果量の等質

性を仮定しないランダム効果モデル (Raudenbush, 2009) を用いた。各方略と抑うつ・不安の従属変数との組み合わせにおいて、得られた相関係数を z 変換した後に統合した。分析には、統計解析ソフト R の metafor パッケージ (Viechtbauer, 2010) を用いた。さらに、統合後の相関係数と、榊原 (2015) で得られた相関係数の z 変換後の値の差を求め、それぞれの標準誤差を用いて検定も行った。

結果

収集された相関係数の個数、サンプルサイズ、下位尺度と抑うつ、不安との相関係数および95%信頼区間を Table 1 に示す。なお、方略ごとに収集された相関係数の個数が異なるのは、研究によっては CERQ の特定の下位尺度 (方略) のみを使用しているためである。いずれの相関係数の平均も95%信頼区間は0を含まず、全ての値で有意な結果が得られた。抑うつ・不安との相関係数が正であったのは、自責、受容、反芻、破局的思考、他者非難であり、負であったのは、肯定的再焦点化、計画への再焦点化、肯定的再評価、大局的視点であった。

さらに、日本人を対象とした榊原 (2015) の相関係数の値と、本研究のメタ分析によって得られた値を比較したところ、抑うつと肯定的再評価、大局的視点の関連において、榊原 (2015) ではそれぞれ $r = -.33$, $r = .00$ であったが、メタ分析の値は $r = -.20$, $r = -.12$ であり、いずれも5%水準で有意な差があった。また、不安と反芻、肯定的再評価の関連において、榊原 (2015) ではそれぞれ $r = .43$, $r = -.36$ であったが、メタ分析の値では $r = .29$, $r = -.21$ であり、同様に5%水準で有意な差があった。

考察

本研究は、メタ分析によって CERQ と抑うつ・不安の一般的な関連を検討した。また、メタ分析によって得られた値と日本人を対象とした研究の値の比較を通じて、部分的にはあるが、日本人サンプルの認知的感情制御の特性を探索的に検討した。

抑うつ・不安と正の関連を示した方略

抑うつ・不安との間に有意な正の関連を示したのは、自責、受容、反芻、破局的思考、他者非難であった。以下、それぞれの結果について考察を行っていく。

まず、自責、反芻、破局的思考は、それぞれ抑うつ・不安と有意な正の関連を示し、絶対値も他の方略と比べて大きかった。収集した相関係数は全て正の値であったことから、これらの方略が抑うつ・不安と一貫して正の関連を持つ、相対的に「不適応的な方略」であることが、改めて確認されたと言えるだろう。特に破局的思考は、全ての下位方略の中で抑うつ・不安と

² メタ分析に含めた文献は、Besser & Priel (2010), Gamefski & Kraaij (2006a, 2006b), Jermann et al. (2006, 2009), Kállay, Ilnaș, & Benga (2009), Kállay & Vonas (2001), Kraaij, Pruymboom, & Gamefski (2002), Lannoy et al. (2014), Lei et al. (2014), Martin & Dahlen (2005), Miklósi, Martos, Szabó, Kocsis-Bogár, & Forintos (2014), Rowland et al. (2013), Rukmini, Sudhir, & Math (2014), Selby, Anestis, & Joiner (2008), Tuna & Bozo (2012), Tuna & Bozo (2014), Westermann, Boden, Gross, & Lincoln (2013) である。また、抑うつ・不安の測定に用いられていた尺度は、抑うつが Beck Depression Inventory, Beck Depression Inventory II, Brief Symptom Inventory, Depression Anxiety Stress Scales, Geriatric Depression Scale, Symptom Check List, The Center for Epidemiologic Studies Depression Scale, 不安が Beck Anxiety Inventory, Brief Symptom Inventory, Depression Anxiety Stress Scales, Negative State Mood, State-Trait Anxiety Inventory であった。

Table 1
CERQ の下位方略と抑うつ・不安の相関係数の推定値

	方略	<i>k</i>	<i>N</i>	<i>r</i>	95% CI		<i>Q</i>	<i>p</i>
抑うつ	自責	12	3899	.27	.20	— .34	45.37	.00
	受容	13	3929	.12	.04	— .19	51.86	.00
	反芻	14	4606	.33	.28	— .37	33.31	.00
	肯定的再焦点化	13	4099	-.14	-.19	— -.09	32.60	.00
	計画への再焦点化	13	4099	-.12	-.17	— -.06	34.12	.00
	肯定的再評価	14	4129	-.20	-.25	— -.15	30.19	.00
	大局的視点	13	4099	-.12	-.17	— -.06	37.99	.00
	破局的思考	14	4606	.40	.35	— .45	48.15	.00
	他者非難	12	3899	.20	.13	— .27	51.66	.00
不安	自責	5	1117	.27	.22	— .33	4.02	.40
	受容	5	1117	.09	.00	— .17	6.69	.15
	反芻	8	1951	.29	.23	— .35	13.43	.06
	肯定的再焦点化	6	1317	-.12	-.22	— -.01	14.12	.02
	計画への再焦点化	6	1317	-.14	-.22	— -.06	9.70	.08
	肯定的再評価	6	1317	-.21	-.29	— -.12	11.64	.04
	大局的視点	6	1317	-.11	-.18	— -.03	8.34	.14
	破局的思考	8	1951	.34	.28	— .40	14.15	.05
	他者非難	6	1244	.19	.12	— .25	5.83	.32

注) *k*: 相関係数の個数, *N*: 相関係数ごとのサンプルサイズ, *r*: 相関係数の平均の推定値, CI: 信頼区間, *Q*: *Q* 統計量, *p*: 等質性の有意性の検定結果。

の相関係数が最も大きく、精神的健康との関連において重要な方略であると考えられる。実際に杉浦・杉浦 (2003) は、認知療法の技法の 1 つである 破局的思考の緩和 (decatastrophizing) に着目し、そのスキルが高い個人では、強いストレス状況でも抑うつが上昇しにくいことを示している。ただし杉浦・杉浦 (2003) の尺度は、個人がどの程度破局的思考を抑えられるかというスキルに着目したものであり、必ずしも破局的思考そのものを測定するものではない。破局的思考の抑制・緩和へ向けた介入を行うためには、破局的思考そのものの性質をまず明らかにする必要がある。CERQ の破局的思考は、現段階では破局的思考の測定が可能な、信頼性と妥当性を備えた唯一の尺度である。本研究は、CERQ を用いた今後の破局的思考研究に有益な基礎的知見を提供するものであるだろう。

また、受容は、抑うつ・不安との間に、弱いながらも有意な正の相関を示した。この結果は、Garnefski & Kraaij (2006a) において指摘されているように、CERQ の受容が、出来事を積極的に受け入れる自己肯定の能動的な受容 (Wilson, 1996) と、「諦め」の要素を含んだ受動的な受容 (Wilson, 1996) のうち、相対的に後者を測定するものであるからだと考えられる。例えば、「私はその状況を受け入れなければならないと考える」や「私は起きた出来事を受け入れなければ

ならないと考える」という項目は、いずれの受容を測定しているか、判断が困難であるが、「私はそのことについて何も変えることはできないと考える」という項目は、後者を反映していると考えられる。そのため、2 つの異なるタイプの受容のうち、相対的に後者の受動的な受容が強く反映され、結果的に抑うつ・不安と弱い正の相関を示したと推察される。しかし、仮に CERQ の受容が、こうした性質の異なる 2 つの受容を測定するものであるならば、下位尺度としての妥当性が問題とされなければならない。そのため、その因子構造や概念の再検討を踏まえ、適宜項目の修正などを行っていく必要があると言えるだろう。また、CERQ を作成した Garnefski et al. (2001) において、受容が理論的に「適応的な方略」として位置づけられていたことから、受容をア priori に「適応的な方略」として想定し、調査および分析を行っている研究は最近でも見られる (Cox & McAdams, 2014; Vanderhasselt et al., 2014)。本研究の結果は、そうした想定が必ずしも正しいものではないことを改めて実証的に示したものであり、上述の 2 つの異なるタイプの受容という観点も含め、CERQ の受容の適応性およびそれに対する研究者の見方に再考を求めるものであると言えるだろう。

さらに、他者非難は抑うつ・不安と有意な正の関連を示したが、絶対値は小さいものに留まった。従来、

他者非難は言語化などにより直接的・間接的に他者を非難するものとして捉えられてきたが (Tennen & Affleck, 1990), CERQ の他者非難は「私は起きた出来事は他の人に責任があると感じる」という項目のように、内面で他者を非難するに留まるものである。そのため、他者を非難することによるソーシャルサポートの喪失 (Tennen & Affleck, 1990) の影響が小さく、抑うつ・不安との関連も小さくなったと考えられる。

抑うつ・不安と負の関連を示した方略

抑うつ・不安と有意な負の関連を示したのは、肯定的再焦点化、計画への再焦点化、肯定的再評価、大局的視点であったが、肯定的再評価以外の方略では相関係数の絶対値が .20 よりも小さかった。以下では、肯定的再焦点化、計画への再焦点化、大局的視点について、相関係数の絶対値が小さい値となった理由を中心に考察を行う。

まず、肯定的再焦点化は、ネガティブ感情を生起させるような状況・出来事の代わりに、ポジティブな事象に注意を向ける方略であり、気晴らしの一種であると考えられる。気晴らしは、短期的には適応的な方略であるが、長期にわたる使用は問題の先延ばしにつながり、不適応的な帰結をもたらす得ることが指摘されている (及川, 2003)。肯定的再焦点化も短期的・長期的な影響が異なると考えられるが、本研究で収集した相関係数は一時点で測定されたものであるため、両者の影響が混在していると推察される。そのため、抑うつ・不安との関連がいずれも比較的小さい値となったと考えられる。肯定的再焦点化は、近年注目を集めているマインドフルネスとの関連も指摘されており (Hanley & Garland, 2014), CERQ による測定の試みが今後益々増加する可能性がある。そのため、肯定的再焦点化の短期的・長期的な効果の検討を行い、その性質を明らかにしていく必要があるだろう。

また、計画への再焦点化は、ストレスコーピング研究における問題焦点型対処の一種であるが (榊原, 2014), その特徴として「私はどうしたらその状況を変えることができるかについて考える」という項目のように、あくまで「計画を考える」という認知的側面に焦点化していることが挙げられる。計画への再焦点化と抑うつ・不安の相関係数が小さな値に留まったのは、たとえ状況を改善させるための計画を考えたとしても、必ずしも計画に沿った対処行動が遂行されとは限らないためであろう。

さらに、大局的視点は抑うつ・不安のいずれとも有意な負の関連を示したものの、相関係数の絶対値は極めて小さな値となった。大局的視点は、他のよりネガティブな状況との比較を通じて、当該の状況が「まだよい」ことを受け入れる方略であり、状況そのものの評価や意味を変化させるものではない。そのため、短

期的には多少ネガティブ感情が低減され得るものの、状況そのものの評価や意味が変化しない以上、長期的な効果はほとんどないことが推察される。いずれにしても、大局的視点は CERQ によって初めて尺度化された方略であり (Garnefski et al., 2001), メタ分析によって抑うつ・不安との相関係数の程度を示した意義は大きいと言えるだろう。

以上、肯定的再焦点化、計画への再焦点化、大局的視点と抑うつ・不安の負の関連について、相関係数の絶対値が小さい値となった理由を中心に考察を行った。しかしながら、批判的な見方をすれば、これらはいずれも、下位尺度の妥当性の低さに起因するものであるとも言える。無論、各方略が本来的に抑うつ・不安と大きな関連を有さないという可能性もあるため、現段階では明確な結論を下すことはできない。しかし、Garnefski et al. (2001) 以降、各方略の概念規定や項目内容の再検討はなされていないことから、特に上述の肯定的再焦点化、計画への再焦点化、大局的視点に関して、今後批判的な観点から議論および再検討を行い、必要に応じて項目の修正を実施していく必要があるだろう。

メタ分析の値と日本人を対象とした研究の値の比較

メタ分析によって得られた値と日本人を対象とした榊原 (2015) の値を比較したところ、榊原 (2015) において、抑うつと肯定的再評価の負の関連がより大きく、大局的視点との関連がより小さいことが示された。さらに、榊原 (2015) において、不安と反芻の正の関連がより大きく、肯定的再評価との負の関連がより大きいことが示された。こうした結果をもたらした要因については、例えば感情経験の強度に関する文化差の影響 (Kitayama, Mesquita, & Karasawa, 2006) や、項目表現の言語間の差異などが考えられるが、現状では日本人の CERQ のデータは限られており、その要因を断定することは難しい。しかし本研究の結果は、日本人を対象に CERQ を用いる今後の研究に貴重な知見を示すとともに、認知的感情制御の文化的差異に関しても一定の知見を提供するものであるだろう。

本研究の限界と今後の展開

本研究には、以下のような限界が存在する。まず、収集した相関係数が一時点のものであることから、各方略と抑うつ・不安の具体的な関係までは明らかにできない点である。今後は縦断研究や実験的手法により、具体的な関係性に迫る研究を行っていく必要があるだろう。また、各方略と抑うつ・不安の双方に関連する要因について考慮されていない点も限界である。例えばビッグファイブなどのパーソナリティ要因は、CERQ の各方略および抑うつ・不安に関連することが指摘されているが (榊原, 2015), 実際にそうした要

因を組み込んだ研究は少ない。今後、各方略と抑うつ・不安に関連する要因を十分に検討していく必要があるだろう。さらに、抑うつと各方略との相関係数の異質性が全て有意であるなど、研究間での異質性が大きいことにも注目しなければならない。こうした異質性の要因として、サンプルの年齢、性別、人種や尺度の違いなどが考えられるが、現状ではそれらの要因に迫る十分な知見の蓄積はなく、本研究で分析を行うことはできなかった。異質性をもたらす要因の検討は、認知的感情制御研究の発展につながるだけでなく、個人の特徴に合わせた、効果的な方略使用を提案するなど、臨床的な介入にも有益な知見をもたらすと考えられる。そのため、異質性をもたらす要因の精細な検討を行い、それを適宜、介入へ繋げていくような取り組みが求められるだろう。最後に、本研究はあくまで CERQ の各下位尺度と抑うつ・不安の相関係数に着目したものであり、個々の項目の内容やその適切性・妥当性に関しては、十分に精査をすることはできなかった。既に述べたように、特に抑うつ・不安と負の関連を示した方略に関しては、相関係数の絶対値が小さく、穿った見方をすれば、これらは尺度の妥当性の低さに起因するとも考えられる。そのため、今後は個々の項目にも目を向け、必要に応じて項目の修正・追加を試み、尺度の妥当性を高めていく動きが求められるであろう。

引用文献

- Aldao, A., & Nolen-Hoeksema, S. (2013). One versus many: Capturing the use of multiple emotion regulation strategies in response to an emotion-eliciting stimulus. *Cognition and Emotion*, 27, 753–760.
- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 30, 217–238.
- Anderson, C. A., Miller, R. S., Riger, A. L., Dill, J. C., & Sedikides, C. (1994). Behavioral and characterological attributional styles as predictors of depression and loneliness: Review, refinement, and test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 549–558.
- Besser, A., & Priel, B. (2010). Personality vulnerability, low social support, and maladaptive cognitive emotion regulation under ongoing exposure to terrorist attacks. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 29, 166–201.
- Cox, K., & McAdams, D. P. (2014). Meaning making during high and low point life story episodes predicts emotion regulation two years later: How the past informs the future. *Journal of Research in Personality*, 50, 66–70.
- Duval, S., & Tweedie, R. (2000). A nonparametric “trim and fill” method of accounting for publication bias in meta-analysis. *Journal of the American Statistical Association*, 95, 89–98.
- Egger, M., Smith, G., Schneider, M., & Minder, C. (1997). Bias in meta-analysis detected by a simple, graphical test. *British Medical Journal*, 315, 629–634.
- Garnefski, N., & Kraaij, V. (2006a). Relationships between cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: A comparative study of five specific samples. *Personality and Individual Differences*, 40, 1659–1669.
- Garnefski, N., & Kraaij, V. (2006b). Cognitive emotion regulation questionnaire: Development of a short 18-item version (CERQ-short). *Personality and Individual Differences*, 41, 1045–1053.
- Garnefski, N., & Kraaij, V. (2007). The Cognitive Emotion Regulation Questionnaire: Psychometric features and prospective relationships with depression and anxiety in adults. *European Journal of Psychological Assessment*, 23, 141–149.
- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences*, 30, 1311–1327.
- Hanley, A. W., & Garland, E. L. (2014). Dispositional mindfulness co-varies with self-reported positive reappraisal. *Personality and Individual Differences*, 66, 146–152.
- Jermann, F., Billieux, J., Larøi, F., d’Argembeau, A., Bondolfi, G., Zermatten, A., & Van der Linden, M. (2009). Mindful Attention Awareness Scale (MAAS): Psychometric properties of the French translation and exploration of its relations with emotion regulation strategies. *Psychological Assessment*, 21, 506–514.
- Jermann, F., Van der Linden, M., d’Acremont, M., & Zermatten, A. (2006). Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ): Confirmatory factor analysis and psychometric properties of the French translation. *European Journal of Psychological Assessment*, 22, 126–131.
- Kállay, É., Ilncaş, I., & Benga, O. (2009). Emotion regulation, mood states, and quality of mental life. *Cognition, Brain, Behavior: An Interdisciplinary Journal*, 13, 31–48.
- Kállay, É., & Vonas, G. (2001). Demographic and interpersonal characteristics of well-being in a sample of Romanian adults. *Journal of Cognitive and Behavioral Psychotherapies*, 11, 253–273.
- Kitayama, S., Mesquita, B., & Karasawa, M. (2006). Cultural affordances and emotional experience: Socially engaging and disengaging emotions in Japan and the United States. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91, 890–903.
- Koole, S. L. (2009). The psychology of emotion regulation: An integrative review. *Cognition and Emotion*, 23, 4–41.
- Kraaij, V., Pruymboom, E., & Garnefski, N. (2002). Cognitive coping and depressive symptoms in the elderly: A longitudinal study. *Aging and Mental Health*,

- 6, 275–281.
- Lannoy, S., Heeren, A., Rochat, L., Rossignol, M., Van der Linden, M., & Billieux, M. (2014). Is there an all-embracing construct of emotion reactivity? Adaptation and validation of the emotion reactivity scale among a French-speaking community sample. *Comprehensive Psychiatry*, 55, 1960–1967.
- Lei, H., Zhang, X., Cai, L., Wang, Y., Bai, M., & Zhu, X. (2014). Cognitive emotion regulation strategies in outpatients with major depressive disorder. *Psychiatry Research*, 218, 87–92.
- Martin, R. C., & Dahlen, E. R. (2005). Cognitive emotion regulation in the prediction of depression, anxiety, stress, and anger. *Personality and Individual Differences*, 39, 1249–1260.
- Miklósi, M., Martos, T., Szabó, M., Kocsis-Bogár, K., & Forintos, D. (2014). Cognitive emotion regulation and stress: A multiple mediation approach. *Translational Neuroscience*, 5, 64–71.
- Nelis, D., Kotsou, I., Quoidbach, J., Hansenne, M., Weytens, F., Dupuis, P., & Mikolajczak, M. (2011). Increasing emotional competence improves psychological and physical well-being, social relationships, and employability. *Emotion*, 11, 354–366.
- Ochsner, K. N., & Gross, J. J. (2007). The neural architecture of emotion regulation. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 87–109). New York: Guilford Press.
- Ochsner, K. H., & Gross, J. J. (2008). Cognitive emotion regulation insights from social cognitive and affective neuroscience. *Current Direction in Psychological Science*, 17, 153–158.
- 及川 恵 (2003). 気晴らしの情動調節プロセス——効果的な活用に向けて—— 教育心理学研究, 51, 443–456.
- Raudenbush, S. W. (2009). Analyzing effect sizes: Random-effects models. In H. Cooper, L. V. Hedges, & J. C. Valentine (Eds.), *The handbook of research synthesis and meta-analysis* (pp. 295–314). New York: Sage Publication.
- Rowland, J. E., Hamilton, M. K., Lino, B. J., Ly, P., Denny, K., Hwang, E., ... Green, M. J. (2013). Cognitive regulation of negative affect in schizophrenia and bipolar disorder. *Psychiatry Research*, 208, 21–28.
- Rukmini, S., Sudhir, P. M., & Math, S. B. (2014). Perfectionism, emotion regulation and their relationship to negative affect in patients with social phobia. *Indian Journal of Psychological Medicine*, 36, 239–245.
- 榎原 良太 (2014). 再評価の感情制御効果と精神的健康への影響——研究動向の概観と再評価の下位方略という視座からの問題提起—— 感情心理学研究, 22, 40–49.
- 榎原 良太 (2015). 認知的感情制御方略の使用傾向と精神的健康の関連——日本語版 Cognitive Emotion Regulation Questionnaire(CERQ)の作成およびネガティブ感情強度への着目を通して—— 感情心理学研究, 23, 46–58.
- 榎原 良太・石井 悠 (2013). Emotion Regulation Questionnaireの再評価尺度(ERQ-R)を再考する 東京大学大学院教育学研究科紀要, 53, 135–142.
- Selby, E. A., Anestis, M. D., & Joiner, T. E. (2008). Understanding the relationship between emotional and behavioral dysregulation: Emotional cascades. *Behaviour Research and Therapy*, 46, 593–611.
- Spasojević, J., & Alloy, L. B. (2001). Rumination as a common mechanism relating depressive risk factors to depression. *Emotion*, 1, 25–37.
- 杉浦 知子・杉浦 義典 (2003). 認知的統制のストレス緩衝効果——抑うつとの関連—— パーソナリティ研究, 12, 34–35.
- Tennen, H., & Affleck, G. (1990). Blaming others for threatening events. *Psychological Bulletin*, 108, 209–232.
- Tuna, E., & Bozo, Ö. (2012). The Cognitive Emotion Regulation Questionnaire: Factor structure and psychometric properties of the Turkish version. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 34, 564–570.
- Tuna, E., & Bozo, Ö. (2014). Exploring the link between emotional and behavioral dysregulation: A test of the emotional cascade model. *Journal of General Psychology*, 141, 1–17.
- Vanderhasselt, M., Koster, E. H. W., Onraedt, T., Bruyneel, L., Goubert, L., & De Raedt, R. (2014). Adaptive cognitive emotion regulation moderates the relationship between dysfunctional attitudes and depressive symptoms during a stressful life period: A prospective study. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 45, 291–296.
- Viechtbauer, W. (2010). Conducting meta-analyses in R with the metafor package. *Journal of Statistical Software*, 36, 1–48.
- Westermann, S., Boden, M. T., Gross, J. J., & Lincoln, T. M. (2013). Maladaptive cognitive emotion regulation prospectively predicts subclinical paranoia. *Cognitive Therapy and Research*, 37, 881–885.
- Wilson, G. T. (1996). Acceptance and change in the treatment of eating disorders and obesity. *Behavior Therapy*, 27, 417–439.

—— 2015. 4. 18 受稿, 2015. 11. 14 受理 ——