日本人における音楽聴取の心理的機能と個人差¹

池上 真平² 昭和女子大学 佐藤 典子 武蔵野音楽大学 羽藤 律 ゆたかカレッジ

生駒 忍 川村学園女子大学 宮澤 史穂 高齢・障害・求職者雇用支援機構

小西 潤子 沖縄県立芸術大学 星野 悦子 上野学園大学

The psychological functions of and individual differences in music listening in Japanese people

Shimpei Ikegami (*Showa Women's University*), Noriko Sato (*Musashino Academia Musicae*),
Tadasu Hatoh (*Yutaka College*), Shinobu Ikoma (*Kawamura Gakuen Woman's University*),
Shiho Miyazawa (*Japan Organization for Employment of the Elderly, Persons of Disability and Job Seekers*),
Junko Konishi (*Okinawa Prefectural University of the Arts*), and Etsuko Hoshino (*Ueno Gakuen University*)

Regardless of the time and location, people listen to music. One may ask why people listen to music and what function it serves. This study clarifies the psychological functions of listening to music and the attributes associated with the individual differences found in these functions. A total of 916 participants between the ages of 15 and 88 were asked to rate various psychological functions of music listening and Big Five traits. A factor analysis identified the seven factors of psychological functions of music listening: “self-awareness”, “emotion regulation”, “communication”, “tool”, “embodiment”, “social distance regulation”, and “solace”. The results revealed that the individual differences in the functions were the result of gender, age, and personality traits. The nature of these seven functions and future directions are discussed.

Key words: music listening, psychological functions, gender, age, Big Five traits.

The Japanese Journal of Psychology

J-STAGE Advanced published date: September 30, 2021

約 25 万年以上前に人類に音楽的活動が現れて以来 (Zatorre & Peretz, 2001), 音楽は人々の生活に広く行き渡っている。あらゆる音楽的活動のなかでも、聴取は広範な人々に支持され、多くの時間とエネルギーと費用が音楽聴取のために費やされている。それは一体何故なのだろうか。何が人々を音楽に惹きつけるのだろうか。これは心理学における興味深い研究テーマの 1 つである。人間が時代や場所や民族を問わず音楽を

聴き続けてきたことは、音楽聴取には人間が必要とする何らかの機能があることを示唆している。そのような機能を明らかにすることは、人間の音楽的行動への理解を深めるだけでなく、音楽的行動について学術的に探求することの意義にも繋がる重要な問題である。本研究のリサーチクエスションは、「人々が認識する音楽聴取の心理的機能とはどのようなものか」ということであり、実証的な調査を行い検討する。なお、本研究では Merriam (1964 藤井・鈴木訳 1980) に準拠し、「音楽の機能」という言葉を「音楽を用いる理由と、特にそれが役立ちうる、より広大な目的に関わるもの」(p.256) という意味で用いる。

音楽聴取の心理的機能について実証的に探求する主な方法には、自由記述を収集するものと、研究者が用意した項目への回答から潜在構造を抽出するものがある。たとえば Chamorro-Premuzic & Furnham (2007) は、43 名の回答者から、音楽をいつ、なぜ、聴くのかについて自由記述回答を求めて主題分析を実施した。結果、15 の機能が見出され、その後潜在的な 3 次元 (感

Correspondence concerning this article should be send to: Shimpei Ikegami, Department of Psychology, Showa Women's University, Taishido, Setagaya-ku, Tokyo 154-8533, Japan. (E-mail: s-ikegami@swu.ac.jp)

¹ 本研究の一部は青山学院大学教育人間科学研究所研究プロジェクトによる助成を受けた。またデータの一部は、日本音楽知覚認知学会 2019 年度春季研究発表会および日本心理学会第 83 回・第 84 回大会において発表、報告された。第 2 著者から第 7 著者までは等しく研究に貢献した。

² 紙面調査の実施に際し、星野 立子先生 (北海道教育大学函館校) と安田 孝先生 (松山東雲女子大学) に多大なご協力を賜りました。記して深く感謝致します。

情制御・調整, 理性的鑑賞, 背景音楽)に集約された。一方 Lonsdale & North (2011) は 30 項目を用意し, 300 人の大学生に「なぜ自分は音楽を聴くのか?」について当てはまる程度を 11 段階で評定させた。因子分析から 6 つの因子 (快気分の処理, 気分転換, 不快気分の処理, 人間関係, 個人的アイデンティティ, 監視) が抽出された。さらに彼らは, 音楽以外の楽しみ・余暇活動である映画, テレビ, スポーツ, 読書, 雑誌などに関しても同様の質問をして音楽と比較した。その結果, 音楽聴取は他の余暇活動に比べてその働きが個人の異なるニーズに対してより高く評定され, 「この万能性 (versatility) が人々にとって音楽がなぜ大変重要かを説明するかもしれない」(p.108) と指摘した。

音楽聴取の心理的機能に関して, これまで最も徹底的な概観と検証を行ったのは Schäfer, Sedlmeier, Städtler, & Huron (2013) である。彼らはまず音楽の機能, 利用法, 恩恵について明示された膨大な量の過去の文献を精査して, 500 を超える機能を集め, その上でこれらの機能を少ない次元に集約することを試みた。先行研究に基づき 129 項目の質問紙を構成し, 幅広い年齢のドイツ人 834 名に対して 7 段階で回答を求め, 主成分分析により潜在的な 3 成分を抽出した。「覚醒と気分の調整」, 「自己認識」, 「社会的関係」である。彼らはこれらを音楽聴取機能のビッグ・スリーと呼ぶことを提案した。ただし, これら 3 成分の累積寄与率は 40% であり, 高くはなかった。

音楽聴取の心理的機能について, 文化間研究も行われている。たとえば Boer & Fischer (2011) は, 7 カ国にわたる計 222 名の大学生を対象にした自由記述の分析結果から 7 つの機能 (背景音楽, 記憶, 気晴らし, 感情表現と調節, 自己調節, 自己省察, 社会的結びつき) を見出し, その上で文化間比較を行った。その結果, 音楽聴取の心理的機能は文化間で共通点が多い一方で, 相違点も存在することがわかった。

本研究の目的

以上のように, 音楽聴取の心理的機能については, 質的研究・量的研究の両面から検討されており, 多岐にわたる機能が見出されてきた。それぞれの研究で提案された機能の意味内容には類似性もあり, Schäfer et al. (2013) のように先行研究で提案されてきた機能を, 広い年代に共通する少数の主要な次元に集約しようとする試みもみられる。しかしながら, 音楽聴取の心理的機能の妥当かつ適切な潜在的次元 (因子) の数と内容には, 未だ統一見解が存在しない。音楽聴取の主要な心理的機能を明確にしていくためには, さらなる知見の蓄積が必要である。そこで本研究は, 網羅的に項目を設定して調査を行い, 音楽聴取の主要な心理的機能として妥当な因子を見出した上で, 先行研究結果との比較検証を行うことを第一の目的とした。調査項目

は, 過去の文献の徹底的な展望に基づき調査項目を設定した Schäfer et al. (2013) から多くを引用することとしたが, 厳密な翻訳版調査を行うのではなく, 不足していると考えられた項目を適宜追加し, かつ類似した項目を削除・統合することで, 調査の精緻化を試みることとした。

ところで, 異なる属性をもつ個人々は, 同時にいくつかの異なった, しかし相互に関連する音楽の機能を自らの状況や欲求に合わせて実現していると考えられる (Clayton, 2016)。しかし, 音楽聴取の心理的機能の個人差を生む文化以外の要因は, 未だ十分に検討されていない。Schäfer et al. (2013) の大規模な調査研究においても, 回答者の属性による違いについては, 検討されていなかった。一般的に, 性別や年齢は, 様々な個人的属性のなかでも音楽との関わり方に影響する主要な要因であると考えられている (Boer & Fischer, 2011)。実際に, 日本においても音楽への関与の程度には性別や年代による違いがある (総務省統計局, 2017)。このことから, 性別や年齢は音楽聴取の心理的機能の個人差をもたらす特に重要な要因なのではないかと考えられる。具体的には, 一般的に女性は男性よりも感情経験が豊かであるとされ (Barrett, Lane, & Schwartz, 2000; Brody & Hall, 2010), 音楽演奏に含まれる感情表現を大きく評価することから (Kamenetsky, Hill, & Trehub, 1997), 女性の方が感情に関する機能を強く認識している可能性がある。また, 青年期を対象にした研究からは, アイデンティティの構築, 感情調節, 社会的関係の構築に音楽が重要な役割を果たしていることが指摘されており (たとえば, Miranda, 2013; Selfhout, Branje, Bogt, & Meeus, 2009), 青年期の人々はこれらに関連する機能を, 他の年代よりも強く認識していることが示唆される。

さらにパーソナリティ特性も, 音楽の好みや関わり方を左右する要因であることが報告されており (Chamorro-Premuzic & Furnham, 2007; 星野, 2015; Rentfrow & Gosling, 2003), 性別や年齢と同様に音楽聴取の心理的機能の個人差をもたらす重要な要因の 1 つであると考えられる。たとえば, 開放性の高さと内観を促進するような音楽ジャンルに対する好みとの間には正の相関があることが報告されており (Rentfrow & Gosling, 2003), 開放性の高い個人は自己省察を促進するような音楽聴取の機能を活用する傾向が強いことが示唆される。また情緒不安定性が高い個人は, 音楽を感情的に利用する傾向が強いことから (Chamorro-Premuzic & Furnham, 2007), 音楽の感情調節機能をより強く認識していることが示唆される。さらに外向性が高い個人は, 他者との相互作用に対する動機づけが高いため, 音楽聴取の社会的機能をより活用している可能性があるだろう。以上を踏まえ, 本研究は, 性別, 年代, パーソナリティ特性が, 音楽聴取

Table 1
分析対象者の性別、年代のクロス集計表

性別	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代	無回答	計
女性	139	181	49	37	26	25	0	1	0	458
	30.3%	39.5%	10.7%	8.1%	5.7%	5.5%	0.0%	0.2%	0.0%	100.0%
男性	111	77	24	34	48	49	0	0	1	344
	32.3%	22.4%	7.0%	9.9%	14.0%	14.2%	0.0%	0.0%	0.3%	100.0%
計	250	258	73	71	74	74	0	1	1	802

の心理的機能についての認識にどのような違いをもたらすのかについて明らかにすることを第二の目的とした。

方 法

調査参加者

本研究の全調査参加者は、916名（女性511名、男性398名、性別無回答7名）であった。参加者の年齢は15—88歳で年代構成は10代293名、20代310名、30代76名、40代74名、50代78名、60代75名、80代1名、無回答9名であった。調査参加者のうち596名は紙面調査に参加し、残りの320名はWeb調査に参加した。

調査参加者のうち、音楽聴取の心理的機能についての項目に回答漏れや重複回答があった者、適切に回答していないと判断された者、出身地を国外と回答した者を除いて、802名による回答を分析の対象とした。分析対象者の性別、年代のクロス集計表をTable 1に示す。この他、分析ごとに欠損のないデータのみを用いて分析した。

調査内容

属性 性別、年齢（数値での回答に抵抗がある場合には、選択肢のなかから選ぶよう求めた）、居住地、出身地などを尋ねた。

音楽聴取の心理的機能 まず Schäfer et al. (2013) の責任著者から、彼らの調査項目を翻訳して一部の項目を使用して調査を実施する許可を得た上で、彼らが用いた全129項目を翻訳した。このとき、できる限り原文の意味を損なわないように、かつ日本語として理解しやすいように配慮した。一部の項目は、英語のネイティブ話者に確認し、訳が正確になるようにした。その後第一著者を含む6名で合議を行い、意味内容が似ている項目や回答しにくいと判断された22項目を除いた。さらにこれらとは別に、日本における音楽聴取の心理的機能を測定するために必要と判断された26項目を加え、計133項目とした。なお、本調査に先立ち大学生29名を対象に予備調査を行い、意味がとりにくいとの指摘があった2項目の表現を修正し

て、最終的な項目を確定した。教示では「音楽を聴くことにはどのような心理的な機能があるのかということについて尋ねる」ことを明示した上で、「あなたはなぜ音楽を聴きますか？」と尋ね、各項目について当てはまる程度を0点—6点の7段階で回答を求めた。回答にあたっては、どのような音楽や聴取状況を思い浮かべても構わない旨を明示した。

パーソナリティ 日本語版 Ten Item Personality Inventory (TIPI-J; 小塩・阿部・カトローニ, 2012) を用いた。この尺度は Big Five 特性（外向性、協調性、誠実性、情緒不安定性、開放性）を各2項目の計10項目で測定する7件法の尺度である。本研究の調査項目は、音楽聴取の心理的機能だけで133あるため、少しでも参加者の負担を軽くするために、項目数が少なく、かつ十分な妥当性・信頼性が示されている同尺度を用いた。

調査手続き

本研究は青山学院大学人を対象とする研究倫理審査を受け、承認を得てから実施された（承認番号：青18-19）。紙面調査は、回答者の居住地域が偏らないように配慮して、北海道、茨城県、東京都、神奈川県、千葉県、大阪府、愛媛県、福岡県、沖縄県の9都道府県において実施した。ただし、紙面調査の参加者の大半は大学生であったため、年代に偏りがみられた。そこで、より幅広い年代の回答者も対象にできるように、紙面調査に加えてWeb調査も行った。紙面調査・Web調査ともに、調査参加者に研究の目的などについて説明し、参加に同意する場合にのみ調査に回答するよう求めた。

結 果

音楽聴取の心理的機能の因子

分析対象者（802名）×調査項目（133項目）の行列に対して最小二乗法・プロマックス回転による因子分析を行った。平行分析を行ったところ、7因子構造が妥当と判断された。因子の解釈可能性に優れ、軸の回転前の累積寄与率が51.5%と50%を上回っていたことから、この7因子構造を採用した³。因子負荷行列

の一部を Table 2 に示す。

第1因子は「音楽は自分自身の道を見つけるのを助けてくれるから」、「音楽は自分自身について学ぶのを助けてくれるから」などの負荷量が高く、「自己認識」因子と解釈した。第2因子は「音楽は私の気分を明るくすることができるから」、「私は音楽を聴くことに喜びを感じるから」などの負荷量が高く、「感情調節」因子と解釈した。第3因子は「音楽は友人たちとの話題にできるものだから」、「音楽は友達と繋がっていると感じさせてくれるから」などの負荷量が高く、「コミュニケーション」因子と解釈した。第4因子は「私の周りの雑音を音楽でかき消したいから」、「音楽は朝私を起こすのを助けてくれるから」、「音楽は私が眠りにつくのを助けてくれるから」などの負荷量が高く、「道具的活用」因子（以下、「道具」因子とする）と解釈した。第5因子は「音楽を聴くと身体を動かしたくなるから」、「音楽が引き起こす身体の変化が好きだから（心拍の変化や皮膚がムズムズする感じなど）」などの負荷量が高く、「身体性」因子と解釈した。第6因子は「音楽は世界のことをもっと理解させてくれるから」、「音楽は現実や周りの世界を忘れさせてくれるから」などの負荷量が高く、「社会的距離調節」因子（以下、「距離調節」因子とする）と解釈した。第7因子は「音楽は私の悲しみに寄り添ってくれるから」、「音楽は悲しい時に私を慰めてくれるから」などの負荷量が高く、「慰め」因子と解釈した。

性別・年代による違い

性別や年代によって、音楽聴取の心理的機能がどのように異なるのかを検討するために、因子ごとに各参加者の因子得点を Bartlett 法により算出した。性別、年代ごとの平均値と標準誤差を Figure 1 に示す。なお、60代以上は人数が少なかったため、「60代以上」という1つのカテゴリにまとめた。Figure 1 より、全体的に性別や年代による違いがあり、10代や20代の得点が高い傾向があることがみてとれる。7因子の因子得点を従属変数として性別×年代の多変量分散分析を行った。その結果、性別の主効果（Pillai's Trace = .05, $F(7, 783) = 5.57, p < .001, \eta_p^2 = .047$ ）と年代の主効果（Pillai's Trace = .30, $F(35, 3935) = 7.15, p < .001, \eta_p^2 = .060$ ）が有意であった。続いて、因子ごとに因子得点を従属変数として性別×年代の2要因分散分析を

行って検討したところ、「自己認識」因子は性別の主効果が有意であり（ $F(1, 789) = 9.33, p < .01, \eta_p^2 = .012$ ）、女性の方が高かった。年代の主効果も有意であり（ $F(5, 789) = 5.63, p < .01, \eta_p^2 = .034$ ）、多重比較（Bonferroni 法）の結果、10代は30代、40代、50代、60代よりも有意に高く（ $ps < .05$ ）、20代は30代、50代、60代よりも有意に高かった（ $ps < .05$ ）。「感情調節」因子も性別の主効果が有意であり（ $F(1, 789) = 28.35, p < .001, \eta_p^2 = .035$ ）、女性の方が高かった。年代の主効果も有意であり（ $F(5, 789) = 28.60, p < .001, \eta_p^2 = .153$ ）、10代と20代はそれぞれ他のどの年代よりも有意に高かった（ $ps < .001$ ）。「コミュニケーション」因子は年代の主効果のみが有意であり（ $F(5, 789) = 4.85, p < .001, \eta_p^2 = .030$ ）、10代は30代、50代、60代よりも有意に高く、20代は50代よりも有意に高かった（ $ps < .05$ ）。「道具」因子は年代の主効果のみが有意であり（ $F(5, 789) = 14.46, p < .001, \eta_p^2 = .084$ ）、10代と20代はそれぞれ他のどの年代よりも有意に高かった（ $ps < .05$ ）。「身体性」因子は性別と年代の主効果および交互作用はいずれも有意ではなかった。「距離調節」因子は性別の主効果が有意であり（ $F(1, 789) = 8.10, p < .01, \eta_p^2 = .010$ ）、女性の方が高かった。年代の主効果も有意であり（ $F(5, 789) = 3.63, p < .01, \eta_p^2 = .023$ ）、10代は60代よりも有意に高く、20代は50代、60代よりも有意に高かった（ $ps < .05$ ）。「慰め」因子は性別の主効果のみが有意であり（ $F(1, 789) = 17.09, p < .01, \eta_p^2 = .021$ ）、女性の方が高かった。

パーソナリティとの関連

パーソナリティが音楽聴取の心理的機能を説明しうるかどうかについて検討するために、外向性、協調性、誠実性、情緒不安定性、開放性の尺度得点、性別（女性を0、男性を1として投入）、年代を説明変数、因子得点を目的変数とする重回帰分析（強制投入法）を因子ごとに行った。性別と年代を説明変数に加えたのは、標準偏回帰係数を比較することにより、パーソナリティが性別や年代と比べてどの程度大きな影響力をもつかについて推定できると考えたからであった。なお VIF は最大でも 1.28 であり、多重共線性の問題はないと判断した。決定係数と標準偏回帰係数を Table 3 に示す。Table 3 より、性別・年代と同程度かそれ以上の標準偏回帰係数を示した Big Five 特性があることがみてとれ、パーソナリティも音楽聴取の心理的機能の認識に影響することを示している。ただし、本研究はサンプルサイズが大きく、小さな係数でも統計的には有意になるため、結果の解釈には留意が必要であろう。

「自己認識」因子は、開放性（ $\beta = .30, p < .001$ ）が正の説明力を示した一方で、年代（ $\beta = -.18, p < .001$ ）と性別（ $\beta = -.15, p < .001$ ）が負の説明力を示した。「感

³ なお、因子数決定にあたっては、他の因子数も検討した。因子数を Schäfer et al. (2013) が採用した3因子構造に指定して分析を行ったところ、大まかには「自己認識」、「感情調節」、「社会的関係性」と命名しうる因子構造が得られたものの、個々の項目に着目すると、当てはまりが悪いものが複数みられた。一方、固有値1以上を基準とした場合には18因子が抽出されたが、一部因子の解釈が不可能であった。以上を総合的に考慮し、7因子構造を採用した。

Table 2
因子負荷行列の一部

項目	F1	F2	F3	F4	F5	F6	F7
音楽は自分自身の道を見つけるのを助けてくれるから	.80	.00	-.03	.00	-.07	.01	.16
私はその音楽について何かを見つけ出したいから	.75	-.02	.02	-.01	-.01	.02	.05
自分の音楽活動（演奏や歌唱など）に役立てたいから	.72	-.10	.07	-.08	.08	-.02	-.18
その音楽について学びたいから	.71	-.02	.09	.01	.04	.07	-.24
音楽は私の美的感覚に訴えるから	.71	.17	-.15	-.01	.11	-.01	-.12
音楽は自分自身について学ぶのを助けてくれるから	.70	-.07	.04	-.04	-.02	.05	.17
音楽は私の気分を明るくすることができるから	-.13	.82	.10	-.02	.09	-.15	.13
私は音楽を聴くことに喜びを感じるから	.06	.82	.00	.05	-.01	.01	-.11
音楽は気晴らしになるから	-.18	.77	.07	.12	-.03	-.15	.07
音楽は素敵な娯楽だから	.09	.76	.07	.12	-.12	-.09	-.10
音楽は私に心地良さをもたらしてくれるから	.11	.73	-.07	.06	-.02	-.12	.05
音楽は私の気分を高揚させることができるから	-.04	.72	.04	-.01	.16	.01	-.03
音楽は友人たちとの話題にできるものだから	-.02	.17	.73	.10	-.05	-.04	.02
音楽は友達と繋がっていると感じさせてくれるから	.08	-.06	.71	-.06	-.02	.19	.14
友人たちも私と同じ音楽が好きだから	-.05	-.02	.70	.16	.02	.11	.03
音楽は私の友人たちも聞くのを好むものだから	-.18	.10	.67	.03	.06	.27	-.01
自分と同じような音楽の好みを持つ人たちと親しくなるのを助けてくれるから	.14	.16	.65	.02	-.01	-.10	.08
音楽は私の記憶を友人たちと共有する手段だから	.00	-.04	.63	-.12	.06	.26	.08
私の周りの雑音を音楽でかき消したいから	-.03	.31	-.06	.58	-.15	.05	.04
音楽は私が他の事柄をするあいだに、退屈するのを防いでくれるから	-.08	.44	.16	.50	-.12	-.08	.05
私は音楽で時間つぶしができるから	-.16	.35	.19	.50	-.15	.00	-.04
音楽が鳴っていないと落ち着かないから	.25	.16	-.05	.49	.04	.10	-.12
私は他の事柄をしているあいだ、背景に音楽が必要だから	.10	.31	.07	.42	.04	.01	-.04
大音量で聴くのが好きだから	.09	.23	.02	.40	.16	.05	-.16
音楽を聴くと身体を動かしたくなるから	-.08	.47	.07	-.05	.52	.10	-.13
私は音楽に合わせて踊ることができるから	.19	.11	.17	-.05	.50	-.12	-.08
私は新しい動きや振りを試してみたいくなるから	.34	.01	.15	.01	.46	-.14	-.02
音楽が引き起こす身体の変化が好きだから（心拍の変化や皮膚がムズムズする感じなど）	.08	.25	-.05	-.13	.40	.26	-.16
音楽は私を出かけたい気分にさせてくれるから	.01	.15	.11	.05	.38	.13	.19
音楽は私がするスポーツにふさわしいから	.08	-.09	.29	.03	.36	.01	.04
音楽は私の信仰心を支えてくれるから	.02	-.18	.20	.07	.23	.51	-.04
音楽は世界のことをもっと理解させてくれるから	.38	-.01	.14	-.03	-.05	.50	-.08
音楽は他の人たちがどのように考えるかを教えてくれるから	.30	-.04	.36	.01	-.18	.43	-.01
音楽は現実や周りの世界を忘れさせてくれるから	.02	.31	-.11	.27	-.03	.42	-.01
他の人たちについて学ぶことができるから	.35	-.04	.33	-.03	-.17	.41	-.01
音楽はある集団に自分が属しているということを示してくれるから	.14	-.19	.39	.04	.15	.41	-.10
音楽は私の悲しみに寄り添ってくれるから	.32	.09	.10	.01	-.12	-.06	.55
音楽は悲しい時に私を慰めてくれるから	.19	.29	.04	.01	-.03	-.10	.47
音楽は過去の記憶を思い出させてくれるから	.16	.26	.22	-.12	.05	-.20	.35
音楽を聴いて泣きたいから	.14	-.07	.12	.15	.11	.03	.34
音楽は私の気持ちや気分を映し出してくれるから	.29	.31	.05	-.07	.04	.01	.34
音楽は特定の人物を思い起こさせるから	.27	.00	.30	.00	-.02	-.01	.33

注) 因子ごとに負荷量順に上位 6 項目を抜粋し掲載した。全項目の因子負荷行列は電子付録に掲載した。

情調節」因子は、開放性 ($\beta = .18, p < .001$) と協調性 ($\beta = .16, p < .001$) と情緒不安定性 ($\beta = .12, p < .01$) が正の説明力を示した一方で、年代 ($\beta = -.32, p < .001$) と性別 ($\beta = -.16, p < .001$) が負の説明力を示した。「コミュニケーション」因子は、外向性 ($\beta = .20, p < .001$) と協調性 ($\beta = .11, p < .01$) と誠実性 ($\beta = .08,$

$p < .05$) が正の説明力を示した一方で、年代 ($\beta = -.21, p < .001$) が負の説明力を示した。「道具」因子は、年代 ($\beta = -.28, p < .001$) と協調性 ($\beta = -.09, p < .05$) が負の説明力を示した。「身体性」因子は、開放性 ($\beta = .16, p < .001$) と外向性 ($\beta = .08, p < .05$) が正の説明力を示した。「距離調節」因子は、開放性 ($\beta = .21,$

Figure 1. 性別・年代ごとの各因子の因子得点 (エラーバーは標準誤差)。

Table 3
因子得点を目的変数とした重回帰分析結果

説明変数		自己認識	感情調節	コミュニケーション	道具	身体性	距離調節	慰め
性別	β	-.15***	-.16***	-.05	-.05	.02	-.10**	-.15***
	r	-.19***	-.24***	-.11**	-.09**	.01	-.12***	-.19***
年代	β	-.18***	-.32***	-.21***	-.28***	.06	-.14***	-.03
	r	-.20***	-.36***	-.19***	-.30***	.07*	-.16***	-.06*
外向性	β	-.00	.04	.20***	-.05	.08*	-.09*	-.01
	r	.12***	.07*	.21***	-.03	.14***	-.00	.02
協調性	β	-.01	.16***	.11**	-.09*	-.03	-.04	.03
	r	-.01	.11**	.08**	-.10**	-.02	-.03	.02
誠実性	β	.05	-.04	.08*	.02	.05	.05	.09*
	r	.03	-.10**	.07*	-.08*	.09**	.01	.04
情緒不安定性	β	.05	.12**	.05	.02	.05	.06	.16***
	r	.05	.16***	.00	.09**	-.02	.08*	.15***
開放性	β	.30***	.18***	.05	.05	.16***	.21***	.08*
	r	.30***	.17***	.13***	.03	.20***	.17***	.07*
R^2		.16***	.23***	.11***	.10***	.05***	.08***	.06***

*** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$

$p < .001$) が正の説明力を示した一方で、年代 ($\beta = -.14$, $p < .001$) と性別 ($\beta = -.10$, $p < .01$) と外向性 ($\beta = -.09$, $p < .05$) が負の説明力を示した。「慰め」因子は、情緒不安定性 ($\beta = .16$, $p < .001$) と誠実性 ($\beta = .09$, $p < .05$) と開放性 ($\beta = .08$, $p < .05$) が正の説明力を示した一方で、性別 ($\beta = -.15$, $p < .001$) が負の説明力を示した。

考 察

本研究は、今日の日本における音楽聴取の心理的機能の因子と、その機能の強さの程度に個人差をもたらす要因について検討した。結果より、音楽聴取の心理的機能は7つの機能（自己認識、感情調節、コミュニケーション、道具的活用、身体性、社会的距離調節、慰め）によって整理可能であること、さらにそれらの機能の個人差の一部は、年代、性別、パーソナリティによって説明可能であることが示された。以下、因子ごとに考察する。

自己認識

「自己認識」は、自分自身に関して考えることを促進する音楽聴取の機能であり、現在の自己に対する理解を深めることや将来の自己像を形成することなどが含まれる。先行研究でも Schäfer et al. (2013) による同名の因子の他に、「自己省察」(Boer & Fischer, 2011), 「個人的アイデンティティ」(Lonsdale & North, 2011), 「アイデンティティと自己理解」(Hays & Minichiello, 2005) といった同様の因子が抽出されき

た。音楽聴取はアイデンティティ形成と密接に関わっていると考えられており（たとえば、Miranda, 2013）、本研究の結果はこの考えをさらに支持するものといえる。

個人差については、年代間の比較では10代、20代が自己認識の機能を強く認識していた。このことは、アイデンティティの形成は一般に青年期もしくは成人形成期の課題であることと矛盾しない。性別の比較では女性の方が自己認識機能を強く認識していたが、これは音楽への関与度の違いによって説明できる。すなわち、女性の方が男性よりも音楽への関与度が高い傾向にあるため（総務省統計局, 2017）、自己認識にも音楽を活用する程度が大きいのではないかと考えられる。パーソナリティについては、開放性の高さとの関連が示された。開放性の高い個人は自己省察をする傾向そのものが強い（Trapnell & Campbell, 1999）、音楽の自己認識機能も活用する機会が多いのではないかと考えられる。

感情調節

「感情調節」は、個人にとって望ましい気分や感情体験をもたらすような音楽聴取の機能であり、同様の機能はこれまでも複数の研究によって見出されてきた (Boer & Fischer, 2011; Chamorro-Premuzic & Furnham, 2007; Hays & Minichiello, 2005; Schäfer et al., 2013)。音楽は感情を聴取者に伝え、実際に感情を喚起させる (Juslin & Västfjäll, 2008)。人間はそのことを利用して、感情調節に音楽聴取を用いるものと考えられる。

個人差については、女性の方が男性よりも「感情調節」の得点が高かった。このことは女性の方が男性よりも感情的欲求を満たすために音楽を聴くことを報告した North, Hargreaves, & O'Neill (2000) と一致する。この性差は、自己認識と同様に音楽への関与度の違いによって説明可能であろう。さらに、一般に女性は男性よりも感情経験が豊かであると考えられており (Brody & Hall, 2010), この考えを支持する研究もある (Barrett, Lane, & Schwartz, 2000)。音楽聴取においても女性の方が男性よりも演奏に含まれる感情表現を大きく評価すること (Kamenetsky, Hill, & Trehub, 1997) が示されており、このような感情経験の性差が、音楽聴取の「感情調節」機能の認識にも違いをもたらしたのではないかと考えられる。年代については 10 代、20 代の値が高く、30 代以降は因子得点が急減したが、これは加齢につれて感情が安定していくことによるものと考えられる (Brose, Scheibe, & Schmiedek, 2013)。パーソナリティについては「自己認識」の場合と同様に、開放性が高いほど感情調節の機能を強く認識していた。開放性の高い人物は自身の感情に対する感度が高いことから (John & Gross, 2006), 音楽聴取の感情調節機能を享受しやすいと考えられる。さらに情緒不安定性が高いほど感情調節の機能を強く認識していた。これは、この特性が感情面では不安定でストレスを感じやすいことから、安定した感情状態を経験するために音楽聴取を活用するものと考えられる。

コミュニケーション

「コミュニケーション」は、他者との関係を促進するような音楽聴取の機能である。Schäfer et al. (2013) の「社会的関係性」のうち、特に身近な他者との関係を良好にするような機能が独立して抽出されたものと考えられる。その他の研究でも同様の機能が見出されている (Boer & Fischer, 2011; Hays & Minichiello, 2005; Lonsdale & North, 2011)。年代については、10 代や 20 代はこの機能を強く認識していたが、これは青年期において音楽聴取は友人との関係形成に重要な役割を果たすこと (Selfhout, Branje, Bogt, & Meeus, 2009) と一致する。さらに、個人の対人関係の範囲は、20 代までは広がるが 30 代以降は減少に転じ、親密な他者との関係に集約されていく (Wrzus, Hänel, Wagner, & Neyer, 2013)。音楽聴取のコミュニケーション機能に対する認識も、このような対人関係の範囲とよく対応しているといえる。パーソナリティについては外向性との関連が認められた。外向性が高い個人は、他者との相互作用に対する動機づけが高いため、コミュニケーションに音楽聴取を活用する程度も高かったものと考えられる。

道具的活用

「道具」は、音楽を行動の背景として聴取し、雑音をかき消す、退屈を防ぐ、時間をつぶす、起床や就寝を助けるといった目的を達成するための道具としての機能である。これは Boer & Fischer (2011) や Schäfer, Tipandjan, & Sedlmeier (2012) の「背景」機能とおおよそ対応している。「道具」因子に負荷量が高かった項目のいくつかは、Schäfer et al. (2013) では「覚醒・気分調整」機能に含まれていた。また背景音楽としての音楽聴取を気分調整の 1 つと捉える立場もある (Saarikallio, 2012)。これらのことは、背景としての音楽聴取が感情調節と関わりが深いことを示唆している。音楽聴取を「道具」として活用するためには、音楽聴取の機能についてメタ認知を働かせることが有効であるので、道具機能が音楽聴取の他の機能と不可分であることは、自然であるように思われる。ただし、「感情調節」は、音楽そのものを目的とする聴取によって生じる機能であるのに対し、「道具」は、音楽そのものを必ずしも目的としない聴取によって生じる機能であるという点で異なると考えられる。

個人差については、10 代 20 代の得点が高かった。10 代 20 代は感情調節の機能を強く認識しているため、道具としても活用する機会も多くなるものと考えられる。

身体性

「身体性」は、身体運動を動機づけたり、身体反応を生じさせたり、体調を良く感じさせたりする機能であった。音楽、特にリズム面は身体運動と深い関わりがあり、たとえば音楽聴取により身体運動を動機づけられることは多くの人が経験する (Madison, 2006)。さらに音楽聴取によって喚起される強烈な感情は、多様な身体反応を引き起こす (Juslin & Västfjäll, 2008)。このようなことから身体性は音楽聴取に欠かすことのできない機能であることがみとれる。「身体性」因子は 7 つの因子のなかでは唯一性別や年代による違いが認められなかったことから、「身体性」は年代や性別を問わない普遍的な機能であるといえるだろう。パーソナリティについては、開放性や外向性との関連が示された。Luck, Saarikallio, Burger, Thompson, & Toiviainen (2010) は開放性や外向性の高い個人は音楽聴取によって生じる身体の動きも大きいことを示しており、本研究結果と整合性が高い。

社会的距離調節

「社会的距離調節」は、外的世界と自己の距離を調節する機能を指す。音楽聴取を通して他者や世界のことを理解しようとしたり、反対に他者・社会から離れ、たとえば現実逃避をしたりすることが含まれる。

Lonsdale & North (2011) は他者や世界についての理解を促進するような因子を「監視」と呼び、Boer & Fischer (2011) は音楽聴取による現実逃避を「自己調節」機能に含めた。対して本研究では、社会への「接近」と「回避」を含む両価的でダイナミックな機能として抽出され、日本人独自の機能である可能性がある。集団への同調圧力が強いとされる日本の社会（山本、1977）において、個人は社会との距離をコントロールするために音楽を活用するのかもしれない。なお、個人差については、開放性が特に強い関連を示しており、社会や世界のことを理解しようとする傾向、および権威への疑問や柔軟な価値観（小塩、2010）が反映されたものとも考えられる。

慰め

「慰め」は、気分の落ち込みの解消に貢献するような音楽聴取の機能である。人は気分が落ち込んだ時に悲しい音楽を聴く傾向があり（Millgram, Joormann, Huppert, & Tamir, 2015）、悲しい音楽の聴取は快感情をもたらす（たとえば、Vuoskoski, Thompson, McIlwain, & Eerola, 2012）。こうした悲しい音楽の聴取は、「慰め」機能を反映していると考えられる。「慰め」は「感情調節」が分離したものと捉えることもできる。実際に両者の間には中程度の因子間相関（.422）があった。Saarikallio (2012) も慰めが音楽聴取による気分調整方略の1つであるとしている。ここで「感情調節」因子と「慰め」因子の違いについて考えてみると、一般に感情調節は感情が生じる前に行う先行焦点型と、感情が生じた後で行う反応焦点型に大別できる（Gross, 1998）。「感情調節」因子は主にポジティブな感情状態を指向して音楽を聴く先行焦点型の感情調節であるのに対し、「慰め」因子は落ち込んだ気分が生じたことに対する反応焦点型の感情調節であるという点で異なると考えられる。三枝（2020）によれば、第二次世界大戦前には娯楽として多く聴かれた軽音楽は、開戦直後に全く聴かれなくなり、敗戦色が強まると慰安音楽として再び多く聴かれるようになった。これは、個人を取り巻く社会の状況によって軽音楽の機能形態が「感情調節」から「慰め」に変化したことを示す知見であると考えられる。

個人差については、まず女性は男性よりも「慰め」機能を強く認識していた。女性は個人的な悲しい出来事を想起すると男性よりも強い悲しみを感じ（Hess et al., 2000）、ストレス状況において男性よりも情緒的なサポートを希求する傾向にある（佐々木・山崎、2002）。このような特性により音楽聴取の「慰め」機能を活用しやすいものと推察される。パーソナリティについては情緒不安定性との関連が示された。情緒不安定性の高い個人はネガティブ感情を経験することがより多いため、「慰め」機能を享受しやすいものと考え

えられる。

日本における音楽聴取の心理的機能

以上にみてきたように、音楽聴取には自己理解や自己形成を促したり、心身の状態を整えたり、他者と自己との間に適切な距離をとりつつも、良好な関係構築に貢献したりするような機能をもっており、時として人は目下の目的を達成するための道具としても音楽聴取を活用する。このように考えると、音楽聴取は人がより適応的、健康的に生きる上で役立ちうるような多様な機能を持ち併せているといえるだろう。Lonsdale & North (2011) は、他の余暇活動と比べて音楽聴取が個人のニーズに対しより高く評定されたことを報告し、その様子を「万能性」と表現した。本研究では音楽聴取と他の活動との比較は行っていないものの、本研究で抽出されたような音楽聴取の多様な機能が、このような万能性を支えているのかもしれない。

今後の展望

本研究は調査法により音楽聴取の心理的機能について回答者に尋ねた。そのため得られたデータは、音楽聴取の心理的機能における言語化可能で意識的な側面に焦点が当てられている。したがって、音楽聴取の非言語的で意識下の機能については焦点が当てられていないことには注意が必要であろう。

日本人の音楽聴取における心理的機能は大きく7つの因子に整理され、そのうちほとんどは先行研究で見出されたものと共通の内容と解釈された。しかし、西欧での研究では見出されなかった独自の因子かもしれない「社会的距離調節」因子が抽出されたのは興味深い。今後はこの機能の実在性を異なる研究手法でも検証していく必要があるだろう。さらに、各因子（機能）は、聴取者の性別、年齢、パーソナリティといった個人属性によってそれが働く強さに相違が示された。個々人は同時にいくつかの、異なるが相互に関連する機能を自らの多様な状況や欲求に合わせて実現しているといえるだろう。さらに今後の課題として、聴取者のおかれた環境（たとえば出身地や居住地）、音楽経験の多少、普段よく聴取するジャンルや好みの程度などが心理的機能に与える影響についても調べる必要があるだろう。

また、本研究では聴取以外の音楽的行動（たとえば歌唱、演奏、作曲）についての検討や比較は行っていない。そのため本研究で見出された機能が、どこまでが音楽聴取独自のものであるかについては、留意が必要である。

人間は時代や場所にかかわらず音楽を聴いてきた。音楽に関する学術研究は、音楽学や心理学に限らず、社会学、神経科学、工学、医学など様々な領域に及んでいる。音楽聴取の心理的機能を明らかにしていくこ

とは、人間の音楽的行動に関する学術研究を行うことの意義にも繋がる重要なテーマであると考えられ、今後も知見が蓄積されていくことが望まれる。

利益相反

本文に関して、開示すべき利益相反関連事項はない。

引用文献

- Barrett, L. F., Lane, R. D., & Schwartz, G. E. (2000). Sex differences in emotional awareness. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26, 1027–1035.
- Boer, D., & Fischer, R. (2011). Towards a holistic model of functions of music listening across cultures: A culturally decentred qualitative approach. *Psychology of Music*, 40, 179–200.
- Brody, L. R., & Hall, J. A. (2010). Gender and emotion in context. In M. Lewis, J. M. Haviland-Jones, & L. F. Barrett (Eds.), *Handbook of emotions* (3rd ed., pp.395–408). New York: The Guilford Press.
- Brose, A., Scheibe, S., & Schmiedek, F. (2013). Life contexts make a difference: Emotional stability in younger and older adults. *Psychology and Aging*, 28, 148–159.
- Chamorro-Premuzic, T., & Furnham, A. (2007). Personality and music: Can traits explain how people use music in everyday life? *British Journal of Psychology*, 98, 175–185.
- Clayton, M. (2016). The social and personal functions of music in cross-cultural perspective. In S. Hallam, I. Cross, & M. Thaut (Eds.), *The Oxford handbook of music psychology* (pp. 47–59). Oxford: Oxford University Press.
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2, 271–299.
- Hays, T., & Minichiello, V. (2005). The meaning of music in the lives of older people: A qualitative study. *Psychology of Music*, 33, 437–451.
- Hess, U., Senécal, S., Kirouac, G., Herrera, P., Philippot, P., & Kleck, R. E. (2000). Emotional expressivity in men and women: Stereotypes and self-perceptions. *Cognition and Emotion*, 14, 609–642.
- 星野 悦子 (2015). 音大生の日常音楽聴取行動と性格——背景音楽の利用、選好音楽ジャンルと Big Five 次元の関連性—— 日本心理学会第 79 回大会発表論文集, 47.
- John, O. P., & Gross, J. J. (2006). Individual differences in emotion regulation. In J. J. Ekman (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (3rd ed., pp.351–372). New York: The Guilford Press.
- Juslin, P., & Västfjäll, D. (2008). Emotional responses to music: The need to consider underlying mechanisms. *Behavioral and Brain Sciences*, 31, 559–621.
- Kamenetsky, S. B., Hill, D. S., & Trehub, S. E. (1997). Effects of tempo and dynamics on the perception of emotion in music. *Psychology of Music*, 25, 149–160.
- Lonsdale, A. J., & North, A. C. (2011). Why do we listen to music? A uses and gratifications analysis. *British Journal of Psychology*, 102, 108–134.
- Luck, G., Saarikallio, S., Burger, B., Thompson, M. R., & Toivainen, P. (2010). Effects of the Big Five and musical genre on music-induced movement. *Journal of Research in Personality*, 44, 714–720.
- Madison, G. (2006). Experiencing groove induced by music: Consistency and phenomenology. *Music Perception*, 24, 201–208.
- Merriam, A. P. (1964). *The anthropology of music*. Evanston, IL: Northwestern University Press.
- (メリアム, A. P. 藤井 知昭・鈴木 道子 (訳) (1980). 音楽人類学 音楽之友社)
- Millgram, Y., Joormann, J., Huppert, J. D., & Tamir, M. (2015). Sad as a matter of choice? Emotion-regulation goals in depression. *Psychological Science*, 26, 1216–1228.
- Miranda, D. (2013). The role of music in adolescent development: Much more than the same old song. *International Journal of Adolescence and Youth*, 18, 5–22.
- North, A. C., Hargreaves, D. J., & O'Neill, S. A. (2000). The importance of music to adolescents. *British Journal of Educational Psychology*, 70, 255–272.
- 小塩 真司 (2010). はじめて学ぶパーソナリティ心理学 ミネルヴァ書房
- 小塩 真司・阿部 晋吾・カトローニ, ビノ (2012). 日本語版 Ten Item Personality Inventory (TIPI-J) 作成の試み パーソナリティ研究, 21, 40–52.
- Rentfrow, P. J., & Gosling, S. D. (2003). The do re mi's of everyday life: The structure and personality correlates of music preferences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 1236–1256.
- Saarikallio, S. (2012). Development and validation of the brief music in mood regulation scale (B-MMR). *Music Perception*, 30, 97–105.
- 三枝 まり (2020). 番組名から見る戦前期の洋楽放送——JOAKを中心に—— 上野学園創立 115 周年記念論文集, 57–69.
- 佐々木 恵・山崎 勝之 (2002). コーピング尺度 (GCQ) 特性版の作成および信頼性・妥当性の検討 日本公衆衛生誌, 5, 399–408.
- Schäfer, T., Seldmeier, P., Städtler, C., & Huron, D. (2013). The psychological functions of music listening. *Frontiers in Psychology*, 4, 511. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2013.00511>
- Schäfer, T., Tipandjan, A., & Sedlmeier, P. (2012). The functions of music and their relationship to music preference in India and Germany. *International Journal of Psychology*, 47, 370–380.
- Selfhout, M. H. W., Branje, S. J. T., ter Bogt, T. F. M., & Meeus, W. H. J. (2009). The role of music preferences in early adolescents' friendship formation and stability. *Journal of Adolescence*, 32, 95–107.
- 総務省統計局 (2017). 平成 28 年社会生活基本調査結果 Retrieved from <https://www.stat.go.jp/data/shakai/topics/pdf/topics105.pdf> (2020 年 3 月 28 日)
- Trapnell, P. D., & Campbell, J. D. (1999). Private self-con-

- sciousness and the five-factor model of personality: Distinguishing rumination from reflection. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 284–304.
- Vuoskoski, J. K., Thompson, W. F., McIlwain, D., & Eerola, T. (2012). Who enjoys listening to sad music and why? *Music Perception*, 29, 311–317.
- Wrzus, C., Hänel, M., Wagner, J., & Neyer, F. J. (2013). Social network changes and life events across the lifespan: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 139, 53–80.
- 山本 七平 (1977). 「空気」の研究 文藝春秋
- Zatorre, R. J. & Peretz, I. (2001). *The biological foundations of music*. New York: New York Academy of Sciences.
- 2020. 4. 16 受稿, 2021. 5. 1 受理 ——