文作成時の気分の影響——気分一致効果と気分不一致効果——

お茶の水女子大学 富山尚子¹

Mood Congruency and incongruency effects on sentence writing

Naoko Tomiyama (*The Doctoral Research Course in Human Culture, Ochanomizu University, Otsuka, Bunkyo-ku, Tokyo 112-0012*)

This study investigated the influence of positive and negative moods on sentence writing. Short animated video clips, inducing either a positive or negative mood, were shown to 60 female undergraduates. Then, they wrote five sentences under one of two conditions: the sentences were to begin with “I” or “M” (a third person) as the subject. Main results were as follows: with the first person pronoun as the subject, the negative mood group showed a mood-congruency effect for the first sentence, and a mood-incongruency effect for the second to fifth sentence, with “M” as the sentence subject, the negative mood group showed a mood-incongruency effect for all the five sentences. The positive mood group showed a mood-congruency effect for all the sentences, regardless of “I” or “M” condition. Furthermore, under “I” condition, the students in the negative mood group reported their desire to change their mood. It is concluded that mood-incongruency effect on writing depended on the subject of the sentence.

Key words: sentence writing, mood-congruency effect, mood-incongruency effect, the subject of sentence, negative mood.

感情は、記憶や判断などの認知的行動の際に、どのような影響を及ぼしているのだろうか。この問題は、これまでに多くの研究で取り上げられてきている (Blaney, 1986; Bower, 1981; Clark & Isen, 1982; Forgas, 1995; Forgas & Bower, 1987; Isen, Shalke, Clark, & Karp, 1978; Lazarus, 1991; 谷口, 1991)。なかでも、気分一致効果と呼ばれる効果は、認知的行動に与える気分 (本稿では、一定時間持続する感情のことを示す) の効果として、多くの研究で確認されている。気分一致効果とは、たとえば記憶の場合では、学習時または再生時の気分に一致する感情のトーンをもった情報が再生されやすいという現象で、ポジティブな気分のときには、ポジティブなトーンの情報が学習、再生されやすく、ネガティブであれば、ネガティブなトーンの情報が学習、再生されやすいとされる。しかし、気分一致効果はすべての研究で明確に確認されるものではなく、確認される場合でもポジティブな気分の場合には効果がみられても、ネガティブな気分の場合にはみられないこともある (Bower, 1981; Forgas, Burnham, & Trimboli, 1988; 富山, 1995a)。また、状況によっては、気分不一致と考えられる効果が起こることもいくつかの研究で指摘されている (Berkowitz

& Troccoli, 1990; Blaney, 1986; Erber & Erber, 1994; Forgas, 1991, 1995; Parrott & Sabini, 1990; Sedikides, 1994; Taylor, 1991; 富山, 1995a)。

具体的には、どのような場合に、気分不一致効果がみられるのであろうか。Parrott & Sabini (1990) の実験では、大学生を対象に、気分不一致効果の起こる状況について、自然場面と実験場面での検討がなされている。自然場面では答案の返却や天気によって、実験場面では音楽によって気分の操作を行い、自伝的記憶の再生実験を行っている。その結果、気分の効果についての調査であることを明示しない状況では気分不一致がみられ、特に複数の記憶を一つの手がかりで再生する条件では、最初の記憶により強い気分不一致効果がみられた。この結果について、Parrott & Sabini は、気分の効果についての調査であることを明示しない状況では気分の統制が行われるが、気分との関連を明示すると素直な被験者は、実験者の意図に合わせて操作された気分を維持しようとして、気分を統制することを抑制するため、気分不一致が起きなかったという考察を行っている。また、HAPPY な気分でも気分不一致効果がみられたことについて、現実的な自己概念を達成したり、過度の楽天主義をやわらげたりするように動機づけたりするために、気分を規制することが考えられるとしている。

Erber & Erber (1994) は、気分と一致しない記憶

¹ 本論文を作成するにあたり御指導いただきました、お茶の水女子大学文教育学部内田伸子教授に心より御礼申し上げます。

を再生することが気分の統制のための効果的な方略であると推測し、再生における努力の要因にも注目した研究を行っている。研究1では、大学生を対象に気分と関連があることは明示せず、非常にSAD (HAPPY) になる出来事を思い出させ、それを書かせる方法で気分の操作を行い、次に最初の再生とは不一致の出来事を思い出させている。その結果から、自分の気分と不一致のことを再生することは気分の統制における効果的な手段であると指摘している。さらに研究2では、自発的な気分の統制に焦点をあて、特に気分が課題遂行の妨げとなるような場合には、努力を要する処理を通して気分を中和しようとするという考察を行っている。また、気分を統制する動機づけがない場合は、SAD および HAPPY な気分を維持する (気分一致) 方略を使用する傾向があると指摘している。

Parrott & Sabini (1990) および Erber & Erber (1994) の研究結果を比較してみると、特に SAD な気分の場合は、気分不一致の効果がみられるという点で結果は一致している。さらにどちらの研究も、気分不一致効果と気分の統制との関連に注目しており、気分の統制のための動機づけの存在を指摘している。具体的には、気分不一致の効果の現れる理由として、Erber & Erber は、SAD な気分が課題遂行の妨げにならないようにという動機づけの存在を示し、Parrott & Sabini は、気分の効果についての調査であることを明示しない条件では、SAD な気分をよくすることは、自動的に動機づけられているとしている。

気分の統制を動機づける要因については、これら以外の研究の中でも指摘されている。Clark & Isen (1982) は、大人はポジティブな感情状態を維持したり、ネガティブな感情状態を緩和するように意図的に統制することが可能であると述べている。Taylor (1991) も、ネガティブな出来事に遭遇した場合には、ネガティブな出来事の衝撃を緩和したり、ときには消し去るような認知的行動の反応が喚起されると述べている。このほかにも気分についての研究の中では、ネガティブな気分の緩和や回復、ポジティブな気分の維持、過度にポジティブな気分の抑制などの気分の統制を動機づける要因が挙げられている (Berkowitz & Troccoli, 1990; Erber & Erber, 1994; Forgas, 1991; Parrott & Sabini, 1990; Sedikides, 1994; 富山, 1995a)。また、感情が認知的行動に与える影響を説明するために、Forgas (1995) によって提唱された AIM (Affect Infusion Model) の中でも、動機づけの要因が上げられている。AIM は四つの処理方略を仮定しており、動機づけられた処理方略もその一つである。動機づけられた処理方略は、特定の判断をすることに対して特定の強い動機づけが存在する場合に使用されるとされており、Forgas は、この方略を気分を統制する

ために使用される方略ではないかと考え、特定の強い動機づけによって気分が統制され、気分不一致効果が起こると考察している。このように、特に気分不一致効果を考える上で、気分の統制のための動機づけの要因を考えることは重要であると考えられる。また、従来の研究結果で、ポジティブな気分の場合には気分一致効果が見られ、ネガティブな気分の場合で気分一致効果が見られなかったことの理由のひとつとして、ポジティブな気分の場合はポジティブな気分を持続する動機づけが高くなり、ネガティブな気分の場合には気分をよくするための動機づけが高くなるという解釈も考えられる。

ここで、これまでの気分の影響についての研究の中で取り上げられてきた、認知的行動について考えてみると、これまでの研究では記憶の問題が最も多く取り上げられている。記憶以外の認知的行動では、社会的判断への気分の影響 (Forgas & Bower, 1987; Forgas et al., 1988) や援助行動への気分の影響 (Isen et al., 1978) などについての研究が行われているが、“文 (文章) を書く (作成する)” という行動の際の気分の影響について取り扱った研究はほとんどみられない。しかし、我々は、日常生活の中で、“文 (文章) を書く (作成する)” という作業を頻繁に行っており、“書く” という作業においても、記憶の場合と同様に、そのときの気分が何らかの影響をもたらすと考えられる。したがって、“書く” という作業における、具体的な気分の影響について確認することは、人間の行動を理解するために重要であると考えられる。そこで、本研究では“書く” という認知的行動と気分の関連について検討していく。“書く” という行動においても記憶と同様に、気分不一致効果がみられるのかどうかを確認することを主な目的とし、実験終了後にインタビューを行うことで、気分の統制への動機づけという点からの検討も加える。

また、富山 (1995a) の実験では、人物名を再生手がかりとして記憶の再生を行わせた場合には、ネガティブな気分の効果を持続させない方向への気分の統制が行われるという結果を得た。この場合人物名の再生手がかりは文の中の人物に注目させる効果があり、文中の人物と自分自身を重ね合わせることでネガティブな感情状態を統制する動機づけが高められたのではないかと考えられた。したがって重ね合わせる程度によっても、気分の効果に違いがみられることが考えられる。そこで本実験では、直接的に自分自身と重ね合わせやすいと考えられる“私”を主語として文を作成する条件と“架空の他者”を主語として文を作成する条件を設定し、条件間で気分の効果に差があるかどうかについても考察する。

さらに、直接的に、“書く” という作業に注目した研究ではないが、Sedikides (1994) は、大学生を対

象に、SAD, NEUTRAL, HAPPY な出来事について考えさせ、それについて書かせることで気分の操作を行い、その後に自己について思いついたことを記述させ、書かせた自己記述の内容についての評価を行わせている。その結果、SAD な気分でのみ最初の半分の自己記述は気分一致の影響を受け、残りの半分はムード不一致の影響を受けた。Sedikides は、この結果に最もあてはまるモデルとして“動機づけを基にした最初は一致、次に不一致の法則 (motivationally-based ‘first, congruency; then incongruency formulation’)”を提案している (ここでいう動機づけは気分の統制のための動機づけ)。このモデルでは、SAD な場合は、最初はネガティブな自己記述を行うが、自分の自己概念のポジティブさと重要性を再び肯定することで気分を統制し、ネガティブな自己記述に逆らい、ポジティブな自己記述を増加させるとしている。

“私’を主語として文を作成する”場合は、自己について記述するという点から、Sedikides (1994) の研究結果を参考にすることができると考えられる。つまり、直接的に自分自身と重ね合わせやすいと考えられる“私’を主語として文を作成する”条件では、Sedikides (1994) の実験結果と同様の気分不一致効果がみられると予想することができる。また“架空の他者’を主語として文を作成する”条件では、記憶についての Parrott & Sabini (1990) の研究結果と同様に、最初から気分不一致効果がみられると予想することができる。さらに、気分の統制への動機づけという点においても、Sedikides (1994) の実験での、最初ではなく 2 番目の自己記述に気分不一致効果がみられたという結果は非常に興味深い。この結果については、自己記述では最初は操作された気分の影響を強く受けて気分と一致する内容を書くが、書いているうちに特に SAD な気分の場合は気分をよくしようとする動機づけが高まり、徐々に気分と不一致の内容を書くことで気分を統制しようとするようになるのではないかと解釈が考えられる。本研究ではこの解釈についても検討を試みる。

予想される結果は次のとおりである。(1) “私’を主語として文を作成する”条件では、Sedikides (1994) の研究結果と同様にネガティブな気分²の群では最初気分一致・次に気分不一致の効果がみられ、ポジティブな気分の群では従来どおりの全体的な

気分一致効果がみられる。(2) “架空の他者’ (M さん)’を主語として文を作成する”条件では、ネガティブな気分の群では最初から気分不一致の効果がみられ、ポジティブな気分の群では従来どおりの全体的な気分一致効果がみられる。

方 法

実験計画 気分 3 (ポジティブ群 (以後 P 群と略す)、ネガティブ群 (以後 N 群と略す)、統制群) × 文の主語 2 (私 (以後 [主語=私] 条件と略す)、M さん (以後 [主語=M] 条件と略す)) × 文の順序 5 (1 番目-5 番目) の 3 要因計画とした。第 1, 第 2 要因は被験者間要因、第 3 要因は被験者内要因である。

被験者 女子大学生³ 60 名 (平均年齢 19 歳 8 か月) を、各条件ごとに 10 名ずつ割り当てた。実験は個別に行った。

ムード操作 ビデオによる気分の操作を行った。ビデオの長さは 5 分前後 (P 群はディズニー映画“ダンボ”, N 群は日本のアニメ“火垂るの墓”の中から使用) である。

実験材料 あらかじめ、予備実験 (被験者は女子大学生 20 名) を行い、文を作成する方法 (選択肢のあるなし、および文の数の限定のあるなし) について検討を行った。その結果、選択肢があるほうが文を作成しやすく、作成する文の数についても自由よりも限定されたほうが作成しやすいという結果を得た。また、予備実験の結果から、1 文中に使用されたポジティブ語がネガティブ語より多い文はポジティブな文であると評定され、ネガティブ語が多い文はネガティブな文であると評定された (2 人の実験者の 3 段階評定 (ポジティブ-どちらでもない-ネガティブ) の一致率は 100%であった)。これは富山 (1995b) でみられた、単語から単独の文のポジティブ度およびネガティブ度を予測できるという結果とも共通している。したがって、作成された文の評価のひとつとして、作成時に使用されたポジティブおよびネガティブな選択肢の数を使用することは、実験者および被験者の主観的な要因をできるだけ排除する方法として有効であるのではないかと考えられた。

予備調査の結果を考慮した上で、本研究では、選択肢を提示し、文の作成数を限定する方法を使用した。作成する文の数については、自由に作成された文の最低数であった五つを採用した。選択肢については、20 名の女子大学生に対して、動詞、形容詞、名詞などの単語 (または単語ユニット) 約 200 個について、非常にポジティブから非常にネガティブまでの 5 段階尺度での評定を求めた。その結果からポジティブ度および

² 気分の記述については HAPPY-SAD の尺度が用いられることが多いが、あらかじめ行った予備実験の結果、HAPPY な気分-SAD な気分、POSITIVE な気分-NEGATIVE な気分、PLEASANT な気分-UNPLEASANT な気分の中では、POSITIVE な気分-NEGATIVE な気分が最も回答しやすいとの結果を得た。そこで本実験では、気分の記述としてポジティブな気分-ネガティブな気分を使用する。

³ 気分に関する研究では男女差が見られることはほとんどないため、本研究では女性のみを対象とした。

ネガティブ度の高かった単語を、動詞・形容詞・名詞についてそれぞれ5個ずつ、合計30語を選択肢として選出した。今回使用した選択肢は次のとおりである。動詞（ポジティブ語：遊ぶ・咲く・笑う・走る・光る、ネガティブ語：離れる・消える・過ぎる・残る・壊れる）、形容詞（ポジティブ語：美しい・新しい・懐かしい・大きい・親しい、ネガティブ語：細い・寒い・暗い・悲しい・遠い）、名詞（ポジティブ語：空・家・花・朝・友、ネガティブ語：裏・煙・熱・床・隅）。

実験課題 30語の選択肢を被験者ごとにランダムに提示し、各文ごとに目に付いた順に選択肢の中から1語以上を使用して、決められた語（“私”または“Mさん”）を主語として、五つの文を作成するように求めた。この際、どうしても選択肢以外の単語を使用したい場合はそれも可能であることを説明した。選択肢の重複使用は不可とし、作成の時間については制限しなかった。なお、被験者には、主を作成してもらう旨のみを教示し、気分と関連する実験であることは明示していない。課題終了後に、作成した文について5段階尺度で評定させた。

手続き 1. ビデオによる気分の操作を行う（P群、N群のみ）。被験者には、文の作成とは関係ないので気楽にビデオを見てほしいと教示する。

2. 気分の確認を行う（非常にポジティブな気分から非常にネガティブな気分までの5段階尺度）。

3. 選択肢を印刷した用紙（B5判）を渡し、指示に従って文を五つ作成するように教示する。用紙に書かれた指示の内容は次のとおりである；以下の条件を守って、五つの短文を作成してください。(a)必ず、枠内の単語を一つ以上使用してください。ただし、使用は一度に限ります。重複使用を避けるために使用した単語の下には、線を引いておいてください。(b)単語は、助詞を加える・語尾を変化させる・活用させるなど、必要に応じて変化をさせてもかまいません。(c)主語には、“私（Mさん）”を使用してください。(d)思いついた順（目に付いた単語の順）に書いてください。さらに、口頭でどうしても選択肢以外の単語を使用したい場合はそれも可能であることを説明した。

4. 書き終わった五つの文について、それぞれ非常にポジティブから非常にネガティブまでの5段階尺度で、被験者自身に評定させる。

5. 実験終了後に、インタビュー形式で、実験内容についての質問を行う（文を作成する上で考えたことについて・主語について・選択肢の数について）。インタビューの終わりでは、特にネガティブな気分の操作の影響が実験後も続くことのないよう、被験者の気分注意到意し、気分転換ができるような話題で歓談するよう努めた。

評価方法 各文ごとに使用されたポジティブ語とネ

Table 1
評定値の平均（標準偏差）

主語条件	気分	第1文	第2文	第3文	第4文	第5文
“私”	P群	4.7 (0.5)	4.2 (0.6)	3.7 (0.8)	3.7 (1.3)	4.2 (0.6)
	統制群	4.3 (0.5)	3.3 (0.9)	2.6 (1.4)	2.8 (1.3)	3.0 (0.9)
	N群	2.3 (0.9)	3.6 (1.6)	3.4 (1.2)	2.7 (1.2)	3.4 (0.8)
“M”	P群	4.4 (0.7)	4.0 (1.2)	3.4 (1.3)	3.4 (1.4)	3.6 (1.0)
	統制群	4.0 (1.2)	3.7 (0.8)	3.3 (1.1)	3.4 (1.1)	2.8 (0.8)
	N群	3.7 (1.3)	3.2 (1.0)	3.0 (1.2)	2.1 (1.2)	2.6 (1.3)

ガティブ語の選択肢の数の差を計算し、便宜的にポジティブ語が多い場合は（+1）点、同数の場合は（0）点、ネガティブ語が多い場合は（-1）点を与え、その文のポジティブ得点とする。本研究では、作成された文の評価として、(1)被験者自身による5段階評定結果、(2)ポジティブ得点、を使用する。

結果および考察

気分の操作の効果について ビデオによる気分の操作の効果を調べるために、ビデオをみた直後に（統制群については最初に）、被験者に現在の気分を5段階尺度（5：非常にポジティブな気分、4：ややポジティブな気分、3：どちらでもない、2：ややネガティブな気分、1：非常にネガティブな気分）で評定させた。その結果、P群では4.4（0.5）、N群では1.8（0.5）、統制群では2.9（0.4）（いずれも括弧内は標準偏差）という評定値の平均を得た。気分の評定値について1要因の分散分析を行ったところ、気分の効果（ $F(2, 57) = 137.6, p < .0001$ ）は有意であった。したがって、今回のビデオによる気分の操作は適切であったと考えられる。

全体的分析 各条件における作成された文についての被験者自身の評定値（以後単に評定値と略す、5：非常にポジティブ、4：ややポジティブ、3：どちらでもない、2：ややネガティブ、1：非常にネガティブの5段階）の平均は、Table 1に示すとおりである。評定値について、気分（3）×主語条件（2）×文の順序（5）の3要因の分散分析を行った。検定の結果、気分の主効果（ $F(2, 54) = 15.4, p < .0001$ ）および文の順序の主効果（ $F(4, 216) = 7.2, p < .0001$ ）が有意であり、気分×文の順序の交互作用（ $F(8, 216) = 1.9, p < .06$ ）および気分×主語条件×文の順序の2次の交互作用

Table 2
ポジティブ度の平均 (標準偏差)

主語条件	気分	第1文	第2文	第3文	第4文	第5文
“私”	P 群	1.0 (0.0)	0.9 (0.3)	0.7 (0.7)	0.6 (0.7)	0.9 (0.3)
	統制群	1.0 (0.0)	0.7 (0.7)	0.1 (0.7)	0.4 (0.7)	0.5 (0.9)
	群	0.4 (1.0)	0.4 (1.0)	0.6 (0.7)	0.5 (0.9)	0.1 (0.9)
	N 群					
“M”	P 群	1.0 (0.0)	0.8 (0.4)	0.2 (0.9)	0.5 (0.9)	0.7 (0.5)
	統制群	0.9 (0.3)	0.7 (0.7)	0.8 (0.6)	0.5 (0.9)	0.2 (0.9)
	群	0.8 (0.4)	0.9 (0.3)	0.6 (0.8)	0.1 (1.0)	-0.5 (0.7)
	N 群					

($F(8, 216) = 1.8, p < .07$) に有意な傾向がみられた。主語条件の主効果および気分×主語条件の交互作用は有意ではなかった。

また、ポジティブ得点についても、気分 (3) × 主語条件 (2) × 文の順序 (5) の 3 要因の分散分析を行った。Table 2 は条件ごとの平均を示したものである。検定の結果、気分の主効果 ($F(2, 54) = 9.1, p < .001$) および文の順序の主効果 ($F(4, 216) = 5.7, p < .001$) が有意であり、気分×文の順序の交互作用 ($F(8, 216) = 1.8, p < .07$) に有意な傾向がみられた。主語条件の主効果、気分×主語条件の交互作用および 2 次の交互作用は有意ではなかった。

本研究では、主語条件による気分の効果の違いについて考察することを主な目的としている。したがって、次に主語条件ごとの分析を行う。

〔主語=私〕条件についての分析 〔主語=私〕条件

Figure 1. 気分ごとの平均評定値 [主語=私] 条件。

において、評定値について、気分×文の順序の 2 要因の分散分析を行った (Figure 1)。その結果、気分の主効果 ($F(2, 27) = 15.1, p < .0001$)、文の順序の主効果 ($F(4, 108) = 2.6, p < .05$) および気分×文の順序の交互作用 ($F(8, 108) = 3.1, p < .01$) がすべて有意であった。交互作用が有意であったため、各文ごとの気分の効果を比較するために分散分析を行った。検定の結果、第 1 文 ($F(2, 27) = 36.3, p < .0001$) および第 5 文 ($F(2, 27) = 5.6, p < .01$) で有意な差がみられた。さらに、Newman-Keuls 法による多重比較検定を行った (本研究では、多重比較はすべて Newman-Keuls 法で行い、検定の有意水準はすべて 5% とした)。その結果、第 1 文では P 群 = 統制群 > N 群、第 5 文では P 群 > 統制群 = N 群となった。つまり、最初の文では N 群の被験者は、P 群や統制群に比べてネガティブな文を作成しており、これは気分一致効果の結果であると考えられる。しかし、第 2 文以降は統制群と比べて特にネガティブな文は作成しておらず、気分不一致が起きたと考えられる。さらに、気分の主効果について、多重比較を行った結果、P 群 > 統制群 = N 群となった。このことから、P 群では他の 2 群に比べて、全体として作成された文がよりポジティブであると評定されたといえる。つまり P 群では、全体的に他の 2 群に比べて、よりポジティブな文が作成されており、この傾向は最後の文まではっきりと現れている。

また、ポジティブ得点についても、気分×文の順序の 2 要因の分散分析を行った (Figure 2)。その結果、気分の主効果 ($F(2, 27) = 7.2, p < .01$) は有意であったが、文の順序の主効果および気分×文の順序の交互作用は有意ではなかった。気分の主効果について、多重比較を行った結果、P 群 > 統制群 = N 群となった。このことから、P 群では他の 2 群に比べて、全体的に

Figure 2. 気分ごとの平均ポジティブ得点 [主語=私] 条件。

ネガティブな選択肢よりもポジティブな選択肢がより多く使用されたといえる。交互作用が有意ではなかったため、非常に限定的ではあるが、参考までにポジティブ得点についても、各文ごとの気分の効果を比較するために分散分析を行った。検定の結果、第1文 ($F(2, 27)=3.9, p<.05$) で有意な差がみられた。さらに多重比較を行った結果、統制群>N群となった。

以上の結果から、[主語=私] 条件では、ネガティブな気分の群では最初は気分一致、次に気分不一致の効果がみられ、ポジティブな気分の群では、全体をとおして従来どおりの気分一致効果がみられる、という予想は評定値については支持された。また、1文中でポジティブな選択肢とネガティブな選択肢のどちらをより多く使用するかという点についても、ポジティブな気分の群では、全体的にネガティブな選択肢よりもポジティブな選択肢がより多く使用され、予想を支持する結果となった。さらに第1文で、統制群と比較してネガティブな気分の群で、ポジティブな選択肢よりもネガティブな選択肢がより多く使用されたことも、ネガティブな気分の群についての予想を裏付ける傍証であると考えられる。

【主語=M】条件についての分析 【主語=M】条件において、評定値について、気分×文の順序の2要因の分散分析を行った (Figure 3)。その結果、気分の主効果 ($F(2, 27)=4.8, p<.05$) および文の順序の主効果 ($F(4, 108)=5.7, p<.001$) が有意であった。気分×文の順序の交互作用は有意ではなかった。気分的主効果について、多重比較を行った結果、P群>N群となった。このことから、P群はN群に比べて、作成された文がよりポジティブであると評定されたといえる。さらに順序の主効果について、多重比較を行った結果、第1文>第3文、第1文>第4文、第1文>第5文、第2文>第5文となった。このことから、第3文以降の文になると、最初の文よりもネガティブで

Figure 3. 気分ごとの平均評定値 [主語=M] 条件。

あると評定されたといえる。つまり、P群では全体的にN群に比べてよりポジティブな文が作成されており、全体的に後半の文になると最初の文よりもネガティブであると評定されたが、N群は統制群に比べてネガティブであるとは評定されなかった。交互作用は有意ではなかったが、比較のため、参考までに、[主語=私] 条件で気分一致効果がみられた第1文について、気分の効果についての分析を行った。その結果、気分の効果に有意差はみられなかった。したがってN群では第1文から気分不一致効果がみられると考えられ、P群では全体をとおして気分一致効果がみられると考えられる。

また、ポジティブ得点についても、気分×文の順序の2要因の分散分析を行った (Figure 4)。その結果、気分的主効果 ($F(2, 27)=3.3, p<.05$)、文の順序の主効果 ($F(4, 108)=5.9, p<.01$) および気分×文の順序の交互作用 ($F(8, 108)=2.1, p<.05$) がすべて有意であった。交互作用が有意であったため、各文ごとの気分の効果を比較するために分散分析を行った。検定の結果、第5文 ($F(2, 27)=6.9, p<.01$) のみ有意な差がみられた。多重比較を行った結果、P群>統制群>N群となった。つまり、最後の文ではN群の被験者は、P群や統制群に比べてポジティブな選択肢よりもネガティブな選択肢を使用しているといえる。しかし、第4文までは他の2群と比べて特にネガティブな選択肢をより多く使用するということはみられなかった。

以上の結果から、[主語=M] 条件では、ネガティブな気分の群では最初から気分不一致の効果がみられ、ポジティブな気分では、従来どおりの全体的な気分一致効果がみられる、という予想は評定値については支持された。ポジティブ得点については、第4文までは、予想を支持する結果となったが、最後の文では

Figure 4. 気分ごとの平均ポジティブ得点 [主語=M] 条件。

Table 3
質問に対する回答 (各群 10 名中)

主語 条件	気分	(1) 気分を 変えたい	(2) 気分 に合わせて	(3) 特 に考えない
“私”	P 群	0	6	4
	統制群	0	1	9
	N 群	8	2	0
“M”	P 群	3	3	4
	統制群	0	4	6
	N 群	5	3	2

支持されなかった。

質問に対する回答について 実験終了後に行った質問 (“文を作成する上で考えたことは?”) への回答について、補足的に分類を行った (Table 3)。すべての被験者の回答は、動機づけの観点から (1) 気分を変えたいと思って作成した (気分を変えたいという動機づけ)⁴、(2) 気分に合わせて作成した (気分を持続したいという動機づけ)、(3) 特に何も考えずに作成した (動機づけなし)、の三つに分類された (2 人の評定者によって評定し分類を行った。評定の一致率は 100% であった)。

全体的考察

本研究では、“書く”という認知的行動と気分の関連について検討することを目的とし、“私”を主語として文を作成する”条件および“架空の他者”(M さん)を主語として文を作成する”条件を設定し、どのような気分の効果がみられるのかについて検討を行った。さらに、実験終了後にインタビューを行うことで、気分の統制への動機づけという点からの検討も試みた。

その結果、[主語=私]条件では、評定値については、ネガティブな気分の群で、第 1 文で他の 2 群よりも有意にネガティブであったが、第 2 文以降は、統制群と差がなかった。したがって、ネガティブな気分の群では最初は気分一致、次に気分不一致の効果がみられるという予想は支持された。また、ポジティブな気分の群では、評定値は全体をとおして他の 2 群に比べてよりポジティブであり、特に第 5 文で有意差がみられたことから、この傾向は最後の文まではっきりと現れている。したがってポジティブな気分の群では、全体をとおして従来どおりの気分一致効果がみられるという予想が支持された。

また、1 文中でポジティブな選択肢とネガティブな

選択肢のどちらがより多く使用されるか (ポジティブ得点) に注目し、これについても分析を行った。その結果、ポジティブな気分の群では、全体的にネガティブな選択肢よりもポジティブな選択肢がより多く使用され、ポジティブな気分の群では、全体をとおして気分一致効果がみられるという予想を支持する結果となった。第 1 文で、統制群と比較してネガティブな気分の群で、ポジティブな選択肢よりもネガティブな選択肢がより多く使用されたことも、ネガティブな気分の群についての予想を裏付ける傍証であると考えられる。

さらに、実験後に行った質問への回答について、補足的に χ^2 検定を行った結果、人数のかたよりは有意であった ($\chi^2(4, N=30)=30.1, p<.01$)。下位分析として残差分析を行った結果、ネガティブな気分の群では、(1) 気分を変えたいと思って作成したという回答がポジティブ群および統制群よりも有意に多かった。また、どの時点で気分を変えたいと思ったかについては、最初からが 4 名、2 文以降が 4 名であった。今回のインタビューでは、各文ごとの質問は行っておらず、どの時点から気分を変えようと思ったのかについては正確には特定できないが、今回の結果は、最初は気分と一致する内容を書くが、ネガティブな気分の場合は、書いているうちに気分をよくしようとする動機づけが高まり、徐々に気分と不一致の内容を書くようになるという解釈を裏付ける傍証であると考えられる。

ポジティブな気分の群では、補足的に残差分析を行った結果、(2) 気分に合わせて作成したという回答が統制群よりも有意に多かった。このことから、ポジティブな気分を維持しようとする動機づけが、気分一致効果を持続させたことがうかがえる。また、両群の被験者全体 (20 名) が、“私”を主語としたので、自分のことと重ね合わせて文を作成したという回答を示したことから、[主語=私]条件では自身への注目が高かったと考えられる。

[主語=M]条件では、ネガティブな気分の群では最初から気分不一致の効果がみられ、ポジティブな気分では、従来どおりの全体的な気分一致効果がみられる、という予想は評定値については支持された。ポジティブ得点については、第 4 文までは、予想を支持する結果となったが、最後の文では支持されなかった。

実験後に行ったインタビューでは、“M さん”を主語としたので、自分以外のひとのことを考えて文を作成したという回答を示した被験者が多かった (20 名中 18 名) ことから、[主語=M]条件では自身への注目は低かったと考えられる。また、質問への回答について、補足的に χ^2 検定を行ったが、人数のかたよりは有意な差はみられなかった。ただし、参考までに残差分析を行った結果、ネガティブ群では、(1) 気分を変えたいと思って作成したという回答が統制群よりも有意に多かった。さらに (1) に回答した 5 名は全員が

⁴ 表の数値は“(どこかの時点で) 気分を変えようと考えて”という回答があった被験者の数である。

最初から気分を変えたいと思って作成したと答えている。この結果は“気分の効果についての調査であることを明示しない条件では、SAD な気分をよくすることは、自動的に動機づけられている”とする、記憶についての Parrott & Sabini (1990) の実験結果と一致している。したがって今回の結果からも、[主語=M] 条件では、ネガティブな気分の群では自動的な気分の統制が行われ最初から気分不一致の効果がみられ、ポジティブな気分の群では従来どおりの全体的な気分一致効果がみられたという解釈が考えられる。

本研究では、“書く”という認知的行動と気分の関連について、[主語=私] 条件では、ネガティブな気分の場合に、最初気分と一致する内容を書くが徐々に気分と不一致の内容を書くようになるという気分の効果が、[主語=M] 条件では、最初から気分不一致の効果がみられ、条件によって異なる気分不一致効果がみられることが確認された。さらに、[主語=私] 条件では、次第に気分の統制を行う動機づけが高められるという解釈について、質問への回答から、傍証を得ることができた。

ただし、本研究では気分不一致効果が生じる条件については確認できたが、動機づけについては実験後に行った簡単な質問への回答についての考察にとどまっている。したがって今後、“書く”という行動と気分の関連について、動機づけの点からの明確な検討を行うためには、時間的な変遷の分析やより詳しい質問カテゴリーに対する回答を得ることが必要である。また、本研究では予備調査の結果から選択肢を設定したが、文を作成していくうちに、選択肢が減少し、使用できる数が限られてしまったことの影響を完全には否定できない（ただし、インタビューでは選択肢が減少して困ったという回答はなかった）。作成させる文の数についても、今回の結果からもっと少ない数でも同様の効果がみられるのではないかと考えられる。したがって今後の研究では、作成させる文の数、選択肢の数についてもさらなる工夫が必要であると思われる。

引用文献

- Berkowitz, L., & Troccoli, B. T. 1990 Feelings, direction of attention, and expressed evaluations of others. *Cognition and Emotion*, **4**, 305-325.
- Blaney, P. H. 1986 Affect and memory: A review. *Psychological Bulletin*, **99**, 229-246.
- Bower, G. H. 1981 Mood and memory. *American Psychologist*, **36**, 129-148.
- Clark, M. S., & Isen, A. M. 1982 Toward understanding the relationship between feeling states and social behavior. In A. H. Hastorf & A. M. Isen (Eds.), *Cognitive social psychology*. New York: Elsevier/North-Holland. Pp. 73-108.
- Erber, R., & Erber, M. W. 1994 Beyond mood and social judgment: Mood incongruent recall and mood regulation. *European Journal of Social Psychology*, **24**, 79-88.
- Forgas, J. P. 1991 Affect and person perception. In J. P. Forgas (Ed.), *Emotion and social judgments*. Oxford: Pergamon Press. Pp. 263-290.
- Forgas, J. P. 1995 Mood and judgment: The affect infusion model (AIM). *Journal of Personality and Social Psychology*, **117**, 39-66.
- Forgas, J. P., & Bower, G. H. 1987 Mood effects on person-perception judgments. *Journal of Personality and Social Psychology*, **53**, 53-60.
- Forgas, J. P., Burnham, D. K., & Trimboli, C. 1988 Mood, memory, and social judgment in children. *Journal of Personality and Social Psychology*, **54**, 697-703.
- Isen, A. M., Shaker, T. E., Clark, M., & Karp, L. 1978 Affect, accessibility of material in memory, and behavior: A cognitive loop? *Journal of Personality and Social Psychology*, **36**, 1-12.
- Lazarus, R. S. 1991 *Emotion and adaptation*. New York: Oxford University Press.
- Parrott, W. G., & Sabini, J. 1990 Mood and memory under natural conditions: Evidence for mood incongruent recall. *Journal of Personality and Social Psychology*, **59**, 321-336.
- Sedikides, C. 1994 Incongruent effects of sad mood on self-conception valence: It's a matter of time. *European Journal of Social Psychology*, **24**, 161-172.
- 谷口高士 1991 認知における気分一貫性効果と気分状態依存効果 心理学評論, **34**, 319-344.
- Taylor, S. E. 1991 Asymmetrical effects of positive and negative events: The mobilization-minimization hypothesis. *Psychological Bulletin*, **440**, 67-85.
- 富山尚子 1995a 児童が文を記憶する際のムードの影響 心理学研究, **66**, 336-344.
- 富山尚子 1995b 文の感情価の測定に関する一研究 日本教育心理学会第 37 回総会発表論文集, 439.

——1996. 8. 27 受稿, 1998. 5. 9 受理——