制御焦点と認知的感情制御が後悔とその後のポジティブな変容に及ぼす影響

○伊藤拓

(名古屋大学教育発達科学研究科)

Key words: Regret, Emotion regulation, Regulatory focus

目 的

ネガティブ感情である後悔は、これまでどうすれば小さくすることができるか検討されてきたが、近年では後悔がもたらすポジティブな変容への関心も高まってきている。よって、後悔を適切に軽減しつつ、そういった変容を享受することが望ましい。

そこで後悔への対処として認知的感情制御に着目する。Garnefski et al. (2001)によれば、認知的感情制御にはネガティブ感情を低減する適応的方略と、増大する不適応的方略がある。また、それらの使用や効果を規定するパーソナリティとして制御焦点を取り上げる。

以上より本研究では、認知的感情制御が後悔を介してその後生じるポジティブな変容に及ぼす影響の制御焦点による個人差を検討することを目的とした。

方 法

■参加者：中部地方の大学生・大学院生 527 名（男性 276 名，女性 200 名，その他 1 名，未回答 60 名，平均年齢 20.18 歳）。
■手続き：調査はオンライン調査システムによって作成したオンライン上の質問紙調査で行った。回答者は後悔喚起シナリオを読んだ後、各尺度に回答した。

■シナリオ：シナリオの題材には高校生の大学選択を取り上げた。大学受験を終えた“あなた”が進学する大学には、条件的には同じ A と B、2 つの候補がある。初めは A 大学に惹かれていたがそこについての悪い噂をネットで見かけ、B 大学に進学したところ、1 年後にそこに馴染めず辛い大学生活を送っている、という内容だった。

■使用尺度及び質問項目：

・日本語版 CERQ (榊原, 2015) シナリオの状況で人が用いる認知的感情制御を測定するために用いた。肯定的再評価、大局的視点、反芻、受容などの 9 種類の制御方略について 4 項目ずつの全 36 項目を 7 件法で尋ねた。

・促進予防焦点尺度邦訳版 (尾崎・唐沢, 2011) 個人の制御焦点を測定するために用いた。促進焦点について尋ねる利得接近志向尺度と、予防焦点について尋ねる損失回避志向尺度の 2 つの下位尺度の全 16 項目を 7 件法で尋ねた。

・後悔 シナリオの状況で自分ならどの程度後悔するかを、楠見他 (2008) を参考に 3 項目を 7 件法で尋ねた。

・後悔経験後に生じるポジティブな変容 Saffrey et al. (2008) を参考に接近への動機づけ、回避への動機づけ、意味付け、洞察の 4 種類の適応的機能について、シナリオの状況でどの程度起こりそうだと思うか 2 項目ずつの全 8 項目を 7 件法で尋ねた。

結 果

430 名（男性 239 名，女性 190 名，その他 1 名，平均年齢 20.22 歳， $SD=2.298$ ）を分析の対象とした。

■回答者の群分け：Lockwood et al. (2002) を参考に優位な制御焦点によって促進焦点群 ($r=216$, $M=1.03$, $SD=0.86$)、と予防焦点群 ($r=214$, $M=-0.88$, $SD=0.77$) に群分けした。

■CERQ の二次因子分析：Garnefski et al. (2001) の主張に基づき、適応的方略と不適応的方略の 2 因子を想定し、CERQ の

9 つの下位因子について二次因子分析（反復主因子法・プロマックス回転）を行った。その結果 3 因子解が採択された。第 1 因子を「適応的方略」、第 2 因子を「不適応的方略」とした。第 3 因子を「反省的方略」とした。

■認知的感情制御方略の使用の差：制御焦点の違いによる認知的感情制御方略の使用傾向の差異を検討するために、二次因子分析で得られた 3 つの因子を従属変数とした t 検定を行った。その結果、全ての方略において有意差が見られた。適応的方略は促進焦点の人に用いられやすく、不適応的方略、反省的方略は予防焦点の人に用いられやすかった。

■因果モデルの検討：制御焦点による認知的感情制御、後悔そしてポジティブな変容の因果関係を検討するため、モデルを構成した。

図 1 因果モデル。

注 1. 図中の数値は標準化係数。左から予防焦点/促進焦点とした。

注 2. 有意でないパス、及び全ての相関と誤差は省略した。

注 3. 破線は等値制約を課してのいないパスを示す。

$^{**}p<.01$, $^{*}p<.05$

$\chi^2(33)=30.620^{ns}$, GFI=.986, AGFI=.962 CFI=1.00, RMSEA=.000

考 察

結果からは、制御焦点によって、ポジティブな変容に至るまでの経路が異なることが示唆された。すなわち、促進焦点の人は適応的な方略を用いて後悔を低減しつつ、ポジティブな変容を経験する。一方で予防焦点の人は、後悔を増大する方略を用いることで、その経験を今後に生かしている。

予防焦点の人にとって、後悔あるからこそ、その後同じ失敗を繰り返さないようにしようと思うことができるということが示された。また従来ネガティブ感情を増大するという意味で不適応と言われてきた認知的感情制御方略も、後悔を介してその後の行動や自身を見直すきっかけをもたらしていることがわかった。

後悔から適応的方略から、ポジティブな変容へのパスが見られたことや、後悔から意味付けや洞察への影響はあまり見られなかったことなどについて、縦断的な調査によって、モデルの妥当性を検討する必要がある。

(Taku ITO)