抑制の逆説的效果がその後の怒り感情に及ぼす影響

— 顕在指標・潜在指標を用いて —

○白根澤誉史¹・南学²・大平英樹¹

(¹名古屋大学院環境学研究所・²三重大学教育学部)

キーワード: 怒り, 感情抑制, 逆説的效果

Paradoxical Effects of Suppression on the Anger Emotion

Takashi shiranezawa¹, Manabu Minami², Hideki Ohira¹,

(¹ Graduate School of Environmental Studies, Nagoya Univ., ²Mie Univ)

Key Words: Anger, Suppression, Paradoxical Effect

目 的

怒りは、それ自体が生起してしまうからというよりも、怒りが維持してしまうからこそ不適応になってしまう(遠藤・湯川, 2012)。そのため、人は不適応にならないために怒りを抑制しようとするが、しばしば抑制は失敗することが知られている。これは抑制の逆説的效果と呼ばれ、抑制を試みるとかえってそれに関わる思考や感情が増加してしまい、結果的に抑制ができなくなる現象である。

Wegner(1994)の皮肉過程理論に基づき、本国においても逆説的效果の検討は多様に行われてきたが、そのほとんどの研究が被験者の意識に基づく顕在指標での検討であり、その測定方法には限界があるとされている(及川・及川, 2012)。

そこで本研究では、近年の潜在指標の発達とそれを用いた検討(及川・及川, 2012)をふまえ、怒りの抑制は顕在レベルでは抑制できていても、逆説的效果の影響を受け潜在レベルでは維持してしまうという仮説のもと、逆説的效果による怒り感情への影響を検討する。

予備調査

本実験において統制群・抑制群に配置する際、特性的な怒りを両群で均等に配置するため、実験参加者の特性怒り得点を明らかにする。

調査対象 大学生 188 名に実施した。

調査内容 怒りの特性を測る STAXI の Trait-Anger の 10 項目を 7 件法で測定した。

実 験

参加者: 大学生 58 名に実施した。

顕在指標: STAXI(State-Anger), PANAS

潜在指標: IPANAT(Quirin *et al.* 2009)の感情語を一部怒り感情語に変更(イライラした)して使用した。

実験デザイン: 2(時間: 事前・事後)×2(群: 抑制あり・なし)

手続き: 58 名の参加者を 2 群(抑制群・統制群)に配置した。参加者は実験室にて感情状態のベースラインの測定を行った後、過去 1 週間を経験した対人関係場面における怒り体験を思い出して自由に記述した。操作チェックを行った後、3 分間、抑制群では想起した体験を抑制するように指示した。一方、統制群では、何を考えてもかまわないと指示した。その後、再び感情状態を測定した。なお、感情状態の測定は顕在指標と潜在指標からなる質問紙で構成されており、カウンターバランスされていた(主効果・交互作用ともにみられなかった)。

結 果

各指標について、時間 2(事前・事後)×実験操作 2(抑制・統制)の 2 要因分散分析を行った。その結果、ポジティブ感情は、IPANAT において交互作用が有意な傾向であった($F(1,56)=3.554, p<.10$)。下位検定の結果、時期において抑制群の単純主効果が有意傾向であり、事後に潜在ポジティブ得点が下がっていた($F(1,56)=3.242, p<.10$)。

また、ネガティブ感情は、PANAS において交互作用が有意な傾向であった($F(1,56)=3.956, p<.10$)。下位検定の結果、統制群において、事後得点の単純主効果が有意傾向であり、事後の顕在ネガティブ得点が統制群より抑制群の方が低かった($F(1,56)=3.667, p<.10$)。また、時期において、抑制群の単純主効果が有意であり、顕在ネガティブ得点が下がっていた($F(1,56)=6.271, p<.05$)。

また、怒り感情は、顕在指標・潜在指標ともに有意な差がみられなかった。

考 察

本研究の目的は、抑制の逆説的效果が抑制後の怒り感情に及ぼす影響を検討することであった。その結果、怒りは顕在レベルでは抑制できるが、潜在レベルでは抑制ができずに維持してしまうという本研究の仮説は実証されなかった。一方で、ネガティブ感情は顕在レベルで低減していた。このことから、顕在レベルでは、特定の怒りという情動を抑制していたというよりは、及川・及川(2012)で示されているようにネガティブなムードとして抑制が行われたと考えられる。一方、統制群において潜在的なポジティブ感情が上昇していることから、怒りを想起したとしても、その怒りが持続する時間は短く、その間に何らかの無意識的な気晴らしが行われた可能性も示唆された。

引用文献

- 遠藤寛子・湯川進太郎(2012). 怒りの維持過程—認知および行動の媒介的役割 心理学研究, **82**, 505-513.
 及川晴・及川昌典(2012). 感情抑制が顕在ムードと潜在ムードに及ぼす影響 社会心理学研究, **28**, 24-31.
 Quirin M, Kazén M, Kuhl, J. (2009). When nonsense sounds happy or helpless: The implicit positive and negative affect test(IPANAT). *Journal of Personality and Social Psychology*, **97**, 500-516.
 Wegner, D. M. (1994). Ironic processes of mental control. *Psychological Review*, **101**, 34-52.