ポジティブ感情が親切行動場面における思考-行動レパートリー想起数と生理的反応に与える影響

○大森駿哉¹・片山順一²・大竹恵子²

(¹関西学院大学大学院文学研究科・²関西学院大学文学部)

キーワード: 拡張-形成理論, 親切行動, ポジティブ感情

Effects of positive emotion on thought-action repertoires and physiological responses regarding helpful behavior

Shunya OMORI¹, Jun'ichi KATAYAMA¹ and Keiko OTAKE¹

(¹Department of Psychological Science, Kwansei Gakuin Univ.)

Key Words: broaden-and-build theory, helpful behavior, positive emotion

目 的

近年, 感情を対象とした研究の中でも「ポジティブ感情」に着目した研究が増加傾向にある。ネガティブ感情の影響や機能を明らかにするために比較対象として扱った研究とは異なり, ポジティブ感情が持つ機能や効果そのものを明らかにする試みが行われている。ポジティブ感情の機能を説明する理論として, Fredrickson (2001) は, ポジティブ感情を経験することによって思考や行動が拡張するという「拡張-形成理論 (broaden-and-build theory) を提唱し, 大竹 (2006) はポジティブ感情の喚起が行動レパートリーの想起数を増加させることを明らかにした。本研究では, 同理論に着目し, 具体的な場面として想定しやすい「親切行動場面」に焦点を当てる。加えて, 行動レパートリーを想起しているときの生理的反応を測定・評価することで, 拡張-形成理論, ひいてはポジティブ感情状態が生理的反応に与える影響を明らかにすることを目的とした。

方 法

実験参加者 18~23 歳 ($M=20.56$ 歳, $SD=1.30$ 歳) の大学生 34 名 (男性 19 名, 女性 15 名) を対象とした。

実験刺激 予備実験の主観的評価から, ポジティブ映像条件では「赤ちゃんが楽しそうに笑っている映像」, ニュートラル映像条件では「工場の排水や処理風景」を用いた (各 80 秒)。

感情評定 映像視聴後の感情状態を 7 段階の表情図 (1: ネガティブ感情 ~ 7: ポジティブ感情) を用いて評定した。

生理指標 非利き手の人差し指に装着したセンサから, 1 秒あたりの平均心拍数 (bpm) と脈波振幅 (mV) を計測した。分析にはデータに不備があった 9 名を除いた 25 名のデータを用い, 映像視聴中の時間変化を捉えるために視聴期間を 40 秒ずつに分けて (映像前半・後半), 分析を行った。

課題 映像視聴・評価・レパートリー想起課題を 2 回実施した。想起課題の内容は, 「親友が困っており, 自分がしてあげたい親切行動」と「自分が困っており, 親友にして欲しい親切行動」をそれぞれ 1 回ずつ実施した。

手続き 図 1 に示す実験スケジュールで 2 つの映像条件を参加者ごとにランダム順に行った (図 1. 参照)。先に実施した条件の影響を除去するためにダミー課題を組み込んだ。

結 果

ポジティブ映像はニュートラル映像よりも有意にポジティブと評価されており ($p<.01$), 感情喚起操作は妥当であった。レパートリー想起課題のレパートリー想起数について, 感情条件と親切行動の 2 要因分散分析を行った結果, 感情条件×親切行動の交互作用が有意傾向であり ($p<.10$), ポジティブ感情喚起条件の「してあげたい」親切行動のレパートリー想起数のみ有意に増加を示した ($p<.01$) (図 2. 左参照)。生理

指標について, 感情条件と期間の 2 要因分散分析を行った結果, 心拍数において期間の主効果 ($p<.01$) と感情条件×期間の交互作用 ($p<.05$) が有意であった。両条件ともに前安静・映像前半・映像後半に比して映像評価・レパートリー想起課題では高く, 映像前半と映像後半においてニュートラル条件よりもポジティブ条件で低く, ポジティブ条件において映像評価からレパートリー想起課題にかけて減少していることが示された (図 2. 右参照)。

考 察

映像評価およびレパートリー想起課題から, ポジティブ感情の喚起と拡張-形成理論における思考の拡張が確認され, さらに親切行動の対象者が自己ではなく他者 (親友) に対して生じる結果が得られた。ポジティブ映像視聴中の心拍数の減少は, Lacey & Lacey (1978) の環境の「取り入れ」によって説明が可能である。さらに, 同条件の映像評価後のレパートリー想起課題において心拍数の減少が生じており, 課題のレパートリー想起数が増加していたことは, ポジティブ感情の喚起によって想起レパートリーを思考して書き出すという行為への集中的注意による影響と考えられる。以上のことから, 本実験におけるポジティブ感情の喚起は刺激に注意を向けて集中する状態を促進させ, その結果として心拍数を減少させる効果が生じたことが示唆された。

図 1. 実験スケジュール

図 2. 条件と親切行動の組み合わせにおけるレパートリー想起数 (左) と両条件における各期間の心拍数の平均値 (右)

引用文献

- Fredrickson (2001). *American Psychologist*, **56**, 218-226.
 Lacey & Lacey (1978). *American Psychologist*, **33**, 394-421.
 大竹 (2006). 「ポジティブ心理学」 ナカニシヤ出版 pp83-98.