

自己表象の複雑性が抑鬱及びライフイベントに対する 情緒反応に及ぼす緩衝効果について

佐藤 徳¹

日々の生活の中では自分の思い通りに行かないことはいくらかでも存在する。しかし、そうした体験によって誰もが極端な絶望感や挫折感に陥ってしまうわけではない。本研究では、被験者に自由に自己の様々な側面を列挙させ、列挙された側面についてあてはまる形容詞を選択させるという課題を用いて、自己表象の複雑性を測定し、その高さが極端な情緒反応に対する緩衝要因となり得るかを検討した。自己複雑性は、自己についての知識を体制化する際に用いる側面の数が多く、また、それらの側面がより分化している場合に、その数値が高くなる。本研究では、自己複雑性をその情緒価によって肯定的自己複雑性と否定的自己複雑性とに区別し、抑鬱並びに日常生活場面における情緒反応との関連を検討した。その結果、研究1において、抑鬱高群と低群では、自己記述に用いた否定項目の数と否定的自己複雑性においては有意差が見出されず、肯定項目数と肯定的自己複雑性においてのみ有意に高群で低いという結果が見出され、また、重回帰分析の結果から、否定的自己複雑性が抑鬱を促進するとともに、肯定的自己複雑性が抑鬱を有意に抑制することが見出された。研究2では、陽性情緒反応に関しては肯定・否定ともに自己複雑性の効果は見出されず、陰性情緒反応において肯定的自己複雑性が有意に陰性情緒反応を抑制するという効果が見出された。肯定的自己複雑性が高ければ、否定的な出来事であっても、自分には良いところもあることを想起し、その影響を和らげることが可能である。しかし、肯定的自己複雑性が低い場合、失敗体験は想起される別の可能性や別の側面の緩衝を受けることなく、自己全体を否定する出来事として体験されてしまう危険がある。その場合、非行や自殺などの極端な行動に追い込まれる危険がそれだけ高まるだろう。その予防の上でも、肯定的自己複雑性を高めることは重要なことであると考えられる。

キーワード：気分一致効果、自己表象、自己複雑性、セルフ・スキーマ、抑鬱

問 題

人生に挫折はつきものであり、それによって誰もが傷付き、落ち込む。それが自分にとって重要なことであれば、それだけ衝撃は大きいだろう。しかし、出来事が情緒反応に及ぼす影響には個人差があり、たとえ同じような逆境体験があったとしても、誰もが極端な絶望感や挫折感に陥ってしまうわけではない。

一般に、否定的なライフイベント体験後の挫折感の中では、かつての挫折体験や自分の「嫌な側面」ばかりが思い出され、それによって絶望感が一層深められるということがある。こうした場合、他の側面や別の可能性があるとしても、それには気付かず、感情に左右された極端な判断が下されやすい。感情がその後の認知に影響を与え、そこでの認知が感情をより極端なものにしていくという循環関係は、日々の生活の中

で誰もが体験することであろう。しかし、と同時に、辛い出来事の最中であっても、人は、自分には良いところもあることを想起し、その辛さを和らげることができる。このこともまた多くの人が体験することであろう。

従来から、陽性気分では肯定的な情報を、陰性気分では否定的な情報を選択的に処理する傾向があることが指摘され、気分一致効果として研究されてきた(Blaney, 1986; Bower, 1981)。その中で、例えば、挫折体験後の抑鬱状態では過去の辛い体験を想起しやすく、それによって、一層挫折感が強められるという「悪循環」が指摘され、特に抑鬱状態での気分一致の判断バイアスや想起バイアスは抑鬱の維持要因として従来から注目されている(Teasdale, 1988)。このような気分一致効果は、感情は意味ネットワークの中でノードとして表現されており、感情がそれと結び付いている記憶を自動的に活性化するためだと説明されてきた。しかし、気分一致効果は常に観察されるわけではなく、顕在記憶課題に

¹ 早稲田大学大学院文学研究科博士後期課程

限っても、当人にとって周遍的な自己概念では気分一致効果が生じるが、中心的な自己概念では生じないこと (Sedikides, 1995)、比較的最近の自伝的記憶では気分一致効果は生じるが、子供時代の記憶では生じないこと (Salovey & Singer, 1989) などから、感情が想起手掛かりの1つにすぎず、感情以外の手掛かりを利用できる場合は、気分一致の想起バイアスが生じにくいと予測される。

Parrott & Sabini (1990) も報告するように、日常生活場面では、楽しい気分のときに悲しい体験を想起し、悲しい気分のときに楽しかった体験を想起するという気分不一致の想起は多くが体験することである。そして、こうした気分不一致の想起は情緒調整に重要な役割を果たしていると考えられる。つまり、悲しいときに楽しいことを思い出すことができれば、それによって気分を回復することが可能であり、また、楽しい時には辛かったことを思い出せれば、過去体験を現在の肯定的な枠組みの中で修復するのみならず、自分は完璧ではないことを知り、さらなる努力へと自分を動機づけることができる (Singer & Salovey, 1993; Williams, 1994)。このように現行の気分とは異なる自己の側面を想起し得ることは、自己の感情のバランスを維持する上で重要であると考えられる。

しかし、このような気分不一致検索が気分一致効果による極端な情緒反応に対する緩衝要因になり得るとしても、その恩恵が受けられるか否かには個人差が存在する。そして、その個人差には、自己に関する知識構造の精緻化の程度が関与していると考えられる。一般に、より豊かで分化した知識構造と関連づけて情報を符号化する場合、検索手掛かりが多く、後の再生成績が良いことが知られている (Thompson, Skowronski, Larsen, & Betz, 1996)。従って、自己に関する知識 (自己表象) の構造がより豊かで分化している場合は、様々な方法で情報を符号化することが可能であり、また、検索経路も多いため、必ずしも現行の感情に依存しない検索が可能であると考えられる。そして、そうした気分不一致の想起と想起情報による出来事の多元的な評価を通じて、ライフイベントに対する極端な情緒反応が和らげられるだろうと予測される。

本研究では、自己表象の精緻化の程度の指標として、統計量H (Attneave, 1959; Scott, 1969) を用い、ライフイベント体験後の情緒反応に及ぼす緩衝効果について検討する。統計量Hは、本来は Linville (1985, 1987) によって「自己複雑性」の指標として用いられたものである。彼女は、自己複雑性を自己についての知識を体制化す

る際に用いる側面(カテゴリー)の数と、それらの側面間の関連の程度によって定義し、複数の側面がより分化していれば、ライフイベントの与える衝撃が別の側面まで波及することがないのに対し、両者が分化していない場合には、否定的なライフイベントの影響が活性化拡散を通じて他方の側面まで波及するだろうと考え、ライフ・ストレスに及ぼす緩衝効果を調べている。しかし、自己複雑性低群では、課題遂行に対する成功・失敗のフィードバックによる自己評価の振幅や日常生活場面での気分変動が大きい (Dixon & Baumeister, 1991; Linville, 1985, 1987; Niendenthal, Setterlund & Wherry, 1992) という緩衝仮説を支持する結果が得られている一方で、自己複雑性をその情緒価によって肯定的自己複雑性と否定的自己複雑性に区別した Woolfolk, Novalany, Gara, Allen & Polino (1995) は、否定的自己複雑性の高さが自尊心の低さや抑鬱の高さと関連するという緩衝仮説の予測とは逆の結果を得ている。このように結果は一定しておらず、特に自己複雑性が高ければ自尊心が低いという結果は、活性化拡散モデルに基づく Linville による緩衝仮説に重大な疑義を呈するものとなっている。Linville は自己複雑性が高ければ活性化拡散の影響を防ぎ得ると考えているが、緩衝効果が得られるには否定的なライフイベントの影響を受けない側面があるというだけでは十分ではなく、むしろ、影響を受けない肯定的な側面を想起し得るか否かが重要であると考えられる。そして、現行の出来事に影響を受けない自己の側面を想起することによって、出来事の衝撃を和らげることができるのであろう。つまり、指標Hによる自己複雑性が高ければ、Linville が想定するように活性化拡散を防ぎ得るのではなく、むしろ、Hは自己知識の精緻化の程度の指標であり、その値が高ければ、関連情報の想起が高まるのだと考えられる。このように考えれば、肯定的自己複雑性と否定的自己複雑性の相対的なバランス如何では、Linville らが見出した緩衝効果も、Woolfolk et al. (1995) が見出した促進効果もともに説明できることになる。つまり、緩衝効果は現行の出来事とは対立する情緒価の自己複雑性の効果のためであり、促進効果は現行の出来事と一致する情緒価の自己複雑性の効果のためであろうと予測し得る。個人内の両者の相対的なバランス如何で、それぞれの情緒価の出来事に対する気分一致と気分不一致のどちらの効果が優位となるかが決定されるのであろう。

Linville が用いた自己複雑性の指標Hが自己知識の精緻化の程度の指標としては有用であることは、被験

者毎に全ての側面間の意味的距離の和を求め、それを可能な側面間の組み合わせ数で除算した値である平均ハミング距離(小沢, 1980)と指標Hとの相関が $r = .59$ という正の相関関係にあること(林・堀内, 1997), 自己準拠課題を用いた研究においてHと記銘語の再生成績との間に正の相関が見出されていること(Kreitler & Singer, 1991)などから支持されるだろう。従って, 本研究では, 統計量Hを自己知識の精緻化の程度の指標と考え, 情緒価によってそれを肯定的自己複雑性と否定的自己複雑性に区別した上で, ライフイベント体験後の情緒反応に及ぼす影響について検討する。現行のライフイベントと対立する情緒価の自己複雑性が高い場合に, 想起された情報による緩衝効果のために極端な情緒反応が緩和されると予測される。研究1において抑鬱との関連を, 研究2においてライフイベントとの関連を検討する。

研究 1

目的 まず, 指標Hの意味について検討するため, 指標Hと認知領域(側面)間の分化度(独立性)の指標, 並びに側面間のリンクの程度の指標との関連を調べる。側面間の独立性の指標としては, 被験者毎に全ての側面間の意味的距離の和を求め, それを可能な側面間の組み合わせ数で除算した値(平均ハミング距離)を用いる。側面間のリンクの程度の指標としては, 各側面において用いられた項目(属性)に対するその側面だけに使用された項目の率を算出し, その和を各被験者が想起した側面数で除算した値(独自属性率)を用いた。理論的な最大値は1であり, この場合, 共有する項目(属性)を通じた側面間のリンクが全く存在しない(Figure 1)。理論的な最小値は0であり, この場合は全ての項目が他の側面と共有されている(Figure 2)。

次に, 自己複雑性の抑鬱に対する緩衝効果を検討するため, 自己複雑性を肯定的自己複雑性と否定的自己

複雑性に区別し, 抑鬱との関連を調べる。

方法

被験者 東京都内並びに千葉県内の専門学校生・大学生(男子41名, 女子109名, 平均年齢20.83, SD 4.30, range 18-41)の計150名。

調査時期 1996年9月・10月及び1997年11月。

手続き 心理学の授業時間を利用し, 自己表象の複雑性を査定するため, 以下の手続きによる検査を実施した。なお, 本研究では「いい加減な反応」によっていたずらに自己複雑性が高くなることを避けるため, 「自己にとって重要な側面」の想起を求めており, 検査時の気分の影響は比較的少ないと考えられる。何故なら, 中心的な自己概念では気分一致効果は生じにくいという結果(Sedikides, 1995)が得られているからである。しかし, それでも検査は中立的な状況で実施し, 可能な限り検査時の気分の影響を避けるように努めた。検査終了後, 日本語版BDIを実施した。

(1)特性形容詞の選定 予備調査において, 形容詞チェックリスト日本語版を東京都内の専門学校生・大学生72名(男子31名, 女子41名)について実施し, 1/3以上の被験者によって「自分にあてはまる」と回答された形容詞を69項目選定した。次に, 選定されたそれぞれの項目について, その項目がどの程度自己の特性として好ましいかを千葉県内の専門学校生98名(男子41名, 女子57名)に7件法(中点4)で評定してもらい, その中で標準偏差が1以下で, 好ましさの程度の強い項目(平均値が5以上), 弱い項目(平均3以下)を, それぞれ20項目選び出した。そして, 最終的に, 肯定項目として, 「活動的」「融通がきく」「落ち着いた」「誠実」「良心的」「思いやりがある」「気がよい」「心がやさしい」「正直」「協力的」「親切」「頼りになる」「責任感がある」「想像力豊か」「礼儀正しい」「好奇心が強い」「温厚」「ユーモアがある」「陽気」「心が暖かい」の20項目が, 否定項目として「きどりや」「愚痴をこぼしがち」

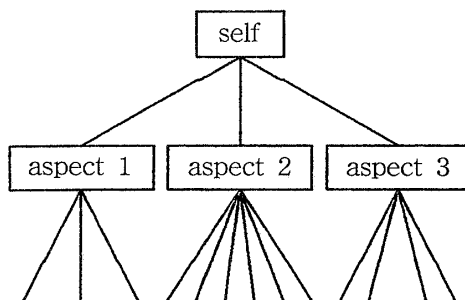


FIGURE 1 独自属性率1の場合

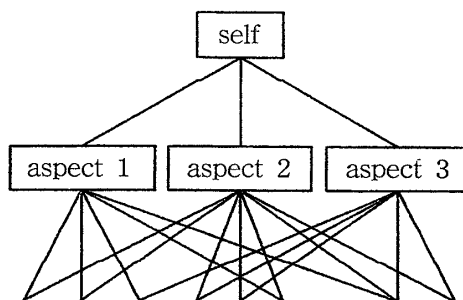


FIGURE 2 独自属性率0の場合

「残酷」「不満が多い」「気が散りやすい」「神経質」「偏見を持った」「小心」「気持ちが不安定」「気がかりが多い」「引込み思案」「不注意」「自己防衛的」「要求が厳しい」「疑い深い」「心配症」「不器用」「抑制が強い」「依存的」「未成熟」の20項目が選定された。

(2)検査の実施 各側面につき上記の特性語40項目をランダムな順序で配列した特性リストを、10側面分印刷したA4版の用紙を配布し、無記名集団法で検査を実施した。実施に際し、以下のような教示を与え、理解の徹底を図った上で実施した。

教示 この調査はあなたが自分のことをどのように認識しているかを調べるためのものです。あなたやあなたの生活の中には恐らく様々な側面があるかと思えます。それは何であっても構いませんし、いくつあっても構いません。あなたの中の様々な側面を思い描き、自分にとって意味があると感じられるだけ挙げて下さい。そして、それぞれの側面を表現する名前をつけて下さい。以下に、40項目の形容詞が並んでいます。これは性格について記した形容詞です。空欄にそれぞれの側面の名前を書き、その側面にあてはまると思う形容詞を丸で囲んで下さい。いくつ丸をつけても構いません。なお、全部で10の側面を書く欄がありますが、全部を使わなくとも結構です。1つの欄しか使わなくとも構いません。また、足りなければ、さらに用紙をお配りします。自分にとって意味があると思う側面を好きなだけ列挙し、それについて回答して下さい。正しい答えとか誤った答えとかはありませんので、正直に、自分でこれで良いと思うまでやってみて下さい。

検査時間は短い人で約20分、長い人で約40分要した。(3)自己表象の複雑性に関する指標の算出 得られた資料から、①各被験者が想起した側面数、②各被験者が自己記述に使用した肯定項目の総数、③各被験者が自己記述に使用した否定項目の総数、④ Linville(1985, 1987) の手続きによる自己複雑性の指標H, Woolfolk, et al. (1995) の手続きによる、⑤肯定的自己複雑性、⑥否定的自己複雑性の6つの指標を求めた。なお、指標Hは以下の式によって算出した。

$$H = \log_2 n - (\sum n_i \log_2 n_i) / n$$

n: 特性形容詞の総数

n_i : グループの組み合わせ各パターンに出現する特性形容詞の数

結果と考察

まず、指標Hの意味について検討するため、指標Hと目的の項で記した各指標との積率相関係数を求めた。指標Hは、平均ハミング距離とは $r = .59$ ($p < .001$) と有

TABLE 1 自己表象の複雑性に関する各指標の平均値と標準偏差

	抑鬱低群 (n=78)	抑鬱高群 (n=72)
側面数	5.95(2.07)	5.33(2.18)
使用項目数	23.06(7.58)	21.31(9.62)
肯定項目数	14.07(5.24)	10.43(5.00)**
否定項目数	8.35(3.22)	9.50(5.27)
自己複雑性	2.91(0.88)	2.54(1.00)
肯定的自己複雑性	2.87(0.87)	2.19(0.92)***
否定的自己複雑性	1.86(0.63)	2.04(1.03)

1) カッコ内は標準偏差

2) *** $p < .001$ ** $p < .01$

意な正の相関関係にあり、林ら (1997) の結果とともに、指標Hが認知領域間の独立性 (分化度) を反映する測度であることが示された。一方、独自属性率との相関は、 $r = -.76$ ($p < .001$) と高い負の相関関係にあり、自己複雑性の高さは各認知領域間の分離度を意味するものではないことが示唆される。これらの結果は、自己複雑性が高ければ、各認知領域間がより分化しているのみならず、項目を通じた他の側面との豊かなリンクが形成されていることをも意味し、指標Hは自己知識のネットワークの精緻化の程度を反映する指標であるとする考えを支持するものである。

次に、抑鬱との関連を検討するため、BDI得点の平均値 (10.39, SD 7.36) で抑鬱低群 (n=78, 平均 5.47, SD 2.79) と抑鬱高群 (n=72, 平均 17.41, SD 5.93) の2群に分割し、自己表象の複雑性に関する6つの指標の平均と標準偏差を求めた。その結果がTABLE 1である。想起された側面の数に群間差はなく、また、使用された否定項目の数と否定的自己複雑性に関しても、両群に有意差は見出されなかった。それに対して、使用された肯定項目数と肯定的自己複雑性において有意に抑鬱低群が高いという結果が得られた。

さらに、抑鬱に対する肯定的自己複雑性と否定的自己複雑性の効果を検討するため、BDIの得点を基準変数とし、肯定的自己複雑性、否定的自己複雑性を説明変数とする重回帰分析を行った²。否定的自己複雑性の標準偏回帰係数は.46 ($p < .001$)、一方、肯定的自己複雑性の標準偏回帰係数は-.63 ($p < .001$)であり、否定的自己複雑性の促進効果とともに、ここでも肯定的自己複雑性の緩衝効果を示唆する結果が得られた (説明率 42%, $p < .001$)。

² 肯定的自己複雑性と否定的自己複雑性との相関は.36であった。

これらの結果は、抑鬱において、肯定的自己複雑性の高さが、気分一致効果による抑鬱の維持に対する緩衝要因となり得ることを示唆する。Beck (1976) の指摘以降、鬱病での「認知の歪み」が指摘され、多くの研究が積み重ねられてきた。近年では、抑鬱状態では気分一致の想起バイアスと、気分と一致する素材のさらなる精緻化が顕著であり (e.g., Mineka & Nugent, 1995), それが抑鬱の維持要因となっている可能性が指摘されている。実際、自己への焦点化は自己複雑性を高めることが見出されており (Salovey, 1992), 抑鬱患者は否定的な出来事の後に自己への焦点化を行う傾向があるために、否定的自己複雑性が高くなるのではないかと考えられてきた (e.g., Woolfolk et al., 1995)。こうした動向の中で、臨床的介入も否定的なバイアスを是正する方向でなされてきた。しかし、本研究においては、抑鬱高群と低群では否定項目数と否定的自己複雑性には有意差がなく、肯定項目数と肯定的自己複雑性が有意に抑鬱高群で低いという結果が得られた。このことは鬱病での気分一致効果は、否定的な自己知識の精緻化のためというよりは、むしろ、気分不一致効果による緩衝が受けられないために生じるのではないかという疑問を抱かせる。実際、Singer & Salovey (1988) は、気分一致効果についての先行研究の展望の中で、抑鬱によって否定的な情報へのアクセスが高まるというデータは少なく、むしろ、抑鬱によって肯定的な記憶を検索するのが困難となることを示すデータが多いと指摘している。また、Williams (1992, 1996) も、鬱病患者の自伝的記憶について調査し、鬱病患者ではその自伝的記憶が過度に一般化されたものであり、特に肯定的な自伝的記憶においてその傾向が強く、具体的なエピソードの想起が損なわれていることを報告している。自伝的記憶の符号化と想起が知識構造 (自己知識) に依存することを考慮すれば (e.g., Conway, 1992, 1996), Williams の結果もまた、鬱病患者の肯定的な自己知識の精緻化の程度の低さがその根底にあると考えることが可能である。これらの結果は、介入法に関しても示唆するところが大きい。すなわち、否定的自己知識だけを取り出し、それを「是正」するのではなく、自己知識のシステム全体を考慮し、肯定的な自己知識を育むことで、否定的な自己知識の「悪影響」を制限・抑制していくという方法への移行の可能性である。否定的な自己知識はそれのみで機能するというよりも、肯定的な自己知識をも含むシステム全体の文脈の中で機能する。本研究では、抑鬱において肯定的自己複雑性が否定的自己複雑性の効果を和らげることが示唆された。

しかし、日々の生活の中で体験される陰性情緒反応においても同様な効果が見出されるだろうか。次に日常生活場面において自己複雑性の効果を検討する。

研究 2

目的 自己複雑性がライフイベント体験後の情緒反応に及ぼす影響について検討する。研究 1 において、肯定的自己複雑性の高さが抑鬱に対する緩衝要因となり得ることが示唆された。研究 2 においては、日々の生活の中で体験される情緒反応においても同様な効果が見出されるか否かを検討する。

方法

被験者 東京都内並びに千葉県内の専門学校生・大学生 (男子 17 名, 女子 67 名, 平均年齢 21.12, SD 4.84, range 18-41) 計 84 名³。

調査時期 1996年10月・11月, 1997年10月・11月, 1998年2月。

手続き 心理学の授業時間を利用し、自己表象の構造を測定するため、研究 1 と同一の手続きによる検査を実施した。気分を測定する尺度としては、体験サンプリング法を用いた。2 週間の気分を評定する調査用紙を検査時に配布し、2 週間後の授業時間に回収した。両者ともに無記名法で行い、あらかじめ同一被験者であることが同定可能なように記号を記し、調査用紙を配布した。体験サンプリング法の手続きは以下の通りである。

(1) **検査の実施** 被験者は、気分を表わす項目が印刷された A 4 版の調査用紙を持ち帰り、これから 2 週間の間、毎日 1 度、①その時に何があったかを具体的に記し、②その出来事が自己にとって「肯定的」か「中立的」か「否定的」か、③どの程度その出来事が自己にとって重要か、④その時にどのように感じたかを評定するように教示される。②については強制選択であり、③については出来事の重要度は情緒反応の大きさに影響を与えると考えられるため、その効果を統制する目的で「1. 全く重要でない」から「6. 非常に重要だ」までの 6 段階で評定させた。④において気分評定に用いた項目は、4 項目の陽性情動 (「幸せな」「うれしい」「よこんだ」「楽しい」)、5 項目の陰性情動 (「不幸な」「怒った」「不安な」「憂鬱な」「挫折した」)、計 9 項目であり、それぞ

³ 実際には、300名以上の被験者に調査用紙が配布されているが、従属変数の算出に用いた体験サンプリング法は被験者負担が大きいため回収率が低く、ここでは最終的に分析に用いた被験者のみを記入した。

れの項目について、「1.全く当てはまらない」から「6.非常に当てはまる」までの6段階で評定させた。なお、評定に用いた9項目は、東京都内・千葉県内の専門学校生・大学生427名(男子196名,女子231名)を対象に、現在の気分を評定するように求めた予備調査において、陽性・陰性の情緒に分離できることが主因子法による因子分析結果(斜交回転プロマックス法)から確認されている。第1因子である陽性情緒と第2因子である陰性情緒との因子間相関は-.41であり、 α 係数も陽性情緒で.96、陰性情緒.88と、極めて高い内的一貫性が確認されている。なお、気分評定に際しては、情緒体験の強度や頻度の想起は「不正確」であることが知られており(e.g.,Christianson & Safer, 1996)、記憶に頼らず、現在の気分を評定するように教示されている。

(2)指標の算出法 情緒反応の大きさの指標として、陽性・陰性別に1日毎にその平均値を算出し、被験者の選択に基づく出来事の内容(肯定/否定)別にその平均値を求めた。そして、得点化の範囲を揃えるために、こうして得られた陽性・陰性の情緒反応の平均値を、それぞれの評定に用いた項目数で除算し、最終的な指標とした。両指標ともに理論的な最小値は1であり、最大値は6である。

結果と考察

肯定的自己複雑性が情緒反応に及ぼす効果について検討するため、肯定的自己複雑性得点の平均値(2.30, SD 0.95)で、肯定的自己複雑性高群(n=47, 平均3.04, SD 0.53)と低群(n=37, 平均1.44, SD 0.50)の2群に分割し、肯定的出来事、並びに否定的出来事体験時での情緒反応の大きさを比較した(TABLE 2)。肯定的自己複雑性高群と低群の間には、肯定的出来事に対する陽性情緒反応の

TABLE 2 肯定的自己複雑性高群・低群毎の情緒反応の大きさの平均と標準偏差

	高群(n=47)	低群(n=37)
陽性情緒反応	4.60(0.60)	4.50(0.60)
陰性情緒反応	3.25(0.72)	4.19(0.77)***

TABLE 3 否定的自己複雑性高群・低群毎の情緒反応の大きさの平均と標準偏差

	高群(n=35)	低群(n=49)
陽性情緒反応	4.53(0.59)	4.58(0.60)
陰性情緒反応	3.46(0.81)	3.72(0.90)

1)カッコ内は標準偏差

2)*** $p < .001$

大きさに有意差は見出されず($t=0.72, ns$)、否定的出来事に対する陰性情緒反応においてのみ、有意に高群で低いという結果が見出された($t=-5.38, p < .001$)。なお、被験者によって記述された出来事は「恋人とデート」「仕事での成功」「教師に怒られる」「娘の受験合格」「失恋」「親と喧嘩」など多岐に亘るが、肯定的出来事においては高群での重要度の評定の平均値が4.60(SD 1.04)、低群の平均値が4.85(SD 0.88)と両群の間に有意差はなく($t=1.15, ns$)、また、否定的出来事においても高群での重要度の評定の平均値が3.50(SD 1.27)、低群の平均値が3.42(SD 1.31)と両群に有意差はなく($t=0.92, ns$)、これらの結果に出来事の重要度の影響はないと考えられる。

同様に、否定的自己複雑性得点の平均値(1.84, SD 0.93)で、否定的自己複雑性高群(n=35, 平均2.73, SD 0.64)と低群(n=49, 平均1.22, SD 0.48)の2群に分割し、肯定的出来事、並びに否定的出来事体験時での情緒反応を比較した。その結果、肯定的自己複雑性とは対照的に、肯定的出来事に対する陽性情緒反応の大きさにおいても($t=-0.36, ns$)、否定的出来事に対する陰性情緒反応においても($t=-1.30, ns$)、否定的自己複雑性の高低による情緒反応の有意差は見出されなかった(TABLE 3)。しかし、有意ではないが、否定的自己複雑性低群の方が否定的出来事に対する陰性情緒反応が若干高いという結果が見出されていることは注目に値する。こうした結果は極端に否定的自己複雑性の低い被験者のためであり、実際「平均値-1SD」以下の被験者のみを抽出すると、その陰性情緒反応の平均値は4.10(SD 0.58)であり、他の被験者(平均3.54, SD 0.87)より有意にその値が高い($t=-2.43, p < .05$)。極端に否定的自己複雑性が低い場合、否定的な出来事を予期し、理解し、同化する枠組みが欠如するために、こうした結果が生じたのだろうと考えられる。研究1では、肯定的自己複雑性の高さが抑鬱の緩衝要因になることを示唆する結果とともに、否定的自己複雑性の高さが抑鬱の維持要因になる可能性を示唆する結果が得られたが、しかし、このことは否定的自己複雑性が低ければ良いという単純な問題ではない。むしろ、ある程度の否定的自己複雑性は、バランスのとれた自己像を維持するためのみならず、否定的な出来事に対する耐性を作る上でも重要であろうと考えられる。なお、肯定的出来事における高群での重要度の評定の平均値は4.72(SD 1.03)、低群の平均値が4.69(SD 0.95)と両群に有意差はなく($t=0.14, ns$)、また、否定的出来事においても高群での重要度の評定の平均値が3.32(SD 1.36)、低群の平均値が3.44(SD 1.71)

と両群の間に有意差は見出されず ($t=0.34$, ns), ここでもこれらの結果に出来事の重要度の影響はないと考えられる。

次に、肯定的・否定的それぞれの出来事に対する自己表象の複雑性の促進効果と緩衝(抑制)効果について検討するため、肯定的・否定的出来事別に、情緒反応の大きさを基準変数とし、肯定的自己複雑性及び否定的自己複雑性を説明変数として重回帰分析を行った⁴。肯定的出来事に関しては、肯定的自己複雑性の促進効果 ($\beta=.14$)も、否定的自己複雑性の抑制効果 ($\beta=-.11$)も見出されなかった(説明率7%)。否定的出来事については、抑鬱においては見出された否定的自己複雑性の促進効果は見られず($\beta=.12$)、肯定的自己複雑性による緩衝効果のみが見出された。標準偏回帰係数は $-.61$ ($p<.001$)であり、研究1と同様に、肯定的自己複雑性の陰性情緒反応に対する緩衝効果を支持するものであった(説明率38%, $p<.001$)。しかし、否定的出来事について否定的自己複雑性の促進効果が見出されなかった原因は、既に述べたように否定的自己複雑性と陰性情緒反応とが単純な直線的関係にはないことにあると考えられる。実際、否定的自己複雑性高群のみを対象に重回帰分析を行うと、肯定的自己複雑性の緩衝効果 ($\beta=-.67$, $p<.001$)のみならず、否定的自己複雑性の促進効果 ($\beta=.42$, $p<.01$)も見出される(説明率43%, $p<.001$)。一方、否定的自己複雑性低群のみを対象に重回帰分析を行うと、肯定的自己複雑性の緩衝効果 ($\beta=-.58$, $p<.001$)は見られるが、否定的自己複雑性の促進効果 ($\beta=-.09$, ns)は見出されない(説明率36%, $p<.001$)。こうした否定的自己複雑性の効果に対して、肯定的自己複雑性の緩衝効果は一貫して見出され、本研究での仮説を支持するものとなっている。

このように本研究では、肯定的自己複雑性の高さが否定的な出来事に対する緩衝要因となることを支持する結果が得られたが、否定的自己複雑性の高さが肯定的な出来事に対する抑制要因になるという逆の効果は見出されなかった。こうした結果は、どのような感情でも同じような効果が生じることを予測する Bower (1981)の意味ネットワークモデルとは一致せず、むしろ、それぞれの情動では自己複雑性の効果が異なることを示している。従来から陽性情動と陰性情動では記憶や判断に及ぼす効果が異なり(e.g. Isen, 1990), 陽性情動に対して陰性情動では気分一致効果が得られにくいことが報告されている。近年ではこうした陽性・陰性

での気分一致効果の違いに関して、気分統制などの意図や動機の関与という点から説明されている(Forgas, 1995)。本研究の結果もこうした意図の関与によって説明することも可能である。しかし、本研究の結果では陽性情動に関しては自己表象の効果が全く得られず、陰性情動のみにおいて自己表象の効果が得られている。そして、それは個人内での肯定的自己複雑性と否定的自己複雑性との相対的なバランス如何によっては、肯定的自己複雑性の緩衝効果のみならず、否定的自己複雑性の促進効果も得られることを示唆する結果であった。従って、本研究の結果からは、陽性情動と陰性情動とではその後の注意の方向が異なり、陰性情動の場合には注意が自己に向く傾向があるために(Sedikides, 1992), その分だけ自己複雑性の効果が生じたのではないかと考えられる。しかし、このことは本研究の直接の検討課題ではなく、今後の研究によって検討されるべき問題である。

全体的考察

本研究では、被験者に自己の様々な側面を自由に列挙させた後に、それらの側面にあてはまる形容詞を選択させるという方法を用いて、被験者の自己に関する知識の精緻化の程度を測定し、その精緻化の程度が情緒反応にどのような影響を及ぼすかを検討した。その際、統計量Hを自己知識の精緻化の程度(自己複雑性)の指標として用い、情緒価によって肯定的自己複雑性と否定的自己複雑性を区別した上で、現行のライフイベントと対立する情緒価の自己複雑性が高い場合に、想起された情報による緩衝効果のために極端な情緒反応が緩和されるだろうと予測した。その結果、陰性情緒反応に関しては、研究1では抑鬱との関連において、研究2においては日常生活場面での陰性情緒反応に関して、緩衝仮説を支持する結果が一貫して得られた。一方、本研究で測定した陽性情緒反応に関しては、自己複雑性の効果が得られなかった。本研究の限りでは、陽性情動と陰性情動では自己表象の効果が異なり、陰性情動の場合には注意が自己に向く傾向があるために、その分だけ自己複雑性の効果が生じたと考え得るが、これに関しては、他の可能性をも含めて、今後の検討が必要である。以下、指標Hの意味、並びに肯定的複雑性の効果について順次簡単に考察する。

指標Hの意味 本研究では、Linville (1985, 1987)によって自己表象の複雑性の指標として用いられた統計量Hを自己知識の精緻化の程度の指標と考え、検討を進めた。Linvilleは、特定の出来事はそれと関連する思

⁴ 肯定的自己複雑性と否定的自己複雑性との相関は.38であった。

考や感情を活性化させるという活性化拡散モデルに従い、自己複雑性が高ければ、活性化の及ばない他の側面による緩衝を受け、出来事の衝撃が小さくなるだろうと仮定している。しかし、本研究では、彼女の仮説とは異なり、現行の出来事に影響を受けない肯定的な他の側面が存在しても、それが想起されなければ緩衝効果は生じないことを指摘し、統計量Hを自己知識の精緻化の程度の指標と考えることを提起した。研究1において、Hは平均ハミング距離とは有意な正の相関関係にあり、また、独自属性率とは強い負の相関関係にあることが示され、指標Hを自己知識の精緻化の程度を反映する指標とする考えが支持された。同様の結果は、研究2においても見出されている。研究2において用いられた体験サンプリング法では、被験者にその時体験した出来事を可能な限り具体的に記入するように求めている。被験者によるこうした記述を分析すると、自己複雑性低群と高群では、出来事の記述の具体性・明細化・特定性・一貫性の点で、明らかな違いが見出される。例えば、自己複雑性低群の典型的な記述例は「実技でうまくできない」(全文引用)といったものであり、「娘の都立高の合格発表があった。確実に受かると思っていたので感激はなかったが、家族は一同やはりホッとすると思う。娘の友達も共に受かり、彼女たちは幸せだと思う」(全文引用)という自己複雑性高群に典型的なエピソードの記述例とは対照的である。記入した字数だけを比較しても、50字程度が記入できる余白に対し、自己複雑性高群では平均48.72字であり、それに対し、低群では18.88字しか記入されていない。字数と自己複雑性の相関は $r = .52$ ($p < .001$)であり、陰性情緒反応との相関は $r = -.56$ ($p < .001$)であった。これらの結果は体験を符号化する際の枠組みの差が反映されたものと考えられ、指標Hを自己知識の精緻化の程度の指標とすることの妥当性を示していると考えられる。エピソードの想起に関しては本研究では検討していないが、こうした符号化時の精緻化量の差は自伝的記憶の想起成績や想起の具体性にも反映されるだろうと考えられる。そして、自己複雑性高群では気分以外の想起手掛かりも利用可能なために、現行の気分とは一致しない情報の想起も可能だろうと予測される。しかし、本研究では中立状況で検査を実施しており、指標Hがどの程度現行の気分の影響を受けるのかは検討していない。自己複雑性が「トレイト」か「ステイト」かという問題とともに今後に残された課題である。

肯定的自己複雑性の効果について 本研究では、肯定的自己複雑性の高さが極端な陰性情緒反応を和らげるという緩衝効果が一貫して見出された。このことは何を示唆するだろうか。肯定的自己複雑性が低い事例として、「生徒としての自分」という1つの側面しか有していない学生を考えてみよう。自己複雑性が高い場合、すなわち、複数の側面が存在し、それらが分化している場合は、1つの出来事をそれぞれの役割(側面)に応じた多様な視点から評価することも可能であろう。そして、実際、「生徒としての自分」という側面にとってはマイナスの出来事であっても、「親友と共にいる自分」などの別の側面にとってはプラスの出来事であるという事態はいくらでも存在し得る。しかし、「生徒としての自分」という1つの側面しかない場合、その側面がどんなに現時点では肯定的であっても、失敗体験に対する潜在的な脆さがあることは否定できない。つまり、「生徒としての自分」として重大な関心事の1つである学業成績の低下は、このような学生には、想起される別な側面の緩衝を受けて、自己のある部分の失敗として受けとられるのではなく、自己全体を否定する出来事として体験されてしまうのである。こうした場合、非行や自殺などの極端な行動に追い込まれる危険がそれだけ高まるだろう。その予防の上でも、自己の中に肯定的な基盤を育てていくことが是非とも必要である。それでは、肯定的自己複雑性はこうしたら育てていこうだろうか。本研究ではこのことを直接は検討していない。しかし、被験者が自己の側面として挙げた内容を分析することで、ある程度のヒントは得られる。つまり、多くの被験者が自己を対人関係や役割、活動によって定義していることである。対人関係によって自己を定義する傾向の強い被験者にとっては、他者との安定した信頼関係が肯定的な自己基盤を育む土壌となるであろうし、趣味や仕事のような活動によって自己を定義する傾向が強い被験者にとっても、活動における成功体験のみならず、被験者が打ち込んでいる活動の価値を周囲の人間が認め、支えていくことは、重要なことである。しかし、肯定的自己複雑性がどのような状況で育まれるかに関する詳細な研究は今後の検討課題として残されている。

引用文献

- Attneave, F. 1959 *Applications of information theory to psychology*. New York: Holt Dryden.
 Beck, A.T. 1976 *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York: International

- Universities Press.
- 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.
- Christianson, S.A., & Safer, M.A. 1996 Emotional events and emotions in autobiographical memories. In D.C.Rubin (Ed.), *Remembering our past*. Cambridge : Cambridge University Press. Pp.218—243.
- Conway, M.A. 1992 A structural model of autobiographical memory. In M.A.Conway, D.C. Rubin, H.Spinnler, & W.A.Wagenaar (Eds.), *Theoretical perspectives on autobiographical memory*. Dordrecht, The Netherlands : Kluwer. Pp.167—193.
- Conway, M.A. 1996 Autobiographical knowledge and autobiographical memories. In D.C.Rubin (Ed.), *Remembering our past*. Cambridge : Cambridge University Press. Pp.67—93.
- Dixon, T.M., & Baumeister, R.F. 1991 Escaping the self : The moderating effects of self-complexity. *Personality and Social Psychology Bulletin*, **17**, 363—368.
- Forgas, J.P. 1995 Mood and judgement : the Affect Infusion Model (AIM). *Psychological Bulletin*, **117**, 1—28.
- 林 文俊・堀内 孝 1997 自己認知の複雑性に関する研究 : Linvilleの指標をめぐって 心理学研究, **67(6)**, 452—457.
- Isen, A.M. 1990 The influence of positive and negative affect on cognitive organization : Some implications for development. In N.L. Stein, B.Leventhal, & T.Trabasso (Eds.), *Psychological and biological approaches to emotion*. Hillsdale, NJ : Erlbaum. Pp.75—94.
- Kreitler, S., & Singer, J.L. 1991 The self-reference effect in incidental memory : Elaboration, organization, rehearsal and self complexity. *Imagination, Cognition, and Personality*, **10**, 167—194.
- Linville, P.W. 1985 Self-complexity and affective extremity : Don't put all of your eggs in one cognitive basket. *Social Cognition*, **3**, 94—120.
- Linville, P.W. 1987 Self-complexity as a cognitive buffer against stress-related illness and depression. *Journal of Personality and Social Psychology*, **52**, 663—676.
- Mineka, S., & Nugent, K. 1995 Mood-congruent memory biases in anxiety and depression. In D.L.Schacter (Ed.), *Memory distortion*. Cambridge : Cambridge University Press. Pp.173—193.
- Niedenthal, P.M., Setterlund, M.B., & Wherry, M.B. 1992 Possible self-complexity and affective reactions to goal-relevant evaluation. *Journal of Personality and Social Psychology*, **63**, 5—16.
- 小沢一雅 1980 情報理論の基礎 国民科学社
- Parrott, G.W., & Sabini, J. 1990 Mood and memory under natural conditions : Evidence for mood incongruent recall. *Journal of Personality and Social Psychology*, **59**, 321—336.
- Salovey, P. 1992 Mood-induced self-focused attention. *Journal of Personality and Social Psychology*, **62**, 699—707.
- Salovey, P., & Singer, J.A. 1989 Mood congruency effects in childhood versus recent autobiographical memories. *Journal of Social Behavior and Personality*, **4**, 99—120.
- Scott, W.A. 1969 Structure of natural cognitions. *Journal of Personality and Social Psychology*, **12**, 261—278.
- Sedikides, C. 1992 Mood as a determinant of attentional focus. *Cognition and Emotion*, **6**, 129—148.
- Sedikides, C. 1995 Central and peripheral self-conceptions are differentially influenced by mood : Test of the differential sensitivity hypothesis. *Journal of Personality and Social Psychology*, **69**, 759—777.
- Singer, J.A., & Salovey, P. 1988 Mood and memory : Evaluating the network theory of affect. *Clinical Psychology Review*, **8**, 211—251.
- Singer, J.A., & Salovey, P. 1993 *The remembered self*. New York : Free Press.
- Teasdale, J.D. 1988 Cognitive vulnerability to depression. *Cognition and Emotion*, **2**, 247—274.
- Thompson, C.P., Skowronski, J.J., Larsen, S.F., & Betz, A.L. 1996 *Autobiographical memory*.

- Hillsdale, NJ : Erlbaum.
- Williams, J.M.G. 1992 Autobiographical memory and emotional disorders. In S.-A.Christianson (Ed.), *The handbook of emotion and memory*. Hillsdale, NJ : Erlbaum. Pp.451—477.
- Williams, J.M.G. 1994 Interacting cognitive subsystems and unvoiced murmurs. *Cognition and Emotion*, 8, 571—579.
- Williams, J.M.G. 1996 Depression and the specificity of autobiographical memory. In D. C.Rubin (Ed.), *Remembering our past*. Cambridge : Cambridge University Press. Pp.244—267.
- Woolfolk, R.L., Novalany, J., Gara, M.A., Allen, L., & Polino, M. 1995 Self-complexity, self-evaluation, and depression : An examination of form and content within self-schema. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 1108—1120.

謝 辞

研究1における統計解析ソフト SAS による平均ハミング距離算出の際、早稲田大学工学部の安田朝子氏のご協力を得た。記して感謝したい。

(1997.10.16 受稿, '98.9.12 受理)

Complexity of Self-Representation as a Cognitive Buffer Against Depression and Affective Responses Following Life Events

ATSUSHI SATO (DEPARTMENT OF PSYCHOLOGY, GRADUATE SCHOOL OF LITERATURE, WASEDA UNIVERSITY) *JAPANESE JOURNAL OF EDUCATIONAL PSYCHOLOGY*, 1999, 47, 131—140

Linville (1985, 1987) defined complexity of self-representation (self-complexity) in terms of the number of aspects used in cognitively organizing knowledge about the self and the degree of relatedness of these aspects. Using the H statistic as an index for self-complexity, she asserted that high self-complexity would buffer the pathogenic influence of life stress. The present article examines the buffering effect of self-complexity. In study 1, those who scored higher on the Beck Depression Inventory were significantly lower on positive self-complexity than low-scorers, as proposed by Woolfolk, Novalany, Gara, Allen, & Polino (1995). But no significant difference was found on negative self-complexity. In study 2, those higher in positive self-complexity experienced significantly lower negative affect following negative life events. These results suggest that high positive self-complexity may function as a buffer against depression and extremely negative affect. A possible relationship between positive self-complexity and the buffering effect was discussed from the point of view of the organization of self-representation and the accessibility of positive knowledge about the self.

Key Words : depression, mood-congruency effect, self-complexity, self-representation, self-schema