様式 C-19

科学研究費補助金研究成果報告書

平成 21 年　5 月 25 日現在

研究種目：基盤研究（C）
研究期間：2006～2008
課題番号：18530477
研究課題名（和文）感情管理方略としての自己カテゴリー化が開示を受ける負担感に及ぼす効果
研究課題名（英文）Effects of self-categorization as an emotional management strategy on sense of load among recipients of self-disclosure

研究代表者
氏　名（ローマ字）：　小口　孝司　（OGUCHI TAKASHI）
所属機関・部局・職：　千葉大学・文学部・准教授
研　究　者　番　号：　70221851

研究成果の概要：

自己開示をすることにより開示者は精神的健康を得られるが，その一方で開示の受け手は，精神的負担感が高まることがある。この負担感をいかにして低減するかが、自己開示、ひいては円滑な対人関係を促進することにつながる。そこで本研究では、視点取得の種類によって自己開示の受け手の精神的負担感が異なることを確認した。さらに受け手に類似相談経験があったり、開示に応答を行なう必要があったりすると、精神的負担感が高くなることも示された。

交付額

（金額単位：円）

	直接経費	間接経費	合　計
2006 年度	1,400,000	0	1,400,000
2007 年度	1,100,000	330,000	1,430,000
2008 年度	900,000	270,000	1,170,000
年度			
年度			
総　計	3,400,000	600,000	4,000,000

研究分野：社会科学
科研費の分科・細目：心理学・社会心理学
キーワード：自己開示、自己カテゴリー化、自己開示の受け手、負担感、感情管理

１．研究開始当初の背景

自己開示をすることは、開示者本人にとって、精神的にも、肉体的にもポジティヴな反応をもたらすことが数多くの研究によって明らかにされている。同時に、開示の受け手にとっても、開示をされることは開示者からの好意を示されたりや信頼を寄せられたりすることであるので(cf. Dinndia & Allen, 1992)、対人関係の進展によるソーシャルネットワークの拡大やソーシャルサポートの増大につながる好ましいものであると言える。つまり、自己開示の受け手にとっても、中長期的なメリットがある。

ところが、自己開示を受けることは短期的には非常に大きな負担を伴うことがある。たとえば、非常に内面性の高い話題を受けたとき、開示者の否定的な感情が伝わり、受け手も否定的な感情に陥ることが多い。自己開示の受け手の専門家とみなすことができるカウンセラーにおいても、いかにしてそうした巻き込まれ感から免れるかについて経験論的に語られることが多い。

短期的にみた自己開示を受けることのような、否定的な出来事に対して、どのように感情をコントロールするかについては、社会学や看護学においてよく取り上げられ産業・組織心理学に持ち込まれた概念として「感情管理」(emotional management)、あるいは発達心理学を中心に発展してきた「感情制御」(affect regulation)という研究テーマとして、最近取り上げられることが多い。ここではより広範な現象を扱うことができると考えるために感情管理で統一する。

この感情管理は、たとえばGross & Oliver (2003)では、代表的な感情管理方略として、感情の表出を抑制する方略と認知的再評価方略とを取り上げ比較して、認知的再評価の方が感情管理において優れていることが示されている。感情管理方略はこの他にも多様な分類がなされ、また多くがその有効性が検討されている。

感情管理方略としてはさまざまなものが取り上げられているが、本研究では自己カテゴリー化を取り上げる。自己カテゴリー化の研究としては、従来は主として集団間関係や社会的表象に対する研究が中心に検討されてきたと言えよう。しかしながら、対人関係においても自己カテゴリー化の効果が及ぶのではないかと考えるのが本研究である。古くはJourardの開示者と受け手との関係を図式化したもの、社会的浸透理論による開示者と受け手との相互に重なる図式に示されているように、自己開示は自己と他者との関係性を念頭において実施されてきたとも言えるからである。

自己開示研究で考えると、開示をすることの開示者のメリットは、近年、Pennebaker(1995)をはじめとする数多くの研究によって実証されてきた。自己開示を受ける人が存在しなくては、自己開示は成り立たない。その際に開示を受けることに伴う負担をどのように軽減するか、どのようにしてよりよく聞くかというテーマは、当然次代の研究課題となるべきものである。しかし従来の研究においては、いかに聴くかというテーマは、従来は余り本研究されてきていない。その一方で、臨床心理学的にはどのように聴くかというのは非常に重要なテーマであるとされている。重要であるが実証的に研究されていないテーマの探求という意味において、本研究は非常に意義深いと言えよう。

同時に、さまざまな研究領域において理論的な発展も考えられる。まず感情管理研究から捉えると、新たな方略の存在が明らかになることにつながる。すなわち、関係性の枠組みという、現象としては理解されていたが、実証的には捉えられていなかった新たな方略の発見につながる。さらに、自己カテゴリー化の研究は、従来、集団や社会的な表象への応用という研究が主流であった。これが集団のみならず、対人相互作用場面にも応用できることが示されれば、理論の発展が期されることにつながるであろう。しかも、自己をどのようにカテゴリー化するかだけでなく、対人相互作用する他者をどのようにカテゴリー化するのか、さらに自他のカテゴリー化がどのような関係にあるのかといった、カテゴリー化の発展が意味を持つことを示す可能性を秘めている。

開示の受け手の自他のカテゴリー化によって、事象からの影響度が異なることが示されると、自己開示を促進させる受け手の要因、対人場面における自己カテゴリー化の効果、自他のカテゴリーの効果、新たな感情管理方略といった、さまざまな新しい研究テーマが創設される可能性がある。

Pennebaker により実証的に明らかにされた、自己開示なかでも特に外傷体験となるような事象を自己開示する、すなわち告白の研究が、数多くの研究者によって検討されてきた。自己開示に効果があるとすれば、どうすれば自己開示の効果を促進させる要因を追求する研究として、本研究は位置づけられるであろう。

同時に、自己開示の受け手に関する Miller たちが始めた開示を引き出しやすい人であるオープナー(cf. 小口,1989)や受け手の集団内地位や開示動機(小口,1990a,b,c)、開示をモデル化して捉えること(小口,1996)などの開示の受け手に関する研究でもある。本研究は、どのように自他をカテゴリー化するかによって、オープナーとなれるかを示す研究と見なすこともできる。同時に、受け手は、自己開示を受けると開示者に過剰に関与したり、自身の感情がコントロールされてしまったりするかのような、自己開示に伴う情緒的「巻き込まれ感」が生じることが示されている(日向野・倉信・小口,2004)。こうした現象を説明するものとして流行性感冒のアナロジーを用いた Stile(1987)の自己開示熱モデルがあり、そこでは開示者の「熱」が受け手に伝わるので、受け手も「熱」を生じてしまうという説明がなされている。こうした受け手に関する現象に関して、本研究は単に現象を把握するためのモデルに留まらず、メカニズムを探求する研究の端緒となるであろう。

感情管理研究では、従来はさまざまな感情管理方略が検討されている。その中では、自己の認識のありかた、感情への対処という面での方略が多い(cf. Larsen & Prizmic, 2004)。関係性に関した研究としては、下方向の社会的比較(Lockwood,2002)といったものがあるが、自他の関係性をどう捉えるのかという方略については研究がほとんどなされていないといってよいであろう。新たな感情管理方略の発見となる可能性がある。

２．研究の目的

そこで、本研究では開示を受けているときに、受け手は自身をどのように自己カテゴリー化するのか、受け手は開示者をどのようにカテゴリー化するのか、受け手は、受け手と開示者のカテゴリーの関係をどのように見ているのか、について明らかにする。その上で、いかなるカテゴリー化がなされていることが、自己開示を受けることの負担感に影響するのかを実験的に明らかにしていく。

３．研究の方法

このような目的に対して、受け手のカテゴリー化、開示者のカテゴリー化、カテゴリー間の関係性の様態を、大学生を対象にして、さまざまな調査や実験を通して明らかにした。

自己開示場面における検討では、自身や開示者をどのようにカテゴリー化しているのかを明らかにしようとした。さらにその２つのカテゴリーがどのような関係であるのかも見ていく。そのため以下の実験を行い検討した。

□研究１　カウンセリング場面の映像を見せての想起法

実験参加者にカウンセリング擬似場面の映像を見せる。映像は学生が教師などに相談をする場面を収録した既存の映像である。カ

ウンセリングの教育用に作成されたものである。この映像はDVDにより収録されている。このDVDの特徴は、同じ場面でありながら、視点を開示者（クライエント）に置いたもの、受け手（カウンセラー）に置いたもの、相互作用している開示者と受けて（クライエントとカウンセラーが話している様子全体場面）にあるものの３つから選択できるようになっている点である。本研究の目的に即して考えると、受け手からの視点が望ましいと思われるので、本研究では受け手の視点からの映像を用いる。

この映像を見せて、自身や相談相手に対して、どのようなカテゴリー化をしていたのかを自由記述で求める。さらにこの研究においては、同時にその場面を見た受け手の負担感も測定しておき、特定のカテゴリー化と負担感との間に関連が見られるのかも探索的に検討する。

負担感は直接的に受け手となる実験参加者に回答を求める自己報告を用いる。こうした指標によって、負担感を明らかにし、それと自己開示を受けているときのカテゴリー化との関連を探求する。

さらに、この研究１では、自己開示を受けることに伴う負担感を測定するので、そこでは受け手のカテゴリー化と開示者に対するカテゴリー化の相対的な関係性についても情報が得られる。それに基づき、相対的な関係性を数値化、あるいは類型化して、それと自己開示を受けることに伴う負担感との関連性について、示唆を得ることができるであろう。

□研究２　大学生の悩み打ち明け場面の映像を見ての想起法

研究１のＤＶＤは中学生が悩みを相談する場面を収録した既存のものであった。そのため、今回の対象となった大学生においては不適切であった可能性がある。そこで、新たに大学生の実験協力者に依頼して、開示をする場面を複数収録して、自然な自己開示であること、男女で差がないことなどを確認して、男性用の刺激ＤＶＤと女性用の刺激ＤＶＤとを作成した。そのＤＶＤを実験参加者には試聴してもらい、受け手のカテゴリー化などについて指標化したものと、負担感などとの関連性を探った。

刺激のＤＶＤで語られる開示の話題としては、内面性の低い話題（今日あった出来事や趣味に関する話題など）、そして内面性の高い話題（今までで最も落ち込んだ出来事や子どもの頃つらかったことなど）の２種類の話題を用意して、その差異も検討する。開示の内面性の程度に応じて、カテゴリー化が異なるかもしれないからである。予備調査において、内面性の異なる話題であり、その評定が人によって大きくことならないなどの実験にふさわしい話題を選定しておいた。

自己開示終了後、開示者、受け手の双方に対して、どのように自身や相手をカテゴリー化していたのかに関する自由記述を求める。

以上の二つの研究において、カテゴリー化の効果が明瞭にみられなかったので、付加的に、カテゴリー化に関して、内集団ひいきに関する基礎的研究（研究３）、個人と集団との評価の差異に関する基礎的（研究４）を行った。さらに、個人内の差異を説明するために解釈レベルからの検討（研究５）を試みた。また、負担感については、ストレス研究から考察して、具体的な生理学的指標から知見を得ようとする研究（研究６）、表出された感情のテキストマイニングソフトを使ったコード化に関する研究（研究７）などもあわせて行った。

４．研究成果

□研究１　カウンセリング場面の映像を見せての想起法においては、カテゴリー化の効果は明瞭に見ることはできなかった。しかしながら、開示の受け手がどのような視点取得をとっているかによって負担感が大きく異なっていた。すなわち、自己視点よりも客観的視点の方が負担感は小さいということが明らかになった。そこで同様な結果が得られるのかを研究２でも検討した。

□研究２　大学生の悩み打ち明け場面の映像を見ての想起法においても、カテゴリー化の効果を明瞭に示すことはできなかった。しかしながら、研究１と同様な視点取得の効果が得られた。

さらに研究２においては、受け手に開示者の開示と類似した経験があると、負担感が高まっていた。ある意味、受け手が自身を開示者と同じカテゴリーに存在するとみなすこともできる。そうした場合には負担感が高まった。また、受け手は開示者が示した開示に応答を行なう必要があると、精神的負担感が高くなることも示された。同一のカテゴリーに存在すると考えると、自己開示の相互性が強く作用することが予測される。そのため、この結果も間接的にカテゴリー化の効果を示唆するものであるかもしれない。

カテゴリー化の効果が明瞭にみられなかったため、付加的に研究を行った研究３から研究７については、概ね予測した結果が得られた。研究３の内集団ひいきに関する基礎的研究においては、内集団ひいきに関わるものとして、顕在的自尊心と潜在的自尊心との関わりが明らかにされた。こうした要因も本研究の負担感に関わる可能性が考えられる。また、個人と集団との評価の差異に関する基礎的（研究４）においては、集団極化現象に関連した評価が認められた。こうしたことも、開示を受ける際の個人化の問題と関わるであろう。また、解釈レベルからの検討（研究５）では、概念を抽象的なレベルあるいは具体的なレベルとして捉えることによって行動面での差異を捉えることができることを示した。聞き手が開示者の 開示をどのレベルで捉えるかによっても大きな差異がある可能性を示している。さらに負担感については、ストレス研究から考察して、具体的な生理学的指標から知見を得ようとする研究（研究６）において、唾液中の成分によってストレスを検出することができた。今後、自己報告式によらない負担感の把握が確実になった。また、、表出された感情のテキストマイニングソフトを使ったコード化に関する研究（研究７）でも明瞭な結果が得られたので、開示者の開示に、受け手が応答した開示の分析に応用できることも確認できた。

本研究において、カテゴリー化を明瞭に検出することは困難であったが、本研究に付随した５つの研究によって今後の研究の方向性と用いる方法の有用性に有益な示唆を得ることができたと言えよう。

５．主な発表論文等
（研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線）

〔雑誌論文〕（計　６件）

① Oguchi, T. & Harashima, M. Effects of self-efficacy and priming of strategies on task performance. Progress in Asian Social Psychology, Volume 7. (in press). 査読有

② Hanai, T., Oguchi, T., Ando, K., & Yamaguchi, K. Important attributes of

lodging to gain repeat business: A comparison between individual travels and group travels. Journal of Hospitality Management, 27(2), 268-275. (2008). 査読有

③ Oguchi, T., Shiota, S., & Matsuura, A. Mental health tourism: It's background and Concept. Tourism & Hospitality in Asia Pacific, 433-437. (2008). 査読有

④ 花井友美・小口孝司、 Ｅメールの交換過程における感情表現の出現パターン：テキスト・マイニングを用いた分析、社会心理学研究、24(2)、131-139、(2008). 査読有

⑤ Oguchi, T. & Watanabe, K., "Why" makes travel, "How" induces packing, Coming of the Asian Waves (Tourism & Hospitality: Education & Research), (2007). 査読有

⑥ 原島雅之・小口孝司、実験社会心理学研究、47（１）、69-77、顕在的自尊心と潜在的自尊心が内集団内ひいきに及ぼす効果、(2007). 査読有

〔学会発表〕（計　５件）

① Oguchi, T., Shiota, S., & Matsuura, A. Mental health tourism: It's back ground and Concept. Asia Pacific Tourism Association. (Bangkok, Thailand) (2008.7.)

② .Oguchi, T. & Harashima, M. The sense of load among recipients of self-disclosure. Society for Personality and Social Psychology, 2008 Annual Meeting (Albuquerque, USA) (2008.2.).

③ Oguchi, T. & Harashima, M. Effects of self-efficacy and priming of strategies on task performance: High self-efficacy always produces high performance? Asian Association of Social Psychology Conference 2007 (Kota Kinabalu, Sabah, Malaysia) (2007.7.).

④ 渡辺かおり・原島雅之・小口孝司、解釈レベルが行動の意図と時間的距離の予測に与える影響、日本社会心理学会第47回大会（東北大学）(2006.6.).

⑤ 小口孝司・原島雅之、望ましい自己開示でも対人魅力を高めるか？日本グループ・ダイナミックス学会第51回大会（武蔵野大学）(2006.5.).

〔図書〕（計　２件）

①小口孝司・楠見孝・今井芳昭（編）、北大路書房、仕事のスキル、(2009)、230 頁（担当頁：p.1-3、 p.146-158、p.207-208）

②渡辺かおり・原島雅之・小口孝司、人文叢書４（学習院大学人文科学研究所）(中村陽吉・外山みどり（編）)、「自己カテゴリー化」における心理的過程を巡って、担当章「ターゲットの異同が自己呈示のキャリーオーバー効果に及ぼす影響」、(2007)、183 頁（担当頁：p.102-114）

６．研究組織

(1)研究代表者

小口　孝司　(OGUCHI TAKASHI)

千葉大学・文学部・准教授

研究者番号：　70221851

(2)研究分担者

なし

(3)連携研究者

なし