

平成 21年5月18日現在

研究種目：若手研究（スタートアップ）  
 研究期間：2007～2008  
 課題番号：19830064  
 研究課題名（和文） 統制的抑制と自動的抑制－潜在指標と生態連続測定法を用いた自動化の検討－  
 研究課題名（英文） Controlled and automatic suppression: Implicit and ecological assessment of automated self-regulation.  
 研究代表者  
 木村（及川） 晴（KIMJURA HARUKA）  
 帝京大学・文学部・専任講師  
 研究者番号：80453695

## 研究成果の概要：

日・米・欧の研究者たちとの国際的な共同研究を通じて、日常のメンタルコントロールにおいて、意識的で統制的な過程および無意識的で自動的な過程が果たす役割と、それらの関係を明らかにするための一連の研究が実施された。また、自動的な制御の個人差を測定するための新たな研究法が開発された。これらの成果の多くは国内外の学会発表や学会誌論文として報告済みだが、追加実験や論文投稿は現在も進行中である。

## 交付額

(金額単位：円)

	直接経費	間接経費	合計
2007年度	1,300,000	0	1,300,000
2008年度	1,350,000	405,000	1,755,000
年度			
年度			
年度			
総計	2,650,000	405,000	3,055,000

研究分野：社会科学

科研費の分科・細目：実験社会心理学

キーワード：抑制, 顕在指標, 潜在指標, 自動性, プライミング, 国際比較

## 1. 研究開始当初の背景

社会生活において自らの心的状態のコントロールを欠かすことはできない。しかし、意識的で統制的な過程によるメンタルコントロールは困難であるばかりか、しばしば逆効果となることが示されている。これまでの研究では、意識的で統制的な過程が自己制御

において中心的な役割を担うと信じられてきた。しかし、近年の自動性研究によれば、人間の日常生活に意識が果たす役割はこれまで信じられてきたよりも少なく、日常の行動や自己制御の多くは無意識的で自動的な心的過程に依存しているという。

## 現在のメンタルコントロール研究の課題

長く、意識的で統制的な過程が社会生活におけるメンタルコントロールにおいて中心的機能を担うと考えられており、無意識的で自動的な過程が果たす役割は、全般的に軽視されてきた。しかし、近年の欧米諸国における一連の自動性研究によれば、意識的な自己制御に必要とされる心的資源には厳しい制限があることから、日常のコントロールのすべてを意識的に行うことは現実的ではないことが指摘されている。抑制的メンタルコントロールの研究においても、同様に、意識的な抑制は困難であるばかりか、しばしば逆効果となることも報告されている。この分野の研究の課題は、以下の3つにまとめられるだろう。

(1) 研究の大部分は欧米諸国など西洋文化圏で進められており、日本国内をはじめ東洋文化圏では検討が遅れている。コントロールについては、文化差が想定されることから、日常の自己制御において意識と無意識が果たす役割を国際的に比較し、その通文化的普遍性を検討する必要がある。

(2) これまで別々に行われてきた意識的なメンタルコントロールの研究と、自動性研究の知見の統合を目指した研究を進めるために、必要な研究法を新たに開発する。これにより、学問的にも応用的にも有益な示唆をもたらすことが期待できる。

(3) この分野は、西洋において独占的に進められてきたため、これらの最新知見や理論を本邦において広め、体系的にまとめ、議論を促す必要がある。欧米諸国の研究者たちと自動性研究に必要な基礎および最新知識を共有することは、日本国内における今後の自己制御研究の進展に大きな利益をもたらさるだろう。

## 2. 研究の目的

本研究は以下の3つの目的で行われた。

(1) 日常のメンタルコントロールにおいて、意識的で統制的な過程と無意識的で自動的な過程の両者が果たす役割と、それらの関係を明らかにすることを目的とし、これまでの意識的なメンタルコントロール研究と自動性研究の知見を統合する一連の実証実験および調査研究を実施する。

(2) その際、日・米・欧において国際的に研究を進めることで、統制的抑制と自動的抑制に文化や環境が及ぼす影響を探り、また同時に、知見の通文化的普遍性の検証を行う。

(3) 自動的な制御過程の個人差を測定するために必要となる新たな研究法を開発し、その妥当性を検証する。同時に、欧米諸国の研究者たちの協力を得て、また、自動性研究の専門書の翻訳を通じて、日本国内における自動性研究の活性化に必要な専門知識の共有を促進する。

## 3. 研究の方法

研究は、3つの課題と目的に沿って行われた。

(1) 日常のメンタルコントロールに対する意識的で統制的な努力が自動的な感情抑制プロセスに及ぼす効果の検討としては、アメリカ、シラキュース大学 (Smyth 教授) との共同により、抑制された感情の筆記開示が心身の健康に及ぼす影響に関する生態連続測定を用いた中期介入研究が実施された。

(2) 自動的な知覚入力が意識的な努力の経験に及ぼす影響の検討としては、オランダ、ユトレヒト大学 (Aarts 教授) との共同により、行為結果情報のサブリミナル知覚が自己エージェンシー感覚に及ぼす影響に関する実験室実験が実施された。

(3) 自己報告が困難な潜在的な自己制御過程を実証的に検討するために、潜在目標の指

標となる新たな測定法が開発され、その妥当性を検証する調査が実施された。

#### 4. 研究成果

成果は以下のようにまとめられる。

(1) 申請者は、2年間に渡り、日・米・欧の先駆的研究者たちとの国際的な共同研究を通じて、日常のメンタルコントロールにおいて、意識的で統制的な過程と無意識的で自動的な過程が抑制に果たす役割と、それらの関係を明らかにすることを目的とした一連の研究を実施した。これにより、これまで実証的な検討が行われることのなかった、意識的介入が自動的制御過程に影響を及ぼす可能性や、自動的過程が主観的な制御感覚（自己エージェンシー）を導く可能性、これらの過程の文化差や通文化的普遍性などが明らかとなった。具体的には以下のとおりである。

① アメリカ、シラキュース大学における Smyth 教授との共同研究の結果、自動的抑制過程を統制的に制御する試みとして筆記開示が効果的である可能性を究明した研究が進み、筆記を通じた抑制対象思考の再構成は、精神的な健康だけでなく、身体的な健康にまで波及的な効果を及ぼすことが明らかとなった（論文報告済：Writing cure: How expressive writing promotes health. *The Japanese Journal of Research on Emotion*, 14, 140-154.）。

② オランダ、ユトレヒト大学における Aarts 教授との共同研究の結果、意識的な抑制意図の源泉となる自己エージェンシー感覚は文化に規定される意識的内省過程と、文化を問わず普遍的に観察される無意識的推論過程の2つの独立した経路を通じて生じることが明らかとなった（論文報告済：Cultural and universal routes to authorship ascription: Effects of outcome

priming on experienced self-agency in the Netherlands and Japan. *Journal of Cross Cultural Psychology*.)。

(2) 自動的な制御について自己報告を求めることは困難であるため、潜在目標の個人差を測定するための新たな研究法の開発が試みられた。感情誤帰属手続き (AMP) を改定した潜在目標指標は、高い信頼性と中程度の効果サイズ、また、自己報告による顕在目標指標よりも高い行動予測力を示していた。自己報告とは異なる動機づけプロセスの個人差を効果的に測定できる新たな方法が開発されたことで、メンタルコントロールの自動性の検討に大きな進展がもたらされることが期待できる（論文報告済：感情誤帰属手続きによる潜在目標の測定：潜在および顕在目標による日常行動の予測 教育心理学研究）。

(3) 欧米諸国に比較して日本では自動性研究に必要な基礎知識が共有されていない現状に鑑みて、本邦で初めて、自動性研究に関する専門書 *Social psychology and the unconscious* (Bargh 編) の邦訳が行われ、『無意識と社会心理学』が2009年3月に出版された。これにより、日本国内での自動性研究がさらに活性化されることが期待される。

#### 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3件)

① Smyth, M. J., Deborah N. W., Oikawa, M., & Oikawa, H. 2007. Writing cure: How expressive writing promotes health. *The Japanese Journal of Research on Emotion*, 14, 140-154.

② 及川晴・及川昌典・青林唯 印刷中 感情

誤帰属手続きによる潜在目標の測定：潜在および顕在目標による日常行動の予測  
教育心理学研究

- ③ Aarts, H., Oikawa, M., & Oikawa, H., in press. Cultural and universal routes to authorship ascription: Effects of outcome priming on experienced self-agency in the Netherlands and Japan. *Journal of Cross Cultural Psychology*.

〔学会発表〕(計4件)

- ① 及川昌典・及川晴・橋本絵美 2007年  
マインドフルネスによる自己制御がパフォーマンスと心身の健康に及ぼす影響-アスリートと大学生による検討-日本社会心理学会第48回大会発表.
- ② 及川晴 2007年 試験管の中の感情表出-AMPによる感情アンプライミングの検討-日本心理学会第71回大会ワークショップ『潜在指標の新局面』話題提供.
- ③ Oikawa, M., Oikawa, H., Higuchi, O., & Smyth, M. J. 2008. Modern Health Worries and health care utilization in Japan. Talk presented for The Symposium of Behavioral Medicine.
- ④ Oikawa, M., Oikawa, H., Higuchi, O., & Smyth, M. J. 2009. What me worry? Modern Health Worries and health care utilization in Japan. 10th Conference of the Society for Personality and Social Psychology, Tampa, Florida.

〔図書〕(計2件)

- ① 木村(及川)晴 2008年 5章 社会的感情, 社会心理学の基礎と応用, 放送大学テキスト
- ② 木村(及川)晴 2009年 無意識と社会心理学 ジョン・バーヂ(編)及川昌典・木村晴・北村英哉(監訳)ナカニシヤ出版 [Bargh, J. A. (Ed.). (2007). *Social psychology and the unconscious: The automaticity of higher mental processes*. Philadelphia, PA: Psychology Press.]

〔産業財産権〕

- 出願状況(計0件)  
○取得状況(計0件)  
〔その他〕

## 6. 研究組織

### (1) 研究代表者

木村(及川) 晴  
帝京大学・文学部・専任講師  
研究者番号: 80453695

### (2) 研究分担者 なし

### (3) 連携研究者 なし