

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 26 年 6 月 19 日現在

機関番号：31311

研究種目：若手研究(B)

研究期間：2011～2013

課題番号：23730645

研究課題名(和文) 転換的語り直しによる侵入思考および記憶の過度な一般化への介入効果の検証

研究課題名(英文) Effectiveness of biased retelling for traumatic memory problems

研究代表者

池田 和浩 (Ikeda, Kazuhiro)

尚絅学院大学・総合人間科学部・講師

研究者番号：40560587

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,400,000円、(間接経費) 1,020,000円

研究成果の概要(和文)：侵入思考および記憶の概括化に影響すると考えられる認知特性と転換的語り直しの効果の関連性を明らかにした。実験の結果、思考統制能力の低い参加者は、転換的語り直しの効果が顕著に生じやすく、語り直しがコーピングスキルの向上につながることを確認された。また、語り直すことへの肯定的な信念を促進しうる認知的特性を明らかにした。調査の結果、語り直しの効果を高めるにある程度の楽観性もつ必要があることが示唆された。つまり、物事への肯定的な解釈能力の高さや、思考統制能力の高さが、語り直しの信念を調節し、個々人の心理的な健康を導くものと推察される。

研究成果の概要(英文)：In this study, we investigated the relationship between the effects of biased retelling and cognitive characteristics that are related to traumatic memory issues including intrusive thoughts and overgeneral autobiographical memory. Results revealed that positive biased retelling had positive effects on participants with low-thought control ability (TCA), rather than high-TCA participants, and retelling improved the coping skills, especially the positive interpretation skills. In addition, we investigated the cognitive factor that facilitated positive beliefs for the retelling of personal memories. Results showed that the effectiveness of positive beliefs on retelling required a certain level of optimism. This suggests that positive beliefs in retelling are regulated by positive interpretation skills and thought control ability, which lead a person toward psychological well-being.

研究分野：社会科学

科研費の分科・細目：心理学・臨床心理学

キーワード：転換的語り直し 自伝的記憶 侵入思考 コーピング 肯定的解釈 自己欺瞞 楽観性

1. 研究開始当初の背景

(1) 心的外傷後ストレス障害 (PTSD) に代表される強烈なネガティブな体験の記憶は、一般的に、原因になった障害や関連する事物に対しての回避傾向を引き起こす (Thompson & Waltz, 2010)。これは、ネガティブな体験を想起しそうになると、予測されるストレスを低減させるために、自動的に思考抑制が働くことによる (Vazquez, et al, 2008)。そのため、負の体験は、当事者と分離した断片的な映像や音声として保存され続ける。断片的で強烈なネガティブな記憶を抑制し続けることは、当事者の心的健康に負の影響を及ぼす。

(2) 現在、過酷な過去の体験への対処法は、“消去”から“書き換え”に注目が集まっている。意図的に形を変えた語り直しである“転換的語り直し (biased retelling)”に関する効果として、(A) オリジナルの記憶の中心的な要素を語り直された方向に変容させること (池田・仁平, 2009) (B) 筆記に比べ、口頭の語り直しを行うことにより、新しい視点からの記憶変容を促進させることが確認されている。しかし、従来の研究は、転換的語り直しが語り手個人の記憶に与える影響を実験室の中で検討したものであり、現実生活に負の影響を及ぼすネガティブな記憶事象に対して転換的語り直しがどのように作用するのかを検証されていない。そこで本研究では、ネガティブな記憶事象が現実生活に負の影響をもたらす問題について、転換的な語り直しの役割に注目した新たな認知的回復モデルの構築を目指し、多角的なアプローチから転換的語り直しの効果を検証した。

2. 研究の目的

(1) 転換的語り直しによる効果は、語り手の持つ特性に大きく左右される可能性を持つ。たとえば、(A) 意識への不快な思考の侵入 (侵入思考) をコントロールする能力の低さや、(B) 否定的な記憶からの回避傾向の高さは、ネガティブな記憶からの逃避を助長し、侵入思考や自伝的記憶の断片化や概括化といった特性を促進するものと考えられる。そこで、転換的語り直しの効果に大きな影響を与えると予測できる認知的指標である思考統制能力尺度を用いて、転換的語り直しの効果を高める内的要因を検証した。

(2) 語り直しの実験における本質的な問題点として、語りのテーマや語る動機が事前に準備されてしまうことによる、語り直すきっかけの受動性が存在する。日常的な側面に照らせば、ある程度の環境的要因の介在はあれども、語り手は自発的に生じるものであり、そこには語り直すことへの肯定的な信念を必要とすると考えられる。そこで、実験によって明らかになった認知的特性が、語り直しを行うおうとする信念や語り手本人の精神的健康

に寄与しているのかどうかについて質問紙を用いた検討を行った。

3. 研究の方法

(1) 実験的検証による転換的語り直しの効果を高める認知的要因の検討

参加者: 大学生 80 名 (男性 30 名, 女性 60 名; 平均 20.6 歳)

手続き: 原語り段階: 多面的感情状態尺度、思考統制能力質問紙 (TCAQ) に回答した。参加者自身が体験したネガティブな体験を選定し、イベント感情価を評定した。続いて、20 分間筆記を行った (PC を使用: 原語り)。最後に、3 次元モデルにもとづく対処方略尺度 (TAC-24)、記憶特性質問紙 (MCQ) に評定した。

語り直し段階: 2 日後、参加者は単純反復再生群 (ネガティブな出来事を正確に再生)、転換的語り直し群 (出来事をポジティブなかたちで語り直し)、統制群、の 3 群に分けられた (語り直し 1)。

再認段階: その 2 日後、参加者は、再度語り直しを行った (単純反復再生群・転換的語り直し群: 語り直し 2)。その後、フィラー課題ののち、全参加者は原語りを再生した (原語り再生)。最後に、TAC-24 およびイベント感情価、MCQ に再度評定した (図 1)。

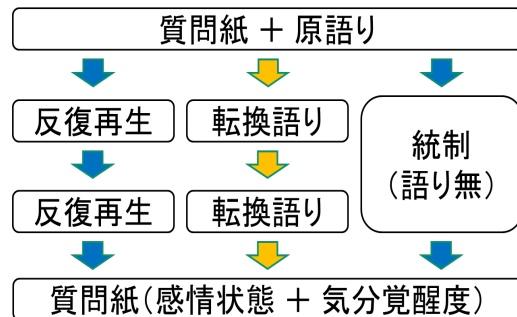


図 1. 実験手続きのフロー

(2) 質問紙を用いた語り直しの肯定的信念を高める要因の検証

肯定的解釈対処能力を高める認知的要因の検討

参加者: 大学生 229 名 (平均 18.8 歳)

尺度: 自己欺瞞尺度 (12 項目)、精神的健康尺度 (5 項目): 過去 2 週間の精神的健康状態を測定。3 次元モデルにもとづく対処方略尺度 (TAC-24, 24 項目): 8 因子; 情報収集)、放棄・あきらめ、肯定的解釈、計画立案、回避的思考、気晴らし、カタルシス、責任転嫁。

語り直しの肯定的信念を高める認知的特性の検討

参加者: 大学生 196 名 (平均 19.5 歳)

尺度: 語り直しに関するポジティブな信念尺度 (20 項目)、自己欺瞞尺度 (12 項目): バランス型社会的望ましさ反応尺度日本語版 (BIDR-J, 谷, 2008) の一部。RS-14 (14 項目): 逆境の乗り越え方について尋ねる質問

紙 (Nishi et al., 2010) 対人ストレスユーモア対処尺度 (12 項目): 認知的なユーモアコーピングには含まれていない対人的機能を測定可能 (榎本・山崎, 2010)。

4. 研究成果

(1) 実験的検証: 思考統制能力と記憶感情価
思考統制能力 (TCA) の高低によって、イベントへの感情価が語り直しの前後でどのように変化したかを検証した。その結果、低 TCA の参加者は、語り直しの後にポジティブな感情価を増加させるとともに、ネガティブな感情価を減少させていた。また、転換的語り直しと反復再生条件の参加者は、統制条件の参加者に比べ、イベント感情価の変化が顕著であった (図 2)。

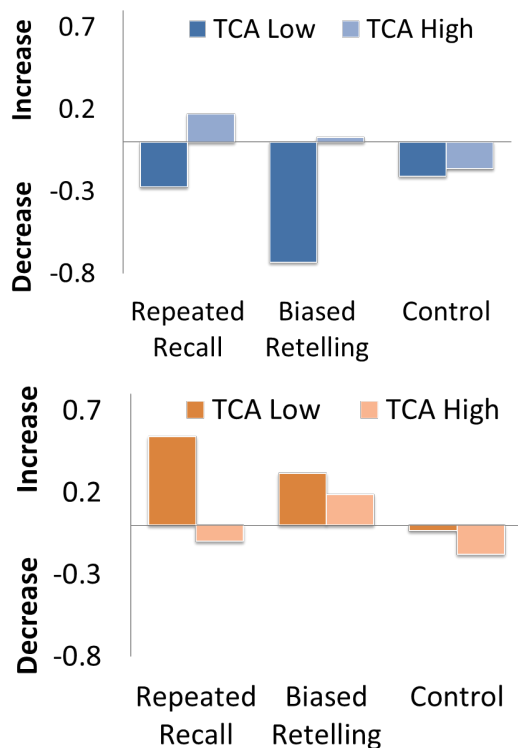


図 2. イベント感情価の差分値 (上; ネガティブ感情価、下; ポジティブ感情価)

続いて、語り直しのタイプとコーピングスキル (TAC-24) の関連性を分析したところ、転換的語り直し条件および統制条件の低 TCA の参加者は、語り直し後に認知的コーピングスキルを活性化させていた (特に、肯定的解釈能力; 図 3)。

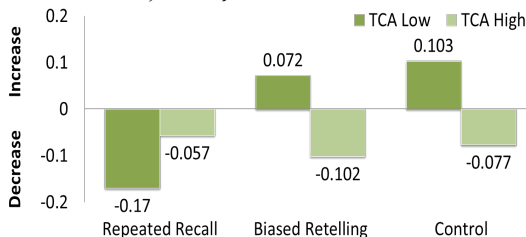


図 3. TCA 特性ごとの認知的コーピングの差分値

また、語り直しのタイプと自伝的記憶の特性の関連性を分析したところ、転換的語り直しを行うことは、思考統制能力の高さに応じて、自伝的記憶の鮮明さや時系列的つながりに影響を及ぼすことが確認された (図 4)。つまり、思考統制能力が低い場合は記憶の再生がイベントのネガティブな感情価を緩和させる一方で、能力が高い場合は感情価ではなく語り直しが記憶の構造を変化させる効果を持つことが示唆される。

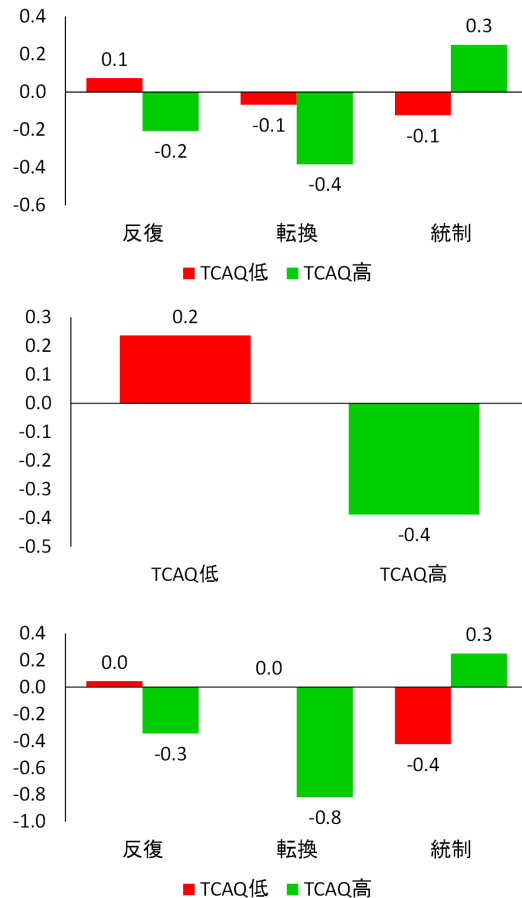


図 4. 自伝的特性評定差分値 (上; 鮮明さ評定値、中; 重要性評定値、下; 時系列評定値)

(2) 調査実験: 語り直しの肯定的信念を高める認知的要因

肯定的解釈対処能力を高める認知的要因

自己欺瞞能力からコーピングスキルへの影響を検討するために、パス解析を行った。分析の結果、モデル全体の評価は、 $\chi^2 = 7.12$, $df = 5$, $p = .21$ であり、仮説は採択された。また、モデルの適合度は、 $GFI = .988$, $AGFI = .963$, $RMSEA < .05$ であり、良い適合として判定された。モデルから、自己欺瞞の高さは精神的健康に直接的に結びつくこと、肯定的解釈を介した精神的健康の複数経路が存在すること、自己欺瞞の高さは計画立案対応能力の高さを媒介し、情報収集の高さにつながること、が確認された (図 5)。このことは、自己欺瞞の高さが、肯定的解釈の認知的コーピングを高め、精神的な健康につながることを示唆す

るものであり、転換的語り直し（特に肯定的語り直し）の自己欺瞞の密接な関連性を推察するものである。

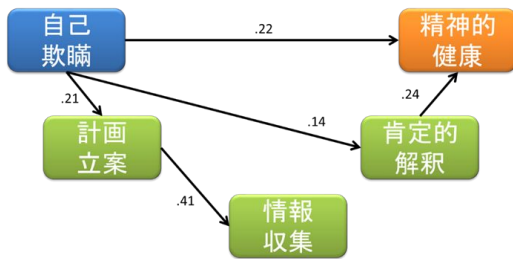


図 5. 自己欺瞞が肯定的解釈能力および精神的健康に及ぼす影響

語り直しの肯定的信念を高める認知的特性

上述の結果を受けて、自己欺瞞能力の高さと語り直しの肯定的信念の関連性を検討するために、パス解析を行った。分析の結果、モデル全体の評価は、 $\chi^2 = 5.24$, $df = 4$, $p = .26$ であり、仮説は採択された。また、モデルの適合度は、 $GFI = .99$, $AGFI = .96$, $RMSEA < .05$ であったため、良い適合として判定した。モデルから、(A)自己欺瞞の高さはリジリエンスを介して語り直しの高揚感を高めること、(B)自己欺瞞の高さは語り直しの効用感を低下させ、かつ、自己欺瞞の低さはリジリエンス能力を介して間接的に語り直しの効用感の低下させること、(C)語り直しの効用感の高さと RS14 の高さは、実際の対人ストレス場面において、ユーモアを用いた対人機能を活性化させること、が確認された。また、語り直しの道義的信念の高さは、ユーモアコーピングの実践に影響力を持たないことが示唆された(図 6)。これらの結果は、道義的信念の高さに縛られた“語り直さねば”という責任が全体的しあわせ感を減少させた可能性があることと、語り直しの効果を高めるにある程度の楽観性もつ必要があることを推察する。つまり、物事への肯定的な解釈能力の高さや、思考統制能力の高さが、語り直しの信念を調節し、個々人の心理的な健康を導くものと推察される。

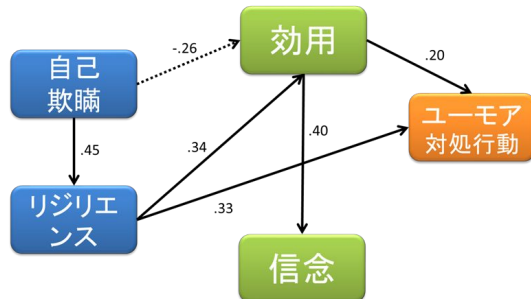


図 6. 自己欺瞞とリジリエンスが語り直しの信念に及ぼす影響

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕(計 4 件)

池田 和浩・仁平 義明、2 種類の感情的な転換的語り直しが中性的な物語記憶に与える影響、尚絅学院大学紀要、査読有り、65 巻、2013、59-69

<http://goo.gl/jy9Vpp>

池田 和浩、尚絅学院での研究・教育に対する抱負、尚絅学院大学紀要、査読無し、65 巻、2013、5-8

池田 和浩、研究紹介—近年の研究成果、尚絅心理学論集、査読無し、5 巻、2012、19-21

佐藤 拓・荒木 剛・菊地 史倫・池田 和浩、統合失調症型パーソナリティと思考コントロール方略の関連、新潟リハビリテーション大学紀要、査読有り、1(1)、2012、31-36

〔学会発表〕(計 14 件)

池田 和浩・佐藤 拓・荒木 剛・菊地 史倫、転換的語り直しおよび思考統制能力が自伝的記憶に与える影響、認知心理学会第 9 回大会、2011 年 5 月 30 日、学習院大学

Kazuhiro Ikeda, The effects of positive biased retelling on cognitive coping strategy, The 12th European Congress of Psychology, 7th, July, ISTANBUL

佐藤 拓・宮澤 志保・東海林 渉・荒木 剛・池田 和浩・菊地 史倫、統合失調症における侵入思考への対処方略と認知機能障害の関連、日本感情心理学会第 19 回・日本パーソナリティ心理学会第 20 回合同大会、2011 年 9 月 4 日、京都光華女子大学

4) 池田 和浩・樋口 愛・佐藤 拓・荒木 剛・菊地 史倫、転換的語り直しおよび思考統制能力が認知的コーピング方略に与える影響、日本心理学会第 75 回大会、2011 年 9 月 17 日、日本大学

池田 和浩・佐藤 拓・荒木 剛、自伝的記憶の転換的語り直しに対する思考統制能力の影響、認知心理学会第 10 回大会、2012 年 6 月 3 日、岡山大学

2) 池田 和浩、自己欺瞞と対処方略の適応効果、東北心理学会第 66 回大会、2012 年 7 月 14 日、新潟大学

佐藤 拓・荒木 剛・池田 和浩・菊地 史倫・仁平 義明、Thought Control Ability Questionnaire 日本語版の開発、東北心理学会第 66 回大会、2012 年 8 月 14 日、新潟大学

4) 池田 和浩、Take a sad song and make it better : 語り直しによる自伝的記憶の変容、日本心理学会第 76 回大会、2012 年 9 月 13 日、専修大学

池田 和浩 「記憶をポジティブに語り直す効果と自己欺瞞の関係性」、『日本心理学会第 77 回大会自主企画シンポジウム「隠す」心理を科学する—自己欺瞞と記憶—』(企画者：太幡直也、佐藤拓、菊

地史倫、話題提供者：田中未央、池田和浩、谷伊織）2013年9月20日、北海道医療大学

西浦 和樹・池田 和浩・南 学・澤邊 裕子・安井 朱美・沖林 洋平・田山 淳「創造的問題解決を利用した効果的な学習支援」、『日本教育工学会 第29回全国大会 課題研究K09 ゲーム型学習の導入と実践の評価』（企画者：藤本徹、話題提供者：松田稔樹、脇本健弘、加賀秀和、西浦和樹、福山佑樹）2013年9月23日、秋田大学

池田 和浩・佐藤 拓・荒木 剛・菊地 史倫、思考コントロール感と“しあわせ”の認識の関係、認知心理学会第11回大会、2013年6月29日、つくば国際会議場 エポカル

水田 恵三・池田 和浩、大規模災害における避難所組織運営及び仮設住宅に関する研究、日本心理学会第77回大会、2013年9月20日、北海道医療大学

佐藤 拓・荒木 剛・池田 和浩・菊地 史倫、統合失調症型パーソナリティとQOLの関連—侵入思考に対するコントロール感と対処方略からの検討—、日本パーソナリティ心理学会大会第22回大会、2013年10月12日、江戸川大学

6) 荒木 剛・佐藤 拓・菊地 史倫・池田 和浩、侵入思考に対する自我異和的評価と思考抑制の関係、日本パーソナリティ心理学会大会第22回大会、2013年10月12日、江戸川大学

〔図書〕(計 1 件)

池田 和浩(訳) 金剛出版、第8章災害後の精神衛生にかかわる判別法(スクリーニング)(印刷中) Frederick, J., Craig, L., & Joseph, P.(Eds.)『Hidden Impact: What You Need To Know For The Next Disaster』

〔その他〕

ホームページ等

<http://goo.gl/WN0lhT>

6. 研究組織

(1)研究代表者

池田 和浩 (IKEDA, Kazuhiro)

尚絅学院大学総合人間科学部人間心理学科・講師

研究者番号：40560587