



Tokyo Gakugei University Repository

東京学芸大学リポジトリ

<http://ir.u-gakugei.ac.jp/>

| | |
|------------|---|
| Title | 多面的再評価尺度の開発(fulltext) |
| Author(s) | 及川,恵; 榊原,良太; 登藤,直弥; 長田,侑子 |
| Citation | 東京学芸大学紀要. 総合教育科学系, 72: 169-176 |
| Issue Date | 2021-02-26 |
| URL | http://hdl.handle.net/2309/166805 |
| Publisher | 東京学芸大学教育実践研究推進本部 |
| Rights | |

多面的再評価尺度の開発

及川 恵*¹・榊原 良太*²・登藤 直弥*³・長田 侑子*⁴

臨床心理学分野

(2020年9月29日受理)

1. 問題と目的

1. 1 再評価の下位方略

再評価 (reappraisal) は、感情反応を変える方法で状況について考えようとする認知的な感情制御方略であり (Gross, 2013), 多くの研究でネガティブ感情の低減に有効であることが示されている (e.g., Gross, 1998)。

再評価はこれまで単一の方略として他方略との比較を通して検討されることが多かったが、近年では再評価を複数の下位方略に分けて検討している研究もみられる (榊原, 2014)。例えば、Ochsner et al. (2004) では、再評価について自己焦点型 (刺激の自己関連性を変える方法) と状況焦点型 (出来事の性質を再解釈する方法) の二つのタイプを比較し、ネガティブ感情を低減しようとする際に、前者は内側前頭前野の活動を、後者は外側前頭前野の活動を強めることが示されている。

このように、同じ再評価といっても、どのような方法で再評価を行うのかという観点から複数の下位方略に分けることができる。以下では、先行研究における下位方略の分類や効果について概観する。

1. 2 下位方略の分類

Webb, Miles, & Sheeran (2012) では、再評価の効果に関するメタ分析を行っており、その際に再評価を (a) 感情反応への再評価, (b) 感情刺激への再評価, (c) 視点の転換による再評価, (d) 混合型の4つに分

類している。(a) は特定の方法で感情を再評価する方略 (例, その感情は普通のものであると考える, 受け入れ, 判断しないなど), (b) は感情的な刺激 (文脈や感情の原因) を再評価する方略, (c) は客観的な視点 (例, 観察者の視点) で感情的な刺激のインパクトを変える方略である。先に述べた Ochsner et al. (2004) も Webb et al. (2012) のメタ分析に含まれており, (b) (c) の視点を含むものとして分類されている。メタ分析の結果, 感情制御の総合的な効果量について, 感情反応への再評価は $d = .23$, 感情刺激への再評価は $d = .36$, 視点の転換による再評価は $d = .45$, 混合型は $d = .89$ であった。

Webb et al. (2012) の知見は下位方略により感情制御の効果が異なる可能性を示唆するものであるが、下位方略による効果の違いについては、再評価の方法として (a) 距離化 (distancing) と (b) 再解釈 (reinterpretation) の二つを取り上げ、訓練の効果を調べた Denny & Ochsner (2014) でも示唆されている。この研究では、(a) 距離化は感情的な出来事との心理的な距離を調整することで出来事に対する解釈を変化させる方略、(b) 再解釈は刺激に描かれた活動や文脈、結果の意味を変化させることに関わる方略として、訓練の効果として、距離化群と再解釈群は共に自己報告のネガティブ感情の低下を示しており、ネガティブ感情の低さや知覚されたストレスなどの点で総合的には特に距離化の訓練の有効性が示唆されている。今後の課題として、距離化の教示に空間的・時間的に距離をとることと、客観的で公平な観察者の視点

*1 東京学芸大学 教育心理学講座 臨床心理学分野 (184-8501 東京都小金井市貫井北町 4-1-1)

*2 鹿児島大学 法文学部 (890-0065 鹿児島県鹿児島市郡元1-21-30)

*3 筑波大学 人間系 (305-8577 茨城県つくば市天王台1-1-1)

*4 東京学芸大学大学院 教育学研究科

をとることの両方を含んでいる点を例に挙げ、距離化や再解釈の方法の違いによる効果を検討する必要性を指摘している。こうした知見からも、下位方略による感情制御の効果の違いについて詳細に検討することが重要であると考えられる。

下位方略の分類は研究により異なるが、中でも多様な下位方略の分類を整理しているものとして、McRae, Ciesielski, & Gross (2012) が挙げられる。McRae et al. (2012) は8つの下位方略を定義し、ネガティブ感情の低減とポジティブ感情の増幅のいずれかを目標とする2群を設定し、実験参加者が用いた方法をコード化して再評価の成功との関連を検討している。下位方略の中では、刺激を現実のものではなく、虚構のものとみなす方略 (reality challenge) はポジティブ感情の増幅には効果的でないことや、ポジティブ感情の増幅を目標とする群では用いられにくいことが示唆されている。なお、一人の実験参加者が用いた方略は平均4.00 (標準偏差1.41) であり、複数の方略が用いられたことが示唆されている。

1. 3 下位方略を測定する尺度の必要性

これまで再評価の下位方略の効果の検討は主に実験で検討されてきたが、実験で検討される下位方略の数は少なく、研究によっても取り上げる内容が異なるため、下位方略の効果の比較が困難であった。加えて、日常場面においても、再評価の多様性やその効果の違いに関する検討は十分になされているとはいえない。その理由として、再評価の多様な下位方略を測定できる質問紙がまだ開発されていないことが挙げられる。McRae et al. (2012) の分類も、複数の先行研究の実験を踏まえて概念化されたものであるが、これらの概念を実証的に測定する尺度は作成されていない。

再評価に関する既存の尺度としては、Gross & John (2003) による Emotion Regulation Questionnaire (ERQ) の再評価尺度が代表的なものであるが、ERQは再評価を単一の方略として測定するものである。その他の尺度としては、再評価の下位方略の尺度を作成するにあたり、認知的感情制御方略を測定する Garnefski, Kraaij, & Spinhoven (2001) の Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ) が参考になるとされている (榊原・石井, 2013)。CERQは多様な認知的感情制御方略を測定する尺度であり、いくつかの再評価の下位方略を含むと考えられている。しかしながら、CERQは再評価に特化した尺度ではなく、多様な下位方略をすべて含むものではない。CERQの項目も踏まえながら、再評価の下位方略について概念整理を

したうえで尺度項目を作成する必要がある。

1. 4 本研究の目的

以上のように、再評価に関する研究は少数の下位方略の比較に留まっているが、多様な下位方略を測定できる質問紙を開発することにより、今後、再評価の有効性に関する新たな研究知見を提供し、感情制御研究の発展に貢献すると思われる。加えて、下位方略に関する詳細な検討は、認知を変える際のアプローチを増やすことに役立つ点で、認知行動療法における代替思考を産出する際の観点を増やすなど、実践的にも意義がある。

そこで、本研究では現状で最も多様な下位方略を体系的に整理している McRae et al. (2012) の分類を参考に、下位方略の概念を整理し、それらの概念を実証的に測定する尺度を開発することを目的とする。

2. 方法

2. 1 対象者と手続き

関東圏内の大学生160名を対象とした (男性51名, 女性108名, その他1名。平均年齢 21.20 ± 1.49 歳)。対象者には、調査趣旨を説明し、(a) 質問紙への回答は任意であり、回答しなくても不利益はないこと、(b) 答えたくない質問については回答しなくてよいこと、(c) 回答は統計的に処理され、個人が特定されることはないことなどを説明し、同意が得られた者に協力してもらった。

2. 2 下位方略の尺度項目の作成

McRae et al. (2012) の定義にそって下位方略を概念化し、各方略に対し6—8項目、計50項目を作成した。各方略の邦訳名と定義については主に榊原 (2014) を基にした (Table1)。なお、McRae et al. (2012) の中で、reality challengeは、問題と目的でも述べたように刺激を現実のものではなく、虚構のものとみなす方略である。実験状況で感情喚起刺激が写真等の刺激である場合には再評価として成り立つが、日常場面で実際に経験していることに対して用いる場合、再評価というより否認に近いものになり、日常場面には適用しにくいと考え、項目化しなかった。

一方で、距離化 (distancing) については、McRae et al. (2012) の定義では状況から物理的あるいは心理的距離をとるというものであるが、Denny & Ochsner (2014) で距離化をより詳細に検討する必要性が指摘されていること、距離化を行う際の観察者視点は

Table 1 構成概念と定義

| 構成概念 | 定義 |
|-------------|---|
| 明確な肯定 | 当該の状況が“悪くない”ということではなく、むしろ積極的に“良い”と考えること |
| 現在の環境の変化 | 当該の状況を“それほど悪くない”と考えること |
| 希望的観測 | 当該の状況が将来的に良い方向へ向かうだろうと考えること |
| 代理 | 自分以外の他者が状況を良くしてくれるだろうと考えること |
| 距離化 | 当該の状況から物理的あるいは心理的距離をとること |
| 客観化 | 当該の状況について観察者の視点から客観的に考えること |
| 技術的な分析—問題解決 | 当該の状況を分析し、冷静に問題解決を行うこと |
| 受容 | 当該の状況を受け入れること |

注) 距離化と客観化以外の構成概念および定義は榊原(2014)による

Webb et al. (2012) の分類にも含まれており、重要なカテゴリーであると考えられることから、本研究では物理的・心理的距離をとる距離化と、客観的な観察者としての視点をとる距離化（以下、客観化）を分け、その両方に対応する項目を作成した。

項目作成に際して、いくつかの下位方略については概念的に類似する既存の感情制御方略やコーピングの尺度等を参考にした。明確な肯定については、状況や出来事の肯定的側面について考えるという点で類似する CERQ 日本語版（榊原, 2015）の肯定的再評価、坂田（1989）の問題の価値の切り上げの項目を参考にし、出来事による成長、学びに焦点をあてて項目を作成した。技術的な分析—問題解決については、状況の分析や解決策を考えるという点で類似する CERQ 日本語版（榊原, 2015）の計画への再焦点化、坂田（1989）の計画、神村・海老原・佐藤・戸ヶ崎・坂野（1995）の計画立案の項目を参考にした。受容については、状況に対して何もせず、受け入れるという点で類似する CERQ 日本語版（榊原, 2015）の受容、小杉他（2004）の問題放置の項目を参考にした。客観化については、状況について客観的に考えるという点で類似する鈴木・及川（2018）の距離化の実験で用いられた項目や、自分自身の私的出来事と距離をおく視点取り（柳原・嶋・齋藤・川井・熊野, 2015）、自分を含めた出来事全体を俯瞰する視点である detached mindfulness の視点（DM 視点）（富田・嶋・熊野, 2018）の項目を参考にした。それ以外の下位方略については、McRae et al. (2012) の定義に基づき項目を作成した。なお、客観化について先行研究で参考にした尺度の中には考える対象や眺める対象として自分や自分の感情などを含んでいるものがあつたが、本研究では McRae et al. (2012) の定義にそって、再評価の対象については状況や経験、出来事に限定した。また、考え方を变える方略であるという点を明確にするため、すべての

項目の語尾を“考える”に統一した。作成した項目について、Table 1 の構成概念と定義に照らし、著者間で内容が妥当であるかを確認した。

本研究では、最近経験したストレスフルな出来事を 1 つ特定してもらい、その出来事に対してどのように考えるようにしたかについて 5 件法でたずねた。

2. 3 関連尺度の測定

2. 3. 1 情動知能

豊田・山本（2011）の日本語版 WLEIS（Wong and Law Emotional Intelligence Scale）の 16 項目について、自分にあてはまる程度を 7 件法でたずねた。WLEIS は情動の統制や利用に関する能力を測定するものであり、自己の情動評価、他者の情動評価、情動の調節、情動の利用の 4 つの下位尺度からなる。情動知能と再評価の間には有意な正の相関が認められており（e.g., Cabello, Salguero, Fernández-Berrocal, & Gross, 2013; Megías-Robles et al., 2019）、情動知能が高い者は再評価を行う傾向にあることが示唆されている。

2. 3. 2 感情状態

小川・門地・菊谷・鈴木（2000）の一般感情尺度の 24 項目について、再評価の結果としてどのような状態になったかを 4 件法でたずねた。一般感情尺度は、肯定的感情（活気のある、楽しい、など）、否定的感情（動揺した、びくびくした、など）、安静状態（ゆっくりした、平穏な、など）の 3 つの下位尺度からなる。再評価の使用傾向は肯定的感情との間に正の相関、否定的感情との間に負の相関が示されており（e.g. Andreotti et al., 2013; Gross & John, 2003）、再評価が肯定的感情の高さや否定的感情の低さと関連することが示唆されている。

現状では再評価を単一の方略として測定する ERQ を用いた研究が多く、肯定的再評価など一部の下方

Table 2 最終的な項目と確認的カテゴリカル因子分析の因子負荷量

| 因子名と項目 | 因子負荷量 | 因子名と項目 | 因子負荷量 |
|----------------------------|--------------------|------------------------------|--------------------|
| 明確な肯定 | ($\omega = .93$) | 距離化 | ($\omega = .73$) |
| その状況から学ぶことができると考える | .84 | その出来事について気にしないようにしようとする | .46 |
| その出来事は成長の機会だと考える | .90 | 自分には関係のない出来事であると考える | .67 |
| その経験はためになると考える | .94 | その出来事は自分には影響しないと考える | .92 |
| その経験から得るものがあると考える | .97 | その出来事にこだわらないようにしようとする | .83 |
| 現在の環境の変化 | ($\omega = .88$) | 客観化 | ($\omega = .88$) |
| それほど深刻な出来事ではないと考える | .81 | その出来事について客観的に考える | .77 |
| その出来事は思ったよりも悪くないと考える | .84 | 自分の考えから離れてその状況全体を客観的に考える | .87 |
| それほどひどい状況ではないと考える | .86 | 自分を含めた状況全体を冷静に考える | .94 |
| 思ったよりも悪い経験ではないと考える | .87 | 自分の置かれている状況から一歩離れてその状況を考える | .74 |
| 希望的観測 | ($\omega = .88$) | 技術的な分析—問題解決 | ($\omega = .78$) |
| 悪い状況は長くは続かないだろうと考える | .70 | その状況で自分にできる精一杯のことを考える | .70 |
| 今後状況は良い方向へ向かうだろうと考える | .90 | その状況を分析し、自分にできる最善の策について考える | .62 |
| これから状況が良くなっていくだろうと考える | .90 | その状況を思い返し、どのようにしていくべきか冷静に考える | .77 |
| この先状況に良い変化があるだろうと考える | .83 | その状況を検討し、落ち着いてやるべきことを考える | .80 |
| 代理 | ($\omega = .92$) | 受容 | ($\omega = .89$) |
| 力のある人が状況を良くしてくれるだろうと考える | .85 | その状況があるがままに受け入れようとする | .84 |
| その状況に対処できる人が助けてくれるだろうと考える | .87 | その状況を受け入れようとする | .73 |
| 力のある人がその状況にうまく対処してくれると考える | .92 | そのような出来事もあると思い、受け入れようとする | .90 |
| その状況にうまく対処してくれる人がいるだろうと考える | .88 | その出来事を受け入れようとする | .94 |

Table 3 再評価の下位尺度間の相関

| | 平均値 | 標準偏差 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
|----------------|-------|------|--------|--------|-------|--------|--------|--------|--------|
| 1. 明確な肯定 | 13.44 | 4.72 | .35*** | .44*** | .11 | -.08 | .34*** | .52*** | .43*** |
| 2. 現在の環境の変化 | 11.21 | 4.43 | | .68*** | .20* | .51*** | .41*** | .37*** | .67*** |
| 3. 希望的観測 | 12.84 | 4.15 | | | .25** | .31*** | .34*** | .53*** | .61*** |
| 4. 代理 | 9.47 | 4.44 | | | | .34*** | .17* | .18* | .15† |
| 5. 距離化 | 9.65 | 3.28 | | | | | .21** | -.03 | .35*** |
| 6. 客観化 | 12.93 | 3.96 | | | | | | .56*** | .43*** |
| 7. 技術的な分析—問題解決 | 14.60 | 3.26 | | | | | | | .46*** |
| 8. 受容 | 13.63 | 4.04 | | | | | | | — |

$n = 158 - 160$

† $p < .10$, * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

略と適応に関する知見はあるものの（榊原・北原, 2016）、本研究で作成する個々の下位尺度との関連をすべて予想することは困難である。本研究は、多様な下位方略を測定する再評価尺度を開発する最初の試みであるため、作成した尺度と情動知能および感情状態との関連を探索的に検討し、それぞれの下位方略の特徴を明らかにすることとする。

3. 結果

3. 1 確認的カテゴリカル因子分析

はじめに、当初の仮定通り 8 因子を想定し、確認的カテゴリカル因子分析を行った。なお、データの分析には R 3.6.2 (R Core Team, 2019) と lavaan パッケージ (Rosseel, 2012) を利用した。その結果、たとえば、適合度指標の 1 つである RMSEA の値が .087 となり、また、各項目の因子負荷量について、極端に低いものはないなど、8 因子の想定は妥当であると考えられた。

次に、適応指標などその他の指標との関連を検討する際の利便性を考慮し、各因子への因子負荷量の高い項目を 4 項目ずつ選択し、先の確認的カテゴリカル因子分析にて因子間相関が有意でなかったものに関して無相関性を仮定して、再度 8 因子を想定した確認的カテゴリカル因子分析を行った。その結果、適合度指標の CFI や RMSEA の値がそれぞれ .939 と .082 になるなど、モデルはデータに対して十分に適合していると判断された。最終的な項目と因子負荷量について Table 2 に示した。

第 1 因子の各項目の因子負荷量は .84— .97、第 2 因子は .81— .87、第 3 因子は .70— .90、第 4 因子は .85— .92、第 5 因子は .46— .92、第 6 因子は .74— .94、第 7 因子は .62— .80、第 8 因子は .73— .94 となり、いずれも高く、各下位尺度を構成する項目として適切であると考えられた。各下位尺度の信頼性係数を求めた結果、 $\omega = .73 - .93$ であり、いずれも信頼性には問題がないと判断された。

Table 4 下位方略と関連尺度との相関

| | 情動知能合計 | 情動の調節 | 自己の情動評価 | 情動の利用 | 他者の情動評価 | 肯定的感情 | 否定的感情 | 安静状態 |
|-------------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|--------|---------|
| 明確な肯定 | .19 * | .11 | .15 † | .13 | .20 * | .44 *** | -.08 | .19 * |
| 現在の環境の変化 | .36 *** | .43 *** | .22 ** | .26 *** | .11 | .58 *** | -.16 * | .44 *** |
| 希望的観測 | .44 *** | .39 *** | .37 *** | .39 *** | .06 | .49 *** | -.10 | .32 *** |
| 代理 | .12 | .07 | .14 † | .13 | -.05 | .16 * | -.17 * | .09 |
| 距離化 | .14 † | .20 ** | .03 | .12 | .00 | .10 | -.03 | .18 * |
| 客観化 | .38 *** | .37 *** | .26 *** | .30 *** | .18 * | .37 *** | -.17 * | .35 *** |
| 技術的な分析—問題解決 | .42 *** | .34 *** | .37 *** | .36 *** | .19 * | .47 *** | -.01 | .32 *** |
| 受容 | .28 *** | .26 *** | .24 ** | .25 ** | .02 | .38 *** | -.14 † | .25 ** |

n=155-160

† p < .10, * p < .05, ** p < .01, *** p < .001

3. 2 尺度間相関

次に、再評価について各4項目からなる下位尺度得点を作成し、基本統計量と尺度間相関を求めた (Table 3)。下位尺度間には概ね正の相関がみられたが、明確な肯定と代理および距離化、距離化と技術的な分析—問題解決の間は有意な相関がみられなかった。

各下位方略と関連尺度との相関について Table 4 に示した。情動知能の合計得点と他者の情動評価以外の下位尺度との間に、概ね有意または有意傾向で正の相関がみられた。一方で、明確な肯定と代理、距離化は相対的に情動知能の合計得点およびその下位尺度との相関が弱かった。感情状態については、ほとんどの下位方略と肯定的な感情状態 (肯定的感情および安静状態) との間で有意な正の相関が示されたが、代理と距離化は相対的に肯定的な感情状態との相関は弱かった。否定的感情については、各下位方略と負の相関を示す傾向にあったが、全体的に強い相関は示されなかった。

4. 考察

4. 1 下位方略の尺度作成

本研究では、再評価の下位方略を測定する尺度を作成し、最終的に8因子32項目の尺度が作成された。確認的カテゴリカル因子分析の結果から8つの因子を想定することは妥当であると考えられる。信頼性係数も概ね高い値が得られ、信頼性には大きな問題はみられなかった。

本研究で作成された尺度は、比較的少ない項目で再評価の多様性を検討することができる尺度であり、今後、下位方略とさまざまな適応指標との関連性を検討する際に有用であると思われる。

下位尺度間の関連については概ね正の相関がみられたが、一部の下位尺度間には有意な相関がみられなかった。関連がみられなかったものについて、明確な肯定は状況を積極的によいと考えるといった能動的側

面をもつ方略であるが、代理は他者のサポートを期待する点、距離化は状況から物理的・心理的距離をとるという点で状況への関わり方として受動的な側面があることから、両者には関連がみられなかったのかもしれない。同様に、距離化と技術的な分析—問題解決は、状況との関わり方の点で、状況に対して積極的に関わるか (接近)、距離をとるか (回避) といった違いがあると考えられる。用いられる状況によっては、代理と距離化には回避的な面があるのかもしれない。全体的に代理と距離化は尺度の平均値が他の方略よりも低く、他の下位方略と異なる特徴を持つ可能性が考えられる。

各下位方略と情動知能の関連については、概ね正の相関がみられた。明確な肯定でも同様の傾向が示されたものの、その関連は他の方略と比べると小さな値に留まった。この結果は、現実でのネガティブ感情喚起場面における、明確な肯定という方略の実施の困難さに起因すると考えられる。強いネガティブ感情を経験している場合、その状況を自身の学びや成長の機会と捉え直すことは必ずしも容易ではない。現に、強いネガティブ感情を喚起させるような状況では、明確な肯定に類似する肯定的再評価の効果が消失することが示されている (e.g., Garnefski, Baan, & Kraaij, 2005; Kraaij, Arensman, Garnefski, & Kremers, 2007)。情動知能が高い個人は、自己の感情の制御、利用に長けていると言えるが、そうした個人は、現実的にその使用が困難な状況で明確な肯定を使用しないと考えられる。そのため、相対的に実施が容易であると考えられる希望的観測や客観化などの方略と比べて、明確な肯定と情動知能の関連は小さな値に留まったのであろう。また、代理や距離化は主体的に自らの感情に対処する方略ではないことから、情動知能との相関が弱かった可能性がある。

感情状態との関連については、各下位方略と肯定的感情および安静状態の間に概ね正の相関がみられた。距離化は肯定的感情とは有意な相関を示さず、安静状態とは正の相関を示していたが、これまでに述べてき

た距離化の特徴から考えると妥当な結果であると思われる。なお、本研究では下位方略と否定的感情との間に有意な相関があまりみられなかった。その理由として、一般感情尺度の否定的感情の項目は緊張や動揺、恐れなどをあらわす項目が多く、本研究で対象者が挙げたストレス状況においては経験しにくいものであった可能性が考えられる。再評価は抑うつや不安との関連が多く検討されており(榊原・北原, 2016)、抑うつや不安であれば下位方略との関連が示されたかもしれない。

4. 2 今後の課題

本研究では作成した尺度と情動知能および感情状態との関連を検討したが、今後の課題として、再評価と関わりがあると考えられるその他の尺度(例、楽観性など)との関連を検討し、各下位方略の特徴をさらに明確にすることが挙げられる。また、本研究では下位方略と否定的感情との関連がみられにくかった点について、抑うつや不安等の特定の感情との関連を検討し、各下位方略と感情状態との関連を検討することも必要である。

次に、本研究では特定のストレス状況を1つ挙げてもらい、その状況下での再評価についてたずねる形式で行った。そのため、ストレス状況の特徴やネガティブ感情の強さなどが下位方略と情動知能および感情状態との関連に影響した可能性もある。認知的評価やネガティブ感情の強さなど、ストレス状況を考慮した検討も必要である。

最後に、本研究では対象者を大学生としたが、異なる年代のデータでも同様の因子構造が妥当であるかを検討することも課題である。それによって、再評価の下位方略の活用における年代差や発達の变化など、さらなる発展的な課題を検討できると思われる。

引用文献

Andreotti, C., Thigpen, J. E., Dunn, M. J., Watson, K., Potts, J., Reising, M. M., ...Compas, B. E. (2013). Cognitive reappraisal and secondary control coping: Associations with working memory, positive and negative affect, and symptoms of anxiety/depression. *Anxiety, Stress, & Coping*, *26*, 20-35.

Cabello, R., Salguero, J. M., Fernández-Berrocal, P., & Gross J. J. (2013). A Spanish adaptation of the emotion regulation questionnaire. *European Journal of Psychological Assessment*, *29*, 234-240.

Denny, B. T., & Ochsner, K. N. (2014). Behavioral effects of longitudinal training in cognitive reappraisal. *Emotion*, *14*, 425-433.

Garnefski, N., Baan, N., & Kraaij, V. (2005). Psychological distress and cognitive emotion regulation strategies among farmers who fell victim to the foot-and-mouth crisis. *Personality and Individual Differences*, *38*, 1317-1327.

Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences*, *30*, 1311-1327.

Gross, J. J. (1998). Antecedent- and response-focused emotion regulation: Divergent consequences for experience, expression, and physiology. *Journal of Personality and Social Psychology*, *74*, 224-237.

Gross, J. J. (2013). Emotion regulation: Taking stock and moving forward. *Emotion*, *13*, 359-365.

Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, *85*, 348-362.

神村栄一・海老原由香・佐藤健二・戸ヶ崎泰子・坂野雄二 (1995). 対処方略の三次元モデルの検討と新しい尺度(TAC-24)の作成 教育相談研究, *33*, 41-47.

小杉正太郎・田中健吾・大塚泰正・種市康太郎・高田未里・河西真知子…米原奈緒 (2004). 職場ストレススケール改訂版作成の試み(Ⅰ)——ストレスサー尺度・ストレス反応尺度・コーピング尺度の改訂—— 産業ストレス研究, *11*, 175-185.

Kraaij, V., Arensman, E., Garnefski, N., & Kremers, I. (2007). The role of cognitive coping in female victims of stalking. *Journal of Interpersonal Violence*, *22*, 1603-1612.

McRae, K., Ciesielski, B., & Gross, J. J. (2012). Unpacking cognitive reappraisal: Goal, tactics, and outcomes. *Emotion*, *12*, 250-255.

Megías-Robles, A., Gutiérrez-Cobo, M. J., Gómez-Leal, R., Cabello, R., Gross, J. J., & Fernández -Berrocal, P. (2019). Emotionally intelligent people reappraise rather than suppress their emotions. *PLoS ONE*, *14*(8), e0220688. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0220688>

Ochsner, K. N., Ray, R. D., Cooper, J. C., Robertson, E. R., Chopra, S., Gabrieli, J. D. E., & Gross, J. J. (2004). For better or for worse: Neural systems supporting the cognitive down- and up-regulation of negative emotion. *NeuroImage*, *23*, 483-499.

小川時洋・門地里絵・菊谷麻美・鈴木直人 (2000). 一般感情尺度の作成 心理学研究, *71*, 241-246.

R Core Team (2019). R: A language and environment for statistical

- computing. R Foundation for Statistical Computing, Vienna, Austria.
- Rosseel, Y. (2012). lavaan: An R package for structural equation modeling. *Journal of Statistical Software*, 48, 1-36.
- 榊原良太 (2014). 再評価の感情制御効果と精神的健康への影響——研究動向の概観と再評価の下位方略という視座からの問題提起—— 感情心理学研究, 22, 40-49.
- 榊原良太 (2015). 認知的感情制御方略の使用傾向及び精神的健康との関連——日本語版Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ) の作成及びネガティブ感情強度への着目を通して—— 感情心理学研究, 23, 46-58.
- 榊原良太・石井悠 (2013). Emotion Regulation Questionnaireの再評価尺度 (ERQ-R) を再考する 東京大学大学院教育学研究科紀要, 53, 135-142.
- 榊原良太・北原瑞穂 (2016). メタ分析による認知的感情制御尺度と抑うつ・不安の関連の検討 心理学研究, 87, 179-185.
- 坂田成輝 (1989). 心理的ストレスに関する一研究——コーピング尺度 (SCS) の作成の試み—— 早稲田大学教育学部学術研究 教育・社会教育・教育心理・体育編, 38, 61-72.
- 鈴木深央里・及川恵 (2018). 再評価が感情の変化に与える影響——下位方略に着目して—— 東京学芸大学紀要 総合教育科学系 I, 69, 225-230.
- 富田望・嶋大樹・熊野宏昭 (2018). 社交不安症における心的視点尺度の開発 心身医学, 58, 65-73.
- 豊田弘司・山本晃輔 (2011). 日本版WLEIS (Wong and Law Emotional Intelligence Scale) の作成 教育実践総合センター研究紀要, 20, 7-12.
- Webb, T. L., Miles, E. & Sheeran, P. (2012). Dealing with feeling: A meta-analysis of the effectiveness of strategies derived from the process model of emotion regulation. *Psychological Bulletin*, 138, 775-808.
- 柳原美美佳・嶋大樹・齋藤順一・川井智理・熊野宏昭 (2015). 三つの自己の体験尺度の作成および信頼性と妥当性の検討 行動療法研究, 41, 225-238.

謝辞

本研究はJSPS科研費JP20K03330の助成を受けたものである。

多面的再評価尺度の開発

Development of a Multifaceted Reappraisal Questionnaire

及川 恵*¹・榊原 良太*²・登藤 直弥*³・長田 侑子*⁴

OIKAWA Megumi, SAKAKIBARA Ryota, TODO Naoya and OSADA Yuko

臨床心理学分野

Abstract

Recent research has considered that reappraisal, an effective emotion regulation strategy, is not a single strategy, but has various sub-strategies. The purpose of this study was to develop a questionnaire measuring various sub-strategies of reappraisal. Based on previous studies, eight sub-strategies were delineated, and items corresponding to these strategies were prepared. The participants were 160 university students. As a result of confirmatory categorical factor analysis, the model assuming eight factors was valid as expected, and showed enough reliability. The relationships between the eight sub-strategies, emotional intelligence, and affects were examined, and the characteristics of sub-strategies were discussed. This questionnaire would be a useful scale in the development of emotion regulation research, and clinical practice.

Keywords: reappraisal, sub-strategies, development of questionnaire, emotion regulation

Department of Clinical psychology, Tokyo Gakugei University, 4-1-1 Nukuikita-machi, Koganei-shi, Tokyo 184-8501, Japan

要旨: 再評価は効果的な感情制御方略の1つであるが、近年では再評価は単一の方略ではなく、複数の下位方略があると考えられている。本研究では、再評価の多様な下位方略を測定する尺度を開発することを目的とした。先行研究の知見に基づき、8つの下位方略を想定して項目を作成し、大学生160名を対象に質問紙調査を実施した。確認的カテゴリカル因子分析の結果、8つの下位方略を想定することは妥当であり、信頼性にも問題がないと判断された。作成した尺度と情動知能、感情状態との関連を検討し、各下位方略の特徴について考察した。本研究で作成された質問紙は、感情制御研究の発展と臨床実践に有用な尺度となることが期待される。

キーワード: 再評価, 下位方略, 質問紙の開発, 感情制御

*1 Faculty of Education, Tokyo Gakugei University (4-1-1 Nukuikita-machi, Koganei-shi, Tokyo, 184-8501, Japan)

*2 Faculty of Law, Economics and Humanities, Kagoshima University (1-21-30 Korimoto, Kagoshima, 890-0065, Japan)

*3 Faculty of Human Sciences, University of Tsukuba (1-1-1 Tennodai, Tsukuba, Ibaraki, 305-8577, Japan)

*4 Graduate School of Education, Tokyo Gakugei University