

## 審査の結果の要旨

氏名 木村 晴

日常生活においては、感情や衝動を律し不適切な思考を抑えることがしばしば必要とされる。しかし、抑制しようとするとかえってその思考の侵入が増加することがあり、「抑制の逆説的効果」と呼ばれている。本研究は、抑制過程を構成する要素に着目した「抑制の3要素モデル」、すなわち、抑制される対象（抑制対象）、抑制を実行する力（抑制実行力）、そして抑制を行うための基準の設定のしかた（抑制スタイル）という要素を想定し、これらの要素間の均衡により逆説的効果が生じるとする仮説を実証的に検討するものである。

研究1で自由記述データと質問紙調査の結果から、未完結な事象がとくに抑制の逆説的効果をもたらすことが示唆されたため、研究2においては、実験的に、完結ストーリーよりも未完結ストーリーのほうが、抑制の逆説的効果が生じることを示した。さらに、研究3では、未完結感を伴いながら慢性的に抑制されている苦手科目に対して、解決策を産出し完結感を高めると、逆説的効果が見られず、自己効力感の低下も認められなかった。

研究4では、抑制中の思考発話プロトコルを分析し、抑制時には対象とは別の思考に意識を集める「代替思考方略」を頻繁に用いていることが示された。そして、単純に抑制が繰り返され代替思考が用いられなかった場合には、抑制の逆説的効果が生じていた。研究5では、苛立った事象と落ち込んだ事象を対象とした抑制を実験的に行わせ、代替思考方略を用いた条件では逆説的効果は生じにくいことを確認した。これらの結果から、代替思考方略が抑制実行力の中心的役割を果たすものであることが示唆された。

研究6では、質問紙調査によって、抑制の基準を厳しく設定し思考を徹底的に排除しようとする「積極的抑制スタイル」をもつ回答者は、侵入思考を受け流そうとする「受動的抑制スタイル」をもつ回答者よりも、逆説的効果が現れやすいことが見いだされた。続いて、研究7では、受動的抑制スタイルを操作によって促された群では、3日間にわたる抑制期間を通じて、侵入思考や制御困難感が比較的低下することが示された。

これら抑制の3要素は、相互に影響を及ぼし合いながら、抑制の成否を規定していると考えられる。研究8では、抑制対象の完結感の要因と、抑制実行力に関わる要因を操作した結果、抑制実行力が低い群では、対象の完結性に関わらず逆説的効果が見られた。研究9では、抑制の成功にはまず抑制実行力が一定水準に達していることが重要であるが、対象が抑制困難な事象で侵入思考が生じたときでも、実験的操作もしくは個人差要因として受動的抑制スタイルが強まれば、逆説的効果が低減することが示唆された。

このように、本研究は、抑制の逆説的効果が生じる原因を3要素モデルに基づいて実証的に明らかにしたもので、この領域における独自の理論的枠組みを提示しており、さらに逆説的効果の低減の方策を示唆している点で実践的な広がりも有している。よって、博士（教育学）の学位を授与するにふさわしい論文であると評価された。