

思考抑制時における抑制対象の違いが 心理、生理的指標に及ぼす影響

野添 健太

[キーワード：①思考抑制 ②抑うつ ③心拍変動]

問 題

私たちが適切な社会生活を営んでゆく上で、嫌悪的な事柄を繰り返し想起するという行為は律されるべきものであると言える。嫌悪的な事柄の反復的な想起は、私たちの関心をそのことばかりに向けてしまうことになり、頭の中から嫌悪的な事柄を排除することを困難にしてしまう。そして、嫌悪的な事柄ばかりを考え続けた結果、他の事柄に対して全く注意が向かなくなってしまうという状況に陥ってしまうだろう。そのような状況では、臨機応変な行動を取ることができなくなってしまうであろうし、結果として、その場面においては不適切である行為に及んでしまうこともあるであろう。このように、嫌悪的な事柄に対して反復的に想起してしまうという現象は、私たちが社会生活を営んで行く上で妨害的な影響を与えることがあると言える。嫌悪的な事柄に対して、望まなくとも考えが繰り返し浮かんでしまうという現象は、抑うつ症状の1つとして、頻繁に見られることであり（広瀬・内海，2005）、また、そのような嫌悪的な考えに囚われた状態にあると、私たちの嫌悪的な事柄に対する不快感はさらに悪化してゆくことも指摘されている（Gross, 2002）。その際、私たちは、その場面において望ましい行動を取るため

に、自らの不適切な考えを制御しようと試みるものである。このような“思考抑制”(Thought Suppression)の試みは、“嫌悪的な事柄について考えない”という手段を用いる対象方略であることから、嫌悪的な事柄に対する回避的な感情統制法のひとつとされている(Wegner & Zanakos, 1994)。また、そのような試みは必ずしも成功するとは限らず、時に非機能的な結果をもたらすこともある。

思考抑制の弊害として、ある事柄について考えないようにしようと思えば思うほど、その事柄が頭の中に浮かんでしまうという“逆説的思考侵入効果”(paradoxical effect of thought suppression)については、Wegner, Schneider, Carter, & White (1987)が行った研究以降、そのメカニズム(大江・繁柁, 2007; Wegner, 1994)や対処方略(木村, 2004b; Luciano, Algarabel, 2008)についての研究が盛んに行われてきた。また、逆説的思考侵入効果はおおまかに以下の4つの効果に分類することができ、ある事柄を考えないように努力している最中に思考の侵入頻度が増加する“即時的増強効果”(immediate enhancement effect)、抑制をやめた後に思考の侵入頻度が増加する“リバウンド効果”(rebound effect)、抑制している対象についての感情が強まる“感情の激化”、“即時的増強効果”によって侵入した思考をさらに抑制しようと試みることによって生じる“増幅的悪循環”がこれまでに報告されている(木村, 2003)。

Wegner (1994)は、逆説的思考侵入効果が生じるメカニズムを“皮肉過程理論”(ironic process theory)という概念を用いて説明している。皮肉過程理論では、思考を抑制する際のメンタル・プロセスに“監視過程”(monitoring process)と“実行過程”(operating process)という二つの下位過程の存在が想定されている。監視過程は、考えたくないと思っている事柄が頭の中に生じていないかどうかを探索する過程である。通常、探索は自動的に行われているため、認知的な努力は要しない。一方、実行過程は、考えたくない事柄が頭の中に浮かんできた時に、その事柄から注意を逸らすために、注意を積極的に他のものへと向けようと

する過程である。注意を他のものへと向けるという行為は、制御的に行われる行為であるため、実行過程では一定程度の認知的な努力を要する。また、Wegner (1994) は、私たちが嫌悪的な事柄への思考から逃れようとしている時、監視過程の慎重な探索が、逆に嫌悪的な事柄に対する情報やそれと関連した事象への情報を活性化させた状態にしてしまうと主張している。そのため、私たちは過度な認知的負荷によって、実行過程の注意を逸らす働きが阻害された時に、頻繁に考えたくない事柄やそれらと関連した事柄の思考を想起してしまうのである。このように、過度な認知的負荷によって思考抑制が上手く実行されない場合に、抑制対象であった思考を頻繁に想起してしまうという皮肉過程理論の考えは、思考抑制が失敗に終わってしまう場合の説明概念として広く受け入れられるものとなり、その見解を支持する知見も多く提示されている（レビューとして、Wenzlaff & Wegner, 2000）。

Wenzlaff (2005) は、抑うつ者が思考抑制に失敗してしまう理由の一つに“抑うつ的な気分”を挙げており、抑うつ的な気分が認知的な負荷となって実行過程の活動を阻害しているのだと主張した。この点について、Wenzlaff, Wegner, & Roper (1988) は実際に大学生を対象に抑うつ的な気分を実験的に誘導し、検討を行っている。結果は、抑うつ的な気分を誘導された参加者は、そのような気分が誘導されなかった参加者と比べて、嫌悪的な事柄に対する思考抑制を試みた場合に、抑制対象である嫌悪的な事柄を頻繁に想起していた。また、気分を誘導された参加者は、その他の関連した嫌悪的な事柄をも想起していたことが示された。同様の知見は Conway, Howell, & Giannopoulos (1991) の研究でも見出されており、さらに、Conway et al. (1991) が明らかにしたところによれば、抑うつ気分を誘導された参加者は、ポジティブな事柄に対する思考よりも嫌悪的な事柄に対する思考を抑制することに一層の困難を示していた。

これらの知見は、Wenzlaff (2005) が主張したように、抑うつ者の場

合は抑うつ的な気分そのものが認知的負荷となって逆説的思考侵入効果を増加させることを示唆する知見であるといえる。一方で、健常者においても抑うつ者と同様に認知的な負荷が課されることによって、嫌悪的な事柄の逆説的思考侵入効果が増加することが示されている。

Wenzlaff & Bates (1998) は、抑うつ者、過去に抑うつであったが現在は寛解している者、健常者のそれぞれに、ポジティブな文章にもネガティブな文章にも作成できるような単語群を提示し (Scrambled sentence task: SST)、参加者がポジティブもしくはネガティブに作成する文章のそれぞれの数を従属変数に設定して検討を行っている。結果は、文章の作成中に認知的な負荷 (6桁数字のリハーサル) を与えるかあたえないかにかかわらず、抑うつ者と過去に抑うつであった者のネガティブな文章の作成数は同程度になった。また、健常者においては認知的な負荷が課されていない場合には、ネガティブな文章の作成数は他の2条件と比べて低かったが、認知的な負荷が課せられた場合には、上述の2群と同程度にネガティブな文章を作成していたことが示された。このことは、認知的な負荷が課せられた場合には、抑うつ気分の有無にかかわらず健常者においてもネガティブな思考を抑制することが困難になることを示している知見であると考えられる。また、Wenzlaff & Luxton (2003) の調査では、健常な大学生をサンプルとして、参加者の日常生活における思考抑制の頻度や、それらと抑うつ症状との関連性について検討が行われている。調査の結果、プレ調査から本調査までの期間にストレスfulな出来事に多く遭遇していた参加者ほど、本調査において、それらの出来事に対する逆説的思考侵入効果を多く報告していた。この知見は、心的ストレスが認知的な負荷となって参加者の思考抑制を阻害することを示唆しているものであると考えられる。これらの知見を鑑みると、健常者においても認知的な負荷が課された場合には、過去に抑うつであった者と同程度かそれ以上に望まない思考の逆説的な侵入効果を経験していることが示唆される。実際に Clark (2005) では、健常者も同様

に臨床的に関連の深いネガティブな思考を経験することが指摘されており、なおかつ、そのような思考の内容は主に抑うつや不安に関連したものであることもまた指摘されている。このように、健常者におけるネガティブな思考の逆説的侵入効果は、後に臨床的問題に発展しうるリスクファクターとして、抑うつ者などの臨床群の参加者が行う思考抑制のメカニズムとの比較検討を行う際の手がかりとなる重要な要因であると考えられる。

上述の研究は、健常者においても、認知的な負荷がかけられた状態では逆説的な思考侵入効果を経験する傾向が高いこと、また、負荷が無い状況では健常者は適切に嫌悪的な出来事に対する思考を抑制できる可能性があることを示唆した点では有用な知見であると考えられる。しかしながら、従来の思考抑制の実験パラダイムでは、伝統的に嫌悪的な単語や事柄についての思考を抑制させ、その後の思考の主観的想起頻度などを検討したものが多く見受けられるが (e.g., Wyland & Forgas, 2007)、抑うつ者をはじめ、我々の意識内に侵入してくる思考は、自分自身や置かれた状況に関係したあらゆるテーマや内容を含むものであるとされている (Beck, 1976; Clark, 2005)。そのため、単一の単語のみを抑制させるという手続きでは、我々の思考内容を直接的に反映していない可能性があると考えられる。実際に、嫌悪的な事柄の想起は、想起する事柄が自己と密接に関連している場合に生起、活性化しやすいことが示されている (伊藤, 2000a) ことから、嫌悪的なエピソードを想起した場合には思考内容の具体性が増し、自己との関連付けも促進された結果、思考の侵入頻度が増加することが予測される。また、ネガティブ気分も同様に嫌悪的なエピソードを想起させた場合に増加することが予測される。さらに近年では、思考抑制がストレス・バイオマーカーに及ぼす影響を検討する研究も行われるようになってきており、参加者の主観的な思考侵入頻度の測定に加え、抑制対象の潜在的な活性化の程度を反映する指標として、心拍変動などの生理的指標が用いられるようになってきている。

Kircanski, Craske &, Bjork (2008) は、脅威語に対する思考を抑制させる条件と、脅威語について集中して考える条件、自由に思考を巡らせる条件の3つの条件を比較し、それぞれの条件間での心拍の変動性に差異が生じなかったという知見を示した。この知見は、参加者が認知的な負荷が課せられていない状況下で適切に思考を抑制できた結果、抑制対象の潜在的な活性化が抑えられたことを示しているものと考えられる。ただし、この知見においても抑制対象となったのは言語刺激であり、あるエピソードの抑制を行わせた際の心拍変動については検討されていない。そこで、本研究では、思考抑制時における抑制対象の違いが、気分や思考の主観的想起頻度といった抑制対象の顕在的な活性化の程度を反映する指標と心拍数といった抑制対象の潜在的な活性化の程度を反映する指標に及ぼす影響について検討を行った。したがって、本研究における抑うつ語条件では、認知的な負荷が課されていないために参加者は抑制に成功し、思考抑制課題への従事後でも気分や主観的想起頻度は増加せず、心拍数においても抑うつエピソード条件よりも低い値を示すことが予測される。一方で、抑うつエピソード条件では具体的なエピソードの想起を促進させるため、自己との関連づけが行われた結果、認知的な負荷がない状況でも思考抑制課題への従事後の気分や主観的想起頻度が増悪し、抑うつ語条件と比べて心拍数も高い値を示すものと考えられる。

方 法

実験参加者

首都圏近郊の大学に通う学生7名（男性2名、女性5名）を抑うつ語条件（4名）と抑うつエピソード条件（3名）にそれぞれランダムに振り分けた。なお、本実験に参加した学生は臨床心理学を専攻している大学生であったが、思考抑制に関する事前知識や関連した実験への参加歴についてはともに無いことが確認された。

デザイン

抑制対象 2（抑うつ語条件，抑うつエピソード条件：between）×心拍の測定時期 3（baseline, session, post: within）の 2 要因混合計画を用いて実験を行った。

思考抑制課題

Super Lab 4.5 Pro Edition（Cedrus 社製）を用いて、本研究における実験課題を作成した。今回用いた課題は、Kircanski et al. (2008) で用いられた実験課題を参考に作成されたものであり、初めに画面の中央に注視点（“+”）が 1500 ms 提示された後に、抑うつ語（たとえば、“無力な”）、または抑うつエピソード（たとえば、“職場で無力だと感じる”）が 1000 ms 提示されるものであった。抑うつ語、または抑うつエピソードが提示された後、最後に 9000 ms のインターバル（白紙のディスプレイ）が提示されている間、参加者は抑うつ語、または抑うつエピソードに関する思考を抑制することに従事した。なお、実験では、上記の流れを 1 試行として、それぞれ 30 の抑うつ語、または抑うつエピソードについて 1 試行ずつの計 30 試行からなる課題を行った。なお、抑うつエピソードの収集に関しては、本実験に参加しない大学院生、大学生に本実験で用いた抑うつ語からどのような具体的な場面を想起するかを 10 字以内で書き出させ、複数の回答が得られたエピソードのみを抑うつエピソードとして使用した。

測定材料

①気分 思考抑制の従事の前後で参加者の気分変化を測定するために、寺崎・岸本・古賀（1992）の多面的感情状態尺度（multiple mood scale: MMS）から、“抑うつ・不安”の項目のみを抜粋して使用した。MMS は 8 つの因子から成り（抑うつ・不安、敵意、倦怠、活動的快、非活動的快、親和、集中、驚愕）、さらに各因子には 5 つの項目が下位測度とし

て設けられている全40項目の質問紙である。この8つ因子のうち、抑うつ・不安、敵意、倦怠の3尺度は否定的感情状態を表す因子であり、活動的快、非活動的快、親和の3尺度は肯定的感情状態を表す因子である。また、集中、驚愕は中性的な感情状態を表す因子である。本実験では、思考抑制に従事した結果、参加者に抑うつ的な感情状態が生起していたかどうかを測定することを目的に多面的感情状態尺度を使用した。そのため、本実験で対象となった因子はMMSの8因子のうち、否定的な感情状態である“抑うつ・不安”の1つのみであった。よって、今回作成した質問紙は“抑うつ・不安”の5項目からなる質問紙であった。また、評定は“まったく感じていない(1)”、“あまり感じていない(2)”、“どちらとも言えない(3)”、“少し感じている(4)”、“はっきり感じている(5)”の5件法を設けて行った。

②**思考想起頻度** 参加者の思考抑制時の思考想起頻度を測定するために、木村(2004a)を参考にWhite Bear Suppression Inventory (WBSI; Wegner & Zanakos, 1994)を本研究の目的に沿うように修正したものを使用した。WBSIは3つの因子(思考抑制頻度、思考制御困難感、侵入思考を多く経験してしまうことへの不安感)からなる全15項目の質問紙であり、この3因子によって個人の主観的思考想起頻度が測定される。なお、WBSIに使用されている言語が英語であったため、日本語に直訳した場合、質問内容が理解しづらい言い回しになってしまう項目があった。そのため、本実験ではできるだけ参加者が質問内容を容易に理解できるように、また、本実験の目的から大きく質問内容が逸脱する事の無いように留意しながらWBSIに修正を加えた(Ex. “その事柄について考えたくないと思った”、“常にその事柄に対する考えを心の中から追い出そうとした”)。なお、実際の評定は全14項目からなる質問に対して“全く当てはまらない(1)”、“どちらとも言えない(3)”、“かなり当てはまる(5)”の5段階の評定スケールを設けて行った。

③**心拍変動** 参加者の実験中の心拍変動を測定するため、ポリグラフ

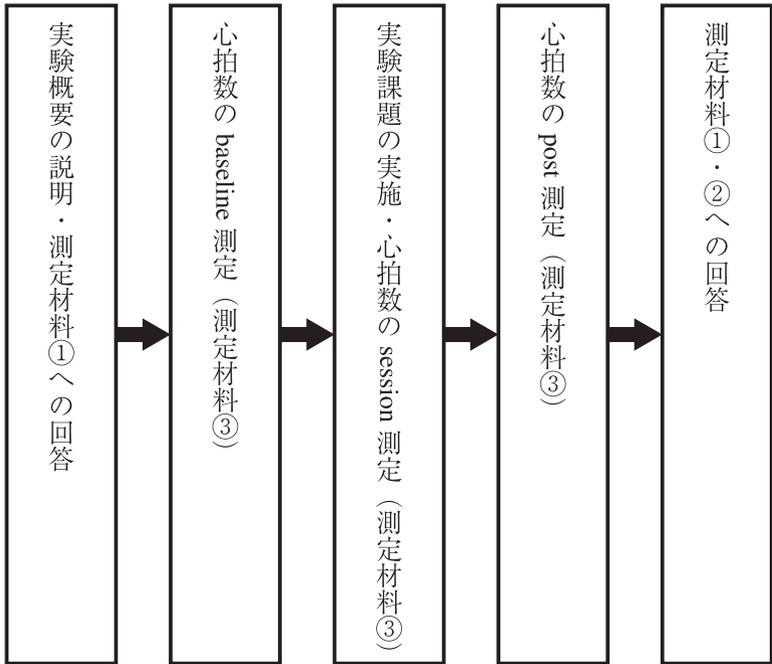


図1 実験の流れ

（PEG-1000：日本光電工業株式会社製）を用いた。本研究では心拍を感知するための電極を参加者の左手の手首、右足、左足のくるぶしの3カ所にアルコール消毒を十分に行った上で取り付けて測定を行った。なお、心拍数の測定は1秒毎に行われた (beats per minute: bpm)。

手続き（図1）

参加者はまず実験概要についての説明を受け、1回目のMMSへの回答を行った。その後、参加者は1分間の心拍数のベースライン測定を行った。ベースラインでは、参加者の心拍変動が安定した時点から1分間の心拍数をベースラインの指標として測定した。次に参加者は実験課題

についての説明を受けた。課題の実施に際して、抑うつ語条件では、参加者は提示される“単語”や関連する事柄について考えないようにとの教示を受けた。また、抑うつエピソード条件では、参加者は提示される“エピソード”や関連するエピソードについて考えないようにとの教示を受けた。また実験課題の実施中も、参加者は電極を装着し、心拍数の測定を行った（セッション測定）。実験課題が終了した後、参加者は1分間の心拍のポスト測定を行い、2回目の MMS と WBSI への回答を行った。実験の行程が全て終了したあと、参加者はリラクゼーションと本研究についてのディブリーフィングを受け、実験室から退室した。

結 果

本研究における参加者の中に、心拍の baseline 期の測定が正しく行われていなかった参加者がいたため、その者を除いた計6名（抑うつ語3名、抑うつエピソード3名）について結果の分析を行った。

気分の変化

思考抑制課題への従事前後で参加者の気分に変化が生じているかどうかを検討するため、MMS の“抑うつ・不安”に対し、抑制対象2（抑うつ語、抑うつエピソード）、測定時期2（Pre, Post）を独立変数とした2元配置の分散分析を行った。その結果、抑制対象、測定時期の主効果、抑制対象と思考抑制への従事の交互作用は共に有意ではなかった。このことから、抑制対象の違いは参加者の気分変化に差異を生じさせなかったことが示された。また、測定時期の主効果がなかったことから、思考抑制課題への従事前後で参加者の気分変化に有意な差異は生じなかったことが示された（5件法のうち、抑うつ語条件；Pre $M=1.8$, Post $M=2.1$, 抑うつエピソード条件；Pre $M=1.6$, Post $M=1.4$ ）。

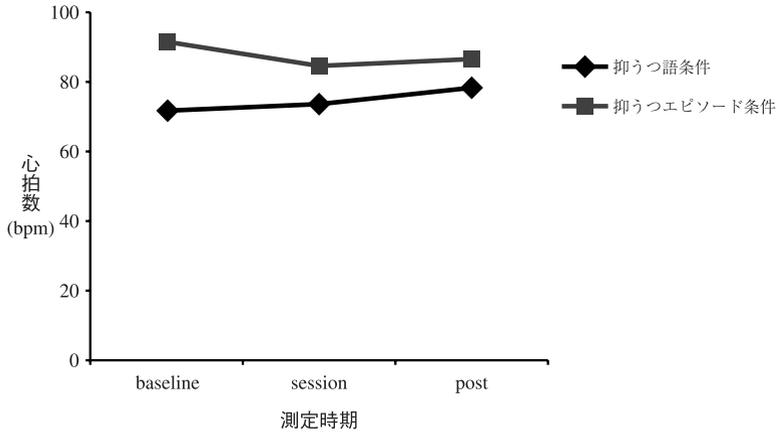


図2 想起対象別の心拍変動

思考想起頻度

抑制対象となった思考の主観的想起頻度に対し、抑制対象2（抑うつ語、抑うつエピソード）を独立変数とした t 検定を行った。その結果、両条件間で主観的想起頻度に有意な差異は生じなかった。このことから、抑制対象の違いは参加者の主観的思考想起頻度に有意な差異を生じさせなかったことが示された（5件法のうち、抑うつ語条件； $M=2.3$ ，抑うつエピソード条件； $M=3.0$ ）。

抑制対象別の心拍数の差異

実験中の参加者の心拍変動について検討を行うため、心拍数に対し、抑制対象2（抑うつ語、抑うつエピソード）、測定時期3（Pre, Session, Post）を独立変数とした2元配置の分散分析を行った（図2）。その結果、抑制対象の主効果が有意傾向（ $F(1) = 4.05$, $P < .10$ ）であり、測定時期の主効果、抑制対象と測定時期の交互作用は共に有意ではなかった（baseline；抑うつ語条件71.5，抑うつエピソード条件91，session；抑うつ語条件73.3，抑うつエピソード条件84.3，post；抑うつ語条件77.9，抑

うつエピソード条件86.8)。このことから、抑うつエピソード条件の参加者は抑うつ語条件の参加者と比較して、高い心拍数を示す傾向にあったことが示された。また、測定時期の主効果がなかったことから、思考抑制課題への従事前後で、参加者の心拍変動には有意な差異が生じなかったことが示された。

考 察

本研究の目的は、抑うつ語もしくは、抑うつエピソードに対する思考を抑制させることで、その時の抑制対象の違いが心理、生理的な指標に及ぼす影響を検討することであった。本研究の結果から、思考抑制時の抑制対象の違いは気分の変化、抑制対象の主観的思考想起頻度の程度に対して影響を及ぼさないことが示された。一方で、心拍数に関しては抑うつエピソード条件の参加者は、抑うつ語条件の参加者と比較して高い心拍数を示す傾向にあった。しかしながら、本研究の抑うつエピソード条件の参加者の心拍数を見てみると、抑うつエピソード条件の参加者の心拍数は baseline 期においても高いことが伺える。したがって、両条件における心拍変動の差異は、抑制対象の違いによって生じたものではなく、参加者の個人変数として、心拍数が高めの参加者がサンプリングされていたことに起因するものであると考えられる。また、本研究の結果から、測定時期による気分の変化や心拍変動は確認されず、思考抑制課題への従事前後で参加者の気分や心拍数に変化が生じていなかったことが示された。

抑うつ語条件において、思考抑制課題の従事前後での気分変化や心拍変動に差異が生じなかったことに関しては、本研究における予測とともに、脅威語に対する思考抑制を行わせた Kircanski et al. (2008) の知見とも一致する知見が示された。この結果は、抑うつ語条件の参加者が抑うつ語に関する思考を適切に抑制できていたことを示しているものである

と考えることができる。また、このことは思考抑制課題への従事後に測定を行った WBSI の得点が、抑うつ語条件においては平均以下の2.3であったことから伺い知ることができる。一方で、抑うつエピソード条件に関しては、本研究における予測とは一致しない知見が示された。すなわち、本研究では、抑うつエピソード条件の参加者においても思考抑制課題の従事前後での気分の変化や心拍変動に差異は生じていなかったことが示された。この結果は、抑うつエピソード条件の参加者も、抑うつ語条件の参加者と同様に抑うつのエピソードを適切に抑制できていたことを示唆する結果であると考えられる。本研究では、抑うつ語条件、抑うつエピソード条件ともに認知的な負荷を課さずに実験を行った。そのため、抑うつエピソード条件の参加者においても実行過程の活動が阻害されることなくエピソードの抑制に成功していたのだろう。したがって、本研究の結果から、健常者は認知的な負荷が課せられていない場合であれば、抑うつ語のみならず、抑うつのエピソードに対しても思考の抑制を適切に行うことができることが示された。

次に、抑うつ語と抑うつエピソードという抑制対象の違いが気分の変化や心拍変動、主観的思考想起頻度に差異を生じさせなかったことに関しては、抑うつ語と抑うつエピソードが、本研究の参加者にとって等価に機能していたことに起因するものと考えられる。つまり、本研究の参加者は健常な大学生であったため、抑うつエピソードを想起したとしても抑うつ語と明確な差異が生じるほどに心拍や気分、主観的思考想起頻度に影響を与えることはなかったのかもしれない。また、このことは、参加者が抑うつのエピソードを想起したとしても、それだけで自動的に自己との関連づけが行われるわけではないということを示唆している。伊藤（2000a）は、ある事柄に対して嫌悪的な活性化が拡散してゆくのは、その出来事が自己と関連している時であるとの知見を報告していた。一方で、本研究では、抑うつエピソード条件の参加者が提示されたエピソードに対して実際に自己との関連づけを行っていたかどうか

かの確認は行われておらず、参加者が提示されたエピソードに対してどのような処理を行っていたのかは不明確であった。そのため、参加者は抑うつ的なエピソードを想起したとしても、自己関連づけを行うことなく抑制に成功したのであろう。この問題点を解決するためには、提示されたエピソードが自分の経験と当てはまるか否かを実際に参加者に判断させた後で（伊藤，2000b）、そのエピソードに対する思考を抑制させるなどの手続きを用いて再検討することが必要であると考えられる。

連想ネットワークモデル (associative network theory; Bower, 1981) によれば、例えば“抑うつ”という感情情報は、実際に自身が経験した“抑うつ”的なエピソードに対する情報と強く結びついているとされる。また、その“抑うつ”的なエピソードはエピソードの行為者に関する情報や起こった日時、場所といった時間・空間的情報とも強く連結しているとされることから、“抑うつ”という感情情報が活性化してしまった場合、それと関連したエピソードまで自動的に活性化されてしまうのである。そのような場合には、関連した抑うつ的なエピソードを手がかりとして抑制対象であったエピソードをふたたび思い返してしまうこともあるかもしれない。そして、そのようなネガティブ・エピソードの活性化の拡散は自己と密接に関連しているエピソードに対して生じやすいため、もし自己関連づけがなされていたとすれば、ネガティブ・エピソードの活性化は様々な対象へと拡散してゆくことになるであろう。また、そのような活性化の拡散が皮肉過程理論における監視過程で生じていたとするならば、監視過程の探索はさらに強まり（より多くの抑制対象を活性化し）、参加者はより多くの逆説的思考侵入効果を経験することになるであろう。このように、自己関連づけの教示を明確に行うことは、本研究における知見をより強固するだけでなく、思考抑制における抑うつ語と抑うつエピソードの作用機序の違いを検討してゆく上で今後重要な要因となってくるであろう。しかしながら、本研究における知見は、心理臨床問題となるような逆説的思考侵入効果が、抑制対象の違

いによって生じるものなのではなく、気分 (Wentzlaff et al., 1988) やストレス (Wentzlaff & Luxton, 2003) などの認知的な負荷が課せられた場合に生じてくるものであることを改めて示唆する知見であったと言える。

ところで、Bjork & Bjork (2003) は、思考抑制が行われた場合に促進されるのは抑制対象への顕在的な記憶バイアスではなく、潜在的な記憶バイアスであるとの主張を行っている。思考抑制によって潜在記憶バイアスが強まった場合、我々の意図が介在しない状況においても抑制対象である事柄への注意が促進されるなどの悪影響が及ぶものと考えられる。Kircanski et al. (2008) では、心拍数などの生理指標は不随意的に喚起される指標であるため、それ自体が潜在記憶の活性を示す指標の一部として用いられていたが、結果は思考抑制課題への従事前後で参加者の心拍数に変化はなく、抑制対象である事象が潜在的に活性化していた可能性は低いことが示された。本研究においても、Kircanski et al. (2008) と同様の知見が示されており、生理指標を用いた場合には未だBjork & Bjork (2003) の主張を裏付ける知見は見出されていない。今後は、心拍以外の生理指標に加え、従来の記憶研究において用いられてきた潜在記憶課題なども用いることで、生理的側面からだけでなく、認知的側面からも思考抑制が潜在記憶バイアスに及ぼす影響を検討してゆくことも重要となってくるであろう。

付 記

本研究は日本行動療法学会第35回大会で発表されたものである。本研究に参加してくださった皆様と本論文を査読していただきました太田信夫教授（学習院大学）に心から感謝申し上げます。

引用文献

- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and emotional disorders*. New York: International University Press. (ベック, A. T. 大野裕 (監訳) (1990). 認知療法 岩崎学術出版)

- Bjork, E. L., & Bjork, R. A. (2003). Intentional forgetting can increase, not decrease, residual influences of to-be-forgotten information. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition*, *29*, 524–531.
- Clark, D., A. (2005). *Intrusive Thoughts in clinical disorders: Theory, Research and Treatment*. Guilford Press. (クラーク, D. A. 丹野義彦 (監訳) (2006). 侵入思考 星和書店 pp. 1–37.)
- Conway, M., Howell, A., & Giannopoulos, C. (1991). Dysphoria and thought suppression. *Cognitive Therapy and Research*, *15*, 153–166.
- Gross, J. J. (2002). Emotion Regulation: affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, *39*, 281–291.
- 広瀬徹也・内海健 (2005). うつ病論の現在 星和書店.
- 伊藤美加 (2000a) 気分一致効果を巡る諸問題—気分状態と感情特性— 心理学評論, *43*, 368–386.
- 伊藤美加 (2000b). 自己関連の情報処理における気分一致効果—自伝想起課題による検討— 心理学研究, *71*, 281–288.
- 木村晴 (2003). 思考抑制の影響とメンタルコントロール方略 教育心理学研究, *46*, 584–596.
- 木村晴 (2004a). 未完結な思考の抑制とその影響 教育心理学研究, *52*, 44–51.
- 木村晴 (2004b). 望まない思考の抑制と代替思考の効果 教育心理学研究, *52*, 115–126.
- Kircanski, K., Craske, M. G., & Bjork, R. A. (2008). Thought suppression enhance memory bias for threat material. *Behaviour Research and Therapy*, *46*, 462–476.
- Luciano, J. V., & Algarabel, S. (2008). Thought Suppression Confronting a Remainder Stimulus: An Effective Strategy for the Management of Intrusive Thoughts. *Cognitive Therapy Research*, *32*, 11–22.
- 大江朋子・繁榊算男 (2007). ステレオタイプ抑制後の抑止効果とファン効果 理論心理学研究, *9*, 1–11.
- 寺崎正治・岸本陽一・古賀愛人 (1992). 多面的感情尺度の作成 心理学研究, *62*, 350–356.
- Wegner, D. M. (1994). Ironic process of mental control. *Psychological Review*, *101*, 34–52.
- Wegner, D. M., Schneider, D. J., Carter, S. R., & White, T. L. (1987). Paradoxical effects of thought suppression. *Journal of Personality and Social Psychology*, *53*, 5–13.
- Wegner, D. M., & Zanakos, S. (1994). Ironic process of mental control. *Psychological Review*, *101*, 34–52.

- Wenzlaff, R. M. (2005). *Intrusive Thoughts in clinical disorders: Theory, Research and Treatment*. Guilford Press. (クラーク, D. A. 丹野義彦 (監訳) (2006). 侵入思考 星和書店 pp. 69-109.)
- Wenzlaff, R. M., & Bates, D. E. (1998). Unmasking a cognitive vulnerability to depression: How lapses mental control reveal depressive thinking. *Journal Personality and Social Psychology Bulletin*, **75**, 1559-1571.
- Wenzlaff, R. M., & Wegner, D. M. (2000). Thought Suppression. *Annual Review of Psychology*, **51**, 59-91.
- Wenzlaff, R. M., Wegner, D. M., & Roper, D. W. (1988). Depression and Mental Control: The Resurgence of Unwanted Negative Thoughts. *Journal of Personality and Social Psychology*, **55**, 882-892.
- Wyland, C. L., & Forgas, J. P., (2007). On Bad Mood and White Bears: The effect of mood state on ability to suppress unwanted thoughts. *COGNITION AND EMOTION*, **21**, 1513-1524.

An influence on psychological, physiological index
that the difference of suppressed targets has during thought suppression

NOZOE, Kenta

A Thought suppression is the approaches that we try to put particular aversive thoughts out of our awareness. However, such approaches not always become successful, and conversely, can invite counter-productive consequences that increase aversive thoughts.

In traditional experimental paradigm of thought suppression, participants are asked not to think particular aversive words, and asked to report participant's subjective intrusive frequency of aversive words during thought suppression period. However, it appear that this procedure is inappropriate for examination of thought suppression because it is pointed that the thoughts that intrude in our awareness includes specific themes or contents relevant with themselves. So, there is possibility that the traditional thought suppression paradigm that suppressed particular words can't exam our thought contents directly.

The purpose of present study is to solve above problem. That is, the influence on psychological, physiological index was examined when participants suppressed aversive word or episode targets during thought suppression period.

As a result of analysis, it was showed that difference of suppressed targets had not influence on psychological, physiological index. It means that aversive words and episodes as suppressed target functioned equally to participants. So, it was suggested that traditional experimental paradigm was ecologically valid for experimental procedure of thought suppression.

(人文科学研究科心理学専攻 博士後期課程 2年)