

Emotion Regulation Questionnaireの再評価尺度（ERQ-R）を再考する

教育心理学コース 榊原良太
教育心理学コース 石井悠

Reconsidering the reappraisal scale of the Emotion Regulation Questionnaire

Ryota SAKAKIBARA, Yu ISHII

Within the academic discipline of emotion regulation, Cognitive Reappraisal (CR) has received excessive attention as being the healthier, more adaptive regulation strategy compared to others. The reappraisal scale of the Emotion Regulation Questionnaire (ERQ-R) has played a significant role in proving this fact, but to date, ERQ-R has received little criticism regarding its validity. The aim of the present paper is to identify several challenges to this influential questionnaire, and to outline the empirical research that raises these concerns. The paper first reviews the conceptual determinations of and the modern research on CR. On this basis, we will raise specific issues that should be considered, while referring to the latest findings. We will then conclude our discussion by considering possible improvements.

目次

1. はじめに
2. 再評価の概念規定とERQ-Rの基本的性質, 研究知見
 - A. 再評価の概念規定
 - B. ERQ-Rの尺度構成
 - C. ERQを用いた研究知見
3. ERQ-Rの問題点
 - A. 項目表現に関する問題
 - B. 再評価の下位方略の存在とERQ-R
 - C. 感情制御のモチベーションとERQ-R
4. 今後の方向性
5. 結び

1. はじめに

“*there is nothing either good or bad but thinking makes it so*”
—シェイクスピア, 『ハムレット』 2幕2場

かつてシェイクスピアがこう表現したように、個人にとって、物事の善し悪しは、それを“いかに評価するか”に大きく規定される。そして、とりわけ苦しい出来事や辛い経験をしたときに、我々は“この経験がいつか役に立つはずだ”“なんとか受け入れていこう”というように、様々な評価を試み、感情を柔軟させようとする。このような現象は、再評価 (reappraisal)

と呼ばれ、近年、感情制御研究の中で大きな関心を集めている (Ochsner & Gross, 2005)。

この10数年の間に、再評価に関する知見は飛躍的に増加してきたが、それに最大の貢献を果たしてきたのは、Grossを中心に行われた数多くの研究であると言えるだろう。Gross (1998) 以降、彼の提唱したプロセスモデルならびに再評価に関する理論は、現在まで多くの研究者に影響を与え続けている。

こうしたGrossらの研究ならびにそれに影響を受けた他の研究において、とりわけ重要な役割を担ってきたのが、Emotion Regulation Questionnaire (ERQ) の再評価尺度 (以下ERQ-R) である。Gross & John (2003) において作成されたERQ-Rは、現在までに最も多く用いられてきた尺度であると考えられ (Niven, Totterdell, Stride, & Holman, 2011)、さらに、日本語、フランス語、イタリア語など、世界26か国語の翻訳がなされている。再評価に関して現在までに明らかにされていることの多くは、ERQ-Rを用いた研究によってもたらされたと言っても、過言ではないかもしれない。

このように、従来、再評価研究に多大な貢献を果たしてきたERQ-Rであるが、驚くことに、ERQ-Rに対する批判的な吟味はこれまで行われていない。しかしながら、後に論じるように、ERQ-Rの尺度項目は少なからず再考の余地を孕んだものであり、さらに近年の再評価研究の知見に照らし合わせれば、その改善の必要性は明白なものである。

本稿では、まず、再評価の概念規定ならびにERQ-Rの尺度構成や研究知見のまとめを通じて、再評価研究とERQ-Rに関する基本的な事柄の俯瞰を行う。その上で、ERQ-Rの具体的な問題点を、必要に応じて最新の再評価研究の知見を論拠としながら指摘する。そして最後に、ERQ-Rの改善や再評価の測定の今後の方向性について論じることとする。

2. 再評価の概念規定とERQ-Rの基本的性質, 研究知見

A. 再評価の概念規定

ERQ-Rについて論じる前に、そもそもGrossが、彼の提唱してきたプロセスモデルの中で再評価をどのように位置づけてきたか、そしてこれまで再評価がどのように定義づけられてきたのかを確認しておく必要があるだろう。Gross (1998) は、現在の感情制御研究において最も影響力のある、プロセスモデル (process-model) と呼ばれる、5つの段階から構成される感情制御モデルを提唱した (Figure 1)。5つの段階とは、状況選択 (situation selection)、状況修正 (situation modification)、注意への方向づけ (attention deployment)、認知的変化 (cognitive change)、反応調整 (response modulation) である。このうち、再評価は4つめの段階である認知的変化の下位方略に位置付けられている (Gross & Thompson, 2007)。認知的変化とは、Gross & Thompson (2007) によれば、状況やそれに対処する自己の能力への考え方を考えることによって、当該の事態への評価を変更し、自己の感情へ及ぼす影響を変化させる段階である。認知的変化には、再評価の他に、S-R逆転学習、プラセボ効果が含まれる (Ochsner & Gross, 2007)。プロセスモデル自体、尺度研究という枠を超えて、生理的指標を用いた実験研究などでも幅広く利用されている (Webb, Miles, & Sheeran, 2012)。

Gross (1998) は、Speisman, Lazarus, Mordkoff, & Davison

(1964) を参考に、再評価を“潜在的な感情関連刺激を非感情的なものとして解釈すること (reappraisal was defined as interpreting potentially emotion-relevant stimuli in unemotional terms)”と定義している。また、Gross (2013) による最新の定義では、再評価を“感情反応が変容するように当該の状況について考えようとする、認知的な方略 (reappraisal is a cognitively oriented form of emotion regulation in which a person tries to think about a situation in a way that alters the emotional response)”としている。その他の研究における再評価の定義をTable 1に示す。それぞれの定義によって多少の違いは見られるものの、①状況や経験に対する評価を認知的に変化させる、②感情反応の変容をもたらす、これら2点が、再評価の中心的要素であると言えるだろう。

B. ERQ-Rの尺度構成

ERQは、“再評価”と“抑制”の2因子で構成されており、再評価に関する項目が6項目、抑制に関する項目が4項目の計10項目を含む尺度である。本稿で焦点を当てるERQ-Rの項目をTable 2に示す。ERQ-Rの最大の特徴は、その簡便性と信頼性の高さにあると言えるだろう。6項目という比較的少ない項目での測定が可能であり、Gross & John (2003) によれば、 α 係数は $\alpha = .82 - .75$ 、再検査信頼性で $r = .69$ と、それぞれ高い値を示すことが報告されている。さらに吉津・関口・雨宮 (2013) が作成した日本語版でも、ERQ-Rの信頼性は、 α 係数が $\alpha = .77$ 、2ヶ月後の再検査信頼性で $r = .61$ と、同様に比較的高い値が報告されている。上述のように、様々な言語に翻訳されていることから、異なる地域を対象に行われた研究間での知見の比較、統合が可能であるという点も特徴である。

C. ERQを用いた研究知見

従来、ERQ-Rを用いた多くの研究が、個人の再評価使用傾向と日常的な感情経験ならびに精神的健康との

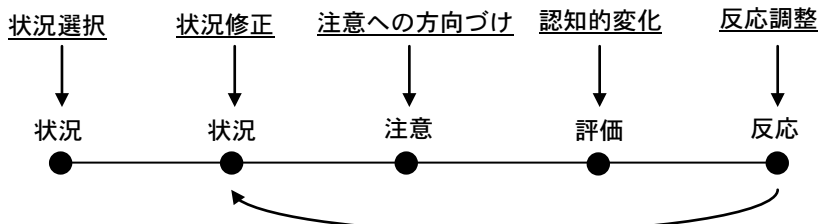


Figure 1 Grossのプロセスモデル (Gross & Thompson, 2007) を一部改編

Table 1 再評価の定義

著者	定義
Gross (2002)	Reappraisal is defined as construing a potentially emotion-eliciting situation in nonemotional terms.
Ochsner et al. (2002)	The cognitive transformation of emotional experience has been termed reappraisal.
Gross & Thompson (2007)	(reappraisal) involves changing a situation's meaning in a way that alters its emotional impact.
Ochsner & Gross (2008)	(reappraisal) involves rethinking the meaning of affectively charged stimuli or events in terms that alter their emotional impact.
Goldin et al. (2008)	Reappraisal is a cognitive-linguistic strategy that alters the trajectory of emotional responses by reformulating the meaning of a situation.

関連を検証してきた。例えばGross & John (2003) や John & Gross (2004) では、ERQ-Rの得点が高い個人ほど、ポジティブ感情の経験頻度が高い一方で、ネガティブ感情の経験頻度が低く、抑うつや不安なども小さい傾向にあることが示された。また、このような再評価の効果は、認知的、身体的、社会的コストをほとんど伴わずに得られるという (John & Gross, 2007)。さらに、再評価と各種精神疾患の関連を問う研究も行われており、例えばGoldin, Manber-Ball, Werner, Heimberg, & Gross (2009) では、社会不安障害群は健常群よりも、ERQ-Rの得点が有意に低いことを示している。同様に、Joormann & Gotlib (2010) では、大うつ病性障害群は健常群ならびに過去の大うつ病性障害経験群よりも、ERQ-Rの得点が有意に低かった。Moor, Zoellner, & Mollenholt (2008) では、トラウマ体験群において、ERQ-Rと特性不安、抑うつに有意な負の相関を見出している。このように、ERQ-Rの得点が高い個人、すなわち再評価の使用傾向が高い個人は、精神的健康が概ね良好であることが、これまでのERQ-Rを用いた研究によって示されている。

また、ERQ-Rの得点と、実際の脳の活動・容積の関連を検証した研究も行われている。従来、実験研究における再評価の実行に際して、主に前頭前野、扁桃

体、島の関与が確認されてきたが (Ochsner, Bunge, Gross, & Gabrieli, 2002; Ochsner, Ray, Cooper, Robertson, Chopra, Gabrieli, & Gross, 2004; Goldin, McRae, Ramel, & Gross, 2008), ERQ-Rとの関連においても同様の知見が見出されている。

Drabant, McRae, Manuck, Hariri, & Gross (2009) では、ERQ-Rの得点が高いほど、恐怖感情経験時の扁桃体の活動が小さく、逆に背外側前頭前野、背内側前頭前野、外側眼窩前頭前皮質の活動が大きいかを示した。また、Welborn, Papademetris, Reis, Rajeevan, Bloise, & Gray (2009) では、ERQ-Rと腹内側前頭前野の容積が正の関連を有することを報告している。背外側前頭前野は、情報の維持、操作といったワーキングメモリの機能を担う部位であることが、内側前頭前野は、自身の内的な状態についての判断に関与することがそれぞれ知られており、いずれも再評価の実行を担う重要な部位である。ERQ-Rと扁桃体の活動の負の関連については、Abler, Erk, Herwig, & Walter (2007) においても示されている。さらに、Herwig, Baumgartner, Kaffenberger, Brühl, Kottlow, Schreiter-Gasser, Abler, Jäncke, & Rufer (2007) では、不快な刺激に対する再評価条件において、ERQ-Rと扁桃体の活動の間に負の関連が見られ、未知の感情価刺激の予期における再評価条件では、ERQ-Rと扁桃

Table 2 ERQ-Rの項目

項目
私は、否定的な感情をあまり感じたくないときは、その状況についての考え方を変える
私は、自分が置かれている状況についての考え方を変えることで、感情をコントロールする
ストレスを感じる状況では、考え方を変えて落ち着いていられるようにする
私は、否定的な感情をあまり感じたくない時は、考えていることを変える
私は、もっと肯定的な感情を感じたいときは、その状況についての考え方を変える
私は、もっと肯定的な感情を感じたいときは、考えていることを変える

吉津・関口・雨宮(2013)より抜粋

体および島との間に負の関連を見出している。扁桃体は主に恐怖感情を、島は嫌悪感情をそれぞれ担う部位であり、これらの知見は、日常的に再評価を用いる傾向が高い個人では、それらの不快感情を感じる傾向が低いことを示すものである。

3. ERQ-Rの問題点

上述のように、ERQ-Rは、従来より多くの研究において用いられ、再評価研究に多大な貢献を果たしてきた。一方、現在までに、その項目内容や尺度構成を批判的に捉え直す試みは行われていない。また、近年の新しい再評価研究の知見は、たとえ意図せずとも、ERQ-Rの問題点を少なからず浮き彫りにしている側面がある。つまり、ERQ-Rが作成されてから10余年が経とうとしている今、一度ERQ-Rの批判的検討を行う必要があると言えるのではないだろうか。そこで以下からは、ERQ-Rに内在する問題点について、試論を展開していくこととする。

A. 項目表現に関する問題

ERQ-Rは、社会的望ましさととの相関を示さず、また、パーソナリティ要因の影響を統制した上でも、精神的健康への説明率が有意であることなどから、その妥当性が検証されてきた (e.g., Gross & John, 2003; John & Gross, 2004)。しかし、これらの研究は、あくまで尺度全体の妥当性の検討を試みたものであり、必ずしも、個々の項目についての検討は行われていない。

ERQ-Rの項目を再度確認すると“ストレスを感じる状況では、考え方を改めて落ち着いていられるようにする”という項目が含まれていることがわかる。Treyner, Gonzalez, & Nolen-Hoeksema (2003) は、この項目のように、何らかの心的状態（この項目では“落ち着く”）に関する語句が項目に含まれている場合、特定の方略とストレスや精神的健康との関連が、項目の類似性によって歪められてしまうことを指摘している。この項目の“落ち着く”という語句は、情緒的な安定性を問うような心的変数の尺度項目と内容が重複するため、例えば情緒的に安定している個人は、再評価の使用傾向に関わらず、この項目と心的変数の尺度項目の両方に高い得点をつける可能性があると考えられる。仮にこうした事態が生じるとすれば、ERQ-Rを用いて示される再評価の精神的健康への影響は、本来よりも適応的な方向にバイアスがかかった形で示されてしまうおそれがある。

また、ERQ-Rの6項目中4項目が、ネガティブ（ポジティブ）感情を“低減（増幅）したい (want to …)”という、個人の願望や志向性を反映する表現になっている点についても刮目すべきであろう。こうした項目表現は、ネガティブ（ポジティブ）感情の低減（増幅）に関する個人の評価や信念、すなわち“メタ情動 (meta-emotion)” (奥村, 2008) を反映する可能性がある。仮に、個人がネガティブ感情の低減に強い信念を有していたとすれば、たとえ再評価の使用傾向が小さいとしても、これらの項目に高い得点をつける可能性がある。なお、ERQのもう一方の下位尺度である抑制尺度では、こうした表現はされていない。

さらに、再評価はプロセスモデルにおける認知的変化の下位方略に属するものの、その前段階である注意の方向付け、その中でも特に“気晴らし (distraction)”を測定していると考えられる項目が存在している点についても、指摘する必要があるだろう。なお気晴らしとは、不快な感情を他のことによって紛らわせる方略であり (及川, 2003)、例えば“私は他のことを考える”という項目を含んだWells & Davies (1994) の尺度などによって測定される。Grossら (e.g., Gross, 1998; Gross & John, 2003) は、感情制御における“注意”と“認知”の機能を明確に区別している。すなわち、前者は“何を考えるか (what to think about)”という、その対象の取捨を執り行うものであり、後者は“どのように考えるか (how to think about)”という、その思考・評価様式を形成するものである。各項目を確認すると、例えば“私は、もっと肯定的な感情を感じたいときは、その状況についての考え方を考える”という項目は、“考え方を考える”という思考・評価様式の変化を示す表現から、再評価を測定していると考えられる。しかし、“私は、もっと肯定的な感情を感じたいときは、考えていることを考える”という項目は、“考えていることを考える”という、対象の変化を示す表現から、気晴らしを測定していると解釈することもできる。もっとも、ここでの“考えていること”が、思考・評価形式の変化を経た結果として創出されたものであるならば、この項目が再評価を測定していると言うこともできる。また、Grossらのように注意と認知を明確に区別することが本質的に可能であるのか、さらにそれが可能だとして、その区別が学術的、臨床的にどの程度意義のあることなのか、これらの点については定かではない。しかし、いずれにしても、こうした項目が必ずしも真正の再評価を測定していないという可能性は念頭に置いておくべきであり、今後、改善を検

討していく余地はあるのではないだろうか。

B. 再評価の下位方略の存在とERQ-R

従来、単独の方略として扱われてきた再評価であるが、ここ数年、再評価が複数の下位方略を含むという言及、実証知見が現れ始めている。代表的なものをTable 3に示す。これらの下位方略は、単に方略の質的な違いのみならず、感情経験や精神的健康に与える影響についても異なることが示されている。例えばWebb et al. (2012) では、実験研究における再評価のネガティブ感情低減の効果量が、 $d = .45$ であることをメタ分析によって示したが、再評価の対象によってその効果が異なることも報告されている。具体的には、感情反応への再評価で $d = .31$ 、感情刺激への再評価で $d = .38$ 、視点の転換による再評価で $d = .61$ 、上記3つの混合型再評価で $d = .89$ となっており、下位方略間でばらつきが存在することが示されている。

また、Ochsner et al. (2004) では、再評価を自己焦点型再評価（自己の主観的情感や認知に対する再評価）と状況焦点型再評価（状況に対する再評価）に分け、両者で脳の活動パターンが異なることを示している。すなわち、自己焦点型再評価では内側前頭前野の活動が、状況焦点型再評価では外側前頭前野の活動が特に強まることが報告されている。

このように、現在では、再評価の下位方略に関する知見が蓄積され始め、再評価の詳細な性質を明らかに

する試みが活発化している。しかし、ERQ-Rは、再評価を単独の方略として捉えた1因子尺度であり、こうした多様な下位方略を捉えることはできない。また、ERQ-Rによって測定される再評価が、これまでに明らかにされている種々の下位方略の、いずれの方略を測定するものなのか、あるいは複数の下位方略を包括的に測定するものなのか、はたまたそのどちらでもなく、さらに別の側面を測定するものなのか、この問いに関する明確な答えは得られていない（榎原、印刷中）。そのため、ERQ-Rを用いて得られた従来の知見が、再評価のいかなる側面を示してきたものなのか、再考すべきであると言えるだろう。

C. 感情制御のモチベーションとERQ-R

さらに、“何のために感情を制御するのか”という、感情制御のモチベーションに関する点とERQ-Rのあり方についても、問い直す必要があるだろう。人は何の為に感情を制御するのだろうかという問いに対し、従来は主に、快楽原則を前提とした説明がされてきた(Koole, 2009; Larsen, 2000)。しかし、Gross (1998) が当初から感情制御の定義として“ポジティブ・ネガティブ感情を増加、保持、減少させること”と述べていたように、そもそもはポジティブな感情を低減し、ネガティブな感情を増幅させることも感情制御のひとつの形であると考えられてきた。また、快楽原則に基づいた感情制御は、多くの場合、短期的な適応性を促

Table 3 再評価の下位方略に関する研究

著者	下位方略
McRae et al.(2012)	明確な肯定 (explicitly positive) 現在の環境の変化 (situation based: change current circumstances) 現実への抵抗 (situation based: reality changing) 希望的観測 (situation based: change future consequences) 代理 (agency) 距離化 (distancing) 技術的な分析—問題解決 (technical-analytic-problem solving) 受容 (acceptance)
Werner & Gross(2010)	自己精緻化 (self-elaboration) 感情抵抗 (emotion resistance)
Ochsner et al.(2004)	自己焦点型再評価 (self-focused reappraisal) 状況焦点型再評価 (situation-focused reappraisal)
Webb et al. (2012)	(評価対象としての)感情反応 (emotional response) (評価の対象としての)感情刺激 (emotional stimulus) 視点の転換 (perspective taking) 上記3つの混合型
Campbell-Sills & Barlow (2007)	合理化 (rationalization)

進ませ得るが、近年の新しい知見では、あえて短期的には不適応的な感情制御（ネガティブ感情の増幅、ポジティブ感情の低減）を行い、中長期的な社会的適応性を向上させることがあることも示されてきている（Tamir, 2009）。これらの点から、快樂原則に基づいた再評価の測定尺度である ERQ-R の再考が迫られているといえるだろう。

具体的な実証研究として Tamir, Mitchell, & Gross (2008) は、コンピューターゲームを使って、対立するタスク（麻薬カルテルのメンバーを攻撃する）を行う直前の被験者は、負の感情である怒りをあえて増加させることを明らかにした。実際に興奮（excite）した被験者より、怒りを感じていた被験者の方が対立タスクの成績はよく、一般的には不適応的といわれる怒りが状況によっては適応的に機能し、また個人がこの恩恵を得るために、あえて積極的に怒りを増幅する可能性を示唆した。さらに、同様にコンピューターゲームを用いた実験で、逃れることが目標のゲーム（avoidance game）では、被験者はあえて（興奮ではなく）恐れを強めるような音楽を好むことも示された（Tamir, 2009）。

以上より、あくまでネガティブ感情を減らしポジティブ感情を増やす、従来の考え方に基づいた“（短期的な）快樂原則の感情制御”のみが取り扱われている ERQ-R と、従来の感情制御の定義や近年得られている知見との乖離が垣間見られる。そもそもの定義や、それ以上にネガティブ感情の増幅やポジティブ感情の低減が中長期的な適応性を向上させる可能性があることを考慮すれば、快樂原則に基づいた尺度構成、感情制御理論では不十分であるといえるだろう。改めてさまざまな社会的文脈も想定した上で、再考が必要であると考えられる。

4. 今後の方向性

これまでの議論を踏まえた上で、今後、ERQ-R をどのように改善、発展させていくべきかを記していく。

まず、近年の多様な下位方略に関する知見を鑑み、多因子から構成される新しい尺度の作成を図っていくべきだろう。下位方略に関する研究はまだ端緒についたばかりであるため、具体的にいかなる種類の方略を想定すべきかは、現段階では定かではないが、少なくとも、先に示した下位方略（e.g., McRae et al., 2012; Ochsner et al., 2004）については、順次尺度作成を行い、積極的に測定を試みていくべきである。そうした試みの中で、次第に再評価の下位方略に関する包括的な理

論が構築され、最終的にそれを具現化するような尺度が開発されていくと考えられる。いずれにしても、下位方略の測定ができない現在の ERQ-R から脱却し、多様な下位方略を測定し得る尺度の作成は、今後の再評価研究における必須課題であると言えるだろう。

なお、下位方略に関する研究、尺度の作成において、Gamefski, Kraaij, & Spinhoven (2001) の Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ) が参考になるかもしれない。CERQ は、認知的変化と同概念である認知的感情制御という概念のもと作成された尺度であり（Gamefski et al., 2001）、再評価と少なからず概念的に重複すると考えられる。CERQ は計 9 つの下位方略、すなわち、自責（self-blame）、他者非難（blaming others）、受容（acceptance）、計画への再焦点化（refocus on planning）、肯定的再焦点化（positive refocusing）、反芻・思考への固着（rumination or focus on thought）、肯定的再評価（positive reappraisal）、大局的視点（put into perspective）、破局的思考（catastrophizing）から構成され、多様な認知的方略を測定することが可能である。CERQ では、認知（cognition）という言葉は広く注意（attention）までを含むことから、厳密な意味では認知的変化ではなく、注意の方向付けに含まれると考えられる方略（肯定的再焦点化、反芻・思考への固着、計画への再焦点化）も存在するものの、再評価研究との融合により、有益な視座をもたらし得ると言えるだろう。

また、項目の作成にあたっては、何らかの心的状態に関する語句を含んだり、感情に対するメタ的な信念を反映したりしないよう、慎重になる必要がある。あくまで推測であるが、ERQ-R の項目にこうした問題点が内在しており、さらにはそれに対して従来批判的な議論が全くなされなかったのは、Gross をはじめとした多くの再評価研究者が、暗黙裡に、再評価を適応的な方略であると認知してきたためであると考えられる。無論、ERQ-R の作成以前から現在に至るまで、再評価の適応性を示す実証的知見は豊富に存在していることから、再評価が相対的に適応的な方略であることは、疑う余地はないだろう。しかし、いかなる方略にも不適応的な側面があり、絶対的に適応的な方略は存在し得ないことから、特定の方略に対する適応性の規定をすべきでないことは、感情制御研究が盛んになる以前の、ストレスコーピング研究から指摘されていた。さらには、Gross 自身も“私たちはコーピングの分野のように、どの方略が適応的でどの方略がそうではないかについて、アプリアリに言及するような過ちは犯さない”と言及している（Gross

& Thompson, 2007)。しかしながら、ERQ-Rの項目に、再評価の結果として“落ち着く”という適応的な状態が表現されていることは、暗にこうした適応性の仮定が反映されたためであると考えられないだろうか。特に近年、従来とは異なり、再評価の不適應的な側面に対する言及、あるいは実証研究が現れ始めていることから (e.g., Werner & Gross, 2010; Westermann, Rief, & Lincoln, 2012)、より中立的な立場から再評価を捉えていく姿勢が求められると言えるだろう。

5. 結び

本稿では、ERQ-Rに焦点を当て、その基本的性質と知見を俯瞰した上で、問題点の指摘を行い、今後の方向性について論じた。再評価は、その性質上、心理療法に应用されることが多かったが (e.g., Hoffmann, Heering, Sawyer, & Asnaani, 2009)、近年では、感情労働や情動知能など、様々な分野へ影響を与えている。つまり、再評価研究の発展は、同時に多くの領域の発展をもたらし得ると考えられる。そして、再評価研究の発展のためには、まず、再評価をできるだけ正確に測定するための尺度が必要であると言えるだろう。本稿が、そのような尺度の開発、ひいては再評価研究の発展に寄与することができれば幸いである。

引用文献

- Abler, B., Erk, S., Herwig, U., & Walter, H. (2007). Anticipation of aversive stimuli activates extended amygdala in unipolar depression. *Journal of Psychiatric Research*, 41, 511-522.
- Campbell-Sills, L. & Barlow, D.H. (2007). Incorporating emotion regulation into conceptualizations and treatments of anxiety and mood disorders. In J.J. Gross (Ed.), *Handbook of Emotion Regulation* (pp. 542-559). New York: Guilford Press.
- Drabant, E.M., McRae, K., Manuck, S.B., Hariri, A.R., & Gross, J.J. (2009). Individual differences in typical reappraisal use predict amygdala and prefrontal responses. *Biological Psychiatry*, 65, 367-373.
- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences*, 30, 1311-1327.
- Goldin, P.R., Manber-Ball, T.M., Werner, K., Heimberg, R., & Gross, J.J. (2009). Neural mechanisms of cognitive reappraisal of negative self-beliefs in social anxiety disorder. *Biological Psychiatry*, 66, 1091-1099.
- Goldin, P.R., Mcrae, K., Ramel, W., & Gross, J.J. (2008). The neural bases of emotion regulation: Reappraisal and suppression of negative emotion. *Biological Psychiatry*, 63, 577-586.
- 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. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39, 281-291.
- 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.
- Gross, J.J., & Thompson, R. A. (2007). Emotion Regulation: Conceptual Foundations. In J.J. Gross (Ed.), *Handbook of Emotion Regulation* (pp. 3-26). New York: Guilford Press.
- Herwig, U., Baumgartner, T., Kaffenberger, T., Brühl, A., Kottlow, M., Schreier-Gasser, U., Ablner, B., Jäncke, L., & Rufer, M. (2007). Modulation of anticipatory emotion and perception processing by cognitive control. *NeuroImage*, 37, 652-662.
- Hoffmann, S.G., Heering, S., Sawyer, A.T., & Asnaani, A. (2009). How to handle anxiety: The effects of reappraisal, acceptance, and suppression strategies on anxious arousal. *Behavior Research and Therapy*, 47, 389-394.
- John, O.P. & Gross, J.J. (2004). Healthy and unhealthy emotion regulation: Personality processes, individual differences, and life span development. *Journal of Personality*, 72, 1301-1334.
- John, O.P. & Gross, J.J. (2007). Individual differences in emotion regulation. In J.J. Gross (Ed.), *Handbook of Emotion Regulation* (pp.351-372). New York: Guilford Press.
- Joomann, I.H., & Gotlib, J. (2010). Cognition and depression: Current status and future directions. *Annual Review of Clinical Psychology*, 27, 285-312.
- Koole, S. L. (2009). The psychology of emotion regulation: An integrative review. *Cognition and Emotion*, 23, 4-41.
- Larsen, R.J. (2000). Toward a science of mood regulation. *Psychological Inquiry*, 11, 129-141.
- McRae, K., Ciesielski, B., & Gross, J.J. (2012). Unpacking cognitive reappraisal: Goals, tactics, and outcomes. *Emotion*, 12, 255-260.
- Moore, S.A., Zoellner, L.A., & Mollenholt, N. (2008). Are expressive suppression and cognitive reappraisal associated with stress-related symptoms? *Behaviour Research and Therapy*, 46, 993-1000.
- Niven, K., Totterdell, P., Stride, C.B., & Holman, D. (2011). Emotion Regulation of Others and Self (EROS): The development and validation of a new individual difference measure. *Current Psychology*, 30, 53-73.
- Ochsner, K.N., Bunge, S.A., Gross, J.J., & Gabrieli, J.D.E. (2002). Rethinking feelings: An fMRI study of the cognitive regulation of emotion. *Journal of Cognitive Neuroscience*, 14, 1215-1229.
- Ochsner, K.N., & Gross, J.J. (2005). The cognitive control of emotion. *Trends in Cognitive Sciences*, 9, 242-249.
- Ochsner, K.N. & Gross, J.J. (2007). The neural architecture of emotion regulation. In J.J. Gross (Ed.), *Handbook of Emotion Regulation* (pp. 87-109). New York: Guilford Press.
- Ochsner, K.H. & Gross, J.J. (2008). Cognitive emotion regulation insights from social cognitive and affective neuroscience. *Current Directions in Psychological Science*, 17, 153-158.
- Ochsner, K.D., 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.
- 奥村弥生 (2008). 情動への評価と情動認識困難・言語化困難との関連. *教育心理学研究*, 56, 403-413.
- 榊原良太 (印刷中). 自記式尺度を用いた感情制御の測定—Grossのプロセスモデルの枠組みに基づいた既存の尺度の俯瞰. *感情心理学研究*
- Speisman, J.C., Lazarus, R.A., Mordkoff, A., & Davison, L. (1964). Experimental reduction of stress based on ego-defense theory. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 68, 367-380.
- Tamir, M. (2009). What do people want to feel and why? Pleasure and utility in emotion regulation. *Current Directions in Psychological Science*, 18, 101-105.
- Tamir, M., Mitchell, C., & Gross, J.J. (2008). Hedonic and instrumental motives in anger regulation. *Psychological science*, 19, 324-8.
- Treynor, W., Gonzalez, R., & Nolen-Hoeksema, S. (2003). Rumination reconsidered: A psychometric analysis. *Cognitive Therapy and Research*, 27, 247-259.
- 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.
- Welborn, B.S., Papademetris, X., Reis, D.L., Rajeevan, N., Bloise, S.M., & Gray, J.R. (2009). Variation in orbitofrontal cortex volume: Relation to sex, emotion regulation and affect. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 4, 328-339.
- Wells, A., & Davies, M. I. (1994). The thought control questionnaire: A measure of individual differences in the control of unwanted thoughts. *Behaviour Research and Therapy*, 32, 871-878.
- Werner, K. & Gross, J.J. (2010). Emotion regulation and psychopathology: A conceptual framework. In A.M. Kring & D.M. Sloan (Ed.), *Emotion regulation and psychopathology: A transdiagnostic approach to etiology and treatment* (pp. 13-37). New York: Guilford Press.
- Westermann, S., Rief, W., & Lincoln, T.M. (2012). Emotion regulation in delusion-proneness: Deficits in cognitive reappraisal, but not in expressive suppression. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*. doi:10.1111/papt.12000
- 吉津 潤・関口理久子・雨宮俊彦 (2013). 感情調節尺度 (Emotion Regulation Questionnaire) 日本語版の作成. *感情心理学研究*, 20, 56-62.

(指導教員 遠藤利彦教授)