

セルフモニタリングに着目した内受容感覚への気づきと共感性の関連

直 江 陽 子

問題と目的

内受容感覚は身体の内部感覚であるとされ、内受容感覚へ能動的に意識を向けられる者ほどネガティブ感情の統制に優れ、他者指向的関心を持ちやすいとされている一方、内受容感覚が鋭敏であるほど不安感情が高まるという報告もされている。内受容感覚は共感性とも関連すると示唆されているが、自己注目傾向が高まると共感能力の低下が生じるという研究結果も報告されている。本研究では自己の状態と周囲の状況を把握する能力としてセルフモニタリングに注目し、内受容感覚への気づきがセルフモニタリングを媒介し、共感性に影響を及ぼすという一連のプロセスモデルについて検討した。

方法

大学生を対象に質問紙調査を実施し、男性83名、女性86名(平均年齢19.22歳, $SD=1.18$)を対象とした。質問紙は、内受容感覚への気づきの多次元的評価 日本語版:MAIA-J(Shoji et al., 2018)、日本語版 対人反応性指標:IRI-J(日道他, 2017)、認知行動的セルフモニタリング尺度(土田・福島, 2007)を用いた。

結果と考察

分散分析の結果、共感性の各要因においてセルフモニタリング高群は個人的苦痛が低く、内受容感覚高群とセルフモニタリング高群はともに、共感的関心、視点取得の得点が高かった。内受容感覚高群とセルフモニタリング高群の者は、自分の内部感覚へ意識を向けつつも周囲にも意識を向ける傾向があり、大きな視点で物事と関わろうとするためこの二つの要因が高くなったのではないだろうか。また、セルフモニタリング高群の個人的苦痛得点の低さは、視点取得と共感的関心得点の高さによって、個人的苦痛に陥らない傾向にあるためと考えられる。

共分散構造分析と媒介分析では、気づきと身体を聴くは視点取得、信頼するは共感的関心、注意制御、気が散らない、感情への気づきは環境的セルフモニタリングあるいは行動モニタリングを通して、視点取得や想像性に正の影響を及ぼすという結果が得られた。身体の内部感覚へ意識を向けると、周囲と自分の状態をモニタリングする認知的活動に影響し、共感性という他者の視点に立とうとする傾向や他者指向的な感情の喚起が生じることが示唆された。ただし、信頼するは環境モニタリングを媒介し視点取得に負の影響を与えており、自分の感覚が確かであると信頼している場合、他者に対する情動が高まるが周囲や相手の立場を認知しにくくなってしまうということが考えられる。