

# 貧困について考える —感情制御の視点から—

李受珉

広島大学大学院教育学研究科 心理学専攻 M2

# 自己紹介

- **名前**：李 受珉 (い すみん)
- **所属**：教育学研究科 社会研 中島研究室 M2
- **興味のある領域**
  - 精神的健康
  - 社会経済的地位（環境）
  - 感情制御
  - ポジティブ心理学（強み研究に興味があります）

# 本日の流れ

- ① Handbook of emotion regulationの34章の紹介
  - 幼少期の家庭環境と身体的健康の関連
  - 社会経済的地位 (SES) と感情制御の関連
  - 感情制御と身体的・生理的反応の関連
  - Shift-And-Persist Strategyについて
  
- ② 社会経済的地位の低い人々に対するS-Pの効果
  - S-PがSESの低い人々の精神的健康に及ぼす影響について
  
- ③ まとめ

# 幼少期の家庭環境と身体的健康

# 健康格差の問題

- 健康格差 = 社会経済的地位 (SES) による健康の差
- 社会経済的地位 (SES)

低い	高い
低学歴	高学歴
低収入	高収入
ブルーカラー職	ホワイトカラー職

1年の間に入院を繰り返す可能性：**2.7倍高い** (National Center for Health Statistics, 2010)  
疾患により活動が制限される可能性：**3.5倍高い** (Braveman et al, 2010)  
寿命：**6年短い** (Braveman et al., 2010)

# 社会経済的地位の低さは 人々の身体的健康に悪影響を及ぼす

- 高い喘息の罹患率 (Chen, Matthews, & Boyce, 2002)
- 高い肥満率 (Goodman, 1999)
- 健康に対する自己報告や他者報告が悪い (Starfield, Robertson, & Wiley, 2002)
- SESが高い家庭で育てられた人よりSESが低い家庭で育てられた人の方が死亡のリスクが高い (Galobardes, Lynch, & Smith, 2004, 2008)

- 身体的健康に対する影響は成人期まで持続することがわかった

*“Why some individuals with low SES do not get sick despite facing severe adversity and facing a lot of stressors?” and ...*

*“What is the difference between some individuals who do get sick and those who do not get sick?”*  
(Chen & Miller, 2012)

# 感情制御で健康格差を説明する

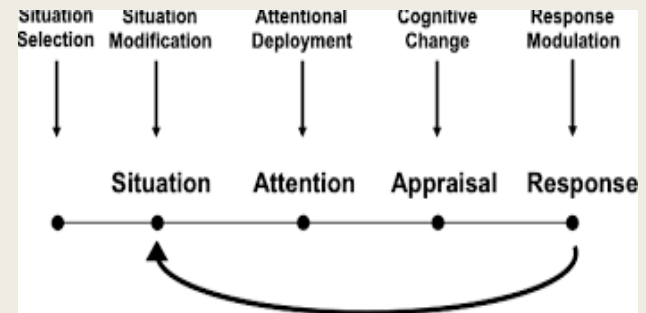
1. 幼少期のSESと疾患が成人期以降の身体的健康に影響することについての知見を提供する
2. 感情制御と身体的・生理的プロセスの関連性
3. 感情制御がSESの低さと身体的・生理的プロセスの調整要因であるかどうか
  - どの感情制御方略がSESの低い人を保護する緩衝材として機能するか検証する

# 社会経済的地位 (SES) と感情制御



# 感情制御とは

- 情緒的反応を上げたり、下げたり、維持させたりする戦略のことを指す (Gross, 2001)
- 感情制御には様々なタイプが存在する
  - 先行焦点型感情制御 (状況選択, 状況修正, 注意調整, 認知的変化(再評価))
  - 反応焦点型感情制御 (反応修正(抑制))
- SESの低い人はSESの高い人よりネガティブな感情経験しやすい
  - ネガティブ感情は健康に有害である
  - 「ネガティブ感情がSESと健康の調整要因として機能する」



(Matthews & Gallo, 2011)



本章では、「効果的な感情制御方略はネガティブ感情の経験を低減させ、身体的健康にポジティブな影響を与える」という知見に焦点を当てる

# 先行焦点型感情制御と反応焦点型感情制御

- **先行焦点型感情制御** (e.g. ストレスフルな状況を再評価)
  - 状況の選択・修正・変更, 注意の調整なども含まれる
  - (ネガティブ)感情が生起する前段階での調節
  - 行動的, 感情的, および生理的反応の傾向を変える

→再評価は, 情緒的, 認知的, 社会的影響に関して最もよく研究されてきた方略 (Gross, 2001)

- **反応焦点型感情制御** (e.g. 表出抑制)
  - (ネガティブ)感情が生起した後の段階での調節

# 感情制御と身体的・生理的反応

# 再評価と様々な疾患

- 心臓発作を起こす可能性を低くする

(Affleck, Tennen, Croog, & Levine, 1987)

- 再評価することによって、心拍数が低下する

(El Sheikh & Harger, 2001; Naier, Waldstein, & Synowski, 2003)

- 長期の病原体の感染を軽減する

- 高密度リポタンパク質 (HDL)
- トリグリセリド
- 収縮期血圧 (最大血圧, 最高血圧, 上の血圧)
- アロステリック負荷と関連している

(Kinnunen, Kokkonen, Kaprio, & Pulkkinen, 2005)

- 世界が公正であると信じる人 (公正世界信念が高い人) は  
ひどいストレスを脅威的だと評価しない  
ストレスに対する心臓血管系反応が少ない

(Tomaka & Blascovich, 1994)

# SHIFT-AND-PERSIST STRATEGY

# shifting & persisting (S-P)

既存の複数の概念から構成される

認知・思考スタイルの呼称

## ■ shifting

制約された文脈(低SES)の中で遭遇しうる逆境(ストレッサー)の良い側面について考え, その逆境を自身にとって脅威と考えないようにすること

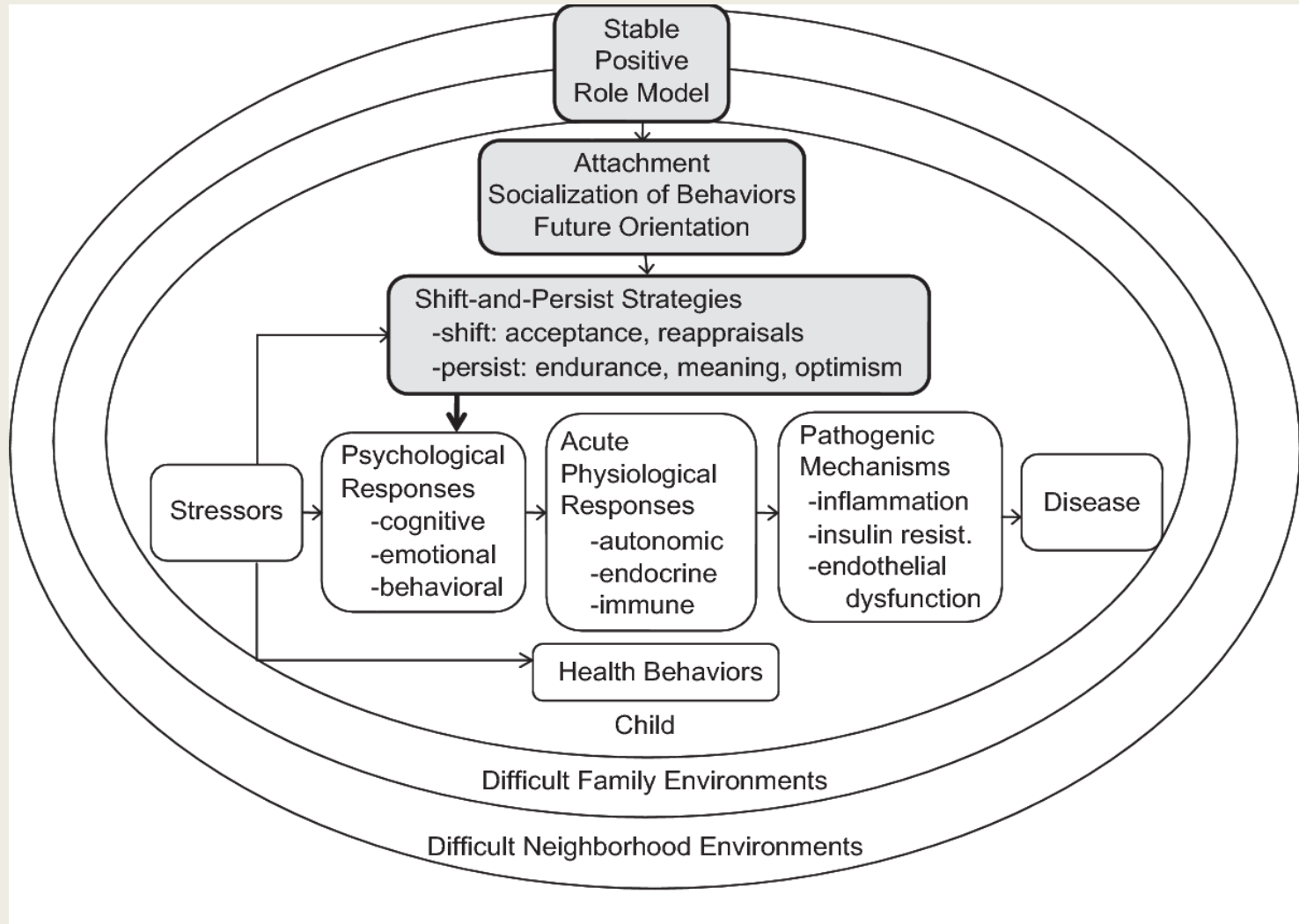
**(≡再評価, secondary coping control)**

## ■ persisting

逆境の中で生きる意味・人生の意味を見出しつつ, 自身の将来に対して楽観主義を維持すること

**(≡希望, 楽観主義, 根気強さ, 逆境に耐え続ける, 意味を見出す)**

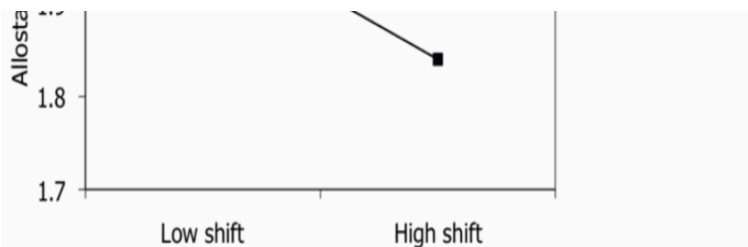
# SHIFT AND PERSIST MODEL



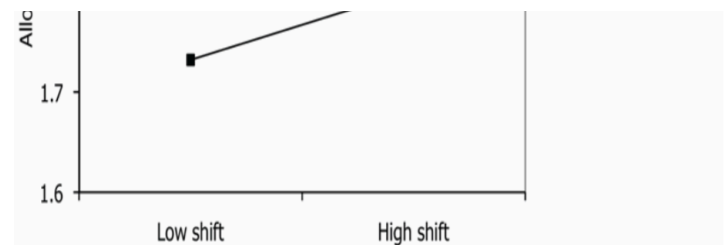
# S-Pの恩恵 (Finding 1)

## ストレス反応 [編集]

ストレス反応とはホメオスタシス（恒常性）によって一定に保たれている生体の諸バランスが崩れた状態（ストレス状態）から回復する際に生じる反応をいう。ストレスには生体的に有益である快ストレスと不利益である不快ストレスの2種類がある。これらのストレスが適度な量だけ存在しなければ本来的に有する適応性が失われてしまうために適切なストレスが必要である。しかし過剰なストレスによってバランスが失われてしまう場合があるため、様々なストレス反応が生じる。しかしストレスがある一定の限界を超えてしまうと、そのせいで身体や心に摩耗が生じる。この摩耗の事をアロスタティック負荷と呼ぶ。



**Figure 1.** Interaction of shift-and-persist strategies in predicting allostatic load among low childhood SES MIDUS participants. Estimated allostatic load scores are plotted at  $\pm 1$  SD of the shift and persist variables.

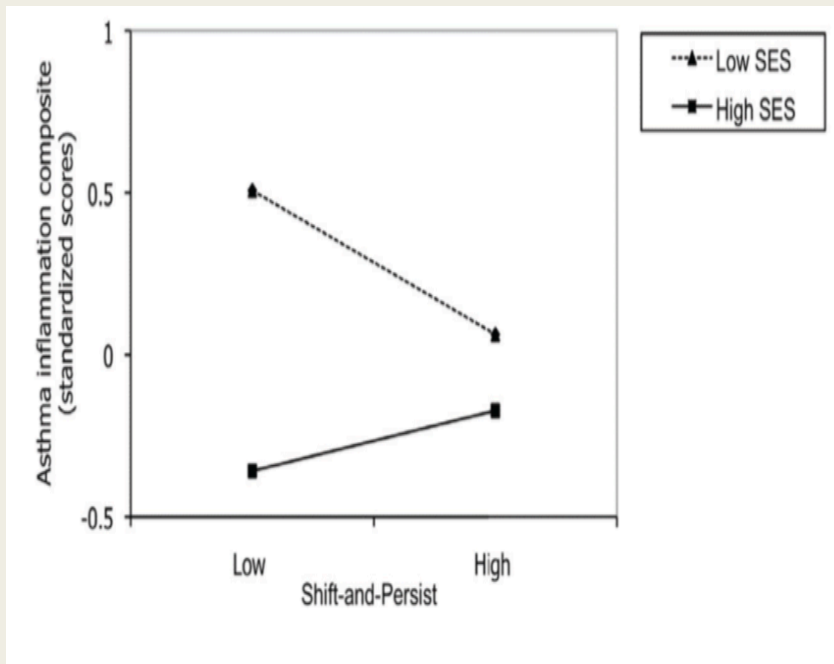


**Figure 2.** No significant interaction of shift-and-persist strategies predicting allostatic load among high childhood SES MIDUS participants. Estimated allostatic load scores are plotted at  $\pm 1$  SD of the shift and persist variables.

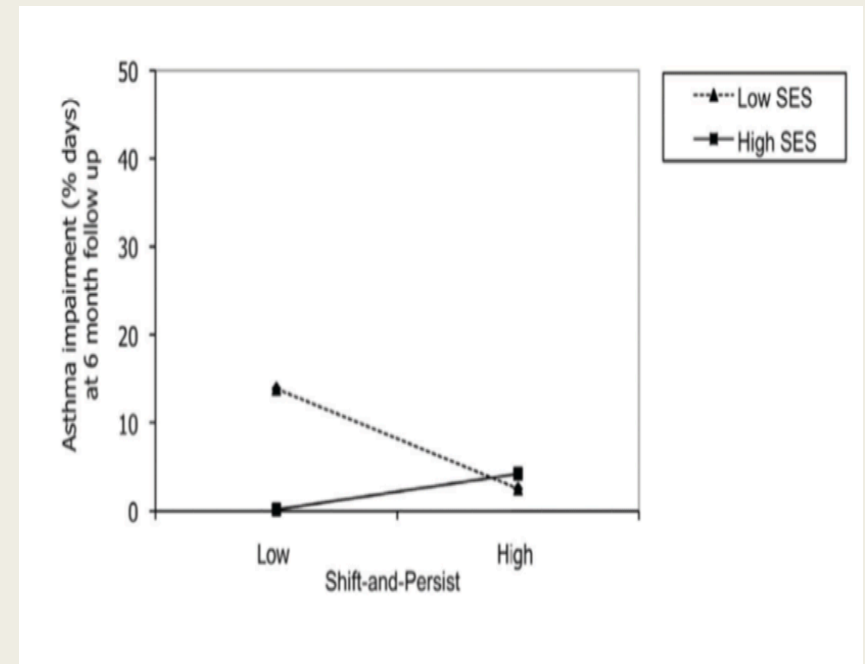


# S-Pの恩恵 (Finding 2)

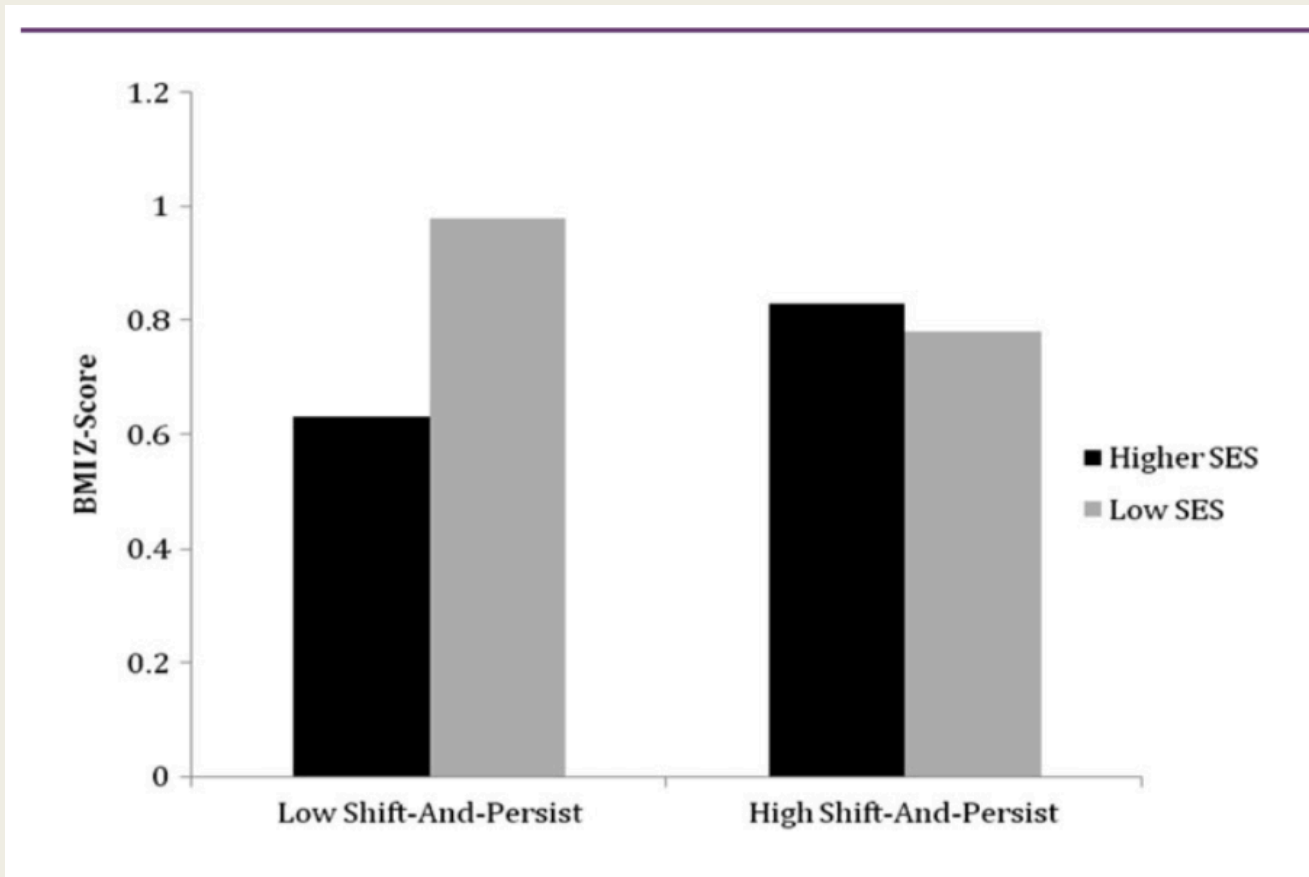
Pre test



Post test



# S-Pの恩恵 (Finding 3)



**FIGURE 1** Mean BMI z-scores by SES and level of shift-and-persist. Shift-and-persist level was split at the mean. Low SES was significantly associated with higher BMI z-score for those low in shift-and-persist, but not for those high in shift-and-persist.

S-PがSESの低い人々の  
精神的健康に及ぼす影響

# 理論の精緻化を目指して

- 尺度の邦訳版の作成
  - 外的妥当性 (≡ 文化比較 )の検討を含む
- 精神的健康への影響についてのメタ分析
  - 抑うつ傾向 (Todai Health Index)に着目した検討
  - 4つの調査 ( $N = 1015$ )
- 心理教育を用いた介入研究
  - 大学生を対象とした予備的介入研究

# メタ分析 (Lee, Toya, Nakashima, in preparation)

- 幼少期の家庭環境 (SES)の測定 (3項目 ; 7件法)
- shift-persist 傾向の測定 (shifting 4項目, persisting 3項目 ; 4件法)
- THI (抑うつ傾向)の測定 (5~10項目 ; 3~4件法)

dataset	survey	process	sample	N	S-P	depressive tendency	SES
1	1	Questionnaire survey by groups	female college students	70	Japanese version of S-P (14items, 4points)	THI (5 items, 3 points)	childhood SES Family income Social rank
2	2	Questionnaire survey by groups	female college students	99	Japanese version of S-P (14items, 4points)	THI (10 items, 3 points)	childhood SES Family income Social rank
3	3	Questionnaire survey by groups	university students	184	Japanese version of S-P (14items, 6points)	THI (10 items, 4 points)	childhood SES Family income Social rank
4	4	web survey	working adults	662	Japanese version of S-P (14items, 4points)	THI (10 items, 4 points)	childhood SES Income of own



# S-P尺度 -shifting-

次のページへ進んでください。

○人生はいつも私たちの思い通りにすすむとは限りません。自分の考えや行く手を阻む障害物があり、さらにそれを除けることができないような状況におかれたとき、あなたはどのように考え、またどのような行動を示しますか。

以下の項目について、あなた自身にどの程度あてはまるかをお答えください。

1：「まったくあてはまらない」～6：「非常にあてはまる」の中で、最もよくあてはまる数字に○印をつけてください。

↓  
↓  
↓  
↓  
↓  
↓  
↓

まったくあてはまらない  
あてはまらない  
あまりあてはまらない  
ややあてはまる  
あてはまる  
非常にあてはまる

10. 私は簡単に動揺することはほとんどない・・・1 — 2 — 3 — 4 — 5 — 6↓
11. その経験が、自分にどのようなメリットをもたらすか考える・・・1 — 2 — 3 — 4 — 5 — 6↓
12. その状況で生じている問題について、どうしても考えてしまう・・・1 — 2 — 3 — 4 — 5 — 6↓
13. 代わりとなる新しい目標を見つけ、その達成のために努力する・・・1 — 2 — 3 — 4 — 5 — 6↓
14. その状況から何を学ぶことができるか考える・・・1 — 2 — 3 — 4 — 5 — 6↓

# S-P尺度 -persisting-

○あなた自身についてお聞きします。↵

以下の項目について、あなた自身にどの程度あてはまるかをお答えください。↵

1 : 「まったくあてはまらない」～ 6 : 「非常にあてはまる」の中で、最もよくあてはまる数字に○印をつけてください。↵

↵  
↵  
↵  
↵  
↵  
↵  
↵  
↵

まったくあてはまらない  
あてはまらない  
あまりあてはまらない  
ややあてはまる  
あてはまる  
非常にあてはまる

1. 私の人生には明確な目的がある・・・・・・・・・・・・・・・・・・1 — 2 — 3 — 4 — 5 — 6↵  
↵
2. 私の人生は価値があると思っている・・・・・・・・・・・・・・・・・・1 — 2 — 3 — 4 — 5 — 6↵  
↵
3. 私が生かされているのにはそれなりの大きな理由や  
目的があるに違いない・・・・・・・・・・・・・・・・・・1 — 2 — 3 — 4 — 5 — 6↵  
↵
4. 私の人生はとりとめのないものだと感じている・・・・・・・・・・1 — 2 — 3 — 4 — 5 — 6↵  
↵



# S-P尺度

Summary of descriptive statistics value about S-P on Study 2

survey	N	M	SD	$\alpha$
1	70	S: 2.463, P: 2.639	S: 0.53, P: 0.62	S: .762, P: .818
2	99	S: 2.583, P: 2.993	S: 0.62, P: 0.55	S: .828, P: .739
3	184	S: 3.852, P: 3.875	S: 0.95, P: 1.04	S: .834, P: .744
4	662	S: 2.574, P: 2.355	S: 0.67, P: 0.74	S: .854, P: .822

※S: shifting, P: persisting

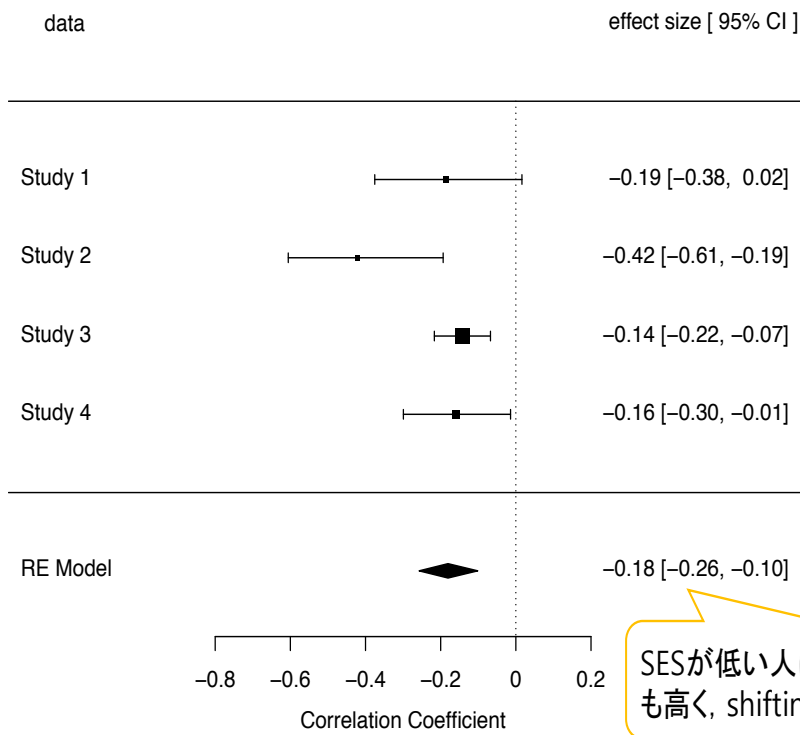
# メタ分析の結果

抑うつ傾向	
shifting	$\beta = -0.07, 95\%CI [-0.14, -0.01]$
persisting	$\beta = -0.34, 95\%CI [-0.43, -0.24]$
Childhood SES	$\beta = -0.06, 95\%CI [-0.12, 0.01]$
<b>shifting*persisting*SES</b>	<b><math>\beta = 0.12, 95\%CI [0.06, 0.18]</math></b>

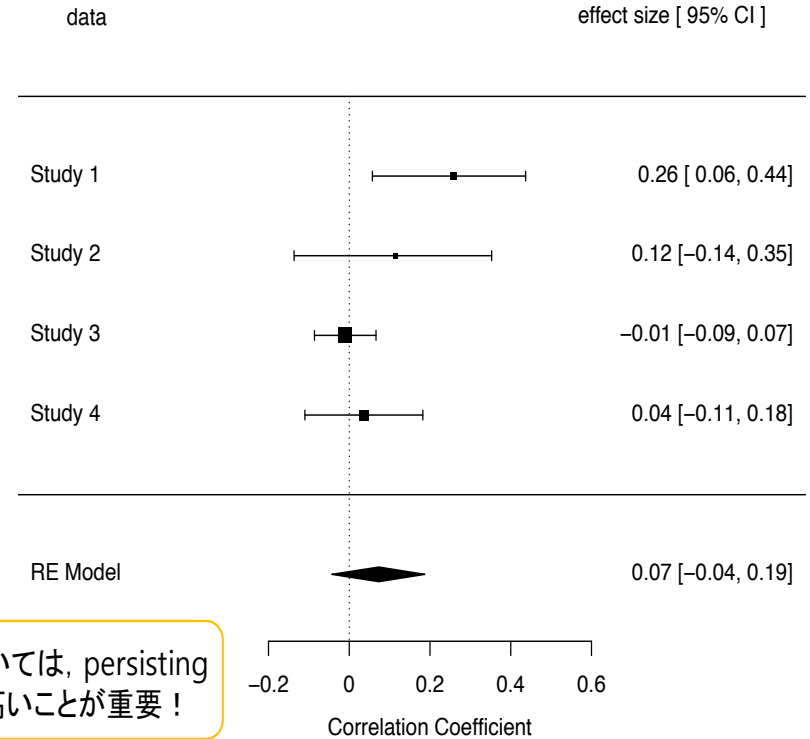
- persistingの主効果とshifting, persisting, SESの3要因の交互作用が有意

# 単純傾斜の結果

## low-SES & high persisting



## high-SES & high persisting



SESが低い人においては, persistingも高く, shiftingも高いことが重要!

まとめ

# まとめ

- shifting, persisting, SES の3要因の交互作用

## 生理指標

- 心血管疾患
- 喘息 (呼吸器疾患)
- 肥満 etc.

## 心理指標

- 抑うつ傾向
- 追加の調査が必要

 **「再評価」はSESが低い人にとって有益である  
特定の文脈 (SES)が決定要因であることが示された**