

柔らかい物体を抱くことが心理生理状態に与える効果

中田 千尋

我々の気分や行動は、触覚の影響を無意識のうちに受けている。触り心地の良い毛布にくるまれて心が落ち着いた経験や、ぬいぐるみを抱いて安心感を得た経験がある人は多いだろう。触覚が気分や行動に与える影響は、動物を対象とした古典的な研究に始まり、次第に明らかにされてきた。例えば、仔ザルはミルクが出る針金製の母親ではなく、布製の母親に対してより多く接触し、長い時間を過ごした (Harlow, 1958)。柔らかさを感じることは安心や安全と結びついており、不確実な事象に対する負の感情を減少させることも示されている (Ackerman et al., 2010; Van Horen & Mussweiler, 2014)。他方、柔らかい物体を抱いていると、社会的排斥 (仲間はずれ) を受けたときの負の感情が高まったという知見もある (Ikeda & Takeda, 2019)。その原因として、柔らかいものを持つことによって、相手に受け入れられるという期待が高まるが、その状態で排斥を受けると、期待外れが大きくなるために余計に傷つくからだと考えられている。本研究では、期待という認知過程に着目し、柔らかい物体を持つことが心理生理状態に与える効果について検討した。

期待や期待外れに対して惹起する事象関連電位 (event-related potential: ERP) に、フィードバック関連陰性電位 (feedback related negativity: FRN) や P300、刺激前陰性電位 (stimulus-preceding negativity: SPN) がある。FRN は期待からの逸脱 (特に、期待よりも悪い結果のとき) や金銭的損失に対して振幅が大きくなり、P300 は期待からの逸脱 (結果の良い/悪いは関係ない) や金銭的利益に対して振幅が大きくなる。また、SPN は動機づけが高められている状態のときに振幅が増加することが知られている。本研究では、ギャンブル課題 (Masaki et al., 2006) を用いて、結果に対する期待と利得・損失に対する認知処理に注目した。参加者は、大小 2 種類の賭け点 (10/50) のどちらかを選択し、それが得られるか (利得) 失われるか (損失) の結果のフィードバックが 2.5 秒後に提示されるのを待った。課題中に柔らかいクッションを抱く群 (ソフト群, $n = 19$) と硬いクッションを抱く群 (ハード群, $n = 20$) に参加者を分けて、ERP、自律神経系指標 (心拍変動、皮膚コンダクタンス水準)、ハイリスク選択率 (50 を選択する確率)、感情評定 (気分や結果のフィードバックに対する感情など) を測定し、群間で比較した。

実験の結果、自律神経系活動やハイリスク選択率、気分には群間差がなく、損失に対する反応 (FRN) やフィードバックに対する期待 (SPN) の大きさにも群間差がなかった。しかし、ハード群はソフト群に比べて利得・損失の両方の結果に対して P300 振幅が大きかった。この結果は、ハード群では、ソフト群に比べて、ポジティブ・ネガティブに関係なく、結果のフィードバックに対して注意が向いたことを示している。言い換えれば、柔らかい物体を抱えることで外界の変化に一喜一憂することが減るといってもできる。

本研究では、柔らかい物体と硬い物体を抱く効果の違いは、P300 振幅以外に得られなかった。硬いとはいえ、クッションを抱くという行為そのものが結果に影響を与えた可能性もある。また、柔らかい物体を抱く効果には個人差が大きく、参加者間で比較するためにはより大きなサンプルサイズが必要だったかもしれない。さらに、柔らかい物体を抱える効果は、金銭的ではなく社会的な課題の方が大きいと考えることもできる。いろいろな可能性や発展が考えられるが、本研究により、柔らかい物体を抱くことで外界の認知が変わる可能性が示唆された。(基礎心理学)