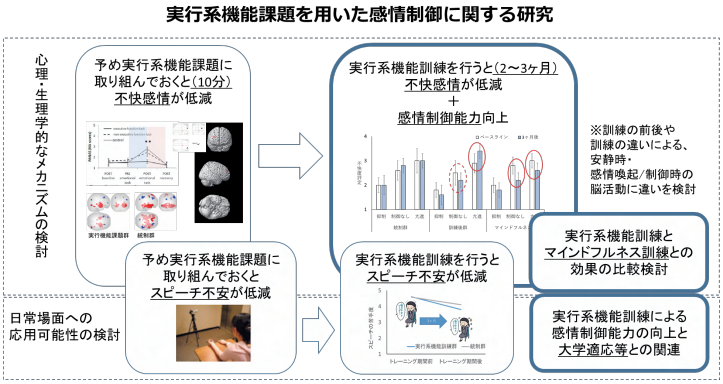
G06 感情の生起・制御メカニズムの検討

基礎教育センター・総合教育教室・准教授・東平　彩亜（飯田　沙依亜）
tohira_saea@aitech.ac.jp

キーワード　感情、感情制御、生理指標（心拍率、皮膚電気反応、ERP、fMRI）

概要

現代社会において感情を適切に制御することは必要不可欠なスキルの１つである。他方、一度生起されてしまった感情を制御することはそう容易なことではなく、感情制御に困難さを感じている方は多い。そこで誰にでも簡単に実施できて、かつ効果的な感情制御方法を提案すべく、感情に直接アクセスしない感情制御方法について検討を行っている。例えば、予め認知課題に取り組むことで、後続の感情反応が自動的に消失することを発見し、そのメカニズムについて検討してきた。直前の認知課題の遂行が脳の感情領域に抑制的に働きかけることで、感情反応が生起しにくくなることが示唆され、このことをふまえて、認知機能トレーニングによる感情制御能力の向上の可能性についても検討を行っている。また、認知課題を苦手とする人には認知課題の遂行そのものがストレスとなってしまう場合もあるため、感情生起のメカニズムを視野に入れ、より負荷の少ない行動による感情制御の検討も進めている。



※名古屋大学脳とこころの研究センターシンポジウム（2020）での発表資料

セールスポイント

1．これまで様々な指標を扱ってきた経験をふまえ、感情という数値化しづらい対象を、研究の目的や対象となる感情の特徴を考慮し、適切にモニタリングすることを可能にする。
2．感情を含め、様々な行動のメカニズムに対して、心理学、神経科学、生理学など様々なレベルで既存の知見や理論等を参照しながら、多面的な検討を可能にする。

企業等での活用例、今後の展望等

1．認知課題による感情制御方法は、豊富なエビデンスに基づくシンプルで確実な感情制御方法として、教育、療育、更生などの現場で活用され始めている。
2．企業との共同研究を通して、より多くの社会の生きた感情に関する研究に携われる機会を楽しみにしている。

参考資料

Iida, S., et al., (2013) Modulation of Emotion by Cognitive Activity, *Psychological Topics*, 22, 205-219.