

音楽の聴取行為と音楽性質が感情に与える影響

○中本里奈^{*1}, 大藤弘典^{*2}

(^{*1} 広島国際大学大学院心理科学研究科・^{*2} 広島国際大学健康科学部心理学科)

研究の目的

音楽は娯楽として日常に溶け込むだけでなく、癒やしを目的に意図的に用いられることもある。

松本(2002)は、感情的性格が異なる音楽を複数用意して参加者に聴かせ(受動的聴取)、各音楽の聴取が悲しい気分を与える影響を調べており、強い悲しみを喚起した場合に、音楽聴取がその悲しみを緩和するという結果を得た。

本研究では、悲しみ感情の緩和効果に焦点を当て、音楽聴取による悲しみ感情の緩和に及ぼす受動的・能動的な曲選択の効果調べを目的とする。受動的聴取より能動的聴取の方が悲しみの低減効果が強いという仮説を立て、検証する。

方法

実験参加者 大学生 36名。

刺激と課題 聴取時の音楽刺激は、受動条件では、悲しい音楽性質を持つ音楽(Gnossienne No.3)を、能動条件では参加者が主観的に悲しいと思う音楽を使用した。悲しみ感情の誘導は、松本(2002)が悲しみ感情の誘導に用いた Bless et al. (1996)の手続きにならい、1日目に2つの人生で最も悲しかった出来事を簡単に記述させ、そのうちの一つを実験者が指定して詳細に記述させた。2日目は、1日目に記述しなかった出来事について詳細に記述させた。また松本(2002)が使用した気分評定を用いて、参加者の悲しみと、快適性を測定した。
手続き 実験は2日に分けて行った。各日、悲しい気分の誘導後に、悲しい音楽を聴取した。また、気分誘導の前後、悲しい音楽の聴取後の3時点で参加者の気分を測定した。音楽聴取は、参加者が自由に音楽を選択して聴取する能動条件と、実験者が選定した悲しい音楽性質を持つ音楽を聴取する受動条件を設け、参加者ごとに実施順のカウンターバランスを取りながら、日を分けて行った。

結果

悲しみ得点について、聴取条件(能動, 受動)×測定系列(気分誘導前, 誘導後/聴取前, 聴取後)の3要因被験者内分散分析を行った結果、測定系列の主効果が有意だった($F(2,70) = 128.13, p < .001$)。多重比較より、気分誘導後の悲しみ得点が有意に高かったため(気分誘導前:2.01, 気分誘

導後 4.17, $p < .001$)、気分誘導は成功した。しかし、音楽聴取の前後で悲しみ得点に差はなかった($t(35) = .979, n.s.$)。聴取条件の主効果($F(1,35) = 3.20, n.s.$)、聴取条件×測定系列の交互作用も有意ではなかった($F(1,35) = 1.92, n.s.$)。

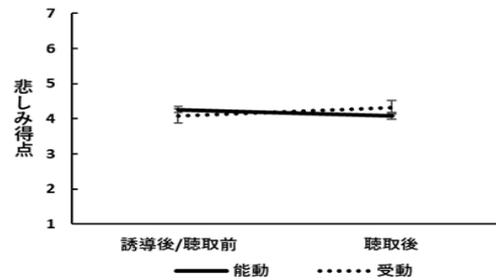


Figure 1. 聴取条件×測定系列の交互作用

補足分析として快適性得点についても同様の3要因分散分析をした結果、測定系列の主効果のみ有意であり($F(1,35) = 25.72, p < .001$)、多重比較より、聴取前と比べ聴取後の不快感が緩和することが示された($p < .001$)。

考察

実験の結果、悲しい音楽を能動的に聴取しても悲しみの緩和には結び付かないことが明らかとなった。また、先行研究と異なり、受動聴取の場合も、音楽によって誘導された悲しみが低減することはなかった。松本(2002)の先行研究では、強い悲しみ喚起を意図した条件下でも、誘導後の悲しみ得点は2.92と低かった。先行研究で音楽の低減効果が示されたのは、そこまで強い悲しみが喚起されていなかったからかもしれない。悲しい音楽がどの程度の悲しみまで緩和するのか、またそのときの緩和効果が能動的聴取によって高まるかについては、さらに検討する余地がある。

引用文献

- Bless, H., Clore, G. L., Schwarz, N., Golisano, V., Rabe, C., & Wölk, M. (1996). Mood and the use of scripts: Does a happy mood really lead to mindlessness?. *Journal of personality and social psychology, 71*(4), 665.
- 松本じゅん子 (2002). 音楽の気分誘導効果に関する実証的研究 人はなぜ悲しい音楽を聴くのか. *教育心理学研究, 50*(1), 23-32