

悲しい気分と音楽聴取行動
-KJ法を用いた質的分析-

安田恭子¹ 西 和久² 清水 遵³

要約：本研究では、日常生活で経験するネガティブ・ムード状態、特に悲しい気分が生じている際の音楽聴取行動にどのような動機的側面が働いているのかを探索的に検討した。具体的には、被験者に悲しい気分時の音楽聴取理由を自由記述法で尋ね、それらのデータをKJ法を用いてボトムアップ的に整理・分類した。分析の結果、「同質性仮説の利用」「気分の転換・注意の転導」「対症療法仮説の利用」が主なカテゴリとして抽出された。悲しい気分の際に音楽を聴取する理由は個人や状況場面により様々に異なるが、本研究はそうした多様な動機的側面についての基礎的データを明示するものと考えられる。

Negative Mood and Music Listening
-A Qualitative analysis using the KJ method-

Yasuko YASUDA¹ Kazuhisa NISHI² Jun SHIMIZU³

Abstract : This research investigated what kind of motive is working to music listening action in the case of the negative mood state experienced by everyday life, especially sadness feeling, experienced by everyday life. At first, using the open-ended questionnaire, subjects were asked the reason why they listened to the music at the time of a sad feeling. And then these collected data were arranged and classified by the KJ method. As a result of analysis, "sympathic hypothetical use", "conversion of mood and distraction", and "allopathic hypothetical use" were extracted as main categories. Although the reason for listening music in the case of a sad feeling changes variously with an individual or a situation, this research could specify the fundamental data about such the various motives.

1. はじめに

Altshuler(1954)が提唱した『同質の原理』は、音楽療法における確定原理として定着している。

松本(2002)は、音楽聴取前の悲しみが強いときには悲しい曲を、悲しみが弱いときには明るい曲を聴取することで悲しみが減少することを示唆し

¹ 愛知淑徳大学大学院コミュニケーション研究科(Graduate School of Communication Studies, Aichi Shukutoku University)

² 愛知淑徳大学医療福祉学部(Faculty of Medical Welfare, Aichi Shukutoku University)

³ 愛知淑徳大学コミュニケーション学部(Faculty of Communication Studies, Aichi Shukutoku University)

た。松本(2002)の実験は、『同質の原理』に準拠した検討であり、この原理を支持するものと思われる。しかしながら、Altshuler(1954)が提言し、松本(2002)が実験的に証明したように、我々は、日常生活において、悲しい気分の生起時に、悲しい気分と同質の音楽を聴取しようと実際に希求するのであろうか。そもそも、悲しみが生じている際に、人はなぜ音楽を聴取するという行動に駆られるのであろうか、その行動には、どのような動機的原因が影響しているのであろうか。残念ながら、このような問いに対して答えを提示しうる調査研究は、皆無に等しい。

実験室研究においては、悲しい気分を意図的に生起させ、悲しい気分状態下の被験者に悲しい音楽を聴取させて、その効果を実証的に検討することができるという利点がある。つまりは、悲しい気分生起時の音楽聴取行動の効果に関する因果関係の検討が可能となる。しかし、実験室で得られた研究成果を、日常生活場面に還元しようとする際、いくつかの問題がしばしば生起する。これは、実験室という特殊な環境において、その事象が関与する文脈やその認知的側面についての要因を積極的に取り入れることが困難であるということに伴う問題であろう。この問題をできるだけ避ける一つの方法として、「日常場面に即した」という意味での生態学的妥当性(安田, 2003)に配慮した研究を行う必要があると思われる。ゆえに、問題事象に関する実態を調査し、ボトムアップ的に研究が行われることが必要になる。

そこで本研究では、日常における悲しい気分が生起している際の音楽聴取行動について、主に動機的原因から、探索的に検討を行うことを目的とする。具体的には、悲しい気分が生じている際の音楽聴取行動の傾向に関する設問(一問)とその動機についての自由記述による調査を実施し、KJ法による分析を行った。

2. 方法

被調査者と調査手続き：名古屋市内に所在する私立大学学部生 24名(女性 22名, 不明 2名, 年齢平均=19.95歳, $SD=0.47$)、私立大学大学院生 33名(男性 6名, 女性 27名, 年齢平均=27.85歳, $SD=7.35$)、専門学校生 39名(男性 26名, 女性 11名, 不明 2名, 年齢平均=19.58歳, $SD=2.47$)の計 3校の学生 96名を対象に、質問紙調査が行われた。KJ法については、欠損値を含むケース及び回答に信頼がおけないケースを除外し、最終的に 79名(男性 22名, 女性 54名, 不明 3名, 年齢平均=23.35歳, $SD=6.49$)のデータを分析対象とした。調査実施時期は 2004年 1月から 2月であり、私立大学学部生・専門学校生においては、講義時間を利用して質問紙を配布、回答させた直後に回収を行う集合調査法の手続きを用いた。私立大学大学院生については、課外時間を利用し、個別に質問紙を配布し、回答後直ちに回収を行う個別調査法の手続きを用いた。

質問項目：問 1では、悲しい気分時に、どのような音楽を聴取しているのかについて訊ねた(4つの選択肢の中から適切なものを選択：(1)楽しい音楽、明るい音楽、(2)悲しい音楽・暗い音楽、(3)その時々によって異なる(楽しい音楽を聴きたいり、悲しい音楽を聴きたいりする)(4)その他(○○な音楽と具体的に記入))。問 2では、悲しい気分有的时候に、よく聴取する音楽について、アーティスト名と楽曲名を思いっただけ回答するように求めた。問 3では、悲しい気分時の音楽聴取理由について自由に記述することを求めた。

データの整理・分類方法：問 1については記述統計が行われた。問 3については、KJ法(川喜多, 1967)を用いてカテゴリー化された形に整理・分類が行われた。また、付加的な分析として、聴取音楽の質的な違いによって動機的原因が異なるか否かについて検討する目的から、問 1の回答別の KJ法も行われた。KJ法の具体的な手順は、

①収集された意見を1項目ごとに分け、一つずつ紙片に書き出す、②それらの紙片を、内容的に類似するもの同士でまとめ小さいグループを構成していく、③内容的な類似性に基づき、小さいグループから次第にそれらを大きいグループへと包括していく、④最終的にグルーピングされたものを、各段階のグループ相互間の関係を考え、空間配置を行う、というものである。これらの手続きは筆者らによって行われた。なお、問2については、本研究の主たる検討項目ではないため、本稿では割愛した。

3. 結果

問1: Figure1に結果を示した。Figure1からは、悲しい気分の際に、楽しい・明るい音楽を聴取する割合は15名(16%)、悲しい・暗い音楽を聴取する割合は18名(19%)、その時々によって異なる割合は56名(59%)、その他の割合は6名(6%)であった。したがって、日常的には、悲しい気分の時に悲しい・暗い音楽を聴取する割合は、楽しい・明るい音楽を聴取する割合とほぼ同程度であり、その時々によって異なるという柔軟な聴取行動の割合が半数以上で最も高いことが判明した。

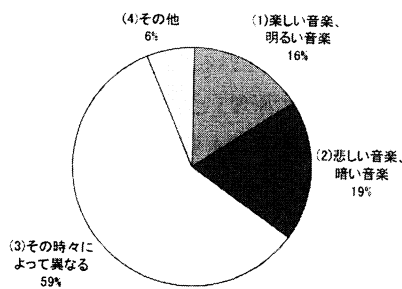


Figure1 問1結果

問3: 収集された自由記述は、134項目(一人あたりの平均記述数は1.70個)に分けられ、それらはカテゴリー化された形にまとめられた。最終的なカテゴリーの分類結果を空間配置したものを

Figure2に示した。得られた自由記述は、「A:同質性仮説的利用」(38.8%)、「B:気分の転換・注意の転導」(20.1%)、「C:対症療法仮説的利用」(22.4%)の大きな3つのカテゴリーに集約された。また、その他の自由記述は、「癒し(2.2%)」「ストレス・マネジメント(3.7%)」(「BGM的利用(2.2%)」含む)「時間潰し(1.5%)」「音楽を利用しない(7.5%)」「その他(4.5%)」(「聞き流し(1.5%)」含む)「音楽を利用しない(6.1%)」に集約された。同質性仮説的利用:同質性仮説的利用(Figure2・左)は、2つの大カテゴリー(「悲しみの増幅(20.9%)」「支持的・共感的利用(11.9%)」)とそれを構成する8つの小カテゴリー(「悲しみに浸る(9.7%)」「さらなる落ち込み(6.1%)」「悲しみの実感(1.5%)」「泣く手段(2.2%)」「気分の沈静化(6.1%)」,「支持的・共感的利用」の小カテゴリー:「励ましの手段(3.7%)」「共感の手段(3.7%)」「気持ちの代弁(3.0%)」)から構成された。

気分の転換・注意の転導:気分の転換・注意の転導(Figure2・中央上部)は、「気を紛らわす手段(7.5%)」「気分転換の手段(6.7%)」「現実逃避の手段(6.1%)」という3つのカテゴリーで構成された。

対症療法仮説的利用:対症療法仮説的利用(Figure2・右)は、1つの大カテゴリーと、4つの小カテゴリーから構成された。大カテゴリー(「気分の建て直し(14.2%)」)は、2つの小カテゴリー(「元気になる手段(9.1%)」と「立ち直す手段(3.7%)」)によって構成され、「気分の昂揚化(5.2%)」「悲しい気分の発散(3.1%)」の2つが独立した小カテゴリーとして構成された。

以上の結果から、同質性仮説的利用が占める割合は38.8%であり、それ以外の音楽聴取目的は60.6%であった。したがって、悲しみが生起している際の音楽聴取行動においては、必ずしも生じている悲しみと同質の音楽を求めての音楽聴取

行動が多くみられるわけではないことが判明した。また、悲しい時に音楽を積極的に聴取しない割合も 6.1%みられ、悲しい気分が生起している際に、音楽聴取行動が適切ではない場合も存在することが明らかとなった。さらに、音楽聴取目的として、時間潰しや聞き流しなどの特に目的のない消極的な目的も存在することが判明した。

聴取音楽の質的な相違と KJ 法(付加的分析)：楽しい・明るい音楽選択群の有効記述数は、全体の 14.2%を占め、「気分の建て直し(「励まし・元気づけ(16.7%)」「気分の昂揚化(33.3%)」を含む(55.6%))」「気分の転換(22.2%)」「悲しみの実感(「気分の沈静化(11.1%)」を含む(16.7%))」の 3つのカテゴリーが構成された。また、悲しい・暗い音楽選択群における有効記述数は、全体の 21.6%であり、「同質性仮説的利用(「カタルシス的利用(21.4%)」「悲しみに浸る(21.4%)」「悲しみの増幅(14.3%)」「気分の沈静化(10.7%)」を含む(67.9%))」の大カテゴリーと、「気分の昂揚化(17.9%)」「気分の転導(7.1%)」の 2つの小カテゴリーが構成された。その時々によって異なる選択群については、有効記述数は、全体の 61.9%を占め、「対症療法仮説的利用(「気分の建て直し(「立ち直す手段(2.4%)」を含む(13.3%))」と「気分の昂揚化(3.6%)」を含む(19.3%))」と「同質性仮説的利用(「悲しみの増幅(4.8%)」「気分の沈静化(4.8%)」「悲しみに浸る(3.6%)」を含む(16.9%))」「気分の転換・注意の転導(「気を紛らわす手段(7.2%)」「気分転換の手段(9.6%)」「現実逃避の手段(6.0%)」を含む(22.9%))」「支持的・共感的利用(「気持ちの代弁(4.8%)」「励ましの手段(3.6%)」「共感の手段(3.6%)」を含む(13.6%))」などの 4つの大カテゴリーと、「音楽を利用しない(10.8%)」「BGM 的利用(「聞き流し(2.4%)」を含む(6.0%))」「時間潰し(2.4%)」「癒し(2.4%)」「その他(4.8%)」の 5つの小カテゴリーが構成された。

以上の結果より、聴取音楽の質的な相違によ

て、その動機的側面についても相違がみられることが判明した。楽しい・明るい音楽聴取群においては、対症療法仮説的利用を支持しうる動機が多くみられ、悲しい・暗い音楽聴取群においては、同質性仮説を支持しうる動機が多くみられた。また、その時々によって異なる群については、Figure2 に示した全体の KJ 法の結果と類似の結果が得られた。

4. 考察

問 1 の結果からは、悲しい気分生起時の悲しい・暗い音楽の聴取割合と楽しい・明るい音楽の聴取割合がほぼ同程度であり、それぞれ 20%に満たないことが明らかとなった。したがって、日常的には、悲しい気分が生じている際に、一義的に『同質の原理』的な音楽の利用をしているわけではないことが判明した。むしろ、その時々によって異なる音楽を聴取する割合が半数を超え、そのような人々は、悲しい気分の程度や質によって音楽の利用の仕方を意図的かつ柔軟に変えて、音楽を聴取しているのであろうことが推測された。しかしながら、これらの結果は、状況依存的に柔軟に聴取音楽を選択するタイプと、聴取音楽の選択が状況にはあまり左右されずに個人特性的に頑強なタイプの二通りのタイプが存在するということを示唆しているだけなのかもしれない。よって、『同質の原理』との関係性について、これ以上の積極的な議論を展開するのは、現時点では慎重にならざるを得ない。

問 3 の KJ 法による分析結果からは、問 1 での結果を支持しうる結果が得られた。同質性仮説的利用を目的とする音楽聴取行動(38.8%)が割合的には最も高かったものの、気分の転換・注意の転導(20.1%)、対症療法仮説的利用(22.4%)などの目的の割合も比較的高く、悲しみと同質な音楽を偏向するわけではないことが分かった。悲しい気分が生起している際に、『同質の原理』的な音楽聴取行動の占める割合が、なぜ 40%以下であるの

かに関する考察は、本研究の対象外であるが、日常生活における悲しい気分生起時の音楽聴取行動の動機的側面がボトムアップ的に明らかとなった。

問1と問3の結果を考慮すると、その時々によって異なる音楽を聴取する群では、悲しみの質や程度によって柔軟に聴取音楽を選択し、その聴取音楽の選択の目的・基準によって、悲しみの増幅や気分の沈静化などを目的とする同質性仮説の利用や、気分転換や現実逃避の手段としての気分の転換・注意の転導、気分の昂揚化や気分の建て直しなどを目的とする対症療法仮説の利用を積極的に使い分けている可能性が考えられた。また、楽しい・明るい音楽聴取群、悲しい・暗い音楽聴取群では、それぞれ、その特性に合致した目的の割合が高かった。したがって、悲しい・暗い音楽の選択は同質仮説の利用を意図し、楽しい・明るい音楽の選択は対症療法仮説の利用を意図して聴取音楽を選択していることが示唆された。

本研究では、各被調査者によって想定された「悲しみ」について、意図的に尋ねられていないために、被調査者毎に、想定された「悲しみ」の質や程度が異なっている可能性がある。したがって、「悲しみ」が癒されるプロセスについて、これ以上の議論を試みることは困難であろう。また、気分の転換・注意の転導、対症療法仮説の利用は、『同質の原理』でいうところの悲しみを受容した後の段階に相当する音楽聴取行動の動機的側面であるために、全被調査者の悲しみの質や程度を揃えることで異なった結果が得られる可能性は否めない。しかし、繰り返しになるが、日常生活における悲しい気分生起時の音楽聴取行動に関する傾向およびその動機的側面が、ボトムアップ的に明らかとなった点に本研究の研究意義があるものと思われる。

5. まとめ

本研究では、日常生活で経験するネガティブ・

ムード状態、特に悲しい気分生起時の音楽聴取行動の動機について、自由記述法による調査が行われ、KJ法を用いて、整理・分類された。分析の結果、「同質性仮説の利用」「気分の転換・注意の転導」「対症療法仮説の利用」が主なカテゴリーとして抽出され、必ずしも、悲しい気分時に、『同質の原理』に即した音楽聴取行動が多くみられるわけではないことが明らかとなった。悲しい気分の際に音楽を聴取する理由は個々人や状況場面によって様々に異なるが、KJ法を用いることによって、これらの多様な動機的側面について、いくつかのカテゴリーに分類することが可能となり、日常生活における、悲しい気分生起時の音楽聴取行動について、ボトムアップ的な基礎的データを明示し、示唆に富む研究であったと考えられる。

引用文献

- Altschuler, I. M. 1954 The past, present and future of music therapy. *In Music therapy*. (ed. E. Podolsky), pp. 24-35. New York : Philosophical Library.
- 川喜田二郎：発想法。東京、中央公論社、1967.
- Holbrook, M. B. and Anand, P. 1990 Effects of Tempo and Situational Arousal on the Listener's Perceptual and Affective Responses to Music. *Psychology of Music*, 18, 150-162.
- 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.
- 安田恭子 2003 応用から基礎へ 物理的特性と認識・生理反応のズレをいかに扱うか 生理心理学と精神生理学, 21(2), 65-66.

参考文献

- 西 和久 2000 若者のエイズに対する態度構造についての調査研究 日本エイズ学会誌, 2(3), 177-183.