



Tokyo Gakugei University Repository

東京学芸大学リポジトリ

<http://ir.u-gakugei.ac.jp/>

Title	感情への評価、感情表出の制御及び精神的健康との関連： 制御を行う相手の親密度に着目して(fulltext)
Author(s)	小隅,史子; 河村,結里; 高橋,芽依; 松村,大希; 上淵,寿; 上淵, 真理江
Citation	東京学芸大学紀要. 総合教育科学系, 67(1): 107-123
Issue Date	2016-02-29
URL	http://hdl.handle.net/2309/144615
Publisher	東京学芸大学学術情報委員会
Rights	

感情への評価, 感情表出の制御及び精神的健康との関連:

制御を行う相手の親密度に着目して

小隅 史子・河村 結里*¹・高橋 芽依*¹・松村 大希*¹・上淵 寿*²・上淵真理江*³

学校心理学分野

(2015年9月16日受理)

1. 問題と目的

1. 1 感情への評価とは

奥村(2008)は,感情への評価尺度を作り,個人が一貫して抱えている評価の傾向を示した。また,個別の感情経験に対する一過性の評価のみならず,人が自己の感情をどのように主観的にとらえ,評価しているのかという点についてはあまり検討されていないことに着目した。個人の感情経験のあり方は,一過性の個人の感情経験のみならず,感情経験の背後にある感情への評価を捉えることで,特性的な観点からよりの確に捉えうる可能性がある(奥村,2008)。感情への評価を測定する尺度はいくつか存在するが,感情への肯定的評価・否定的評価の両者を体系的に網羅しておらず,自他の感情についての項目が混在していたりする等の問題点がある(奥村,2008)。よって,奥村(2008)はこれらの問題点を改善し,「感情への評価」の概念の特徴を3つに定めている。(1)感情への覚知や認識などと区別され,価値づけを伴うものであること,(2)自己の感情に対するものか,他者の感情や感情一般に対するものか区別する必要があること,(3)肯定的評価から否定的評価まで幅のあるものと考えられることなどが提示された(奥村,2010)。奥村(2008)では,怒りと悲しみの感情において,否定的評価では「他者懸念」と「負担感」の2つの尺度,肯定的評価では「必要性」の尺度が抽出されている。また,この感情への評価は,怒りと悲しみの2つの感情のみで検討されており,喜びへの評価の尺度作成はこれまで

の研究で天井効果が認められたことにより断念されている。

1. 2 感情表出の制御

感情表出の制御とは「経験した感情をそのまま表さず,強めたり弱めたり他の感情に置き換えたりして本来とは異なる形に表すこと」と定義される(崔・新井1998)。大別して考えると,実際に生起している感情を隠し,その感情を表さない抑制と実際に生起していない感情や弱い感情を強めて表す強調の2つに分類できる(崔・新井1999)。また,崔(1996)は感情の中でも表出の制御の対象とする感情は,怒りや失望,悲しみといったネガティブ感情が圧倒的に多いことを明らかにしている。

そして,Gnepp & Hess(1986)が感情表出の制御を行う動機の種類として,相手への考慮や相手との関係の維持及び規範維持という向社会的動機と,自分が得をするためや自尊心を維持するためという自己保護的動機の2種類が抽出している。さらに野口(2012)は,感情表出の制御の動機の要因が感情や方略によって異なることを示した。怒りは,表出抑制・表出誇張共に調整相手が怒りの原因であり,表出抑制は向社会的動機から,表出誇張は自己保護的動機から行われることが示されている。また,悲しみは,調整相手は,表出抑制では偏りが見られず,表出誇張では調整相手以外が悲しみの原因であることが多く,動機に偏りはみられないことが明らかにされている。

以下,感情表出の制御の方略である表出抑制と抑

*1 東京学芸大学大学院 教育学研究科 (184-8501 小金井市貫井北町4-1-1)

*2 東京学芸大学 教育心理学講座 学校心理学分野 (184-8501 小金井市貫井北町4-1-1)

*3 共立女子短期大学 (101-0051 千代田区一ツ橋2-2-1)

制、表出誇張と強調をそれぞれ『抑制』と『強調』に統一する。表出抑制とは、何らかの感情を経験したときに表情による感情表出を抑えることであり、表出誇張とは、感情表出を大げさにすることである (John & Gross, 2004; Demaree et al. 2004)。これは表情表出による感情調整方略である。よって、崔・新井 (1997) が定義している感情表出の制御方略の抑制と強調のそれぞれの定義の中に含まれるものであると考えられる。加えて、感情特性と感情表出の制御の関連をみた研究 (藤井・谷口, 2012) では、悲しみへの評価での他者懸念因子のみ結果が得られた。物事をネガティブに考えやすいネガティブ特性群と物事をあまりネガティブに考えない群であるポジティブ特性の人では、前者において否定的評価が高かった。それにより、特性一致効果が悲しみの他者懸念という一部の感情にのみ適応できるのではないかと考察されている。

1. 3 感情表出の制御場面

また、崔・新井 (1999) は具体的な場面を提示せずに、各自が自由に場面を想定でき、感情がどこに起因しているのかを意識した感情表出の制御尺度を新たに作成した。感情の種類 (好感・喜び・嫌悪・恐怖・悲しみ・怒り) × 方略 (抑制・強調) × 感情の起因場所 (自分・相手) の24項目である。例えば、感情の種類が好感、方略が強調、起因場所が相手であれば、「友人がとても嬉しいと言うこと (もの) に対し、自分はそれほど嬉しく思わない時、私もかなり嬉しそうに表す。」となる。このように24項目を作成して、因子分析を行い「八方美人的制御」「非仲間志向的制御」「自己抑圧的制御」「同調のための抑制的制御」「同調のための強調的制御」の5因子を抽出した。しかし、因子でまとめることにより感情毎で分析を行えないため、「怒り」と「悲しみ」毎の感情表出の制御場面は検討できていない。

加えて、奥村 (2011) では怒りと悲しみの感情への評価と感情表出の抑制との関連が見られなかった。その理由として、このときに抑制を測る尺度として使われた感情抑制傾向尺度は上記と同様に具体的な場面を提示せずに、一般性を求めていたことが考えられる。したがって、具体的な感情を喚起する場面が想像しにくく、その結果として関連が見られなかったのではないかと。よって、今回は具体的な怒りと悲しみの感情表出の制御場面を調査し、抑制から強調まで方略が使われる場面を作成する。

1. 4 感情表出の制御相手

平林 (1993) は感情種類別に場面を作成し、その場面で4種類の相手 (異性の友人、同性の友人、異性の知人、同性の知人) に対してどのように自己の感情の表出を行うのかを研究した。そして、一般に相手が異性で、あまり親しくない場合の方が感情表出をコントロールすることを明らかにした。また、感情表出の制御経験の頻度は、約8割が友人を相手とし、その中の約6割が同性の友人である (結城, 2007)。またそれに加えて、怒りの強調においては友人だけではなく、家族に対して行われることも多い (野口, 2012) ことが明らかにされている。

また、本調査対象者も大学生とすることから、友人に対する経験が多く報告されることが予測できるが、これまでは友人を対象とした場面を作成した研究が多く、友人以外に目を向けた研究が少ない。よって、本研究では友人と知人の2種類の対象を感情表出の制御相手として設定し、検討を行う。但し、友人は「最も親しい友人」、知人は「同じ学年の顔見知り程度の知人」と定義する。

1. 5 感情表出の制御と精神的健康

最近の青年の傾向はその友人関係の特徴として表面的な親密さや楽しさを求め、互いに傷つけることや傷つくことを恐れ、形式的で円満な友人関係を求めながら、関係が深まることを避ける傾向が指摘されている (千石, 1991)。それにより、感情表出の制御が日常的に行われており、友人関係における精神的健康に影響が及ぶことが考えられる。崔・新井 (1998) は、感情表出の制御は対人関係において人間関係の悪化を防ぐというプラスの働きをする反面、自己の感情をいつも隠したり抑えたりして他人にあわせてばかりしていることは、フラストレーションやストレスの蓄積、アイデンティティの喪失など、精神的健康とのマイナスの関係が予測されると述べている。よって本研究では、感情表出の制御の方略と精神的健康との関連を検討する。

1. 6 本研究の目的

本研究では、怒りと悲しみの感情に焦点をあて、感情表出の制御方略とする抑制と強調の両者が想起できる具体的な感情表出の制御場面を作成し、感情への評価、感情表出の制御及び精神的健康との関連をみる。さらに、感情表出の制御を行う相手を友人と知人の2つに分けて調査を行う。

そして、本研究では抑制と強調の両者が想起できる

場面を作成するため, 感情生起原因は自分とする。感情生起原因が相手であれば, その感情を抑制することが少なくなることが予想されるためである。また, 強調の定義は, 「実際に生起していない感情や弱い感情を強めて表す」であるが, 「実際に生起していない感情」は強調できるが, 抑制はできない。よって, 本研究では強調の定義を「実際に生起している感情を強めて表すこと」とする。また, 感情表出の抑制と強調のどちらの方略が精神的健康に影響を及ぼすのかを探索的に検討する。

さらに, 感情表出においても, 男性は常に冷静で弱みを見せず, 感情表出を抑えるものという性役割期待が存在する(鈴木, 1994)ことから, 性差も要因に加えて検討を行う。

2. 予備調査

2. 1 調査目的

感情表出の制御方略である抑制と強調の両者を想起できる, 具体的な怒りと悲しみの感情表出の制御場面を作成する。加えて, 感情表出の制御を行う相手として友人と知人の両者を対象とできる場面を作成する。

2. 2 方法

2. 2. 1 調査対象者

東京都内に通う大学生89名(男性38名, 女性51名, 平均年齢19.6歳, 標準偏差=0.87)

2. 2. 2 調査期間

2014年6月下旬に質問紙調査を実施した。

2. 2. 3 調査方法

東京都内の大学の授業時間中に自由記述式質問紙調査を実施した。また, 個別に大学生の友人に調査への協力を依頼した。平均解答時間は約20分であった。

2. 2. 4 調査内容

調査は, 自由記述式質問紙を用いて行った。質問紙は, フェイスシートをはじめとし, これまでの経験を基に, 怒りと悲しみの感情表出の抑制場面と強調場面を記述してもらった。記載順序及び質問内容は, 以下の通りである。尚, 用いた質問紙を付録として巻末に付す。

(1) フェイスシート

「感情表出の制御」と題し, 回答の際の注意事項等

について簡潔に記した。また, 調査協力者の性別, 年齢を尋ねた。

(2) 感情表出の抑制場面の自由記述

感情表出の制御の方略である「抑制」の説明を提示し, 以下の教示文を記した。

「あなたはこれまで, 怒り(悲しみ)の感情を経験した時, その怒り(悲しみ)の感情を表さないようにしたことがありますか。以下の①②③を含めて, その時の場面をできるだけ詳しく以下の空欄に回答してください。①なぜ怒り(悲しみ)の感情が生じたのか②誰に対して抑制をしたのか③なぜ怒り(悲しみ)の感情を抑制したのか」

また, ①から③はそれぞれ例も提示し複数回答も可とした。

(3) 感情表出の強調場面の自由記述

感情表出の制御の方略である「強調」の説明を提示し, 以下の教示文を記した。

「あなたはこれまで, 怒り(悲しみ)の感情を強調したことがありますか。以下の①②を含めて, その時の場面をできるだけ詳しく以下の空欄に回答してください。①誰に対して強調をしたのか②なぜ怒り(悲しみ)の感情を強調したのか」

また, ①, ②はそれぞれ例を提示し, 複数回答も可とした。

2. 3 結果と考察

2. 3. 1 カテゴリー分け

収集した自由記述を分類する手続きを以下の手順で行った。

- (1) 特殊な場面(恋愛に関する場面, 入学試験, アルバイトの面接など)を除いた。
- (2) 収集した怒りの抑制場面61(Table 1), 強調場面17(Table 2), 悲しみの抑制場面28(Table 3), 強調場面19(Table 4)をなるべく具体的な内容を残しながらまとめた。
- (3) カテゴリーのいずれにも当てはまらない場合のみ, その他を選択した。

また, 場面の作成の注意点として, 怒りと悲しみの両者を感じる場面は含まずに, 2つの感情の内, 一方のみを感じる場面を作成した。

2. 3. 2 怒りの感情表出の制御場面

抑制場面(Table 1)と強調場面(Table 2)で最も多いものは「待ち合わせの遅刻・連絡なし」であり, 抑

制場面で2番目に多い場面は「周囲の人に迷惑のかかる自分勝手な行動 (20%)」であり、強調場面で2番目に多い場面は「理不尽な要求・わがまま (11.7%)」「規則を守らない (11.7%)」であった。また、抑制場面では学生独自ともいえる「授業中にうるさい・先生の話を受けない (5%)」といった場面もみられた。

この種の感情換気状況の分類に関する先行研究としては、鈴木 (2002) と平井 (2013) が挙げられる。まず、鈴木 (2002) は、怒りの対人感情喚起状況を分類して、怒りは「被害・強要」「他者からの非難・軽蔑」「約束を破られる」「他者の非道徳的行為」「集団内で自分の役割をこなさない人」という状況で喚起することが多いことを明らかにした。

次に、平井 (2013) は、ネガティブ感情である悲しみ、怒り、嫌悪を感じる出来事の詳細記述の分類を行った。結果、上記の3つの感情に共通した分類として「失敗」「自己反省」「対人葛藤」「場面」「状況」の5つのカテゴリーが得られた。また、怒りと嫌悪感に共通したカテゴリーとして「態度」が得られた。

この態度の中に以下の4つの下位項目が分類された。他者の態度によって怒りを感じた“態度”，他者との伝達に関する“連絡”，他者の行為によって被害を受ける“被害”，他者の自己中心的な振る舞いやマナーの悪さ等について言及された“規範”である。

鈴木 (2002) の怒り状況の分類では、抑制と強調で最も多かった「待ち合わせの遅刻・連絡なし」の場面は「約束を破られる」にあてはまり、抑制場面で2番目に多い「周囲の人に迷惑のかかる自分勝手な行動」と強調場面で2番目に多い「理不尽な要求・わがまま」「規則を守らない」を合わせた場面は、「集団内で自分の役割をこなさない人」にあてはまる。また、「授業中にうるさい・先生の話を受けない」は、平井 (2013) の“規範”にあてはまると考えられる。

このように、鈴木 (2002) の「約束を破られる」、 「集団内で自分の役割をこなさない人」平井 (2013) の“規範”を参考に、友人と知人を感情表出の制御相手とできる怒りの感情表出の制御場面3つの項目を作成した。

1. 待ち合わせをしていて、相手が連絡をせずに1時間以上も遅刻をしてきて、「ごめんねー」と笑って言うことに、怒りを感じました。どれほど怒りを表しますか
2. 授業中にうるさい相手がいて集中できないことに怒りを感じました。どれほど怒りを表しますか
3. 電車で、優先席に座り大声で電話しているマナーの悪い相手を見つけて、怒りを感じました。周囲

の人も迷惑に感じています。どれほど怒りを表しますか

Table 1 怒りの抑制場面

カテゴリー	友人	その他	計 (%)
① 待ち合わせの遅刻・連絡なし	10	3	13 (21.3)
② 周囲の人に迷惑のかかる自分勝手な行動	9	3	12 (19.9)
③ 自分のことを棚に上げて叱られる	1	5	6 (9.8)
④ 悪口を言われる	4	0	4 (6.6)
⑤ 注意したことを無視する・反省しない	1	3	4 (6.6)
⑥ 授業中うるさい・先生の話を受けない	2	1	3 (4.9)
⑦ 感謝の言葉やあいさつを言わない	2	1	3 (4.9)
⑧ レポート・課題のおしつけ	2	0	2 (3.3)
⑨ その他	8	6	14 (23.0)

Table 2 怒りの強調場面

カテゴリー	友人	その他	計 (%)
① 待ち合わせの遅刻・連絡なし	4	1	5 (29.4)
② 理不尽な要求・被害	1	1	2 (11.7)
③ 規則を守らない	2	0	2 (11.7)
④ 周囲の人に迷惑のかかる自分勝手な行動	1	0	1 (5.9)
⑤ 自分が大切にしているものへの侮辱	1	0	1 (5.9)
⑥ 授業中うるさい・先生の話を受けない	1	0	1 (5.9)
⑦ その他	4	1	5 (29.4)

「その他」には、家族、先輩後輩を相手とした場面が含まれる。

2. 3. 3 悲しみの感情表出の制御場面

悲しみの感情表出の制御場面は、抑制場面 (Table 3) で1番多い場面が「ペットの死、親族の病気や死別 (25%)」であり、2番目に多い場面が「努力が報われない (17.9%)」という場面であった。強調場面 (Table 4) は具体的な場面が少なく、その場面で感じる心情を表す回答「相手から共感を得たい (31.6%)」「参っていて助けてほしい・慰めてほしい (31.6%)」が全体の63.2%と多かった。また、あまり悲しみを強調する場面がないという回答も半数近くあり、その中でも具体的な場面が出たものが卒業・別れの場面であると考えられる。

これに関連して, 平井 (2013) は悲しみ特有のカテゴリーとして「寂しさ」を見いだした。このカテゴリーは, 人との“別れ”, 会いたい人に会えないことによる“寂しさ”, 人との連絡がつかない“連絡”の3つに分類された。上記の先行研究を踏まえながら, 抑制場面で頻出した回答を重視し, 友人と知人を感情表出の制御相手とできる場面として「親族の病気」, 「努力が報われない」「大切なものの紛失 (7.1%)」の3つの悲しみの感情表出の制御場面を作成した。

1. あなたの母親が交通事故にあったという知らせがあり, 学校を早退しました。母親は命に別状はないものの, あなたは悲しみを感じています。次の日, 相手に「昨日, どうして早退したの?」と言われました。どれほど悲しみを表しますか
2. 今まで打ち込んできた部活の最後の試合に負けて, これまでの努力が報われなかったことに悲しみを感じました。次の日, 相手に「昨日の試合どうだったの?」と言われました。どれほど悲しみを表しますか
3. 授業終了後, 親からプレゼントされた時計が紛失したことに気づき, 悲しみを感じています。その

時計を探しているところに相手に「どうしたの?」と声をかけられました。どれほど悲しみを表しますか

3. 本調査

3. 1 調査目的

怒りと悲しみの感情に焦点をあて, 感情への評価と感情表出の制御及び精神的健康との関連を検討する。また, 感情表出の制御の測定は, 予備調査で作成した抑制と強調の両者が想起できる具体的な感情表出の制御尺度を用いる。

3. 2 方法

3. 2. 1 調査対象者

東京都内に通う大学生186名 (男性84名, 女性102名, 平均年齢20.5歳, 標準偏差=1.29)

3. 2. 2 調査期間

2014年10月下旬に質問紙調査を実施した。

Table 3 悲しみの抑制場面

カテゴリー	友人	その他	計 (%)
① ペットの死, 親族の病気や死別	7	0	7 (25)
② 努力が報われない	3	2	5 (17.9)
③ 悪口をいわれる	3	0	3 (10.7)
④ 大切なものの紛失・侮辱	2	0	2 (7.1)
⑤ 弱い人間だと思われたくない	1	1	2 (7.1)
⑥ 悲しい映画を観る	1	1	2 (7.1)
⑦ その他	5	2	7 (25)

Table 4 悲しみの強調場面

カテゴリー	友人	その他	計 (%)
① 相手から共感を得たい	6	0	6 (31.6)
② 参っていて助けてほしい・慰めてほしい	4	2	6 (31.6)
③ 相手が悲しんでいる, つらそう	3	0	3 (15.8)
④ 卒業・別れ	1	0	1 (5.3)
⑤ 悪口を言われた	1	0	1 (5.3)
⑥ 悲しい映画を観る	1	0	1 (5.3)
⑦ その他	1	0	1 (5.3)

「その他」には, 家族, 先輩後輩を相手とした場面が含まれる。

3. 2. 3 調査方法

東京都内の大学の授業で質問紙を配布し、協力を依頼した。また、個別に大学生の友人に調査への協力を依頼した。平均解答時間は約15分であった。

3. 2. 4 調査内容

本調査で使用した質問紙はフェイスシート、感情への評価尺度、具体的な感情表出の制御尺度、精神的健康の測定 of 4つから構成される。記載順序及び質問内容は以下の通りである。尚、用いた質問紙を付録として巻末に付す。

(1) フェイスシート

「感情を表すことと感情についての評価、健康についての質問」と題し、回答の際の注意事項等について簡潔に記した。また、調査協力者の年齢、性別を尋ねた。

(2) 感情への評価尺度 (各22項目)

奥村 (2008) が作成した怒りと悲しみに対して一貫して抱いている「他者懸念」「負担感」の否定的評価、「必要性」の肯定的評価の3つの尺度から構成されている。

回答に際しては、質問事項の冒頭に「怒り (悲しみ) に対するあなたの考え方についてお伺いします。」という教示を付し、「1. あてはまらない」「2. あまりあてはまらない」「3. どちらともいえない」「4. ややあてはまる」「5. あてはまる」の5件法で尋ねた。

(3) 具体的な感情表出の制御尺度

予備調査に基づいて作成した怒りと悲しみの具体的な感情表出の制御場面を用いた。

回答に際しては、質問事項の冒頭に「以下に6つの場面を示します。それぞれの場面に遭遇した場合、怒りや悲しみにどのように対処しますか。」という教示を付し、友人・知人場面各6項目で「1. 抑制する」「2. 少し抑制する」「3. 少し強調する」「4. 強調する」の4件法で尋ねた。

また、友人場面では、文中の「Aさん」に実在する最も親しい友人を思い浮かべてもらい、知人場面では、文中の「Bさん」に同じ学年の顔見知り程度の知人を思い浮かべてもらうように教示した。

(4) 精神的健康 (12項目)

精神健康調査票 (The General Health Questionnaire ;

以下GHQと略称)を用いた。GHQはGoldberg (1972) が作成した60項目からなる非器質性、非精神病性の精神障害のスクリーニングテストである。精神的健康の指標としてあらゆる年齢層の人々を対象にして使用されている (中川・大坊, 1985)。本調査では、12項目の短縮版を用いた (以下GHQ-12)。

回答に際しては、「過去1ヵ月のあなたの状態をふりかえって、以下の項目について1番近いと思われるもの1つに丸をつけてください。」という教示を付し、それぞれの項目について4件法で尋ねた。

尚、本調査ではGHQ-12の評定は1から4の各評定に対して、0, 0, 1, 1, の得点をそれぞれ与えるGHQ採点法を用いた。得点が高いほど精神的に不健康であることを示す。よってGHQ-12は全12項目で構成されているため、可能な得点範囲の下限は0点で、上限は12点となる。

3. 3 結果

3. 3. 1 尺度の検討

(1) 尺度ごとのCronbachの信頼性係数、平均値 (全体・男性・女性) と標準偏差、 t 値

先行研究に倣い、尺度毎に、評定値を加算して項目数で割った値を得点として算出した。 α 係数、全体と性別毎の平均値、標準偏差、性差をTable 5に示す。

各変数の性差を確認した結果、怒り感情では「知人への感情表出の制御」($t(184) = 3.31, p < .05$) で有意差が認められ、女性より男性の方が高かった。また、悲しみ感情では「負担感」($t(184) = -1.98, p < .05$)、「友人への感情表出の制御」($t(184) = -2.06, p < .05$) で有意差が認められ、男性より女性の方が高かった。

(2) 怒りへの評価、悲しみへの評価尺度の下位尺度項目内容

怒りと悲しみの各22項目において感情への評価尺度の因子分析を行った。まず、平均値 ± 1 標準偏差を基準とした天井効果・フロア効果のある項目を検討した。怒りへの評価と悲しみへの評価ともに先行研究に倣って3因子に指定し、負荷量が $\pm .40$ に満たない項目や複数の因子に高い負荷量を示した項目は除外し、再度因子分析を行った (プロマックス回転)。その結果を怒りはTable 6に、悲しみはTable 7に示す。

怒りへの評価は負荷量が $\pm .40$ に満たない項目が2つあり、それらを削除した。その他については先行研究とほぼ同一の結果となったため、先行研究に倣って命名をした。第1因子は9項目あり、「怒りを感じるのはみじめだと思う」や「怒りを感じることに對して

Table 5 感情への評価と感情毎の友人・知人の感情表出の制御場面及び精神的健康の α 係数, 平均値 (標準偏差), ならびに性差

		α 係数	平均値 (標準偏差)			t 値
			全体	男性	女性	
他者懸念	怒り	.86	2.92 (0.78)	2.86 (0.79)	2.96 (0.78)	-.83
	悲しみ	.86	2.54 (0.78)	2.55 (0.80)	2.53 (0.77)	.26
負担感	怒り	.85	3.27 (0.84)	3.23 (0.81)	3.31 (0.86)	-.65
	悲しみ	.83	3.09 (0.82)	2.96 (0.81)	3.20 (0.82)	-1.98*
必要性	怒り	.80	3.67 (0.87)	3.62 (0.94)	3.71 (0.81)	-.69
	悲しみ	.84	3.60 (0.77)	3.58 (0.79)	3.60 (0.76)	-.14
友人制御	怒り	.69	2.84 (0.88)	2.90 (0.84)	2.80 (0.92)	.80
	悲しみ	.71	2.73 (0.85)	2.59 (0.86)	2.84 (0.83)	-2.06*
知人制御	怒り	.68	2.54 (0.91)	2.68 (0.87)	2.25 (0.90)	3.31**
	悲しみ	.82	2.28 (0.90)	2.30 (0.89)	2.25 (0.91)	.35
精神的健康		.75	0.39 (0.24)	0.35 (0.23)	0.42 (0.25)	-1.79

* $p < .05$ ** $p < .01$

Table 6 「感情への評価」尺度 (怒り) の因子分析結果 (プロマックス回転後の因子パターン)

因子名: 怒りへの評価の項目	I	II	III
他者懸念 ($\alpha = .86$)			
怒りを感じるのはみじめだと思う	.74	.00	.06
怒りを感じることに對して恥ずかしいと思うことがある	.72	.05	.14
怒りを感じるのは心の弱さであると思う	.71	-.23	-.10
怒りを感じることは悪いことだと思う	.70	-.19	-.26
怒りを感じることに後ろめたさを感じる	.65	.21	.09
怒りを感じるのは立派でないと思う	.58	-.10	-.18
怒りを感じることに對してみっともないと思うことがある	.54	.17	.07
怒りを感じることに申し訳ないと感じるがある	.53	.20	.13
怒りを感じるのは情けないと思うがある	.50	.24	.02
負担感 ($\alpha = .85$)			
怒りを感じるのが嫌いだ	-.08	.75	-.19
怒りを感じることに對して, いやだと思う	.08	.73	-.09
怒りを感じるのは厄介なことだと思う	.02	.70	-.08
怒りを感じるのは面倒なことだと思う	.01	.68	.06
怒りを感じることに對して, 疲れを感じる	-.04	.68	.14
怒りを感じることに對してきついとを感じる	.11	.57	-.04
必要性 ($\alpha = .80$)			
怒りを感じることは必要だ	.04	-.02	.83
怒りを感じるのはあった方がいいと思う	-.01	-.13	.82
怒りを感じるのはなくてはならないことだ	.11	-.05	.76
怒りを感じるのはあってもいいと思う	-.13	.15	.62
怒りを感じるのはいいことだ	.04	-.27	.41
因子間相関	I	II	III
I		.34	-.23
II			.04

Table 7 「感情への評価」尺度(悲しみ)の因子分析結果(プロマックス回転後の因子パターン)

因子名：悲しみへの評価の項目	I	II	III
他者懸念 ($\alpha = .86$)			
悲しみを感ずることに後ろめたさを感じる	.85	.05	-.17
悲しみを感ずることに申し訳ないと感ずることがある	.79	.10	-.04
悲しみを感ずるのはみじめだと思ふ	.67	-.01	.22
悲しみを感ずることに對して恥ずかしいと思ふことがある	.60	.18	.10
悲しみを感ずるのは情けないと思ふことがある	.59	-.03	.24
悲しみを感ずることに對してみっともないと思ふことがある	.58	.08	.18
悲しみを感ずるのは悪いことだと思ふ	.54	-.30	-.12
悲しみを感ずるのは立派でないと思ふ	.49	-.22	-.06
負担感 ($\alpha = .83$)			
悲しみを感ずることに對してきついと感ずる	.02	.74	.06
悲しみを感ずることに對して、疲れると感ずる	-.07	.71	.00
悲しみを感ずることに對して、いやだと思ふ	-.07	.66	-.13
悲しみを感ずるのは面倒なことだと思ふ	.13	.61	-.09
悲しみを感ずるのが嫌いだ	.02	.60	-.01
悲しみを感ずるのは厄介なことだと思ふ	.18	-.60	.07
必要性 ($\alpha = .84$)			
悲しみを感ずるのはあつた方がいいと思ふ	.04	-.02	.81
悲しみを感ずることは必要だ	-.10	.13	.70
悲しみを感ずるのはいいことだ	.16	-.17	.67
悲しみを感ずるのはなくてはならないことだ	-.06	.07	.67
悲しみを感ずるのはプラスになる	.19	-.24	.66
悲しみを感ずるのはあつてもいいと思ふ	-.22	.13	.61
因子間相関	I	II	III
I		.32	-.44
II			-.13

恥ずかしいと思ふことがある」などがあり「他者懸念」因子と命名する。第2因子は6項目あり、「怒りを感ずることに對して、きついと感ずる」や「怒りを感ずることに對して、いやだと思ふ」などの項目から「負担感」因子とした。第3因子は「怒りを感ずることは必要だ」や「怒りを感ずるのはあつてもいいと思ふ」の5項目であることから「必要性」因子とした。各因子の内の1つの因子にのみ因子負荷量が高い項目を因子の代表項目とみなし、それぞれの項目をもつて、3つの下位尺度(他者懸念、負担感、必要性)を構成した。

また、各下位尺度のCronbachの信頼性係数はそれぞれ.86、.85、.80と十分な内的整合性が得られた。因子間相関については、「他者懸念」と「負担感」との間に.34という比較的弱い正の相関が見られ、「他者懸念」と「必要性」との間は-.23比較的弱い負の相関が見られた。「負担感」と「必要性」との間では.04とほとんど相関は見られなかった。

悲しみへの評価は負荷量が±.40に満たない項目が2つあり、それらを削除した。その他については先行研究とほぼ同一の結果となったため、先行研究に倣

て「他者懸念」、「負担感」「必要性」と命名した。「他者懸念」は8項目、「負担感」は6項目、「必要性」は6項目であった。各因子にのみ因子負荷量が高い項目を因子の代表項目とみなし、それぞれの項目をもつて、3つの下位尺度(他者懸念、負担感、必要性)を構成した。

また、各下位尺度のCronbachの信頼性係数は、それぞれ.86、.83、.84と十分な内的整合性が得られた。また、因子間相関については、「他者懸念」と「負担感」との間に.32という比較的弱い正の相関が見られ、「他者懸念」と「必要性」との間に-.44という比較的強い負の相関が見られたが、「負担感」と「必要性」との間では-.13とほとんど相関は見られなかった。

3. 3. 2 感情毎の尺度間の相関行列

感情への評価の下位尺度に含まれる得点と感情毎の友人・知人の感情表出の制御場面及び精神的健康の得点を求め、これらの全尺度における相関係数を算出した。怒りはTable 8、悲しみはTable 9に示す。怒りへの評価では、「負担感」と「必要性」、「必要性」と「精神的健康」の間に相関は認められなかった。悲し

Table 8 怒りへの評価の下位尺度と友人・知人の感情表出の制御, 精神的健康の相関係数

	他者懸念	負担感	必要性	友人制御場面	知人制御場面	精神的健康
他者懸念		.361***	-.193**	-.255***	-.182**	.252***
負担感			-.018	-.164*	-.159*	.224**
必要性				.394***	.285***	-.058
友人制御場面					.519***	-.28***
知人制御場面						-.20**
精神的健康						

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

Table 9 悲しみへの評価の下位尺度と友人・知人の感情表出の制御, 精神的健康の相関係数

	他者懸念	負担感	必要性	友人制御場面	知人制御場面	精神的健康
他者懸念		.365***	-.405***	-.146*	-.146*	.267***
負担感			-.151*	-.096	-.203**	.351***
必要性				.247***	.125*	-.127*
友人制御場面					.526***	-.131*
知人制御場面						-.124*
精神的健康						

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

みへの評価では、「負担感」と「友人制御場面（友人への感情表出の制御）」の間に相関が認められなかった。その他の尺度間には全て相関が認められた。

3. 3. 3 感情表出の制御と精神的健康の男女差

各感情での感情表出の制御の方略と精神的健康の男女差を検討するため、分析を行った。

(1) 知人への感情表出の制御（怒り場面）

怒りの感情への評価である「他者懸念」・「負担感」・「必要性」を同時に3つの共変量として、「知人への感情表出の制御（怒り場面）」の値に対する共分散分析を行ったところ、性別の主効果が有意であり ($F(1,181) = 12.59, p < .001$), 男性の数値が大きかった。また、「友人への感情表出の制御（怒り場面）」の値に対する共分散分析では、性別の主効果は有意でなかった。

(2) 友人への感情表出の制御（悲しみ場面）

悲しみの感情への評価である「他者懸念」・「負担感」・「必要性」を同時に3つの共変量として、「友人への感情表出の制御（悲しみ場面）」の値に対する共分散分析を行ったところ、性別の主効果が有意であり ($F(1,181) = 4.831, p < .05$), 女性の数値が大きかった。また、「知人への感情表出の制御（悲しみ場面）」の値

に対する共分散分析では、性別の主効果は有意でなかった。

(3) 精神的健康

「友人と知人への感情表出の制御（怒り・悲しみ場面）」を共変量として、「精神的健康」の値に対する共分散分析を行ったところ、性別の主効果は有意ではなかった。

3. 3. 4 感情別の友人と知人での感情表出の制御方略の差

怒りと悲しみのいずれにおいても、友人に対して強調しやすく、知人に対して抑制しやすいという傾向が認められた。(怒り $t(370) = 4.29, p < .001$ 悲しみ $t(370) = 4.97, p < .001$)

3. 3. 5 各感情への評価と友人と知人への感情表出の制御及び精神的健康のパス解析

「感情への評価」が「感情表出の制御」に与える影響と「感情への評価」, 「感情表出の制御」が「精神的健康」に与える影響を検討するために感情別で共分散構造分析を行った。感情への評価を構成している3つの尺度「他者懸念」「負担感」「必要性」, 「友人への感情表出の制御」「知人への感情表出の制御」, 「精神的

健康」をそれぞれ測定変数として、分析を行った。

Figure 1に怒り、Figure 2に悲しみのパス解析の結果を示した。パス上に示してある数値は標準化係数であり、有意な影響がみられたパスのみを表した。なお、図に示された実線は正のパス、破線は負のパスを表している。

怒りの分析の過程において、いずれの要因とも有意なパスを持たなかった「負担感」についてはモデルから除外した。モデル全体の適合度指標はGFI = .989, AGFI = .943, CFI = .981, RMSEA = .065, AIC = 29.322であり十分な適合を示した。怒りで見られた影響関係は、感情への評価である「他者懸念」から「友人への感情表出の制御」へは負の影響 (-.13) が、同変数から「精神的健康」へは正の影響 (.19) が得られた。また、感情への評価である「必要性」から、「友人への感情表出の制御」へは正の影響 (.37) が、同変数から「知人への感情表出の制御」へも正の影響 (.29) が得られた。さらに、「友人への感情表出の制

御」から、「精神的健康」には負の影響 (-.23) が示された。

悲しみの分析の過程において、いずれの要因とも有意なパスを持たなかった「他者懸念」についてはモデルから除外した。モデル全体の適合度指標はGFI = .989, AGFI = .966, CFI = .997, RMSEA = .017, AIC = 25.278であり十分な適合を示した。悲しみで見られた影響関係は、感情への評価である「負担感」から「知人への感情表出の制御」へは負の影響 (-.17) が、同変数から「精神的健康」へは正の影響 (.35) が得られた。また、感情への評価である「必要性」から、「友人への感情表出の制御」へは正の影響 (.20) が示された。

3. 4 考察

3. 4. 1 感情表出の制御と精神的健康の男女差

共分散分析の結果、感情への評価を統制した場合の感情表出の制御に対する性別の主効果が有意であった

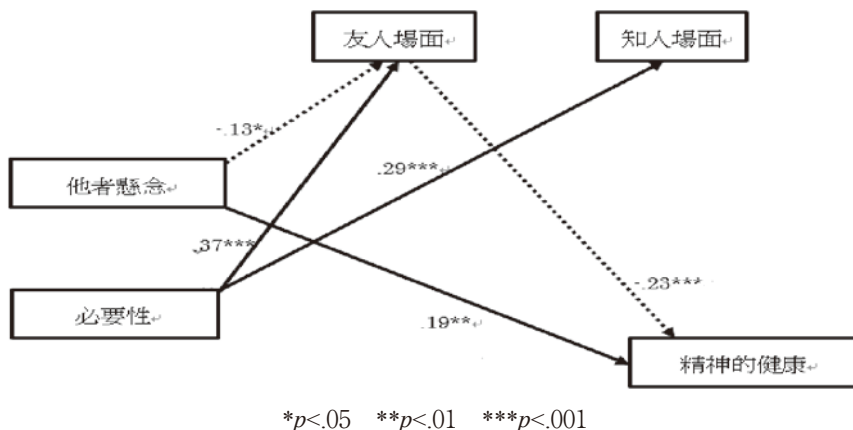
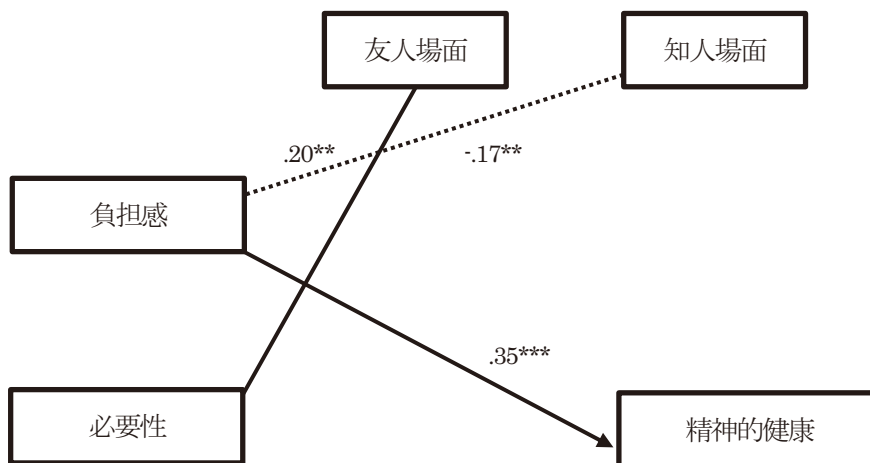


Figure 1 怒りへの評価、友人・知人への感情表出の制御と精神的健康のパス解析



注. 誤差変数と相関係数は省略した。 **p<.01 ***p<.001

Figure 2 悲しみへの評価、友人・知人への感情表出の制御と精神的健康のパス解析

ことから、女性よりも男性の方が知人に対して怒りの感情を強調する傾向と男性よりも女性の方が友人に対して悲しみの感情を強調する傾向が示された。

これらの結果は、性役割期待の影響が考えられる。性役割とは「男らしさ」「女らしさ」に代表されるような、性に応じて社会から期待される一連のパーソナリティ特性である。男性は、主に「力強い」「たくましい」「頼もしい」という役割が期待される一方、女性は「チャーミングな」「しとやかな」「かわいい」という役割が期待される（松原・会沢, 1991）。よって、男性は怒りという感情を出すことで頼もしさや力強い印象にもなることがあるが、女性は怒りの感情表出は性役割として期待されていない。また、女性は悲しみに対して強調することは、弱みを見せることができ、相手からのサポートを求める手段でもありとされる。また、一般に、男性は感情表出を抑えるものという性役割期待が存在し（鈴木, 1994）、特に自らの弱った状態や傷ついたことを伝える悲しみの表出は社会的に男性には期待されないと考えられる。

また、友人知人への感情表出の制御（怒り・悲しみ場面）を統制した場合の精神的健康に対する性別の主効果に有意差が見られなかったことから、精神的健康に男女差は認められなかった。精神的健康は、食生活や睡眠時間などの生活習慣（徳田, 2014）、友人関係の満足度（崔・新井, 1998）などの環境等、様々な要因によって変容するといわれている。よって、精神的健康に関わる要因を特定することは難しく、男女差よりもこのような自己をとりまく環境が精神的健康に強い影響を及ぼしているのではないだろうか。

3. 4. 2 友人と知人の感情表出の制御場面での方略の差

最も親しい友人よりも同学年の顔見知り程度の知人の方が怒りと悲しみの両者とも感情表出の抑制をすることが明らかになった。これは、あまり親しくない相手に対しての方が感情表出の抑制を行うことを明らかにした平林（1993a）と同様の結果となった。この結果に関する研究として、武田・前田・徳岡・石田（2012）は親友に対する自己開示は、知り合ったばかりの友人やこれから親しくなりたい友人に対する自己開示よりも多く、友人関係の親密性の程度が自己開示量に影響することを示している。また、片山（1996）の研究では、相手との親密性の低さ自体が自己開示の強い抑制因となることが明らかにされている。よって、このように親密性の違いによって感情表出の制御の方略の使い分けを行うことを認識しているといえる。

3. 4. 3 感情への評価から感情表出の制御

【怒り】

「他者懸念」から「友人への感情表出の制御」へ有意な負のパスが見られ、「必要性」から「友人への感情表出の制御」、「知人への感情表出の制御」へ有意な正のパスが得られた。この結果、具体的に感情表出の制御を行う場面を示すことで、感情への評価が否定的である場合に抑制を行うことが「他者懸念」から「友人・知人への感情表出の制御」の一部で支持され、感情への評価が肯定的評価（必要性）である場合は強調を行う傾向があることが明らかにされた。

「他者懸念」と「負担感」で異なる結果が出たことから、他者懸念と負担感はいずれも否定的評価だが、他者を意識する要素があるかないかという点で異なる（奥村, 2010）ことが関わっていると考えられる。つまり、他者懸念は、「こうであるべき」といった義務的な考えから外れていることへの否定的評価であり、怒りの感情をもつ自己が他者からどう見られているのかが注目される。比べて、負担感、単純に苦痛であることへの否定的評価である。他者との表面的な関係では他者懸念の尺度のような義務的な面が強調されやすいが、負担感とは、関係を持たないことから、友人・知人への感情表出の制御に有意なパスが見られなかったのではないだろうか。

また、「他者懸念」から「知人への感情表出の制御」に有意なパスが示されなかったことは、親密性の違いによるものであることが示唆される。知人は、今後も知り合い程度として付き合いを前提としているからこそ、怒りに対して「他者懸念」を感じていたとしても、先の関係を考えることなく怒りを表出できるのではないかと考えられる。また、怒りは他の感情に比べて、攻撃行動と結び付きやすい感情であり、そのむやみな表出は対人関係の悪化など、破壊的な結果を生じさせるリスクが高い（吉田・高井, 2008）。よって、関係が既に築かれている親しい友人との関係の悪化を避ける傾向が強いということではないだろうか。

そして、怒りに対して「必要性」を感じる人は、怒り感情に肯定的な評価を持つことから、表出や強調を行うべきであると考えていることが示唆される。よって、感情表出の制御場面で怒りを強調することが支持されたと考えられる。

【悲しみ】

「負担感」から「知人への感情表出の制御」へ有意な負のパスと「必要性」から「友人への感情表出の制御」へ有意な正のパスが得られた。この結果、具体的

に感情表出の制御を行う場面を示すことで、感情への評価が否定的である場合に抑制を行うことは、「負担感」から「知人への感情表出の制御」の一部で支持され、感情への評価が肯定的である場合に強調を行うことは「友人への感情表出の制御」では支持された。悲しみは、他者の共感や擁護を引き出す性質があり (Malatesta & Wilson, 1998)、その表出は他者へのサポートの希求の意味もある (奥村, 2011)。これにより、悲しみを負担であると評価するほど、今後もサポートを受けていく関係を築くわけではない知人に悲しみの共感は求めないことが考えられる。それに加えて、「必要性」から「友人への感情表出の制御」に有意なパスがあった理由としても、親密度の高いほど自己開示量が多くなることが関係していると考えられる。悲しみ感情に肯定的な評価を持つほど、表出や強調を行うことが示唆されることから、「必要性」を感じる人は感情表出の制御相手が親しい友人である場合に、サポートや共感を求めるために強調を行うのではないだろうか。

また、「他者懸念」から「友人への感情表出の制御」・「知人への感情表出の制御」への負のパスが見られなかった。この結果は予想に反するものであったと言え、ネガティブ感情の中の「悲しみ」のみ適用される可能性が示唆される。この点については、詳細な検討が必要であろう。

3. 4. 4 感情表出の制御から精神的健康

怒りでは、「友人への感情表出の制御」から「精神的健康」へ有意な負のパスが見られたが、「知人への感情表出の制御」から「精神的健康」へ有意なパスが見られなかった。つまり、友人場面において、怒りの感情表出の抑制が精神的健康に負の影響を及ぼすことが明らかとなった。

知人場面で結果が出なかったことから、知人が相手の場合、自己開示の頻度が低いいため感情を抑制しているという意識がなく、友人は親しいからこそ対人関係の崩壊の不安から、感情を抑制するべきだという義務感から精神的な負担が知人場面よりも大きいことが考えられる。また、三上・山口 (2008) は、友人への自己開示を行うかの判断は、開示内容自体に対する不安と、友人との関係崩壊への不安が開示抵抗感に強く影響を及ぼすことを明らかにしている。現代の大学生は、開示相手として最も選ばれるのは、友人であると考えられるが、親しさを求めつつも、そのようにふるまえないという感情から精神的健康に影響が及ぼすのではないだろうか。

また、怒りの強調の意味は、言葉で発することで改めて自己の感情を認識し、自己の気持ちを十分に相手に分かってもらいたいという目的があると考えられる。また、怒り感情を生じさせる相手に対して、感情表出を行う怒り場面では自己の感情の発散を行うとともに相手のために想って表出することが示唆される。このように感情表出や強調を行うことで相手と本当に理解し合えて、上手く関係を築けていることを感じることができるのではないかと。それに比べ、抑制を行うことは、本当に理解し合い分かち合える友人関係は築けず、その場しのぎのやりとりにより満足感が得られないことが考えられる。

悲しみでは、友人・知人場面で感情表出の抑制を行うことが精神的健康に影響を及ぼすという結果は得られなかった。これは、崔・新井 (1998) のネガティブ感情の抑制を行うことが精神的健康に影響を及ぼすという結果に反するものとなった。崔・新井 (1998) と同様の結果が得られなかったことは、悲しみの感情表出の抑制を行う動機が関連していることが考えられる。本研究で使用した悲しみ場面は、自己の周囲で起きた悲しい出来事を第3者である相手に伝えるものである。それにより、第3者に悲しみの感情表出を行うことによって、相手からのサポートや共感を求めるために表出する人もいる一方で、第3者である相手であるからこそ同じような悲しみを感ぜさせてしまうことを避けるためにあえて抑制を行う人がいることも示唆される。このように、悲しみを表出することに対して否定的な動機を持つことが考えられるため、結果が得られなかったのではないだろうか。

3. 4. 5 感情への評価から精神的健康

怒りでは、「他者懸念」から「精神的健康」へ有意な正のパスが得られた。また、「友人への感情表出の制御」を媒介するよりも、「他者懸念」から「精神的健康」へ直接的なパスの影響の方が大きいことが示された。悲しみでは、「負担感」から「精神的健康」へ有意な正のパスが得られたが、「友人・知人への感情表出の制御」から「精神的健康」へ有意なパスは見られなかった。

これにより、「感情への評価」と「精神的健康」に関連がみられることが明らかになった。感情への評価に相当する概念として、メタ情動、メタムード、感情への恐れ、感情受容などが挙げられる。その中の感情への恐れに関する研究で、金築・近藤・金築・根建 (2009) により、感情への恐れの高い者は、精神的健康を悪化されやすい可能性が示唆された。感情への恐

れとは、感情が生じた際に、自らの行為や感情それ自体を制御することが困難になるのではないかという恐れのことである。それに加えて、金築・金築(2011)は、心配性傾向が強い者はそうでない者と比して、ネガティブなメタ認知やメタ感情を強く有していることを明らかにした。また、心配を過度にネガティブに捉えることは、心配を無理に避けようとしたり、心配をしている自分を責めたりすることによって結果的に心配を悪化させていること、精神的健康に影響を及ぼすことが明らかにされている。よって、ネガティブ感情への否定的評価は精神的健康に直接的な影響があることが示唆されている。

しかし、「感情表出の制御」から「精神的健康」に与える影響よりも、感情への評価の「他者懸念」から「精神的健康」に与える影響の方が大きいことが明らかにされた点については、今後更なる検討が必要であろう。

4. 総合考察

4. 1 まとめ

本研究では、怒りと悲しみの感情に焦点をあて、感情表出の制御方略とする抑制と強調の両者が想起できる具体的な感情表出の制御場面を作成し、感情表出の制御を行う相手を友人と知人の2つに分け、性差も要因に加えて、感情への評価、感情表出の制御及び精神的健康との関連を検討することであった。具体的な感情表出の制御場面を作成することで、感情への評価が否定的である場合、感情表出を抑制するという予測は一部支持される結果となった。また、肯定的である場合は、「知人への感情表出の制御(悲しみ場面)」を除いて感情表出を強調するという結果となった。そして怒り感情では、感情表出の制御(友人場面)から精神的健康へ有意なパスが得られた。

しかし、「他者懸念」は悲しみの感情において、感情表出の制御や精神的健康に影響は認められず、「負担感」は怒りの感情において、感情表出の制御や精神的健康に影響は認められなかった。これらの結果より、怒りと悲しみもネガティブ感情としてまとめられやすいが、個々の表出の意味や情動機能の作用の違いを改めて検討し、否定的評価である他者懸念と負担感の性質の違いについても詳細な検討が必要であると考えられる。

また、怒りの「他者懸念」と悲しみの「負担感」から「精神的健康」へ悪い影響を及ぼすことが明らかになったことから、感情への否定的評価から、精神的健

康を低める影響が一部支持された。感情への評価から精神的健康への影響をより検討していく必要があるとともに、本研究はその関連性を今後検討する際の一助になると考えられる。

4. 2 今後の課題

本研究では友人を「最も親しい友人」、知人を「同学年の顔見知り程度の知人」と定義した。しかし、知り合い程度の人の中でも、今後更に親しくしていきたいと考えている相手や親しくなくても付き合いがかなければならない相手(クラス・部活動の人)等、質問紙協力者が考える相手は異なることが考えられる。また、現代の大学生は友人関係の希薄化が指摘されており、臨床上の知見では、現代の青年に特有に見られる対人恐怖の症状として「ふれあい恐怖」が注目されている。すなわち、「対人恐怖」が、人と人が出会い顔見知りになる場面において発症するのに対して、「ふれあい恐怖」では顔見知りからより親密な関係に発展する場面での困難が中心となると考えられている。こうした青年は、形式的・機械的な関係や、情緒的な深まりのない場面には問題を感じない一方で、対人関係が深まる場面において困難を感じるものと考えられている(山田・安東・宮川・奥田, 1987)。このように現在の友人関係は複雑であり、友人と知人との境界線を明瞭にして再度検討する必要がある。また、友人が重要な他者ではあるが、個人によっては友人よりも、親や兄弟などに多く開示するという可能性もあることから、感情表出の相手を幅広く検討することも求められる。

また、場面選定では、鈴木(2002)、平井(2013)を参考に、友人と知人を感情表出の制御相手とできる感情表出の制御場面を感情毎に3つの項目を作成し、研究を行った。それらの項目は、感情生起原因を全て自分として場面を作成したが、感情生起原因を相手とすることで結果は異なると考えられる。それは、相手に感情を強調して表出することが義務感のように感じられ、負担に思うことで精神的健康に影響を及ぼす可能性が示唆される。また、「実際に生起していない感情や弱い感情を強めて表す強調」という強調の定義を全て含めて行うことができるため、感情生起原因を自分以外とできる場面を作成し、検討する価値があるだろう。

引用文献

- 阿部晋吾・高木 修 (2006). 感情表出抑制の対人的効果 対人社会心理学研究, 6, 23-29.
- 崔 京姫・新井邦二郎 (1997). 「感情の表出の制御」研究の概観 筑波大学心理学研究, 19, 29-35.
- 崔 京姫・新井邦二郎 (1998). ネガティブな感情表出の制御と友人関係の満足感及び精神的健康との関係 教育心理学研究, 46, 432-441.
- 崔 京姫・新井邦二郎 (1999). 新版感情表出の制御尺度の作成 筑波大学心理学研究, 21, 89-97.
- 藤井昌志・谷口麻起子 (2012). 感情特性と感情への評価の関連性について 聖泉論叢, 20, 11-23.
- 福富 護 (2000). “援助交際”に対する成人男性の意識と背景要因 (財)女性のためのアジア平和国民基金
- Gottman, J. M., Katz, L. F., & Hooven, C. (1997). *Meta-emotion, How families communicate emotionally*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- 畑中美穂 (2003). 会話場面における発言の抑制が精神的健康に及ぼす影響 心理学研究, 74, 95-103.
- 平林秀美 (1992). 感情表出のコントロール場面の検討 日本発達心理学会第3回大会発表論文集, 90.
- 平林秀美 (1993a). 感情表出のコントロールに対する認識—表出対象によるコントロールの差異を中心に— 日本教育心理学会第35回総会発表論文集, 14.
- 平林秀美 (1993b). 感情表出のコントロールの差異が対人関係に及ぼす影響 (2) 日本心理学会第57回大会発表論文集, 666.
- 平林秀美 (1993c). 感情表出の制御に関する発達の研究の概観と展望 東京大学教育学部紀要, 33, 135-142.
- 平林秀美 (1995). 感情表出の制御場面の検討 福島大学教育学部論集, 59, 51-59.
- 平林秀美・柏木恵子 (1993). 感情表出の制御と対人関係に関する発達の研究 発達研究, 9, 25-39.
- 平井 花 (2013). 大学生の日常生活における感情経験を生起させる出来事の種類—楽しさ・悲しみ・怒り・嫌悪感に関する出来事について— 学習院大学人文科学論集, 22, 163-183.
- 平山聡子 (2006). 高校生の精神的健康と感情制御および家族・友人関係 人間文化論叢, 9, 369-375.
- 井上 弥 (2000). 感情表出抑制に及ぼす人・場所状況と他者意識の効果 感情心理研究, 7, 25-31.
- 井上 弥 (2008). 感情表出の偽装経験からみた感情の特性 感情心理学研究, 15, 71-79.
- 金築知美・近藤友佳・金築 優・根建金男 (2009). 感情の恐れが気晴らしのプロセスと精神的健康に与える影響 本行動療法学会大会発表論文集, 35, 424-425.
- 金築知美・金築 優 (2011). 高心配性者におけるメタ認知とメタ感情の特徴 感情心理学研究, 18, 198.
- 櫻村正美・岩満優美 (2007). 感情抑制傾向尺度の作成の試み—尺度の開発と信頼性・妥当性の検討— 健康心理学研究, 20, 30-41.
- 柏木恵子 (1967). 青年期における性役割の認知 教育心理学研究, 15, 193-202.
- 柏木恵子 (1972). 青年期における性役割の認知 II 教育心理学研究, 20, 48-59.
- 片山美由紀 (1996). 否定的内容の自己開示への抵抗感と自尊心の関連 心理学研究, 67, 351-358.
- 松原達哉・会沢信彦 (1991). 高校生における性役割と精神的健康との関係 筑波大学心理学研究, 13, 225-232.
- 三上聡美・山口裕幸 (2008). 親密度の異なる友人に対する自己開示抵抗感に関する検討 九州大学心理学研究, 9, 75-81.
- 宮下敏江・森崎竜亮 (2004). 怒りの感情の表出制御と精神的健康及び対人不安との関係 上越教育大学研究紀要, 23, 487-499.
- 中川康彬・大坊郁夫 (1985). 日本版GHQ精神健康調査票手引 日本文化科学社
- 中西 優・緒賀郷志 (2011). 親しい友人関係のあり方及び怒り感情の抑制が大学生の抑うつ傾向に及ぼす影響 岐阜大学教育学部研究紀要, 59, 183-192.
- 野口素子 (2012). 表情表出による感情調整の日常経験に関する調査 京都大学大学院教育学研究科紀要, 58, 439-450.
- 野口素子・吉川左紀子 (2009). 表情表出の抑制・誇張が主観的感情経験に及ぼす影響 感情心理学研究, 17, 12-18.
- 小倉涼子・成田健一 (2010). 怒りと精神的健康を媒介する感情知能—コントロール感の観点から— 日本パーソナリティ心理学会大会発表論文集, 19, 125.
- 岡田 努 (2002). 現代の大学生の「ふれ合い恐怖的心性」と友人関係の関連についての考察 性格心理学研究, 10, 69-84.
- 奥村弥生 (2008). 感情への評価と感情認識困難・言語化困難との関連 教育心理学研究, 56, 403-413.
- 奥村弥生 (2010). 「感情への評価」研究の展望—概念, 感情過程での位置づけ, その形成について 九州大学心理学研究, 11, 109-118.
- 奥村弥生 (2011). 感情の抑制と統制可能感による二次元表出統制モデルの検討—感情への評価との関連から— 山梨英和大学紀要, 10, 58-67.
- Saarni, C. (1997). Emotional competence and self-regulation in childhood. In Salovey, P. & Slutter, D. J., eds, *Emotional*

- Development and Emotional Intelligence : Educational Implications, pp.35-69
- Saarni, C. (1999). The Development of Emotional Competence. New York: The Guilford Press. (佐藤香監訳 (2005) 『感情コンピテンスの発達』 (ナカニシヤ出版))
- Salovey, P. (2001). 'Applied Emotional Intelligence : Regulating Emotions to Become Healthy, Wealthy, and Wise'. In Ciarrochi, J., Forgas, J. P., & Mayer, J. D ed, Emotional intelligence in everyday life : A scientific inquiry. Philadelphia: Psychology Press, pp. 168-186. (チャロキー, J・フォーガス, J. P.・メイヤー, J. D. (編) (2001) 『エモーショナル・インテリジェンスー日常生活における感情知能の科学的研究ー』 (ナカニシヤ出版))
- 鈴木敦子 (1994). 脱男性役割態度スケール (SARLM) の作成 心理学研究, 64, 451-459.
- 鈴木常元 (2002). 大学生における抑うつと怒りを喚起する対人的状況 カウンセリング研究, 35, 1-9.
- 千石 保 (1991). 「まじめ」の崩壊: 平成日本の若者たち サイマル出版社
- 武田裕子・前田健一・徳岡 大・石田 弓 (2012). 大学生の親密度の異なる友人への自己開示と親和動機の関係 広島大学大学院心理臨床教育研究センター紀要, 11, 97-108.
- 徳田完二 (2013). 大学生の生活習慣と精神的健康に関する予備的研究: 生活習慣, レジリエンス, 及び睡眠について 立命館人間科学研究, 27, 91-100.
- 豊田秀樹 (編著) (2007). 共分散構造分析 [Amos編] - 構造方程式モデリングー 東京図書.
- 若松素子・柏木恵子 (1984). 女性の性役割認知 東京女子大学紀要論集, 34, 61-81.
- 山田和夫・安東恵美子・宮川京子・奥田良子 (1987). 問題のある未熟な学生の親子関係からの研究 (第2報) - ふれ合い恐怖 (会食恐怖) の本質と家族研究ー 安田生命社会事業団研究助成論文集, 23, 206-215.
- 山本真理子・松井 豊・山成由紀子 (1982). 認知された自己の諸側面の構造 教育心理学研究, 30, 64-68.
- 山内星子 (2008). 認知的評価・感情喚起の個人差ー状況的測定ツールの作成ー 発達心理学研究, 22, 203-212.
- 結城裕也 (2007). 感情価の違いによる感情表出の制御の予備的検討 日本社会心理学会第48回大会発表論文集, 624.
- 結城裕也 (2008). 感情表出の抑制後の対処方略が精神的健康に及ぼす影響 日本パーソナリティ心理学会大会発表論文集, 17, 148-149.

感情への評価，感情表出の制御及び精神的健康との関連：

制御を行う相手の親密度に着目して

The relationships among appraisal of emotions, regulation of Emotional expression, and mental health:

Focuses of intimacy with others as subjects of emotional regulation

小隅 史子・河村 結里^{*1}・高橋 芽依^{*1}・松村 大希^{*1}・上淵 寿^{*2}・上淵真理江^{*3}

Fumiko KOSUMI, Yuri KAWAMURA, Mei TAKAHASHI, Taiki MATSUMURA,
Hisashi UEBUCHI and Marie UEBUCHI

学校心理学分野

Abstract

This study focused on “anger” and “sadness” as negative emotions. Then, we address both “inhibition” and “emphasis” as regulation strategies of emotions. The purposes were to examine the relationships among appraisal of emotions, regulation of emotional expression, and mental health. Results were to clarify to distinguish to use regulation strategies of emotional expression by differences of intimacy with others. In “sadness”, “concerns of others” had no influences on regulation strategies of emotional expression. This result was needed by further examinations. The effects of “regulation strategies of emotional expression” on “mental health” were more than effects of negative appraisals of emotions on “mental health”. Further, some studies were needed for this point

Keywords: anger and sadness, regulation strategies of emotional expression, mental health

Department of School Psychology, Tokyo Gakugei University, 4-1-1 Nukuikita-machi, Koganei-shi, Tokyo 184-8501, Japan

要旨：本研究においては，ネガティブ感情である「怒り」と「悲しみ」に焦点をあてた。感情表出の制御方略として「抑制」と「強調」を取り上げ，感情への評価，感情表出の制御，及び精神的健康との関連を調べることを目的とした。

結果と考察としては以下のようなものである。親密性の違いによって，感情表出の制御方略を使い分けていることが明らかにされた。

「悲しみ」において「他者懸念」から感情表出の制御に影響が見られなかったことは今後，更なる検討が必要であると考えられる。

「感情表出の制御」から「精神的健康」に与える影響よりも，感情への否定的評価から「精神的健康」に与

^{*1} Graduate School of Education, Tokyo Gakugei University

^{*2} Tokyo Gakugei University (4-1-1 Nukuikita-machi, Koganei-shi, Tokyo, 184-8501, Japan)

^{*3} Kyoritsu Women's Junior College (2-2-1 Hitotsubashi, Chiyoda-Ku, Tokyo, 101-0051, Japan)

える影響の方が大きいことが明らかにされた点についても今後の研究の展開が望まれる。

キーワード: 怒りと悲しみ, 感情表出の制御方略, 精神的健康