Bulletin of the Graduate School of Education and Human Development, Nagoya University (Psychology and Human Development Sciences) 2009, Vol. 56, 73 − 81.

怒り感情制御方略の選択に及ぼす驚きへの焦点化および混合感情の影響

吉田琢哉[1)]

怒り感情は，その表出が人間関係の悪化に（Deffenbacher, Oetting, Lynch, & Morris, 1996），その反すうが抑うつの持続に（Gilbert, Cheung, Irons, & McEwan, 2005）繋がる危険がある。他方で，怒りの制御が成就すれば相手との関係性の維持や深化を促すことが示唆されている（吉田・高井, 2008b）。加えて，怒りの感情に限定したことではないものの，ネガティブな感情体験は制御の仕方によっては成長の契機となるといった利点もある（Linley & Joseph, 2004; 宅, 2005）。したがって，怒りの制御は個人の適応を左右する重要な問題と言える。

怒りを経験した際にどのような制御方略を選択することが適応に繋がるかという観点から，方略の種類については様々な分類がなされてきた（e.g., Deffenbacher et al., 1996; 木野, 2000; Mayer & Stevens, 1994; Spielberger, 1999）。これらの枠組みは怒りを表出するか抑制するかという2つの方略に大別することができるが，表出も非表出も精神的健康を低める可能性を有している。そうした背景から吉田・高井（2008b）では，従来の枠組みを元に怒り感情の制御方略を表出－非表出，建設的－非建設的という2軸に基づいて4つの方略に弁別した上で[2)]，どのような方略を選択するのが有効であるかは相手との関係性により異なることを示している。4つの方略とは，一方的表出，建設的表出，抑制，そして視点転換の試みである。一方的表出とは，相手の立場に配慮しない攻撃的な表出を表し，非建設的な表出方略に相当する。建設的表出とは，相手を不快にさせないよう相手の立場に配慮しながら自分の怒りを伝える方略であり，建設的な表出方略に相当する。抑制とは，怒りに耐えるという形での非表出を表し，非建設的な非表出方略に相当する。そして視点転換の試みとは，その出来事をポジティブに捉え直そうとする形での非表出を表し，建設的な非表出方略に相当する。吉田・高井（2008b）では，建設的表出は親密かつ対等な関係において，視点転換の試みは親密でない目上の相手との関係において，相手との関係性評価や方略選択に関する自己評価といった観点から有効であることが示された。方略選択に関する規範意識を検討した吉田・高井（2008a）の結果と合わせて考えると，地位関係の違いが親密性の違いよりも制御方略の有効性を弁別する変数としての影響が大きく，目上の相手には視点転換の試みが，対等な相手には建設的表出が比較的望ましい方略と言える。

では，こうした方略を選択するにはどのような規定因が働いているのであろうか。これまでは上記の関係性要因に加えて，自己のモニタリング（吉田, 2008）や感情表出に対する態度（Yoshida, 2008）という観点から検討が加えられているが，本研究では怒りの強度および，怒りとともに経験する混合感情の効果に着目する。怒りの感情は環境の変革や自身の防御のために必要なエネルギーを生み出すという説が提唱されている（Averill, 1982; 戸田, 1992）。無論，常に怒りを感じやすい方が適応的であるということではなく，怒った方が良い場面もあるという意味で理解すべきであるが，怒りが強いほど変革につながる良い制御方略―ここでは建設的表出―がとれるだろうかという疑問は生じる。実際，怒りの喚起は共通利益の追求阻害に繋がるとの報告もある（Allred, Mallozzi, Matsui, & Raia, 1997）。そこで本研究の第一の目的として，怒りの強度と制御方略との関連を検討する。

同じ出来事に対してどのような感情を感じるかには当然のことながら個人差があり（Malatesta & Wilson, 1988），怒りを感じる出来事というのは，驚きや不安など，同時に異なる感情も経験する傾向が見られる（鈴木, 2002; 湯川・日比野, 2003）。しかし従来の怒りの制御研究においては，怒りという感情のみに注目されており，同時にどのような感情を感じたかという混合感情[3)]の問題についてはMartin & Dahlen（2005）や三根・浜・大久保（1997）を除き，ほとんど扱われてこなかった。個々

1）名古屋大学大学院教育発達科学研究科博士課程（後期課程）研究生

2）実際には第三者への表出を含めた5つの方略を捉えた尺度作成を行っているが，説明が煩雑になるため，この方略についての表記は省略している。

の感情は，その出来事に対する解釈や意味付与を含んでおり，出来事に対する解釈により，怒りの制御方略は異なる（Averill, 1982; 大渕, 1986; 湯川・日比野, 2003）。したがって，怒りとともにどのような感情を経験しやすいかの個人差によって，制御方略の選択が異なってくるであろう。

特に本研究では，驚きという感情への焦点化に注目する。ネガティブな感情体験に対して，肯定的な側面に再焦点化することで再評価が促されるとの知見があるが（King & Miner, 2000; Stanton, Danoff-Burg, Sworowski, Collins, Branstetter, Rodriguez-Hanley, Kirk, & Austenfeld, 2002），出来事を体験してすぐに良い側面に注目することは難しい。特に怒りの感情体験に関してはむしろ，驚きのような中立的な感情状態にまず再焦点化することで，適応的な制御方略の選択が促進されるのではないだろうか。そして，そうした再焦点化は外的な働きかけによって促しうるだろう。外的に与えられたラベルが個人の記憶に影響を与えるとの知見（Loftus & Palmer, 1974）は，こうした考えを支持している。怒りの感情は予想や目標との不適合から生じることから，そうした意味では不確実性の高さから生じる感情である驚き（Smith & Ellsworth, 1985）とは，快－不快次元での差異を別にすれば，変換しうる感情ではないかと考えられる。驚きと怒りとは，覚醒度が中程度に高いという点では共通するが，驚きよりも怒りの方がよりネガティブな感情であるという点では異なっている。したがって，怒りという感情のラベリングを行った体験に対して，驚きという再ラベリングを行えば，体験に対する否定的な評価は緩和されるのではないかと考えられる。こうした観点から，感情体験の“驚き”の側面への焦点化が，出来事に対する評価ならびに感情価に与える影響を検討するのが，本研究の第二の目的である。

また，本研究では怒りと驚きの他に，恐怖，悲しみ，不公平感の3つの感情を取り上げる。恐れの感情は危機を察知して生起する感情で，回避行動を促すことで生存の危機から身を守るという機能を持つ。したがって恐怖の感情が同時に生起するならば，非表出行動をとりやすいと考えられる。悲しみの感情は，何らかの喪失体験により生起する感情であるが，怒りの体験において同時に生起しやすいこと，特性的に怒りを感じやすい人は悲しみも感じやすいことが報告されている（池内・藤原, 2009; David, & Murphy, 2004; 坂上, 1999）。悲しみは他者からの援助を得ることが中心的な機能となるため，怒りと比べて攻撃的反応を引き起こす影響力は小さいと考えられる。最後に取り上げるのは不公平感であるが，従来Adams（1965）の衡平理論において，不衡平が生じた際の情動的反応は過剰利得の場合には罪悪感が，過小利得の場合には怒りの感情が中心的に取り上げられてきた。しかし日常的な出来事において生じる不公平感と怒りとは同義ではなく，両者が喚起されやすい状況は異なることから（田中, 1997），怒りと不公平感の喚起傾向にも個人差が見られるであろう。不公平感をRussel（1980）の二次元上に配置した論考は見当たらないが，不公平感が“不満”にも近い意味を有していることを鑑みると，怒りほど活性度の高い感情とは限らず，制御方略に対して怒りとは異なる影響を及ぼす可能性が考えられる。以上のことから，個人差としての驚き，恐怖，悲しみ，不公平感の4つの感情の強度が制御方略の選択に及ぼす影響を検討することを第三の目的とする。また，関係性により選択されやすい制御方略が異なることの再現性も確認する。

方法

実験参加者　愛知県内のN大学で実験を実施した。参加者は47名（男性11名，女性36名）である。

実験の手続き　参加者はまず，一般的に怒りを生じやすい4つの場面に関するエピソードを視聴した。4つの場面とは1.友人から勝手な理由により遅刻された場面（場面Ⅰ），2. 後方の席に座っていると教員から私語に関して不当な叱責を受けた場面（場面Ⅱ），3. サークルの同輩から勝手な理由により仕事を放棄された場面（場面Ⅲ），4. バイト先の店長から八つ当たりを受けた場面（場面Ⅳ），の4つである。場面設定においては，場面Ⅰと場面Ⅲは地位の対等な相手，場面Ⅱと場面Ⅳは目上の相手というように，関係性が異なるよう配慮されている。参加者には「ある一日を描いた物語」を聞いてもらうので，自分が経験しているかのように想像しながら物語を視聴するよう教示を行い，スクリプト視聴後に焦点化する感情（怒りと驚き）について実験操作を行った。統制群を含め，実験条件は1. 怒り焦点化条件，2. 驚き焦点化条件，3. 統制条件，の参加者間3水準である。怒り（驚き）焦点化条件群には，1つのエピソードを聞き終わるごとに，「いま聞いていただいたエピソードについて，あなたが“怒り（驚き）”を覚えたことは何かについて，一行にまとめて以下の欄に自由に記述してください」との教示を行った。

3）混合感情（Mixed emotion）という用語は，ポジティブな感情とネガティブな感情との混合という意味で用いられる場合もあるが（Rafaeli, Rogers, & Revelle, 2007），本研究ではより広義に，複数のネガティブな感情の混合という意味で用いる。

測定変数　各場面の視聴後，生起感情と当該場面で選択する制御方略について尋ねた。生起感情は恐怖，驚き，悲しみ，怒り，不公平感について各1項目を使用して測定した。各場面での感情評定間の相関を算出したところ，中程度の相関（r = .02 ～ .59）しか見られなかったため，これらは概念的には弁別されると判断した。怒りの感情制御方略に関しては吉田・高井（2008b）の怒り感情制御尺度を基に，一方的表出，建設的表出，抑制，視点転換の試み，の4方略について各2項目を使用して測定した。ただし項目中で「怒り」という言葉を用いるのは驚き焦点化条件の参加者に対して不適切であるため，一部表現を変更している。

結果

各場面のスクリプトについての現実性と重要度に関する評定値の記述統計量を算出したところ，現実性は場面ⅠでM = 6.13（SD = 0.85），場面ⅡでM = 5.19（SD = 1.41），場面ⅢでM = 5.62（SD = 1.11），場面ⅣでM = 5.81（SD = 1.10）であった。重要性は場面ⅠでM = 4.02（SD = 1.15），場面ⅡでM = 5.13（SD = 1.19），場面ⅢでM = 5.17（SD = 1.19），場面ⅣでM = 4.45（SD = 1.36）であった。いずれの評定値も中点の3.5を1%水準で有意に上回っていたため，今回用意したスクリプトは一定の現実性と重要性を備えていると判断し，すべての場面を分析に用いることとした。

条件間の感情評定と制御方略　諸感情の強度と制御方略について，場面内での級内相関係数を算出した。分析には清水（2006）のHAD4を用いた。その結果，感情強度に関しては，怒りでr = .27（p < .01），驚きでr = .44（p < .01），悲しみでr = .53（p < .01），恐怖でr = .22（p < .01），不公平でr = .00（p = .70, n.s.）であった。制御方略に関しては，一方的表出でr = .03（p = .30, n.s.），建設的表出でr = .02（p = .35, n.s.），抑制でr = .00（p = .68, n.s.），視点転換の試みでr = .13（p < .05）という結果であった。

感情評定と制御方略に対する感情の焦点化の影響　感情の強度と感情制御方略に対して，場面と実験条件による二要因の混合計画分散分析を行った。以下，感情の強度と制御方略のそれぞれについて報告する。Mauchly法による検定で球面性の仮定が満たされなかった場合には，Greenhouse-Geisserの基準に基づき有意性の検定を行った。また主効果および交互作用が有意であった場合の多重比較については，すべてBonferroniの基準を採用している。各場面，実験条件ごとの感情の強度の記述統計量をTable 1に，制御方略の記述統計量をTable 2に示す。

感情の強度について，まず怒りの感情は，場面の主効果および実験条件の主効果が有意であった（それぞれF (2.31, 101.70) = 20.79, F (2,44) = 3.76）。場面について多重比較を行ったところ，場面Ⅱ，Ⅲでの怒りの評定値が場面Ⅳよりも高く，場面Ⅰよりも場面Ⅳの方が高かった。実験条件について多重比較を行ったところ，怒り焦点化条件および驚き焦点化条件の評定値は統制条件よりも高かった。驚きの感情も，場面の主効果および条件の主効果が有意であった（それぞれF (3,132) = 13.68, F (2,44) = 4.41）。実験条件について多重比較を行ったところ，場面Ⅰの驚きの評定値は他の場面よりも低かった。実験条件については，驚き焦点化条件における驚きの評定値が怒り焦点化条件よりも高かった。更に場面と実験条件の交互作用が有意であった（F (6,132) = 3.58）。悲しみ，恐怖，不公平感については，いずれも場面の主効果のみが有意であった（それぞれF (2.66,116.84) = 7.54, F (3,132) = 18.73, F (2.43,106.77) = 39.68）。多重比較の結果，悲しみの評定値は，場面Ⅰで他の場面よりも低かった。恐怖は，場面Ⅰ，Ⅲよりも場面Ⅱ，Ⅳの方が強かった。不公平感は，場面Ⅰ，Ⅳよりも場面Ⅲで，場面Ⅲよりも場面Ⅱでより強かった。

制御方略については，まず一方的表出については，場面の主効果のみが有意であった（F (2.61, 114.75) = 31.05）。多重比較の結果，場面Ⅳよりも場面Ⅰ，Ⅱの方が，場面Ⅰ，Ⅱよりも場面Ⅲの方がより選択されていた。建設的表出については，場面および実験条件の主効果が有意であった（それぞれF (2.39, 105.32) = 20.79, F (2,44) = 4.31）。場面について場面Ⅳよりも場面Ⅱの方が，場面Ⅱよりも場面Ⅰ，Ⅲの方がより選択されていた。実験条件については，怒り焦点化条件よりも統制群の方が建設的表出が選択されていた。抑制については，場面の主効果および場面と実験条件の交互作用が有意であった（それぞれF (3, 132) = 37.39, F (6.132) = 2.72）。場面についての多重比較を行ったところ，場面Ⅲよりも場面Ⅰ，Ⅱの方が，場面Ⅰ，Ⅱよりも場面Ⅳの方がより選択されていた。視点転換の試みについては場面の主効果のみが有意であった（F (3,132) = 23.56）。多重比較を行ったところ，場面Ⅳが他のいずれの場面よりもより選択されていた。

感情評定と制御方略の関連　諸感情の強度と制御方略との関連について，場面ごとに構造方程式モデリングによる多変量重回帰分析を実施した。その結果をTable 3に示す。偏回帰係数について，5%水準で有意であったものを記載している。モデルの適合度はGFIが.92～ .99，AGFIが.91～ .94，RMSEAはいずれも.00の範囲であり，十分な適合度を示していたと判断された。

Table 1　各スクリプト視聴後の生起感情の平均値

		場面Ⅰ（友人）		場面Ⅱ（先生）		場面Ⅲ（同輩）		場面Ⅳ（店長）		平均	
怒り	怒り焦点化条件	5.00	(1.77)	6.33	(0.72)	6.13	(0.92)	5.60	(0.83)	5.77	(0.73)
	驚き焦点化条件	5.06	(1.34)	6.31	(0.70)	6.13	(0.96)	5.75	(0.77)	5.81	(0.62)
	統制条件	4.06	(1.65)	5.38	(1.20)	5.75	(1.13)	5.25	(1.00)	5.11	(1.02)
	平均	4.70	(1.63)	6.00	(1.00)	6.00	(1.00)	5.53	(0.88)	5.56	(0.86)
驚き	怒り焦点化条件	3.00	(1.77)	3.73	(1.62)	3.67	(1.68)	3.53	(1.88)	3.48	(1.31)
	驚き焦点化条件	4.44	(1.41)	5.44	(1.31)	5.13	(1.45)	4.38	(1.75)	4.84	(1.21)
	統制条件	2.50	(1.63)	4.75	(1.73)	5.06	(1.29)	4.63	(1.78)	4.23	(1.31)
	平均	3.32	(1.78)	4.66	(1.68)	4.64	(1.59)	4.19	(1.83)	4.20	(1.37)
悲しみ	怒り焦点化条件	2.93	(1.71)	3.40	(1.92)	3.87	(1.96)	3.93	(1.98)	3.53	(1.39)
	驚き焦点化条件	2.94	(1.61)	3.50	(1.86)	4.06	(1.61)	4.25	(2.14)	3.69	(1.55)
	統制条件	3.63	(1.71)	4.69	(1.70)	4.50	(1.63)	4.50	(1.86)	4.33	(1.50)
	平均	3.17	(1.67)	3.87	(1.88)	4.15	(1.72)	4.23	(1.97)	3.86	(1.49)
恐怖	怒り焦点化条件	1.13	(0.35)	2.07	(1.39)	1.67	(0.90)	2.67	(1.80)	1.88	(0.67)
	驚き焦点化条件	1.50	(0.73)	3.19	(1.80)	2.25	(1.24)	3.69	(1.96)	2.66	(1.07)
	統制条件	2.00	(1.51)	3.38	(1.82)	1.94	(1.12)	3.06	(1.44)	2.59	(1.11)
	平均	1.55	(1.04)	2.89	(1.75)	1.96	(1.10)	3.15	(1.76)	2.39	(1.02)
不公平感	怒り焦点化条件	3.67	(1.50)	6.60	(0.63)	5.53	(0.83)	4.67	(1.76)	5.12	(0.73)
	驚き焦点化条件	4.44	(1.09)	6.63	(0.81)	5.75	(1.18)	4.94	(1.29)	5.44	(0.70)
	統制条件	3.69	(1.54)	6.06	(0.57)	5.50	(1.55)	4.44	(1.55)	4.92	(0.73)
	平均	3.94	(1.41)	6.43	(0.71)	5.60	(1.21)	4.68	(1.52)	5.16	(0.74)

注）カッコ内は標準偏差を表す

Table 2　各スクリプトにおける怒り感情制御方略の選択の平均値

		場面Ⅰ（友人）		場面Ⅱ（先生）		場面Ⅲ（同輩）		場面Ⅳ（店長）		平均	
一方的	怒り焦点化条件	4.43	(1.05)	4.17	(1.44)	4.70	(1.81)	2.70	(1.32)	4.00	(1.03)
	驚き焦点化条件	3.41	(1.21)	4.09	(1.50)	4.91	(1.39)	2.50	(0.89)	3.73	(0.73)
	統制条件	3.00	(0.82)	3.94	(1.54)	4.88	(1.19)	2.50	(0.84)	3.58	(0.57)
	平均	3.60	(1.18)	4.06	(1.46)	4.83	(1.45)	2.56	(1.01)	3.76	(0.79)
建設的	怒り焦点化条件	4.67	(1.41)	3.20	(1.03)	4.43	(1.65)	3.07	(1.18)	3.84	(0.75)
	驚き焦点化条件	4.75	(1.29)	4.47	(1.53)	5.09	(0.95)	3.06	(1.36)	4.34	(0.74)
	統制条件	5.00	(0.66)	4.56	(1.53)	5.25	1.1106	3.44	(1.00)	4.56	(0.60)
	平均	4.81	(1.14)	4.10	(1.50)	4.94	(1.28)	3.19	(1.18)	4.26	(0.75)
抑制	怒り焦点化条件	3.00	(1.22)	4.50	(1.58)	3.33	(1.62)	5.67	(0.92)	4.13	(0.95)
	驚き焦点化条件	4.34	(1.23)	3.75	(1.28)	3.47	(1.26)	5.78	(0.66)	4.34	(0.58)
	統制条件	4.13	(0.87)	4.00	(1.41)	3.38	(1.12)	5.50	(0.73)	4.25	(0.56)
	平均	3.84	(1.24)	4.07	(1.43)	3.39	(1.31)	5.65	(0.77)	4.24	(0.70)
視点転換	怒り焦点化条件	3.57	(1.24)	4.27	(1.60)	3.87	(1.47)	5.27	(1.18)	4.24	(1.11)
	驚き焦点化条件	4.41	(1.05)	4.75	(1.22)	3.94	(1.30)	5.88	(0.70)	4.74	(0.43)
	統制条件	4.34	(0.65)	4.19	(1.20)	4.00	(0.86)	5.38	(0.92)	4.48	(0.56)
	平均	4.12	(1.05)	4.40	(1.34)	3.94	(1.21)	5.51	(0.96)	4.49	(0.76)

注）カッコ内は標準偏差を表す

Table 3　各場面での生起感情から対処方略への影響

		一方的表出	建設的表出	抑制	視点転換の試み
場面Ⅰ（友人）	怒り	.31	.28	−.25	
	驚き				
	悲しみ	−.26			
	恐怖				
	不公平感				
	重回帰係数	.12	.08	.06	.00
場面Ⅱ（先生）	怒り		−.42		
	驚き	−.31			.26
	悲しみ		.37		
	恐怖				
	不公平感				
	重回帰係数	.09	.26	.02	.07
場面Ⅲ（同輩）	怒り	.37		−.31	−.40
	驚き	.28	.31		
	悲しみ	−.48		.43	.49
	恐怖				−.22
	不公平感			−.23	−.23
	重回帰係数	.31	.16	.28	.38
場面Ⅳ（店長）	怒り			.23	
	驚き				
	悲しみ	−.34			
	恐怖				
	不公平感	.29		−.40	
	重回帰係数	.20	.00	.15	.00

考察

本研究の目的は，一般的に怒りを喚起するような対人場面において，外的な働きかけによる驚きという側面への焦点化と，怒り感情，および怒りと混合して経験する他の感情の強度の個人差が，怒りの制御方略の選択にどのような影響を与えるかを検討することであった。相手との関係性の異なる4つの場面を含んだ場面想定法を用いて，場面の視聴後に怒り又は驚きのいずれかの感情に焦点化する操作を行い，統制群を含めた3つの条件間での比較を行った。

級内相関の結果を見ると，怒りの制御方略の場面間での一貫性は，感情の強度に比べて総じて高いものではなかった。怒りの制御は特性というよりも状況に応じて変動する“方略”としての側面が強いことを示していると言え，これはストレス対処方略に関するLazarus & Folkman（1984 本明他訳 1991）の議論と整合的である。そして相手との関係によって怒りの制御方略の選択傾向が異なるという吉田・高井（2008b）の知見は，本研究でもほぼ再現された。建設的表出は，友人や知人が対象である場合の方が教師やバイト先の上司が対象である場合よりも選択されやすかったことから，本研究の結果からも，建設的表出は対等な関係においてなされやすいと言える。一方，抑制や視点転換の試みといった非表出方略は，バイト先の上司が対象である場面Ⅳにおいて，他の場面よりもより選択されていた。目上の相手には表出がなされにくいという点で，これも吉田・高井（2008b）と合致する結果である。ただし同じく目上の相手である教師が対象となった場面Ⅱでは，特に非表出傾向は顕著ではなかった。相手が一授業の講師にすぎないという関与度の低さの影響も考えられるが，場面に関する重要度や怒りについて，特に場面Ⅱの評定値が低いわけではなかったことから，そうした影響の可能性は低いと思われる。同じ目上の相手であっても，教師とバイト先の上司とでは質的に異なる存在であり，それぞれが有しているパワーの内容も異なる。パワーはいくつかの要素に分けられ，要素によって制御方略への影響が異なるが（Rahim, Antonioni, & Psenicka, 2001），バイト先の上司は給料やバイトとしての身分の保証に対して持つ影響力という側面では，教師のそれより強いものである。そう

したパワーの違いが，制御方略の選択に影響したと考えられる。

個人差としての怒りの強度については，場面によって異なる影響が見られた。友人の勝手な理由による遅刻を経験した場面Ⅰでは，怒りの強度が一方的表出と建設的表出のどちらに対しても正の影響を及ぼしていた。怒りの強度は，自分の権利主張という表出を促してはいたが，表出の仕方を弁別するよう機能してはおらず，怒りの強度自体が有効な方略選択と関連しているとは言いがたい。教師からの不当な注意を経験した場面Ⅱでは，怒りの強度が建設的表出に対して負の影響を及ぼしていた。そもそも権力を持つ目上に対して怒りを表出すること自体が社会的に望ましいとは断定できないものの，冷静に交渉すれば環境改善される可能性は考えられる。しかし怒りの強度は表出の中でも建設的な表出を抑制する結果であったため，怒りを強く感じることが良いとは言えない結果である。サークルの同輩から仕事を放棄された場面Ⅲでは，怒りの強度は一方的表出に対して正の，抑制および視点転換の試みに対して負の影響を及ぼしていた。この場面では怒りの強度は有効な制御方略として想定される建設的表出とは関連を持たず，一方的な表出を促進し，非表出的な方略を抑制するという結果であった。バイト先の上司から八つ当たりをされた場面Ⅳでは，怒りは抑制に正の影響を与えていた。怒りを感じるほど表出行動を行わないというのは一見奇異な結果であるが，こうした規範が比較的明瞭であるために，怒りを感じるほど余計に我慢をするしかないという選択になるのであろう。以上をまとめると，怒りの強さが建設的表出や視点転換の試みを弁別的に促すわけではなく，特に場面ⅠからⅢでは，怒りは一方的表出を促進していた。怒りが一方的表出を促すということは，怒りが環境を変化させるエネルギーであるという説を支持している面はある。しかし場面Ⅰを除けば，怒りが環境を“改善”する行為を引き起こしているとは言いがたい。怒りが現代社会においても適応的に機能しているという説に関しては，慎重に構える必要があるだろう。

外的な働きかけとしての驚きへの焦点化は，いずれの場面においても怒りの制御方略の選択に影響を与えてはいなかった。日常の中で怒りを感じる経験とはある程度持続的な関係の中で生じるものであり，そうした時間的経過の中での意味づけの変化の影響の方が強いのかもしれない。一方で怒りの焦点化については統制群との間で違いが見られ，友人に遅刻された場面において，怒り焦点化条件よりも統制条件において建設的表出が選択されていた。怒りへの事後の焦点化は体験の反すうに相当するため，そうした認知的制約が建設的表出を抑制したと解釈される。驚き焦点化条件と統制条件との間で差が見られなかったことは，驚き焦点化の操作が怒りから注意を逸らす効果を持たなかったと解釈できる。外的な働きかけについては，Whyの思考をさせることにより，coolな感情処理が成功した例が報告されている（Kross, Ayduk, Mischel, 2005）。今後はそうした操作が即時的な怒りの制御方略の選択にも効果を及ぼすかという観点からの検討を加える方向性が考えられよう。

怒りと同時に感じた混合感情について検討してみると，どの感情を感じるかにより，選択されやすい制御方略は異なっていた。ただし特定の感情が通状況的に特定の対処方略に対して一定方向の影響を与えているわけではなかった。そこで場面に即して結果を考察すると，勝手な理由で友人に遅刻された場面Ⅰでは，悲しみを感じるほど一方的表出が抑制されている。怒りを感じた場合には表出行動が促進されていたことと合わせて考えると，この場面では，自分が意見を主張した場合の相手の変容可能性によって，どのような感情に焦点化するのが望ましいかは異なってくると考えられる。友人に対しては建設的表出を行った方が相互理解に繋がるという知見を踏まえるならば，この場面は怒りを感じるべき場面だと言うことができよう。しかし自分が何かを言っても無駄な相手だという認識をした場合には悲しみが生起するのが望ましく，それによって表出行動は抑制されるだろう。教師から不当な注意を受けた場面Ⅱでは，悲しみを感じているほど建設的表出が促進され，また驚きを感じるほど一方的表出は抑制され，視点転換の試みは促進されていた。授業を受けるという権利を奪われたことは一種の喪失であり，喪失体験に基づく悲しみの生起が，こうした場面では権利主張を促したと考えられる。ただし場面Ⅰと同様に，この場面でどのような感情に焦点化し，どの制御方略をとるのが望ましいかを断定するには今回用いたスクリプトの内容では不十分である。この場面における方略選択の望ましさは，教師の人物像により異なってくるだろう。教師が学生に対して自らの間違いを認めることのできる人物であれば，建設的表出が効を奏するために，悲しみに焦点化することが有効である。しかし教師が問答無用に追放するような独裁型の相手であれば，怒りよりも驚きの物語として捉えることで，視点転換の試みが促されるわけであるから，驚きに焦点化することが有効である。同輩からサークルの仕事を放棄された場面Ⅲにおいては，驚きを感じているほど一方的表出と建設的表出双方の表出行動を行っていた。恐怖および不公平感は怒りとともに視点転換の試みを抑制するよう働いており，他方で悲しみは視点転換の試みを促進していた。表出行動によって相手に仕事をさせることがで

きるならば，驚きの物語として捉えることが望ましい。しかし，相手が何を言っても聞かないような相手である場合には，怒りを感じることは相手の態度を変えることもできず，視点転換もかなわないために，反すう状態に陥る危険が高いと考えられるため，悲しみや驚きに焦点化すべき場面である。バイト先の店長から八つ当たりをされた場面Ⅳでは，悲しみが一方的表出に負の影響を与えていた。また不公平感は一方的表出に正の影響を，抑制に負の影響を与えていた。この場面では，建設的表出や視点転換の試みといった適応的な方略に影響を与える感情は見られなかった。自分よりも目上であり権力もあるバイト先の店長との関係性を考慮すると，この場面では表出を行わないことが望まれる場面であると考えられる。

以上の結果は，必ずしも怒りを感じることが環境変容の契機となるのではなく，驚きや悲しみという他の感情に焦点化することで変容を志向する行動を促す場面もあることを示している。今回の知見は，コミュニケーションの中での感情制御に新たな知見をもたらす契機を含んでいる。怒りを含めネガティブな感情体験を身近な他者に話すことは日常的に見られることである（川瀬, 1999; 尾上, 2006; Rimé, Finkenauer, Luminet, Zech, & Philippot, 1998）。こうした場面で聞き手がどのような反応をすべきかについては，これまで主に共感性の観点から検討されてきた（丸山・今川, 2001; 森脇・坂本・丹野, 2002; Stevic & Ward, 2008）。しかし状況があまりに一般化されてしまっているために，聞き手の役割についてはいまだ不明瞭な部分も多い。聞き手としてどのような感情をフィードバックするかによって，開示者の制御の成功を左右する可能性が考えられる。本研究では4場面しか扱っていないため，どういった状況ではどの感情を感じることが望ましいという明確な整理を行うまでは至らなかった。今後，固有の感情がどのように制御方略に影響するのかについて，更に状況を精査していく必要がある。その他の聞き手としての反応パターンも踏まえながら，また時系列的な観点も踏まえながら，更に検討を加えていくことが望まれる。

引用文献

Adams, J. S. (1965). Inequity in social exchange. In L. Berkowitz (Ed.), *Advances in experimental social psychology*. Vol. 2. New York: Academic Press. pp. 267-299.

Allred, K. G., Mallozzi, J. S., Matsui, F., & Raia, C. P. (1997). The influence of anger and compassion on negotiation performance. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 70, 175-187.

Averill, J. R. (1982). *Anger and aggression: An essay on emotion*. New York: Springer-Verlag.

David, K. M., & Murphy, B. C. (2004). Interparental conflict and late adolescents' sensitization to conflict: The moderating effects of emotional functioning and gender. *Journal of Youth and Adolescence*, 33, 187-200.

Deffenbacher, J. L., Oetting, E. R., Lynch, R. S., & Morris, C. D. (1996). The expression of anger and its consequences. *Behaviour Research and Therapy*, 34, 575-590.

Gilbert, P., Cheung, M., Irons, C., & McEwan, K. (2005). An exploration into depression-focused and anger-focused rumination in relation to depression in a student population. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 33, 273-283.

池内裕美・藤原武弘（2009）．喪失からの心理的回復過程　社会心理学研究, 24, 169-178.

川瀬隆千（1999）．感情を語る理由：人はなぜネガティブな感情を他者に語るのか　宮崎公立大学人文学部紀要, 7, 135-149.

King, L. A., & Miner, K. N. (2000). Writing about the perceived benefits of traumatic events: Implications for physical health. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26, 220-230.

木野和代（2000）．日本人の怒りの表出方法とその対人的影響　心理学研究, 70, 494-502.

Kross, E., Ayduk, O., Mischel, W. (2005). When asking "Why" does not hurt. *Psychological Science*, 16, 709-715.

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer Publishing Company.
（ラザルス R. S.・フォルクマン S.・本明寛・春木豊・織田正美（監訳）1991　ストレスの心理学―認知的評価と対処の研究　実務教育出版）

Linley, P. A., & Joseph, S. (2004). Positive change following trauma and adversity: A review. *Journal of Traumatic Stress*, 17, 11-21.

Loftus, E. F., & Palmer, J. C. (1974). Reconstruction of automobile destruction: An example of the interaction between language and memory. *Journal of Verbal Learning and Verbal Behavior*, 13, 585-589.

Malatesta, C. Z., & Wilson, A. (1988). Emotion/cognition interaction in personality development: A discrete

emotions, functionalist analysis. *British Journal of Social Psychology*, 27, 91-112.

Martin, R. C., & Dahlen, E. R. (2005). Cognitive emotion regulation in the prediction of depression, anxiety, stress, and anger. *Personality and Individual Differences*, 39, 1249-1260.

丸山利弥・今川民雄（2001）．対人関係の悩みについての自己開示がストレス低減に及ぼす影響　対人心理学研究，1, 107-118.

Mayer, J. D., & Stevens, A. A. (1994). An emerging understanding of the reflective (meta-) experience of mood. *Journal of Research in Personality*, 28, 351-373.

三根浩・浜治世・大久保純一郎（1997）．怒り行動尺度日本語版の標準化への試み　感情心理学研究，4, 14-21.

森脇愛子・坂本真士・丹野義彦（2002）．大学生における自己開示の適切性，聞き手の反応の受容性が開示者の抑うつ反応に及ぼす影響―モデルの縦断的検討　カウンセリング研究，35, 229-236.

尾上恵子（2006）．大学生のコミュニケーション能力と感情の社会的共有行動の関連性について　一宮女子短期大学紀要，45, 17-25.

大渕憲一（1986）．質問紙による怒りの反応の研究：攻撃反応の要因分析を中心に　実験社会心理学研究，65, 127-136.

Rafaeli, E., Rogers, G. M., & Revelle, W. (2007). Affective synchrony: Individual differences in mixed emotions. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 33, 915-932.

Rahim, M. A., Antonioni, D., & Psenicka, C. (2001). A structural equations model of leader power, subordinates' styles of handling conflict, and job performance. *International Journal of Conflict Management*, 12, 191-211.

Rimé, B., Finkenauer, C., Luminet, O., Zech, E., & Philippot, P. (1998). Social sharing of emotion: New evidence and new questions. In W. Stroebe & M. Hewstone (Eds.), *European review of social psychology* (Vol. 9, pp. 145-189). Chichester, England: Wiley.

Russell, J. A. (1980). A circumplex model of affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, 1161-1178.

坂上裕子（1999）．感情に関する認知の個人差―感情特性と曖昧刺激における感情の解釈との関連　教育心理学研究，47, 411-420.

清水裕士（2006）．ペア・集団データにおける階層性の分析　対人社会心理学研究，6, 89-99.

Smith, C. A., & Ellsworth, P. C. (1985). Patterns of cognitive appraisal in emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48, 813-838.

Spielberger, C. D. (1999). *STAXI-2: State-Trait Anger Expression Inventory-2 : Professional manual.* Odessa, Fla: Psychological Assessment Resources.

Stanton, A. L., Danoff-Burg, S., Sworowski, L. A., Collins, C. A., Branstetter, A. D., Rodriguez-Hanley, A., Kirk, S. B., & Austenfeld, J. L. (2002). Randomized, controlled trial of written emotional expression and benefit finding in breast cancer patients. *Journal of Clinical Oncology*, 20, 4160-4168.

Stevic, C. R., & Ward, R. M. (2008). Initiating personal growth: The role of recognition and life satisfaction on the development of college students. *Social Indicators Research*, 89, 523-534.

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.

宅香菜子（2005）．ストレスに起因する自己成長感が生じるメカニズムの検討―ストレスに対する意味の付与に着目して　心理臨床学研究，23, 161-172.

田中堅一郎（1997）．日常生活における不公正な事象の経験と感情的反応　感情心理学研究，4, 1-13.

戸田正直（1992）．感情：人を動かしている適応プログラム　東京大学出版会

湯川進太郎・日比野桂（2003）．怒り経験とその鎮静化過程　心理学研究，74, 428-436.

吉田琢哉（2008）．感情に関するモニタリングが，怒り感情制御方略の使用に与える影響　名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要，54, 69-79.

Yoshida, T. (2008). Effects of attitude toward emotion expression on anger regulation style. Poster presented at the Nineth Conference at the Society for Personality and Social Psychology, Alubuquerque, NM., 284.

吉田琢哉・高井次郎（2008a）．関係性に応じた怒り感情の制御に関する規範の検討　対人社会心理学研究，8, 35-42.

吉田琢哉・高井次郎（2008b）．怒り感情の制御に関する調整要因の検討：感情生起対象との関係性に着目して　感情心理学研究，15, 89-106.

謝辞

本論文の執筆にあたり，名古屋大学大学院教育発達科学研究科の浅野良輔氏，中山真氏，油尾聡子氏，吉武久美氏，山中咲耶氏には貴重な御示唆をいただきました。記して感謝いたします。

(2009年11月15日受稿)

ABSTRACT

How Do Focus on Surprising Aspects of Anger-Inducing Events and Mixed Emotions Influence on Use of Anger Regulation Tactics?

Takuya YOSHIDA

Research has revealed that an effective way of anger regulation is contingent on interpersonal relationships. Constructive anger expression has a positive effect on relationship quality in equal relationships while trial of revision has in a target with higher status. To reveal an antecedent of choosing such an effective regulation tactics, present experiment examined whether making focus on surprising aspects of anger-inducing events and mixed emotions which aroused with anger influenced on a use of regulation tactics. Emotion of "surprise" was especially focal in this study, as it was theoretically supposed to possess neutral valence relative to anger. Participants were classified into three conditions; focusing on anger-inducing aspects of events, focusing on surprising aspects, and control condition. They heard four types of anger-inducing vignettes which varied status of anger-inducing target. After each vignette several emotions (anger, surprise, sadness, fear, and unfair) and anger regulation tactics were scored. As with previous findings, choice of regulation tactics differed according to personal relationships with the target. However, making focus of surprising aspects did not have any effects on choice of regulation tactics compared to control condition. In anger-focus condition constructive anger expression was less chosen than in control condition. As for the effects of mixed emotion, choice of regulation tactics depended on emotions one held. Implication for emotion regulation in personal communication was discussed.

Key words: anger regulation, focus on surprise, mixed emotion, agent of arousal