

## 対人場面における怒りの表出に関する研究

— 表出の仕方が他者に与える影響 —

木野和代

### 【問題】

私たちは一人での状況では感情表出を制御する必要をあまり感じないが、誰かと一緒にいる時には相手への配慮や相手との人間関係を維持するために、表出を抑制することがある。ことにnegativeな感情については表出されることが少ない。確かに、感情、特にnegativeな感情の表出を制御していることは、その時点では対人関係にプラスに働くかも知れないが、長期的に抑制し続けることは難しく、無理に自分の感情を押し殺しているのでは、自分の精神的健康によくないばかりか、かえって、取り返しのつかないほど相手との関係を悪くしてしまうような事態を招きかねない。従って、対人関係や状況によっては、適度な感情表出を適切な方法で行うことが必要であり、表出の仕方、つまり、表出方法次第では、相手との関係を保ちつつ、自分の本当の感情もきちんと相手に伝えることができるのではないかと考える。

こうした対人場面における感情表出を検討する際、誰に対しての表出であるのかといった対人的影響を切り離して考えることはできない。感情表出やその制御に関する先行研究においても、相手との親しさ（親密度）、相手との社会的な関係（立場）などを考慮した研究が見られる（平林, 1993; Underwood, Coie & Herbsman, 1992; Matsumoto, 1990）。また、怒りの表出には性役割による影響がある（川口, 1991）とも述べられている。

そこで、本研究ではnegativeな感情のうち、「怒り」の感情に注目し、我々の文化ではどのような表出方法が適切なのか、つまり、どのように怒りを表出すれば、相手に自分の気持ちをきちんと伝えることができ、なおかつ、相手に悪い印象を与えたり、相手との対人関係を壊すようなことがないのかを探り出していくことを目的とする。この時、相手との立場関係と性の要因も考慮する。なお、本研究においては怒りの表出方法として、予備調査から得られた7種類の表出方法（「表情・口調」、「遠回し」、「嫌味」、「理性的説得」、「感情的攻撃」、「無視」、「いつも通り」）を用いる。

### 【研究Ⅰ】

<目的>我々の文化では、相手に対して抱いている怒りをその相手に表出する際、どのように表出するのが適切なのかを検討するにあたって、表出者の視点からどのよ

うな表出方法が用いられやすいのかを調べることを目的とする。この時、相手との立場関係（先輩、同輩、後輩）と性（男性どうし、女性どうし）の要因も考慮する。

<方法>男子大学生103名、女子大学生136名を対象に質問紙調査を行った。質問紙には、被験者と同じ部活に所属する先輩、同輩、後輩のいずれか（質問紙の種類によって異なる）が登場し、その人物が被験者に怒りを喚起させるような言動をとったという内容の仮想場面を提示した。そして、提示された仮想場面で、①被験者自身がどのくらい怒りを感じるのか、及び②先述の7種類の表出分類に従って、相手に対してどのように怒りを表出するのかを4段階尺度でたずねた。

<結果と考察>提示した仮想場面において怒りを全く感じなかった被験者の回答は分析から除いた。その後、どのような表出方法が用いられやすいのかを立場関係と性別を考慮して検討するために、表出方法(7)×立場関係(3)×性(2)の3要因の分散分析を行ったところ、「遠回し」、「表情・口調」、「いつも通り」が最も用いられやすい表出方法であり、「無視」、「理性的説得」、「嫌味」が次に用いられやすく、「感情的攻撃」が最も用いられにくいことが示された。従って、抑制的な表出方法、特に言語的に抑制されたものが用いられやすいと思われる。

また、相手との立場関係によって用いられる程度の異なる表出方法も存在することが示され、地位の低い者に対して表出する場合と比べて、地位の高い者に対しては強い怒りの表出が控えられることが明らかになった。工藤・マツモト（1996）も述べているように、我々の社会では、地位の上の者に対しては怒りを表すことが難しいと思われる。さらに、性によっても用いられる程度の異なる表出方法の存在が示され、怒りの表出については、女性どうしの方が抑制されがちであるということが確認された。これは、怒りについては、男性の方がよく表出するという川口（1991）の知見と一致するものだと言えよう。

### 【研究Ⅱ】

<目的>研究Ⅰにおいて、我々の文化で一般によく用いられる3つの表出方法（「遠回し」、「表情・口調」、「いつも通り」）が明らかにされた。そこで、研究Ⅱにおいては、これらの表出方法の対人的な影響について調べる

ことを目的とする。この時、相手との立場関係（先輩、同輩、後輩）と性（男性どうし、女性どうし）の要因も考慮する。また、相手との親しさは、あまり親しくないものに限定する。

＜方法＞男子大学生81名、女子大学生81名を対象として個別に実験を行った。被験者自身が相手（先輩、同輩、後輩のいずれかで、条件によって異なる）の怒りを喚起するような行為をしたという内容の仮想場面（3場面）とこれらの場面での相手からの怒りの表出（3種類）をそれぞれ文章とVTRで提示した。提示した仮想場面と表出方法の組み合わせや提示順序は、被験者間でカウンターバランスを取った。その後、各表出方法が与える対人的影響を調べるために、①相手の怒りの強さ、②相手に対する印象、③自分の行為の反省度、④相手への気持ち、⑤相手との今後の関係についてたずねた。

＜結果と考察＞表出方法による対人的影響の違いを立場関係と性別を考慮して検討するために、各測度に対して表出方法(3)×立場関係(3)×性(2)の3要因の分散分析を行った。その結果、相手に怒りをよく伝えるという点では、「表情・口調」、「遠回し」、「いつも通り」の順に、次第に怒りを伝えるににくい表出方法となることが見出された。しかし、この順序で、次第に相手に与える印象がよくなっていくなど、対人関係の維持のためにはより適切な表出方法となっていくことが示された。

いずれの表出方法についても、相手に伝わる怒りの強さや対人関係の維持に与える影響には相手との立場関係の違いによる差が見出されなかった。さらに、性の要因について検討すると、「いつも通り」は、男性どうしの場合よりも女性どうしの場合の方が怒りを伝えやすいということ、及び、「遠回し」は、男性どうしの場合よりも女性どうしの場合の方が好印象を与えやすいということが見出された。

以上のことから、怒りをよりよく伝え、かつ、二人の関係にもよりよい影響を与えるという2つの目標を同時に達成するような表出方法を、少なくとも研究Ⅱで取り扱った3つの中から一つ選び出すことは難しいと思われる。表出方法ごとに測度間の相関係数を算出した結果からも同様に、いずれの表出方法においても、怒りが強く伝わる場合には、相手の印象も悪いということが確認さ

れていた。

#### 【総合的考察】

本研究では、よく用いられる表出方法の検討（研究Ⅰ）とこれらの表出方法の対人的影響についての検討（研究Ⅱ）を行った。これらの結果を総合すると、我々が怒りの表出を行う際には、(1) negativeな感情の表出はできる限り抑制すべきである、(2) 立場が上の者に対しては怒りを表出すべきでない、といった文化的表示規則の規制がかかりやすいが、表出をされる側（受け手側）にたつと、(2) 立場が上の者に対しては怒りを表出すべきでない、という規則の影響を受けなくなるということがわかる。送り手（表出者）が表出する際とは異なり、受け手が相手の怒りの強さを読み取ったり、相手に対して何らかの印象を持つ際には、相手との立場関係までは考慮されることがなく、表出者の表出方法そのものによって影響されやすいと考えられる。これは、非常に興味深い結果である。

また、「表情・口調」、「遠回し」、「いつも通り」の3つの表出方法は同じくらいよく用いられるのに対して、これらの3つの間では相手に伝わる怒りの強さや相手に与える対人印象などが異なってくる別の理由として、表出者側の個人差が考えられる。相手との関係を保つために強く怒りが伝わるような表出を避ける人もいれば、関係を保つことよりも怒りを伝える方を重視する人もいるだろう。従って、これらの表出方法は与える印象が異なるにもかかわらず、最終的には、同じくらいの頻度で用いられることになったのではないだろうか。本研究では個人的要因について全く考慮していなかったが、Friedman & Miller-Herringer (1991) が社会的状況における行動には個人差が大きいことを主張していることから、何らかの個人差が各表出方法の使用頻度に影響していた可能性もあると思われる。

本研究は、怒りの表出という狭い範囲に限定してのものであったが、ここで得られた研究結果は、我々が怒りの表出を行う場合のみならず、日本人との対人関係を持つ際に行動上の不自由を感じる外国人が、日本人の行動様式を理解するのに役立つのではないかと考える。