

## 大学生の日常的感情に関する研究

— 感情日誌を用いて —

速 水 敏 彦

### 問 題

人間は感情の動物だといわれ、生きている以上意識しているか、していないかにかかわらず、常に何らかの感情を抱いている。そのような日常の感情のあり方が基礎になって様々な行動が生じていると考えられる。とりわけ、青年期の極端な行動は急激な身体の発達とも関係した感情の起伏の問題に帰されることが多いが、その背後に流れている日常的感情の現実の姿についてはあまり知られていない。

ところで、外国ではThayer (1996) が「日常的ムードの起源」を著し、「内生的生物学的リズム (endogenous biological rhythms)」というものを指摘している。これはエネルギーの日常のリズムと考えることができるが、午前中、急上昇して正午頃にピークに達し、その後、午後4時前後に一旦下がり、午後7時前後にまた一つのピークを迎え、その後下降するという変化曲線を示している。そして緊張はエネルギーが低下する頃に高まるとしている。また、日常的ムードを規定する要因であるドラッグ、社会的相互作用、天候、ライフイベント等について言及している。また、Oatley (1994)、Oatley & Duncan (1992) は感情日誌 (emotion diary) を使って、幸福、悲しみ、怒り、嫌悪等の感情生起について検討している。彼らによれば、感情日誌を用いて感情を研究する試みはすでに1920年代、30年代にあるという。それはたとえば1週間の間の怒りの出来事について記録させ、その強さを5段階で評定させたり、自分自身の感情についての日記をつけさせ、その中から幸福な出来事を探させ、本人の目標とそれらに関係づけさせるというようなものであった。また、最近では一定の時間間隔でいくつかの感情のタイプの強さを評定させるというものもあるが、いずれも特定の時間内の感情でなく日常的な時間の流れの中での感情を問題にしている。

わが国では日常的感情に関する研究はまだほとんどなされていない。そこで、速水 (1999) は、中学生に、生じた感情を時間経過にそって記述させる感情日誌を用いて、日頃なぜ、中学生は怒り、悲しみ、喜ぶのかを明

らかにしようとした。本研究は調査対象を大学生にしたその続編である。本研究の新しい点は感情日誌を用いて感情生起の時間的変化をみようとするところで、このような試みはOatleyもまだしていない。これは先の研究ではまったく検討していないが、同じような生活パターンの大学生には大学生なりの感情の時間的推移があるように思われる。たとえば授業中と授業後では「怒り」の量が異なるかもしれない。また、Thayerのいうような生物学的と思われるような感情の変化があるのかもしれない。日常感情の生起が1日の時間的経過の中でどのように変化するかを明らかにすることが第1の目的である。

第2は先の研究と同様、「怒り」「悲しみ」「喜び」がどのような理由で生じているのか明らかにすることである。中学生と大学生とでは発達水準も、生活環境も異なるので、その感情生起の原因も当然相違のあるものになるだろう。たとえば、中学生の怒りの原因は仲間であることが多かったが、それは中学生は学校にいる間中いやおうなく、クラスの固定的な仲間と学校生活を営むためである。一方、大学生はその点事情が異なり、仲間による怒りは中学の場合に比べて減少するように思われる。また、中学生の「喜び」はテストの点数がよかったというような達成事象に関するものが多かったが、大学生ではそのようなものは少数と予想される。

第3は性差についての検討である。先の中学生の検討では試みなかったが、感情のあり方は男女でかなり異なると予想される。既にFisher, G. T. (2000) のレビューでも感情の様々な側面に性差が存在することが指摘されている。日常的な感情に関して性差を検討する。

### 方 法

**被験者** 私立大学生46名、国立大学生33名、総計79名 (男性32名、女性47名)

**手続き** 「感情日誌」と名づけた冊子を著者が「教育心理学」の受講者に配布し、ウィークディの連続2日間記述するよう教示した。中学生に実施した場合と異なるのは、いくつ書いてもよいが、一応1日につき10件以上は書くことを目安にしてほしい旨伝えたことである。これ

は自由記述で最低限の件数を指示しないと、どうしても件数が少なくなるためである。また、先の中学生の場合は無記名、性別も書かないということで無責任になり、記述が少なくなったり、曖昧になったように思われたので、今回は記名し、性別も明記させた。感情日誌の概略はB4の紙に横には「怒り」「悲しみ」「喜び」の3列を設け、縦には朝の6:00時から深夜24:00までの時刻を示し、1時間毎に罫線を入れたものである。

## 結果と考察

### 1. 日常における感情の時間的変化

感情日誌は1時間のスペースに原則的にはそれぞれの感情を感じたことがあればいくつも書いてもよいことになっており、事実2つ以上書いている人も数名いたが、数量化の観点からこれらの人については先に書いたものだけを採用し、残りは削除した。つまり、ここでは1時間の間に記述すべき当該の感情が生じたか、しなかつ

たかを問題にすることにした。

その結果、怒りの感情について2日間の6時から24時までの時間的変化をプロットしたものが図1である。まず、指摘できるのは1日目と2日目の変化が類似していることである。つまり、2日間だけではあるが、日常の怒りの量的変化は比較的安定していると推測される。朝、怒りを感じている者の割合が低いのは、まだ起きていない者が多いことにもよるが、怒りは徐々に増大し、午前中10:00から11:00の間にピークを迎えている。これは多くの人が参加する2限目の授業開始時頃にあたり、気分的に悪い状態で授業に臨んでいると推測される。その後は午後からは、少しずつ減少傾向にある。ただし14:00頃までの変化は2日間でかなりズレがある。大学の授業がほぼ終了すると思われる頃、怒りの割合は最も低くなり、その後19:00~20:00に一旦また小さなピークを迎えるが、その後ほぼ横ばいで23:00からは就寝する人も多くなるためか減少する。

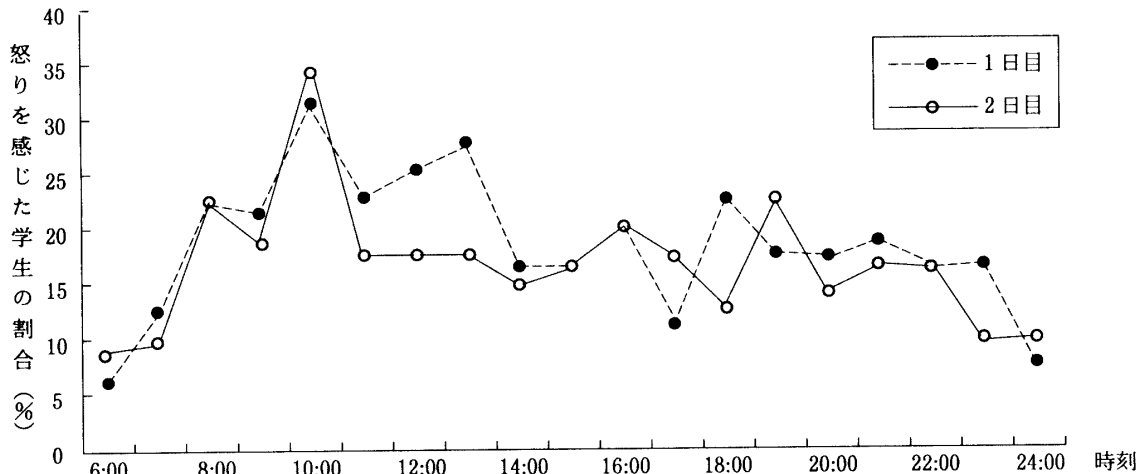


図1 怒りの感情の時間的変化

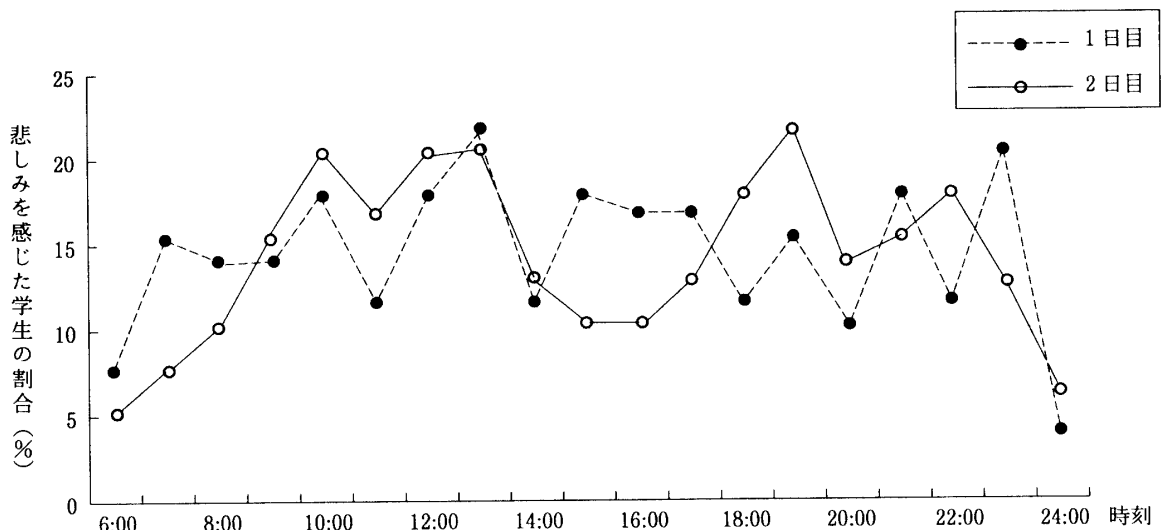


図2 悲しみの感情の時間的変化

次に悲しみの感情であるが、図2に示すとおり先の怒りの感情に比べて、①一般に生起率が低いこと、②時間的变化に特徴的なパターンが見出せないこと、③2日間を比較すると14:00までくらはほぼ一致しているが、

それ以降はなぜか一致しない時間帯が多い、という傾向がある。2日間、比較的一致している前半についてみてみてもなぜ10:00~11:00と13:00~14:00に2つの山があるのか理解しがたい。

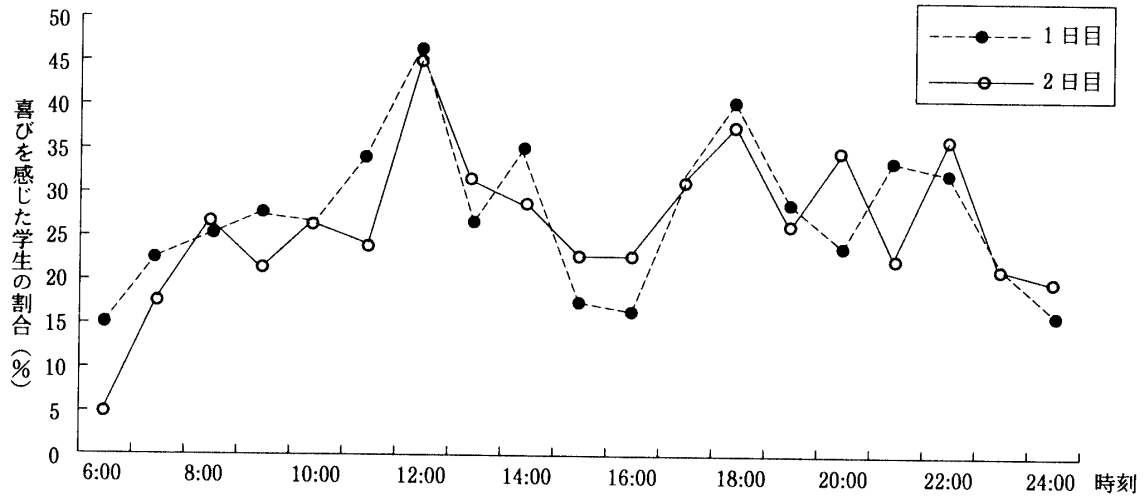


図3 喜びの感情の時間的变化

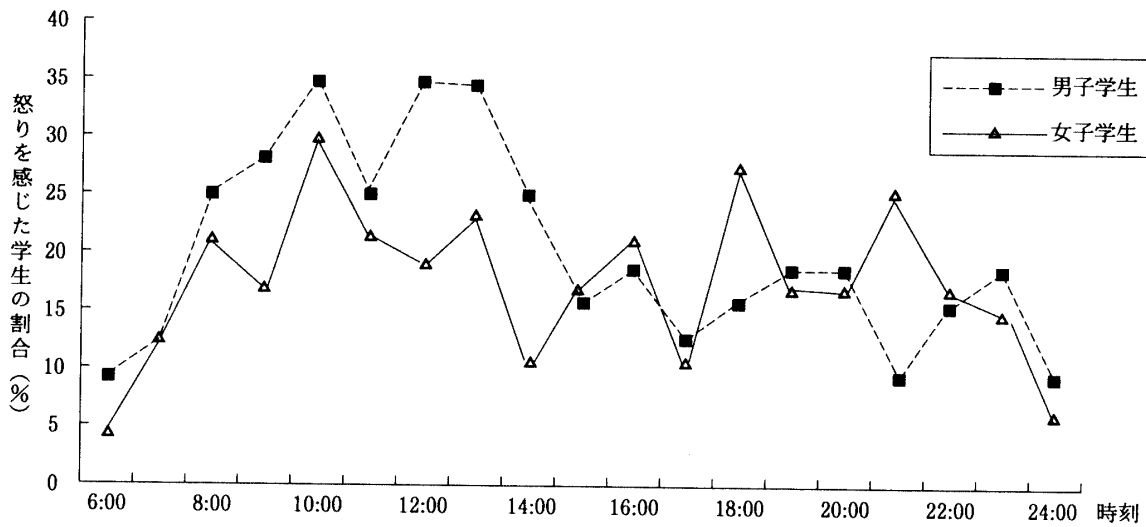


図4-1 男女別にみた怒りの感情の時間的变化 (1日目)

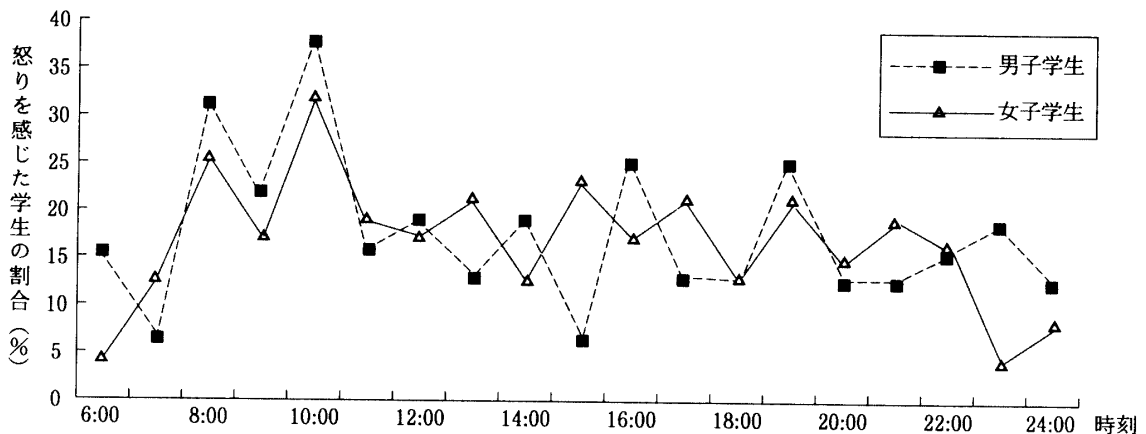


図4-2 男女別にみた怒りの感情の時間的变化 (2日目)

## 大学生の日常的感情に関する研究

喜びの感情の時間的変化に関しては図3にプロットしている。2日間の一致の度合いはかなり高い。昼食時、あるいは休憩の時間にあたる12:00~13:00で最も高くなっている。その後夕食事の18:00~19:00で再び高くなっている。一方、その間の15:00~17:00あたりが谷になっているが、学校生活での疲れがたまる時間帯とも考えられる。夜は喜びの生起率は比較的高いといえる。これはThayerのいうエネルギーの内生的生物学的リズムと比較的よく似ている。

次に日毎に男女別に整理したものをみてみよう。怒りは図4-1と図4-2がそれに相当する。男女の時間的推移は比較的近似している。ただし、1日の前半は男子学生の方が怒りの感情がやや高く、後半以降は逆に女子学生の方がやや高い傾向がある。1日目の12:00~14:00で男子学生の怒りはなぜか例外的に高くなっている。2日目も午前中は女子よりも男子で怒りの頻度が高

い。

悲しみの感情の変化を男女別にみたものは図5-1と図5-2である。当然のことながらここでも変化の方向性は明確でない。1日目は総じて男子学生の悲しみの方が女子に比べて高い。特に1日目の前半はその傾向が強い。このことは2日目にもあてはまる。ただし、2日目の後半は女子学生の悲しみが男子学生に比べて高い。やや極端な言い方かもしれないが男子学生は大学にいる間に悲しみが多く、女子学生は大学を出てから悲しが多いという面がある。

喜びは図6-1, 図6-2に示している。概して喜びは女子の方が多く感じているといえよう。1日目は特に昼食時に男女の差が大きい。つまり女子の喜びの頻度はこの時、急上昇しているのに男子は減少している。2日目は特に午後から夜にかけて一貫して女子学生の方が喜びの生起率が男子学生のそれに比べて上回っている。

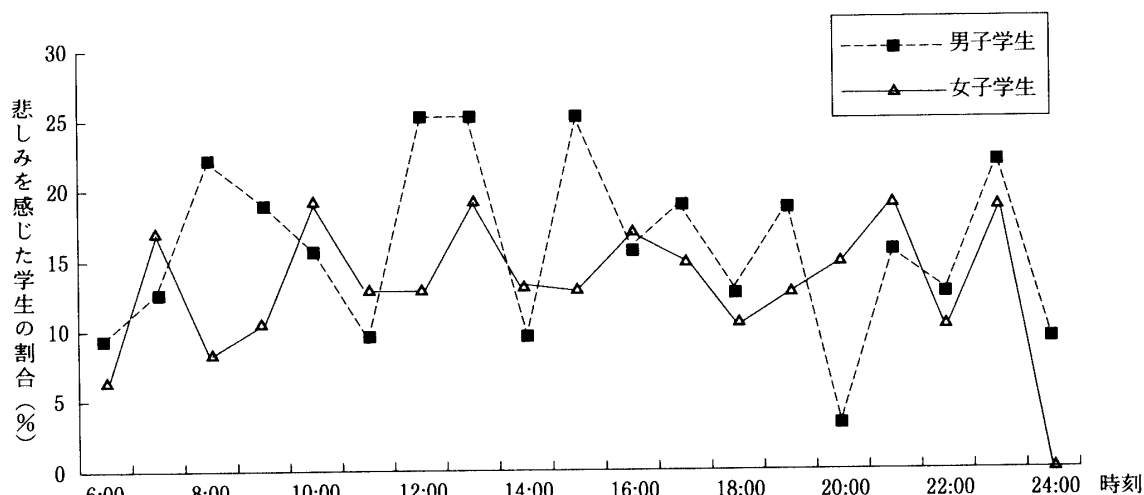


図5-1 男女別にみた悲しみの感情の時間的変化 (1日目)

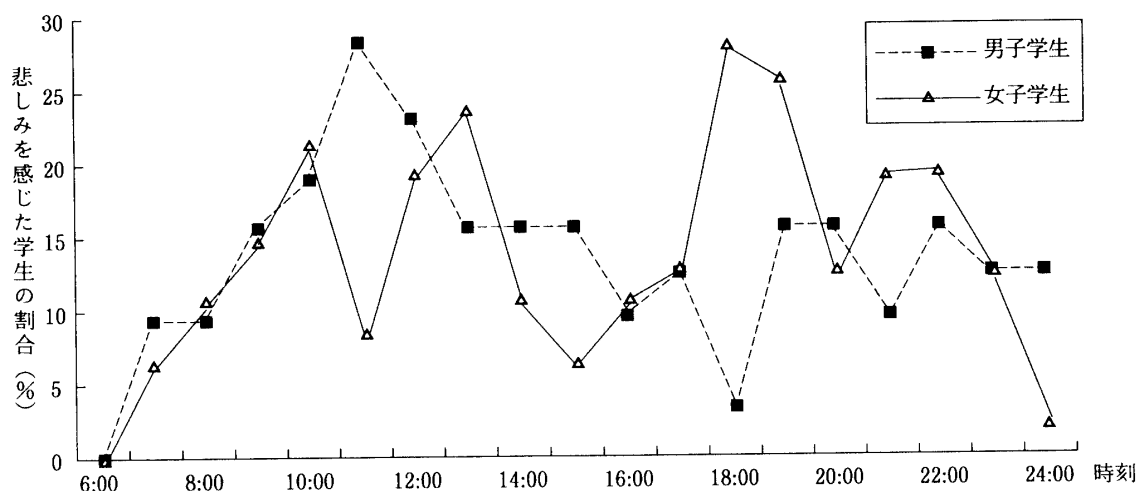


図5-2 男女別にみた悲しみの感情の時間的変化 (2日目)

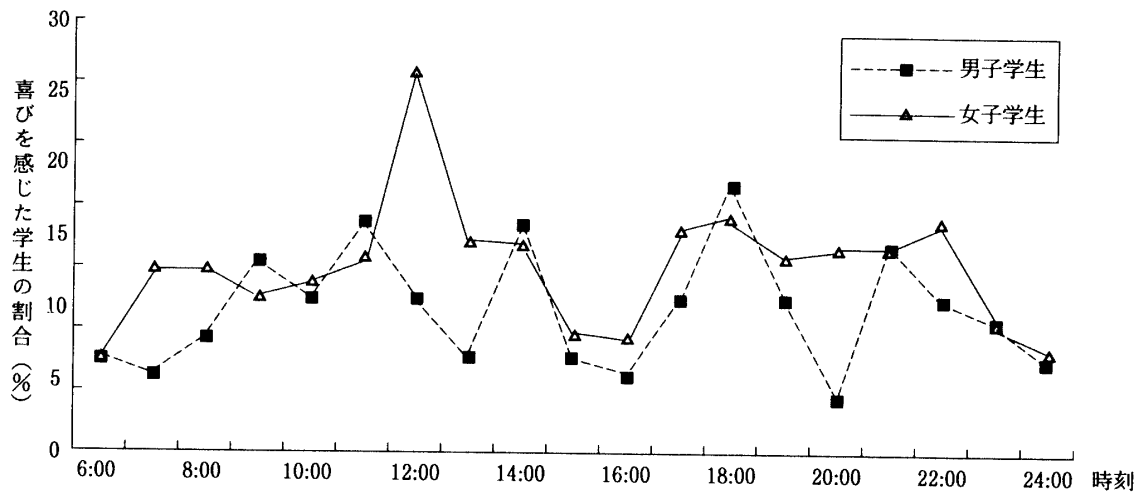


図6-1 男女別にみた喜びの感情の時間的変化(1日目)

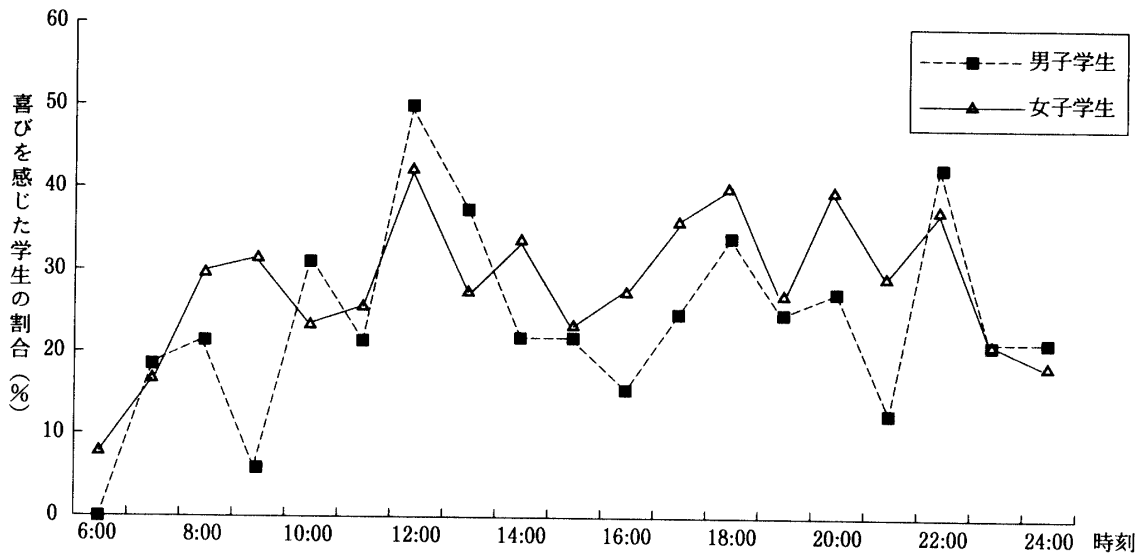


図6-2 男女別にみた喜びの感情の時間的変化(2日目)

## 2. 感情の原因分類

感情日誌の記述を用いて、なぜそのような感情が生じたかという原因の分類を行った。この分類基準はほぼ速水(1999)によっているが、少しだけ異なるものもある。また、ここでいう頻度とはそれぞれの原因で怒りの感情が生じた回数の総計を1日目と2日目、別々にみたものである。

まず、怒りの原因による分類が図7に示されている。怒りの原因についてほとんど説明を要しないと思われるが、「①チーム負」とあるのはひいきの野球やサッカーのチームが負けたことにより生じる怒りである。「③予想外」は結果として予想外のことがおこり生じる怒りである。中学生を対象にした場合に比べて他者・動物や自分の行動が原因で怒りが生じるが多くなっており、逆に仲間や家族が原因で生じる怒りは少なくなっている

(中学生の結果については1日、一人平均何回同じ原因である感情が生じたかを先の紀要には示している。今回のグラフでは頻度の合計になっているのでこれを人数分、すなわち79で割った値が中学生の結果に相当する)。中学生の場合は仲間が原因で生じる怒りが最も多かったが、それが大学生では減少しているのは、先にも述べたように中学生は学校にいる間、1つのクラスに固定されており、ある意味で逃げ場がないが、大学生は好きな仲間とだけ付き合っている生活することができるからであろう。また、大学生は反抗期を脱している時期であるためか、家族に対する怒りも低い。そのかわり、ほとんど見ず知らずの他人に対して怒りを感じるが多くなっている。このカテゴリーは動物も一緒にしているが、ペット等動物が原因の怒りは僅少である。

次に悲しみについてであるが、図8にみるように中学

大学生の日常的感情に関する研究

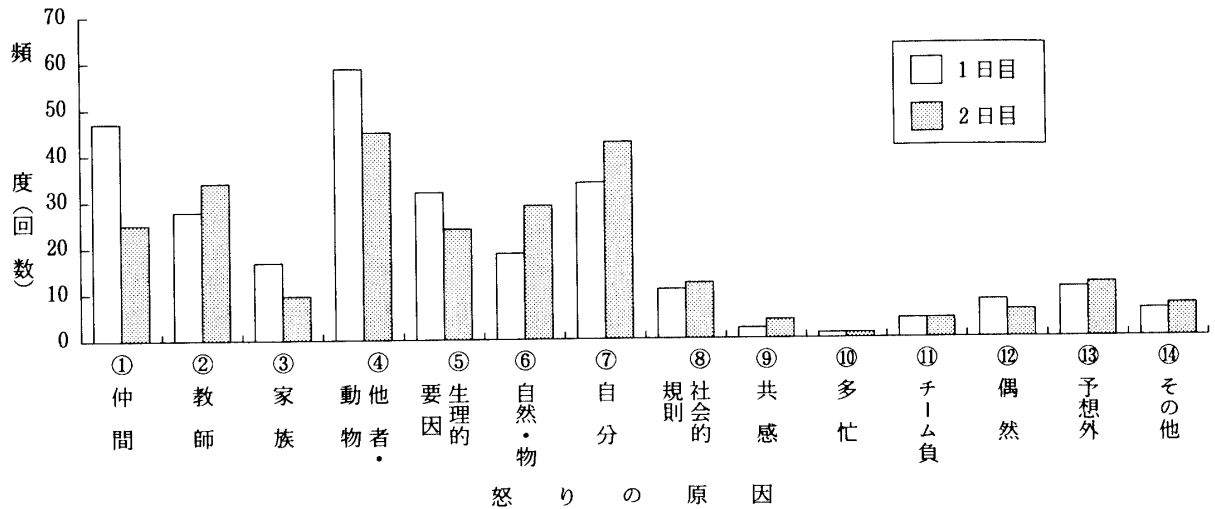


図7 怒りの分類

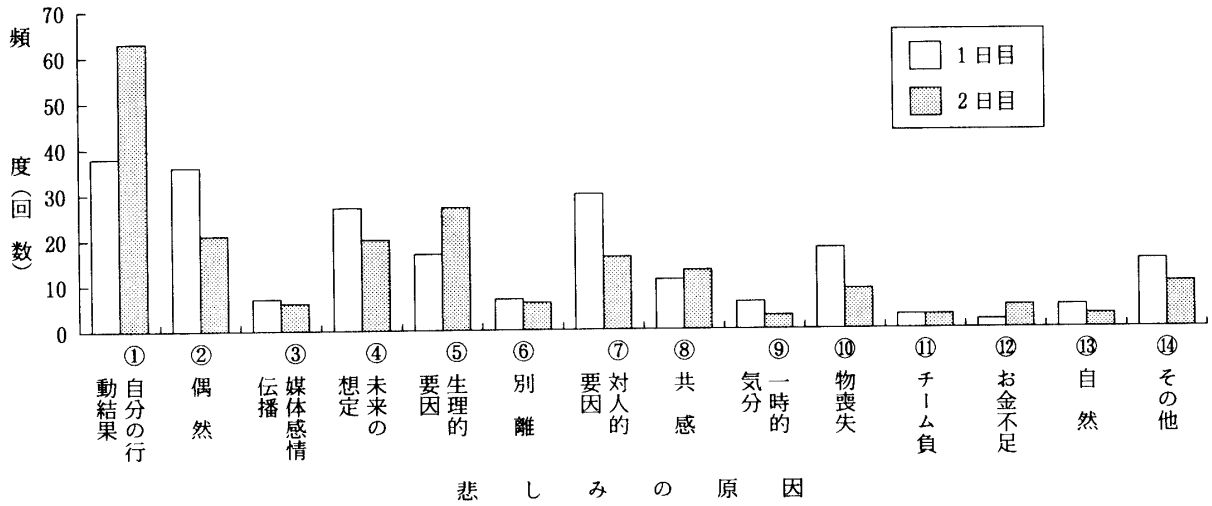


図8 悲しみの分類

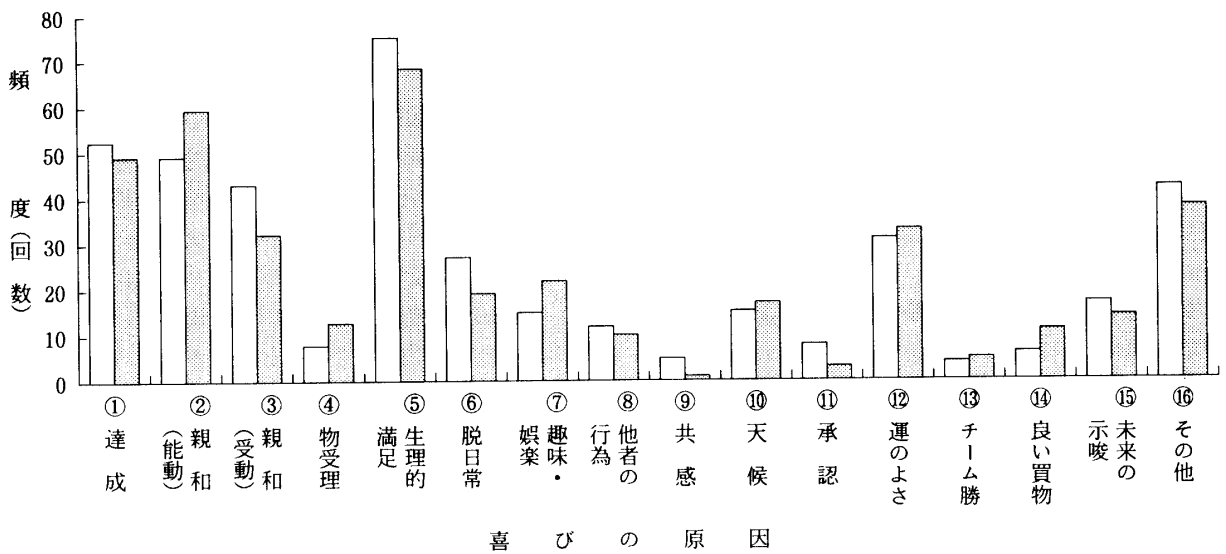


図9 喜びの分類

生の結果と近似しているといえる。すなわち、自分の行動結果、偶然、生理的要因、対人的要因などの頻度が高い。ただし、大学生の場合、未来の想定のカテゴリーにはいるものが増加しているといえよう。未来の想定とはこれから生起するであろう事象を予想して悲しむことである。

喜びに関しては、図9に示すとおりである。生理的満足、達成、親和（能動）、親和（受動）の頻度が相対的に高いのは中学生の場合と同じである。ただし、中学生の場合は、「試験がよくできたからうれしい」といった達成の頻度が飛び抜けて高かったが、大学生の場合はむしろ親和の方が高くなっている。達成場面自体が大学生では少なく、その分、交友を深める時間が増え、そこから喜びが生じる機会が増えているといえる。一方、脱日常、趣味・娯楽が原因で生じる喜びは中学生に比べて大学生の方が少なく、運のよさのそれは増大した。

総じてこのような各感情の原因分類に関しても1日目

と2日目の傾向は比較的類似していた。

### 3. 個人の一貫性

#### ① 午前、午後、夜に3分割した場合

時間帯を6:00~12:00（午前）、12:00~18:00（午後）、18:00以降（夜）に3分割して個人ごとにそれぞれの感情の生起頻度を集計し、それらの相関をみたのが表1-1、表1-2、表1-3である。まず、1日目の怒りに関しては相互の相関が比較的低く、有意なのは午後と夜の間の.224のみである。個人の怒りの個人差は時間帯によって異なるようである。従ってこの結果で見ると、よく怒る人、ほとんど怒らない人という見方は正しくない。2日目についても時間帯の相互相関はなく、負の相関さえみられる。一方、1日目と2日目の間では双方の午前の相関が.247で $p<.05$ で有意である。

悲しみに関しては1日目の午前と午後間に.234 ( $p<.05$ )の有意な相関が、2日目は午前、午後、夜、

表1-1 怒りの感情の一貫性

		怒り 1 日目			怒り 2 日目		
		午前	午後	夜	午前	午後	夜
怒り 1 日目	午前	—	.207	.053	.247*	-.082	-.071
	午後		—	.224*	.188	.046	.063
	夜			—	.123	.082	.126
怒り 2 日目	午前				—	-.159	-.044
	午後					—	.087
	夜						—

\* $p<.05$

表1-2 悲しみの感情の一貫性

		悲しみ 1 日目			悲しみ 2 日目		
		午前	午後	夜	午前	午後	夜
悲しみ 1 日目	午前	—	.239*	.122	.395**	.240	.140
	午後		—	.100	.147	.245*	.104
	夜			—	.243*	.137	.380*
悲しみ 2 日目	午前					.315**	.253*
	午後					—	.231*
	夜						—

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

表1-3 喜びの感情の一貫性

		喜び 1 日目			喜び 2 日目		
		午前	午後	夜	午前	午後	夜
悲しみ 1 日目	午前	—	.058	-.060	.250*	.170	.072
	午後		—	.063	.100	.155	.246*
	夜			—	-.059	.150	.331**
悲しみ 2 日目	午前				—	.019	-.093
	午後					—	.024
	夜						—

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

相互に有意な関係がみられる。特に午前と午後の相関は .315 ( $p < .01$ ) と高いものになっている。また、1日目と2日目のそれぞれの時間帯同士の相関も有意になっているという特徴がみられた。つまり悲しみの個人差はかなり一貫したもののようである。

喜びに関しては1日目、2日目ともに時間帯間の相互相関はまったくない。ただし、日をまたいで午前同士と夜同士の相互相関は有意になっている。朝に喜びやすい人、夜に喜びやすい人があるということであろうか。

### ② 2日間の個人差の関係

先の結果から推測されることではあるが、1日毎にそれぞれの感情の頻度を合計し2日間の関係をみた。また、ここでは3つの感情間の関係も求めた(表2)。2日間の関係は怒りが .233, 悲しみが .473, 喜びが .475でいずれも有意なものだった。ただし、悲しみと喜びは  $p < .01$  で有意だが、怒りに関してはそれらよりも低く  $p < .05$  で有意であった。他の感情との関係では説明しがたいものもみられた。たとえば、1日目の怒りは1日目の悲しみおよび2日目の喜びと有意な関係があったし、2日目の怒りと1日目の喜びの間、2日目の悲しみと2日目の喜びの間にも有意な正の相関がみられた。この結果はある感情について記述しやすい人は他の感情についても記述しやすいということかもしれない。しかし、先の中学生の結果と比較すれば、それぞれの感情がかなり分化してとらえられているといえる。

### ③ 性差について

性別に上記②の分析をした。ここでは図を提示しないが、顕著な違いは悲しみと喜びについてであった。すなわち、悲しみに関しては男子学生で2日間の一貫性が極めて高く (.631,  $p < .01$ )、喜びに関しては女子学生で一貫性が高かった (535,  $p < .01$ )。

また、感情の原因の相違についても時間毎に性差をカイ自乗検定したが、有意な差は怒りの感情に関して1日目の9:00~10:00のみにみられた ( $\chi^2 = 15.85$ ,  $p < .05$ )。すなわち、男子学生は仲間、自然・物、自分が原因で怒ることが多かったが女子の場合は生理的要因や他

者が原因で怒ることが多かった。

Oatley & Duncanは幸福、悲しみ、怒り、恐れ of 4つの感情生起の頻度について性差を検討しているが、恐れ以外性差は認められなかったと報告している。

## 討 論

今回の大学生を対象にした感情日誌の実施は、先の中学生を対象にした実施が無記名で何ら強制を加えない極めて自由な状況でなされたのに対し、教育心理学の授業の一環として、しかも記名させて行われた。前者の場合、より自然なかたちで記述できる可能性があるが、一方で無責任になり、ほとんど書かなくなることもある。そこで今回はやや指示的な方法が適用された。中学生と大学生では記述能力の違いもあり、一概には判断できないが今回のようなやり方の方が信頼しうるデータになるように思われる。

今回の大学生のデータに関して特記すべきは1日の時間経過に伴う感情生起の変化を検討したことである。1時間の間に何らかの感情に関する記述がなされているか否かだけをもとにした分析ではあったが、一定の成果は得られたと考えている。それはたとえば、図1~図3でみたように1日目と2日目の時間ごとの変化が類似していることが明らかにされたことである。特に怒りと喜びについては2日間でその時間的変化は近似しており、変化がかなり恒常的なものであると推測される。怒りは10:00~11:00にピークを迎え、そして午後はやや減少傾向にあり、17:00頃、最も低くなる。その後18:00~20:00頃再び小さなピークをなし、夜は相対的に低いところで安定する。なぜこのような変化曲線が生じるのか十分説明はできないが、大学の授業の間は怒りが高いように思われる。これは教師や仲間、あるいは他者との接触機会が多い時間帯であるためと思われる。また、他の時間帯に比べて授業を受ける事自体が何らかの緊張を引き起こすのかもしれない。特に午前中の授業時間帯は生理的に十分覚醒していないためか怒りの感情が多い。授業が終わった頃、怒りが最も少なくなるのは開放感と関

表2 各感情の2日間の関係

	怒り1日目	怒り2日目	悲しみ1日目	悲しみ2日目	喜び1日目	喜び2日目
怒り1日目	—	.223*	.256*	.174	.133	.304**
怒り2日目		—	.108	-.036	.238*	.106
悲しみ1日目			—	.473**	.183	.168
悲しみ2日目				—	.118	.234*
喜び1日目					—	.475**
喜び2日目						—

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



係があるのかもしれない。

一方、喜びの変化曲線はやや様相を異にする。すなわち、朝目覚めてから生起頻度が徐々に高くなる点は怒りの場合と同様であるが、そのピークは12:00~13:00の昼休みの時間帯にある点が異なる。その後減少の一途をたどり、15:00~17:00あたりで最も低くなる。その後、18:00~19:00の夕食時に再度喜びが高まっている。食事時は食欲が満たされると同時に親しい仲間や家族が集まる時でもあり喜びが増大すると考えられる。

しかし、悲しみについてはあまり明確な時間的変化が認められなかった。本来、悲しみはそれほど日常的に生じる性質のものでないのかもしれない。1日に生じる頻度が一定以上にならないものについては時間的変化といってもあまり明確でない。また、怒りや喜びのように多くの人間に出会う時間帯ということとも無関係のように思われる。

次に感情日誌の内容分析ともいえる感情生起の原因に関する検討結果について考えてみよう。そもそもこの分類は筆者だけで行ったものなので信頼性が保証されているわけではないが、先の中学生の結果との比較をとおしておおまかなことは指摘できる。まず、怒りに関しては大学生の場合、仲間が原因というよりも他者が原因となっている場合が多い。これはたとえば、「通学途中の電車の中で見知らぬ人が携帯電話で話していて腹が立った」というようなものである。大学では中学のように嫌でも指定されたクラスで1日中過ごさねばならないということがないので仲間への怒りは減少したものと考えられる。また、家族への怒りも大学生では少ないが、それは大学生では精神的な成長もあり、家族とあまり衝突をおこさなくなっているためと考えられる。また、自分自身が原因で生じたことに怒るというケースも中学生よりは大学生で相対的に多いように思われる。悲しみの原因については中学生の場合と大差ないが、「人に陰口を言われて悲しかった」というような対人的要因は減少している。これは大学生の場合、仲間の選択可能性が高まることや、少しのことで傷つかないような精神的成長があるためであろう。

次に喜びであるが、生理的満足により生じる場合が相対的に最も多いのは中学生の場合と共通している。異なるのは何らかの達成的事象よりも親和的事象により喜びが生じることが多いことである。日本の大学は単位をとることが極めて容易だといわれているが、もし、それがむずかしいといわれているアメリカの大学生などに感情日誌を実施してみたら、結果はかなり異なるように思われる。一方、やや矛盾するようだが趣味・娯楽とか脱日常（たとえば急に休講になる）のカテゴリーの頻度は大

学生の方が少なかった。中学生の方が時間に追われた生活をしていると考えられるので、趣味・娯楽、脱日常の時間が輝いた喜びの時間になるものと考えられる。

Oatley & Duncan (1992) からも感情生起は様々な要因によっていることが推測される。たとえば家族と一緒に暮らしている学生と一人暮らしの学生では幸福の頻度が異なるという。また、身体に障害のある人の方が普通の人よりも幸福的な出来事の頻度が高いことが報告されている。一つの理由としては障害のある人は普通の人を意識しないようなことを達成しても幸福感を感じるためであると考えられる。このように今後、感情を引き起こしている様々な要因について詳しく検討していく必要がある。

ただ、ここで原因と呼んだものをどのようにしてカテゴライズしていくかは今後に残された問題である。Oatley & Duncan (1992) はどの感情にも共通する誘因文脈 (eliciting context) として、他者の活動、自己の活動、思い出された何か、想像された何か、読まれたり、テレビ等で見た何か等をあげているが、これも参考に値する知見と思われる。

次に性差について述べておきたい。感情の時間的変化に関しては男女別にも整理したのでいくつかの特徴が指摘できる。怒りに関しては男子学生の方が特に昼間に女子学生よりも頻繁に怒る傾向があった。しかし、午前、午後、夜に3分して感情生起の回数を求め、男女で比較したところ、有意差はみられず、ただ1日目の午後 ( $t=1.90, .05 < p < .10$ ) で傾向がみられたに留まった。Kring, A.K. (2000) によれば、怒りの感情を自己報告した研究をみみると性差が認められないものが多いという。しかし、たとえば、男性は男性の攻撃よりも女性の攻撃に対して、女性は女性の攻撃よりも男性のそれに対してより怒るとか、女性は男性よりも信頼に対する裏切りや、援助の申し出に対するすげない断り、怠慢、不当な批判に対してより怒るといった質的差異があると指摘している。

悲しみに関しては図2からは昼間は男子学生の方がやや高く、夜は女子学生の方がやや高いように見える。検定の結果、2日目の夜だけについて女子学生の方が高い傾向がみられた ( $t=1.76, .05 < p < .10$ )。Fivush, R. & Buckner, (2000) は悲しみは女性の相互の結びつきの結果であり、原因であるとして、女性の方が男性よりも悲しみを感じやすいことを示唆している。

喜びに関しては図3をみる限り逆に女子の方が多いように見える。しかし、検定の結果、有意だったのは1日目の午後 ( $t=3.35, p < .01$ ) だけで、2日目の夜は傾向がみられたにすぎなかった ( $t=1.80, .05 < p < .10$ )。

Alexander, M. G. & Wood, W. (2000) の happiness や well-being の性差に関するレビューによれば、幸福や喜びの大まかな報告では、女性の方が男性よりもより強い経験や表現をしていると述べられており、今回の傾向と一致する。他に女性の方が男性よりもより頻繁に喜びの経験回数が多いことを指摘した研究も多いという。ただ、今回は被験者数も少なく、十分に性差を論じることができるデータとはいえない。今後の課題といえよう。

### 参 考 文 献

- Alexander, M. G. & Wood, W. 2000 Women, men, and positive emotion: A social role interpretation. A. H. Fischer (Ed.) 2000 *Gender and emotion: Social psychological perspective*. 189-210
- 速水敏彦 1999 中学生はなぜ怒り、悲しみ、喜ぶのか 名古屋大学教育学部紀要 (心理学) 44巻 235-244.
- Kring, A. M. 2000 Gender and anger. A. H. Fischer (Ed.) 2000 *Gender and emotion: Social psychological perspective*. 211-231.
- A. H. Fischer (Ed.) 2000 *Gender and emotion: Social psychological perspective*
- Fivush, R. & Buckner, J. P. 2000 Gender, sadness, and depression: The development of emotional focus through gendered discourse. A. H. Fischer (Ed.) 2000 *Gender and emotion: Social psychological perspective*. 232-253.
- Oatley, K., 1994 The experience of emotions in everyday life. *Cognition and Emotion*, Vol.8, 369-381
- Oatley, K. & Duncan, E., 1992 Incidents of emotion in daily life. K. T. Strongman (Ed.) *International review of studies of emotion*, Vol. 2, John Wiley & Sons. 249-293.
- Thayer, R. E., 1996 *The origin of everyday mood: Managing energy, tension, and stress*. Oxford University Press.

(2000年9月16日 受稿)

## ABSTRACT

### A Study on Emotion of University Students in Daily Life Using Emotion Diaries

Toshihiko HAYAMIZU

The purpose of this study is to examine when and why students feel angry, sad and delight in everyday life. Seventy-nine university students were requested to keep the so-called emotion diaries during two days. Subjects were instructed to write down ten incidents at least in a day and to refer to why they felt angry, sad or delight on the sheets of emotion diaries divided off by an hour.

Analyzing emotion diaries led to some important findings. First, the quantitative change in each emotion from morning to night was shown by some graphs. The pattern of changes in emotion of anger and delight in a day was pretty consistent between two continuous days. That is, it could be interpreted that the changes in frequencies of these emotions were somewhat a function of time along a day. For example, anger was the highest at about 10 o'clock in the morning whereas delight was the most frequent at lunch time.

Second, the causes of each emotion were classified into several categories and compared with the results of junior high school students that were conducted last year. University students' anger caused by classmate and family was less than high school students'. Instead, their anger was mainly caused by unknown persons. The causes of sadness were generally similar to those of junior high school students. One different cause of sadness from those of junior high school students was assumption of the future. That is, university students were felt often sad by assuming bad future. With regard to delight, affiliate incidents brought about it to university students while high school students felt often delight by getting good performances of school tests.

Third, sex differences were not found out clearly. In general, however, men students tended to feel angry more frequently, especially in the morning than women students. On the other hand, women students were likely to have more delight than men students.