

## 怒り反応傾向と精神的健康および個人内要因との関連<sup>1)</sup>

木野 和代<sup>2)</sup>

対人場面において怒りの表出は一般に抑制される傾向にある。これは怒りの表出が相手にはより攻撃的に捉えられやすく (Averill, 1982), 対人的に否定的な結果が予想されることなどによるものと考えられる。また健康との関連においても, 怒りを表出する傾向が高いことは冠動脈性心臓疾患につながることを指摘され, 必ずしも身体的健康において好ましくないことが示されている。

他方で, 非主張的であることや怒りを含めた不快情動の表出を抑制することが精神的な不健康と関連することが示されている (e.g., 崔・新井, 1998; Paterson, Dickson, Layne, & Anderson, 1984)。これらの研究から, 単に怒り表出を抑制するのではなく, むしろ適切に表出 (主張) していくことの必要性が推測される。これまで筆者は, 怒りの適切な表出が対人関係および表出者の健康面において肯定的な結果をもたらすものであることを主張し, 対人関係に及ぼす効果についてはその実証を試みてきた (e.g., 木野, 2000; 木野, 2003)。そこで本研究では, 怒り表出と健康面との関連に注目し, 怒りを適切に表出 (主張) することが, 個々人の精神的健康を維持する上で肯定的意味あいをもつ可能性を検討する。

これまで怒り表出と健康との関連を検討する際に, 個々人の怒りに対する習慣的な反応の仕方をとらえるために頻繁に利用されてきた尺度としては, Anger Expression Scale (AX) があげられる (e.g., 境・坂野, 2002; 鈴木・春木, 1994)。これは, Spielberger (1988) による State and Trait Anger Expression Inventory (STAXI) に含まれ, 怒りを外向-内向という観点からとらえるものである。すなわち, 怒りを外に向けるのか内に向けるのかの個人差を測定する尺度で, “怒りの表出” (Anger-Out), “怒りの抑制” (Anger-

In), “怒りの制御” (Anger-Control) の3側面を含んでいる。これらはそれぞれ, 怒りを外部 (他者や物) に向ける傾向, 怒りを内にためる (心のなかに抱く) 傾向, 怒りが外に出るのを抑えようとする傾向を意味する。

また, Buss & Perry (1992) の Aggression Questionnaire は攻撃性との関連において怒り反応傾向をとらえようとするものである。これは, “身体的攻撃”, “言語的攻撃”, “短気 (怒り)”, “敵意” の4下位尺度からなり, これをもとに日本語版 Buss-Perry 攻撃性質問紙 (BAQ) が作成されている (安藤・曾我・山崎・島井・嶋田・宇津木・大芦・坂井, 1999)。下位尺度はそれぞれ, 身体的な攻撃反応, 言語的な攻撃反応, 怒りの喚起されやすさ, 他者に対する否定的な信念・態度を測定するものである。

しかし, これらは攻撃的ではなく適応的に怒りを示すという側面を測定するために作成された尺度ではないため, 攻撃的で適応的ではない怒り表出と適応的な怒り表出を弁別して扱うことが困難である。例えば, BAQ の下位尺度である言語的攻撃は, 適応的な自己主張と弁別することが難しいことが指摘されている (湯川, 2002)。同様に, AX で扱われている “怒りの表出” (Anger-Out) も, 単に怒りを外に向ける傾向をとらえるものである。Paterson et al. (1984) は, 攻撃行動と主張的行動は区別可能であり, その測定においては, 反応の質的差異をうまくとらえる必要があると述べている。

この弁別を試みた尺度であると考えられるのは, Müller (1993) により作成された Müller Anger Coping Questionnaire (MAQ) である。MAQ は怒りに対する習慣的な反応傾向をとらえるものであり, “攻撃的な怒り表出” (Aggression), “怒り表出の社会的抑制” (Social Inhibition) だけではなく, “社会的な主張場面での怒り表出” (Controlled Affect) や怒りの表出を自己に向けることによって生じる “罪悪感” (Guilt) の4側面を測定できるものである (括弧内はドイツ語原版における下位尺度名の英文表記)。なかでも, “社会的な主張場面での怒り表出” が下位尺度に含まれていることは, この尺度の特徴といえる。これは,

1) 本論文は, 名古屋大学審査博士学位論文の一部に修正を加えたものである。また, 本研究の一部は日本心理学会第68回大会において報告された。

2) 現所属: 広島国際大学人間環境学部言語・コミュニケーション学科

特に健康面との関連において重要であると考えられ、怒り表出の側面として“攻撃的な怒り表出”とは独立に尺度化されたものである。Müllerはこの点においてMAQがAXよりも怒り反応傾向を多角的にとらえるものであるとしている。Müller, Rau, Brody, Elbert, & Heinle (1995)によれば、“社会的な主張場面での怒り表出”と“攻撃的な怒り表出”は生理的な健康指標との関連において異なり、後者の方が健康に悪影響を及ぼす可能性があることが示されている。その後、本邦でも大竹・島井・曾我・宇津木・山崎・大芦・坂井・西・松島・嶋田・安藤 (2000)は、怒り、敵意、攻撃と健康との関係をより包括的に検討するためには、MAQを用いた検討が必要だと考え、日本語版MAQを作成した。これも原版同様、“怒り表出”、“怒り抑制”、“怒り主張性”、“罪悪感”の4下位尺度からなる(順に、Aggression, Social Inhibition, Controlled Affect, Guiltに相当する)。“怒り表出”は怒りを攻撃的に表に出す傾向を、“怒り抑制”<sup>3)</sup>は怒りを表には出さない傾向を意味する。“怒り主張性”は怒り表出の側面ではあるが、怒り伝達や主張性を意味するものである。“罪悪感”は怒りが自己に向けられたもので怒り表出に関する罪悪感と一般的な罪悪感が含まれている。

上述のように、MAQは攻撃行動以外に適切な怒り対処として“怒り主張性”が下位尺度として用意されている点に特色があり、個々人の怒りへの反応の適応的側面を検討する上では有用であると考えられる。しかしながら、この“怒り主張性”が本邦においても適応的といえるのかは検討されていない<sup>4)</sup>。そこで本研究では第一に、怒り表出が表出者自身にもたらす健康面への効果を明らかにする試みの一つとして、“怒り主張性”を含めた怒り反応傾向と精神的健康の関連についてMAQを用いて検討することとした。

なお、精神的健康状態をとらえるために扱われることが多い主観的幸福感や抑うつ傾向は、快-不快という情

動がその中心的要素と考えられるが、これらが必ずしも一次元上にあるものではなく、独立のものであることが指摘されている(e.g., Diener & Emmons, 1985)。よって、精神的健康をとらえるにあたっては、肯定的状態と否定的状態の両者を取り上げることとした。具体的には、否定的状態をとらえる指標として、精神的な不健康度を測定する日本版精神健康調査票 (General Health Questionnaire; GHQ, 中川・大坊, 1985)を、肯定的状態をとらえる指標として、主観的ウェルビーイングの側面を測定する生活満足感尺度(鈴木, 2002)を用いることとした。否定的側面として取り上げたGHQは、同じく精神的な不健康さの指標としてよく用いられる抑うつ傾向のみならず、身体症状から心理状態まで幅広く個人の健康(不健康)状態をとらえるものである。肯定的側面として取り上げた生活満足感尺度は、全般的な生活満足感をとらえられることに加えて、対人関係における満足感もとらえることが可能である。

第二に、本研究ではMAQで扱われている怒り反応傾向の個人差を生み出す要因について検討し、Müller et al. (1995)が指摘する適切な怒り対処である“怒り主張性”が高い人の特徴を明らかにする。情動表出に関する文化的規則は学習によって獲得されるものであるとされており(Ekman & Friesen, 1969)、これに伴って社会的場面における情動表出が制御されるようになる。しかし、単に怒り表出を抑えるというだけでは、十分に社会化されているとはいえないであろう。また、自己を抑えつけられるという意味では、個性化においても未熟な状態であると考えられる。これに対して、主張的行動によって怒りに対処することは、自己を発揮しながら、社会的に適応している行動と考えられ、個性化と社会化の両者においてより成熟した状態にある人に多くみられると考えられる。

そこで、本研究ではMAQを用いて、怒り反応傾向と社会化と個性化の統合状況との関連を検討する。この検討にあたっては伊藤(1993, 1995)の個人志向性・社会志向性PN尺度が有用であろう。この尺度は、適応的な人格形成において、社会化と個性化はともに相互補完的に作用する一過程であるとし、自己概念を形成する際の基準の方向性という観点から、これらをより力動的な特性(社会志向性と個人志向性)としてとらえようとするものである。社会志向性は社会でうまく適応していくための特性であり、個人志向性は自己実現のあり方を意味する。そして両者に肯定的(適応的)状態と否定的(不適応的)状態が存在すると考えられており、これら4側面が下位尺度に含まれる。これらの4側面は怒り反応傾向との関連において異なると思われる。特に、怒り

3) AXのAnger-InとMAQのSocial Inhibitionは、いずれも“怒り(の)抑制”と訳されるが、両者が本来意味するところは異なる(Müller et al., 1995)。Müller et al.は、前者が怒りが内に向かう傾向(怒り内向性)を意味しており、抑うつや悲哀に関連するような怒りの沈殿および引きこもり行動を含んでいる点を問題視し、単に社会的に怒り表出が抑制されるという意味を反映した概念として後者を採用している。

4) 大竹他(2000)の日本語作成時に行われた妥当性検討では、先のBAQやAX, P-Fスタディなど他の怒り反応指標との関連が検討されているのみである。

を主張的に示す傾向の高い人は、個性化においても社会化においてもより好ましい状態にあると考えられるため、両志向性の肯定的状態との関連が予想される。

怒り反応傾向を左右する個人内要因としては、社会化と個性化の状態以外にも対人関係における態度・信念があげられる。対人関係における態度・信念との関連については、平林・柏木(1993)による情動表出に対する信念の指摘が示唆深い。平林・柏木は、この信念の発達的な変化が、情動表出の抑制と仲間からの評価の関連に影響する可能性を提案している。ここで想定されている信念とは“親しい友だちならば自分の情動を率直に表出してもよい”というものであり、対人関係における態度・信念に含まれるといえよう。そしてこの情動表出に関する信念は、個々人の情動表出のあり方にも影響を与えるものと思われる。また、怒りの情動が自らに関する内面的な情報の一つであると考えれば、それを(攻撃的ではなく)怒り喚起者に対して伝えることは、自己開示行動としてとらえることが可能であろう。自己開示が対人関係の形成や発展において重要な役割を果たすことから類推すれば、深い関係をもとうとする人は否定的ではあるが内面的な情報である怒りを適切に(攻撃的ではなく)相手に伝えようとすると考えられる。そこで本研究においては対人関係における態度・信念と怒り反応傾向との関連についても検討を試みる。

## 方 法

### 調査 A

**対象および手続き** 四年制大学生および短期大学生 245 名(男性 100 名, 女性 145 名。年齢平均 18.91 歳, 標準偏差 1.20 歳)を対象に講義時間の一部を利用して質問紙調査を実施した。調査は 2003 年 7 月に実施された。

### 調査内容

(1) 日本版 MAQ: 大竹他(2000)が, Müller(1993)により作成されたドイツ版 MAQ をもとに作成した尺度である。“怒り主張性”(4 項目)、“怒り抑制”(6 項目)、“怒り表出”(7 項目)、“罪悪感”(6 項目)の 4 下位尺度からなる。回答は“1 = 全くない”から“4 = ほとんどいつもそうだ”までの 4 段階評定により求められた。なお、“罪悪感”に関しては、大竹他においても怒りに関連した研究において有用であるかが問題視されており、また、本研究では対人行動としての怒り反応傾向に注目するため、“罪悪感”は分析対象外とした。

(2) 日本版 GHQ: 心理面のみならず身体面も含む適応の指標である、中川・大坊(1985)による GHQ の短縮版 28 項目を使用した。回答は 4 段階評定により求め、得点化は、Likert 法に準ずる形で、不健康な回答である

ほど高得点になるように 1 点から 4 点を与えた。

(3) 生活満足感尺度: Pavot & Diener(1993)による生活満足感尺度(Satisfaction With Life Scale: SWLS)を参考に、鈴木(2002)により作成された尺度を用いた。全般的な生活満足感(6 項目)に加え、大学生の生活の中心となる学校生活(5 項目)、家族関係(5 項目)および友人関係(6 項目)における満足感を測定することができる。本研究では主に対人関係における満足感を測定することを目的としたため、学校生活満足感は扱わなかった。回答は“1 = 全くあてはまらない”から“5 = とてもよくあてはまる”までの 5 段階評定により求めた。

### 調査 B

**対象** 四年制大学生 179 名(男性 90 名, 女性 87 名, 不明 2 名。年齢平均 19.79 歳, 標準偏差 1.40 歳)を対象に質問紙調査を実施した。

### 調査内容

(1) 日本版 MAQ: 調査 A 参照。

(2) 友人関係態度尺度: 対人関係における態度・信念に関しては、本研究の調査対象が大学生であることから、青年期において最も重要な人間関係であると考えられる友人関係に注目し、友人とのつきあい方に関する態度・信念を取り上げることとした。なお、青年期の友人関係を扱った先行研究においては、友人関係のあり方につきあいの深さと範囲(広さ)の 2 次元からとらえられることが多い。そこで、落合・佐藤(1996)による青年期の友人とのつきあい方に関する項目および小塩(1998)で用いられた友人関係尺度を参考に、友人関係のもち方を深さと広さという観点からとらえられるよう全 16 項目を用意した(Table 3 参照)。回答は“1 = 全くあてはまらない”から“5 = とてもよくあてはまる”までの 5 段階評定により求めた。

(3) 個人志向性・社会志向性 PN 尺度: 伊藤(1993, 1995)により作成された。人格発達や適応の過程で個人が重視する基準を、個性化を目指す“個人志向性”と社会化を目指す“社会志向性”に区別して測定する尺度である。両志向性ともに適応的状态を測定する P 尺度(positive)と不適応的状态を測定する N 尺度(negative)がある。個人志向性 P 尺度は“自分の心に正直に生きている”など 8 項目から、社会志向性 P 尺度は“周りとの調和を重んじている”など 9 項目からなる。また、個人志向性 N 尺度は“自分中心に考えることが多い”など 6 項目から、社会志向性 N 尺度は“相手の顔色をうかがうことが多い”など 7 項目からなる。回答は“1 = あてはまらない”から“5 = あてはまる”までの 5 段

階評定により求めた。

**実施手続き** 調査は2003年5月から6月に、講義時間の一部を利用して実施された。実施にあたっては、調査先の都合により、2週間間隔で3回にわたり調査を行った。第一回はMAQ、第二回は友人関係態度尺度、第三回は個人志向性・社会志向性PN尺度を実施した。被験者のマッチングは学籍番号により行った。

## 結果

### 怒り反応傾向と精神的健康

調査AにおけるMAQの各下位尺度得点は、大竹他(2000)の項目分類にしたがい、該当項目の合成得点を算出することにより得られた。各下位尺度得点の平均は、“怒り主張性”、“怒り抑制”、“怒り表出”の順に、8.37 ( $SD = 2.28$ ), 15.16 ( $SD = 3.73$ ), 16.72 ( $SD = 4.18$ ),  $\alpha$ 係数は.69, .76, .74であった (Table 1)。

各怒り反応傾向と精神的健康の関連を検討するために、怒り反応傾向の下位尺度ごとに平均  $\pm 0.5SD$  を基準に

被験者を高群、中群、低群の3群に分類し、GHQ得点および生活満足感下位尺度得点の群間差について一元配置の分散分析を行った。なお、GHQ得点は全28項目の合成得点とし、生活満足感については、鈴木(2002)の項目分類にしたがって合成得点を算出し、各下位尺度得点とした。Table 1にはGHQおよび生活満足感の各下位尺度得点の全体平均および $\alpha$ 係数を、Table 2には群別の各尺度得点と分散分析の結果を示した。

Table 1 調査Aにおける各下位尺度得点の平均(標準偏差)および $\alpha$ 係数

	M	(SD)	N	$\alpha$	項目数
怒り主張性	8.37	(2.28)	243	.69	4
怒り抑制	15.16	(3.73)	240	.76	6
怒り表出	16.72	(4.18)	243	.74	7
GHQ	58.13	(13.01)	239	.90	28
家族関係満足感	19.47	(3.92)	242	.79	5
友人関係満足感	23.69	(4.28)	242	.81	6
全般的な生活満足感	20.40	(5.03)	242	.83	6

Table 2 各怒り反応傾向と精神的健康の諸側面との関連

	怒り主張性			怒り抑制			怒り表出		
	低群	中群	高群	低群	中群	高群	低群	中群	高群
GHQ <sup>1</sup>									
M	58.20	58.30	57.78	56.96	59.52	57.56	55.33	58.49	60.42
(SD)	(14.24)	(12.91)	(11.76)	(12.49)	(14.00)	(12.11)	(13.18)	(12.89)	(12.61)
n	75	101	63	81	94	64	78	78	83
	$F(2,236) = 0.03$			$F(2,236) = 0.92$			$F(2,236) = 3.18^*$ 低群 < 高群		
生活満足感尺度									
家族関係満足感									
M	18.84	19.79	19.70	20.45	19.07	18.80	18.95	19.66	19.76
(SD)	(4.12)	(3.91)	(3.66)	(3.84)	(3.81)	(3.99)	(3.95)	(3.92)	(3.89)
n	76	103	63	82	94	66	78	80	84
	$F(2,239) = 1.42$			$F(2,239) = 4.10^*$ 低群 > 高群			$F(2,239) = 1.02$		
友人関係満足感									
M	22.75	23.96	24.36	25.17	23.45	22.18	23.51	23.48	24.05
(SD)	(4.56)	(3.77)	(4.59)	(3.73)	(4.18)	(4.53)	(4.03)	(4.34)	(4.48)
n	76	102	64	82	94	66	78	80	84
	$F(2,239) = 2.86$			$F(2,239) = 9.80^{***}$ 低群 > 中群・高群			$F(2,239) = 0.46$		
全般的な生活満足感									
M	18.50	20.83	21.98	21.53	19.94	19.65	20.47	20.38	20.37
(SD)	(5.51)	(4.58)	(4.46)	(5.04)	(5.06)	(4.81)	(4.93)	(4.91)	(5.30)
n	76	102	64	83	93	66	77	81	84
	$F(2,239) = 9.60^{***}$ 低群 < 中群・高群			$F(2,239) = 3.28^*$ n.s.			$F(2,239) = 0.01$		

<sup>\*\*\*</sup> $p < .001$ , <sup>\*</sup> $p < .05$ 。F値の下段はTukey法による多重比較結果。

<sup>1</sup> GHQ得点は高得点であるほど不健康な状態であることを示す。

Table 3 友人関係態度尺度項目および因子分析結果 (N = 143)

No.	F 1	F 2	共通性
R 3. 意見や好みがあつからないう気をつける	.71	.16	.53
6. 友達とは少く傷ついても本当のことを言い合う	-.69	.19	.51
R 10. あたりさわりのない会話ですませる	.64	-.29	.50
13. みんなと意見が違っても、できるだけ自分の意見を言うようにしている	-.62	-.05	.39
R 9. みんなと違うことはしない	.60	.16	.39
4. 少しぐら傷つくことがあっても、自分のありのままの姿で接するようにしている	-.56	.01	.32
R 1. 互いに傷つけないよう気をつかう	.56	.20	.35
R 14. お互いのプライバシーには入らない	.37	-.29	.22
5. どんな人とも仲良くするよう心がけている	.07	.67	.45
2. みんなで一緒にいる	.06	.64	.41
16. 1人の友達と特別親しくするよりはグループで仲良くする	.11	.63	.41
7. どんな友達とも楽しくつきあっている	-.12	.60	.37
11. みんなに好かれたい	-.09	.49	.25
R 15. いやだなと思っている人とはつきあわないようにしている	-.09	-.34	.12
8. 友達とは何でも本音で話し合うようにしている	-.55	.37	.44
12. 相手に甘えすぎない	.06	.03	.00
寄与率 (%)	3.26	2.40	5.65
	20.36	14.97	35.34

R は逆転項目

まず、“怒り主張性”に関しては、生活満足感尺度の下位尺度である全般的な生活満足感において有意な群間差がみられた [ $F(2,239) = 9.60, p < .001$ ; 低群 < 中群・高群, 多重比較は Tukey 法による]。“怒り主張性”が高いほど、全般的な生活満足感が高いことが示された。

“怒り抑制”に関しては、生活満足感尺度の下位尺度である家族関係満足感および友人関係満足感において有意な群間差がみられた [各々,  $F(2,239) = 4.10, p < .05$ ;  $F(2,239) = 9.80, p < .001$ ]。Tukey 法による多重比較の結果、家族関係満足感得点は、高群に比べて低群で、友人関係満足感得点は、高群・中群に比べて低群で有意に高いことが示された。すなわち、“怒り抑制”傾向が低いほど家族関係および友人関係満足感が高いといえる。

“怒り表出”に関しては、GHQ においてのみ群間差が有意であった [ $F(2,236) = 3.18, p < .05$ ; 低群 < 高群, 多重比較は Tukey 法による]<sup>9)</sup>。“怒り表出”傾向が高いほど精神的に不健康であることが示された。

5) GHQ は“身体的症状”, “不安と不眠”, “社会的活動障害”および“うつ傾向”といった4つの下位側面ごとに検討することも可能である。下位尺度ごとの分析においては、“身体的症状”および“不安と不眠”の2側面において、“怒り表出”の効果がみられた [順に,  $F(2,237) = 3.21, p < .05$ , 低群 < 高群:  $F(2,240) = 4.83, p < .01$ , 低群 < 中群・高群]。これら以外については有意な効果が認められなかった。

### 怒り反応傾向と個人内要因との関連

調査 B における MAQ の各下位尺度得点は上記と同様に求められた。各下位尺度得点の平均は、“怒り主張性”, “怒り抑制”, “怒り表出”の順に, 8.21 ( $SD = 2.25$ ), 15.62 ( $SD = 3.72$ ), 15.36 ( $SD = 4.13$ ),  $\alpha$  係数は .70, .77, .76 であった。

個人志向性・社会志向性 PN 尺度については、伊藤 (1993, 1995) の項目分類にしたがって合成得点を算出し、下位尺度得点とした。個人志向性 P 尺度得点の平均は 24.80 ( $SD = 5.18$ ),  $\alpha$  係数は .77, 社会志向性 P 尺度得点の平均は 33.49 ( $SD = 4.67$ ),  $\alpha$  係数は .75 であった。個人志向性 N 尺度得点の平均は 17.14 ( $SD = 4.41$ ),  $\alpha$  係数は .81, 社会志向性 N 尺度得点の平均は 22.97 ( $SD = 4.76$ ),  $\alpha$  係数は .80 であった (Table 4 参照)。

友人関係態度尺度に関しては、全16項目に対して因子分析 (主成分分解) を付し、2 因子を抽出し、バリマックス回転を行った。なお、因子数の決定に際しては、固有値の減衰状況 (3.31, 2.35, 1.73, 1.22, ...) および解釈可能性を考慮した。因子分析の結果を Table 3 に示す。第一因子は、“意見や好みがあつからないう気をつける (逆転項目)”, “友達とは少く傷ついても本当のことを言い合う” など友人と腹を割って深いつきあいをする程度に関する項目 (3, 6, 10, 13, 9, 4, 1, 14) と関連が深かったため、友人関係の“深さ”と命名された。第二因子は、“どんな人とも仲良くするよう心がけている”, “みんなと一緒にいる” などつきあいの広さに関する項目 (5, 2, 16, 7, 11, 15) と関連が深かった

Table 4 MAQ と個人志向性・社会志向性 PN 尺度および友人関係態度尺度の相関

	怒り主張性	怒り抑制	怒り表出	M (SD)	N	$\alpha$	項目数
個人志向性 P 尺度	.36***	-.19*	-.04	24.80 (5.18)	151	.77	8
社会志向性 P 尺度	.27**	.04	-.17	33.49 (4.67)	150	.75	9
個人志向性 N 尺度	.07	-.13	.37***	17.14 (4.41)	150	.81	6
社会志向性 N 尺度	-.29**	.41***	.15	22.97 (4.76)	149	.80	7
友人関係態度尺度(深さ)	.47***	-.26**	.00	25.44 (4.57)	145	.75	8
友人関係態度尺度(広さ)	-.07	.19*	-.06	19.08 (3.57)	143	.61	6

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

ため、友人関係の“広さ”と命名された。各下位尺度得点は当該項目の合成得点であり、高得点ほど深い友人関係態度、または広い友人関係態度をもつことを意味する。各下位尺度得点の平均は深さ尺度で 25.44 ( $SD = 4.57$ )、広さ尺度で 19.08 ( $SD = 3.57$ ) であった。また  $\alpha$  係数はそれぞれ .75, .61 であった (Table 4 参照)。下位尺度間の相関係数は .02 とほぼ無相関であり、落合・佐藤 (1996) および小塩 (1998) と同様に相互に独立の 2次元からなる尺度が構成された。

次に、怒り反応傾向と個人内要因との関連性について検討するため、MAQ の下位尺度得点と個人志向性・社会志向性 PN 尺度および友人関係態度尺度の下位尺度得点との相関係数を算出した (Table 4)。<sup>6)</sup>

“怒り主張性”については、個人志向性 P 尺度、社会志向性 P 尺度、友人関係態度の深さ尺度との間に有意な正の相関が、社会志向性 N 尺度との間に有意な負の相関がみられた。したがって、怒りを主張する傾向の高い人ほど、個人志向性・社会志向性の肯定的状態は高いが、社会志向性の否定的状態は低いことが示された。さらに、怒りを主張する傾向が高いほど、友人と深く関わろうとする傾向が高いことが示された。

“怒り抑制”については、社会志向性 N 尺度および友人関係態度の広さ尺度との間に有意な正の相関が、個人

志向性 P 尺度と友人関係態度の深さ尺度との間に有意な負の相関がみられた。怒りを表に出さず抑制する傾向が高い人ほど、社会志向性の否定的状態が高く、個人志向性の肯定的状態が低いことが示された。さらに友人関係のもち方については、怒りを表に出さない傾向が高いほど、多くの友人と幅広くつきあっていこうとする傾向が高く、また、深く関わろうとする傾向が低いことが示された。

“怒り表出”については、個人志向性 N 尺度との間に有意な正の相関がみられた。すなわち、攻撃的な怒り表出傾向が高いほど、個人志向性の否定的状態が高いことが示された。

## 考 察

第一に、怒り反応傾向と精神的健康の関連については、各怒り反応傾向はそれぞれ精神的健康の異なった側面に関連しており、“怒り主張性”は全般的な生活満足感に対して肯定的な方向に、“怒り表出”は身体症状もその指標に含めた精神的健康度に対して否定的方向に働く可能性が示された。したがって、怒りを外的に攻撃的に表出することと主張的に示すことは、いずれも怒り表出の側面ではあるが、精神的健康との関連において異なるといえる。攻撃的な怒り表出傾向が高い人は、生理指標においてより不健康な徴候を示すことから (Müller et al., 1995)、身体面も含んだ主観的な健康状態の報告においても不健康な状態を示したと考えられる。他方で、怒りを主張的に示すことは、生理的・身体的側面というよりも、表出者自身が生活に満足し充実感を感じることに関連がある。怒りの主張的表出が問題解決において有益であることが、生活における充実感を増すような環境を整えることにつながる可能性が考えられよう。さらに、“怒り抑制”に関しては、社会的場面で怒りを示さない傾向が高い者ほど友人関係における満足感および家族関係における満足感が低いことが示された。怒りを表に示さなければ、対人コミュニケーションが十分に行われた

6) MAQ の下位尺度間には、本来、相関関係が仮定されていないが、Müller et al. (1995) においては、“怒り表出”と“怒り主張性”および“怒り抑制”の間にそれぞれ .25 程度の正の相関がみられたとの報告がなされている。本研究においても、調査 A と調査 B で下位尺度間の相関が確認されており、調査 A においては、“怒り抑制”と“怒り主張性”および“怒り表出”の間にはそれぞれ -.24, -.21 の負の相関が、“怒り主張性”と“怒り表出”の間には .29 の正の相関がみられた。調査 B においては、“怒り抑制”と“怒り主張性”の間には -.27 と負の相関が示された。

感覚が得られないため、特に人間関係における満足感を低めるのかもしれない。この結果は、不快情動の表出を抑制することが精神的な不健康と関連するといった知見や（崔・新井, 1998）、情動表出の抑制は表出者にとってもストレス度が高いものである可能性の指摘（Clark, Pataki, & Carver, 1996）に合致するものである。以上から、Müller et al. が主張するように、MAQで提案された“怒り主張性”という概念が導入されることにより、怒りへの望ましい対処のあり方が精神的健康との関連においても示唆された。

第二に、怒り反応傾向と個性化・社会化との関連については、“怒り主張性”が高いほど個人志向性・社会志向性の肯定的状態は高いが、社会志向性の否定的状態は低いことが示された。つまり、個性を尊重し主体的に行動するとともに、他者との共存や社会的な適応を志向する傾向が高く、また、自我の未熟さや他者への一方的依存や追従、過剰適応がみられないという、個性化においても社会化においてもより成熟した状態にあることが、怒りを主張的に表出する人の特徴として明らかになった。さらに、“怒り表出”傾向が高いほど、個人志向性の否定的状態が高いことが示された。利己的な傾向が高く、個性化において適応的ではない状態にある人ほど、怒りを外に向けてむき出しにする傾向が高いといえよう。“怒り抑制”については、この傾向が高い人ほど、社会志向性の否定的状態が高く、個人志向性の肯定的状態が低いことが示された。個性化・社会化のいずれにおいても未熟であるもしくは適応的ではない人は、自己実現的な傾向が低く、周囲への過剰適応傾向が高いため、怒りを抑制するという反応をしがちであるといえる。社会化の側面だけでなく個性化の側面においても成熟し、両者のバランスがとれていることが、怒りを主張的に表現することを可能にすると考えられた。

さらに、怒り反応傾向と友人関係態度の関連に関しては、友人と深く関わろうとする傾向が高いほど、怒りを主張的に表出する傾向が高いことが示された。他方、深く関わろうとする傾向が低いほど、また、多くの友人と幅広くつきあっていこうとするほど、怒りを抑制する傾向が高いことがわかった。これは、広く浅い関係を志向する人は、怒りを表に出さないことによって対人的な葛藤が表面化するのを回避しようとする傾向があるためではないかと思われる。そしてそれは希薄な関係性ゆえに葛藤が表面化しても解決が困難であることとも関連していると考えられる。

ただし、ここで個人志向性・社会志向性PN尺度は、個性化・社会化の発達段階のみならず、適応状態の指標ともなりうるものである。また、本研究のデータは特定

の時系列モデルを想定して収集されたものではなく、実施の都合により縦断的に収集されており、個人志向性・社会志向性に先立って怒り反応傾向が測定された。よって、本研究では個性化・社会化のレベルによって怒り反応傾向が左右されることを暗に想定していたが、ここでの結果から因果の方向性について明言することはできない。同様に、上述の精神的健康との関連についても逆の因果関係による解釈が可能であり、精神的に健康であることが主張的な怒り表出を可能にしているとも考えられる。また、怒り反応傾向および精神的健康の双方ともに影響する第三の変数（例えば他者および自己に対する基本的信頼感など）が存在する可能性も考えうる。したがって、両者の直接的な関連の程度やこれらの因果関係については、今後、他の研究領域での成果を踏襲し、より妥当なモデルを立てて検討していくべきであろう。

## 引用文献

- 安藤明人・曾我祥子・山崎勝之・島井哲志・嶋田洋徳・宇津木成介・大芦治・坂井明子 1999 日本版 Buss-Perry 攻撃性質問紙 (BAQ) の作成と妥当性、信頼性の検討 心理学研究, 70, 384-392.
- Averill, J. R. 1982 *Anger and Aggression*. New York: Springer-Verlag.
- Buss, A. H., & Perry, M. 1992 The aggression questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 452-459.
- 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および精神的健康との関係 教育心理学研究, 46, 432-441.
- Clark, M. S., Pataki, S. P., & Carver, V. H. 1996 Some thoughts and findings on self-presentation of emotions in relationships. In G. J. O. Fletcher, & J. Fitness (Eds.), *Knowledge structures in close relationships: A social psychological approach*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Inc. Pp. 247-274.
- Diener, E., & Emmons, R. A. 1985 The independence of positive and negative affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47, 1105-1117.
- Ekman, P., & Friesen, W. V. 1969 The repertoire of nonverbal behavior: Categories, origins, usage, and coding. *Semiotica*, 1, 49-98.
- 平林秀美・柏木恵子 1993 情動表出の制御と対人関係

- に関する発達的研究 発達研究, 9, 25-39.
- 伊藤美奈子 1993 個人志向性・社会志向性尺度の作成及び信頼性・妥当性の検討 心理学研究, 64, 115-122.
- 伊藤美奈子 1995 個人志向性・社会志向性PN尺度の作成とその検討 心理臨床学研究, 13, 39-47.
- 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.
- 木野和代 2003 怒り表出行動とその結果 — 怒りの表出が必要な場面に焦点をあてて — 名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要 (心理発達科学), 50, 185-194.
- Müller, M. M. 1993 Fragebogen zur Erfassung des habituellen Ärgerausdrucks: Das Müller Anger-Coping Questionnaire (MAQ). *Zeitschrift für Differentielle und Diagnostische Psychologie*, 14, 205-219. (English abstract)
- Müller, M. M., Rau, H., Brody, S., Elbert, T., & Heinle, H. 1995 The relationship between habitual anger coping style and serum lipid and lipoprotein concentrations. *Biological Psychology*, 41, 69-81.
- 中川泰彬・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
- 落合良行・佐藤有耕 1996 青年期における友達とのつきあい方の発達的变化 教育心理学研究, 44, 55-65.
- 大竹恵子・島井哲志・曾我祥子・宇津木成介・山崎勝之・大芦治・坂井明子・西信雄・松島由美子・嶋田洋徳・安藤明人 2000 日本版 Müller Anger Coping Questionnaire (MAQ) の作成と妥当性・信頼性の検討 感情心理学研究, 7, 13-24.
- 小塩真司 1998 青年の自己愛傾向と自尊感情, 友人関係のあり方との関連 教育心理学研究, 46, 280-290.
- Paterson, C. R., Dickson, A. L., Layne, C. C., & Anderson, H. N. 1984 California psychological inventory profiles of peer-nominated assertives, unassertives, and aggressives. *Journal of Clinical Psychology*, 40, 534-538.
- Pavot, W., & Diener, E. 1993 Review of the satisfaction with life scale. *Psychological Assessment*, 5, 164-172.
- 境泉洋・坂野雄二 2002 大学生における怒りと全般的健康の関連 早稲田大学臨床心理学研究, 2, 21-32.
- Spielberger, C. D. 1988 *Manual for the State-Trait Anger Expression Inventory (STAXI)*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- 鈴木平・春木豊 1994 怒りと循環器系疾患の関連性の検討 健康心理学研究, 7, 1-13.
- 鈴木有美 2002 自尊感情と主観的ウェルビーイングからみた大学生の精神的健康 名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要 (心理発達科学), 49, 145-155.
- 湯川進太郎 2002 自己存在感と攻撃性 — 自己存在感の希薄さ尺度の信頼性と妥当性の検討 — カウンセリング研究, 35, 219-228.

(2004年9月30日 受稿)



## ABSTRACT

The relationships of habitual anger-coping styles with mental health and individual characteristics.

Kazuyo KINO

The purpose of this study was to explore the relationships of the habitual anger-coping styles with the mental health, the developmental levels of individuation and socialization, and the attitude toward friendship. Two hundred and forty-five undergraduates and junior college students were asked to complete a set of questionnaire, which included the Japanese version of the Müller Anger Coping Questionnaire (MAQ), the Japanese version of the General Health Questionnaire (GHQ), and the life satisfaction scale. In addition, another one hundred and seventy-nine undergraduates rated themselves on the measures of the MAQ, the individual and social orientedness scale, and the attitude scale toward friendship. The results showed that students those who were likely to express their anger in a socially assertive manner satisfied with their own global life. On the other hand, students who tended to express their anger in an aggressive manner were found to be mentally unhealthy, and students who tended to inhibit their anger expression were seen not to satisfy with their own family and friends. Therefore the expression of anger in a socially assertive way can be considered as one of the factors for promoting mental health. It was also suggested that those who matured in the both of individuation and socialization and those who desired intimate friendships were likely to express their anger in a socially assertive manner.

Key words: anger-coping styles, mental health, individuation, socialization, friendship.