

報告・資料

怒り感情喚起後の見返し対処が
大学生の対人適応に与える影響の検討
～仕返し対処との比較から～

関屋 裕希*・小玉 正博*

A study of the influence of ‘prove myself’ coping on interpersonal adaptation in university students.

From the comparison with the ‘revenge’ coping as coping of anger-provoking

Yuki Sekiya*, Masahiro Kodama*

Abstract

This study examined the influence of the ‘prove myself’ coping which has the possibility showing the role ‘recovering self-esteem’ anger has on interpersonal adaptation from the point of view examining behavior that can show the role and function of anger may suggest a new anger-coping. We examined interpersonal stress events and positive relations with others as indicators of psychological well-being which scales positive aspect of interpersonal relationship as indicator of interpersonal adaptation. In addition, we examined similar examination about the ‘revenge’ coping on as a comparison object. As a result, the ‘prove myself’ coping has no relation with others as indicators of interpersonal stress events and facilitates positive relations with others as indicators of psychological well-being. And the ‘revenge’ coping inhibits positive relations with others as indicators of psychological well-being and facilitates interpersonal conflicts, but both relations were weak. From comparison with the process of ‘revenge’, this study concluded the ‘prove myself’ coping has interpersonal adaptation in psychological well-being.

Key words : anger, prove myself, interpersonal adaptation, coping, revenge.

問題と目的

大学生における怒りの問題は、心理・社会的に否定的な側面をもつことから、見過ごすことの出来ない問題として注目されている。例えば、Thomas & Williams (1991) は、特性的な怒りが

高い大学生はそうでない大学生と比較して、日常的なストレス反応を強く呈するとしている。Furlong & Smith (1994) は、怒りが青年の身体的、情緒的問題や適応上の問題に影響することを明らかにしている。日本でも大学生の怒りを取り上げた研究が行われ、身体的・精神的健康や対人

* 筑波大学 (Tsukuba University)
受稿2011.6.27 受理2011.12.1

適応との関連が検討されている。大学生の怒り表出は対人摩擦や対人葛藤といった対人ストレスイベントを伴いやすく（木野, 2000）、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こと（木野, 2004a）が示されている。大学生の怒り抑制については、友人関係や家族関係における満足度が低いことが示されている（木野, 2004a）。その一方で、怒り感情への対処の仕方次第で、怒り感情のもつ健康や対人適応における否定的な側面が抑制されることも示されている。Deffenbacher, Oetting, Lynch, & Morris (1996) は、破壊的な表出方法と建設的な表出方法を弁別する目的で調査研究を行い、抽出した9つの怒り表出方略のうち、建設的な怒り表出方法としての“双方向のコミュニケーション”が、抑うつや不安との間に負の相関を示し、怒り経験後の様々なネガティブな結果を抑制する方向での関連を示している。荒井・湯川 (2005) は、大学生において怒り感情や怒りを喚起する出来事の筆記による開示が、怒り感情を促進するとされている（Bushman, 2002）怒り反すうを低減する可能性を示している。このように、大学生にとって、心身の健康や良好な対人関係を維持するためには、怒り感情にどう対処するかが重要であると考えられる。

怒り感情については、これまで、様々な心身疾患との関連が検討されてきた。また、怒り感情は、その表出行動が攻撃行動と結びつきやすく、対人関係を破壊するリスクを多く含んでいるため、他の基本感情に比べて、表出の有無がより適応と関わってくる（吉田・高井, 2008）と指摘されている。こうした知見をもとに、怒り感情に焦点をあてた研究では、怒り感情が喚起された際に、怒り感情を表出するのか・抑制するのかという対処行動の観点からの検討が多くなされてきた。それは、単純に怒ることだけではなく、それをどのように表現するか・処理するかが心身の健康や適応にとって重要な要因であるという現実在即した知見によ

るものだと考えられる。

怒り感情の表出か抑制かという観点からの研究を概観すると、喚起された怒り感情を表出することは、冠状動脈疾患や虚血性心疾患との関連（Mendes de Leon, 1992；鈴木・春木, 1994）や高コレステロールとの関連（Müller, Rau, Brody, Elbert, & Heinle, 1995）が指摘されている。また、怒り表出行動は、否定的な自己概念や低い自尊感情といった低い自己評価のような内的な問題とつながることが指摘されている（Deffenbacher, 1992）。一方、喚起された怒り感情を抑制することも、高血圧、冠状動脈疾患、虚血性心疾患などの循環器系の疾患の危険因子と考えられている（Kassinove & Sukhodolsky, 1995；Martin, Wan, David, Wegner, Olson, & Watson, 1999）。また、怒り感情の表出の抑制は、反芻によって精神的健康を低めるリスクを伴うとも指摘されている（Gillbert, Cheung, Irons, & McEwan, 2005；Phillips, Henry, Hosie, & Milne, 2006；Sukhodolsky, Golub, & Cromwell, 2001）。

このように、これまでの研究では、怒り表出・怒り抑制それぞれの適応的側面・不適応的側面を指摘する研究結果が混在しており表出・抑制の観点からの検討には限界がきているといえる。こういった状況の中、関屋・小玉 (2009) では、怒り感情がもつ“自尊感情を守る”という役割に着目し、その役割を發揮する可能性のある、“見返し対処”という新たな怒り対処が提案されている。

“見返し対処”とは、怒り感情が喚起された際に、怒り対象者を見返そうと考え、自身が努力行動をとるという行動であり、“他者によって自尊感情が傷つけられる体験をした際に、自己解決の方略を考え、実行すること”と定義されている。関屋・小玉 (2009) では、大学生を対象に見返し対処行動が怒り感情誘発場面において上昇した怒り感情を低減する効果をもつか、怒り誘発場面において低減した自尊感情を上昇する効果をもつか

という 2 点について検討する質問紙実験を行っている。その際、見返し対処行動と対照的な行動である仕返し対処行動を比較対象として取り上げて比較検討し、仕返し対処行動が怒り感情低減効果のみをもつものに対して、見返し対処行動は怒り感情低減効果と自尊感情回復効果の両方をもつことを示し、その有効性を示した。

怒り感情は、先にも述べたとおり、その表出行動が攻撃行動と結びつきやすく、対人関係を破壊するリスクを多く含んでおり（吉田・高井, 2008）、対人適応へ与える影響も大きいと考えられる。しかし、怒り感情喚起後の対処として、見返し対処の有効性を検討するにあたって、重要な側面であると考えられる対人適応との関連については検討が行われていない。そこで、本研究では、怒り感情が喚起された後の対処として、“見返し対処”が大学生の対人適応に与える影響を検討することを目的とし、比較対象として“仕返し対処”を取り上げ比較検討を行う。

これまでの表出か抑制かという観点からの怒り対処研究において、対人適応との関連についてどのような検討がなされてきたかを概観する。

まず、対人関係における怒り表出の否定的側面を示唆した知見を概観すると、木野（2000）において、“表情・口調”、“遠回し”、“いつもどおり”の 3 つの表出方法について、表出が相手に与える印象が検討され、“いつもどおり”よりも“表情・口調”のように、怒りを伝達しやすい表出を行う人ほど、相手に好印象を与えにくいことが明らかにされている。木野（2003）においても、怒りの表出は攻撃とみなされるために、人間関係を悪化させる可能性がある指摘されている。渡辺（2004）においては、MAQ の項目と対人ストレスイベントの関連が検討され、怒り表出は対人ストレスイベントに正の影響を与えることが示されている。怒り表出が対人適応に悪影響を及ぼすという主張の一方で、その否定的側面を示唆した研

究もある。Holt（1970）においては、怒りの適切な表出が他者との間に共感や相互理解をもたらすし、対人間の信頼や親密さを深める働きがあることが示されている。また、怒りの表出が社会的公正を保つためのインフォーマルな社会的統制機能をもつとの示唆もあり（Averill, 1982）、怒りの表出がより良い方向に働くということも指摘されている。Tiedens（2001）は、公的な状況で怒りを表出する政治家や会社員は有能と認知され、その結果高い社会的地位を与えられるように評価されていることを明らかにしている。日本では、木野（2004b）が怒り表出行動が対人場面においてどの程度適切な行動であるのかを検討することを目的とし、大学生を調査対象者に各行動の適切性と効果性の評価を求めた研究を行っている。その結果、“理性的説得”が最も適切であり、感情的にならなければ、怒りの原因となった相手の言動の非を明確に主張することは適切だと認められているということが明らかになっている。これまで、怒りは主に攻撃行動との関連において扱われることが多かったが、怒りが必ずしも攻撃行動に直結するわけではなく、攻撃行動以外の問題解決行動とも結びつくこともあると考えられ、怒り表出は対人適応において否定的な結果をもたらすばかりではなく、建設的な結果を生み出す適応的なものである場合もあると考えられる。

一方、怒り抑制と対人適応との関連については、Holt（1970）において、むしろ怒りを表現しないことが対人関係を疎遠にしたり、心身症を引き起こしたり、対人認知を歪ませることが示されており、時には怒り表出の抑制が対人関係や個人の健康などにおいて、むしろ好ましくない結果をもたらすという指摘がある。木野（2004a）は MAQ を用いた怒り反応傾向と精神的健康の関連の検討をした結果、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が低いことを見出している。さらに、渡辺（2004）に

においては、MAQの項目と対人ストレスイベントの関連が検討され、怒り表出と同様に怒り抑制が対人ストレスイベントに正の影響を与えることが示されている。また、怒り対象側の観点から行われた研究では、否定的な内容の言動抑制（相手とぶつかるよりも言いたいことを言わないことを選ぶ）を受けているという推測が、受け手の対人関係における不満を高める可能性がある（繁耕・池田, 2003）、強い怒りを感じていることを受け手に推測された状況で全く怒りを表出しないことは、表出者側の対人関係への配慮とは裏腹に、受け手に不快感・不信感を抱かせ、対人関係に否定的影響を与える（木野, 2008）ことが指摘されている。このように、対人関係への影響について考えると、怒りを表出しないことが否定的な結果を招くこともあると考えられる。

見返し対処の対人適応性については、見返しのプロセスを検討した関屋・小玉(2010)において、見返し対処では、怒り対象者への怒り感情を直接的には表出しないこと、また、努力行動をとることや、努力行動によるパフォーマンスの向上が達成されることがプロセスに含まれることから、対人関係における適応性が高い可能性が示唆されている。しかし、実証的な検討はなされていない。本研究では、新たに提案された怒り対処としての見返し対処が大学生の対人関係における適応に与える影響を検討する。その際、対人関係における適応の指標として、対人関係上のストレスイベントと、対人関係における適応を積極的な側面から捉える心理的well-beingを取り上げることとした。また、比較対象として、仕返し対処が対人関係における適応に与える影響についても検討する。

方 法

調査対象者

関東圏の4年制国立・私立大学の大学生・大学

院生259名（男性175名、女性81名、無記入3名、平均年齢20.09、SD = 1.43歳）であった。

調査内容

以下の内容を含む質問紙を実施した。

イメージ場面 怒り誘発場面、見返し対処場面、仕返し対処場面の3つのイメージ場面を使用した。提示した場面の内容は、“他者からの非難・侮蔑”に関するものであった。“他者からの非難・侮蔑”は、大学生を対象に怒りの感情誘発場面を分析した鈴木・佐々木（1994）において主要な怒り誘発場面とされており、また、攻撃研究において、他者からの否定的な評価は自尊心脅威の操作として用いられている（Caprara, Perugini, & Barbaranelli, 1994）ためである。具体的には、怒り誘発場面として、サークルの友人から侮蔑的な発言をされるという場面を用いた。その後の状況として、見返し対処場面（友人に対して怒りを感じ、見返すために一生懸命サークルの練習をするという場面）と仕返し対処場面（友人に対して怒りを感じ、仕返しをするために同じ友人に対して同じように侮蔑的な発言をするという場面）の2種類の場面を用意した。それぞれの場面を表した絵については、運動部・文化部どちらの経験者でもイメージしやすいように、吹奏楽部とテニス部を題材に独自に作成したものであり、質問紙には、両方の絵を載せた。見返し対処場面に使用した絵の一例をFigure 1に示した。

各場面の教示文は以下の通りであった。

怒り感情誘発場面：Aさんは、大学であるサークルに所属しています。いつものように、放課後みんなで集まって練習をしているところに、Bが通りかかりました。BはAさんが練習しているのに目をとめると、ぶっと吹き出し、“Aはレベルが低いなあ、練習したって無駄なんじゃないの”と言って、そのまま笑いながら立ち去ってしまいました。

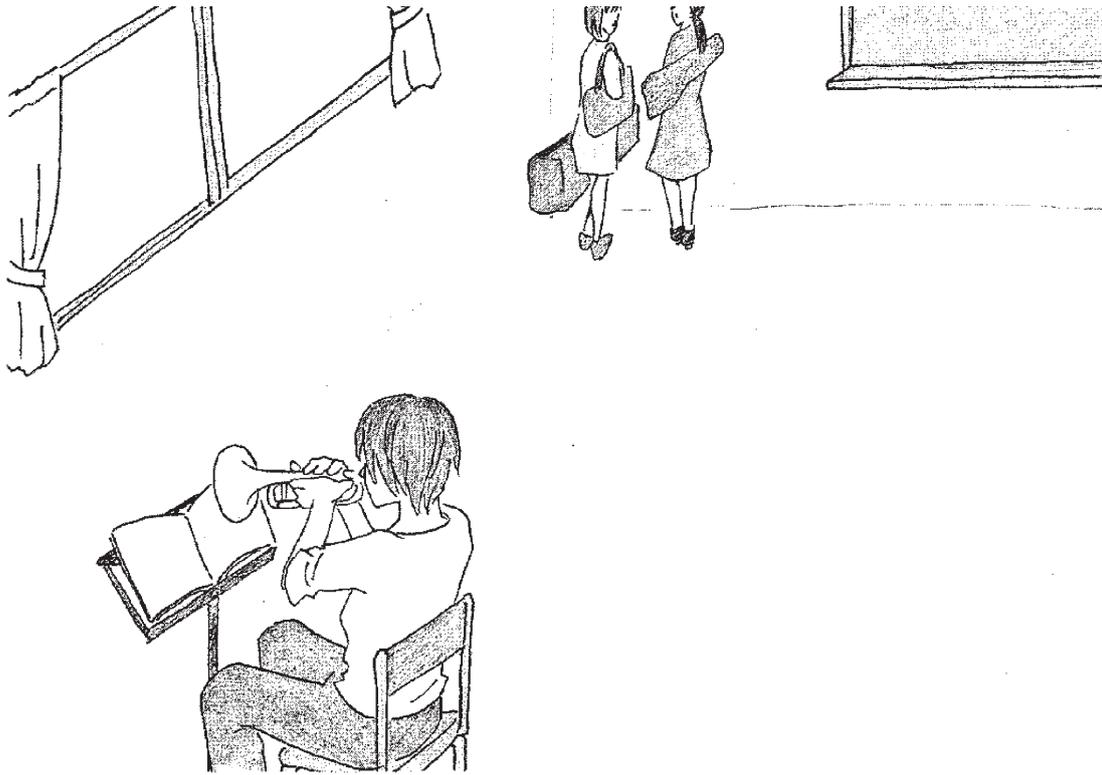


Figure 1 見返し対処場面に使用した絵の一例

見返し対処場面：Aさんは、笑いながら去って行ったBに強い怒りを感じました。そして、“Bを見返してやろう、Bよりも上手くなってやろう”と心に決めました。その後、Aさんは今までにも増して一生懸命練習に取り組みました。非常に集中していたので、いつもの練習終了時間をだいぶ過ぎてから、やっとそのことに気づいたほどでした。練習を終え、Aさんは家へ帰ることにしました。

仕返し対処場面：Aさんは、笑いながら去って行ったBに強い怒りを感じました。そして、“Bも同じような目にあわせてやろう”と心に決めました。その後、AさんはBが練習しているところに通りがかり、Bに言われたことと同じことを言って立ち去りました。

イメージの明瞭度 怒り誘発場面と対処場面を呈示した後に、それぞれの場面について、“どのくらいはっきりとイメージできたか”について5件法（1：全くイメージできなかった、2：あま

りイメージできなかった、3：まあまあイメージできた、4：かなりイメージできた5：はっきりイメージできた）で回答を求めた。

怒り強度 怒り誘発場面を提示した後に、怒り誘発場面をイメージした後、“どのくらい怒りを感じるか”について、5件法（1：全く感じない、2：少し感じる、3：感じる、4：とても感じる、5：非常に感じる）で回答を求めた。

見返し対処志向性 見返し対処場面を絵と文章によって呈示し、怒り誘発場面を経験した後に、呈示した対処と同じ行動をどのくらい行いそうかについて7件法（“1. 全くしない”－“7. 必ずする”）で評定させた。

仕返し対処志向性 仕返し対処場面を絵と文章によって呈示し、怒り誘発場面を経験した後に、呈示した対処と同じ行動をどのくらい行いそうかについて7件法（“1. 全くしない”－“7. 必ずする”）で評定させた。

対人ストレスイベント 対人関係における適応

を評価するために、橋本（1997）による対人ストレスイベント尺度（30項目）を用いた。この尺度は対人関係に起因するストレスを測定するために作成され、挙げられた対人関係上のストレスイベントが最近3カ月の間にどの程度あったかを評定するものであり、既に信頼性・妥当性が確認されている。尺度内容としては、対人葛藤（社会の規範からは逸脱した顕在的な対人衝突事態）・対人劣等（社会的スキルの欠如などにより劣等感を触発する事態）・対人磨耗（対人関係を円滑に進めようとする事により気疲れを引き起こす事態）という3つの下位尺度からなる。ただし、その後の研究によって各因子に負荷する項目に多少の違いがみられている。回答方法としては、原法に従って4件法（“1. 全くなかった” — “4. しばしばあった”）で回答を求めた。

対人関係における心理的well-being 対人関係における適応をストレスとは別に積極的な側面から測定することを目的として、西田（2000）の心理的well-being尺度の下位尺度である積極的な他者関係尺度（6項目）を用いた。Ryff（1989）は心理的well-beingを人格的成長、人生における目的、自律性、環境制御力、自己受容および積極的な他者関係という6次元によって構成される概念であるとした。この6次元のうち、積極的な他者関係とは、“暖かく、信頼できる他者関係を築いているという感覚”と定義されており、対人関係における心理的well-beingを表わすとされる。西田（2000）はこの理論に基づき、日本人においてこの6次元からなる心理的well-beingを測定する尺度を作成し、信頼性・妥当性の確認を行っている。回答方法としては、原法に従い、6件法（“1. 全くあてはまらない”、“2. あてはまらない”、“3. あまりあてはまらない”、“4. ややあてはまる”、“5. あてはまる”、“6. 非常によくあてはまる”）で回答を求めた。

調査手続き

大学での講義時間後に調査用紙への回答を依頼し、一斉配布・回収した。

調査においてイメージ場面を呈示する際には、場面を描写した絵と文章を呈示し、“あなたがその状況におかれているAさんになったつもりで、そのときの気持ちをできるだけリアルにイメージしてください。”と教示を行った上で、イメージの明瞭度、怒り強度、見返し対処志向性、仕返し対処志向性について回答を求めた。

倫理的配慮

本研究は、筑波大学人間総合科学研究科研究倫理委員会の審査の承認を得て実施した。調査への協力依頼にあたっては、調査対象者となる大学生に対し、研究目的・方法・匿名性の保持等を文書および口頭によって説明し、同意を得られた場合にのみ、回答を求めた。

その際、調査への参加は自由意志であること、参加しない場合であっても、なんら不利益は生じないこと、途中いつでも中止することが可能であることを説明した。

結 果

分析対象者 記入漏れや記入ミスがあった回答を除いた結果、有効回答者の合計は235名（男性166名、女性69名、平均年齢20.03、SD = 1.46歳）であった。そのうち、妥当性を考慮して、呈示された場面をイメージできなかった調査対象者を除いた。怒り誘発場面もしくは対処場面のイメージ明瞭度のいずれかを“1：全くイメージできなかった”、“2：あまりイメージできなかった”、怒り誘発場面における怒り強度を“1：全く感じない”と評定した回答者を除いた203名（男性140名、女性63名、平均年齢20.02、SD = 1.44歳）を分析の対象とした。

尺度の検討 対人ストレスイベント尺度については、研究によってどの因子に対しても負荷量の低い項目が見られることがあるため、本研究の使用に際しても因子分析を行った。まず、全30項目について主因子法による因子分析を行ったところ、項目10の共通性が.21、項目23の共通性が.15と低かったので分析から除外することとした。よって、残った28項目について再度因子分析を行い、3因子による解を検討したところ、第1因子に負荷した項目12、第3因子に負荷した項目29・30の負荷量はそれぞれ.26、.24、.27と他の項目と比較すると低い値であった。項目12・29・30は先行研究（渡辺, 2004）においても削除されていた項目であったことから、この項目も除外した25項目における3因子解を最終的に採用した。3因子による累積説明率は50.61%であった。

プロマックス回転後の因子負荷量を Table 1 に示した。

3因子のうち、第1因子は先行研究における対人葛藤イベントを表す項目の負荷量が高く“対人葛藤イベント”と命名された。同様に、第2因子は先行研究における対人劣等イベントを表す項目の負荷量が高く“対人劣等イベント”、第3因子は先行研究における対人磨耗イベントを表す項目の負荷量が高く“対人磨耗イベント”とそれぞれ命名された。そして、第1因子の負荷量が高かった10項目によって構成される尺度を“対人葛藤尺度”、第2因子の負荷量が高かった10項目によって構成される尺度を“対人劣等尺度”、第3因子の負荷量が高かった5項目によって構成される尺度を“対人磨耗尺度”と命名した。対人葛藤尺度・対人劣等尺度・対人磨耗尺度の内的整合

Table 1 対人ストレスイベント尺度の因子分析結果（主因子法、プロマックス回転）

項目内容	因子1	因子2	因子3	共通性
3 知人から責められた	.88	-.08	-.06	.63
2 知人とけんかした	.76	-.11	-.02	.48
7 知人に嫌な顔をされた	.70	.14	-.07	.58
8 同じことを何度も言われた	.68	.08	-.04	.41
6 知人に誤解された	.66	.04	-.02	.47
4 知人に軽蔑された	.63	.04	-.05	.41
11 約束を破られた	.61	-.07	.15	.40
9 知人と意見が食い違った	.58	-.01	.16	.39
5 知人が無責任な行動をした	.57	.10	-.03	.44
1 知人に無理な要求をされた	.50	-.02	.09	.31
13 知人が自分のことをどう思っているのか気になった	-.19	.76	.10	.45
17 知人とどのようにつきあえばいいのか分からなくなった	.11	.71	-.20	.52
14 相手が嫌な思いをしていないか気になった	.06	.68	.02	.39
15 周りの人から疎外されていると感じるようなことがあった	-.08	.67	.01	.49
19 会話中、何をしゃべったらいいのか分からなくなった	-.20	.60	.14	.35
18 親しくなりたい相手となかなか親しくなれなかった	.07	.59	.03	.34
21 自分の言いたいことが、相手にうまく伝わらなかった	-.01	.59	.06	.43
20 知人に対して劣等感を抱いた	.18	.49	-.02	.41
22 知人に嫌な思いをさせた	.29	.45	-.04	.49
16 会話中に気まずい沈黙があった	.28	.42	.09	.43
25 嫌いな人と会話をした	.02	-.03	.81	.64
26 あまり親しくない人と会話をした	-.04	.01	.73	.50
24 テンポの合わない人と会話をした	-.02	.17	.58	.39
28 無理に相手に合わせた会話をした	.09	.02	.48	.33
27 自慢話や愚痴など、聞きたくないことを聞かされた	.33	-.00	.38	.39
寄与率(%)	34.68	8.80	7.13	
累積寄与率(%)		43.48	50.61	
因子間相関				
因子1	1.00	.62	.50	
因子2	.62	1.00	.39	

太字は.35以上の因子負荷量を示す。

性はそれぞれ、 $\alpha = .89$ 、 $\alpha = .87$ 、 $\alpha = .78$ であった。さらに、各因子ごとに主因子法で分析をした結果、“対人葛藤尺度”の負荷量は.56～.78、“対人劣等尺度”の負荷量は.58～.71、“対人摩擦尺度”の負荷量は.56～.79で、十分な値だったため、以降の分析に使用可能であると判断した。

2つの対処と対人ストレスイベントおよび

積極的な他者関係との関連

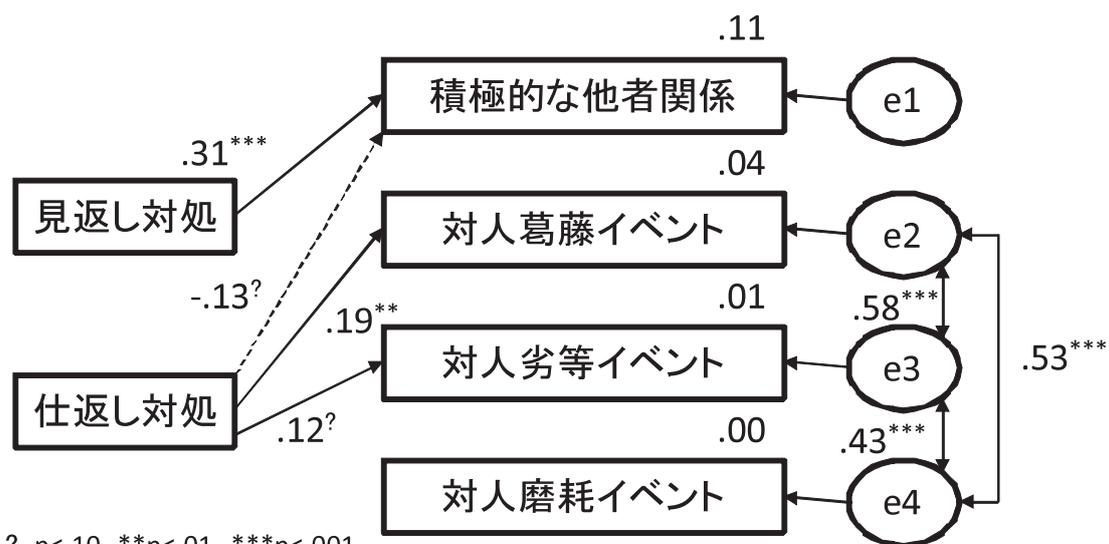
2つの対処と対人ストレスイベント、積極的な他者関係との相関係数を算出した。その結果、見返し対処との関連では、積極的な他者関係との間に有意な正の相関 ($r = .28$ 、 $p < .001$) がみられたが、対人ストレスイベントの下位尺度との相関は見られなかった。仕返し対処との関連では、対人ストレスイベントの下位尺度である対人葛藤イベントとの間に有意な正の相関 ($r = .19$ 、 $p < .01$) がみられた。

共分散構造分析によるモデル検討

Amos4.0を用いて共分散構造分析によるモデル検討を行った。分析の方法としては、まず見返し対処志向性と仕返し対処志向性を説明変数、対人

ストレスイベント尺度における対人葛藤イベント・対人劣等イベント・対人摩擦イベントおよび心理的well-beingの積極的な他者関係を目的変数とするモデルを構成した。なお、対人ストレスイベント尺度の各下位尺度間には共分散の影響が想定されるため、誤差変数間に共分散を設定し、見返し対処志向性と仕返し対処志向性の間にも相関を仮定した。そして、5%水準で有意が得られなかったパスおよび相関を削除したモデルについて適合度を求めたところ、 $\chi^2 = 18.86$ ($p < .05$)、 $df = 9$ 、 $GFI = .98$ 、 $AGFI = .93$ 、 $CFI = .95$ 、 $RMSEA = .08$ であり、自由度を考慮した適合度指標はデータに対して十分な水準の値が得られた。最終モデルをFigure 2に示す。

見返し対処に関しては、積極的な他者関係に正の影響を与えている一方で、対人ストレスイベントには有意なパスがひかれなかった。仕返し対処に関しては、積極的な他者関係に負の影響を、対人葛藤イベントと対人劣等イベントに正の影響を与えていたが、対人摩擦イベントには有意なパスはひかれなかった。



? $p < .10$ ** $p < .01$ *** $p < .001$
 実践は正、破線は負の相関を示す。
 有意なパス・相関のみ記載した。

Figure 2 見返し対処と仕返し対処が対人関係の適応に及ぼす影響についての共分散構造分析の結果

考 察

本研究の目的は、見返し対処と仕返し対処が大学生の対人関係における適応に与える影響を検討することであった。そして、対人関係における適応を示す指標として対人関係におけるストレスイベントの起こる頻度と、心理的well-beingを取り上げ、2つの側面から検討した。

見返し対処志向性と仕返し対処志向性が

対人関係における適応に与える影響

対処志向性が対人ストレスイベントと心理的well-beingに与える影響を検討するため、共分散構造分析を行った。その結果、見返し対処は、対人ストレスイベントの生起には影響せず、対人関係における心理的well-beingを促進させることが示唆された。

見返し対処は、怒り感情が喚起されても、それを直接的に怒り対象者に表出しない自己完結的な対処である（関屋・小玉, 2010）ため、怒り対象者との関係において起こるストレスイベントとは関連がないと考えられる。そのため、見返し対処をとることは、社会の規範からは望ましくない顕在的な対人葛藤とされる対人葛藤イベントや社会的スキルの欠如などにより劣等感を感じる事態の生起頻度と関連しないと考えられる。また、見返し対処は怒り対象者に怒り感情を直接表出しない対処であるため、対人関係を円滑に進めようとするにより気疲れを引き起こす事態につながるのではないかと推測されたが、対人磨耗イベントの生起とも関連のない対処であることが示された。見返し対処は、怒り対象者との関係の中で怒りを表出したり、生じた怒りを処理するのではなく、個人内で努力行動をとるという怒り対処であるため、対人関係によって摩擦する事態とは関連がないとも考えられる。

見返し対処と対人関係における心理的well-

beingとの関連においては、関屋・小玉（2010）において、見返し対処は努力行動をとることや、努力行動によりパフォーマンスが向上することから怒り対象者以外からの肯定的評価を受けることが示唆されており、このことが、暖かく、信頼できる他者関係を築いているという感覚につながると考えられる。また、日本における文化的表示規則の1つに他者に対する不快感情は抑制すべきであるというものがあり、この規則が非常に重視されている（Gudykunst & Nishida, 1993；中村, 1991）。このように、対人関係において怒りを表出しないことは、我々が所属する日本の社会の文化に沿っており、社会的に望ましいことだと考えられる。社会的に望ましい対処をとることは、対人関係の円滑さにつながると考えられ、暖かさや親密さや信頼を感じることでできる関係を築いているという感覚と関連すると考えられる。

一方、仕返し対処は、対人関係における心理的well-beingに対して負の影響、対人葛藤イベント、対人劣等イベントに対して正の影響が、それぞれわずかながら示された。仕返し対処については、怒り感情を怒り対象者に直接的に表出する外的な対処であるため、仕返しが怒り対象者からのさらなる仕返しを呼ぶ（関屋・小玉, 2010）ことも考えられ、怒りを生じさせた問題事態を解決することには必ずしもつながらず、むしろ、対人的なストレスが持続する、増強するといった状態につながりやすい可能性があると考えられる。さらに、対処を行ったことによって対人関係上で適応的な効果が得られないことや、自尊感情が低減する（関屋・小玉, 2009）こと、吉田・高井（2008）で示されるような直接的な怒り対処をしたことによる自責の念が生じる場合があることから、対人関係における心理的well-beingを低減させる可能性があると考えられる。しかし、今回の結果では、係数や重決定係数が低く、その可能性が示されたにすぎず、今後はさらなる検討が望まれる。

以上のことから、見返し対処は、個人内で行うことのできる自己完結的な対処であるという特徴から、対人ストレスイベントとは関連がないと考えられる。その一方で、努力行動やパフォーマンスの向上など周囲からの肯定的評価につながる可能性が示唆され、大学生の対人関係における適応性が示された。このことは、怒り対象者に直接的に怒り感情を表出することが難しい状況においても、見返し対処であれば実行することができる可能性を示していると考えられる。

本研究の課題と今後の展望

本研究の課題としては、まず、研究方法に関する点が3点挙げられる。第一に、本研究では、場面想定法による質問紙調査を行った。提示した場面の有効性については、分析対象者をスクリーニングしているものの、怒り誘発場面前後で怒り感情が上昇したか否かの検討はなされていない。今後は、質的な調査などから、それぞれの場面を精選し、その有効性を検討すること、場面提示前後での怒り強度を比較することなどが必要と考えられる。第二に、本研究で得られた知見は、特定のイメージ場面を用いた検討によるものであり、実際の行動を反映するものであるか、対処行動の志向性を十分に反映しているかについては疑問が残ることや、場面の特殊性の影響を受けている可能性が挙げられる。そのため、知見の一般化には慎重な検討が必要である。今後は、複数場面を用意した場面想定法や、実験室実験やフィールド実験によって、実際の行動を指標とした研究を行っていく必要があるだろう。第三に、本研究の結果は、一時点の調査によるものであり、共分散構造分析によるモデル構築を行っているものの、関連性を示すに留まっており、因果関係を示すには、縦断的な調査や実験を行う必要があると考えられる。

調査対象者についても、男性の人数が女性の人数よりも多いため、女性についてはさらなるデー

タ収集が望まれる。また、攻撃行動については性差があることが指摘されており、仕返し対処については性別によって差がある可能性が考えられるため、男女両方の十分なデータを収集したうえで、性別による差についても検討がなされる必要がある。また、本研究では、関東圏の国立・私立4年制大学の学生が調査対象者となっているが、一地域に限定された調査であり、この点についても結果の解釈や知見の一般化においては、調査対象者の属性に注意する必要がある。

本研究では、見返し対処の大学生の対人適応における有効性を示したが、今後は、見返し対処が大学生にとって適切な怒り対処であるかをさらに多角的に検討するためにも、生理的指標や身体症状の指標、精神的健康の指標を用いて、その有効性を検討する必要がある。

また、近年のストレス・コーピング研究では、一律に望ましい対処スタイルというものが存在するわけではなく、むしろ場に応じた適切な対処を選択するためのキャパシティや柔軟性が重要であるとされており（加藤, 2001）、怒り喚起後の対処についても、木野（2003）において、状況や個人が属する社会的規範に合ったものであることが対処の適応性には必要であるとされている。よって、今回その対人関係における適応性が示唆された怒り感情喚起後の見返し対処についても、状況によっては不適切な結果を導く可能性も考えられることから、見返し対処が有効に機能する条件についてより精査していく必要があると考えられる。

引用文献

- 荒井崇史・湯川進太郎 (2005). 言語化による怒りの制御 カウンセリング研究, **39**, 1-10.
- Averill, J. R. (1982). *Anger and Aggression: An Essay on Emotion*. Springer-Verlag.
- Bushman, B. J. (2002). Does venting anger feed or extinguish the flame? Catharsis, rumination, distraction, anger, and aggressive responding. *Personality and Social Psychology Bulletin*, **28**, 724-731.
- Caprara, G. V., Perugini, M., & Barbaranelli, C. (1994). Studies of individual differences in aggression. In M. Potegal & J. F. Knutson (Eds.), *The dynamics of aggression*. pp. 123-153. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates Inc.
- Deffenbacher, J. L. (1992). Trait Anger: Theory, findings, and implications. In C. D. Spielberger & J. N. Butcher (Eds.), *Advances in Personality Assessment*. Vol. 9. Hillsdale: Erlbaum. pp. 177-201.
- 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.
- Furlong, M. J., & Smith, D. C. (1994). *Anger, Hostility, and Aggression: Assessment, Prevention, and Intervention Strategies for youth*. (Eds.) Brandon, VT: Clinical Psychology Publishing Company.
- Gillbert, 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. *Behavioral and Cognitive Psychotherapy*, **33**, 273-283.
- Gudykunst, William, B., & Nishida Tsukasa. (1993). Closeness in Interpersonal Relationships in Japan and the United States. *社会心理学研究*, **8**, 85-97.
- 橋本 剛 (1997). 大学生における対人ストレスイベント分類の試み *社会心理学研究*, **13**, 64-75.
- Holt, R. R. (1970). On the interpersonal and intrapersonal consequences of expressing or not expressing anger. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, **35**, 8-12.
- Kassinove, H. & Sukhodolsky, D. (1995). *Anger disorders: Basic science and practice issues*. In H. Kassinove (ED.), *Anger disorders: Definition, diagnosis, and treatment*. Washington, D. C.: Taylor & Francis. pp. 1-26.
- 加藤 司 (2001). コーピングの柔軟性と抑うつ傾向との関係 *心理学研究*, **72**, 57-63.
- 木野和代 (2000). 日本人の怒りの表出方法とその对人的影響 *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 *心理発達学*, **50**, 185-194.
- 木野和代 (2004a). 怒り反応傾向と精神的健康および個人内要因との関連 名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要 *心理発達学*, **51**, 197-205.
- 木野和代 (2004b). 対人場面における怒り表出の適切性・効果性認知とその実行との関連 *感情心理学研究*, **10**, 43-55.
- 木野和代 (2008). 怒りの表出 湯川進太郎編 *怒りの心理学—怒りとうまくつきあうための理論と方法* 有斐閣, pp. 39-58.
- Martin, R., Wan, C. K., David, J. P., Wegner, E. L., Olson, B. D., & Watson, D. (1999). Style of anger expression: relation to expressivity, personality, and health. *Personality and Social Psychology Bulletin*, **25**, 1196-1207.
- Mendes de Leon, C. F. (1992). Anger and impatience/irritability in patients of low socioeconomic status with acute coronary heart disease. *Journal of Behavioral Medicine*, **15**, 273-284.
- Muller, 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.
- 中村 真 (1991). 情動コミュニケーションにおける表示・解読規則—概念的検討と日米比較調査 大阪大学人間科学部紀要, **17**, 114-145.
- 西田裕紀子 (2000). 成人女性の多様なライフスタイルと心理的well-beingに関する研究 *教育心理学研究*, **48**, 433-443.

- Phillips, L. H., Henry, J. D., Hosie, J. A., & Milne, A. B. (2006). Age, anger regulation and well-being. *Aging and Mental Health*, *10*, 250-256.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, *57*, 1069-1081.
- 関屋裕希・小玉正博 (2009). 怒り感情の沈静には仕返しが有効か？ 日本心理学会 第73回大会発表論文集, 1023.
- 関屋裕希・小玉正博 (2010). 見返しと仕返しのプロセスについての検討 日本心理学会 第74回大会発表論文集, 916.
- Sheldon, K. K., Barret, R. & Ellington, L. (2006). Difficult Communication in Nursing. *Journal of Nursing Scholarship*, *38*, 141-147.
- 繁栞江里・池田謙一 (2003). コミュニケーションにおける否定的フィードバックの抑制の対人的効果—“その人とぶつかるくらいなら言いたいことを言わない”ことは何をもたらすか 社会心理学研究, *19*, 30-40.
- Sukhodolsky, D. G., Golub, A., & Cromwell, E. N. (2001). Development and validation of the anger rumination scale. *Personality and Individual Differences*, *31*, 689-700.
- 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.
- 鈴木常元・佐々木雄二 (1994). 不安、抑うつ、怒りの感情誘発場面の分析 筑波大学心理学研究, *16*, 255-262.
- Thomas, S. P., & Williams, R. L. (1991). Perceived stress, trait anger, modes of anger expression, and health status of college men and women. *Nursing Research*, *40*, 303-307.
- Tiedens, L. Z. (2001). Anger and advancement versus sadness and subjugation : The effect of negative emotion expressions on social status conferral. *Journal of Personality and Social Psychology*, *80*, 86-94.
- 渡辺俊太郎 (2004). 怒り感情が心身の健康に及ぼす影響に関する研究 筑波大学院心理学研究科平成15年度博士論文 (未公刊).
- 吉田琢哉・高井次郎 (2008). 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.