

場面の違いにおける友人に対する怒りの表出行動のズレと精神的健康および満足感に関する研究

浦井 彩
山本 眞利子

要 約

研究1では、大学生を対象とした怒り表出行動尺度を作成した。研究2では、友人に対して私的場面・公的場面のそれぞれにおいて怒りを感じた際に、とりたい行動の程度と実際にとる表出行動の程度の差(ズレ)の高群と低群を抽出し、これらを組み合わせて、HH群(私的ズレ高・公的ズレ高)、HL群(私的ズレ高・公的ズレ低)、LH群(私的ズレ低・公的ズレ高)、LL群(私的ズレ低・公的ズレ低)の4群にわけ、生活満足感得点、対人的疎外感得点、SDS得点を比較した。また、言語的表出、非言語的表出という表出の違いにおいても検討を行った。その結果、対人疎外感得点、SDS得点が他の3群よりHH群が有意に高かった。また、生活満足感得点では、友人関係満足感得点において他の3群よりLL群が有意に高かった。

キーワード：怒りの表出行動、精神的健康、満足感、友人関係

問題と目的

これまで多くの研究において、怒りを含めたネガティブ感情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(崔・新井, 1998; 木野, 2004など)。崔・新井(1998)は、大学生を対象にネガティブ感情表出と友人関係の満足感および精神的健康との関係について検討した研究において、“ネガティブ感情の表出制御を多く行う人は低い自尊感情、強い抑うつ傾向、低い友人関係の満足感と関連している”と報告している。つまり、ネガティブ感情の表出制御を多く行うことは精神的健康につながりにくいと考えられる。また、ネガティブ感情の中でも怒りの感情は、さまざまな感情の中でも最も抑制されやすい感情であると報告されている(井上, 2000)。

しかし一方で、富永・清水・森・佐藤(2000)は、日常生活を中心とする生活のリズムと怒りの表出との関連を検討した結果、中学生男子および大学生で、怒りを感じた時に、怒りを表出する怒り外向型得点と精神的不安定との間に高い正の相関があることを報告し

ている。つまり、怒りの感情を過剰に表出することも精神的健康につながりにくいと考えられる。

これらの先行研究の結果から、怒りの感情を表出する際に、過剰に表出する場合も、少なすぎる場合も精神的健康や満足感につながりにくいと考えられるのではないだろうか。つまり、怒りの感情において、ただ表出する、制御するというのではなく、適度な表出および制御が行われることが精神的健康に望ましいと考えられる。

そこで本研究では、この適度な怒りの感情表出・制御を怒りの表出行動の程度の差(ズレ)という側面からとらえたいと考える。怒りの感情を適度に表出するという際に、表出を行う相手や場面によってとりたい表出行動や実際にとる表出行動が変わってくるのが予想される。本研究においては、対象者である大学生が多くの時間を一緒に過ごす日ごろ仲よくしている友人を怒りを表出する相手とする。また、場面については、同じ怒りを感じる状況において、友人と2人きりの場面(私的場面)と他者がいる場面(公的場面)を設定し、そのい場面間の違いについての検討も行う。

これまでの研究において作成された具体的な怒りの表出の方法について測る尺度としては、木野 (2000) が作成した、怒りの表出方法尺度があげられる。この尺度は怒りを喚起させた人物に対してどんな表出方法をとるのかについて測るものであり、怒りを表出する相手を限定してはいない。しかし、Barnlund (1975 西山・佐野訳, 1979) は、日本人が相手との地位関係に応じて対人行動を変化させることを指摘している。このことから、怒りを表出する相手によってその表出行動自体が変わってくるのが考えられる。よって、本研究では、怒りを表出する相手を友人と限定し、友人に対する怒りの表出を測るための新たな尺度を作成する。なお、先述した怒りの表出方法尺度は多くの因子が1因子3項目以下であり、尺度の因子構造が正確に示されておらず、今回の尺度作成においては、怒りの表出行動をより正確に理解するために、尺度の因子構造を明らかにすることも考慮する。

以上のことより、本研究では、友人に対して怒りを感じる場面において、とりたい表出行動と実際にとる表出行動の差 (ズレ) がどのように、生活満足感、対人的疎外感、抑うつに影響しているのかを検討することを目的とする。具体的には以下の検討を行う。

(1) 友人に対する怒りの表出行動について測定するための尺度の作成および友人に対して怒りを感じる場面の抽出を行う。(2) 私的場面・公的場面を組み合わせることによって、場面によって生じる怒りの表出行動のズレが生活満足感、対人的疎外感、抑うつにどのように影響を及ぼすのかについて検討する。

第 1 研究

目的

大学生を対象に、彼らが日ごろ友人に対してどのような場面に怒りを感じ、その時どのような行動をとるのかを理解するために、怒りの場面の抽出および、友人に対する怒りの表出行動尺度を作成する。

方法

(1) 予備調査

対象者

本研究の主旨を説明し、同意を得られた大学生63名 (男性20名、女性43名、平均年齢20.2歳) を対象とした。

調査期間

2007年12月に実施した。

手続き

調査は自由記述による質問紙法で行った。対象者に「過去2～3ヶ月の間に、あなたが友人に対して怒りを感じた場面はどのような場面ですか。また、その怒りを感じた場面では、あなたはどのように行動しましたか」と教示し、回答してもらった。その後、収集した項目を大学院生4名でK-J法を用いて分類した。その結果、怒りの場面32場面、怒りの表出行動30項目を選定した。

(2) 本調査

対象者

大学生193名 (男性67名、女性126名、平均年齢20.5歳) を対象とした。そのうち記入漏れや記入ミスがあった者を除き、有効回答者数191名 (男性65名、女性126名、平均年齢20.5歳) を分析の対象とした。

調査期間

2008年5月に実施した。

手続き

調査は質問紙法で行った。

質問紙

友人に対する怒りの表出行動尺度

予備調査で収集した30項目を用い、友人に対して怒りを感じたときの行動について、「あなたが友人に対して怒りを感じたときに以下の行動をどの程度とりますか」と教示し、それぞれ「1: 全くとらない」「2: あまりとらない」「3: よくとる」「4: 非常によくとる」の4段階で評定してもらった。

怒りの表出方法尺度

木野 (2000) によって作成された怒りの表出方法を測る尺度である。19項目からなり、評定方法は、「1: 全くとらない」から「4: 非常によくとる」までの4段階評定である。

STAXI (State-Trait Anger Expression Inventory) 日本語版

Spielberger (1988) によって作成された「怒り」を測定する尺度の日本語版である (鈴木・春木, 1994)。状態 - 特性怒り尺度 (STAS) 20項目、怒り表出尺度 (AX) 24項目の全44項目からなり、評定方法は、「1: 全くあてはまらない」から「4: とてもよくあてはまる」までの4段階評定である。

結果

1. 友人に対する怒りの表出行動尺度の因子分析

友人に対する怒りの表出行動尺度の30項目を用いて因子分析 (最尤解, パリマックス回転) を行った。ス

クリー基準の固有値の落差から2因子解が妥当と判断し、因子数を決定した。各項目のうち、因子負荷の絶対値が0.39に満たなかった項目と因子負荷の絶対値が複数の因子に重複して0.39以上を示す項目、合計14項目を削除し、残りの16項目で再度因子分析（最尤解、バリマックス回転）を行った。このとき2因子による累積説明率は39.4%であった。また、各因子の信頼性を確認するために、クロンバック係数を求めたところ、第1因子は $\alpha = 0.841$ 、第2因子は $\alpha = 0.782$ 、尺度全体では $\alpha = 0.759$ となった。因子分析の結果と係数の結果を Table 1.1 に示す。各因子の内訳は、第1因子9項目、第2因子は7項目である。その内容は、第1因子では因子負荷量の極性に応じて高い順に「直接注意する」「事情を聞く」「説明を求める」などであり、これを「言語的表出」因子と命名した。第2因子は因子負荷量の極性に応じて高い順に「だまる」「無視する」「口数を減らす」などであり、これを「非言

語表出」因子と命名した。

2. 怒りの表出方法尺度、STAXI との相関

友人に対する怒りの表出行動尺度の基準関連妥当性を検討するために、怒りの表出方法尺度およびSTAXI との相関分析を行った。友人に対する怒りの表出行動尺度の総得点および各因子と怒りの表出方法尺度、STAXI との相関係数を Table 1.2 に示す。結果、友人に対する怒りの表出行動尺度と怒りの表出方法尺度については、友人に対する怒りの表出行動尺度の総得点と怒りの表出方法尺度の総得点において相関が示された ($r = 0.673$)。友人に対する怒りの表出行動尺度の各因子については、友人に対する怒りの表出行動尺度の第1因子と怒りの表出方法尺度の総得点 ($r = 0.484$)、友人に対する怒りの表出行動尺度の第2因子と怒りの表出方法尺度の総得点 ($r = 0.465$) の間でも相関が示された。また、友人に対する怒りの表出行動尺度と STAXI については、友人に対する怒りの表出

Table 1.1 友人に対する怒りの表出行動尺度の因子分析結果

	第1因子	第2因子	共通性
11 直接注意する	0.754	-0.012	0.568
23 事情を聞く	0.694	-0.262	0.549
5 説明を求める	0.663	-0.096	0.448
3 話し合う	0.645	-0.115	0.429
21 相手の間違いを冷静に注意する	0.639	-0.319	0.510
14 激しく抗議する	0.615	0.170	0.406
17 相手の言動の間違いを指摘する	0.587	0.067	0.349
30 謝ってもらう	0.429	0.164	0.211
15 電話で気持ちを伝える	0.398	0.051	0.161
28 だまる	-0.066	0.717	0.518
2 無視する	-0.045	0.650	0.425
22 口数を減らす	-0.037	0.616	0.381
7 態度で怒りを表す	-0.069	0.559	0.317
10 その場から立ち去る	-0.126	0.558	0.327
13 関わりを避ける	0.296	0.547	0.387
26 表情で怒りを表す	0.302	0.469	0.311
説明分散	3.584	2.714	6.298
説明率	22.40	16.97	39.37
α 係数	0.84	0.75	0.76

Table 1.2 友人に対する怒りの表出行動尺度得点の相関マトリックス

友人に対する怒りの表出行動尺度	怒りの表出方法尺度	STAXI
「言語的表出」因子	0.484 **	0.139 *
「非言語的表出」因子	0.465 **	0.325 **
総得点	0.673 **	0.320 **

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

行動尺度の総得点と STAXI の総得点において相関が示された ($r = 0.320$)。友人に対する怒りの表出行動尺度の各因子については、友人に対する怒りの表出行動尺度の第 1 因子と STAXI の総得点 ($r = 0.139$)、友人に対する怒りの表出行動尺度の第 2 因子と STAXI の総得点 ($r = 0.325$) の間でも相関が示された。このことから、友人に対する怒りの表出行動尺度は十分な構成概念妥当性を有するものと考えられる。

第 2 研究

目的

研究 1 で作成した友人に対する怒りの表出行動尺度を用いて、友人に対して怒りを感じる特定の場面において、とりたい表出行動の程度と実際にとる表出行動の程度の差 (ズレ) が精神的健康 (対人的疎外感, 抑うつ), 生活満足感に及ぼす影響について検証する。

方法

対象者

大学生 198 名 (男性 65 名, 女性 132 名, 不明 1 名, 平均年齢 19.7 歳) を対象とした。そのうち記入漏れや記入ミスがあった者を除き, 有効回答者数 191 名 (男性 59 名, 女性 132 名, 平均年齢 19.7 歳) を分析の対象とした。

調査期間

2008 年 6 ~ 7 月に実施した。

手続き

調査は質問紙法で行った。

質問紙

友人に対する怒りの表出行動尺度

予備調査で得られた友人に対して怒りを喚起させられるような場面, 32 場面の中から上位であった 2 場面 (相手が共同作業に協力しない, 相手が時間に遅れる) を選び出し, 各場面について 2 人きりの場合 (私的場面) と他にクラスメイトが 4 人いる場合 (公的場面) の計 4 事例 (事例 1: 作業に非協力・私的, 事例 2: 作業に非協力・公的, 事例 3: 遅刻・私的, 事例 4: 遅刻・公的) を設定した。次に, 対象者が日ごろ親しくしている同性の友人 1 人のイニシャルを記入してもらい, 怒りを感じる相手をその友人と想定して以下の質問に対して回答を求めた。4 事例ごとに, 質問 1 では, 各事例で対象者自身が感じる怒りの程度を「1: 全く感じない」「2: あまり感じない」「3: どちらかといえが感じない」「4: どちらかといえば感じる」「5: 感じる」「6: 非常に感じる」の 6 段階評定で回答を求

めた。質問 2 では, 各事例において対象者がそれぞれの表出行動をどの程度とりたいと思うかについて「1: 全くとりたくない」「2: あまりとりたくない」「3: とりたい」「4: 非常にとりたい」の 4 段階評定で回答を求めた。質問 3 では, 各事例において, 実際に対象者がそれぞれの行動をどの程度とると思うか「1: 全くとらない」「2: あまりとらない」「3: よくとる」「4: 非常によくとる」までの 4 段階評定で回答を求めた。

生活満足感尺度

鈴木 (2002) によって作成された全般的な生活, 家族関係, 友人関係, 学校生活についての満足感を測定する尺度である。22 項目からなり, 評定方法は, 「1: 全くあてはまらない」から「5: 非常によくあてはまる」までの 5 段階評定である。

対人的疎外感尺度

杉浦 (2000) によって作成された社会や周囲の人との関係の中で感じる疎外感について測定する尺度である。21 項目からなり, 評定方法は, 「1: あてはまらない」から「5: あてはまる」までの 5 段階評定である。

SDS (Self-Rating Depression Scale) 日本語版

Zung (1965) によって作成された抑うつ状態を測定する尺度の日本語版である (福田・小林, 1973)。20 項目からなり, 評定方法は, 「1: ないか, たまに」から「4: ほとんどいつも」までの 4 段階評定である。

結果

1. 怒りの表出行動のズレにおける各尺度得点の分析

まず, 友人に対する怒りの表出行動尺度の 16 項目におけるとりたい表出行動と実際にとる表出行動のズレを項目ごとに, “怒りの表出行動のズレ” 得点 = (とりたい表出行動 - 実際にとる表出行動) の絶対値で算出した。そして, 4 事例ごとに得点の平均値と標準偏差から, 群わけを行ったがうまくいかなかった。そのため, 私的場面での表出行動のズレについては, “私的場面のズレ” 得点 = (事例 1 “怒りの表出行動のズレ” 得点 + 事例 3 “怒りの表出行動のズレ” 得点) の合計で求めた。同様に, 公的場面のズレについては, “公的場面のズレ” 得点 = (事例 2 “怒りの表出行動のズレ” 得点 + 事例 4 “怒りの表出行動のズレ” 得点) の合計で求めた。そして, 友人に対する怒りの表出行動尺度から得られた得点の平均値と標準偏差から, “私的場面のズレ” 得点の高群 ($> M + 1/2 SD$) と低群 ($< M - 1/2 SD$), “公的場面のズレ” 得点の高群 ($> M + 1/2 SD$) と低群 ($< M - 1/2 SD$) を抽出した。“私的場面のズレ” 得点の高群と低群, “公的場面のズ

レ”得点の高群と低群を組み合わせ、HH群(私的ズレ高・公的ズレ高)、HL群(私的ズレ高・公的ズレ低)、LH群(私的ズレ低・公的ズレ高)、LL群(私的ズレ低・公的ズレ低)の4群にわけた。

次に、この4群間の生活満足感得点、対人的疎外感得点、SDS得点の比較をするために1要因の分散分析を行った(Table 2.1)。その結果、生活満足感尺度の総得点($F(3, 113) = 2.26$, ns)、全般的な生活満足感得点($F(3, 113) = 0.43$, ns)、家族関係満足感得点($F(3, 113) = 0.39$, ns)、学校生活満足感得点($F(3, 113) = 0.18$, ns)について、有意な差は示されず、友人関係満足感得点についてのみ、群の主効果が有意であった($F(3, 113) = 22.55$, $p < .01$)。多重比較の結果、HH群=HL群=LH群<LL群となり、LL群で最も友人関係満足感得点が高かった。対人的疎外感得点について、群の主効果が有意であった($F(3, 113) = 57.20$, $p < .01$)。多重比較の結果、HH群>HL群=LH群>LL群となり、HH群で最も対人的疎外感得点が高かった。SDS得点について、群の主効果が有意であった($F(3, 113) = 41.00$, $p < .01$)。多重比較の結果、HH群>HL群=LH群、LH群>LL群=HL群となり、HH群で最もSDS得点が高かった。

2. 怒りの表出行動(言語的表出)のズレにおける各尺度得点の分析

まず、友人に対する怒りの表出行動尺度の言語的表出項目9項目におけるとりたい表出行動と実際にとる表出行動のズレを項目ごとに、“怒りの表出行動のズレ”得点=(とりたい表出行動-実際にとる表出行動)の絶対値で算出した。そして、4事例ごとに得点の平均値と標準偏差から、群わけを行ったがうまくいかなかった。そのため、私的場面における“言語的表出行動のズレ”得点=(事例1“言語的表出行動のズレ”得点+事例3“言語的表出行動のズレ”得点)の合計で求めた。同様に、公的場面における“言語的表出行動のズレ”得点=(事例2“言語的表出行動のズレ”得点+事例4“言語的表出行動のズレ”得点)の合計で求めた。そして、怒りの表出行動尺度から得られた得点の平均値と標準偏差から、私的場面における“言語的表出行動のズレ”得点の高群(>M+1/2SD)と低群(<M-1/2SD)、公的場面における“言語的表出行動のズレ”得点の高群(>M+1/2SD)と低群(<M-1/2SD)を抽出した。私的場面における“言語的表出行動のズレ”得点の高群と低群、公的場面における“言語的表出行動のズレ”得点の高群と低群を組み合わせ、HH群(私的ズレ高・

群を組み合わせ、HH群(私的ズレ高・公的ズレ高)、HL群(私的ズレ高・公的ズレ低)、LH群(私的ズレ低・公的ズレ高)、LL群(私的ズレ低・公的ズレ低)の4群にわけた。

次に、この4群間の生活満足感得点、対人的疎外感得点、SDS得点の比較をするために1要因の分散分析を行った。その結果、生活満足感尺度の総得点($F(3, 104) = 1.25$, ns)、全般的な生活満足感得点($F(3, 104) = 0.39$, ns)、家族関係満足感得点($F(3, 104) = 2.30$, ns)、学校生活満足感得点($F(3, 104) = 0.92$, ns)について、有意な差は示されず、友人関係満足感得点についてのみ、群の主効果が有意であった($F(3, 104) = 10.38$, $p < .01$)。多重比較の結果、HH群=HL群=LH群<LL群となり、LL群で最も友人関係満足感得点が高かった。対人的疎外感得点について、群の主効果が有意であった($F(3, 104) = 3.06$, $p < .05$)。多重比較の結果、HH群=HL群、HH群>LH群=LL群、HL群=LH群=LL群となった。SDS得点について、群の主効果が有意であった($F(3, 104) = 27.31$, $p < .01$)。多重比較の結果、HH群>HL群=LH群=LL群となり、HH群で最もSDS得点が高かった。

3. 怒りの表出行動(非言語的表出)のズレにおける各尺度得点の分析

まず、友人に対する怒りの表出行動尺度の非言語的表出項目7項目におけるとりたい表出行動と実際にとる表出行動のズレを項目ごとに、“怒りの表出行動のズレ”得点=(とりたい表出行動-実際にとる表出行動)の絶対値で算出した。そして、4事例ごとに得点の平均値と標準偏差から、群わけを行ったがうまくいかなかった。そのため、私的場面における“非言語的表出行動のズレ”得点=(事例1“非言語的表出行動のズレ”得点+事例3“非言語的表出行動のズレ”得点)の合計で求めた。同様に、公的場面における“非言語的表出行動のズレ”得点=(事例2“非言語的表出行動のズレ”得点+事例4“非言語的表出行動のズレ”得点)の合計で求めた。怒りの表出行動尺度から得られた得点の平均値と標準偏差から、私的場面における“非言語的表出行動のズレ”得点の高群(>M+1/2SD)と低群(<M-1/2SD)、公的場面における“非言語的表出行動のズレ”得点の高群(>M+1/2SD)と低群(<M-1/2SD)を抽出した。私的場面における“非言語的表出行動のズレ”得点の高群と低群、公的場面における“非言語的表出行動のズレ”得点の高群と低群を組み合わせ、HH群(私的ズレ高・

公的ズレ高), HL 群 (私的ズレ高・公的ズレ低), LH 群 (私的ズレ低・公的ズレ高), LL 群 (私的ズレ低・公的ズレ低) の 4 群にわけた。

次に, この 4 群間の生活満足感得点, 对人的疎外感得点, SDS 得点の比較をするために 1 要因の分散分

析を行った。その結果, その結果, 生活満足感尺度の全般的な生活満足感得点 ($F(3, 77) = 0.72$, ns), 家族関係満足感得点 ($F(3, 77) = 2.61$, ns), 友人関係満足感得点 ($F(3, 77) = 2.54$, ns), 学校生活満足感得点 ($F(3, 77) = 1.88$, ns) について, 有意な差は示さ

Table 2.1 表出行動のズレにおける 4 群の各測定尺度の平均値と分散分析の結果

	HH群	HL群	LH群	LL群	F値	多重比較
生活満足感得点 (総得点)	77.07 (12.59)	77.54 (11.90)	76.74 (9.14)	82.67 (8.56)	2.26	
生活満足感得点 (全般的な生活得点)	20.50 (5.43)	19.33 (5.96)	20.22 (4.42)	20.89 (4.85)	0.43	
生活満足感得点 (家族関係得点)	19.03 (3.85)	20.17 (3.67)	19.59 (3.78)	19.67 (3.82)	0.39	
生活満足感得点 (友人関係得点)	20.27 (3.83)	21.33 (2.08)	20.26 (1.63)	25.30 (3.11)	22.55**	HH=HL=LH<LL
生活満足感得点 (学校生活得点)	17.27 (3.58)	16.71 (3.38)	16.67 (3.16)	16.81 (3.40)	0.18	
对人的疎外感得点	63.07 (4.53)	45.79 (3.95)	48.44 (4.68)	34.44 (6.64)	57.20**	HH>HL=LH>LL
SDS 得点	52.40 (7.82)	40.13 (3.94)	40.89 (4.23)	37.92 (4.92)	41.00**	HH>HL=LH LH>LL=HL

()内は標準偏差 ** $p < .01$

Table 2.2 表出行動 (言語) のズレにおける 4 群の各測定尺度の平均値と分散分析の結果

	HH群	HL群	LH群	LL群	F値	多重比較
生活満足感得点 (総得点)	79.54 (8.33)	76.50 (7.83)	79.94 (8.47)	81.30 (7.46)	1.25	
生活満足感得点 (全般的な生活得点)	19.68 (5.23)	20.18 (4.05)	21.22 (5.04)	20.09 (4.82)	0.39	
生活満足感得点 (家族関係得点)	21.78 (5.12)	18.06 (4.81)	21.94 (4.14)	20.03 (6.25)	2.30	
生活満足感得点 (友人関係得点)	20.17 (3.30)	21.50 (2.87)	20.22 (1.03)	24.21 (4.07)	10.38**	HH=HL=LH<LL
生活満足感得点 (学校生活得点)	17.90 (3.43)	16.75 (3.38)	16.56 (3.22)	16.97 (3.33)	0.92	
对人的疎外感得点	50.73 (18.12)	45.88 (15.68)	37.72 (14.24)	42.85 (17.35)	3.06*	HH=HL, HH>LH=LL HL=LH=LL
SDS 得点	49.93 (3.38)	40.06 (1.75)	38.89 (4.71)	37.82 (4.02)	27.31**	HH>HL=LH=LL

()内は標準偏差 * $p < .05$ ** $p < .01$

Table 2.3 表出行動（非言語）のズレにおける4群の各測定尺度の平均値と分散分析の結果

	HH群	HL群	LH群	LL群	F値	多重比較
生活満足感得点 (総得点)	71.77 (9.63)	80.62 (6.95)	78.05 (6.38)	85.34 (9.61)	9.32**	HH<HL=LH HH<LH<LL
生活満足感得点 (全般的な生活得点)	19.09 (5.26)	19.54 (5.68)	21.12 (3.41)	20.72 (4.95)	0.72	
生活満足感得点 (家族関係得点)	18.68 (4.16)	20.08 (0.83)	19.53 (1.61)	22.07 (6.25)	2.61	
生活満足感得点 (友人関係得点)	17.45 (3.05)	19.00 (5.43)	19.71 (1.26)	21.07 (6.09)	2.54	
生活満足感得点 (学校生活得点)	16.82 (3.37)	19.46 (2.13)	17.70 (3.59)	17.28 (3.29)	1.88	
対人的疎外感得点	45.72 (20.46)	46.46 (15.89)	45.00 (11.08)	37.03 (10.68)	2.02	
SDS得点	41.72 (3.02)	40.15 (1.51)	40.23 (2.02)	36.07 (3.85)	16.00**	HH=HL=LH>LL

()内は標準偏差 * $p < .05$ ** $p < .01$

れず、生活満足感尺度の総得点についてのみ、群の主効果が有意であった ($F(3, 77) = 9.32, p < .01$)。多重比較の結果、HH群 < HL群 = LH群、HH群 < LH群 < LL群となり、HH群で最も生活満足感総得点が低かった。対人的疎外感得点について、有意な差は示されなかった ($F(3, 77) = 2.02, ns$)。SDS得点について、群の主効果が有意であった ($F(3, 77) = 16.00, p < .01$)。多重比較の結果、HH群 = HL群 = LH群 > LL群となり、LL群で最もSDS得点が低かった。

考察

1. 怒りの表出行動のズレにおける各尺度得点の分析
本研究では、私的場面および公的場面における怒りの表出行動のズレが生活満足感、対人的疎外感、抑うつにどのように影響を及ぼしているのかについて検証を行った。その結果、生活満足感の「友人関係満足感」においてLL群が他の3群よりも高いという結果が得られた。これは、私的・公的の両場面で表出行動のズレが小さい人は友人関係において満足感が高いことを示している。次に、対人的疎外感においてHH群が最も高く、LL群が最も低いという結果が得られた。これは、私的・公的の両場面で表出行動のズレが大きい人は対人的疎外感が高く、私的・公的の両場面で表出行動のズレが小さい人は対人的疎外感が低いことを示している。

つまり、友人と2人きりでも他者が存在しても自分がとりたいたいと思う怒りの表出行動がとれる人は、どのような場合でも友人に対して自分らしく振舞うことができるために友人関係において満足感を持ちやすく、対人的疎外感を感じにくいのではないかと考えられる。

また、抑うつにおいては、HH群が最も高く、LH群がLL群およびHL群よりも高いという結果が得られた。これは、私的・公的の両場面で表出行動のズレが大きい人は抑うつ傾向が強いことを示している。感情表出全般を扱った研究ではあるが、King & Emmons (1990) は、感情表出における葛藤は、抑うつ傾向と正の相関を持つことを報告している。また、Katz & Campbell (1994) もその横断的、縦断的研究において感情表出における葛藤と抑うつ傾向との間に正の相関関係を見出している。これらの結果は今回の結果と一致するものであると考えられる。加えて今回の結果では、私的場面でズレが小さく、公的場面でズレが大きい人も抑うつ傾向が高いことが示された。これは、友人と2人きりの時には自分のとりたいたい表出行動がとれるが、他者が存在するときには、他者の目を気にして、自分らしく振舞うことができずに、抑うつ傾向が強まったためではないかと考えられる。この様に、場面によって自分のとりたいたい表出行動と実際にとる表出行動のズレが変化することも抑うつに関係していることが示唆されたといえる。

2. 怒りの表出行動（言語的表出）のズレにおける各尺度得点の分析

また、私的場面・公的場面における言語的表出行動のズレが生活満足感、対人的疎外感、抑うつにどのように影響を及ぼしているのかについて検証を行った。

その結果、生活満足感の「友人関係満足感」においてLL群で他の3群よりも高いという結果が得られた。これは、私的・公的の両場面で言語的表出行動のズレが小さい人は友人関係において満足感が高いということを示している。このことから、どの場面においても自分が思ったように友人に対して怒りを言語的に表出できる人は、自分が感じたことを適度に伝えることができるために友人関係において満足感を持ちやすいのではないかと考えられる。次に、対人的疎外感においてHH群がLH群およびLL群よりも高いという結果が得られた。これは、私的・公的の両場面において言語的表出行動のズレが大きい人は、私的場面でズレが小さく公的場面でズレが大きい人や、私的・公的の両場面においてズレが小さい人よりも対人的疎外感が高いことを示している。また、抑うつにおいては、HH群で最も高いという結果が得られた。これらのことより、ズレが大きい人はどの場面においても自分が怒りを感じたことを適度に言えないために、本当の自分の気持ちを分かってもらえていないと感じ、疎外感を感じやすく抑うつ傾向が高くなるのではないかと考えられる。

3. 怒りの表出行動（非言語的表出）のズレにおける各尺度得点の分析

同様に、非言語的表出行動について検討を行った結果、生活満足感において、HH群で最も低く、LL群で最も高いという結果が得られた。つまり、私的・公的の両場面において非言語的表出行動のズレが大きい人は、生活満足感が低く、逆にズレが小さい人は高いということが示された。このことから、どの場面においても怒りを態度で適度に表すことができない人は、生活全般において満足感を持ちにくく、適度に態度で表わすことができる人は満足感を持ちやすいと考えられる。すなわち、怒りの感情を適度に態度で表現できないということは、生活全般において満足感を持ちにくくなるということが示唆されたと考えられる。また、抑うつにおいては、LL群で最も低いという結果が得られた。これは、私的・公的の両場面において非言語的表出行動のズレが小さい人は、抑うつ傾向が低いことを示している。つまり、どの場面においても怒りを適度に態度で示すことのできる人は、自分を偽って表現することが少なく、その結果、抑うつ感が低まるので

はないかと考えられる。

全体的考察と今後の課題

本研究では、私的場面および公的場面における怒りの表出行動のズレが生活満足感、対人的疎外感、抑うつにどのように影響を及ぼしているのかについて検証を行った。その結果、全体的に見て、私的場面・公的場面における怒りの表出行動のズレが抑うつに影響をおよぼしているという結果が得られた。つまり、どんな場面においても友人に対して怒りを適度に表出することができない人は自分らしく振舞うことができないために、抑うつ傾向が高く、逆に適度に表出できる人は抑うつ傾向が低くなるということが考えられる。また、怒りの表出行動の下位尺度で検討した結果、言語的表出行動のズレのみが友人関係満足感および対人的疎外感に影響を及ぼしているという結果が得られた。このことから、友人関係における満足感や対人的疎外感には、適度に言語的に怒りを表出することが影響をおよぼしていると示唆されるといえるだろう。

本研究においては、怒りを表出する相手を日ごろ親しくしている同性の友人として検討を行ってきた。友人とどの程度親しいのかによって、とりたい行動や実際にとる行動が変化してくる可能性があると考えられる。今後は、友人との親密度の違いについても検討していく必要があるだろう。また、本研究では、同性の友人関係を対象として扱ってきた。従って、得られた結果は同性の友人関係にのみ成立するのか、あるいは、異性友人関係にも適用し得るものであるのかについても検討が必要であろう。

引用文献

- バーンランド D.C・西山 千・佐野雅子訳 (1979). 日本人の表現構造 サイマル出版会.
- 崔 京姫・新井邦二郎 (1998). ネガティブ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.
- 福田一彦・小林茂雄 (1983). 日本語版 SDS 使用の手引き 三京房.
- 平石賢二 (1990). 対人的疎外感尺度 堀 洋道 (監)・櫻井茂男・松井 豊 (編) 心理測定尺度集 サイエンス社 249-252.
- 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(6), 494-502.
- 鈴木 平・春木 豊 (1994). STAXI 日本語版 堀 洋道 (監)・吉田富二雄 (編) 心理測定尺度集

サイエンス社 208-213.
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 - 共感性およびスト

レス対処との関連 - 名古屋大学大学院教育発達研究科紀要 (心理発達紀要) 49, 145-155.

Effects of gaps in anger expression toward friends on satisfaction and mental health

URAI AYA (*Kurume University*)

YAMAMOTO MARIKO (*Kurume University*)

Summary

In Study 1, we created an anger expression scale for university students. The scale comprised non-verbal and verbal factors, and its reliability and validity were confirmed. In Study 2, we determined the difference (gap) between the level of anger that subjects wish to express and the level they actually express when they felt angry toward a friend in private (when alone with the friend) and various public settings. Subjects were classified into the following groups based on the combination of large and small gaps in private and public settings: H/H group (large gaps in both private and public settings), H/L group (large gap in private setting and small gap in public setting), L/H group (small gap in private setting and large gap in public setting), and L/L group (small gaps in both private and public settings). Comparison of satisfaction and SDS scores showed that SDS scores were significantly higher in the H/H group compared to the other three groups. In addition, scores for satisfaction with lifestyle and friendships were significantly higher in the L/L group compared to the other three groups.

Key words: anger expression, mental health, satisfaction, friendship