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

崔 京 姫¹ 新 井 邦二郎²

RELATIONSHIP BETWEEN REGULATION OF NEGATIVE EMOTIONAL
EXPRESSION, SATISFACTION OF FRIENDSHIP, AND MENTAL HEALTH

Kyunghee CHOI AND Kunijiro ARAI

The present study examines the relationship between RNEE (regulation of negative emotional expression) and satisfaction of friendship, and between RNEE and mental health. A questionnaire was developed to examine RNEE. The questionnaire on RNEE, satisfaction of friendship, self-esteem and depression were administered to 311 undergraduate students. Factor analysis of the RNEE scores yielded five factors relating to situations and motives of the regulation : (F1)-prosocial motives in a physically damaging situation ; (F2)-prosocial motives in a verbally damaging situation ; (F3)-prosocial motives occurring in a situation when a friend met with misfortune ; (F4)-prosocial motives relating to a situation involving a friend's happiness and satisfaction ; and (F5)-self-protective motives in a situation related to the avoidance of loss of face. It was found that (a) a high score of F2 or F5 in the RNEE was closely related to a low satisfaction of friendship, (b) a high score of F1, F2, F4 or F5 in the RNEE was related to a low self-esteem, and (c) a high score of F5 in the RNEE was related to a high depression.

Key words : RNEE (regulation of negative emotional expression), satisfaction of friendship, mental health, regulation motives of negative emotional expression, undergraduate students.

問 題

感情表出の制御 (regulation of emotional expression) とは、社会的場面において経験した感情をそのまま表わさず、強めたり、弱めたり、他の感情に置き換えたりして、本来とは異なる形にして表わすことと定義できる (崔・新井, 1997)。私たちは、自分の経験する感情そのものを制御 (例えば抑圧) するだけでなく、感情の表出に

対しても何らかの制御を行うことが少なくない。

感情表出の制御には嬉しさのようにポジティブ感情の表出を制御する場合 (例えば「友人とテニスをして、自分が勝って嬉しいが、友人の気分を悪くし、気まずい雰囲気にならないので、嬉しさを隠す」と怒り、不安、失望や悲しさのようにネガティブ感情の表出を制御する場合 (例えば「友人から気に入らないプレゼントをもらってがっかりしたが、せっかくの好意を考え、嬉しそうに有り難うと言う」) がある。この中でも、私たちが日常生活において表出の制御の対象とする感情は、怒りや失望、悲しみといったネガティブ感情が圧倒的に多い (崔, 1996)。

このことと対応し、これまでの感情と表出に関する

¹ 筑波大学心理学研究科 (Doctoral program in psychology, University of Tsukuba)

² 筑波大学心理学系 (Institute of psychology, University of Tsukuba)

研究でも、ネガティブ感情表出の制御の発達に関する研究 (Underwood, Coie & Herbsman, 1992), ネガティブ感情経験の第三者への開示と健康との関連に関する研究 (Tayler, Bagby & Parker, 1991) など、ネガティブ感情を扱うものが多く、心理学的観点からネガティブ感情表出の制御を研究することの重要性が指摘されている。ネガティブ感情をそのまま表出することは人間関係をぎくしゃくさせることになるのが容易に予想できるので、常に他者との関わりをなかで生活し、成長していく社会的存在である私たちにとって、ネガティブ感情表出の制御は人間関係をスムーズに進める役割を果たすと考えられる。Goleman (1995) も指摘するように、感情を制御して表わすことは、重要な社会的スキルのなかのひとつであり、このスキルが不足した場合、社会での不適応と対人関係の失敗をもたらすと考えられる。それ故、これまでの感情表出の制御に関する研究のほとんどは幼児や児童を対象に、どのような発達要因が感情表出の制御の獲得に影響するかという、発達の観点からのアプローチが行われてきた。

そのアプローチは、さらに認知的アプローチと社会的アプローチの2つに大別して考えられる (平林・柏木, 1993)。認知的アプローチでは、感情表出の制御使用における知識の獲得と認知の発達の影響を検討しようとし、方略的知識の有無 (Terwogt & Harris, 1993)、本当の感情と見せかけの感情の区別 (Harris & Gross, 1988)、再帰的思考能力 (丸野・藤田, 1991)、モニタリング能力 (Synder, 1979; 内田, 1991) などの変数を取り上げ、感情表出の制御との関係を研究している。他方、社会的アプローチでは、感情表出の制御の使用を社会化の観点から検討しようとし、性 (Davis, 1995)、公的・私的場面 (Cole, 1986)、動機 (Gnepp & Hess, 1986) などの変数を取り上げ、検討を行っている。認知の側面では認知の発達や知識の獲得に伴って感情表出の制御が発達すること、そして、社会的側面では向社会的動機による感情表出の制御が自己保護的動機による感情表出の制御より早期に現れることが明らかにされるなど、発達の観点からの研究は感情表出の制御における発達の変化とその規定要因の究明に貢献している。

しかし、感情表出の制御に関するこれまでの研究傾向には一定の限界があると思われる。1つは、研究対象と感情表出の制御が持つ意味に関するものである。上述したように、ネガティブ感情表出の制御は発達途上にある子どもにとって獲得すべき重要な社会的スキルであるという考え方が立てられ、それに従い幼児や児童を対象にその獲得過程と規定要因の研究が活発に

行われてきたのである。たしかに感情表出の制御は重要な社会的スキルであり、自分の感情表出の制御ができなくて、人間関係の種類とは無関係にだれにでも怒りや悲しみをぶつけたり、文句ばかり言っている人は、成熟した人間とは言えず、人間関係に大きな問題を生じさせるであろう。

しかし、感情表出の制御が持つ意味は感情表出の制御を行う相手や場面によって異なるのではなからうか。人間関係の中でも友人関係は、夫婦、親子、師弟、同僚関係とは異なり、利害関係も上下関係もない人間関係であり、本来的には安心して自分を出すことができ、またそれによって、本当の自分と出会うことのできる関係である (国分, 1995)。しかし最近の青年はその友人関係の特徴として表面的な親密さや楽しさを求め、互いに傷つけたり傷つくことを恐れ、形式的な円満な友人関係を求めながら、関係が深まることを避ける傾向が指摘されている (栗原, 1989; 岡田, 1995; 千石, 1991 など)。このような今の青年の傾向は、当然のことながらネガティブ感情表出を多に制御することになる。場合によっては、互いにある程度の感情の表出を自由に行い、たとえそこで一定の摩擦や葛藤が生まれても、それを克服していけるような人間関係のなかでこそ、子どもや青年が友人関係における満足感や精神的健康をもてるのではなからうか。すなわち、友人関係において、感情表出を制御しすぎて自分のネガティブ感情を全然表わさないことは、その場ではうまくやっているように思えても、本当に理解し合っているという充実感や満足感が得られないのではないか。また、精神的面においては、自分を偽って表現するということから自分への信頼や尊厳をも傷つけるのではないかと思われる。このような考えに基づくと、特に青年期の人を対象にして、感情表出の制御が持つ意味を内的適応感という観点から検討することは意味があると考えられる。充実感や適応感の欠如した精神状態を測定する指標としては、孤独感 (Berg & Peplau, 1982)、無気力 (Seligman, 1975)、抑うつ (Beck, 1967) などが取り上げられている。このうち感情の表出と関連する研究で、精神的健康の指標としての抑うつ傾向との関連性が報告されている。King & Emmons (1990) は、感情表出における葛藤は自尊感情と負の相関を、そして抑うつ傾向とは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。感情の表出時の葛藤ではなくそれを偽った形で表出する人の心理的健康に関心を持つ本研究の場

合にも、抑うつ傾向との関連を検討することは感情表出の制御と個人の適応との関係を知る上で重要な意味を持つと考えられる。

また、感情表出の制御は、抑うつほどの悲哀感、絶望感を伴う深刻で否定的なものではなく、より軽い状態の自分に対する低い自己評価や自己肯定と関連する可能性がある。King & Emmons (1990) の研究でも、感情表出における葛藤と自尊感情は最も高い相関関係が認められたが、この自尊感情は、自尊、自己受容などを含め、人が自分自身についてどのように感じ、評価しているかに関する感覚であり、自己肯定度や自己評価を測定するのに適していると考えられる。以上の考えに基づいて、本研究では精神的健康を測定する指標として、抑うつ傾向と自尊感情を用いることにする。

感情表出の制御に関するこれまでの研究についてのもう1つの限界と思われる点は、感情表出の制御の測定についてである。感情表出の制御と一口に言っても、その内容や場面はさまざまである。これまでは、仮想場面を用いた研究にせよ、観察研究にせよ、感情表出の制御の分類は Gnepp & Hess (1986) のものが唯一である。すなわち、自分が得するためや自尊心を維持するためという自己保護的動機による感情表出の制御と、相手への考慮や相手との関係の維持および規範の維持という向社会的動機による感情表出の制御である。しかし、青年には幼児や児童よりも複雑な場面が存在することが十分に考えられる。それ故、青年を対象にネガティブ感情表出の制御の事例を広く収集し、感情表出の制御の測定を行わねばならない。

以上の議論に基づき、本研究では青年期の人を対象にし、ネガティブ感情表出の制御を測定する質問紙を作成し、さらに、感情表出の制御が友人関係の満足感、自尊感情および抑うつ傾向とどのように関連するのかについて検討を行うことを目的とする。

方 法

1. 調査内容

1) ネガティブ感情表出の制御を測定する質問紙
質問紙の項目は以下の2つの方法により収集した。(a) まず、予備調査として、154名の男女学生に対し、感情表出の制御の説明と例を提示し、つぎに、「あなたは、このように自分のネガティブ感情を強めたり、弱めたり、他の感情に置き換えたりして、本来とは異なる形に表わしたことがありますか。それについて具体的に書いてください」という教示文を与え、自由記述させた。その結果、総341項目が得られ、KJ法によって整

理し、結果的に48項目にしばった。(b)感情表出の制御における先行研究(平林,1992)から、ネガティブな気持ちを隠そうとする項目を15選びだした。以上の方法により計63項目を収集し、その内容的妥当性を検討するために、心理学の大学教官1名と心理学専攻の大学院生2名による検討を行い、適切でないと判断される項目について修正または削除を行った。その結果、58の項目が残された。質問紙には「あなたが次のような場面に出会ったとしたら、どのくらい、自分の感情を調節して表わすかを判断し、当てはまる番号に○をつけてください」という教示文を与えた。回答形式は5件法を採用しており、「ほとんど当てはまらない」から「多いに当てはまる」までの5段階に対して1点～5点を与えた。

2) 友人関係の満足感 内田(1990)が青年期の全般的な生活感情を測定するために作成した4つの領域から対人関係(友人関係)の領域の8項目を5件法で評定した。その具体的項目としては、「私は周囲の友達に十分に受け入れられていると感じる」や「私を本当に理解してくれる人がいないように感じる(逆転項目)」などである。信頼性と妥当性は内田により検証されている。

3) 精神的健康 (a)自尊感情: Rosenberg (1965)の作成した尺度を山本・松井・山成(1982)が訳した10項目を5件法で評定した。信頼性および妥当性は山本らにより検証されている。(b)抑うつ傾向: Beck, Rush, Shaw & Emery (1979)の作成した21項目から5項目を除いた林(1988)の16項目の翻訳縮小版を4件法で評定した。信頼性および妥当性は林により検証されている。

2. 調査対象者と実施手続き

1) 調査時期 1995年10月。

2) 調査対象者 4年制国立大学、私立大学の男女大学生、合計311名(男子126名、女子185名)。

3) 実施方法 調査は、授業時間中に集団的に実施し、所要時間は約20分であった。感情表出の制御に関する質問紙とともに3つの各尺度を実施した。

結 果

1. 感情表出の制御の因子分析

感情表出の制御に関して得られた58項目に対して因子分析を行った。主成分法により因子を抽出したところ、固有値が1以上の因子は14因子が得られたが、固有値の大きさおよび因子の解釈のしやすさの観点から5因子を抽出した。これらの因子に対してバリマックス回転を実施した。回転後の各項目の因子負荷量を検討した結果、2つ以上の因子に対して高い負荷量有

している項目が認められたので、これらの項目を除外し、残った項目に対して因子数を5に指定して、再度因子分析を行った結果がTABLE 1に示されている。1つの因子に対して.50以上の負荷を持つ項目をその因子を構成する主な項目とした。この結果に対し、感情表出の制御場面と動機の観点から、つぎのように各因

子の解釈を行った。

・第1因子：“友人が、私の家の冷蔵庫のドアを開けたままにしたので、中の食物が食べられなくなってしまった時、腹が立ってしょうがないのに笑顔で“大丈夫よ”という”や“友人が私の服を汚した時、謝りもしなかったで頭にくるが、あたかも怒っていないよ

TABLE 1 感情表出の制御に関する質問項目と因子分析結果

項 目 内 容	因子 I	II	III	IV	V	h ²
44. 友人が、私の家の冷蔵庫のドアを開けたままにしたので、中の食物が食べられなくなってしまった時、腹が立ってしょうがないのに笑顔で「大丈夫よ」と言う。	.71	.09	.10	.04	.06	.53
51. 友人が私の服を汚した時、謝りもしなかったで頭にくるが、あたかも怒っていないように笑顔を見せる。	.63	.26	.12	.08	-.00	.48
45. 頭痛がひどいのに、友人がふざけて頭をたたいた時、腹が立つが、笑ってしまう。	.60	.07	.24	.04	.04	.43
40. 友人が足を踏みつけても、素直に謝ろうとしていないので、怒りがこみあげてくるが、友人には笑顔を見せる。	.60	.24	.19	.04	.08	.47
39. 友人が私に貸した物をいつまでも返してくれないので、腹が立つが、友人には笑顔で「いつでもいいよ」と言う。	.53	.25	.05	.16	.03	.38
28. 友人が勝手なことを言って、腹が立つが、その気持ちをまったく見せない。	.35	.61	.08	.00	.11	.52
24. 友人から意地悪をされて腹が立つ時、その友人にはその気持ちを見せないでふるまう。	.30	.56	.05	.00	.04	.41
26. みんなと会話をしている時、急に友人から自分の欠点を指摘され腹が立つが、その気持ちを見せないでふるまう。	.14	.54	.10	.22	.10	.38
35. 友人にプライバシーのことをうるさく言われて腹が立つが、その気持ちを見せないで会話をする。	.43	.52	.07	.03	.00	.46
41. 友人が自分の気にしていることを言ってくる時、嫌であるのに、その気持ちを見せないでふるまう。	.33	.52	.10	.06	-.02	.39
7. 友人が体調を崩し、みんなが心配している時、自分はあまり心配していないのに、心配そうにふるまう。	.11	.15	.67	.00	-.08	.50
18. 友人が他の友人の陥った不幸について私に話してくれた時、ほとんど心が動かなかったが、心配しているようにふるまう。	.08	.16	.64	.09	.07	.46
16. 友人の親が亡くなってしまい、そのことを私に話してくれた時、それほど悲しいと思わなかったが、悲しそうにふるまう。	.01	.01	.60	.12	.05	.38
3. 友人から事故を起こしたことを聞いた時、それほど悲しいとは思わないが、悲しいようにふるまう。	.10	.08	.54	.00	.01	.31
50. 友人4人で食事に行く約束をしたが、そのうちの1人が恋人との約束を優先して断ってきた時、むっとしたが、「楽しんでおいでよ」と言って送る。	.12	.07	.14	.55	.00	.35
56. 誕生日に友人から貰ったプレゼントが、すでに持っていたものと同じなのでがっかりしたが、笑顔で受け取る。	.10	.01	.10	.55	-.04	.32
54. 友人が結婚することになって、嬉しい気持ちよりもさびしい気持ちが強い時、すぐうれしそうに祝福する。	.12	.01	-.00	.53	.02	.29
27. 友人の相談役をしていて、友人の話が悲しかった時、あまり悲しそうにふるまうのは照れくさいので、悲しくないようにふるまう。	-.02	.12	-.06	-.02	.56	.34
21. 友人と映画を見に行って、自分だけ悲しくて涙が出そうになった時、照れくさいので、こらえて悲しくないようにふるまう。	-.00	.21	.00	-.04	.53	.33
8. 友人がちょっとした事故に会った時、心配になったが、照れくさいのであまり心配していないようにふるまう。	.03	-.10	.09	.03	.50	.27
二 乗 和	2.49	1.84	1.70	1.00	0.89	
寄 与 率 (%)	12.94	9.37	8.54	5.00	4.49	40.34

うに笑顔を見せる”などの項目に高い因子負荷を示している。友人から物理的被害を受けた場面で生じた怒りを制御して表わす項目から構成されており、怒りを表わすことによって気まずい雰囲気や関係になることを避け、これまでの関係を守りたいという向社会的動機が考えられるので、「物理的被害場面での向社会的動機による感情表出の制御」と命名する。

・第2因子：“友人が勝手なことを言って腹が立つが、その気持ちをまったく見せない”や“友人から意地悪をされて腹が立つ時、その友人にはその気持ちを見せないでふるまう”などの項目に高い因子負荷を示している。友人から言語による被害を受けた場面で生じた怒りを制御して表わす項目から構成されており、その動機は第1因子と同様、友人との関係が悪化することを避けたいという向社会的動機と考えられるので、「言語的被害場面での向社会的動機による感情表出の制御」と命名する。

・第3因子：“友人が体調を崩しみんなが心配している時、自分はあまり心配していないのに心配そうにふるまう”などの項目に高い因子負荷を示している。友人が不幸に陥った場面で生じた感情（無関心や弱い心配）を制御して表わす項目から構成されており、このような場面で無関心だったり、あまり心配にならないことをそのまま表わすことは、“不幸に会った人には悲しさを表わすべき”という社会的表示規則に違反している。その動機としては、社会の道徳的・倫理的な基準に従おうとする向社会的動機と考えられるので、「友人の不幸経験場面での向社会的動機による感情表出の制御」と命名する。

・第4因子：“友人4人で食事に行く約束をしたが、そのうちの1人が恋人との約束を優先して断ってきた時、むっとしたが楽しんでおいでよと言って送る”や“誕生日に友人から貰ったプレゼントが、すでに持っていたものと同じなのだがっかりしたが、笑顔で受け

取る”などの項目に高い因子負荷を示している。友人が幸福や満足を感じる場面で、むっとしたりがっかりしたりする感情を制御して表わす項目から構成されており、相手の立場を考慮した上で、相手に良い感情を阻害したくないという向社会的動機が考えられるので、「友人の幸福・満足と関わる場面での向社会的動機による感情表出の制御」と命名する。

・第5因子：“友人の相談役をしていて友人の話が悲しかった時、あまり悲しそうにふるまうのは照れくさいので、悲しくないようにふるまう”や“友人と映画を見に行き自分だけ悲しくて涙が出そうになった時、照れくさいので、こらえて悲しくないようにふるまう”などの項目に高い因子負荷を示している。感情的になっている自分を見せるような照れくさいことをして、体面を害するのではないかと気になる場面で、自分の悲しさなどを制御して表わす項目から構成されている。その動機としては、普段の自分の姿を崩したくないという自己保護的動機が考えられるので、「体面の気になる場面での自己保護的動機による感情表出の制御」と命名する。

各因子の項目ごとに α 係数を求めたところ、第1因子が、.79、第2因子が、.76、第3因子が、.72、第4因子が、.58、第5因子が、.50であった。第4、第5因子の数値がやや低い、その他の因子ではある程度の値が得られた。内的一貫性が認められたと言えよう。

2. 各因子の平均 (SD) と性差

前項で得られた因子について、各因子の尺度得点の平均(SD)、因子間相関およびt検定による性差を調べた(TABLE 2)。各因子の中で最も得点が高いのは、第4因子の「友人の幸福・満足と関わる場面での向社会的動機」で、次が第2因子の「言語的被害場面での向社会的動機」で、最も得点が高いのは第5因子の「体面の気になる場面での自己保護的動機」による感情表出の制御であった。各因子間相関の結果からは、第1因

TABLE 2 感情表出制御の各因子ごとの平均値(SD)、因子間相関係数および性差

因 子 名	平均(SD)	F2	F3	F4	F5	性差	
						男子	女子
物理的被害場面での向社会的動機 (F1)	2.67 (.96)	.59***	.28***	.24**	.06	2.40 << 2.84	
言語的被害場面での向社会的動機 (F2)	2.98 (.92)	—	.26***	.20**	.13*	2.80 << 3.09	
友人の不幸経験場面での向社会的動機 (F3)	2.90 (.95)	—	—	.17**	.02	2.72 << 3.01	
友人の幸福・満足と関わる場面での向社会的動機 (F4)	3.91 (.83)	—	—	—	-.05	3.85	3.95
体面の気になる場面での自己保護的動機 (F5)	2.37 (.89)	—	—	—	—	2.62 >> 2.18	

注1) <<はt検定による有意水準 (<<: $p < .01$)

2) *** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$

子と第2因子の間に比較的高い相関が見られ、2つの因子間には共通性が大きいと言えよう。また、第5因子は、第2因子を除いた他の因子とも有意な相関がなく、第2因子とも低い相関が見られるなど、感情表出の制御の中でも第5因子は他の因子とやや異なる性質を持っていると考えられる。

次に、性差については、第5因子の「体面の気になる場面での自己保護的動機」で、男子が女子より感情表出の制御を多く行っていることが認められた。他の4つの因子においては、第4因子の「友人の幸福・満足と関わる場面での向社会的動機」を除いた3つの因子において、女子が男子より感情表出の制御を多く行うことが示された。すなわち、第4因子「友人の幸福・満足と関わる場面での向社会的動機」は、男女ともに感情表出の制御を最も多く行う場面であった。

3. 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

感情表出の制御の各因子の得点を高群・中群・低群の3群に分け、友人関係の満足感得点および精神的健康（自尊感情・抑うつ傾向）³得点における差を分析した。

感情表出の制御の各因子の得点の上位30%、中位40%、下位30%を、各々高群、中群、低群とした。それぞれの因子における高・中・低群の各項目の合計による区分得点は、第1因子（高群16以上、中群16未満10以上、低群10未満）、第2因子（高群18以上、中群18未満12以上、低群12未満）、第3因子（高群14以上、中群14未満9以上、低群9未満）、第4因子（高群13以上、中群13未満11以上、低群11未満）、第5因子（高群8以上、中群8未満5以上、低群5未満）である。

3-1. 感情表出の制御と友人関係の満足感との関係

各因子の高・中・低群と友人関係の満足感との関連を検討するために、感情表出の制御の高・中・低群と性を2要因とする分散分析を行った（TABLE 3）。その結果、第1因子では、性差（ $F(1, 304)=4.30, p<.05$ ）のみ有意で、第2因子では、感情表出の制御差（ $F(2, 304)=3.52, p<.05$ ）及び性差（ $F(1, 304)=4.41, p<.05$ ）が有意であった。第3因子（ $F(1, 304)=5.18, p<.05$ ）と第4因子（ $F(1, 304)=4.12, p<.05$ ）においては、性差のみが有意であった。第5

因子では、感情表出の制御差（ $F(2, 304)=9.28, p<.01$ ）が有意であった。性差が見られた因子では、すべて女子のほうが男子より友人関係の満足感が高い結果となった。

次に、感情表出の制御差が認められた第2因子と第5因子に対し、友人関係の満足感得点の平均値を、LSD法によって多重比較した結果、第2因子では、中群と高群の間に有意な差が見られ、言語的被害場面での向社会的動機による感情表出の制御を多く行う群が、中間ぐらい行う群より友人関係の満足感が低いことが示された。第5因子では、高群と低・中群の間に有意な差が見られ、体面の気になる場面での自己保護的動機による感情表出の制御を多く行う群は、他の群より友人関係の満足感が低いことが示された。

3-2. 感情表出の制御と精神的健康との関係

感情表出の制御の各因子の高・中・低群と精神的健康（自尊感情・抑うつ傾向）との関連を検討するために、自尊感情および抑うつ傾向に対して感情表出の制御の高・中・低群と性を2要因とする分散分析を行った（TABLE 3）。まず、自尊感情では、すべての因子において性差は認められなかった。感情表出の制御差においては、第1因子（ $F(2, 304)=4.08, p<.05$ ）、第2因子（ $F(2, 304)=9.17, p<.01$ ）、第4因子（ $F(2, 304)=3.50, p<.05$ ）、そして第5因子（ $F(2, 304)=5.59, p<.01$ ）で、感情表出の制御差が有意であった。感情表出の制御差が認められた第1、2、4、5因子に対し、LSD法によって多重比較した結果、第1因子と第2因子では低・中群と高群の間に有意差が認められ、物理的および言語的被害場面での向社会的動機による感情表出の制御を多く行う群は他の群より、自尊感情が低いことが示された。第4因子では、男女とも低群と中・高群の間に有意な差が見られ、友人の幸福・満足と関わる場面での向社会的動機による感情表出の制御を多く行う群と中間ぐらい行う群は、少なく行う群よりも自尊感情が低いことが示された。第5因子では、中群と高群の間に有意な差が見られ、体面の気になる場面での自己保護的動機による感情表出の制御を多く行う群は中間ぐらい行う群より自尊感情が低いことが示された。

次に、抑うつ傾向では、第5因子で感情表出の制御差（ $F(2, 304)=3.61, p<.05$ ）が有意であった。抑うつ傾向においても、性差は認められなかった。感情表出の制御差が認められた第5因子に対し、LSD法によって多重比較した結果、高群と低・中群の間に有意な差が見られ、体面の気になる場面での自己保護的動機による感情表出の制御を多く行う群が他の群より抑うつ傾向が強いことを示す結果であった。

³ 「自尊感情」と「抑うつ傾向」（ $r=-.40, p<.001$ ）および「友人関係の満足感」（ $r=.42, p<.001$ ）との間に中程度の相関が、そして、「抑うつ傾向」と「友人関係の満足感」の間には（ $r=-.14, p<.01$ ）低い相関が見られた。この結果から、自尊感情は抑うつおよび友人関係の満足感の両方とも共通する性質を持っており、抑うつ傾向と友人関係の満足感とはほぼ独立していると言えよう。

TABLE 3 友人関係の満足感、自尊感情および抑うつ傾向における感情表出の制御の各群の平均値と分散分析の結果

		満足感		自尊感情		抑うつ傾向
第1因子	男	H	27.32(7.84)		30.44(8.51)	9.76(6.56)
		M	27.17(7.93)		30.03(9.51) (L・M)>H	8.53(6.45)
		L	27.51(7.85)		32.35(8.30)	9.51(8.27)
	女	H	28.12(7.51)		27.98(8.42)	10.77(14.39)
		M	30.09(6.00)		31.21(6.93) (L・M)>H	7.47(6.23)
		L	28.03(7.60)		31.23(9.01)	8.90(7.12)
	表・制		0.88		4.08*	2.55
	性差		4.30*	女>男	0.22	0.12
	交互作用		0.84		2.23	0.35
第2因子	男	H	25.90(8.06)		27.96(8.53)	10.90(8.00)
		M	28.19(7.94)	M>H	32.15(8.54) (L・M)>H	7.35(6.13)
		L	27.33(7.51)		31.47(9.44)	9.73(6.98)
	女	H	27.25(7.28)		27.40(8.22)	9.81(6.34)
		M	29.93(6.44)	M>H	31.40(7.92) (L・M)>H	8.82(13.33)
		L	29.69(7.02)		33.16(6.61)	7.88(6.86)
	表・制		3.52*		9.17**	1.35
	性差		4.41*	女>男	0	0.01
	交互作用		0.1		0.61	0.92
第3因子	男	H	25.35(7.94)		28.17(9.26)	10.11(7.94)
		M	27.05(7.43)		31.54(8.39)	9.54(7.18)
		L	29.48(7.97)		32.21(9.18)	7.43(5.75)
	女	H	28.69(7.83)		30.52(7.77)	8.28(6.35)
		M	28.91(6.45)		29.46(8.49)	10.21(14.18)
		L	29.78(5.94)		32.10(7.79)	7.92(6.09)
	表・制		2.3		1.83	1.44
	性差		5.18*	女>男	0.04	0.01
	交互作用		0.91		1.79	0.52
第4因子	男	H	26.34(8.64)		28.88(8.52)	10.19(6.60)
		M	27.89(6.94)		31.56(9.46) L>(M・H)	7.51(6.08)
		L	28.08(7.53)		32.91(8.62)	9.17(8.43)
	女	H	29.52(7.44)		30.24(8.40)	8.78(6.32)
		M	28.29(7.03)		29.17(7.97) L>(M・H)	8.75(6.65)
		L	29.17(5.85)		32.50(7.44)	9.58(17.53)
	表・制		0.19		3.50*	0.52
	性差		4.12*	女>男	0.14	0
	交互作用		1.07		1.29	0.55
第5因子	男	H	25.47(7.59)		29.60(8.54)	9.91(7.64)
		M	29.58(7.74)	(L・M)>H	32.65(9.88) M>H	8.53(6.43) H>(L・M)
		L	29.66(7.34)		31.60(7.65)	6.66(5.16)
	女	H	27.12(7.08)		28.12(7.81)	11.27(14.83)
		M	29.12(6.79)	(L・M)>H	32.05(7.64) M>H	7.73(6.80) H>(L・M)
		L	27.12(7.08)		31.14(8.50)	7.71(6.05)
	表・制		9.28**		5.59**	3.61*
	性差		1.13		1.04	0.26
	交互作用		0.64		0.1	0.4

註1) 表・制とは感情表出の制御を示し、満足感とは友人関係の満足感を示す。

2) 得点が高いほど友人関係の満足感および自尊感情が高く、抑うつ傾向が強いことを示す。

3) **p<.01, *p<.05

4) 多重比較において例えば、(L・M)>HはL>H, M>Hの関係が見られたことを示す。

考 察

1. ネガティブ感情表出の制御の測定およびネガティブ感情表出の制御の性差

大学生を対象とした本研究では、主に幼児や児童を対象にした先行研究で使用された感情表出の制御とは異なる感情表出の制御が存在すると予測し、感情表出の制御を行う多様な例を収集し、検討を行った。収集された質問の回答に対し因子分析を行った結果、感情表出の制御を行う場面と動機の観点から、「物理的被害場面での向社会的動機」、「言語的被害場面での向社会的動機」、「友人の不幸経験場面での向社会的動機」、「友人の幸福・満足と関わる場面での向社会的動機」、「体面の気になる場面での自己保護的動機」の5つの因子が認められた。Gnepp & Hess (1986) は、向社会的動機と自己保護的動機の2つの動機を見出している。本研究とGnepp & Hess (1986) の動機を比較すると、Gnepp & Hess (1986) の向社会的動機は本研究では第1因子の「物理的被害場面での向社会的動機」、第2因子の「言語的被害場面での向社会的動機」、第3因子の「友人の不幸経験場面での向社会的動機」および第4因子の「友人の幸福・満足と関わる場面での向社会的動機」に分かれたと言える。他方、Gnepp & Hess (1986) の自己保護的動機は、本研究では第5因子の「体面の気になる場面での自己保護的動機」に相当すると言える。このように、大学生においてはGnepp & Hess (1986) の感情表出の制御の向社会的動機がより多様な場面で存在することが明らかにされた。

さらに各因子別に感情表出の制御の使用の性差を検討した結果、TABLE 2 に示されたように、第4因子「友人の幸福・満足と関わる場面での向社会的動機」は男女問わず最も多く行われる感情表出の制御であり、相手の幸福・満足感を壊さないように、自分の本当の感情を別のものに置き換えて表わすことは、青年の友人関係において社会的ルールのように強く求められるものと考えられる。第1因子「物理的被害場面での向社会的動機」、第2因子「言語的被害場面状況での向社会的動機」、3因子「友人の不幸経験場面での向社会的動機」においては、女子のほうが男子より感情表出の制御を多く行った。落合・佐藤(1996)によれば、青年の友達とのつきあい方の特徴として、女子はだれとでも仲良くし、みんなと同じようにしようとし、みんなから好かれることを願っており、男子は自分に自信を持って交友する自立したつきあい方を志向しているという。このような男女のつきあい方の違いを考慮する

と、女子が男子より物理的・言語的被害場面や友人の不幸経験場面での向社会的動機のために感情表出の制御を多く行うことが首肯されよう。また、第5因子「体面の気になる場面での自己保護的動機」においては男子が女子よりネガティブ感情表出の制御を多く行うことが示された。この結果は、男子は勇敢でたくましくあるべきという男性性のイメージから、悲しきや心配のような感情をはっきり表わすことは男らしくないといったような性別意識が影響していると考えられる。

2. 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

まず、ネガティブ感情表出の制御と友人関係の満足感との関係についてみると、第2因子「言語的被害場面での向社会的動機」と第5因子「体面の気になる場面での自己保護的動機」において、男女ともに感情表出の制御の高群が低群または中群よりも友人関係の満足感が低いことが示された。この結果は、「言語的被害場面での向社会的動機」と「体面の気になる場面での自己保護的動機」が友人関係に満足するかどうかにおいて重要であること、そしてこれらのような感情表出の制御を多く行うことは友人関係の満足感において望ましくないことを示唆している。この結果は、ネガティブ感情表出を制御しすぎることはその場限りでは円満につき合うことを可能にするかもしれないが、長い目でみると打ち解けて話ができ、本当にお互いを理解し合っているという充実感や満足感が得られにくいという予測を一部支持したと言える。

次に、精神的健康の指標として自尊感情と抑うつ傾向を取り上げ、ネガティブ感情表出の制御との関係について検討した。まず、自尊感情では第3因子「友人の不幸経験場面での向社会的動機」を除いた第1, 2, 4, 5因子の感情表出の制御の高群が中群、または低群より自尊感情が低いことが示された。この結果は感情表出の制御を多く行う人は、自分を偽って表現することが多いため、自分自身に対する信頼や尊厳を傷つけるという予測と合致する結果と言える。

佐藤(1994)は自己嫌悪感の研究で、大学生には自分の本当の気持ちを正直に表わせないことに対する嫌悪感があり、この自己嫌悪感は自信の欠如と関連しているという結果を見出しており、本研究での結果と相通じるところがある。しかし、第3因子「友人の不幸経験場面での向社会的動機」による感情表出の制御については、上記のような結果は示されなかった。この第3因子の感情表出の制御は、不幸な相手に対する弱い共感を道徳や倫理的な基準に合う形により強く表現す

るものである。社会的に望まれている道德観と倫理観に合った形に、自分の本当の弱い感情を強く表出することは、それが自分の本当の感情ではないにしても、それほどの心理的負担を与えず、自尊心にも影響しなかったと思われる。さらに、感情表出の制御と抑うつ傾向との関係をみてみると、第5因子の動機による感情表出の制御の高群は低群と中群より抑うつ傾向が強いことが示された。この結果から、「体面の気になる場面での自己保護的動機」による感情表出の制御を多く行うことは心理的苦痛を与え、自尊感情を阻害するばかりではなく抑うつまでを生じさせることが考えられる。

場面および動機を中心にその関連性を見てみると、第3因子「友人の不幸経験場面での向社会的動機」と第5因子「体面の気になる場面での自己保護的動機」とが、対照的な結果を示した。すなわち第3因子「友人の不幸経験場面での向社会的動機」による感情表出の制御は、友人関係の満足感と精神的健康の両方において関連が見られなかったのに対して、第5因子の「体面の気になる場面での自己保護的動機」による感情表出の制御を多く行う人は低い友人関係の満足感、低い自尊感情、強い抑うつ傾向と関連していることが示された。このような結果は、次のように考えられる。第3因子の「友人の不幸経験場面での向社会的動機」による感情表出の制御のように、不幸に会った人に共感を示すことは道德的・倫理的基準に従った行動である。我々の社会において、倫理と道德はかなり上位に位置している社会的規約であり、正直さより優先される概念である。そこで、第3因子の「友人の不幸経験場面での向社会的動機」によって自分の本当の感情を隠したり、偽ったりしても、そのために友人関係の満足感が低くなったり、精神的健康に害を与えることにつながらないと考えられる。

一方、第5因子の「体面の気になる場面での自己保護的動機」による感情表出の制御は、相手との関係維持や相手の立場への考慮、倫理的・道德的理由のような向社会的動機による制御ではなく、ただ自分の感情をありのまま表わすことへの個人的抵抗や拒否感がうかがえる。相手に対する心配の気持ちや内面からの悲しさなどの感情を表わすことを照れくさいと感じ、そのような自分を見せないことによって、自分のいままでのイメージを守ろうとして自己保護的に行われる制御であるため、自分を強く抑圧することになり、それに伴って精神的苦痛が生じると思われる。また、感情の交換をとおしてお互いを理解し、親しみのある友人

関係が形成されていくことを考慮するならば、体面を気にし自己保護的に自分の感情表出を制御し、自分を表わさないことは友人関係の満足感にもマイナスに働くものと思われる。

以上のように、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間には密接な関わりが認められた。そしてその関連は、自己保護的動機による感情表出の制御の場合、友人関係の満足感および精神的健康とマイナスの関連が見られた。一方、向社会的動機による感情表出の制御の場合、制御の場面によって関連が見られたり、見られなかったりして、異なる結果が得られた。さらに、関連が見られた全ての因子において、感情表出の制御を多く行うことが友人関係の満足感と精神的健康において望ましくないことが示唆された。これらのことから、大学生の友人関係において、友人関係に対する満足感および精神的健康のような内的適応の面から考えると、ネガティブ感情のある程度表出が必要であることが示唆されたと言えよう。

以上、本研究では感情表出の制御場面との動機という観点から5つの因子が抽出された。しかし、各因子の内部で共通した表現が多く見られる。例えば、第1因子の場合は「笑顔を見せる」が、第2因子の場合は「見せないでふるまう」などである。このような同一な表現が回答に影響した可能性も排除できない。今後、表現を改めた質問文の作成などの改善が望まれる。

また本研究では、ネガティブ感情表出の制御が友人関係の満足感および精神的健康にどのような関係を示すのかという観点から考察を行ってきたが、他の解釈も考えられる。すなわち、内的不適応を持っている人は自分に自信を持っていないので、自分のネガティブ感情をそのまま表わすと相手に嫌われるのではないかと不安になる。そこで自分の感情を制御しすぎてしまい、それがまた低い友人関係の満足感および精神的不適応につながる可能性である。より明白な確証を得るためには、今後情報の収集や他の研究方法の使用などによるさらなる検討が必要とされよう。

引用文献

- Beck, A.T. 1967 *Depression: Clinical, experimental, and theoretical aspects*. Hoeber.
- Beck, A.T., Ruth, A.J., Shaw, B.F., & Emery, G. 1979 *Cognitive therapy of depression*. New York: Guilford Press.
- Berg, J.H., & Peplau, L.A. 1982 *Loneliness: The relationship of self-disclosure and androgyny*.

- Personality and Social Psychology Bulletin*, 8, 624—630.
- 崔 京姫 1996 感情表出の調節と個人内要因との関連 筑波大学修士論文(未公判)
- 崔 京姫・新井邦二郎 1997 「感情の表出と制御」研究の概観 筑波大学心理学研究, 19, 29—35.
- Cole, P.M. 1986 Children's spontaneous control of facial expression. *Child Development*, 57, 1309—1321.
- Davis, T.L. 1995 Gender differences in masking negative emotion : ability or motivation ? *Developmental Psychology*, 29, 660—666.
- Gnepp, J., & Hess, D.L.R. 1986 Children's understanding of verbal and facial display rules. *Developmental Psychology*, 22, 103—108.
- Goleman, D. 1995 *Emotional intelligence*. New York : Bantam Book.
- Harris, P.L., & Gross, D. 1988 Children's understanding of real and apparent emotion. In J.W. Astington, P.L. Harris and D.R. Olsen (Eds.) *Developing Theories of Mind*, New York : Cambridge University Press. Pp.295—314.
- 林 潔 1988 学生の抑うつ傾向の検討 カウンセリング研究, 20, 162—169.
- 平林秀美 1992 感情表出のコントロール場面の検討 日本発達心理学会第3回大会発表論文集, 90.
- 平林秀美・柏木恵子 1993 感情表出の制御と対人関係に関する発達の研究 発達研究, 9, 25—37.
- Katz, I.M., & Campbell, J.D. 1994 Ambivalence over emotional expression and well-being : Nomothetic and idiographic tests of the stress-buffering hypothesis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 513—524.
- King, L.A., & Emmons, R.A. 1990 Conflict over emotional expression : Psychological and physical correlates. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 864—877.
- 国分康孝 1995 自分をラクにする心理学 PHP 研究所
- 丸野俊一・藤田 豊 1991 子供のディスプレイルールの理解に関する発達の研究 日本発達心理学会第2回大会発表論文集, 103.
- 栗原 彬 1989 優しさの存在証明：制度と若者のインターフェイス 新曜社
- 岡田 努 1995 現代大学生の対人関係と自己像・友人像に関する考察 教育心理学研究, 43, 354—363.
- 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の変化 教育心理学研究, 44, 55—65.
- Rosenberg, M. 1965 *Society and the adolescent self-image*. New York : Princeton University.
- 佐藤有耕 1994 青年期における自己嫌悪感の発達の変化 教育心理学研究, 42, 253—260.
- Seligman, M.E.P. 1975 *Helplessness*. Freeman.
- 千石 保 1991 “まじめ”の崩壊：平成日本の若者たち サイマル 出版社
- Synder, M. 1979 Cognitive, behavioral, and interpersonal consequences of self-monitoring. In P. Pliner, K.R. Blankstein and I.M. Spigel (Eds.) *Perception of emotion in self and others*. New York : Plenum. Pp.181—201.
- Taylor, G.J., Bagby, R.M., & Parker, J.D.A. 1991 The alexithymia construct : A potential paradigm for psychosomatic medicine. *Psychosomatic medicine*, 32, 153—164.
- Terwogt, M.M., & Harris, P.L. 1993 Understanding of emotion. In M. Bennett (Ed.) *The child as psychologist*. Great Britain : Harvester Wheatsheaf. Pp.62—86.
- Underwood, M.K., Coie, J.D., & Herbman, C.R. 1992 Display rules for anger and aggression in school-age children. *Child Development*, 63, 366—380.
- 内田圭子 1990 青年の生活感情に関する一研究 教育心理学研究, 38, 117—125.
- 内田伸子 1991 子どもは感情表出を制御できるか—幼児期における展示ルールの発達— 日本教育心理学会第33回総会発表論文集, 109—110.
- 山本真理子・松井 豊・山成由紀子 1982 認知された自己の諸側面の構造 教育心理学研究, 30, 64—68.

付 記

本論文の作成にあたり、貴重なご意見をくださった、筑波大学教授 杉原一昭先生、桜井先生、並びに、調査にご協力して下さった諸先生方に厚く感謝いたします。また、調査にご協力いただきました学生の皆様に厚く御礼申し上げます。

(1997.3.11 受稿, '98.6.5 受理)