資料

感謝の構造 — 生起状況と感情体験の多様性を考慮して —

蔵永 瞳 樋口匡貴 広島大学大学院教育学研究科

The structure of gratitude: The multiplicity of situations arousing gratitude and emotional experiences

Hitomi Kuranaga and Masataka Higuchi (*Graduate School of Education, Hiroshima University*)

This study had three purposes: first, to classify the situations that produce feelings of gratitude; second, to clarify the groups of emotional experiences that compose gratitude; third, to examine the relationship between the type of situations and the groups of emotional experiences. Results of a preliminary study indicated that situations that produce gratitude were classified into five types: "receiving help", "receiving gifts", "getting a condition improved", "changeless condition", and "imposing on others". Then, words that express emotions in these situations were classified 38 items. Further, 434 undergraduate students were asked to rate these 38 items about emotion in accordance with how they would feel if they were placed in these five situations. Factor analysis revealed three groups of emotional experiences: 'contentment', 'apologetic emotion', and 'unpleasantness'. Of these three, 'contentment' and 'apologetic emotion' composed gratitude. However 'unpleasantness' did not compose any part of gratitude. In addition, combination of the group of emotional experiences differed with the type of situation. For example, 'apologetic emotion' was felt in situations in which the existence of another person was emphasized, but this emotion was not felt in situations that did not do so.

Key words: gratitude, social emotion, situations arousing gratitude, multiplicity of gratitude

問 題

われわれは、他者から助けられたときや、何かを成し遂げたとき等、日常生活におけるさまざまな状況で感謝を感じる。また、そのとき経験する感謝は、「ありがたい」ものであったり、「申し訳ない」ものであったりと多様である。これらのことは、感謝が多様な側面を持つ複雑な概念であることを意味している。本研究では、感謝がどのような状況で生じるのか、また、感謝が生じる状況ではどのような感情体験が生じ、状況間で感情体験の種類や強さがどのように異なるのかをすべて含めて、感謝の構造と呼ぶこととする。本研究は、感謝の構造を整理することによって、

感謝の実態を解明することを目指した試みである。

そもそも、感謝はどのような感情なのであろうか。国語辞典によると感謝とは、「ありがたいと感じて謝意を表すること」(新村, 2008)であり、英語訳としては "thanks" "acknowledgements" "gratitude" "appreciation" が相当する(齊藤, 1928)。欧米の心理学領域においては "gratitude" と記されることが多く(たとえば, Bartlett & DeSteno, 2006; Goei & Boster, 2005; McCullough, Kilpatrick, Emmons, & Larson, 2001; Tsang, 2007), これらの研究において感謝 (gratitude) は「個人が価値あるものと評価しているものを、他者が意図的にくれた、もしくはくれようとしたときに感じる肯定的感情」と定義されている。

これまでの研究において、感謝に関する検討は上記の定義に基づいて行われてきた。しかし、従来得られた知見だけでは感謝の生起状況や感情体験が十分に検討されているとはいえず、そもそも感謝がどのよう

Correspondence concerning this article should be sent to: Hitomi Kuranaga, Department of Psychology, Graduate School of Education, Hiroshima University, Kagamiyama, Higashi-Hiroshima 739-8524, Japan (e-mail: hitomikuranaga@hiroshima-u.ac.jp)

な構造を成しているのが不明確なままである。以下では従来の研究を概観するとともに、それらの研究の問題点について述べる。

まず感謝の生起状況については、従来の研究のほとんどが“他者から何かもらった”“他者に助けられた”といった、他者から直接支援を受ける状況に限定している（たとえば、Bartlett & DeSteno, 2006; Goei & Boster, 2005; Naito, Wangwan & Tani, 2005; Tsang, 2007; Wangwan, 2005）。しかし、一部ではそれ以外の状況でも感謝が生じることを示す研究も存在する。

たとえば、感謝したときのことを想起・記述させることによって、well-beingを増幅させる実験を行ったEmmons & McCullough (2003) は、実験参加者が記述した感謝生起状況の中に“朝起きたとき”というものがあつたことを報告している。また、同様の実験を行ったSheldon & Lyubomirsky (2006) は、感謝したときのことを想起させる際の教示において、感謝生起状況の例として“出世・昇進したとき”“自分のために他者が犠牲になったとき”を挙げている。さらに、感謝生起状況を項目として設定し、感謝特性の測定を試みた尺度であるGRAT (the Gratitude, Resentment, and Appreciation Test) を開発したWatkins, Woodward, Stone, & Kolts (2003) は、尺度項目として“食事をしたとき”に感謝するという内容を設定している。また、感謝に関連する言葉を用いて短い物語を作成し、それらに対する印象を測定することによって、どのような物語が感謝体験を語ったものとみなされやすいかについて検討したLambert, Graham, & Fincham (2009) は、呈示する物語として“卒業式で座っていたとき”に感謝したという内容の物語を設定している。

以上のことから感謝は、従来の研究で仮定されてきた他者から直接支援を受ける状況だけでなく、“自分のために他者が犠牲になったとき”等、他者に負荷がかかることで個人が間接的に支援を受ける状況や、“朝起きたとき”等、そもそも他者の存在が強調されない状況など、多様な状況で生じる感情であるということが示唆される。しかし、これらの研究はいずれも個々の例外的状況の存在を示すにとどまっており、感謝が生起する状況の全体像の整理には至っていない。感謝がどのような状況で生じるのかということを十分に把握するためには、感謝が生じうる様々な状況を網羅的に収集したうえで、その全体像を整理する必要がある。

次に、感謝の感情体験の内容に関しては、多くの理論的研究においてその内容は肯定的であることが指摘されてきた（たとえば、Bartlett & DeSteno, 2006; Goei & Boster, 2005; McCullough et al., 2001; Ortony, Clore, & Collins, 1988; Tsang, 2007）。中でも特に詳細な見解を述べたOrtony et al. (1988) の認知的評価理

論においては、感謝は、自身に起きた事象の結果が快いものと評価された場合に生じる「喜び」と、その事象をもたらしたのが他者であると評価された場合に生じる「賞賛」とが結びついた内容の感情であると指摘されている。

感謝の感情体験に関して実証的な解明を試みた研究も国内外で3編存在する（池田, 2006; Naito et al., 2005; Wangwan, 2005）。まず池田 (2006) は、母親に対する感謝の感情体験について検討し、その内容には「援助してくれることへのうれしさ」「産み育ててくれたことへのありがたさ」「負担をかけたことへのすまなさ」「今の生活をしていられるのは母親のおかげだと感じる気持ち」の4種類があることを明らかにした。またNaito et al. (2005) およびWangwan (2005) は、他者に助けられたときの感情体験について検討し、その内容には「肯定的感情」「負債感情」「否定的感情」の3種類があることを明らかにした。そして、向社会的行動と正の関連があつた「肯定的感情」と「負債感情」は感謝の一種であり、向社会的行動と負の関連があつた「否定的感情」は感謝とはみなせないと結論づけている。

以上の3研究は、感謝の感情体験が多様であることを実証すると同時に、感謝の感情体験は肯定的内容であるとした従来の理論的指摘は不十分であり、感謝の感情体験には「負債感情」「すまなさ」といった内容も存在することを明らかにした。感謝に関する新たな側面を明らかにしたという点で、以上の3研究は感謝に関する研究を大きく発展させたといえる。

しかしこれらの研究は、感謝の感情体験を明らかにするにあたって、他者に助けられた状況に限定して検討を行っていたり（Naito et al., 2005; Wangwan, 2005）、具体的にどのような状況を検討の対象としたのか不明であったり（池田, 2006）と、いずれも感謝生起状況の多様性を考慮していない。感情は状況に応じた反応であることを踏まえると、状況の違いに応じて感情体験の内容や強さは変化すると予想される。そのため、感謝がどのように体験されているのかを十分に把握するためには、感謝生起状況の種類を整理したうえで、各種の状況において感謝がどのような感情として体験されるのか、また、状況の違いに応じてその内容や強さがどのように変化するのかという点について、体系的な検討を行う必要があると考えられる。

以上の議論を踏まえ、本研究では、感謝生起状況の全体像を整理し、それらのさまざまな状況で感謝がどのように体験されているのかを明らかにすることを目的とする。さらに、状況間で感謝の感情体験の内容や強さがどのように異なるのかについても検討を行う。これら3点について検討を行うことによって、感謝の構造を明らかにすることが可能となる。

予 備 調 査

目 的

感謝生起場面を収集し、それらを分類することによって感謝生起状況の種類を整理することを目的とする。なお本研究においては以降、感謝が生じた時点における具体的な出来事を感謝生起場面、それらの特徴を整理した場面のカテゴリを感謝生起状況と記す。

さらにここでは、後の本調査で用いる項目として、感謝生起状況における感情体験を表現する語の収集を行う。具体的には、個人が実際に経験した感謝の感情体験を他の言葉で言い換えさせる面接調査を行う。またこれに加えて、感謝の感情体験を表現する可能性のある語を網羅的に収集するため、感謝の類語や、先行研究において感謝生起状況における感情体験を測定する際に使用されている語についても検討を行う。

以上の手続きをとることによって、本調査で使用する項目に、感謝生起状況で生じるが感謝ではない感情体験を示す語が混入する可能性はある。しかし、本調査によって整理される感情体験がそれぞれ感謝に内包されるか否かについては、感謝の感情体験の言い換えを求めた予備調査での面接調査において多数報告されたかどうかによって判断することが可能である。

方 法

対象者と手続き 2008年1月～2月に、大学生3名（男性3名；平均21.3歳）、大学院生14名（男性6名、女性8名；平均24.7歳）の計17名を対象とする、質問紙を用いた個別の面接調査を実施した。面接調査の実施に際しては、調査への協力が強制ではなく任意であることを伝え、調査は無記名で行った。また面接調査の終了後、謝礼として200円相当の菓子を提供した。

面接調査の構成 まず感謝生起場面の収集として、対象者に最近感謝したときのことをできるだけ多く想起させ、自由記述してもらった。次に感謝の感情体験を表現する語の収集として、想起・記述させた場面で感じた感謝の気持ちを「感謝」以外の言葉で表すとしたらどのような言葉があるかリストアップしてもらった。その後、面接者が回答内容を確認し、不明な点や曖昧な点がある場合には口頭で質問し、補足された情報を回答欄に加筆した。また、感謝の感情体験の表現語に関しては、それぞれの表現がそのとき感じた感謝の気持ちにあたるかどうかを尋ね、回答者がそのときの感謝の気持ちにあたらなと答えた場合には、その表現は感謝の感情体験を表現する語ではないとみなし、回答から除外した。

結果と考察

感謝生起状況の種類 面接調査の結果、計50件の

感謝生起場面を得た。これに感謝に関する先行研究（Bartlett & DeSteno, 2006; Emmons & McCullough, 2003; Goei & Boster, 2005; McCullough, Emmons, & Tsang, 2002; Naito et al., 2005; Sheldon & Lyubomirsky, 2006; Soscia, 2007; Tesser, Gatewood, & Driver, 1968; Tsang, 2007; Wangwan, 2005; Watkins, Scheer, Ovnicek, & Kolts, 2006; Watkins et al., 2003）によって示されている36件を加えると、得られた感謝生起場面は計86件となった。それらの場面を、本研究の実施者1名と、KJ法の手続きについて詳細な教示を受けた心理学専門の大学院生2名でKJ法（川喜多, 1967）によって分類した結果、感謝生起場面は以下に記す5つの状況に分類された。すなわち、(1) 個人が困っているときに他者から助けられる『被援助』（例：課題がこなせず泣いてしまったときに、友人が話を聞いてくれた）、(2) 個人が特に困っていないときに他者から何らかの資源の提供を受ける『贈物受領』（例：誕生日にアルバイト先でプレゼントをもらった）、(3) 個人を取り巻く何らかの状態が好転する『状態好転』（例：ずっと欲しくて探していた本が見つかった）、(4) 一見個人を取り巻く状態に大きな変化のない『平穩』（例：日雇い労働者の生活についての本を読んだ）、(5) 他者から直接支援を受けるのではなく、他者に負荷がかかったことによって個人が間接的に支援を受ける『他者負担』（例：研究室のゴミ捨てをほかの人がした）の5種類である。なお、全5種類の状況には、面接調査によって収集した感謝生起場面と先行研究から収集した感謝生起場面とがいずれも含まれていた。

上記の検討によって整理された5種類の感謝生起状況は、いずれも当該状況に置かれた個人が自身以外の人やものから利益を受けたことを意識するという点が共通している。しかしこの点以外では、各状況はそれぞれ異なる特徴を持つ。以下、5種類の状況の相違点について述べる。まず全5種類の感謝生起状況は、他者の存在や行為が強調されるか否かで『被援助』『贈物受領』『他者負担』の3状況と、『状態好転』『平穩』の2状況とに大別できる。このうち前者の3状況は、他者から直接支援を受ける『被援助』および『贈物受領』と、間接的に支援を受ける『他者負担』とに分けられる。また、『被援助』と『贈物受領』は、他者から支援を受けたときに個人が困っていたのか、特に困っていなかったのかによって区別できる。一方、個人が他者から支援を受ける状況ではない『状態好転』と『平穩』に関しては、当該状況において個人を取り巻く状態に大きな変化があったのか否かによって区別できる。

各状況の報告件数 5種類の状況それぞれについて面接調査での報告件数を算出したところ、被援助は15件、贈物受領は24件、状態好転は4件、平穩は5件、

他者負担は2件であり、状況によって報告件数に大きな違いがみられた。これら5種類の状況において生じた出来事そのものは、すべて誰もが日常生活の中で頻繁に遭遇しうるものである。したがって、このような違いは各状況に遭遇する頻度を反映したものであるとは考え難い。報告件数の違いは、その状況での感謝の生じやすさを反映したものであるといえよう。すなわち、他の状況と比べて著しく報告件数の多かった被援助および贈物受領の2状況は、感謝の生じやすい状況であり、これに対して数件しか報告のなかった状態好転、平穩、他者負担の3状況は、感謝の生じにくい状況であると考えられる。

感謝生起状況における感情体験の表現語 面接調査から、感謝の感情体験の表現語として125語を得た。感謝の感情体験を表現する可能性のある語を幅広く収集するため、これに先行研究(Goei & Boster, 2005; 池田, 2006; Naito et al., 2005; Soscia, 2007; Tesser et al., 1968; Tsang, 2007; Wangwan, 2005; Watkins et al., 2006)において感謝生起状況における感情体験を測定する際に用いられている語と、類語辞典(角川, 1981; 中村・芳賀・森田, 2005; 柴田・山田, 2002)における感謝の類語を加え、同一内容の感情表現をまとめた結果、感謝生起状況における感情体験の表現語は合計73語となった。これらの語について、本調査で用いる表現語を選定するために、本研究の実施者2名で内容が類似しているものをまとめて8カテゴリを作成した。カテゴリ名はそれぞれ、ありがたさ、あたたかさ、嬉しさ、好感、感動、不愉快、すまなさ、不安であった。そして、1カテゴリに含まれる語数の半数(小数点以下切り上げ)を代表語として選出した。その際、同2名で話し合いを行い、感情表現としてとらえることが容易であり、各カテゴリに含まれる語の内容を十分に反映している組み合わせを決定した。その結果、本調査で用いる質問項目として、最終的に38語を得た(後述のTable 2参照)。

本 調 査

目 的

感謝生起状況における感情体験の種類を整理し、そのうえで状況間の感情体験の内容や強さの違いについて検討を行うことを目的とする。

方 法

対象者と手続き 2008年4月に、大学生434名(男性168名、女性254名、不明12名; 平均20.2歳)を対象に、集合調査法による質問紙調査を実施した。質問紙は、対象者1名につき、予備調査で整理された感謝生起状況を示す1場面を呈示し、その場面に自身が置かれたと想像させたうえで質問項目への回答を求める

という形式であった。

呈示場面 予備調査で整理した5種類の感謝生起状況それぞれにつき2種類、計10種類の呈示場面を作成した。呈示場面の作成にあたっては、1つの状況を構成する2場面の大まかな特徴が各状況の特徴と一致するように、本研究の実施者2名と、感謝生起状況を分類した際に協力した大学院生2名で話し合った。また、同じ状況に含まれる場面であっても、その詳細な特徴は異なる場合がある(たとえば被援助状況であれば、困っているときに他者から助けられるという大まかな特徴は同じであっても、何に困っていたときに助けられたのか、誰に助けられたのかといったより詳細な特徴は多様である)。そこで、多様な場面における感情体験を測定することを目指し、話し合いの際には、1つの状況を構成する2場面の詳細な特徴が互いに異なるよう配慮して場面の設定を行った。呈示した場面と場面ごとの人数および男女の内訳をTable 1に示す。

質問項目 予備調査で得た38項目の各項目に関して、呈示した場面に自身が置かれたとしたらそれらの感情をそれぞれどの程度感じるか5段階(1～5点)で回答を求めた。5段階のラベルは「1. 感じない(該当しない)」～「5. 非常に感じる」であった。“感じない”というラベルの横に“(該当しない)”と記したのは、測定した感情体験の中に、当該場面で経験されないと予想されるものがあったため、調査協力者が回答しやすいよう工夫したものであった。

結果と考察

回答に不備のあるものを除いたところ、有効回答者数は425名(男性168名、女性254名、不明3名; 平均20.2歳)となった。また欠損値には、その項目の平均値を代入した。なお、欠損値のあるデータを除いて分析を行った場合も、結果に大きな違いはなかった。

感謝生起状況における感情体験の因子構造 感謝生起状況の1場面として呈示したどの場面でも生じにくかった感情体験は、感謝生起状況における感情体験であるとは言い難い。そこで、感謝生起状況における感情体験の因子構造を検討する前に、測定した38項目について各場面における床効果を検討した。床効果の基準としては、平均値から1SDを減じた値が理論的な最小値である1以下の場合には床効果があるとみなした。その結果、“誇らしさ”“わずらわしさ”“負債感”“もどかしさ”の4項目は10種類の全場面で床効果があった。そのため、これらは予備調査において感謝生起状況における感情体験を表現する語として得られたものではあるものの、実際には感謝生起状況においてほとんど経験されることのない感情体験であるとみなし、以降の分析では除外した。

次に、残った34項目の全場面における得点について探索的因子分析(最尤法, promax回転)を行い、

Table 1
本調査における呈示場面と各場面の回答者数

感謝生起状況	呈示場面	男女の内訳			
		男	女	不明	計
被援助	いろいろなことがうまくいなくて悩んでいたときに、友人が相談にのってくれた。	18	23	2	43
	出費がかさみ、お金がなくて困っていたときに、親がお小遣いをくれた。	12	29	1	42
贈物受領	自分は何気なく「食べてみたい」と言ったお店のケーキを、母親が次の日探して買ってきてくれた。	16	26	0	42
	自分の誕生日に、アルバイト先で同僚から誕生日プレゼントをもらった。	15	29	0	44
状態好転	大雨や暴風に外に出られない日が何日か続いたが、数日後に天気が良くなり、外出が可能になった。	21	21	0	42
	病気で食事が出来ない日が1ヵ月続いたが、その後回復して元のように食事が出来るようになった。	18	23	0	41
平穩	休日の朝目覚めるととても天気が良く、窓の外からは小鳥のさえずりが聞こえてきた。	16	27	0	43
	何気なく見ていたニュース番組で、内戦が続く地域で家や家族を失った人々のことを知った。	14	27	0	41
他者負担	学生用共同研究室で大量にたまったゴミを、他の人が一人で捨てに行った。	20	24	0	44
	面倒くさいので後回しにしていた家族旅行の手配を、忙しい中、母親が一人でした。	18	25	0	43

因子の解釈の容易さから3因子解を採用した。単純な因子構造を目指すため、すべての項目に関して、(1) 共通性が0.3以下、(2) どの因子に対しても負荷量の絶対値が0.4以下、(3) 複数の因子に対して負荷量の絶対値が0.4以上、の3条件のうち、どの条件にも該当しない項目のみが残るまで各条件に該当する項目を除外して探索的因子分析を繰り返した結果、Table 2に示す因子構造が得られた。最終的な結果における回転前の累積寄与率は64.06%であった。

第1因子は、“満足”“幸せ”等、自身の置かれた状態に対する快い内容の項目が高い正の負荷を示したため、『満足感』と命名した。第2因子は、“すまなさ”“申し訳なさ”等、申し訳ないと感じた際の気持ちに関する内容の項目が高い正の負荷を示したため、『申し訳なさ』と命名した。第3因子は、“いらだち”“不愉快”等、自身の不快な気持ちに関する内容の項目が高い正の負荷を示したため、『不快感』と命名した。

各状況で経験される感情体験の種類 上記の検討によって得られた『満足感』『申し訳なさ』『不快感』の3因子構造が5種類の感謝生起状況に適用可能であるかを検討するために、多母集団同時の確証的因子分析を行った。確証的因子分析にあたっては、探索的因子分析の際に各感情体験の因子に対して因子負荷量の高

かった上位3項目を用いた。しかし、満足しうる適合度は得られず、解釈可能な範囲で誤差間に相関を仮定する修正を行っても結果は同様であった。この結果から、5種類すべての状況に上記の3因子構造を仮定することはデータと適合しないと考え、以下では状況ごとにモデルの検討を行った。

まず、それぞれの状況において各感情体験が経験されたか否かについて検討を行った。具体的には、(1) 各場面において、1つの感情体験因子を構成する項目群のうち床効果のない項目数が2以下であった場合には、その感情体験は当該場面で経験されていないとみなす、(2) 上記の(1)の基準を適用した結果、当該状況を構成する2場面のうち両場面で経験されていないとみなされた感情体験は、その状況では経験されていないとみなす、という手続きをとった。その結果、被援助、贈物受領、状態好転、他者負担の4状況では『不快感』が経験されておらず、状態好転および平穩の2状況では『申し訳なさ』が経験されていないことが示された。

次に、当該状況で経験されているとみなされた感情体験因子のみを用いて状況ごとに確証的因子分析を行った。確証的因子分析にあたっては、基本的に探索的因子分析の際に各感情体験因子に対して負荷量の高

Table 2
3因子解のパターン行列と予備調査での報告件数

項目	因子負荷量			h^2	報告 件数
	F1	F2	F3		
F1：満足感（回転前の固有値：10.15）					
満足	.81	-.18	.04	.72	5
幸せ	.80	-.11	-.03	.72	8
喜び	.80	-.10	-.10	.77	4
素晴らしさ	.79	.15	-.05	.64	4
あたたかさ	.78	.24	-.08	.66	2
こころよさ	.77	-.05	-.05	.65	0
安堵	.77	.02	.16	.49	1
楽しさ	.77	-.26	.14	.63	2
感動	.76	.19	.04	.54	7
気持ち良さ	.73	-.15	-.01	.61	2
興奮	.68	-.09	.25	.38	1
嬉しさ	.67	.04	-.25	.67	23
清涼感	.64	-.06	.13	.35	1
安心	.62	.14	-.06	.42	5
好感	.49	.36	-.30	.51	1
F2：申し訳なさ（回転前の固有値：4.56）					
すまなさ	-.12	.89	-.14	.81	3
申し訳なさ	-.08	.88	.01	.81	23
恐縮	-.10	.80	-.06	.66	0
罪悪感	-.08	.75	.20	.69	2
後悔	-.05	.63	.20	.50	0
尊敬	.30	.63	-.12	.44	3
恥ずかしさ	.20	.63	.17	.41	3
F3：不快感（回転前の固有値：2.59）					
いらだち	.01	-.06	.85	.70	0
不愉快	.09	-.05	.81	.58	0
不満	.03	-.02	.74	.52	0
不安	.17	.23	.73	.53	0
つらさ	-.09	.28	.70	.72	1
因子間相関					
	F1	F2	F3		
	F1	—			
	F2	-.19	—		
	F3	-.52	.16	—	

注1) 探索的因子分析の過程で除外した項目: (1) 共通性が0.3以下: 落ち着き, 驚き, 連帯感, (2) どの因子に対しても負荷量の絶対値が0.4以下: 驚き, 連帯感, (3) 複数の因子に対して負荷量の絶対値が0.4以上: 心苦しさ, ふがいなさ, やさしさ, ありがたさ

注2) 報告件数は, 予備調査で実施した面接調査において報告された50件の場面1件につき該当する表現が1つでも報告されていれば1, 全く報告されていなければ0をカウントした。

かった上位3項目を用いた。ただし、『不快感』に関しては, その感情体験因子を構成する5項目中3項目が、『不快感』の唯一経験される状況である平穏状況の2場面中1場面 (何気なく見ていたニュース番組で, 内戦が続く地域で家や家族を失った人々のことを知っ

た) で, 平均値が1, 標準偏差が0であったため, 片方の場面で全く経験されない感情体験を両場面の共通の因子構造の構成要素として用いるのは不適切であると考え, それら3項目を除いた“いらだち”と“つらさ”の2項目を用いた。

状況ごとの確証的因子分析の結果, 贈物受領, 状態好転, 平穏, 他者負担の4状況ではGFI>.966, AGFI>.911, RMSEAs<.045と, 良好な適合度を得ることができた。被援助状況に関しては, 初期段階では十分な適合度が得られなかったが, 解釈可能な範囲で1組の誤差間相関を仮定する修正を行った結果, GFI=.976, AGFI=.928, RMSEA=.000という十分な適合度が得られた。これより, 各状況で仮定した感情体験の因子構造がデータに適合していることが示された。

以上の結果は, 全状況のデータを対象に探索的因子分析を実施した結果得られた『満足感』『申し訳なさ』『不快感』の3因子構造は, 各状況に適用した場合には3因子全体ではなく, 1因子あるいは2因子の部分的な構造が適合するというものであった。この結果は, 状況によって経験される感情体験の種類が異なることを意味する。具体的には, 『満足感』は5種類のどの状況でも共通して経験されること, 『申し訳なさ』は被援助, 贈物受領, 他者負担といった他者の存在や行為が強調される対人的状況のみで経験されることが示された。また, 『不快感』は平穏状況のみで経験されており, 感謝生起状況における感情体験としては特殊であることが示された。

なお, 各感情体験の得点に関して性差の検討も行ったが, 3種類のどの感情体験についても性差はみられなかった ($t(420) < -.44, ns$)。

感謝生起状況間の感情体験の強さの違い 感謝生起状況の種類別に各感情体験の得点と標準偏差を算出した (Table 3)。ここでは個々の場面特有の感情体験ではなく, 各種の状況における平均的な感情体験について検討を行うため, 1種類の状況を構成する2場面のデータを統合し, その平均値を当該状況の得点として分析に用いた。得点の算出には確証的因子分析の際と同様の項目を用いた。これらの項目についてCronbachの α 係数を算出した結果, どの状況における感情体験に関しても $\alpha > .74$ と, 十分な内的一貫性が示された (Table 3)。なお, 先の検討において『申し訳なさ』および『不快感』は状況によっては経験されないことが示されたため, ここでは当該状況で経験されない感情体験は分析対象から除外した。

各感情体験の強さについて状況間の違いを検討するために, 状況の種類を独立変数, 感情体験の得点を従属変数として, 3種類の感情体験別に分散分析を行った。分散分析の結果はTable 3に示す。Bonferroni法による多重比較 ($\alpha = .05$) の結果, 『満足感』に関し

Table 3
各状況における感情体験の平均値、標準偏差、 α 係数と分散分析の結果

感謝生起状況	満足感	申し訳なさ	不快感
被援助	3.48 (1.02) [.74]	3.22 (1.08) [.86]	1.50 (0.66) ^a
贈物受領	4.24 (0.73) [.74]	2.06 (0.85) [.82]	1.02 (0.12) ^a
状態好転	4.06 (1.01) [.89]	1.24 (0.47) ^a	1.22 (0.48) ^a
平穩	2.57 (1.55) [.96]	1.60 (0.89) ^a	2.21 (1.51) [.94]
他者負担	2.10 (0.87) [.78]	3.73 (0.99) [.81]	1.63 (0.70) ^a
$F(df)$	$F(4, 420) = 65.15^{**}$	$F(2, 255) = 65.75^{**}$	
多重比較	他<平<被<状=贈	贈<被<他	

() 内には標準偏差, [] 内には α 係数を示した。^aは、分析に用いなかった得点であることを示す。

^{**}は、 p 値が.01以下で有意だったことを示す。分散分析の多重比較の結果は、感謝生起状況のカテゴリ名の頭文字を示した。5%水準で有意な差があった場合にはく、有意な差がなかった場合には＝とした。

ては贈物受領状況および状態好転状況において最も強く、他者負担状況において最も弱いことが示された。一方、『申し訳なさ』は『満足感』とは逆のパターンを示し、贈物受領状況において最も弱く、他者負担状況において最も強いことが示された。このことから、被援助、贈物受領、他者負担といった対人的な3状況においては、『満足感』と『申し訳なさ』の強さのパターンが逆であることが明らかとなった。

総合考察

本研究では、感謝の構造を明らかにすることを目的とした。すなわち、感謝生起状況の全体像を整理したうえで、各状況における感情体験を明らかにし、さらに、状況間における感情体験の内容や強さの違いについても検討を行った。その結果、感謝生起状況もそれらの状況における感情体験も多様であることが示された。以下では、感謝に関する先行研究との比較を交えながら、本研究で得られた知見から示される感謝の構造を整理する。

本研究によって明らかとなった感謝の構造 まず、感謝生起状況はそこで起こった出来事の特徴から5種類に分類され、いずれも当該状況に置かれた個人が自身ではない人やものから利益を受けたことを意識するという特徴を持つことが明らかとなった。さらにこの中でも感謝が生じやすい状況は、他者から直接支援を受ける、被援助および贈物受領状況であった。感謝に関する先行研究の多く（たとえば、Bartlett & DeSteno, 2006; Goei & Boster, 2005; Naito et al., 2005; Tsang, 2007; Wangwan, 2005）は他者から直接支援を受ける状況を検討対象としてきたが、本研究の結果から、先行研究の検討してきた状況は感謝の生じやすい

状況であることが示された。

また感謝生起状況における感情体験には、『満足感』『申し訳なさ』『不快感』の3種類があることが明らかとなった。ただし、このうち『不快感』は“いらだち”“つらさ”といった項目から構成される非常に不快な内容の感情体験であり、われわれの持つ感謝の感覚とはかけ離れているように思われる。実際に、『満足感』『申し訳なさ』『不快感』の各因子を構成する項目群について、感謝の感情体験を表現する語を収集した面接調査における報告件数を算出したところ（Table 2）、『満足感』と『申し訳なさ』を構成する項目は数多く報告されているのに対して、『不快感』を構成する項目はほとんど報告されていなかった。このことから、『満足感』と『申し訳なさ』は感謝に内包される感情体験であるが、『不快感』はそうではないと考えられる。本研究の予備調査では、感謝生起状況における感情体験の表現語を幅広く収集し、それを項目として本調査で使用した。予備調査の時点においては、収集された表現語全てが感謝の感情体験を表現するものであるか否かについて結論づけることはできないが、本調査の結果と予備調査における面接調査の結果とを合わせて考えると、『不快感』は感謝生起状況において生じうるものの、感謝に内包される感情体験ではないと結論づけることができよう。感謝の感情体験について検討した先行研究（Naito et al., 2005; Wangwan, 2005）でも、“不愉快”“ゆううつ”といった項目から構成される非常に不快な内容の「否定的感情」は、向社会的行動を抑制することから感謝の感情体験ではないとされているが、本研究でもこれと同様の結果が得られたといえる。

上記の検討によって感謝の感情体験は『満足感』および『申し訳なさ』の2種類であることが示された

が、感謝の感情体験を実証的に検討した先行研究においても、これとはほぼ同様の見解が得られている。具体的には、“うれしさ”“あたたかさ”といった項目から成る「肯定的感情」(Naito et al., 2005; Wangwan, 2005) や、「援助してくれることへのうれしさ」(池田, 2006) は、自身が置かれた状態に対する快い内容の感情体験であるため、本研究における『満足感』に相当すると考えられる。また、“相手にわるいなという気持ち”“心苦しい”といった項目からなる「負債感情」(Naito et al., 2005; Wangwan, 2005) や、「負担をかけたことへのすまなさ」(池田, 2006) は、申し訳ないと感じた際の気持ちに関する内容の感情体験であるため、本研究における『申し訳なさ』に相当すると考えられる。さらに、本研究で感情体験の表現語に対して探索的因子分析を行った際、“ありがたさ”という項目は、『満足感』と『申し訳なさ』に多重負荷していた (Table 2)。このことから、「産み育ててくれたことへのありがたさ」(池田, 2006) は『満足感』と『申し訳なさ』の双方に相当すると考えられる。なお、池田 (2006) においては「今の生活をしていられるのは母親のおかげだと感じる気持ち」も感謝の感情体験に含まれることが示されているが (池田, 2006), 本研究では「おかげ」という語は、自身に起こったことが自身でない人やものによってもたらされたという、認知的な意味を多分に含む語であると考え、感情体験を測定する際の語としては使用しなかった。この「おかげ」という気持ちがどの感情体験と強く関連するのかについては、今後の検討が求められる。

さらに本研究では、感謝生起状況と感情体験との関連についても検討したが、感謝の感情体験である『満足感』と『申し訳なさ』のうち、『満足感』は5種類の全状況で経験され、『申し訳なさ』は被援助、贈物受領、他者負担といった対人的状況のみで経験されることが明らかとなった。このことから、『満足感』は感謝の基本的要素であり、『申し訳なさ』はそれに付属する副次的な要素であると考えられることができる。また本研究の予備調査では、感謝が生起する状況には感謝の生じやすい状況 (被援助および贈物受領) とそうでない状況 (状態好転、平穩、他者負担) とがあることが明らかとなったが、本調査の結果より、これらの状況間においても、感謝の体験には大きな違いがあることが示された。

まず、感謝が生じやすい状況である被援助および贈物受領の2状況では、感謝の感情体験である『満足感』と『申し訳なさ』の双方が経験されていた。また両状況とも『満足感』が強く、『申し訳なさ』が付随するというパターンを示した。“けがをして歩けないときに、他者が毎日食事を運んでくれた”という、本研究の被援助状況に該当する場面における感謝の感情体験について検討を行った Naito et al. (2005) および

Wangwan (2005) は、感謝の感情体験に「肯定的感情」と「負債感情」の2種類があることを示しているが、これら2種類の感情体験は、本研究における『満足感』と『申し訳なさ』に相当するものである。このことから、被援助状況における感謝の感情体験に『満足感』と『申し訳なさ』の2種類があるという本研究の結果は、先行研究 (Naito et al., 2005; Wangwan, 2005) と一致する頑健なものであったといえる。

感謝の生じやすい状況において『満足感』と『申し訳なさ』の双方が経験されるという特徴は、感謝の生じやすい状況に限定されるものではなく、感謝が生じにくい状況の1つである他者負担状況でも同様であった。ただし、感情体験の強さに注目すると、他者負担状況は、被援助および贈物受領状況と比べて『満足感』が弱く、『申し訳なさ』が強いという特徴があった。他者負担状況で生じている感情体験は、感謝の基本的要素である『満足感』が弱いために、感謝の体験として報告されにくいのかもしれない。

一方、感謝の生じにくい3状況のうち、残りの2状況 (状態好転および平穩) では、感謝の感情体験である『満足感』と『申し訳なさ』のうち、『申し訳なさ』が経験されていなかった。これらの状況では、感謝の基本的要素である『満足感』が経験されたとしても、それに副次的要素である『申し訳なさ』が付随していないために、感謝の体験として報告されにくいのかもしれない。

また、平穩状況の中でも“何気なく見ていたニュース番組で、内戦が続く地域で家や家族を失った人々のことを知った。”という場面では、感謝の感情体験ではない『不快感』が経験されることが示された。本調査で使用した呈示場面は、感謝の生起場면을収集した予備調査の結果をもとに作成したものであるため、上記の場面を含め、本調査で検討対象とした場面はいずれも感謝の生起場面としてみなすことができると考えられる。したがって、“何気なく見ていたニュース番組で、内戦が続く地域で家や家族を失った人々のことを知った”という場面は、感謝が生じうる場面でありながら、感謝ではない『不快感』も生じうる特殊な場面であるといえる。このような場面では、不幸な他者と自身の状態を比べ、自身が恵まれていることに感謝を感じるが、それと同時に不幸な他者に共感することで『不快感』も感じるのかもしれない。ただし本調査では、上記のような特徴を持つ感謝生起場面は1場面しか検討していないため、他者の不幸を知るような感謝生起場面で『不快感』が生じるのかについて、この1場面だけの結果を一般化して結論を出すことはできない。この点については、今後の検討が求められる。

本研究のまとめと今後の課題 本研究の結果、感謝は“自身以外のものから利益を受けたことを意識した際に生じ、基本的には『満足感』という肯定的内容の

感情として体験されるが、他者の存在や行為が強調される対人的な状況においては『申し訳なさ』という否定的内容が伴うこともある”とまとめることができる。このような構造の特徴は従来の研究において示されてきた感謝の特徴とおおむね一致するものであるが、自身に利益を与えた源を他者に限定しないという点がこれまでの研究とは異なる。本研究の検討によって、このような観点から感謝の定義が拡張可能であることが示された。

今後は本研究に用いなかった場面に対しても、本研究の結論が適用可能かを検討する必要がある。また、本研究では感謝の生起状況と感情体験に注目して検討を行ったが、さまざまな認知的要素との関連について検討していくことも今後の重要な課題である。

引用文献

- Bartlett, M. Y., & DeSteno, D. (2006). Gratitude and prosocial behavior: Helping when it costs you. *Psychological Science*, **17**, 319-325.
- Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (2003). Counting blessings versus burdens: An experimental investigation of gratitude and subjective well-being in daily life. *Journal of Personality and Social Psychology*, **84**, 377-389.
- Goei, R., & Boster, F. J. (2005). The roles of obligation and gratitude in explaining the effect of favors on compliance. *Communication Monographs*, **72**, 284-300.
- 池田幸恭 (2006). 青年期における母親に対する感謝の心理状態の分析 教育心理学研究, **54**, 487-497.
- 角川春樹 (編) (1981). 角川類語新辞典 角川書店
- 川喜多二郎 (1967). 発想法—創造性開発のために 中央公論社
- Lambert, N. M., Graham, S. M., & Fincham, F. D. (2009). A prototype analysis of gratitude: Varieties of gratitude experiences. *Personality and Social Psychology Bulletin*, **35**, 1193-1207.
- McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J. A. (2002). The grateful disposition: A conceptual and empirical topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, **82**, 112-127.
- McCullough, M. E., Kilpatrick, S. D., Emmons, R. A., & Larson, D. B. (2001). Is gratitude a moral affect? *Psychological Bulletin*, **127**, 249-266.
- Naito, T., Wangwan, J., & Tani, M. (2005). Gratitude in university students in Japan and Thailand. *Journal of Cross Cultural Psychology*, **36**, 247-263.
- 中村 明・芳賀 綏・森田良行 (編) (2005). 三省堂類語辞典 三省堂
- Ortony, A., Clore, G. L., & Collins, A. (1988). *The cognitive structure of emotions*. New York: Cambridge University Press.
- 齊藤秀三郎 (1928). 齊藤和英大辞典 日英社
- Sheldon, K. M., & Lyubomirsky, S. (2006). How to increase and sustain positive emotion: The effects of expressing gratitude and visualizing best possible selves. *The Journal of Positive Psychology*, **1**, 73-82.
- 柴田 武・山田 進 (編) (2002). 類語大辞典 講談社
- 新村 出 (編) (2008). 広辞苑 第6版 岩波書店
- Soscia, I. (2007). Gratitude, delight, or guilt: The role of consumers' emotions in predicting postconsumption behaviors. *Psychology and Marketing*, **24**, 871-894.
- Tesser, A., Gatewood, R., & Driver, M. (1968). Some determinants of gratitude. *Journal of Personality and Social Psychology*, **9**, 233-236.
- Tsang, J. A. (2007). Gratitude for small and large favors: A behavioral test. *The Journal of Positive Psychology*, **2**, 157-167.
- Wangwan, J. (2005). 日本とタイの大学生における感謝心の比較研究 (2) 日本道徳性心理学研究, **19**, 1-12.
- Watkins, P. C., Scheer, J., Ovnicek, M., & Kolts, L. (2006). The debt of gratitude: Dissociating gratitude and indebtedness. *Cognition and Emotion*, **20**, 217-241.
- Watkins, P. C., Woodward, K., Stone, T., & Kolts, R. L. (2003). Gratitude and happiness: Development of a measure of gratitude and relationships with subjective well-being. *Social Behavior and Personality*, **31**, 431-452.

(2009年11月9日受稿, 2010年4月2日受理)