

感情体験の分析 (VI)

—恐れ・充実・恥ずかしいについて—

上杉 喬・芝塚 梨華・高橋 直美・平宮 正志

Analysis of Some Emotional Experiences (6th report): On fear, fullness, humiliation

Takashi Uesugi, Rika Sibazuka, Naomi Takahashi, Masashi, Hiramaya

This is the 6th report of successive studies on analysis of some emotional experiences. In these studies a special questionnaire was revised, which contains 20 emotional works. Among them are joy, sorrow, anger, hatred, fear, humiliation and so on. The results of this study suggested that the feeling of fear spring up for a person to encounter something which his safety position go to a crisis, the feeling of fullness is caused by something which he feels sufficiency and the feeling of humiliation arise when his/her pride come to harm.

はじめに

本研究は感情研究の第5報であり、屈辱の感情についてそれらの感情を最も強く感じた体験の自由記述に基づいてその感情の特徴を分析するものである。

第1報(上杉喬、榎場真知子、馬場史津 2002)においては、嫉妬、憎い、怒りの感情体験を分析した。その結果、嫉妬体験は①好意・愛情に関する嫉妬②能力に関する嫉妬③モノに関する嫉妬の3種類があり、その嫉妬感情が生起する特徴は、A自分にとって大切なモノ(所有したい好意・愛情、所有したい能力、所有したい物)が、B自分ではなく、C身近な人にある(好意・愛情が向けられる、能力を持っている、物を所有している)という3者関係において、C身近な人に対して嫉妬感情が生じるというものであった。また、憎い及び怒り体験は①他者からの行為②自分の行為③社会的事象の3種類があり、その憎い・怒り感情が生起する特徴は、A自分にとって大切なモノ(大切にしている人、大切にしている心、大切にしている物)が、B行為者(他者、自分、社会的事象の行為者)との2者関係において、B行為者によって、A大切なモノが「奪われる」または「壊される」場合に生じるというものであった。憎いと怒りは類似した特徴を有するが、その違いは憎いが自身の直接的被害と、また怒りがより間接的な被害と結びついている点にあった。

第2報(鈴木賢男、鈴木国威、上杉喬 2002)においては、喜び、悲しいの感情体験を分析した。

その結果、喜び及び悲しい体験は①人の存在に係わるもの②モノに係わるもの③心（好意・愛情や充実）に係わるものの3種類があり、喜びの感情はA自分にとって大切な人・モノ・心（大切にしている人、大切にしている物、大切にしている心）が、B自分自身との2者関係において、B自分自身がA大切な人・モノ・心を「得る」場合には喜びが、逆に「失う」場合には悲しみが生じるというもので、その意味で喜びと悲しみはそれが生起する上で「得る⇔失う」の対極的な関係にあることを明らかにした。

第3報（上杉喬、岡本かおり、平宮正志、吉川延代 2003）においては、驚き、寂しい、愛しい、空しいの感情体験を分析した。その結果、驚き体験は①大切なモノ（心・物・能力・人）を得ることに対するもの②大切なモノ（心・物・能力・人）を失うことに対するもの③思いもよらない事実・出来事・考え方に対するもの④思いもよらない大きな変化に対するもの⑤身の危険を感じる出来事に対するものの5種類があり、驚きの感情はAそれらの出来事が、B自分自身にとって予想外・想像外・偶然・突然・初めて・稀な場合に驚きが生ずるというものであった。愛しい体験は、A自分にとって大切なモノ（大切にしている人・物・心）が、B自分との関係で、自分より力が弱く無力で自分を頼りにしていると感じる場合に生ずるというものであり、また寂しい及び空しい体験はA自分にとって大切なモノが、B自分自身に「満たされていない」場合に生じるというものであった。寂しいと空しいは類似した特徴を有するが、その違いは、寂しいが今まであったものが欠けてしまって今は無い状態、空しいは、求めても得られず今も無い状態、と結びついている点にあった。

第4報（鈴木賢男、上杉喬 2003）においては、失望の感情体験を分析した。失望体験は①あるはずのモノ（人・心・物・能力・機会）を失うことに関するもの②期待するモノ（人・物・成果・能力・機会・環境・運）が得られないことに関するもの③直面したくなかったこと（人間性・事件・失敗）に直面することに関するものがあり、失望の感情はそれらの事象が生起した場合に生ずるというものであった。

第5報（右山裕一、上杉喬 2004）においては、屈辱の感情体験を分析した。その結果、屈辱体験は、①自分の立場を直接に人から貶められる（侮辱、恥辱）、②自分の立場を自ら弱めて間接的に人から貶められるものにした（敗北、大失敗）、そして③その状況に耐え忍ばざるを得ない場合に生じる、というものであった。

本研究においても同様に、恐れ・充実・恥ずかしいの感情が生起する上での特徴を検討するものである。

方 法

1. 調査質問紙

本研究で使用した質問紙は「体験した感情」として嫉妬、後悔、憎い、満足、屈辱、空しい、愛しい、不安、喜び、苦しい、驚き、恐れ、怒り、寂しい、充実、嫌悪、ためらい、恥ずかしい、悲しい、失望の20感情を挙げ、「あなたの今までの体験の中で次の1から20のような感情を最も強く抱いた体験・出来事を思い出して、それがどんな出来事だったのか分かるように書いて下さい。またその出来事がいつ頃（何才位）の事なのかも書いて下さい。」と教示し、「その感情を体験した出来事」を30字程度のスペースに自由記述するものであった。

2. 調査対象・時期・手続き

B大学「感情心理学」の授業を受講した、1999年度（227名）、2000年度（190名）、2001年度（190名）の受講生、合計607名を対象として授業初日に調査用紙を配布し、翌週の授業で回収した。調査は記名式で行った。

3. 感情体験時の年齢

1つの出来事に対して1つの年齢が記述されていた人数は517名（85.2%）だった。それ以外は複数の年齢、もしくは年齢に幅（期間）がある記述だった。複数の年齢が記述されていた場合、その感情を強く抱いた初めての年齢（5才、15才→5才）を採用し、年齢に幅があった場合、中央値（高校生→16才）を採用して換算した。

研究1 恐れについて（分担執筆 上杉 喬・芝塚梨華）

1. 恐れ体験の分類

調査対象者607名のうち、具体的に「恐れ」体験の内容を明記した者は574名（94.6%）であり、無記入は20名（3.3%）、「書きたくない」「ノーコメント」とするものが3名（0.5%）、文意不明が10名（1.6%）であった。内容を明記した者で「恐れ」体験をした年齢が未記入の者は5名（0.8%）であった。

恐れ体験は、「恐れの対象（何に、または誰に恐れたのか）」、「恐れ的狀況（どういう場合、狀況で恐れたのか）」によって分類できるが、本研究では特に「恐れ的狀況」に焦点をあてることにした。

2. 恐れ的狀況（どういう場合、狀況で恐れたのか）による分類

恐れ体験の574名の記述から「恐れ的狀況（どういう場合の恐れか）」について分類したところ、次の38の小分類（1）～（38））に区分することができ、さらにそれらは10（①～⑩）の中分類にまとめることができた。小分類毎に記述内容を例示する。文末（ ）に年齢を示した。

① 身に危害が加えられる

- 1) 襲われる：「犬が苦手で、大きな犬に追いかけて回されたとき（6歳）」「蛇（7）」「帰り道で知らない人に連れて行かれそうになったとき（11）」「夜道を帰っている時、いきなり後から痴漢に襲われた（18）」「ストーカーされた時（18）」「お風呂に入っていたらゴキブリが出てきたこと（20）」
- 2) 怨霊体験：「初めてお化け屋敷に入ったとき（6）」「写真を見たら、心霊写真に見えて、のろわれると思ったとき（12）」「金縛りにあって背後に何かを感じたとき（15）」「部屋で幽霊のようなものを見たとき（21）」「ホラー映画を観た日の夜中に目が覚めてしまい、眠れなかった時（7）」
- 3) 不審な者に遭う：「夜、実家の裏口に人影が見え続けた（5）」「通り魔事件があった頃、下校中すごく怪しい人がいて、皆パニックになって逃げたとき（10）」「人の少ない車内で知らない男の人に『食事しませんか』と話しかけられたとき（18）」

- 4) 暴力を振るわれる：「何か悪いことをして、祖父にタバコの火を足に押し付けられた (5)」「怒った父に殴られた (7)」「同級生に階段から突き落とされたとき殺されるかと思った (11)」「アルバイトで胸ぐらをつかまれ怒られたとき (20)」
- 5) いじめに遭う：「いじめを受けたとき (10)」「友達がいじめられて、自分もまきぞいにされるかと思った時 (13)」
- ② 身の危険を感じる
- 6) 天変地異に遭う：「幼い頃、火事を見たとき (4)」「一人で家にいるときに、雷がたくさんなって、怖かった (10)」「集中豪雨の時、帰宅道が土砂崩れになった時、目の前にして、恐くてこれからどうなるかとすごく恐れた (14)」「阪神淡路大震災 (15)」
- 7) 事故に遭う：「川で溺れた (9)」「親の車に乗っていたら、雪道でスリップして崖に落ちそうになった (14)」「自転車に乗っていて、車にひかれそうになったとき (15)」
- 8) 暗闇に一人である：「暗闇でトイレに行ったとき (5)」「薄暗い学校に一人で忘れ物を取りに入った (9)」「真っ暗い森を一人で、走り抜けるとき (12)」「一人で暗い夜道を歩いて帰るとき (18)」
- 9) 脅される：「中学に入って先輩に目をつけられた時 (12)」「刃物を突きつけられたとき (14)」「眉もない人にかからまれたとき (16)」「同輩の彼女に嫉妬され、『殺す』くらい言われたこと (19)」
- 10) 高い所や高速の状態：「プールで飛び込み台から水に飛び込まなければならなかったとき (7)」「観覧車に乗ったとき (10)」「高いマンションの屋上に上って、下を見たとき (14)」「ジェットコースターに乗ったとき (20)」
- 11) 強い敵に出遭う：「塾で同じクラスの人が自分の知らない英語をすらすらと解いていたときに、その人に対して (14)」「柔道の試合で、120kg ぐらいの、県重量級チャンピオンと試合する前 (17)」
- 12) 対人恐怖：「人と話すのが、なんとなく怖くなったとき。人と接するとき (17)」「他人は自分のことをどう思っているのか。目線や思考が気になってどうしたらいいかよくわからなくなった (20)」
- ③ 人の怒りに触れる
- 13) 親の怒りに触れる：「お稽古事を母に内緒で長期間休んでいた時、母にばれて怒られはしないかとひどくびくびくしていた (9)」「母についた嘘がばれたとき (7)」「父と一緒にいること (21)」
- 14) 教師などの怒りに触れる：「担任の先生がとても怖くて毎日びくびくしていた (9)」「中学の部活で、顧問がこわい体育教師だったこと (13)」「学校で自分が規則を破って、先生に見つかったこと (14)」「バイト先ですごい勢いで客に怒鳴られたとき (19)」
- ④ 自分の死を考える
- 15) 自分の死：「身内で初めてのお葬式があったとき (おじいちゃんが亡くなったとき)、いつか自分にも訪れる『死』をととても怖く感じた (9)」「自分の死について深く考えたとき (18)」「『死』について考えたとき、死にたくないという強い衝動に駆られ、『死』に恐怖した (20)」
- 16) 自分の重病：「自分が入院したとき、病因がわからず、死ぬことを考えたとき (7)」「本当に腹痛が激しくて、大きな病気じゃないかと感じたとき (15)」「40度の熱で意識を失い

かけたとき (19)」

- 17) 自分の手術：「手術したとき死ぬかと思った (今思えば脱腸くらいで死なない) (10)」「心臓の手術当日 (13)」「盲腸になり予想していなかった緊急手術を宣告されたとき (20)」

⑤ 殺傷や殺戮などを目撃する

- 18) 戦争やテロの危険：「中学のころ、湾岸戦争が始まり、日本もまきこまれるのだろうかと思ったとき (15)」「アメリカで起こったテロ (20)」
- 19) 人身事故を目撃：「目の前で乗用車にバイクの人がはねられて宙を舞った時 (6)」「交通事故で血だらけの人を見たこと (7)」「少女が電車に轢かれる映像を見た (20)」
- 20) 残酷な事態を目撃：「育てていたアゲハチョウが、蜂に寄生されていた (8)」「バッタとカマキリを同じ虫かごに入れていたら、バッタが食べられたこと (10)」

⑥ 一人ぼっちになる

- 21) 分離不安：「幼稚園の時に何度も見る夢で、お化け屋敷の入り口でお母さんと引き離されてしまい、一人でお化けに追いかけるという夢を見たとき (4)」「迷子になったとき (6)」「親に嫌われているんじゃないかと思ったとき (7)」
- 22) 置き去りにされる：「近所のお姉さんたちとかくれんぼをしていて、見つけてもらえなかったとき (4)」「雪かきの後の雪捨て場に落ちたのに、誰も気付いてくれなかったとき (6)」
- 23) 人に嫌われる：「人に嫌われるんじゃないかと考えるとき (16)」「人に嫌われるのでは、と思い、その人と接することが怖くなり、相手に会うのを恐れていたとき (21)」
- 24) 孤独・孤立を感じる：「一人暮らし始めたとき (18)」「夜中一人で起きているとき (20)」「家族の中で一人だけ孤立してしまい、どうしていいか分からなくなったこと (18)」

⑦ 親しい人を失う

- 25) 親しい人との死別を想像：「家族の中で自分が一番幼く、いつかは他の全員が自分より先に死ぬのだと、気がついたとき (8)」「祖母の葬式後、先に寝ていた父が亡くなってしまったこと (12)」「母が癌になって、その手術をしているとき、そんなに進行していないと聞いていたが、『このまま死んでしまったら』と思った怖かった (19)」
- 26) 身内が重病になる：「いたずら電話で親が病院に運ばれ重態だと言われたとき、パニックに陥っていた (10)」「兄がバイクで事故を起こしたときに、母親が貧血を起こした (20)」
- 27) 親しい人との別れ：「付き合っていた人が自分から離れていった (18)」「自分のことを好きだと言ってくれる人が離れていくことを考えたとき (20)」

⑧ 将来を危うくする

- 28) 失敗を危惧して：「高校受験の発表のとき (15)」「浪人したため、入学テストは常に恐れがあった (17)」「レポートで行き詰って、何を書けば良いのかわからなくなった (18)」
- 29) 不透明な将来：「怪我の後遺症が僕を襲うとき (16)」「将来について考えるとき (20)」「社会人になること (22)」
- 30) 幸せを失う：「親が離婚して家族がバラバラになるかと思った (16)」「すごく幸せな状態だから、それが崩れてしまわないかと思った (19)」「今、私を支えてくれている友人を無くすことを思うと恐ろしい。それだけ沢山の人に支えられていると実感 (20)」
- 31) 人の裏切り：「仲のよかった友人が手のひらを返したように自分を無視しだしたこと (14)」「仲のよい友達集団を観察していたとき、その中の一人がいなくなると、その人の悪口を言い始めたのを見た時 (17)」

- 32) 自分に自信失う：「自分の常識が覆されたとき。自分の全てに自信がなくなる (16)」「自分に自信が持てないとき (スポーツで) (19)」
- ⑨ 大切な事を目前にする
- 33) 初体験を目前にして：「友達だけで東京に初めて遊びに行ったとき (14)」「はじめてのバイトに入って、お客さんの前に立ったとき (17)」「普通車の免許を取って初めて路上を運転したこと (20)」
- 34) 責任の重大さに直面して：「小学校の合唱祭でピアノを弾かなくてはいけなかった (11)」「部活関係の仕事で大きな責任を持ったこと (19)」「病院の夜勤中、自分の判断と行動に患者の生死がかかっていたとき (21)」
- 35) 重大な事を目前に控えて：「水泳大会の直前 (18)」「一浪後の受験がまじかに迫ったとき (19)」
- ⑩ 人を傷つけることを危惧する
- 36) 自分の暴発を危惧して：「もしも戦争とかが起きて、大切な人が皆いなくなっちゃったらいいと思ったとき (17)」「友人にひどいことをしたり、喧嘩をした後 (20)」「親に対する自分の感情を自分がコントロールできないかもしれないと感じたとき (24)」
- 37) 過失による事故：「旅行先で親がサイドブレーキを忘れ、車が勝手に走ったこと (10)」「車で他人の車にぶつけたとき (19)」

結果

1. 恐れ体験の出現頻度

表1に10の中分類と37の小分類の恐れ体験の出現頻度 (%) を示す。

- 結果を中分類で見ると、最大頻度を示した恐れ体験は「①身に危害が加えられる」状況で、187名 (32.6%) に上り、その内訳 (小分類) は「1) 襲われる」が79名 (13.8%)、「2) 怨霊体験」が52名 (9.1%)、「3) 不審な者に遭う」28名 (4.9%)、「4) 暴力を振るわれる」22名 (3.8%)、「5) いじめに遭う」6名 (1.0%) であった。
- 次に頻度の多い恐れ体験は「②身の危険を感じる」状況の130名 (22.6%) で、内訳は「6) 天変地異に遭う」が34名 (5.9%)、「7) 事故に遭う」が26名 (4.5%)、「8) 暗闇で一人である」22名 (3.8%)、「9) 脅される」19名 (3.3%)、「10) 高い所や高速の状態」16名 (2.8%) などであった。
- 頻度3位の恐れ体験は「③人の怒りに触れる」状況で81名 (14.1%) を示した。内訳は「13) 親の怒りに触れる」の49名 (8.5%)、「14) 教師などの怒りに触れる」32名 (5.6%) であった。
- なお、出現頻度は相対的に低い、「⑧将来を危うくする」状況 (47名、8.2%)、「⑥一人ぼっちになる」状況 (33名、5.7%)、「④自分の死を考える」状況 (25名、4.4%)、「⑦親しい人を失う」状況 (23名、4.0%)、「⑨大切な事を目前にする」状況 (22名、3.8%)、「⑤殺傷や殺戮などを目撃する」状況 (16名、2.8%)、「⑩人を傷つけることを危惧する」状況 (10名、1.7%) など恐れ体験をすることが示された。

表1 恐れ体験の出現頻度

大分類	中分類	小分類	全体		年齢区分別						
			頻度	%	2-5	6-8	9-11	12-14	15-17	18-24	計
I. 直接に自分の身に危害・危険が及ぶ	①身に危害が加えられる	1)襲われる	79	13.8	7	8	11	8	14	31	79
		2)怨霊体験	52	9.1	6	9	5	5	9	18	52
		3)不審な者に遭う	28	4.9	2	2	3	5	2	14	28
		4)暴力を振るわれる	22	3.8	1	6	6	1	5	3	22
		5)いじめに遭う	6	1.0	0	0	1	2	2	1	6
		小計	187	32.6	16	25	26	21	32	67	187
	②身の危険を感じる	6)天変地異に遭う	34	5.9	4	8	5	4	5	8	34
		7)事故に遭う	26	4.5	1	2	4	2	6	11	26
		8)暗闇に一人である	22	3.8	2	3	4	3	1	8	21
		9)脅される	19	3.3	0	0	1	4	7	7	19
		10)高い所や高速の状態	16	2.8	0	3	4	3	1	5	16
		11)強い敵に出遭う	7	1.2	2	0	1	1	2	1	7
		12)対人恐怖	6	1.0	0	0	0	1	1	4	6
		小計	130	22.6	9	16	19	18	23	44	129
	③人の怒りに触れる	13)親の怒りに触れる	49	8.5	7	12	9	6	8	4	46
		14)教師などの怒りに触れる	32	5.6	1	4	3	11	4	9	32
		小計	81	14.1	8	16	12	17	12	13	78
④自分の死を考える	15)自分の死	12	2.1	1	1	5	1	1	3	12	
	16)自分の重病	7	1.2	0	1	2	1	2	1	7	
	17)自分の手術	6	1.0	0	1	1	2	0	2	6	
	小計	25	4.4	1	3	8	4	3	6	25	
II. 間接的に自分の身に危害・危険が及ぶ	⑤殺傷や殺戮などを目撃	18)戦争やテロの危険	9	1.6	0	0	1	0	1	7	9
		19)人身事故を目撃	5	0.9	0	2	1	0	0	2	5
		20)残酷な事態を目撃	2	0.3	0	1	1	0	0	0	2
		小計	16	2.8	0	3	3	0	1	9	16
	⑥一人ぼっちになる	21)分離不安	11	1.9	6	5	0	0	0	0	11
		22)置き去りにされる	9	1.6	4	3	1	0	0	1	9
		23)人に嫌われる	7	1.2	0	0	0	1	3	3	7
		24)孤独・孤立を感じる	6	1.0	0	0	0	0	0	5	5
		小計	33	5.7	10	8	1	1	3	9	32
	⑦親しい人を失う	25)親しい人との死別を想像	15	2.6	0	0	1	1	4	9	15
		26)身内が重病になる	4	0.7	0	0	1	0	1	2	4
		27)親しい人との別れ	4	0.7	0	0	0	0	0	4	4
		小計	23	4.0	0	0	2	1	5	15	23
III. 自分の身の前途が見えない状況	⑧将来を危うくする	28)失敗を危惧して	16	2.8	0	0	0	0	3	13	16
		29)不透明な将来	13	2.3	0	0	0	0	2	11	13
		30)幸せを失う	9	1.6	0	0	0	0	4	5	9
		31)人の裏切り	7	1.2	0	0	0	2	3	2	7
		32)自分に自信失う	2	0.3	0	0	0	0	1	1	2
		小計	47	8.2	0	0	0	2	13	32	47
	⑨大切な事を目前にする	33)初体験を目前にして	10	1.7	0	0	1	1	3	5	10
		34)責任の重大さに直面して	8	1.4	0	0	1	0	2	4	7
35)重大な事を目前に控えて		4	0.7	0	0	0	0	1	3	4	
	小計	22	3.8	0	0	2	1	6	12	21	
IV. 自分が人に危害を及ぼす	⑩人を傷つけることを危惧する	36)自分の暴発を危惧して	6	1.0	0	0	1	1	1	3	6
		37)過失による事故	4	0.7	0	0	1	0	0	3	4
		小計	10	1.7	0	0	2	1	1	6	10
	合計	574	100.0	44	71	75	66	99	213	568	

2. 恐れ体験の年齢区分別特徴

- 1) この恐れ体験の年齢区分別特徴を表1から見ると、「①身に危害が加えられる」状況と「②身の危険を感じる」状況は幼児期から大学生（青年後期）に渡って体験されているが、過半数は15歳以上の体験となっている。また、「⑧将来を危うくする」状況や「⑦親しい人を失う」状況、「⑨大事な事を目前にする」状況では、それらの恐れ体験のほとんどが15歳以上となっている。
- 2) これに対し、「③人の怒りに触れる」は幼児期から青年後期に渡って体験されているが、出現頻度の過半数は学童期から青年前期（中学生）において体験するという特徴を示している。また、「⑥一人ぼっちになる」体験は、「21」分離不安や「22」置き去りにされる」は幼児から学童前期のものであり、「23」人に嫌われる」や「24」孤独・孤立を感じる」は青年後期のものであることを示している。

考 察

1. 4つの大分類

結果に示した恐れ体験の10の中分類は、さらに、4つにまとめること（大分類）ができる。

- I. 直接に自分の身に危害・危険が及ぶ状況（①身に危害が加えられる、②身の危険を感じる、③人の怒りに触れる、④自分の死を考える）。ここに属する恐れ感情体験の出現頻度は、423（73.7%）であった。
- II. 間接的に自分の身に危害・危険が及ぶ状況（⑤殺傷や殺戮などを目撃する、⑥一人ぼっちになる、⑦親しい人を失う）。恐れ感情体験の出現頻度は、72（12.5%）であった。
- III. 自分の身の前途が見えない状況（⑧将来を危うくする、⑨大事な事を目前にする）。感情体験の出現頻度は、69（12.0%）であった。
- IV. 自分が人に危害を及ぼす状況（⑩人を傷つけることを危惧する）。出現頻度は、10（1.7%）であった。

ここから、全体として見ると、恐れ感情は「直接または間接に、自分の身に危害・危険が及ぶ状況」に直面して生起する感情である（出現頻度495（86.2%））という特徴を示すものといえる。Ⅲの「自分の身の前途が見えない状況」も「前途が見えない」という意味で、「危害・危険」の可能性を持つ状況と言える。また、Ⅳの出現頻度は少ないが、「他人の身に危害・危険が及ぶ状況」であり、その原因が自分にあるというものである。恐れ感情は被害者となる状況で生じる（98.3%）ことが基本であろうが、加害者になるという状況においても生じることが示された。この加害者となる状況で生じる恐れ感情は、人と人との関係で社会生活を安定的に営むにおいて重要であり、まさに人間的感情である。

2. 年齢区分による特徴

恐れ感情生起の年齢区分による特徴は、幼児期・学童前期には、主に両親との関係による状況に関わり、学童後期・青年前期には両親との関係する状況もあるが教師などとの状況が増え、青年後期以降では両親との関係は減少し生活と活動のあらゆる側面（状況）と関わって恐れ感情が生起することが示されている。これらは、全体として、成長・発達につれて生活と活動の場

面が変化し、その変化に従った状況と恐れの感情生起が関連することを示すものである。

研究2 充実について (分担執筆 高橋直美)

1. 充実体験の分類

調査対象者607名のうち、「充実」を感じた体験を具体的に記述した者は586名(96.5%)、記述しなかった者は21名(3.5%)で、この21名中5名が「なし」「これとって思い出せない」と記入し、16名がブランク(無記入)のままであった。

586名が記述した充実体験の内容を「充実を感じる状況」によって分類したところ、以下の57のカテゴリー(1～57)に区分することができた。その57の内容はさらに15の中分類(①～⑮)に、そして最終的には7つの大分類(I～VII)にまとめることができた。また、例としてあげた記述内容を体験した年齢は()内に示してある。

I. 達成する

① 結果を出す

- 1) 部活動や勉強で良い成績・結果を出す：「部活の大会などで良い結果が出せていた頃(12歳)」「試験で高得点が出た時(18歳)」
- 2) 取り組んでいることが向上する、自己ベストを出す：「自分の合唱の声がだんだん伸びていった時期(19)」「とてもつらかった部活の合宿の最後にベストタイムを出せたこと(17)」
- 3) 試合や大会などで勝利する：「コンクールや文化祭で合唱をして優勝した時(17)」「一生懸命練習して、その結果、試合で勝てた時(18)」
- 4) 免許・高校・大学の試験などに合格する：「普通自動車の運転免許がとれた時(19)」「高校受験に合格した時。何かを達成したから(15)」「大学に合格した時(18)」
- 5) 賞を貰う、入賞する：「仲間数人と一から始めた学校新聞がやっとできあがり、それが大きな賞をもらった時(17)」「高校のマラソン大会で入賞した時(17)」

② やり終える

- 6) 演劇公演・演奏会・学園祭・文化祭・体育祭などの行事をやり終える：「演劇公演が終わった時(13)」「演奏会を無事終えた時(18)」「高2の時の文化祭の後(17)」
- 7) 部活動をやり終えて引退する：「部活を最後までやり遂げて引退した時(18)」
- 8) アルバイトをやり終える：「一日中バイトをやって帰ってくる時(18)」「店が混んで長引いたバイトが終わった時(19)」
- 9) それ以外の1つのことをやり終える：「バスケの練習をやり終えた時(12)」「日記を夢中で書いて書き終えた時(26)」
- 10) あれもこれもやり終える：「好きなアーティストのライブの後の充実感。勉強、部活などをやりきった時の充実感(15)」「答辞の作業、受験など忙しいながらも乗り越えた時(18)」

③ 遂行する

- 11) あれもこれも両立する：「高校受験の勉強と部活を一生懸命両立させた(15)」「学校と部活、バイト(どれもすごく大変)を両立したこと(18)」
- 12) 自分の思い通り・計画通りに実行する：「中学の時に、勉強、委員会などが全て自分の思

い通りに進んでいる時 (14)」「毎日自らがやりたい事を計画的に実行している時。やりたい事＝バイト、趣味、遊び (19)」

13) スケジュールを実行する：「スケジュールが詰まっていた、スムーズに実行できた時 (18)」
「埋め尽くされたスケジュールを完全制覇した時 (20)」

④ 成功する

14) 手がけていたものが成功する：「自分たちで作上げたイベントが何とか成功した時 (11)」
「高校の文化祭で自分達の出し物がうまくいった時 (18)」

15) やりたいこと・願っていたことがかなう：「有意義な休日を過ごせた時 (20)」
「片思いだった子と委員会の仕事で話すことができた時 (12)」

⑤ 完成する

16) 宿題・レポートなどの課題が完成する：「初めて夏休み中に宿題を終わらせることができた時 (10)」
「何日も寝ずに書いたレポートが出来上がった時 (19)」

17) 手がけていたものが出来上がる：「1人でチーズケーキ1ホール作った時 (11)」
「自分で本棚をダンボールで作った (20)」

⑥ 報酬を得る

18) 自分のしたことが周りの人に喜ばれる、認められる：「初めてお遣いに行き、母に誉められた時 (6)」
「誰かに自分を認めてもらえた時に感じます (15)」

19) アルバイトで給与を得る：「バイトをばりばり頑張って10万を越える給料をもらった時 (19)」
「つらいバイトで貯めた金を一気に全部おろして手にした時 (21)」

II. 携わっている

⑦ 取り組む

20) 部活動・サークルに取り組む：「中学校で毎日部活をしていたこと (14)」
「高校の部活中 (17)」
「サークルで楽しくバスケをやっている時 (20)」

21) 趣味・スポーツ・音楽・遊びなど自分の好きなことに取り組む：「本屋で好きな本を探している時 (15)」
「サッカーをやった時 (11)」
「諦めた音楽活動をまた形を変えて、今音楽友の会の部員として活動している時 (20)」
「小学校時代。毎日遊んで過ごしていた (9)」

22) 勉強に取り組む：「高校受験の勉強をした時 (15)」
「大学受験の勉強が毎日続いていた時 (17)」
「授業に真剣に取り組む日々を送っていること (20)」

23) 学園祭・文化祭・体育祭など学校の行事に取り組む：「学祭の時。係だったので準備から何から何までやったので (19)」
「文化祭の準備期間 (17)」
「高校の体育祭で応援団に参加したこと (15)」

24) アルバイト・就職活動に取り組む：「バイトしている時 (17)」
「就職活動 (22)」

25) あれにもこれにも取り組む：「珠算、学習塾、水泳、書道、学校、生徒会と様々な事を自分の身体が続く限り楽しくやっていた (12)」
「ボランティアとか色々な活動をしていて、勉強も友人と励んでやっていた時 (16)」

26) リーダーとして取り組む：「生徒会の役員を務め、いろいろな仕事をやったこと (14)」
「今年の夏休み。3ヶ月の研修を積んで障害児のキャンプのリーダーとして参加した事 (20)」

⑧ 頑張る

27) 部活動を頑張る：「部活動で全員で大会目指して頑張っていた時 (14)」
「部活を一生懸命やっていた時 (15)」

- 28) 勉強を頑張る：「テスト前などで、勉強を真面目に頑張っていた時 (17)」「受験勉強を必死にしたこと (18)」
- 29) それ以外の1つのことを頑張る：「目標ができて、それに向かって頑張っている時 (17)」「片思いの人を振り向かせようと様々な努力をした時 (19)」
- 30) あれもこれも頑張る：「勉強・部活を一生懸命頑張っていた時 (14)」「この夏休みのこと。バイトや友達との交流、そして勉強ととても頑張れた (21)」

⑨ 特定の姿勢で取り組む

- 31) 没頭する、集中する、夢中になる：「美術部で制作に没頭していた時 (17)」「勉強していてとても集中できた時 (20)」「小さな事にでも何にでも夢中になってやっていた (13)」
- 32) 部活動や勉強に打ち込む：「部活に打ち込んでいた時 (16)」「自分の打ち込みたい勉強をしている、させてもらっている今 (20)」
- 33) あれにもこれにも追われる：「中学校生活。生徒会長にバレーボール部、駅伝部、短距離選手、合唱団、かつ3年で受験勉強に追われてた時 (14)」「毎日、勉強と部活に追われていたこと (16)」

Ⅲ. 暇な時間がない

⑩ 忙しい・休む暇がない

- 34) あれもこれも忙しい：「高校時代、学校で友人たちと遊んだり、クラブ活動をしたり、休日も出かけたりと、毎日が忙しかったけれど楽しくて充実していた (16)」「授業、アルバイト、ボランティアと休んでいる時がないこと (20)」
- 35) 忙しいと感じる：「大学に入り、毎日忙しいけどその中にとっても充実感がある (21)」「忙しくてどうしようもなくもやっていることが楽しい時 (17)」
- 36) 部活動・アルバイトなど1つのことをして忙しい：「高校3年間は年に数えるほどしか休みのない厳しい部活でした (17)」「バイト先のケーキ屋での目まぐるしいほどのクリスマス商戦 (18)」

⑪ 時間が用事で埋まっている

- 37) やること・やりたいこと・やるべきことがある：「毎日やることややりたいことで溢れている (22)」「毎日何らかの用事が入っていて、やる気もあって余計なことを考えずにいられた (20)」
- 38) 予定が入る、予定表が埋まっている：「暇な日が全くないくらいにたくさん予定が詰まっている時 (18)」「スケジュール帳に自分のやりたいこと、楽しいと思うことが隙間なく書き込まれているのを見た時 (23)」

Ⅳ. 新鮮な体験をする

⑫ 初めてのことを体験する

- 39) 大学生活やそれに伴って一人暮らしを始める：「大学に入った最初の頃 (18)」「大学に入り、一人暮らしを始め、一人で家事ができてくると充実してると思う (19)」
- 40) 初めてのアルバイトをする：「初アルバイトをした時 (16)」
- 41) 初めての場所を訪れる：「知らないところを歩いている時 (18)」
- 42) その他のことを初めてする：「初めてのピアノの発表会をやり終わった時 (7)」「初めてサッカーの試合を見に行ったこと。浦和レッズvsフラメンゴ (16)」

⑬ 得難い特別なことを体験する

43) 海外や国内を訪れる、旅行する：「カナダに語学研修に行った時 (20)」「高校の友達と卒業旅行に行った (18)」

44) 合宿をする：「部活で合宿をしたとき一日 (12)」「習字の合宿中 (16)」

45) その他に特定の貴重なことをする：「この夏、原付で山梨に行った。本気で疲れた。しかしめっちゃ充実した2日間 (19)」「リゾートバイトで1ヶ月一生懸命働いていた期間 (19)」

V. 良い状態にある

⑭ うまくいっていると感じる

46) あれもこれもうまくいっている：「やることなすことうまくいく時 (12)」「遊び、部活、勉強、友人関係が怖いくらいうまくいった時 (16)」

47) 漠然とうまくいっている：「自分の生活に張りがある、うまくいっている時 (19)」「毎日うまくいっている時 (20)」

⑮ 心地よいと感じる

48) 楽しい：「次の日、学校に行くのが楽しみでしよるがなかったこと (9)」「毎日の生活に不満もなく、毎日が楽しく過ごせていた時 (19)」

49) 気分がいい：「朝から晩までいい気分過ごせた時 (多々ある)」「精神的に満たされている時 (17)」

VI. 好きな人と関わっている

50) 友だちができる、友だちと一緒に過ごす、一緒に何かをする：「私と同じ考えを持った友人がたくさんできた (19)」「自分が話さなくてもクラスの皆と話に混じったり、一緒にいること (16)」「気の合う友人と遊ぶ (23)」

51) 恋人がいる、恋人と一緒に過ごす：「彼女がいた時 (23)」「好きな人と一緒にいる時 (20)」

52) 家族・親戚と一緒に過ごす、何かをする：「台所に立つお母さんを妹と一緒にしながら、ご飯を待っていた (3)」「家族と過ごす時間 (21)」

53) 複数の人々とうまくいく：「友達や家族や恋人とうまくいっていて、自分に自信が持てる時 (随時)」「自分を必要としてくれる人達がいること (20)」

VII. その他 (I~VIの分類に該当しなかったもの)

54) 記述不足で時期のみが記載されているもの：「今 (22)」「中学時代 (14)」「今年の夏を今振り返ると充実していた (19)」

55) お金・買物・食事・睡眠などで得られる満足感に該当するもの：「父の収入が良くて恵まれていて良かった (20)」「いっぱい服を買った時 (20)」「腹一杯食べた (19)」「ものすごくよく寝た (18)」

56) のんびりする、ほっとすることで得られる充足感に該当するもの：「何も考えずにただ青い空をぼーっと長めるだけ。2時間くらい (17)」「人間関係や日々の暮らしが穏やかだなあと感じた時 (21)」

57) その他：「深く考えちゃう性格をやめた (16)」「将来について考える時 (19)」

結果

1. 充実体験の分布

表2-1、2-2に、充実体験を「充実を感じる状況」によって分類した7つの大分類、15の中分類、

57の小分類の年齢毎の分布を示す。なお、年齢の欄の“不明”には年齢の記述がなかったものが、“常に”には「多々ある」「随時」「いつも」などと記述されたものがカウントされている。

- 1) 充実体験の7つの大分類ごとの出現頻度は、『Ⅰ. 達成することで得られる充実』が169名(28.8%)、『Ⅱ. 携わっていることで得られる充実』が167名(28.5%)、『Ⅲ. 暇な時間がないことで得られる充実』が57名(9.7%)、『Ⅳ. 新鮮な体験をすることで得られる充実』が55名(9.4%)、『Ⅴ. 良い状態で得られる充実』が45名(7.7%)、『Ⅵ. 好きな人と関わっていることで得られる充実』が40名(6.8%)、『Ⅶ. その他』が53名(9.0%)であった。
- 2) 『Ⅰ. 達成することで得られる充実』の6つの中分類の出現頻度は、[①結果を出す]が45名(7.7%)、[②やり終える]が44名(7.5%)、[③遂行する]が24名(4.1%)、[④成功する]が24名(4.1%)、[⑤完成する]が20名(3.4%)、[⑥報酬を得る]が12名(2.0%)であった。
- 3) 『Ⅱ. 携わっていることで得られる充実』の3つの中分類の出現頻度は、[⑦取り組む]が122名(20.8%)、[⑧頑張る]が28名(4.8%)、[⑨特定の姿勢で取り組む]が17名(2.9%)であった。
- 4) 『Ⅲ. 暇な時間がないことで得られる充実』の2つの中分類の出現頻度は、[⑩忙しい・休む暇がない]が39名(6.7%)、[⑪時間が用事で埋まっている]が18名(3.1%)であった。
- 5) 『Ⅳ. 新鮮な体験をすることで得られる充実』の2つの中分類の出現頻度は、[⑫初めてのことを体験する]が29名(4.9%)、[⑬得難い特別なことを体験する]が26名(4.4%)であった。
- 6) 『Ⅴ. 良い状態で得られる充実』の2つの中分類の出現頻度は、[⑭うまくいっていると感じる]が27名(4.6%)、[⑮心地よいと感じる]が18名(3.1%)であった。
- 7) Ⅰ～Ⅵの6つの大分類(15の中分類を含む)は、その体験内容がイメージされやすいように、1)～53)の小分類に分けられた。そのうち、出現頻度が10名(1.7%)以上のものを、表2-1、2-2に太字で示してある。概観すると、家庭生活よりは、“学校生活に関する事柄(部活動、勉強、行事、課題)”や、“家庭外での活動に関する事柄(国内・海外の旅行、友だち、恋人)”、“自分の好きなことや趣味に関する事柄(自分の好きなこと、やりたいこと)”、“自分の力を実感するような事柄(良い成績・結果を出す、向上・自己ベスト、勝利する、思い通り・計画通り、リーダー、大学生活・一人暮らし)”、そして、“複数の事柄(あれもこれも)”といった表記が見られる。
- 8) 『Ⅶ. その他』は、Ⅰ～Ⅵの分類に該当しなかったものである。日本国語大辞典(2001)によると、「充実」は“中に隙間なく一杯に満ちること。内容が十分備わって豊かなこと”、「充実感」は“充実した感じ。内容が十分に備わって豊かな感じ”とある。この「充実感」の意味にそぐわず、「満足感」(16名、2.7%)、「充足感」(11名、1.9%)など、別な感情の方がふさわしいと思われたもののほか、「記述不足で時期のみが記載されているもの」(19名、3.2%)、「その他(どれにも分類できなかったもの)」(7名、1.2%)が含まれている。

2. 充実体験の年齢毎の出現頻度

- 1) 表2-2で、年齢毎の出現頻度の総計を見ると、11歳までは1桁の人数で推移するが、12歳から2桁の人数に増え、19歳(110名、19%)でピークを迎えるまで徐々に人数が増えていく。また、14～20歳までの間に481名(82.1%)が集中している。

表2-2 「充実」を感じる体験の年齢毎の分布（出現頻度と割合）

内 容	年 齢																											
	3・7		8・11		12		13		14		15		16		17		18		19		20		21・26		その他			
	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%	度数	%		
I 達成する（小計）	2	28.6	6	46.2	8	57.1	6	31.6	12	32.4	20	46.5	9	19.1	25	37.3	34	37.0	22	20.0	18	21.2	4	13.8	3	12.0		
①結果を出す		0	2	15.4	3	21.4	3	15.8	5	13.5	6	14.0	2	4.3	10	14.9	9	9.8	3	2.7	2	2.4		0		0		
②やり終える		0		0	1	7.1	2	10.5		0.0	6	14.0	3	6.4	7	10.4	13	14.1	7	6.4	3	3.5	1	3.4	1	4.0		
③遂行する		0		0	1	7.1	1	5.3	3	8.1	3	7.0	1	2.1	3	4.5	4	4.3	3	2.7	5	5.9		0		0		
④成功する	1	14.3	2	15.4	2	14.3		0	4	10.8	3	7.0	2	4.3	2	3.0	4	4.3	2	1.8	2	2.4		0		0		
⑤完成する		0	2	15.4		0		0		0	0	0	0	0	1	1.5	2	2.2	5	4.5	6	7.1	2	6.9	2	8.0		
⑥報酬を得る	1	14.3		0	1	7.1		0		0	2	4.7	1	2.1	2	3.0	2	2.2	2	1.8		0	1	3.4		0		
II 携わっている（小計）	1	14.3	4	30.8	3	21.4	7	36.8	17	45.9	18	41.9	22	46.8	22	32.8	19	20.7	20	18.2	26	30.6	5	17.2	5	20.0		
⑦取り組む	1	14.3	3	23.1	3	21.4	5	26.3	11	29.7	13	30.2	14	29.8	13	19.4	14	15.2	16	14.5	22	25.9	4	13.8	5	20.0		
⑧頑張る		0	1	7.7		0	1	5.3	5	13.5	3	7.0	3	6.4	6	9.0	4	4.3	2	1.8	2	2.4	1	3.4		0		
⑨特定の姿勢で取り組む		0		0		0	1	5.3	1	2.7	2	4.7	5	10.6	3	4.5	1	1.1	2	1.8	2	2.4		0		0		
III 暇な時間がない（小計）	0	0	0	0	0	0	0	0	2	5.4	4	9.3	1	2.1	6	9.0	8	8.7	11	10.0	12	14.1	7	24.1	6	24.0		
⑩忙しい・休み暇がない		0		0		0		0	2	5.4	4	9.3	1	2.1	6	9.0	7	7.6	7	6.4	8	9.4	3	10.3	1	4.0		
⑪時間が用事で埋まる		0		0		0		0		0		0		0		0	1	1.1	4	3.6	4	4.7	4	13.8	5	20.0		
IV 新鮮な体験をする（小計）	1	14.3	0	0	1	7.1	0	0	1	2.7	0	0	7	14.9	4	6.0	11	12.0	17	15.5	12	14.1	0	0	1	4.0		
⑫初めてのこと	1	14.3		0		0		0		0		0	4	8.5	2	3.0	9	9.8	7	6.4	6	7.1		0		0		
⑬得難い特別なこと		0		0	1	7.1		0	1	2.7		0	3	6.4	2	3.0	2	2.2	10	9.1	6	7.1		0	1	4.0		
V 良い状態（小計）	1	14.3	3	23.1	2	14.3	4	21.1	2	5.4	0	0	2	4.3	3	4.5	7	7.6	13	11.8	4	4.7	2	6.9	2	8.0		
⑭うまくいく	1	14.3	1	7.7	2	14.3	3	15.8	1	2.7		0	1	2.1	1	1.5	4	4.3	8	7.3	3	3.5	1	3.4	1	4.0		
⑮心地よい		0	2	15.4		0	1	5.3	1	2.7		0	1	2.1	2	3.0	3	3.3	5	4.5	1	1.2	1	3.4	1	4.0		
VI 好きな人と関わっている	1	14.3		0		0	1	5.3	2	5.4	1	2.3	4	8.5	0	3.0	8	8.7	10	9.1	5	5.9	4	13.8	0	8.0		
VII その他	1	14.3		0		0	1	5.3	1	2.7		0	0	4.3	5	7.5	5	5.4	17	15.5	8	9.4	7	24.1	6	24.0		
合計	7	100	13	100	14	100	19	100	37	100	43	100	47	100	67	100	92	100	110	100	85	100	29	100	25	100		

2) 表2-1、2-2で、充実体験の内容別に年齢毎の出現頻度を見ると、内容の分類によって、以下のような分布の特徴が見出された。

- 2-1) 『I. 達成することで得られる充実』で、出現頻度が2名以上であるのは、6歳、及び10～26歳に分布していた。そのうち、出現頻度が10名以上であるのは、14～15歳、及び17～20歳だった。
- 2-2) 『II. 携わっていることで得られる充実』で、出現頻度が2名以上であるのは、11～26歳に分布していた。そのうち、出現頻度が10名以上であるのは、14～20歳だった。
- 2-3) 『III. 暇な時間がないことで得られる充実』で、出現頻度が2名以上であるのは、14～15歳、及び17～26歳に分布していた。
- 2-4) 『IV. 新鮮な体験をすることで得られる充実』で、出現頻度が2名以上であるのは、16～20歳に分布していた。
- 2-5) 『V. 良い状態で得られる充実』で、出現頻度が2名以上であるのは、12～14歳、及び16～26歳に分布していた。
- 2-6) 『VI. 好きな人と関わっていることで得られる充実』で、出現頻度が2名以上であるのは、14歳、及び16～26歳に分布していた。

3. 充実体験の年齢毎の分布

表2-2に、充実体験の7つの大分類、15の中分類における年齢毎の出現頻度と割合を示した。なお、年齢の欄の“その他”には、年齢の記述がなかったもの、及び、「いつも」などと記述したものがカウントされている。

- 1) I～Ⅵの大分類の小計において、年齢毎の出現頻度の割合が10%以上のものを、表1-3において太字で示した。その結果、10%以上のものが『Ⅰ. 達成することで得られる充実』と『Ⅱ. 携わっていることで得られる充実』に集中しており、割合に多少のばらつきが見られるものの、3～20歳の各々の年齢において、1番目、あるいは2番目に割合の値が大きくなっている。
- 2) 年齢毎の出現頻度の割合が10%以上のものは、『Ⅲ. 暇な時間がないことで得られる充実』は、19～26歳に、『Ⅳ. 新鮮な体験をすることで得られる充実』は、3～7歳、16歳、18～20歳に、『Ⅴ. 良い状態で得られる充実』は、3～13歳と19歳に、そして、『Ⅵ. 好きな人と関わっていることで得られる充実』は、3～7歳、21～26歳に、それぞれ集中している。
- 3) 年齢に注目すると、21～26歳が他の年齢とは違った分布をしている。21～26歳は、『Ⅲ. 暇な時間がないことで得られる充実』が24.1%（7名）と最も多く、あとは『Ⅳ. 新鮮な体験をすることで得られる充実』以外に分散して分布している。

考 察

1. 充実体験586の記述から、「どういった状況や状態で充実を感じたか」について分類した結果、主な充実体験は、『Ⅰ. 達成する』、『Ⅱ. 携わっている』、『Ⅲ. 暇な時間がない』、『Ⅳ. 新鮮な体験をする』、『Ⅴ. 良い状態』、『Ⅵ. 好きな人と関わっている』、という状況や状態に分類された。

鈴木ほか（2002）の喜び体験の分類を見ると、「物・出来事を得る場合」、「心（愛情・好意・充実感・達成感）を得た場合」、「人（友人・恋人）を得た場合」、「自分自身の努力や行為によって成功（合格、受賞）を得た場合」、「幸運（満足や嬉しさ）」といった分類項目が並び、充実体験の分類と全く同じ、あるいは似通った記述が多い。そのため、充実体験は、喜び体験と非常に近い感情体験であると思われる。

一方、充実体験に独自の分類は、『Ⅱ. 携わっている』、『Ⅲ. 暇な時間がない』である。何事かに携わっている時は、目の前の物事に集中し、他のことに目がいかない状態にあることから、“何かに焦点づけられている状態” だと言えよう。同様に、暇な時間がない時も、忙しさや目の前の用事のために雑事に心を傾けているゆとりがない状態にあることから、“何かに焦点づけられている状態” だと言える。“何かに焦点づけられている状態” とは、不満や悩みなどが心の中に入り込む隙間のない状態であるため、否定的な感情が生じることもなく、満ち足りた感じ、すなわち、充実した感情が実感されるのではないかと思われる。また、出現頻度の多い小分類の項目に注目すると、“あれもこれも” といった複数の事柄の表記がいくつか見られることから、複数の事柄に心を傾けている状態では、心の中に他事が入り込む隙間が余計になくることが予想され、“何かに焦点づけられている状態” が充実を感じる1つの鍵となっていると思われる。

そうした視点から考えると、『Ⅰ. 達成する』状況も、達成するまでのプロセスにおいては、“何かに焦点づけられている状態” を体験していると思われるし、『Ⅳ. 新鮮なことを体験する』

状況も、これまでにない体験に“焦点づけられている状態”にあると考えられる。

また、『V. 良い状態』や『VI. 好きな人と関わっている』状況は、“何かに焦点づけられている状態”というよりは、不満や悩みなどが心に入り込む隙間のない状態の方に重きが置かれているのではないと思われる。

2. 充実体験の年齢毎の出現頻度に注目すると、各分類によって多少のばらつきはあるものの、14～20歳に分布が集中している。これは、これまでの感情体験の分析（鈴木ほか、2000；上杉ほか、2002；上杉ほか、2003）に比べ、比較的高い年齢層に集中しており、空しい体験の年齢分布と似通っている。「空しい」に関しては、“青年期は「自己」と「他者」を強く意識するために、理想と現実の狭間で不全感を抱きやすくなるために生じる”（吉川、2003）といったことが考察で述べられている。「充実」と「空しい」は、対をなす感情体験であり、自分自身の力に対する不全感が生じると空しい感情が生起し、自分自身の力に対する満足感が得られると充実した感情が生起するのではないと思われる。

実際、充実体験の分布（出現頻度）に注目すると、『I. 達成する』と『II. 携わっている』という2つの状況、すなわち、自分の力を試し、発揮することができる状況に、出現頻度の半数以上が集中している。また、小分類において出現頻度が多い項目に注目すると、家庭生活よりは、“学校生活に関する事柄”、“家庭外での活動に関する事柄”、“自分の好きなことや趣味に関する事柄”、“自分の力を実感するような事柄”といった記述が見られることから、“自分一人の力が試され、自分自身の力に対する満足感が得られる状態”において、充実を感じるのではないと思われる。

また、充実体験の年齢毎の出現頻度と割合に注目すると、『IV. 新鮮な体験をする』状況において、16歳、18～20歳という比較的高い年齢層で、充実を感じる人の割合が多いことから、もっと幼い年齢においても新鮮な体験をするであろうが、比較的高い年齢においてこれまでにない新鮮な体験をする場合、自分自身の能力によってやりこなすという側面が生じ、充実した感情が生起するのではないかと考えられ、“自分一人の力が試され、自分自身の力に対する満足感が得られる状態”が充実を感じるもう1つの鍵となっていると思われる。

一方、『V. 良い状態』において、3～13歳という比較的低い年齢層で、充実を感じる人の割合が多いというのは、自分自身の能力に青年ほどの自信が持てない子どもが、能力の如何を問わず、自尊心が高まり、満ち足りた気持ちになれるような状態において、充実を感じやすいことを示しているのではないと思われる。また、19歳（大学1～2年生）では『V. 良い状態』の時に、そして、21～26歳では『VI. 好きな人と関わっている』状況において、それぞれ充実を感じる人の割合が多いというのは、青年期の心の揺れの反動として、能力の如何を問わずに満ち足りた気持ちになれるような状態を求めているとも考えられるし、自分の力が発揮されたために良い状態や好きな人と関わっている状況をつかみ取ったと認識している可能性も考えられる。

3. 『VII. その他』の小分類に注目すると、「時期のみの記載」が多いが、これは充実が他の感情体験のように、その場の出来事に対する反射的な反応として生じるのではなく、“ある一定期間に起こったことが、後から振り返った時に充実した感情として蘇ってくる”という側面があることを示しているのではないと思われる。また、「満足感」や「充足感」といった別な

感情の方がふさわしいと思われる記述が多いのだが、これは感情体験の用語が「充実感」ではなく、「充実」として呈示されたために、“中に隙間なく一杯に満ちること”といった意味内容が読み手に喚起され、充実体験の記述としてあげられたのではないかと思われる。

研究 恥ずかしいについて (分担執筆 平宮正志)

1. 恥ずかしい体験の分類

調査対象者607名のうち、恥ずかしい体験を具体的に記述したものは581名(95.7%)、記述しなかったものは26名(4.3%)で、この26名中8名は「思いつきません」「とくにない」等とするもので、18名がブランク(未記入)であった。

1-1 恥ずかしいの「対象」による分類

恥ずかしい体験の581名の記述から、恥ずかしいの「対象」について分類したところ、次の43のカテゴリーに区分することができ、43のカテゴリーはさらに6つ(I~VI)にまとめることができた。(注:体験時の年齢を()内に示す。)なお、43の分類のうち、39)~41)については、その内容に従い、さらに分類した。

I. 異性に注目されて感じた

- 1) 告白した:「好きな人に告白したとき(12才)」「好きな男の子に手紙で告白したこと(14才)」
- 2) 異性と会話した:「好きな人と面と向かって話をしている時(18才)」「自分の気持ちを知っている、前に好きだった人と話すとき(17才)」
- 3) 異性の前で失敗をした:「好きな人に失態を見られたとき(12才)」「好きな人にスッピンを見られたとき(20才)」
- 4) 告白された:「誕生日に男の子から花束をもらった時(7才)」「女の子に告白されて(11才)」
- 5) 異性と出会った:「好きな人と二人きりになったとき(16才)」「学校内で彼女に出会ったとき(20才)」

II. 自分自身を振り返って感じた

- 6) 人前で偉そうに振舞った:「授業で、「わかった人は手を挙げて」と、いわれて、わかってないのに手を挙げ、それがばれた時(9才)」「好きな人の前で強がって偉そうに振る舞った自分をあとで思い出したとき(26才)」
- 7) 自己管理ができていなかった:「小学校の修学旅行でお金を忘れていって、先生に借りたこと(11才)」「受験勉強する目的で、あることを我慢したにもかかわらず、勉強しなかったことに気付いた時(18才)」
- 8) 人を傷つけた:「大切な人を傷つけた(13才)」「自分勝手な事で相手を深く傷付けた時(20才)」
- 9) 体重が増加した:「ストレス太りでプラス10kgになったとき(15才)」「食べ過ぎで、太った頃、服がパンパンで人前に出るのが恥ずかしいと思った(19才)」
- 10) 人前で大げさに振舞った:「ちょっとした怪我で大げさに騒いでしまった後(11才)」「高

校に入学して浮かれすぎてハメをはずした時 (16才)』

- 11) 自分自身を過小評価していた：「自分を過小評価しすぎていたころ。人の顔を正面から見るのも恥ずかしかった (18才)」

Ⅲ. 結果を振り返って感じた

- 12) お酒に酔っ払って失態をおかした：「酔って外で大騒ぎしたとき (18才)」 「酔って泣き叫んだこと (20才)」
- 13) 部活動の結果が良くなかった：「部活が一回戦で負けたとき (13才)」 「バスケットの試合で、何もできなかったとき (15才)」
- 14) テスト結果が良くなかった：「テストで低い点を取ったとき (10才)」 「数学のテストで100点満点中、3点だったこと (17才)」
- 15) その他 結果が良くなかった：「トイレにタンクに入れる洗浄剤を入れたとき (10才)」 「真面目に言った文章の中に変な間違いや、イントネーションがあったとき (18才)」

Ⅳ. 上がりより生じる身体の変調を意識して感じた

- 16) 赤面した：「授業中、当てられた問題の答えを間違って、皆の前で否定され顔が赤くなるのを感じたとき (9才)」 「人前で発表などをしている時に赤面してしまったこと (17才)」
- 17) 声が上ずった：「皆の前で、日直のとき恥ずかしくて声が出なくなった (10才)」 「授業の発表で声が裏返ってしまったとき (14才)」
- 18) 汗をかいた：「ビリヤードをしている時に一人で、汗をかいていたこと (20才)」 「たいして暑くもないのに、緊張して一人大汗をかいてしまったこと (21才)」
- 19) 体が震えた：「人前で、緊張して声が震えたとき (8才)」 「人前ですごく手が震えてしまった (18才)」

Ⅴ. 人前で感じた

- 20) 発表した：「お楽しみ会で出し物をしたとき (9才)」 「全校集会であいさつを間違えたこと (12才)」 「ギターのチューニングが合っていないのに演奏した (19才)」 「自分が描いた絵等を他の人に見せるとき (19才)」
- 21) 転倒した：「入学式でみんなの前で転んだとき (12才)」 「6号館の前で、大勢の中一人でこけたこと (18才)」 「一人でスケボーでこけた (20才)」
- 22) 秘密が暴露した：「給食のエプロンをたたむのが遅いことを家庭訪問で親に言われたこと (7才)」 「好きな女の人の名前がみんなにばれた時 (19才)」
- 23) 人違いをした：「親だと思って、甘えていたら、他人だった (3才)」 「友達を驚かせようと思ったら間違えて他の人を驚かせてしまった (15才)」
- 24) デビューした：「初めて「エロ本」を買ったとき (13才)」 「転校してまだ新しい生活に慣れていなかったとき (15才)」 「ずーと、出ていなかった授業に急に出たとき (20才)」
- 25) じろじろ見られた：「中学の時、部活を転部して、ジロジロ見られるのが嫌だった (12才)」 「道端で踊っていて、車中の人と目が合ったとき (17才)」
- 26) おならをこいた：「授業中みんなの前でおならが出た (11才)」 「おならをしてしまったら近くに人がいた。聞かれたと思ったとき (20才)」
- 27) 間違い等を指摘された：「生まれてはじめて電話をかけた時、間違い電話だったこと (5才)」 「テストの答案に名前を書き間違えて、先生に指摘されたとき (7才)」
- 28) 居眠りをした：「授業中眠ってしまい、起きたらみんなが注目していたとき (11才)」 「電

- 車に乗って寝てしまって、1つ前の駅でつい降りてしまい、気がついてまた同じ車両に乗ったこと (18才)]
- 29) 泣いた：「人前で大泣きしてしまったとき (16才)」「バイトで大泣きして帰ったこと (19才)]
- 30) けがをした：「電車の中で鼻血を出したとき (10才)」「授業中に気持ち悪くなり、タンカで保健室に運ばれたとき (16才)]
- 31) からかわれた：「変な落書きを沢山の人の人に見られ、からかわれたとき (6才)」「クラスで、椅子に座っていたらいきなり椅子を引き抜かれて、転げ落ちたこと (13才)]
- 32) 叱られた：「剣道の試合中、みんなの前で祖父に怒られたこと (10才)」「たった一人で、前に出されて、怒られたとき (17才)]
- 33) 褒められた：「お祭りで衣装を着て周りの人に可愛いと言われたこと (5才)」「みんなの前で、賞状をもらったとき (13才)]
- 34) ど忘れた：「小3の時、他のクラスで朗読する文章をど忘れたとき (9才)」「授業中手を挙げて指されたときに、答えを忘れてつままったとき (11才)]
- 35) 罰ゲームを行った：「罰ゲームで、皆の前で物まねをしたとき (7才)」「罰ゲームをしたとき (20才)]
- 36) 鼻歌を聞かれた：「単車で歌っていて周りの人に聞こえていたとき (18才)」「電車の中で、気付かないうちに鼻歌を歌っていたこと (19才)]
- 37) お腹が鳴った：「テスト中とかにお腹が鳴ったとき (14才)]
- 38) 喧嘩をした：「教室でクラスメート全員の前で怒ったこと (10才)」「全校集会のとき先生とけんかして殴られた時 (17才)]
- 39) 知られたくないような失態をした
- ①おもらしをした：「親戚に家で、トイレに行きたいのに我慢していたらおもらしをしてしまったこと (4才)」「小5にもなっておねしょをしてしまい母親に見つかったこと (11才)]
- ②裸を見られた：「友達のいたずらで人前でズボンをおろされてしまったとき (14才)」「友達を酒を飲んでいて、朝おきたら、トランク一枚だった事 (19才)]
- ③変な身なりをした：「学校に行ったら、左右の靴が違った (8才)」「部活 (バスケ部) の試合の際、ユニフォームの下が前後逆だった (16才)]
- ④歯が折れた：「教室の柱にぶつかって歯が折れて保健室に行ったとき (17才)]
- 40) 隠しておくべき姿を見られた
- ①チャックが開いていた：「ズボンのチャック全開で電車に乗って学校へ行ったこと (14才)」「バイトの時にスカートのチャックが開いているのをお客さんに教えられたこと (18才)]
- ②トイレにおいてアクシデントにみまわれた：「トイレで男と間違えられたとき (14才)」「閉めたと思ったトイレのドアが開いたままで… (18才)]
- ③スカートがめくれた：「表彰で舞台上がったときハデに転んでスカートの中が丸見えになった (13才)」「手に荷物を持った状況で風が吹き、スカートがおもいっきりめくれた (15才)]
- 41) 主に学校生活の中で感じた
- ①授業中に失敗をおかした：「授業参観で答えを間違えた (9才)」「授業中に教室の後ろで立たされた時 (11才)]

- ②列車の乗降時にアクシデントにみまわれた：「電車に乗ってからバックを降ろしてから、ゴミを捨てにいった、ドアがしまったこと（16才）」「電車で熟睡して、降りる駅だと思って慌てて降りたら、違うことに気づき、また慌てて乗ったとき（18才）」
- ③教室を間違えた：「休み時間に勢いよくとを開けたら、まだ授業をしていた隣のクラスだったこと（10才）」「受験の試験会場を間違えたとき（18才）」
- ④体育時におけるユニホームが気になった：「体育祭の時、騎馬隊を組んだ時、はみパンして全校生徒の前でさらし者になった（13才）」「プールに入る時水着に着替える時（13才）」「トランクスをはじめてはいたとき（13才）」
- ⑤見られたくない箇所を診察された：「膀胱炎になったとき（19才）」「けつがはれて、病院に行って医者に見せた（21才）」
- ⑥バイト中に失敗をおかした：「バイトで、ミスをした所を先輩に見られたとき（19才）」「バイトの日でもないのに出勤して、しばらく当たり前のように働いていたとき（20才）」
- ⑦失敗した（特に区分することなく）：「みんなの前で大きな失敗をしてしまった時（13才）」
- VI. あるものを見たり、あることを聞いたりして感じた
- 42) あることを聞いた：「父親が茶色の背広しか着ないことを友達に指摘された（10才）」「先生が授業中に、放送禁止用語を連発した（14才）」
- 43) あるものを見た：「コーチンを見ているとき（不明）」

1-2 恥ずかしいの「状況」

恥ずかしい体験の記述から、「どういう状況で、恥ずかしかったか」について分類したところ、581名の記述内容は、全て、次の6分類のいずれかに属するものであった。なお、分類については、上杉（2003）の驚きの分類を参考にした。

1) 突然（急に出現する）の出来事

「電車で立ちながら寝ていて、膝ががくっとなった（19才）」「下校路で派手に転びスカートがめくれ、クラスの男子に見られた（16才）」「ホームと電車の上に足が挟まった（19才）」「駅の階段から転げ落ちた（17才）」「レストランでこけたとき（11才）」

2) 予想外（予想しなかった、予想以上の）出来事

「電車の中で多量の汗をかいたこと（19才）」「身体測定の日には体育着を忘れた（15才）」「ズボンのチャックが全開だったとき（20才）」「全校生徒の前で挨拶する時、間違えてしまった（12才）」「秘密にしていたことが皆に知られたとき（18才）」

3) 初めて体験する出来事

「転校生で挨拶をした（5才）」「初体験（18才）」「一番最初のピアノの発表会で演奏したとき（6才）」「初めて全校生徒の前で作文を読んだとき（7才）」「初めてサングラスをかけて外出した時（19才）」

4) 徐々に感情の高まりを見せる出来事

「好きな先輩のクラスに行ってプレゼントを渡したとき（17才）」「告白するとき（17才）」「教室で、みんなの前で、鼻をかむとき（7才）」「大勢の前で話をしたとき（10才）」「歌のオーディションで、人前で歌った時（16才）」

5) 継続して感情が続く出来事

「相手の非を非難して自分も同じように非難された時（18才）」「嫉妬している自分に気

付いたとき (15才)」「人に言えない負い目 (15才)」「友人に嫌がらせをいた後、ふと我に返って (11才)」「0点をとったとき (6才)」「赤面症になった (13才)」

1-3 恥ずかしい体験の「感情価」

上杉 (2003) の驚き体験の「感情価」を参考に、恥ずかしいの「感情価」を分類した。その結果、驚き同様

- 1) 感情価としてプラス (ポジティブ) 感情を示す事象
 - 2) 感情価としてマイナス (ネガティブ) 感情を示す事象
 - 3) 感情価として中性 (中間) 感情を示す事象
- のあることが示された。

1-4 恥ずかしい体験の「他者の視線・振り返って」

恥ずかしい体験を「他者の視線」を意識してのものか、あるいは自分自身・結果等を「振り返って」のものかに基づいて分類した。なお、「他者の視線」については、さらに自分自身の身体 (着衣も含める) に変化が表れてのものと、対人関係を通してのものとに細分類した。その結果、全ての記述内容が

- 1) 人前での、身体の変化を伴う事象
 - 2) 人前での、人間関係を伴う事象
 - 3) 振り返りを伴う事象
- の内の、1つ又は複数に当てはまることが示された。

結 果

1. 恥ずかしい体験の「対象」の分布

表3-1に、恥ずかしいの「対象」によって分類した6つの分類と43のカテゴリーの年齢区分別分布を示す。なお、表1-2には、カテゴリー(39) (40) (41) をさらに細分類した分布を示す。

- 1) 恥ずかしい体験の、6つの大分類ごとの出現頻度は、『Ⅰ. 異性に注目されて感じた』が33名 (5.7%)、『Ⅱ. 自分自身を振り返って感じた』が43名 (7.4%)、『Ⅲ. 結果を振り返って感じた』が22名 (3.8%)、『Ⅳ. 上がりより生じる身体の変調を意識して感じた』が13名 (2.2%)、『Ⅴ. 人前で感じた』が465名 (80.0%)、『Ⅵ. あるものを見たり、あることを聞いたりして感じた』が5名 (0.9%) であった。
- 2) 『Ⅰ. 異性に注目されて感じた』では、出現頻度10名 (1.7%) 以上について見ると、「告白した」(14名, 2.4%) であった。
- 3) 『Ⅱ. 自分自身を振り返って感じた』では、1位は「人前で偉そうに振舞った」(13名, 2.2%)、2位は「自己管理ができていなかった」(12名, 2.1%) であった。
- 4) 『Ⅲ. 結果を振り返って感じた』では、出現頻度10名 (1.7%) 以上のカテゴリーは見出されなかった。
- 5) 『Ⅳ. 上がりより生じる身体の変調を意識して感じた』では、出現頻度10名 (1.7%) 以上のカテゴリーは見出されなかった。
- 6) 『Ⅴ. 人前で感じた』では、1位は「発表した」(126名, 21.7%)、2位は「転倒した」(76

表3-1 恥ずかしい体験の「対象」別分布と年齢区分別分布

	対象	度数	%	年 齢 区 分							
				3-5	6-8	9-11	12-14	15-17	18-20	21-26	不明
Ⅰ．異性に注目されて感じた	1) 告白した	14	2.4		1		3	3	6	1	
	2) 異性と会話した	7	1.2	1				1	5		
	3) 異性の前で失敗をした	5	0.9				3	1	1		
	4) 告白された	4	0.7		1	1		1	1		
	5) 異性と出会った	3	0.5	1				1	1		
	(小計)	33	5.7	2	2	1	6	7	14	1	
Ⅱ．自分自身を振り返って感じた	6) 人前で偉そうに振舞った	13	2.2		2	1	2	3	3	2	
	7) 自己管理ができていなかった	12	2.1			1	1	4	5		1
	8) 人を傷つけた	6	1.0			1	1		3		1
	9) 体重が増加した	6	1.0			1	1	1	3		
	10) 人前で大きさに振舞った	4	0.7			2		1			1
	11) 自分自身を過小評価していた	2	0.3		1				1		
	(小計)	43	7.4		3	6	5	9	15	2	3
Ⅲ．結果を振り返って感じた	12) お酒に酔っ払って失態をおかした	7	1.2						6	1	
	13) 部活動の結果が良くなかった	6	1.0				2	3	1		
	14) テスト結果が良くなかった	5	0.9		1	1		2	1		
	15) その他 結果が良くなかった	4	0.7			1			3		
	(小計)	22	3.8		1	2	2	5	11	1	
Ⅳ．身体の変調を意識して	16) 赤面した	4	0.7			1	1	2			
	17) 声が上がった	4	0.7			1	1		2		
	18) 汗をかいた	3	0.5						2	1	
	19) 体が震えた	2	0.3		1				1		
	(小計)	13	2.2		1	2	2	2	5	1	
Ⅴ．人前で感じた	20) 発表した	126	21.7	2	14	19	38	25	25	2	1
	21) 転倒した	76	13.1	1	2	4	14	24	28	1	2
	22) 秘密が暴露した	26	4.5		1		1	3	15	1	5
	23) 人違いをした	21	3.6	4	1	3	2	6	3		2
	24) デビューした	18	3.1	1	7		4	3	3		
	25) じろじろ見られた	13	2.2	1	1	1	3	3	3		1
	26) おならをこいた	12	2.1		1	3	3	2	1		2
	27) 間違いを指摘された	11	1.9	2	1	1	2	3			2
	28) 居眠りをした	10	1.7			2	3		5		
	29) 泣いた	7	1.2			1		1	4	1	
	30) けがをした	6	1.0	1	1	3		1			
	31) からかわれた	6	1.0		2	1	3				
	32) 叱られた	6	1.0	1		2	2	1			
	33) 褒められた	6	1.0	1	2		2	1			
	34) ど忘れした	5	0.9		1	2		1	1		
	35) 罰ゲームを行った	3	0.5		1			1	1		
	36) 鼻歌を聞かれた	3	0.5						2	1	
	37) お腹が鳴った	2	0.3				1	1			
	38) 喧嘩をした	2	0.3			1		1			
	39) 知られたいような失態をした	38	6.5	7	8	5	5	5	6	2	
	40) 隠しておくべき姿を見られた	22	3.8	1	2	1	6	5	5	1	1
41) 主に学校生活の中で感じた	46	7.9		6	9	7	8	12	1	3	
	(小計)	465	80.0	22	51	58	96	95	114	10	19
Ⅵ．見たり聞いたり	42) あることを聞いた	4	0.7			1	2		1		
	43) あるものを見た	1	0.2								1
	(小計)	5	0.9			1	2		1		1
合計	(合計)	581	100.0	24	58	70	113	118	160	15	23

名, 13.1%), 3位は「秘密が暴露した」(26名, 4.5%), 4位は「人違いをした」(21名, 3.6%), 5位は「デビューした」(18名, 3.1%), 6位は「じろじろ見られた」(13名, 2.2%), 7位は「おならをこいた」(12名, 2.1%), 8位は「間違いを指摘された」(11名, 1.9%), 9位は「居眠りをした」(10名, 1.7%)であった。

- 7)『Ⅵ. あるものを見たり, あることを聞いたりして感じた』では, 出現頻度10名(1.7%)以上のカテゴリーは見出されなかった。

2. 恥ずかしい体験の「状況」

表3-2の中欄(最下段)は, 恥ずかしいがどういう場合にまたどういう状況で体験されたのか, その出現頻度を示すものである。「予想外(予想しなかった, 予想以上の)出来事」に分類されたものが最大で241名(41.5%), 「徐々に感情の高まりを見せる出来事」が2位で125名(21.5%), 「突然(急に出現する)の出来事」が3位で121名(20.8%), 「継続して感情が続く出来事」が4位で71名(12.2%), 「初めて体験する出来事」が5位で23名(4.0%)であった。

3. 恥ずかしい体験の「感情価」

表3-2の左欄(最下段)は, 恥ずかしい体験の具体的内容が感情価として, プラスv.s.マイナス及び中性(プラスともマイナスとも言えない)のいずれに属するかの頻度を示したものである。

581名の記述内容は, 「感情価としてプラス(ポジティブ)感情を示す事象」の記述が92名(15.8%), 「感情価としてマイナス(ネガティブ)感情を示す事象」の記述が448名(77.1%), 「感情価として中性(中間)感情を示す事象」の記述が41名(7.1%)であった。

4. 恥ずかしい体験の「他者の視線・振り返って」

表3-2の右欄(最下段)は, 恥ずかしい体験の具体的内容が「他者の視線」を意識してのもの(「身体の変化」と「対人関係」に分類)か, あるいは自分自身・結果等を「振り返って」のものかに基づき分類, その頻度数を示したものである。

なお, 分類にあたっては, 「異性の前でかっこつけようとして失敗したとき(14才)」「(対人関係)と「振り返って」, 「表彰の時, 間違った所で立ち上がってしまった(17才)」「(対人関係)と「身体の変化」, 「駅で転んだ時周りの人に見られた(17才)」「(身体の変化)と「振り返って」等のように, 複数の分類を伴う内容もあったが, 全てのカテゴリー内容がその分類に属すると考えられた箇所に○印を付け, 参考までに集計した。その結果, 「人前での, 人間関係を伴う事象」に分類されたものが最大で266名(45.8%), 「人前での, 身体の変化を伴う事象」が2位で214名(36.8%), 「振り返りを伴う事象」が3位で101名(17.4%)であった。

5. 恥ずかしい体験の「対象」と「状況」

表3-3の中欄は, 恥ずかしい体験の「対象」と「状況」のクロス表である。6分類毎に「状況」の構成%を見ると, 『Ⅰ. 異性に注目されて感じた』では, いわゆる「徐々に」が60.6%, 「予想外」が30.3%を示し, 『Ⅱ. 自分自身を振り返って感じた』では「継続して」が86.0%, 『Ⅲ. 結果を振り返って感じた』では「継続して」が90.9%, 『Ⅳ. 上がりより生じる身体の変

表3-2 カテゴリー39) 40) 41) の「対象」別分布と年齢区分別分布

	対 象	度数	%	年 齢 区 分								
				3-5	6-8	9-11	12-14	15-17	18-20	21-26	不明	
39)知られたくないような失態をした	①おもらしをした	13	34.2	7	5	1						
	②裸を見られた	12	31.6		1	3	3	2	3			
	③変な身なりをした	11	28.9		2	1	2	2	2	2		
	④歯が折れた	2	5.3					1	1			
	合計	38	100.0	7	8	5	5	5	6	2		
40)隠しておくべき姿を見られた	①チャックが開いていた	10	45.5				3	2	3	1	1	
	②トイレにおいてアクシデントにみまわれた	7	31.8	1		1	2	1	2			
	③スカートがめくれた	5	22.7		2		1	2				
	合計	22	100.0	1	2	1	6	5	5	1	1	
41)主に学校生活の中で感じた	①授業中に失敗をおかした	10	21.7		4	3		1	2			
	②列車の乗降時にアクシデントにみまわれた	10	21.7			1		5	3		1	
	③教室を間違えた	6	13.0			3	1		2			
	④体育時におけるユニホームが気になった	6	13.0			2	3	1				
	⑤見られたくない箇所を診察された	4	8.7		1			1	1	1		
	⑥バイト中に失敗をおかした	4	8.7						4			
	⑦失敗した(特に区分することなく)	6	13.0		1		3					2
	合計	46	100.0		6	9	7	8	12	1	3	

	対象	感情 価			
		肯定	中性	否定	合計
39)知られたくないような失態をした	①			13	13
	②		2	10	12
	③			11	11
	④			2	2
	合計		2	36	38
40)隠しておくべき姿を見られた	①			10	10
	②			7	7
	③			5	5
	合計			22	22
41)主に学校生活の中で感じた	①			10	10
	②			10	10
	③			6	6
	④			6	6
	⑤			4	4
	⑥			4	4
	⑦			6	6
	合計			46	46

状 況					
突然	予想外	初めて	徐々に	継続して	合計
	13				13
4	5		2	1	12
	11				11
2					2
6	29		2	1	38
	10				10
6	1				7
3	2				5
9	13				22
	10				10
4	6				10
	6				6
	2	1		3	6
			4		4
1	3				4
	6				6
5	33	1	4	3	46

他者の視線		振り返って(自省的)
身体変化	人間関係	
○		
○		
○		
○		
	38	
○		
○		
○		
	22	
		○
○		
		○
		○
20		26

調を意識して感じた』では「予想外」が53.8%、「継続して」が30.8%、『V. 人前で感じた』では「予想外」が46.0%、「突然」が25.4%、「徐々に」が22.2%、『VI. あるものを見たり、あることを聞いたりして感じた』では「予想外」が100.0%を示した。

6. 恥ずかしい体験の「対象」と「感情価」

表3-3の左欄は、恥ずかしい体験の「対象」と「感情価」のクロス表である。6分類ごとに「感情価」の構成%を見ると、『Ⅰ. 異性に注目されて感じた』では、プラス感情に属するものが81.8%、中性感情が3.0%、マイナス感情は15.2%、『Ⅱ. 自分自身を振り返って感じた』では、プラス感情0%、中性感情が0%、マイナス感情は100.0%、『Ⅲ. 結果を振り返って感じた』では、プラス感情0%、中性感情が0%、マイナス感情は100.0%、『Ⅳ. 上がりより生じる身体の変調を意識して感じた』では、プラス感情0%、中性感情が0%、マイナス感情は100.0%、『Ⅴ. 人前で感じた』では、プラス感情14.0%、中性感情が8.2%、マイナス感情は77.8%、『Ⅵ. あるものを見たり、あることを聞いたりして感じた』では、プラス感情0%、中性感情が40.0%、マイナス感情は60.0%を示した。

7. 恥ずかしい体験の「対象」と「他者の視線・振り返って」

表3-3の右欄は、恥ずかしい体験の「対象」と「他者の視線・振り返って」のクロス表である。なおここでは、結果4でも記した通り、全ての記述内容がその分類に属すると考えられた箇所に○を記入した。6分類ごとに「他者の視線・振り返って」の構成%を見ると、『Ⅰ. 異性に注目されて感じた』では、いわゆる「人間関係」が84.8%、「振り返って」が15.2%、『Ⅱ. 自分自身を振り返って感じた』では、「振り返って」が100.0%、『Ⅲ. 結果を振り返って感じた』では、「振り返って」が100.0%、『Ⅳ. 上がりより生じる身体の変調を意識して感じた』では「身体変化」が100.0%、『Ⅴ. 人前で感じた』では、「身体変化」が43.2%、「人間関係」が51.2%、「振り返って」が5.6%、『Ⅵ. あるものを見たり、あることを聞いたりして感じた』では、「振り返って」が100.0%を示した。

8. 恥ずかしい体験に含まれる滑稽さ

分類の中には、多数の滑稽と思われる内容のものが含まれている。例としては、次のようなものが挙げられる。

「男友達の目の前で、眼鏡をかけようとしたら鼻の穴に、眼鏡の鼻あてが刺さったこと (14才)」「好きな人の前でソフト麺ぶちまけたこと (15才)」「授業中、知らぬ間に寝ていて寝ていて、自分のいびきでおきた時 (19才)」「部活の試合の時、チャックを開けっ放しで試合をして、それに気付いたのが試合後だった時 (16才)」「電車を乗り降りして遊んでいたらドアが閉まってホームに取り残されたこと (9才)」「電車の降りるとき、開かないドアの前で待っていた (19才)」「小学校の水泳大会で1レース前にスタートしてしまい、そのまま気付かずゴールしてしまった時 (12才)」「格好つけて歩いていたらヒールが溝にはまって靴が脱げたとき (20才)」

9. 20) 発表したの分類

43のカテゴリー中、最も度数の高かった20) 発表した (総度数: 126) を、さらに『失態』『失敗』『その他』に細分類したところ、『失態』30、『失敗』22、『その他』74 であった。なお、それぞれの例として、下記のような記述がある。

『失態』: 「舞台発表で違った場所に出てしまった (14才)」「バイト中、お客さんに呼ばれてもいないのに返事をした自分 (19才)」「すし屋で「月見」を「月貝」と誤

表3-3 「対象」と「感情価」及び「状況」及び「他者の視線振返って」のクロス表

	対象	感情価				状況						他者の視線振返って		
		肯定	中性	否定	合計	突然	予想外	初めて	徐々に	継続して	合計	身体変化	人間関係	(自省的)
I. 異性に注目されたと感じた	1) 告白した	14			14			1	13		14		○	
	2) 異性と会話をした	6	1		7		2		5		7		○	
	3) 異性の前で失敗をした			5	5	2	3				5			○
	4) 告白された	4			4		4				4		○	
	5) 異性と出会った	3			3		1		2		3		○	
	(小計)	27	1	5	33	2	10	1	20		33		28	5
%	81.8	3.0	15.2	100.0	6.1	30.3	3.0	60.6		100.0		84.8	15.2	
II. 自分を振り返って感じた	6) 人前で偉そうに振舞った			13	13			1		12	13			○
	7) 自己管理ができていなかった			12	12		1		10	12				○
	8) 人を傷つけた			6	6				6	6				○
	9) 体重が増加した			6	6		1		1	4	6			○
	10) 人前で大きさに振舞った			4	4			1		3	4			○
	11) 自分自身を過小評価していた			2	2					2	2			○
(小計)			43	43		3	1	2	37	43			43	
%			100.0	100.0		7.0	2.3	4.7	86.0	100.0			100.0	
III. 結果を振り返って感じた	12) お酒に酔っ払って失態をおかした			7	7					7	7			○
	13) 部活動の結果が良くなかった			6	6				6	6				○
	14) テスト結果が良くなかった			5	5		1		4	5				○
	15) その他 結果が良くなかった			4	4		1		3	4				○
	(小計)			22	22		2		20	22				22
	%			100.0	100.0		9.1		90.9	100.0				100.0
IV. 身体の変調を意識して	16) 赤面した			4	4				4	4			○	
	17) 声が上がった			4	4	1	2	1		4			○	
	18) 汗をかいた			3	3		3			3			○	
	19) 体が震えた			2	2		2			2			○	
	(小計)			13	13	1	7	1	4	13		13		
	%			100.0	100.0	7.7	53.8	7.7	30.8	100.0		100.0		
V. 人前で感じた	20) 発表した	52	24	50	126	4	40		82		126		○	
	21) 転倒した			76	76	74	2			76		○		
	22) 秘密が暴露した			26	26		24		1	1	26		○	
	23) 人遣いをした			21	21		21			21			○	
	24) デビューした	8	7	3	18			18			18		○	
	25) じろじろ見られた		1	12	13	1	5		4	3	13		○	
	26) おならをこいた			12	12		11		1	12		○		
	27) 間違いを指摘された			11	11		8	1		2	11		○	
	28) 居眠りをした			10	10	9	1			10		○		
	29) 泣いた		2	5	7		7			7		○		
	30) けがをした			6	6	2	2		2	6		○		
	31) からかわれた			6	6	2	4			6			○	
	32) 叱られた			6	6		6			6			○	
	33) 褒められた	5	1		6		3		3	6			○	
	34) ど忘れした			5	5	4	1			5		○		
	35) 罰ゲームを行った		1	2	3				3	3			○	
	36) 鼻歌を聞かれた			3	3		3			3		○		
	37) お腹が鳴った			2	2	2				2		○		
	38) 喧嘩をした			2	2		1		1	2			○	
	39) 知られたくないような失態をした		2	36	38	6	29		2	1	38			表1-2参照
	40) 隠しておくべき姿を見られた			22	22	9	13			22				表1-2参照
	41) 主に学校生活の中で感じた			46	46	5	33	1	4	3	46			表1-2参照
(小計)	65	38	362	465	118	214	20	103	10	465	201	238	26	
%	14.0	8.2	77.8	100.0	25.4	46.0	4.3	22.2	2.2	100.0	43.23	51.2	5.6	
VI. 見たり聞いたり	42) あることを聞いた		1	3	4		4			4			○	
	43) あるものを見た		1		1		1			1			○	
	(小計)		2	3	5		5			5			5	
	%		40.0	60.0	100.0		100.0			100.0			100.0	
合計	(合計)	92	41	448	581	121	241	23	125	71	581	214	266	101
%		15.8	7.1	77.1	100.0	20.8	41.5	4.0	21.5	12.2	100.0	36.83	45.8	17.4

んで注文したこと (20才)」

【失敗】：「劇で失敗した時 (6才)」「ピアノの発表会で失敗した時 (14才)」「演奏会で大失敗をした (22才)」

【その他】：「ピアノの発表会 (8才)」「自由研究を発表した時 (11才)」「学校代表でキャンプに行って校内活動を1人で発表したこと (13才)」

10. 21) 転倒した の分類

43のカテゴリー中、2番目に度数の高かった21) 転倒した (総度数：76) を、『明らかに人前』『その他』に細分類したところ、『明らかに人前』54『その他』22 であった。なお、それぞれの例として、下記のような記述がある。

【明らかに人前】：「授業中椅子ごと倒れたとき (12才)」「電車の中で豪快に転んだこと (13才)」「人におつかった (16才)」

【その他】：「何もない道で躓いて転んだとき (12才)」「普通に歩いていて、転んだ (18才)」「階段から転げ落ちたとき (18才)」

考 察

1. 恥ずかしい体験581の記述から、「どういう場合、状況で恥ずかしいと感じたか」について分類した結果、全ての恥ずかしい体験は、1) 突然 (急に出現する) の出来事、2) 予想外 (予想しなかった、予想以上の) の出来事、3) 初めて体験する出来事、4) 徐々に感情の高まりを見せる出来事、5) 継続して感情が続く出来事 のいずれかであった。このうち、1) 突然 (急に出現する) の出来事、2) 予想外 (予想しなかった、予想以上の) の出来事、3) 初めて体験する出来事、については、先行研究 (上杉喬, 岡本かおり, 平宮正志, 吉川延代2003) の驚きの感情が生起する場合と同じであり、このことは、“様々な感情を意識させる諸対象に我々が直面した時、最初に意識する感情が「驚き」である”, という上杉 (2003) の記述を裏付けるものである。
2. 恥ずかしい体験を、ポジティブ・中性・ネガティブな感情価にそれぞれ分類したところ、ポジティブのものは『大切なものを得る』, ネガティブなものは『大切なものを失う』内容のものがほとんどであった。
このことは、先行研究 (鈴木賢男, 鈴木国威, 上杉喬2003) において、「大切なものを得る」ことがプラス感情 (喜び) と結びつき、また「大切なものを失う」ことがマイナス感情 (悲しみ) と結びついていることと一致している。
3. 恥ずかしい体験の感情価のうち、プラス (ポジティブ) 感情の記述が15.8%, マイナス (ネガティブ) 感情の記述が77.1%, 中性 (中間) 感情の記述が7.1%に分布するものであった。このことより恥ずかしい感情は、主としてマイナス (ネガティブ) 感情の記述内容が生じた時に、生じやすい感情と考えられた。
4. 先行研究 (上杉喬, 岡本かおり, 平宮正志, 吉川延代2003) の「愛しい」と比較して、3~5才の全体に占める割合が、恥かしいでは4.1%, 愛しいでは3.0%, 12~14才の全体に占める割合が恥かしいでは19.4%, 愛しいでは9.2%, 18~20才の全体に占める割合が、恥かしいでは27.5%, 愛しいでは48.5%となっており、これはある意味、愛しいという感情は、“気持ちの

ゆとりとやさしさがある時期に発生しやすい感情である”という平宮（2003）の指摘を裏付ける結果となっている。

また、度数の高いカテゴリーについて見た場合、度数の最も高い20) 発表したが、年齢12～14に最も高い度数を示しているのに対して、度数の2番目・3番目に高い21) 転倒した・22) 秘密が暴露したが、年齢18～20に最も高い度数を示している。20) 発表したが、年齢12～14に最も高い度数を示している理由として、思春期特有の内的な緊張によるものが考えられるが、先行研究（上杉喬，榎場真知子，馬場史津2002，p.38）でも示唆されている通り、発達の視点を含めての今後の研究が必要と思われる。

5. Izard (1977) によれば、恥 (shame), 内気 (shyness), 罪感情 (guilt) は、同一の情動の側面として考えられることもあれば、まったく別の情動、あるいは、ある共通の特徴を備えたまったく別の情動と考えられることもある。今回行った、恥ずかしいの「他者の視線・振り返って」の分類は、1) 人前での、身体の変化を伴う事象、2) 人前での、人間関係を伴う事象、3) 振り返りを伴う事象、に分類されたが、これを恥 (shame), 内気 (shyness), 罪感情 (guilt) と比較した場合、1) は恥 (shame), 2) は内気 (shyness), 3) は罪感情 (guilt), と、それぞれ内容的に類似している。

今後更なる研究が必要だが、この推論に従えば、日本語における恥ずかしいは、恥 (shame), 内気 (shyness), 罪感情 (guilt) の3つの言葉の概念を含んだ感情語と、考えることができる。なお、結果4で示した「異性の前でかっこつけようとして失敗したとき (14才)」(「対人関係」と「振り返って」), 「表彰の時、間違った所で立ち上がってしまった (17才)」(「対人関係」と「身体の変化」), 「駅で転んだ時周りの人に見られた (17才)」(「身体の変化」と「振り返って」) のような記述は、上記内容を裏付けると共に、「身体の変化」「対人関係」「振り返って」が重複して、『恥ずかしい』という感情が生じるケースがあることを示唆している。なお、3つ(「身体の変化」「対人関係」「振り返って」) の重なったケースとしては、「コンクールの表彰式で、舞台の上で転んだ時 (15才)」「お葬式の時、階段から落ちたこと (14才)」等が挙げられる。

6. Tomkins (1963, Izard (1977) より引用) は、赤面が恥の即時効果であるのみならず、さらなる恥の原因でもあることを示唆している。今回の研究結果は、それを裏付けるのみならず、「声が上ずった」「汗をかいだ」「体が震えた」といった、上がりから派生すると考えられる身体変化もまた、恥ずかしいの原因となることを示唆している。
7. 「告白した」のみならず、「告白された」が対象としてあげられている。この結果は、恥ずかしいが、エコーを伴う感情であることを示唆している。
8. 結果8で示唆した通り、恥ずかしい体験には、他の体験と比べて滑稽と思われるものが多数ある。なお、分類としては、“I. 3) 異性の前で失敗をした”及び“V. 人前で感じた”に、多く含まれているように思われた。
9. 20) 発表した では、『その他』の度数 (74) が、『失態』に『失敗』を加えた度数 (52) を上回っており、発表は特に『失態』や『失敗』を伴わずとも、「恥ずかしい」という感情を生起しやすいものと考えられる。

なお、発表における『失態』『失敗』を、「身体の変化」「対人関係」「振り返って」の観点から見た場合、『失態』は「対人関係」と「身体の変化」の重複、『失敗』は「対人関係」と「身体の変化」と「振り返って」の重複に、それぞれ近いように思われる。

10. 21) 転倒した では、『明らかに人前』の度数 (54) が、『その他』の度数 (22) を上回っており、人前での転倒は特に、「恥ずかしい」という感情を生じしやすいものと考えられる。なお、転倒における『明らかに人前』を、「身体の変化」「対人関係」「振り返って」の視点から見た場合、「身体の変化」と「対人関係」の重複に近いように思われる。
11. 「振り返って」が「身体の変化」又は「対人関係」を伴って発生した場合、「振り返って」は常に「身体の変化」又は「対人関係」の発生後に、生じる感情と考えることができる。その例としては、「大きな舞台で、失敗した時、舞台のそでで感じた (10才)」「本を読みながら歩いていたら、溝に落ちてしまい、それを見られて笑われたこと (13才)」等がある。

参考文献

- Izard, C.E. 比較発達研究会 (訳) 1996 感情心理学 ナカニシヤ出版 376-405
- Plutchik, R., The multifactor-analytic theory of emotion, *Journal of Psychology*, 50, 153-171, 1960
- 上杉喬 感情イメージの研究 人間科学研究 第3号22-38 1981
- 上杉喬 感情イメージの研究 (II) -労働場面における感情イメージ- 人間科学研究 第4号別冊29-40 1983
- 上杉喬 感情イメージの研究 (III) -労働場面における感情イメージの諸関連-人間科学研究 第5号別冊11-20 1984
- 上杉喬 感情イメージの研究 (IV) -対象による違いと性による違い-人間科学研究 第11号1-11 1989
- 上杉喬 感情イメージの研究 (V) -SD法による感情イメージの検討-人間科学研究 第20号68-77 1998
- 上杉喬・鈴木賢男 感情イメージの研究 (VI) -感情価とパーソナリティ特性との関連-生活科学研究 第22号121-132 2000
- 上杉喬・榎場真知子・馬場史津 感情体験の分析-嫉妬・憎い・怒りについて-生活科学研究 第24号25-40 2002
- 鈴木賢男・鈴木国威・上杉喬 感情体験の分析 (II) -喜び・悲しいについて-言語と文化 第15号42-66 2002
- 上杉喬・岡本かおり・平宮正志 感情体験の分析 (III) -驚き・寂しい・愛しい・空しいについて-生活科学研究 第25号61-89 2003
- 鈴木賢男・上杉喬 感情体験の分析 (IV) -失望について-人間科学研究 第25号63-75 2003