

【個人研究】

大学生の否定的感情・気分と攻撃行動との関係

神 田 信 彦*

The Relationship between Negative Affect and Aggressive Behaviour in Undergraduates

Nobuhiko KANDA

The purpose of the present study was to investigate the relationships between negative affect (and mood) and reactions to it: aggression behaviour, patience, switch of mood and so on. In this study, 189 undergraduates were asked to complete a questionnaire which assessed frequencies and intensity of experiences for anger, losing control, disconcertedness and buming out, and a open-ended questionnaire whose contents were causes, objects, and reactions for those negative affect and mood. The remarkable results were as follow: (1) Frequencies of experience for negative affect and mood related to those intensity. (2) The main causes of anger were interpersonal relationships. (3) The main causes of buming out were self-regarding problems. (4) Patience and switch of mood were used to react to negative affect more than physical attack was..

Key words: negative affect, aggression, attack, anger.

問 題

日常、われわれはさまざまな感情や気分を経験する。喜びのような快感情、明るい気分のような快適な気分もあれば、怒りのような不快感情、落ち込みのような不快な気分もある。本研究ではこのうち不快感情と不快気分に着目して検討を行った。

われわれはどのような頻度でどの程度の強さで不快感情を経験しているのだろうか。またどのような場面で、どのような対象にそれぞれの感情を抱くのだろうか。さらにそうした感情に対してどのように対応し、結果的にどのような状況になるのだろうか。

Berkowitz (1989, 1993) は不快な経験によって否定的感情が生起し、さらにこの否定的感情によって攻撃が生ずると考えている。否定的情動は不快な条件によって反射的かつ自動的な形で引き起こされる不快な感情状態であり、連合ネットワークを通じて攻撃に結びつけられる。つまり不快な経験は闘争(攻撃)や逃走(逃避/回避)に結びつくさまざまな記憶、思考、情動や、表出的運動反応を生起させ、その結びつきにおいて逃走の方が攻撃より強い場合、結果は攻撃行動の抑制され、攻撃が逃走より強い場合、その人は結果的に攻撃しやすくなる。しかしBerkowitzは最初の連合反応が生じた後に攻撃を促進するかあるいは抑制する帰属や判断などのより高次な認知過程が介在しているとしている。つまり、挑発などの不快経験にたいする直後の連合的

* かねだ のぶひこ 文教大学人間科学部人間科学科

情動反応は、高次な認知的活動によって結果的に精緻化される基本的な反応であるとされる。

このように Berkovitz は否定的感情の生起が常に攻撃行動を導くものではなく、生得的要因、先行経験、否定的感情を生じさせた状況に関わる諸要因などが、否定的感情に対する反応に影響すると考えている。それでは、実際に不快な経験をし否定的感情が生ずる時にわれわれはどのような反応や行動をどの程度の割合でとっているのであろうか。

否定的感情の1つである怒りの生起に関わる研究をみると、大淵・小倉（1984）、大淵（1986）や大平（1987）が、Avrill（1979）の作成した質問紙“怒りの日常的経験”の邦訳版を実施し、怒りと攻撃行動との関係を検討している。これは怒りに関わる要因やそれに対する反応などを詳細に検討することを意図して作成されたものである。被調査者に回答時から過去1週間に経験した怒りについて想起させ、頻度、程度、それに対する現在の怒りの持続の程度、怒りの対象、怒りの原因、被害状況、怒りによって生じる可能な反応に対する願望水準とその実行水準などを自己評定を求めるものである。大淵・小倉は怒りが生じた時にそれに対する攻撃反応への願望水準（92%）より実行水準（70%）が低いという結果を得ている。また大平は怒りの反応として身体的攻撃が1%、言語的攻撃36%であったと報告している。このように怒りが生起しても攻撃行動はかなり抑制されることが報告されている。

しかし上述の研究や、木野（2000）の研究では否定的感情である怒りの生起場面を専ら対人関係に焦点を当てている。本研究では不快感情の経験を幅広く理解するために、対人関係はもちろんであるが他の対象にも関心を向けた。また不快感情の生起の有無だけでなくその頻度や強度も指標として捉える。

ところで誰もが日常経験するように怒りを構成する内容は多様である。例えば、（1）何らかの刺激に対して即座に反応する場合。（2）

刺激があっても刺激が生じた状況や刺激の性質によって気分の落ち着かない場合、（3）刺激の与えられた状況を捉え直す過程で徐々に反応する場合や、（4）自分自身への直接刺激ではないが自分の価値観や信念などと食い違うことに反応する場合などを挙げることできよう。必ずしもこれらを明確に区別できない場合もあると考えられるが、（1）に対応する表現として“カッとしたこと”、（2）に対応する表現として“イライラしたこと”、そして（3）、（4）に対応するものとして“怒りを感じたこと”という3つの表現が考えられる。本研究ではこれら3つの表現を用いることとした。“怒りを感じる”は“カッすること”や“イライラしたこと”をも含む表現であるが、回答者に同時に提示することによって上述のような区別が行われると考えられる。

また Berkowitz（1983, 1989）によれば抑うつが攻撃行動をもたらすことが示されている。そこで本研究では否定的気分としての落ちこみもとり上げ攻撃行動も含めそれに対する反応を検討することとした。

以上のように本研究では、否定的感情・気分の生起をもたらす場面や対象さらに否定的気分の結果、生ずる反応や行動の実態を大学生を対象に明らかにすることを目的とした。また上述のように怒りの内容の差異や落ちこみと攻撃との関係についても検討を行った。

方 法

調査対象 埼玉県西部の私立大学学生207名（男子108名、女子89名）

調査内容 まず、非調査者が過去1ヶ月間に自宅及び自宅外で経験した「カッとした」、「イライラしたこと」、「怒りを感じたこと」及び「気分が落ち込んだこと」についてその頻度及び強度をたずねた。頻度については「よくあった」、「ときどきあった」、「たまにあった」、「ほとんどない」及び「まったくない」の5件法によって回答を求めた。強度についてはそれぞれの不快感情を経験した時、主に

感じたその強度を「非常に強く」、「強く」、「やや強く」、「弱く」及び「わずかに」の5件法によって回答を求めた。さらにそれぞれの不快感情について最初に浮かんだ内容について「どのような時に」、「どのような対象に」、それに対して「どのようにしたか」を自由記述によって回答を求めた。

調査時期 2003年1月の授業終了時。

結果と考察

不快感情・気分体験の頻度と強度

不快感情・気分の体験の頻度 それぞれの不快感情や気分の経験の有無を示したものがTable 1である。まず“カッとしたこと”と“怒りを感じたこと”が“全くなかった”への回答は、自宅及び自宅外ともに50%程度であった。“よくあった”への回答は、1%台から3%台であった。“イライラしたこと”は“全くなかった”への回答は自宅及び自宅外とも

30%台であった。“よくあった”への回答は4%台から6%台であった。

“気分が落ち込んだこと”は自宅外(40.10%)の方が自宅(29.44%)よりも“全くない”への回答が多くなっていった。また“よくあった”への回答は自宅(15.74%)及び自宅外(11.17%)と、怒りに関連する感情や気分相較べやや高率で体験されていた。

これらのことから本研究の調査対象である大学生については、常に誰もが否定的感情・気分を経験しているのではなく、また経験される頻度もそれほど多くないことが明らかとなった。なお、自宅場面でどの感情・気分も体験しなかったと回答した者は39名(男子27名、女子12名)であった。自宅外の場面でいずれの感情・気分も体験しなかったと回答した者は40名(男子、25女子15名)であった。このうち自宅、自宅外とも体験しなかったと回答した者は22名であった。調査の実施にあたって回答したくない場合は退席あるいはし

Table 1 過去1ヶ月間の不快感情・気分の経験頻度

		全くなかった	あまりなかった	たまにあった	時々あった	よくあった	全体	
自宅	カッとしたこと	男性	61 (54.48)	26 (24.07)	15 (13.89)	5 (4.63)	1 (0.93)	108
		女性	39 (43.82)	17 (19.01)	19 (21.35)	12 (13.48)	2 (2.25)	89
		全体	100 (50.76)	43 (21.83)	34 (12.26)	17 (8.63)	3 (1.52)	197
	イライラしたこと	男性	47 (43.52)	17 (15.74)	27 (25.00)	12 (11.11)	5 (4.63)	108
		女性	22 (24.72)	17 (19.10)	28 (31.46)	18 (20.22)	4 (4.50)	89
		全体	69 (35.03)	34 (17.26)	55 (27.92)	30 (15.23)	9 (4.57)	197
	怒りを感じたこと	男性	57 (52.78)	29 (26.85)	15 (13.89)	4 (3.71)	3 (2.28)	108
		女性	44 (49.44)	16 (17.98)	21 (23.60)	7 (7.87)	1 (1.12)	89
		全体	101 (51.27)	45 (22.84)	36 (18.27)	11 (5.58)	4 (2.03)	197
	落ち込んだこと	男性	44 (40.74)	17 (15.74)	25 (23.15)	10 (9.26)	12 (11.11)	108
		女性	14 (15.73)	9 (10.11)	21 (23.60)	26 (29.21)	19 (21.35)	89
		全体	58 (29.44)	26 (13.20)	46 (23.35)	36 (18.27)	31 (15.74)	197
自宅外	カッとしたこと	男性	53 (49.07)	18 (16.67)	21 (19.44)	13 (12.04)	3 (2.78)	108
		女性	47 (52.819)	24 (26.96)	12 (13.48)	3 (3.37)	3 (3.37)	89
		全体	100 (50.76)	42 (21.32)	33 (16.75)	16 (8.12)	6 (3.04)	197
	イライラしたこと	男性	38 (38.19)	16 (14.81)	35 (32.41)	13 (12.04)	6 (5.56)	108
		女性	24 (26.97)	11 (12.36)	28 (31.46)	19 (21.35)	7 (7.87)	89
		全体	62 (31.47)	27 (13.71)	63 (31.98)	32 (16.24)	13 (6.60)	197
	怒りを感じたこと	男性	53 (49.07)	19 (17.59)	22 (20.37)	12 (11.11)	2 (1.85)	108
		女性	45 (50.56)	22 (24.72)	13 (14.61)	7 (7.87)	2 (2.25)	89
		全体	98 (49.75)	41 (20.81)	35 (17.77)	19 (9.64)	4 (2.03)	197
	落ち込んだこと	男性	52 (48.15)	12 (11.11)	29 (26.85)	8 (7.41)	7 (6.48)	108
		女性	27 (30.34)	9 (10.11)	20 (22.47)	18 (20.22)	15 (16.85)	89
		全体	79 (40.10)	21 (10.66)	49 (24.87)	26 (13.20)	22 (11.17)	197

注)括弧内は行方向の比率(%)を示している。

て構わないとあらかじめ教示してあった。したがってこれら体験無しの回答は回答拒否である可能性は少ないものと考えられる。

不快感情・気分の体験の有無に性差があるかを確認するため“あまりない”、“たまにある”、“時々ある”及び“よくある”の度数の合計を“ある”とし“全くない”との2つカテゴリーとし、性別との間で²検定を行ったその結果はTable 2の通りである。自宅で“イライラしたこと”は、女性は男性に較べ多くの方が経験されていた。また“気分が落ち込んだこと”は自宅及び自宅外とも女性は男性に較べ多く経験されていた。

不快感情・気分の体験の強度 では不快感情・気分を体験した時に感じられるその強度はどの程度のものであろうか。これは特定の体験に対してではなく、“それらの感情・気分を主にどの程度”強く感じたかを被調査者にたずねたものであった。自宅で体験した感情・気分の強度を得点化したものをTable 3に、自宅外で体験した感情・気分の強度をTable 4に示した。それぞれ体験した頻度毎に平均値と標準偏差を表示している。

体験頻度からみると体験頻度が高くなるほど体験される強度もたかくなっていくようである。また性別による差はそれほど顕著ではないようである。さらに自宅と自宅外での体験強度にも差は見られないようである。

体験頻度への回答が“あまりなかった”“たまにあった”“時々あった”及び“よくあった”と回答のあった被調査者を対象に、体験頻度の選択肢と性別を独立変数に体験強度を従属変数とした2要因8水準の分散分析を行った。その結果はTable 5の通りである。いずれも体験頻度の主効果が有意であった。下位検定(Bnferroni法, $\alpha = .05$)の結果、“イライラしたこと”は自宅について、“落ち込んだこと”については自宅外とも頻度が高くなるほど感じられる落ち込みも強くなることがはっきり示された。自宅で“カットしたこと”と、自宅で“怒りを感じたこと”は共に“あまりなかった”で感じられる強度が他の3つの選択肢よりも弱いということが示されただけであった。それ以外の不快感情・気分についてはいずれも“時々あった”と“よくあった”で体験された強度に差がみられなかったが、それ以外の関係では有意差が得られた。つまり自宅で“カットしたこと”と、自宅で“怒りを感じたこと”以外は頻度と強度のポジティブな関係が明確に示されたと言える。

不快感情・気分体験の内容(対象、事柄及びそれへの反応・行動)

不快感情・気分を抱いた対象、事柄、対応及びそのあとの変化は自由記述によって回答を求めた。得られた記述内容に基づいて分類した。その結果、対象10種類、事柄8種類、

Table 2 不快感情・気分の有無と性別との χ^2 検定の結果

感情・気分	場所	自由度	χ^2 値	有意水準
カットしたこと	自宅	1	3.13	n. s.
	自宅外	1	0.28	n. s.
イライラしたこと	自宅	1	7.58	**
	自宅外	1	1.53	n. s.
怒りを感じたこと	自宅	1	0.22	n. s.
	自宅外	1	0.04	n. s.
気分が落ち込んだこと	自宅	1	14.69	**
	自宅外	1	6.44	*

** $p < .01$

* $p < .05$

Table 3 不快感情・気分の経験頻度別の一般的強度(自宅)

		全体			男性			女性		
		N	\bar{X}	SD	N	\bar{X}	SD	N	\bar{X}	SD
カッとした	わずかに	100	0.00	0.00	61	0.05	0.28	39	0.10	0.50
	弱く	43	1.81	0.98	26	1.81	1.06	17	1.82	0.88
	やや強く	34	2.91	0.75	15	3.27	0.59	19	2.63	0.76
	強く	17	3.53	0.62	5	3.60	0.55	12	3.50	0.67
	非常に強く	3	4.00	0.00	1	4.00		2	4.00	0.00
	全体	197	1.30	1.49	108	1.12	1.46	89	1.52	1.51
イライラした	わずかに	69	0.00	0.00	47	0.00	0.00	22	0.00	0.00
	弱く	34	1.85	0.99	17	1.94	0.97	17	1.76	1.03
	やや強く	55	2.55	0.81	27	2.78	0.75	28	2.32	0.82
	強く	30	3.13	0.68	12	3.25	0.62	18	3.06	0.73
	非常に強く	9	4.00	0.00	5	4.00	0.00	4	4.00	0.00
	全体	197	1.69	1.48	108	1.55	1.54	89	1.87	1.39
怒りを感じた	全くなかった	101	0.00	0.00	57	0.00	0.00	44	0.05	0.21
	あまりなかった	45	1.93	1.14	29	2.07	1.25	16	1.69	0.87
	たまにあった	36	2.69	0.75	15	2.60	0.91	21	2.76	0.62
	時々あった	11	3.45	0.69	4	3.50	0.58	7	3.43	0.79
	よくあった	4	3.75	0.50	3	3.67	0.58	1	4.00	
	全体	197	1.21	1.45	108	1.15	1.46	89	1.29	1.43
落ち込んだ	全くなかった	58	0.00	0.00	44	0.00	0.00	14	0.00	0.00
	あまりなかった	26	1.92	1.16	17	1.82	1.07	9	2.11	1.36
	たまにあった	46	2.76	0.90	25	2.84	0.85	21	2.67	0.97
	時々あった	36	3.47	0.61	10	3.20	0.63	26	3.58	0.58
	よくあった	31	3.87	0.34	12	3.75	0.45	19	3.95	0.23
	全体	197	2.14	1.64	108	1.66	1.60	89	2.73	1.50

Table 4 不快感情・気分の経験頻度別の一般的強度(自宅外)

		全体			男性			女性		
		N	\bar{X}	SD	N	\bar{X}	SD	N	\bar{X}	SD
カッとした	全くなかった	100	0.00	0.00	53	0.00	0.00	47	0.00	0.00
	あまりなかった	42	1.71	0.99	18	2.06	1.06	24	1.46	0.88
	たまにあった	33	3.00	0.75	21	2.86	0.79	12	3.25	0.62
	時々あった	16	3.63	0.50	13	3.54	0.52	3	4.00	0.00
	よくあった	6	4.00	0.00	3	4.00	0.00	3	4.00	0.00
	全体	197	1.31	1.53	108	1.45	1.58	89	1.13	1.46
イライラした	全くなかった	62	0.00	0.00	38	0.00	0.00	24	0.00	0.00
	あまりなかった	27	1.74	0.86	16	1.94	0.93	11	1.45	0.69
	たまにあった	63	2.65	0.72	35	2.83	0.57	28	2.43	0.84
	時々あった	32	3.16	0.85	13	3.23	0.73	19	3.11	0.94
	よくあった	13	3.62	0.87	6	3.50	1.22	7	3.71	0.49
	全体	197	1.85	1.48	108	1.79	1.50	89	1.92	1.45
怒りを感じた	全くなかった	98	0.00	0.00	53	0.00	0.00	45	0.00	0.00
	あまりなかった	41	1.90	1.00	19	2.16	1.12	22	1.68	0.84
	たまにあった	35	2.60	0.95	22	2.77	0.87	13	2.31	1.03
	時々あった	19	3.53	0.61	12	3.58	0.51	7	3.43	0.79
	よくあった	4	4.00	0.00	2	4.00	0.00	2	4.00	0.00
	全体	197	1.30	1.50	108	1.42	1.58	89	1.17	1.38
落ち込んだ	全くなかった	79	0.00	0.00	52	0.00	0.00	27	0.00	0.00
	あまりなかった	21	1.52	0.93	12	1.67	1.07	9	1.33	0.71
	たまにあった	49	2.84	0.77	29	2.93	0.84	20	2.70	0.66
	時々あった	26	3.38	0.64	8	3.50	0.53	18	3.33	0.69
	よくあった	22	3.95	0.21	7	3.86	0.38	15	4.00	0.00
	全体	197	1.80	1.63	108	1.52	1.60	89	2.15	1.60

Table 5 不快感情・気分を従属変数とした分散分析の結果

感情・気分	場所	性別		体験頻度		
		F値	有意水準	F値	有意水準	下位検定(BnFerroni法, $\alpha = .05$)結果
カッとしたこと	自宅	0.37	n. s.	23.83	**	①<②③④
	自宅外	0.08	n. s.	31.57	**	①<②③④; ②<④
イライラしたこと	自宅	1.35	n. s.	23.26	**	①<②③④; ②<③④; ③<④
	自宅外	1.55	n. s.	23.64	**	①<②③④; ②<③④
怒りを感じたこと	自宅	0.01	n. s.	11.57	**	①<②③④
	自宅外	1.04	n. s.	16.99	**	①<②③④; ②<③④
落ち込んだこと	自宅	1.38	n. s.	27.59	**	①<②③④; ②<③④
	自宅外	1.02	n. s.	44.03	**	①<②③④; ②<③④; ③<④

注) 性別の自由度はいずれも1, 体験頻度の自由度はいずれも3である。

注) 下位検定の丸数字はそれぞれ①→“あまりなかった”, ②→“たまにあった”,

③→“時々あった”, ④→“よくあった”を示している。

** p<.01

反応11種類に分類した。また各感情・気分それぞれ同じ内容を記載があった場合は、“カッとしたこと”のみの記載として扱った。こうしたケースは4件ほどみられた。また今回は家族と同居しているかあるいは単身で住んでいるかをたずねていないため、その状況の違いによる不快感情・気分の生起をとらえていない。

不快感情・気分を抱いた対象 不快感情・気分を抱いた対象の度数はTable 6の通りである。まず“カッとしたこと”をみると、自宅では“家族”(37.50%)と“友人”(20.31%)が多く、自宅外では“友人”(32.73%)と“不特定の他者”(25.45%)が多く挙げられている。“家族”はその9割以上が親であった。“イライラしたこと”をみると、自宅では“自分”(43.33%)と“家族”(21.11%)と多く、

自宅外では“不特定の他者”(23.40%)、“自分”(20.21%)と“友人”(19.15%)が多かった。“怒りを感じたこと”をみると、自宅では“家族”(24.56%)、“友人”(21.05%)、自宅外では“友人”(25.93%)、“不特定の他者”(25.93%)が多く見られた。さらに“落ち込んだこと”をみると、自宅でのその対象は“自分”(71.13%)、自宅外でも“自分”(67.08%)といずれも回答のあったうちの3分の2以上が集中している。

全体として興味深いことは、“落ち込んだこと”はもちろんであるが、“イライラしたこと”をはじめとしてその他も“自分”を対象にネガティブ感情・気分が生起しているケースがそれぞれ10%以上見られることである。また“イライラしたこと”と“落ち込んだこと”は対象が明確に同定されないという回答がそれ

Table6 否定的感情や気分の対象

	怒りを感じたこと		カッとしたこと		イライラしたこと		落ち込んだこと	
	自宅	自宅外	自宅	自宅外	自宅	自宅外	自宅	自宅外
自分	9(5)	5(1)	6(4)	5(3)	39(27)	19(12)	69(37)	53(30)
家族	14(10)	0(0)	24(20)	0(0)	19(13)	1(0)	5(4)	2(1)
友人	12(5)	14(6)	13(7)	18(11)	9(5)	18(8)	9(6)	8(5)
恋人	2(2)	2(1)	10(7)	3(1)	2(1)	5(3)	4(2)	4(4)
バイト先の人	4(2)	4(2)	2(1)	8(1)	3(0)	7(4)	0(0)	0(0)
さまざまなこと	5(0)	8(2)	1(1)	5(1)	2(0)	6(2)	0(0)	2(1)
不特定の他者	2(1)	14(7)	0(0)	14(0)	0(0)	22(12)	1(1)	2(0)
人以外の対象	6(1)	3(2)	4(1)	0(1)	7(3)	7(1)	3(1)	2(1)
特定の対象無し	0(0)	0(0)	1(0)	0(0)	4(2)	6(5)	5(3)	6(5)
その他	3(2)	4(2)	3(0)	2(0)	5(2)	3(3)	1(0)	0(0)
合計	59(28)	54(23)	64(41)	55(18)	90(53)	94(50)	97(54)	79(47)

()内は女性の数

ぞれ自宅、自宅外とも5～10%みられたことである。また“イライラしたこと”は対象の表れ方が“カッとしたこと”“怒りを感じたこと”と、“落ち込んだこと”との両方の特徴の中間的なパターンを示しているようである。不快感情・気分を抱いた事柄 不快感情・気分を抱いた事柄を表したものはTable 7である。“カッとしたこと”をみると、自宅では“他者の配慮のない言動”(44.4%)と“叱責・注意を受ける”(22.2%)、自宅外では“他者の配慮のない言動”(53.3%)が多く回答され、対人関係の過程で多く経験されている。次に“イライラしたこと”をみると、自宅では“自分のこと(例えば自分の言動・性格や失敗)”(40.2%)や“他者の配慮のない言動”(29.9%)が多く見られた。“怒りを感じたこと”をみると、自宅では“他者の配慮のない言動”(43.9%)“自分のこと”(15.8%)、自宅外では“他者の配慮のない言動”(47.2%)“社会的出来事”(20.8%)及び“混雑(例えば、通学時の電車内や、車運転時の交通渋滞など)”が多く挙げられていた。最後に“落ち込んだこと”をみると、自宅では“自分のこと”(72.9%)と“多忙”(13.1%)が、自宅外では“自分のこと”(68.6%)が多く見られた。全体を見た場合、“イライラしたこと”が上の不快感情を抱いた対象と類似した位置づけがここでも行えそうだということである。また被調査者が直接体験したことではない“社会的出来事”にたいして“怒りを感じた”り、“カッとした”りしていることも興味深い。また、自宅で“怒りを感じたこと”、“カッとしたこと”及び“イライラしたこと”ではいず

れも“叱責・注意を受ける”体験によってこれらの感情・気分を報告している者の8割以上は女性である。男性に較べ女性が帰宅時間や生活態度を親から繰り返しチェックされていることを示すものかもしれない。なお出来事の種類の中の“アルバイト関連”は他の分類と異なっているが、内容は客のわがままさ、塾の生徒の言動やアルバイト先での対人関係状の問題などを含んでいる。不快感情・気分を体験した時の反応・行動 不快感情・気分を体験した時の反応・行動に関しては、自由記述回答を検討した上で表した分類の他にあらかじめ“言語による攻撃、身体的攻撃、置き換え攻撃(人)及び置き換え攻撃(もの)”を設定しておいた。これらを含めてその度数を示したものがTable 8である。まず、“カッとしたこと”に対する反応・行動をみると、自宅では“言語による攻撃(例えば、文句を言う、相手の気に障ることを言う、反抗するなど)”(39.71%)“我慢・なにもしない”(25.00%)、自宅外では“我慢・何もしない”(45.16%)“言語による攻撃”(20.96%)が多く見られる回答であった。“イライラしたこと”をみると、自宅では“我慢・なにもしない”(39.80%)“感情・気分を鎮める努力”(20.41%)“言語による攻撃”(12.24%)で、自宅外では“我慢・何もしない”(52.43%)“気分転換を図る”(13.27%)及び“問題克服のための努力”(11.65%)が多い回答であった。“怒りを感じたこと”への反応・行動をみると、“言語による攻撃”(26.31%)“言語による攻撃”(26.32%)及び“我慢・何もせず”(24.56%)が、自宅外では

Table 7 否定的感情を体験した出来事

	怒りを感じたこと		カッとしたこと		イライラしたこと		落ち込んだこと	
	自宅	自宅外	自宅	自宅外	自宅	自宅外	自宅	自宅外
叱責・注意を受ける	5(4)	1(0)	14(12)	4(0)	8(7)	3(0)	1(1)	4(3)
自分のこと	9(5)	6(2)	9(5)	8(4)	39(25)	25(14)	78(40)	59(33)
他者の配慮のない言動	29(13)	36(9)	28(18)	35(17)	30(15)	33(17)	4(4)	1(0)
アルバイト関連	3(0)	4(2)	0(0)	9(1)	2(0)	11(8)	1(1)	9(6)
社会的出来事	4(2)	11(5)	0(0)	3(1)	1(0)	1(0)	0(0)	0(0)
多忙	0(0)	0(0)	0(0)	0(0)	5(3)	7(2)	14(9)	6(4)
混雑	0(0)	0(0)	0(0)	0(0)	0(0)	14(5)	0(0)	1(1)
その他	6(3)	6(4)	12(3)	4(3)	13(4)	11(5)	8(3)	6(4)
合計	56(27)	53(22)	63(38)	60(26)	97(54)	105(51)	107(58)	86(51)

()内は女性の数

Table 8 否定的感情を体験した床の反応

	怒りを感じたこと		カッとしたこと		イライラしたこと		落ち込んだこと	
	自宅	自宅外	自宅	自宅外	自宅	自宅外	自宅	自宅外
言語による攻撃	15 (8)	5 (0)	27 (20)	13 (4)	12 (9)	10 (4)	2 (2)	2 (0)
身体的攻撃	0 (0)	0 (0)	1 (1)	1 (1)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)
置き換え攻撃(人)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	2 (2)	1 (0)	0 (0)	0 (0)
置き換え攻撃(もの)	2 (1)	1 (0)	2 (1)	2 (1)	4 (1)	1 (0)	0 (0)	1 (0)
間接的言語表現	0 (0)	6 (1)	1 (0)	5 (1)	2 (1)	4 (3)	0 (0)	0 (0)
無視	1 (1)	4 (2)	4 (4)	2 (1)	3 (2)	0 (0)	0 (0)	1 (0)
我慢	14 (6)	28 (15)	17 (8)	28 (13)	39 (22)	54 (27)	25 (11)	25 (15)
気分転換	8 (4)	7 (1)	7 (1)	7 (2)	20 (9)	13 (5)	25 (18)	10 (6)
人に相談	4 (2)	1 (1)	3 (2)	2 (1)	5 (2)	4 (2)	27 (13)	10 (7)
問題克服のための努力	7 (3)	3 (1)	2 (2)	1 (0)	8 (5)	12 (7)	19 (10)	34 (22)
その他	6 (3)	1 (1)	4 (1)	1 (1)	3 (1)	4 (2)	8 (6)	3 (2)
合計	57 (28)	56 (22)	68 (40)	62 (25)	98 (54)	103 (50)	106 (60)	86 (52)

()内は女性の数

“我慢・何もせず”(50.00%)及び“間接的言語表現(例えば、不快であることをそれとなく伝える)”(12.5%)が多く回答されていた。最後に“落ち込んだこと”に対する反応や行動をみると、自宅では“人に相談”(25.47%)、“我慢・何もせず”(23.58%)、“気分転換を図る”(23.58%)及び“問題克服のための努力”(17.92)が多くこの4つで9割以上を占めていた。自宅外では“問題克服のための努力”(39.53%)、“我慢・何もせず”(29.07%)が多くみられた。

全体をみると、それぞれの不快感・気分を抱いた場合に“身体的攻撃(たたく)”を行ったと報告したものは“カッとしたこと”で自宅・自宅外でわずかに1名あっただけである。被調査者となった大学生たちでは“身体的攻撃”が行われることはかなりまれな事と考えてよいと思われる。これに対して言語による攻撃は“カッとしたこと”“イライラしたこと”及び“怒りを感じたこと”で比較的多

くみられ、特に“カッとしたこと”と“怒りを感じたこと”では自宅外よりも自宅で行われる比率が高くなっている。“置き換え攻撃(人)”が行われたのは“イライラしたこと”で自宅2名、自宅外1名であった。これらはいずれも言葉による“八つ当たり”であった。さらに“置き換え攻撃(もの)”は自宅で“カッとしたこと”“イライラしたこと”及び“怒りを感じたこと”の感情・気分だけで合計8名、自宅外で“カッとしたこと”“イライラしたこと”“怒りを感じたこと”及び“気分が落ち込んだこと”で合計5名と全体での数は少ないものの“身体的攻撃”に比較すると現れやすい行動と言えよう。

全体で最も多い反応・行動(Table 9参照)は“我慢・何もしない”であり、特に自宅外では多くみられる。体験された感情・気分がそれほど強くない可能性もあるが、おそらくそれ以上にその事柄が生じた場面の状況に依っているであろう。“言語による攻撃”は男

Table 9 不快感・気分を体験した時の反応・行動

	男性		自宅女性		合計		自宅外男性		自宅外女性		合計	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
	言語による攻撃	17	11.64	39	21.31	56	17.02	22	13.92	8	5.37	30
身体的攻撃	0	0.00	1	0.55	1	0.30	0	0.00	1	0.67	1	0.33
置き換え攻撃(人)	0	0.00	2	1.09	2	0.61	1	0.63	0	0.00	1	0.33
置き換え攻撃(もの)	5	3.42	3	1.64	8	2.43	4	2.53	1	0.67	5	1.63
間接的表現	1	0.68	2	1.09	3	0.91	10	6.33	5	3.36	15	4.89
無視	1	0.68	7	3.83	8	2.43	4	2.53	3	2.01	7	2.28
我慢・何もせず	48	32.88	47	25.68	95	28.88	65	41.14	70	46.98	135	43.97
気分転換	28	19.18	32	17.49	60	18.24	23	14.56	14	9.40	37	12.05
人に相談	20	13.70	19	10.38	39	11.85	6	3.80	11	7.38	17	5.54
問題克服のための努力	16	10.96	20	10.93	36	10.94	20	12.66	30	20.13	50	16.29
その他	10	6.85	11	6.01	21	6.38	3	1.90	6	4.03	9	2.93
合計	146	100.00	183	100.00	329	100.00	158	100.00	149	100.00	307	100.00

性は自宅でも自宅外でも同程度のあらわれた方をしているが、女性は自宅外よりも自宅において多くあらわれ、また自宅では男性よりも高い比率で、自宅外では低い比率であらわれていた ($df=2$, $\chi^2=14.56$, $p<.01$)。これは女性は自宅外では非攻撃的に振る舞うことを期待されていると女性が認知している結果なのであろうか。

総合的考察

本研究は大学生を対象に怒りや落ちこみなど日常体験される不快な感情や気分について量的側面と質的側面の実態を明らかにするためにいった。量的側面の検討から今回の調査対象となった大学生たちは不快感情・気分を常時経験しているわけではないこと、及びその強度は不快感情・気分の体験頻度と一定の関係にあることが示された。

質的側面については、“不快感情・気分を体験した事柄”の検討から“カッとしたこと”や“怒りを感じたこと”とはそれぞれ多少異なる側面を持つ可能性が示唆された。つまり“怒りを感じたこと”では“社会的出来事”があげられていたが“カッとしたこと”ではそれがわずかにあげられていただけであった。また、“不快感情・気分の対象”では、“怒りを感じたこと”と“カッとしたこと”と、“イライラしたこと”との間にその対象の表れ方に異なる点がみられた。これらのことは問題の箇所で指摘したように“怒り”には幾つかの側面があることを支持するものであろう。

全体的にみると本研究の結果はBerkowitz (1989, 1993) が指摘するように否定的感情が必ずしも攻撃行動を導くものではないということを示す結果となった。ただし身体的攻撃はほとんど報告されていない。このことはBerkowitzが指摘するように当該の人物の先行経験、認知、生得的要因やその人の暮らす社会・文化における行動基準などが攻撃行動の発現に深く関わっているであろうか。また大淵・小倉 (1984) は怒りの対象になりや

すいのは家族・友人などの知人であるという結果を得ている。また木野 (2000) は大学生を対象にサークル内での対人関係によって生ずる怒りを想定する方法によって、怒りは直接表出されるよりも抑制的に表出されるという結果を得ている。“カッとしたこと”“イライラしたこと”と“怒りを感じたこと”でこれらに関連する部分、つまり対人関係を取り上げると上述の研究と概ね対応していたと言えよう。

ところで“不快感情・気分の対象”では、“落ち込んだこと”以外の感情・気分でも“自分”がその対象になっているケースが見られた。それぞれに対応する事柄についての回答記述をみると自分の性格・行動や失敗などが多く挙げられていた。一般に自己に注意が向かう状態や自己を注目する状態になると否定的感情が生ずるとされ (例えば, Scheier と Carver, 1977) また抑うつとの関係性が指摘されている (例えば坂本 1998)。しかしここでは数はそれほど多くないものの“怒り”に関連した感情や気分が生起している。つまり自己に注目する状態が必ずしも気分の落ちこみや抑うつだけに結びつくのではないことを示している。これらに対応する反応・行動を、回答された自由記述で追ってみると問題を“問題を克服するための努力”にあたる記述がほぼ対応していた。また結果と考察の部分で述べたように“落ち込んだこと”への反応・行動として“問題克服のための努力”が少なからず存在していた。これらのことは自己注目は現在考えられているよりも複雑な過程が存在しているのかもしれない。さらに Geen (1968) は実験研究によって他者の行為によってだけ欲求不満が生起するのではなく、その人自身の無能力や失敗の繰り返しによっても欲求不満になることを明らかにしている。恐らくこの欲求不満が自分に対する怒りやイライラ気分となるのであろう。今後これらの点とも関連させた不快感情・気分についての理論的検討が必要である。

引用文献

- Averill, J. R. 1979 Anger. In H. Howe & R. Dienstbier (Eds.), Nebraska symposium on motivation, vol. 26. Lincoln: University of Nebraska Press.
- Berkowitz, L. 1983 Aversively stimulated aggression: Some parallels and differences in research with animals and humans. *American Psychologist*, 38, 1135-1144.
- Berkowitz, L. 1989 Frustration-Aggression Hypothesis: Examination and Reformulation. *Psychological Bulletin*, 106, 59-73.
- Berkowitz, L. 1993 *Aggression: Its Causes, Consequences, and Control*. New York: McGraw-Hill.
- Geen, R. G. 1968 Effects of frustration, attack, and prior training in aggressiveness upon aggressive behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 9, 316-321.
- 木野和代 2000 日本人の怒りの表出方法とその对人的影響 *心理学研究*, 70, 494-502.
- 大淵憲一 1986 質問紙による怒り反応の研究：攻撃反応の要因分析を中心に *実験者改心理学研究*, 65, 127-136.
- 大淵憲一・小倉佐知男 1984 怒りの経験(1)：Averillの質問紙による成人と大学生の調査概況 *犯罪心理学研究*, 22, 15-33.
- 大平英樹 1987 怒り感情とその反応について Averillの質問紙による調査：怒りの動機と反応の関係を中心にして *文教大学人間科学部人間科学研究*, 9, 1-8.
- 坂本真士 1998 自己注目と抑うつ 抑うつ発症・維持を説明する3段階モデルの提起 *心理学評論*, 41, 283-302.
- Scheier, M. F. & Carver, C. S. 1977 Self-focused attention and the experience emotion: Attraction, repulsion, elation, and depression. *Journal of Abnormal and Social Psychology*. 35, 625-636.