

## 感情体験の分析（Ⅱ）

－ 喜び・悲しいについて －

鈴木賢男・鈴木国威・上杉 喬

### Analysis of Some Emotional Experiences (2nd report):

On Joy and Sorrow

Masao Suzuki · Kunitake Suzuki · Takashi Uesugi

This is the second report of successive studies on analysis of some emotional experiences. In these studies a special questionnaire was devised, which contains 20 emotional words. Among them are jealousy, hatred, anger, joy, sorrow, fear, disgust and so on.

Subjects were 607 students of Bunkyo University and they were required to write about their most deep emotional event. The results of this study suggested that the feeling of joy springs up for a person to gain something good, and the one of sorrow springs up to lose.

#### はじめに

本研究は、感情体験についての一連の研究の第2報であり、喜び及び悲しみの感情について、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年）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ものに関する嫉妬の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、その憎い及び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、大切にしている物、大切にしている心）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。

本研究における、喜びと悲しみの感情は、それが生起するにおいて、どのような特徴を有するのか、また、一般に、喜びと悲しみは対概念となっているが、この点は、どうなのか検討したい。

## 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大学の「感情心理学」の授業、1999年度（227名）、2000年度（190名）、2001年度（190名）の受講生、合計607名に調査用紙を配付して、記述を依頼し、その後数日をおいて回収した。調査は記名式で行った。

## 3. 感情体験時の年齢

一つの出来事に対して1つの年齢が記されていたのは、「喜び」では567名（93.4%）で、「悲しい」は566名（93.2%）であった。複数の年齢、または、年齢に幅（期間）のある記述については、複数の年齢では感情を強く抱いた初めての年齢とすることにし、年齢に幅のある記述については、中央値（高校時代→16才）とすることにした。

### 感情体験の分類

#### 1. 喜びの分類

調査対象者607名の内、具体的に喜びの内容を書いた人は589名（97.0%）であり、記述がなかった人は18名（3.0%）であった。内容を書いた人で、喜びの体験を感じた年齢を書かなかった人は、8名であった。

喜び体験は、まず、「喜びの状況（どういう場合に喜びを感じたか）」によって分類できる。喜び体験の607名の記述内容から、喜びの状況について分類したところ、次の18分類となった。

- ① 友人、恋人、家族から、期待している物、※予定外の物をもらった期待している物とは、主にクリスマスや誕生日などでもらった物であった。例えば、「生まれて初めて誕生日プレゼントをもらった時（3才）」、「自分の欲しかった物を人からプレゼントされた場合（6才）」

- ② 美味しい物を食べた  
例えば、「今まで食べたことがなくて食べたかった物を初めて食べたとき(20才)」、「たまに甘いものを食べた時」
- ③ 望んでいる物・出来事を手に入れた  
「愛犬が我が家にやってきたとき(13才)」、「初めて北海道に行って温泉から月と湖を見たとき(21才)」
- ④ 給料を得た時  
「バイト代が入金されたとき(18才)」、「初めて給料をもらった(16才)」
- ⑤ 健康や物を一次的に失ったが、失った物を再び手にした(回復)  
「おばあちゃんが心臓の発作を起こして一命をとりとめたとき」、「大切なものを無くして見つかったとき(18才)」、「さいふを落とししたと思って暗くなって帰ってきたら親にさいふも持たずにどこに行ったのといわれたとき(19才)」
- ⑥ 友人や恋人などと一緒にいる時を持てた  
「とても仲のよい友達と一緒にいた時(17才)」、「母の仕事が休みで、夜家にいてくれたという事(7才)」
- ⑦ 大切なものとの出会いを得た時  
「テニスに出会ったこと(16才)」
- ⑧ 親、友人、恋人から、愛情や祝福、プロポーズなどを得た  
「誕生日に大勢に祝福されたとき(19才)」、「好きな人に告白されたとき(20才)」、「家族から愛されていることを実感した(17才)」
- ⑨ 家族や友人との一体感をもった  
「部活で皆で力を合わせて試合に勝った時。勝った喜びではなく、皆の心が1つになれたと感じたので嬉しかった(18才)」、「あまり仲の良くなかった母と、腹をわって話ができたこと(18才)」
- ⑩ 友人や家族、先生から好意を得た

「思いがけず、友人が自分のことを大切に思ってくれていると知ったとき(18才)」、「思いもよらぬ人に優しくされた時(19才)」、「入院しているとき、友達が見舞いにきてくれたこと (19才)」

- ⑪ 自分が他人に対して行った行為によって、人が喜んだ  
「自分のとった行動で喜ぶ友人を見たとき(17才)」、「銀婚式を迎えた両親に兄弟で贈り物をして両親が泣いて喜んだとき(19才)」
- ⑫ 自分自身が何かに打ち込み、充実した時を持った  
「クラスでトップクラスの女の子とテストで張りあっていたとき(11才)」、「生きていることに充実感を覚えた時(21才)」
- ⑬ 苦痛の終了した時、または終了後に達成感を得た時  
「高校の受験が終わったとき(15才)」、「部活の演奏会が終了した直後(18才)」
- ⑭ 愛する人(恋人、親友)を得た  
「初めて恋人ができたとき(16才)」、「本当に心の許し合える友人と語ったこと(19才)」
- ⑮ 大切な人と出合いを得た時  
「大切な人に出会えたこと(19才)」、「大学で多くの人と出会えたこと(19才)」
- ⑯ 親密な関係の人とのつながりが失われたが、再び以前のような関係を取り戻した(回復)  
「ずっと会っていなかった友達に会ったとき(18才)」、「留学していた親しい友人と久しぶりに会った(18才)」
- ⑰ 自分自身の努力や行為によって、成功(目標の達成や、他人からの高い評価)した  
「大学合格(18才)」、「NHK合唱コンクールで銀賞をとったとき(16才)」

⑱ 幸運にも、満足や嬉しさを得た

「宝くじが初めて当たった時(10000円)(14才)」、「好きな芸能人と握手できたとき(20才)」

この18分類は、得られる対象によって分けられるので、「対象」を基準にして、「物・出来事を得る場合」(①～⑦)と、「心(愛情・好意・充実感・達成感)を得た場合」(⑧～⑬)、「人(友人・恋人)を得た場合」(⑭～⑯)、自分自身の努力や行為によって、「成功(合格、受賞)」⑰を得た場合、「幸運(満足や嬉しさ)」⑱を得た場合の5つに区分できる。

## 2. 「悲しい」体験の分類

調査対象者607名のうち、具体的に感情体験を記述した者は586名(96.5%)、記述しなかった者が21名(3.5%)であった。このうち2名は「書きたくない」とする者、残りの19名が無記入であった。

「悲しい」体験は、「喜び」と同様に、悲しみが生じた状況(どのような場面で悲しい思いをしたか)によって分類できた。691名の「悲しい」体験の記述内容から、「悲しみが生じた状況」について分類したところ、以下の32分類に分かれた。

① 「大切なモノを失う」時

例えば、「大事なものを落としてなくしてしまった(19才)」、「好きだった遊び道具を取り上げられ、壊された(10才)」

② 自分や身近な人の「病気・ケガ・ボケ」によって、健康が失われた状態にある時

自分が健康を損なっている状態としては、病気「心臓の手術が決まったとき(13才)」、ケガ「怪我が治らないのではないかと思うとき(16才)」、身近な人が健康を損なっている状態としては、病気「集団治療室で機械に囲まれて、ガリガリに痩せた祖父・祖母を見た時(14才)」、

ケガ「父が事故に遭って重症を負い、前の父ではなくなってしまったとき（19才）」、ボケ「祖母がぼけたとき（17才）」などであった。多くの場合、病氣・ケガの回復が難しく深刻なものであった。

- ③ 身近にあり得ない（あってはならない）事故・事件が生じて「ショック」を受けた時
- 個人的な事故によるものとして、「交通事故に遭った時。ショックだったので。これ以上書けません（16才）」や「父が家族に暴力を振ったこと（10才）」、社会的な事件によるものは、「妹が医療ミスで、顔に塗った薬のせいでやけどを負った（6才）」や「少年犯罪の殺人犯がそれを犯してしまったこと（19才）」であった。
- ④ ケンカやもめごとによって「家庭の不和」が生じた
- 「祖父母と母親の仲が悪く、年中けんかが絶えず、家の中が暗かったこと（12才）」、「両親が喧嘩をしたとき（7才）」
- ⑤ マンガや小説、映画等の「悲しい場面」を読んだ・見た時
- 「手塚治虫の「火の鳥」を読み、次々と主人公の部落が滅ぼされていくのを読んだとき（13才）」、「映画の悲しい場面を見たとき（20才）」
- ⑥ 身近な人の「悲しみに同感」した時
- 「父が亡くなって、泣く母を見ていた日々（13才）」、「同居はしていなかったが祖父が亡くなった時、父が泣いているのを見て。泣くなど想像できなかったので、その父の悲しみの深さを思った時、悲しかった（24才）」
- ⑦ 自分や身近な人が、周囲にいる身近な人の「犠牲になる」時
- 「母の母、つまり私の祖母が寝たきりになっているのに、七人も子どもがいるにもかかわらず、その一人である私の母しか介護にいかない事（17才）」、「人にいいように使われていると気付いたとき（18才）」
- ⑧ 自分や身近な人が「理不尽」な仕打を受けた時

「家庭教師をしていて、いきなり一方的に辞めさせられた時(20才)」、  
「友だちが彼氏に殴られて、いつもたくさんのお金を稼いでいること (17才)」

- ⑨ 友人と同じように行動しているのに、「自分だけ違う」結果になった時

「水泳の授業で先生の実力不足で一人だけ2度測らされたとき (16才)」、  
「1年生の歓迎コンパのとき、他の友達とは好感触だったのに自分だけ、  
1年生に怖いと言われたこと (20才)」

- ⑩ あるべき自分と「ちがう自分」を感じる時

「学校生活の自分と自分の部屋にいるときの自分の違いを感じる時  
(12才)」、「友達の親が死んだとき、泣けない自分が悲しかった (16  
才)」

- ⑪ 自分の「無力さ」を感じる時

「自分にはピアノの上達の限界があると知ったとき (11才)」、「弟の体  
が悪いのに何もできないと知ったとき (7才)」、「痛感するのは、自分  
の無力 (20才)」

- ⑫ 身近な人や周囲の人から「誤解される」時

「バスの中で友達と2人でおもしろい事を言って笑っていたのに、目  
の前に立っていた人が『人の顔を見て笑っているなんて失礼でしょ  
う』と誤解された時 (12才)」、「親にチョコを盗んだと疑われたとき  
(10才)」

- ⑬ 身近な人に「気持ちが伝わらない」と感じる時

「大切な人に自分の気持ちが伝わっていないことに気付く (21才)」、  
「退職する時に、後任の方が困らないようにと、自分としては一生懸  
命引継ぎをしたつもりが相手の方に理解してもらえず悲しかった(42  
才)」



- ⑭ 身近な人に自分の行為や考えが「理解されない」と感じる時  
「幼稚園の絵の教室で、すいかを食べている子の髪を赤でぬったら、先生に、「人間の髪は黒だから」と言われ、上から黒で塗り直された時（4才）」や「自分だって、色々考えて悩んでいるのに親から「何も考えていない」ような言い方をされた時（18才）」
- ⑮ 身近な人に「怒られた」時  
「先生にグッとにらまれて怒られたこと（4才）」、「小学校入学に備えて、母が懸命に私に名前のひらがなを教えてくれるのだが、うまく完全に書けず、外に立たされた上、足の指を怪我したことを母に伝えられず、悲しかった（7才）」
- ⑯ 自分の行為によって、身近な人を「悲しませる」時  
「反抗期の自分を見て、夜こっそり泣いている父親を見た時（15才）」、「今、彼女と連絡をとっていないので、相手に辛い思いをさせているかと思うと悲しいです（19才）」
- ⑰ 「恋人とケンカ」した時  
「彼氏とけんかしたこと（19才）」、「恋人とケンカしたとき（18才）」
- ⑱ 身近な人に、「陰口」を言われていることを知った時  
「仲の良かった友だちに陰で悪口を言われたとき（12才）」、「好きだった人が私のことを二重人格だと言っていたと友人から聞いたとき（14才）」
- ⑲ 身近な人から自分（たち）のことを悪く言われて「傷ついた」時  
「祖父が亡くなった時、小さな財産のことで遠い親戚がひどい電話をよこした時（18才）」
- ⑳ 身近な人から自分の「存在を否定された」と感じた時  
「一族の集まりの場で酔った父親に「お前など死んでしまえ、殺してやろうか」と真剣に言われたとき（10才）」、「高校の時に部長をやって

いたのですが、自分の仕事を認めてもらえず、思いっきり否定された時(17才)」

㉑ 身近な人に「裏切られた」時

「人に嘘をつかれたとき(年令未記入)」、「困っている友だちを献身的に助けたつもりなのにその事を本人に仇で返されたとき(18才)」、「助けてくれるはずの友だちが助けてくれなかったこと(20才)」。

㉒ 「失恋」した時

「中一からずっとあこがれていた初恋の人に失恋してしまった時(17才)」、「考え方が違うとって突然別れを言われたこと(19才)」、また、実際に失恋したわけではないが、想像することによって悲しみをもたらした例として、「彼女と別れそうになった時(20才)」もある。

㉓ 「自分だけ恋人がいない」と感じた時

「友だちはどんどん彼氏が出来ていくのに、自分にはまったく出来る気配がないと感じたとき(20才)」

㉔ 「友を失った」時

「一番仲のよかった友人が離れていったとき、とても悲しかった(20才)」、「けんかした友だちとの仲が回復しないこと(20才)」

㉕ 「仲間はずれ・無視された」時

「仲良しの子とけんかをし、私を残して友だち2人でさっと隠れるように帰っていく姿を見た時(11才)」、「やはり、いじめ。多くの人から無視されたりするのは、やはり悲しかった(13才)」

㉖ 孤独や疎外、「一人ぼっち」になった時

孤独感を感じていた場合として、「学校で自分は一人ぼっちだと思い、一人で行動していると感じたとき(14才)」。疎外感を感じていた場合として、「友だちに一緒に帰ろうと言って、「ごめん用事がある」って断られた時(17才)」。また、実際に「一人ぼっち」だと感じる状況は

ないが、「小さな頃、お父さんがいなくなっちゃう夢を見た時(4才)」のように、「一人ぼっち」になることを想像する場合。

㉗ 人と「別れ」る時

「両親が離婚すると言い出して双方の親も呼んで話し合ったこと(13才)。「愛していたロックバンドが解散したこと(16才)。「いとこのお姉さんの結婚式。私にとって実の姉のような存在だったので、何か遠い手の届かないような所へ行ってしまうような気がして、嬉しくせになぜか悲しかった(16才)。「高校3年間、仲の良かった友だちと離れ離れになると思った卒業式(18才)。「ホームステイをしたた家族と別れるとき(アメリカ、コロラド州で1ヶ月)(12才)。「転校するため、仲良しの友だちと別れるとき(11才)。」

㉘ 「ペットがいなくなる」時

「飼っていた犬が突然いなくなった。待っても探しても帰ってくることはなかった(20才)、「飼っていた犬を知人にあげることになり、その家まで犬を送って行ったときのこと(11才)」

㉙ 家族、友人、身近な人の「死」(永遠の別れ)

「祖母が亡くなった時。とても可愛がってくれていて、いつも自分の見方だった。心のよりどころの1人がこの世からいなくなって悲しい(12才)、「高校の同級生がなくなった時、この前まで話していたのに、と思うと悲しいし、なんとも言い表しがたい気持ちになった(19才)。」

㉚ 飼っていたペットの「死(ペット)」

「ずっと飼っていた犬が死んでしまった時(14才)、「飼っていたウサギが死んでしまった時(19才)、「飼っていたインコが死んだ(12才)」

㉛ 試合や試験、受験に「失敗」した時

「部活で、(吹奏楽部)コンクールに出て、関東大会に行けなかったこと(16才)、「テストで一生懸命勉強したのに、不合格だった時(科

目は保健体育) (25才)」、「現役時代、大学受験に全滅したとき (18才)」

㉔ 「不運」な目にあった時

「ディズニーランドに行ったら、スプラッシュマウンテンが中止だったとき (20才)」

この32分類は、「悲しみを生じさせた喪失対象 (何を、誰を失ったのか)」によって、『物・出来事を失う悲しみ』(①～④)、『物などを失っていないが、心 (思い) を失った悲しみ』(⑤～㉑)、『人・ペットを失った悲しみ』(㉒～㉓)、『期待していた成果を失った悲しみ』(㉔)、『運を失った悲しみ』(㉕) の6つに区分できる。但し、『心を失った』における、「5 悲しい場面」「6 悲しみに同感」「7 犠牲になる」は、基本的には、登場人物や身近な人の悲しさに対する悲しみ (かわいそう) であり、同感 (あるいは共感) に類するものである。

## 結果

### 1. 喜びの分布

表1は、得られた対象によって分類されたカテゴリーと喜びを強く感じた年齢の分布を示している。喜びの分布から認められた特徴を以下に記した。

- 1) 方法で記した5つの区分 (物・出来事、心、人、成功、幸運)のうち、『成功を得た場合』に最も強く喜びを感じたと報告した人は、354名 (60.9%) であり、以下『心を得た場合』(81名、13.9%)、『物を得た場合 (88名、15.1%)』、『人を得た場合 (37名、6.4%)』、『幸運 (20名、3.4%)』と続いた。
- 2) 『物・出来事を得る場合』について見ると、最も出現頻度が多かった

カテゴリーは、「親しい人から期待している物、予定外の物を得た」であった（29名、5.0%）。同じように『心を得た場合』についてみると、「思いや祝福、プロポーズなどの愛を得た」（29名、5.0%）、『人を得た場合』では、「愛する人を得た」（20名、3.4%）であった。

- 3) 全体の年齢に注目すると、多くの人は15才から21才に強い喜びを感じていると報告した（481名、82.8%）。それぞれのカテゴリーを検討した場合も、同様の傾向が観察された。しかし、『物を得た場合』では、カテゴリー内で26.1%にあたる23名が、3才から10才にかけて、強い喜びを感じたと報告した。その他のカテゴリーでは、3才から10才の出現頻度は『心を得た場合』が4名（4.9%）、『人を得た場合』が0名、「成功を得た場合」が19名（5.4%）、「ささやかな幸福」が0名であった。したがって、3才から10才に相対的に多くの頻度が見られたのは、『物を得た場合』の特徴であった。

感情体験の分析 (II)  
 — 喜び・悲しいについて —

表 1. 喜び体験の年令別頻度

年令	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								
	1 友人・知人・家族からの物をもらった	2 美味しい物を食べた	3 望んでいる物・出来事を手に入れた	4 絵巻を得た	5 ひまわりを(一回覆)	6 友人や恋人などと一緒にいる時を得た	7 大切なものとの出会いを得た	8 親、友人、恋人から愛情や祝福、プロポーズなどを得た	9 家族や友人との一体感をもった	10 友人や家族、先生から好意を得た	11 自分が他人に対して行った行為によって、人が喜んだ	12 自分が他人に対して行った行為によって、人が喜んだ	13 香煙の終了した時、または終了後に達成感を得た	14 自分が何かに打ち込み、充実した時を得た	15 大切な人と出合いを得た	16 親密な関係の人のとのつながりが失われたが、再び以前の様な関係を取り戻した	17 自分自身の努力や一人からの高い評価)した	18 幸運にも、満足や嬉しさを得た					
3	頻度 %	2 50.0					2 50.0	1 25.0					1 25.0				1 25.0	4 0.7					
4	頻度 %		1 50.0														1 50.0	2 0.3					
5	頻度 %	4 80.0					4 80.0										1 20.0	5 0.9					
6	頻度 %	2 25.0	2 25.0				4 50.0	1 12.5				1 12.5					3 37.5	8 1.4					
7	頻度 %	1 14.3	1 14.3				2 28.6										5 71.4	7 1.2					
8	頻度 %	1 16.7	1 16.7				2 33.3		1 16.7				1 16.7				3 50.0	5 1.0					
9	頻度 %	2 40.0	1 20.0				3 60.0	1 20.0					1 20.0				1 20.0	5 0.9					
10	頻度 %	3 33.3	1 11.1			1 11.1	5 55.6										4 44.4	9 1.5					
11	頻度 %		2 22.2				2 22.2				2 22.2		2 22.2				5 55.6	9 1.5					
12	頻度 %		1 7.7	1 7.7			2 15.4	1 7.7					1 7.7				10 76.9	13 2.2					
13	頻度 %		1 12.5	1 12.5			2 25.0	2 25.0					2 25.0				4 50.0	8 1.4					
14	頻度 %	1 5.9					5 5.9					5 5.9	1 5.9	1 5.9		2 11.8	11 64.7	17 11.8					
15	頻度 %		1 1.5				1 1.5	1 1.5	1 1.5		1 1.5	1 1.5	4 6.1	1 1.5		1 1.5	60 92.3	65 11.2					
16	頻度 %			1 3.2	1 3.2		2 6.5	5 16.1	4 12.9	1 3.2	2 6.5		7 22.6	1 3.2	1 3.2	2 6.5	16 51.6	31 3.2					
17	頻度 %	2 3.9	2 2.0				2 3.9	1 2.0	1 1.8	2 3.9		2 3.9	7 13.7	1 2.0		1 2.0	36 70.6	51 8.8					
18	頻度 %	4 2.6	3 1.9	3 1.9	0.6 1.3	3 1.9	2 1.3	15 9.7	3 1.9	2 1.3	5 3.2		4 2.6	14 9.0	8 5.2	2 0.6	11 71.6	111 2.6					
19	頻度 %	4 3.9	2 1.0	2 1.9	2 1.9	2 1.9	4 3.9	15 14.6	7 6.8	7 4.9	5 2.9		15 14.6	6 5.8	4 3.9	5 4.9	15 53.4	103 2.9					
20	頻度 %	3 5.6	2 3.7	1 1.9	1 1.9	3 5.6	10 18.5	6 11.1	4 1.9	4 7.4	3 1.9	3 1.9	2 3.7	17 31.5	1 1.9	1 1.9	3 29.6	54 13.0					
21	頻度 %		1 4.5	3 13.6			2 27.3	1 4.5		1 4.5	1 4.5	2 9.1	1 4.5	6 27.3	1 4.5	1 4.5	2 27.3	22 9.1					
22	頻度 %												1 33.3				2 66.7	3 0.5					
24	頻度 %																2 100	2 0.3					
27	頻度 %																1 100	1 0.2					
全体	頻度 %	29 5.0	3 0.5	22 3.8	7 1.2	11 1.9	7 1.2	9 1.5	88 15.1	29 5.0	6 1.0	21 3.6	10 1.7	6 1.0	9 1.5	81 13.9	20 3.4	8 1.4	9 1.5	37 6.4	354 60.9	20 3.4	581 10.1

## 2. 「悲しい」体験の分布

表2に、「悲しい状況（どのような時に悲しいと感じたのか）」による32分類における、体験時の年齢別分布を示す。

- 1) 悲しい体験の出現頻度は、年齢不明の記述を除く571名中、『物・出来事を失う悲しみ』が34名（6.0%）、『心を失った悲しみ』が86名（15.1%）、『人・ペットを失った悲しみ』が435名（76.2%）、「失敗」が12名（2.1%）、「不運」が4名（0.7%）であった。
- 2) 『物・出来事を失う悲しみ』について見ると、出現頻度の最も多かったものは、「2病気・ケガ・ボケ」と「3ショック」であり（共に12名、2.1%）、次いで、「1大切なモノを失う」（7名、1.2%）、「4家庭の不和」（3名、0.5%）であった。
- 3) 『心を失った悲しみ』では、「21裏切られた」が14名（2.4%）、「11無力さ」が11名（1.9%）、「5悲しい場面」と「14理解されない」及び「20存在を否定された」が共に7名（1.2%）、「6悲しみに同感」、「15怒られる」が共に6名（1.0%）、続いて「10ちがう自分」「16悲しませる」（共に5名、0.9%）、「8理不尽」「13気持が伝わらない」「17恋人とケンカ」（共に3名、0.5%）、「7犠牲になる」「9自分だけ違う」「12誤解される」（共に2名、0.3%）であった。なお、「19許されない」は全て（2例とも）年齢が未記入のものであったため、表中には記載しなかった。
- 4) 『人・ペットを失った悲しみ』では、「29死（人）」が191名（33.4%）で最も多く、次いで「30死（ペット）」が96名（16.8%）、「27別れ」（60名、10.5%）、「22失恋」（48名、8.4%）、「26一人ぼっち」（13名、2.3%）、「25仲間はずれ・無視された」（10名、1.7%）、「28ペットがいなくなる」（9名、1.6%）、「23自分だけ恋人がいらない」「24友を失う」が共に4名（0.7%）であった。人の死とペットの死を合わせた

場合、287名(50.3%)であり、全ての悲しい体験のうち、半数を占めた。

- 5) 表2の構成パーセントは、32分類、及び『物・出来事を失う悲しみ』『心(思い)を失う』『人・ペットを失った悲しみ』の区分における年令毎の悲しい体験の比率を示すものである。

『人・ペットを失った悲しみ』は、ほとんど全ての年令で、50%を超えた。しかし、90%を超える比率を示す年令層もある中で、3~7才、18~21才では70%前後の出現率に留まるものが比較的多かった。『物・出来事を失う悲しみ』は、15%を超える出現率が3~7才に見られた。3才では1名(33.3%)、7才では2名(23.1%)であった。『心(思い)を失う悲しみ』は、30%を超える出現率が3~7才に見られ、3才では2名(33.3%)、6才では3名(33.3%)であった。18~21才では、いずれも15%を超える比率を示した。中でも、20、21才は25%を超えていた。

『人・ペットを失った悲しみ』の中では、「22失恋」が15~24才までにかけて出現し、8.3~33.3%の比率を示していた。「25仲間はずれ・無視された」は、10~13才までに集中して出現し、3.4~10.8%の比率を示していた。人の死とペットの死における出現率が極端に逆転してしまう年齢層は、7~8才で、7才では「29死(人)」が1名で9.1%、「30死(ペット)」が6名で54.5%であり、8才では「死(人)」が1名で8.3%、「死(ペット)」が7名で58.3%であった。『物・出来事を失う悲しみ』の中では、「3ショック」が3~4才にかけて比較的高い出現率を示し、3才では1名(33.3%)、4才で1名(16.7%)であった。また、「4家庭の不和」は、7才で2名(18.2%)という比較的高い出現率を示した。『心(思い)を失った悲しみ』の中では、「15怒られる」は、3~7才までの出現率が15%を超え



表2. 悲しみ体験の年令別頻度

年令	物・出来事を失う悲しみ				物などを失っていないが心(思い)を失った悲しみ																	人・ペットを失った悲しみ																
	1 大切なモノを失う	2 病気・ケガ・ボケ	3 シロツク	4 家庭の不和	5 悲しみに耐え	6 悲しみに耐え	7 個性になる	8 理不尽	9 自分だけ違う	10 ちがう自分	11 無力さ	12 誤解される	13 英雄が伝わらない	14 理解されない	15 怒られた	16 悲しませる	17 恋人とケンカ	18 障口	19 存在を否定された	20 罵倒された	21 裏切られた	合計	22 失恋	23 自分だけ悪人がいない	24 友を失う	25 仲間はずれ・無視された	26 一人ぼっち	27 別れ	28 ペットがいなくなる	29 死(人一人)	30 死(ペット)	合計	31 失敗	32 不運	全体			
0																																						1
1																																						1
2																																						2
3																																						3
4																																						4
5																																						5
6																																						6
7																																						7
8																																						8
9																																						9
10																																						10
11																																						11
12																																						12
13																																						13
14																																						14
15																																						15
16																																						16
17																																						17
18																																						18
19																																						19
20																																						20
21																																						21
22																																						22
23																																						23
24																																						24
25																																						25
26																																						26
27																																						27
28																																						28
29																																						29
30																																						30
合計																																						31
全体																																						32

ていて、6才で2名(22.2%)、4才で1名(16.7%)であった。「13  
気持が伝わらない」は、20才での出現率が比較的高く、2名で18.2%  
であった。

また、出現頻度の最も多かった「死(人)」と「死(ペット)」の記述  
内容に関しては、失った対象を具体的に明記してあるものが多く、対象  
別の頻度を集計した。

- 1) 「死(人)」を悲しいとした191名のうち、祖父母(曾祖父母を含む)  
の死が、109名(57.1%)、友人(31名、16.2%)、親類(16名、8.4%)、  
父母(11名、5.8%)、いとこ(2名、1.0%)、兄弟姉妹(1名、0.5%)、  
部活の先輩、担任の先生などのような身近な人(14名、7.3%)、尊  
敬する人物(2名、1.0%)であった。その他、想像した死によるも  
のが5名(2.6%)であった。また、死に至った理由を特に記述して  
あるものは、17名であり、「事故」によるものが9名、「がん」が4  
名、心筋梗塞などのように「突然」死んだとするものが2名、「自  
殺」が2名であり、17名中11名(64.7%)が友人の死の理由を記述  
したものであった。
- 2) 「死(ペット)」を悲しいとした96名のうち、犬の死が、31名(32.3%)、  
猫(22名、22.9%)、鳥(14名、14.6%)、ハムスター(6名、6.3%)、  
うさぎ(3名、3.1%)、金魚(2名、2.1%)、カメ(1名、1.0%)  
であり、複数のペットを記述したものが2名(2.1%)、具体的な動  
物名を記述していないものが13名(13.5%)であった。その他、「犬  
が死にそうになった」と「生き物は死ぬと知った時」が、それぞれ  
1名(1.0%)であった。また、死に至った理由を特に記述してある  
ものは、12名であり、「事故」が4名、「鳥かごを落として、首を折  
ってしまった」等の「不注意」によって死なせてしまったものが3  
名、飼っていた鳥が猫に「襲われた」が3名、心不全などのような

「突然」死が2名であった。

## 考察

本研究では、基本感情である喜びと悲しみの多彩な意味および構造とそれらの関係を、自由記述法を用いる事によって、明らかにした。本研究により明らかになったことは、基本的に、喜びは、「様々な対象を得る」ことによって、悲しみは「様々な対象を失う」ことによって、生み出される感情であった。

### 1. 喜びの特徴と構造

喜びの源泉は、何かを得ることであった。

#### 1) 「物を得た場合」

人々は物を得ることや出来事を体験することによって、喜びを感じる。喜びを感じる時の物は、単なる物理的な物ではなかった。特徴の1つは、友人や家族、恋人からの「物」であり、クリスマス・プレゼントや誕生日プレゼントに代表される「好意や愛」を表象する「物」だということである。特徴の2つは、「得る」ことを熱望していたものであったり、突然もったりする場合に「喜び」を強く感じるということも示されている。他には、美味しい物を得ることによって感じることのできる「充実感」、犬などの望んでいる物を得るもしくは家族旅行などの願いが叶うことによって得られる「満足」、一所懸命に働いて給料を得たことによって感じられる「努力」、一時的に健康・ものを失ったが、それを取り戻した「回復」、友人や家族と時間・場所を共有する「一緒」、大切な物・出来事を手に入れた「出会い」などもあった。

#### 2) 「心を得た場合」

直接物を得なくとも、愛情や好意などを受け取ることによって、喜び

を得る場合である。具体的に得られる物は、プロポーズや祝福を得る「愛」、仲間と一緒に作業などを行うことで得られた「一体感」、先生や友人から受け渡される「好意」、自分が他人に好意を与えることにより、他人から再び渡される「好意」、何かに打ち込むことで得られる「充実した時」、困難な作業などが終わることで得られた「達成感」、押さえられていた感情を再び得る「回復」であった。

### 3) 「人を得た場合」

喜びはまた、人を得ることによって、感じる。恋人や友人を得ることは大きな喜びであり、失われた関係が「回復」し、再び恋人や友人を得ることも含まれる。

### 4) 「成功」

成功は、自分自身が困難な状況を乗り越える時に得られ、それによって喜びを感じる。具体的には、努力して成功を得る「成就」、中学・高校・大学への入学や資格を得ることになる「合格」、試合で勝つ「勝利」などである。

### 5) 「ささやかな幸福」

願っている物がほんの少しだけ得る場合などが上げられる。

喜びの体験で、5つの区分のうち最も頻度が多かったカテゴリーは「成功」であった。「成功」の多くは、「合格」や「勝利」などの学校と関係がある出来事であった。「成功」が多かった理由は、本研究で対象となった被験者の多数が20才から22才であったために、最近の出来事である「大学合格」に強い喜びを感じているからであろう。また、青年期では、外界の困難を乗り越えるために、自分自身の成長のために、様々な努力を行うと考えられる。そのため、受験などの困難に打ち勝つことに強い喜びを持つとも言える。また、「物を得た場合」、「心を得た場合」、「人を得

た場合」におけるそれぞれのサブ・カテゴリー内で、つねに喜びの源泉となっているのは、いずれも「愛と好意」であった。このことは、「成功」と「愛」の2つが喜びを喚起する最大の源泉であると言える。

年齢を考慮に入れると、幼児期（3才から10才）に喜びを多く感じた対象は、5つの大きなカテゴリーでは、「物」であった。もちろん、「心」や「成功」なども観察されたが、「物」ほど多くはなく、「人」に関しては全く報告されなかった。このときの「物」は、主にクリスマスや誕生日などのイベントの時にもらった物である。その背景には「愛」が感じられるとしても、プレゼントを得ることは、単純で理解がしやすいと考えられる。

次に何かを得る主体について見ると、何かを得る主体は、主に「自分」であるが、「父親の病気が回復する」、「弟を迎えに来る」など、直接何かを自分が得て無い場合でも、喜びを感じる時があった。また、自分が他人に働きかけることによって得た「相手の好意」によって、喜びを感じる場合もあった。

以上から、喜びの基本構造は「得る」ことであり、その過程の多くは、単純に対象を得る場合である事が明らかになった。一般に「得る」は、0がプラスになることであるが、それだけでなく、負の状態から0もしくは正の状態に移行する場合、他人に働きかける事で好意を得る場合などもあることも示された。また、得る主体は、直接的、間接的に「自分」であり、間接的である場合は父・祖母・弟などの身近な人であった。

このような構造から予測される現象であり、かつ観察されなかった「得ること」を考えてみたい。本研究で、他人が他人に向けられた「好意」もしくは他人の「回復」によって、間接的に「得る」ことで喜びを感じる過程が見いだされた。それとは逆に、相手が負の状態になることにより、自分が相対的に高い状態になることを「得る」ことにより喜びを感じる

じる場合も構造から予測される。しかし、本研究では、これらの現象は見いだされなかった。人間は小説・映画などのフィクションを見た場合や相手の苦しい状態を見た時に、悲しい場面を容易に自分に起こった出来事と捉えてることが知られており、本研究の「悲しみ」の分類でも、多数報告されている。すなわち、相手が何かを失うような状態は悲しい出来事であり、そのような状態を目撃した場合、自分自身の心の状態も容易に悲しみとなり、少なくとも強い喜びにはならないのであろう。逆に、相手が得た事による喜びの状態を目撃した場合、それを自分の出来事として捉えた場合は喜びとなり、相手の状態が良くなったと捉えるならば、嫉妬になるのではないかと思われる。上杉・榎場・馬場(2002)は、物・能力・好意などが自分に向けられず、身近な人に向けられる時に、嫉妬を体験すると報告している。したがって、相手の状態が良くなる場合には、喜びから嫉妬が生じると考えても良いと思われる。

## 2. 悲しみの内容の発達的な変化

本研究における調査は、「悲しみをはじめて感じたのは、何才頃であるか」ではなく、「今までの体験の中で、悲しみの感情を最も強く抱いた体験・出来事を思い出して」記述してもらうものであった。いずれの年齢(層)においても『人・ペットを失った悲しみ』は過半数を超えており、これが基本的な悲しみ感情を表していると考えられる。しかしながら、表2に示された結果は、「悲しい」感情を体験する状況が発達的に変化する様子がある程度示している。

3～7才の頃、比較的出現頻度の高かったものは、『物・出来事を失う悲しみ』の「3ショック」「4家庭の不和」、『心(思い)を失った悲しみ』の「15怒られる」であった。「ショック」の内容は、「父が家庭に暴力を振るったこと」や「妹が医療ミスで、顔に塗った薬のせいでやけどを負

った」であり、どの年代においても直視に耐えない状況であるが、年令の高い者が、加害者である父や医者に対する「怒り」感情を強く抱くのと違い、加害者を明確に対象化できないのではないか。つまり、家庭内で目の当たりにした“ひどさ（ありえないこと）”の恐ろしさに、ただ打ち震えていたのではないかと考えられる。「家庭の不和」の内容は、「父母のケンカ・仲の悪さ」であり、この頃の子どもが父母と共にいる家庭を中心とする世界で生きていることと一致している。「怒られる」の内容においても、「親に怒られた」「家から閉め出された」「先生にグツとにらまれて怒られたこと」であり、普段は庇護・保護されている世界からはじき出される様な、非常に“怖い”体験であり、中心とする世界の喪失をうかがわせるものであろう。

10～13才の頃、比較的高い出現頻度を示した「25仲間はずれ・無視された」の内容は、「仲間だと思っていた人みんなに無視されたとき」であり、楽しさを共有していた、学校の友だちを中心とした仲間そのものから、はじき出されている悲しみであり、友だち同士の世界もまた大切なものとなっている。

15～24才までの思春期・青年期に出現した「22失恋」は、恋愛感情を抱く相手としての、異性との関わり・世界が大切になっていることを表しているであろう。

20,21才の頃、比較的高い出現頻度を示した「13気持が伝わらない」の内容は、「思うように自分の気持を人に伝えられない」「自分のやる気がいくらあっても全く見てもらえない時もある」ことであり、友だちや異性との関係も含むが、一般的に大事にしたい人間関係の中で、自分がよりよい世界を作りえない悲しみを表わしているであろう。

### 3. 悲しみ感情の源泉

どの年齢（層）でも出現頻度の高かった『人・ペットを失った悲しみ』は、悲しみ感情の基本となるもので、特にその中でも出現頻度の高い「死（人・ペット）」は、永遠に取り戻すことのできない喪失体験であり、「人間の意思ではどうすることもできない」という性質をもっている。ここに、悲しみ感情の源泉が、「失う」ことにあることが典型的に示されている。

また、ある程度認められた悲しみ感情内容の発達的变化は、乳幼児期には、「庇護・擁護してくれる大人（父母もしくは家庭）」と結びついて、学童期には「楽しさを共有してくれる友だち（仲間）」とも結びつく。思春期・青年期には「恋愛感情を抱いた異性」、また「一般的に大事にしたい人間関係」に係わっていることも示した。これは、悲しみの感情が、その生活と人生において最も大切と思っている人に受け入れてもらえず、その人との結びつきを失う（喪失する）と感じた時に生ずるものであり、これらの心地よい世界を得ることや、持続していくことが、「自分自身の意思や力（能力）ではどうしようもできない、できなかった」ということと結びついていることもまた、示されている。

### 4. 喜びと悲しみについて

以上から、全体として、喜び感情は、自分にとって大切な人・物・事象を「得る」と結びつき、その反対に、悲しみ感情は、自分にとって大切な人・物・事象を「失う」と結びついていることが示された。その意味では、喜びと悲しみは、対極的な関係にある感情であるということが、本研究においても示された。しかし、喜びと悲しみが対極的な関係にあるということは、体験する事象の対極性と両感情の強さに等価性があることまで意味するものかは不明である。例えば、内容的に、「死」と「誕生」は対極性をもつと考えられるが、「死」に対する悲しみの程度



と、「誕生」に喜びの程度が等価であるかは、本研究の結果からは、明らかではない。

喜び感情と悲しみ感情を規定するものに、「愛や好意」があり、それを「得る」ことが喜びの源泉となり、それを「失う」ことが悲しみの源泉であることは明らかであるが、その感情の強さは、各個人の生活体験と深くかかわっており、過去の感情体験及び、現在の各個人が最も強い関心を何に寄せているかにかかっている。このことが、悲しみ体験の頻度が「親しい人の死」や「ペットの死」に集中し、喜び体験の頻度が、「大学・高校への合格」や「勝利・成就・成功」に集中している理由であろう。

#### 【参考文献】

- Plutchik,R., The multifactor-analytic theory of emotion, Journal of Psychology, 50, 153-171,1960
- 上杉番 感情イメージの研究 人間科学研究 第3号 22-38 1981
- 上杉番 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
- 上杉番 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 11-20 1984
- 上杉番 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
- 上杉番 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
- 上杉番・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
- 上杉番・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