

怒りの長期的な鎮静に及ぼす経験直後の強い怒りの抑制的影響 ——敵意特性高群と低群の比較——

目久田純一・越中康治・前田健一

Inhibitory effect of strong anger at the time of experience on the long term calming of anger:

A comparison of the high hostility group with the low hostility group

Junichi Mekuta, Koji Etchu, and Kenichi Maeda

怒りの長期的な鎮静過程に関する先行研究は、経験直後に喚起される怒りが強いほどその怒りの長期的な鎮静は困難になることを示している。これに対して、怒りの即時的な鎮静過程に関する先行研究は、敵意特性が高いほど心臓血管の拡張は長く持続することを実証している。これら2つの知見から、怒りの長期的な鎮静に及ぼす経験直後の強い怒りの抑制的影響は、敵意特性の高い者において顕著になると推測される。本研究の主な目的はこの推測を実証することであった。大学生の敵意特性（高、低）と経験直後の怒り強度（強、弱）を組み合わせた分析の結果、経験直後に喚起される怒りが強いほどその怒りの鎮静は困難になるという先行研究の知見は、敵意特性の高い者で顕著になることが示された。この結果の原因として、敵意特性高群と低群の間では強い怒りの出来事に対して使用される対処方略が異なると考えられた。

キーワード：怒りの長期的な鎮静，敵意特性，経験直後の怒り強度，現在の怒り強度

問題と目的

我々は日常生活の中で、怒りを感じる出来事（怒りの出来事）にしばしば遭遇する。そのような出来事からしばらく時間が経過した後にその出来事を思い出した場合に、全く怒りが感じられないこともあれば再び強い怒りが感じられることもある。このような相違はどうして起こるのだろうか。

怒りの効果的な鎮静方略に関する Novaco (1975) の提言を参考にすると、怒りの鎮静は大きく2つの過程に分けて考えられる。Novaco (1975) によれば、怒りを鎮静させる上で効果的な対処方略は、はじめに高まった情動的活性状態を低減させ、次いで怒りの出来事に対する認知を変容させることである。この提言から、怒りの鎮静には、高まった情動的活性状態の低減過程と怒りの出来事に対する認知の変容過程といった2つの過程の存在が示唆される。1つ目の鎮静過程は、怒りの出来事に遭遇した直後の情動的鎮静であり、即時的に機能する過程である（怒りの即時的な鎮静過程）。2つ目の鎮静過程は、情動的活性状態が低減した後も継続して機能する過程であり、比較的長期に渡って機能する過程である（怒りの長期的な鎮静過程）。

目久田・滝下・越中・江村・新見・前田 (2005) は、怒りの長期的な鎮静にとって有効な対処方

略を明らかにすべく、大学生を対象に調査を行っている。彼らは、調査対象者に調査実施日から数えて1ヶ月程度前の怒りの出来事1つを十分に想起させ、できる限り詳細に記述させた。その上で、その出来事について、経験直後に感じた怒り強度、呈示された怒りを鎮静させるための7つの対処方略のそれぞれを実際に行った程度、そして現在その出来事を思い出した時に感じる怒り強度についてリッカート方式で自己評定させた。得られた回答に基づき、「経験直後の怒り強度→対処方略→現在の怒り強度」という因果関係を想定した重回帰分析の結果、怒りの鎮静に有効な対処方略の特定に加えて、経験直後に強い怒りを感じる事が現在思い出した時の怒り強度を高める要因であることが見出された。すなわち、経験直後の怒り強度 ($\beta = .61, p < .001$) は、有意な影響力を示した対処方略 (忘却 $\beta = .19, p < .01$, 合理化 $\beta = -.15, p < .05$) よりも現在の怒り強度に対して、非常に強い正の影響を示したことから、怒りの鎮静に及ぼす強力な影響要因であると考えられた。

しかし、経験直後に強い怒りを感じる事が怒りの長期的な鎮静を抑制する現象は、個人差を設定することによって、より明確に示される可能性がある。なぜならば、怒りの即時的な鎮静過程では個人差、主に高い敵意特性が喚起された怒りを持続させる上での重要な要因の1つとして考えられているからである。たとえば、Brosschot & Thayer (1998) の冠状動脈心疾患の発生に関するモデルでは、高い敵意特性は社会的制約や高い怒り抑圧傾向と結びついて心臓血管の拡張からの回復を緩慢にすることが明示されている。心臓血管の拡張は怒りの喚起に付随して起こると考えられている生理学的反応のひとつである (e.g., Kassinove & Sukhodolsky, 1995)。したがって、この心臓血管の拡張からの回復は、生理学的観点から怒りの鎮静として判断できる。もちろん、怒りの即時的な鎮静過程と怒りの長期的な鎮静過程では、前者が怒りの情動的側面に焦点を当てているのに対して後者は怒りの認知的側面に焦点を当てているという相違点がある。しかし、両過程はそもそも同一人物内で、同じ怒りの出来事を契機に起こるといった共通点もある。このような根本的な部分における共通点を考慮すると、怒りの即時的な鎮静過程で重視されている個人差要因は怒りの長期的な鎮静過程においても影響要因である可能性が高いと考えられる。

Brosschot & Thayer (1998) のモデルを踏まえて目久田他 (2005) の知見について考えると、もし調査対象者を敵意特性高群と低群に大別したならば、怒りの長期的な鎮静に及ぼす経験直後の強い怒りの抑制的影響は敵意特性低群よりも高群において顕著になると考えられる。

そこで、本研究はこの可能性を検証すべく調査を行った。はじめに、調査対象者の敵意特性の程度を既存の尺度を用いて測定し、目久田他 (2005) と同様の方法によって経験直後の怒り強度および現在思い出した時の怒り強度を測定した。最終的な分析対象者全員の平均値に基づいて敵意特性 (高、低) と経験直後の怒り強度 (強、弱) の2つの独立変数を設定し、従属変数 (現在思い出した時の怒り強度) に及ぼす独立変数の影響パターンを求めた。もしも、怒りの長期的な鎮静に及ぼす経験直後の強い怒りの抑制的影響が敵意特性の高い者で顕著になるのであれば、経験直後の怒りが強い場合に敵意特性高群と低群の現在の怒り強度の差は大きくなると推測される。

方 法

要因計画 2 (敵意特性：高、低) × 2 (経験直後の怒り強度：強、弱) の2要因計画であり、い

ずれも被験者間要因であった。

調査対象者 教職科目の心理学を受講する大学生 102 名（男性 32 名，女性 70 名）を調査対象とした。回答に不備のあった者，後述する調査内容の③において怒りの出来事が無かった，もしくは思い出せないと報告した者を全ての分析から除外した結果，分析対象者は 75 名（男性 19 名，女性 56 名）であった。

調査内容 以下の①から⑤までの質問を含む小冊子を作成した。調査内容の呈示順序は調査対象者全てに対して①，②，③，④，⑤の順序に統一された。

① 性別 調査対象者の性別を尋ねた。予め「男性・女性」という選択肢を呈示し，調査対象者自身に当てはまる性別を○で囲むよう求めた。

② 敵意特性の測定 安藤・曾我・山崎・島井・嶋田・宇津木・大芦・坂井（1999）によって作成された日本語版 Buss-Perry 攻撃性質問紙の下位尺度である敵意特性項目（7 項目）を使用した。安藤他（1999）に従って，各項目について，調査対象者自身の性格に最もよく当てはまると思う程度を 5 段階で自己評定させた（1：まったくあてはまらない，2：あまりあてはまらない，3：どちらともいえない，4：だいたいあてはまる，5：非常によくあてはまる）。

調査対象者 75 名の回答に基づき，無関連項目 1 項目を除外した 6 項目を用いて主成分分析を行った（Table 1）。その結果，6 つの観測変数は 1 つの潜在変数を反映しており，これらの 6 項目が敵意特性傾向を反映する測度であることが示された。なお，敵意特性得点にはこれら 6 項目の得点を加算し，項目数で除算した値が用いられた（ $M = 3.06$ ， $SD = 0.69$ ，得点範囲：1 点～5 点）。敵意特性得点は，値が高いほど敵意特性が高いことを表している。

Table 1
日本語版 Buss-Perry 攻撃性質問紙の敵意特性測定項目の主成分分析結果

項目内容	主成分	因子抽出後の 共通性	M	SD
陰で人から笑われているように思うことがある	.79	.62	3.37	1.08
友人の中には，私のことを陰であれこれ言っている人がいるかもしれない	.74	.55	3.17	1.02
私を苦しめようと思っている人はいない（※）	.72	.52	3.61	0.97
人からばかにされたり，意地悪されたと感じたことはほとんどない（※）	.70	.49	2.77	1.09
私を嫌っている人は結構いると思う	.67	.45	3.15	0.87
嫌いな人に出会うことが多い	.58	.34	2.28	0.88
累積寄与率	49.31			

（注 1）項目内容の末尾に（※）のついている項目は逆転項目である。

（注 2）主成分分析は，逆転項目の得点を全て逆転させてから実行された。

③ 怒りの出来事の想起・記述 調査を実施した日から数えて 1 ヶ月程度前に同性の友人に対して怒りを感じる出来事があったかを尋ねた。そのような出来事があった場合には，その出来事を 1 つ想起させ，その内容を，固有名詞を除き，できる限り詳しく記述させた。そのような出来事が無かった，もしくは思い出せない場合には以下の④と⑤の質問には無回答で小冊子を提出させた。

④ 経験直後の怒り強度の測定 ③で記述させた出来事を経験した直後に，どれくらい強い怒りを感じたかを 5 段階で自己評定させた（1：全く怒りを感じなかった，2：あまり怒りを感じなかつ

た、3：比較的怒りを感じた、4：強い怒りを感じた、5：非常に強い怒りを感じた)。経験直後の怒り強度は、値が高いほど経験直後に喚起された怒りが強いことを表す ($M = 2.67, SD = 1.29$)。

⑤ 現在の怒り強度の測定 ③で記述させた出来事を現在思い出した場合に、どれくらい強い怒りを感じるかを5段階で自己評定させた(1：全く怒りを感じない、2：あまり怒りを感じない、3：比較的怒りを感じる、4：強い怒りを感じる、5：非常に強い怒りを感じる)。現在の怒り強度は、値が高いほど現在思い出した場合に感じる怒りが強いことを表す ($M = 2.35, SD = 0.98$)。

調査実施時期と手続き 調査は2005年2月に講義時間を利用して実施された。小冊子の配布に先立ち、本研究の目的と調査に回答する際の注意事項が口頭で説明された。調査者は、調査対象者全員が小冊子を受け取ったことを確認した後に「はじめてください」と言い、一斉に回答を開始させた。調査に要した時間は約20分であった。

群構成 敵意特性得点の平均値および経験直後の怒り強度の平均値に基づき、調査対象者を4群に分類した。すなわち、敵意特性低・経験直後の怒り弱群 ($n = 21$)、敵意特性低・経験直後の怒り強群 ($n = 15$)、敵意特性高・経験直後の怒り弱群 ($n = 20$)、そして敵意特性高・経験直後の怒り強群 ($n = 19$)であった。各群の敵意特性、経験直後の怒り強度、および現在の怒り強度の平均値 (SD)をTable 2に示した。

Table 2
各群の敵意特性、経験直後の怒り強度、および現在の怒り強度の平均値とSD

	敵意特性		経験直後の怒り強度		現在の怒り強度	
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
敵意特性低群・経験直後の怒り弱群	2.48	0.30	1.57	0.51	2.05	0.80
敵意特性低群・経験直後の怒り強群	2.46	0.50	4.07	0.88	2.11	0.86
敵意特性高群・経験直後の怒り弱群	3.44	0.24	1.75	0.44	2.00	0.97
敵意特性高群・経験直後の怒り強群	3.78	0.44	3.74	0.73	3.16	0.83

分析方法 現在の怒り強度に対して、2 (敵意特性：高、低) × 2 (経験直後の怒り強度：強、弱) の2要因分散分析を行った。下位検定にはRyan法が用いられ、有意水準は5%に設定された。

結 果

敵意特性の高い者に限って、経験直後の怒りが高い場合に現在の怒り強度が相対的に高くなることを確認するために、現在の怒り強度に対して2 (敵意特性：高、低) × 2 (経験直後の怒り強度：強、弱) の2要因分散分析を行った。

分析の結果、敵意特性と経験直後の怒り強度の交互作用が $F_{(1, 71)} = 6.14, p < .05$ で有意となった (Figure 1)。そこで、単純主効果の検定を行ったところ、敵意特性高群では経験直後の怒りが強い場合 ($M = 3.16$) の方が弱い場合 ($M = 2.00$) よりも有意に現在の怒り強度は強かった。これに対して、敵意特性低群では経験直後の怒りが強い場合 ($M = 2.20$) と弱い場合 ($M = 2.05$) の間に有意差は認められなかった。

また、敵意特性の主効果 (高群 $M = 2.58$, 低群 $M = 2.12$; $F_{(1, 71)} = 5.03, p < .05$) と経験直後の怒

り強度の主効果（強群 $M = 2.68$, 弱群 $M = 2.02$; $F_{(1, 71)} = 10.43, p < .005$ ）がそれぞれ有意であった。

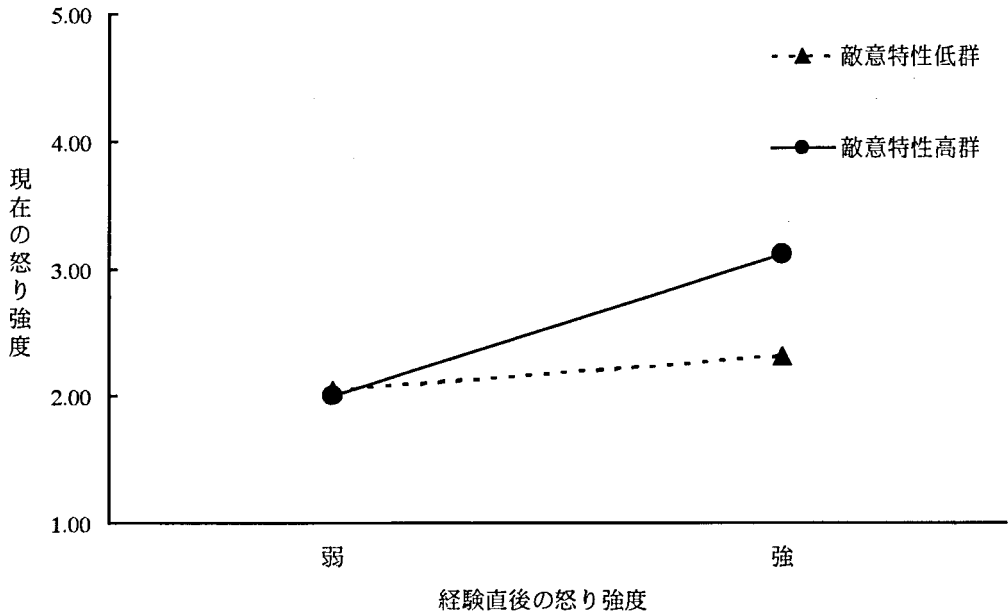


Figure 1 現在の怒り強度における敵意特性と経験直後の怒りの有意な交互作用

考 察

本研究では、怒りの即時的な鎮静過程に関する知見 (Brosschot & Thayer, 1998) に基づいて、怒りの長期的な鎮静に及ぼす経験直後の強い怒りの抑制的影響 (目久田他, 2005) は敵意特性の低い者よりも高い者において顕著である可能性を指摘し、これを検証すべく調査を実施した。

分析の結果、現在の怒り強度における敵意特性高群と低群の間の差は、経験直後の怒りが弱い場合よりも強い場合に大きくなった。このことから、怒りの長期的な鎮静に及ぼす経験直後の強い怒りの抑制的影響は、敵意特性の高い者において顕著であることが証明された。

怒りの長期的な鎮静を、意識的にせよ無意識的にせよ、何らかの対処方略の結果であると考えた場合に、本研究結果を導いた原因として2つ考えられる。考えられる1つ目の原因として、敵意特性高群は怒りの長期的な鎮静にとって不適切な対処方略に従事した可能性が挙げられる。怒りの即時的な鎮静に関する研究では、敵意特性の高い者は喚起された怒りを抑圧する傾向にあることが示唆されている (e.g., Houston & Vavak, 1991)。そして、敵意特性の高い者が怒りを表出することに対する社会的制約を意識し、抑圧的な怒り対処方略に従事した場合に、怒りは持続すると考えられている (Brosschot & Thayer, 1998)。したがって、敵意特性高群は、怒りの長期的な鎮静に関しても怒りの抑圧といった不適切な対処方略に従事したために、怒りの長期的な鎮静が不十分になったと考えられる。

考えられる2つ目の原因としては、敵意特性高群が怒りの長期的な鎮静にとって適切な対処方略に従事しなかった可能性が挙げられる。目久田他（2005）によれば、怒りの長期的な鎮静にとって適切な対処方略とは、怒りの出来事を自分の都合のいいように解釈すること（合理化）である。敵意特性高群は合理化といった対処方略を知らなかったのかもしれないし、知っていても使用しなかったのかもしれない。いずれにせよ、敵意特性高群は強い怒りを感じた場合に合理化といった対処方略に従事しなかったために、怒りの長期的な鎮静が不十分になったと考えられる。

上述した2つの可能性の正否を明らかにするためには、本研究と同様の独立変数を設定し、従属変数には抑圧的な怒り対処方略に従事した程度、および合理化に従事した程度を設定する計画が最も容易な方法であると思われる。もしも、本研究の推測が正しければ、抑圧的な怒り対処方略に対する分析結果は、本研究結果と類似したパターンを示すだろう。すなわち、敵意特性高群と低群の間の差は、経験直後の怒り弱の場合よりも強の場合で大きくなると予想される。その一方で、合理化に対する分析結果は、敵意特性低群の方が高群よりも経験直後の怒り強の場合に多く合理化に従事することを示すと思われる。

引用文献

- 安藤明人・曾我祥子・山崎勝之・島井哲志・嶋田洋徳・宇津木成介・大芦 治・坂井明子（1999）.
日本版 Buss-Perry 攻撃性質問紙(BAQ)の作成と妥当性,信頼性の検討 心理学研究, **70**, 384-392.
- Brosschot, J. F., & Thayer, J. F. (1998). Anger inhibition, cardiovascular recovery and vagal function: A model of the link between hostility and cardiovascular disease. *Annals of Behavioral Medicine*, **20**, 326-332.
- Houston, B. K., & Vavak, C. R. (1991). Cynical hostility: Developmental factors, psychosocial correlates, and health behaviors. *Health Psychology*, **10**, 9-17.
- Kassinove, H., & Sukhodolsky, D. G. (1995). Anger disorders: Basic science and practice issues. In H. Kassinove (Ed.), *Anger disorders: Definition, diagnosis, and treatment*. Philadelphia: Taylor & Francis, pp. 1-26.
- 目久田純一・滝下雅子・越中康治・江村理奈・新見直子・前田健一（2005）. 怒りの鎮静に及ぼす対処方略の影響 広島大学心理学研究, **5**, 187-194.
- Novaco, R. W. (1975). *Anger control: The development and evaluation of an experimental treatment*. Lexington, Massachusetts: D. C. Heath and Company.