

大学生における怒り喚起の場面と対象 —高校生との比較を通じて—

筑波大学大学院人間総合科学研究科 遠藤 寛子

筑波大学人間系 湯川進太郎

Anger-evoking situations and objects for undergraduate students: A comparison with high-school students

Hiroko Endo (*Graduate School of comprehensive Human Sciences, University of Tsukuba, Tsukuba 305-8572, Japan*)

Shintaro Yukawa (*Faculty of Human Sciences, University of Tsukuba*)

The present study investigates anger-evoking situations and objects for undergraduates and identifies differences, as well as some similarities, with similar data for high-school students (Endo & Yukawa, 2011). Undergraduate students (N = 990) were asked to write about anger experienced more than a week ago. The descriptive data concerning the situations and objects were classified by three coders. Subsequently, the anger-evoking situations were classified according to ten categories and the objects were classified into 12 categories. The results indicate that, along with high-school students, most undergraduates tend to feel anger towards people who they regularly encounter. An analysis of respondents who maintain their anger reveals that, similar to Endo and Yukawa (2011), most experience anger in response to willful harm from others. In contrast, the categories of anger-evoking situations for undergraduates do not include “actual fighting”, suggesting some differences from high-school students in terms of the behaviors observed after anger has been evoked. The results also indicate that anger-evoking objects for undergraduates range from private (e.g., friends, lovers, and family) to public relationships (e.g., teachers, students, and co-workers at part-time jobs). These results suggest that the variety of anger-evoking objects for undergraduates is broader than for high-school students, who tend to direct their anger at more familiar individuals or those of similar age, such as family, friends, and classmates.

Key words: anger, anger-evoking situations, anger-evoking objects

怒りとは、日常生活のさまざまな場面において生じうる身近な感情の一つである。このことは、約80%の人々が、過去1週間のうちに怒りを感じる出来事を経験していたことを示した大淵・小倉(1984)からも推察される。

特に大学生においては、対人相互場面において怒りが生じやすく(増田・金築・関口・根建, 2005)、深刻な対人摩擦や対人葛藤にも結びつきやすい(木

野, 2000) ことが示されている。したがって大学生にとっては、頻繁に生じる怒りを維持させず、むしろ速やかに鎮静させていくことが、生活上の重要な課題となるであろう。そこで本研究では、大学生を対象に調査を実施し、怒りを喚起した場面と対象についての詳細な分析を通して、怒りの維持に関わる状況要因を明らかにする。

怒りの維持過程 怒りは、一般に時間経過に伴っ

て鎮静されるが、ある一つの出来事後に、“整理できない、受け容れられない”などの感覚が残っている場合、その鎮静が阻害される（遠藤・湯川, 2011, 2012）。すなわち、“過去の出来事に対して目指すべき方向に解決されていない、受容できない、脅かされると感じる”という思考の未統合感を軸として、怒りが維持される過程が明らかにされている。

さらにこうした未統合感が高まることにより、認知的には、侵入思考や反すうなどの“反復思考”が増加し、行動的には、脅かされる感覚を避けようとする“回避行動”が促される。反復思考の増加そのものは怒りを維持し、その一方で、再び思考の未統合感を強化することにもなる。回避行動は、思考を回避する行為であるが、その意図とは逆説的に反復思考の増加を招き、怒りの維持に結びつく（遠藤・湯川, 2012）。

怒りの維持過程における高校生と大学生の相違点ただし、思考の未統合感が回避行動を促進し、さらに回避行動によって反復思考を増加させるという過程は、大学生を対象とした場合にのみ示され、高校生の場合には見出されなかった¹⁾。この点に関連して遠藤・湯川（2011）は、“どのような対象に対して怒りを抱いたか”に関する自由記述回答についての分析を行い、“反復して遭遇する、公的關係にある他者”および“反復して遭遇する、私的關係にある他者”というように、日々の生活において接触する機会が多い相手であることを明らかにした。加えて、人付き合いの範囲が、家族、友人、高校の同輩というように、親密感が伴う相手や立場・年齢が同じである相手に比較的限定されていることも示唆した。こうした点を加味し、思考の未統合感が生じる際には、自身の感情や思考から回避するための行動に結びつくよりも、むしろ当事者に対して直接的に表出する可能性を推察している。

さらに遠藤・湯川（2011）では、回避行動が反復思考を増大させなかった点に着目し、“どのような場面で怒りを感じたか”に関する自由記述回答の内容に基づいて議論を行っている。回答内容を分類した結果、感覚的・直感的な嫌悪（“うざい”、“きもい”などの不快感）というカテゴリーも存在していた点を挙げ、次のような可能性を推測した。すなわち、怒りの出来事に関して十分な思考が伴っていない場合には、何をどうして良いのか分からないためにそもそも回避しようとしないうえ、回避したとしても何

から回避しようとしているのか明確でないために、思考を回避することでかえってその思考が増大してしまうという逆説的効果（Wegner, 1994）が生じなかった可能性である。

本研究の目的 これまでの議論を踏まえると、大学生と高校生における怒りの維持過程の相違には、怒りを喚起した場面および対象の相違が深く関与している可能性が考えられる。そこで本研究では、第一に、大学生を対象に調査を実施し、怒り喚起の場面および対象についての回答を自由記述形式によって得るとともに、その内容を分類する。そして第二に、その分類結果について、遠藤・湯川（2011）が示した高校生における分類結果と比較する。これらを通して、大学生と高校生との間における、怒りの維持過程の共通点と相違点について明らかにすることを本研究の目的とする。

方 法

調査対象・手続き

M 県内の4大学において、990名の回答を得た（男性255名、女性735名）。平均年齢は20.16歳（ $SD = 1.56$ ）であった。調査時期は、2008年10月から2009年2月までであった。

講義時間等を利用して参加者に質問紙を配布し、調査に先立って、書面による同意を得た後に回答を求めた。なお、倫理的配慮として、気分が悪くなったり、回答できなくなったりした場合は、いつでも回答を中止することができることを伝えた。調査終了後、調査内容についての説明を行い、質問を受け付けた。調査を通して、気分の悪化を訴えた参加者はいなかった。また、怒りの制御に関する知識を提供したとともに、調査内容や目的についての説明を詳細に行った。

質問紙の内容

はじめに、1週間以上前の出来事で、不愉快にさせられたり、非難されたりなど、ストレスを感じた最も強い怒りの出来事を一つだけ想起し、記述するように求めた。このとき、その出来事が起こった場面や、怒りを感じた対象についてできるだけ詳しく回答を求めた。また、記述した出来事について、今でも怒りを感じるかという問いに対して、1（全くあてはまらない）から4（とてもよくあてはまる）の4件法で尋ねた。

記述内容の分類

場面と対象について、KJ法（川喜田, 1967）を

1) 高校生を対象とした結果の詳細は、遠藤・湯川（2011）に掲載されている。

参考に、筆者、心理学を専門とする大学院生1名、心理学を専門とする大学院教員1名の計3名で分類した。

結 果

大学生における怒り喚起の場面 990名の回答から、怒り喚起の場面に関する明確な記述のない者(7名)および無回答の者(25名)の回答を除き、回答内容を分類した。その結果、10のカテゴリーに分類された。さらに、それらのカテゴリー間の関係性を検討し、以下のような階層構造に基づいてカテゴリーを分類した(Table 1)。第一に、場面中の対象が“自己”か“他者”かによって大きく二つに分類した。第二に、“他者”に分類されたものについて、他者の行為が“故意”か“過失”かによって分類した。第三に、“故意”に分類されたものについて、“配慮の欠如”“意見の不一致”“悪意の知覚”の3つに分類した。

したがって、怒り喚起の場面は、次の5カテゴ

リーに大別されることが示された。まず、最も多いのは、“他者の故意による悪意の知覚(38.8%)”であり、“馬鹿にされた(侮辱)”、“秘密をばらされた(裏切り)”、“仕事を押しつけられた(不当な行為)”など、他者による明確な悪意の存在が推察される行為や状況であった。続いて、“自分の都合で予定を変えられた(自分勝手)”や“長時間待たされた(不誠実)”、“物音がうるさい(マナー違反)”および“貸した物を返してくれない(迷惑な行為)”といった、他者による周囲への配慮を欠いた行為が多く挙げられていた(“他者の故意による配慮の欠如”, 37.0%)。さらに、“こちらの意図を理解しようとし”ない”など、“他者の故意による意見の不一致(17.7%)”に関するものがそれに続いていた。

一方で、“他の人と名前を間違えられた”といった“他者による過失(0.9%)”、“自己管理ができない”などの“自己(4.0%)”についての回答も見られたが、それらの数は非常に少なかった。

なお、怒りの維持得点が高い(4件法のうち3以上の)回答者363名に限定して検討を行った結果、

Table 1
怒り喚起の場面に関する自由記述回答の分類

上位分類		カテゴリー名	記述内容の一例（概要）	度数	
他者 (94.5%)	故意 (92.8%)	悪意の知覚 (38.8%)	不当な行為	仕事を押しつけられた 考えに一貫性がない	191 (19.9%)
			侮辱	馬鹿にされた	139 (14.5%)
			裏切り	秘密をばらされた 悪口を言われた	42 (4.4%)
	配慮の欠如 (37.0%)	不誠実	長時間待たされた 協力してくれなかった	139 (14.5%)	
			自分勝手	理由もなく約束を破られた 自分の都合で予定を変えられた	113 (11.8%)
		迷惑な行為	貸した物を返してくれない 立場を利用して意見を押し付けられる	78 (8.1%)	
			マナー違反	物音を立てる 自分のミスを謝罪しない	24 (2.5%)
		意見の不一致 (17.7%)	不理解	こちらの意図を理解しようとし	170 (17.7%)
	過失 (0.9%)	間違い	他の人と名前を間違えられた 仕事のミスを自分であると誤解を受けた	9 (0.9%)	
			自分の不甲斐なさ	自己管理ができない	38 (4.0%)
自己 (4.0%)	その他			15 (1.6%)	
	場面に関する明確な記述なし			7	
	無回答			25	
総計				990	
有効回答				958	

注) 表中の%は、有効回答数(総回答数から、“怒り喚起の場面に関する明確な記述なし”および“無回答”を除いた数)における割合を示す。

85.4%が故意と受けとめた場合に怒りを抱くことが示された。

大学生における怒り喚起の対象 990名の回答から、怒り喚起の対象に関する明確な記述のない者(207名)および無回答の者(25名)の回答を除き、回答内容を分類した。その結果、12のカテゴリーに分類された。さらに、それらのカテゴリー間の関係性を検討し、以下のような階層構造に基づいてカテゴリーを分類した(Table 2)。第一に、その対象が“自己”か“他者”によって分類した。第二に、“他者”に分類されたものについて、遭遇する頻度から、“一回のみ遭遇する他者(単回性)”と“反復的に遭遇する他者(反復性)”に分類した。第三に、“反復性”に分類されたものについて、“公的關係”と“私的關係”に分類した。

したがって怒り喚起の対象は、次の4カテゴリーに大別されることが示された。まず、“講義進行が遅い先生”や“仕事のシフトを前日に変更したバイト先の先輩”、“失敗を何度も指摘した同じゼミの人”、“態度がふてぶてしい後輩”などの、大学生活のなかで出会う学生および教員といった、“反復して遭遇する、公的關係にある他者(35.4%)”が多く挙げられた。一方、“反復して遭遇する、私的關係にある他者(35.5%)”も同程度挙げられており、ここでは“八つ当たりしてきた友人(友人)”や、“進路について理解してくれない家族(兄弟・姉妹・親などの家族)”、“浮気していた恋人(恋人・元恋人)”、“進路について非難してきた親戚(親戚)”という回答が見られた。

それらに続いて、“信号無視をしていた若者”な

Table 2
怒り喚起の対象に関する自由記述回答の分類

上位分類		カテゴリー名	記述内容の一例（概要）	度数	
他者 (92.5%)	反復的に遭遇 (70.9%)	私的関係 (35.5%)	友人 八つ当たりしてきた友人 相談を受けてアドバイスしたのに不満を言ってきた友人	122 (16.1%)	
		兄弟・姉妹・親など家族	就職が決まらないことを責めてきた親 進路について理解してくれない家族	88 (11.6%)	
		恋人・元恋人	結婚していた元恋人 浮気していた恋人	51 (6.7%)	
		親戚	一方的に親の悪口を言ってきた親戚 進路について非難してきた親戚	8 (1.1%)	
	一回のみ遭遇 (21.6%)	公的関係 (35.4%)	大学・バイト関連の 同輩・知り合い	失敗を何度も指摘された同じゼミの人	141 (18.6%)
		大学・バイト関連の 後輩	仕事を覚えようとしないうバイト先の後輩 態度がふてぶてしい後輩	80 (10.6%)	
		教師	講義進行が遅い先生 授業中の学生の私語の多さを注意しない先生	30 (4.0%)	
		大学・バイト関連の 先輩	こちらの都合を聞かずにサークルの飲み会の日を 決めていた先輩 仕事のシフトを前日に変更したバイト先の先輩	17 (2.2%)	
		見知らぬ人	信号無視をしていた若者 報道の仕方が偏っているマスコミ	83 (10.9%)	
		バイト先の客	クレームをつけてきた客	71 (9.4%)	
		店員	希望通りの髪型にしてくれなかった美容師 こちらが否定したのに未成年だと思いこんだ店員	10 (1.3%)	
自己 (5.0%)	自分自身		就職が決まらない自分への怒り	38 (5.0%)	
			その他	19 (2.5%)	
			対象に関する明確な記述なし	207	
			無回答	25	
総計				990	
有効回答				758	

注) 表中の%は、有効回答数(総回答数から、“怒り喚起の対象に関する明確な記述なし”および“無回答”を除いた数)における割合を示す。

どの見知らぬ人や“希望通りの髪型にしてくれなかった美容師”といった店員、さらには“クレームをつけてきた客（バイト先の客）”などの、“一回のみ遭遇する他者（21.6%）”も多く挙げられていた。最後に、“就職が決まらない自分”など、“自己（5.0%）”に対する怒りを挙げた回答も見られた。

なお、怒りの維持得点が高い（4件法のうち3以上の）回答者363名に限定して検討を行った結果、72.2%が遭遇頻度の高い相手に対し、怒りを感じていることが示された。

考 察

本研究では、大学生および高校生における怒りの維持過程の特徴について明らかにするために、遠藤・湯川（2011）に続いて、大学生における怒り喚起の場面と対象についての回答内容を分類した。以下では、高校生との比較を中心に考察する。

怒り喚起の場面に関する大学生と高校生の共通点・相違点 本研究および遠藤・湯川（2011）からは、高校生、大学生ともに、故意と判断した場合に、70%以上が怒りを維持していることが示された。その中でも、侮辱や裏切り行為といったように、他者からの悪意を知覚した時に、最も怒りを感じやすいことも共通していた。これらをまとめると、怒りを感じた対象の振る舞いに対して、故意や悪意が知覚された場合に怒りを感じる傾向が見られ、これまで怒り喚起の場面を扱った先行研究（大淵・小倉1984；湯川・日比野，2003）と整合していた。

しかし遠藤・湯川（2011）に見られるように高校生では、“故意による意見の不一致”において、大学生にはない、“けんか”というカテゴリーも含まれていた。すなわち高校生は、例えば意見の不一致が即座に“けんか”につながるといったように、怒り喚起後の行動選択が、大学生の場合よりも対人関係間の直接的な衝突に結びつきやすい可能性が示唆される。また、高校生においては、故意にも過失にも区別されない、嫌悪（“うざい”、“きもい”などの不快感）というカテゴリーも存在しており（遠藤・湯川，2011）、こうしたカテゴリーは大学生においては示されなかった。すなわち高校生は、大学生とは違い、言葉ではよく表せないような感覚的な不快感を抱くことも示されていた。こうした知見は、イライラやムカムカなどの感覚的な不快感が時に爆発してしまうこともあるという高校生の発達的特徴を示唆しているとも考えられる（宮下，1999）。

怒り喚起の対象に関する大学生と高校生の共通点・相違点 まず大学生、高校生ともに、日々の生

活において接触する機会が多い相手に、怒りを感じやすいことが示された。この知見は、身近な相手に怒りを感じやすいという知見（大淵・小倉，1984；湯川・日比野，2003）と一致する。また、現在もお怒りを維持している回答者に限定した場合も、接触頻度の高い相手が多く挙げられることが示された。これは、日々会わなくてはならない相手に対して怒りが維持されるという議論（Densen, Moulds, & Grisham, 2012）と符合する。

ただし、大学生においては、友人や恋人といった好意や親密感が伴う相手や、大学やバイト先の先輩同輩といった付き合いを維持しなければならない相手が多かった。その一方で、高校生は、人付き合いの範囲が、家族、友人、高校の同輩というように、親密感が伴う相手や立場・年齢が同じである相手に比較的限定されていた（遠藤・湯川，2011）。ここから、高校生では怒り喚起の場面において、大学生には言及されていなかった“けんか”というカテゴリーが含まれていたことを考慮すると、怒りが喚起された後の行動や認知として、自身の感情や思考から回避しようとするよりも、むしろ年齢が近い当事者に対して直接的に表出していた可能性が考えられる。高校生を対象とした怒りの維持過程の研究で、思考の未統合感が“回避行動”へはつながらなかった要因も、このような当事者への直接的表出が関連している可能性がある。

これに対して、大学生は、高校生に比べ、講義時間以外の拘束時間は少なく、親や教師に依存することも減り、自己決定の下で比較的自由に生活できる状況が増えると考えられる。友人・家族および同輩のみならず、バイトの上司、サークルの先輩・後輩など付き合いの幅も広がり、直接的に表出することも社会的にも許容されない状況下に置かれることも多いと考えられる。よって、立場の違いに合わせて、怒りを抑制・表出している可能性がある（木野，2000）。このように大学生では、自由な生活環境が得られるとともに、人付き合いも多くなり、社会性を身につけていくための能力も高校生以上に求められるであろう。

今後の課題 本研究により、怒りの維持過程に関わる状況要因としての怒り喚起の場面と対象について、大学生・高校生の間で違いが見られることが示された。したがって、今後は、こうした知見をさらに精緻化し、状況要因を系統的に捉えつつ、発達段階による差も考慮しながら、怒りの維持過程に影響を与える諸要因について検討していく必要があらう。

例えば、Averill（1983）は、怒りを感じやすい対

象として、“日常的に接触する機会が多い”、“不正を許容することができないくらい親しい間柄である”、“相手への期待が大きい”、といったことを指摘している。すなわち、接触する機会が多く、相手に対する関係維持への動機が高いほど、相手の行為が自身の期待とは相反するものであると強く認識しやすい可能性も想定される。そしてそれによって、“この出来事を受け容れられない”“整理できない”といった思考の未統合感を高めることも推測される。よって、“日々会う相手とどのくらい親しい関係にあるか”“その相手に対してどのような期待を抱いているか”“その相手との関係を維持していくことについてどのように捉えているか”、という点にも着目していく必要がある。

引用文献

- Averill, J. R. (1983). Studies on anger and aggression: Implications for theories of emotion. *American Psychologist*, **38**, 1145-1160.
- Densen, T. F., Moulds, M. L., & Grisham, J. R. (2012). The effects of analytic rumination, reappraisal, and distraction on anger experience. *Behavior Therapy*, **43**, 355-364.
- 遠藤寛子・湯川進太郎 (2011). 高校生における思考の未統合感と怒りの維持の関係 カウンセリング研究, **44**, 92-100.
- 遠藤寛子・湯川進太郎 (2012). 怒りの維持過程—認知および行動の媒介的役割— 心理学研究, **82**, 505-513.
- 川喜田二郎 (1967). 発想法—創造性開発のために— 中央公論社
- 木野和代 (2000). 日本人の怒りの表出方法と其对人的影響 心理学研究, **70**, 494-502.
- 増田智美・金築 優・関口由香・根建金男 (2005). 怒り自己陳述尺度の作成と信頼性・妥当性の検討 行動療法研究, **31**, 31-44.
- 宮下一博 (1999). 外への主張と内への引きこもり 高木秀明 (編著) 高校生の心理 2—深まる自己— 大日本図書 pp. 69-98.
- 大淵憲一・小倉左知男 (1984). 怒りの経験 (1) —アベリル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**, 15-35.
- Wegner, D. M. (1994). Ironic process of mental control. *Psychological Review*, **101**, 34-52.
- 湯川進太郎・日比野桂 (2003). 怒り経験とその鎮静化過程 心理学研究, **74**, 428-436.

(受稿9月28日：受理10月30日)