

氏名(本籍)	わた なべ しゅんたろう 渡 辺 俊太郎 (静岡県)
学位の種類	博士(心理学)
学位記番号	博 甲 第 3308 号
学位授与年月日	平成 16 年 3 月 25 日
学位授与の要件	学位規則第 4 条第 1 項該当
審査研究科	心理学研究科
学位論文題目	怒り感情が心身の健康に及ぼす影響に関する研究

主査	筑波大学教授	医学博士	小 玉 正 博
副査	筑波大学教授	教育学博士	田 上 不二夫
副査	筑波大学教授	博士(心理学)	吉 田 富二雄
副査	筑波大学教授	博士(心身障害学)	前 川 久 男

論 文 の 内 容 の 要 旨

本論文は、怒り感情と心身の健康との関連をテーマに検討を行った一連の実験・調査研究である。

近年、怒り感情と心身の健康に関する研究は増加している一方で、得られた結果に混乱がみられ一致した知見が導かれていないという状況が指摘されている。その原因としては、怒りと心身の健康をつなぐ媒介過程に関する検討が十分でないこと、怒りの不適応的な側面にのみ焦点が当てられていることの二つが考察される。このような先行研究の問題点に対し、まず怒りと心身の健康をつなぐ媒介過程に関して、怒り感情の持続という過程の存在が推測される。つまり、従来心身の健康との関連について検討されてきた怒りに関するパーソナリティ・認知傾向、不適切な怒り対処といった変数は怒り感情の持続につながる要因であり、怒り感情が個人内に長く留まることによって心身の健康に対するダメージが蓄積され、悪影響が顕在化するのではないかということである。また、怒りの不適応的な側面にのみ焦点が当てられているという先行研究の問題点に関しては、怒り感情が持っている適応的役割に関する検討によって新たな知見が導かれることが予測される。怒り感情はその適応的役割が果たされるまでは存在しつづける必要があるという考察から、反対に怒りの適応的役割を發揮させることによって怒りの持続状態が解消されると考えられる。

以上の考察から、(1) 怒り感情は持続することによって心身の健康に悪影響を及ぼす、(2) 怒り感情の持つ役割が發揮されることによって、怒り感情の持続は低減する、という仮説が導かれる。本研究の目的は、この二つの仮説に関する検討を行い、怒り感情に関連して心身の健康維持・増進に貢献しうる示唆を得ることである。なお、各研究において、従来検討されてきた怒り概念である怒り感情の喚起されやすさについても同様に検討を行い、怒り感情の持続という視座が持つ意義について明らかにすることを意図した。

本論文は以下の内容により構成されている。

第 1 章 怒り感情と心身の健康に関する研究の動向【研究 1】

第 1 節 問題と目的

第 2 節 海外における怒り感情と心身の健康に関する研究

第 3 節 国内における怒り感情と心身の健康に関する研究 I

- 第4節 国内における怒り感情と心身の健康に関する研究Ⅱ
- 第5節 先行研究における問題の所在
- 第2章 本研究の目的
 - 第1節 本研究の目的と構成
 - 第2節 基本概念の定義
- 第3章 怒り持続傾向を測定する尺度の開発
 - 第1節 新しい怒り尺度の作成と信頼性・妥当性の検討【研究2】
 - 第2節 性別および年代からみた怒り持続尺度の検討【研究3】
 - 第3節 第3章のまとめ
- 第4章 怒り持続傾向と心身の健康との関連
 - 第1節 怒り持続傾向と身体的健康との関連【研究4】
 - 第2節 怒り持続傾向と精神的健康との関連【研究5】
 - 第3節 第4章のまとめ
- 第5章 怒り感情の対処と怒り持続傾向
 - 第1節 適応的な怒り対処の検討【研究6】
 - 第2節 適応的な怒り対処と怒り持続傾向との関連【研究7】
 - 第3節 第5章のまとめ
- 第6章 怒り感情の役割と怒り持続傾向
 - 第1節 怒り感情の役割を發揮させる対処行動の検討【研究8】
 - 第2節 怒り感情の役割發揮と怒り持続傾向との関連【研究9】
 - 第3節 第6章のまとめ
- 第7章 総合的考察
 - 第1節 まとめ・本研究の意義
 - 第2節 本研究の限界と今後の展開

次に、各章の概略を述べる。

第1章(研究1)では、怒りと心身の健康に関する先行研究について検討するために、国内外のデータベースを用いた調査を行った。その結果、研究内容の概観とその吟味を通して先行研究の問題点を明らかにした。

第2章では、第1章において指摘された先行研究の問題点に対して上述した2つの仮説を設定し、本研究の目的を述べた。そして、怒り感情の持続や喚起されやすさに関する個人差である怒り持続傾向・怒り喚起傾向をはじめとする基本概念について定義を行った。

第3章(研究2,3)では、上記仮説の検討のために怒り持続傾向・怒り喚起傾向を測定する尺度の開発を行った。まず、第1節の質問紙調査を用いた検討によって、怒り持続・喚起傾向を表す項目は二つの因子にそれぞれ強く負荷しており、怒り持続・喚起傾向を独立した概念として扱うことが可能であることが示された。また、作成された尺度は以後の研究で用いるのに十分な信頼性・妥当性を有していることも明らかになった。第2節では、様々な年代のサンプルに対する調査によって、作成された尺度が幅広いサンプルに適用可能であることが示唆された。以上の手続きによって怒り持続・喚起傾向を測定する尺度が開発され、以後の仮説検証に用いられた。

第4章(研究4,5)では、“怒り感情は持続することによって心身の健康に悪影響を及ぼす”という第一仮説の検証を行った。第1節では、身体的健康に関する研究対象として虚血性心疾患を設定し、怒り持続・喚起傾向との関連について検討した。心拍反応の測定を行った実験の結果から、男性において怒り持続傾向と虚血性心疾患との関連が示唆された。第2節では、精神的健康に関する研究対象として抑うつを設定し、

怒り持続・喚起傾向との関連について検討した。社会人を対象とした質問紙調査の結果、怒り持続傾向は抑うつに影響を与えていることが示された。このように仮説を支持する結果が得られた一方で、怒り喚起傾向に関してはそのような結果が得られなかった。

第5章（研究6, 7）では、“怒り感情の持つ役割が発揮されることによって、怒り感情の持続は低減する”という第二仮説の検討を行った。仮説検討のために、怒りを相手に伝えようとする怒り主張性という対処を怒り感情の持つ役割を発揮させ得る対処として想定した。そして、第1節において怒り主張性の適応的価値を検討することによって、怒り主張性が怒り感情の持つ適応的役割を発揮させ得る対処であるという前提の確認を行った。その上で、第2節において怒り主張性と怒り持続傾向との関連について検討を行ったところ、仮説を支持する結果が得られた。

第6章（研究8, 9）では、怒り主張性以外にも怒り感情の役割を発揮させ得る対処が存在すると考えられることから、見返し対処行動という新たな概念を設定し、引き続き“怒り感情の持つ役割が発揮されることによって、怒り感情の持続は低減する”という第二仮説の検討を行った。第5章と同様、第1節において見返し対処行動が怒り感情の持つ役割を発揮させ得る対処であるという前提を確認した上で、第2節において見返し対処行動と怒り持続傾向との関連について検討を行ったところ、当該仮説を支持する結果が得られた。

第7章では、本論文における研究の結果をまとめ、その意義について考察するとともに、研究の限界・今後の展開について述べた。本論文における研究によって各仮説を支持する結果が得られたことから、怒り持続傾向の低減を意図することによって心身の健康維持・増進に寄与し得る可能性が示された。また、そのように怒り持続傾向を低減させるためには、怒り感情の適応的役割を発揮させるような介入アプローチが有用となる可能性も示唆された。

審 査 の 結 果 の 要 旨

本論文における研究は、怒り持続傾向という新しい概念を用いて先行研究における結果の混乱を解決すべく検討を行っている。従来測定されてきた怒り対処スタイルや行動パターンなどは、年齢・生活背景が異なる学生と社会人といった対象の違いから、共通の測度を用いることができないという限界を伴うことが多かった。しかし、怒り自体は対象の属性に関わらず共通して抱く感情であるため、本研究では怒り喚起・持続傾向を測定することによってその問題の解決を意図した。研究の手続きとしては、新たに開発した尺度を用いた質問紙調査と平行して生理反応の測定によっても仮説検証を行っており、その結果、性差も含めた興味深い知見が明らかにされている。さらに、怒り持続の測定は異なる対象集団の比較にも有用であることが示された。本研究で提唱した怒り持続傾向という概念は、今後の怒り研究の発展に新たな局面をもたらす可能性が高く、その意義は大きい。

また、従来の怒り研究が専らその否定的側面に注目してきたのに比し、本研究はその有益性にもいち早く着目し、怒り持続傾向との関連から得られた知見とあわせて、有効な援助に役立てようという動機に基づいた検討も行われている。このような視点からの研究は国内外において未だ少なく、本論文のもつ独創性が表れている。怒り持続傾向の低減を目指し、怒りの適応的役割に着目して援助に役立てようという視点に基づく介入は、怒りを不適応的なものとして無理に鎮静化させる介入よりも被治療者の抵抗が少なく、実際の援助につながりやすいと考えられる。

感情マネジメントの重要性が高まっている現代社会において、本論文の研究が社会貢献に果たす役割は大きい。このような側面からも、本論文は高く評価される。

よって、著者は博士（心理学）の学位を受けるに十分な資格を有するものと認める。