

氏 名（本籍）	ひ び の 日比野	けい 桂（静岡 県）
学 位 の 種 類	博 士（心 理 学）	
学 位 記 番 号	博 甲 第 4034 号	
学位授与年月日	平成 18 年 3 月 24 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	人間総合科学研究科	
学 位 論 文 題 目	対人関係における怒り経験とその鎮静化過程	
主 査	筑波大学教授	博士（心理学）
副 査	筑波大学教授	文学博士
副 査	筑波大学助教授	博士（心理学）
副 査	筑波大学教授	博士（心理学）
		吉 田 富二雄
		松 井 豊
		佐 藤 有 耕
		庄 司 一 子

論 文 の 内 容 の 要 旨

本論文は、対人関係における怒り経験とその鎮静化過程に関する研究である。怒り感情が鎮静化するまでの過程に注目し、そのプロセスを感情・認知・行動の多側面から明らかにすることを目的とする。このような研究により、衝動的な怒り表出の抑制などの怒りコントロールに関して有益な知見を得ることが期待される。また、攻撃行動に代表されるような怒りの表出をどのように抑制するか、この点に関してより直接的な検討として、怒りの表出行動の抑制要因についても併せて検討した。

本論文は、序論、実証研究、総括の 3 部で構成され、7 つの研究を含む。以下にその概略を述べる。

第 1 部：序論

第 1 章では、怒り経験後の行動について概観し、第 2 章において、それらの行動に影響する要因を整理した。次に、第 3 章では、怒り経験後の行動の結果として、行動が与える影響について心身の健康と怒り緩和の 2 点に注目し、従来の研究を検討した。また、第 4 章において、怒りコントロールとして実施・提案されているセラピーやトレーニングをまとめた。最後に、第 5 章において、本研究の目的を明らかにした。

第 2 部：実証研究

まず、第 6 章・第 7 章では、怒り経験後の感情と行動を抽出し、その関連について検討した。その結果、怒り経験後の感情では、怒りとともに驚愕や抑うつ感情も喚起されることを見出し、怒り経験後の行動として、合理化・原因究明・攻撃行動・社会的共有・物への転嫁・気分転換・忘却・精神反芻の 8 つを抽出した。続いて、第 8 章・第 9 章においては、怒り経験後の鎮静化過程について時系列的变化に注目し、検討を行った。鎮静化過程については、怒り感情は直後に強く喚起されるが、時間経過に伴い急激に鎮静化していくこと、また、直後に強く喚起された怒り感情は、その時点で攻撃行動を促進することが示された。攻撃行動は、2 - 3 日後には、感情ではなく、むしろ肥大化や客体化のような認知からのみ影響を受けていること、1 週間後では、攻撃行動は減少し、また、感情や認知からの影響もなくなることが示された。さらに、時期にかかわらず、怒り感情は社会的共有を、抑うつ感情は、物への転嫁と結びついていることが示された。このように、怒り経験後の鎮静化過程については、時間経過に伴い、感情・認知・行動の関係性が異なるため、怒りコントロールを検討していく際には、鎮静化過程の時系列的な変化を考慮する必要性が示唆された。

さらに、第10章では、怒り感情の最終的な処理の一つとして、“許し(Forgiveness)”に注目し、“許し”の観点から鎮静化過程を捉えなおした。最後に、第11章・第12章では、より直接的な怒りコントロールとして、怒り表出行動の抑制要因に関して、大学生と中学生を対象に調査を行い、中学生男子では“損得意識”が、中学生女子では“規範意識”が、大学生女子では“人間関係に配慮すること”が攻撃行動を抑制していることが明らかにされた。

第3部：総括

総括では、全体的結論として本論文の研究結果をまとめた。続いて、怒り経験後の鎮静化プロセスについて、認知・行動の変容、攻撃行動の促進・抑制要因、攻撃行動への対処目的とその方法、の3点から整理した。まず、第1段階は、感情的側面によって表出行動が導かれる時期であり、自己の感情から注意をそらすことを対処目的とし、“気分転換”や“心を鎮める”を行うことが怒りの鎮静につながり(Bushman, 2002)、攻撃的な怒りの表出の回避につながると考えられる。次に、第2段階は、感情的側面ではなく認知的側面が表出行動を規定する時期と考えられる。そのため、この時期の対処目的は、怒り経験を客観的に認知することであり、具体的な対処として、“合理化”、“原因究明”、“相談”などを行うことが重要である。最後に、残った怒りの感情価を放出する段階が、第3段階である。また、第3段階における重要な目標として、“許し”がある。対処的には、第三者に話すような“社会的共有”や忘却が有効となると考えられる。

このように、整理した鎮静化プロセスから怒りコントロールへの示唆に関して考察した。最後に、今後の展開について、鎮静化プロセスと“許し(Forgiveness)”の二つの観点からまとめた。

審 査 の 結 果 の 要 旨

衝動的な怒りの表出である攻撃行動に関して、従来の研究は主にその原因や促進要因を検討してきた。また、怒り感情に関しても、その多くが怒り感情の原因や促進要因に注目したものである。そのため、一旦、生じた怒り感情をどのようにコントロールするのか、そうした観点に基づき怒りの鎮静化あるいは抑制を扱った本論文の着眼点は優れたものと評価される。特に、(1)対人的な怒り経験に伴う過程を感情・認知・行動の3側面から詳細に分析した点、(2)喚起された怒りが鎮静化されるまでのプロセスを、多面的かつ時系列的に分析して、怒り経験直後では怒り感情と抑うつ感情が、2-3日後には認知が重要な役割を担うこと、(3)時間経過に伴い、感情・認知・行動に特徴的なパターンが見られることを明らかにした点で、本論文は高く評価される。また、方法論的には、回想法で得られたデータ(内容)を、さらにリアルタイムの日誌法で確認するなどの工夫も見られ、従来困難であった怒り経験の研究に対して、変容過程を時系列的に分析した本研究のオリジナリティは高く評価される。本論文で扱った“怒り経験”における“怒り”の質や内容に関して、また“許し”の問題についても、さらに掘り下げて検討することが望まれるが、本論文で分析された鎮静化プロセスに関する知見は、怒りコントロール技法の研究に対して、あるいは対人関係における社会的スキル研究に関しても、重要な示唆を含み、その意義は大きいといえる。

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。