

怒りの喚起状況と怒りに伴う 身体感覚の変化に関する探索的検討

筑波大学大学院人間総合科学研究科 平野 美沙

筑波大学人間系 湯川進太郎

An explorative study of anger-eliciting situations and anger-related bodily sensations

Misa Hirano (*Graduate School of Comprehensive Human Sciences, University of Tsukuba, Tsukuba 305-8572, Japan*)

Shintaro Yukawa (*Faculty of Human Sciences, University of Tsukuba, Tsukuba 305-8572, Japan*)

The present study has three purposes: (1) to identify situations in which Japanese adolescents feel angry, (2) to identify changes in bodily sensations that occur when experiencing anger, and (3) to explore the relationships between these two constructs and other anger tendencies. One-hundred-and-ninety Japanese undergraduates responded to open-ended questions regarding the situations that they feel angry and changes in their bodily sensations when angry. For each situation and sensation described, respondents were asked to rate how angry they would feel. They also responded to multiple-choice questions derived from the scales measuring Anger tendencies (arousal, lengthiness, and rumination). In total, 559 answers were collected relating to situations, which were categorized into 5 groups, and 253 answers were collected relating to sensations, which were categorized into 4 groups. Anger Arousal was found to have positive correlation with the number of situations associated with strong anger. Anger Lengthiness was positively related to the number of sensations associated with strong anger and negatively related to the one with weak anger. The directions for the future research are discussed.

Key words: anger, situation, bodily sensation

怒りの喚起状況

怒りを喚起する状況に関して、これまで様々な研究が行われてきた (Table 1)。その先駆的研究ともいえる Averill (1982) では、“怒りの日常経験質問紙”を用いて、日常生活の中で喚起される怒りについて、対象・原因・性差など、様々な観点からの検討を試みている。怒りの喚起状況に関しては、“身体的被害”、“物質的被害”、“プライドを損傷”、“道義に違反”、“期待に背く”、“欲求不満”の6つのカテゴリに分類されるとした。我が国では、大淵・小倉 (1984) が、Averill (1982) の質問紙を用いて、社

会人と大学生の怒りの日常経験について検討している。そこでは、怒りの喚起状況について、Averill (1982) と同様の6つのカテゴリを用いて日米間の比較を行い、日本人の方が、“欲求不満”等の被害の個人的側面より、“道義に違反”といった社会規範的側面を重視する傾向があることを示している。

一方、鈴木・佐々木 (1994) は、大学生を対象とした面接結果をもとに、不安・抑うつ・怒りの3つの感情の喚起場面 (状況) について検討し、怒りの喚起場面を、“他者からの非難・侮蔑”、“社会的倫理に反する行為”、“他者との意見・価値観の違い”、“自己の要求が通らない”、“もともとの対人嫌悪”

の5つのカテゴリに分類した。その後、他の感情の喚起場面と比較し、抑うつと怒りは喚起場面が類似しているが、不安と怒りの喚起場面はあまり関連がないことを示した。さらに、Averill (1982) や大淵・小倉 (1984) と同様に、怒りの喚起場面の多くが对人的状況であったことから、对人的状況に焦点を当て、それぞれの感情喚起場面について、より詳細に検討を行っている (鈴木, 2002)。その結果、怒りを喚起する对人的状況を、“被害・強要”、“他者からの非難・侮蔑”、“他者からの無視・疎外・孤立化”、“他者の非道徳的行為・無責任な行動”、“他者との意見・価値観のくい違い”、“自己の否定的側面・失敗”の6つのカテゴリに分類した。そして、各感情の喚起場面を比較したところ、对人的状況のみにおいても鈴木・佐々木 (1994) と同様の結果が得られ、怒りと抑うつは類似した場面で、一方、怒りと不安は異なる場面で喚起される感情であることが示された。このように怒りは主に对人的状況の中で喚起され、抑うつと裏表の関係にあることが分かっている。

こうした怒り喚起状況について、個人々がどのような状況でより喚起しやすいかを測定するための心理尺度が、これまでにいくつか作成されている。一つは、Anger Situation Questionnaire (van Goozen, Frijda, Kindt, & van de Poll, 1994: 以下, ASQ) と呼ばれる尺度である。これは、場面想定法を用いた怒り状況尺度であり、33の状況から構成されている。この尺度では、調査協力者はまずそれぞれの場面に對して抱く感情について、“何も感じない”、“悲

しみ”、“無力感”、“落胆”、“怒り”の中から最もあてはまるものを選択し、選択した感情をどの程度強く感じるかについて、5件法のリカート式尺度で回答する。そして、その場面を経験したときどのような行動を取るかという質問に対して、それぞれの場面にあわせて用意された5つの行動の中から、最もあてはまるものを選択する。van Goozen et al. (1994) は、既存の怒り尺度の多くは、臨床介入の対象となるような、過度の怒り特性を検出するために作成されているため、健常群内の個人差の測定には不向きであるとした。そこで、健常群の怒りの喚起傾向 (anger proneness) を測定するための尺度としてASQを作成したが、内容的には怒りの喚起状況 (場面) を測定するものである。

ASQは、場面想定法で詳細な状況の記述を提示するため、より現実場面に即した怒りを測定しているといえるが、いくつかの問題点もみられる。まず、33の場面それぞれについて、感情の種類・強さ・取り得る行動を選択しなければならないため、回答方法が複雑であり、調査協力者への負担が大きい。また、状況により喚起される感情を選択する際、実際は怒りを感じていたとしても、社会的望ましさから、怒り以外の感情を選択する可能性も考えられる。そして、調査協力者が“怒り”以外の感情を選んだ場合、感情の強さに関する回答は後の分析に使用されないため、調査協力者の負担に対して得られる情報量が少なくなる可能性もあり、非効率的である。

もう一つが、Novaco Anger Scale and Provocation

Table 1 先行研究における怒り喚起状況の分類

	Averill (1982) 大淵・小倉 (1984)	鈴木・佐々木 (1994)	鈴木 (2002)	Novaco (1994)
物理的被害	身体的被害 物質的被害			
精神的被害	プライドを損傷	他者からの 非難・侮蔑	他者からの非難・侮蔑 被害・強要 他者からの無視・ 疎外・孤立化	不当な扱い 不公平・不平等
期待にそぐわない 他者の行為	道義に違反 期待に背く	社会的倫理に 反する行為 他者との意見・ 価値観の違い	他者の非道徳的行為・ 無責任な行動 他者との意見・ 価値観のくい違い	他者の迷惑な性行 いらだち
欲求不満	欲求不満	自己の要求が通らない		欲求不満・妨害
他者への嫌悪感		もともとの対人嫌悪		
自己への嫌悪感			自己の否定的側面・ 失敗	

Inventory (Novaco, 1994: 以下, NAS-PI) である。NAS-PI は、怒り特性を測定する尺度であり、2つの下位尺度に分かれている。Anger Scale (以下, AS) は60の怒り傾向に関する質問項目から構成されているのに対して、Provocation Inventory (以下, PI) は、25の状況文からなり、“不当な扱い (disrespectful treatment)”, “不公平・不平等 (unfairness)”, “欲求の不満・妨害 (frustration)”, “他者の迷惑な性行 (annoying traits of others)”, “いらだち (irritation)” の5つの下位因子から構成されている。PI は、項目 (状況) 数が ASQ に比べて少なく、それぞれの状況に対して感じる怒りの程度について、5件法のリカート式尺度で回答するため、調査協力者の負担も少なく、実施が容易であるといえる。さらに、先行研究における状況の分類結果と比較すると、多くの研究において得られているカテゴリが、PI の因子構造に含まれており、怒りの喚起状況について、包括的に捉えているといえる (Table 1)。

しかしながら、現代の日本における PI の内容的妥当性に関しては疑問が残る。PI の項目には、具体的な状況の記述が多く用いられている。その中には、車の運転に関する項目や、公衆電話の使用に関する項目がいくつかみられる。車の運転に関する項目については、調査協力者の車所持の有無が回答に大きく影響することが考えられる。また、現代では携帯電話の普及が進み、公衆電話を使用する機会はほとんどない。怒りの喚起や表出は、個人が属する文化や社会に応じて構成されることを考慮すると (Averill, 1982), それぞれの文化や社会あるいは時代に即した状況を、項目として用いることが望ましいと考えられる。

そこで本研究では、喚起状況に関する先行研究および ASQ と PI の2尺度を参考にしつつ、日本人が怒りを喚起しやすい状況に関して、その個人差を測定する尺度を作成するにあたり、まずは現代の日本人が怒りを喚起する状況について、探索的な検討を行うことを第一の目的とする。

怒りに伴う身体感覚の変化

怒りと高血圧や心疾患との関連については、多くの研究によりその頑健さが指摘されている (例えば, Siegman & Smith, 1994; 鈴木・春木, 1994)。これには、怒りを喚起した際に生じる身体反応が大きく影響している。怒り喚起時の生理反応を測定した実験が、1950年代から行われており (例えば, Ax, 1953), 怒り喚起時に顕著な身体的変化として、心

拍や血圧の上昇、体温の上昇、筋肉の緊張など、交感神経の賦活に伴う変化が報告されている (レビューとして, Stemmler, 2004)。渡辺・小玉 (2001) が、怒りを持続する傾向は自律神経系に影響し、心疾患の罹患率を高めると示唆しているように、個人の怒り傾向が強いほど、身体への負荷が多くなり、結果として様々な疾患の罹患率を高めると考えられる。しかし、感情喚起時の身体的変化に関する実験は多く存在するものの、感情の喚起方法の違い、使用された生理指標の種類の違いなどの要因によって、その他の感情 (特に恐怖) 喚起時との違いについては、明白な結論が得られていない。

各感情に伴う身体的変化は異なるとする主張が根強く支持される理由の一つとして、身体的変化の知覚が、各感情において異なることが挙げられる。例えば、感情喚起時の身体的変化の知覚に関する調査研究がこれまでもいくつか行われてきた (Pennebaker, 1982; Shields, 1984)。これらの研究では、まず参加者に、特定の感情を喚起した体験を詳細に思い出すよう求める。続いて、その感情を喚起している間に感じた身体の変化について説明するよう求める。いずれの研究においても、感情喚起時に知覚される身体的変化は、各感情間で有意に異なっており、この差異は、複数の異なる文化圏においても同様に認められた (例えば, Wallbott & Scherer, 1986; Rimé, Philippot, & Cisamolo, 1990)。実際に生じる身体的変化に関しては未だ明確な結論は得られていないが、主観的な報告のレベルでは、怒りを喚起した際の身体感覚の変化は、その他の感情が生じたときの変化と区別して知覚されることが示されているといえる。

しかし、身体的変化の知覚に関する研究の多くは、様々な感情喚起時の変化の知覚を比較することを目的としているため、怒りを喚起した際の身体的変化を詳細かつ網羅的に把握していない可能性がある。例えば、Wallbott & Scherer (1986) が用いた身体症状のチェックリストの中には“心地よさ”や“筋肉の弛緩”といった、怒りとは関係ないと思われる身体感覚に関する項目も含まれている。また、“声色の変化”といったように、両義性のある項目も多く、細かい変化についてはあまり触れられていない。感情間の比較研究としてではなく、怒りという感情に焦点を当てて分析する研究として、怒り喚起時の身体感覚を扱うのであれば、その変化についてより詳細かつ精緻に検討する必要がある。

そこで本研究では、怒りに特化した身体的変化の知覚に関して、その個人差を測定する尺度を作成するにあたり、日本人大学生を対象に、怒りを感じた

際の身体感覚の変化について、探索的に検討を行うことを第二の目的とする。

本研究の目的

以上より、本研究は、日本人青年が怒りを喚起する状況と、怒りを喚起した際に生じる身体感覚の変化について、探索的に検討することを目的とする。また、怒りの喚起状況や身体感覚の変化が、個人の怒りの傾向（喚起、持続、反すう）とどのように関連しているのかについても、参考として試験的な検討を行う。

方 法

調査協力者と手続き

茨城県内の国立T大学の学生を対象に、講義時間を利用して質問紙を一斉配布し、その場で回収した。最終的に、回答に不備のない190名（男性105名、女性85名、平均年齢18.99歳、 $SD=1.01$ ）を分析対象とした。調査時期は、2011年11月から12月であった。実施の際、本調査への参加は自由であり、講義の成績など関連しないことを、口頭および紙面（質問紙の表紙）で説明した。質問紙への回答はすべて無記名で行われた。また、集められたデータは統計処理を行うため、個人が特定されることはない点についても、質問紙の表紙に明記し教示を行った。なお、本研究は、所属機関の研究倫理委員会の承認を得た上で実施した。

質問紙の構成

怒りの喚起状況 調査協力者に、普段の生活の中で怒りを感じる状況を自由に記述させた。具体的には、“あなたが普段、怒りを感じる状況というのはどういう状況ですか。できるだけたくさん思い出して、その内容をお書きください（10個まで）。”という質問を行った。また、それぞれの記述状況に対して感じる怒りの強度について、“1：弱い”から“5：強い”までの5件法で回答を求めた。

怒りの身体感覚 調査協力者に、普段怒りを感じた際に生じる身体の感覚や変化を自由に記述させた。具体的には、“あなたが普段、怒ったときに感じるからだの感覚（変化）にはどのようなものがありますか。できるだけたくさん思い出して、その内容をお書きください（10個まで）。”という質問を行った。また、記述したそれぞれの感覚や変化が現れる際に感じている怒りの強度について、“1：弱い”から“5：強い”までの5件法で回答を求めた。

怒り傾向 怒りの喚起状況および身体感覚と個人

の怒り傾向との関連を探索的に検討するため、渡辺・小玉（2001）の怒りの喚起・持続尺度の各下位尺度（怒り喚起尺度と怒り持続尺度）、Sukhodolsky, Golub, & Cormwell（2001）のAnger Rumination Scale（日本語版怒り反すう尺度、八田・大淵・八田、2011）について、それぞれ最も因子負荷量の高い項目を1項目ずつ抜粋し使用した。具体的な項目は、“ささいなことにもかっとしやすい方だ”（怒り喚起），“いったん怒ると、おさまるまでに時間がかかる”（怒り持続），“腹立たしい経験をする、あとからそのことを繰り返し思い起こす”（怒り反すう）であった。これらの項目に対して、“1：全くあてはまらない”、“2：あまりあてはまらない”、“3：どちらとも言えない”、“4：ややあてはまる”、“5：よくあてはまる”の5件法で回答を求めた。

デモグラフィック変数 性別、年齢、所属学部について回答を求めた。

結 果

怒りの喚起状況カテゴリの作成と信頼性の検討

怒りを感じる状況について、総計559個の自由記述が得られた（調査協力者1名当たりの平均記述数：3.55個、 $SD=2.13$ ）。まず、心理学を専攻する大学院生1名と教員1名が、これらの記述を50の小カテゴリに分類した上で、得られた50カテゴリをさらに整理し、結果的に18の中カテゴリと、その上位カテゴリである5つの大カテゴリに分類した。具体的には、【直接受ける精神的被害】、【直接受ける物理的被害】、【要求や欲求の未達成】、【直接関係のない人物・集団・組織の非社会的行為】、【普段から関わりのある人物の自己本位的行為】の5つであった。

続いて、心理学を専攻する大学生3名が、内容的に重複または類似した回答を事前にまとめた286の状況について、それぞれが5つの大カテゴリの内のどのカテゴリに当てはまるかを分類評定した。この3名の評定者のうち、すべての2名の評定者間の組み合わせ（全部で3通り）で、一致係数を算出した。一致係数は、 $\kappa=.57-.66$ の範囲であり、適度な信頼性の高さであった。分類において評定者間で不一致であった状況に関しては、評定者間の協議のうえ、いずれかのカテゴリに再分類した。これを受けて、中カテゴリおよび小カテゴリの分類内容を、先の大学院生1名と教員1名で微修正した。Table 2に、559個の状況を大・中・小カテゴリに分類した階層構造を示す。なお、以降に用いる【 】は大カテゴリを、『 』は中カテゴリを、「 」は小カテゴリを意味する。

Table 2 「怒りの喚起状況」自由記述分類結果

大カテゴリ	中カテゴリ	出現率 (%)	小カテゴリ	反応数
直接受ける精神的被害	侮蔑	15.4	バカにされる	57
			見下される	14
			否定される	12
			不公平に扱われる	3
	裏切り	8.1	約束を破られる	29
			うそをつかれる	10
			裏切られる	6
	不快と感じる行為	4.1	不快なことをされる・言われる	16
			不快な態度をされる	7
	叱責	3.2	理不尽に怒られる	12
怒られる			6	
疎外	2.1	無視される	8	
		疎外される	4	
強要	1.8	物事・意見を強要される	6	
		決めつけられる	4	
直接受ける物理的被害	直接受ける物理的被害	5.2	所有物を破損される	19
			暴力をふるわれる	8
			損をする	2
要求や欲求の未達成	目的の未達成	14.1	物事が思い通りに行かない	50
			妨害される	9
			理解してもらえない	7
			やりたいことができない	5
			努力がむくわれない	5
	自身に対する不満	6.6	負ける	3
			自分がミスをしてしまう	19
物の不調	2.3	自分の力量不足を感じる	12	
		後悔する	3	
		なまけてしまう	3	
生理的欲求不満	1.6	物がちゃんと使えない	13	
		空腹を感じる	5	
直接関係のない人物・ 集団・組織の非社会的行為	ルール・マナー違反	10.7	眠気を感じる	4
			ルール・マナーが守られていない	60
	他者を攻撃する言動	4.8	他者を攻撃する言動を見る・聞く	23
			怒っている人を見る	4
	騒音	4.6	うるさい	26
			原発関係の報道を見る・聞く	5
事件や事故の メディア報道	2.3	TV番組・ニュースを見る・聞く	2	
		政治の不祥事について見る・聞く	2	
		事件の加害者について見る・聞く	1	
		特定の団体について見る・聞く	3	
		責任のない言動を見る・聞く	21	
無責任な言動	5.4	謝らない・非を認めない	9	
		話を聞かない	3	
		自己中心的・自分勝手な言動を見る・聞く	15	
		空気が読めていない言動を見る・聞く	8	
普段から関わりのある 人物の自己本位的行為	自己中心的な言動	5.2	不適切な状況で話しはじめる	3
			自慢話を聞く	3
			公平さを欠く行動を見る・聞く	4
不条理な言動	1.8	ネガティブな言動を見る・聞く	3	
		矛盾した言動を見る・聞く	3	

【直接受ける精神的被害】は、194 (34.7%) の回答が該当した。このカテゴリは、他者から不当に扱われることにより、自分、あるいは自分に関係のある人物が精神的に被害を受ける状況であり、『侮蔑』、『裏切り』、『不快と感じる行為』、『叱責』、『疎外』、『強要』の6つの中カテゴリから形成されていた。『侮蔑』は、他者からけなされる状況であり、「バカにされる」、「見下される」、「否定される」、「不公平に扱われる」から形成されていた。『裏切り』は、他者から裏切られる状況であり、「約束を破られる」、「うそをつかれる」、「裏切られる」から形成されていた。『不快と感じる行為』は、他者から嫌なことを言われたりされたりする状況であり、「不快なことをされる・言われる」、「不快な態度をされる」から形成されていた。『叱責』は、他者から怒られる状況であり、「理不尽に怒られる」、「怒られる」から形成されていた。『疎外』は他者から仲間はずれにされる状況であり、「無視される」、「疎外される」から形成されていた。『強要』は、他者から何かを押しつけられる状況であり、「物事・意見を強要される」、「決めつけられる」から形成されていた。

【直接受ける物理的被害】は、29 (5.2%) の回答が該当した。このカテゴリは、他者によって自分、あるいは自分に関係のある人物が物理的に被害を受ける状況であり、「所有物を破損される」、「暴力をふるわれる」、「損をする」から形成されていた。

【要求や欲求の未達成】は、138 (24.7%) の回答が該当した。このカテゴリは、自分自身、または自分の周りの物事が思い通りに行かない状況であり、『目的の未達成』、『自身に対する不満』、『物の不調』、『生理的欲求不満』の4つの中カテゴリから形成されていた。『目的の未達成』は、物事が思い通りにいかない状況であり、「物事が思い通りにいかない」、「妨害される」、「理解してもらえない」、「やりたいことができない」、「努力がむくわれない」、「負ける」から形成されていた。『自身に対する不満』は、自分自身が思い通りに行かない状況であり、「自分がミスをしてしまう」、「自分の力量不足を感じる」、「後悔する」、「なまけてしまう」から形成されていた。『物の不調』は、機器類などが正しく機能しない状況であった。『生理的欲求不満』は、生理的欲求が満たされない状況であり、「空腹を感じる」、「眠気を感じる」から形成されていた。

【直接関係のない人物・集団・組織の非社会的行為】は、126 (22.5%) の回答が該当した。このカテゴリは、自分と直接関係のない人物・集団・組織が、社会的な規範やルールに反する行為や非道徳的

な行為を行っているのを見聞きする状況であり、『ルール・マナー違反』、『他者を攻撃する言動』、『騒音』、『事件や事故のメディア報道』の4つの中カテゴリから形成されていた。『ルール・マナー違反』は、字義通り、何らかの社会的なルールやマナーが守られていない状況である。『他者を攻撃する言動』は、攻撃的な言葉や行動を見聞きする状況であり、「他者を攻撃する言動を見る・聞く」、「怒っている人を見る」から形成されていた。『騒音』は、静かにしなければいけない場所で騒いでいたりうるさくしていたりする人がいる状況を指す。『事件や事故のメディア報道』は、事件や事故に関するニュースや報道を見たり聞いたりする状況であり、「原発関係の報道を見る・聞く」、「TV番組・ニュースを見る・聞く」、「政治の不祥事について見る・聞く」、「事件の加害者について見る・聞く」、「特定の団体について見る・聞く」から形成されていた。

【普段から関わりのある人物の自己本位的行為】は、72 (12.9%) の回答が該当した。このカテゴリは、自分と直接関係のある人物が、故意かどうにかかわらず、自分勝手な行為や無責任な行為を行っているのを見聞きする状況であり、『無責任な言動』、『自己中心的な言動』、『不条理な言動』の3つの中カテゴリから形成されていた。『無責任な言動』は、本来伴うべき責任を軽視または無視した言動を見聞きする状況であり、「責任のない言動を見る・聞く」、「謝らない・非を認めない」、「話を聞かない」から形成されていた。『自己中心的な言動』は、自分のことしか考えていない言動を見聞きする状況であり、「自己中心的・自分勝手な言動を見る・聞く」、「空気が読めていない言動を見る・聞く」、「不適切な状況で話しはじめる」、「自慢話を聞く」から形成されていた。『不条理な言動』は、道理の通らない言動を見聞きする状況であり、「公平さを欠く言動を見る・聞く」、「ネガティブな言動を見る・聞く」、「矛盾した言動を見る・聞く」から形成されていた。

怒りの身体感覚カテゴリの作成と信頼性の検討

まず、心理学を専攻する大学院生1名と教員1名が、190名分の回答の中で、行動や衝動的欲求など、身体感覚以外の記述であると判断したものを除外した。その結果、総計253個の自由記述を得た（調査協力者1名当たりの平均記述数：2.08個、 $SD = 1.57$ ）。次に、これらの記述を24の小カテゴリに分類した上で、11の中カテゴリと、さらにその上位カテゴリである4つの大カテゴリに分類した。具体的には、【表出される変化】、【皮膚や筋肉の変化】、【生理状態の変化】、【体内の不快感】の4つであった。

続いて、心理学を専攻する大学生3名が、内容的に重複または類似した回答を事前にまとめた88の身体感覚について、それぞれが4つの大カテゴリの内のどのカテゴリに当てはまるかを分類評定した。3名の評定者のうち、すべての2名の評定者間の組み合わせ（全部で3通り）で、一致係数を算出した。一致係数は、 $\kappa = .65-.83$ の範囲であり、十分な高さの信頼性であった。分類において評定者間で不一致であった身体感覚に関しては、評定者間の協議のうえ、いずれかのカテゴリに再分類した。これを受けて、中カテゴリおよび小カテゴリの分類内容を、先の大学院生1名と教員1名で微修正した。Table 3に、253個の身体感覚を大・中・小カテゴリに分類した階層構造を示す。

【表出される変化】は、77 (30.4%) の回答が該当した。このカテゴリは、怒りを感じたときに生じる、顔や声などに表れる変化であり、『顔』、『涙』、『声』の3つの中カテゴリから形成されていた。『顔』は表情の変化であり、「紅潮する」、「表情がこわくなる」、「眉間にしわがよる」、「目つきが悪くなる」、「無表情になる」、「口角が下がる」から形成されて

いた。『涙』は、主に涙が出る（あるいは出そうになる）という回答からなった。『声』は発声に関わる部分に表れる変化であり、「口調が荒くなる」、「のどがつまる」、「声が低くなる」から形成されていた。

【皮膚や筋肉の変化】は、49 (19.4%) の回答が該当した。このカテゴリは、怒りを感じたときに生じる、筋肉や皮膚上での変化であり、『からだ（頭部以外）の筋肉の変化』、『頭部の筋肉の変化』、『触覚・皮膚上の変化』、『発汗』の4つの中カテゴリから形成されていた。『からだ（頭部以外）の筋肉の変化』は、頭部以外のからだの筋肉に生じる変化であり、「からだに力が入る」、「手足が震える」から形成されていた。『頭部の筋肉の変化』は、主に顔の筋肉に生じる変化であり、「歯をくいしばる」、「顔面筋が痙攣・緊張する」から形成されていた。『触覚・皮膚上の変化』は、触覚や皮膚感覚の変化であり、「かゆくなる」、「しびれ・感覚麻痺・鳥肌が生じる」から形成されていた。『発汗』は、主に手のひらなどに汗を感じるなどの回答からなった。

【生理状態の変化】は、95 (37.5%) の回答が該当した。このカテゴリは、怒りを感じたときに生じ

Table 3 「怒りの身体感覚」自由記述分類結果

大カテゴリ	中カテゴリ	出現率 (%)	小カテゴリ	反応数
表出される変化	顔	30.4	紅潮する	13
			表情がこわくなる	12
			眉間にしわがよる	8
			目つきが悪くなる	8
			無表情になる	5
			口角が下がる	2
	涙	6.3	涙が出る	16
	声	5.1	口調が荒くなる	8
			のどがつまる	3
			声が低くなる	2
皮膚や筋肉の変化	からだ（頭部以外）の筋肉の変化	8.7	からだに力が入る	14
			手足が震える	8
	頭部の筋肉の変化	5.9	歯をくいしばる	8
			顔面筋が痙攣・緊張する	7
	触覚・皮膚上の変化	2.8	かゆくなる	4
			しびれ・感覚麻痺・鳥肌が生じる	3
生理状態の変化	発汗	2.0	発汗する	5
	体温上昇	26.1	体温が上昇する	66
	心拍上昇	8.7	心拍が上昇する	22
	呼吸の変化	2.8	呼吸が荒くなる	4
			息が浅くなる	2
		息をたくさん吸う	1	
体内の不快感	体内の不快感	12.6	内臓が不快な感じがする	21
			頭痛がする	11

る生理的な変化であり、『体温上昇』、『心拍上昇』、『呼吸の変化』の3つの中カテゴリから形成されていた。『体温上昇』は、からだ全体またはからだの一部が熱く感じられるといった回答からなつた。『心拍上昇』には、心拍数の増加を感じることを意味する回答を含めた。『呼吸の変化』は、呼吸に表れる変化であり、「呼吸が荒くなる」、「息が浅くなる」、「息をたくさん吸う」から形成されていた。

【体内の不快感】は、32 (12.6%) の回答が該当した。このカテゴリは、怒りを感じたときに生じる、頭痛や腹痛などの体内の不調や不快感であり、「内臓が不快な感じがする」、「頭痛がする」から形成されていた。

怒りの喚起状況・身体感覚と怒り傾向の関連性

調査協力者には、各自が記述した怒りの喚起状況および身体感覚一つ一つについて、その際に生じるだろうと推定される怒りの強度を同時に評定してもらっていた。これに基づき、評定値が1または2とされたものを低怒り状況および低怒り感覚とし、4または5とされたものを高怒り状況および高怒り感覚とした。その上で、調査協力者ごとにそれぞれの記述数（低怒り状況数、低怒り感覚数、高怒り状況数、高怒り感覚数）を計数し、怒りの喚起・持続・反すうの項目得点との間の相関係数を算出した。その結果を Table 4 に示す。Table 4 にあるように、怒りの喚起傾向は、高怒り状況数との間に有意な正の相関が示された ($r=.16, p<.05$)。次に、怒りの持続傾向は、高怒り感覚数との間に有意な正の相関が ($r=.18, p<.05$)、低怒り感覚数との間に有意な負の相関がみられた ($r=-.31, p<.01$)。最後に、怒りの反すう傾向は、高怒り状況数および高怒り感覚数との間に有意な正の相関がみられた (高怒り状況: $r=.18, p<.05$, 高怒り感覚: $r=.16, p<.05$)。なお、怒り傾向に関する項目間には、いずれも有意な正の相関がみられた (喚起と持続: $r=.26$,

$p<.01$, 喚起と反すう: $r=.33, p<.01$, 持続と反すう: $r=.56, p<.01$)。

考 察

本研究の目的は、怒りを喚起する状況および怒りを感じた際に生じる身体感覚の変化について、探索的に検討を行うことであつた。怒りの喚起状況は、【直接受ける精神的被害】、【直接受ける物理的被害】、【要求や欲求の未達成】、【直接関係のない人物・集団・組織の非社会的行為】、【普段から関わりのある人物の自己本位的行為】の5つの大カテゴリに分類された。怒りの身体感覚は、【表出される変化】、【皮膚や筋肉の変化】、【生理状態の変化】、【体内の不快感】の4つの大カテゴリに分類された。

さらに、喚起状況および身体感覚の記述数と、怒り傾向との関連について検討を行ったところ、特徴的な関連が示された。すなわち、怒りを喚起しやすいほど、強い怒りを喚起する状況の回答数が多く、その一方で、怒りを持続しやすいほど、強い怒りを喚起する際に伴う身体感覚の回答数が多く、弱い怒りの際の身体感覚の回答数が少なかった。

怒りの喚起状況

怒りの喚起状況では、【直接受ける精神的被害】に関する記述が最も多かつた。このカテゴリと【直接受ける物理的被害】は、他者から故意に被害を加えられる (と認知する) 状況である。これらは、Averill (1982) や大淵・小倉 (1984)、および鈴木・佐々木 (1994) において、怒りを喚起する場面の多くが対人的状況であつたという結果を支持している。一方で、「物事が思い通りにいかない」、「自分の力量不足を感じる」など、怒りの対象が他者ではなく、自分自身や、特定の物あるいは状況そのものである、【要求や欲求の未達成】に関する記述も多くみられた。このことは、人が普段怒りを喚起する

Table 4 各変数間における相関係数 (N=190)

	M	SD	1	2	3	4	5	6	7
1. 怒りの喚起	2.71	1.10		.26**	.33**	-.02	.16*	-.05	.06
2. 怒りの持続	2.81	1.18			.56**	-.09	.09	-.31**	.18*
3. 怒りの反すう	3.31	1.17				-.01	.18*	-.13	.16*
4. 低怒り状況	0.52	0.89					.01	.50**	.04
5. 高怒り状況	3.05	1.84						.07	.42**
6. 低怒り感覚	0.18	0.49							.02
7. 高怒り感覚	2.11	1.38							

** $p<.01$, * $p<.05$.

対象が、必ずしも他者（对人的状況）であるとは限らないことを示唆するものといえる。本研究において、【要求や欲求の未達成】のように、対人場面以外の怒り喚起状況に関する記述が多く得られた理由として、強い怒りを感じる状況に限定せず、普段の生活の中で怒りを感じる状況について、できるだけ多く記述を求めたことが考えられる。強い怒りの対象は他者であることが多いのかもしれないが、広く日常生活の中で感じる様々な怒りとなると、自分自身や物あるいは状況そのものが対象となることもしばしばなのかもしれない。今後、対人場面以外の怒りの喚起状況についても詳細に検討することで、日常的に感じる怒り感情に関する知見を深めることができるだろう。

また、【直接関係のない人物・集団・組織の非社会的行為】や【普段から関わりのある人物の自己本位的行為】に関する記述から、自分にとっては直接的に何らかの具体的な被害があるわけではない状況であっても、社会や集団の秩序を乱す行為に対して怒りを感じる事が示された。社会的構成主義の観点からすれば、怒りの喚起やその表出（例えば、制裁などの行動化）といった反応群は、自らが所属する社会システム内で、その社会の秩序や道徳の維持に貢献するものと考えられる（湯川, 2008）。すなわち、怒りとは、所属集団内の秩序や道徳を維持するために喚起されるという意味で社会的に構成された感情でもあり、本研究で抽出された上記の2つのカテゴリは、こうした社会的感情としての怒りを反映しているといえる。

PIの因子構造と比較すると、“不当な扱い”、“不公平・不平等”が、【直接受ける精神的被害】と【直接受ける物理的被害】に、“欲求の不満・妨害”が【要求や欲求の未達成】に、“他者の迷惑な性行”と“いらだち”が【普段から関わりのある人物の自己本位的行為】に相当しており、本研究で得られた結果は、怒りを喚起する状況について包括的に捉えているといえよう。さらに、本研究では、PIには含まれていない【直接関係のない人物・集団・組織の非社会的行為】に関する回答を得た。このカテゴリが新たに得られた理由として、時代に伴うメディアや情報の多様化が考えられる。インターネットの普及などにより、多様な情報に容易にアクセスすることが可能となったため、怒りの対象が個人の生活範囲外にも及んだ可能性がある。今後、日常的な怒り状況に関して研究していく上で、個人の生活範囲外の対象に向けられる怒りについても、あわせて検討が求められる。

怒りの身体感覚

怒りの身体感覚では、【生理状態の変化】に関する記述が最も多かった。怒り研究において、心拍や血圧などの生理的指標がしばしば用いられていることから、怒りを感じた際の交感神経系優位の反応は顕著であり、そのため多くの人が身体の変化として感じる事ができるのだろう。また、怒りの身体感覚で得られた4つの大カテゴリは、体性で生じる感覚的变化と内臓で生じる感覚的变化の2つの上位カテゴリに分類することができる。すなわち、【表出される変化】と【皮膚や筋肉の変化】は、体の表面、皮膚、骨格筋といった体性感覚として生じる体性神経系の変化であり、一方、【生理状態の変化】と【体内の不快感】は、身体内部の内臓感覚として生じる自律神経系の変化である。

中カテゴリごとに見ると、「体温上昇」、「心拍上昇」、「体内の不快感」の順に多く記述が得られ、いずれも身体内部で生じる変化を示していた。このことから、怒りを感じたとき、人は自身の内臓感覚の変化に比較的敏感である可能性が示唆された。中でも、「体温上昇」は、「心拍上昇」や「体内の不快感」の約3倍の回答数が得られた。日本語にも“はらわたが煮えくり返る”などの言葉があるように、様々な文化圏において、怒りを表現する言葉として“沸騰”を意味する比喩表現が多く用いられている（Kövecses, 2000）。体温の上昇は、文化を問わず、古くから知られている怒りの身体感覚といえる。Rimé et al. (1990)でも、怒りを感じた際の身体的変化として、心拍、体温の順で感じる変化の程度が大きいと報告されていることから、本研究で得られた結果は、怒りに伴って生じる顕著な身体的変化として頑健であるといえよう。

さらに興味深い点として、本研究では、Wallbott et al. (1986)の表出反応の項目には含まれなかった、怒り特有の表情や発声の変化に関する記述も得られ、怒りに特化した身体感覚の変化について、より包括的に捉えることができたと考えられる。春木(2011)によれば、表情の変化は、意識的（意図的）に行うこともできるが、もともとは反射的（無意識的、無意図的）に生じる変化である。発声もまた同様に、意識的に出すこともできるが、反射的に出る場合もある。表情や発声の変化は、怒りを感じていることを他者（さらには自己）に知らせるための重要な変化（警告信号）であるため（湯川, 2008）、無意識に生じる表情の変化に敏感であることは、自分の感情を的確に認知し、適応的に行動するうえで有利となる。自身の表情や発声の変化に対する敏感さに関しては、今後さらなる検討が求められる。

怒りの諸特性との関連

まず、怒りの喚起傾向は、強く怒りを感じる状況の記述数と正の相関がみられた。このことから、怒りを喚起しやすいほど、強く怒りを感じる状況について思い出しやすい、または多くの状況に対して強く怒りを感じていることが予想される。ASQを作成した van Goozen (1994) が、ASQを健常群の怒りやすさ（喚起しやすさ）を測定するための指標として作成したことから、怒りの喚起傾向と喚起状況との関連は十分考えられる。すなわち、怒りを喚起しやすい人ほど、多様な場面で怒りを感じる事が推測される。

次に、怒りの持続傾向は、強い怒りを感じた際の身体感覚の記述数と正の相関がみられ、弱い怒りを感じた際の身体感覚の記述数との間に負の相関がみられた。これは、怒りを持続しやすい人は、強い怒りを感じた際の身体感覚の変化に敏感である可能性が高い。一方で、弱い怒りを感じた際は、それに伴う身体感覚の変化に気づいていないという特徴が見られたが、弱い怒りを感じた際の身体感覚については、得られた記述数自体が少なかつたため、今回の結果から何らかの結論を導き出すことは早急であろう。

特筆すべき点は、怒りの喚起傾向と怒りの身体感覚、また、怒りの持続傾向と怒りの喚起状況との間には、有意な相関はみられなかったことである。この結果は、怒りの喚起傾向と怒りの持続傾向とが異なる怒りの側面であることを示唆するものである。個人の怒り傾向を、喚起傾向と持続傾向とに区別して検討した研究がまだ少ないため、この点に関してはさらなる検討が求められる。

本研究の限界と今後の展望

最後に、本研究の問題点についていくつか述べる。第一に、調査協力者が大学生であったことが挙げられる。特に怒りの喚起状況においては、対象者の年齢や職業の違いにより異なることが予想される。また、怒りを感じた際に生じる身体感覚についても、どのような感覚が生じるのかを知識として知っているというだけの可能性も高い。つまり、Rimé et al. (1990) で指摘されているように、実際の体験からではなく、既存の知識に基づいて回答していた可能性もありうる。したがって、本研究の知見の一般化可能性あるいは頑健性を確保するためには、今後、より幅広い年齢層を対象として検討を続けていく必要があるだろう。また、怒りの喚起状況や身体感覚はともに、文化や社会によっても異なる可能性が十分考えられる。将来的には、文化間比較

を行うことで通文化的普遍的な状況や感覚を抽出することや、文化間での異同を探索することで、怒りという感情をより詳細かつ精緻に知ることができるだろう。

第二に、怒りの諸特性との関連について分析と考察を行ったが、今回得られたデータはあくまでそれぞれ一項目同士の間の相関であった。そのため、分析結果が、使用した項目の内容に大きく依存し、各特性の傾向を適切にとらえていない可能性も考えられる。今後は、本研究のデータに基づいて怒りの喚起状況と身体感覚に関する尺度を作成し、これら怒りの諸特性との関連についても、より詳細かつ厳密に検討することが求められる。

引用文献

- Averill, J.R. (1982). *Anger and aggression: An essay on emotion*. New York: Springer-Verlag.
- Ax, A.F. (1953). The physiological differentiation between fear and anger in humans. *Psychosomatic Medicine*, **15**, 433-442.
- 春木 豊 (2011). 動きが心をつくる— 身体心理学への招待— 講談社
- 八田武俊・大淵憲一・八田純子 (2011). 日本語版怒り反すう尺度の作成 日本心理学会第75回大会発表論文集, 105.
- Kövöcses, Z. (2000). *Metaphor and emotion*. New York and Cambridge: Cambridge University Press.
- Novaco, R.W. (1994). Anger as a risk factor for violence among the mentally disorderd. In J. Monahan & H. Steadman (Eds.) *Violence and mental disorder: Development in risk assessment*. Chicago: University of Chicago Press. Pp. 21-60.
- 大淵憲一・小倉左知男 (1984). 怒りの経験 (1) : Averill 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.
- Pennebaker, J.W. (1982). *The psychology of physical symptoms*. New York: Springer-Verlag.
- Rimé, B., Philippot, P., & Cisamolo, D. (1990). Social schemata of peripheral changes in emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, **59**, 38-49.
- Shields, S.A. (1984). Reports of bodily change in anxiety, sadness, and anger. *Motivation and Emotion*, **8**, 1-21.
- Siegmán, A.W., & Smith, T.W. (1994). *Anger, hostility,*

- and the heart*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Stemmler, G. (2004). Physiological assessment: Conceptual, psychometric, and statistical issues. In G. Turpin (Ed.) *Handbook of clinical psychophysiology*. Chichester: Wiley, pp. 71-104.
- Sukhodolsky, D.G., Golub, A., & Cormwell, E.N. (2001). Development and validation of the anger rumination scale. *Personality and Individual Differences*, **31**, 689-700.
- 鈴木 平・春木 豊 (1994). 怒りと循環器系疾患の関連性の検討 健康心理学研究, **7**, 1-13.
- 鈴木常元 (2002). 大学生における抑うつと怒りを喚起する対人的状況 カウンセリング研究, **35**, 1-9.
- 鈴木常元・佐々木雄二 (1994). 不安, 抑うつ, 怒りの感情誘発場面の分析 筑波大学心理学研究, **16**, 255-262.
- van Goozen, S.H.M., Frijda, N.H., Kindt, M., & van de Poll, N.E. (1994). Anger proneness in women: Development and validation of the anger situation questionnaire. *Aggressive Behavior*, **20**, 79-100.
- Wallbott, H.G., & Scherer, K.R. (1986). How universal and specific is emotional experience? Evidence from 27 countries on 5 continents. *Social Science Information*, **25**, 763-795.
- 渡辺俊太郎・小玉正博 (2001). 怒りの感情の喚起・持続傾向の測定—新しい怒り尺度の作成と信頼性・妥当性の検討— 健康心理学研究, **14**, 32-39.
- 湯川進太郎 (編) (2008). 怒りの心理学—怒りとうまくつきあうための理論と方法— 有斐閣 (受稿3月30日：受理5月7日)