

不安, 抑うつ, 怒りを表す感情語の分析

筑波大学心理学系 鈴木 常元

An analysis of affect adjectives expressing anxiety, depression and anger

Tsunemoto Suzuki (*Institute of Psychology, University of Tsukuba, Tsukuba 305-8572, Japan*)

The purpose of this study was to investigate interrelationships among Japanese affect adjectives expressing anxiety, depression and anger. In a preceding study using Japanese language, these three affect categories were not found as distinctive categories. Japanese students were asked to imagine three emotional situations (anxiety, depression and anger). In each situation the students were administered a check list which consisted of affect adjectives expressing anxiety, depression and anger. These adjectives were analysed by factor analyses and cluster analyses. When those adjectives were analysed using data in all three situations, three distinctive categories emerged. However, when these adjectives were analysed using data in each situation separately, the depressive situation adjectives expressing depression were divided into two groups. One group expressing low energy was close to anger; the other group expressing mood disturbance was close to anxiety. These findings imply that depression is a complex emotion.

Key words: anxiety, depression, anger, affect adjectives, structure of affects.

不安, 抑うつ, 怒りといった感情は臨床心理学・精神病理学で最もよく扱われる感情である。それは, 不安神経症, うつ病などこれらの感情を中核とする疾患やこれらの感情を併せ持つ精神疾患が数多く存在するためである。しかし精神病理学的研究の中でも, これらの感情は複雑に絡み合っている。例えば, 不安症状と抑うつ症状は混在しやすく, ときに不安神経症とうつ病の鑑別, あるいはその連続性が問題にされてきた(e.g., 広瀬, 1979; 藤元・上島, 1992)。また抑うつと怒りに関しては精神分析のうつ病論がある。Abraham(1911)やFreud(1916)はうつ病の本態を「攻撃性の内攻」と捉えている。つまりうつ病は本来他者に向くはずの攻撃性が自己に向けかえられ, それが罪責感や自責となって表れると考えている。さらに, 近年脚光を浴びている境界性人格障害や自己愛人格障害でも抑うつ感とともに攻撃性の問題が取り上げられている。本研究ではこれら临床上, 問題として取り上げられることの多い, 不安, 抑うつ, 怒りについて, 感情語研究とい

う立場から検討した。そして特にその構造について着目した。

実証的な研究に目を向けると, これまで欧米を中心として数多くの感情測定質問紙が開発されてきた。その多くは感情を表す言葉を提示し, それへの反応を因子分析した結果に基づいている。Multiple Affect Adjective Check List (以下 MAACL: Zuckerman & Lubin, 1965)はその代表的なもので, 不安, 抑うつ, 敵意の3つの下位尺度から成り立っている。臨床的に重要な3つの感情を測定できるため, 臨床心理学関連の研究では好んで用いられてきたようである。しかし, Gotlib & Meyer(1986)が MAACL について分析し, 不安, 抑うつ, 敵意の3尺度間の相関係数は0.72から0.82と非常に高いことを報告している。このことから MAACL が3つの感情を分離して測定しているということを疑問視している。また Polivy(1981)も特定の感情(不安, 抑うつ, 怒りなど特定のものを引き起こす感情操作をした後, MAACL を施行した場合, 3つの下位尺度

の得点がいずれも高くなることを見いだしている。この結果をめぐって、感情操作の問題、測定尺度の問題、感情そのものの問題などが議論されている。しかしここではそれらの問題を省いて、「感情語の特性」という点に的を絞って考えてみたい。Russell (1980)は感情語そのものの境界が曖昧であり、1つの感情語が複数の感情と関連していることを取り上げている。そして、彼は複数の感情と関わる感情語を検討することによって、感情間の関連の強さがわかると考えている。この立場に立てば、上述の Gotlib & Meyer (1986)や Polivy (1981)の研究についてもそれほど否定的に捉える必要はないように思われる。つまり彼らの研究から不安、抑うつ、怒りを表す「各感情語の意味するところ」が、重なり合う部分の多いことがわかる。したがって、3つの感情の類似性が高いということを表すのであって、不安、抑うつ、怒りを分離して測定できない、ということを表すのではないと考えられる。

Russell (1980)のような立場に立てば、明確な感情カテゴリーの境界を設定することは容易ではない。しかし実際の感情現象を説明しようとする試みの中では何らかの形で感情カテゴリーを設ける必要がある。しかし誰もが共有できるような感情の分類法は困難であり、その研究者のおかれた立場によって、感情の分類法を決めるのが妥当であると思われる。その例として、臨床的な文脈の中では、不安、抑うつ、怒りという分類がこれまでに頻繁に用いられてきた。この分類の仕方は、臨床的文脈の中で有効であって、他の文脈で研究している者にとっては必ずしも有効ではないかもしれない。しかしこれまでの長い歴史の中でそのような分類の仕方が行われ、それをを用いて現象が記述されてきたのであるから、これを急に変えることは無理である。したがって、この分類法はこれから先もしばらくは続いて行くであろうし、そのために現時点でこの分類法を用いることは有効であると考えられる。

近年、我が国で、寺崎・岸本・古賀 (1992)が多面的感情状態尺度を作成している。その結果として、欧米の尺度と類似した感情因子が取り出されているものの、不安と抑うつが異なる感情因子として現れていない。寺崎らはこの結果を日本人と欧米人の違いとして捉えている。また Leff (1973, 1988)による比較文化的な感情研究でも非インド・ヨーロッパ語系の言語を使用する国では不安、抑うつ、イライラの区別が曖昧であることが指摘されている。このように感情語を用いた研究においては、日本をはじめとする非インド・ヨーロッパ語系の言語を使用する国では不安と抑うつを分離して捉えることは、困難

である。しかし臨床場面では、欧米でも我が国でも不安と抑うつとは別のものとして捉えている。このような状況に対して何らかの答えを得たいと考え、本研究を行うことにした。

これまでみてきたように、不安、抑うつ、怒りの3感情はその関連性が高く、実証的研究において分離して捉えることが困難であり、その傾向は日本をはじめとした非インド・ヨーロッパ語系の言語を使用する国において顕著であると言えよう。しかしこれらの3感情を臨床的に見た場合、区別して捉えることは依然として意味がある。そこで、本研究では、これら3感情と関連した感情語の分析を行い、3つの感情が分離可能であるかどうかについて検討することを第一の目的とした。また Russell (1980)は1つの感情語が複数の感情と関わっていることを示した。つまりそれぞれの感情語の意味は多義的である。そして彼の示したことをさらに発展させると、各感情語の意味は多義的であって、その状況によってその感情語が意味する部分の中でどの部分が強調されるかが、異なってくるのが考えられる。そこで状況による感情語構造の違いを明らかにし、それを元に3感情間の関連性について検討することを第二の目的とした。またこれまでの研究では授業中など感情負荷のあまりかかっていない状態で質問紙への回答を求めた研究が多い。しかし、感情語の研究である以上、感情負荷のかかった状態で研究されなければ意味がないと考え、本研究では可能な範囲で感情負荷を与え、回答を求めた。

予備調査

不安、抑うつ、怒りと関連した感情語を因子分析によって抽出する。不安、抑うつ、怒りの3つ異なる感情因子が出現しやすいように、因子分析の前に、まず、3感情それぞれの感情場面で高い得点を示す感情語だけを抜き出すという方法を用いた。また感情負荷をかける目的で、過去の感情経験を用いた。

方法

対象 大学生85名(男子41名, 女子44名)。

質問紙の構成 (a)不安, (b)憂うつ(抑うつ), (c)怒りの各感情場面毎に1枚ずつ質問紙が用意された。まずそれぞれの感情を感じた具体的場面を入力するように求めた。そして62の感情語が提示され、それぞれの感情語についてその場面で感じていた程度について、「全く感じていない」から「はっきり感じている」までの4件法(1点~4点)で評定を求めた。

用いられた感情語 寺崎ら(1992)が作成した多面的感情状態尺度の8尺度のうち、肯定的な感情を測定する3尺度を除いた5尺度、(a)抑鬱・不安、(b)敵意、(c)倦怠、(d)集中、(e)驚愕の各尺度からの50語に、状態-特性不安尺度(日本版：中里・水口, 1982)、ベックうつ尺度(日本版：中川・馬場, 1988)、顕在性不安尺度(日本版：阿部・高石, 1968)に出現する感情語を加えて、最終的に62語が用いられた。

結果

まず各感情語の評定平均値を3つの感情場面毎に算出した。そして1つ以上の感情場面で平均値が2.5点以上の感情語を不安、抑うつ、怒りと関連した感情語とした。その結果、計43語について以後の分析を行った。

3感情場面を合計した255(85×3)場面のデータについて因子分析を行った。主因子法による因子抽出を行ったところ、1以上の固有値をもつものは、第一固有値から順に、11.24, 8.99, 4.05であり、3因子を抽出して斜交プロマックス回転を行った(累積寄与率83.7%)。ここから最も高く負荷する因子と2番目に高く負荷する因子への因子負荷量の差が0.2以上の感情語のみを取り出すと、3つの因子にそれぞれ13語、12語、12語となった。そこで12語ずつに統制するために第I因子の13語の中で最も高く負荷する因子と次に高く負荷する因子との因子負荷量の差が最も小さいものを省き、計36語を残した。この36語について再び因子分析を行った。この場合も3因子での解釈が最も容易であり(累積寄与率87.1%)、その結果がTable 1, Table 2である。各因子ともそれぞれ12語が最も高く負荷している。そして各感情語毎に各場面での評定平均値を算出した。その結果、第I因子の12の感情語は怒り場面、第II因子の12の感情語は抑うつ場面、第III因子の12の感情語は不安場面それぞれ最も評定平均値が高かった。このことからこれらの感情語群の構成が妥当なものであることが窺える。第I因子は怒り因子、第II因子は抑うつ因子、第III因子は不安因子と名付けるのが妥当であると言えよう。これによって、本調査に用いる不安、抑うつ、怒りを表す感情語が決定した。

本調査

予備調査で得られた感情語を用いて、不安、抑うつ、怒りを表す感情語がそれぞれ独立した因子として出現するか否かを検討した。また、感情語の構造についても検討した。その際、複数の感情場面での

Table 1 感情語の因子分析結果

	因子		
	I	II	III
むっとした	.91	.06	-.05
かっとした	.89	-.06	-.02
おこった	.88	-.07	-.08
不機嫌な	.86	.28	-.10
憎らしい	.85	.07	.06
気分を害した	.84	.10	-.05
むしゃくしゃした	.82	.25	-.05
敵意のある	.78	-.19	.12
うらんだ	.78	.18	.14
攻撃的な	.74	-.27	.14
イライラした	.69	.25	.07
挑戦的な	.61	-.35	.17
沈んだ	-.04	.75	.13
ふさぎこんだ	-.00	.72	.15
無気力な	-.01	.72	-.29
くよくよした	-.13	.71	.18
だるい	.02	.70	-.30
憂うつな	.01	.69	.04
つまらない	.17	.64	-.28
物悲しい	.13	.60	.19
疲れた	.21	.55	-.01
引け目を感じている	-.00	.53	.24
悲観した	.08	.51	.15
ほうぜんとした	.09	.50	.24
緊張した	.03	-.14	.81
張りつめた	.24	-.14	.77
どきどきした	.01	-.12	.75
懸命な	.08	-.09	.68
真剣な	.14	-.22	.68
動揺した	.07	.15	.67
あせった	.00	.21	.61
びくりとした	.02	.08	.61
心配な	-.23	.33	.61
おろおろした	-.12	.32	.59
不安な	-.33	.32	.58
落ち着かない	-.02	.29	.51

Table 2 因子間相関

因子	因子		
	I	II	III
I	—		
II	.10	—	
III	-.02	-.29	—

感情語因子の安定性および感情場面による感情語構造の変化について調べた。なお、予備調査において「不安」と「憂うつ(抑うつ)」の違いがわかりにくいと複数の対象者から指摘されたため、本調査では調査者が予め、場面を設定して調査を行った。

方法

対象 大学生183名、有効回答数178名(男子69名、女子109名)。

質問紙の構成 (a)不安, (b)抑うつ, (c)怒りの各感情場面毎に1枚ずつ質問紙が用意された。予め用意された場面に対して、予備調査と同様に4件法で回答が求められた。

用いられた場面 鈴木・佐々木(1993)が不安、抑うつ、怒りの各場面を収集し分析しているが、その中から不安場面、抑うつ場面、怒り場面として適当なものを選択した。提示された場面は以下の通りである

1)不安場面 授業で英語の作文を読むことになった。自分はいまよく書けていないが、先生に当てられるかも知れない。

2)抑うつ場面 バasketボールをしていて、簡単なシュートを落としたり、他人の邪魔になってしまった。

3)怒り場面 もともと嫌いな人物にあることを注意したら「お前なんかそんなこと言われたくない、バカ」と言われた。

用いられた感情語 予備調査で得られた36語が用いられた。そして第Ⅰ因子に最も高く負荷した12の感情語を「怒り語」、第Ⅱ因子に最も高く負荷した12の感情語を「抑うつ語」、第Ⅲ因子に最も高く負荷した12の感情語を「不安語」として行った。

結果

因子分析 予備調査の結果を再確認するために、全場面のデータを用いた分析を行った。また、感情因子の安定性を検討するために、不安、抑うつ、怒りのそれぞれの感情場面ごとに分析を試みた。

1)全場面 予備調査と同様の方法、つまり3感情場面を合計した534(178×3)場面のデータについて主因子法—斜交プロマックス回転による因子分析が行われた。その結果、予備調査と同様に3因子での解釈が最も適切であると考えられた。またその結果から、12語ずつの3グループに分類され、その内容も予備調査と同じであった。このことからこの方法では、不安、抑うつ、怒りの3つの感情因子が出現することが再確認された。

2)場面ごとの分析 各感情場面ごとのデータについても主因子法—斜交プロマックス回転によって因子分析を行った。ここでは、3因子が出現すること

を仮定していること、および感情場面による因子構造を比較するために、全て3因子を抽出して分析を行った。その結果、怒り場面では予備調査および全場面での分析と同じような結果となった。しかし、不安場面・抑うつ場面では不安語を中心としてそこに抑うつ語の一部が混じる因子と怒り語を中心として抑うつ語の一部が混じる因子の2つの大きな因子が出現する傾向にあった。不安場面と抑うつ場面の因子構造はほぼ同様であり、ここでは抑うつ場面での結果のみ Table 3に示した。ここからもわかるように、抑うつ語は不安語を中心とする因子と、怒り語を中心とする因子に分離してしまい、独立した因子としては現れていない。内容としては、「くよくよした」、「憂うつな」といった心理的な落ち込みを表す抑うつ語が不安を中心とした因子に属し、「つまらない」、「疲れた」、「だるい」といった倦怠感を表す抑うつ語が怒りを中心とした因子に属す形となっている。これによって、3つの感情語の因子が不安定であることが窺え、感情語間の関係についてより詳細に分析するために、クラスター分析を行った。

クラスター分析 感情語間の相関関係が状況によって異なり、それによって感情語の構造が違ってくると思われる。そこで、相関係数に基づくクラスター分析を行い、感情語の構造を詳細に検討することにした。クラスター分析では、因子分析のように研究者の任意で因子数を指定するというような手続きがないので、状況間の比較には適していると考えられたからである。

1)全場面 3感情場面を合計した534(178×3)場面のデータから感情語間の相関係数を算出し、その値を類似性の指標としてクラスター分析を行った。最短距離法、最長距離法、平均距離法、ワード法で分析を行った結果、ワード法での結果が最も明確な結果を示した。大きく3つのグループに分類され、その内容は、各グループ12語ずつで、因子分析の結果と同様に、不安語、抑うつ語、怒り語の各グループが出現した。なお、ワード法は、本来ユークリッド距離の自乗値に適用されるが、ここでは形式的に適用した。

以下、各感情場面毎に分析を行ったが、クラスター分析の方法を統一するため、ワード法での分析のみを行った。

2)不安場面 不安場面についてのデータのみから相関係数を算出し、クラスター分析を行った。一部の感情語を除いて、ほぼ不安語、抑うつ語、怒り語に分かれたとあってよい結果が得られた。ここでは抑うつ語は不安語に比して、怒り語に近い位置に

Table 3 抑うつ場面での感情語の因子分析結果

項目	因子		
	I	II	III
不安な	.79	-.06	.15
心配な	.76	.04	.15
おろおろした	.71	-.07	-.00
くよくよした	.68	.07	-.23
落ち着かない	.66	.16	.09
憂うつな	.66	.19	-.23
どきどきした	.66	-.06	.27
動揺した	.64	-.06	.03
張りつめた	.63	.06	.42
沈んだ	.62	.12	-.26
ふさぎこんだ	.62	.12	-.27
緊張した	.61	-.22	.31
あせった	.61	-.03	.21
引け目を感じている	.59	.10	-.14
物悲しい	.58	.14	.03
悲観した	.56	.13	-.10
びくりとした	.52	-.01	.08
ぼうぜんとした	.48	.13	.02
むっとした	.10	.77	-.07
おこった	.14	.74	.12
不機嫌な	.02	.71	-.18
憎らしい	.06	.66	.13
かっとした	.01	.65	.22
敵意のある	.10	.59	.29
気分を害した	.15	.59	-.09
うらんだ	.12	.57	.02
イライラした	.16	.56	.16
むしゃくしゃした	.13	.52	.01
つまらない	.11	.51	-.19
疲れた	.28	.49	-.05
だるい	.25	.44	-.10
無気力な	.30	.33	-.21
真剣な	.28	-.13	.73
懸命な	.29	-.13	.73
挑戦的な	.27	.37	.63
攻撃的な	.25	.50	.60

あった。また抑うつ語は、心理的落ち込みを表すグループと倦怠感を表すグループに分かれる傾向にあった(Fig. 1)。

3)抑うつ場面 抑うつ場面についてのデータのみを使って相関係数を算出し、クラスター分析を行った。大きく2つのグループに分類された。1つめのグループは不安語を中心としたものでそこに抑うつ

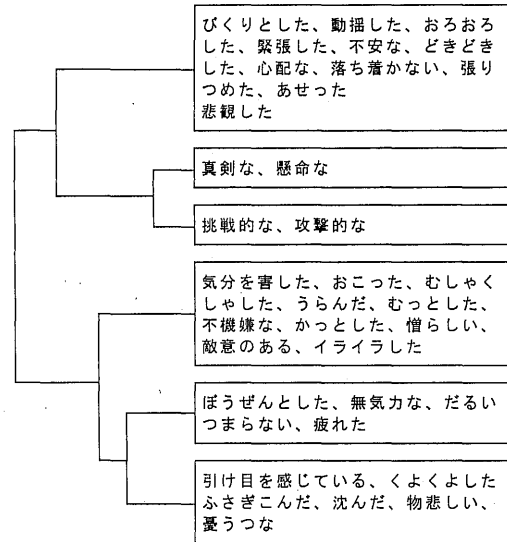


Fig. 1 不安場面でのクラスター分析結果

語が混じっている。2つめのグループは怒り語を中心としたものでそこに抑うつ語が混在している。抑うつ語の中で不安を中心としたグループに属しているのは「悲観した」、「憂うつな」、「くよくよした」、「沈んだ」など心理的な落ち込みを表すものであった。そして抑うつ語の中で怒り語を中心としたグループに属しているのは「無気力な」、「だるい」、「つまらない」、「疲れた」など倦怠感を表す感情語であった(Fig. 2)。

4)怒り場面 怒り場面についてのデータのみを用いて相関係数を算出し、クラスター分析を行った。その結果、不安語、抑うつ語、怒り語の各グループが分離して出現し、抑うつ語は、怒り語に比して不安語に近い位置にあった。またここでも抑うつ語は、心理的落ち込みを表すグループと倦怠感を表すグループに分かれる傾向にあった(Fig. 3)。

考察

本研究の第一の目的は、不安、抑うつ、怒りの3感情が分離して捉えることが可能であるのかということであった。結論から言えば、「ある程度」可能であった、と言えるであろう。予備調査や本調査の全場面での因子分析・クラスター分析の結果のように、3つの感情場面を併せて分析した場合には、分離可能であった。しかし、不安場面や抑うつ場面など特定の感情場面では分離可能でなかった。そういった意味では、調査方法あるいは分析方法によっては、分離可能であると言える。「ある程度」分離可能であると述べたが、そのことはこれら3感情の

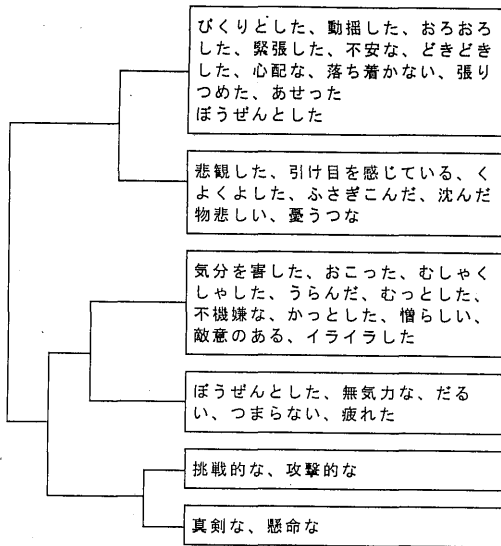


Fig. 2 抑うつ場面でのクラスター分析結果

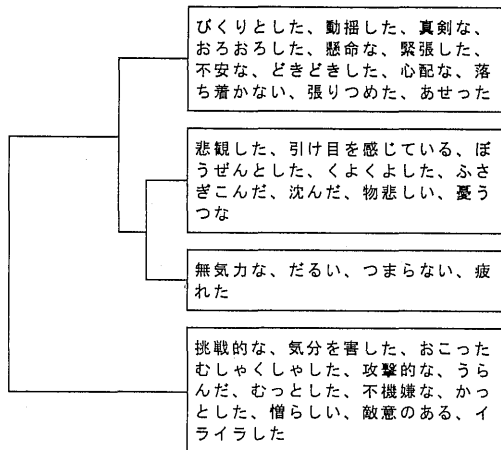


Fig. 3 怒り場面でのクラスター分析結果

感情語構造が安定していないことを意味している。それについては「感情であるがゆえに」と考えられる。つまり感情は形のないものであり、対象化することが困難である。そのために、構造が不安定で条件によって変化すると考えられる。むしろ、条件によって変化するというのが、感情を研究対象とする際、当然の結果と言えるのではないだろうか。

第二の目的は、状況による感情語構造の変化から不安、抑うつ、怒りの相互関連性について検討することであった。本調査によると、抑うつ語は、不安場面では怒り語に近く、怒り場面では不安語に近く

なっている (Fig.1 および Fig.3)。状況によって、抑うつ語の位置関係が変化していた。さらに、抑うつ場面では、抑うつ語のグループが解体し、不安語と怒り語のグループに吸収されている (Fig.2)。これらのことから不安語や怒り語は比較的安定したまとまりをもっているが、それに比して抑うつ語は不安定であることが窺える。抑うつ場面での抑うつ語の分かれ方が特徴的であるので、その内容を見ると、不安語に混じっているのは「悲観した」、「引け目を感じている」、「くよくよした」、「ふさぎこんだ」、「沈んだ」、「憂うつな」などで、怒り語に混じっているのは「無気力な」、「だるい」、「つまらない」、「疲れた」などである。心理的な落ち込みを表すものが不安語に、心身の倦怠感と関連したものが怒り語に吸収されている。また不安場面・抑うつ場面でも、抑うつ語は心理的な落ち込みと倦怠感に分かれる傾向にあった (Figure 1 および Figure 3)。今回の研究によって、抑うつ語はある程度のまとまりをもっているものの、不安に近いものと、怒りに近いものとに分けられた。これらは抑うつ語群は感情語群としてまとまりの弱いものであることを示している。また抑うつそのものが複雑で、多様なものから成り立っていると考えることもできる。

本研究の結果からは、感情語群の構造は不安定でそれが変化しえることが明らかになった。Russell (1980) は、感情語の境界が曖昧であること、そしてそのことを利用して感情間の親近性について研究できるとしている。本研究は彼の立場と近いものであり、感情語群の構造が曖昧で、それが変化することを示した。そしてそれによって感情間の親近性について検討できることを例示した。今後、さらにさまざまな状況を設定し、状況と感情語構造の関係についてさらに詳細に検討していく必要があると考えられる。

引用文献

- 阿部満州・高石昇 1968 顕在性不安検査(MAS), 三京房
- アブラハム K. 下坂幸三・前野光弘・大野美都子(訳) 1993 躁うつ病およびその類似状態の精神分析的研究と治療のための端緒 アブラハム論文集 岩崎学術出版社 Pp.1-18.
- (Abraham, K. 1911 Notes on the psychoanalytic investigation and treatment of manic-depressive insanity and allied conditions. *Karl Abraham, Selected papers on psycho-analysis*. London : Hogarth

- Press, 1973)
- フロイド S. 加藤正明(訳)1969 悲哀とメランコリー 改訂版フロイド選集10 日本教文社 Pp123-146.
(Freud,S. 1916 Trauer und Melancholie. Zeitschrift für Psychoanalyse. Bd. IV)
- 藤元ますみ・上島国利 1992 うつ病と不安 臨床精神医学, **21**, 691-695.
- Gotlib,I.H.,& Meyer,J.P. 1986 Factor analysis of the multiple affect adjective check list: A separation of positive and negative affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, **50**, 1161-165.
- 広瀬徹也 1979 不安と抑うつ—“不安発作—抑制型” うつ病をめぐって— 飯田真(編)躁うつ病の精神病理3 弘文堂 Pp79-105.
- Leff,J.P. 1973 Culture and the differential of emotional states. *British Journal of Psychiatry*, **123**, 299-306.
- レフ J.P. 森山成楳・朔 元洋(訳) 1991 地球をめぐる精神医学 星和書店
(Leff,J.P 1988 *Psychiatry around the globe — A transcultural view*. London : Gaskell.)
- 中川賢幸・馬場英三 1988 心理検査—診る・看る入門 ベックうつ尺度 こころの臨床・ア・ラ・カルト九月号, 307-310.
- 中里克治・水口公信 1982 新しい不安尺度 STAI 日本版の作成 心身医学, **22**, 107-112.
- Polivy,J. 1981 On the induction of emotion in the laboratory: Discrete moods or multiple affect states. *Journal of Personality and Social Psychology*, **41**, 803-817.
- Russell,J.A. 1980 A circumplex model of affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, **39**, 1161-1178.
- 鈴木常元・佐々木雄二 1993 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.
- 寺崎正治・岸本陽一・古賀愛人 1992 多面的感情状態尺度の作成 心理学研究, **62**, 350-356.
- Zuckerman,M.,& Lubin,B. 1965 *Manual for the Multiple Affect Check List*. San Diego, California: Educational and Industrial Testing Servis.
—1997. 9. 30 受稿—