

第7章 全体の考察

第7章 全体的考察

第7章では、第1章での研究の問題意識を含め、第2章から第6章までの実証的研究のなかで得られた結果によって、どういう知見が得られたのか、本論文の限界点と問題点は何かについて、いくつか具体的に考察し、今後の課題について検討する。

第1節では、中学・高校生の「感情表出の制御」に関して得られた、本論文での新しい知見を概観し、その知見によるこれまでの教育や社会での「感情表出の制御」に関する観念を再検討し、その意義を提供したい。

第2節では、本論文での実証的研究における限界点と問題点について考察することによって、今後の「感情表出の制御」に関する研究の課題について検討する。

第1節 本論文のまとめ

これまでに感情表出の制御は、社会的生活を営む上で必要なものであるという一般的観念があった。実際の間人間関係の中でも、感情表出の制御は相手に不快な思いをさせないため、またはこれまでのような円満な関係を維持するためなどの向社会的理由で行われたり、自分の利益のためにや自分を守るための自己保護的理由で行われる場合が多い。一見、感情表出の制御を行うことは、自分の感情をよくコントロールできる成熟した人間の行動パターンであるように思われる。しかし、そのことについての判断は、程度の問題および相手や場面などを含んだ状況の問題とともに考える必要がある。また、感情表出の制御をポジティブな面としてとらえる時、他者と感情表出の制御を行っている本人のどちらの視点に立つのかの問題を考える必要がある。

人間は社会的存在であるため、社会での適応や評価などが個人の内的・心理的適応に影響を及ぼし、また個々人の適応感が集合して社会的全体の適応感に繋がるので、個人と社会は相互作用的役割を果たしていることは言うまでもないが、しかし必ずしも両方が同じ方向に向いて調和しているわけではない。すなわち、個人の内面的心理状態が十分に満たされており、精神的安定感や満足感を感じているが、周囲の社会や文化の要求・期待には応えていない場合がある。また、その反対の場合も考えられるのである。感情表出の制御の場合、それが社会的に適応的な行動パターンであるとしても、個人の内的・心理的面において適応的とは限らない。また、社会的適応という面から見ても、相手との葛藤が生じそうな時はすぐ、相手に合わせたり、不愉快な時でも笑うなどの感情表出の制御を多く行う人の場合、はたして社会的に合理的であると言えるのかも疑問であるが、本論文では、個人の心理的適応に焦点を合わせているので、これ以上、社会的適応に関する議論は避けるこ

とにする。

人間というのは、対人関係において相手とのバランスのとれた付き合いを好み、相手との関係において自分の地位が適当なものであれば、安心感を持ち、楽しい人間関係を結ぶことができるが、自分の地位が低過ぎると不安や恐怖を感じ、自分の地位が高過ぎると罪悪感や後ろめたさを感じたりする。すなわち、一方的に自分の感情を主張できず、我儘ばかりしていたり、相手に合わせてばかりしていることは、意識的にせよ無意識的にせよ、不適応感を有することが考えられる。特に人間関係の中でも、友人関係は他の人間関係より相互的で平等な関係であり、青年にとって友人というのは、バランスのとれた成熟的な人間関係を学んでいくために最も適したパートナーである。

本論文では、このような性質をもっている青年期の友人関係に関して感情表出の制御がもつ意味を内的・社会的適応感という観点から検討を行った。また、感情表出の制御に影響を及ぼす要因について検討した。本節では、本論文で得られた知見について全体的に考察してみることにする。

1. 感情表出の制御と内的・社会的適応感との関係について

これまで、感情表出の制御についての一般的認識は好ましい社会的スキルであるというポジティブな面が強調されて考えられてきた。しかし、個人の内面の精神的健康および社会生活や他者との関係における適応感・満足感といったような個人内の心理的適応面からの報告が見当たらなかった。

本論文の研究4から研究8まで、感情表出の制御と内的・社会的適応感との関連について検討した結果、感情表出の制御を多く行うことは自尊感情、ストレス、キレ衝動および友人関係の満足感において、望ましくないことが明らかにされた。また、充実感と学校適応との関係においては、感情表出の

制御の種類によって異なる結果が得られたが、男子は同調のための感情表出の制御を多く行うことによって、友人と同じ感情を共有しているということで充実感を感じるのに対し、女子は自分の感情を抑制せずに表すことによって、充実感を感じるという結果が得られ、友人関係のどのようなところで「生活の楽しさ」を感じるかについての性差が明らかになった。学校適応および仲間志向による学校生活類型と感情表出の制御との関係においては、学校生活の適応型は「八方美人的制御」を除いて他の群より感情表出の制御を少なく行い、勉強型と孤立型は「非仲間志向的制御」、逸脱型は「同調のための強制的制御」を多く行うことが明らかにされ、生徒の学校生活類型と感情表出制御との関係が明らかになった。問題行動念慮との関係においては、「自己抑圧的制御」を除いて、全体的に感情表出の制御を中ぐらい行う生徒がそうでない生徒より問題行動を起こしたいと思うことが少ないという結果であった。問題行動を起こしたいとどのくらい思っているかは攻撃性などの性格要因が強く影響しており、攻撃的な人は大体の場合、自分の行動や感情をコントロールすることが少なく、感情表出の制御も少なく行う。このことが感情表出の制御を少なく行う人が問題行動を起こしたいと思うことが多いという結果に繋がったと推測される。

しかし、最近起こっている「キレ」などによる青少年の暴力を起こす子どもの中には、普段自分の感情を出さないような子どもが多いという報告が多い。女子において感情表出の制御を多く行うことが家出や親への暴力について考えることが多いという結果は、感情表出の制御を多く行うことによるストレスやフラストレーションなどが、問題行動に繋がるだろうという、本研究の最初の予測を少し裏つけたが、明確な結論は言えない。感情表出の制御を多く行う生徒は「どこかにこの気持ちをぶつきたい」または「キラしたい」という衝動が高い状態に達しており、何かちょっとしたことでキレてしまい、

問題行動が行われると考えられるにしても、普段冷静な状態で問題行動を起こしたいと意識的に思うことは少ないのかも知れない。さらには、感情表出の制御が内的適応感においては望ましくなくても、その不適応感が問題行動を起こすことを意識させることにまでは繋がりにくいのかも知れない。今後は問題行動そのものに焦点を合わせ、問題を起こした青少年を対象とし、問題行動の原因とプロセスを探ることによって、感情表出の制御と問題行動との関係をより正確にとらえることが課題である。自我同一性との関連においては、感情表出の制御を多く行うことが自我同一性において望ましくないことが明らかになった。

以上の結果はこれまでの感情表出の制御に関して、新しい観点と知見を提供するものと見なされる。

2. 感情表出の制御に影響を及ぼす性格特性と対人態度タイプについて

以上の結果から、感情表出の制御を多く行うことが内的・社会的適応感からみて望ましくない特徴であることが明らかにされた。では、どうして感情表出の制御を多く行うのか、どういう性格をもっている人が感情表出の制御を多く行うのかについて、本論文の研究9で実証的研究を行った。その結果、「対人関係の未熟さ・服従的・シャイ」な性格の over controlar は抑制的制御と「非仲間志向的制御」を多く行い、「攻撃的・短気・外向的」な性格の under controlar は「同調のための強調的制御」のように友人に同調するために怒りやイライラを強めて表すことが明らかになった。

感情表出の制御の中でも「非仲間志向的制御」は他の4つの感情表出の制御とは異なる性質をもっていることが考えられる。すなわち、他の4つの感情表出の制御は相手の友人との関係に表面的な葛藤を起こさないとされる

制御であるのに対し、「非仲間志向的制御」は友人にネガティブにばかり接することになるので、人間関係に亀裂が生じやすいと思われる制御である。しかし、その個人の中では、合理的か非合理的かまたは意図的かそうでないかに関わらず、そういう感情表出の制御を行う理由があるはずである。性格特性との関連から見られた結果で、over controlar が抑制的制御を多く行うという結果は予測できる結果であるが、over controlar が「非仲間志向的制御」の正の予測子であるということは「非仲間志向的制御」を多く行う青年に対する理解を深めてくれる結果であった。

また、研究10で、感情表出の制御と対人態度タイプとの関係を検討した結果、LH 群（親和欲求：低、シャイネス：高）の方が HL 群（親和動欲求：高、シャイネス：低）より感情表出の制御を多く行うことが明らかになった。特に、「八方美人的制御」および「非仲間志向的制御」においては、HH 群（親和欲求：高、シャイネス：高）も LH 群（親和欲求：低、シャイネス：高）と同様に、HL 群（親和動欲求：高、シャイネス：低）より感情表出の制御を多く行うことが明らかになった。これらの結果の中で LH 群（親和欲求：低、シャイネス：高）の方が HL 群（親和動欲求：高、シャイネス：低）より感情表出の制御を多く行うという結果は、対人関係が苦手な最近の青年が機械文明の発達で友達と一緒にいなくても退屈しないし、友人との関係においては密接な関わりより、表面的で摩擦を起こさないような接し方を好み、感情表出の制御を多く行うという理解と符合している。また、「八方美人的制御」および「非仲間志向的制御」において感情表出の制御を多く行う青年の中には、親和欲求が低くシャイネスが高い人とともに、人と一緒にいたいという親和欲求が高いのに人との関係に自信がもてなく不安が高いシャイネスの高い人がいた。この「非仲間志向的制御」を多く行う人の中には、友人と一緒にいたいのにそれに対する不安が高い人がいるという結果は、友達に

ネガティブにばかり接している青年に対する介入の際に、その人が友人関係に対してもっている不合理的考え方（例：「人に好かれなければいけない」、「自分の欠点を人に見つけられるのは恐ろしいことだ」）や行動の消極性などについて注目することの有効性を示唆するものと考えられる。

3. 柔軟性が感情表出の制御と適応感との関係に及ぼす影響について

日本人は感情を表出しない民族だと、知られている。少なくとも基本的感情の表出は生得的で、世界共通なものであるが、複雑に混合した感情を抑制して、表情で示すことは後天的に学習されたものだとされている。子どもは成長していく過程で、表現の程度を加減することを、知らず知らずに身につけていくことになる。

しかし、そのわずかな変化による違いを見分けて、他者の感情を察知できるようになるということは難しいことである（福井，1991）。そのうえ、本音とたてまえを使い分けて生活しなければならない日本の社会では、感情表出の制御を成熟した対人スキルと見なす傾向が強い。このように複雑に入り込んだ高度な行動が要求される社会では、そのような難しい場面を避け、コミュニケーションの混乱を引き起こす恐れから身を引こうとし、正直な感情の表現をためらう人、すなわち感情表出の制御を多く行う人も出てくるのであろう。また、相当洗練された対人スキルをもっており、状況に応じた行動ができる人で、自分の感情を表すこともできるが、「この場面では感情を出さない方がいい」と判断し、感情表出の制御を多く行うという人もいる。この後者の人はいつも自分の感情をため込んでいるのではなく、状況をみて適切なときに、自分の感情を出せる人である。すなわち、柔軟性をもっている人である。

そこで、本論文の研究 11 では、感情表出の制御を多く行う人がみな、内的・社会的不適応感を有するものではなく、感情表出の制御を多く行っても柔軟性の高い人は適応感をもっているのではないかと考え、柔軟性が感情表出の制御と内的・社会的適応感との関係に及ぼす影響についての検討を行った。その結果、感情表出の制御を多く行う人の中でも高い柔軟性をもっている人は、柔軟性の低い人と比べて、内的・社会的適応感の得点が高いことが明らかになった。また、同じ水準の柔軟性の中で、感情表出の制御と適応感との関連においては、感情表出の制御を多く行うことがそうでない群より適応感が低いことが明らかになった。

自分の中の適応感という観点からは、感情表出の制御を少なく行い、柔軟性の高い人が最も適応感が高いという結果が得られたが、感情表出の制御を多く行うことによって、対人関係の摩擦が減り、自分が適切だと思う場で、その制御された感情を表出できるような柔軟的な行動が、日本社会での内的・外的適応という面からみると、最も適切な行動パターンかも知れない。

4. 学校と社会が志向すべきことについて

以上、本論文で得られた知見について概観し、考察した結果、感情表出の制御は程度の問題が重要であり、感情表出の制御を多く行うことは、over control および under control の性格と関連すること、また、低い親和欲求と高いシャイネスあるいは高い親和欲求と高いシャイネスからの影響が考えられ、そして内的・社会的不適応感と関連することが明らかになった。ただし、感情表出の制御を多く行う場合でも柔軟性の高い人は、それほど内的・社会的不適応感を経験しないことも明らかになった。

これらの結果を総合すると、いつもあらゆる感情を表出し、表出の制御を

全然行わないことがいいというものでなく、自分の精神的健康上また長い目でみた将来の人間関係の形成および維持のためにも、自分の感情をある程度表すことが必要である。友人から何を言われ、どんな扱いをされても反応がなかったり、笑ってばかりしている人、または、いつも友人が言っていることに同調して同じことを感じているように表す人は、その場での摩擦は避けられるかも知れないが、どんどん付き合いが長くなるにつれて、周囲の人から「何を思っているのか、どういう人がわからない」という評価を受けやすい。また、感情表出の制御を多く行っている人は、実際に怒り、イライラ、喜びを感じているのに隠したり、反対に何も感じていないのに怒り、イライラなどを表したりすることを長く続けると、そういうイメージに定着してしまい、ずっと自分が作った架空の人物でいなければならず、内的適応感を保てなくなるであろう。また、相手の人からみれば、自分が何を言っても傷ついたり、怒っている様子を見せないから、そういう接し方を変えないし、感情表出の制御を多く行う本人は自分の感情を表出しないかぎりずっと嫌な思いをすることになりかねない。当然、友人との関係に疲れてしまい、対人関係自体を避けたくなり、友人との関係形成および関係維持においても望ましくないことが考えられる。ただし感情表出の際、自分の感情を表出する方法やスキルについては工夫が必要であろう。

東洋社会には封建制度による社会秩序の維持と、そのための人間関係が残存している場合が多く、日本人の対人関係においては、感情面における自他の区別が西洋人ほどははっきり確立されていないと指摘されている。東洋の他の国においても類似した傾向が見られる。こういう社会や文化が長く続いてきているので、東洋人は自分を主張し、表すことが下手であり、また、その方が慎み深く、礼儀正しいという印象で、社会の価値観にフィットしているようにも思われる。

しかし、時代の変化とともに、現代の青年の生活スタイルも考えも一昔前とは違う。西洋の自由で個人主義的な文化や独在論的な自我意識が入ってきて、西洋の価値観の影響を大分受けている。また、少子化によって、親の関心、干渉が多くなっており、子どもの小さな悪（いたずら、手抜き）などは許されず、「いい評価」をもらうために学校や塾でがんばり続ける姿も少ない。息抜きのできない生活である。さらに、コンピュータゲームなどで友達と遊ばなくても十分娯楽を楽しめる。現代の青年はまさしく、物質的豊かさで精神的貧困の中に生きている。

感情表出の制御を多く行い、自分を慎み、本音とたてまえを使い分けるスキルをもっていることが成熟な人間像であると見なされた社会的価値観をもつ既成世代においては、人間関係に濃密なものが存在し、そこでのストレスを酒場で上司の悪口を言い合ったり、主婦同士でお茶をのみながら夫の悪口や人の悪口を言ったりして、それなりの解消をしたであろう。しかし、今の青年にはそういう心の余裕もそういう場所も許されていないように思われる。すなわち、時代の変化とともに感情表出の制御の意味合いも変わってきたのではなかろうか。

現代青年に既成世代の価値観を要求することは適切ではない。感情表出の制御の問題や対人関係回避の一つの解決策として、学校では、感情表出の制御を行う場面において、どのような表現の仕方でも自分を主張しながら相手との関係も守れるかについての感情表出スキルを教えることが必要であろう。また、相手の言動によって不愉快であることを表現したり、相手と違う感情を感じているとしても、それが相手を否定したり拒否したりすることにはならないという認識を広げること、そしてそのことを受容し合える社会の雰囲気づくりが望まれる。

第2節 今後の課題

本論文では、感情表出の制御と他の変数との関係の検討において、感情表出の制御の5つの下位尺度別に分析を行った。その5つの側面の内容は、「八方美人的制御」、「非仲間志向的制御」、「自己抑圧的制御」、「同調のための抑制的制御」、「同調のための強調的制御」の5つである。これらの5つの下位尺度別に関連変数との関係を検討することによって、性格の異なるそれぞれの感情表出の制御の特徴が明らかになった。しかし、実際人が感情表出の制御を行う場面を考えると、感情表出の制御の下位尺度間の組み合わせによる制御スタイルが考えられる。例えば、すべての側面で感情表出の制御を多く行うスタイルもあれば、「八方美人的制御」は多く行うが「非仲間志向的制御」と「同調のための強調的制御」は行わないスタイルなどである。本論文では、このような感情表出の制御のスタイルを扱わなかったが、今後、感情表出の制御の各側面間の組み合わせによるスタイルの有用性を検討することが必要である。

また、本論文では、内的適応をさらに内的適応感と社会的適応感に分類し、感情表出の制御との関係を検討した。本論文での実証的研究によって、感情表出の制御と内的適応との関係は明らかになったが、社会的適応との関連性は検討されていない。第1節で、感情表出の制御を多く行う人は、周囲の人から「何を思っているのか、どういう人がわからない」と評価される可能性があること、そして自分が作った架空の人物を演じ続けることに疲れてしまい、対人関係自体を避けたくなり、友人との関係形成および関係維持において望ましくない可能性があることについて言及したが、それは予測の域を脱していない。社会的存在である人間にとって社会的適応が重要であることは言うまでもなく、感情表出の制御と社会的適応との関連性は、今後検討すべ

き課題であろう。

最後に、本論文では感情表出の制御の規定要因として、性格特性や対人態度を取り上げて検討を行ったが、その背景にあるより根本的な要因として親の養育態度や家族成員の感情表出に関する意識や雰囲気などの一次的規定要因について検討することは、感情表出の制御の形成のプロセスを究明するうえで重要であることを指摘しておきたい。