友人とのつきあい方によるネガティブな感情表出の抑制の動機と友人関係の満足感との関係

田中彩乃*・田邊敏明

Friendship goals and motives for regulating negative emotional expressions on friendship satisfaction

TANAKA Ayano, TANABE Toshiaki

（Received September 25, 2015）

Relationship between the goals of friendships and motives for regulating negative emotional expressions (NEE) on satisfaction with friendships was investigated. University students (N = 160) responded to questionnaires assessing three variables, friendship goals, motives for regulating negative emotional expressions, and friendship satisfaction. Cluster analysis for estimating the friendship goals extracted three clusters: Self-defensive group, Active communication group, and Non-attention to others group. The self-defensive group regulated NEE by considering others in physically harmful situations (i.e., spilling something on my dress and not apologizing) and by maintaining relationships with others in verbally harmful situations (i.e., saying nasty things). The active communication group regulated NEE by not abandoning mutual understanding in verbally harmful situations and demonstrated a satisfaction with the friendship. The Non-attention to others group regulated NEE through solving problems by themselves and not maintaining friendships with others in physically harmful situations. These results indicated that regulating NEE with the hope of mutually communicating with friends resulted in high satisfaction with friendships, whereas, regulating NEE by burdening friendships did not result in a high satisfaction.

Keywords: regulating emotional expressions, motives for regulating, friendship goal, friendship satisfaction

問題と目的

日常生活において、我々は様々な感情を有して生活している。一人でいる際はもちろんだが、他者と関わる際にも様々な感情が生じる。しかし、生じた感情をすべてそのまま相手に表しているわけではない。自分に感じた感情よりも強めて表したり、逆に弱めて表したりしている。感情を表さない場合もあるだろう。崔・新井（1997）は「社会的場面において経験した感情

＊山口市教育委員会教育支援センターあすなろ第２教室　平成24年度山口大学教育学部実践臨床教育課程教育心理学コース卒業生

をそのまま表さず、強めたり、弱めたり、他の感情に置き換えたりして、本来とは異なる形にして表すこと」を「感情表出の制御」としている。

特に青年期は、心理的離乳の途上にあり、対人関係の中心が、児童期までの親子関係から友人関係へと移行する時期である（長沼・落合，1998）。青年期の友人関係について把握するために、日本の中高生男女を対象に、友人とのつきあい方について調査が行われている（総務省青少年対策本部，1991）。その結果、「友人と一緒にいると安心できる」と回答する者が86.4%と一番多かったが、次いで、「友人とはなるべく言いあったり、争いごとをしたりしないようにしている」と回答する者も、67.3%にも達した（総務庁青少年対策本部，1991）。つまり、青年期では友人と一緒にいることが最も安心できる一方で、友人は最も気がかりで気を遣う存在であることといえ、感情を制御することも多いといえよう。

感情を制御することが、精神的健康や自尊心などに与える影響について研究されているものがいくつかあるが、自尊心も精神的健康に影響する指標の一つとみなすと、その影響が肯定的な面をもつのか、否定的な面をもつのかについては意見が分かれている。

宮下・森崎（2004）は、感情の中でも特に怒りについて焦点を当て、友人場面において怒りを感じる程度と怒りを表出する程度の差と精神的健康との関連を検討しているが、差が大きくても精神的健康を低めていないという。このことについて宮下・森崎（2004）は、青年にとって、仲間関係は非常に重要なものであるため、怒りを感じる程度と表出する程度の差が大きいのは、逆にうまく友人に合わせられる、つまり良好なつきあいができていると考え、悩みをもちにくく、精神的に健康であると考察している。

一方で、感情表出の制御が否定的な面をもつとされている研究に、久木山（2002）の研究が挙げられる。久木山（2002）は、感情制御の下位尺度である感情の表出の制御と自尊感情との間に負の相関が見られ、友人関係の満足感とは相関は見られなかったと報告している。このことから、感情を表出する場面での制御は友人との良好な関係のために自尊感情を犠牲にして行われており、表出の制御を行わなくてはならない友人関係は、満足感と結びつきにくいと考えられている。

このように、感情表出の制御が肯定的あるいは否定的な結果をもたらすという見解が分かれる理由としては、感情表出を制御する際の動機が挙げられるのではないだろうか。たとえば友人すべてに好かれようとして、関係を維持するために過剰に抑制するような場合には相当な努力を要するように、それは必然的に心身に悪影響して、最終的には友人関係満足度も低くなると思われる。

しかし、従来の研究では、感情表出の制御の動機を含めて考えられているものは少ない。感情表出の制御の動機が含まれている研究の中の一つとして、崔・新井（1998）の研究が挙げられる。崔・新井（1998）は、ネガティブな感情表出の制御が友人関係の満足感及び精神的健康に与える影響について検討している。その際、ネガティブ感情表出の制御に関する因子を解釈する際に、制御場面と動機の観点から解釈を行っている。しかし、崔・新井（1998）の研究は、設定した場面に対して一つの動機のみを設定しており、実際には様々な動機が存在すると考えられる。感情表出の制御が与える影響を捉えるためには、回答者の感情表出の動機をより具体的に把握する必要があるといえる。よって本研究では、感情表出の制御における動機を含めて考えることにする。

また、先述したように、青年期では友人との関わりを重視する時期であり、普段友人とどのようなつきあい方をしているのかによっても、感情表出の制御における動機は異なってくるの

ではないだろうか。西平（1990）は、従来の青年期の友人関係の特徴として、親密で内面を開示し合い、人格的共鳴や同一視をもたらすことを挙げている。また、このような本音でつきあおうとする者は、コミュニケーション能力、自己解決能力、関係調整能力も高いとされている（松永・岩元，2008）。この研究で、対人関係を発展させていく際には、相手の気持ちを察したり、自分の気持ちをコントロールしたりするスキルが必要になるとしており、自己解決能力や関係調整能力をもつことが、友人との深いつきあいにつながると考えている。

これらの能力は、主に感情を表すことに関係するが、一方で感情を抑制する場合も、自己解決や関係調節の能力をもつことは、友人関係の改善に希望をもった負担のないつきあい方であり、友人関係に満足することにつながろう。一方で、現代の青年の中には、廣實（2002）や千石（1991）の述べるように、友人に同調的な態度を取りながらも、心理的には距離を保ったり、自分や相手が傷つくことを恐れることから、関係を回避したり、防衛的で表面的な態度を取ったりする特徴が見られる者がいるとされている。これは改善の希望が少なく、忍耐するのが主目的の動機であり、負担のかかるつきあい方である。

結局、岡田（2010）は、友人関係のつきあい方として、現代的と伝統的と対比させ、友人と距離を保ち防衛的で表面的なつきあいをする友人関係をもつ青年がいる一方で、内面的つながりを重視する友人関係の両方のタイプが存在することを示唆している。従って、本研究では、このような友人とのつきあい方の違いを考慮しながら感情表出の制御の動機について検討する。

なお、感情表出の制御の中でも、樫村・小川（2007）は特に「陰性（ネガティブ）感情表出の抑制」に注目し、ネガティブ感情は陽性感情に比べて抑制されがちな感情としている。彼らによれば、感情表出を抑制することは、常に周囲の他者との関わりの中で生活を営み、成長を遂げていく社会的な存在である人間にとって、関係を円滑に進めていく上で重要な役割を果たしているものであると考えられている。つまり感情表出の抑制は、社会的資質の成長には貢献しているものの、感情表出を抑制する動機によっては、心身に負担が生じ、その結果から、友人関係が苦痛になり、友人関係の満足度が低下するのではないだろうか。特にネガティブな感情の場合は負担が大きいであろう。従って、本研究では感情表出の制御の中でも特に、ネガティブな感情表出の抑制について取り上げ、その動機と友人関係の満足感との関連を検討する。

以上より、本研究では、友人とのつきあい方におけるネガティブな感情表出の抑制動機の違いを検討すること、及びネガティブな感情表出の抑制を行う動機と友人関係の満足感の関連を検討することを目的とする。仮説は、以下の通りである。

（1） 防衛的で表面的なつきあい方をする傾向が見られる者は、友人に嫌われることを恐れるため、関係変化を回避したり、自分をよく見せたりしようという動機により感情表出を抑制するだろ

（2） 親密で内面を開示し合うつきあい方をする傾向が見られる者は、自分の中で生じた感情を解決しようとする動機により感情表出を抑制するだろう。

（3） 感情表出を抑制する際、自分の中で生じた感情を解決しようとする動機の場合には、感情表出を抑制したことに自身が納得できているため、友人関係の満足感は高いだろう。

（4） 関係変化を回避したり、自分をよく見せたりしようとする動機の場合には、抑制することに負担を感じ、友人関係の満足感は低いだろう。

方法

予備調査

本調査で使用する、ネガティブな感情表出を抑制する動機に関する項目を作成することを目的に、半構造化面接を実施した。

調査時期　2012年６月中旬から７月上旬

調査対象者　４年制国立大学の32名（女子16名，男子16名，平均20.38歳，SD =1.16）

手続き　１回20分から30分の半構造化面接を実施した。面接実施前に、本研究の目的、倫理的な問題の配慮について説明した。その上で、筆記記録、研究結果の公表について承認を得て、面接を開始した。

調査内容　樫村・小川（2007）の「感情表出の抑制」の定義を用い、「これまで友人に対してイライラ、落ち込み、不安などのネガティブな感情が生じた際に、そのときの感情をそのまま相手に対して出せなかったり、出さなかったりしたことはありましたか」と質問し、「ある」と回答した場合には、その具体的な場面と相手との関係性、なぜ感情表出を抑制したのかを質問した。「ない」と回答した場合には、なぜ感情表出を抑制しないのかを質問した。面接は、対象者の自発的な語りを中心とし、崔・新井（1998）が用いた場面に基づいて作成された、①物理的被害場面におけるネガティブな感情表出の抑制について②言語的被害場面におけるネガティブな感情表出の抑制について③友人の幸福・満足と関わる場面におけるネガティブな感情表出の抑制についてという設定項目のうち、語られなかった項目については適宜質問した。調査対象者の語りは筆記記録した。

分析方法と結果　面接のロー・データを、それぞれが単一の、ネガティブな感情表出を抑制する動機を構成する内容をもつように分割した。その総数は271個であった。これを、心理学を専攻している大学生、大学院生各１名と筆者で、KJ法をもとに、分割した内容が、独立した意味をもつ最小のまとまりになるように分類し、まとまりごとに名前をつけた。その結果、16個の動機が生成された。これを本調査で使用することにした。また、感情表出を抑制する相手との関係性では、「自分のことを理解してくれていると思える親しい相手だと感情を表出できるが、まだ関係ができていない相手だと感情表出を抑制する」という者が多く存在した。

本調査

質問紙構成

質問紙は、フェイス項目、ネガティブな感情表出の抑制動機を測定する項目、友人関係の満足感尺度、友達とのつきあい方尺度で構成された。

フェイス項目　調査対象者の性別、年齢、学部、学年について回答を求めた。

ネガティブな感情表出の抑制動機を測定する項目（感情表出の抑制動機項目）　崔・新井（1998）の「感情表出の制御」尺度のうち、友人からの働きかけによって生じたネガティブな感情を抑制している項目で構成されている、「物理的被害場面での向社会的動機による感情表出の制御」因子、「言語的被害場面での向社会的動機による感情表出の制御」因子、「友人の幸福・満足と関わる場面での向社会的動機による感情表出の制御」因子を取り上げた。それらの因子を構成する項目から、回答者の負担を考えて、因子負荷量が高い順に各因子２項目ずつ採用し、「物理的被害場面」「言語的被害場面」「友人の幸福・満足と関わる場面」の３場面で合計6場面とした。以下、「物理的場面」、「言語的場面」、「友人幸福場面」と示す。各場面を

Table1に示す。

Table 1　使用した感情表出の抑制場面

物理的場面	1. 友人が、私の家の冷蔵庫のドアを開けたままにしたので、中の食物が食べられなくなってしまった時、腹が立ってしょうがないのに笑顔で「大丈夫よ」と言う。
	2. 友人が私の服を汚した時、謝りもしなかったので頭にきたが、あたかも怒っていないように笑顔を見せる。
言語的場面	3. 友人が勝手なことを言って、腹が立つが、その気持ちをまったく見せない。
	4. 友人から意地悪をされて腹が立つ時、その友人にはその気持ちを見せないでふるまう。
友人幸福場面	5. 友人４人で食事に行く約束をしたが、そのうちの１人が恋人との約束を優先して断ってきた時、むっとしたが、「楽しんでおいでよ」と言って送る。
	6. 誕生日に友人から貰ったプレゼントが、すでに持っていたものと同じなのでがっかりしたが、笑顔で受け取る。

「友人」については、予備調査の結果より、親密な相手だと、感情表出を抑制することは少ないと考えられる。このため「友人」を、感情表出を抑制することが多い、「同性で、普段比較的によくコミュニケーションを取るが遠慮してしまうところもある人」であり、「まだ親密な関係にいたっておらず、これから親しくなりたいと思っているが、今後どういう関係になるかわからない人」に限定した。

友人関係の満足感　崔・新井（1998）と同様に、内田（1990）の「生活感情」尺度のうち、下位尺度である対人関係の領域を測定する8項目を採用した。なお、「周囲の人たち」や「人」という表現の箇所は、その概念の中に「友人」も含まれていると判断し、「友人」と修正して用いた。この尺度は、５件法で、肯定的な傾向ほど高得点になるように配点されている。ここでは、前述の「友人」の定義では、友人関係の満足感は総じて低くなると考えられるため、差を検討するために、「友人」を「普段あなたが親しくしている人達」と定義した。

友人とのつきあい方（友人関係目標）　落合・佐藤（1996）が作成した「友達とのつきあい方」尺度の各因子の因子負荷量の高い（0.7以上）15項目を使用した。15項目の内訳は、「自己自信」因子３項目、「積極的相互理解」因子２項目、「全方向的」因子の4項目、「同調」因子の２項目、「被愛願望」因子の２項目、「防衛的」因子の２項目であった。なおここでも、友人とのつきあい方の差を検討するために、「友人」を「普段あなたが親しくしている人達」と定義した。

調査時期及び対象者と実施方法

調査時期　2012年11月中旬から12月初旬

調査対象者　４年制国立大学の大学生、合計277名（男子131名, 女子144名, 平均年齢19.9歳, *SD*= 1.54）。

実施方法　集団配布と個別配布を行った。集団配布では授業時間中に配布し回収した。所要時間は約20分であった。個別配布では、調査者が個別に配布し回収した。

手続き　ネガティブな感情表出を抑制している場面を提示し、感情表出の抑制をするかどうかを尋ねた。「抑える」と答えた人には、その際の動機について、「抑えない」と答えた人には、

一般的な動機を想像して、予備調査で作成した動機16項目に対して７件法で回答してもらった。その後、友人関係の満足感、友人関係目標について５件法で回答してもらった。

結果

記入漏れなど回答に不備のあった者（44名)、「物理的場面」「言語的場面」「友人幸福場面」のいずれかの場面で、それを構成している２場面どちらに対しても感情表出を抑制しないと回答した者（73名）は分析の対象外とした。そのため、160名を分析の対象とした（男子66名，女子94名，平均19.9歳，*SD*＝1.42)。

友人関係の満足感

友人関係の満足感尺度の分析　まず、友人関係の満足感尺度８項目の平均値、標準偏差を算出した。その結果、天井効果及び床効果は見られなかったため、８項目すべてに対して主因子法による因子分析を行った。固有値と因子の解釈可能性から２因子構造が妥当であると考え、再度２因子を仮定して主因子法・Promax回転による因子分析を行った。Promax回転後の最終的な因子パターンと因子間相関をTable2に示す。なお、回転前の２因子での累積寄与率は56.8%であった。

Table 2　友人関係の満足感尺度の因子分析結果（Promax回転後の因子パターン）

	Ⅰ	Ⅱ
7. 私には心からうちとけて話ができる友達がいないように感じる	**.78**	.12
3. 友達とその場はうまくやっているが気持ちが通じあっていないと感じる	**.74**	.09
1. 私を本当に理解してくれる友達がいないように感じる	**.64**	-.08
5. 周囲の友達からとりのこされたように感じる	**.59**	.02
2. 私は周囲の友達に十分にうけいれられていると感じる	.04	**.82**
6. 私は友達ととても気持ちが通いあっていると感じる	-.19	**.60**
8. 私は周囲の友達の期待にこたえようと思っている	.25	**.43**
4. 私には心から親友といえる友達がいると感じる	-.27	**.41**
因子間相関	Ⅰ	Ⅱ
Ⅰ	—	-.46
Ⅱ		—

第１因子は、内田（1990）の、対人関係における否定的な感情についての項目が高い負荷量を示していた。

第２因子は、内田（1990）の、対人関係における肯定的な感情についての項目が高い負荷量を示していた。また、第1因子と第２因子の相関係数は0.46と中程度の負の相関が見られたため、内田（1990）同様に、否定的な傾向をもつ、第１因子に含まれている項目の得点を、肯定的になるほど高得点になるように操作し、１因子として用いることにした。そこで、８項目の平均値を算出し（平均3.55, *SD*＝0.63)、内的整合性を検討するためα係数を算出したところ、α =.75と、十分な値が得られたため、このような操作は妥当であるといえ、これを「友人関係の満足感」得点とする。

友人とのつきあい方尺度（友人関係目標）

友人関係目標の分析　まず、友人関係目標15項目の平均値、標準偏差を算出した。その結果、天井効果及び床効果は見られなかったため、友人関係目標15項目すべてに対して主因子法による因子分析を行った。固有値と因子の解釈可能性から５因子構造が妥当であると考えられた。そこで再度５因子を仮定して主因子法・Promax回転による因子分析を行った。その結果、十分な因子負荷量を示さなかった２項目を分析から除外し、再度主因子法・Promax回転による因子分析を行った。Promax回転後の最終的な因子パターンと因子間相関をTable3に示す。なお、回転前の５因子で13項目の全分散を説明する累積寄与率は72%であった。以下は落合・佐藤（1996）の因子名を参考に命名した。

Table３　友人関係目標尺度の因子分析結果(Promax回転後の因子パターン)

項目内容	Ⅰ	Ⅱ	Ⅲ	Ⅳ	Ⅴ
5. どんな友達とも仲良しでいたい	**.91**	.07	-.02	-.03	.15
2. 友達と本音でぶつかり合っても，自信をなくしてしまうことはない	**.61**	-.09	-.13	-.04	-.07
14. どんな友達とも楽しくつきあいたい	**.60**	-.09	.11	.02	-.13
9. どんな人ともずっと友達でいたい	**.50**	.12	.11	.03	-.08
6. 友達と意見や考えがくいちがっても自信をなくしたりしない	.00	**.89**	.05	-.06	.06
1. どんな人とも仲良くしようと思う	-.09	**.76**	-.03	-.01	-.09
15. 友達と意見が対立しても自信を無くさないで話し合える	.10	**.61**	-.05	.14	.03
7. みんなから愛されていたい	-.04	.01	**.94**	-.05	-.03
11. みんなに好かれていたい	.04	-.02	**.88**	.04	.04
12. 友達と分かり合おうとして傷ついても仕方ない	-.04	.01	.07	**.82**	-.02
10. 友達と本音を言い合うことで，傷ついても仕方ない	.00	.03	-.09	**.70**	.00
8. 友達とは本音で話さない方が無難だ	-.02	-.09	.03	.07	**.68**
4. 友達に自分のすべてをさらけ出すのは危険である	-.08	.10	-.02	-.11	**.44**

削除された項目	因子間相関	Ⅰ	Ⅱ	Ⅲ	Ⅳ	Ⅴ
3. みんなと何でもおなじでいたい	Ⅰ	—	-.04	.43	.16	-.12
13. みんなと違うことはしたくない	Ⅱ		—	-.27	.31	-.31
	Ⅲ			—	-.10	.03
	Ⅳ				—	-.25
	Ⅴ					—

第１因子は４項中、落合・佐藤（1996）で「全方向的」に該当する項目が3項目含まれていたため、同様に「全方向的」因子と命名した。以下は同様に、第２因子は３項目中、「自己自信」に該当する項目が２項目含まれていたため「自己自信」因子、第３因子２項目と第４因子２項目及び第５因子２項目は、落合・佐藤（1996）の項目と同様の高い負荷量を示したため第３因子は「被愛願望」因子、第４因子は「積極的相互理解」因子、第５因子は「防衛的」因子と命名した。

友人関係目標による分類　友人とのつきあい方を分類するために、友人関係目標の「全方向的」下位尺度得点、「自己自信」下位尺度得点、「被愛願望」下位尺度得点、「積極的相互理解」下位尺度得点、「防衛的」下位尺度得点を用いて、Ward法によるクラスタ分析を行い、３つのクラスタを得た。

次に、得られた３つのクラスタの特徴を明らかにするために、クラスタを独立変数、友人とのつきあい方の各因子を従属変数とした分散分析を行った。その結果、すべて有意な群間差が見られた(全方向的：F（2, 157）=15.95, 自己自信：F（2,157）=25.78, 被愛願望：F（2,157）=105.77, 積極的相互理解：F（2,157）=10.64, 防衛的：F（2,157）=51.12, すべてp <.001)。Figure 1にそれぞれの群の各得点を示す。

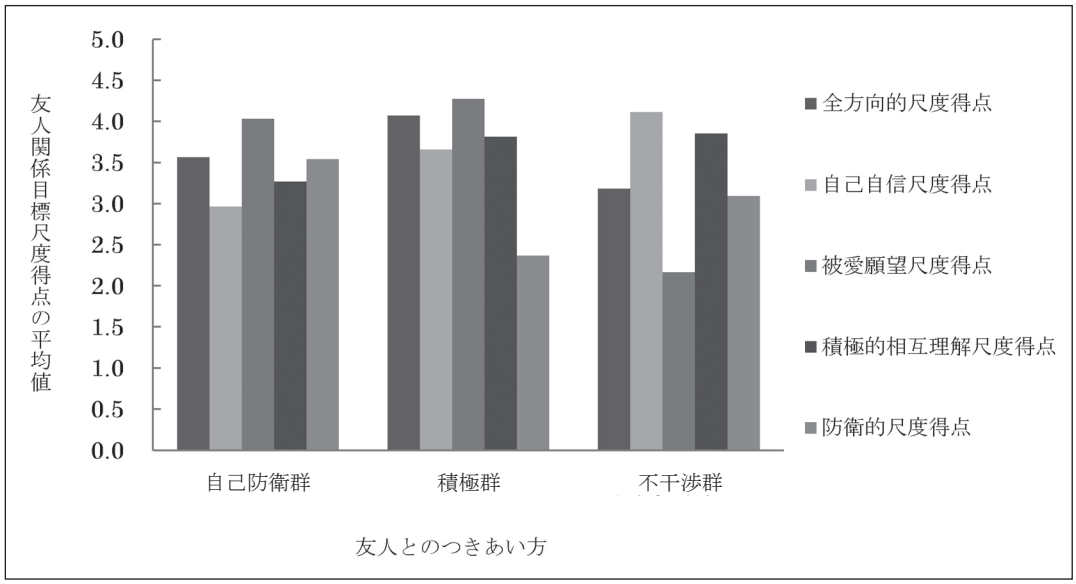

Figure 1　3群の友人関係目標得点

TukeyのHSD法（５%水準）における多重比較を行ったところ、「全方向的」については第２クラスタ＞第１クラスタ＞第３クラスタ、「自己自信」については第３クラスタ＞第２クラスタ＞第１クラスタ、「被愛願望」については第1クラスタ、第２クラスタ＞第３クラスタ、「積極的相互理解」については第２クラスタ、第３クラスタ＞第１クラスタという高い結果が得られた。「防衛的」については第1クラスタ＞第３クラスタ＞第２クラスタという結果が得られた。

第１クラスタは「防衛的」「被愛願望」がともにクラスタの中で１番高く、「自己自信」「積極的相互理解」がともにクラスタの中で１番低かった。このことから、友人関係において、自分を守る傾向があると考えられるため、「自己防衛的なつきあい方」群とした（以下「自己防衛」群と示す)。第２クラスタは「全方向的」がクラスタの中で１番高く、「積極的相互理解」も高かったが、「防衛的」得点はクラスタの中で１番低いことから、友人関係において「積極的にみんなと仲良くするつきあい方」群とした（以下「積極」群と示す)。第３クラスタは「自己自信」得点が３つの群の中で1番高く、「積極的相互理解」も高かった。また、「全方向的」「被愛願望」は３つの群の中で最も低かった。このことから、「干渉しないつきあい方」群とした（以下「不干渉」群と示す)。

友人とのつきあい方と友人関係の満足感との関係

３つの友人とのつきあい方によって友人関係の満足感の得点が異なるかどうかを検討するために、１要因の分散分析を行った。３群の友人関係の満足感得点の平均値をFigure 2に示す。分散分析の結果、群間の得点差は１％水準で有意であった（F（2,157）=13.06, p <.01）。Tukey法のHSD法（５％水準）による多重比較を行ったところ、「積極」群が他の２群より有意に得点が高かった。

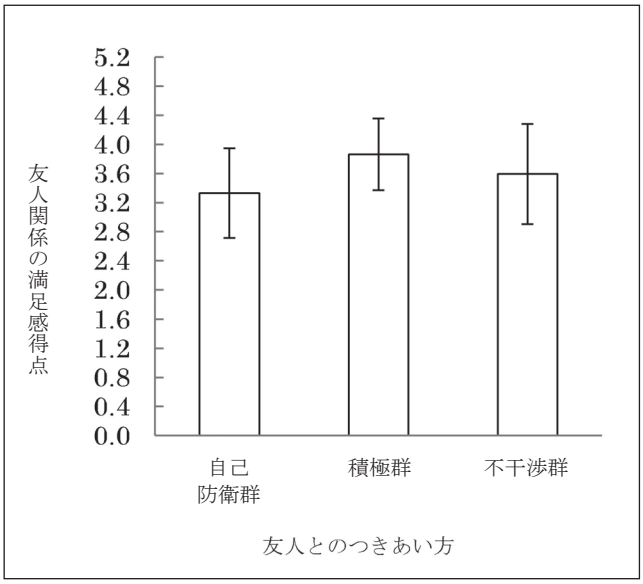

Figure 2　３群の友人関係の満足感得点

物理的場面

物理的場面における感情表出の抑制動機尺度の因子分析　まず、物理的場面における感情表出の抑制動機尺度16項目の平均値と標準偏差を算出した。その結果、天井効果及び床効果は見られなかったため、16項目すべてに対して主因子法による因子分析を行った。

固有値と因子の解釈可能性から４因子構造が妥当であると考えられた。そこで再度４因子を仮定して主因子法・Promax回転による因子分析を行った。その結果、どの因子にも十分な因子負荷量を示さなかった２項目を分析から除外し、再度主因子法・Promax回転による因子分析を行った。Promax回転後の最終的な因子パターンと因子間相関をTable4に示す。なお、回転前の４因子で14項目の全分散を説明する累積寄与率は61.8%であった。

Table 4　物理的場面における感情表出の抑制動機尺度の因子分析結果（Promax回転後の因子パターン）

	Ⅰ	Ⅱ	Ⅲ	Ⅳ
14. 関係を壊したくないから	**.85**	.02	.00	-.05
11. 相手を気遣っているから	**.80**	-.01	-.13	.10
7. 雰囲気を壊したくないから	**.77**	-.10	.13	-.09
9. 自分を悪く見せたくないから	**.67**	.07	-.01	-.01
6. 相手の行為（言動）が正当な理由だから	-.14	**.66**	.01	-.02
10. お互い様だから	-.05	**.62**	.14	.12
3. 相手に失礼だから	.30	**.53**	-.14	-.09
16. 同じような場面で感情をそのまま表されたら嫌だから	.18	**.36**	.10	.12
5. お互いに得をしないから	-.10	.17	**.68**	-.19
8. 感情を出しても仕方がないから	-.07	.01	**.63**	.12
13. もめるのが面倒くさいから	.18	-.15	**.62**	.08
2. 自分の中で解決できるから	-.10	-.06	-.07	**.83**
15. 価値観や考え方が違うから	-.03	.23	-.03	**.45**
1. 我慢すればそれでいいから	.22	-.02	.15	**.42**

削除された項目	因子間相関	Ⅰ	Ⅱ	Ⅲ	Ⅳ
4. もう相手との関係がどうでもよくなるから	Ⅰ	—	.27	.37	.10
12. それ以上傷つきたくないから	Ⅱ		—	.23	.14
	Ⅲ			—	.51
	Ⅳ				—

第１因子は、相手との関係を維持しようとする内容の項目が高い負荷量を示しているので「関係維持動機」因子と命名した。第2因子は、相手を配慮しようとする内容の項目が高い負荷量を示しているので「相手配慮動機」因子と命名した。第3因子は、感情を表出することを諦めようとする内容の項目が高い負荷量を示しているので「諦め動機」因子と命名した。第４因子は、感情をうまく自分の中で処理しようとする内容の項目が高い負荷量を示しているので「自己解決動機」因子と命名した。

友人とのつきあい方と物理的場面における感情表出の抑制動機との関係　３つの友人とのつきあい方によって、「物理的場面における感情表出の抑制動機」のそれぞれの下位尺度の得点が異なるかどうかを検討するために、１要因の分散分析を行った。結果をTable5に示す。

Table 5　友人とのつきあい方ごとの，物理的場面における感情表出の抑制動機の得点の平均値

			自己防衛	積極	不干渉	
物理的場面	関係維持動機	平均値	5.20	4.98	4.37	積極・自己防衛＞不干渉**
		標準偏差	0.86	1.13	1.47	
	相手配慮動機	平均値	3.18	2.96	2.63	自己防衛＞不干渉**
		標準偏差	0.84	1.07	0.91	
	諦め動機	平均値	5.01	4.91	5.16	
		標準偏差	0.78	1.19	1.19	
	自己解決動機	平均値	4.60	4.53	5.10	不干渉＞積極**
		標準偏差	0.95	1.08	1.02	

* $p < .05$,　** $p < .01$,　*** $p < .001$

「関係維持動機」では、群間の得点差は１％水準で有意であった（F（2,157）=6.17, p <.01）。TukeyのHSD法（５％水準）における多重比較を行ったところ、「不干渉」群が他の２群よりも有意に得点が低かった。「相手配慮動機」では、群間の得点差は５％水準で有意であった（F（2,157）=3.54, p <.05）。TukeyのHSD法（５％水準）における多重比較を行ったところ、「自己防衛」群が「不干渉」群よりも有意に得点が高かった。「諦め動機」では、群間の得点差は有意ではなかった。「自己解決動機」では、群間の得点差は５％水準で有意であった（F（2,157）=3.09, p <.05）。TukeyのHSD法（５％水準）における多重比較を行ったところ、「不干渉」群が「積極」群よりも有意に得点が高かった。

動機と友人関係の満足感の因果関係の検討　物理的場面における感情表出の抑制動機の４つの下位尺度得点が友人関係の満足感に与える影響を検討するために、重回帰分析を行った。結果をTable6に示す。調整済み決定係数は.11と低かったが、友人関係の満足感は感情表出の抑制だけでは規定されないことを踏まえた上で検討を行うこととする。「相手配慮動機」と「諦め動機」から友人関係の満足感に対する負の標準偏回帰係数が有意であった（「相手配慮動機」: β =-.19, p <.05,「諦め動機」: β = -.23, p <.01）。しかし、「関係維持動機」と「自己解決動機」から友人関係の満足感に対する標準偏回帰係数は有意ではなかった。

Table 6　物理的場面における感情表出の抑制動機と友人関係の満足感における重回帰分析結果

	説明変数				
	関係維持動機	相手配慮動機	諦め動機	自己解決動機	調整済み決定係数（R^2）
友人関係の満足感との標準偏回帰係数	-.06	-.19*	-.23**	-.01	.11***
友人関係の満足感との相関係数	-.18*	-.27**	-.30**	-.14	

* $p < .05$,　** $p < .01$,　*** $p < .001$

言語的場面

言語的場面における感情表出の抑制動機尺度の因子分析　まず、言語被害場面における感情表出の抑制動機尺度16項目の平均値と標準偏差を算出した。その結果、天井効果及び床効果は見られなかったため、16項目すべてにおいて主因子法による因子分析を行った。

固有値と因子の解釈可能性から４因子構造が妥当であると考えられた。そこで再度４因子を仮定して主因子法・Promax回転による因子分析を行った。その結果、複数の因子に高い負荷量を示した４項目を分析から除外し、再度主因子法・Promax回転による因子分析を行った。Promax回転後の最終的な因子パターンと因子間相関の結果、第１因子の４項目は、Table4の物理的場面の関係維持動機因子項目と同じであったので「関係維持動機」因子、第２因子の４項目もTable4の第３因子と項目15を除いて同じであったので「諦め動機」因子、第３因子の２項目は、生じたネガティブな感情を自分の中で納めようとする内容の項目が高い負荷量を示していたので「自己解決動機」因子、第４因子の２項目は、ネガティブな感情が生じたことを受け入れようとする内容の項目が高い負荷量を示していたので「受け入れ動機」因子と命名した。なお回転前の４因子で12項目の全分散を説明する累積寄与率は67.3%であった。

友人とのつきあい方と言語的場面における感情表出の抑制動機との関係　３つの友人とのつきあい方によって「言語的場面における感情表出の抑制動機」のそれぞれの下位尺度の得点が異なるかどうかを検討するために、１要因の分散分析を行った。その結果をTable7に示す。

Table 7　友人とのつきあい方ごとの，言語的場面における感情表出の抑制動機の得点の平均値

			自己防衛	積極	不干渉	
言語的場面	関係維持動機	平均値	4.88	4.58	3.89	自己防衛＞不干渉**
		標準偏差	1.13	1.29	1.41	
	諦め動機	平均値	5.04	4.62	5.38	自己防衛・不干渉＞積極**
		標準偏差	0.74	1.02	1.26	
	自己解決動機	平均値	5.09	5.07	5.66	
		標準偏差	1.03	1.22	1.06	
	受け入れ動機	平均値	2.88	2.76	2.72	
		標準偏差	1.12	1.27	1.22	

* $p < .05$,　** $p < .01$,　*** $p < .001$

「関係維持動機」では、群間の得点差は１%水準で有意であった（F（2,157）=6.39, p <.01）。TukeyのHSD法（５%水準）における多重比較を行ったところ、「自己防衛」群が「不干渉」群よりも有意に得点が高かった。「諦め動機」では、群間の得点差は１%水準で有意であった（F（2,157）=6.47, p <.01）。TukeyのHSD法（５%水準）における多重比較を行ったところ、「積極」群が他の２群よりも有意に得点が低かった。「自己解決動機」では、群間の得点差は５%水準で有意であった（F（2,157）=3.10, p <.05）。しかし、TukeyのHSD法（５%水準）における多重比較を行ったところ、有意な差は見られなかった。「受け入れ動機」では、群間の得点差は有意ではなかった。

動機と友人関係の満足感の因果関係の検討　言語的場面における感情表出の抑制動機の４つの下位尺度得点が友人関係の満足感に与える影響を検討するために、重回帰分析を行った。結果をTable8に示す。調整済み決定係数は0.10と低かったが、友人関係の満足感は感情表出の抑制だけでは規定されないことを踏まえて検討を行うこととする。「諦め動機」から友人関係の満足感に対する負の標準偏回帰係数が有意であった（β =-.33, p <.001）。しかし、「関係維持動機」と「自己解決動機」と「受け入れ動機」から友人関係の満足感に対する標準偏回帰係数は有意ではなかった。この結果から、「諦め動機」を用いるほど友人関係の満足感が低くなる傾向があることがわかった。

Table 8　言語的場面における感情表出の抑制動機と友人関係の満足感における重回帰分析結果

	説明変数				
	関係維持動機	諦め動機	自己解決動機	受け入れ動機	調整済み決定係数(R^2)
友人関係の満足感との標準偏回帰係数	.11	-.33***	.15	-.15	.10***
友人関係の満足感との相関係数	-.003	-.29**	.02	-.17*	

* p < .05,　** p < .01,　*** p <　.001

友人幸福場面

友人幸福場面における感情表出の抑制動機尺度の因子分析　まず、友人幸福場面における動機尺度16項目の平均値と標準偏差を算出した。その結果、床効果の見られた項目が１項目あったため、それを除外し、15項目において主因子法による因子分析を行った。

固有値と因子の解釈可能性から４因子構造が妥当であると考えられた。そこで再度４因子を仮定して主因子法・Promax回転による因子分析を行った。その結果、複数の因子に高い負荷量を示した３項目を分析から除外し、再度主因子法・Promax回転による因子分析を行った。Promax回転後の最終的な因子パターンと因子間相関の結果において、言語的場面の場合と同様にTable 4の結果と落合・佐藤（1996）の因子名を参考に命名した。第１因子はTable 4の第４因子３項目中２項目があり、同じ「自己解決動機」、第２因子はTable 4の第１因子と同様なので「関係維持動機」、第３因子は、自分を守ろうとする内容の項目が高い負荷量を示していたので「自己保護動機」因子、第4因子はTable 4の第２因子４項目中３項目があり、同じ「冷静判断動機」因子と命名した。なお、回転前の4因子で12項目の全分散を説明する累積寄与率は68.2%であった。

友人とのつきあい方と友人幸福場面における感情表出の抑制動機との関係　３つの友人とのつきあい方によって「友人幸福場面における感情表出の抑制動機」のそれぞれの下位尺度の得点が異なるかどうかを検討するために、１要因の分散分析を行った。その結果をTable 9に示す。

Table 9　友人とのつきあい方ごとの，友人幸福場面における感情表出の抑制動機の得点の平均値

			自己防衛	積極	不干渉	
友人幸福場面	自己解決動機	平均値	5.56	5.16	5.65	
		標準偏差	0.85	1.23	1.12	
	関係維持動機	平均値	5.56	5.20	5.14	
		標準偏差	0.79	1.13	1.16	
	自己保護動機	平均値	4.28	3.43	3.70	自己防衛＞積極**
		標準偏差	1.31	1.49	1.46	
	冷静判断動機	平均値	4.93	4.40	4.47	自己防衛＞積極*
		標準偏差	0.94	1.23	1.25	

* $p < .05$，** $p < .01$，*** $p < .001$

「自己解決動機」では、群間の得点差は5%水準で有意であった（F（2,157）=3.10, p <.05）。しかし、TukeyのHSD法（５%水準）における多重比較を行ったところ、有意な差は見られなかった。「関係維持動機」では、群間の得点差は5%水準で有意であった（F（2,157）=3.0 8, p <.05）。しかし、TurkeyのHSD法（５%水準）における多重比較を行ったところ、有意な差は見られなかった。「自己保護動機」では、群間の得点差は1%水準で有意であった（F（2,157）=6.08, p < .01）。TukeyのHSD法（５%水準）における多重比較を行ったところ、「自己防衛」群が「積極」群よりも有意に得点が高かった。「冷静判断動機」では、群間の得点差は５%水準で有意であった（F（2,157）=4.27, p < .05）。TukeyのHSD法（５%水準）における多重比較を行ったところ、「自己防衛」群が「積極」群よりも有意に得点が高かった。

動機と友人関係の満足感の因果関係の検討　友人幸福場面における感情表出の抑制動機の４つの下位尺度の得点が友人関係の満足感に与える影響を検討するために、重回帰分析を行った。結果をTable 10に示す。調整済み決定係数は.01と低く、どの動機からも、友人関係の満足感に対する標準偏回帰係数は有意ではなかった。この結果から、友人幸福場面における感情表出の抑制は、友人関係の満足感に直接的な影響を及ぼさないことが明らかにされた。

Table 10　友人幸福場面における感情表出の抑制動機と友人関係の満足感における重回帰分析結果

	説明変数				
	自己解決動機	関係維持動機	自己保護動機	冷静判断動機	調整済み決定係数（R^2）
友人関係の満足感との標準偏回帰係数	.09	-.07	-.13	-.10	.01
友人関係の満足感との相関係数	-.04	-.13	-.16*	-.12	

* $p < .05$，** $p < .01$，*** $p < .001$

考察

本研究は、友人とのつきあい方におけるネガティブな感情表出の抑制の動機の違いを検討すること、及び動機と友人関係の満足度を検討することを目的としていた。

友人関係目標のクラスタについて

当初は岡田（2010）による現代の若者におけるつきあい方の様相に従って、内面を開示して積極的に働きかけていく積極群と防衛する群の二つを想定したが、積極的相互理解はあるが、愛されたいとは思わない不干渉群が新たに抽出された。

宮下・森崎（2004）の研究を、本研究結果から考察すると、青年にとって、仲間関係は非常に重要なものであることが前提であるが、怒りを感じても表出しない理由として、一つには愛されたい願望から、自分からうまく開示しては解消していくつきあいをする者がいる一方で、愛される願望は低く、そもそも友人関係は怒りを感じるものだと割り切っている者の二つの様相が推測される。結果から明らかになったものであるが、前者が本研究結果の「積極」群に該当し、後者が「不干渉」群と思われる。問題と目的では特に焦点に当てなかったが、怒りの感情と表出のズレ大群が自分と他人が気になる悩みをもちにくいという宮下・森崎（2007）の結果は、「不干渉」群の方にふさわしいと思われる。

「自己防衛」群におけるネガティブな感情表出の抑制動機及び友人関係の満足感　まず「自己防衛」群は、物理的場面における「相手配慮動機」において、「不干渉」群よりも有意に得点が高く、言語的場面における「関係維持動機」においては「不干渉」群よりも有意に得点が高かった。また友人幸福場面における「自己保護動機」と「冷静判断動機」において、「積極」群よりも有意に得点が高かった。さらに、重回帰分析の結果から、物理的場面において、「諦め動機」に加えて「相手配慮動機」を用いるほど、友人関係の満足感が低くなる傾向が示された。福森・小川（2006）は、友人関係で自己が傷つくのを予測した場合、他者との間に積極的に壁をつくり、一定の距離を取った、自己優先的なふれ合い回避的関係の持ち方を取る可能性を指摘しているが、「自己防衛」群では、他者からの評価を気にし、自分が傷つくことを恐れ、自分を守ることに意識が集中すると考えられる。また、物理的場面では、友人が迷惑をかけたと認識しているがゆえに、他者に好意的な印象を与えようとするために、相手に配慮する態度を取ることにより、自分が傷つくことを、未然に防ぐためではないだろうか。ただ野口・藤生（2005）は、怒りの表出抑制が抑うつを引き起こすことを指摘しているように、相手に配慮するような怒りの抑制は、友人関係の満足感を低くするのではないかと推測される。ゆえに、友人関係満足度は高くならないと考えられる。

一方で、言語的場面においては、被害を受けた者が感情を言語で表出することによってはじめて、被害の程度を示すことが出来るが、「自己防衛」群は、クラスタの特徴から、防衛的な傾向が他の群より高いことから、感情表出を抑制することで、少なくとも現在の関係を維持できると考え、感情表出を抑制するのではないだろうか。それゆえに友人関係維持に努力を要するので、満足度も上がらないのではないだろうか。

「積極」群におけるネガティブな感情表出の抑制動機及び友人関係の満足感　次に「積極」群は、西平（1990）のいう親密で内面を開示し合うつきあい方を取るといえようが、この群は言語的場面における「諦め動機」において、他の２群よりも有意に得点が低かった。加藤（2006）は、対人ストレス過程において、深い友人関係や広い友人関係を望むものは、そうでないものと比べ、積極的にその関係を改善し、よりよい関係を築こうと努力する方略を取る

ということを報告している。また、松永・岩元（2008）は、現代の青年において、友人とどのようなつきあい方をしているかに関わらず、友人と「本音でつきあう」関係を理想としており、そのようなつきあい方ができるかどうかは、基本的信頼感と社会的スキルの高さが関連していることを報告している。先述したように、言語的場面においては、被害について相手に伝えることにより、受けた被害の程度を伝えることができる。「積極」群は、クラスタの特徴から、友人に本音をさらけ出して、積極的に相互理解をすることを望むつきあい方をしているといえる。また、半構造化面接において、「友人には、自分がどのように感じているかわかってほしいし、相手も同じように、どう感じているのか伝えてほしい」という者が存在した。そのため、このような場面では、友人に自分のネガティブな感情を伝え、今の関係をより良いものに改善するために本音で話し合うことを望んでいるのではないだろうか。よって、言語的場面において感情を表出することを諦めないで積極的にコミュニケートしていると考えられる。

また、重回帰分析の結果、言語的場面における「諦め動機」を用いるほど友人関係の満足感が低くなる傾向が示され、かつ「積極」群は、他の群よりも友人関係の満足感は高かった。このことから、「積極」群では言語的場面において、相互理解ができる可能性を信じて、感情表出の抑制を諦めない動機をもつことは、友人関係に満足することに寄与するといえよう。

「不干渉」群におけるネガティブな感情表出の抑制動機及び友人関係の満足感　最後に「不干渉」群であるが、この群は仮説では想定しなかった群である。しかも、相互理解を求めながらも愛されることを求めないという点が「積極」群とは異なる。加えて自信をもっており、いわば人間愛がありながら独立独歩に歩む群である。

この群は、物理的場面における「関係維持動機」において、他の２群よりも有意に得点が低かった。また、物理的場面における「自己解決動機」においては、「積極」群よりも有意に得点が高かった。宮下・森崎（2004）でも、怒りの感情と表出のズレの大きい群は、自分と他人を気にしないとされており、精神的健康にも影響がないとしているが、この「不干渉」群の結果とも一致している部分がある。この群は、クラスタの特徴から、自信があることからもうかがえるように、友人と相互に理解することを望むつきあいには怒りを感じるのがつきものだと割り切っているといえる。しかも関係維持を望まないゆえに、物理的場面では自己解決できるのであろう。中西・緒賀（2011）は、親しい友人とは、ありのままの自分で本音を伝え合えるつきあいをしたいと同時に、その友人を大切にしたい、尊重したいという願いをもっているため、そういった友人関係での「怒りの抑制」は、我慢や努力を必要としないものであるとしている。よって、物理的場面においては、関係を維持する動機ではなく、相手を尊重するがゆえに、自分の中で解決する動機により感情表出を抑制するのではないだろうか。しかし、重回帰分析の結果、物理的場面において「関係維持動機」と「自己解決動機」は友人関係の満足感に直接的には直接的に影響していない。このことから、「不干渉」群では、そもそも被愛願望も低いので友人関係自体に満足を求めることをしないのではないだろうか。

物理場面の結果と言語場面の結果の比較

物理場面と言語場面で共通しているのは、「不干渉」群が他の群より「関係維持動機」も低い点である。そもそも「不干渉」群は愛されたいと思わないゆえに関係を維持したいと思わない。一方で物理場面と言語場面とで異なるのは、物理的場面で「不干渉」群が「自己解決動機」が高いのと、「積極」群が言語場面で「諦め動機」で他の2群より低い点である。しかも言語場面では諦める動機が低いほど友人満足度も高くなっており、「積極」群の特徴である、被愛願望は強いが防衛が低くて相互理解していくつきあい方により、言語場面ではきっと相互理解で

きると諦めないように希望的な動機を秘めて抑制するのが友人関係の満足感と関係しているといえよう。

まとめ　以上より、防衛的で表面的つきあい方をする傾向が見られる群は、関係変化を回避したり、自分をよく見せようとしたりする動機により、感情表出を抑制するという結果が一部の場面で得られ、仮説（1）は概ね支持された。一方で、内面を開示し合うつきあい方をする傾向から積極的にみんなと仲良くつきあう群は、自己解決というより諦めない動機により感情表出を抑制していた。本研究では、内面を開示し合ってつきあうという群を想定したが、クラスタ分析の結果では、内面開示を積極的に行う「積極」群だけでなく、その意志をもつが内部で解決してしまう「不干渉」群もそのタイプに該当したわけである。ただ二つの違いは、「積極」群はみんなから愛されたいという被哀願望が強いのに対して、「不干渉」群は低いというものである。最終的に、友人満足度と正に関係していた動機は、「諦めない」ということであり、愛されたい願望が強ゆえに、「積極」群は諦めずに相互理解をめざしていく希望に基づいた動機が満足度に貢献した一方で、「不干渉」群は、相手は尊重しているが、愛されたいと思っていない分だけ、友人関係にこだわりが少ないといった、もともとこのタイプがもつ友人関係への姿勢から友人満足度には関係が見られなかったと考えられる。また、感情表出の抑制が自己解決されるときには友人関係の満足感を高めるという仮説(3)は、「不干渉」群の場合であるが、友人関係に満足するまでにいたらず、支持する結果は得られなかったが、「自己防衛」群の物理的場面において、自分をよく見せようとする動機の場合には、友人関係の満足感は低くなるという結果が得られ、仮説（4）の一部は支持された。

今後の課題　本研究は、友人からの働きかけにより生じたネガティブな感情の表出を抑制する者を対象として検討を行った。そのため、感情表出を抑制しないと回答した者は分析から除外した。感情表出を抑制しない時、つまり感情を表出する際には、自分の気持ちをそのまま相手に表出する方法だけではなく、自分の気持ち、考え、信念などを正直に、素直に、その場にふさわしい方法で表現するアサーティブな方法もあるだろう（平木，1993）。感情表出をする者における感情表出の動機を検討し、感情表出を抑制する者と比較することで、感情表出の抑制についてより深い知見が得られるだろう。

また本研究では、従属変数を友人関係の満足度に絞って探った。友人関係は青年においては最大の関心事であり、その過程でたとえ苦労しても最終的に維持できれば満足と感じられるという認知的不協和の解消も見られるのではないか。その点では、友人関係での精神的健康などの指標も必要であったかも知れない。

引用文献

平木典子（1993）．アサーショントレーニング―さわやかな＜自己表現＞のために―　金子書房

廣實優子（2002）．現代青年の交友関係に関連する心理学的要因の展望　広島大学大学院教育学研究科紀要，第3部，教育人間科学関連領域，51，257-264

福森崇貴・小川俊樹（2006）．青年期における不快情動の回避が友人関係に及ぼす影響―自己開示に伴う傷つきの予測を媒介要因として―　パーソナリティー研究，15（1），13-19

加藤　司（2006）．対人ストレス過程における友人関係目標　教育心理学研究，54（3），312-321

樫村正美・小川俊樹（2007）．不快感情の抑制に伴って生ずる派生的感情について―予備的研

究―　筑波大学心理学研究，33，89-94
久木山健一（2002）．情動コンピテンスと社会的情報処理の関連―アサーション行動を対象として―　カウンセリング研究，35（1），66-75
松永真由美･岩元澄子（2008）．現代青年の友人関係に関する研究　久留米大学心理学研究，7，77-86
宮下敏恵・森崎竜亮（2004）．怒り感情の表出制御と精神的健康及び対人不安との関係　上越教育大学研究紀要，23（2），488-499
中西　優・緒賀郷志（2011）．親しい友人関係のあり方及び怒り感情の抑制が大学生の抑うつ傾向に及ぼす影響　岐阜大学教育学部研究報告，59（2），183-192
長沼恭子・落合良行（1998）．同性の友達とのつきあい方からみた青年期の友人関係　青年心理学研究，10，35-47
西平直喜（1990）．成人（おとな）になること―生育史心理学から―　東京大学出版会
野口理英子・藤生英行（2005）．怒りの表出抑制と抑うつへの反応スタイルとの関連　上越教育大学心理教育相談研究，4（1），39-47
岡田　努（2010）．青年期の友人関係と自己―現代青年の友人認知と自己の発達―　世界思想社
落合良行・佐藤有耕（1996）．青年期における友達とのつきあい方の発達的変化　教育心理学研究，44（1），55-65
崔　京姫・新井邦二郎（1997）．「感情の表出と制御」研究の概観　筑波大学心理学研究，19，29-35
崔　京姫・新井邦二郎（1998）．ネガティブな感情表出の制御と友人関係の満足感および精神的健康との関係　教育心理学研究，46（4），432-441
千石　保（1991）.「まじめ」の崩壊―平成日本の若者たち―　サイマル出版会
総務庁青少年対策本部（1991）．青少年の友人関係：「青少年の友人関係に関する国際比較調査」報告書　大蔵省印刷局
内田圭子（1990）．青年の生活感情に関する一研究　教育心理学研究，38（2），117-125