

感情経験と自己意識・他者意識の関係

感情の複雑性と意識化が自己意識・他者意識に及ぼす影響

小嶋佳子

学校教育講座(心理学)

Relations between emotional experience and self- or other-consciousness: The influence of emotional complexity and awareness of emotional experience on those consciousness.

Yoshiko KOJIMA

Department of School Education (Psychology), Aichi University of Education, Kariya 448-8542, Japan

問題と目的

感情¹に関する研究はこれまでに数多く行われており,研究者間で見解が一致しないことも多い。しかし,感情が多面的な現象であることについてはある程度の同意が得られており(Cornelius, 1996 齋藤監訳 1999),多くの研究者がその構成要素として,主観的経験(意識)の側面,神経生理学的側面,表出的側面(表情,仕草など)をあげているようである(遠藤,1996 参照)。本研究では,これらの側面のうち,主観的経験,すなわち感情経験の側面に焦点を当てる。

Goldstein(1996)は,感情経験の構造における個人差が法則定立的な分析によって覆い隠されていることを指摘している。実際,個々の感情経験(嬉しい気持ち,悲しい感じ,あるいは,ポジティブ感情・ネガティブ感情など)の間の関係が,個人によって異なることを示した研究がいくつかある。たとえば下川(1996)は,個人によってポジティブ感情とネガティブ感情の相互抑制のタイプが異なり,両貧型,ポジティブ優位型,ネガティブ優位型,両変化型,中間安定型の5タイプに分類できることを見出している。また,小嶋・森田・松田(2004)は,喜び,怒り,悲しみ,および驚きの関係を調べ,怒りが優位で感情間の相互抑制はみられないタイプ,全感情の強度が低く,やはり相互抑制のみられないタイプ,喜びが優位で喜びと怒りの生起が相互抑制するタイプ,全感情の強度が高く,相互抑制のみられないタイプ,全感情の強度が中程度で喜びと悲しみが相互抑制するタイプがあることを示している。このように感情経験における個人差が明らかになってきているが,では,この個人差に影響すること,あるいは,個人差が影響することは何だろうか。

Lewis(2000)は,感情経験は,知覚された状況およ

び神経生理学的覚醒に対する解釈や評価に基づく主観的感覚であり,注意がなければ,神経生理学的覚醒や感情を喚起する状況が存在したとしても,感情経験を抱くことはないかもしれないと述べている。また,客体的自己覚知²はあらゆる感情経験にとって必要であるとも述べている(Lewis, 1992)。

Kang & Shaver(2004)は,自己の内的側面を意識し,内的思考や感じていることに特に注意を向ける私的自己意識は,感情経験の幅と弁別という側面を持つ感情の複雑性にとって核となる特性であると考えている。彼らの研究において,感情経験の幅は日常生活で体験された感情の種類範囲であり,弁別は感情カテゴリーの間の微妙な弁別ができるかどうか,類似した感情間の微妙な違いを区別できるかどうかということである。そして調査の結果彼らは,感情の複雑性のより高い個人は私的自己意識がより高いこと,すなわち,感情経験の個人差と自己意識に関連があることを示している。

以上より,自己意識,とくに私的自己意識は,下川(1996)や小嶋・森田・松田(2004)で見出された感情経験の個人差と関連していると推測される。ただし,Kang & Shaver(2004)において感情経験の幅は,日常生活で多くの異なった感情を経験するかどうかや,幅広く異なった感情を経験する傾向があるかどうかといった項目によって調べられている。他方,下川(1996)や小嶋・森田・松田(2004)で検討しているのは,ある一時点での感情の種類についてである。言い換えるなら,同時に抱く感情経験の範囲である。そこで本研究は,同時に抱く感情の種類といった,ある特定の時点での感情の複雑性も私的自己意識と正の関係にあるかどうかを確認する。

また自己意識には,公的自己意識や社会的不安と

いった側面もあると考えられているが(辻, 1993), Kang & Shaver (2004)では, 感情の複雑性とこれらの自己意識との相関は有意でなかった。しかし, いわゆる自己意識的感情(照れ, 共感, 羨望, 誇り, 恥, 罪悪感, Lewis, 2000参照)の生起には, 他者から見た自己を意識する公的自己意識も必要であろう。たとえば Lewis, Sullivan, Stanger, & Weiss (1989)は, 平均22か月の子どもたちが, 実験者から過度に外見を褒められることによって照れを表出するかどうかを調べている。その結果, 客観的自己覚知を獲得していると考えられる群の方が, こうした状況で照れを表出する割合がより高かった。すなわち, 他者から注目され, さらに, その他者から注目されている自分というものを意識することによって, 照れが生じると考えられる。この他に, 恥の発生メカニズムを検討した樋口(2002)は, 恥の発生因として“社会的評価懸念”; “自己イメージ不一致”, “相互作用混乱”, “自尊心低減”の4種を取り上げ, それぞれの発生因が, 恥の下位情緒に対して促進的に影響することを見出している。この中で“社会的評価懸念”は, “他者から, 私が望んでいない評価を受けるのではないかと気になる”, “他の人が私のことをどのように評価するか, 気がかりだ”, “他者に対して思い通りの印象が与えられなかったのでは, と不安になる”という項目によって測定される。このような懸念は, そもそも他者から自分はどうか見られているかを意識しなければ生じないであろう。以上より, 自己意識的感情についても尋ねることで, 公的自己意識と感情経験との関連も見られると考えられる。

ところで辻(1993)によると, 他者への注意や関心といった他者意識は, 自己意識と不可分な関係にあると考えられる。また, Kang & Shaver (2004)は, 感情の複雑性の結果として他者への共感や対人的適応を取り上げ, 複雑性の高い個人は共感や適応度がより高いという結果を得ている。辻(1993)の作成した他者意識尺度の内容を見ると, 他者に対する共感的理解を促進するような項目も含まれている(他者意識尺度の詳細はTable 1に記載してある)。

以上より, 自己意識と不可分の意識であり, 感情の複雑性が影響すると予測される他者意識についても, 本研究では取り上げる。他者意識の中でも, 内的他者意識や空想的他者意識は感情の複雑性との間に正の相関が得られると予測される。なぜなら, 辻(1988)において, これらの下位尺度と同情や視点取得との間に正の相関が示されたからである(ただし, この研究で使用された尺度は開発途中のものであった。辻, 1993より引用)。さらに, 感情の複雑性と他者意識の相関を算出するだけでなく, 感情経験を意識することが他者意識に与える影響を検討する。これらのことを検討することによって, Kang & Shaver (2004)の研究結果

を補足するデータが得られると期待できる。

自己意識に対して感情経験の意識化が与える影響についても分析する。前述のLewis(1992, 2000)やKang & Shaver(2004)の自己意識に関する見解からは, 自己意識が感情の複雑性を増すという影響の方向が考えられる。しかし, 感情経験は注意の対象でもある。したがって, 感情経験を意識するように促すことで, 自己意識が高まることもあり得るのではないだろうか。

以下に本研究の目的をまとめる。第一に, ある特定の時点での感情の複雑性と, 自己意識および他者意識との関連を調査する。第二に感情経験を意識することが自己意識や他者意識に与える影響を検討する。また, 意識化された感情経験の内容(本研究では感情の複雑性)によって, 自己意識や他者意識への影響が異なるかもしれない。そこで, この点についても分析を行う。

方法

参加者

参加者は, 地方の女子短期大学の学生117名であった。

質問紙

感情経験を調査する質問紙と自己意識および他者意識の質問紙を使用した。

感情経験を調査する質問紙では, 前の週に強い感情を抱いた出来事の想起を参加者に求め, その出来事の際に“喜び”, “恐れ”, “驚き”, “嫌悪”, “怒り”, “悲しみ”, “照れ”, “共感”, “羨望”, “誇り”, “恥”, “罪悪感”, “不安”, “抑うつ”, “快活さ”, “倦怠感”, “焦燥感”, “様々な感情が入り混じった気持ち”の各々を感じた程度について, “全く感じなかった”を0, “非常に感じた”を4とする5段階で評定してもらった。以上の感情のリストは, 基本感情(“喜び”から“悲しみ”, 濱・鈴木・濱, 2001参照), 自己意識的感情(“照れ”から“罪悪感”, Lewis, 2000参照), および, 他者意識が他者感情の認知に及ぼす影響を調べた辻らの研究を参考に選出した感情(“不安”から“焦燥感”, 辻, 1993参照)からなる。感情の呈示順序は, “様々な感情が入り混じった気持ち”を一番最後にし, それ以外はランダムにした。

自己意識, 他者意識の調査には辻(1993)の尺度を使用した。質問項目をTable 1に示す。自己意識の質問項目と他者意識の質問項目は, それぞれ別の用紙に印字した。参加者には, 各項目が自分にどの程度当てはまるかを, “全く当てはまらない”から“非常に当てはまる”の5段階で評定を求めた。

手続き

2004年10月12日に自己意識と他者意識の1回目の調

Table 1 自己意識・他者意識尺度の項目(辻, 1993)

尺度	内容
自己意識	
私的自己意識	常に自分自身を理解しようと心がけている 自分の感情や気持ちに注意を払っていることが多い 自分の動機や気持ちをいつも分析している 自分の心の動きを、他人の目でながめているような気がする 何かの課題に取り組んでいるときでも、心の動きを意識している 自分についてよく考えこむ 知らぬ間に自分の感情や心の動きに注意を向けている
公的自己意識	自分をどのように見せるかに関心がある 自分が人にどのように見えるかを意識している 人により印象を与えたかどうか気になる 出かける前には必ず鏡を見る 自分が他人にどう思われているかが気になる 自分の外見には気を配っている 自分の性格が人にどう思われているかに関心がある 自分の体形やスタイルを常に意識している
社会的不安	新しい場面に慣れるのに時間がかかる 人に見られていると動作がぎこちなくなる すぐに当惑してしまう 知らない人にも平気で話しかけることができる(*) 人前で話すのは不安である 大勢の集団の中に入ると、神経質になる
他者意識	
内的他者意識	他者の心の動きをいつも分析している 人の考えをたえず読み取ろうとしている 人のちょっとした気分の変化でも敏感に感じてしまう 他者の態度や表情を気をつけて見るようにしている 人の気持ちを理解するように常に心がけている 人の言動にはたえず注意を払っている 他者のちょっとした表情の変化でも見逃さない
外的他者意識	人の外見に気をとられやすい 表面的な他者の印象に心を奪われやすい 他者の服装や化粧などが気になる 人の体形やスタイルなどに関心がある
空想的他者意識	人のことをよく空想する 人のことをあれこれと考えていることが多い 人のことにしばしば思いをめぐらす 人のことがいろいろと心に浮かぶ

*の項目は逆転項目である。

査を実施し、次の週の10月19日から1週間おきに10月26日、11月2日と、感情経験の調査を3回実施した。11月2日には、感情経験の調査の後で2回目の自己意識と他者意識の調査も行った。自己意識の質問項目が印字された用紙と他者意識の質問項目が印字された用紙の順序は、参加者間でカウンターバランスを取った。また、1回目と2回目自己意識と他者意識の順序が逆になるようにした。各調査において生年月日、および、学生番号の下二桁を掛け合わせた数字を記入してもらい、参加者を同定した。

いずれの調査も、授業時間中に質問紙を配布して各参加者のペースで回答してもらい、その場で回収した。調査の際に、感情経験の調査と自己意識・他者意識の調査を関連づけた教示は行わなかった。

なお、感情経験の内容はプライベートなものであるため記入を求めなかった。また、感情を抱いた出来事が非常に苦痛で思い出したくない場合は、感情経験の調査に回答しなくてもよいことを教示した。

結果

感情の調査に1回以上、かつ、自己意識および他者意識の調査に2回とも参加し、記入ミスのなかった参加者のデータを分析の対象とした。なお、11月2日の調査において、感情経験の調査と自己意識・他者意識の調査の実施順序が明らかでない参加者のデータは分析の対象から除外した。以上の基準を満たした参加者は80名で、平均年齢20.05歳、年齢の幅は19 - 41歳であった。

感情の複雑性

ある一時点における感情の複雑性の指標として、以下の数値を各参加者において求めた。一つは“様々な感情が入り混じった気持ち”以外で評定が1以上であった感情の個数を、感情経験の調査に参加した回数で割った値である(以下、併存感情数とする)。もう一つは“様々な感情が入り混じった気持ち”の評定値を、同じく調査参加回数で割った値である(以下、混合感情得点とする)。各得点の参加者全体の平均値(SD)をTable 2に記載した。併存感情数は10を超え、混合感情得点は0 - 4の真ん中の値である2より高い値であった。また、これらの得点間のピアソンの積率相関係数(以下、相関係数と記す)は、Table 2にある通り、有意な正の相関であった。

自己意識・他者意識

“全く当てはまらない”を0, “非常に当てはまる”を4と、各質問項目の内容が当てはまるほど値が高くなるように(逆転項目は当てはまらないほど値が高くなるように)得点化し、自己意識・他者意識の下位尺度別に項目数で平均した値を各尺度の得点とした。Table 2に1回目、2回目それぞれでの参加者全体の平均とSDを示した。いずれの得点も2より高く、公的自己意識得点は3に近い値であった。

感情の複雑性と自己意識・他者意識の関係

本研究の第一の目的について検討するため、感情の複雑性の指標である併存感情数と、自己意識・他者意識の各下位尺度得点との相関係数を算出した。同様

に、混合感情得点との相関係数も算出した。相関係数の値はTable 2にまとめた。

自己意識との相関を見ると、混合感情得点と、私的自己意識または公的自己意識との相関が有意である。他方併存感情数は、1回目の調査での私的自己意識との相関に有意な傾向が見られるのみであった。

他者意識との相関については、併存感情数、混合感情得点のいずれも、内的他者意識との間に有意な正の相関がみられた。また混合感情得点は、自己意識・他者意識調査の1回目、2回目の両方において空想的他者意識との間に、2回目の調査において外的他者意識との間に有意な正の相関が示された。

感情経験の意識化と経験の内容が自己意識・他者意識に及ぼす影響

感情経験の意識化と経験の内容(感情の複雑性)の影響について検討するため、自己意識・他者意識の下位尺度別に重回帰分析を行った。従属変数は、自己意識または他者意識の2回目の調査での下位尺度得点、独立変数は、併存感情数、混合感情得点、感情経験の調査に参加した回数(以下、感情調査回数とする。範囲は1 - 3)、および従属変数に対応する下位尺度の1回目の得点である。たとえば2回目の調査での私的自己意識得点を従属変数とする重回帰分析であれば、独立変数に投入する対応する下位尺度の得点は、1回目の調査での私的自己意識得点となる。分析にはSPSS 12.0 for Windowsを用い、強制投入法によって行った。

重回帰分析に投入する各得点の平均値と得点間の相

Table 2 併存感情数、混合感情得点、自己意識・他者意識の下位尺度得点、および感情経験調査参加回数の平均値と、これらの得点間のピアソンの積率相関係数

尺度・得点	調査時期	平均値(SD)	併存感情数	混合感情	感情調査回数	対応する下位尺度 (1回目)
併存感情数		10.66 (4.00)				
混合感情		2.62 (0.93)	.33***			
自己意識						
私的自己意識	1回目	2.24 (0.69)	.21+	.26*	-.22+	
	2回目	2.28 (0.73)	.17	.41****	-.21+	.76****
公的自己意識	1回目	2.90 (0.70)	.18	.30**	-.20+	
	2回目	2.94 (0.74)	.06	.33***	-.16	.78****
社会的不安	1回目	2.52 (0.69)	.09	.02	.07	
	2回目	2.56 (0.71)	.18	.12	.07	.89****
他者意識						
内的他者意識	1回目	2.43 (0.70)	.26*	.28*	-.21+	
	2回目	2.57 (0.73)	.22*	.39****	-.23*	.78****
外的他者意識	1回目	2.32 (0.89)	.05	.04	.10	
	2回目	2.53 (0.88)	.07	.23*	-.09	.68****
空想的他者意識	1回目	2.00 (0.86)	.17	.32***	-.18	
	2回目	2.09 (0.94)	.19+	.41****	-.23*	.79****
感情調査回数		2.91 (0.32)				

注：混合感情得点と各下位尺度得点の取り得る範囲は0 - 4、併存感情数は0 - 17、感情調査回数は1 - 3。
**** $p < .001$, *** $p < .005$, ** $p < .01$, * $p < .05$, + $p < .10$.

Table 3 重回帰分析の結果

	併存感情数		混合感情		感情調査回数		対応する下位尺度 (1回目)		調整済 R ²
	β	t	β	t	β	t	β	t	
自己意識									
私的自己意識 (2回目)	-.06	-0.77	.24	3.13***	-.04	-0.49	.70	9.33****	.61
公的自己意識 (2回目)	-.12	-1.60	.14	1.82+	-.00	-0.06	.76	10.17****	.61
社会的不安 (2回目)	.07	1.36	.08	1.54	.03	0.54	.88	17.41****	.80
他者意識									
内的他者意識 (2回目)	-.04	-0.49	.20	2.59*	-.06	-0.90	.72	9.59****	.62
外的他者意識 (2回目)	-.05	-0.54	.20	2.32*	-.13	-1.64	.68	8.41****	.49
空想的他者意識 (2回目)	-.00	-0.03	.17	2.30*	-.08	-1.16	.72	9.96****	.64

**** $p < .001$, *** $p < .005$, * $p < .05$, + $p < .10$.

関は Table 2 に示した通りである。各独立変数の標準偏回帰係数は Table 3 にまとめた。

Table 2 を見ると、感情調査回数と他の得点との相関は、ほとんどが負の値になっている。一方、同じ下位尺度の1回目と2回目の得点の相関係数は非常に高い値であった。併存感情数や混合感情得点と自己意識・他者意識の下位尺度得点との相関は、前述したように、主に混合感情と自己意識・他者意識との間で有意な相関が示された。

相関係数の値と同様に、重回帰分析の結果においても、標準偏回帰係数が最も高かったのは従属変数に対応する下位尺度であった。また、混合感情の標準偏回帰係数も、私的自己意識と他者意識の全下位尺度において有意であった。

次に、感情経験を意識化する前後での自己意識や他者意識の変化を検討する。上述したように、複数の下位尺度において混合感情の標準偏回帰係数が有意であった。そこで、自己意識・他者意識の各尺度得点に対して、調査時期(1回目・2回目)×混合感情(高・低)の2要因分散分析を、下位尺度別に行った。各群の平均得点を Table 4 に示した。調査時期は参加者内要因、混合感情は参加者間要因である。なお、第2の目的の部分で述べたように、感情の複雑性によって、感情の意識化の影響が異なるかどうかにも関心があるので、交互作用が有意でない場合も下位検定を行った。分散分析には ANOVA 4 Ver. 1.10 を使用した。

分散分析の結果、私的自己意識と公的自己意識では、混合感情の主効果のみが有意であった ($F(1,78) = 11.34, p < .005$; $F(1,78) = 4.58, p < .05$)。すなわち、混合感情の高・低にかかわらず、感情経験を意識する前後で、私的自己意識や公的自己意識に有意な変化は示されなかった。私的自己意識の場合、交互作用の下位検定においても、調査時期による違いはみられず、常に混合感情高群の方が低群よりも私的自己意識得点が高かった。公的自己意識では、1回目の調査での混合感情高群・低群間の差は5%で有意($F(1,156) = 4.46$)、2回目は10%で有意と($F(1,156) = 3.65$)、

Table 4 調査時期(1回目・2回目)×混合感情(高・低)の各群における各下位尺度得点の平均(SD)

尺度	調査時期	混合感情	
		高群	低群
自己意識			
私的	1回目	2.40 (0.74)	2.01 (0.53)
	2回目	2.51 (0.72)	1.94 (0.59)
公的	1回目	3.04 (0.64)	2.70 (0.73)
	2回目	3.06 (0.58)	2.75 (0.89)
社会的不安	1回目	2.60 (0.68)	2.41 (0.68)
	2回目	2.69 (0.66)	2.36 (0.74)
他者意識			
内的	1回目	2.58 (0.67)	2.19 (0.68)
	2回目	2.76 (0.67)	2.28 (0.73)
外的	1回目	2.42 (0.85)	2.17 (0.91)
	2回目	2.63 (0.88)	2.38 (0.86)
空想的	1回目	2.13 (0.82)	1.80 (0.88)
	2回目	2.31 (0.90)	1.76 (0.90)

注：混合感情高群の参加者数は48名、平均年齢(SD)19.69歳(1.04)、低群は32名、平均年齢20.59歳(3.89)であった。参加者群間の年齢差は有意ではない($F(1,78) = 2.29$)。

若干の違いがあった。

社会的不安においては、混合感情の主効果と調査時期×混合感情の交互作用に有意な傾向がみられた($F_s(1,78) = 2.85, 3.25, p_s < .10$)。交互作用の下位検定の結果、2回目の調査において、混合感情高群は低群に比べて社会的不安得点が有意に高かった($F(1,156) = 4.25, p < .05$)。

内的他者意識では調査時期と混合感情の主効果が両方とも有意であった($F(1,78) = 6.13, p < .05$; $F(1,78) = 8.72, p < .005$)。下位検定の結果、1回目の調査と2回目の調査の差が有意であったのは、混合感情高群においてのみであった($F(1,78) = 5.57, p < .05$)。

外的他者意識の場合は、調査時期の主効果のみが有意で、1回目より2回目の方が得点が高かった($F(1,78) = 6.64, p < .05$)。交互作用の下位検定においても、混合感情の高・低による違いはみられなかった。

(ただし、混合感情高群・低群別での多重比較で調査時期による差が有意となるのは、水準を10%にした場合であった ($F_s(1,78) = 3.36, 3.28$))

空想的他者意識においては、混合感情の主効果が有意であった ($F(1,78) = 5.27, p < .05$)。また、調査時期×混合感情の交互作用が10%水準で有意であった ($F(1,78) = 2.79$)。下位検定の結果、2回目の調査において、混合感情高群が低群より空想的他者意識得点が有意に高かった ($F(1,156) = 7.40, p < .01$)。さらに混合感情高群において、1回目と2回目の差に有意な傾向がみられた ($F(1,78) = 3.49, p < .10$)。

自己意識・他者意識の変化について、以下にまとめる。自己意識は、感情経験の意識化の前後で変化がなかった。ただし、2回目の調査では、混合感情を強く感じていたかどうかによる違いが1回目より小さくなる尺度や大きくなる尺度があった。他者意識の場合は、調査時期の主効果や交互作用が有意または有意傾向であり、とくに混合感情高群において、1回目の調査と2回目の調査の間で下位尺度得点が上昇していた。

考察

本研究の目的は、第一に、ある特定の時点での感情の複雑性と自己意識および他者意識との関連を調査すること、第二に、感情経験の意識化が自己意識・他者意識に与える影響と、意識化された感情経験の内容による違いを検討することであった。

感情の複雑性と自己意識・他者意識との関連は、混合感情得点に関しては、ほぼ予測した通りであった。すなわち、混合感情と私的自己意識、公的自己意識、および内的他者意識、空想的他者意識との間に有意な正の相関がみられた。また、重回帰分析からも、自己意識や他者意識の程度に、混合感情を感じた程度が影響していることが、示唆された。言い換えると、様々な気持ちの入り混じった混合感情を強く感じるほど、自己意識、とくに自己の内面に注意を向ける私的自己意識が高く、また、他者の内面、外面に注意を向けたり他者のことについて回想・空想することが多くなると考えられる。

次に、感情経験の意識化の影響について考察する。感情経験の調査に参加した回数と他の得点との相関を見ると、予測に反して負の関係が示されていた。このような結果になったのは、分析の対象となった参加者の9割以上が調査参加回数3回と偏っていたためであろう。したがって、意識化の回数の影響については、再度調査を行う必要がある。ただし、主に混合感情を強く感じていた参加者において、感情経験を意識する必要がある調査に回答した後のほうが、他者意識は高くなっていた。上述のように、自己意識・他者意識調査の2回目の得点を従属変数とした重回帰分析で混合感

情の標準偏回帰係数が有意であったことを合わせて考えると、混合感情をより強く感じるような経験をするほど、あるいは混合感情を抱きやすい人ほど、他者意識がより高まりやすいと考えられる。

Kang & Shaver (2004) は、感情の複雑性が他者への共感や対人的適応をもたらすと考え、相関や重回帰分析によってそのことを確かめている。影響のプロセスとしては、日常生活において多くの異なった感情を経験したり、感情カテゴリーの間の微妙な違いを弁別できると、他者感情理解の基礎となる感情経験のレパートリーが多くなる、そしてその結果、共感性が高まり、より対人的に適応する、というものを想定している。本研究の結果は、これとは別のプロセスを示唆する。それは、感情の複雑性が高い人は他者に注意や関心を向けやすく、その結果、より敏感に他者の感情に気づきやすいというものである。おそらくこのプロセスが先にあり、続けてKang & Shaver (2004) の想定したプロセスが生じるのではないか。

以上のように、他者意識には感情経験の意識化や感情の複雑性が影響していることが示唆された。他方、自己意識については、感情経験を意識することの影響はほとんど見られなかった。

初心者と熟達者では、同じ課題環境におかれてもその環境に対する認知が異なり、熟達者は初心者には利用できないような重要で意味のある情報に気づきやすいということが、様々な領域において示されている (National Research Council, 2000 森・秋田(監訳)2002参照)。こうした認知の違いにはメタ認知が深く関わっていると考えられる (Bruer, 1993 松田・森(監訳)1997)。

本研究の参加者は心理学専攻ではなく、また、心理学の調査に参加した経験もほとんどなかった。さらに、質問紙に回答を求める際に、感情経験の調査と自己意識の調査を関連づけるような教示を行わなかった。そのため、参加者はメタ認知を十分に活用できるような状態になく、これらの調査を互いに無関係なもののみなして回答し、その結果自己意識の調査において大きな変化が見られなかったのかもしれない。また“あなたにどの程度当てはまりますか”と、特性を調べるような問い方であったため、3週間という短期間にほんの数回意識化を促しただけでは、特性が変化することはなく、そのために自己意識に変化が見られなかった可能性も高い。感情経験の調査に参加した回数と自己意識との間に正の相関が示されなかったのは、参加回数の偏りだけでなく、こうしたことも影響している可能性がある。以上の可能性は、他者意識にも当てはまるだろう。したがって、他者意識が変化したのは、単に感情を意識化したことによるのではなく、その経験の内容によってか、あるいは全く別の要因によるのかもしれない。ただし自己意識に関しても、公的

自己意識や社会的不安においては、混合感情の高群と低群の差に変化が見られたことから、意識化した感情経験の内容によって、変化に違いがある可能性は否定できない。いずれにせよ、本研究の結果のみから明確な結論を下すことは不可能であり、少なくとも手続きの改善が必須である。

なお、併存感情数の標準偏回帰係数は全下位尺度において有意ではなく、相関係数に関しても、予測された得点の一部との間においてのみ有意であった。Kang & Shaver (2004)でも、感情経験の幅は、対人的適応の測度を従属変数とした重回帰分析で有意な偏回帰係数を示さなかった。したがって、感情の複雑性の指標を見直すことも必要である。また、本研究での重回帰分析の結果、もっとも標準偏回帰係数が高かったのは1回目の対応する下位尺度であり、従属変数の変動のほとんどが、この変数によって説明されるといえる。

以上をまとめると、同時に経験する感情の種類や混合感情といった側面で捉えた感情の複雑性は、自己意識や他者意識と何らかの関係があり、複雑な感情を経験することは、特に他者意識に影響をおよぼすと考えられる。ただし、即時的で劇的な影響は期待できず、他により大きな影響力を持つ要因が存在する可能性がある。

ところで本研究では、思い出すのが辛く、苦痛を感じるような感情経験については意識化を求めなかった。したがって、当然のことながら、本研究の結果をこうした感情経験に適用できる範囲は非常に限られている。さらに、時と場合によっては、思い出すのが辛い経験を無理に意識化させることが新たな苦痛を生み出す危険性がある(岡野, 2003参照)。苦痛に向き合うことで成長する場合も、もちろんあるだろう。しかし倫理的な観点から考えても、感情経験、とりわけ極度にネガティブな感情経験の意識化や影響は、慎重に扱うべき問題であることは、いうまでもないことであり、上記のような危険性をはらんでいることは忘れてはならないと考える。

今後の課題

本研究は参加者が女性のみであった。したがって、まず、本研究で得られた結果が、男性にも当てはまるものなのかどうかを確かめる必要がある。

また本研究では、個々の感情を分けた分析は行わなかった。しかし、たとえば、自己意識感情は他の感情に比べて公的自己意識との関連がより強い、というような感情による違いがあるのではないだろうか。したがって、今後の研究課題として、感情による自己意識・他者意識との関係の違いを検討することもあげられよう。

感情の種類によっては、感情経験の意識化の影響が

異なることもあるかもしれない。この点についても、今後さらにデータを集め、詳細に分析する必要がある。

引用文献

- Bruer, J. T. (1993). *Schools for thought: A science of learning in the classroom*. Cambridge, Massachusetts: MIT Press. (ブルーアー, J. T. 松田文子・森 敏昭 (監訳)(1997). 授業が変わる 認知心理学と教育実践が手を結ぶとき 北大路書房)
- Cornelius, R. R. (1996). *The science of emotion: Research and tradition in the psychology of emotions*. New Jersey: Prentice-Hall. (コーネリアス, R. R. 齊藤 勇 (監訳)(1999). 感情の科学 心理学は感情をどこまで理解できたか 誠信書房)
- 遠藤利彦 (1996). 情動の生物学的基盤を問う 基本情動理論, 認知・社会的構成主義, 構成要素的アプローチ 土田昭司・竹村和久 (編) 感情と行動・認知・生理 感情の社会心理学 誠信書房 pp. 1-27.
- Goldstein, M. D. (1996). Degrees of independence: Individual differences in the relationship between positive and negative affect. *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering*, 57 (9-B), 5977. (UMI No. 9704428)
- 濱 治世・鈴木直人・濱 保久 (2001). 感情心理学への招待 感情・情緒へのアプローチ サイエンス社
- 樋口匡貴 (2002). 公恥状況および私恥状況における恥の発生メカニズム 恥の下位情緒別の発生プロセスの検討 感情心理学研究, 9, 112-120.
- Kang, S., & Shaver, P. R. (2004). Individual differences in emotional complexity: Their psychological implications. *Journal of Personality*, 72, 687-726.
- 小嶋佳子・森田愛子・松田文子 (2004). 感情の相互抑制に対する感情強度の影響 日本心理学会第68回大会発表論文集, 913.
- Lewis, M. (1992). *Shame: The exposed self*. New York: Free Press. (ルイス, M. 高橋恵子 (監訳)(1997). 恥の心理学 傷つく自己 ミネルヴァ書房)
- Lewis, M. (2000). The emergence of human emotions. In M. Lewis & J. M. Haviland-Jones (Eds.), *Handbook of emotions*. 2nd ed. New York: Guilford Press, pp. 265-280.
- Lewis, M., Sullivan, M. W., Stanger, C., & Weiss, M. (1989) Self development and self-conscious emotions. *Child Development*, 60, 146-156.
- 中島義明他 (編)(1999). 心理学辞典 有斐閣
- National Research Council (2000). *How People learn: Brain, mind, experience and school*. Expanded edition. Washington, D.C.: National Academy Press (米国学術研究推進会議 (編著) 森 敏昭・秋田喜代美 (監訳)(2002). 授業を変える 認知心理学のさらなる挑戦 北大路書房)
- 岡野憲一郎 (2003). 外傷概念の変遷と治療論のゆくえ DSMにおける PTSDをめぐって 臨床心理学, 3, 790-798.
- 下川昭夫 (1996). ポジティブ感情とネガティブ感情は常に独立か? 時系列データを用いた相互抑制モデルの検討 東京都立大学心理学研究, 6, 1-9.
- 辻 平治郎 (1993). 自己意識と他者意識 北大路書房

注

- 1 感情にかかわる用語は多様であり，英語では emotion, affect, feeling が，日本語では情動，情緒，感情が多く用いられている。これらの用語の範囲もまた研究者間で十分な一致が得られているとは言い難い。しかし，心理学辞典(中島他(編)，1999)によると，英語圏においては emotion が，日本語圏においては“感情”が，感情にかかわる最も包括的な用語として用いられている。そこで本論では，包括的な用語としての“感情”を使用することとした。
- 2 Lewis (1992) は，“意識”(consciousness) という用語には二通りの用法があって混乱を生むと述べ，代わりに“客体的

自己覚知”(objective self-awareness) を用いている。なおこの用語は，自己や自己が知っていること，自分が持っているプランや願望に注意を向ける有機体の行為，という意味で使われている。

付記

複数回にわたる調査に参加して下さった学生の皆様に，深く感謝いたします。

本論文のデータの一部は，日本教育心理学会第48回総会，日本心理学会第70回大会において発表した。

(平成18年9月19日受理)