

## 自動思考及び生理的変化における嫉妬と怒りの差異の検討

武田知也<sup>1)</sup> 細尾綾子<sup>1)</sup> 境 泉洋<sup>2)</sup>Examine to the relationship between anger and jealousy in terms of  
automatic thoughts and physiological changesTomoya TAKEDA<sup>1)</sup> Ayako HOSO<sup>1)</sup> Motohiro SAKAI<sup>2)</sup>

## Abstract

The purpose of this study was examine to the relationship between anger and jealousy in terms of automatic thoughts and physiological changes. The participants were 37 undergraduate students(14 males and 23 females). Measures used were the enviousness scale for elementary and junior high school pupils and the trait anger scale for the anger scales. The participants were divided into four groups (listed in order of anger, jealousy high-high , high-low, low-high, low-low ) on the basis of their average scores on the enviousness scale and the trait anger scale. The participants were presented with anger and jealousy situations which were made into recorded speech. Then, ventricular rate, anger and jealousy levels, and automatic thoughts among presented situations were measured.

Results showed that the ventricular rate in anger, jealousy situations were higher than the ventricular rate at rest. Moreover the ventricular rate in anger situations tended to be higher than in jealousy situations. Additionally, automatic thoughts at anger and jealousy situation were analyzed by text mining. Many of the automatic thoughts in anger situations were related to other people, and many of the automatic thoughts in jealousy situations were related to oneself, followed by a relation to others as a comparison. From these results, there was a difference between automatic thoughts in anger situation and automatic thoughts in jealousy situations.

Plutchilk(1980) pointed out that feelings other than the fundamental feelings were produced by a combination of fundamental feelings or fundamental feeling combined with other components. This study suggested that jealousy was evoked with anger through comparison with others.

KeyWords ; Anger, Jealousy, Automatic thoughts, Physiological changes.

<sup>1)</sup>徳島大学大学院総合科学教育部

<sup>2)</sup>徳島大学大学院ソシオ・アート・アンド・サイエンス研究部

### 【問題】

現代社会は制度上、全ての人が対等になる平等社会であり、他者と対等であるがゆえに、他者との比較を通して、嫉妬を感じるようになっていく。嫉妬は、対人関係における重要なキーワードである(坪田, 1993)。土居(1998)は、子ども同士のいじめの背景には、嫉妬が存在していることを指摘している。また小林(2008)では、社会的に機能し、かつ精神的に健康な大人でさえ、自らが持っていないものを持つ人が、身近にいることによって、嫉妬から理由のない嫌悪感、攻撃心が喚起され、その嫉妬が攻撃行動をもたらすことが明らかにされている。上記のことから嫉妬とは年齢に関係なく対人関係または社会への適応に影響を与えていると考えられる。

Shapteen & Schmalz(1988)は、被験者に過去に自分が嫉妬を感じた状況をくわしく書かせ、どのような感情が多くみられるかを検討したところ、全状況の約75%に怒りが含まれていたことを明らかにしている(White, 1989)。このことから嫉妬の喚起には、怒りが伴うことが考えられる。Salovey et al.(1984)は、嫉妬を感じた場合の対処方略として、怒りを制御する方略を用いる者ほど、嫉妬状況で感じる嫉妬が弱いことを明らかにしている。上記の事から嫉妬と怒りには関連があることが考えられる。そして嫉妬と怒りとの関連を検討する必要性が指摘されている(堤, 2006)が、従来の研究では、嫉妬に影響を与える要

因として検討された変数は、年齢と自尊心以外は、比較次元の重要性や自分と他者の親密度であり、嫉妬と怒りの関連をみた研究は少ない。

ところで嫉妬や怒りといった感情の喚起には認知的要因と生理的要因が関与しているとされている。Clore et al.(1987)は、感情は生理的反応、認知、行動から構成されると指摘しており、感情喚起における認知と生理的反応の重要性が示されている。さらにLazarus(1991)やRosenberg(1998)は、環境・状況に対する認知が、心理的反応である主観的体験としての感情、そして生理的反応として自律神経系による内的な身体変化に影響を与えていると指摘している。つまり状況に対する認知的評価が、感情の種類や強さ、興奮の程度に影響を与えていることを示している。これらのことから、嫉妬を喚起する状況と怒りを喚起する状況とでは、状況に対する認知やそれに伴う生理的反応が異なることが考えられる。よって本研究では、嫉妬喚起場面と怒り喚起場面における状況の認知と生理的反応を検討する。

小川ら(1996)や境ら(2005)では、感情生起に関する認知的変数の測度の1つとして、自動思考が用いられている。自動思考とは、ある刺激に対して自動的に思い浮かぶ考えのことであり、認知療法で用いられている非機能的思考記録表では、状況への認知として自動思考が用いられている。上記のことより本研究においては、嫉妬と怒りが喚起される状況における認知

を検討するために自動思考を用いる。

感情の中でも怒りは、認知的・生理的反応の相互作用およびその結果（行動的反応）として捉えられており（Eckhardt & Deffenbacher, 1995）、研究者によって検討がなされている。しかし、怒りと類似している嫉妬の認知面や行動面などの検討は非常に少なく、生理面に関しては検討がなされていないのが現状である。感情が喚起される際に、自律神経系の活動が高まり、心拍数の増加が生じることが明らかにされている。さらに心拍は、実験中感情喚起に伴う自律神経系の活動を連続的に捉えることができるという利点がある。これらのことを踏まえ、本研究では嫉妬と怒りの生理面として感情に伴う自律神経系反応である心拍を用い、嫉妬、怒り喚起場面における生理的变化として心拍数の変化についても検討する。

嫉妬がどのような心理的構造をもち、類似の怒り感情とどのような関連があるのかについて検討した研究が非常に少ないことをふまえ、本研究では嫉妬と怒りの認知面、生理面における差異を検討することを目的とし、以下の仮説を検証する。

- ①対人関係において生じる嫉妬と怒りには、正の相関がある。
- ②嫉妬喚起場面と怒り喚起場面における生理的变化（心拍）には差がある。
- ③嫉妬喚起場面と怒り喚起場面における自動思考には違いが生じる。

## [方法]

### 〈予備調査〉

実験で用いる嫉妬喚起場面、怒り喚起場面のシナリオ作成に用いるデータを収集するため予備調査を行った。

**調査対象者：**A 県内の大学に通う大学生 53 名（男性 9 名、女性 44 名、平均年齢 19.47 歳）であった。

**調査期間・手続き：**2009 年 7 月中旬に実施した。無記名による質問紙調査で行った。

### 質問紙の構成（提示順）：

- ①. フェイスシート：性別、年齢、学部、学科の順で回答を求めた。
- ②. 怒りを感じた場面に関する質問：「最近生活する中で最も怒りを感じた場面をできるだけ詳細に記述してください。」という指示に対して、自由記述で回答を求めた。
- ③. 嫉妬を感じた場面に関する質問：「最近生活する中で最も嫉妬を感じた場面をできるだけ詳細に記述してください。」という指示に対して、自由記述で回答を求めた。

### 予備調査の結果

収集された各感情喚起場面は、実験者の主観を除くため、実験協力者である学部生 3 名（女性 2 名、男性 1 名）により KJ 法を行った。その結果、嫉妬場面は 8 グループに、怒り場面は 14 グループに分類された。そこからグループを構成する要素数の多いグループを参考に場面を作成した。その後、各感情喚起場面を実験協力者である学部生 7 名（男性 2 名、女性 5 名）

によって音声化し、IC レコーダーに録音した。練習場面、怒り喚起場面は、登場人物が男女各 1 名ずつの計 2 人であるため、性別ごとに作成しなかったが、嫉妬喚起場面は、比較対象を仲のいい友人 2 人の会話としたため、場面の内容は変えず、男性の被験者の場合は男性 2 人に、女性の被験者の場合には女性 2 人による会話が録音された。

#### 〈本実験〉

**実験協力者：**大学生 169 名（男性 50 名、女性 56 名、不明 63 名、平均年齢 20.16 歳）を対象にスクリーニングを行った。怒り尺度（鈴木ら，2001）の特性怒り尺度の平均得点 23.53 点、児童生徒用妬み傾向尺度の平均得点 13.11 点を基準に、4 群（高高 11 人・低低 10 人・高低 8 人・低高 8 人）が構成されるように被験者計 37 名（男性 14 名、女性 23 名）を抽出した。

**実験計画：**群 4（嫉妬，怒りの順に高高群，高低群，低高群，低低群；between）×場面（嫉妬喚起場面，怒り喚起場面；within）の 2 要因混合計画の分散分析を行った。実験は、徳島大学総合科学部人間科学分野における研究倫理審査委員会の承認を得て、2009 年 12 月の中旬に徳島大学総合科学部心理学実験室第 3 実験室で実施された。

#### 測定：

I. 怒り尺度（鈴木ら，2001）の特性怒り尺度：本研究では怒り尺度の内、特性怒りを測定する尺度を用いた。全 12 項目を 4 件法で測定する。

II. 児童・生徒用妬み傾向尺度（澤田・新井，2002）：妬み傾向を測定する尺度。児童・生徒用に作成された尺度ではあるが高校生以上の実施も可能である。全 8 項目を 5 件法で測定する。  
III. 嫉妬・怒りを喚起した程度を 0～100 で問う項目

#### ● 嫉妬が喚起された程度に関する質問

「今、あなたは嫉妬感情をどれくらい感じていますか？全く感じていない状態を 0、これ以上ないくらい感じている状態を 100 としてお答えください」

#### ● 怒りが喚起された程度に関する質問

「今、あなたは怒り感情をどれくらい感じていますか？全く感じていない状態を 0、これ以上ないくらい感じている状態を 100 としてお答えください」

IV. III の質問に嫉妬・怒り喚起場面における自動思考に関する自由記述を問う項目

「今の場面を聞いて、あたまに浮かんだ考えをできるだけ多く、詳細に記述してください」

回答例：「うるさい」、「なぜそんなことをいうんだ」

V. 予備調査を基に作成した場面を音声化した嫉妬・怒り喚起場面（男女用）：表 1 に各感情喚起場面を示す。

VI. バイタルモニター・プロコンポ・インフィニティー指尖容積脈波（Blood Volume Pulse; BVP）：心拍変動の解析方法の 1 つであるパワース

ペクトラル分析では、心拍は3つの成分に分類されている。低周波成分であるVLF (0-0.05Hz)は、主に交感神経、一部副交感神経によって影響を受け、中間周波数成分であるLF成分 (0.05-0.20Hz)は、交感神経と副交感神経によって影響を受け、高周波成分であるHF成分 (0.20-0.35Hz)は、呼吸によって生じる副交感神経活動によって影響をうける。Nickel et al.(2000)は、0.1Hz周辺が情動的ストレス反応という精神的負担と対応していることを指摘している。そこで本研究では、心拍数のLF成分を統計にかけた。

VII. 喚起した感情状態を実験前の状態に戻すためのデブリーフィング用の音楽:慣れ親しんだ音楽や聞き覚えのある音楽が癒しの力があるという先行研究の結果(日野原, 1996)から実験者が選んだものの内から実験協力者である学部生4名(男性2名, 女性2名)に選択されたピアノ音楽。

- 鳥の人(映画「風の谷のナウシカ」の挿入歌)
- おかあさん(映画「となりのトトロ」の挿入歌)
- 旅立ち(映画「魔女の宅急便」の挿入歌)

(「ワンランク上のピアノ・ソロで弾くスタジオジブリ」収録曲, 発行所; 株式会社デプロ)

**実験手続き:** 実験開始前に、本研究の目的や危険性などについての説明を

行い、被験者の同意を得た上で実験参加同意書に署名をしてもらった。次に実験の手順・方法などについて簡単な説明を行ったうえで、練習場を被験者に聞いてもらった。そして、今怒りと嫉妬をどの程度感じているのかを確認するため、怒りを感じる程度、嫉妬を感じる程度を0~100で回答を求めた。その後、喚起した感情状態を実験前の状態に戻すために、デブリーフィングの音楽を聴いてもらい、再度今怒りと嫉妬をどの程度感じているのかを確認するため、怒りを感じる程度、嫉妬を感じる程度を0~100で回答を求めた。そして心拍を測定する機器を利き手ではない手のひとさし指に装着し、被験者に目を閉じて5分間安静にしてもらい、安静時の心拍を測定した。その後、2つの場面(嫉妬喚起場面・怒り喚起場面)をテープに録音したもののうちの1つを聞いてもらった。次に、頭に浮かんでいる考えや気持ちについて回答を求めると同時に、各感情をどの程度感じたかを確認するため、各感情を感じた程度を0~100で回答を求めた。回答終了後ふたたびデブリーフィングの音楽を聞いてもらった。この手続きをもう1つの場面でも繰り返した。そして最後に事後説明を実施した後、実験を終了した。また怒り喚起場面・嫉妬喚起場面の提示順序に関しては、カウンターバランスをとった。実験手続きを表.2に示す。

表. 1 各感情喚起場面

練習場面(モデル提示)  
 ナレーター:「リラックスしてイスに座り、目を閉じてください。あなたが食堂にいるところを想像してください。あなたが食事をしていない男女の会話が聞こえてきました。その二人は、あなたの知らない先生について話しています。これから聞こえてくるのはその男女の会話です。」  
 男子生徒:「あの先生の出す宿題の量って半端じゃないよね。あんなに宿題のでる授業受けたことねーよ」  
 女子生徒:「そうだよー。だいたい、あの先生現実ってものを知らないのよ。一日に3章以上読めって言うでしょ？毎日3章読むのだから無理だわ」  
 男子生徒:「そうそう。それに一冊がめちゃくちゃ長い上に、面白くないじゃん」  
 女子生徒:「(笑い)そうだよ。授業と一緒に、あの先生、ただ読むだけだもんね」  
 男子生徒:「そうそう。それに、あいつずっと同じ調子で話すじゃん。『じゃ、教科書開いて』(平坦な声で)とかいって」  
 女子生徒:「そう。どうやってあの先生のやっていることに興味もてていうんだ」  
 男子生徒:「うん、あいつの授業でたら、俺すぐ寝ちゃうもん」  
 女子生徒:「ホントに。私いつもお昼の後だから、起きとくのにすごく苦労する」  
 男子生徒:「それにあいつのテスト。どうやってあの問題解けていうんだらう？」  
 女子生徒:「ホントに。本5、6冊読まなきゃいけないのに、何勉強すればいいのかわかんないよね」

怒り喚起場面  
 ナレーター:「リラックスしてイスに座り、目を閉じてください。あなたが図書館にいるところを想像してください。あなたが勉強をしていると知らない男女の会話が聞こえてきました。その二人は、今朝起こった出来事について話しています。これから聞こえてくるのはその二人の会話です。」  
 男子生徒:「今朝さあ、めちゃくちゃむかつくことが起きたんだあ」  
 女子生徒:「え？なにに？」  
 男子生徒:「チャリで学校きてたら、前からおばちゃん突っ込んできてさあ、俺がはしっこにずれたんだけど、そのおばちゃんまっすぐ突っ込んできたから、ぶつかっただよ」  
 女子生徒:「マジで？そこよけろって感じたよね、ついてなかったね」  
 男子生徒:「マジついてないよ。聞いてくれよ。しかもそのおばさん、俺謝ったのに謝らないの。それどころか、逆切れしてきて、チャリが壊れたから修理代払って、名前と電話番号とどこに通ってんのか聞いてきたんだぜ」  
 女子生徒:「ありえないよね～、マジそのおばさんうざいね。で教えたの？」  
 男子生徒:「教えず逃げようとしたら追いかけてきてさ、結局教えたよ。マジ最悪だよ」  
 女子生徒:「そのおばさんホント非常識だよ。で結局払うの？」  
 男子生徒:「最終的に番号教えちゃったし、絶対かかってくるから払うかないよ。」(ため息)「はあ～」  
 女子生徒:「最悪の一日だね」

嫉妬喚起場面

ナレーター:「リラックスしてイスに座り、目を閉じてください。今あなたの手元には、あなたが3ヶ月前からコツコツと努力してきたTOEICが返ってきました。点数は450点であなたはお満足しています。あなたの隣であなたの仲の良い友人がテストについて話を始めました。これから聞こえてくるのはその二人の会話です。」

友人1:「TOEIC返ってきたあ〜？」

友人2:「返ってきた返ってきた。まあ勉強してない割にはそこそこ点数とれたよ。」

友人1:「マジで？何点だった？」

友人2:「500。まあこんなもんかぞろ」

友人1:「500？マジで？(笑い)。」

友人2:「何笑ってたんだよ？お前何点だったんだよ？」

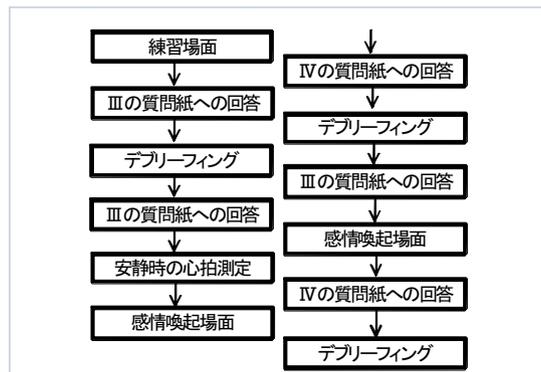
友人1:「650(笑い)。今回超簡単だったよな(うかれ声)。」

友人2:「なんだよお前。全然勉強してないって言ってたじゃん。てかその点数だったら、来年英語の講義うけなくていいじゃん。」

友人1:「勉強なんて全然してないよ。そうだった。そうだった。TOEICでいい点とりゃあ確か2単位ももらえるんだっけな。今回は超簡単だったからみんな単位とれるつよ。」

友人2:「(はいはい)。そうですね。賢い人(はい)ですね。(平坦な口調で)」

表. 2 実験手続きのフローチャート



**[結果]**

1. 実験に用いた場面の妥当性の検証  
 実験に用いた各感情喚起場面の妥当性を検討するため、各感情喚起場面の前後で喚起された感情の程度を対応のある  $t$  検定によって比較し、場面の妥当性を検討した。  $t$  検定の結果を表. 3 に示し、怒り喚起場面、嫉妬喚起場面における各感情を感じる程度の変化量を図. 1, 2 に示す。  $t$  検定の結

果、怒り喚起場面における怒り post 得点( $t(37)=-10.31, p<.001$ ), 嫉妬 post 得点( $t(37)=-3.00, p<.01$ ), 嫉妬喚起場面における怒り post 得点( $t(37)=-8.99, p<.001$ ), 嫉妬 post 得点( $t(37)=-7.39, p<.001$ )がいずれの pre 得点よりも有意に高く、怒り喚起場面、嫉妬喚起場面において両感情が喚起されていたことが示された。

表. 3 各感情喚起場面における嫉妬・怒りを感じる程度の平均の差

	pre	post	標準偏差	$t$ 値	
怒り喚起場面(怒り)	0.00	38.49	21.53	-10.31	***
怒り喚起場面(嫉妬)	0.00	5.41	10.95	-3.00	**
嫉妬喚起場面(怒り)	0.27	38.51	27.22	-8.99	***
嫉妬喚起場面(嫉妬)	0.84	33.92	25.88	-7.39	***

\*\*\* $p<.001$  \*\* $p<.01$

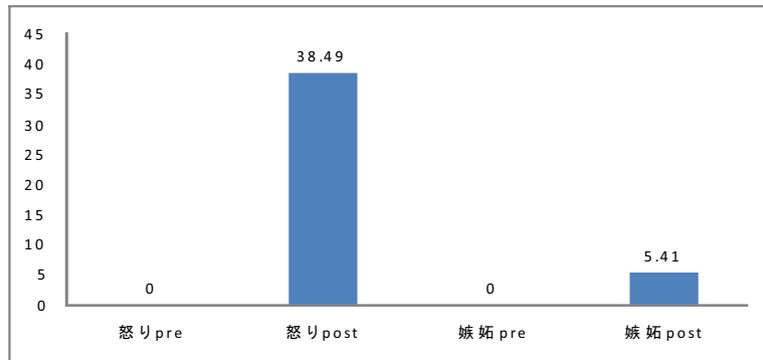


図. 1 怒り喚起場面で各感情を感じる程度の変化量

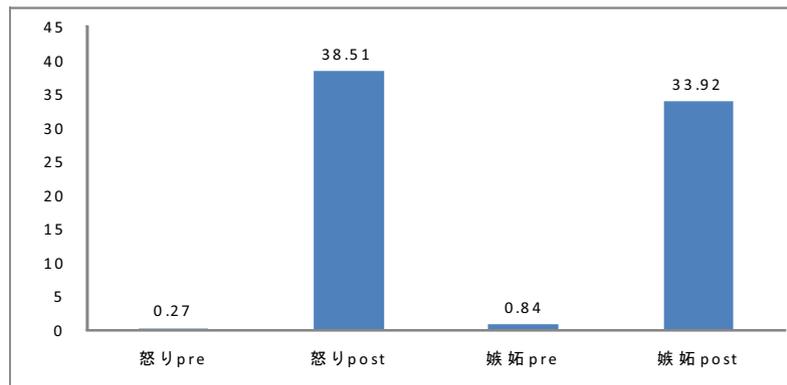


図. 2 嫉妬喚起場面で各感情を感じる程度の変化量

2. 心拍数の変化と感情が喚起される程度との関連

心拍数の変化を比較するため、平均心拍数を従属変数とした群 4×場面の 2 要因混合計画の分散分析を行った。その結果、場面の主効果(F (2, 32) =15.71,  $p<.001$ )のみが認められた。その後、場面の主効果について LSD 法による多重比較を行ったところ、安静場面よりも嫉妬喚起場面・怒り喚起場面で平均心拍数が有意に高く( $p<.05$ )、嫉妬喚起場面と怒り喚起場面では、怒り喚起場面で平均心拍数が有意に高い傾向( $p<.10$ )が認められた。

次に心拍数の変化と各感情を感じる程度との間で、Pearson の相関係数を算出した。心拍数の変化量は、怒り喚起場面・嫉妬喚起場面の平均心拍数から安静時の平均心拍数を引いたものを用いた。怒り喚起場面における心拍の変化量は、怒りを感じる程度、嫉妬を感じる程度と相関がみられなかった。表.4 に結果を示す。

嫉妬喚起場面における心拍の変化量と、怒りを感じる程度、嫉妬を感じる程度との間では、怒りを感じる程度と嫉妬を感じる程度において、 $r = .52(p<.01)$ で正の相関が認められた。表.5 に結果を示す。

表4 心拍の変化と感情を感じる程度との相関(怒り喚起場面)

	心拍の変化	怒り喚起場面(怒り)	怒り喚起場面(嫉妬)
心拍の変化		0.13	-0.18
怒り喚起場面(怒り)	0.13		0.14
怒り喚起場面(嫉妬)	-0.18	0.14	

\*\* $p<.001$  \*\* $p<.01$

表5 心拍の変化と感情を感じる程度との相関(嫉妬喚起場面)

	心拍の変化	嫉妬喚起場面(怒り)	嫉妬喚起場面(嫉妬)	
心拍の変化		0.22	0.03	
嫉妬喚起場面(怒り)	0.22		0.52	**
嫉妬喚起場面(嫉妬)	0.03	0.52		**

\*\* $p<.001$  \*\* $p<.01$

### 3. 自動思考の分類

各感情喚起場面ごとに自動思考を分類するため、WordMiner を用いてテキストマイニングを行った。その結果、怒り喚起場面、嫉妬喚起場面において 22 の単語が抽出された。その上位 6 つの単語を表. 6 に示す。怒り喚起場面では、「図書館でしゃべるな」や、相手の話し方、「うるさい」など、他者に関する自動思考が多かったのに対し、嫉妬喚起場面では自分の点数・頑張りなど、自己に関する自動思考が多く、その次に比較対象としての

他者に関する自動思考が多く認められた。これらの結果から、怒り喚起場面と嫉妬喚起場面において自動思考に違いがあると言える。

次に自動思考を群ごとに分類し各感情喚起場面ごとに対応分析を行い、布置図を作成した。その結果、怒り喚起場面では、群間での自動思考にばらつきが認められなかったが、嫉妬喚起場面では、群間で自動思考にばらつきが認められた。各場面ごとの自動思考の布置図を図. 3,4 に示し、特徴的な自動思考を円で囲んで示す。

表. 6 各感情喚起場で抽出された単語

怒り喚起場面		嫉妬喚起場面	
構成要素	サンプル度数	構成要素	サンプル度数
図書館	15	自分	18
話し方	11	他人	14
うるさい	9	点数	13
悪い	6	うらやましい	10
非常識	6	勉強	10
かわいそう	5	うるさい	7



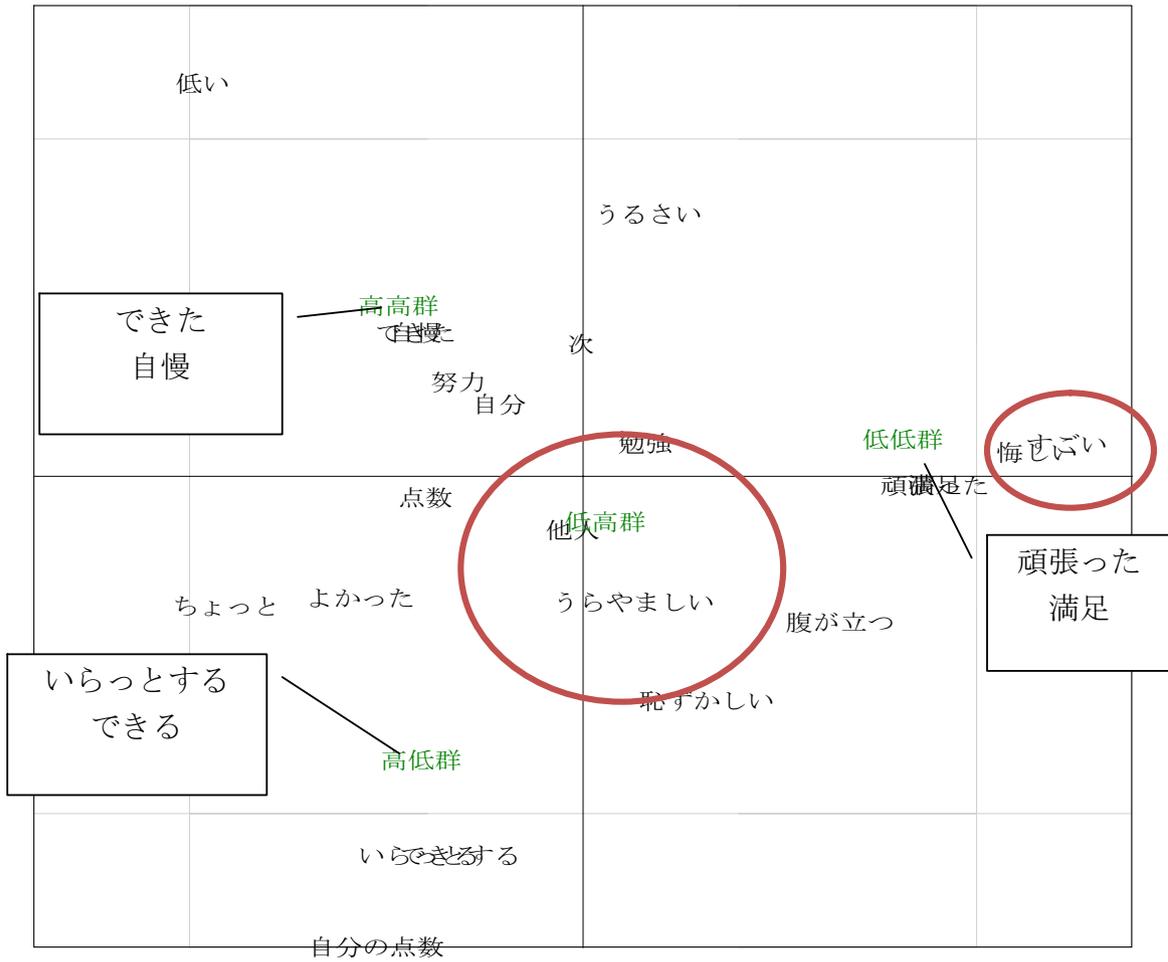


図.4 嫉妬喚起場面での布置図

## [考察]

本研究の目的は、嫉妬と怒りとの関連を自動思考、生理的变化の観点から検討することであった。本研究から、怒り喚起場面では怒りが主に喚起されるのに対し、嫉妬喚起場面においては、嫉妬と同時に怒りが喚起されることが示された。また、嫉妬喚起場面、怒り喚起場面の心拍数は、安静時の心拍数よりも有意に上昇し、怒り喚起場面の心拍数が嫉妬喚起場面の心拍数よりも有意に高い傾向が示された。さらに、怒り喚起場面にみられた自動思考には、「非常識」や「うるさい」といった原因帰属を他者にしているものが多く認められたのに対し、嫉妬喚起場面の自動思考は、他者と比較をしている自動思考が多くみられ、相手を「うらやましい」または「すごい」、また自分の点数を「恥ずかしい」と認知しており、嫉妬喚起場面と怒り喚起場面における自動思考に違いが示された。

怒り喚起場面では怒りが主に喚起されるのに対し、嫉妬喚起場面においては、嫉妬と同時に怒りが喚起されることが示された。Shapteen & Schmalz(1988)は、嫉妬を感じた状況の75%に怒りが含まれていたことを明らかにしている(White, 1989)。本研究でも同様の結果が得られた。これらのことより、嫉妬とは怒りを伴う感情であることが考えられた。

さらに怒り傾向・妬み傾向の高低に関わらず、怒り・嫉妬喚起場面において安静時よりも心拍が上昇したこと

が示された。嫉妬喚起場面では、嫉妬感情とともに怒り感情が喚起されており、単に怒りの効果によって心拍が上昇したのではないかと考えられる。この点について、高木ら(2006)は、怒りの喚起には、立毛、発汗、心拍・血圧の増加などの生理的・身体的反応が生じるが、これは怒りという感情の必要条件であると指摘している。しかし、怒り喚起場面と嫉妬喚起場面の怒りを感じる程度の平均は、怒り喚起場面(38.49)、嫉妬喚起場面(38.51)と差が認められなかったのに対し、怒り喚起場面の平均心拍数のほうが高い傾向が見られた。これは、嫉妬という感情が影響を与えているのはいかと考えられる。Ortony, A & Turner(1990)は、生理的反応である交感神経の活動パターンは特定の情動に依存しているのではなく、状況に対する評価に影響を受けるということを指摘している。このことから嫉妬喚起場面と怒り喚起場面の状況に対する認知の違いが心拍の差をもたらしたのではないかと考えられる。

次にテキストマイニングによって怒り喚起場面と嫉妬喚起場での自動思考を分析したところ、怒り喚起場面にみられた自動思考には、非常識やうるさいといった原因帰属を他者にしているものが多く認められた。これは坪田(1993)の外的なものに原因帰属するほど、怒り感情が増幅すると指摘した先行研究と同様の結果を得た。しかし、自動思考を4群比較したところ自動思考は中心に集まっており、群

間であまりばらつきがみられなかった。このことから怒りを感じた時に生じる自動思考に怒り傾向の高低が関与していないと考えられる。

嫉妬喚起場面の自動思考は、他者と比較をしている自動思考が多くみられ、相手をうらやましいまたはすごい、また自分の点数を恥ずかしいと認知していたことが示された。内海(1999)は、嫉妬の要素としてうらやましさを指摘しており、本研究でも同様の結果が得られた。この結果から嫉妬とは、比較をとおして喚起される感情であることが考えられた。また群間で嫉妬喚起場面の自動思考を比較すると群間でばらつきが認められた。怒りが低く嫉妬が高い群では、他の群と比較して、他者と比較をしている自動思考が多くみられ、相手を「うらやましい」や「すごい」、また被検者が自身を「恥ずかしい」と認知していたことが示された。このことから嫉妬場面における自動思考は、嫉妬傾向の高低によって、嫉妬喚起場面という状況の認知内容が異なるのではないかと考えられる。

本研究の結果、嫉妬と怒りとの間には、自動思考においてのみ明確な違いが認められた。Plutchik(1980)は、基本感情が複数結合することで、あるいは基本感情と他の要素が組み合わさることで、基本感情以外の感情が生み出されることを指摘している。本研

究の結果から嫉妬とは、怒りと羨望、恥が絡み合った複雑な感情であると考えられる。つまり嫉妬とは、他者との比較で喚起され、怒りとともに喚起される感情であるということが示唆された。

本研究の結果から嫉妬と怒りには感情喚起場面における状況の認知に違いが認められるが、嫉妬が他者との比較により怒りとともに喚起されるということが示唆された。感情喚起に関する認知面や生理面の必要性や嫉妬が怒りと関連があることは先行研究で指摘されていたが、嫉妬の認知面や生理面の検討や嫉妬と怒りにどのような関連があるのかということを検討した研究は少なく、本研究の結果から嫉妬の認知面や生理面および嫉妬と怒りとの関連に重要な知見が与えられたといえる。今後の課題は、性別によって比較を行うことである。高橋(2009)は、男女間で、嫉妬に関連する脳活動に男女差を指摘し、男性は怒りと関連する部位が強く反応することを明らかにしている。このことより男女間で、嫉妬を喚起した際の怒りの喚起および程度に違いが生じることが考えられる。よって今後は、嫉妬と怒りの関連において性差を含めたさらなる検討が必要であると考えられる。

引用文献

- Clore, G. L., Ortony, A., & Foss, M. A. 1987 The psychological foundation of the affective lexicon. *Journal of Personality and Social Psychology*, **53**, 751-766
- Eckhard, C. I. & Deffenbacher, J. L. 1995 Diagnosis of Anger Disorders. In Kassino, H(Eds.) *Anger disorders: Definition, diagnosis, and treatment* Pp109-128
- 土居健朗 1998 「甘え」と「妬み」 児童心理, **52(7)**, 1-11
- 日野原重明 1996 音楽の癒しの力 春秋社, Pp24
- 小林奈穂美・神村栄一 2008 嫉妬心の自己コントロールを支援する 児童心理, **62(8)**, 29-34
- Lazarus, R. S. 1991 Cognition and motivation in emotion. *American Psychologist*, **46**, 352-367
- Nickel, P. & Nachreiner, F. 2000 Psychometric properties of the 0.1Hz component of HRV as an indicator of mental strain. *Proceedings of the IEA 2000/HFES 2000 Congress*, **2**:747-750
- 小川恭子, 上里一郎, 嶋田洋徳 1996 青年期における自動思考と情動反応性が対人不安に及ぼす影響 日本行動療法学会大会発表論文集, **22**, 92-93
- Ortony, A. & Turner, T. J. 1990 What's Basic About Basic Emotions? *Psychological*, **97(3)**, 15-331
- Rosenberg, E. L. 1998 Levels of analysis and the organization of effect. *Review of general psychology*, **2**, 247-270
- Plutchik, R. 1989 A general psychoevolutionary theory of emotion In Plutchik, R. & Kellerman, H.(Ed) *Emotion theory, research, and experience* The Academic Press Pp3-33
- 境 泉洋・川瀬英里・下津咲絵・坂野雄二 2005 怒り喚起状態における自動思考と行動が怒り低減に及ぼす影響—Thought List 法による検討—, *早稲田大学臨床心理学研究*, **4(1)**, 69-80
- Salovey, P., & Rodin, J. 1984 Coping with envy and jealousy. *Journal of Social and Clinical Psychology*, **7(1)**, 15-33
- 澤田匡人・新井邦二郎 2002 児童・生徒用妬み測定尺度の作成 筑波大学心理学研究, **24**, 219-226
- Sharpsteen, D. j. & Schmalz, C. M. 1988 Romantic jealousy as a blended emotion. In White, G. L. & Mullen, P, E.(Eds) *JEALOUSY Theory, Research, and Clinical Strategies* The Guilford Press Pp9-58
- 鈴木 平・橋本 通・根津金男・春木 豊 2001 怒り尺度の標準化:その 3

- 日本健康心理学会大会発表論文集 2001, **14**, 234-235
- 高木 修・阿部晋吾 2006 関西大学「社会学部紀要」, **37(2)**, 71-86
- 高橋英彦 2009 情動の脳内機構：妬み BRAIN MEDICAL, **21(4)**, 57-61
- 坪田雄二 1993 原因帰属が社会的比較によって生じる嫉妬感情に与える影響 実験社会心理学, **33**, 60-69
- 堤 雅雄 2006 嫉妬と自己愛：自己愛欲求が嫉妬感情を喚起させるのか 島根大学教育学部紀要（人文社会科学）, **39**, 39-43
- 内海新祐 1999 妬みの主観的経験の分析心理臨床研究, **17(5)**, 487-496

(受付日2010年9月30日)

(受理日2010年10月12日)