

機関番号：16401

研究種目：若手研究 (B)

研究期間：2008～2010

課題番号：20730404

研究課題名 (和文) 怒り経験における謝罪と許しの関連

研究課題名 (英文) Relation between apology and forgiveness in anger experience

研究代表者

日比野 桂 (HIBINO KEI)

高知大学・教育研究部人文社会科学系・准教授

研究者番号：90431668

研究成果の概要 (和文)：

本研究の目的は「怒りの対象の行動」と「許し」の観点から、怒り経験に関する検討を行うことであった。研究の結果、怒り喚起者は許していないときは、相手の話を黙って聞いたり、その出来事が二度と起こらないようにしたり、相手を避けたりしていることが示された。一方、怒り対象者は、攻撃行動や攻撃の転嫁、回避逃避、社会的共有をしていることが示された。さらに、相手が謝罪した場合は、説明よりも許しやすく、その後の関係も続きやすいことが示唆された。

研究成果の概要 (英文) : The purpose of this study is from a viewpoint of "behavior of anger-target" and "forgiveness" to examine the anger experiences. The results were as follows. When anger rouser didn't forgive, he became silent and heard anger target's explanation, made the episode never happen, and avoided the anger-target. On the other hand, anger target behaved aggression, displacement to object, avoidance, and social sharing. In addition, it was suggested that it was easy to forgive anger target who apologized than one who explained, and the relation afterwards continued easily.

交付決定額

(金額単位：円)

	直接経費	間接経費	合計
2008年度	600,000	180,000	780,000
2009年度	600,000	180,000	780,000
2010年度	600,000	180,000	780,000
年度			
年度			
総計	1,800,000	540,000	2,340,000

研究分野：社会心理学・感情心理学

科研費の分科・細目：心理学・社会心理学

キーワード：怒り、謝罪、許し

## 1. 研究開始当初の背景

怒り感情や衝動的な怒りの表出としての攻撃行動に関する従来の研究では、主に、その原因や促進要因に関する検討が行われてきた (例えば, Averill, 1982; 大淵・小倉, 1984)。しかし、怒りや攻撃の原因・促進要因は数多く存在しており、これらを追究・除去することで怒りの制御を試みる方法には

限界があると考えられる。むしろ、怒り感情そのものに注目し、喚起された怒り感情の鎮静化あるいは抑制について検討することで、攻撃行動の抑制、そして、適切な怒りの処理としての“怒りコントロール”に関する示唆につながると考えられる。

そこで、本研究課題の研究代表者は、喚起された怒り感情の鎮静化あるいは抑制とい

う観点から研究を行った。まず、怒り経験後に怒りとともに喚起される感情と怒り経験後の行動を明らかにした。次に、生じた怒り感情が鎮静化していくまでのプロセスに注目し、感情・認知・行動などの他側面から検討を行った。その結果、怒り経験後の鎮静化過程については、時間経過に伴い、感情・認知・行動の関係性が異なるため、怒りコントロールの検討の際には、鎮静化過程の時系列的な変化を考慮する必要性が示唆された。これらの結果を元に、怒り経験後の鎮静化プロセスについて、認知・行動の変容、攻撃行動の促進・抑制要因、攻撃行動への対処目的とその方法、の3点から整理した。

研究代表者が示した鎮静化のプロセスは、怒りを喚起した際に、自らの怒りを処理するためのプロセスである。しかしながら、怒り経験の多くは、自分以外の個人が対象となりやすく、その際、怒りを喚起した側の行動だけではなく、怒りの対象となった相手の行動も怒りの鎮静に大きな影響を与えることが考えられる。また、怒りの対象に関しては、友人などの身近で親密な人が対象となりやすく (Averill, 1982 ; 大淵・小倉, 1984), 怒りを感じる体験をした際には、自分の中の怒りをどのように和らげるか、と同様に、「いかに怒りを感じた相手と今後も関係を続けていくか」も重要となる。日常生活において感じる怒りの多くは、他の人との間に摩擦や葛藤を感じる経験であり、葛藤を感じた際に、相手との関係を維持したいと思うことは、許しと関係することが示されている (高田・大淵, 2002)。

怒りのような対人的な葛藤場面において、その葛藤を解決するために様々な行動が行われているが、その行動の一つに謝罪がある。謝罪とは、自分の行動に対する責任を認めることであり、最も頻繁に用いられる方略である (Gonzales, Pederson, Manning, & Wetter, 1990)。また、謝罪により相手の攻撃性の低減や自分のネガティブな印象の改善につながる事が明らかとなっている (Ohbuchi, Kameda, & Agarie, 1989)。

謝罪は許しの関係については、親しい人の間に葛藤を感じた際に謝罪が、許しにつながる事が示されており、この際、謝罪は、自分への共感 (特に感情的な共感) を通して、相手の許しを促していることが示唆されている (McCullough, Worthington, & Rachal, 1997)。

従来の研究では、怒りを喚起した者の感情や行動に注目しており、怒りの対象の行動に関しては、あまり注目してこなかった。しか

しながら、怒り経験の多くが親密な他者との葛藤経験であることを考えれば、怒り対象の行動にも焦点をあてることで、怒りに関して更なる知見を積み重ねることができると考えられる。そこで、本研究では、怒り経験時の「怒りの対象の行動」と怒りの鎮静化プロセスの最終目標である「許し」に注目し、研究することを目的とする。なお、その際、相手の行動として、謝罪行動に特に焦点をあてて検討を試みる。

## 2. 研究の目的

本研究の目的は「怒りの対象の行動」と「許し」の観点から、怒り経験に関する検討を行うことである。その際、特に謝罪に注目し、検討を試みる。まず、日常における謝罪経験について、謝罪した側、された側の両面から基礎的な検討を行う。その上で、怒り経験時に怒りの対象が謝罪した場合の影響について検討する。また、謝罪以外の行動についても検討を行う。「怒りの対象の行動」について検討するため、「他者の怒りの経験」について基礎的な検討を試みる。これらの研究結果をもとに、最終的には「怒り経験時の相手の行動が許しに及ぼす影響」について明らかにする。

## 3. 研究の方法

### 【研究1：日常的な謝罪経験】

**調査対象者** 大学生 67名

**質問紙の構成** 「謝罪した場面」と「謝罪された場面」について、具体的な出来事を1つずつ想起した上で、それぞれの出来事について、次のような質問への回答を求めた。

(1) **出来事, 相手, 謝罪理由**: 具体的に回答 (固有名詞を除く)。「謝罪された場面」の謝罪理由は、「なぜ相手が謝ったのか」についてその考えられる理由の回答を求めた。

(2) **感情**: 謝罪した (された) 前後に感じていた感情について、具体的に回答。

(3) **行動**: 謝罪した (された) 後の相手 (自分) の行動について、具体的に回答。

### 【研究2：怒りの対象となった経験】

**調査対象者** 大学生 41名

**質問紙の構成** 他者の怒りの対象となった経験について、具体的な1つの出来事について想起してもらい、感情や行動について対のような質問を行った。

(1) **出来事, 相手**: 具体的に回答 (固有名詞を除く)。

(2) **感情**: 相手から怒りを向けられた際に感じた感情について、具体的に回答。

(3) **行動**：その出来事の際、どのような行動を行ったのか具体的に回答。その上で、相手の怒りをもっとも緩和行動ともっとも増幅行動について回答を求める。

【研究3・研究4：怒り経験時の謝罪の影響】

**調査対象者** 謝罪された経験は大学生160名、謝罪した経験は大学生159名。

**質問紙の構成** まず、具体的な1つの出来事について想起させ、感情・認知・行動について質問を行った。

- (1) 出来事、相手：具体的に回答。
- (2) 感情：むかついた、後悔したなどの項目に関して喚起した程度。
- (3) 認知：肥大化、客体化、自責化、終息化の項目について、それぞれ当てはまる程度。
- (4) 行動：怒り喚起、怒り対象の両者が実際に行った行動について、その程度。
- (5) 謝罪：謝罪の時期について回答。
- (6) 許し：怒り喚起者が怒り対象を許している（と思う）かどうか4段階で評定。
- (7) その後の関係性：経験後の相手との関係性の変化について、4段階で評定。

【研究5：怒り経験時の相手の行動が許しに及ぼす影響（場面想定法）】

**調査対象者** 大学生212名。

**質問紙の構成** まず、具体的な1つの出来事を提示し、感情・認知・行動などについて質問を行った。その後、相手の行動を提示し、さらなる回答を求めた。

- (1) 感情：むかついたなどの項目に関して喚起した程度。
- (2) 認知：肥大化、客体化、自責化、終息化について当てはまる程度。
- (3) 行動：その出来事に関して自分が行うと思われる行動（攻撃行動など）の程度。
- (4) 許し：怒り場面と相手の行動を含め、相手を許せるかどうか4段階で評定。

※全ての研究において、調査用紙は講義中などを利用し、配布した。配布の際は研究目的の説明を行った上で、同意を得ている。また、回収は、無記名・厳封した形で行い、プライバシーに配慮した。

4. 研究成果

【研究1】

謝罪経験では、自分が謝罪した経験について、相手から許し得られない場合もあることが示された。また、自分の感情としても、謝罪することによりネガティブな状態から抜け出していることが多い一方、不安や罪悪感を喚起することも示唆された。逆に、謝罪された場合、許しや不快の軽減を感じていることが最も多かったが、落胆や罪悪感を喚起することも多かった。

を喚起することも示唆された。逆に、謝罪された場合、許しや不快の軽減を感じていることが最も多かったが、落胆や罪悪感を喚起することも多かった。

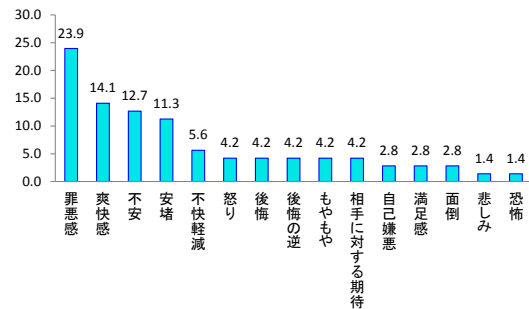


Figure 1. 謝罪した側の謝罪後の感情

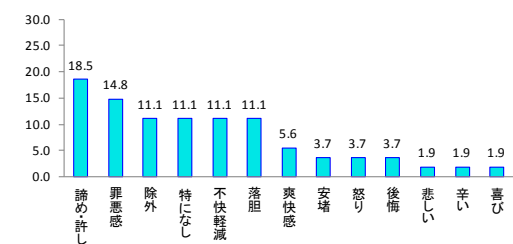


Figure 2. 謝罪された側の謝罪後の感情

【研究2】

怒りの対象となった経験に関する研究では、罪悪感や反省以外に自らも怒りを喚起しやすいことも多いことが示された。相手の怒りを緩和した行動としては、謝罪、問題への対処、償いなどの積極的な行動以外に、時間をおく、相手と距離をおくなどの行動も抽出された。

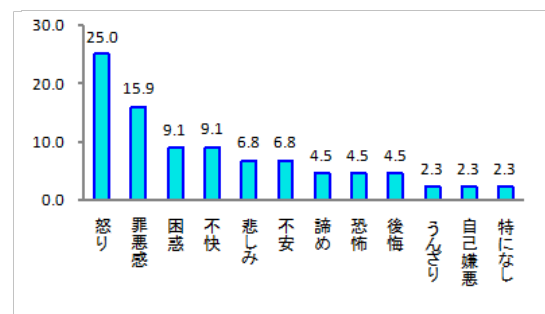


Figure 3. 怒りの対象となった際の感情

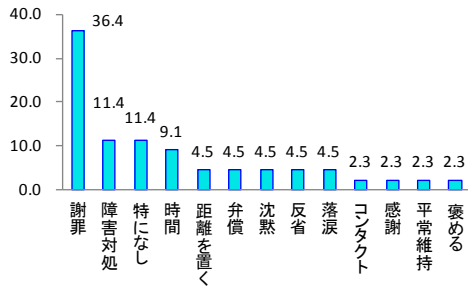


Figure 4. 相手の怒りを緩和した行動

【研究3】

怒り喚起（謝罪された）に関する研究において、約160のデータを収集し、分析をした。その結果、15%が他者に怒りを感じても謝罪された経験がないと回答していた。また、60%が翌日には謝罪されていることが明らかとなった。

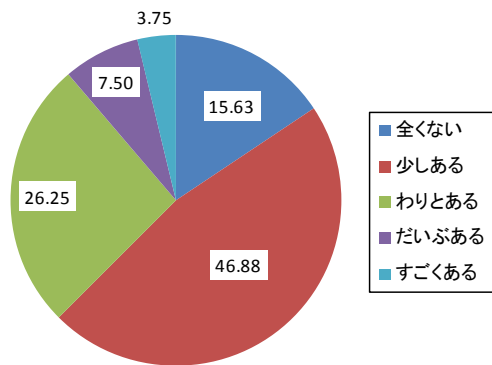


Figure 5. 謝罪された経験頻度

Table 1 謝罪された時期

当日	翌日	2.3日後	1週間以内	1か月以内	1か月以上
47.62	13.49	11.90	8.73	7.94	10.32

自分の行動・相手の行動と許しとの関連を検討したところ、怒り喚起者は合理化をしている際に許していると感じていることが示された。一方で、相手を避けたり、無視したり、第三者に話したりした時は許していないと感じていることが明らかとなった。

Table 2 怒り喚起後の行動

	許していない	許してる	合計
転嫁	2.29 (1.68)	1.97 (1.27)	2.05 (1.38)
攻撃	2.32 (1.66)	2.49 (1.74)	2.45 (1.72)
原因究明	2.71 (1.85)	2.80 (1.67)	2.78 (1.71)
気分転換	2.65 (1.66)	2.64 (1.47)	2.64 (1.52)
伝達	2.81 (1.97)	3.08 (1.78)	3.02 (1.82)
逃避回避	3.65 (1.54) >	2.88 (1.74)	3.06 (1.72) *
無視	3.00 (1.81) >	2.36 (1.53)	2.52 (1.62) †
合理化	2.23 (1.65) <	2.79 (1.59)	2.65 (1.61) †
忘却	2.58 (1.80)	2.38 (1.50)	2.43 (1.58)
社会共有	3.84 (1.99) >	3.15 (1.65)	3.32 (1.75) †

また、怒りを感じた相手が謝罪以外はいつも通り振る舞ったり、自分を避けたりした場合、相手を許していないことが示された。

Table 3 謝罪した側の行動

	許していない	許してる	合計
平常維持	3.77 (1.63) >	3.02 (1.61)	3.20 (1.64) *
表情口調	2.03 (1.35)	1.85 (1.43)	1.89 (1.41)
説明	2.84 (1.66)	2.78 (1.52)	2.79 (1.54)
傾聴	2.23 (1.50)	2.39 (1.48)	2.35 (1.48)
攻撃	2.00 (1.59)	1.51 (1.23)	1.63 (1.34)
逃避回避	2.58 (1.88) >	1.74 (1.43)	1.95 (1.58) *
無視	2.16 (1.85)	1.62 (1.26)	1.75 (1.44)
落涙	1.65 (1.40)	1.42 (1.13)	1.47 (1.20)
障害対処	2.24 (1.75)	2.35 (1.40)	2.33 (1.48)

【研究4】

自らが他者の怒りの対象となった際に、相手に謝罪した経験について研究を行なった。約160のデータを収集し、分析した結果、14%が他者を怒らせて誤った経験がないと回答していた。また、75%が当日には謝罪されていることが明らかとなった。謝罪された経験については、翌日までに60%が謝罪されたと回答しており、両者の認知のズレが明らかとなった。

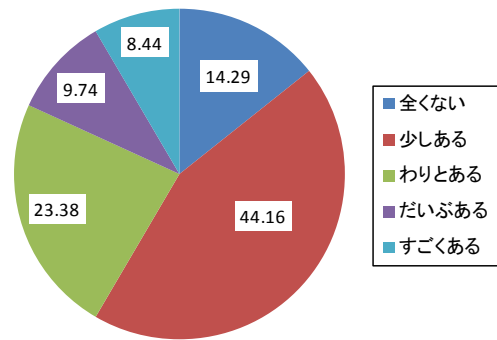


Figure 6. 謝罪した経験頻度

Table 4 謝罪した時期

当日	翌日	2.3日後	1週間以内	1か月以内	1か月以上
76.56	6.25	4.69	3.91	5.47	3.13

また誰かの怒りの対象となり、謝罪を行った経験については約90%が相手は自分を許していると感じており、同じく90%が関係は悪化していない（現状維持かより良い関係になった）と判断していることが示された。

Table 5 謝罪した場合の許し体験 (%)

許していない	どちらかといえば許していない	どちらかといえば許してる	許してる
3.76	7.52	23.31	65.41

Table 6 謝罪後の相手との関係性 (%)

関係断絶	関係悪化	現状維持	良い関係
1.56	7.81	72.66	17.97

自分の行動・相手の行動と許しとの関連を検討したところ、怒りを感じた相手が、攻撃行動や攻撃の転嫁、回避逃避、社会的共有をしているときに許していないと感ずることが示された。また、

Table 7 怒り喚起者の行動

	許していない		許してる	合計
転嫁	2.29 (1.64) >		1.64 (1.27)	1.71 (1.32) †
攻撃	3.57 (1.45) >		2.39 (1.64)	2.52 (1.66) *
原因究明	2.29 (1.33)		2.74 (1.67)	2.69 (1.64)
気分転換	2.14 (1.35)		1.82 (1.14)	1.86 (1.17)
伝達	4.14 (2.03)		4.14 (1.80)	4.14 (1.82)
逃避回避	3.07 (1.94) >		1.91 (1.44)	2.03 (1.54) *
無視	2.93 (2.16)		1.98 (1.54)	2.08 (1.63)
合理化	2.71 (1.86)		1.86 (1.14)	1.95 (1.26)
忘却	2.14 (1.46)		1.61 (0.99)	1.67 (1.05)
社会共有	3.93 (1.77) >		2.31 (1.64)	2.48 (1.72) **

【研究5】

怒り経験時の相手の行動が許しに及ぼす影響について場面想定法を用いて調査を行った。具体的には怒り喚起場面（自分勝手もしくは侮辱場面のどちらか）と、相手の行動として謝罪もしくは説明（言い訳）のどちらかを提示し、その後の許しについて検討した。回答においては、1名の協力者に両場面と両行動を提示したが、同じ場面・行動が提示されることがないように、組み合わせで提示した。研究の結果、場面に関わらず、相手が謝罪した場合は、説明よりも許しやすく、その後の関係も続きやすいことが示唆された。

Table 8 場面・怒り対象者の行動別の許し

	謝罪	説明
自分勝手	3.25	2.56
侮辱	3.54	2.96

Table 9 場面・怒り対象者別の関係性

	謝罪	説明
自分勝手	2.85	2.58
侮辱	3.09	2.82

5. 主な発表論文等

(研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線)

[雑誌論文] (計0件)

[学会発表] (計0件)

[図書] (計0件)

[産業財産権]

○出願状況 (計0件)

名称：  
 発明者：  
 権利者：  
 種類：  
 番号：  
 出願年月日：  
 国内外の別：

○取得状況 (計0件)

名称：  
 発明者：  
 権利者：  
 種類：  
 番号：  
 取得年月日：  
 国内外の別：

[その他]  
 ホームページ等  
 なし

6. 研究組織

(1) 研究代表者

日比野 桂 (HIBINO KEI)

高知大学・教育研究部人文社会科学系・准教授

研究者番号：90431668