

# 青年における泣きの対人的表出制御と関連要因の検討

— 「ひとりになって泣くこと」と「人前で泣くこと」 —

橋本 巖 (教育心理学研究室) 澤田忠幸 (愛媛県立医療技術大学)

松尾浩一郎 (聖カタリナ大学) 武知幸恵 (教育心理学専修卒業生)

(平成18年6月2日受理)

Regulation of interpersonal expression of crying when one can't control tears: Investigating solitary crying and communication of distressful experience in adolescence

Iwao HASHIMOTO, Tadayuki SAWADA

Koichiro MATSUO & Yukie TAKECHI

## 問題と目的

発達における情動の機能や、情動調整・制御（内的、社会的）の獲得を研究する上で、「感情によって泣くこと」は重要な領域だが、公表された心理学的研究（特に、青年期や成人期以降の泣きに関する研究文献）は数少なく、感情研究や感情表出のテキストにおいてさえ、「泣く」というテーマに関する章を見出すことは難しい。本邦においてだけでなく、このような事情は、英語圏でも同様であるらしい（Vingerhoets,&Cornelius, 2001；Nelson, 2005）。本論文は、感情経験の生涯発達の役割に関する興味から、特に青年や成人が泣く経験に注目しようとする研究プロジェクトの一環であり、青年期を対象に筆者が行った調査研究の一部について報告する。

泣きは生得的で重要なコミュニケーション手段であり、乳幼児にとって重要な愛着行動のひとつである。泣くことはまた生涯見られる感情表出であるが、反面で、ストレスへの無防備さを示す「幼い」反応、あるいは弱さを露呈する回避的対処方略とみなされて、その抑制獲得を発達早期から重視する見方がある。社会化の過程における感情のコントロールを促す大人からの働きかけや期待は、そのメカニズムは十分明らかではないが、やがて我々に泣くことをできるだけ自己抑制しようとする意識を植え付ける。そして、実際に、他者に涙を見せないだけでなく、少々つらくても涙が流れなくなりもする。

しかし、一方で、長ずるにつれて、感動や他者への共感の故に涙が流れるような傾向も獲得される。これら、感情的レパートリーの豊富化とともに、泣いた結果とし

て気分の改善なども徐々に経験される。このような情動経験による適応的经验は、むしろ望ましい獲得と考えられ、泣くことは、心身の健康増進にとって重要であると素朴心理学的な指摘は洋の東西にある。これは、個人による意図的な情動の支配というより、近年の感情研究が重視するもうひとつの情動調整、すなわち、情動が喚起され、一連の生理-内的経験-行動・表出というシステムが発動した結果として可能になる個人内・個人間の適応的調整機能を重視するものである（例、遠藤, 1995；坂上・菅沼, 2001）。

以上のように、泣くということの人間にとっての普遍性・自然さや、それが情動制御にとって重要であると感じながらも、それを抑制・調節しようとする意識の中で感情の高まり（泣きたくなること）を経験するようになるのが、幼児よりも発達の後年の児童や、青年・成人の常態であろうと考えられる。感情的状況で泣きそうになるとき、青年期や成人期においては、少なくとも、自己が泣きそうになっていると意識し、泣くこと自体を抑制しようとする場合は多い。ある意味で、青年・成人における泣きの経験は、上記のように、こみ上げる感情や泣き衝動と、それを自己抑制しようとする意識との主観的な葛藤経験の機会であり、泣きの表出（感情的落涙）は、そのような葛藤を経て、抑制を破って（あるいは解いて）涙が流される過程と見なすこともできよう。

さて、他の感情表出研究（例えば、井上, 2000；山本・鈴木, 2005）でも指摘されているように、周囲にどのような他者が存在するかによって、感情が表出されるか

否かは左右される。一般に、我々は他者の前では感情表出を抑制しやすく、ひとりの時がもっとも抑制されにくいことが見出されている。従来の泣き研究においても、数少ないが、Williams & Morris (1996) は、そのような泣きの生起が社会的文脈によって異なることを示した。しかしながら、上記のような対人的な泣き表出の抑制が、そのまま個人内における涙の抑制となっているかのようには従来想定されているのではないかと考えられる面がある。つまり、例えば悲しみがこみあげて泣きそうになっても、あまり親しくない人の前では我々は泣かない、ということまでは報告されているが、他者の前で抑制された泣きの表出や、抑制された感情は、どこに行くのだろうか。それは、その他者のいる場では泣かないということであって、どうしても抑えようのない感情を泣くことで表出せざるを得ないとき私たちがどうするのか、ということについては従来殆ど検討されていない。

従来の知見から容易に推測されるのは、他者の前では泣くことを堪え、ひとりになった時に泣くというような、時系列的に抑制と表出とが切り替えられる情動調整が行われることだが、そのような関係性はこれまで確認されていない。そこから、人がひとりで泣くこと、とりわけひとりになって泣くという選択が生じる要因や、そのような泣き表出の持つ特徴を他の状況との比較において明らかにすることが重要であると思われる。

すでに成人・青年である我々は、非常に重くつらい事態が生じた時でも、あたり構わず泣くのではなからう。涙を抑制できない場合でさえ、泣いている様子を他者に見られまいとし、他者のいる場では涙をこらえて、急いでその場を離れたり、あるいは、感情を押しとどめて、ひとりになる機会や、安心できる相手のいる場を求めて泣いたりすることがむしろ通常ではないか。特に、「ひとりで泣くこと」(solitary crying あるいは crying in solitude) は、Williams & Morris (1996) の調査によれば、成人がもっとも「自分が泣きそうだ」と想定する事態であるにもかかわらず、実際に生じた泣きのエピソードにおいてそのような泣きの状況選択の在り方や、その選択に影響する要因については全く検討されていない。繰り返しになるが、泣くか否かではなく、泣かざるを得なくなったときにどうするかという意味で、ひとりになって泣くことは、重要な情動制御と考えられるのである。また、泣

きを他者の前で表出することから懸念される否定的な評価は、我々が容易に予想できる泣きのデメリットであるので、ひとりで泣くことは、そのような負の評価や恥経験を回避する工夫であり、むしろ安全感を高めてくれるかもしれない。そのような場であれば、われわれは「自己に触れたり」、「失われた対象と再びつながる」ことができるかもしれない (Nelson, 2005)。

ただし、泣くこと (あるいは情動全般) は、自己に重大な事態が生じているという感情的シグナルを周囲に送る重要なシステムであり、愛着関係の揺らぎを再構築するなどの意味もあると指摘されている (Nelson, 2005 など)。従って、ひとりで泣くことは、そのような泣きの機能を十分に発揮できないという疑問点がある。たしかに、受け容れてくれる相手を欲しながらひとりの時に泣いてしまったような場合、我々はそのことを別の機会に他者に打ち明ける等の方法により、現実の他者とつながることを模索するのではないかと。泣くことは重要な感情表出ではあるが、それは開示行為ではないので、泣きという形態ではなくとも、自己に生じた重大な事態について他者と社会的に共有できることは、自己の感情の修復と適応にとってやはり重要であるかもしれない。

本研究の第1の目的は、非常につらい出来事に遭遇して泣かざるを得ないような経験において、ひとりの時に泣く (あるいは他者の前で泣く) ことはどの程度生じるのか、また、ひとりになって泣いた場合、後に自分が泣いたことについて他者とのコミュニケーションはもたれるのか、という二つの視点から、収集された青年期の泣きエピソードの検討を探索的に行うことである。その際、性差との関連で分析を行う。

次に、本研究では第2の目的として、ひとりで泣くことや人前で泣くことなどの対人的状況選択と関連する要因を見出そうとする。それらは、泣きエピソードに依存した要因と、個人差・パーソナリティ要因に大別される。前者としては主に、泣きが生じた際に経験された感情の種類と強度をとりあげる。後者としては、パーソナリティ要因として、ストレス対処傾向 (尾関, 1993) および共感性 (橋本・角田, 1992) との関連の有無を分析する。

まず、泣くことそれ自体は、対処方略というよりも、もともとストレス反応であると考えられる。そのような自分自身の泣きを、他者の前で表出することや、他者の

目から隠そうとする事は、どのように積極的なストレス対処と関連するだろうか。それとも、ひとりで泣くことは、消極的、回避的ストレス対処傾向の高い者の方が示しやすいのか。それにより、特に「ひとりになって泣くこと」の適応的・対人的な情動制御としての意味がより明確になるであろう。

一方、従来の泣きの傾向に関する研究では、共感的傾向の高い方が泣く傾向が高いと報告されている (Van Tilberg et al., 2002など)。しかし、他者の苦境に接してではなく、自己の否定的事象において、共感性という他者理解の資質が関連するのはなぜなのかは、不明である。そのため、本研究では、個人的苦痛のようなストレス場面での動揺傾向をみる情動的側面だけでなく、役割取得 (認知的視点取得) や想像的感情移入 (空想) などのより認知的な側面でも泣くこととの関連が見られるのかを検討できるよう、多面的な共感性質問紙を用いて関連性を探索することとした。ひとりになって泣くことは、何らかの他者への配慮を背後にもったものだろうか。そのような観点から関連を検討したい。上記の全変数を、性差との関連で分析する。

## 方 法

### 1. 調査の概要

このプロジェクトでは、「青年期における感情経験と泣くことの関係」と題する質問紙冊子を配付した。本研究で以下に報告する以外に、青年期の直接的・代理的な泣き経験における情動制御、泣きに伴う生理的变化、ネガティブ事象で泣いた経験による心理的变化、などに関する質問項目も含まれていた。

### 2. 本報告で検討する調査内容

#### (1) 印象的な泣きエピソードの自由記述

高校入学以降に、自分自身の身に起きた出来事で泣いた印象的な泣きエピソードひとつを想起し、できるだけ具体的な自由記述 (筆記) を求めた。その直前に回答した青年期の直接的な泣き経験状況のリスト (予備調査により作成した。肯定的事象も含む24項目。) において、自己が泣いたことがあると回答した内容のいずれかに近いものを想起するよう指示された。感情内容的には、快感中心のエピソードは除外し、ネガティブな感情が中心になって泣いたエピソードとするよう依頼した。自由記

述は、エピソードの時期、および状況内容 (出来事、心情等) であるが、詳述できない場合には、前述の泣き経験状況リストにおける対応する項目番号のみ記すことを認めた。本論文での自由記述内容は、この選択項目によって代用される。

以下の (2) 及び (3) も、(1) で想起された泣きエピソードに関して回答を求めた。

#### (2) 泣いている際の感情経験

予備調査と対象喪失過程での感情などに関する文献を参考に、独自に18項目の感情形容語を用意し、想起されたエピソードで泣いた時に感じた程度を「全く感じなかった (0点)」から「非常に強く感じた (3点)」までの4段階で評定させた。これに先立つエピソード想起ではうれしさや喜びの感情が中心になって泣いたエピソードは対象外とされている。しかし、実際の泣きや悲嘆の過程では様々な心情が複雑に絡み合い、一部に快感が混じる両価の状態や、対象への共感的感情が含まれる可能性もある。そこで、18項目の中には、ポジティブな状態や、「かわいそう」「いとおいしい」などの愛着的用語も含まれた。

#### (3) 泣きの対人表出状況の選択

想起されたエピソードで実際に泣いた時に自分の近くに誰かがいたか、あるいは、他者がいてもひとりになろうとしたか、を尋ねた。また、泣いた時に周囲にいた他者が回答者にとってどのような関係の他者だったかにも注目し、次の①から⑥までの6状況から選択できるようにした：①ひとりである時に涙がこみ上げてきて泣いた、②家族や友人が近くにいる時に涙がこみ上げてきたが、それをこらえてひとりになった時に泣いた、③他人 (あまり親しくない人) が近くにいる時に涙がこみ上げてきたが、それをこらえてひとりになった時に泣いた、④家族や友人が自分の近くにいる時に涙がこみ上げてきて泣いた、⑤他人 (あまり親しくない人) が自分の近くにいる時に涙がこみ上げてきて泣いた、⑥他人 (あまり親しくない人) が自分の近くにいる時に涙がこみ上げてきたが、その場では泣くことをこらえた。しかし、家族や友人の顔を見た途端に涙が出てきた。

さらに、ひとりきりの時に泣いたという回答者 (①、②、③選択者) に対しては、「a: ひとりである時に泣いたが、後でそのことを他者に話したり、相談したりした」

「b：ひとりである時に泣いたが、周囲の人は自分が泣いていたということに気づいていた」「c：ひとりである時に泣いたが、誰にもそのことを話したり、気づかれなかった」の3つの中から、その時の状況に最も近いものを選択してもらった。

泣きの対人的状況選択に関する分析においては、上記の①～⑥の状況選択と条件付き選択肢であるa, b, cの選択とを組み合わせ、次の3タイプの泣き表出状況に集約して分類した。すなわち、④, ⑤, ⑥を「状況A 他者の前で泣いた」とする。また、ひとりで泣いた①②③の中でも、条件選択aまたはbの場合は、「状況B 泣いた後に相談した、あるいは、泣いたことに他者は気づいていた」とした。そして、ひとりで泣いた①②③でありさらに条件選択がcである者は、「状況C ひとりでいる時に泣き、だれにも気づかれなかった」として分類した。この3群への分類を基本とし、さらにカテゴリーを2つに大別して集約するため、次の2視点によって分類を組み替えて検討した。すなわち、(1) 泣き表出の際に他者が存在したか否か（他者の前で泣いたA群と、ひとりの時に泣いたB群+C群との対比）、または(2) 泣いたことが他者に伝わったと認知しているか否か（他者の前で泣いたA群+ひとりで泣いたが他者に相談したり気づかれたと認識するB群と、ひとりで泣いて誰にも気づかれていないと認識するC群との対比）、である。

#### (4) 共感性質問紙

共感性の情動的な因子（以下の因子2,3）だけでなく、認知的な因子（以下の因子1,4）も含む多面的共感性尺度として、橋本・角田（1992）の共感性質問紙を用いた。ただし本研究では、被験者の負担軽減を主目的として、原尺度の全37項目から、従来の結果からより負荷傾向が高いものを優先して計25項目を採用した。参加者各自の現在の対人的傾向として、各項目について「非常によく当てはまる（7）」から「まったくあてはまらない（1）」までの7段階評定によって評定を求めた。予備的分析において、全対象者を一括して最尤法・プロマックス回転による因子分析を行い、因子負荷.30以上で各因子への負荷傾向が明確である項目を検討し、全23項目、4因子解とした。各因子は、先行研究からほぼ想定されたとおりの項目から構成された。因子1「想像的感情移入」（8項目、 $\alpha = .810$ ）、因子2「共感的関心」（4項目、 $\alpha = .624$ ）、

因子3「個人的苦痛」（5項目、 $\alpha = .682$ ）、そして因子4「視点取得・愛他（以下視点取得と略）」（6項目、 $\alpha = .678$ ）と命名された。第1、第3因子は、想定された従来通りの項目が同一因子に負荷した。第2因子は、従来「他者理解の拒否」とされていた項目を「共感的関心」の逆転項目として得点化した4項目のみからなる。また第4因子「視点取得・愛他」は、従来「視点取得」とされていた項目の負荷が高く、比較的low負荷の項目として「共感的関心」と想定されていた「かわいそうになる」、「守ってあげたい」という2項目が加わっている。4因子の因子間相関は、.323～.050の範囲であった。

#### (5) ストレスコーピング尺度

尾関（1993）によるコーピング尺度（14項目）を使用した。大学生を対象として開発され、各自が現在のストレスにどう対応しているのか尋ねる。抑うつ、不安、怒り、イライラなどの不快な気持ちを感じている時自分がとる対応（考え方や行動）として各項目に「全くしない（0点）」～「いつもする（3点）」の4件法で回答をもとめる。本研究では、「積極的コーピング」と「回避・逃避型コーピング」として2因子を想定した。前者はさらに「問題焦点型」と「情緒焦点型」に分けることも可能である。

予備的分析（最尤法・プロマックス回転による因子分析）の結果、想定された2因子解での解釈が妥当と判断された。第1因子は「積極的対処」（9項目、 $\alpha = .730$ ）、第2因子は「回避的対処」（5項目、 $\alpha = .638$ ）と解釈した。尾関（1993）の結果では「回避・逃避型」に含まれていた項目「何らかの対応ができるようになるのを待つ」が、本研究では「積極的対処」に高く負荷したため、それに従って第1因子に含めた。2因子の因子間相関は、.183であった。

### 3. 調査参加者と手続き

以上のような調査内容を質問紙冊子として構成し、無記名式で配付・実施した。協力呼びかけの際に、調査目的・主旨についてあらかじめ詳細に説明し、つらい出来事等で泣いた経験という極めて個人的な経験について思い出してもらう部分がどうしても含まれることは教示した。その際、気分悪化等による途中辞退や、回答したくない質問への非回答は許容されること、および守秘義務徹底によるプライバシー保護等についても保障する旨説明した。

調査参加者として、医療系、福祉系を中心とした複数の大学生・短大生353名から質問紙の提出を受けた。上記のような非回答許容を説明した立場から、少数の欠損項目のある参加者は調査対象に含められた。このうち、先述した泣きの対人表出状況選択が明瞭である192名（男59名、女133名）を今回は分析対象とした（年齢範囲18～22歳、平均19.3歳）。

なお、本研究で因子分析を行う際、欠損項目のある場合には一旦その参加者を除いて因子分析を行い、尺度得点算出の段階で、当該尺度において欠損項目を除く項目の平均値を求め、その参加者の尺度得点とした。これは、少数の非回答項目のある参加者を分析から完全除外しな

いたための措置である。

## 結果と考察

### 1. 青年期（高校以降から大学）において泣いたエピソードにおける感情経験の検討

#### (1) 泣いたエピソードの種類と分布

192名の参加者からひとり一つずつ、ネガティブな感情・事象が中心となって泣いたエピソードの自由記述が得られた。用意された泣き経験のリスト項目から、参加者自身が想起内容と対応させて選択した項目の度数分布をTable 1に示す。

Table1 印象的な泣きエピソードと対応づけられた項目の度数分布

No.	項 目	度 数	%
9	大切な人（家族、友人など）が亡くなった。	45	23.4
3	失恋した。	30	15.6
7	自分が努力してきて臨んだ試合で敗北したり、大会などで納得のいく結果が出なかった。	17	8.9
2	他者からひどく叱られたり、説教をされた。	14	7.3
6	卒業式に友人と離れたり、今までの思い出がよみがえった。	13	6.8
13	とても可愛がっていたペットが死んでしまった。	12	6.3
17	勉強や技術の習得などが自分の思うように進まなかった。	12	6.3
19	さびしくてしかたがないと強く感じた。	12	6.3
11	大切な人と深刻な口論や対立をした。	9	4.7
5	信じていた人に裏切られた。	7	3.6
8	自分が本当に行きたいと思っていた学校の入学試験に落ちた。	5	2.6
12	他者から傷つけられたり、いじめられた。	5	2.6
18	自分の将来や進路のことを考え、どうしたらいいのか、と途方に暮れてしまった。	4	2.1
15	転校・引っ越しなどにより、仲が良かった人と離れてしまった。	2	1.0
21	激しい身体的痛みに襲われた。	2	1.0
16	あこがれていたスポーツ選手や芸能人が亡くなった。	1	0.5
23	他者を自分の言葉や態度で傷つけてしまった。	1	0.5
24	みんなで応援していたチームが負けてしまった。	1	0.5
		192	100.0

表から明らかなように、「大切な人の死」のほか、「可愛がっていたペットの死」及び「あこがれていた選手等の死」を含めて、愛着対象との死別と見なせるエピソードが合計58名、30.2%を占めて最多であり、次いで、「失恋」が30名、15.6%であった。その他、自己関与した世界での敗北や不合格、他者との葛藤、孤独、自己の不安や不確かさなど、多様な内容となっている。これらは主に大学生への予備調査に基づいて作成されたリストだが、

実際に青年の涙が流された経験として想起されやすい死別と失恋（恋愛関係の破局）は、イギリスとイスラエルの25歳平均の成人対象に行われたWilliamsとMorris（1996）の研究でも、自分自身が泣くであろう上位2状況として報告されている。一致が確認されたと言えよう。

以下の分析では、主として全調査参加者に関する分析結果を報告し、エピソードによる相違の検討は、死別および失恋による泣きを報告した者に限って補足的に検討を加える。

## (2) 泣いている際の感情経験

想起されたエピソードは多様であるが、いずれも「青年期において実際に涙を流すほどにつらい自分自身の経験」であるとの前提に立ち、その中で比較的共通に経験される感情の因子抽出を目指した。肯定的感情形容語の中で、きわめて評定値（体験頻度）の低い項目（うれしい、安心した等）を除外して、全参加者のデータに基づいて因子分析（最尤法、プロマックス回転）を行い、項目の負荷の明瞭さ（.30以上）等を参照しつつ解釈を行い、最終的に以下の計11項目、3因子解を採用した（項目名の横に因子負荷を括弧書き）。第1因子は、＜不甲斐ない（.81）、申し訳ない（.70）、悔しい（.69）、恥ずかしい（.44）、怒り（.38）＞という5項目からなる「後悔・怒り」である（ $\alpha = .747$ , 負荷量平方和=2.22）。泣くことになったネガティブな事象に対し自責的な感情と憤り、抵抗感を抱いている側面であろう。第2因子は、＜いとおいしい（.67）、寂しい（.64）、悲しい（.55）、かわいそう（.52）＞という4項目からなる因子であり、「思慕・悲哀」と命名された（ $\alpha = .672$ , 平方和=1.59）。対象喪失の状況において生じる悲哀感情と、失われた愛着対象への思い返し（rumination）の感情であろう。そして、第3因子は、＜不安（.93）、恐い（.64）＞の2項目からなるため「不安・恐れ」とした（ $\alpha = .756$ , 平方和=1.54）。喪失、敗北、失敗、孤独など、ネガティブ

な状況では自己の基盤が脅かされた不安や恐怖が多少とも伴うことから、その側面にあたと解釈した。3因子の因子間相関は、.068～.284であった。

「後悔・怒り」「思慕・悲哀」「不安・恐れ」の各尺度平均値に関して分散分析により検討したところ、「不安・恐れ」でのみ女性が男性より有意に高く感じたと報告していた（平均値と分析結果は、後掲のTable 4 参照）。

## 2. 泣き経験における対人的表出状況の選択と、周囲の他者への伝わり方の認識

### (1) 全体の分析

泣き表出状況として提示された①から⑥までの各選択者数を集計した結果、ひとりの際に泣いた計101名（①②③）の中では、他者の前から離れてひとりになって泣く②③（計27名）よりも、ひとりの時に涙がこみ上げて泣いたと自己認知する①が多かった（74名）。また、他者のいる前で泣いたとする④⑤⑥選択者91名の中では、家族や友人が近くにいる時という④が77名で大半であった。一方、ひとりで泣いた場合に条件選択されたabcそれぞれの男女別選択者数を見ると、aまたはbを選んだ者は計57名であり、ひとりで泣いた場合の過半数に相当した。これらを、方法の節で述べた視点に従って状況A、B、Cの3タイプに集約して分類した結果をTable 2に示す。

Table2 泣きの対人的表出状況選択の男女別度数分布

泣きの対人的表出状況	男	女	全 体
A. 他者の前での泣き	22 (37.3)	69 (51.9)	91 (47.4)
B. ひとりで泣き、他者の気づきや相談あり	17 (28.8)	40 (30.1)	57 (29.7)
C. ひとりで泣き、他者の気づき・相談なし	20 (33.9)	24 (18.0)	44 (22.9)
全 体	59 (100.0)	133 (100.0)	192 (100.0)

注： 括弧内は%。  $\chi^2(2) = 6.34, p < .05$

まず、ひとりで泣く場合（状況B+C）と他者の前でなく場合（状況A）とを男女別比較すると、男性ではひとりで泣きが過半数、女性では他者の前での泣きが過半数となった（ $\chi^2(1) = 3.49, p < .10$ ）が、全体としてはほぼ半数である。予想されたよりも、全体として、他者の前で泣いたとする者が多いと考えられる。一方、自分が泣いたことが他者に伝わったと考えている者（A+B）と伝わっていないとする者（c）とを比較すると、明瞭な

性差が示された（ $\chi^2(1) = 5.82, p < .05$ ）。他者に伝わったと見なす者は女性に、伝わっていないとする者はより男性に多いと考えられる。上記の相違がTable 2でも反映されている。つまり、男女とも、ひとりで泣いた場合でも、他者から気づかれたり自分から相談するなどによって、周囲の他者に自分が泣いたことは伝わっているという状況Bに該当する者がかなりいるということであり、一方、完全に自分ひとりで閉じこもって泣いたとい

う意識は、男性の方が強いと言えるかもしれない。

以後の、泣きの対人的表出状況選択に関連する要因の検討では、特に状況Bに着目してみたい。

## (2) エピソード別の分析

泣く際に、ひとりで泣くか、あるいは他者の前で泣く

かという状況選択は、泣く原因となった出来事によって異なるだろうか。本研究では、参加者が泣いた経験の種類が多岐にわたるため、一定数の期待度数が確保できる上位2種類のエピソードについてのみこの点を検討した。Table 3に死別と失恋の場合を各々示す。

Table3 死別及び恋愛エピソードにおける泣きの対人的状況選択の男女別度数分布(%)

泣きの対人的表出状況	死 別			失 恋		
	男	女	全体	男	女	全体
A. 他者の前での泣き	11 (47.8)	19 (54.3)	30 (51.7)	3 (25.0)	5 (27.8)	8 (26.7)
B. ひとりで泣き, 他者の気づきや相談あり	3 (13.0)	11 (31.4)	14 (24.1)	4 (33.3)	9 (50.0)	13 (43.3)
C. ひとりで泣き, 他者の気づき・相談なし	9 (39.1)	5 (14.3)	14 (24.1)	5 (41.7)	4 (22.2)	9 (30.0)
全 体	23 (100.0)	35 (100.0)	58 (100.0)	12 (100.0)	18 (100.0)	30 (100.0)

死別：①上表では $\chi^2(2)=5.61, p<.10$ 。状況C選択者に男女差。

②他者の認識有無(A+BvsC)では男女で逆。 $\chi^2(1)=4.68, p<.05$ 。

③他者存在有無では、男女ともほぼ同数ずつ。

### 注 エピソード別分析結果

失恋：①上表および、②他者の認識有無(A+BvsC)、および③他者有無(A+BvsC)のいずれの分析でも性と状況選択の有意な連関はない。

男女差は全くなく、7割以上がひとりで泣き、であった。

死別(ペット等との死別を含む)報告者に関する分析では、全参加者対象の分析と類似の結果であり、他者の前で泣く者と、ひとりで泣く者が殆ど同数である。同時に全体として他者に伝わったとする者の方が多いが、男性において、自分ひとりで泣いて気づかれなかったという状況C選択者が有意に多い。一方、失恋においては、有意な性差は見出されない。全体として言えるのは、泣く際にひとりでしようとする場合(B+C)が多かった。以上のように、泣く原因となった事象によって泣き表出の状況選択に相違が生じることが示唆されたが、今後関連要因を詳細に統制しつつ、追検証する必要がある。

上記の(1)(2)の分析から、青年期において涙を流して泣いた印象的な経験においては、他者が存在する場面でこみ上げてきた感情をそのまま抑制せず泣く場合が半数前後あることが示された。さらに、ひとりで泣い

た場合にも結果的に他者に自分の苦境や泣いたことが伝わったと認知する者を加えると、男女とも6割を超える者が、結果的に泣いたことを媒介として周囲とのコミュニケーションを持っていることが示唆された。ネガティブ状況で典型的に泣きが生じる事象である死別や失恋は、きわめて精神的打撃の強いものであり、また回復不可能な喪失を伴っている。それまで自己を支えていた関係性のゆらぎや危機を意味する状況で、生じた出来事と向き合ってひとり悲しむだけでなく、あらたな関係の構築や、他者からの援助を何らかの形で必要とするほどの感情的事態が報告されていたために、泣きを媒介としたコミュニケーションが生じていたと考えるのが妥当だろう。女性はその傾向が一層強く、逆に、男性では、ひとりで泣き、かつ他者には伝わらなかったと認識する者の比率が相対的に高いことが推測された。

3. 対人表出状況選択と関連する諸測度の検討：感情喚起およびパーソナリティ要因の探索

(1) 全体での分析

前節では、主として性別によって泣きの対人表出状況がどのように異なるか、そこに感情喚起エピソードの相違がどう関連するか、を検討した。本節では、泣いた際に経験された感情が、対人状況選択（状況A, B, C）の違いによって異なるかを分析した。同時に、パーソナリティ変数としてストレスコーピングおよび共感性の尺度を取り上げ、これらと状況選択との関連も探索的に検討した。

上述の諸測度を、泣きの対人表出状況別および男女別

に見た平均値（標準偏差）をTable 4に示す。平均値の差を検定するため、まず性（2）×状況選択（3:ABC）の2要因分散分析を実施し、次に、性（2）×泣いた際の他者存在有無（2）、ならびに性（2）×他者への泣きの伝わり認識有無（2）という2要因分散分析を合わせて実施した。それらの結果をTable 4の右欄に示した。なお、有意水準は5%に設定し、分散分析後の多重比較は、LSD法によった。表中のアスタリスク等は、「\*\*」は $p<.01$ , 「\*」は $p<.05$ , 「+」は $p<.10$ を各々表している。

以下、Table 4にもとづき、状況選択の要因が関連した差を中心に述べる。

Table4 泣きの対人表出状況選択別に見た諸測度の平均値（標準偏差）および分散分析結果

関連要因の測度		泣きの対人状況選択							全体(N=192)		性(2)×状況選択(3)の分散分析結果(有意傾向以上)	状況選択要因を、他者の有無(2)または他者の気づきの有無(2)とした際に有意な結果	
		A.他者の前で泣き(n=91)		B.ひとりで泣き他者の気づきや相談あり(n=57)		C.ひとりで泣き、他者の気づき・相談なし(n=44)		男					女
		男	女	男	女	男	女						
報告されたエピソードでの感情喚起 (各0~3点)	後悔・怒り	M SD	1.22 (.87)	1.17 (.84)	1.41 (.64)	1.31 (.76)	1.14 (.75)	1.33 (.92)	1.25 (.76)	1.24 (.83)	ns		
	思慕・悲哀	M SD	1.65 (.82)	1.59 (.73)	1.57 (.90)	1.80 (.69)	1.50 (.75)	1.51 (.78)	1.58 (.81)	1.64 (.73)	ns		
	不安・恐れ	M SD	0.86 (.86)	1.33 (1.03)	1.18 (1.10)	1.84 (1.00)	0.98 (.90)	1.60 (1.03)	0.99 (.94)	1.53 (1.04)	性:女>男 ** 状況:B>A +	状況:B+C>A +	
ストレス対処 (各0~3点)	積極的対処	M SD	1.50 (.49)	1.62 (.51)	1.93 (.57)	1.75 (.45)	1.42 (.53)	1.68 (.59)	1.60 (.56)	1.67 (.50)	状況:B>A, B>C **		
	回避的対処	M SD	1.36 (.59)	1.61 (.59)	1.35 (.58)	1.41 (.62)	1.44 (.60)	1.63 (.59)	1.39 (.57)	1.55 (.60)	性:女>男 +		
共感性 (各1~7点)	想像的感情移入	M SD	4.34 (.90)	5.12 (.96)	4.65 (.96)	4.97 (1.03)	4.55 (.87)	4.97 (1.21)	4.50 (.90)	5.05 (1.03)	性:女>男 **		
	視点取得・愛他	M SD	4.39 (1.06)	4.17 (.86)	4.45 (.88)	4.79 (.75)	4.20 (.54)	4.53 (.62)	4.34 (.85)	4.42 (.83)	状況:B>A +	状況主効果+: B+C>A 交互作用 * 女:B+C>A, 状況B+C: 女>男	
	共感的関心	M SD	4.96 (.74)	5.28 (1.01)	5.38 (1.01)	5.63 (.84)	4.90 (1.27)	5.42 (.81)	5.06 (1.03)	5.41 (.93)	性:女>男 ** 状況:B>A +		
	個人的苦痛	M SD	4.39 (.88)	4.65 (.99)	4.66 (1.12)	4.68 (.98)	4.09 (1.10)	4.88 (.70)	4.37 (1.04)	4.70 (.94)	性:女>男 **	交互作用 + 状況C: 女>男	

感情喚起のうち、後悔・怒りと思慕・悲哀には性差も見出されず、状況選択に見られた性差とは対照的であるとも思える。しかし、不安・恐れの場合には、性差だけでなく、状況の主効果が有意傾向を示した。表より、ひとりで泣いた者（B+C）は、他者の前で泣いた者（A）よりも不安が高いこと、また、特に状況B（ひとりで泣いたが、他者に相談したり、気づかれたりした）選択者が、最初から他者の前で泣いた者より不安が高い傾向であった。

ストレスコーピング（対処スタイル）の「積極的対処」

においては、状況選択の主効果が有意であった。多重比較の結果、状況B選択者は、状況A, Cいずれの選択者よりも一般的に、積極的な対処（問題焦点および情緒焦点）をより頻繁に行うことが示された。

さらに、共感性の下位尺度においても、状況選択による差がいくつか見出された。

まず視点取得において、状況の主効果が有意傾向であり、ひとりで泣いた者（B+C）は、他者の前で泣いた者よりも視点取得が高いこと、その中でも状況B選択者が、高い傾向があることが示唆された。さらに、交互作用が



有意となり、上記の状況差は特に女性で顕著であること、そして、ひとりで泣いた者の中では、女性の方が男性より視点取得得点が高いことが示された。

共感的関心では、ひとりで泣いたが他者に相談等した者が、他者の前で泣いた者より得点が高い傾向が見られた。

以上、本節（1）では、泣きを表出した対人状況ABCと諸測度との関連を探索した結果、想起されたエピソードで感じていた不安・恐れ感情、個人差としての積極的対処傾向（ストレスコーピング）、および共感性（特に視点取得）において状況差が見出された。以下（ア）（イ）の2点について考察する。

（ア）有意な差（傾向含む）が示される場合にほぼ共通して確認されたのは、ひとりの状況で泣いた者の中でも、泣いた後で他者に気づかれたと認識したり、他者に相談を行った者（状況B選択者）が、他者の前で泣いたと報告した者（状況A選択者）よりも得点が高い、という点であり、興味深い。状況B選択者は、不安・恐れ感情が高い者でもあり、そのような感情をより強く感じながら、泣きの表出はひとりの時に行っている。より不安な感情を抱きつつ、問題や自己の感情と向き合おうとする積極的コーピング傾向が相対的に高い人であると推測される。この積極的コーピング得点に関しては、同じくひとりで泣いた者でありながら、他者に気づかれなかったとするC選択者よりもB選択者の方が高い。これは、ひとつには、ひとりで泣いたことが他者に伝わったという気づきや相談することは、明らかにサポート希求的なコーピングと一貫していることから、積極的コーピングに差が反映されたと考えられる。また、状況B選択者は、他のA,C選択者と違い、明らかにひとりで泣くという状況と、自分の泣いたことを知っている他者とのコミュニケーション状況という複数の場面の切り替えを経験している。その過程では、ひとりになり（＝抑制）、ひとりの時に昂進した感情を表出させ（＝表出）、一方で自己に起きたことを他者に話す（開示する）という明らかに意図的な情動調整が生じていたと推測される。そのような時系列的に個人内・個人間の情動調整が相互に促進される過程が積極的コーピングという自己調整と近いと思われる。泣き表出の対人状況選択の背後にあるこれらの情動調整過程、およびその性差について更に検討が求め

られる。

（イ）共感性において唯一はっきりと有意な状況差が示されたのは視点取得であり、ひとりで泣くことは、共感性の認知面と関連すると示唆された。とりわけ女子青年において、ひとりで泣いた者は、他者の前で泣いた者よりも、視点取得傾向が高かった。これは、自己にとって苦痛な出来事が生じた時にひとりで泣くという状況選択に、他者への配慮や、他者の客観的視点への意識の高さが関与することを示唆している。しかし、視点取得傾向がひとりで泣くことを促進するにしても、泣いて他者を困惑させることへの配慮や、泣くとどんな評価をされるかを読み取ろうとする傾向など、様々な機能があり得る。少なくとも、ひとりになって泣くことが、他者への無関心とは正反対の方向性であることが示唆されているという点で、興味深いと思われる。これらの点をさらに検討できるような資料収集が求められるだろう。その一つの方法として、泣いたことにより体験される個人内の心理的变化や、他者との関係性の変化など、泣くことの効果・影響を分析し、人がひとりで泣く際に得られることと阻害されることを明らかにしていく必要があるだろう。

## （2）死別及び失恋エピソード報告者に関する分析

死別報告者（58名）および失恋報告者（30名）のデータについて更に検討した。特に、エピソードの種類を限定することで、喚起された感情経験と状況選択との関連が見出されることが期待された。一方で、前節で見出された知見と一貫する知見がどの程度確認されるかも検討された。

その結果、まず、死別エピソードでは、全体分析と同様に、視点取得（共感性）において、女性の中では、ひとりで泣いた者（ $B+C:M=4.77$ ）が人前で泣いた者（ $A:M=4.20$ ）よりも、そして、ひとりで泣いた者の中では、女性（ $M=4.77$ ）が男性（ $M=4.29$ ）よりも、視点取得得点が高いという交互作用（性×他者存在有無）に有意傾向が見出された。これは失恋エピソードでは確認されていない。

Table5 死別及び恋愛エピソードにおける泣きの対人状況選択別に見た感情「思慕・悲哀」の平均値(標準偏差)

		死別エピソードでの泣き状況選択						全体(N=58)		性(2)×状況選択 (3)の分散分析結果
		A.他者の前での泣き (n=30)		B.ひとりで泣き他者の 気づきや相談あり (n=14)		C.ひとりで泣き,他者 の気づき・相談なし (n=14)				
		男(11)	女(19)	男(3)	女(11)	男(9)	女(5)	男(23)	女(35)	
M		2.23	2.17	2.67	2.34	1.72	2.50	2.09	2.27	交互作用(+): 状況Cにおいて:女>男 男:状況B>C
SD		(.58)	(.68)	(.14)	(.54)	(.64)	(.40)	(.64)	(.60)	
		失恋エピソードでの泣き状況選択						全体(N=30)		性(2)×状況選択 (3)の分散分析結果
		A.他者の前での泣き (n=8)		B.ひとりで泣き他者 の気づきや相談あり (n=13)		C.ひとりで泣き,他者 の気づき・相談なし (n=9)				
		男(3)	女(5)	男(4)	女(9)	男(5)	女(4)	男(12)	女(18)	
M		1.50	2.05	2.06	2.00	1.95	1.13	1.88	1.82	交互作用 * 状況Cにおいて:男>女 女:状況B, A > C
SD		(.66)	(.48)	(.24)	(.53)	(.60)	(.32)	(.53)	(.59)	

一方、感情面においては、新たに、「思慕・悲哀」に関して、Table 5に示すような状況選択と性別との交互作用が示された。

死別と失恋において、それぞれ結果のパターンは異なるが、まず、具体的な泣きの状況選択においては、そこでエピソードに依存して生じる主要な感情経験の質が、泣きの状況選択と関わっているという可能性は、念頭に置いて更に検討すべきであろう。ただし、「思慕・悲哀」という感情に限定した分析でも、より強く感情を経験するのは状況B選択者であるという点は、他の測度で全体的にみられた結果と共通点が感じられる。

また、Table 5によれば、ひとりで泣くことを選択し、その後他者に伝わることのない泣きを報告した状況C選択者の中には、相対的に思慕・悲哀の感情が低かったのではないかと推測される結果が得られている。同じくひとりで泣いている場合の状況Bとは対照的な相違を示す可能性もあり、今後さらに調査参加者を増やす中で検証していきたい。

## 文 献

遠藤利彦 1995 乳幼児期における情動の発達とはたらき  
麻生 武・内田伸子(編) 講座 生涯発達心理学2 人生  
への旅立ち—胎児・乳児・幼児前期— 金子書房  
p.129—162  
橋本 巖・角田 豊 1992 感情の「わかりにくさ」に関する  
信念と青年の孤独感・共感性の関係(Ⅱ) 愛媛大

学教育学部紀要, 教育科学, 39(1), 63—74.

Hashimoto, I., Sawada, T. & Matsuo, K. 2006 Situational Factors that Moderate Gender Differences in Regulation of Adolescent Emotional Crying. 19th Biennial ISSBD Meeting - Programme & Abstracts, July 2-6, 2006, Melbourne Australia. (published as CD-ROM at the conference)

井上 弥 2000 感情表出抑制に及ぼす人・場所状況と他者意識の効果 感情心理学研究, 7(1), 25—31.

Nelson, J.K. 2005 *Seeing through tears: Crying and attachment*. New York: Brunner-Routledge.

尾関友佳子 1993 大学生用ストレス自己評価尺度の改定: トランスアクションナルな分析に向けて 久留米大学大学院比較文化研究科年報, 1, 95—114.

坂上裕子・菅沼真樹 2001 愛着と情動制御—対人様式としての愛着と個別情動に対する意識的態度との関連— 教育心理学研究, 49, 156—166.

Van Tilburg, M.A.L., Unterberg, M.L., & Vigerhoets, A.J.J.M. 2002 Crying during adolescence: The role of gender, menarche, and empathy *British journal of Developmental Psychology*, 20, 77—87.

Vingerhoets, A.J.J.M., & Cornelius, R.R. (Eds.) *Adult crying: A biopsychosocial approach*. Hove, UK: Brunner-Routledge.

Williams, D.G., & Morris, G.H. 1996 Crying, weeping or tearfulness in British and Israeli adults. *British Journal*

*of Psychology*, 110, 217–226.

山本恭子・鈴木直人 2005 他者との関係性が表情表出に及ぼす影響の検討 心理学研究, 76 (4), 75–381.

付記 本研究の調査は,平成17,18年度科学研究費補助金(課題番号17653073 代表者: 橋本巖)の助成を受けて行われた。本研究のデータ及び論考の一部は, Hashimoto,Sawada,&Matsuo (2006) 等において発表されている。

これまでの調査遂行にご協力くださった参加者の皆様に心よりお礼申し上げます。

