

情動の社会的共有行動に対する聞き手の反応

Listener's Verbal Responses to Social Sharing of Emotion

川瀬 隆千 (Takayuki KAWASE)

感情的経験を他者に語る対人行動は情動の社会的共有 (social sharing of emotion) と呼ばれる。川瀬 (1999) は情動の社会的共有の理由について検討し、情動的な経験によって個人的な信念の崩壊の危機に直面した人々は、重要な他者から理解され、受容される経験を通して、信念の再構築を図るのではないかと考察している。では、情動の社会的共有はその受け手にとってどのような意味を持つのであろうか。本研究では情動の社会的共有の受け手がその送り手に示す言語反応を中心に検討した。

大学生137名 (男性25名, 女性112名) に感情の社会的共有の受け手になった経験を思い出させた上で、そのできごとが生じた時の送り手の感情を推測させ、また、エピソードを聞いた時の受け手自身の感情と送り手にどのような言語反応を示したかを尋ねた。

その結果、受け手は、送り手が不安、悲しみの感情を感じていたと推測していた。送り手の感情の推測について因子分析 (主因子法, バリマックス回転) を行なった結果、幸福、怒り、不安、罪悪の4因子が抽出された。また、エピソードを聞いた時の受け手自身の感情は驚き、不安、悲しみであり、因子分析の結果、怒り、幸福、不安の3因子が得られた。

エピソードを聞いた時、受け手が送り手に示した言語反応は、アドバイス、激励、質問、感情表出、共感、自己開示に分類され、これらの言語反応と送り手の感情、受け手自身の感情との関係を検討した結果、アドバイスは送り手の不安、激励は送り手の幸福と受け手自身の幸福、感情の表出は受け手自身の幸福、共感を受け手自身の怒りと関連していた。これらの結果を踏まえて、感情の社会的共有が人間関係の成立に及ぼす意味が議論された。

キーワード：感情、コミュニケーション、情動の社会的共有、トラウマ

目次

- I 問題
- II 方法
- III 結果
- IV 考察

I 問題

一般に幸福や悲しみ、怒り、嫉妬などの情動は一時的な経験であると信じられている。しかし、トラウマティックな経験や重大な否定的生活事象の記憶が強い情動を伴って思い出されることから分かるように、情動はその最初のインパクトが過ぎ去った後でも強い残効を示す。

たとえば、Lehman, Wortman, & Williams (1987) は自動車事故で子どもや配偶者を亡くした人の90%以上が事故から4ないし7年後でも依然としてその事故に関連した反復的な思考や精神的イメージを経験していることを報告している。愛するものを突然失うというトラウマティックな経験の影響は長期的に人々を苦しめる。トラウマティックな経験の最も否定的な側面の1つは、たとえ回避しようと試みても、否定的な情動やそれに関連する思考、記憶が繰り返し意識に浮上することであるとされる。このような現象を精神的反芻 (mental rumination) と言う。

精神的反芻は精神的な健康との関連で議論されてきた。たとえば、余語 (1997) は、日本人学生を対象に、死別、離別、性的、虐待の各トラウマ経験について調査し、精神的反芻の程度とその経験からの回復の程度に負の相関があることを見出した。精神的反芻の多い人ほど、そのできごとから回復できないのである。特に死別経験や虐待経験について反芻している人はなかなか回復できないという。

Penebaker (1989) によれば、トラウマティックな事象が言語に翻訳されないとき、それは十分に処理されないという。思考や感情、行動を抑制するために費やす意識的な努力は生理的な活動を必要とするので、そのような努力が慢性的に行われると、ストレスに関連した身体的、心理的な問題が誘発される。逆に、情動の言語的表出は心理的なトラウマの身体的健康に及ぼす長期的でネガティブな影響を予防する。ストレスやトラウマをことばに置き換えることにより、生理的活動が低減するのである。

ところで、一般に情動は個人的な経験であり、他者には分からないと信じられている。しかし、人々は自分の情動経験を他者に語ることも多い。たとえば、先に示したLehmanら (1987) によれば、交通事故で配偶者あるいは子どもを亡くした人の60% (配偶者) から67% (親) が最近その事故のことを他者に語っている。また、Rime, Finkenauer, Luminet, Zech, & Philippot (1998) は、出産、親しい人との死別、学業試験、はじめての輸血経験、死体解剖の見学、死体解剖への参加を経験した人がそれぞれの経験を頻繁に他者に語ることを報告している。

トラウマや否定的生活事象は精神的反芻のような個人内プロセスを生じさせるだけではなく、これらの経験や関連する感情を言語的に表出させるように人を動機づけるようである。実際、トラウマティックな状況や重大な否定的生活事象にさらされた人はその経験や関連する感情を他者に話す傾向がある (Rime, Philippot, Boca, & Mesquita, 1992)。このような対人行動は「情動の社会的共有 (social sharing of emotion)」と呼ばれる (Rime, Mesquita, Philippot, & Boca, 1991)。

Rime, Finkenauer, Luminet, Zech, & Philippot (1998) によれば、情動の社会的共有は、①文化や性、

年齢を越えた一般的な現象であり、②情動の種類による共有されやすさの違いもなく、③多くの場合、そのエピソードを経験した当日に社会的共有行動が生じ、④社会的共有の受け手はほとんど親しい人であるという。これらの特徴は日本人を対象とした研究でも認められている(余語・尾上, 1998; 川瀬, 1999)。

人々はなぜ情動的な経験を他者に語るのだろうか。Rime, Philippot, Boca, & Mesquita (1992) は、情動の社会的共有の理由として以下のものをあげている。

(1) 経験の明確化 情動はあいまいで、混乱した感覚を引き起こすので、人々は社会的比較により自分の経験についての明確な情報を得ようとするために、自分自身の経験を語る。

(2) 論理的思考への組み込み 情動はあいまいで混乱した感覚を引き起こすが、情動を語ることによって、人々は情動にラベルをつけ、組織化し、論理的な思考ルールに組み込もうとする。

(3) 信念の回復 情動は人々が自分自身や世界に対して持っている信念を一時的に揺さぶる経験である。人々は自分が経験した事象の意味を明らかにし、それを通して信念を回復しようとするために情動を語る。

(4) 社会的サポートの要求 信念が挑戦を受ける時、安全の基本的な感覚が揺さぶられ、人々は社会的サポートを求めようになる。人々は重要な他者と情動を共有することによって外的なサポートや援助を得るために情動を語る。

(5) 受容と理解 情動は過度な自己焦点的注意を引き起こし、人々を社会的環境から切り離すので、情動を経験している人にとって社会との再統合がテーマとなる。人々が情動を語るのは自分を理解してもらい、受け入れてもらうためである。

川瀬 (1999) は大学生に悲しみ、怒り、羞恥のいずれかのネガティブな情動的経験を思い出させ、それらの経験を他者に語った人を対象に情動的経験を語った理由を自由記述で尋ねた。その結果、大学生がネガティブな情動的経験を他者に語る理由としてもっとも多かったのは「気持ちをすっきりさせたい」、「不安を解消したい」など「信念の回復」に関する理由であり、次いで、「気持ちを知って欲しい」、「同意して欲しい」などの「理解と受容」に関する理由であった。「社会的サポートの要求」や「経験の明確化」などの理由は少なく、「論理的思考への組み込み」の理由は記述されなかった。

このような結果から、川瀬 (1999) は人々が情動的経験を語る理由には、「信念の回復」に代表される「認知的側面」と、「理解と受容」に代表される「对人的側面」があるとし、ネガティブな情動経験によって個人的な信念の崩壊に直面した人々は、重要な他者から理解され、受容されるという経験を通して、信念の再構築を図るのではないかと考察している。情動の社会的共有の受け手が親しい人に限られるのはこのためである。親しい人であれば、情動的経験を理解し、受け入れてくれる可能性が高い。人々はそのような安定した対人関係の中で、信念の再構築を行うのであろう。

このように、情動を他者に表出することは、送り手にとって意味のあることである。しかし、受け手にとってそれはどのような意味を持つのであろうか。Rimeら (1998) は、情動の社会的共有が

2者間の物理的距離を縮める、情動的経験を語ることは親密な対人関係の発展と維持に寄与する、と述べている。では、社会的共有の受け手は送り手に対してどのように反応をするのだろうか。

Shortt & Pennebaker (1992) によれば、ホロコーストの生存者が自分自身の経験を語るのをビデオで見た学生たちは、生存者の示すネガティブ情動の程度が大きくなるほど、大きなネガティブ情動を示した。受け手は送り手の情動表出に接して、情動的に混乱するのである。

しかし、送り手と受け手の間に親密な関係があれば、受け手はただ混乱するだけではないだろう。たとえば、イザード (1996) は、悲しみなどのネガティブな情動は自己や他者に対して、すべてがあまりうまくいっていないこと、助けを必要としていることを伝え、その結果、他者からの共感や同情、保護や援助を引き出すと述べている。つまり、受け手は送り手の立場に立ち、共感的に反応するのである。また、Christophe & Rime (1997) は、強い情動が言語的に表出されるとき、社会的共有の受け手は、言語的に反応するよりも、抱き寄せたり、キスしたり、タッチしたりと言う非言語的な慰めの反応を示すことを報告している。受け手はことばだけではなく、さまざまなチャネルを使って送り手に反応しているのである。

これらの報告から、受け手は送り手の感情表出に対して主体的に反応し、自ら送り手の感情表出に関わっているということがわかる。では受け手は送り手の感情表出にどのように反応するのであるか。特に、送り手の表出した情動エピソードに対して、受け手はどのような言語的反応をするのか。本研究では送り手の表出した情動エピソードに対する受け手の言語反応について検討する。

特に、以下の点について検討したい。①受け手の言語反応は送り手の表出する感情によって異なっているだろうか。送り手が喜び、幸福などのポジティブな感情を表出した場合、受け手はそのような感情を維持するような働きかけ（言語反応）を行うのではないだろうか。一方、悲しみや落ち込みなどのネガティブな感情を表出した場合には、そのような感情を否定したり、慰めたりするのではないか。また、②受け手は送り手の感情表出に反応して自らも感情を喚起するだろうが、受け手自身の感情は言語反応に影響を与えるだろうか。日常的には、送り手の怒りが受け手に及び、送り手以上に受け手が怒りを表出することも多い。そのように考えると、受け手は自分自身の感情を言語的に表明することも多いだろうと思われる。さらに、③受け手は必ずしもいつも正直な感想や感情を言語的に表現するとは限らない。本心を隠して演技したり、偽りの言語反応を行ったりすることも多いと思われる。本研究では、これらの疑問について質問紙レベルで検討する。

II 方法

1. 調査対象者

大学生139人が研究に参加したが、そのうち2名のデータは不十分であったので、除外し、137名（男性25名、女性112名）のデータについて分析した。

2. 手続き

調査は講義の後に教室で行なわれた。調査対象者には「感情とコミュニケーションに関する調査」という名目の4枚つづりの調査用紙を配布し、その場で一斉に回答させた。

3. 調査用紙の内容

3-1. 教示

はじめに、調査対象者自身が感情の社会的共有の受け手（聞き手）になった経験を思い出させた。具体的には、「家族や友人、配偶者や恋人が、喜びや悲しみ、怒りなど、その人自身の感情的な経験を、あなたに直接語ったことがあると思います。そのようなエピソードの中で、あなたがもっとも衝撃を受けたことを1つ思い出して（ただし、過去3ヶ月の間に聞いたことに限ります）、以下の質問にお答えください。」という教示を与えた。

3-2. 送り手についての質問

上のような教示の後、以下の質問を提示し、回答させた。

(1) できごとの内容 そのできごとが生じた時の送り手（話し手）の感情を推測させ、それを箇条書き（5つまで）で回答させた。この質問は調査対象者に記憶を鮮明に思い出させるために行ったものである。

(2) 送り手 エピソードの送り手について、「両親、兄弟姉妹、配偶者、恋人、同性の親しい友人、異性の親しい友人、あまり親しくない知り合い、未知の人、その他」の中から選択させた。

(3) 送り手の感情の推測 そのできごとが生じた時の送り手の感情を推測させ、「怒り、罪悪感、嫌悪感、不安、興味、喜び、軽蔑、恐れ、驚き、幸福、悲しみ」の各形容詞に7段階で回答させた。

(4) できごとの起こった日とそのエピソードを聞いた日 相手の話から、そのできごとが起こった日を推測させ、また、調査対象者がそのエピソードを聞いた日を回答させた。

3-3. 調査対象者自身についての質問

次に、そのエピソードを聞いた時の調査対象者自身の感情や言語反応について質問した。

(1) エピソードを聞いた時の調査対象者の感情 前述の形容詞を用いて、エピソードを聞いた時の調査対象者自身の感情を回答させた。

(2) 送り手に対する言語反応 エピソードを聞いた時に、調査対象者が送り手にどのような言語反応を示したかを回答させた（箇条書きに5つまで記述させた）。なお、言語反応を示していない場合には、「反応なし」にチェックさせた。

(3) 反応の際に感情を偽った程度 調査対象者が送り手に対し自分自身の感情を正直に示したか、

偽って示したかを7段階（「かなり正直に示した」；1から「かなり演技した」；7）で回答させた。

3-4. 2次的社会的共有についての質問

感情の2次的社会的共有現象について検討するため、

(1) 2次的共有の欲求 「現在、そのエピソードを第3者に話したいと思うか」と尋ね、2次的社会的共有の欲求の有無を回答させた。

(2) 2次的共有の経験の有無 2次的社会的共有の経験について、「今までにそのエピソードを第3者に語ったことがあるか」と尋ね、経験がある場合には、さらに、「誰に、いつ、何回くらい」話したか、また、「何人に話したか」を尋ねた。

III 結果

1. 送り手

送り手は、同性の親しい友人が最も多く（51.1%）、次いで、恋人（19.0%）、両親（12.4%）、異性の親しい友人（7.3%）、兄弟姉妹（4.4%）、未知の人（1.5%）、あまり親しくない知り合い（0.7%）、その他（3.6%）であった。

情動の社会的共有行動は親しい関係の相手に対して行なわれることが繰り返して認められているが、このような結果はその傾向を受け手の側から確認したものである。

2. 送り手の感情の推測

調査対象者にできごとが生じた時の送り手の感情を推測させた。5段階評定の平均は表2のようになった。平均が最も高かったのは不安、次いで、悲しみ、驚き、恐れ、嫌悪、怒りであった。逆に幸福、喜びの平均は低かった。このような結果から、調査対象者が思い出したのは送り手がネガティブな感情を表出した場面であることが分かる。

また、推測された送り手の感情について因子分析（主因子法、バリマックス回転）を行った結果、4つの因子が抽出された。

第1因子は幸福、喜び、興味、悲しみに高い負荷（悲しみは負）を示しており、幸福因子とした。第2因子は軽蔑、嫌悪感、怒りに高い負荷を示していたので、怒り因子とした。第3因子は不安、恐れに高い負荷を示しており、不安因子とした。第4因子は罪悪感、驚きに高い負荷を示していたので、罪悪因子とした。

表2 被調査者による送り手の感情の推測

	平均(SD)	幸福因子	怒り因子	不安因子	罪悪因子
幸福	2.01(1.95)	.893	-.294	-.198	.000
喜び	2.09(2.10)	.892	-.304	-.195	-.034
興味	2.76(1.98)	.682	-.141	.006	.077
悲しみ	5.15(2.23)	-.629	.173	.439	.075
軽蔑	3.61(2.33)	-.128	.861	.026	.008
嫌悪感	4.32(2.24)	-.318	.738	.144	.174
怒り	4.31(2.38)	-.379	.712	.096	-.139
不安	5.31(1.80)	-.219	.011	.799	-.103
恐れ	4.34(2.08)	-.103	.131	.774	.110
罪悪感	2.70(2.10)	.028	.129	.403	.726
驚き	4.71(2.01)	-.001	.021	.066	-.274

3. 社会的共有までの時間

できごとが生じた日とそのエピソードを聞いた日の両方が明確に記載されていた69名のデータを検討した。調査対象者がエピソードを聞いたのはできごとの当日が最も多かったが、1週間以上経ってから聞いている者も少なくなかった。調査対象者がエピソードを聞くまでの時間は平均2.97日であった。この時間は送り手側から得られたデータよりもかなり遅い。本研究の調査対象者は必ずしも最初の受け手ではなかったのかもしれない。調査対象者に感情経験を表出する前に他の人に経験を語っていた可能性も大きい。

表3 できごとについて聞くまでの時間

時期	人数
当日	32
翌日	10
2,3日後	8
5,6日後	8
7日~10日	3
11日以上	8

(平均=2.97, N=69)

4. エピソード接触時の調査対象者の感情

エピソードを聞いて、調査対象者がもっとも強く感じた(5段階評定の平均が最も高かった)の

は驚きであり、次いで、不安、悲しみであった。幸福、喜びの平均は低かった。このように、調査対象者自身の感情もネガティブなものであった。

また、因子分析（主因子法、バリマックス回転）を行った結果、3つの因子が抽出された。第1因子は怒り因子（嫌悪感、軽蔑、怒り）、第2因子は幸福因子（喜び、幸福、興味）、第3因子は不安因子（恐れ、不安、悲しみ、嫌悪感、驚き）であった。

表4 エピソードを聞いたときの調査対象者自身が経験した感情

	平均(SD)	怒り因子	幸福因子	不安因子
嫌悪感	3.64(2.24)	.817	-.090	.207
軽蔑	3.06(2.26)	.817	-.006	-.025
怒り	3.69(2.32)	.701	-.169	.132
喜び	1.93(1.84)	-.284	.930	-.077
幸福	1.77(1.70)	-.270	.879	-.064
興味	3.88(2.10)	.060	.371	-.019
恐れ	3.43(2.25)	.204	-.157	.838
不安	4.30(2.24)	.106	-.177	.709
悲しみ	4.20(2.17)	.017	-.355	.590
罪悪感	2.14(1.83)	.054	.052	.493
驚き	5.93(1.60)	.001	.174	.324

5. エピソード接触時の調査対象者の言語反応

調査対象者137人中、エピソードを聞いたときに送り手に何らかの言語反応を示したと回答した107人（男性7人、女性90人）を分析の対象とした。これらの対象者の言語反応を検討し、それらを筆者が以下のカテゴリーに分類した。分類の結果を表5に示す。

表5 送り手に対する被調査者の言語反応

カテゴリー	分類の基準	具体的な発言内容	人数
アドバイス	「〇〇すべき／すべきではない」、「〇〇するのがよい／しない方がよい」など具体的な指示を含むもの	<ul style="list-style-type: none"> ・はやめに決断した方がいい ・変なプライドは捨てた方がいい ・相手ときちんと話し合うように ・過去は過去として認めるしかない ・答えを焦るべきではない 	29
激 励	「元気出して」、「がんばれ」などの具体的な指示を含まない励まし・慰めなど	<ul style="list-style-type: none"> ・誰にでもそういうことはある ・大丈夫、あなたのせいじゃない ・何とかなるよ ・元気を出せ ・そのうちよくなるよ 	42
質 問	できごとの理由やそれに対する相手の感情を聞く、今後の方針について尋ねるようなもの	<ul style="list-style-type: none"> ・どうしてそのようなことが起こったのか ・本当にそうなのか ・相手は知っているのか ・本当にそれで満足なのか ・その後、どうなったのか 	27
感情表出	受け手の驚きなどの感情表現、できごとに関する受け手自身の感想の表出など	<ul style="list-style-type: none"> ・驚いた、全然知らなかった ・気づかなくて、ごめん ・軽蔑した ・信じられない ・はやく相談して欲しかった 	36
共 感	送り手の感情を確認したり、同意したりするような発言	<ul style="list-style-type: none"> ・気持ちはわかる ・それはショックだろうね ・怖かったでしょ ・姉妹なのにひどいことをされたね ・自分も同じ気持ちだ 	30
自己開示	聞き手自身の経験を伝える表現	<ul style="list-style-type: none"> ・両親が離婚したこと ・自分も同じような体験をした ・本を読んで考えさせられたこと ・自分も辛い思いをした ・自分にもそういうことがあった 	10

表5には、具体的な発言内容とそのような反応を示した人数も掲載されているが、一人で2つ以上の言語反応を記述した調査対象者も多いので、その合計は174になる。

収集された174の言語反応のうち、もっとも多かったのは激励で全体の24.14%を占めた。次いで、感情表出 (20.69%)、共感 (17.24%)、アドバイス (16.67%)、質問 (15.52%)、自己開示 (5.75%)

であった。

6. 送り手, および調査対象者自身の感情と言語反応

次に, これらの言語反応と送り手の感情, 調査対象者自身の感情との関係を検討するために, 特定の言語反応を行った人々と行わなかった人々の間で, 感情(因子別)の強さを比較した。また, 受け手の演技の程度と送り手, 調査対象者自身の感情との相関関係を検討した。結果を表6に示す。

表6 言語反応・演技の程度と感情の強さとの関係

言語反応・演技		送り手の感情の推測				調査対象者自身の感情		
		幸福	怒り	不安	罪悪	幸福	怒り	不安
アドバイス	無	9.40	11.46	9.03	5.68	7.49	9.82	19.71
	有	8.21	13.07	11.10	6.34	6.97	11.66	19.66
激 励	無	10.55	11.08	9.66	5.77	8.06	9.85	19.32
	有	6.83	13.17	9.48	6.00	6.24	11.05	20.26
質 問	無	8.37	11.81	9.56	5.95	7.10	9.73	18.94
	有	11.15	12.15	9.67	5.59	8.07	12.07	21.93
感情表出	無	8.37	12.03	9.56	5.86	6.64	10.44	19.60
	有	10.44	11.65	9.65	5.86	8.68	10.08	19.86
共 感	無	9.17	11.39	9.94	6.17	7.42	9.52	20.34
	有	8.83	13.20	8.70	5.07	7.17	12.37	18.03
自己開示	無	9.16	12.25	9.49	5.93	7.22	10.48	19.41
	有	8.30	8.50	10.50	5.20	8.60	8.70	22.40
演 技 r		.2357	-.2686	-.0338	.0149	.0220	-.0259	.0097

注：値が大きくなるほど強い感情を示す。斜字は5%水準で有意差のあるものを示す。

7. 2次的社会的共有の要求・経験と感情

2次的共有をしたいと思った人は, 思っていない人よりも, 送り手が幸福であると推測しており(12.30対8.63), また, 自分自身も幸福であると感じていた(9.82対6.73)。2次的共有の経験の有無と感情との間には有意な傾向はなかった。

IV 考察

本研究は情動の社会的共有の受け手に焦点を当て、送り手の情動表出に対する受け手の反応について検討した。ここでは結果に即して、本研究の3つの検討課題を考察する。

本研究の第1の検討課題は、送り手の表出する感情によって、受け手の言語反応が異なるかどうかということであった。すなわち、送り手が喜び、幸福などのポジティブな感情を表出した場合、受け手はそのような感情を維持するような働きかけ（言語反応）を行うだろう。逆に、送り手が悲しみや落ち込みなどのネガティブな感情を表出した場合、受け手はそのような感情を否定したり、慰めたりするのではないかと予測した。

結果にも示したように、送り手がポジティブな感情を表出した場合、受け手は積極的に反応しなかった。送り手が幸福な場合に、受け手は質問をする傾向があったが、有意な結果は得られなかった。一方、送り手がネガティブな感情を表出した場合には、受け手はそれを否定したり、慰めたりするだけでなく、より積極的に送り手に関わっていた。すなわち、送り手が幸福ではないと推測した場合には、受け手は送り手を激励し、送り手の不安が大きいと推測すると、送り手に何らかのアドバイスをしていたのである。

受け手のこのような反応は、送り手と受け手の人間関係を反映するものとも考えることもできる。しかし、ここでは第2の検討課題との関連で考えてみたい。

本研究の第2の検討課題は、受け手の言語反応が受け手自身の感情によって異なるかどうかということであった。受け手は送り手の感情表出に反応して自らも感情を喚起すると思われるので、自分自身の感情を言語的に表明することも多いだろうと予測された。

結果にも述べたように、送り手を激励した受け手は、激励しなかった受け手より、幸福感が低かった。一方、送り手に感情を表出した受け手は、表出しなかった受け手より、幸福感が高かった。また、送り手に共感を示した受け手は、共感を示さなかった受け手より、怒りを感じていた。

一般に、人はネガティブな感情を避けたいものである。なぜなら、ネガティブな感情について考えたり、言及したりすれば、そのような感情を維持してしまったり、それが再び生じたりするからである。したがって、受け手は送り手のネガティブな感情や経験をあまり聞きたくないだろうし、そのような言動について考えたり、それに言及したりするのも避けたいだろうと考えられる。その一方で、受け手は目の前で実際にネガティブな経験を語っている送り手の存在を無視することもできないだろう。つまり、受け手は「避けたいが、避けられない」事態に直面していると言える。そのような事態に直面して、彼らは具体的な言及や明確な指示を伴わない、消極的であいまいな反応（激励）を選択したのではないだろうか。

同じことは、第1の検討課題である送り手の感情の推測についても言える。送り手の不幸に積極的に関わると自分自身もネガティブな感情になるので、受け手は積極的に関わりたくないだろう。しかし、感情を表出している送り手を目の前にして受け手はその感情を避けることもできない。結

果として、激励のような消極的な反応が生じるのではないだろうか。

ところで、同じネガティブ感情であっても、不幸と怒りでは反応がまったく異なる。怒りを喚起している受け手は、送り手の感情を確認したり、それに同意したりするような共感的な反応を示した。これは送り手に関わっていかこうとする積極的な反応であり、激励のような消極的な反応とは異なる。怒りにはコミュニケーションを始発する働きがあるようである。また、第1の検討課題に関連して述べたように、送り手が不安を喚起していると推測した場合も受け手はアドバイスなどの積極的な反応を示していた。これらの結果から、受け手が送り手に対して示す言語反応には感情の強さ（覚醒水準）が関連している可能性が示唆される。不安や怒りなどの強いネガティブな感情は人を対人的なコミュニケーションの場に引き込み、相手に直接関わるような反応を始発させるのかもしれない。

一方、驚きや感想を表出した受け手は幸福を感じている。人がポジティブな感情を維持したいと動機づけられているならば、ポジティブな感情状態の時は、当該のエピソードについて言及したり、自分自身の感情を表出したりすることが多くなると思われる。感情や感想を表明することによって、受け手は自らのポジティブな感情を維持しようとしたと考えられる。

本研究の第3の検討課題は、受け手は必ずしもいつも正直な感想や感情を言語的に表現するとは限らないのではないかということであった。すなわち、本心を隠して演技したり、偽りの言語反応を行ったりすることも多いのではないかということであった。

結果にも示したように、演技の程度と送り手の感情の推測との間に相関が認められた。送り手が幸福であると思っているほど、受け手は演技をしやすく、逆に、送り手の怒りが大きいと考えるほど、演技しない傾向があった。一方、演技の程度と受け手自身の感情との間には相関は認められなかった。

送り手が幸福であると推測すると、受け手は送り手の幸福感を維持し、その感情を壊さないように、自分の感情を正直に示さないようである。それに対し、送り手が怒っていると考えると、受け手は送り手の怒りに対して、正直に反応するようだ。怒りを感じている受け手がコミュニケーションを始発してしまったように、送り手の怒りに直面した受け手は自分の感情をそのまま表出してしまうのかもしれない。

これまで見てきたように、受け手は送り手の感情に対して単純に反応を返すだけでない。エピソードによって喚起された受け手自身の感情も彼らの言動に影響しているのである。このことから、感情の社会的共有とは、送り手が単に自分の感情的経験をしゃべることではなく、受け手の積極的な参加によって成立しているコミュニケーションであると言える。

受け手が積極的にコミュニケーションに参加しているからこそ、送り手は安心して自分の感情を語れるのだろう。このような関係の中で送り手は認知の再構成を行うのだ。そして、それによってトラウマの解消、ストレスの低減が行われるのである。一方、受け手は単に送り手に反応を返すだけではなく、部分的には自分自身の解釈に基づいて独自の反応をしている。

しかし、このように考えると、送り手と受け手は同じ思いでコミュニケーションに参加しているわけではないということになる。送り手も受け手もそれぞれが独自の行動をしているのである。

それにもかかわらず、コミュニケーションの参加者たちには感情を共有したと言う実感がある。2人の間に絆が生まれたと感じることも多い。

たとえば、Rime et al. (1998) は情動の社会的共有は2者間の物理的距離を縮め、親密な人間関係の発展と維持に寄与すると述べている。情動の社会的共有は社会的絆 (social bond) を形成するのである。また、イザード (Izard) は悲しみの機能に言及し、親近者を失った集団のメンバーが悲しみを経験することにより、その集団は凝集性を高めることができるとした。悲しみを共有することが集団の結束を高めるのである。

確かに情動の共有にはこのような機能があるのだろう。だが、送り手も受け手もそれぞれに自分の感情を表出しているだけなのにもかかわらず、なぜ感情の共有が生じるのだろうか。さらにそれが社会的な絆を形成するのはなぜなのだろうか。本研究の結果からこれ以上の考察は難しいが、社会的絆はコミュニケーションの結果ではなく、コミュニケーションのプロセスであると考えられることはできそうである。互いの感情を表出しあう経験を通して、相互理解が進み、絆が形成されるのである。しかし、それは絆の完成を意味するものではない。互いの感情表出が停止すれば、絆も断たれるであろう。そのような意味で、絆は不断に形成されつづける必要があるものなのかもしれない。Planalp (1999, p.41) は織物のメタファーで情動のコミュニケーションを記述している。従来、コミュニケーションは一方の情報が他方に伝達されるものと素朴に考えられてきたが、むしろ、それは2人で1つの作品を作り上げる過程と考えられるのである。

このように考えると、人間関係に完成はない。私たちは常に関係を作り続ける必要がある。そのようなプロセスそのものが情動の社会的共有なのである。

文献

- Christophe, V. & Rime, B. 1997 Exposure to the social sharing of emotion: Emotional impact, listener responses and secondary social sharing. *European Journal of Social Psychology*, 27, 37-54.
- イザード, C.E. 莊巖瞬哉 (監訳) 1996 感情心理学 ナカニシヤ出版 (Izard, C.E. 1991 *The psychology of emotions*. New York: Plenum Press.)
- 川瀬隆千 1999 感情を語る理由: 人はなぜネガティブな感情を他者に語るのか 宮崎公立大学人文学部紀要, 7, 135-149.
- Lehman, D.R., Wortman, B.C., & Williams, A.F. 1987 Long-term effects of losing a spouse or child in a motor vehicle crash. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 218-231.
- Planalp, S. 1999 *Communicating Emotion: Social, Moral, and Cultural Processes*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Penebaker, J.W. 1989 Confession, inhibition, and disease. In L. Berkowitz (ed.), *Advances in Experimental Social Psychology*, Vol. 22, pp.211-244, New York: Academic Press.

- Rime, B., Finkenauer, C., Luminet, O., Zech, E., & Philippot, P. 1998 Social sharing of emotion: New evidence and new questions. In W. Stroebe & M. Hewstone (eds.) , *European Review of Social Psychology*, vol.9, pp.145-189, Chichester: Wiley.
- Rime, B., Mesquita, B., Philippot, P., & Boca, S. 1991 Beyond the emotional event: Six studies on the social sharing of emotion. *Cognition and Emotion*, 5, 435-465.
- Rime, B., Philippot, P., Boca, S., & Mesquita, B. 1992 Long-lasting cognitive and social consequences of emotion: Social sharing and rumination. In W. Stroebe & M. Hewstone (eds.) , *European Review of Social Psychology*, vol.3, pp.225-258, Chichester: Wiley.
- Shortt, J.W. & Penebaker, J.W. 1992 Talking versus hearing about the Holocaust experiences. *Basic and Applied Psychology*, 1, 165-170.
- 余語真夫 1997 ト라우マの告白と抑制に関する一調査 文化学年報 (同志社大学) , 第46輯, 87-113.
- 余語真夫・尾上恵子 1998 感情の社会的共有現象—人々は感情経験を他者に語る— 日本心理学会第62回大会発表論文集, 1011.