

怒り表出・抑制に対する自己愛の影響

The Influence of Narcissism on Anger Expression and Suppression

田代紘之¹ 興津真理子²

Hiroyuki TASHIRO Mariko OKITSU

要約

怒りと関連する要因として、自己愛が注目されている。自己愛には、誇大性を特徴とする Overt Narcissism と、脆弱性を特徴とする Covert Narcissism の2つの側面があることが先行研究で指摘されている。自己愛の2つの側面によって怒りの表出傾向は異なると考えられ、怒りの表出傾向によっては、精神的な健康への悪影響へとつながる可能性がある。しかし、2つの側面を考慮して、怒りやその表出傾向および認知過程との関連を調べた研究は散見される程度であり、それぞれのタイプがどのような表出傾向や認知過程と関連するかは明確に示されていない。そのため、それらの関連を明らかにすることは今後の課題となるだろう。

キーワード：怒り表出と抑制、認知過程、自己愛の下位側面

怒りの喚起は、怒りを誘発する内的または外的刺激、人格特性や怒りを感じる前の状態、怒りを誘発した出来事やそれに対処できるかどうかに関する認知的評価の相互作用として捉えることができる (Deffenbacher, 2011)。

怒りを誘発する外的な刺激には、侮辱的な他者の発言、思い通りに機能しない物理的環境など様々な刺激が含まれる。湯川 (2008) は、怒りを「自己もしくは社会への、不当なもしくは故意による (と認知される)、物理的もしくは心理的な侵害に対する、自己防衛もしくは社会維持のために喚起された、心身の準備状態である」(p.8) と定義しており、怒りを誘発する外

的刺激には、共通して侵害をもたらす (もしくはそのような本人が主観的に判断する) という特徴があると考えられる。

怒りを誘発する刺激には内的なものも含まれる。例えば、経験した出来事の反すうも怒りの誘発や増幅に関連すると考えられる。例えば、怒りを感じた後に、怒りを誘発した出来事について反すうする人は、怒り経験とは関係のない別のことを考える人よりも、怒りが増幅されることが分かっている (Bushman, 2002)。

人格特性もまた怒りに寄与する要因の一つである。怒りとの関連が注目されている人格特性には自己愛がある。

自己愛とは、自分自身への関心の集中、自信や優越感等の自分自身に対する肯定的感覚、およびその肯定的感覚を維持したいという強い欲求によって特徴づけられると定義される (小塩,

¹ 同志社大学大学院心理学研究科 (Graduate School of Psychology, Doshisha University)

² 同志社大学心理学部 (Faculty of Psychology, Doshisha University)

1998)。このように定義される自己愛は、自分自身を基本的に価値のあるものとする感覚である自尊感情との関係が報告されている(小塩, 1998; Rohmann, Neumann, Herner, & Bierhoff, 2012)。例えば, Rohmann et al. (2012) は, 自己愛を測定する目的で Raskin & Terry (1988) によって作成された Narcissistic Personality Inventory (以下 NPI) のドイツ語版を用いて, 自尊感情との関連を研究しており, 自己愛と自尊感情が正の相関関係にあることを報告している。自尊感情は精神的健康の指標として用いられることがあり, 自己愛も肯定的な特徴を持っていると考えられる。

しかしながら, 自己愛は適応的指標と関連する場合と不適応の指標と関連する場合があることが指摘されている。例えば, 小塩 (1998) の研究で用いられた NPI の下位尺度のうち, 「優越感・有能感」および「自己主張性」は自尊感情と正の相関が見られたものの, 「注目・賞賛欲求」は自尊感情との相関が見られなかった。同様に, 上地・宮下 (2009) は, 自己愛の, 直接的, 間接的な対人恐怖への影響を検討しており, 直接的な影響では, 自己愛が高いと, 対人恐怖が高まることが示された。間接的な影響では, 自己愛が, 自尊感情の低下に影響し, 自尊感情の低下を介して, 対人恐怖につながっていることを示した。また清水・川邊・海塚 (2008) の研究では, 自己愛の高低の次元と対人恐怖の高低の次元により被験者を分類し, 精神的健康との関連を研究している。その結果, 自己愛が高く対人恐怖傾向が高い群は, 他の群と比較して, 抑うつ, 不安, 無気力, 不機嫌・怒りが高く, 最もストレスに脆弱であることが示された。

さらに, 前述のように, 自己愛は怒りと関連していることがわかっている。例えば, Bushman & Baumeister (1998) は, エッセイを被験者に書かせてネガティブな評価を与え, その後, 評価者に対してノイズで攻撃をする機会を与える実験を行っている。実験の結果, 自己愛が高いと, ネガティブな評価を与えられたときに, それを脅威ととらえ, ネガティブな評

価を与えた者に対して攻撃をすることが示された。自己愛は, 自分自身への肯定的感覚を維持したいという欲求が特徴の一つであり, ネガティブな評価に対して肯定的感覚の維持が妨げられ, 怒りで反応したと考えることができる。

Bushman & Baumeister (1998) の研究では, 自己愛と直接的な攻撃が関係していることが示されたが, 怒りが喚起された後の反応は, 喚起した対象への直接的攻撃のみでなく, 物に当たる, 第三者に怒り経験を相談する, 喚起した対象とは別の対象に攻撃する, 怒り経験を冷静に考える, 怒りをなかったものとして抑制する, など様々な反応が考えられる。例えば, 小塩 (2002) の研究によると, 自己愛が全体的に高い群は, 低い群と比較して, 言語的攻撃および間接的攻撃が高いことがわかっている。また注目・賞賛欲求が優位な群は, 自己主張性が優位な群よりも, 間接的攻撃が高く, 言語的攻撃が有意に低いことが報告されている。このように怒りが喚起された場合にどのように反応するかや, どのように怒りの表出を行うかも自己愛の影響を受ける可能性がある。

自己愛は怒りや攻撃性などの否定的側面と関係していることが示されているが, 自己愛には誇大な側面と脆弱な側面の2つの側面があることが先行研究で指摘されており(相沢, 2002; 小塩, 2002), それぞれ異なった特徴があることがわかっている (Figure 1)。例えば, 小塩 (2002) は NPI の下位尺度を主成分分析によって要約することによって, 自己愛全体の高低の次元と, 注目・賞賛欲求が優位か自己主張性が優位かの2つの次元によって, 被験者を分類している。すなわち, 自己愛全体が高い2つの群が, 従来から理論的に指摘されている誇大なタイプと過敏なタイプに分類可能であるとしている。

こうした考えを発展させた研究として, Given-Wilson, McIlwain, & Warburton (2011) は, 誇大性や特権意識, 自己没頭を特徴とする Overt Narcissism (以下 ON) と, 過敏性や脆弱性, 他者への依存性を特徴とする

Covert Narcissism (以下 CN) を分けて、対人関係上の問題との関連およびその媒介変数との関連を検討している。ON は自己愛の誇大な側面に相当し、ON の測定には NPI が用いられている。一方、CN は自己愛の脆弱な側面に相当し、CN の測定には Hendin & Cheek (1997) によって開発された Hypersensitivity Narcissism Scale (HSNS) が用いられている。Given-Wilson et al. (2011) の研究によると、ON と CN は共に対人関係上の問題との関係があったが、ON は、共感性の欠如を媒介して対人関係上の問題と関係があり、一方 CN は、感情の制御不全とアイデンティティの障害を媒介して対人関係上の問題と関係があった。アイデンティティの障害とは、一貫したアイデンティティの感覚を維持することや自分への気づきを得ることの困難を意味する。

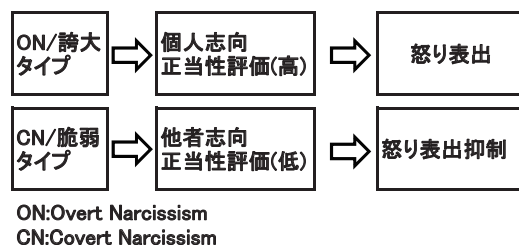


Figure 1 自己愛の下位側面における怒り表出過程の概念図 (阿部・高木 (2006), 小塩 (2002) を参考に筆者作成)

このような先行研究から自己愛には ON (誇大なタイプ) と CN (脆弱なタイプ) の2つの側面があり、怒りやその表出・認知過程との関連を検討する際に、2つのタイプである ON と CN を区別することの重要性が示されてきている。

ON タイプの自己愛も CN タイプの自己愛も共に怒りとの関係が指摘されているが、怒りの喚起や表出、認知過程は、自己愛の下位側面によって異なることが示されてきている。例えば、CN タイプの自己愛は、怒りや敵意を予測して

いたが、身体的な攻撃や言語的な攻撃とは関連が示されなかった (Okada, 2010)。また、CN タイプの自己愛を示すと考えられる「注目・賞賛欲求」が優位であれば、攻撃性が低いことが明らかになっている (小塩, 2002)。一方、ON タイプの自己愛は直接的で物理的な攻撃との関係が示されている (Bushman & Baumeister, 1998)。

認知過程にも自己愛の下位側面で違いが見られる。例えば、NPI のうち誇大な側面を示すと考えられる「優越感・有能感」が高いと、怒りの表出が正当であるかどうかという「正当性評価」の認知が高く、反対に「注目・賞賛欲求」が高いと、怒り表出の「正当性評価」が低いことがわかっている (阿部・高木, 2006)。そのため、「注目・賞賛欲求」が高いと攻撃性が低いという小塩 (2002) の結果を支持しているといえる。さらに CN タイプの自己愛は他者志向的で (小塩, 2002), 他者が自分に完璧にすることを期待していると考え、その期待に完璧に答えなければならないと考える傾向がある (Mann, 2004)。そのため、CN タイプの自己愛は感情の表出を抑制する可能性がある。

これらの研究から、自己愛の下位側面によって、怒りの認知過程が異なり、それにより怒りの表出傾向が異なってくると考えられる。これに関して日比野・湯川・児玉・吉田 (2005) は、中学生を対象とした、怒り表出行動とその抑制要因に関する研究において、自己愛と怒り表出行動との関係に、認知や気分が媒介していることを明らかにしている。日比野ら (2005) は、怒りと関連する人格特性として自己愛と言語表現力をとりあげ、認知として「肥大化」「客体化」「自責化」「終息化」をとりあげ、怒り表出行動として「攻撃行動」「社会的共有」「物への転嫁」をとりあげている。日比野ら (2005) の研究によると、NPI の下位尺度のうち、自己愛の誇大な側面を表すと考えられる「自己主張性」が、怒り経験がたいしたことではないとする認知「終息化」を促進し、「終息化」を介して「攻撃行動」が促進されていた。この結果は

「自己主張性」によって「終息化」の認知が行われる場合には、怒り経験を無理にでも過去のものとして自分なりの理由をつけて納得している可能性があり、「終息化」によって怒り経験の鎮静化がもたらされず、結果的に怒り表出行動へとつながったと考えられる（日比野ら, 2005）。

CNタイプの自己愛は、その特徴から怒りを抑制すると考えられるが、むしろ、日々野ら（2005）の研究によると、誇大性を表すと考えられる「自己主張性」が「終息化」の認知を介して怒り表出行動につながっていた。このことから、中学生においては、ONタイプの自己愛が、怒り経験を「大したことではない」と考えることによって、怒り表出行動が促進されることが示唆された。

上述のように、自己愛傾向の下位側面によっては、怒りを抑制する傾向があると考えられるが、怒り経験をなかったものとして無理やり抑え込むことは必ずしも精神的健康に望ましい影響があるわけではない。阿部・高木（2006）によると、「注目・賞賛欲求」が高いと、攻撃性が低く、怒りの表出が抑えられるにも関わらず、被害や相手の責任を感じやすく、その結果、怒りを感じやすいことが考えられる。また、崔・新井（1998）は、怒りが生じやすいと考えられる状況において否定的感情の表出を抑制する傾向が高い人は自尊感情が低いことを示している。怒り抑制と精神疾患の関係に関して、強迫性障害の症状を示すものは、強迫性障害の症状を示さないものと比較して、怒りを抑圧する傾向が高いが、より怒りを経験し、怒りのコントロールが難しく感じていることを報告している（Whiteside & Abramowitz, 2004）。さらに、怒りを抑え込む傾向や自分自身を表現しない傾向と、摂食障害の症状との関係が報告されており、摂食障害に寄与していることが示唆されている（Shannon, Josie, & Suja, 2002）。

これらの研究から怒りを無理やり抑制することは必ずしも精神的に望ましい影響ばかりではないことがうかがえる。自己愛傾向の側面によ

ては怒りを無理に抑える傾向があると考えられ、怒りの抑制によって、怒りの増幅や健康的問題が促進される可能性がある。

これまで述べてきたように自己愛は怒りやその表出・認知過程に影響を及ぼすと考えられるが、自己愛には、誇大的で他者を気にせず攻撃的なONタイプと、他者志向的で感情を抑制すると考えられるCNの2つのタイプがあると言われている。ONとCNの2つのタイプを考慮して怒りの表出傾向との関連を見た研究は見られるものの、その認知過程を調べた研究は散見される程度である。怒りの表出や表出抑制の方法によってはさらなる怒りの増幅や精神的健康への悪影響が考えられ、同じように怒りを感じている人やストレスを感じている人でも、自己愛の下位側面によって認知過程や表出傾向は異なると考えられる。そのため、今後、自己愛の2つのタイプがそれぞれどのような認知過程および表出傾向と関連するのかを明らかにすることによって、効果的な個別の怒りの対処法を発見できる可能性がある。

引用文献

- 阿部晋吾・高木修（2006）. 自己愛傾向が怒り表出の正当性評価に及ぼす影響 心理学研究, *77*, 170-176.
- 相沢直樹（2002）. 自己愛的人格における誇大特性と過敏特性 教育心理学研究, *50*, 215-224.
- Bushman, B. J. (2002). Does venting anger feed or extinguish the flame? Catharsis, rumination, distraction, anger, and aggressive responding. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *28*, 724-731.
- Bushman, B. J., & Baumeister, R. F. (1998). Threatened egotism, narcissism, self-esteem, and direct and displaced aggression: does self-love or self-hate lead to violence? *Journal of Personality and Social Psychology*, *75*, 219-229.

- 崔京姫・新井邦二郎 (1998). ネガティブな感情表出の抑制と友人関係の満足感および精神的健康との関係 日本教育心理学研究, **46**, 432-441.
- Deffenbacher, J. L. (2011). Cognitive-behavioral conceptualization and treatment of anger. *Cognitive and Behavioral Practice*, **18**, 212-221.
- Given-Wilson, Z., McIlwain, D., & Warburton, W. (2011). Meta-cognitive and interpersonal difficulties in overt and covert narcissism. *Personality and Individual Differences*, **50**, 1000-1005.
- Hendin, H. M., & Cheek, J. M. (1997). Assessing hypersensitive narcissism: A reexamination of Murray's narcissism scale. *Journal of Research in Personality*, **31**, 588-599.
- 日比野桂・湯川進太郎・小玉正博・吉田富二雄 (2005). 中学生における怒り表出行動とその抑制要因—自己愛と規範の観点から— 心理学研究, **76**, 417-425.
- 上地雄一郎・宮下一博 (2009). 対人恐怖傾向の要因としての自己愛的脆弱性, 自己不一致, 自尊感情の関連性 パーソナリティ研究, **17**, 280-291.
- Mann, M. P. (2004). The adverse influence of narcissistic injury and perfectionism on college students' institutional attachment. *Personality and Individual Differences*, **36**, 1797-1806.
- Okada, R. (2010). The relationship between vulnerable narcissism and aggression in Japanese undergraduate students. *Personality and Individual Differences*, **49**, 113-118.
- 小塩真司 (1998). 青年の自己愛傾向と自尊感情, 友人関係のあり方との関連 日本教育心理学研究, **46**, 280-290.
- 小塩真司 (2002). 自己愛傾向によって青年を分類する試み—対人関係と適応, 友人によるイメージ評定からみた特徴— 教育心理学研究, **50**, 261-270.
- Raskin, R., & Terry, H. (1988). A principal-component analysis of the Narcissistic Personality Inventory and further evidence of its construct validity. *Journal of Personality and Social Psychology*, **54**, 890-902.
- Rohmann, E., Neumann, E., Herner, M. J., & Bierhoff, H. W. (2012). Grandiose and vulnerable narcissism: Self-construal, attachment, and love in romantic relationships. *European Psychologist*, **17**, 279-290.
- Shannon, L. Z., Josie, G., & Suja, S. (2002). Silencing the self and suppressed anger: relationship to eating disorder symptoms in adolescent females. *European Eating Disorder Review*, **10**, 51-60.
- 清水健司・川邊浩史・海塚敏郎 (2008). 対人恐怖心性—自己愛傾向2次元モデルにおける性格特性と精神的健康の関連 パーソナリティ研究, **16**, 350-362.
- Whiteside, S. P., & Abramowitz, J. S. (2004). Obsessive-compulsive symptoms and the expression of anger. *Cognitive Therapy and Research*, **28**, 259-268.
- 湯川進太郎 (2008). 怒りの心理学—怒りとうまくつきあうための理論と方法— 有斐閣, pp.8.

