

【論文】

怒り感情生起によるコミュニケーションが二者関係の認知に 与える影響 —対人葛藤場面における検討—

飯淵 廉 奥野 雅子 (岩手大学)

I. はじめに

対人関係において問題が生起し、思い通りにならないことが日常生活には多々ある。その際、怒り感情が生じることは少なくないのではないだろうか。怒り感情を相手に表出することには、一見否定的な認識がある。対人関係の問題に関する不満や怒り感情をいたずらに表現し続けることはもちろん好ましいことではない。怒り表現は感情表出の中でも、かなり攻撃的で破壊的なものになりうることは明らかである。しかし、対人関係の問題についての不満や怒り感情を抑制し続けることで関係が悪化してしまうことも予想できる。怒り感情は表出することによって、対人関係の問題が解消することや相手との関係がより親密になるチャンスともなる。そこで本研究では、対人葛藤場面における怒り感情の表出が、二者関係にどのような影響を与えるのかを実験的に検討する。

II. 問題と目的

1. 怒り感情についての研究

対人葛藤とは、“個人の要求や期待が他者によって阻止されていると個人が認知することによって生じる”と定義される(藤森, 1989)。対人葛藤場面で怒り感情が表出することになるが、これまで怒り感情は様々な側面からアプローチが為されてきた。高木・阿部(2006)は、怒りとその表出に関わるこれまでの研究を、進化、生理、動因・行動、認知、社会構成の5つのアプローチそれぞれの概況をまとめている。そこでは、どのアプローチがもっとも優れているのか、あるいは正しいのかではなく、様々な側面から得られたデータを総合して吟味していくことで、怒りという複雑な現象全体を理解するための、より有益な知見が得られることが指摘されている(高木・阿部, 2006)。

大淵・小倉(1984)は、怒りの出来事について尋ね、「怒りの経験」の概況を示した。怒りの対象のほとんどは人間で対人情緒であること、怒りの動機は単純な仕返しだけではなく、相手の行動や相手と自分の関係を変化させる問題解決的要素が強いことを明らかにしている。さらに、初対面の人より家族や知人など、本人にとって親しい人が怒りの対象になりやすいことが示されている。これは、怒り対象は“友人”のような生活場面に密着した相手が多いことを指摘した、湯川・日比野(2003)の知見とも一致する。

怒り感情はしばしば攻撃と混同して用いられる。確かに、直後に強く喚起された怒りの感情は、その時点で相手に仕返しをするといった直接的な攻撃行動を促進することが示さ

れている（日比野・湯川，2004）。しかし、怒りは多くの場合、攻撃行動を動機づけるが、同時に、同じように非攻撃行動も動機づけることも多いことが確認されている（大淵・小倉，1985）。また、相手と肯定的に関わっていくとする場合には、怒りの激しさに関係なく非攻撃的解決の反応が起こりやすいことも明らかにされている（大平，1987）。

加えて、大淵・小倉（1984）は、多くの人は怒りの出来事の後で憂鬱や一層の腹立ちなど、不快な気持ちになったとしても、その不快感を鎮めるために出来事について後から再評価を試みることも少なくないことも報告している。また、日比野・湯川（2004）は、怒り経験の“直後”、“2-3日後”、“1週間後”の各時期における感情・認知・行動について検討を行っている。その結果、怒り感情は、直後に強く喚起されるが、時間経過に伴って急速に鎮静化していくことが報告されている。このように、怒り経験は時間経過に伴い、攻撃的で破壊的なものから冷静に落ち着いたものへ変化することが示されている。

また、湯川・日比野（2003）は怒り経験時には、怒りとともに抑うつ感情が喚起されることを見出している。さらに、崔・新井（1998）は、感情表出の制御を多く行うことで友人関係の満足感が精神的健康において望ましくないと述べ、ネガティブ感情のある程度の表出が必要であることを指摘している。これらの知見から、怒り感情に対しては適切な対処が必要であることが考えられる。

2. 怒り感情の表出による効果について

怒り感情をどのように表出するのか、そしてその怒り感情の表出の効果についても様々な側面から検討が行われてきた。なかでも、関係性に着目し、二者間にポジティブな効果を生むための怒り表出に関する研究は多い。関係性に着目して怒り感情の制御について検討した、吉田・高井（2008）は、親密で対等な相手には「建設的表出」が、親密でない目上の相手には「視点転換の試み」がそれぞれ効果的な方略であるとした。しかし、この研究において「建設的表出」は相手に気遣いながら怒りを伝えるという点に限定されていたため、「建設的表出」という尺度の妥当性に関して課題が残るとされた。

一方・高木（2005）は、ポジティブな対人的効果を得るためには、自己満足的なものではなく、他者変容を目的とした怒り表出が必要であるとした。また、飯淵（2017）は、怒りの被表出者側が嬉しいと感じる表出を二者間にポジティブな効果があると捉え、被表出者側に着目して検討を行った。その結果、二者間の関係性によって適切な怒り表出は異なる可能性が示唆された。つまり、二者間に効果的な怒り表出は「関係改善」のような問題解決だけではなく、ただ怒りを解消する「発散的」な怒り表出や、相手が怒りやすいように嘘偽りなく「率直」に怒りを表出することが相手に嬉しく感じてもらえることが示唆されている。

3. コミュニケーション理論の援用

本研究では、対人葛藤場面における怒り感情の生起についてコミュニケーション理論の立場から検討を行ううえで、「人間コミュニケーションの語用論」(Watzlawick, Bavelas & Jackson, 1967) を援用する。この理論におけるコミュニケーションとは、送り手から受け手への一方的なものとはせず、受け手の反応が送り手に与える影響も問題とし、送り手と受け手の相互作用からなる複雑なパターンであると捉えられている。本研究では、怒り

表出をコミュニケーションとして捉えることで、怒り感情の表出は、表出者からの一方的なものではなく、表出者と被表出者の相互作用の中で生起する現象として着目する。

「人間コミュニケーションの語用論」(Watzlawick et al.,1967)では、5つの公理が示されている。本研究では、特に第1公理と第2公理に焦点を当てる。まず、第1公理「人はコミュニケーションしないことはできない。すべての行動はコミュニケーションである」では、活動することも活動しないことも、言葉も静寂も、すべてがメッセージとしての価値を持っているとされる。つまり、受け手は送り手のコミュニケーションに反応しないということとはできない。本研究において、怒り感情を持った状態でのコミュニケーションはすべてが怒り表出と捉えることができる。例えば、怒り感情を表出しないことも、表出しないという表出である、と捉える。次に、第2公理「すべてのコミュニケーションは内容と関係の側面を持ち、後者は前者を分類するので、メタ・コミュニケーションである」について、長谷川(2003)は、コミュニケーションの「内容的側面」と「マネージメント的側面」に置き換えている。さらに、奥野(2013)は、内容-マネージメントという軸と、言語-非言語という軸で、4つの側面に分類された具体的なコミュニケーションの指標を示した。本研究では、非言語的な側面やマネージメント的側面からも検討を行う。

4. 本研究の目的

これまで、従来からの怒り感情および怒り感情表現についての研究を概説し、コミュニケーション理論を援用することを述べてきた。怒り感情は即時的に攻撃行動となるわけではなく、攻撃行動を生起させることもあるが、その行動を抑制することにもつながる(大淵・小倉,1984)。また、怒り感情は時間経過に伴い、攻撃的で破壊的なものから冷静に落ち着いたものへ変化していく(日比野・湯川,2004)。さらに、怒りの対象は友人が多く(大淵・小倉,1985;湯川・日比野,2003)、怒りは友人との摩擦や葛藤によるものと捉えられてきた(日比野・湯川,2004)。

しかし、対人葛藤場面における怒り感情について、二者間の双方向性に着目し、コミュニケーション理論を基盤とした検討は見当たらない。そこで本研究では、怒り感情の表出をコミュニケーション理論の立場から扱うことで、怒り感情の表出を一方的なものではなく、二者間の円環的なものであると捉える。つまり、怒り感情を送り手から受け手への一方的なものとはせず、受け手の反応が送り手に与える影響にも焦点を当てる。また、コミュニケーションの内容的側面-マネージメント的側面という軸と、言語-非言語という軸の両方向に着目し、これまでの怒り研究においては行われてこなかった、コミュニケーションの実験を行うことを通して検討する。以上より、本研究では、対人葛藤場面における怒り感情生起によるコミュニケーションが、二者関係にどのような影響を与えるのかをコミュニケーション理論の立場から実験的に検討することを目的とする。

Ⅲ. 方法

(1) 予備調査

親しい友人との間で解決しようと思っているが繰り返し起こっている問題について回答を求め、得られた回答から本実験の対話課題で使用するトークリストを作成した。調査対象者は、大学生・大学院生45名(有効回答数45名:男性21名、女性24、 $M=20.98, SD=1.22$)

であり、調査時期は、2018年10月であった。調査協力者に個別に「あなたと親しい友人の間で、解決しようと思っているが繰り返し起こっている問題にはどのようなものがありますか」という内容について自由記述形式の質問紙を配布し、回収した。質問紙配布時には、得られた回答から個人は特定されないこと、調査結果は調査目的以外には使用しないことなどを説明し、調査協力者の同意を得た。その後、質問紙から得られた回答を、KJ法を用いて分類した。作成したトークリストを表1に示す。また、二者間に重大な影響を与え得るものだと判断した、「お金の貸し借りについて」と「笑いやいじりの強要」という2項目は除外した。

表1 対人葛藤場面に関するトークリスト

- | |
|---|
| <ul style="list-style-type: none">・遅刻 ・連絡が遅かったり、日程調整がうまくできなかつたりと時間にルーズ・言葉遣い ・恋愛の話をしたくないされたくない・やるべきことをやってくれない・話を聞いてくれない ・誘いが急すぎたり、誘いを断れなかつたりする ・優柔不断・愚痴や自慢を聞くのが辛い |
|---|

(2) 本実験

1. 実験協力者

同性の友人のペア20組で大学生・大学院生40名。怒り感情が生起しなかった7名を除外し、分析は33名（男性16名、女性17名、 $M=21.6$ 、 $SD=1.39$ ）を対象とした。

2. 調査時期

2018年11月～12月

3. 実験手続き

実験協力者のペア2名には、予備調査で作成したトークリストを用いて、対話課題を行ってもらった。倫理的な配慮として、実験協力を依頼する段階でトークリストを提示し、対話課題中の主な内容はトークリストの中から行われることを事前に説明した。なお、対話課題の時間は10分間とした。実験に参加するために実験室に入室し、実験協力者に着席してもらった。はじめに、実験者は実験協力者に対する感謝の意を伝え、プライバシーが保護されることを伝え、実験内容を説明し会話場面撮影の許可を得た。質問紙の回答が見えることを防ぐために実験協力者の間に衝立を設置した後、質問紙Iへの回答を依頼した。質問紙Iを回答を終えて回収した後、対話課題について説明し、トークリストを提示した。教示内容は以下の通りである。

“これから10分間で、相手に対して怒りや不満を感じていることについて問題提起し、話し合ってください。これら(作成したトークリスト)を参考にして、この中からひとつ、あなた方の関係で繰り返し起こっている、あなたがペアの方に対して、怒りや不満を感じていることについてそれぞれ伝え合ってください。ここで言う怒りとは、モヤモヤした気持ちやイラっとしたことなど些細なことを含みます。今までにも解決したいと思っていたが未だに解決していない、あなたがモヤモヤしていることについてここでひとつ話し合ってください。また、なるべく率直に、自分の気持ちや意見を述べるようにして下さい。”

対話課題中、実験者は退室し、実験室の外で待機した。10分間経過したところで再度入室し、質問紙Ⅱへの回答を依頼した。質問紙Ⅱへの回答が終わったことを確認した後、質問紙Ⅱを回収した。再度実験協力に対する感謝の意を伝え、実験を終了した。実験終了後、実験の意図を詳しく説明した。実験場面の構成を以下の図1に示す。

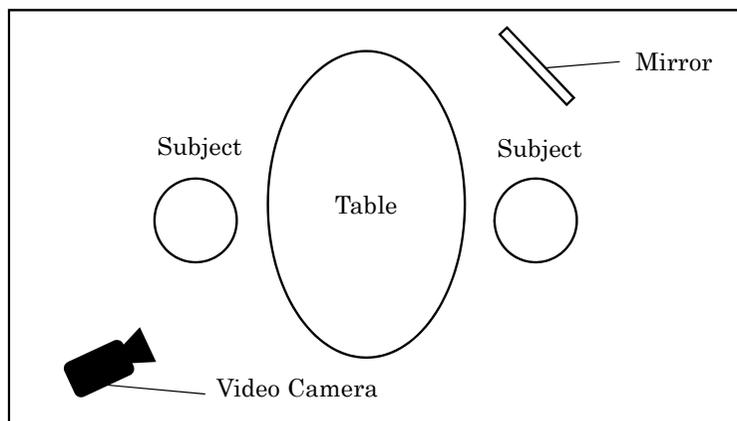


図1 実験場面の構成

(3) 質問紙の構成

<質問紙Ⅰ>

①フェイスシート 2項目 性別・年齢

②改訂版友人関係機能尺度 (丹野, 2008) 45項目

友人関係機能尺度とは、友人との関わり方を測定する尺度である。下位尺度は、「安心・気楽さ」「娯楽性」「関係継続展望」「情緒的結びつき」「相談・自己開示」「支援性」「肯定・受容」「学習・自己向上」「人生の重要な意味」の9つである。評定については、「当てはまらない」(1点)～「当てはまる」(5点)までの5件法で回答を求めた。

③感情について (日比野・湯川, 2004) 13項目

日比野・湯川 (2004) は怒り経験に伴う感情として、「怒り」と「抑うつ」を表す形容詞を13項目選定している。「怒り」4項目と「抑うつ」9項目から構成されている。評定については、それぞれ喚起した程度を「まったく感じなかった」(1点)～「とても感じた」(6点)の6件法で回答を求めた。

<質問紙Ⅱ>

①問題言及場面におけるパートナーに対する自分のコミュニケーション認知尺度 (石井, 2007) 16項目

問題言及場面におけるパートナーに対する自分のコミュニケーション認知尺度は、「和やか」「積極」「回避」「真剣」の4つの下位尺度からなる。評定については、「全くあてはまらない」(1点)～「とても当てはまる」(4点)までの4件法で回答を求めた。

②感情について (日比野・湯川, 2004) 13項目

質問紙Ⅰの③と同様である。

③認知について（日比野・湯川, 2004） 12 項目

この尺度は「肥大化」「客体化」「自責化」「終息化」の4つの下位尺度からなる。本研究では、両者がともに怒り感情を伝え合う、双方向的な対話課題を行うため、怒り感情を表出する側とされる側が明確で一方向的な認知であると判断した「自責化」と「肥大化」のうちの「わざとやったのではないかと思えた」を除いた3つの下位尺度、計 12 項目を使用した。評定については、「全く当てはまらない」（1点）～「とても当てはまる」（6点）までの6件法で回答を求めた。

④改訂版友人関係機能尺度（丹野, 2008） 45 項目

質問紙 I の②と同様である。

⑤問題解決度（奥野, 2013） 6 項目

奥野（2013）は、「相手に納得してもらおう場面で、相手に納得してもらった、あるいは合意してもらった時の会話について、あなたが感じたことを教えてください」として、ペアの方と話し合った問題（相手と自分の態度・考えの違い）について、どのように感じているのかを尋ねている。6項目から構成されている。評定については、「当てはまらない」（1点）～「当てはまる」（5点）までの5件法で回答を求めた。

⑥自分が怒りを感じたときがあったか 7 件法

「今回の話し合いの中で、あなた自身が怒り(モヤモヤした気持ちやイラっとしたこと)を感じたときがありましたか。」ということ「まったく感じなかった」（1点）～「とても感じた」（7点）までの7件法で回答を求めた。

⑦相手の怒りを感じたときがあったか 7 件法

「今回の話し合いの中で、ペアの方が怒り(モヤモヤした気持ちやイラっとしたこと)を感じたときがありましたか。」ということ「まったく感じなかった」（1点）～「とても感じた」（7点）までの7件法で回答を求めた。

（4）分析

分析コストの関係から、デジタルビデオに収めた実験場面の 10 分間の対話課題のうち 2 分間を対象として逐語を起こした。実験協力者が互いに自分の気持ちを伝え始めていることや、会話が終息していないことなどを考慮し、対話課題が開始 5 分後からの 2 分間を分析対象とし、「コミュニケーション指標」（奥野, 2013）を計測した。計測基準として表 2 に示す。まず、「終助詞“ね”“よ”」の数をカウントし、その後ビデオを見ながら、「反応を示すうなずき」、「反応を求める頭の動き」、のそれぞれの数と「笑顔」、「視線」、「身振り」、「発言時間」のそれぞれの秒数について計測を行った。これらの指標は表 2 に示す。

コミュニケーション指標 7 領域（奥野, 2013）のそれぞれと問題言及場面におけるパートナーに対する自分のコミュニケーション認知尺度（石井, 2007）の下位尺度である「和やか」「積極」「回避」「真剣」の 4 項目を平均値で高群と低群に分類したものを独立変数、友人関係機能尺度(丹野, 2008)、感情・認知(日比野・湯川, 2004)、問題解消度(奥野, 2013)を従属変数として、平均値を t 検定によって比較した。

その後、課題後の得点から課題前の得点を引いた友人関係機能の各得点、課題後の得点から課題前の得点を引いた感情の各得点、認知の各得点、問題解決度の得点それぞれを目的変数、各コミュニケーション指標と問題言及場面におけるパートナーに対する自分のコ

コミュニケーション認知の各得点を説明変数とし、重回帰分析を行った。

表2 コミュニケーション指標7領域 (奥野, 2013)

終助詞 「ね」「よ」(回)	発話の最後に発せられる「ね」「よ」であり、発話はポーズにより区切られている。
反応を示す うなずき (回)	相手が発話している最中や発話を終えた直後などに首を縦に振るもの。はっきりと正常位置から下を向きすぐに元の位置にもどすもののみで、下を向いてから上を向くまでの間に時間が経過するものは含まない。一度に2回以上連続して振っても1回とみなす。
反応を求める 頭の動き (回)	「～ですよね」「～ですか」などの言葉に随伴するような質問、相手の同意や反応を求める言葉とともに表されるうなずき。あるいは、発話の語尾とともに示されるうなずき。
笑顔(秒)	眼筋の収縮があり、口角が上がっているもの。
視線(秒)	相手の胸から顔までの範囲を見ている行動。顔が相手の方に向けられていても上や下を見ているものは含まない。
身振り(秒)	何かを伝えようとする意図のもとに起こる身体の動きで、伝えるべき内容に関連する情報を表す。
発言時間(秒)	1人の話者が話す権利を行使している時間。このときに聞き手が送る短い表現である短いあいづちは含まない。

IV. 結果と考察

(1) 怒り感情生起によるコミュニケーションが友人関係機能に与える影響

各コミュニケーション指標の高群と低群の間で、課題後の得点から課題前の得点を引いた友人関係機能尺度の各得点の平均値を t 検定によって比較した。その結果、友人関係機能における「支援性」では、「視線」高群が低群よりも有意に高かった($t(33)=2.46, p<.05$) (図2参照)。相手に対して多く視線を送ることは相手に対して支援的な信頼感を高めることが示唆された。よって、相手に怒りや不満を伝える葛藤的な場面においても、視線を外さないことで、相手を支援したい気持ちが高まると考えられる。葛藤的な場面であっても、相手から目を逸らさないという行動をとることで、肯定的に相手のことを捉えられることにつながると考えられる。

次に、友人関係機能における「関係継続展望」では、「発言時間」低群が高群よりも有意に高かった($t(33)=-2.39, p<.05$) (図3参照)。相手に怒りや不満を伝える葛藤的な場面では、発言時間を短くすることで、相手との関係を今後も続けていきたいと感じることが示唆された。よって、葛藤的な場面では、自らの怒りや不満を端的に相手に伝えることが効果的であると考えられる。

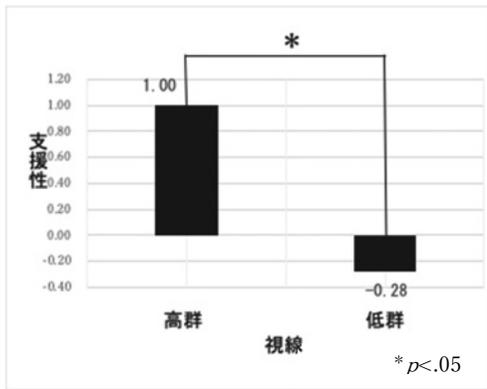


図2 「視線」高群・低群における「支援性」の変化量の平均値

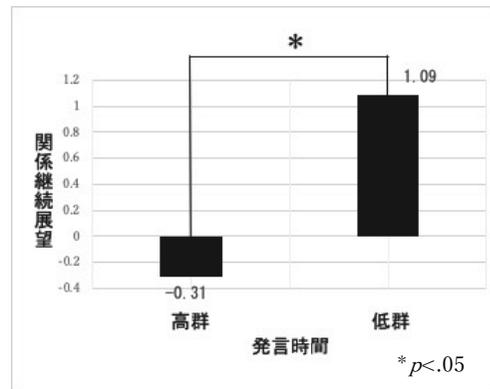


図3 「発言時間」高群・低群における「関係継続展望」の変化量の平均値

また、問題言及場面におけるパートナーに対する自分のコミュニケーション認知の各得点の高群と低群の間で、課題後の得点から課題前の得点を引いた友人関係機能尺度の各得点の平均値を t 検定によって比較した。友人関係機能の「肯定・受容」は、「回避」低群が高群よりも有意に高かった($t(33) = -2.66, p < .05$) (図4参照)。互いに相手への不満を話し合うような葛藤的な場面で、回避的なコミュニケーションを行わず、率直に不満を表現することが、相手が自分を肯定し受容してくれたと感じることが示唆された。よって、ネガティブなことでも、率直に表現することが友人関係の機能を高めることが考えられる。

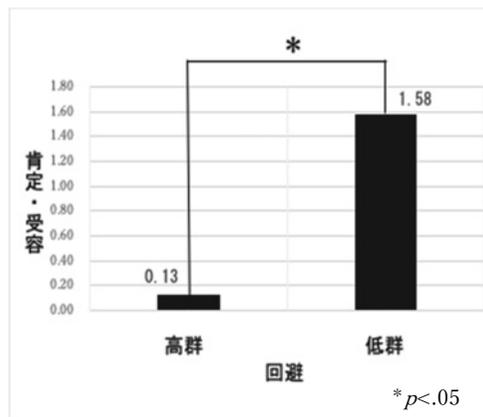


図4 「回避」高群・低群における「肯定・受容」の変化量の平均値

(2) 怒り感情生起によるコミュニケーションが感情に与える影響

各コミュニケーション指標の高群と低群の間で、課題後の得点から課題前の得点を引いた感情の各得点の平均値をt検定によって比較した。その結果、「抑うつ」の得点について、「発言時間」高群は低群よりも、有意に低かった ($t(33) = -2.19, p < .05$) (図5参照)。よって、怒りが生起する場面で、自身の発言時間が短いと抑うつ感情が高まることが示唆された。

また、「抑うつ」を目的変数、各コミュニケーション指標を説明変数として、重回帰分析を行ったところ、「終助詞「ね」「よ」」、「反応を示すうなずき」から正の寄与が見られ、「笑顔」から負の寄与が見られた (図6参照)。よって、「終助詞「ね」「よ」」は相手に対して共感的なコミュニケーションであり (奥野, 2013)、「反応を示すうなずき」は、会話を維持する最低限の非言語コミュニケーションであるため (奥野, 2013)、怒りを感じる相手に対して同調を示すことは自身の抑うつ感情を高めてしまうことが示唆された。一方、怒りが生起しても笑顔を用いてコミュニケーションを行えば、自身の抑うつ感情は抑制されることが示唆された。

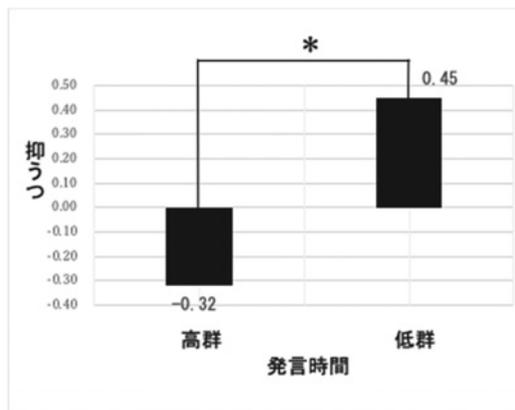


図5 「発言時間」高群・低群における「抑うつ」の変化量の平均値

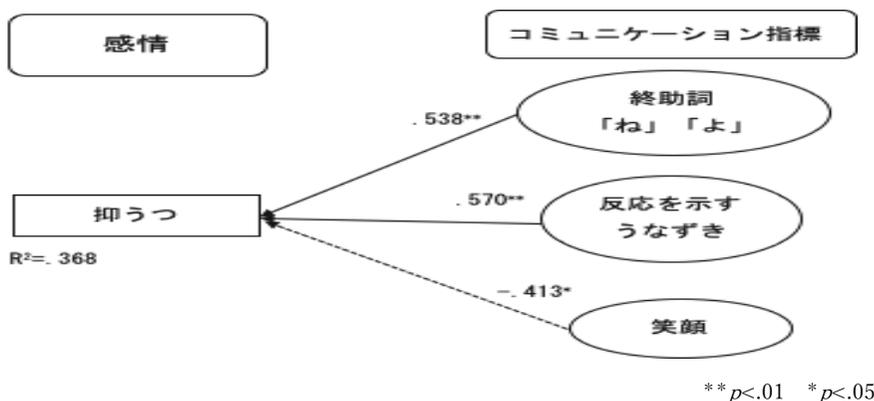


図6 各コミュニケーション指標が「抑うつ」に与える影響

** $p < .01$ * $p < .05$

(3) 臨床への示唆

本研究では、対人葛藤場面に着目し、怒り感情生起場面におけるコミュニケーションについて実験的に検討を行った。怒りや不満を伝え合う葛藤的な場面では、視線を多く送ること、発言時間が短くすること、受け身にならず率直に怒りを表現することが二者間の関係性を高めるうえで効果的であるといえる。

また、対人葛藤場面において自身の抑うつ感情を抑制するためには、怒りを感じた相手に同調するのではなく、自身が怒りを感じたことをある程度の時間を取って和やかに話すことが効果的であると考えられる。

V. 本研究の意義と今後の展望

本研究では、「人間コミュニケーションの語用論」(Watzlawick et al., 1967)を理論的基盤とし、怒り感情を抱えた状態でのコミュニケーションのすべてを怒り表出である捉え、対人葛藤場面における怒り感情生起によるコミュニケーションについて、これまで実施されてこなかった実験的な検討を行ったことに意義がある。本研究におけるコミュニケーションの実験では、二者間の実際のコミュニケーションの相互作用を時間軸に沿って検討できたため、怒り感情の表出をめぐるやり取りを円環的なものとして捉えることができた。つまり、怒り感情の表出は表出者から被表出者への一方的なものではなく、表出者と被表出者の相互作用によりコミュニケーションを計測することができた。さらに、実験的な場面を設定したことにより、質問紙による調査では扱うことができなかった、非言語的な側面やマネジメント的な側面からの検討を行うことができたことも本研究の成果といえる。

しかし、本研究は10分間のコミュニケーション実験の前後のデータの比較であったため、その後の時間経過に伴って実験協力者の認知がどのように変化したかについては検討を行っていない。今後は時間経過に伴って怒り感情や関係性の認知がどのように変化していくかについても検討を行う必要がある。たとえば、実験後、2、3日経過した後、1週間後にも質問紙による調査を行うことで、さらなる知見が得られることが予想される。

また、対話課題にしたがって行われた会話の内容によって、怒り生起の度合いやそれに伴うやりとりが異なることが考えられる。よって、今後は、話し合われた会話内容の深刻さやそれに伴う怒り感情の生起について、倫理的な配慮を十分行ないつつも、ある程度の限定をかけて統一した文脈で行うことによって、より精緻化された知見が得られると考えられる。さらに、本研究の知見を臨床心理学の事例研究にも活かしていくことで、怒り感情で苦悩するクライアント支援のためのさらなる研究が求められるだろう。

【引用文献】

- 阿部晋吾・高木修 (2005). 怒り表出の対人的効果を規定する要因：怒り表出の正当性評価の影響を中心として 社会心理学研究, 21, 12-20.
- 崔京姫・新井邦二郎 (1998). ネガティブな感情表出の制御と友人関係の満足感および精神的健康との関係 教育心理学研究, 46, 432-441.
- 藤森立男(1989). 日常生活に見るストレスとしての対人葛藤の解決過程に関する研究 社会心理学研究, 4, 108-116.

- 長谷川啓三 (2003). コミュニケーションのマネージメント的側面 東北大学大学院教育学研究科臨床心理相談室紀要, 創刊号, 3-9.
- 日比野桂・湯川進太郎 (2004). 怒り経験の鎮静化過程 —感情・認知・行動の時系列的変化—心理学研究, **74**, 521-530.
- 飯淵廉 (2017). 効果的な怒り表出についての臨床心理学的研究 —二者間の関係性に着目して— 平成 29 年度岩手大学人文社会科学部人間科学課程行動科学コース特殊実験調査 I 報告書, 未刊行.
- 石井宏祐 (2007). 問題を維持するコミュニケーションへの治療的介入に関する臨床心理学的研究 —悪循環に陥っているカップルの認知的側面に着目して— 鹿児島純心女子大学院人間科学研究科紀要, **2**, 3-10.
- 奥野雅子 (2013). 専門家が用いる合意形成を目的としたコミュニケーションに関する臨床心理学的研究 ナカニシヤ出版
- 大淵憲一・小倉左知男 (1984). 怒りの経験(1) Averill の質問紙による成人と大学生の調査概況犯罪心理学研究, **22**, 15-35.
- 大淵憲一・小倉左知男 (1985). 怒りの動機 —その構造と要因及び反応との関係— 心理学研究, **56**, 200-207.
- 大平英樹 (1987). 怒りの感情とその反応について —Averill の質問紙による調査: 怒りの動機と反応の関係を中心として— 人間科学研究, **9**, 1-8.
- 高木修・阿部晋吾 (2006). 怒りとその表出に関わる心理学的研究の概観 関西大学社会学部紀要, **37**, 71-86.
- 丹野宏昭 (2008). 大学生の内的適応に果たす友人関係機能 青年心理学研究, **20**, 55-69.
- 吉田琢哉・高井次郎 (2008). 怒り感情の制御に関する調整要因の検討: 感情生起対象との関係性に着目して 感情心情心理学研究, **15**, 89-106.
- 湯川進太郎・日比野桂 (2004). 怒り経験とその鎮静化過程 心理学研究, **74**, 428-436.
- Watzlawick, P., Bavelas, J. & Jackson, D. D. (1967). *Pragmatics of Human Communication: A study of interactional patterns, pathologies, and paradox*. W. W. Norton & Company (山本和郎監訳 (1998). 人間コミュニケーションの語用論 —相互作用パターン, 病理とパラドックスの研究— 二瓶社)