

妬みの対処方略と個人内要因との関連について

The relationships between coping strategies of envy and individual characteristics

原 奈津子

目的

妬み (envy) とは、「相手が自分よりよい立場にいることや、相手が自分にはない良いもの (能力・性格的なものから所有物など物質的なものまで含む) をもっていることで起こる相手へのうらやみ、悪感情」(内海, 1999) である。妬みに関する研究は、教育心理学を中心に社会心理学、心理臨床学など幅広く研究がなされている。

妬みに類する感情として、嫉妬 (jealousy) がある。嫉妬 (jealousy) とは、自分が持っている関係を喪失した場合に生じ、典型的に疑い・拒絶・敵意・怒りなどが同時に経験される。嫉妬の中核になるのは、自分にあるものを失うことに対する「不安」である (澤田, 2009)。対して、妬み (envy) は「対象の獲得」に主な関心があり、自分が欠いているものを他者が持っていて、自分もそれを持つことを望む場合に生じる。典型的には願望・切望・劣等感などが同時に経験される。妬みの中核となるのは、自分にはないものをほしいという敵意を帯びた「願望」である (澤田, 2009)。

妬みも嫉妬も敵意を含み、社会的比較から生じる自尊心の低下により喚起される。また、嫉妬と妬みは同時に生起することがあるとされる。しかし、妬みは嫉妬がなくとも発生するが、嫉妬は妬みをとともなうことが多い。語源的にも、嫉妬は妬みの意味を含んでいるが、妬みは嫉妬の意味を含まない (塩田, 2009)。嫉妬を経験したとき、自分をライバルと比較することによって「妬み」を感じることは避けられない。そのため、嫉妬には必然的に妬みが含まれる。また、両者には意味的な互換性があり、嫉妬は妬みの意味をカバーするがその逆はないことが分かっている。なぜなら、自分が所有していないことで生じるのが妬みであるなら、持っていることを前提とする嫉妬を経験することは考えられないからである (澤田, 2009)。このように妬みと嫉妬は似たような感情であるとみなされているが、その経験の内容は異質なものである。

人はなぜ、妬みを経験するのであろうか。妬み感情の発生プロセスを説明する代表的な理論としては、Tesser, Campbell & Smith (1984) の自己評価維持モデル (self-evaluation-maintenance-model: SEM モデル) が挙げられる。

妬みは人と比べるということを通じて経験される。他者と自分とを比べることは社会的比較と呼ばれる (Festinger, 1954)。この概念が提唱された当初は、正確な自己評価を得た

いがために他者と比べるのだと考えられていた。しかし、人間はポジティブな自己評価を維持・獲得しようと動機づけられており、そのためにも社会的比較を行うこともある。自己評価維持モデルは、このようなポジティブな自己評価への動機づけを前提とする。

このモデルでは「比較過程」と「反映過程」の2つの過程が存在する。「比較過程」とは、自分が関心を抱いている内容について他者と比べることである。他者が優れていると、自己評価は下がり、不快感が生じるという過程である。一方、「反映過程」とは、あまり関心のない内容についての比較であり、他者が優れていると自己評価は高まるという過程である。自己評価維持モデルに従うと、他者が優れている領域が自分にとっても重要であることが、妬みを経験するか否かのひとつの分かれ目となるとされている。(加藤・谷口, 2008)

また、自己評価維持モデルに限らず、社会的比較がなされる前提として、以下の3点が考えられている(2009, 塩田)。1つめに自分に関連した分野で近い他者が優れた遂行をするほど発生しやすい「他者の優れた遂行」、2つめに妬み相手と自分との類似点が多いほど発生しやすい「自他の類似性」、3つめに領域の関与度が高いほど発生しやすい「対象の関連性」である。これらの点で相手に対して妬みを経験することになるのである。

妬みの生起プロセスに関しては、上述のように社会的比較の観点からモデル化した研究のほか、他者が自分よりも優位に立った原因についての帰属が、妬みの発生プロセスに関係することを示した研究もある(坪田, 1993)。

それでは、妬みを経験されたのち、どのような対処がなされるのであろうか。Salovey & Rodin (1988) は、様々な生活領域で経験される嫉妬(羨望を含む)を始め、緊張—不安、意気消沈、怒りといった感情的な苦悩の量を測定し、それらと、嫉妬喚起状況に対する対処方略との結びつきを明らかにしようとした。15の対処項目を用いて4つの領域(学校・家族・友達・恋愛)でどの程度、妬みを感じるか評定させた。その結果、妬みへの対処は、できるだけ感情を表さず、他人に援助を求めない「自己依拠」、自分のポジティブな面に目を向ける「自己補強」、重要なものからあえて目をそむける「選択的無視」、の3方略が挙げられた。日本では、Salovey & Rodin (1988) の研究を受け、中里(1992)が嫉妬と羨望の対処方略と価値領域の関係について研究を行い、対処方略を6種類に分類した。「打開成長」は、問題中心の対処、「感情制御」は、自己統制と距離化の要素が等しく関係している。「願望逃避」は、逃避—回避に関係し、これらは感情中心の対処であると言える。「問題軽視」は、感情的な対処である。「反省努力」は、責任の受容に関係し、問題及び感情対処の両方が混在している。「支援執着」は、問題対処に感情対処が添加されているといえる、と分類を行っている。

また、成人だけでなく子どもの妬み経験に対する研究も行われている。澤田・新井(2002)は、妬み傾向・領域重要度・獲得可能性が妬み感情と対処法選択に及ぼす影響を検討する目的で研究を行っている。この研究は小学生から中学生までを研究対象としており、領域

重要度が加齢に応じて影響力を増していくことが明らかとなった。また、妬み傾向と獲得可能性が妬み感情の喚起と対処法の選択に直接関わっていることが明らかになった。そして対処法の分類としては、以下の3方略を抽出した。攻撃的で問題解決に結びつかない「破壊的関与」、何もしない、故意に問題そのものに携わらないようにする「意図的回避」、積極的に問題解決をする「建設的解決」、の3方略である。

以上のように対処法や対処法選択についての日本での研究は子どもを対象とした澤田・新井（2002）の研究を除くと少ない。また、中里（1992）の研究は、対象者が30名と少ないため信憑性が低い。もともと日本では、妬みに関する研究が少なく、成人を対象にした研究も少ない。これらのことを踏まえ、本研究は、妬みを経験した時の対処行動の方略について大学生を対象に検討を行う。

また、本研究では対処行動選択に影響を与える個人内要因について検討を行う。まず、本研究では、対処行動に関連のあるパーソナリティとして外向性・内向性に着目する。外向性は、社会的、高潮性が高く、活動的、エネルギーで、物事ははっきりというようなパーソナリティの特徴を示し、内向性は物静か、思慮深い、社会的でない、受動的というようなパーソナリティの特徴を示す。これらの特徴から、外向的な人は、妬みを経験した時に他者を巻き込んで問題を解決しようとする対処行動を選択する傾向があると考えられる。一方、内向的な人は他者を巻き込まず、自分の中だけで問題を解決しようとする対処行動を選択する傾向があると考えられる。

次に、対処行動と自尊感情との関連を検討する。坪田（1993）は嫉妬を経験する原因と自尊心の侵害との関連について検討し、嫉妬の喚起に自尊心が関係している可能性があることを明らかにしている。このことから妬みを経験した時の対処行動選択と自尊感情は関係があると考えられることができる。したがって、本研究では性格に加え、妬みを経験した時に選択される対処行動と性差との関連、自尊感情との関連についても検討を加える。

また、澤田・新井（2002）の児童・生徒を対象とした研究から、女子の方が男子よりも妬み感情を抱きやすいことが示唆されている。このことから成人であっても男性と女性では妬みの経験しやすさは異なると考えられる。また、澤田・新井らは、女子よりも男子の方が破壊的関与を用いる傾向にあり、加齢に伴い意図的回避が選択されやすくなる一方で、建設的解決は選択されにくくなることを明らかにしている。よって、妬みを経験した時に選択される対処行動にも男女で違いが見られると考えられる。

本研究における仮説を以下に示す。

仮説1 外向的な性格の人は、妬みを経験した時、他者を巻き込んで問題解決しようとする。

仮説2 内向的な性格の人は、妬みを経験しても他者を巻き込まず、自分の中で問題解決しようとする。

仮説3 自尊感情が低い人ほど自分に原因があると考え、自分を責めたり感情を我慢したりする対処行動をとりやすい。

仮説4 男性に比べて女性の方が妬みを経験しやすい。

仮説5 女性に比べて男性の方が攻撃的な対処行動を選択しやすく、意図的に問題に携わらない対処行動を選択しやすい。

方法

予備調査

妬みを経験した時の対処行動選択の事例を収集することを目的に予備調査を実施した。大学生21名（男性5名女性16名）を対象に個別自記入形式で行い、複数回答を求めた。最終的に30事例が収集され、それぞれの場面で選択された対処行動について領域ごとに整理した。その結果、「成績」（5事例）、「運動」（2事例）、「技術・能力」（3事例）、「評価」（3事例）、「人気」（4事例）、「財産」（5事例）、「状態」（8事例）の7つの領域に整理された。また、対処行動は7種類（「自助努力」「助言希求」「断念」「長所への注目」「無行動」「相手からの回避」「重要性の再評価」）が抽出された。

本調査

回答者 調査対象者は、大学生160名（男性22名、女性129名）。平均年齢は19.8歳（18歳～62歳）、性別・年齢不詳者9名である。

全回答者160名のうち、虚偽回答と考えられる回答者2名は、分析の対象外とした。最終的に、158名が有効回答者となった（男性22名女性129名不明7名、平均年齢19.8歳）。

調査時期 2010年11月18日。

調査方法 個別自記入形式の質問紙調査で実施された。授業後に著者によって集合調査形式で実施された。

調査内容 本調査の質問紙質問項目を以下に示す。

①妬みを感じた経験の有無 回答者の妬みを経験した有無について把握するための項目である。「あなたは、今までに誰かがあなたよりも良い立場にいたり、あなたにない良いもの（能力・性格的なものから所有物なども含む）を持っていることで、相手にうらやみの気持ちを持った経験がありますか。」という質問に対し、「はい」と回答した調査対象者には妬みを感じた場面・状況と対処法の自由記述の回答に進むように指示した。「いいえ」と回答した調査対象者には、自由記述以降の質問に回答しないように指示した。

②妬みを感じた場面・状況と対処法の自由記述 どのような場面で妬みを経験したのか場面を分類するために「場面や状況など出来るだけ詳しく思い出して書いてください。」と尋ね、自由記述形式で回答を求めた。

③妬みを感じた場面の選択 妬みを経験した場面を選択してもらう項目である。この項目では予備調査の自由記述から得られた、妬みを経験した場面を収集し、収集した場面を基に、9つの場面を提示した。1. 成績「あなたよりその人の方が成績が良かった」、2. 運動「あなたよりその人の方が記録が良かった」、3. 技術・能力「自分にはない発想や感覚を持って

いて、自分はその人より劣っていると感じる」、4. 評価「その人が褒められたり、かわいがられたりしている」、5. 人気「誰とでもすぐに打ち解けられる性質を持っている人と一緒にいる」、6. 財産「自分が欲しかったもの（何でも）を持っていた」、7. 状態「自分はうまくいっていないのに、その人は充実して幸せそうとき」、8. 外見「外見の面で自分はその人より劣っていると感じる」、9. その他から1つ選ぶよう求めた。8. 外見については予備調査では記述が得られなかったが、澤田（2005）の研究を参考にして場面選択に加えた。

④妬みの気持ちを経験した時の感情について 澤田（2001）が用いた13項目の妬み感情語を提示した妬み感情尺度を使用した。当該の場面において、それぞれの感情をどの程度感じるかについて「そう思わない」「あまりそう思わない」「すこしそう思う」「そう思う」の4件法で回答を求めた。

⑤妬みの対処方略尺度 先行研究で挙げられている対処方略の項目を補足するために予備調査で妬みを経験した後の対処行動について自由記述回答を求め収集した。その結果、新たに得られた対処行動を項目化したものを加え、全部で49項目を用いた。すべての項目について「そうしない」「あまりそうしない」「たぶんそうする」「そうする」の4件法で回答を求めた。

⑥外向性 BigFive 尺度（和田, 1996）から外向性尺度に当たる12項目を抜粋し、使用した。性格における外向性を測定できると推定し（仮説1、2）、採用した。「まったくあてはまらない」「ほとんどあてはまらない」「あまりあてはまらない」「どちらとも言えない」「ややあてはまる」「かなりあてはまる」「非常にあてはまる」の7件法で回答を求めた

⑦自尊感情 自尊感情尺度（山本ら, 1982）の10項目を使用した。「あてはまらない」「ややあてはまらない」「どちらともいえない」「ややあてはまる」「あてはまる」の5件法で回答を求めた。

⑧フェイスシート 年齢・性別・学部・学科の記入を求めた。

結果

妬みを感じた経験の有無

有効回答者158名のうち妬みを感じた経験が「ある」と答えた回答者は85.4%であった。したがって、以下、妬みを感じた場面や対処行動についての分析は経験があると回答した135名が分析対象である。

妬みを感じた場面の選択について

妬みを感じた場面選択の内訳を表1に示す。「成績」「技術・能力」「状態」の場面において妬みを経験したことがあると選択し

表1 場面選択の内訳(N=131)

場面	%
成績	24.4
運動	6.1
技術・能力	22.1
評価	7.6
人気	10.7
財産	8.4
状態	13.7
外見	6.1
その他	0.8

た回答者が多かった。

妬みを経験した後の対処行動選択について

妬みを経験した時の対処行動の選択に関する49項目について因子分析（主成分分解、バリマックス回転）を行った（表2）。その結果、解釈可能性から5因子を抽出した。5因子の累積寄与率は46.3%であった。回転前の固有値は、第1因子7.508、第2因子5.781、第3因子4.225、第4因子2.700、第5因子2.486であった。

第1因子に負荷量の高い項目は、「成長して良い人間になる」「自分にとって重要なことは何かを見つめ直す」「現在の状況で自分にできることをする」「良いことをする」「自分のことをもっと考えるようにする」などであった。したがってこの因子は自分のポジティブな面に目を向ける因子と解釈された。そこで、この因子は“自己補強”因子と命名された。

第2因子に負荷量の高い項目は、「その人のじゃまをする」「その人とできるだけ一緒にいないようにする」「その人と距離をとるようにする」「その人が失敗するように仕向ける」などであった。したがってこの因子は攻撃的で問題解決に結びつかない因子と解釈された。そこで、この因子は“破壊的関与”因子と命名された。

第3因子に負荷量の高い項目は、「そのことが自分にとってあまり大切でないと考えなおす」「そのこととは全く関係のないことをして、気をまぎらわす」「何もしないで、そのことを忘れるようにする」「気をまぎらわせるようなことをする」などであった。したがってこの因子は何もしないだけでなく、故意に問題そのものに携わらないようにしている因子と解釈された。そこで、この因子は“意図的回避”因子と命名された。

第4因子に負荷量の高い項目は、「嫌な気持ちを人から隠す」「困惑を抑える」「悲しみを抑える」「自分を批判したり言い聞かせたりする」「感情を外に出さないように努める」などであった。したがってこの因子は自分の感情を我慢し表に出さないように、平気なふりをする因子であると解釈された。そこで、この因子は“感情抑圧”因子と命名された。

第5因子に負荷量の高い項目は、「友人や家族に自分の気分転換に付き合ってもらう」「どうすればよいかを、誰かに相談する」「自分よりもできない人やダメな人と比べる」「重要な人に認めてもらう」などであった。したがってこの因子は他者を利用して問題解決を試みようとする因子であると解釈された。そこでこの因子は“他者介入型解決”因子と命名された。

このように、妬みの経験をした後の対処法選択に関する項目は、“自己補強”“破壊的関与”“意図的回避”“感情抑圧”“他者介入型解決”から構成されていることが明らかとなった。

表2 妬み経験後の対処方略項目の因子分析：回転後の因子負荷量（直交回転）バリマックス法

項目番号	項目内容	因子1	因子2	因子3	因子4	因子5
項目47	成長して良い人間になる	.800	-.004	-.062	.067	-.064
項目37	自分にとって重要なことは何かを見つめ直す	.784	-.229	.040	-.007	-.100
項目36	現在の状況で自分にできることをする	.752	-.284	-.044	.105	-.038
項目34	良いことをする	.736	-.070	.024	-.103	-.063
項目39	対策を立てる	.651	.047	-.257	.069	.287
項目33	自分のことをもっと考えるようにする	.615	-.162	-.007	.044	-.212
項目1	その人に負けないように、自分なりに努力する	.598	.047	-.335	.013	.227
項目41	状況を把握するために周囲の人から情報を得たりする	.573	-.039	-.187	.196	.278
項目30	あきらめない	.562	.081	-.342	.077	.107
項目24	新しく自分の長所を探す	.560	-.007	.276	.012	.389
項目12	自分の長所を思い出す	.503	.063	.490	-.057	.322
項目27	欲しかったものをあきらめない	.483	.131	-.133	.178	.068
項目38	むきにならないようにする	.482	-.288	.226	.232	-.276
項目49	状況の好転をひたすら望む	.404	.336	.164	.178	-.022
項目35	その人と素直に話し合う	.341	-.352	-.223	.208	.336
項目20	その人のじゃまをする	-.034	.742	-.068	.044	.099
項目15	その人とできるだけ一緒にいないようにする	-.158	.717	.179	-.011	-.088
項目14	その人と距離をとるようにする	-.169	.703	.180	.016	-.075
項目19	その人が失敗するように仕向ける	.032	.671	-.050	.166	.199
項目6	他の人の前でその人の批判をする	-.100	.534	-.024	-.053	.282
項目10	誰かに不満や文句を言って、当たり散らす	-.169	.483	-.108	.014	.170
項目23	その人の成功は運(まぐれ)であったと思う	.084	.468	.317	.094	.340
項目21	お酒などを飲んでそのことを忘れる	-.003	.454	.198	.287	.274
項目8	その人のことをほめる	.226	-.388	-.070	.209	.315
項目9	その人のことを受けとめ、認めるようにする	.265	-.532	.015	.279	.212
項目3	そのことが自分にとってあまり大切ではないと考えなおす	-.107	.035	.682	.062	-.170
項目11	そのことは全く関係のないことをして、気をまぎらわす	-.105	.211	.661	.109	.123
項目4	何もしないで、そのことを忘れるようにする	-.357	.153	.657	.129	.031
項目48	気をまぎらわせるようなことをする	.246	.025	.524	.376	.151
項目13	自分が得意なことをする	.419	.075	.527	.113	.324
項目17	仕方がないとあきらめる	-.338	-.140	.469	.296	-.039
項目46	何事もないかのごとくふるまう	0.11	.018	.403	.357	-.362
項目44	何もしないで問題の終息を願う	-.164	.106	.355	.227	.080
項目26	状況の不公平さについては考えないようにする	-.067	-.273	.333	.221	.140
項目42	自分に原因があると思う	.148	.043	-.474	.477	.111
項目45	嫌な気持ちを人から隠す	.001	.122	.174	.745	-.084
項目29	困惑を抑える	.041	-.077	.215	.722	.107
項目28	悲しみを抑える	-.026	-.054	.109	.640	.085
項目43	自分を批判したり言い聞かせたりする	.076	.007	-.233	.631	.043
項目40	感情を外に出さないように努める	.210	-.042	.139	.613	-.139
項目25	怒りを抑える	.011	.250	-.053	.530	.111
項目22	友人や家族に自分の気分転換に付き合ってもらう	.033	.037	.153	.128	.636
項目2	どうすればよいかを、誰かに相談する	.276	-.004	-.344	.049	.467
項目7	自分よりもできない人やダメな人と比べる	-.095	.363	.121	-.045	.462
項目18	重要な人に自分を認めてもらう	.283	.266	.134	.326	.460
項目16	自分の気持ちを誰かに話して、なぐさめてもらう	.051	.052	.070	.095	.455
項目31	アドバイスを求めない	.001	.071	.201	.056	-.523
項目32	自分よりもできない人やダメな人と比べない	.199	-.137	-.111	.114	-.560
項目5	誰かに頼んで、なんとかしてもらう	-.158	.227	-.041	-.064	.369
因子負荷量の2乗和		6.552	4.459	4.156	3.912	3.621
因子の寄与率(%)		13.4	9.1	8.5	8.0	7.4

妬みを経験した時の対処行動と外向性・自尊感情の関係

抽出された5因子それぞれに対応する項目の得点の平均点を、回答者ごとに算出し、各対処得点とした。各得点の平均値は、2.74、1.74、2.53、2.54、2.29であった。

また、外向性尺度について、得点の平均点を回答者ごとに算出し外向性得点とした。平均値は、4.44であった。自尊感情についても同様に得点の平均点を回答者ごとに算出し、自

尊感情得点とした。平均値は2.90であった（表3）。

表3 尺度得点の分布と信頼性係数

尺度名	n	項目数	合計得点		理論的 中間点	α 係数
			平均値	SD		
外向性	134	12	4.44	1.04	4	.920
自尊感情	129	10	2.90	0.70	3	.834

妬みを経験した時の対処行動因子と外向性との相関係数を算出したところ、表4に示す結果が得られた。外向性は「感情の抑圧」因子が有意水準1%で有意な相関を示し、「自己補強」「他者介入型解決」因子が有意水準5%で有意な相関を示した。「破壊的関与」「意図的回避」因子は外向性と有意な相関を示さなかった。したがって、外向性が高い人ほど、妬みを経験した時に、感情を抑えることはなく、自分のポジティブな面に目を向け問題解決に取り組む対処行動を選択しにくい、他者の協力を得て問題解決しようとする対処行動を選択しやすい傾向があることが明らかとなった。

表4 外向性と対処行動との相関係数

	相関係数
自己補強	-.05 *
破壊的関与	.02
意図的回避	-.07
感情の抑圧	-.26 **
他者介入型解決	.22 *

注: **p<.01、*p<.05

次に妬みを経験した時の対処法略因子と自尊感情との相関係数を算出したところ、表5に示す結果が得られた。自尊感情は「感情の抑圧」因子に有意水準0.1%で有意な相関を示し、「自己補強」因子とは10%で有意な傾向を示した。「破壊的関与」「意図的回避」「他者介入型解決」因子は自尊感情と有意な相関を示さなかった。したがって、自尊感情が高い人ほど、感情を抑えることはないが、自分のポジティブな面に目を向ける対処行動を選択しにくい傾向にあることが明らかとなった。

表5 自尊感情と対処行動との相関係数

	相関係数
自己補強	-.17 †
破壊的関与	-.10
意図的回避	.01
感情の抑圧	-.34 ***
他者介入型解決	.02

注: †p<.10、***p<.001

性差の検討

男女別に妬みを経験した有無の比較を行った（表6）。比較の結果、妬み経験の有無に有

有意な性差は見られなかった。

次に、男性と女性それぞれについて妬みを経験した時の対処行動に関する平均値の差の検定を行った(表7)。検定の結果、「自己補強」「意図的回避」「他者介入型解決」因子に有意水準5%で有意な性差がみられた。したがって、女性は男性に比べて妬みを感じた時の対処行動において「自己補強」「意図的回避」「他者介入型解決」の方略を選択しやすい傾向にあることが明らかとなった。

表6 男女別に見た妬みを経験した有無(単位%)

性別	n	有	無
男	23	82.6	17.4
女	127	85.8	14.2

注: $\chi^2(1)=0.16$

表7 男女別に見た対処行動の平均値

	性別	n	平均	標準偏差	F値	t値(df)
自己補強	男	17	2.47	0.621	1.436	2.130*
	女	108	2.76	0.518		
破壊的関与	男	18	1.76	0.382	1.692	0.119
	女	110	1.74	0.497		
意図的回避	男	18	2.29	0.406	1.720	2.135*
	女	108	2.57	0.533		
感情の抑圧	男	17	2.71	0.711	1.416	1.278
	女	109	2.50	0.597		
他者介入型解決	男	18	2.05	0.497	1.091	2.130*
	女	110	2.33	0.519		

注:* $p < .05$

考察

対処行動の方略について

本研究で妬みを経験した時の対処行動について項目を作成し、その分類が検討された。そして、因子分析の結果、「自己補強」「破壊的関与」「意図的回避」「感情の抑圧」「他者介入型解決」の5因子が抽出された。「自己補強」「破壊的関与」「意図的回避」「感情の抑圧」因子についてはこれまでの研究でなされている分類と類似している結果となった。しかし、「他者介入型解決」因子においては従来の研究の分類とは異なっており、他者の協力を得て問題解決を試みたり、気分を紛らわそうとしたりする対処行動が抽出された。

仮説1・2について

それぞれのパーソナリティの特徴から、外向的な人は「自己補強」「破壊的関与」「他者介入型解決」因子の対処行動を選択しやすいと考えられた。また、内向的な人は「意図的回避」「感情の抑圧」因子の対処行動を選択しやすいと考えられた。以下、仮説1「外向的

な人は、妬みを経験した時、他者を巻き込んで問題解決しようとする。」、仮説2「内向的な人は、妬みを経験しても他者を巻き込まず、自分の中で問題解決しようとする。」に対する結果の概略を示し、考察を加える。

対処行動と外向性の分析の結果、「他者介入型解決」の因子において有意な正の相関が見られ、「自己補強」「感情の抑圧」の2因子に有意な負の相関が見られた。したがって、外向的な人は他者と関わりを持ちながら問題解決しようとする傾向があるが、自分のポジティブな面に目を向けた対処行動を選択するとは言えなかった。よって、仮説1は「自己補強」「破壊的関与」に対して支持されなかったものの、「他者介入型解決」に対しては支持された。一方、「自己補強」「感情の抑圧」の2因子に有意な負の相関が見られたことから、内向的な人は妬みを経験しても感情を抑えるが、自分のポジティブな面に目を向けた対処行動を選択しやすい傾向にあることが明らかとなった。よって、仮説2は「意図的回避」においては支持されなかったが、「感情の抑圧」においては支持された。

仮説3について

仮説3は「自尊感情が低い人ほど自分に原因があると考え、自分を責めたり感情を我慢したりする対処行動をとりやすい。」というものであった。

対処行動と自尊感情の分析の結果、「自己補強」「感情の抑圧」因子に有意な負の相関が見られた。したがって自尊感情が低い人ほど自分のポジティブな面に目を向けて問題解決をしようとするが、自分の感情を抑える傾向があると言える。したがって、仮説3は「自分に原因があると考え、自分を責める」は支持されなかったが、「感情を我慢する」においては支持された。

仮説4・5について

仮説4「男性に比べて女性の方が妬みを経験しやすい。」、仮説5「女性に比べて男性の方が攻撃的な対処行動を選択しやすく、意図的に問題に携わらない対処行動を選択しやすい。」について以下に考察を加える。

妬み経験の有無における性差を検討した結果、有意な性差は見られなかった。したがって、男女によって妬みの経験のしやすさに差はないことが明らかとなり、仮説4は支持されなかった。しかし、性別と対処行動選択について、t検定の結果、「自己補強」「意図的回避」「他者介入型解決」の対処行動因子に有意差が見られたが、「破壊的関与」に有意差は見られなかった。このことから、女性は男性に比べて妬みを経験した時に「自己補強」「意図的回避」「他者介入型解決」の対処行動を選択しやすいことが明らかとなった。したがって、仮説5は支持されなかった。

理論的検討

本研究の結果から、外向的な人は、他者の協力を得ながら問題解決をしようとする対処行動を選択する傾向があることが明らかとなった。一方で内向的な人は問題をあえて避けたり、感情を表に出さず抑えたりする対処行動を選択しやすい傾向があることが明らかと

なった。このことから、妬みを経験した時の対処行動の選択にはパーソナリティが影響していると考えられる。自己評価維持 (SEM) モデルでは、自己の関連性を低下させることで妬みを経験する情動はポジティブなものになると考えられる。このモデルと本研究の結果を考えると、「自己補強」「意図的回避」の対処行動が当てはまると考えられ、内向的な人に自己評価維持モデルは当てはまりやすいと考えられる。

また、性差についてであるが、小・中学生を対象とした澤田・新井 (2002) とは異なり、妬みの経験しやすさに性差がなかった。このことから、加齢に伴い妬みの経験しやすさに性差が生じなくなる可能性が指摘されよう。しかし、対処行動の選択には性差が見られ、女性は男性よりも妬みを経験した時に自分のポジティブな面に目を向け、他者の協力を得ながら問題解決をしようとする傾向があると言える。したがって、妬みを経験した時、女性は男性よりも一人で問題解決に向き合うというより他者と関わりを持ちながら問題解決しようとする傾向があると言える。ただし、本研究では、男性の比率が小さいため、今後は男女の比率を等しくし、検討し直す必要があるであろう。

また、自尊感情との関連については、自分のポジティブな面に目を向けて問題解決しようとする傾向が明らかになったことから、自尊感情が低くても自分を拒否したり軽視したりする対処行動をとるわけではなく、むしろ自分にとってポジティブな対処行動を選択しようすることが明らかとなった。

引用文献

- 澤田匡人 (2009). 自己意識的感情の心理学 北大路書房 160-180.
- 加藤司・谷口弘一 (2008). 対人関係のダークサイド 北大路書房 pp.29-45.
- 中里浩明 (1992). 嫉妬と羨望と自己評価の維持——嫉妬と羨望の心理学 (4) 神戸女学院大学論集, 39, 79 - 90.
- 中里浩明 (1993). 嫉妬と羨望の対処方略——嫉妬と羨望の心理学 (5) 神戸女学院大学論集, 39, 117-130.
- 塩田伊都子 (2009). 現代社会を社会心理学で読む ナカニシヤ出版
- 澤田匡人・新井邦二郎 (2002). 妬みの対処方略選択に及ぼす、妬み傾向、領域重要度、および獲得可能性の影響 教育心理学研究, 50, 246-256.
- 澤田匡人 (2006). 子どもの妬み感情とその対処 感情心理学からのアプローチ 新曜社
- Salovey, P., & Rodin, J. (1988). Coping with envy and jealousy. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 7, 15-33.
- 高田利武 (1992). セレクション社会心理学 3——他者と比べる自分 サイエンス社
- 内海新祐 (1999). 妬みの主観的経験の分析 心理臨床学研究 17, 488-496.
- Vecchio, R.P. (1997). Categorizing coping responses for envy : A multidimensional analysis of workplace perceptions. *Psychological Reports*, 81, 137-138.

山本真理子・松井豊・山成由紀子 (1982). 認知された自己の諸側面の構造 教育心理学研究, 30, 64-68.

和田さゆり (1996). 性格特性用語を用いた Big Five 尺度の作成 心理学研究, 67, 61-67.

注)

本研究は、就実大学人文科学部初等教育学科2010年度卒業、久野真理子さんの卒業研究のデータをもとに執筆された。ここに謝意を表します