

## 後悔感情の社会的共有に関する研究

伊藤まり・遠藤麗美・太田美彩

## 着想の経緯



## 【用語説明】

**社会的共有** → 自分の感情の経験を他者に語る対人行動 (川瀬,1999)

先行研究では悲しみ・怒り・羞恥などに着目。

しかし、後悔に関する検討は行われていない。

## 目的

- (1)後悔感情と後悔の社会的共有の特徴を検討  
→ 先行研究の他感情(悲しみ・怒り・羞恥)との比較
- (2)後悔した出来事の種類と共有有無について検討  
→ 他者損失-自己損失状況を取り上げる。
- (3)共有有無の個人特性による差を検討  
→ 自己隠蔽傾向を取り上げる。  
※否定的、もしくは嫌悪的と感じられる個人的な情報を、他者から積極的に隠蔽する傾向

## 方法

①対象者：本学の学生169名

②質問紙の内容

過去1年間(ただし、最近の1ヶ月は除く)に経験した最も後悔した出来事について、以下の質問項目に沿って具体的に回答してもらった。

③質問項目

- 後悔した出来事の種類
- 出来事経験時の情動：川瀬(1999)の選択肢16個 + 「その他」(複数選択可)
- 社会的共有について：共有の有無  
→ 有：最初の共有相手を「両親」などから1つ選択
- 自己隠蔽尺度(河野, 2000; 12項目,5件法)
- 普段の後悔共有頻度(7件法)

## 結果と考察

※共有有:105人  
共有無:63人

## (1)後悔と後悔の共有の特徴(先行研究との比較)

● 後悔感情の特徴：出来事経験時の情動

情動	割合(%)
不安な	52.4
悩んでいる	47.6
疲れた	43.5

自分で状況をコントロールできないことに不安を感じ、不安な気持ちから抜け出したいと悩むため

自分を責めたり、落胆や失望を感じたりするため

● 後悔の共有の特徴：最初の共有相手

共有時期	共有相手		合計
	両親	親しい友人	
当日	27 ▲	27 ▽	54
翌日以降	9 ▽	30 ▲	39
合計	36	57	93

母娘の結びつきが強くなってきている(山本・岡本, 2008)表れてはいないか

後悔を共有・理解してもらいやすく、適した対処案をもらえそうに思えるため

外出自粛(ステイホーム)の影響で、親しい友人との接触時間が減り、両親と過ごす時間が増えた可能性があるため

## (2)後悔の種類(自己損失-他者損失)と共有有無の関連

予測 → 自己損失であれば羞恥心が先立つが、他者損失がある場合は相手への償い方を相談したいため共有することが多いのではないかと

結果 → 人数の偏りはみられなかった

他者損失でも共有することで自分の印象を下げた感じが、共有しなかったのではないかと

## (3)自己隠蔽傾向と共有有無の関連

最も後悔した出来事の共有有無について、自己隠蔽尺度得点を比較した(共有あり;37.08,共有なし;36.28)。  
→ 有意差は認められなかった

→ ただし、普段の後悔共有頻度については、自己隠蔽傾向との間に有意な弱い負の相関が認められた

自分のネガティブな側面を隠したいという意識が後悔を共有しない理由としてある

## まとめ

後悔…不安で悩み、疲れを伴うことが多いが、怒り(84.0%)や悲しみ(75.6%)感情と比較すると共有率(62.5%)は高くなく、隠蔽したい気持ちもからむ感情であった。また共有する際には親しい友人や両親など信頼できる人を選ぶ感情であった。

今後の課題…両親へ最初に話す率が他の感情に比べて高い理由についてはさらなる検討が必要。