

ネガティブではない感情に伴う涙は、何歳頃、どのような状況で生じるのか
—大学生を対象とした回想法による質問紙調査から—

和田由美子・吉田ゆう美

VISIO No.45

九州ルーテル学院大学
Kyushu Lutheran College

December 2015

ネガティブではない感情に伴う涙は、何歳頃、 どのような状況で生じるのか¹

—大学生を対象とした回想法による質問紙調査から—

和田 由美子・吉田 ゆう美

Analysis of Age and Situations at Onset of Emotional Tears with Non-negative Emotions:
a Questionnaire Survey Based on College Students' Recollection

Yumiko WADA , Yuumi YOSHIDA

大学生144名（男性33名、女性111名）を対象とし、ネガティブではない感情（嬉しい、懐かしいなど）によって涙が出た一番古い記憶について質問紙で回答を求めた。ネガティブでない感情で涙を流した経験のある人は、男性54.5%、女性75.7%で女性の方が有意に多かった。ネガティブではない涙の初発年齢の平均値は12.8（SD=4.13、範囲=3-20）歳、最頻値は17歳で、経験者数は中学・高校時代に相当する13-17歳の期間に増加していた。ネガティブではない涙の一番古い記憶についての自由記述56件についてK J法による分類を行った結果、〈ネガティブ状況解消の喜び・安堵〉と〈苦労が報われた喜び・安堵〉によるものが全体の3分の2を占めていた。このことから、ネガティブではない涙は、感情制御の発達によって泣きの抑制が可能となる頃に初発し、ネガティブ状況が解消・改善されるような状況において、泣きの抑制が解除されることによって生じてくる可能性が考えられる。

キーワード： 泣き 情動性の涙 感情発達

問題と目的

眼への物理的な刺激を伴わず、感情のみによって誘発される涙は、情動性の涙(emotional tear)と呼ばれている(有田, 2007)。情動性の涙は、しばしば苦しみ、痛み、悲しみといったネガティブな感情によって誘発されるが、喜びや安堵のようにネガティブではない感情もまた情動性の涙を引き起こす。Kottler (1996) は、回想、救済や解放、喜ばしいことや美しいものなども情動性の涙を誘発することを指摘している。また、Frey (1985) によると、成人女性の情動性の涙の原因は、悲しみによるものが5割、喜びによるものが2割であるという。

Vingerhoets, Bylsma, & Rottenberg (2009) は、幼い子どもの泣きの原因は、当初、痛みや欲求不満のように自己中心的なものであるが、発達に伴って、他者からのネガティブな結果の予

期（嘘をついた後で叱られる）や、他者への共感によっても泣きが生じるようになり、さらに年齢が進むと詩・映画・小説・音楽など幅広い刺激に対する反応として泣きが起こるようになると述べている。このことから、ネガティブではない感情に伴う涙は一定の発達が発達された後に生起してくると考えられるが、乳幼児と成人以外の年齢層を対象とした泣きの研究は少なく、ネガティブではない涙の発達の様相は明らかになっていない。

本研究では、大学生を対象として、ネガティブではない感情によって涙を流した（涙が込み上げた）一番古い記憶についての回想を求めることにより、ネガティブではない涙が何歳頃、どのような状況で生じるのかについての検討を行った。

方法

調査手続きと対象者

大学の講義開始時に受講者に対して質問紙の配布と調査への協力依頼を行い、講義終了後に一定の回答時間を確保した上でその場で質問紙を回収した。協力依頼に際しては、質問紙のフェイスシート及び口頭にて「人は、痛い、苦しい、悲しい、悔しいなどのネガティブな感情によって涙を流しますが、嬉しい時、懐かしい時、感動した時など、ネガティブではない感情によって涙が出ることもあります。あなたのこれまでの人生で、ネガティブではない感情によって涙が出たことはありますか。あるとしたら、その一番古い記憶は何歳の時で、どのような状況だったでしょうか。具体的に教えてください」と調査内容を述べた。また、質問紙への回答は任意で回答しないことによって不利益を被ることはないこと、匿名による調査であるが自由記述の回答内容が公開される可能性があることを説明し、記載内容によって個人が特定されそうな場合は回答しないか、詳細をぼかして書くよう求めた。質問紙への回答者数は144名（男性33名、女性111名）で、平均年齢は18.9歳（SD=1.14、範囲=18-26）であった。

調査内容

- (1) 回答者の性別と現在の満年齢について回答を求めた。
- (2) これまでに「ネガティブではない感情」で涙を流した（涙がこみあげた）ことがあるかについて、「ある」「ない」の2件法で回答を求めた。「ない」と回答した者はここで回答終了とした。
- (3) ネガティブではない感情で涙を流した（涙がこみあげた）記憶の中で一番古いもの（映画や小説も可）について、具体的な経緯も含め、自由記述での回答を求めた。またその時の年齢についても回答を求めた。

結果

大学生におけるネガティブではない涙の経験率

表1はネガティブではない涙を流した（涙が込み上げた）経験の有無を男女別に示したものである。女性では75.7%がネガティブではない涙の経験があると回答したのに対し、男性では54.5%

に留まった。 χ^2 検定の結果、男女の人数の偏りが有意であり ($\chi^2(1)=4.52, p < .05$)、残差分析の結果、ネガティブではない涙の経験が「ある」人は男性より女性で有意に多かった ($p < .05$)。

表1. 「ネガティブではない感情で涙を流した（涙が込みあげた）ことがあるか」に対する回答人数 ($n=144$)

	男性		女性		合計	
	人数	(%)	人数	(%)	人数	(%)
ある	18	(54.5)	84	(75.7)	102	(70.8)
ない	15	(45.5)	27	(24.3)	42	(29.2)
合計	33		111		144	

ネガティブではない涙の初発年齢

「ネガティブではない涙」の経験があると回答した102名のうち、一番古い記憶の年齢の記載があった92名について、初発年齢の基本統計量を男女別に示した(表2)。「13か14歳」という幅を持たせた記載については両者の中間値(13.5歳)をデータとしている。ネガティブではない涙を初めて経験した年齢の平均値は男女ともに12.8歳で、その他の項目についても明確な性差は見られなかった。対応のないt検定の結果、初発年齢の平均値の性差は有意ではなかった。

表2. 「ネガティブではない涙」の初発年齢の基本統計量 ($n=92$)

	男性	女性	全体
人数	18	74	92
平均値	12.8	12.8	12.8
標準偏差	4.73	4.01	4.13
中央値	13.5	13.3	13.3
最頻値	18	17	17
範囲	5-20	3-20	3-20

初発年齢の基本統計量に明確な性差が見られなかったため、以降は男女込みで分析を行った。ネガティブではない涙の初発年齢の度数分布(図1)を見ると、中学・高校時代に相当する12~17歳に経験人数が増えていることがわかる。初発年齢で最も多かったのは17歳であった。

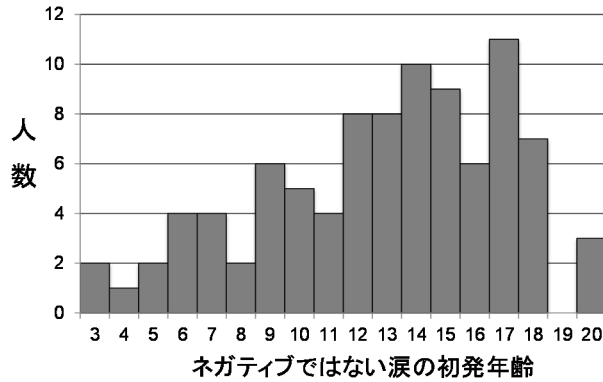


図1. 「ネガティブではない涙」の初発年齢の度数分布 ($n=92$)

ネガティブではない涙の初発年齢の累積度数(図2)を見ると、ネガティブではない涙の経験者数は幼少期においてはゆるやかに増加し、50%に達するまでに10年(3-13歳)かかっているのに対し、残りの50%は13-20歳の6年間(実質的には13-17歳の4年間)で達成されていた。すなわち、ネガティブではない涙の経験者は中学・高校時代に増加していた。

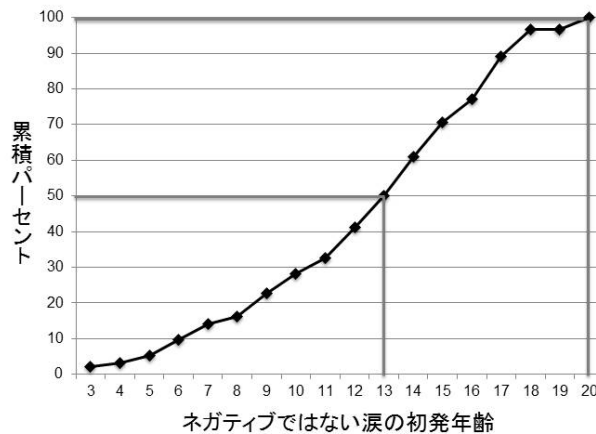


図2. 「ネガティブではない涙」の初発年齢の累積度数 ($n=92$)

ネガティブではない涙の一番古い記憶

(1) エピソードの分類手続き: ネガティブではない感情で涙を流した(涙がこみあげた)記憶の中で一番古いものについての自由記述の分析は、KJ法(川喜田, 1967)を用いて行った。ネガティブではない涙を経験したことがあると回答した102名のうち、一番古い記憶と当時の年齢の記載があったのは92名であった。この92名の個々のエピソードを1つの単位としてカードに転記し、内容が互いに似ているもの同士をまとめることにより、エピソードの分類と命名を行った。分類作業は本論文の著者2名が共同で行った後、研究に関係していない第三者がその分類の妥当性の確認を行い、第三者から疑問が出た点について著者2名が再協議するという過程を繰り返して行った。1つのエピソードの中に複数の要素が含まれる場合は、中心となる要素に基づいて分類した(例えば、映画のストーリーと映画で流れていた音楽双方への感動が綴られていたエ

ピソードは、ストーリーへの感動が音楽によって増幅されたと考えられたため、ストーリーを中心要素として分類した)。詳細が不明瞭で分類困難なエピソードが全部で36件あり、これらは分析から除外された。その内訳は、ドラマや講話のストーリーの記載がなく感動のポイントが不明なもの(「ドラマを見て」「卒業式で担任の話に感動して涙が出た」等:13件)、試合などでの成功のみが記載され、状況や惹起された感情が不明なもの(「バドミントンの大会で勝った時」等:17件)、その他状況・感情が不明なもの(「布団で横になって携帯見た時」等:6件)であった。最終的に分析に用いられたエピソードは92件中56件であった。

(2) **エピソードの分類結果**: ネガティブではない感情で涙を流した記憶に関する56件のエピソードは、内容の類似性から17個の【小カテゴリー】に分類・命名された。17個の【小カテゴリー】は、「背景に想定される感情の類似性」という観点から7個の〈中カテゴリー〉に分類・命名された。7個の〈中カテゴリー〉は、事前状況として〈〈ネガティブ状況あり〉〉か〈〈ネガティブ状況なし・不明〉〉かによって2つの〈〈大カテゴリー〉〉に分類できた。最終的な分類結果とカテゴリー名は表3に示した通りである。

事前のネガティブ状況が明確な〈〈ネガティブ状況あり〉〉の大カテゴリーは、〈ネガティブ状況解消の喜び・安堵〉、〈苦労が報われた喜び・安堵〉、〈困難に立ち向かう人への感動〉の3つの中カテゴリーから構成され、これらだけで全エピソード56件の67.9% (38件) を占めていた。中カテゴリーの〈ネガティブ状況解消の喜び・安堵〉は、ストレスや緊張を引き起こすような状況が事前に起こり、外的要因(自然解消や他者の援助)によって状況が改善される小カテゴリー【ストレスからの解放】、【ストレスからの解放(物語)】、【辛い時の人の温かさ】、【諦めていたことが叶う】4つで構成されていた。〈苦労が報われた喜び・安堵〉は、辛い練習や度重なる失敗などのネガティブな状況が当事者の努力・奮闘によって改善されるという小カテゴリー【努力が報われる】、【努力が報われる(物語)】、【過去を越える成績】、【他者の成長の実感】の4個で構成されていた。〈困難に立ち向かう人への感動〉は、苦しい状況の中にありながら努力・奮闘している他者に心を動かされる小カテゴリー【困難に立ち向かう人】、【困難に立ち向かう人(物語)】の2個で構成されていた。

〈〈ネガティブ状況なし・不明〉〉の大カテゴリーは、事前のネガティブ状況が不明確な4個の中カテゴリー(特定対象への感動)〈懐かしさ〉、〈嬉しい驚き〉、〈面白すぎ〉で構成され、全体エピソード56件の18件(32.1%)がここに分類された。中カテゴリーの〈特定対象への感動〉は、小カテゴリー【憧れのスターとの対面】、【音楽やパフォーマンス】、【生まれたばかりの命】の3個で構成され、音楽や憧れのスターなどのポジティブな刺激・対象によって感動を呼び起こされているという点で共通していた。〈懐かしさ〉は、ポジティブがメインと思われる過去を回想する【過去の思い出の回想】が1個、〈嬉しい驚き〉は、ネガティブな事前状況なしに突然嬉しい出来事が起こる【懐かしい人との思わぬ再会】、【思いがけないプレゼント】の2個の小カテゴリーで構成されていた。〈面白すぎ〉は、ネガティブな事前状況なしに大笑いした小カテゴリー【笑いですぎ】1個で構成されていた。

表3. 「ネガティブではない涙」の一番古い記憶のエピソード分類

＜＜大カテゴリー＞＞		＜中カテゴリー＞			【小カテゴリー】			エピソード例	
事前状況 件数 (%)	平均 年齢 (範囲)	想定される 感情	件数 (%)	平均 年齢 (範囲)	分類名	件数 (%)	平均 年齢 (範囲)		
ネガティブ 状況あり 38 (67.9)	12.5 (3-20)	ネガティブ 状況解消の 喜び・安堵	23 (41.4)	11.5 (3-18)	ストレス からの解放	12 (21.4)	10.5 (3-17)	母親が出産する為入院していて、祖母が仕事から帰ってくるまで一人で待っていないといけなくて、ずっと一人で待っていて、祖母が帰ってきて顔見た瞬間泣いた。	
					ストレス からの解放 (物語)	5 (8.9)	11.8 (7-18)	ドキュメンタリーで犬が飼い主とずっと離れ離れになっていたけど、ようやく再会できたとき、うれしくて涙が出た。	
					辛い時の 人の温かさ	3 (5.4)	13 (10-15)	嬉し涙を初めて流したのは、中学生のときに、進路・友人関係に一人で悩んでいたのを親に話したときに、親に言われた言葉で、自分は大切にされているのだなと感じて、初めて涙が出ました。	
					諦めていた ことが叶う	3 (5.4)	13 (6-17)	誕生日の日に学校に行って、最初は部活の人の誰からもおめでとうと言ってもらえなかったけど、帰る時にサプライズで写真とプレゼントとおめでとうと言ってもらえた時。	
	12.5 (3-20)	苦労が 報われた 喜び・安堵	13 (23.2)	14.1 (10-20)	努力が 報われる	7 (12.5)	14.9 (10-20)	大学受験に合格したとき(発表をみたとき)。まわりは遊んでいるなか必死に勉強をやったので(先生にも受かるかわからないといわれたので)、やりきった感と自分を信じてよかったきもちや応援してくれた人のことを思い出し、うれしい気持ちで泣いたことがあります。	
					努力が 報われる (物語)	2 (3.6)	17 (14-20)	ヘレンケラーについての映画を観て。ヘレンが流れる水に触って「water」の意味を理解して、家族に抱きしめられながら喜んだ場面。場面自体もそうですが、音楽がとても感動的でした。	
					過去を越え る成績	3 (3.4)	13 (12-15)	小学校の部活で勝ったとき。すごく弱小の部活で、いつも負けてばかりだったけど、最後の大きな大会で勝てたから。	
					他者の 成長の実感	1 (1.8)	13	自分の弟は障がいをもっていて、落ち着きがなかったが特別支援学校に通い、机について作業している姿を見て成長を感じ涙が出た。	
					困難に立ち 向かう人	1 (1.8)	6	弟がうまれた時にお母さんの頑張っている姿を見て泣いた。	
					困難に立ち 向かう人 (物語)	1 (1.8)	16	アニメーション作品を見ている時泣きました。主人公の友人が敵に負けてしまっただけを助けるシーンです。主人公は嫌なことから逃げる性格でした。戦うことが嫌で仲間や親からも離れていきました。しかし、敵が来て、友人が負けている所を見て、戦わねばならないと奮起し、戦場に赴きます。それまで怒ることをせず自分を殺して周囲に適應してきた主人公が友人を助けるため、怒り、自分の願いのために行動するのです。話の流れや作画、演出、音楽等が感動を誘いました。これを作った人々がいることに感動したのです。	
	ネガティブ 状況なし・不明 18 (32.1)	14.4 (3-18)	特定対象 への感動	9 (16.1)	13.4 (3-18)	憧れのスター との対面	5 (8.9)	15.9 (14-18)	大好きなミュージシャンのライブに初めて行って、演奏が始まって、幕が開いて姿が見えた時に涙が出てきた。
						音楽や パフォーマンス	2 (3.6)	14.5 (13-16)	おねえちゃんがマーチングをやっていて、その姿を見に行き、演奏とカラーガードの踊りを見たときに感動した。音楽で初めて泣いた。
生まれたばかりの命						2 (3.6)	6 (3-9)	病院にて弟が産まれたときに、生まれたばかりの弟を抱っこして感動して涙が出ました。	
14.4 (3-18)		懐かしさ	3 (5.4)	17 (15-18)	過去の思い 出の回想	3 (5.4)	17 (15-18)	卒業式のとき、吹奏楽部の演奏で入場してきたときに、今までの部活での頑張り、試験で苦労したこと、友達と過ごした日々、いろいろなことが頭をよぎって、気づいたら涙があふれていた	
					懐かしい 人との 思わぬ再会	2 (3.6)	16.5 (13-20)	小中の頃に仲がよかった友達に突然久しぶりに会ったとき。	
					思いがけない プレゼント	2 (3.6)	14.5 (14-15)	中学校の卒業式で先輩が色紙を準備してくれてもらった時。	
14.4 (3-18)	面白すぎ	2 (3.6)	13 (10-16)	笑いすぎ	2 (3.6)	13 (10-16)	友だちと会話をしている、友だちの話が面白すぎて、笑っていたら、涙がでた。		
				合計	56	56			

(3) エピソード別の初発年齢：図3は、分類されたエピソードが3件以上あった8個の小カテゴリーにおける、ネガティブではない泣きの初発年齢の平均値を示したものである。3件未満のものを除外したのは、数が少なすぎて平均値を比較する意味が薄いと考えたためである。初発年齢の平均値が低かったのは【ストレスからの解放】(10.5歳)、【ストレスからの解放(物語)】(11.8歳)、【辛い時の人の温かさ】(13歳)、【諦めていたことが叶う】(13歳)で順あり、これらはすべて中カテゴリー〈ネガティブ状況解消の喜び・安堵〉に属していた。次に初発年齢が低かったのは【過去を越える成績】(13歳)、【努力が報われる】(17歳)であり、これらはいずれも中カテゴリー〈苦労が報われた喜び・安堵〉に属していた。初発年齢が高かったのは、【憧れのスターとの対面】(15.9歳)と【過去の思い出の回想】(17歳)であった。初発年齢が低かった〈ネガティブ状況解消の喜び・安堵〉〈苦労が報われた喜び・安堵〉はいずれも〈ネガティブ状況あり〉の大カテゴリーに属するものであったのに対し、初発年齢の平均値が高かった【憧れのスターとの対面】【過去の思い出の回想】はいずれも〈ネガティブ状況なし・不明〉の大カテゴリーに属していた。

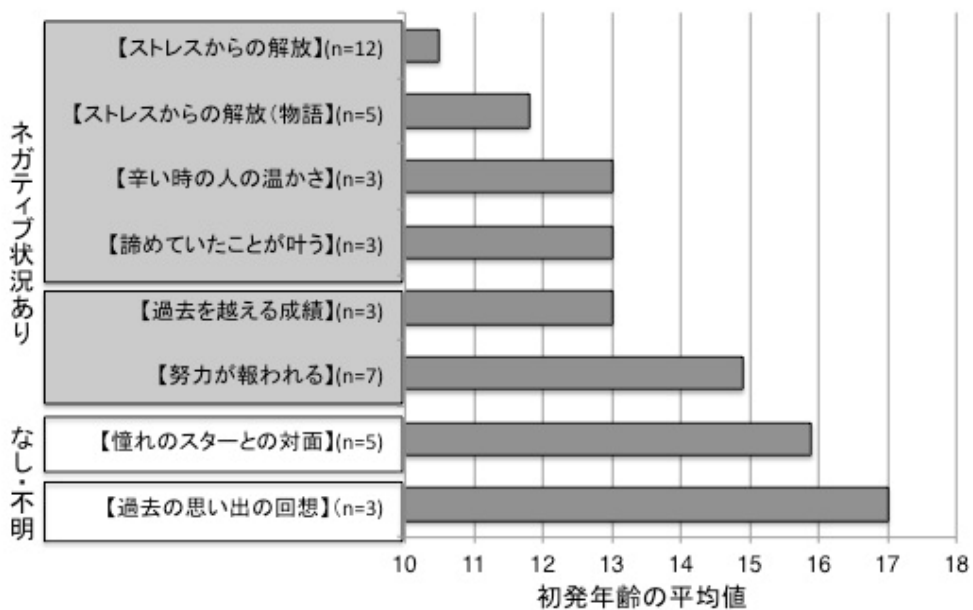


図3. 8つの小カテゴリーにおけるネガティブではない泣きの初発年齢の平均値。

17個の小カテゴリー中、分類エピソードが3件以上あった8個のみを表示した。

小カテゴリーにエピソードを分類する際、実体験と物語による代理的体験は分けて分類した。実体験と物語による代理的体験の初発年齢を比較すると、【ストレスからの解放】の初発年齢(10.5歳)は【ストレスからの解放(物語)】(11.8歳)より低く、【努力が報われる】の初発年齢(14.9歳)は【努力が報われる(物語)】(17歳)より低く、【困難に立ち向かう人】の初発年齢(6歳)は【困難に立ち向かう人(物語)】(16歳)よりも低かった(表3)。すなわち、いずれのカテゴリーにおいても、実体験によるネガティブではない涙は、代理的体験に先行して起こっていた。

考 察

ネガティブではない感情に伴う涙の一番古い記憶について、大学生に回想を求めた結果、ネガティブではない涙は3歳以降の幅広い年齢で初発していること、中学・高校時代に相当する13-17歳の4年間に、ネガティブではない涙の経験者が増加することが明らかとなった。また、女子大学生の7割がネガティブでない涙の経験があるのに対し、男子大学生は5割強であり、ネガティブでない涙の経験率は、男性よりも女性で有意に高かった。男性より女性で泣きがよく観察されるという現象は、国や文化を超え一貫して見られることが報告されているが (Hemert, Vijver, & Vingerhoets, 2011)、ネガティブではない涙に関しても同様の性差が存在しているといえる。

ネガティブではない涙のエピソード別に初発年齢を比較した結果、最初に起こるのは【ストレスからの解放】を体験することによる涙であり、【ストレスからの解放】を物語で代理的に体験することによる【ストレスからの解放 (物語)】、【辛い時の人の温かさ】、【諦めていたことが叶う】による涙がその後に続いた。これらのエピソードは平均10-13歳頃のもので、ストレスや緊張を引き起こす「泣きたくなる」ような状況が生じ、それが自分自身の努力とは無関係に外的要因 (自然解消や他者の援助) によって解消・改善するという点で共通していた。次の段階 (平均13-15歳) で起こってくるのは【過去を越える成績】、【努力が報われる】等、辛い練習や度重なる失敗などのネガティブな状況が当事者の努力・奮闘によって改善されるというエピソードであり、これも「泣きたくなる」ようなストレス・緊張状況が事前に存在するという点で共通していた。感情・行動・注意の自己制御の能力は、幼児期 (4-5歳) から児童中期 (8-9歳) に有意に上昇するが、児童中期から児童後期 (12-13歳) の間には有意な変化はしないことから (Raffaelli, Crockett, & Shen, 2005)、感情制御の能力は児童中期頃に一定レベルの発達をとげると考えられる。児童中期頃に【ストレスからの解放】による涙が経験されるようになるのは、ストレス状況で泣きの抑制の発達と関連しているのかもしれない。安堵によって泣きの抑制が解除された反動によって涙が出ると考えると、一見ポジティブに見える涙も、実はネガティブな涙と同質のものである可能性がある。

ポジティブな涙がネガティブな感情を含んでいるという指摘は、Feldman (1956) によってもなされている。たとえば、人は不幸な過去を回想する時だけではなく、幸福な幼少期を回想することによっても泣くが、そこに幸せは幼少期は過ぎ去って二度と戻らないというネガティブな感情が含まれているというのである。また、「感動」の研究を行っている加藤・村田 (2013) も、「(前略) 自然に対する感動は、我々に対し、表象の雄大さというポジティブな要素だけでなく、同時に自分がちっぽけで矮小な存在であることを感じさせるだろう。喜びを伴った感動は、例えば単に試験に合格することが感動を生むのではなく、そこに至るまでの過程に困難、苦難というネガティブな要素を含むからこそ感動に至ると考えられる」と指摘している。本研究で得られたエピソードの3分の1は、〈〈ネガティブ状況なし・不明〉〉として分類されたが、【憧れのスターとの対面】や【過去の思い出の回想】なども、ちっぽけな自分、帰らない過去といったネガティブな要素と無縁ではないかもしれない。【笑いすぎ】による涙も、呼吸困難等による身体の苦しさによって生じている可能性がある。

今回は、大学生を対象にネガティブではない涙の「一番古い記憶」を訊ねたため年齢や状況が限定されているが、人生経験を積むに従ってネガティブでない涙が生じる状況は多様性を増して行くと考えられる。ネガティブではない涙が、ネガティブ要素を含有する状況でしか生じ得な

いのか否かを検討するために、今後は調査対象の年齢層を広げてエピソードを収集する必要がある。また、【ストレスからの解放】による涙が、実際に泣きを制御する能力の発達と関連するののか否かを検討するために、幼児・児童を対象とした実証データの蓄積が必要である。

謝 辞

本研究の実施にあたり、丁寧にエピソードを記述してくださった調査対象者の皆様に感謝いたします。また、本研究のエピソードの分類作業に第三者として協力してくださった細川裕士さん、本研究の予備調査で多くのエピソードを集めてくれた、九州ルーテル学院大学心理臨床学科の池田麻美さん、小濱将聖さん、竹田睦月さん、藤山真理子さんに感謝いたします。

注

- 1 本研究は日本感情心理学会第23回大会(2015年6月13日)で発表した研究の一部にデータを追加し、再分析したものである。

引用文献

- 有田秀穂 (2007). 涙とストレス緩和 日本薬理学雑誌, **129**, 99-103.
- Feldman, S.S. (1956). Crying at the happy ending. *Journal of the American Journal of Psychiatry*, **96**, 87-101.
- Frey, W.H. (1985). *Crying: the mystery of tears*. Minneapolis, MN : Winston Press.
- 加藤樹里・村田光二 (2013). 有限の顕在化と社会的価値の志向性が悲しみを伴った感動に及ぼす影響. *心理学研究*, **84**, 138-145.
- 川喜田二郎 (1967). *発想法—創造性開発のために* 中央公論社
- Kottler, J.A. (1996). *The language of tears*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Raffaelli, M., Crockett, L., & Shen, Y. (2005). Developmental stability and change in self-regulation from childhood to adolescence. *Journal of Genetic Psychology*, **166**, 54-75.
- van Hemert, D.A., van de Vijver, F.J.R. & Vingerhoets, A.J.J.M (2011). Culture and crying: Prevalence and gender differences. *Cross-Cultural Research*, **45**, 399-431.
- Vingerhoets, A.J.J.M., Bylsma, L.M., & Rottenberg, J. (2009). Crying: A biopsychosocial phenomenon. In T. Fögen (Eds.), *Tears in the Graeco-Roman world*(pp.439-475). Berlin, Boston: De Gruyter.