



Title	対人関係におけるコントロール方略が感情状態に及ぼす影響
Author(s)	荻原, 祐二; 内田, 由紀子; 楠見, 孝
Citation	対人社会心理学研究. 2013, 13, p. 9-14
Version Type	VoR
URL	https://doi.org/10.18910/25842
rights	
Note	

The University of Osaka Institutional Knowledge Archive : OUKA

<https://ir.library.osaka-u.ac.jp/>

The University of Osaka

対人関係におけるコントロール方略が感情状態に及ぼす影響

荻原祐二(京都大学大学院教育学研究科)

内田由紀子(京都大学こころの未来研究センター)

楠見 孝(京都大学大学院教育学研究科)

本研究では、対人関係におけるコントロール方略が感情状態に及ぼす影響について検討した。コントロールの二過程モデルでは、対象に直接影響を与えることで自分にとって望ましい環境を作り上げる一次的コントロールと、対象に合わせて自己の認知を変えることで望ましい環境を作る二次的コントロールの二つの方略があるとされている(Rothbaum et al., 1982)。本研究では、これまでほとんど検討されてこなかった日常の対人関係場面におけるコントロール欲求と感情状態の関連を検討し、一次的コントロールが難しい状況では、一次的コントロール欲求が良好な関係性を抑制するネガティブ感情を生じさせ、二次的コントロール欲求は相手との関係性を促進するポジティブ感情を生み出すことが明らかになった。さらに、対人関係におけるコントロールには負い目や罪悪感が関連している可能性が示された。

キーワード: 一次的コントロール、二次的コントロール、対人関係、感情、コントロールの二過程モデル

問題

人は一般に自分の欲しいものを手に入れ、望ましくない状況や結果を避けようとする。こうした状況で、外界をコントロール¹⁾できるということは多くの点で重要な役割を果たしている。例えば、ストレスのかかった状況で対象をコントロールできる人は、不安を感じる事が少なく、痛みにより耐えることができ、作業の効率が上がり、より良い感情を得ることができるということが示されている(レビューは Thompson, 1981 参照)。

コントロールの二過程モデル

Rothbaum, Weisz, & Snyder (1982)は、コントロールには二つのプロセスがあることを指摘している。一つは直接対象に影響を与えることにより、自分にとって望ましい状況を作り上げるプロセスである。これまでのコントロール研究は、このプロセスに焦点を当てたものが主であった。例えば、対象は自分の能力や技能などの内的要因によってコントロールできるのか、それとも運や他者などの外的要因によってコントロールされているかという信念の個人差が、行動を予測する上で重要であると主張した Locus of Control 理論(Rotter, 1966)や、嫌悪刺激に対して直接対象をコントロールできない状態が続くと、その後の回避行動を行わなくなる学習性無力感理論(Seligman, 1975)などを挙げることができる。一方で、直接対象に影響を与えることができない場合、自分にとって望ましい状況を作り上げようとする努力を一切捨ててしまうのだろうか。Rothbaumらは、直接的に対象をコントロールできない状況でも、望ましい状況を作り上げようという努力を捨てることなく、それとは別のプロセスで望ましい状況を作り上げていると考えた。それが二つ目のコントロールのプロセスであり、対象そのものではなく、対象に合わせて自己の認知を変えることによって、自分

にとって望ましい状況を作り上げるものである。彼らは直接対象に影響を与えることで望ましい環境を作り上げる方略を一次的コントロール(primary control)、自己の認知を変えることで望ましい環境を作る方略を二次的コントロール(secondary control)と定義し、コントロール研究に新たな概念を提唱した。例えば、コンピューターの画面が自分の望む通りに進まず動かなくなってしまった状況で、コンピューターの画面を叩いたり、マウスやキーボードをいろいろと押しを試みたりするといった、コンピューター(対象)に直接的に働きかける行動が一次的コントロールであるならば、画面が動かないのはたまにあることで仕方がないからもう少し気長に待ってみようと考えことや、コンピューターが動かなくなってしまった理由を考えて後の行動に活かそうとすることなど、対象ではなく自分の認知や考え方を変えるような行動が二次的コントロールである。

一次的コントロールと二次的コントロールは、直接対象に影響を与えるか対象に合わせて自分を変化させるかという違いだけでなく、その優位性にも違いがある。Rothbaum et al.(1982)によれば、二次的コントロールは一次的コントロールが失敗してしまった時に行われるものだと考えられている。同様に、これまでの二次的コントロールに関する実証研究を概観すると、一次的コントロールの優位性と、二次的コントロールは一次的コントロールが効果的でない場合に働くとする Back/up モデルが大枠で支持されている(塚原, 2008)。

各コントロール方略の役割

人は、まずは一次的コントロールを行おうとするが、必ずしも成功するとは限らない。一次的コントロールが成功する場合と、失敗する場合が考えられる。それぞれの状況で、コントロール方略はどういった心理的帰結を導くの

であろうか。

Hall, Perry, Ruthig, Hladkyj, & Chipperfield (2006)は、学業に対するコントロール方略に注目し、二つのコントロール方略が、その後の学業成績、学業に対する動機づけ、そして感情に与える影響について調査した²。成績の良かった学生では、一次的コントロールがその後の成績、動機づけ、より良い感情状態と正の相関関係にあった。このとき、二次的コントロールはその後の成績、動機づけ、感情状態と関係していなかった。一方、成績の良くなかった学生のうち、一次的コントロールと二次的コントロールを使い分けていた学生は、一次的コントロールにだけ頼っていた学生に比べて、その後の成績、動機づけ、感情状態が良好であった。つまり、出来事に成功した時には、一次的コントロールの方略を取っている程その後の成績、動機づけ、感情状態が良かったのに対し、失敗した時には、一次的コントロールは成績、動機づけ、感情状態を悪化させるが、二次的コントロールによって、そうした悪化を緩和させることができたと考えられる。

言い換えれば、一次的コントロールは成功時にはポジティブな感情を増幅させるが、失敗した時にはネガティブな感情を増幅させる。一方で、二次的コントロールは、一次的コントロールが失敗した時に用いられることで、ポジティブ感情を生み出し、ネガティブ感情を緩和させることができると考えられる。

対人関係におけるコントロール

これまでのコントロールの二過程モデルを扱った研究においては、病気や障害、加齢などに対してどのようなコントロール方略をとるのかについて主に研究が行われてきた(塚原, 2008)。このような事物に対するコントロールではなく、自分とは異なる意志や感情を持った人間に対するコントロール方略についてはこれまでほとんど研究が行われていない。

コントロールの二過程モデルを対人関係において検討した数少ない研究のうち、Burton & Sistler(1996)は、認知症の配偶者に対してどのようなコントロール方略を取っているかを調査し、彼らがどちらか一つの方略だけを用いているのではなく、二つのコントロール方略を統合して用いることが多いということを明らかにしている。対人関係においても、他者を自分の思う通りに動かすことで自分にとって望ましい状況を作り上げるコントロールと、自分を他者に合わせることで自分にとって望ましい状況を作り上げるコントロールがあると考えられるが、2つのコントロール方略が心理・行動傾向に与える影響については詳細に検討されていない。

本研究の目的

本研究の目的は主に2つある。ひとつは、これまでの

コントロールの二過程モデルを用いた研究において対象とされることがほとんどなかった日常生活における対人関係においても、これまでの知見があてはまるのかどうか検討することである。日常生活における対人関係においても、どのように他者と自分をコントロールすれば、精神的に健康な生活を送ることができるのかについての示唆を提供することは重要である。

これまでコントロールの二過程モデルを用いて行われてきた研究に基づくと、以下のような仮説が立てられる。一次的コントロールが失敗した状況では、一次的コントロールの欲求が高い人にとっては、それが満たされないというネガティブな状況であるため、一次的コントロール欲求とポジティブ感情には関係が見られず、一次的コントロール欲求が高い程ネガティブ感情を強く感じるであろう(仮説1)。一方で、二次的コントロールは一次的コントロールが失敗したというストレスフルな状況を緩和する機能を持つため、二次的コントロール欲求が高い程ポジティブ感情を感じる程度は強くなり(仮説2)、二次的コントロール欲求が高い程ネガティブ感情を感じる程度は弱くなるであろう(仮説3)。

もうひとつの目的は、コントロールの対象が事物である時と人である時の違いを探索的に調査することである。これまでの対人関係におけるコントロール方略についての研究では、コントロールの対象が事物ではなく、人である場合の独自性については検討されていない。しかし、人間は独自の意志や感情をもった存在である点で事物とは質的に異なる存在である。よって対象の違いがコントロール方略と感情の関係にも異なる影響を与えていることが予想される。さらに、これまでの研究の多くは、感情を扱ってはいるものの、その感情がポジティブかネガティブかという区別しか行っていない。よって本研究では、一般的なポジティブ感情・ネガティブ感情に加えて対人関係に特有と考えられる感情についても検討する。

方法

参加者

京都大学の学部生93名(男性39名、女性52名、不明2名; $M_{age} = 19.27$, $SD_{age} = 1.38$)が質問紙に回答した。

手続き

講義において質問紙を配布しその場で回答してもらうか、持ち帰って後日提出してもらう形式を取った。

質問紙の構成

参加者は、3つの対人関係(親しい友人・家族・親しくない知人)のそれぞれについて以下の3つの課題を行った。

1. 状況記述 参加者は最近、自分の働きかけに対し

て親しい友人(家族・親しくない知人)の言動や行動が自分の思う通りでなかった時のことを思い浮かべ、その状況を簡単に記述した。

状況記述には、自分の勧誘を断られたこと、自分の意見や提案が採用されなかったこと、家庭教師や塾の生徒が自分の言うことを聞かなかったことなどについての記述が多く見られた。

2. 対人関係におけるコントロール欲求 1で記述した状況において、どれだけ一次的コントロール欲求・二次的コントロール欲求を感じていたかについて以下の項目を用いて報告した。対人関係におけるコントロール欲求を測定する尺度が存在しなかったため、学業における一次的コントロール態度を測定する尺度(Perry, Hladkyj, Pekrun, & Pelletier, 2001)、二次的コントロール態度を測定する尺度(Hladkyj, Pelletier, Drewniak, & Perry, 1998)を参考に、対人関係におけるコントロール欲求を測定する項目を独自に作成した。一次的コントロール欲求を測定する2項目(相手の行動やその場の状況を変えたいと思った; 相手に対して何か言ったり、自分から行動をおこしたいと思った; $\alpha = .63$)、二次的コントロール欲求を測定する3項目(自分を相手やその場の状況にあわせたいと思った; 自分が、相手の言葉や行動にあわせたいと思った; 自分の考えを相手にあわせて切り替えようと思った; $\alpha = .84$)の計5項目を用いた。参加者は、それぞれの項目が各状況における自分にどの程度当てはまると思うかを、1(全くそう思わない)から7(強くそう思う)の7件法で回答した。

3. 感情経験 1で記述した状況において、どのような感情をどの程度強く経験したかについて以下の項目を用いて報告した。一般的なポジティブ感情(幸せ・満足)とあわせて、対人関係場面で経験されるであろう親しみ・尊敬・誇り・優越感を用いた。同様に、一般的なネガティブ感情(欲求不満・怒り・だるい・憂うつ)に、敵意・緊張・孤独・悲しみ・罪・負い目を加えて計16語の感情語を用いた。これらの感情語は、Kitayama, Markus, & Kurokawa(2000) および Tsai, Knutson, & Fung(2006)の研究で用いられたものを参考にした。参加者は、各状況においてそれぞれの感情をどの程度強く感じたかを、1(全く感じなかった)から6(とても強く感じた)の6件法で回答した。

結果

回収した質問紙のうち、回答の無かった状況(友人状況5、家族状況9、知り合い状況15)を除いて分析を行った。友人状況・家族状況・知り合い状況で結果に一貫した違いは見られなかったため、3状況を各人ごとに平均した値を分析に用いた。各変数の基本統計量を Table1

に示した。欲求不満や怒りなどのネガティブ感情が高く、幸せや満足などのポジティブ感情は低く報告された。

感情状態の因子分析結果

16語の感情語に対して探索的因子分析(最尤法、プロマックス回転)を行ったところ、因子負荷が.40を下回った優越感・誇り・緊張・尊敬を除き、4因子が抽出された(Table 2)。第1因子において、怒り・敵意・欲求不満など、「相手との関係性を抑制するネガティブ感情」が抽出された。第2因子は、満足・幸せ・親しみの「相手との関係性を促進するポジティブ感情」が抽出された。第3因子は「孤独・悲しみ」が、第4因子は「罪・負い目」が抽出された。これらの各因子得点を以後の分析に用いた。

コントロール欲求と感情状態の関連

コントロール欲求と各感情状態の相関係数を Table 3 に示した。一次的コントロール欲求を強く持っている程、相手との関係性を抑制するネガティブ感情を強く、罪・負い目を強く感じていた。一方で、二次的コントロール欲求を強く持っている程、相手との関係性を促進するポジティブ感情を強く、孤独・悲しみを強く、罪・負い目を強く感じていた。なお、一次的コントロール欲求と二次的コントロール欲求の間に有意な相関関係は見られなかった($r = .13, ns$)。

Table 1 各変数の基本統計量

	平均値	標準偏差
一次的コントロール欲求	4.28	1.29
二次的コントロール欲求	3.42	1.12
欲求不満	3.49	1.22
だるい	3.06	1.19
怒り	3.00	1.07
憂うつ	2.94	1.20
敵意	2.33	1.09
孤独	2.22	1.16
悲しみ	2.20	1.00
緊張	2.18	1.08
負い目	2.01	.95
親しみ	2.00	.71
罪	1.76	.83
尊敬	1.58	.52
優越感	1.50	.58
誇り	1.49	.60
幸せ	1.42	.51
満足	1.40	.49

考察

対人関係におけるコントロール方略と感情状態

これまで Rothbaum et al.(1982)に端を発するコント

ロールの二過程モデルを用いた研究において対象とされることがほとんどなかった、日常生活における対人関係場面でのコントロール方略と感情状態との関連を検討した。その結果、仮説 1 を支持し、一次的コントロールが失敗したにも関わらず一次的コントロール欲求を強く持っている、怒りや敵意といった他者との関係性を抑制するようなネガティブ感情を強く感じていた。つまり、コントロールの難しい対象であるにも関わらず、相手の考えや言動を変えようとするのはネガティブな感情を招くと言える。

二次的コントロールとネガティブ感情の間に負の相関を予測した仮説 3 は支持されなかった。つまり、二次的コントロールは相手との関係性を抑制するようなネガティブ

感情を低減させる訳ではない。しかし、仮説 2 を支持し、二次的コントロール欲求は、満足や親しみといった他者との関係性を促進するようなポジティブ感情と正の方向で関連していた。このことから、対人関係においてコントロールの難しい対象には、一次的コントロールではなく二次的コントロールを行うことで、ネガティブな感情が緩和されるというよりもむしろ、ポジティブな感情をより強く感じることができると考えられる。つまり、自分にとって望ましい状況を直接作り出すことが難しい時に、他者や状況を変化させるのではなく、自分が他者や状況に合わせようとしていた人は、他者に対してポジティブな感情をより強く感じていた。

Table 2 各感情の因子分析の結果(プロマックス回転、最尤法)

	相手との関係性を抑制するネガティブ感情	相手との関係性を促進するポジティブ感情	孤独・悲しみ	罪・負い目
怒り	.92	.01	-.25	.05
憂うつ	.78	-.10	.21	-.12
敵意	.74	.02	-.01	.05
欲求不満	.69	-.04	.06	-.05
だるい	.66	-.02	-.01	.11
満足	-.07	.98	.02	-.07
幸せ	.10	.91	-.03	-.01
親しみ	-.17	.48	-.06	.10
孤独	-.13	-.03	.85	.03
悲しみ	.07	-.01	.81	.02
罪	.06	-.01	-.01	.98
負い目	-.06	-.03	.08	.72
優越感	.29	.31	.11	-.13
誇り	.03	.25	.24	.02
緊張	.14	.03	.38	.23
尊敬	.03	.32	.04	.38

因子間相関

	相手との関係性を抑制するネガティブ感情	相手との関係性を促進するポジティブ感情	孤独・悲しみ	罪・負い目
相手との関係性を抑制するネガティブ感情	-	.20	.47	.49
相手との関係性を促進するポジティブ感情		-	.27	.37
孤独・悲しみ			-	.57
罪・負い目				-

Table 3 コントロール欲求と各感情状態の相関係数

コントロール欲求	相手との関係性を抑制するネガティブ感情	相手との関係性を促進するポジティブ感情	孤独・悲しみ	罪・負い目
一次的	.27**	.12	.08	.29**
二次的	-.02	.18+	.22*	.25*

** $p < .01$, * $p < .05$, + $p < .10$

これらの結果は、これまでのコントロールの二過程モデルで明らかにされてきた知見が、日常生活における対人関係においても同様にあてはまることを示している。他者を自分の望むとおりにコントロールできない時には、他者を直接コントロールしようとするをやめ、自分が他者やその場の環境に合わせることで、相手に対するポジティブな感情を抱き、他者との円滑で良好な関係性を構築・維持するために必要な働きかけにつながると考えられる。

今回の研究に基づき、対人関係におけるコントロール方略において問題だと考えられる行動は、二つある。ひとつは、一次的コントロールが失敗しているにも関わらず、一次的コントロールを望み、実行しようとするのである。他者との関係性を抑制するようなネガティブ感情を強く感じ、その感情を緩和することができない状態を招くことにより、精神的に不健康な状態を招くであろう。もうひとつは、一次的コントロールに失敗した時に、二次的コントロールを行おうとせず、コントロールそのものをあきらめてしまう場合である。本研究ではコントロールそのものをあきらめるといった状況は対象とされていないが、人間関係において他者と自分に対するコントロールそのものを放棄してしまい、人間関係から撤退するようなことも考えられる。自分が他者の行動をコントロールできない状態が続くと、学習性無力感を強く抱き、人間関係から離れてひきこもる可能性があることも分かっている(Baum, Aiello, & Calesnick, 1978)。この問題と考えられる二つの行動において共通しているのは、一次的コントロールのバックアップをする働きを担っている二次的コントロールがうまく機能していない点である。事物以上に自分の思う通りに動いてくれることの少ないであろう人に対して、自分にとって望ましい状況にしようとする時には、自分が相手をコントロールすることだけでなく、自分を相手にあわせてコントロールしていくという姿勢がより重要になると考えられる。

対人関係におけるコントロールが持つ帰結の独自性

本研究では、これまでのコントロールの二過程モデルに基づく研究において検討されてきた、単純なポジティブ感情・ネガティブ感情以外の感情においても検討を行った。その結果、一次的コントロールが失敗した際の一次的コントロール欲求と罪・負い目の間には正の相関が見られ、意志や感情を持った他者の考えや言動に影響を与えて変化させることには罪悪感や負い目を伴う可能性が示唆された。これまでの研究において、対象を一次的にコントロールすることには、ポジティブな帰結が主に報告されていた(e.g., 動機づけの高まり、ポジティブ感

情を強く感じる)。事物は自分の思う通りに動かしても問題はないが、独自の意志や欲求を持った存在である人を自分の思う通りに動かすということには、ネガティブな側面も含まれる可能性がある。

加えて、二次的コントロール欲求と孤独・悲しみの間には正の相関が見られ、一次的コントロールが失敗している状況において、相手に合わせて自己の認知や行動を変えなければいけないことによって悲しみや孤独を強く感じていたと考えられる。さらに、二次的コントロール欲求と罪・負い目の間にも正の相関関係が見られた。しかしこの結果については、相手への負い目や罪の意識があるからこそ自己の認知や行動を変え、そうしたネガティブ感情を低減しようとしている可能性もあり、因果の方向は明らかでない。

このように、対人関係においては、各コントロール方略と、罪や負い目、孤独や悲しみといった感情状態が関連している可能性がある。これらの結果は、これまでコントロールの二過程モデルが主に扱ってきた病気や加齢へのコントロールにおいては報告されていない新たな知見であり、今後より詳細な検討が必要である。

本研究における限界と今後の展望

本研究では、一次的コントロールが失敗した時のコントロール欲求と感情状態について検討していたので、コントロール欲求を持っていたから感情が生まれたのか、感情が生じているためにコントロール欲求を持つに至ったのかを厳密に限定することは難しく、コントロール欲求と感情は相互に影響を及ぼしあっていると考えられる。よって、時系列を統制できる実験的手法を用いることで因果関係を特定する必要があるだろう。

また、本研究は日本人大学生を対象に行われたが、コントロール方略には文化差(Weisz et al., 1984)や発達的变化(Heckhausen & Schulz, 1995)があるとされている。特に、文化によって一次的コントロールと二次的コントロールのいずれが優勢であるかが異なっており、北米文化においては相手に影響を与えて自らの自尊心を高めることが重視されているが、東アジア文化では相手に合わせて自己を調整し、集団内の関係性の調和を維持することがより重視されている(Morling, Kitayama, & Miyamoto, 2002)。今後は、異なる文化・年齢層のデータを集めることで、コントロール方略とその心理的帰結についてより詳細に検討する必要がある。

引用文献

- Baum, A., Aiello, J. R., & Calesnick, L. E. (1978). Crowding and personal control: Social density and the development of learned helplessness. *Journal of Personality and Social Psychology*, *36*, 1000-1011.

- Burton, C. A., & Sistler, A. B. (1996). A note on whether spousal caregivers try to control their environment or themselves. *The Journal of Psychology*, **130**, 421-427.
- Hall, N.C., Perry, R.P., Ruthig, J.C., Hladkyj, S., & Chipperfield, J.G. (2006). Primary and Secondary Control in Achievement Settings: A Longitudinal Field Study of Academic Motivation, Emotions, and Performance. *Journal of Applied Social Psychology*, **36**, 1430-1470.
- Heckhausen, J., & Schulz, R. (1995). A life-span theory of control. *Psychological Review*, **102**, 284-304.
- Hladkyj, S., Pelletier, S. T., Drewniak, E. P., & Perry, R. P. (1998, April). *Evidence for the role of secondary control in students' adaptation to college*. Paper presented at the annual meeting of the American Educational Research Association, San Diego, CA.
- Kitayama, S., Markus, H. R., & Kurokawa, M. (2000). Culture, emotion, and well-being: Good feelings in Japan and the United States. *Cognition and Emotion*, **14**, 93-124.
- Morling, B., Kitayama, S., & Miyamoto, Y. (2002). Cultural practices emphasize influence in the United States and adjustment in Japan. *Personality and Social Psychology Bulletin*, **28**, 311-323.
- Perry, R. P., Hladkyj, S., Pekrun, R. H., & Pelletier, S. T. (2001). Academic control and action control in the achievement of college students: A longitudinal field study. *Journal of Educational Psychology*, **93**, 776-789.
- Rothbaum, F., Weisz, J.R., & Samuel, S.S. (1982). Changing the World and Changing the Self: A Two Process Model of Perceived Control. *Journal of Personality and Social Psychology*, **42**, 5-37.
- Rotter, J. B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monograph*, **80**, 1-28.
- Seligman, M. E. P. (1975). *Helplessness: On depression, development and death*. San Francisco: Freeman,
- Thompson, S, C (1981). Will it hurt less if I can control it? A complex answer to a simple question. *Psychological Bulletin*, **90**, 89-101.
- Tsai, J. L., Knutson, B., & Fung, H. H. (2006). Cultural variation in affect valuation. *Journal of Personality and Social Psychology*, **90**, 288-307.
- 塚原拓馬 (2008). 2次コントロール研究の展望—学習性無力感理論修正と生涯発達心理学への示唆— 心理学評論, **51**, 396-414.
- Weisz, J. R., Rothbaum, F. M., & Blackburn, T. C. (1984). Standing out and standing in: The psychology of control in America and Japan. *American Psychologist*, **39**, 955-969.

註

- 1) 今回の研究で用いられている「コントロール」という用語は、「自分の意図した状況(多くの場合、自分にとって望ましい状況)を作り出すこと(Weisz, Rothbaum, & Blackburn, 1984)」と定義する。
- 2) 学業に対する一次的コントロールとは、自分の努力や行動が成績や評価と直接結びついており、自分が努力した分だけ成績や評価が上がると考えることによつて生まれる行動である。学業に対する二次的コントロールとは、良くなかった成績や評価そのものの自分にとっての重要性を下げたり、結果の出来ではなく過程を重視したり、今回はたまたま結果が出なかったのだと考えたりすることである。

Effect of control strategies on emotion in interpersonal relationships

Yuji OGIHARA (*Graduate School of Education, Kyoto University*)

Yukiko UCHIDA (*Kokoro Research Center, Kyoto University*)

Takashi KUSUMI (*Graduate School of Education, Kyoto University*)

This study examined the effect of control strategies on emotion in interpersonal relationships. Previous studies suggested that people have two control strategies (Rothbaum et al., 1982), one is acting on the environment (primary control) and the other is adjusting oneself to the environment (secondary control). Few studies of interpersonal relationships have been done based on this two-process model of control. We found that in situations where people have difficulties in primary control, (1) primary control was related to negative emotions which inhibit positive interpersonal relationships and (2) secondary control was related to positive emotions which promote positive interpersonal relationships. In addition, we revealed that control strategies within interpersonal relationships involved guilt and indebtedness.

Keywords: primary control, secondary control, interpersonal relationship, emotion, two-process model of control.