

子ども怒り場面・不安場面における養育者の対他感情制御の 即時的影響の検討

東京大学大学院教育学研究科 則近千尋

The temporary effect of Parental Strategies for Extrinsic Regulation of Children's anger and anxiety.

Graduate school of Education, the University of Tokyo, NORICHIKA, Chihiro

要約

感情を適応的な状態へ変化させる感情制御は、成人はもちろん、子どもにおいても社会適応・精神的健康の基盤となることが明らかになっている。養育者は子どもの状況や発達段階に応じて、子どもの感情に様々な働きかけをしており、このような養育者からの働きかけの中で、子どもは感情制御を学んでいくとされている。しかし先行研究では養育態度と子どもの感情制御との関連は示されているものの、状況の違いや養育者の働きかけ内容の違いはまだ十分に検討されていない。一方、感情制御研究では相手の感情を制御することを対他感情制御といい、どのように対他感情制御するのかはその内容によって5つに分類されることが理論的に想定されている。そこで本研究では、養育者の対他感情制御と子どもの感情場面に着目し、子どもの感情場面ごとに養育者の対他感情制御方略を測定し、各方略とその場の子どもの感情の変化の関連を検討した。

【キー・ワード】 感情制御, 養育態度, 対他感情制御, 怒り, 不安

Abstract

People regulate their own emotion to adjust the situation. Emotion regulation support to cope with difficulties and to create and maintain social relationship. Actually, parent regulate not only their own emotion, but also regulate children's emotion. It is suggested that children learn how to and when to regulate their own emotion from parental extrinsic regulation to children's emotion. However, most of the interest has been limited to parental attitude in previous study, and there is little research that focus on how to and when to parent to extrinsic regulate children's emotion. This study's purpose is measure how parents regulate their children's negative emotions, and examine the relationship between children's emotional reaction and parental strategies for extrinsic regulation of children's emotion (fear/anger).

【Key words】 Emotion Regulation, Parental attitude, Extrinsic emotion regulation, Anger, Anxiety

問題と目的

感情制御とは、「感情経験・感情表出を変化させる一連のプロセス」(Gross, 1998)である。ストレス状況下で安心が脅かされるような感情経験や、対人場面において他者の期待・社会規律にそぐわない感情経験・感情表出を変化させる感情制御は、困難に立ち向かう力や対人関係を築く力に大きく影響している (Saarni, 1990; Denham, Bassett, & Wyatt, 2014)。感情制御研究自体は、成人を対象とした研究を中心に発展してきた分野であるが、成人だけでなく子どもにおいても社会適応・精神的健康の基盤となることが明らかになっており教育現場でも注目を集めている(Eisenberg et al., 2001)。

感情制御発達と対他感情制御

子どもが状況や文化に応じた感情制御を学んでいく上で、最も大きな影響を持つとされているのが養育者である。実際の子育て場面を考えると、子どもの感情に対する養育者の働きかけは様々である。例えばお菓子で気をそらすことで子どもの悲しみを和らげたり、どうしたら怖くならずにすむか子どもと一緒に問題解決を考えたり、そんなに怒るなと諫めたりしている。このように具体的な感情制御の仕方を感情制御方略といい、自分の感情ではなく相手の感情を制御することを対他感情制御 (Thompson, 1993; Thompson, 2014; Gross, 2014) という。子どもは親の対他感情制御から、感情制御方略の具体的なスキルや、各感情制御方略が必要な場面を学んでいくことが多くの研究で示唆されている (Hofmann, Carpenter & Curtiss, 2016)。

養育研究における問題点

もちろん養育研究においても、子どもの感情制御発達における養育者の働きかけの重要性は十分に示されてきた。しかし先行研究は養育態度など養育者の信念に焦点が当てられ、冷たい養育者と暖かな養育者という大まかな2分類に議論が終始しており、このような養育者の具体的な働きかけの内容の違いや、状況の違いについては十分に検討されてこなかった。実践的な知見を得るには、どのような場面でどのように働きかけるのが、子どもの成長を促すのか、子どもの感情に対する養育者の働きかけを詳細に検討する必要がある。そこで本研究では、対他感情制御方略と子どもの感情の種類に着目した。

感情制御方略

一口に感情制御といっても、気を紛らわせたり、問題解決することで感情制御したり、我々は場面に応じて様々な方法を使い分けている。このような具体的な感情制御のしかたを感情制御方略といい、Gross (1998) は感情生起プロセスにしたがって、感情制御する方略を5分類している。(a) そもそも感情生起する原因となる状況を避ける・選択することで感情経験を変化させる状況選択方略、(b) 感情を生起させる状況を変化させることで経験する感情を変化させる状況修正方略、(c) 感情を生起させる状況から注意をそらす(またはあえて注意を向ける)ことで感情経験を変化させる注意の方向づけ方略、(d) 状況に対する考え方・捉え方を変化させることで感情経験を変化させる再評価方略、

(e) 感情経験ではなく、感情表出を変化させる表出抑制方略である。場面に応じた方略を使用することが適応に重要である可能性が近年議論されている (Shiota & Kalat, 2018)。養育者は場面に応じた感情制御方略の使用を子どもに対外的に促しており、その対他感情制御を通して子どもは場面や文化に応じた感情制御方略を具体的に学んでいくと考えられる。

感情場面ごとの違い

同じ養育者であっても、たとえば怒る子どもと不安がる子どもとでは、子どもへの働きかけは異なる (O'Neal & Magai, 2005; Guo et al., 2017)。養育者が子どもの感情にどのように向き合うのかを明らかにするには、子どもの感情場面ごとに検討する必要がある。子どもが経験する感情は様々あるが、本研究ではその中でも怒りと不安を扱う。怒り・不安はそれぞれ外在化問題・内在化問題と強く関連しており (Guo et al., 2017; 藤原・濱口, 2015)、怒り・不安を適応的な状態に感情制御することは子どもの精神的健康に不可欠といえる。

本研究の目的

以上より本研究では、子どもの怒り感情場面・不安感情場面における養育者の対他感情制御方略に着目することで、子どもの感情別に養育者の対他感情制御を詳細に捉え、子どもの感情をどのように支えているのかを明らかにすることを目的とする。本研究では実際の親子相互作用を観察し、養育者の対他感情制御がその場の子どもの感情にどのような変化を及ぼすのか検討する。

本研究の仮説

本研究では以下の3つの仮説を検討する。

仮説1 「感情場面によって、母親の対他感情制御方略使用に違いがある。」

仮説2 「感情場面によって、母親の各対他感情制御方略の効果は異なる。」

仮説3 「子どもの応答の有無によって、母親の対他感情制御方略の効果は異なる。」

方 法

参加者

3-6歳児およびその養育者の母子ペア9組（男児6名、女児3名：平均月齢54.56ヶ月）が参加した。首都圏内の保育園および幼稚園10園を通してチラシを配布し、研究参加者を募った。参加者はチラシに記載されたアンケートフォームURLにアクセスし、連絡先や希望連絡日・希望調査日を入力した。数日以内に研究者から電話があり、電話で調査内容の詳しい説明を受けたのち、調査日程を調整した。

調査手順

実験室にて、怒り葛藤場面・不安母子分離場面での親子相互作用の観察と、母親を対象にしたイン

タビュー調査を行った。なお中間報告書時点では、子どもへの負担を考慮し、実験参加者には怒り喚起場面もしくは不安喚起場面のどちらか一方のみに参加してもらう予定だったが、感情場面による親子相互作用の違いに着目する本研究の目的を考え、全参加者に怒り葛藤場面・不安母子分離場面の両方に参加してもらった。それに伴い、各感情場面の内容もより子どもに負担の少ないものに変更し、母親が子どもへの負担が大きいと判断した場合には即座に調査を中断することを伝えてから調査を行った。

母子来室後、まず母親に本研究の目的と調査内容について改めて説明した。特に怒り葛藤場面・不安母子分離場面については詳細に説明し、参加者の意志で場面ごとにスキップができることと、調査は途中で中止することができることを伝えた。母親の調査参加了承を得たのちに不安母子分離場面を観察し、その後子どもは実際に実験室を移動し母親とは別室で課題をしてもらった。その間に母親にはアンケート記入を求め、フェイスシートや子どもの気質などを回答してもらった。その後、子どもが別室から戻り、母子揃ったところで怒り葛藤場面を観察した。最後に母親と怒り葛藤場面・不安母子分離場面のビデオを見ながら振り返ってもらい、各感情場面での母子相互作用についてインタビューを行った。その間、子どもは調査補助者と遊んでももらった。

不安母子分離場面

調査者が子どもに「5分後にお母さんなしで、〇〇ちゃんだけで別のお部屋に来て欲しい」と伝えて退室した後の5分間と、その後調査者が実験室に帰ってきて子どもが別室に向かうまでの場面を不安母子分離場面として観察した。実験室には母子二人のみで、室内にはスケッチブックとクレヨン、ビー玉を転がすおもちゃが置かれていた。

怒り葛藤場面

まず子どもの前で、調査者がプッシュオープン式の箱から鍵を取り出し、透明な鍵付きアクリル箱を開いて見せ、子どもにも同じことをやってみよう促した。子どもがプッシュオープン式の箱から鍵を取り出して鍵付きアクリル箱を開けられることを確認したら、子どもに5枚のシールを見せて一番好きなシールを選ぶよう指示した。次に子どもが選んだシールを透明アクリル箱に入れて鍵を閉め、子どもにアクリル箱を持たせた。その隙に調査者は子どもに分からないように鍵をすり替え、違う鍵をプッシュオープン式の箱に入れた。その後、調査者は「用事があってお部屋を出なきゃいけないんだ。この箱は私がこの部屋からいなくなったら開けていいよ。私がドアを閉めるまでは開けないでね」と子どもに教示し退室した。5分後、調査者は間違えて違う鍵を箱に入れてしまったことを子どもに謝り、正しい鍵を子どもに渡し、アクリル箱の中に入っていたシールをあげた。

調査者が部屋を退室してからの5分間と、調査者が帰ってきて子どもが機嫌を直すまでの時間を怒り葛藤場面として観察した。不安母子分離場面同様、実験室には母子二人のみで、室内には課題の箱以外にスケッチブックとクレヨン、ビー玉を転がすおもちゃが置かれていた。

母親へのインタビュー

ビデオを見ながら、母親から見た子どもの情動変化と子どもへの対他感情制御を確認した。また日常生活においても同様の対他感情制御を行っているのかどうかについても聞き取りを行った。

質問紙

子どもの月齢、きょうだい構成などのフェイスシート項目と、子どもの気質として主観的感情特性尺度（平井，2016）のうち、怒り気質・不安気質の項目の主語を「私は」から「私の子どもは」に変更して回答を求めた。

親子相互作用場面の測定変数

ビデオ記録をもとに、母親の対他感情制御の各方略使用回数、母親の対他感情制御に対する子どもの応答の有無、子どもの感情表出の変化を測定した。また子どもの感情表出の他に、ネガティブ感情を制御して次の行動に切り替えるまでの時間を子どもの感情制御の効果として測定した。

母親の対他感情制御方略使用回数

対他感情制御の定義を元に、観察された母親の対他感情制御行動を以下の5つに分類した。A) 状況選択：ネガティブな感情にさせる状況から距離を取らせようとする働きかけを分類した。例えば、「嫌だったらすぐに帰っておいで」という言葉かけなどがここに含まれる。また各感情場面の課題をスキップしたいと申し出があった場合にも状況選択として分類する予定だったが、本調査ではそのような申し出は無かった。B) 状況修正：ネガティブな感情にさせる状況を変えようとする働きかけや問題を解決しようとする働きかけを分類した。例えば、お気に入りのおもちゃを持たせて別室に送り出す働きかけや、どうやったら箱が開くか一緒に考える言葉かけがここに含まれる。C) 注意の方向づけ：ネガティブな状況とは違うものに注意を向けさせようとする働きかけを分類した。例えば、他のおもちゃで遊ぶよう促す働きかけなどがここに含まれる。D) 認知的変化：状況に対する考え方や感じ方を変えようとする働きかけを分類した。例えば「おねえさんと別のお部屋でどんなゲームするんだろうね」といった言葉かけが含まれる。E) 表出抑制：子どもの表出を抑えるよう促す働きかけをここに分類する予定だった。しかしながら本調査では観察されなかった。

子どもの応答

観察された母親の対他感情制御方略1つ1つに対して5秒以内に子どもの応答があったか否かを記録した。

子どもの感情表出の変化

ビデオ記録を元に子どもの表情変化を-3（強いネガティブ表出）～3（強いポジティブ表出）点の間で逐一記録したのち、母親の対他感情制御から5秒以内に子どもの感情表出評定に変化があったかどうかを新たに算出し分析に用いた。

感情切り替えに要した時間

不安母子分離場面では、戻ってきた調査者の呼びかけに応じて別室へ移動するまでに要した時間を、怒り葛藤場面では戻ってきた調査者の謝罪を受け入れ笑顔でシールを受け取るまでに要した時間を測定した。

結果と考察

記述統計量

各変数の記述統計量を表 1 に示す。母親の対他感情制御のうち、9 組全てで観察されなかった方略は空欄となっており、空欄のある状況選択方略と表出抑制方略は以降の分析からも除外した。

表 1 記述統計量

	平均値	標準偏差	最小値	最大値
月齢	54.56	11.98	39	73
怒り気質	8.11	2.20	6	12
不安気質	7.22	2.99	4	11
怒り制御に要した時間 (秒)	23.67	25.68	0	82
不安制御に要した時間 (秒)	31.00	49.45	0	151
怒り場面の親対他感情制御回数				
状況選択	-	-	-	-
状況修正	4.11	3.33	0	9
注意の方向づけ	0.33	0.71	0	2
認知的変化	0.44	0.53	0	1
表出抑制	-	-	-	-
子どもからの応答	3.44	4.25	0	13
不安場面の親対他感情制御回数				
状況選択	0.11	0.33	0	1
状況修正	1.56	2.07	0	5
注意の方向づけ	0.22	0.44	0	1
認知的変化	3.44	3.68	0	10
表出抑制	-	-	-	-
子どもからの応答	2.44	2.83	0	8

順位相関分析

各変数の順位相関係数との関連を表 2 に示す。子どもの月齢および気質は、各感情場面での感情の切り替えに要した時間との間に特に関連を示さなかった。母親からの各対他感情制御方略と子どもの月齢、気質との関連を見たところ、有意な相関は限られているものの全体的に月齢と各方略の回数との間に負の相関が示されており、特に不安母子分離場面の認知的変化方略との間には有意な負の相関が示されている ($r = -0.71, p < .05$)。これは子どもの成長に伴い、子ども自身で感情制御するよう親から感情制御の足場かけが減っているためだと考えられる。一方で、怒り葛藤場面で有意傾向ではあるが、

認知的変化方略と月齢の間に正の相関が示された（怒り： $r=.62, p<.10$ ）。認知的変化は感情制御方略の中でも特に認知的負荷が大きく、その使用にはある程度の認知機能の発達が必要になるため（McRea et al., 2012）、年少の子どもにはあまり使われなかったためだと考えられる。

次に、各対他感情制御方略と感情の切り替えに要した時間との間の相関関係を見たところ、怒り葛藤場面では、母親からの対他感情制御方略のいずれも感情の切り替えに要した時間との間に有意な関連は示されなかった。しかし不安母子分離場面の状況修正方略との間には有意な正の相関が示され（ $r=.71, p<.05$ ）、不安な状況をどのように解決するか教えたり、一緒に考えたりする働きかけが多いほど、子どもが不安な状況に対応するまでに時間がかかることが示された。

表2 各変数の順位相関係数

	月齢	怒り 気質	不安 気質	怒り葛藤場面				不安母子分離場面						
				修正	注意	認知	切り 替え	選択	修正	注意	認知	切り 替え		
月齢	1.00													
怒り気質	.13	1.00												
不安気質	.37	.28	1.00											
怒り葛藤場面														
状況修正	-.34	.06	.36	1.00										
注意の方向	-.37	-.07	-.74*	-.01	1.00									
認知的変化	.62 ⁺	-.04	-.13	-.04	.00	1.00								
切り替え時間	-.24	.28	-.11	-.23	-.27	.00	1.00							
不安母子分離場面														
状況選択	-.14	.07	-.07	.49	-.19	.40	.14	1.00						
状況修正	-.27	-.07	-.15	-.31	-.18	-.23	.18	.29	1.00					
注意の方向	.00	.11	.05	.37	-.28	.06	-.10	.66 ⁺	-.05	1.00				
認知的変化	-.69*	-.01	-.22	.45	.21	-.57	-.10	.28	-.03	.63 ⁺	1.00			
切り替え時間	-.04	.14	-.14	-.54	-.32	-.30	.27	.14	.71*	.31	.16	1.00		

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

χ²検定

本研究の仮説1「感情場面によって、母親からの対他感情制御には使用する方略に違いがある。」を検証するため、感情場面と、母親からの各対他感情制御方略の回数とのχ²検定を行った（表3）。その結果、各セル間に有意差があることが示され（ $\chi^2=27.22, df=3, p<.01$ ）、さらに残差分析を行ったところ怒り葛藤場面では一緒に問題解決しようとする状況修正方略が多く（ $p<.01$ ）、認知的変化方略が少ないことが示され（ $p<.01$ ）、一方不安母子分離場面では状況修正方略が少なく（ $p<.01$ ）、認知的変化方略が多いことが示された（ $p<.01$ ）。以上より仮説1は支持された。

表 3 感情場面×対他感情制御方略のクロス集計表

	母親からの対他感情制御方略				合計
	選択	修正	注意	認知	
怒り場面	0	38 **	2	4 **	44
不安場面	1	12 **	1	21 **	35
合計	1	50	3	25	79

** $p < .01$

次に仮説 2 「感情場面によって、母親の各対他感情制御方略の効果は異なる。」を検証するため、感情場面と、母親からの対他感情制御後の子どもの表出の変化の有無との χ^2 検定を行ったところ、各セル間に有意な差は見られなかった ($\chi^2=0.22, df=1, ns$)。以上より、仮説 2 は支持されなかった。

また仮説 3 「子どもの応答の有無によって、母親の対他感情制御方略の効果は異なる。」を検証するため、子どもの応答の有無と、子どもの表出変化の有無との χ^2 検定を行ったところ、各セル間に有意な差は見られなかった ($\chi^2=0.19, df=1, ns$)。以上より、仮説 3 も支持されなかった。ただし子どもの応答数については感情場面との χ^2 検定を行ったところ有意差が示され (表 4 : $\chi^2=13.43, df=1, p<.01$)、怒り葛藤場面は子どもの応答が有意に多い ($p<.01$)。一方で、不安母子分離場面では子どもの応答の有無の回数の差は小さく、怒り場面と比べると親の対他感情制御に子どもの応答が無い回数が有意に多いことが示された ($p<.01$)。

表 4 感情場面と子どもの応答の有無のクロス集計表

	子どもの応答		合計
	無し	有り	
感情場面 怒り場面	5 **	39 **	44
不安場面	17 **	18 **	35
合計	22	57	79

** $p < .01$

そこで感情場面別に、親の対他感情制御方略とそれに対する子どもの応答の有無との χ^2 検定を行ったところ有意差が示され (表 5 : $\chi^2=13.43, df=1, p<.01$)、不安母子場面では状況修正方略に対して子どもの応答が有意に多く ($p<.01$)、認知的変化方略に対しては子どもの応答が無いことが有意に多いことが示された ($p<.01$)。

表 5 不安母子分離場面における、母親の対他感情制御子どもの応答の有無のクロス集計表

母親の対他制御方略	子どもの応答		合計
	無し	有り	
状況修正	3 *	9 *	12
認知的変化	13 *	8 *	21
合計	16	17	33

* $p < .05$

総合考察

本研究では、子どもの怒り感情場面・不安感情場面における養育者の対他感情制御方略に着目し、感情場面による養育者の対他感情制御方略使用の違いと、子どもの感情への即時的な影響を検討した。その結果、養育者の対他感情制御は感情場面間に違いがあり、子どもの怒り場面では一緒に問題解決しようとする状況修正方略が多く、不安場面では再評価方略が多いことが示された。また子どもの応答の有無が子どもの感情表出の減少に与える影響は示されなかったが、不安感情場面では一緒に問題解決を図る状況修正方略へは子どもも応答しやすく、不安な状況への考え方や感じ方を変えようとする認知的変化方略に対しては子どもの応答が少ないことが示された。認知的変化方略への子どもの応答の少なさについては、先述した通り、認知負荷が高い方略のため年齢の低い子どもには応答しづらいことに加え、養育者は子どもの年齢・応答にかかわらず一貫して認知的変化方略を使用していることが養育者の語りから得られている(表6)。このような対他感情制御を早い時点から受けることで、だんだん子どもも親の対他感情制御を受けながら認知的感情制御方略を使えるようになり、最終的には自力で認知的変化方略を使えるように発達していく可能性がある。

表6 不安場面での認知的変化方略と子どもの応答についての語り

子年齢	語り内容
6歳女児	(予防接種時の様子について) 去年までは泣きっぱなしだったが、今年は病院の先生と「1秒だけ」と約束して注射を受けられた
4歳男児	年齢と共に言葉の理解が進み、納得できるような説明が使えるようになった
4歳男児	ここ最近の前もって言うておくと子どもからリアクションが返ってくるようになった。だんだん子どもの耳に届くようになった

また相関分析では、不安母子分離場面での母親からの状況修正方略が多いほど、子どもが感情を切り替え別室に向かうまでの時間が長くなっているが、これは子ども自身が不安な気持ちに向き合う方法を教え、実際にそれを使う時間を確保してから別室に向かうケースが多かったためだと考えられる。その例として以下に1ケース紹介する。

表7 不安場面での状況修正と、切り替え所要時間の多いケース

A親子（4歳男児）	
不安場面での切り替え所要時間	19秒
不安場面での状況修正	研究者の呼びかけに応えず別室に行こうとしない子どもに対して「じゃあこれ持って行こう、この鍵を持っていけばいいよ」「これも持っていきな」
インタビューでの語り	不安な場面では時間をかける

最後に本研究の限界として2点述べる。1点目はケース数の少なさである。本研究の分析結果は9組の参加者の観測データに基づくものであり、その結果の解釈を一般の親子に汎化するのには注意が必要である。より正確な分析結果を得るには今後も継続的にデータ収集を続け、サンプル数を増やす必要がある。2点目は子ども自身の感情制御能力発達に伴う親からの対他感情制御の効果の減少を考慮できていない点である。今回の分析で親からの対他感情制御の効果が確認できなかった理由の一つとして、すでに自分で感情制御できる子どもは感情の切り替えに要する時間が短く、親からの対他感情制御を受ける必要性も低かったことが考えられる。今後縦断調査を行い、子どもの感情制御の発達を促す親の対他感情制御の長期的影響を検討することは今後の課題とする。

引用文献

- Denham, S. A., Bassett, H. H., & Wyatt, T. (2014). Chapter25: The socialization of emotional competence. In J. E. Grusec, & P. D. Hastings (Eds.), *Handbook of socialization: Theory and research* (pp. 590-613) Guilford Publications.
- Eisenberg, N., Gershoff, E. T., Fabes, R. A., Shepard, S. A., Cumberland, A. J., Losoya, S. H., . . . Murphy, B. C. (2001). Mother's emotional expressivity and children's behavior problems and social competence: Mediation through children's regulation. *Developmental Psychology, 37*(4), 475.
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology, 2*(3), 271-299. doi:10.1037/1089-2680.2.3.271
- Guo, J., Mrug, S., & Knight, D. (2017; 2016). Factor structure of the emotions as a child scale in late adolescence and emerging adulthood. *Psychological Assessment, 29*(9), 1082-1095. doi:10.1037/pas0000412
- 平井花. (2016). 主観的感情特性尺度の作成: 基本感情に基づく感情特性尺度の信頼性・妥当性の検討. *人文, (15)*, 83-97.
- Hofmann, S. G., Carpenter, J. K., & Curtiss, J. (2016). Interpersonal emotion regulation questionnaire (IERQ): Scale development and psychometric characteristics. *Cognitive Therapy*

and Research, 40(3), 341-356. doi:10.1007/s10608-016-9756-2

藤原健志, 濱口佳和. 高校生における聴くスキルと外在化問題・内在化問題の関連の検討. *カウンセリング研究*. 2015, vol. 48, no. 4, p. 228-240.

McRae, K., Gross, J. J., Weber, J., Robertson, E. R., Sokol-Hessner, P., Ray, R. D., John, D. G. & Ochsner, K. N. (2012). The development of emotion regulation: an fMRI study of cognitive reappraisal in children, adolescents and young adults. *Social cognitive and affective neuroscience*, 7(1), 11-22.

O'Neal, C. R., & Magai, C. (2005). Do parents respond in different ways when children feel different emotions? the emotional context of parenting. *Development and Psychopathology*, 17(2), 467-487. doi:10.1017/S0954579405050224

Saarni, C. (1990). Emotional competence - how emotions and relations become integrated. *Nebraska Symposium on Motivation*, 36, 115-182.

Shiota, M. N., & Kalat, J. W. (2018). *Emotion* (3rd ed ed.) Wadsworth Cengage Learning.

