

自己注目がネガティブ経験に対する意味づけに及ぼす影響

—— ソーシャルサポート・出来事を中心性との関連 ——

22001FRM 近藤 葉名

キーワード：挫折、肯定的意味づけ、自己注目

I. 問題と目的

ネガティブな出来事の一つである挫折は、青年期後期の約 7 割が経験しており（神原, 2009）、何等かの挫折によって動機付けを全く失ってしまうこともある（梶田, 1995）。しかし、ネガティブな経験の肯定的な意味づけと主観的 well-being とは正の関係が示されている（羽鳥・小玉, 2006）など、ネガティブな経験をしたとしても、その経験に何らかの肯定的な意味を見出すことができるのと内的な適応へ繋がると考えられる。以上のことから、肯定的な意味づけに影響を与える要因を検討することは重要だろう。

大石・岡本（2010）は、自身への直面化を経ることで肯定的あるいは否定的な意味づけを生成すると述べている。自身への直面化には、自分自身への考えを巡らす自己注目が含まれるのではないだろうか。自己注目には、知的好奇心によって動機づけられる「省察」と、自己への脅威などによって動機づけられる「反芻」がある（高野・丹野, 2008）。熊田・及川（2015）は、否定的な自己への注目が高いほど反芻が高まること、そして否定的および肯定的な自己への注目が省察を高めることを示した。そして上條・湯川（2014）は、省察が直接的に意味づけに正の影響を与えるのに対し、反芻は反芻頻度を介して意味づけに正の影響を示すとしている。では、なぜ反芻を繰り返すことで意味の付与がなされるのだろうか。

渡邊（2020）は、出来事を中心性（以下、CES）が高いほど、出来事に対する肯定的意味が見出されることを示している。CES とは、ストレスフルな出来事が自己にとって核をなす程度を指す（Berntsen & Rubin, 2006）。したがって、自己注目をする中で、自己における出来事の重要性に影響を与えるのではないだろうか。また、浦崎・森川（2019）は、周囲からのサポートを認知するこ

とが意味の付与に正の影響を与え、外傷後成長に繋がることを示している。山越・土屋（2020）は、省察が高い者は他者からのサポートを受け入れるのに対し、反芻が高い者は劣等感から他者に必要とされない感覚をもつことを示している。以上のことから、自己注目とソーシャルサポート（以下、SS）との関連も肯定的な意味づけに影響を及ぼしているのではないだろうか。

しかし、自己注目が肯定的な意味づけに影響を与える過程において、CES や SS との関連は十分に検討されていない。そこで、本研究では青年期の自身の挫折に対する意味づけに着目し、自己注目の影響を検討することを目的とする。

II. 研究 1

1. 目的

挫折に対する意味の付与に対して、自己注目や CES、そして SS がどのように影響を及ぼしているのかを実証的に検証することを目的とする。仮説は以下の通りである。自己への直面化を経て意味づけを生成するのであれば、「意味の付与」に対して「省察」は正の、「反芻」は負の影響を与えるだろう（仮説 1）。また、「省察」および「反芻」は「CES」を介すことで「意味の付与」に正の影響を与えるだろう（仮説 2）。そして、「SS」に対し「省察」は正の、「反芻」は負の影響を与え、「SS」が「意味の付与」に正の影響を与えるだろう（仮説 3）。

2. 方法

1) 調査対象者 大学生・大学院生 181 名（男性 37 名、女性 143 名、答えたくない 1 名、平均 20.07 歳、 $SD=1.44$ ）が分析の対象者であった。

2) 質問紙構成 ①挫折経験のカテゴリ選択と経過年数、②出来事中心性尺度日本語版（松本, 2022）、③ストレスに対する意味の付与（宅, 2005）、④RRQ 日本語版（高野・丹野, 2008）、⑤

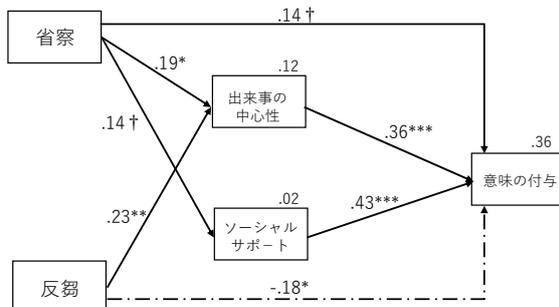
大学生用ソーシャルサポート尺度（片受・大貫，2014），⑥フェイスシート（学年，年齢，性別），⑦面接調査への依頼（なお，挫折経験がない者に対しては，②以降において，挫折した場合を想定した回答を求めることとした）から構成された。

3. 結果・考察

挫折あり群となし群に分け，共分散構造分析を行った。以下は，あり群における検証結果を示す（Figure1）。まず，仮説1の検証の結果，反芻は意味を見出しにくくすることが示唆された。そして，省察はネガティブな状況では機能しにくくなる（高野・丹野，2010）ことから，省察が及ぼす影響は傾向となったのだろう。次に，仮説2において，反芻が精神的な不適応を促進させる一方で，反芻をする中でも意味づけを試みることで精神的な健康が促進される（浅見・五十嵐，2019）を支持する結果となったと考えられる。したがって，反芻をしながらも自身の人生にその出来事を位置づけることで，肯定的な意味づけを促進させることができるのだろう。そして，仮説3において，SSが意味の付与に影響を与え，自己注目の中でも省察がSSに影響を与える可能性が示唆された。挫折によりSSという外的な資源が得られやすい状況であったことから，自己注目による影響がみられにくかったのだろう。

さらに，挫折カテゴリ別での検証の結果，肯定的な意味づけに影響を及ぼす要因が異なることが示唆された。したがって，挫折カテゴリにより，意味の付与へ影響を及ぼす要因を検討する必要性が示唆された。

Figure1
挫折あり群におけるパス図



$\chi^2 = .084, df = 2, p = .959, GFI = 1.000, AGFI = .998, CFI = 1.000, RMSEA = .000.$
 $\dagger p < .10, * p < .05, ** p < .01, *** p < .001.$
 注1) 実線は正の影響，破線は負の影響を示す。
 注2) 有意でなかったパスおよび誤差変数は省略した。

III. 研究 2

1. 目的

半構造化面接によって語られる挫折経験から，挫折の意味づけに至る過程において，各挫折カテゴリに共通する要因および相違点について質的に検討することを目的とする。

2. 方法

1) 調査対象者 研究1の対象者の内，挫折あり群であった大学生6名（女性6名，平均19.67歳， $SD = 0.94$ ）が面接の対象者であった。

2) 質問構成 ①挫折の内容，②挫折による影響，③挫折の捉え方，④サポート，⑤現在の意味づけ，⑥感想から構成された。

3. 結果・考察

KJ法による結果，「人間関係のこと」では，〈傾聴〉というサポート，そして「継続してきたこと」では，〈家族〉からのサポートが認識されやすい可能性が示され，〈道しるべ〉となるサポートが得られたことや，〈救われた感覚〉が得られることが示唆された。また意味づけのきっかけでは，「学業のこと」や「人間関係のこと」では，「継続してきたこと」とは異なり，〈環境との出会い〉や〈同士との出会い〉を機に見つめ直しが行われ，肯定的に捉えられるようになったという語りが見られた。一方，「継続してきたこと」でも肯定的な意味づけが得られていることから，自己の見つめ直しをきっかけとしなくても，肯定的な意味づけを見出すことができることが示唆された。

IV. 総合考察

研究1より，反芻が直接，意味の付与に負の影響を与えるものの，人生に位置づけることで正の影響を与えること，SSは自己注目による影響は少ないものの，SSも意味の付与に影響を与えることが示唆された。また，研究2より，SSが意味の付与に間接的に影響を与える可能性や，挫折カテゴリによって，自己注目による意味づけへの影響が異なることが示唆された。したがって，SSによって負の感情が緩和されること，反芻をしながらも人生に重要であると捉えられたり，自身の境遇を活かされたりできる環境が，意味づけを促進するうえで重要である可能性が示唆された。