

# 青年期のストレス体験が自我同一性に与える影響

—レジリエンスと外傷後成長に着目して—

14014PCM 山本麻悠

## 問題

Erikson (1959 小此木訳編 1973) は自我が特定の社会的現実の枠組みの中で定義されている自我へと発達しつつあるという確信の感覚を「自我同一性」であると定義している。宅 (2010) は、Erikson が青年期の正常な発達過程における「危機」が有する意義に注目していたと述べており、そもそもアイデンティティの形成への歩み自体が危機との出会いによって引き起こされるものであり、危機は展開へも退行へも行く分岐点、転機としての特徴を有するものであるとしている。そして、個体と環境の発展的な相互作用の過程で生じる種々の葛藤や不安の中で発達への新しい機会を提供し、自我機能の拡大をもたらすような危機が上述の危機であるとしている。安部 (2014) は、東日本大震災の被災者である中高生を対象とした調査で、震災を経験した中高生に、継続して役割を果たしていくなかで自分自身を捉えなおしていくさまが多く見られ、自己アイデンティティ形成に繋がっていることを示唆している。内的に喚起される葛藤や不安のみならず、外的な環境からもたらされる外傷体験も、宅のいう、自我機能の拡大をもたらすような危機となりうることもあり、自我同一性の形成に影響を及ぼすと考えられる。

外傷後成長 (Posttraumatic Growth) は、外傷的な体験、すなわち非常に困難な人生上の危機及びそれに引き続く苦しみの中から、心理的な成長が体験されることであり、外傷後成長は、結果のみならずプロセス全体を指すと定義されている (Tedeschi&Calhoun, 2004 宅訳 2010)。また、宅 (2010) は、外傷後成長に含まれる外傷という用語が、ストレスの高い出来事から、ライフイベント、危機的な出来事までさまざまな内容がふくまれており、むしろ客観

的にどのような内容の出来事が体験されたかというよりは、主観としてその衝撃の強さがどのように体験されたかに重点が置かれるという特徴を挙げている。また、同じストレス状況にあっても、その捉え方や精神的に受ける衝撃には個人差がある。小塩・中谷・金子・長峰 (2002) はレジリエンスの状態にある者を“困難で脅威的な状況にさらされることで一時的に心理的不健康の状態に陥っても、それを乗り越え、精神的病理を示さず、よく適応している者”と定義し、ネガティブなライフイベントを経験してもそれを糧とし乗り越えていくプロセスの理解に、この概念を用いている。

## 研究 1

### 1. 目的

質問紙調査による数量的な分析によって、外傷後成長とレジリエンスが自我同一性の確立に影響を与えていることを明らかにすることを目的とする。また、外傷後成長とレジリエンスのどの下位尺度が自我同一性の確立に影響しているのかについて検討する。

### 2. 方法

調査対象：A 県内の私立大学に在籍する 172 名 (男性 27 名、女性 145 名) を対象に質問紙法調査を行った。

質問紙の構成：質問紙は、自我同一性を測定する尺度、レジリエンスを測定する尺度、外傷後成長を測定する尺度、フェイスシート、面接調査への協力依頼、面接調査への協力を同意した場合の連絡先記入欄の 6 つの部分で構成された。

### 3. 結果と考察

「肯定的な未来志向」は、「自己同一性・連続性」( $\beta=.36, p<.001$ )、「対自的同一性」( $\beta=.62, p<.001$ )、「対他的同一性」( $\beta=.41, p<.001$ )、「心理社会的同一性」( $\beta=.66, p<.001$ ) のすべてに対して正の影響がみられた。「感情調整」

は、「自己斉一性・連続性」( $\beta=.23, p<.001$ )に対してのみ、正の影響がみられた。「新奇性追求」から自我同一性に対しては影響がないことが示された。

## 研究 2

### 1. 目的

生活上の危機状態を体験した青年が自我同一性を確立するプロセスを質的に検討する。危機状態を乗り越えるプロセスとその後にもたらされる外傷後成長が、自我同一性にどのように影響しているかということ、具体的な語りから探索的に検討する。

### 2. 方法

調査対象：16名（女性13名，男性3名）。質問紙に回答した者のうち、個別の面接調査への協力に同意した協力者に対して、個別に半構造化面接を行った。質問紙調査の結果から、自我同一性、精神的回復力、外傷後成長のそれぞれについて、平均より得点が高い群と平均点より得点が低い群に分けた。高群は9名（女性8名，男性1名）、低群は7名（女性5名，男性2名）であった。

### 3. 結果と考察

ストレス体験として挙げられた語りは、男性では授業やその課題について、女性では対人関係に関するものが多く見られた。宅(2010)は、外傷的な出来事の直後は、ネガティブな認知プロセスである侵入的思考が優位となることが多いとしている。また、宅(2010)は、外傷後成長モデルでは、その侵入的思考が遅かれ早かれその性質を変え、意図的思考となることを仮定していると述べている。本研究では、ストレス体験を乗り越えるまでのプロセスに、パーソナリティと、重要な他者から受容されているという感覚が影響していることが示唆された。パーソナリティの特徴としては、ネガティブな情緒にとらわれず、未来志向が高いということが挙げられる。重要な他者からの受容とは、親や友人、先生のような重要な他者との関係の中で自身に対する肯定的な評価を聞くことや、話を聞いてもらえる感覚、理解してもらっているという感覚を得ることである。小林・浅川(2011)

は、友人関係性尺度とレジリエンス尺度について、各得点間の相関を分析した結果、友人関係における「親密性」と「レジリエンス総合」に高い正の相関がみられたとしている。レジリエンスが高い者は、対人関係において他者との親密性が高く、ストレス体験に陥った際にも他者との親密性を維持し、受容されている感覚を得やすいと考えられる。

### 総合考察

研究1では、質問紙調査による数量的な分析によって、外傷後成長とレジリエンスが自我同一性の確立に影響を与えていることを明らかにすることを目的とした。研究2では、危機状態を乗り越えるプロセスとその後にもたらされる外傷後成長が、自我同一性にどのように影響しているかということ、具体的な語りから探索的に検討することを目的とした。

研究1では、肯定的な未来志向は、自我同一性のすべての下位尺度に対して有意な正の効果が見られた。感情調整は、自己斉一性・連続性に対してのみ、有意な正の効果がみられた。

研究2では、ストレス体験を乗り越える上で、ストレス体験によって生じた侵入思考が意図的思考に至るプロセスに、“パーソナリティ”と“重要な他者からの受容”という要素が大きく関わっていることが示された。さらに、意図的思考からは、外傷後成長や肯定的な未来志向が生じると考えられる。この結果を、研究1の“肯定的な未来志向は自我同一性に有意な正の効果がある”という結果と統合すると、ストレス体験からの立ち直りのプロセスの中で獲得されたレジリエンスの1つの要素である肯定的な未来志向が、自我同一性の確立に影響を及ぼしていることが推察される。

さらに、研究2においては、パーソナリティとしてのレジリエンスと、生活の中で獲得されたレジリエンスの両方が抽出された。その中で、パーソナリティとしてのレジリエンスも過去に獲得されたものであるという語りがみられた。過去に身に付けたレジリエンスの感覚を、次のストレス体験への対処に用いることができると言える。