

重要な他者が肯定的意味づけに与える影響について

—自己変容に着目して—

15008PCM・齋場 芽以

問題と目的

近年、ストレスフルな体験からの適応過程を説明する上で重要視されているのが、生成された意味に至るまでの意味づけの過程である。堀田・杉江（2011）は、どのような意味づけの過程を経るかによって、その後の適応や自己の変容への影響が異なることを明らかにしている。また、大石・岡本（2010）は挫折経験の肯定的意味づけまでの心理的推移について、他者からの支えや認められることにより自信を回復し、その後の目標の明確化や現実可能性の考慮の段階に移ると示唆している。羽鳥・小玉（2012）は、困難事態に対する肯定的再評価をラベリングの観点で捉えることは不十分であり、単純に感情を切り離すために行われる認知的対処とは内容の異なる肯定的再評価の成分を同定する必要がある。この新しい意味づけを「積極的困難受容」と命名し、ラベリングに基づく意味づけと区別して検討する必要があると述べている。以上のことから、挫折時に他者から支えられることや認められることは自己に対して、なんらかの影響をもたらしているのではないかと考えられる。本研究では質問紙によって、重要な他者の存在が、肯定的意味づけと自己概念の変化に影響をもたらすのかを検討することを研究1の目的とする。研究2では半構造化面接を行い、重要な他者のどのような関わりが、積極的困難受容を高め、自己概念はどのように変化するのかを検討することを目的とする。

研究1

1. 目的

研究1では、質問紙調査による量的な分析によって、重要な他者が積極的困難受容と自己概念の変化に与える影響を明らかにすることを目的と

する。

2. 方法

調査対象者：A大学に通う健康な学生 312名（男性 69名，243名，平均年齢 20.4歳）を対象に質問紙法調査を行った。

質問紙構成：①積極的困難受容尺度（羽鳥・児玉，2012）②ストレス体験を通じた自己概念の変化尺度（福岡，2008）③重要な他者の意味尺度（石井・竹澤，2011）④フェイスシート⑤調査面接に対する協力依頼のための連絡先記入欄とした。手続き：授業時間内の一部で質問紙を配布し、集団で質問紙調査を実施した。

3. 結果と考察

重要な他者との関わりが多い者は、積極的困難受容を高め、ポジティブな自己概念の変化を促すのではないかという仮説の検討を、重回帰分析によって行った。「積極的困難受容」に対して、男子（ $\beta = .36$ ）、女子（ $\beta = .28$ ）共に「情緒・動機関連」に有意な正の効果が見られた。女性の「価値観・行動への影響」では、「成長」（ $\beta = .13$ ）、「否定」（ $\beta = .22$ ）に有意な正の影響が見られた。「情緒・動機関連」は、「感謝」（ $\beta = .19$ ）に対して有意な正の影響が見られた。男性では、「価値観・行動への影響」のみ「感謝」（ $\beta = .22$ ）に有意な正の影響が見られた。女性の「積極的困難受容」では、「成長」（ $\beta = .42$ ）、「感謝」（ $\beta = .40$ ）に有意な正の影響が見られ、また男性でも「積極的困難受容」で、「成長」（ $\beta = .66$ ）、「感謝」（ $\beta = .64$ ）に有意な正の影響が見られた。「否定」に対して負の影響が女性（ $\beta = -.28$ ）では見られ、男性でも「否定」（ $\beta = -.32$ ）に対して負の影響が見られた。これらのことから、男女とも情緒的関わりが多い者は、積極的困難受容

が高まることが示唆された。女性では他者からの情緒的・具体的関わりはポジティブな自己概念の変化をもたらす一方で、具体的介入は自己の否定的な部分も促進されることが示された。また、男性では、具体的介入のみポジティブな自己概念の変化をもたらされていたことがわかり、仮説は一部支持された。男女共に、他者からの情緒的介入は、自身の精神的健康や気分状態の改善を得ることができ、積極的困難受容を高めることができるのではないかと考えられた。

研究 2

1. 目的

研究 2 では、大変だった出来事において、どのように乗り越え、影響を与えてくれた他者からどのような関わりがあり、自己概念がどのように変化したかについて、質的に検討することを目的とする。

2. 方法

面接協力者：26名（女性 23名，男性 3名，平均年齢 20.1歳）を対象とした。

手続き：研究 1 の質問紙に同意し、質問紙に回答した者のうち、個別面接の面接調査への協力に同意した実験参加者に対して半構造化面接を行った。

3. 結果と考察

質問紙調査の結果から、積極的困難受容高群と低群に分け分析を行った。高群・低群それぞれの語りの特徴を図 1, 2 に示す。他者からの肯定的な関わりや受容・共感的関わりといった情緒的介入、また、アドバイスや新たな視点といった具体的介入が多いことは、積極的困難受容が高まることを示唆された。また、自己概念の変化では、両群ともポジティブな変化とネガティブな変化がみられたが、自己の変化についての語りは、高群は低群に比べて語りが多かった。これは、高群はネガティブな出来事を再評価し、ポジティブな面とネガティブな面の両面が含まれていると認知できているということから、自身に対しても変化をより認知しているため語りが多くなったので

はないかと考えられる。

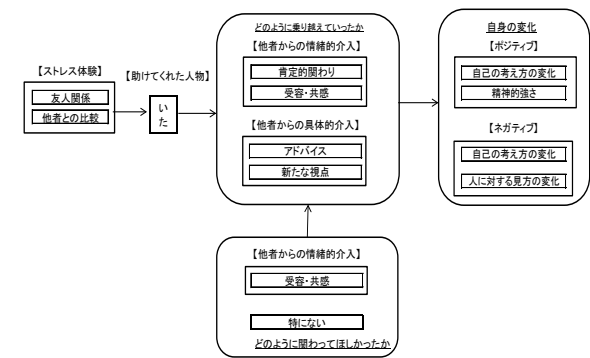


図1 積極的困難受容高群。

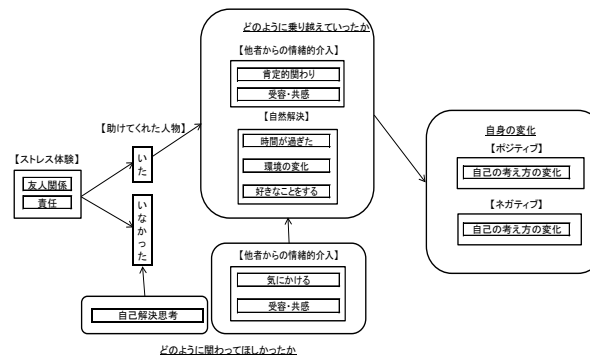


図2 積極的困難受容低群。

総合考察

研究 1 では、男女共に重要な他者の情緒的な関わりが強い者は、積極的困難受容を高め、自己概念の変化を促すことが示唆された。女性においては、重要な他者の関わりが直接的に自己概念の変化をもたらすことが示された。研究 2 では、他者からの情緒的介入と具体的介入が多いことが、積極的困難受容を高め、自己に対する変化もより認知することができるのではないかと考えられた。しかし、具体的介入が多いと否定的な感情を抱いたり、自尊心を低くしてしまう可能性があるため、適度な介入が必要だと思われる。ネガティブな面を認知することは苦痛を伴うが、他者からの情緒的介入によって、自己受容感が高まり、自分のあるがままの姿を受け入れることができるのではないかと考えられる。千島（2014）が、実際に変容を実現するには、今の自分を否定するのではなく、今の自分を引き受けることが必要であると述べていることから、あるがままの姿を受け入れられることにより、変容を実現させることができるのではないかと示唆された。