

抑うつに耐える力と喪失体験後の意味再構成との関連について

—意味再構成のプロセスに着目して—

18006PCM 滝口 萌絵

I. 問題・目的

愛する人や対象を失う対象喪失には悲嘆が伴う。近年の悲嘆理論では、人が喪失を解決するためにはその経験から意味を見出すことが心理学的に重要であるとされ(山根, 2014), 意味再構成理論というもの注目されている。これは、人間はどのような体験にも何らかの意味を探り出す存在であるという構成主義の立場から、標準的モデルにおける問題や死別による悲嘆についての認知, ト라우マ, 愛着の諸理論を再構成した悲嘆の新しい理論である(川島, 2008)。意味再構成理論における意味探求のプロセスについて、「意味理解」, 「有益性発見」, 「アイデンティティの変化」の3つの活動(activities)が挙げられる。

Neimeyer(2001)によると、悲嘆の機能は自分達の経験した世界を学びなおす「世界の学びなおし」という機能として、人生のナラティブにおいて、継続性や意味の方向を新たに修正したり、再び経験したりして、意味を見出す一方で、乗り越えがたい悲嘆に伴う痛みや苦痛を何とか受け入れていこうと努力する。そして、心の中に残っている悲しみや痛みとともに存在できるようになることが重要だとしている。この痛みとともにある力として、本研究では「抑うつに耐える力」に注目する。これは、自分の心の中で今何が起きているのかを直視し、自信の無さ、孤独、不安など、自分にとって受け入れがたい情緒を適応的に処理していく自己の内面に方向づけられた力である(近藤他, 2008)。

本研究では、対象喪失の体験に対し意味を再構成するプロセスと抑うつに耐える力の関連について検討することを目的とする。

II. 研究1

1. 目的

意味再構成の主要な活動である有益性発見と

意味理解に注目し、抑うつに耐える力がこれらの活動に与えている影響の検討を行う。仮説を「抑うつに耐える力が高い者は抑うつに耐える力が低い者よりも、悲嘆に伴う苦痛に耐え、抑うつ状態を耐えぬく中で喪失体験に対して有益性を発見したり、喪失体験に意味を見出すことができる」とする。

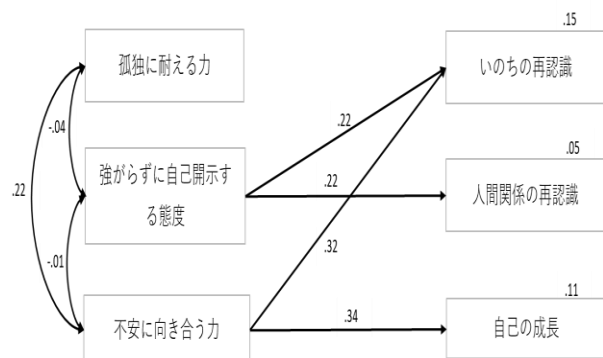
2. 方法

分析対象者:私立A大学の大学生190名(男性43名, 女性147名, 平均年齢19.72歳)を分析対象とした。

質問紙:①喪失体験に対する質問, ②有益性発見尺度(坂口, 2002), ③意味理解尺度(山根, 2015), ④抑うつに耐える力尺度(近藤他, 2008)を使用した。フェイスシートは大学, 学部, 学年, 性別, 年齢の記入を求めた。

3. 結果と考察

因子分析の結果、有益性発見尺度と抑うつに耐える力尺度でそれぞれ3因子が抽出された。意味理解尺度は主成分分析で一因子性を確認した。仮説を検討するため、下位尺度ごとに共分散構造分析を行った(図1)。



※ $p<.001$ *** $p<.01$ ** $p<.05$ *

図1 共分散構造分析による抑うつに耐える力と有益性発見の関連。

その結果、「強がらずに自己開示する態度」は「いのちの再認識」と「人間関係の再認識」に有

意な正の影響を示した ($\beta = .22, p < .01$; $\beta = .22, p < .01$)。このことから、強がらずに自己開示する態度を持てる人ほど、喪失体験後にいのちの再認識や、人間関係の再認識をしていることが分かった。また、「不安に向き合う力」は「いのちの再認識」と「自己の成長」に有意な正の影響を示した ($\beta = .32, p < .001$; $\beta = .34, p < .001$)。「不安に向き合う力」が高い者は、低い者よりも喪失体験後に「いのちの再認識」や「自己の成長」をより高く感じられていることが分かった。孤独に耐える力は「いのちの再認識」、「人間関係の再認識」、「自己の成長」の全てで有意な影響がみられなかった。このことから、仮説は一部支持された。

また、抑うつに耐える力の下位尺度と意味了解の関連について、共分散構造分析を行った。その結果、「孤独に耐える力」、「強がらずに自己開示する態度」、「不安に向き合う力」のそれぞれで、意味了解との関連は見られなかった。坂口(2008)によると、意味を見出すよりも以前の生活に戻っていくことに重点を置いた方が適応が良い場合もあり、人によっては喪失体験に対して意味を模索するよりも現実生活に戻っていくことに従事する場合もあり、意味了解が喪失後に必ずしも行われるわけではないことがここから考えられた。

III. 研究 2

1. 目的

研究 2 では、質問紙調査では測り得なかった対象喪失体験について尋ね、悲しみの体験の中で、Neimeyer (2001 富田・菊池訳 2007) の挙げた世界の学びなおしについて注目し、その喪失体験への意味や有益性をどのように見出していき、対象喪失による悲嘆に直面した際に、どのような世界の学びなおしを行っていくのか、その過程や内容を検討する。そして、研究 1 に引き続き、抑うつに耐える力の高い人と低い人で、その喪失体験から意味を再構成していくプロセスや内容がどのように違うのかについて、検討していくことを目的とする。

2. 方法

面接対象者：研究 1 の協力者の中で、面接協力を同意した 20 名 (男性 2 名、女性 18 名、平均

19.45 歳) に実施した。

手続き：研究協力者に対し、半構造化面接を行った。これまでに一番印象に残っている何かを失った経験について尋ね、そこから喪失体験後の自分の様子や変化、学んだことなどの質問をし、最後のインタビューの感想を聞いた。調査は、文書による同意を得た上で心理的な負担を与えないなどの倫理的配慮のもと行われた。

分析方法：喪失体験後のプロセスや意味再構成の内容を分析するため、修正版 M-GTA を採用した。抑うつに耐える力の高群と低群のそれぞれで、データと直接対応する分析の最小単位の「概念」を抽出し、概念同士のつながりを見つけながら、【カテゴリー】や『大カテゴリー』を設定し、全体をまとめて、喪失体験後の意味再構成までのストーリーラインを立ち上げ、プロセスを抽出した。

3. 結果と考察

分析の結果、生まれた喪失体験後のプロセスのストーリーラインは、高群と低群どちらも喪失体験後に何らかの【悲嘆への支え】があることが、『意味再構成』を促し、『意味再構成』が行われることで、【自己の成長】につながる事が分かった。また、『意味再構成』は【喪失の再認識】、【喪失体験から得た気づき】、【関係の再認識】の三つのカテゴリーから生成された。しかし、高群は喪失体験を振り返って、「成長の実感」を報告したが、低群では「楽しかった思い出への変化」を語る者もあり、喪失体験に対し高群の方がより深い『意味再構成』を行っていることが考えられた。

IV. 総合考察

研究 1 と研究 2 から、抑うつに耐える力の高い人は、喪失体験に対して意味再構成の活動により深く従事しており、喪失体験に対し意味を見出し、自己の成長の実感を得ていることが分かった。しかし、研究 2 では「突然の喪失」が「苦痛の持続」に繋がっていることが示され、喪失体験の内容や対象によって、喪失体験に対する『意味再構成』のプロセスが異なってくる可能性が示された。今後は、喪失体験の内容や対象別に『意味再構成』について調査を行う必要があると考えられる。