挫折体験の肯定的意味づけに影響を及ぼす要因の検討

—認知的側面に注目して—

○堀田亮・関屋裕希・杉江征

(筑波大学大学院人間総合科学研究科)

キーワード: 肯定的意味づけ 挫折体験 精神的健康

The factors to have an influence on positive meanings found from *Zasetsu* experience : focus on cognition

Ryo HORITA, Yuki SEKIYA and Masashi SUGIE

(Graduate School of Comprehensive Human Sciences, University of Tsukuba)

Key words: positive meanings, *Zasetsu* experience, mental health

【問題と目的】

ネガティブな出来事への対処として、近年、「意味づけ」という概念を用いた実証的研究がなされている(Tennen & Affleck, 2005)。しかし、まだ概念の整理が不十分であり、ネガティブな出来事の内容ごとの検討や、意味づけに至るプロセスについての検討が必要とされている(羽鳥・小玉, 2008)。そこで本研究では、「意味づけ」研究の中でも、Folkman & Moskowitz(2000)による「肯定的意味づけ」に注目する。そして①ネガティブな出来事として挫折体験を取り上げ、その内容ごとに分類し、肯定的意味づけの程度について検討を行うこと、②肯定的意味づけに影響を及ぼす要因の検討を行うこと、加えて、③肯定的意味づけと精神的健康との関連を検討すること、という3点を目的とする。

【方法】

調査対象者:大学生・大学院生 244 名(男性 132 名, 女性 109 名, 無回答 3 名)。平均年齢 20.5 歳($SD=1.9$)。

手続き:2008 年 11 月上旬に個別記入式質問紙調査を行った。

調査内容:①挫折体験の抽出:挫折体験を「学業」、「人間関係」、「継続して行ってきたこと」、「その他」から選択させた。また統制可能感(強制選択法)、経過時間、主観的辛さ(5 件法)の回答を求めた。②特性的自己効力感尺度(成田ら, 1995):18 項目 5 件法、③達成動機測定尺度(堀野, 1991):16 項目 7 件法、④積極的困難受容尺度(羽鳥・小玉, 2006):7 項目 5 件法、⑤自己肯定意識尺度(平石, 1990):「自己受容」4 項目、「自己実現的態度」7 項目を 5 件法で回答を求めた。

【結果と考察】

(1)挫折体験からの経過時間と肯定的意味づけ、主観的辛さとの関連 経過時間と肯定的意味づけの程度得点との間には相関がみられなかったが、主観的辛さとの間には、「人間関係」、「継続して行ってきたこと」において、有意な相関が見られた($r=.24, p<.05$; $r=.30, p<.01$)。この結果から、時間経過が及ぼす挫折体験に対する認知の変化は、肯定的意味づけというマイナスからプラスへの変容ではなく、辛さの低減というマイナスからゼロへの移行を表すことが示唆された。つまり肯定的意味づけが行われるには時間経過以外の何らかの認知的、感情的処理が必要であることが示唆された。

(2)挫折体験の肯定的意味づけに影響を及ぼす要因の検討 自己効力感、達成動機尺度の各因子を独立変数、肯定的意味づけの程度得点を従属変数とした重回帰分析を行ったところ、挫折体験の内容によって異なる結果が得られ、挫折体験の内容によって肯定的意味づけに影響を及ぼす要因は異なることが示唆された(Figure 1, 2)。また説明率が決して高くないことや、「人間関係」に関しては、回帰式が有意ではなかったことから、今後、他の要因を考慮したさらなる検討が必要であると考えられる。

Figure 1 「学業のこと」における各因子が肯定的意味づけの程度に与える影響

Figure 2 「継続して行ってきたこと」における各因子が肯定的意味づけの程度に与える影響

(3)肯定的意味づけと精神的健康との関連 本研究では、精神的健康を表す指標として自己肯定感を用いた。挫折体験の内容ごとに肯定的意味づけの程度得点と自己肯定感とで相関分析を行ったところ、「人間関係」における「自己受容」以外のすべてにおいて有意な相関が見られ、肯定的意味づけが精神的健康に正の影響を及ぼすことがおおむね明らかとなった(Table 1)。この結果は肯定的意味づけが精神的健康に正の影響を及ぼすという示唆に新たな知見をもたらしたと言える。

Table.1 肯定的意味づけと自己肯定感の相関

		肯定的意味づけ
全サンプル	自己受容	.21 **
	自己実現的態度	.33 **
学業のこと	自己受容	.35 **
	自己実現的態度	.52 **
人間関係のこと	自己受容	.18 n.s.
	自己実現的態度	.26 **
継続して行ってきたこと	自己受容	.20 *
	自己実現的態度	.27 **

** $p<.01$. * $p<.05$