反芻思考・省察思考と外傷後成長の関連に対する時間経過の影響

○石井あゆ美¹・中原 純²

(¹大阪大学大学院人間科学研究科・²日本学術振興会特別研究員 (PD), 東京女子大学)

キーワード: 外傷後成長, 反芻思考, 省察思考

Effect of time course on the relationships between rumination and Posttraumatic Growth and between reflection and Posttraumatic Growth

Ayumi ISHII¹ and Jun NAKAHARA²

(¹Graduate School of Human Sciences, Osaka Univ., ²JSPS Research Fellow (PD), Tokyo Woman's Christian Univ.)

Key Words: Posttraumatic Growth, rumination, reflection

目 的

これまで、心身に大きなストレスを伴うようなつらい出来事や経験が人に与える影響としては、外傷後ストレス障害 (Posttraumatic Stress Disorder) のように、そのネガティブな側面に着目した研究が主に行われてきた。しかし近年、こうした経験がもたらすポジティブな影響に着目する観点が見られるようになってきた。その一つが、外傷後成長 (Posttraumatic Growth: 以下、PTG) という概念である。PTG は、人の中核を揺るがすような衝撃的な出来事を経験及びそれに引き続く苦しみの中から精神的な成長が体験されること、とされている (Calhoun & Tedeschi, 1999)。

PTG の生起に関しては、出来事に引き続く認知・情動プロセスの重要性が指摘されており (Cann, Calhoun, Tedeschi, Triplett, Vishnevsky, Lindstrom, 2011)、PTG 生起の理論モデルにおいては、意図せずとも出来事について考えてしまう、という反芻思考 (Rumination) から、意図的に、起こった出来事を理解しようと考え、何らかの意味を見出そうとする、という省察思考 (Reflection) へ認知の変容が生じることが PTG の生起を促すとされている。また、PTG 生起を予測する要因としては、出来事からの時間経過の影響も報告されているが、PTG の生起と出来事からの時間経過の関連は一貫した結果が得られていないため、更なる検討が求められている。

そこで本研究では、出来事経験後の認知・情動プロセスのあり方が出来事からの時間経過との関わりの中でどのように PTG を予測するかを検討することを目的とし、調査を行った。

方 法

調査対象者 近畿圏の大学に通う学生 286 名 (男性 146 名, 女性 139 名, 不明 1 名; 平均年齢 19.74±1.26 歳)

調査時期及び手続き 2012 年 11 月から 12 月に、大学構内に設けたブースにて任意での質問紙への回答を求めた。

調査内容 “これまでの人生を振り返り、あなたが実際に体験した中で、最もつらく、人生を揺るがすような衝撃的な出来事を思い出してください” の指示に続き、想起した出来事に関して、以下の尺度への回答を求めた。1) 反芻思考及び省察思考: Event Related Rumination Inventory (ERRI; Cann, Calhoun, Tedeschi, Triplett, Vishnevsky, & Lindstrom, 2011) を邦訳して用いた。20 項目, 4 件法。2) 外傷後成長: Posttraumatic Growth Inventory-Japan (PTGI-J; Taku, Calhoun, & Tedeschi, Gil-Rivas, Kilmer, & Cann, 2007) を用いた。21 項目, 6 件法。3) 出来事からの経過時間を尋ねた。

結 果

PTGI-J を基準変数とし、省察思考及び反芻思考を説明変数として階層的重回帰分析を行ったところ、省察思考を説明変数としたときには省察思考の主効果のみがみられ、時間経過との交互作用はみられなかったが、反芻思考を説明変数とし

たときには、反芻思考の主効果がみられるとともに、時間経過との交互作用が有意傾向となった (順に、 $\beta=.36, p<.01$, $\beta=-.12, p<.10$)。時間経過 (6 ヶ月未満, 6 ヶ月以上) における反芻思考の外傷後成長に対する効果を調べるため、単純傾斜の検定を行った結果、時間経過が 6 ヶ月未満の場合は反芻思考の効果

が有意とはならなかった ($\beta=.102, t=1.12, n.s.$) が、時間経過が 6 ヶ月以上の場合には反芻思考の効果有意傾向となった ($\beta=-.144, t=-1.87, p<.10$) (Figure 1)。

Figure 1. 反芻思考が PTGI-J に及ぼす影響と時間経過の調整効果

考 察

本研究では、PTG 生起の理論モデルに即し、衝撃的な出来事経験後の認知・情動プロセスのあり方が出来事からの時間経過との関わりの中でどのように PTG を予測するかを検討した。その結果、省察思考に関しては、経過時間に関わらず、省察思考の高さが PTG 生起の高さと関連することが示唆された。反芻思考に関しては、経過時間が 6 ヶ月未満である場合には反芻思考が PTG の生起に与える影響は小さくなるものの、反芻思考の高さが PTG 生起の高さと関連することが示唆された。反芻思考は不適応的で望ましくない思考であるように考えられるが、出来事直後に、起こった出来事に対し、ストレスを感じながらも向き合い、心理的なもがきや苦悩を経験することが PTG 生起の重要なプロセスの一端となることが示された。また、出来事からの経過時間は、反芻思考が PTG の生起に与える影響との関わりにおいて、PTG の生起と関連するという可能性が示された。

引用文献

- Cann, A., Calhoun, L. G., Tedeschi, R. G., Triplett, K. N., Vishnevsky, T., & Lindstrom, C. M. (2011). Assessing posttraumatic cognitive processes: the Event related rumination inventory, *Anxiety, Stress, & Coping*, 24(2), 137-156.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence, *Psychological Inquiry*, 15(1), 1-18.
- Taku, K., Calhoun, L. G., Tedeschi, R. G., Gil-Rivas, V., Kilmer, R. P., & Cann, A. (2007). Examining posttraumatic growth among Japanese university students, *Anxiety, Stress, & Coping*, 20(4), 353-367.