「遊びごころ」の機能

～遊びごころをもたらすもの、遊びごころがもたらすもの～

宮戸 美樹

(横浜国立大学)

キーワード: 遊びごころ、抑うつに耐える力、首尾一貫感覚

The Function of the Playfulness

Miki MIYATO

(Yokohama National Univ.)

Key Words: Playfulness, Potency to tolerate depression, Sence of Coherence

【目的】

神谷・西原(2006) は、Bellack, K. (1973) の自我機能の12分類を概観し、「自我のための適応的退行機能」は自我機能の柔軟性を意味し、何らかの創造性を生むことにつながっており、ユーモアや生活の中の遊びなどに反映されると指摘した。心理臨床の実践においては、北山(1986)やWinnicott, D. W. (1971b) が、遊ぶことや冗談を楽しむことの意義を論じている。宮戸(2014) は、ものごとを楽しむもうとする態度や姿勢を「遊びごころ」と定義し、自己客観視や自己洞察との関連を検討し「遊びごころ」尺度を作成している。これらのことから、自分を内省・洞察し、自分の情緒を抱えられている人の「物事を楽しもうとする姿勢」は、自我の適応的退行機能として捉えることができると考えられる。そこで本研究では、遊びごころを適応的な成熟した自我機能の1側面と考え、私的自意識と抑うつに耐える力との関連から、遊びごころの心理的機能について明らかにする。さらに、遊びごころの精神的健康への影響について、首尾一貫感覚をとりあげ、その関連を検討する。

【方法】

調査対象者: 質問紙調査を実施した。首都圏の大学の大学生289名(男性203名、女性86名、平均年齢20.1歳)を分析の対象とした。**調査時期:** 2013年7月、2014年1月。**調査内容:** ①フェイスシート、②抑うつに耐える力尺度:(近藤・岡本他, 2008)、③遊びごころ尺度(宮戸, 2014)、④私的自意識尺度:(菅原, 1984)、⑤13項目短縮版SOCスケール日本語版(山崎, 2008、以下: SOC)。

【結果】

1. 私的自意識・抑うつに耐える力と遊びごころとの関連

遊びごころと私的自意識・抑うつに耐える力の因果関係を明らかにするために、重回帰分析(一括投入法)を行い、パスダイアグラムを作成した(図1)。分析に用いた変数は、第1水準は私的自意識、第2水準は抑うつに耐える力(孤独に耐える力、不安に向き合う力、強がらずに自己開示する態度)、第3水準は遊びごころ(発想の自由さ、楽しむ力、笑い拒否)に整理された。実線矢印は有意な正のパスを、破線矢印は有意な負のパスを示し、数値は標準偏回帰係数を示す(* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$)。「発想の自由さ」には私的自意識、不安に向かう力、強がらずに自己開示する態度から、「楽しむ力」には私的自意識、不安に向かう力からそれぞれ正のパスが、「笑い拒否」には不安に向き合う力と強がらずに自己開示する態度

からの負のパスが有意であった。また、不安に向き合う力と強がらずに自己開示する態度への私的自意識の正のパスが有意であった。

2. 首尾一貫感覚(SOC)と遊びごころとの関連

遊びごころ尺度の下位得点について、それぞれの平均値より1/2SD以上高得点者を高群、1/2SD以上低得点者を低群に分類し、遊びごころの高低によるSOC得点の平均値の差の検定を行った(表1)。その結果、笑い拒否低群の方が高群よりも「処理可能感」「把握可能感」「有意味感」がそれぞれ高く、発想の自由さ高群の方が低群よりも「把握可能感」「有意味感」が高かった。一方、楽しむ力からについては、「有意味感」は高群の方が高かったが、「把握可能感」は低群の方が高いという結果が得られた。

表1. 遊びごころ得点の高低によるSOC得点の平均値の差の検定

		n	MEAN	SD	
処理可能感	発想自由低群	83	14.25	3.19	$df=170$
	発想自由高群	89	14.90	3.65	$t=-1.232$ n.s.
	楽しむ力低群	88	15.06	3.01	$df=188.111$
	楽しむ力高群	103	14.48	3.79	$t=-1.180$ n.s.
	笑い拒否低群	89	15.61	3.51	$df=184$
	笑い拒否高群	97	14.07	3.33	$t=3.060$ **
把握可能感	発想自由低群	51	16.90	4.23	$df=169$
	発想自由高群	49	18.21	4.23	$t=-2.024$ *
	楽しむ力低群	86	18.67	3.39	$df=183.684$
	楽しむ力高群	102	16.80	4.51	$t=3.240$ **
	笑い拒否低群	87	18.29	3.64	$df=181$
	笑い拒否高群	96	16.84	4.32	$t=2.429$ *
有意味感	発想自由低群	50	15.80	3.79	$df=169$
	発想自由高群	50	17.63	4.16	$t=-3.001$ **
	楽しむ力低群	88	15.10	3.05	$df=182.664$
	楽しむ力高群	103	17.56	4.33	$t=-4.586$ ***
	笑い拒否低群	89	17.87	4.67	$df=166.833$
	笑い拒否高群	97	15.55	3.67	$t=3.746$ ***

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

【考察】

遊びごころと私的自意識・抑うつに耐える力との因果関係から、「遊びごころ」は、自己を客観視し内省や洞察に開かれた態度や、不安に向き合う力などの抑うつに耐える力によってもたらされていることが明らかになった。従って遊びごころは、Bellack, K. (1973) のいう、自我のため適応的退行機能という概念に関連する、成熟した適応的な自我機能を示す心的資質の一つとして捉えることができることが示唆された。また、遊びごころとSOCとの関連がある程度明らかになったことから、遊びごころが精神的健康に何らかの影響をもたらしていることが推察される。

引用文献

神谷栄治・西原美貴 2006 心理アセスメントにおける自我機能 相山女学園大学研究論集 37, p.45-54/北山修 1986 冗談と比喩・フロイトの機知研究から学ぶ 精神分析研究, 29, 287-304/宮戸美樹 2014 遊びごころ尺度の作成 日本心理臨床学会第33回大会発表論文集/D.W. Winnicott (1971b) Therapeutic Consultations in Child Psychiatry. London: The Hogarth Press Ltd. (ウィニコット, D. W 橋本雅雄(監訳) 1987 子どもの治療相談 1 岩崎学術出版社)

図1. 私的自意識・抑うつに耐える力・遊びごころのパスダイアグラム