再確認傾向が幸福感を低下させるプロセスの検討

—感情制御のための対人ネットワークと重要他者の特性に着目して—

○安部主晃¹・中島健一郎¹

(¹広島大学大学院教育学研究科)

キーワード：再確認傾向, Emotionships, 重要他者の特性

An examination of the process that reassurance-seeking reduces well-being

Kazuaki Abe¹ and Kenichiro Nakashima¹

(¹Graduate School of Education, Hiroshima Univ.)

Key Words: Reassurance-seeking, Emotionships, Trait of significant other

目 的

対人関係の悪化を引き起こす個人の傾向として, Joiner, Alfano, & Metalsky(1992)は再確認傾向を挙げている。再確認傾向とは, 重要他者(e.g., 恋人)に対して, 自分は愛されているのか, 価値があるかについて繰り返し確認する傾向である(Joiner et al., 1992)。従来の研究では再確認傾向が重要他者との関係悪化を招き, 精神的健康を棄損することが示されてきた(e.g., Stewart & Harkness, 2015)。

しかし先行研究では, 重要他者との二者関係に着目し, 広範な対人ネットワークという視点からの検討が不足しているという問題点が挙げられる。本研究は, 再確認傾向が精神的健康を棄損するプロセスを, 感情制御のための対人ネットワークという観点から検討する。

勝谷(2006)は, 再確認傾向の高い者が気分の落ち込み時に, 重要他者への働きかけと, 一人で行う対処方略を行う傾向にあることを示した。この結果は再確認傾向の高い者が感情制御時に頼る対人ネットワークが小さいことを示唆している。また, Cheung, Gardner, & Anderson (2014)は, 感情制御時に利用する対人ネットワーク構造を Emotionships と概念化し, 利用する対人ネットワークの小ささは主観的幸福感の低さと関連することを示した。これらの結果から, 感情制御時に利用する対人ネットワークが, 再確認傾向と主観的幸福感の関連を媒介することが予想される。

さらに, 再確認傾向の高い者にとって, 重要他者は自分の価値を確認する貴重な対人資源であることを考えると, 重要他者の受容的特性が再確認傾向の高い者に与える影響は大きいと考えられる。本研究では, “対人場面において相手の良いところや個性を理解して付き合っていく姿勢”である個性の容認(日向野・堀毛・小口, 1998)に着目し, 重要他者の個性の容認が, 上述した媒介プロセスを調整するモデルについても検討を行った。

方 法

参加者 大学生 118 名(女性 38 名;平均年齢 19.6 歳)

手続き 実験室に 1-4 名までの参加者を集め, 3 つの質問紙に回答するよう求めた。質問紙 1 では, 1)主観的幸福感(大石, 2009), 2)再確認行動(勝谷, 2004)を測定した。

質問紙 2 では, Cheung et al.(2014)に則り Emotionships を測定した。7 つの感情制御シナリオ(e.g., 悲しみを和らげる, 怒りを和らげる)を呈示し, 各シナリオで一緒にいたいと思う他者を最大 4 名まで挙げさせ, 以下の指標を算出した。a)ネットワークの人数:7 つのシナリオで挙げた他者の合計人数, b)感情領域の広さ:一人以上の他者を挙げたシナリオ数, c)平均人数:他者の合計人数を感情領域の広さで割った値, d)個別度:複数のシナリオ間で重複しない他者の割合。

質問紙 3 では, 質問紙 2 で挙げた他者の中で最も重要な人物を一人想起させ, 個性の容認(日向野他, 1998)について, 想

起した他者がどの程度当てはまるか回答するよう求めた。

結 果

ブートストラップ法(5000 回)による間接効果の検定を行った結果, ネットワークの人数が再確認行動と主観的幸福感の関連を媒介した($\beta = -.03$, 95%CI = $[-.10, -.00]$)。再確認行動が高いほどネットワークの人数が少なく($\beta = -.14$, $p < .05$), ネットワークの人数が少ないほど主観的幸福感が低い($\beta = .22$, $p < .05$)ことが示された。

次に, 重要他者の個性の容認を調整変数とした調整媒介モデルを検討した結果, ネットワークの人数に対する, 個性の容認と再確認行動の交互作用効果($\beta = .19$, $p < .05$), および主観的幸福感に対する, ネットワークの人数と個性の容認の交互作用効果($\beta = -.17$, $p < .05$)が認められた。単純傾斜の検定の結果, 重要他者の個性の容認が平均より 1SD 低い場合, 再確認行動はネットワークの人数に負の影響を及ぼし, ネットワークの人数は主観的幸福感に正の影響を及ぼした(Figure 1-a)。また, 重要他者の個性の容認が平均より 1SD 高い場合, ネットワークの人数による媒介効果は非有意となった(Figure 1-b)。

(a) 個性の容認が平均-1SD の場合

(b) 個性の容認が平均+1SD の場合

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

Figure 1. 個性の容認の高低におけるネットワークの人数の媒介効果

考 察

本研究の結果から, 再確認傾向は感情制御時に利用する他者の人数が少ないことで, 精神的健康の悪化につながることを示唆された。再確認傾向の高い者は, 周囲の他者の重荷になっている感覚である負担感の知覚が高いことが示されており(Hames, Chiurliza, Podlogar, Smith, Selby, Anestis, & Joiner, 2015), 感情制御時に対人ネットワークを十分に利用できず, 感情制御が成功しないことで精神的健康が低くなることが考えられる。

また, このプロセスは重要他者の個性の容認によって調整されることが示された。特定の重要他者から個性を認めてもらうことで, 負担感の知覚が和らぎ, 主観的幸福感への負の影響が緩和されると考えられる。