

能動的コーピングによって成長感を得られるか¹

—対人ストレスによる成長感における媒介過程の検討—

○中山 真²・吉田俊和³

(²名古屋大学大学院教育発達科学研究科・³岐阜聖徳学園大学教育学部)

Key words: interpersonal stress, stress-related growth, proactive coping

問題と目的

近年、心理学的ストレスモデル (Lazarus & Folkman, 1984) に基づく従来のコーピングの概念を拡張した Proactive Coping Theory が登場した (Schwarzer, 2000)。これは、従来の研究のようにストレスと直面してからの事後的なコーピングではなく、潜在的なストレスについて事前に対処可能である視点から「時間的な見直し」を取り上げ、ストレスが活性化していない将来にむけての予防的対処を含む能動的なコーピングを扱うものである。ストレスを単にネガティブなものとしてだけではなく、成長の機会として捉える点も従来のコーピング研究とは異なっている (川島, 2007)。この発想は、ストレスフルな出来事をきっかけとした成長感を指す、ストレス関連成長 (stress-related growth) や外傷後成長 (posttraumatic growth) とも合致する。しかし、すべての人がストレスフルな出来事を経験して成長感を得られるわけではなく (Park, 1998)、その条件を検討する必要がある。また先述のように、ストレスを成長の機会と捉える能動的コーピング (proactive coping) は、成長感との密接な関係が考えられるが、これまで検討されていない。

そこで本研究では、ストレスフルな出来事を通じて得られる成長感と能動的コーピングとの関係について検討する。なお、心理社会的ストレスの中でも対人ストレスは重要であり、ネガティブな影響が強いことから (橋本, 2005)、対人ストレス後の成長感に焦点を当て、対人ストレスと成長感の関連が能動的コーピングによって媒介されるかを検討する。

方 法

参加者 心理学の授業を履修する大学・短大生に集団で質問紙調査を実施し、191名 (男性133名・女性58名, $M_{age} = 19.18 \pm 1.15$ 歳) を分析対象とした。

質問紙構成 ①対人ストレスの経験頻度: 対人ストレス尺度 (橋本, 2005) を用い、回答者が友人との間で日頃経験する対人ストレスの頻度について、18項目を4件法で回答を求めた。下位尺度は対人葛藤 (e.g., あなたの意見を相手が真剣に聞こうとしなかった), 対人過失 (e.g., あなたの落ち度を、相手にきちんと謝罪・フォローできなかった), 対人摩擦 (e.g., あなたのあからさまな本音や悪い部分が出ないように気を使った) で各6項目である。②能動的コーピング: Greenglass et al. (1999) によって作成された Proactive Coping Inventory の日本語版 (Takeuchi, & Greenglass, 2004) 52項目のうち、能動的コーピング14項目 (e.g., 自分で主導権をとる) を4件法で尋ねた。③成長感: Taku et al. (2007) による PTGI-J の一部、16項目を0~5の6件法で尋ねた。下位尺度は他者との関係6項目 (e.g., トラブルの際、人を頼りに出来ることが、よりはっきりと分かった), 新たな可能性4項目 (e.g., 新たな関心事を持つようになった), 人間としての強さ4項目 (e.g., 自らを信頼する気持ちが強まった) である。

結 果

信頼性分析・基本統計量 対人ストレス尺度は対人葛藤が $\alpha = .84$, $M = 10.73 \pm 3.49$, 対人過失が $\alpha = .82$, $M = 12.85 \pm 3.84$, 対人摩擦が $\alpha = .85$, $M = 13.83 \pm 4.23$, 能動的コーピングはIT関連の著しく低い3項目を削除し $\alpha = .86$, $M = 17.26 \pm 4.04$, 成長感是他者との関係が $\alpha = .88$, $M = 14.00 \pm 6.63$,

新たな可能性が $\alpha = .80$, $M = 8.45 \pm 4.64$, 人間としての強さが $\alpha = .83$, $M = 7.63 \pm 4.38$ と高い信頼性を確認した。

能動的コーピングと各ストレス、成長感の関連 コーピング (高/低) とストレス (高/低) を独立変数、成長感を従属変数として分散分析を行った。その結果、成長感の内、他者との関係において、能動的コーピングと対人過失の交互作用が有意であった ($F(1, 187) = 6.83$, $p < .01$)。単純主効果検定から、対人過失の経験頻度が多い者は、より能動的なコーピングを使用する者ほど成長感が高かった (能動低群 $M = 12.89 <$ 能動高群 $M = 18.90$; Figure 1)。

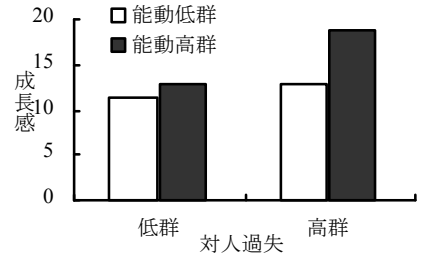


Figure 1 対人過失と能動的コーピングにおける成長感

(能動低群 $M = 12.89 <$ 能動高群 $M = 18.90$; Figure 1)。
能動的コーピングによる媒介過程 成長感に及ぼす対人ストレスの効果が、能動的コーピングによって媒介されるモデルを仮定し、男女ごとに分析を行った。なお、分析を簡潔に示すため、対人ストレス尺度3因子を対人ストレスに、PTGI 尺度3因子を成長感にそれぞれ潜在変数化により単純化した。Figure 2 に示すモデルで男女の多母集団同時分析を行ったところ、モデルの適合度は $\chi^2 = 31.77$ ($df = 24$, $p = .13$), $GFI = .96$, $CFI = .99$, $RMSEA = .04$ と十分な値が得られた。男性では、対人ストレスの成長感に対する影響は、能動的コーピングを介した効果 ($\beta = .06$) よりも、直接の効果の方が強かった。一方で、女性では直接の効果よりも、能動的コーピングを介した効果 ($\beta = .21$) の方が強かった。

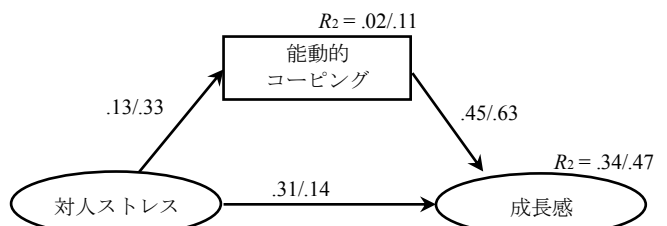


Figure 2 対人ストレスおよび能動的コーピングが成長感に及ぼす影響 (左: 男性/右: 女性)

考 察

対人ストレスのうち、対人過失でのみ、能動的コーピングを高く有している者は他と比べ、高い成長感を知覚していた。対人過失は相手に迷惑を掛けるという自分に非があるストレスであり、能動的コーピングのような強いポジティブさがなければ成長感を知覚できないとも考えられる。また、女性のみ対人ストレスから能動的コーピングを介し、成長感に影響を与えていた。対人関係の持ち方には様々な性差が指摘されており、ここにもその影響が表れたといえよう。

¹本研究は、福田詩織氏が2012年度に名古屋大学に提出した修士論文執筆の際、第一筆者と共同で収集したデータの一部を再分析したものである。ここに記して感謝する。