

## ストレス関連成長によって何が変わるのか

### —獲得的レジリエンスとサポート利用可能性認知の縦断的検討—

○中山 真<sup>1</sup>・吉田俊和<sup>2</sup>

(<sup>1</sup>名古屋大学大学院教育発達科学研究科・<sup>2</sup>岐阜聖徳学園大学教育学部)

キーワード：ストレス関連成長，対人ストレス，レジリエンス，ソーシャル・サポート

#### 問 題

ストレスフルな出来事を通じて，成長感が経験されるストレス関連成長や外傷後成長に関する研究が近年注目を集めている (Calhoun & Tedeschi, 2006; Linley & Joseph, 2004)。しかし，“成長”することでどのような変化が起こるのかを実証的に検討した例は少ない。そこで，ストレス成長感に伴って起こる変化を，獲得的レジリエンス (自分の気持ちや考えを把握することによって，ストレス状況をどう改善したいのかという意志をもち，自分と他者の双方の心理への理解を深めながら，その理解を解決につなげ，立ち直っていく力; 平野, 2010) とソーシャル・サポート利用可能性認知の点から検討することを目的とする。

#### 方 法

**参加者** 2012年12月 (Time 1) および2013年2月 (Time 2)，心理学系の授業を受講する大学・短大生に質問紙調査への協力を依頼した。双方の調査に参加し，回答に大きな不備のない107名 (男性49名・女性58名)，T1時の平均年齢 = 19.73 ± 0.93 歳) を分析対象とした。

**質問紙構成** ①基本属性 (T1・T2)，②ソーシャル・サポートの利用可能性認知 (T1・T2)：福岡 (1999) を参考に6項目6件法で利用可能性を尋ねた。③レジリエンス (T1・T2)：平野 (2010) の二次元レジリエンス要因尺度21項目5件法で回答を求めた。④対人ストレスの経験頻度 (T2)：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。⑤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。

#### 結果と考察

**信頼性分析・尺度構成** 信頼性分析を行い，各尺度とも項目数で割った平均値を尺度得点とした。サポート利用可能性認知はT1が $\alpha = .88$ ,  $M = 4.26 \pm 0.87$ , T2が $\alpha = .92$ ,

$M = 4.17 \pm 0.95$ ，獲得的レジリエンスはT1が $\alpha = .84$ ,  $M = 3.38 \pm 0.70$ , T2が $\alpha = .85$ ,  $M = 3.40 \pm 0.65$ ，対人ストレスは $\alpha = .83$ ,  $M = 2.35 \pm 0.40$ ，成長感 $\alpha = .92$ ,  $M = 2.49 \pm 0.88$ であった。

ストレス関連成長による獲得的レジリエンスの変化 獲得的レジリエンスを従属変数として，ストレス (高・低) × 成長感 (高・低) × 調査時点 (T1・T2) の3要因混合計画による分散分析を行った。交互作用は有意ではなく，成長感の主効果のみ有意であり，成長感低群より高群で獲得的レジリエンスが高かった ( $F(1, 103) = 23.10$ ,  $p < .001$ )。獲得的レジリエンスの変化と成長感は連動せず，獲得的なタイプのレジリエンスであっても，それが高いことがストレス後の成長感につながると考えられる。

ストレス関連成長によるサポート利用可能性認知の変化 サポート利用可能性認知を従属変数として，ストレス (高・低) × 成長感 (高・低) × 調査時点 (T1・T2) の3要因混合計画による分散分析を行った。その結果，ストレスと調査時点の交互作用が有意であった ( $F(1, 103) = 4.20$ ,  $p < .05$ )。ストレス高群では，T1に比べT2で有意に利用可能性認知が低くなっていた。また，T2ではストレス低群に比べ高群で利用可能性認知が低かった (Figure 1)。ストレスの多い人間関係を持つことと，サポートの利用可能性を低く認知することは共通している部分があると考えられる。

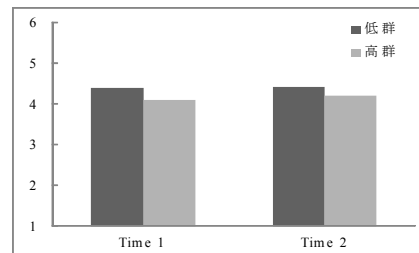


Figure 1 ストレスによるサポート利用可能性認知の変化

(NAKAYAMA Makoto, YOSHIDA Toshikazu)