

生涯発達における「諦観」の機能（2）

posttraumatic growth との関連

飯牟礼 悦子

（聖セシリア女子短期大学）

【問題】 長い一生の発達プロセスにおいて、人はさまざまな喪失を経験する。たとえば、死別や病氣、対人関係の破綻など、その内容は多岐に渡る。しかしながら人は、このような喪失を経験した後に悲しみや抑うつといったネガティブな心理的影響（変化）を受けるだけではなく、喪失と向き合い、苦闘した結果、他者への共感的理解の発達や人格的成長といった何らかのポジティブな意味合いでの影響（変化）もみられることに注目が集まってきた。Calhoun と Tedeschi (2001) は、このようなポジティブな意味合いでの影響（変化）を PTG (posttraumatic growth) と呼び、それらは大きく分けて「自己に対する認識の変化」、「他者との関係性における変化」、「人生哲学の変化」の3つの領域に渡るものとしている。しかしながら、これら PTG に関する研究の多くは、喪失と苦闘した「結果」として現れた PTG に注目しており、PTG が発生するまでの「プロセス」そのものに着目した研究は少ない。

そこで、本研究では喪失経験から人々が何を学び、獲得していくのかという獲得プロセスと促進要因を検討するにあたり、主体の積極的な発達制御の一指標として「諦観」という対処方略に注目した。一般にも心理学研究においても“諦める”ことはネガティブな状態像を示したり、消極的なコーピングの一種として位置づけられる傾向がみられる（浅野・小玉,2008）ことが多い。しかしながら、辞書的にはむしろ「物事を明らかにする」ことや、仏教用語としては、「明らかに真理を観る、つまびらかにする」といった積極的な意味づけがなされている（鈴木・飯牟礼,2008）。

本研究では「諦観」を「物事や現状のあるがままの姿を冷静に見極めることを通して、その後の発達変化を決定づける発達制御のスタイル」（飯牟礼,2010）と定義し、大学生を対象に、何らかの喪失を経験し苦闘するプロセスの中で、「諦観する」ことが PTG のようなポジティブな発達変化をもたらす可能性について、実証的に検討することとした。

【方法】

調査対象者；関東近辺、中国地方の四年制大学、短期大学の学生 537 名（男性 92 名、女性 445 名、平均年齢 19.42 歳）。なお、有効回答率は 97.81%であった。

調査時期；2010 年 11 月～2011 年 1 月

調査内容；① 最も影響を与えた喪失経験の内容と経過月数をたずねる項目、②喪失経験に対する評価に関する 15 項目、③日本語版 PTGI (PTGI-J) (Taku et al., 2007) 21 項目、④諦観に関する 21 項目、⑤精神的回復力尺度（小塩・中谷・金子・長峰,2002）24 項目、⑥ 基本属性（性別、年齢）

【結果と考察】

まず、「諦観」に関する 21 項目について、因子分析(主因子法、プロマックス回転)を行なった結果、固有値の推移と因子解釈の可能性から、最終的に 3 因子構造が妥当であると判断し、各項目内容から第 I 因子を「積極的あきらめ」、第 II 因子を「視点の変化」、第 III 因子を「積極的対峙」と命名した。

次に、「諦観」することが、実際に喪失経験の結果としてあらわれた PTG にどのような影響を与えているのかについて検討した。具体的には、「諦観」の下位尺度ごとの高低群を独立変数、PTGI-J の各下位尺度を従属変数とした t 検定を行なった結果、「諦観」合計得点、「諦観」各下位尺度のいずれにおいても、「諦観」していない人よりも、「諦観」している人の方が喪失経験後のポジティブな心理的発達 (PTG) を遂げていることがわかった。

喪失経験のように思い描いていた人生行路の変更を余儀なくされる出来事が起こった際、経験そのものを元の状態に戻したり、無くすことは現実的に難しい。しかしながら、本研究で注目した「諦観」のような認知的対処方略を用いることによって、あらたな方向性や気づきを得て、その当事者にポジティブな発達変化がもたらされたのだろう。これはまた、死別経験後の人格的成長に関する研究を行なった渡邊・岡本 (2005) が、その経験に対していかに「真摯に向き合い、考えたか」ということが、人格的成長をはじめとしたポジティブな発達変化に結びつく可能性を指摘したことからも、「諦観」はまさに喪失経験に「真摯に向き合い、考える」プロセスを具体的に示す重要な概念であるといえよう。

【付記】 本研究は、平成 21、22 年度文部科学省科学研究費補助金・若手研究(B)「生涯発達における「諦観」の機能—喪失経験に注目して」（課題番号 21730525・研究代表者：飯牟礼悦子）の一部として行われた。