

ソーシャル・サポート、ハーディネスが喪失反応に及ぼす影響

廣岡 秀一*1・大橋 陽*2

The effects of social-supports and hardiness on the loss responses.

Shuichi HIROOKA and Aki OHASHI

The purposes of this study are to examine the differences in the psychological responses by experiences when people experienced the loss of love or the object of dependence, and to examine the effects of social-supports and hardiness on the loss responses and the later mental health. Major findings obtained are as follows. Since the loss experiences have different character from other everyday stress events, the results reveal that a remarkable social-supports' or hardiness' effects to the loss responses produced by experience are not seen. To the contrary, the person of high "challenge" score which is the low rank concept of hardiness has also showed the loss responses strongly. Social-supports have both direct and indirect effects on subsequent health, and hardiness has direct effect on that.

Key words: social support, hardiness, loss response, stress response, direct effect, indirect effect

【問題背景と研究目的】

我々は様々な人生の様々な局面で愛情や依存の対象を失う経験をする。このような喪失体験という不可避なライフイベントに直面した人は、嘆き悲しみ、失ったものを想う。しかし、喪失体験によって生じた心理的反応はその後の心身の健康状態に影響を及ぼすことから、そこからの回復はその後の人生を豊かに健康的に過ごすためには欠かせないことといえる。

認知ストレス理論 (Lazarus, R. S., & Folkman, S., 1984) によると、我々はストレッサーを受けたとき、それが自己にとってどれほど驚異的なものであるかをまず評価し、そこでストレスフルと判断された場合に初めてストレス反応(不安、怒りと攻撃性、無気力と抑うつなど)が生じる。その評価の過程には個人的変数や状況変数など様々な要因が関わり、個人で生じる心理的反応の程度は異なってくる。この個人の内的プロセスはスト

レスイベントの1つである喪失体験においても同様と考えられる。しかし、喪失体験はその他のストレスイベントと比べ、予期できない場合が多く、また同じようなストレスにさらされた経験が少ないことから、喪失体験に対する耐性ができていないという特徴を持つため、生起するとされている心理的反応は他のストレスイベントと異なってくるものと考えられる。

Freud (1917) は、このような喪失体験の結果生じる心理的過程を「悲哀の仕事 (mourning work)」と呼び、悲嘆と失ったものへの追想に没頭するとしている。「悲哀」は喪失体験後からその後の心理的過程全体を指し、「悲嘆 (grief)」は比較的短期的な喪失体験後に生じる症状ないし反応を指す。これまでの悲嘆に関する研究では、富田・大塚・伊藤・三輪・村岡・片山・川村・北村・上里 (2000) が、幼い子どもを失った両親 175 名を対象に調査し、悲嘆反応を「心理的ショックや否認」「抑うつと悲しみ」「怒り」「不安」「罪悪感

*1 三重大学教育学部 e-mail:shuhiro@edu.mie-u.ac.jp

*2 大阪大学大学院人間科学研究科 e-mail:aki@rinro.hus.osaka-u.ac.jp

“対象へのイメージや想起”“受容”“その他”の8カテゴリーに分類している。また、池田・藤原・土肥(2000)は阪神大震災を経験した大学生を対象に調査を行い、大切な所有物の喪失経験が“パニック”“怒り”“抑うつ”“合理化・前向き”“その他”といった心理的反応を引き起こすことを明らかにしている。

しかし、これまでの喪失体験に関する研究を概観してみると、喪失体験をストレスイベントと大きく包含して扱ったものがほとんどであり、例え喪失体験に焦点を当てた研究であっても、親しい人との死別など特定の経験のみを扱ったものばかりである。

そこで「喪失」のもつ心理的影響一般を明らかにするためには、ストレスイベントを系統的に弁別し、生起する心理的反応を明確にする必要があると考えた。本研究では個人が体験した体験毎にどのような喪失反応(ストレス反応と悲嘆反応)が生じるのかを明らかにすることを第1の目的とする。

ところで、Cohen, S., & Wills, T. (1985)はソーシャル・サポートが、ストレスイベントの評価の過程及び対処行動・適応的反応の促進に影響を及ぼすことを指摘しており、またCaplan(1974)やCobb(1976)は、ソーシャル・サポートが精神的健康を維持する上で必要不可欠なものであることを指摘しているなど、その機能は多様である。ソーシャル・サポートが個人の健康にとって有効になるのは、自己にとって重要な人との心理的な結びつきが強い人は、ストレスイベントにさらされたとしても、適切なフィードバックを得ることができるため、不均衡状態から回復しやすいからだと考えられている。Barrera, M. (1986)によると、ソーシャル・サポートの捉え方として主に3つの立場に分けることができる。第1の立場として、ソーシャル・サポートをネットワーク構成の大きさとして捉えるものである。第2は個人の主観的な評価サポート、つまり個人が利用可能であると知覚したサポートを捉える立場である。そして第3の立場は、受け取る側の評価に関わらず、提供者側が行ったサポート行動そのものをソーシャル・サポートであるとする立場である。本来ならばこれらの立場をすべて考慮に入れたソーシャル・サポートの検討が必要であることは言うまでもないが、本研究ではまずその第1段階として第2の立場からのアプローチを試みる。つまり、本研究ではソーシャル・サポートを「他者との間の

社会的支援関係であり、他者からどのようにどの程度の支援を受けることができるかに関する個人の認知」と定義し、ソーシャル・サポート認知が喪失体験直後に生じる喪失反応やその後の精神的健康にどのような影響を与えているのかについて検討を加える。

また、ストレス反応の個人差をもたらすパーソナリティ特性として、「ハーディネス=強靱性(hardiness)」が挙げられている(Kobasa, S. C., 1979a; Kobasa, S. C., 1979b)。ハーディネスという概念はDohrenwend & Dohrenwend(1974)が示した「心理的ストレスと病気とは関連づけられる」という視点を始めとしている。ストレスと病気との関連を媒介するであろう心理社会的特性の研究の過程において、人間は成長へと動機づけられており、安定指向的な存在ではないとする実存的心理学、とりわけ成就的立場に基づく理論をベースとして誕生した。

ハーディネスの成分には、自分の生活の様々な状況に自分を十分に関わらせている傾向(コミットメント)、生活上の出来事に対してコントロール可能であると認知する程度(コントロール)、予期しなかった変化や脅威となる可能性のある事態を将来のためのプラスになるチャンスであると見なす傾向(チャレンジ)の3つがある。

また従来の研究では、ハーディネスは個人の心身に様々な影響を及ぼすことが明らかにされている。まず第1にハーディネスはストレスラーの認知的評価に影響を及ぼす(Kobasa, S. C., 1979a; et al.)とされる。これはたとえ個人が同じストレスラーにさらされたとしても、その認知過程で、ストレスイベントに対する捉え方がハーディネスの程度によって異なり、その結果心理的反応にも違いが生じると考えるものである。また、ハーディネスは、精神的、身体的健康に直接影響を及ぼすと同時に、健康管理を経る間接的な影響をもつことも明らかにされている(Weibe, D. J., & McCallum, D. M., 1986)。

ハーディネスはそもそもストレス反応に個人差をもたらすものとして作られた概念であることから、日常的、慢性的に体験されるようなストレスイベントに対する研究がほとんどであり、喪失体験に対する検討は行われていない。そこで本研究では喪失体験によって生じた喪失反応やその後の健康状態にハーディネスがどのような影響を与えるのかについて検討を行う。

さらに、これまでの研究ではハーディネスは短期的には変化しないパーソナリティ特性概念と捉えられている。しかし、例えば個人の不安には時間経過や外的要因によって影響を受けない安定した「特性不安」と、外的刺激などによって一時的に変化する「状態不安」があるように(肥田野・福原・岩脇・曾我・Spielberger, 2000)、ハーディネスもパーソナリティとして時間の経過や外的刺激によって簡単には変容しない部分と同時に、状態や外的刺激によって個人内で変動する分散を有しているのではないかと考える。そして先に挙げたソーシャル・サポート認知が個人のハーディネスを高め、結果として健康に影響を与えるものと仮定した検討をしてみる価値があると考えた。

以上、本研究ではソーシャルサポートとハーディネスが、喪失反応やその後の精神的健康についてのどのような影響を与えるのかについて検討を行い、加えてハーディネスがサポート認知に影響を受けていると仮定した上で、ソーシャルサポートのハーディネスを介した間接効果についても検討を試みる。これが本研究の第2の目的である。具体的には、以下に示す仮説モデルに基づいて諸変数間の関連性について検討する。

Fig. 1は、本研究で取り上げる諸変数間の関連性をモデル化したものである。本モデルの喪失体験から喪失反応までの過程はLazarusら(1984)の認知ストレス理論を参考に、喪失体験を経験した個人が経るであろう心理プロセスを示したものである。また、喪失体験によって生じた喪失反応が、その後の健康に影響を与えているということ予測し、喪失反応から健康に向けてのパスを引いた(a)。次に、ソーシャル・サポートが喪失反応(b)や健康(c)に直接的に影響を与えているということ予測し、ソーシャル・サポートから喪失反応と健康に向けてのパスを引いた(直接効果)。また、ハーディネスが、喪失反応(d)

やその後の健康(e)に影響を与えているとし、ハーディネスから喪失反応と健康に向けてのパスを引いた。さらにソーシャル・サポート認知がハーディネスを高め、その後の健康にも影響を与えているのではないかと予測し(ソーシャル・サポートの間接効果)、ソーシャル・サポートからハーディネスに向けてパスを引いた(f)。

この仮説モデルで示された諸変数の影響過程を検証するために、共分散構造分析を用いた分析を行う。

方 法

調査対象

国立M大学学生436名(男性210名、女性226名 平均年齢20.6歳)。調査は2002年11月に、主に授業の一部を利用して一斉に行われた。

質問紙の構成

喪失体験について：①ここ1,2年での喪失体験の有無(2件法)

②体験の内容を8つのカテゴリー(親しい人との死別、ペットとの死別、失恋、環境変化による親しい人との別れ、環境変化による思い入れの強い場所や雰囲気との別れ、思い入れの強い所有物の喪失、身体の一部の喪失、その他)から選択させた。

③その失った物の重要度を回答させた(5段階評定)。

ストレス反応尺度：喪失体験直後の心身への影響を総合的に測定することを目的に、廣岡・森田(2002)によって作成されたものを利用した。全13項目からなる(4段階評定)。

悲嘆反応尺度：富田・太田・小川・杉山・鏡・上里(1997)で作成された7つの悲嘆反応カテゴリーとその具体例を参考に、全21項目から成る悲嘆反応尺度を作成した(4段階評定)。

健康尺度・不健康尺度：青年期の心性と心理学的

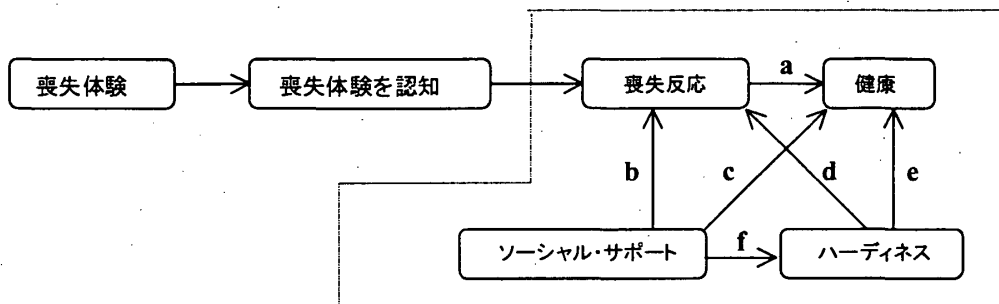


Fig. 1 喪失体験におけるソーシャル・サポートとハーディネスの関係(仮説モデル)

健康の観点から平石(1990)によって作成された全165項目の中から、因子分析の結果を参考に健康・不健康各6項目を選出し、用いた(4段階評定)。ハーディネス尺度: Kobasa(1979a)のハーディネス概念に基づき多田・石原・濱野(2001)が作成した新しい大学生用ハーディネス尺度を用いた(25項目、4段階評定)。ソーシャル・サポート尺度: 久田・千田・箕口(1989)の学生用ソーシャル・サポート尺度の中から3項目、また渡辺・蒲田(1999)のソーシャル・サポート尺度の中から3項目を選び、合計6項目のソーシャル・サポート尺度とした。各項目についてそれぞれのサポート源(父・母・きょうだい・教師・友人)から得られる援助の可能性を4段階評定で回答を求めた。

結 果

欠損値を含むもの、喪失体験そのものを経験していなかった者、喪失体験はあると答えたものの、失ったものに対する重要度を1(重要でなかった)または2(あまり重要でなかった)と答えた被調査者を除いた240名(男性162名、女性178名)を分析の対象とした。

1. 各尺度の因子分析結果

① ストレス反応尺度

全13項目について主因子法およびVarimax回転による探索的因子分析を行い、「抑鬱」「不機嫌」「身体的反応」の3因子解を最適解として採用した。次に各因子の内的整合性を検討するため、

Table 1 ストレス反応尺度 因子分析 (Varimax 回転後)

項 目	因子1	因子2	因子3	共通性
1, 気持ちが悪くしゃしゃしていた	.279	.677	.108	.548
2, 疲れやすかった	.414	.240	.582	.568
3, 勉強が手につかなかった	.828	.157	.155	.734
5, だれかに怒りをぶつきたい気分だった	.089	.723	.183	.564
6, 体がだるかった	.401	.189	.758	.771
7, ひとつのことに集中できなかった	.763	.154	.315	.705
8, 心が暗い感じだった	.522	.081	.229	.332
9, いらいらした	.190	.836	.112	.747
10, 頭が重かった	.222	.257	.589	.463
11, 何もやる気がしなかった	.753	.147	.234	.644
13, 人を傷つけたいと思った	.005	.498	.183	.281
二乗和	2.86	2.28	1.61	
寄与率 (%)	22	17.5	12.4	

Table 2 悲嘆反応尺度 因子分析 (Varimax 回転後)

項 目	因子1	因子2	因子3	共通性
1, 信じられなかった	.192	.580	.160	.399
2, 気分が落ち込み、沈んだ	.557	.295	.123	.413
5, 自分が悪かったのではないかと思った	.147	.272	.610	.468
6, 失ったもの(人)のことが頭から離れなかった	.650	.205	.269	.536
8, 何かの間違いだと思った	.261	.660	.058	.508
9, 失ったもの(人)が恋しくて仕方なかった	.673	.118	.244	.526
10, 悔しい思いがした	.139	.549	.340	.436
11, 気持ちが落ち着かず、じっとしていられなかった	.511	.400	.128	.437
12, もっと大事にしてあげればよかったと思った	.362	-.018	.634	.533
13, 失う以前のことを頻繁に思い出してしまった	.743	.012	.173	.582
15, 何がなんだか分からなかった	.265	.724	-.090	.602
16, むなしい感じがした	.531	.328	-.028	.390
17, 怒りが込み上げてきた	.070	.551	.060	.313
18, 不安な気持ちだった	.515	.263	.012	.334
19, 失ったもの(人)に申し訳ない気がした	.041	.029	.675	.458
二乗和	3.61	2.76	1.93	
寄与率 (%)	17.2	13.1	9.2	

Cronback の α 係数を算出したところ、「抑鬱」因子は $\alpha = .85$ 、「不機嫌」因子は $\alpha = .80$ 、「身体的反応」因子は $\alpha = .81$ と、すべての因子で高い内的整合性が認められた (Table 1)。

②悲嘆反応尺度

全 21 項目について主因子法および Varimax 回転による探索的因子分析を行い、「悲しみ・イメージ」「否認・怒り」「罪悪感」の 3 因子解を最適解として採用した。各因子の内的整合性の検討のため Cronback の α 係数を算出したところ、「悲しみ・イメージ」因子は $\alpha = .83$ 、「否認・怒り」因子は $\alpha = .78$ 、「罪悪感」因子は $\alpha = .71$ であった (Table 2)。

③健康尺度、不健康尺度

健康尺度 12 項目について、主因子法および Varimax 回転による探索的因子分析を行い、1 因子解を最適解として採用した。そこで尺度の内的整合性を検討するため全体の α 係数を算出したところ、 $\alpha = .76$ という数値を得たので全項目を合計したものを「健康得点」とした。次に不健康尺度 12 項目について主因子法および Varimax 回転による探索的因子分析を行い、健康尺度と同様に 1 因子解を最適解として採用した。Cronback の α 係数は $\alpha = .79$ であり、全項目を合計したもの

を「不健康得点」とした。健康得点と不健康得点間の相関を求めたところ、中程度の相関がみられた ($r = .514$ $p < .001$)。そこで、その後の分析、考察のし易さから不健康尺度の全項目を健康尺度の逆転項目とみなし、健康、不健康尺度全 24 項目の得点を合計したものを「健康得点」とした。また、その内的整合性は $\alpha = .84$ であった。

④ハーディネス尺度

全 25 項目について、多田ら (2001) に従い、主因子法および Promax 回転による探索的因子分析を行った結果、多田ら (2001) と同じく「チャレンジ因子」「コントロール因子」「コミットメント因子」の 3 因子解が得られたのでこれを最適解として採用した。次に各因子の内的整合性を検討するため、Cronback の α 係数を算出したところ、チャレンジ因子は $\alpha = .82$ 、コントロール因子は $\alpha = .79$ 、コミットメント因子は $\alpha = .75$ で、すべての因子で十分な内的整合性が認められた (Table 3)。

⑤ソーシャル・サポート尺度

各サポート源 (父・母・きょうだい・教師・友人) について全 6 項目を主因子法および Varimax 回転による探索的因子分析を行い、すべてのサポート源において、1 因子解を最適解として採用した。

Table 3 ハーディネス尺度 因子分析 (Promax 回転後)

項目	因子1	因子2	因子3
1, スリルのある活動や冒険的な行為は好きだ。	.757	-.197	.072
2, 一生懸命がんばれば、必ず目標は達成する。	-.066	.854	.041
4, 目新しく変化に富んだ色々なことをしてみたい。	.578	.187	-.118
5, どんなことでも最善を尽くせば、最終的にうまくいく。	.109	.796	-.040
6, 生きがいを感じているものがある。	.034	.086	.577
7, 興奮したり、わくわくすることが好きだ。	.550	.005	.216
8, 努力すればどんなことでも自分の力のできる。	-.039	.677	.177
10, 少々危険でも活動的な仕事の方が好きだ。	.654	.054	-.004
12, 毎日の生活は単調で張りが無い。*	-.038	-.164	.663
13, できれば様々な経験をしてみたい。	.534	.137	-.041
14, 一生懸命話せば、だれにでもわかってもらえる。	-.018	.611	-.058
15, 目標が見つからないでいる。*	-.035	.018	.671
16, 少々危険でもスリルのあるスポーツをするのが好きだ。	.573	-.051	-.004
17, あらかじめ計画を立てれば問題は生じないものだ。	-.078	.358	-.072
18, アルバイトや仕事は変化がある方が好きだ。	.525	.158	-.078
20, はっきりしないことや予測できないことが好きだ。	.575	-.218	.017
22, 自分は何の役にも立たない、つまらない人間だ。*	-.065	.030	.708
23, いつもと同じ変わりばえのしない生活が好きだ。*	.476	-.058	-.042
25, 自分はこの社会に欠くことのできない貴重な存在だ。	.107	.033	.469
二乗和	4.77	2.00	1.62
寄与率 (%)	19.1	8.0	6.5

*は逆転項目を示す

また各サポート源得点間の相関を見たところ、すべてのサポート源の間に有意な相関が見られたため (Table 4)、各サポート得点を合計したものを「総合サポート得点」とし、後の分析ではサポート源を特定した場合と特定しなかった場合の両得点を用いて分析を試みた。

2. 喪失体験によって生じた喪失反応について

喪失体験によって喪失反応の様相が変わるのか、また小此木 (1979) が指摘するように、喪失体験はストレス反応のみならず、悲嘆反応も引き起こすのかについて検討するため、因子分析で得られた3つのストレス反応因子 (「抑鬱」「不機嫌」「身体的反応」と3つの悲嘆反応因子 (「悲しみ・イメージ」「否認・怒り」「罪悪感」) について、それぞれの喪失体験 (「その他」を除いた7つ) を独立変数に1要因分散分析を行った。すべての因子において1%水準で有意な差が見られたため、多重比較 (Tukey 法) によって下位検定を行った。その結果を Table 5 に示す。各喪失体験によ

て因子間に違いが見られるものの、全体としてすべての喪失体験においてストレス反応と同様に、悲嘆反応も強く生じていることが明確であった。

3. 利用可能なサポート源について

大学生はどのサポート源が最も利用可能であると認知しているのかを検討するため、各サポート源を独立変数とした1要因分散分析を行ったとこ

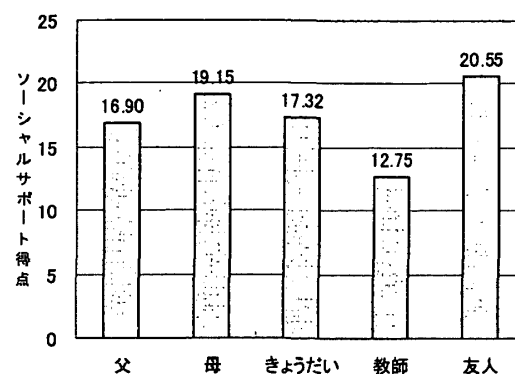


Fig. 2 利用可能なサポート源

Table 4 サポート源間相関係数

	父	母	きょうだい	教師	友人
父					
母	.698**				
きょうだい	.555**	.658**			
教師	.352**	.348**	.349**		
友人	.352**	.344**	.384**	.129*	

* ...p<.05 ** ...p<.001

Table 5 体験別での喪失反応6因子 平均得点と分散分析結果

		親しい人との死別	ペットとの死別	失恋	環境変化による親しい人との別れ	環境変化による雰囲気や場所との別れ	所有物の喪失	自己の身体の一部の喪失	F 値
	N	61	26	67	35	11	38	2	240
抑鬱	Mean	10.67	11.04	13.09	9.34	12.18	10.39	8.00	7.68***
	S.D.	3.27	2.89	2.77	2.94	2.89	3.38	5.66	
不機嫌	Mean	6.52	6.77	8.67	6.94	9.09	8.92	8.50	5.39***
	S.D.	2.86	2.64	2.81	2.42	3.30	3.45	2.12	
身体的反応	Mean	6.20	6.27	8.06	6.60	8.09	6.42	6.00	4.35***
	S.D.	2.67	2.03	2.21	2.71	3.24	2.42	0.00	
悲しみイメージ	Mean	20.67	19.65	22.75	17.97	20.45	19.05	14.50	6.31***
	S.D.	4.56	4.23	4.34	4.62	4.52	4.03	6.36	
否認怒り	Mean	12.69	11.15	12.99	7.77	10.91	12.58	17.50	10.56***
	S.D.	4.07	3.22	3.91	2.96	3.33	2.94	3.53	
罪悪感	Mean	7.21	8.77	8.43	5.69	6.64	8.16	4.50	7.36***
	S.D.	2.54	2.70	2.38	2.34	1.75	2.39	2.12	

***...p<.001

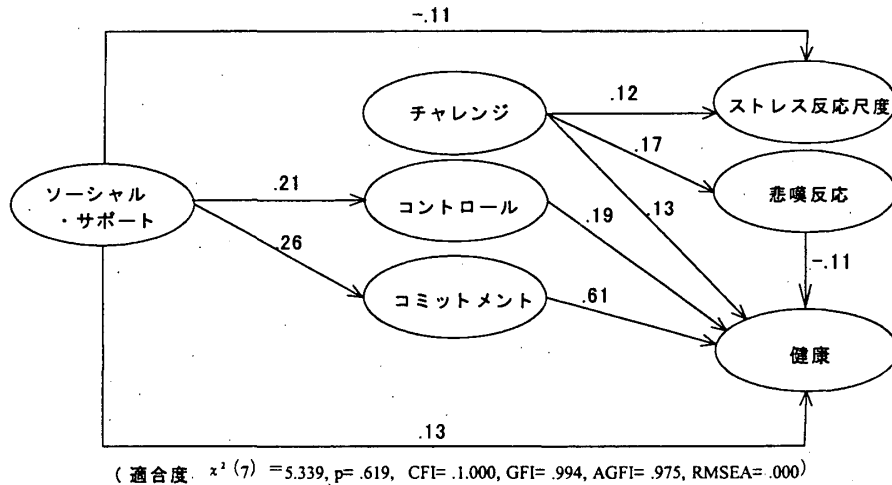


Fig. 3 喪失反応、ソーシャル・サポート、ハーディネス、健康の関係

ろ、有意であった ($F(4, 956) = 225,972, p < .001$)。多重比較による下位検定を行ったところ、大学生が普段得られることができるだろうと認知しているソーシャル・サポート源は友人が最も多く、次に家族サポートの中でも母親によるソーシャル・サポートが高かった (Fig. 2)。この結果は久田ら (1989) と同様の結果であり、大学生は困難に陥ったときに友人や母親が力となってくれるだろうと強く感じていることを示す。

4. 喪失反応、ソーシャル・サポート、ハーディネス、健康の関係について

個人が喪失体験を経験したとき、様々な環境要因やパーソナリティ要因によって体験に対する受け止め方は影響を受ける。そこでストレスイベントである喪失体験で生じた喪失反応に影響を与えるとされているソーシャル・サポートやハーディネスがどのような影響を与えているかを検討するため、共分散構造分析を行った。

使用した変数

変数の得点化は以下のように行った。喪失体験によって生じた喪失反応については、因子分析によって抽出したストレス反応3因子の各尺度得点を合計したものを「ストレス反応」とし、同じく因子分析によって抽出した悲嘆反応3因子の各尺度得点を合計したものを「悲嘆反応」とした。健康については健康尺度・不健康尺度によって算出された「健康」得点を用いた。また、ソーシャル・サポートについては、各サポート源の得点を合計した「ソーシャル・サポート」得点を用いた。ハーディネスについては、「チャレンジ」、「コントロール」、「コミットメント」それぞれのもたらす効果

を確かめる目的から、因子分析の結果抽出、算出した3尺度得点を用いることとした。

以上の観測変数を用いて、Fig. 1で作成した仮説モデルに即し、共分散構造分析を行った。なおこのモデルにおいては「悲嘆反応」、「ストレス反応」、「健康」、「チャレンジ」、「コントロール」、「コミットメント」が内生変数で、「ソーシャル・サポート」が外生変数である。そこで、内生変数である観測変数には誤差変数をつけて、誤差変数から観測変数へのパス係数を1とした。その結果得られた標準偏回帰係数をもとに作成したパス・ダイアグラムとモデルとの適合度を Fig. 3に示す。喪失反応がその後の健康に及ぼす影響

「悲嘆反応」から「健康」にかけてのパス係数が $-.11 (p < .001)$ であったことから、喪失体験によって生じた悲嘆反応はその後の健康状態に決して大きくはないが負の影響を与えていると考えられる。一方「ストレス反応」から「健康」に対しての有意なパスは引くことができなかった。これは喪失体験によって生じたストレス反応がその後の健康に対して影響を与えていないことを示す。喪失反応、健康に対するソーシャルサポートの効果

「ソーシャル・サポート」から「ストレス反応」に対してのパス係数は $-.11 (p < .001)$ であった。これはソーシャル・サポート認知が喪失体験直後のストレス反応を少しであるが軽減させていることを意味する。しかし、「ソーシャル・サポート」から「悲嘆反応」に対しての有意なパスは見られなかった。次に「ソーシャル・サポート」から「健康」に対してのパス係数は $.13 (p < .001)$ であった。これはソーシャル・サポートがその後の健康状態に対して、弱くはあるが良い影響を与え

ていることを意味し、仮説モデルを支持する結果であった。

喪失反応、健康に対するハーディネスの影響

「チャレンジ」から「ストレス反応」に対するパス係数が.12 ($p < .001$)、「悲嘆反応」に対して.17 ($p < .05$) という値が得られた。これは「チャレンジ」得点が高い人ほど喪失体験を経験した時に喪失反応が強く生起することを意味し、これは仮説からの予測と逆の結果となった。また、「チャレンジ」から「健康」に対してのパス係数は.13 ($p < .001$) であり、チャレンジが高いほどその後の健康に良い影響を与えるという結果が得られた。一方「コントロール」と「コミットメント」は、「悲嘆反応」「ストレス反応」の両方に対して有意なパスは得られなかった。

「コントロール」から「健康」に対してのパス係数は.19 ($p < .001$) であり、また「コミットメント」から「健康」に対しては.61 ($p < .001$) とかなり高い値が得られた。

これらのことからハーディネスはチャレンジのみが喪失体験直後の喪失反応に負の影響を及ぼし、その後の健康に対してはチャレンジ、コントロール、コミットメントすべてが正の影響を及ぼしているとまとめることができる。

ソーシャル・サポートの間接効果について

「ソーシャル・サポート」から「コントロール」に対して.21、そして「コミットメント」に対して.26 というパス係数が得られた。これは個人がソーシャル・サポートを受けることができると認知しているほどハーディネスを高め、その結果としてその後の健康状態にも影響を与えている（間接効果）という、本研究の仮説モデルを一部支持するものであった。

【考 察】

喪失体験によって生じた喪失反応について

7つに分類された体験について、どのような喪失反応が生じているのかについて検討した。その結果それぞれ体験による因子間の差は見られたものの、全体としてすべての喪失体験にストレス反応、悲嘆反応と呼ばれる心理的状态が表れた。これは「親しい人との死別体験」などの特定の喪失体験にのみ悲嘆 (grief) という心理的反応が引き起こされるのではなく、大切なものを失ったという事実、つまり「喪失」がこのような複雑な心理

的反応（本研究では喪失反応）を生じさせるのだということの意味している。しかしながら、それは喪失体験の内容によって生じてくる喪失反応もまた微妙に変化しており、その体験が持つ性質や社会的状況によって異なるという可能性を示唆する結果となった。

それぞれの体験について述べてみると、まず「親しい人との死別体験」では不機嫌因子を除くすべての反応が強く表れていた。これは親しい人との死別によってその人を死に追いやった原因に対する怒りは生じるものの、不機嫌状態にはさほど陥らないのだと考えることができる。また、「親しい人との死別体験」と「ペットとの死別体験」については、因子によって若干の差は見られたものの、ほぼ同様の喪失反応が生じている。これは近年のペットロス研究で得られた結果と一致している（岩本・福井, 2001）。

また「失恋」についてはすべての因子において強い反応が生じていた。今回の分析対象となった240名のうち「失恋」を体験したと答えた人が67名と、喪失体験の中で最も多かったことから、現代の大学生にとって最も体験する可能性が高く、またその結果、心理的な衝撃も強く受ける体験であることがわかる。

「環境変化による親しい人との別れ」に対しては、総じて喪失反応が他の経験よりも生じていなかった。これは引越しなどの状況を考慮してみると、事前にその別れが訪れることを予期されていたため、その分すべての因子において他の喪失体験よりも喪失反応が少なくなったと考えることができる。これに関しては「予期悲嘆 (anticipatory grief)」と呼ばれ (Lindemann, 1944; 小此木, 1973)、喪失体験が生じる以前に喪失に伴う悲嘆が開始され、喪失に対して心の準備ができていたことを意味する。そのため、実際に喪失を経験してもその悲嘆は幾分緩和されることがCaplanら (1974) の危機介入理論の中でも明らかにされている。これらのことから、「環境変化による親しい人との別れ」では予期悲嘆が喪失体験の以前から生じていたため、喪失反応が他よりも生じなかったのではないかと考察できる。

ここで興味深いのが、「環境変化による思い入れの強い雰囲気や環境との別れ」が「環境変化による親しい人との別れ」と似た状況で生じているにもかかわらず、そこで生じる反応がほとんどの因子において「環境変化による親しい人との別れ」

よりも強く生じていたことである。これは、個人が環境変化を経験するとき、親しい人との別れは予期・想像しやすい一方で、物的な環境などとの離別はなかなか予期・想像することができないことによるのではないかと考えられることである。つまり自分の失った環境がいかに重要なものであったかは失った後で初めて気づくため、予期悲嘆を先行させることができず、体験後に喪失反応がより強く生じたのではないかと考えられる。人々が予期悲嘆を実際の経験に先行してある程度行っておくことは、実際に経験してからの回復に大きく影響を及ぼす可能性が高いという本研究の結果は、これまでの悪性疾患に罹患した親や、がんなどの疾患患者の近親者を対象に行った研究の結果と一致しており (Schoenberg, B., Carr, A. C., Peretz, D., & Kutscher, A. H., 1974; Rando, 1984; Levy, L. H., 1991)、喪失体験における個人の予期の重要性を示唆する結果となっている。

利用可能なサポート源について

大学生は自分が困難に陥った際には友人が、そしてその次には母親がサポートしてくれるだろうと認知していることが明らかとなった。これはこれまでの大学生を対象に行われた多くのソーシャル・サポート研究と同様の結果である。

ソーシャル・サポートネットワークは発達とともに家族から友人へと移行していくことは従来の研究によって明らかにされている (Furman, W., & Buhrmester, D., 1985)。児童期、思春期の個人は依存的な存在であり、経済的、情緒的な面で家族のサポートは子どもにとっては不可欠なものであった。しかし大学入学によってこれまで以上に家族と過ごす時間よりも友人や恋人などの関係を重要視し、相互依存的な関係を築いていく。本研究でも、大学生に対する重要なサポートは、友人によって与えられていることが確認されたといえよう。

喪失反応、健康に対するソーシャルサポート、ハーディネスの効果についての検討

ここではソーシャル・サポートとハーディネスが喪失体験で生じた喪失反応やその後の健康状態にどのような影響をもち得るのか、さらにソーシャル・サポートの享受の認知によってハーディネスが変化し、その後の精神的健康状態に影響を与えるのかどうかについて考察する。

まずソーシャル・サポートについては、サポートが得られていればいるほど、その後の喪失反応

を軽減させ、またその後の健康にもよい影響を与えるという結果が得られた。今回はソーシャル・サポートについては実際に与えられたサポート量ではなく、困難な状況に陥ったときに個人が得られるだろうと認知しているサポート量について答えさせるものであった。これは利用可能と捉えるソーシャル・サポートの量が個人の認知スタイルと密接な関係を持つことを示している。Lakey, B., & Cassady, P. B. (1990) はスキーマ理論に基づき、ソーシャル・サポートの利用可能性の認知はその人が持っている支持的な行動についてのスキーマがどのくらい活性化されているかによって影響を受けるだろうと考えている。つまり、ソーシャル・サポートの利用可能性を低く認知する人は、サポート利用可能性を高く認知する人と比較して、たとえ他者のサポートを実際は多く受けていたとしても、それほど助けになるとは評価せず、しかも受けたサポートをあまり思い出すことができない。その結果、多くのサポートを利用できると考えている人は適切にストレスイベントに対して対処することができ、一方サポートを利用できないと考えている人は喪失反応を生じさせるのである。しかし本研究の結果で注目すべきことは、従来の研究が得ている結果、つまり喪失体験直後の喪失反応に対して、ソーシャル・サポートは絶大な効果を発揮したという結果が得られていないという点である。ソーシャル・サポートからストレス反応へ低い負の値が見られたことから、喪失体験というストレスイベントはその特性から、たとえ日常的に利用可能なサポートがあるという認知があったとしても、そこで生じる喪失反応は簡単には軽減させることができないと考えることが可能である。ただし、ソーシャル・サポートはその後の健康に対して直接的に影響を与えており、これは多くの先行研究と同様の結果であり、仮説モデルが支持されたことを意味する。

喪失体験直後に生じる喪失反応に対するハーディネスの影響については、特にチャレンジについてのみ喪失反応に対して負の値を示した。これは変化を好み、変化に対して前向きな姿勢である人ほど、喪失体験を経験すると強い喪失反応が生じることを意味している。この結果は事前に予想していた結果とはまったく逆のものであった。諸研究では、日常的に変化に対して前向きな姿勢である人ほど (チャレンジ得点が高い人ほど)、日常的に体験するだろうストレスイベントに対してのス

トレス反応は生じにくいという結果を析出している。このことから、今回はストレスの内容が喪失体験という、予期しにくくしかも経験頻度少ないけれども自己にとって重要なものを失うという経験が、個人にかなりの心理的な衝撃を与えるという出来事の特異性にあるのかもしれない。つまり、それが変化を好んでいた人にとって反対に脅威となり、その結果として、喪失反応が高まったのではないかと推察することも可能である。

また「チャレンジ」、「コントロール」、「コミットメント」のすべてにおいてその後の健康に正の値が見られた。特に「コミットメント」に関しては健康に対して高い値が見られ、自分の仕事や社会的活動に傾倒していると感じている度合いが高いほど精神的に健康であるということが明らかとなった。これはこれまでの先行研究と同様の結果であり、仮説モデルを支持するものとなった。

さらにソーシャル・サポートはハーディネスの中でも「コントロール」と「コミットメント」に正の影響を与えるという仮説モデルを一部支持する結果が本研究では得られた。本研究ではなぜソーシャル・サポートを受けているという認知がハーディネスという個人的特性に影響を与えるのかということまで検討することはできないが、サポートを受けているという認知を持っていることにより、自尊心や自己効用感が高まり、その結果、「コントロール」や「コミットメント」を高めることとなったのではないかと推測することもできる。ただし、これまでの研究にはハーディネスとハーディネスに影響を与えそうな潜在変数との関連を検討したものはまったくない。しかし、本研究では環境要因であるソーシャル・サポートに対する個人の認知によって、ハーディネスが影響を受けるというハーディネスの変動性を想定することの妥当性を示す結果となったといえよう。

【今後の課題】

本研究では過去に経験した喪失体験を思い起こさせ、その時の心理的状态を聞くという形式をとった。自己の過去の記憶を想起する際にも調査時の気分によって影響を受けるといった気分一致効果(mood congruent effect)の存在が確認されている(Blaney, 1986など)ことから、今回測定したストレス反応や悲嘆反応が喪失体験直後のそれと同様であるとは言い難い。

また、本研究では普段被験者が認知している「利用可能なソーシャル・サポート」をサポートとして取りあげたが、個人が喪失体験を経験した際に与えられるサポートは通常サポートとは内容も量も異なると考えられ、やはり「実際に行われたサポート」の持つ効果についても、検討が必要だと思われる。また、今回はサポートを全面的に有効なものとして捉えたが、人間関係は逆にストレスを生じさせるものとも考えることができる。例えば送り手側の一方的な支援が受け手のストレスを高めているということも考えられるだろう。さらに橋本(1997)が大学生が日常生活で経験するディストレスとして対人ストレスを挙げ、その弊害を明らかにしているように、こうした対人関係のネガティブな側面の可能性を考慮すれば、ソーシャル・サポートを簡単に「有効なもの」とは断定できず、今後もソーシャル・サポートのもつネガティブな効果についても検討を加えなければならない。

また本研究では、悲嘆についてはその直後の反応のみを扱った。しかし喪失体験によって生じる心理的反応は、時間の経過や経験者本人の様々な要因、社会状況的要因によって様々に変化するものであり、体験直後の心理的反応とその後の精神的健康を測定しただけでその間の過程が説明できたわけではない。今後はDeeken(1983, 1986)、Fink(1973)、Ross(1968)、平山(1991)などが主張するような、喪失体験における心理的過程について、失ってから期間や直後からどのような心的反応を経てどのような変化を経験してきたのかを縦断的に検討する必要がある。

このように喪失体験についての研究は、研究者の側からの状況設定が非常に困難であり、厳密な条件統制下での検討が難しい。したがって、「喪失」のもつ心理的影響一般を明らかにするためには、ストレスイベントを系統的に弁別し、生起する心理的反応を明確にするためのデータの蓄積が必要である。今後も様々な要因・視点を考慮に加えた詳細な検討が待たれる。しかし、本研究で得られた結果、つまり喪失体験が個人に他のストレスイベントと異なる心理的反応を生起させるということ、またサポート認知が個人のハーディネスに及ぼす影響については、今後のソーシャル・サポート研究の新たな視点を提供したものと考えている。

【要 約】

本研究の目的は個人が愛情や依存の対象の喪失を経験した時、その体験によって生起する心理的反応は異なるのか、また、ソーシャル・サポートとハーディネスはその時生じた心理的反応やその後の精神的健康状態にどのような影響を及ぼすのかを検討することであった。分析の結果、体験によって生じた喪失反応はその他の日常的なストレスイベントと異なる性質を持っており、そのためソーシャル・サポートやハーディネスの影響は先行研究のように顕著には見られなかった。その反対に、ハーディネスの下位概念である「チャレンジ」得点の高い者が喪失反応も強く生じる、という結果も得られた。その後の健康については、ソーシャル・サポートとハーディネスが直接的に良い影響を及ぼし、さらにソーシャル・サポートの認知によって、個人特性である「コントロール」や「コミットメント」を高め、間接的に健康に結びついていることを示唆する結果となった。

【引用文献】

Barrena, M., Jr., 1986 Distinction between social support concepts, measures, and models. *American Journal of Community Psychology*, 14, 413-445.

Blaney, P. H. 1986 Affect and memory: A review. *Psychological Bulletin*, 99, 229-246.

Caplan, G. 1963 Emotional crisis. In A. Deutsch, & H. Fishman (Eds.), *Encyclopedia of mental health*, Vol.2. New York: Franklin, Watts.

Caplan, G. 1974 *Support systems and community mental health*. New York: Behavioral Publications.

近藤喬一他(訳) 1979 地域ぐるみの精神衛生 星和書店

Cobb, S. 1976 Social support as a moderator of life stress. *Psychosomatic Medicine*, 38, 300-314

Cohen, S., & Wills, T. A. 1985 Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98, 310-357.

Deeken, A. 1983 悲嘆のプロセスを通じての人格成長 看護展望, 8 (10), 17-21

Deeken, A. 1986 死への準備教育の意義 死への準備教育(下) メディカルフレンド社

Dohrenwend, B. S., & Dohrenwend, B. P. (Eds.) 1974 *Stressful life events: Their nature and effects*.

New York: Weily.

Fink, S. L. 1973 *Crisis and motivation A theoretical model* Case Western Reserve Uni. Cleaveland, Ohio.

Freud, S. 1917 Mourning and melancholy. 井村恒郎・小此木啓吾他(訳) 1970 悲哀とメラニコリーフロイド著作集6 人文書院

Furman, W., & Buhrmester, D. 1985 Children's perception of the personal relationships in their social networks. *Developmental Psychology*, 21, 1016-1024.

橋本 剛 1997 大学生における対人ストレスイベント分類の試み 社会心理学研究 13 (1), 64-75.

肥田野直・福原真知子・岩脇三良・曾我洋子・Spielberger CD. 2000 新版 STAI マニュアル 実務教育出版

平石賢二 1990 青年期における自己意識の構造 — 自己確立感と自己拡散感からみた心理学的健康 — 教育心理学研究, 38, 320-329.

平山正実 1991 死生学とはなにか 日本評論社

廣岡秀一・森田千恵子 2002 中学生のストレスとソーシャル・サポートに関する研究 — ソーシャル・サポートの緩衝効果を中心に — 三重大学教育学部研究紀要(教育科学), 53, 167-178.

久田 満・千田茂博・箕口雅博 1989 学生用ソーシャル・サポート尺度作成の試み(1) 日本社会心理学会第30大会発表論文集, 144-144.

池内裕美・藤原武弘・土肥伊都子 2000 拡張自己の非自発的喪失: 大震災による大切な所有物の喪失調査より 社会心理学研究 16 (1), 27-38.

岩本隆茂・福井 至(編) 2001 アニマルセラピーの理論と実際 培風館

Kobasa, S. C. 1979a Personality, and health: *American Journal of Community Psychology*, 7, 413-423.

Kobasa, S. C. 1979b Stressful life events, personality, and health.: An inquiry into hardiness *Journal of Personality and Social Psychology*, 37, 1-11.

Lakey, B., & Cassady, P.B. 1990 Cognitive processes in perceived social support. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 337-343.

Lazarus, R.S. & Folkman, S. 1984 *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer Publishing Company, Inc. 本明 寛・春木 豊・織田正美監訳

- 1991 ストレスの心理学実務教育出版
- Levy, L.H. 1991 Anticipatory grief: its measurement and proposed reconceptualization. *The Hospice Journal*, 7 (4), 1-28.
- Lindemann, E. 1944 Symptomatology and management of acute grief. *American journal of psychiatry*, 101, 141-148.
- 小此木啓吾 1973 対象喪失 — 悲しむということ
中公新書
- Rando, T. A. 1984 *Grief, dying and death; Clinical interventions for caregiver*. Champaign, Illinois: Research Press Co.
- Ross, E.K. 川口正吉 (訳) 1971 死ぬ瞬間 死にゆく人々との対話 読売新聞社
- Schoenberg, B., Carr, A.C., Peretz, D., & Kutscher, A. H. (Eds.) 1974 *Anticipatory grief*. New York: Columbia University Press.
- 多田志麻子・石原金由・濱野恵一 2001 大学生用ハーディネス尺度作成の試み CCI年報, 14, 45-52.
- 富田拓郎・太田ゆず・小川恭子・杉山晴子・鏡直子・上里一郎 1997 悲嘆の心理過程と心理学的援助 カウンセリング研究, 30, 49-67.
- 富田拓郎・大塚朋子・伊藤 拓・三輪雅子・村岡理子・片山弥生・川村有美子・北村俊則・上里一郎 2000 幼い子どもを失った親の悲嘆反応と対処行動の測定 カウンセリング研究, 33, 168-180.
- 渡辺弥生・蒲田いずみ 1999 中学生におけるソーシャル・サポートとソーシャルスキル — 登校児と不登校児の比較 — 静岡大学教育学部紀要, 49, 337-351.
- Weibe, D. J., & McCallum, D.M. 1986 Health practices and hardiness as mediators in the stress-illness relationship. *Health Psychology*, 5, 425-438.