

ストレスフルな体験の意味づけに関連する研究の動向

筑波大学大学院人間総合科学研究科 堀田 亮

筑波大学人間系 杉江 征

Research on meaning-making following stressful life experiences: A review

Ryo Horita (*Graduate School of Comprehensive Human Sciences, University of Tsukuba, Tsukuba 305-8572, Japan*)

Masashi Sugie (*Faculty of Human Sciences, University of Tsukuba, Tsukuba 305-8572, Japan*)

The purpose of this study is to review current research about meaning-making following stressful life experiences. First, we introduce some concepts and theoretical models related to meaning-making. Second, we review studies of meaning-making following stressful life experiences based on the integrated model of meaning-making (Park, 2010). This model distinguishes between the constructs of global meaning and situational meaning. Moreover situational meaning seen as consisting of both a meaning-making process and made meanings. Studies of made meanings have largely focused on the relation between growth following a stressful life experience and mental health. However the results from studies of made meanings are inconsistent. Accordingly, studies of meaning-making process are increasingly drawing attention. Joseph and Linley (2005) have proposed an organismic valuing theory of growth through adversity, where assimilation and accommodation are regarded as core components of the meaning making process. We review studies of assimilation and accommodation as part of the meaning-making process. Finally, we present an overview of meaning-making and suggest some future research directions.

Key words: meaning-making, stressful life experiences, meaning-making process, made meanings

はじめに

「意味づけ (meaning making)」とは臨床心理学の研究領域において、あるストレスフルな出来事に直面した後の適応過程を説明する概念として提唱されている。ロゴセラピーの創始者である Frankl (1969 山田他訳 2002) が人間の基本的動機づけとして「意味への意志」を提唱したように、人は自己の存在を脅かされるような出来事、つまりストレスフルで危機的な状況に晒されると、その後の適応や人生に対する有意義感を回復させるために、新たな意味づけを行うよう動機づけられると考えられる。

これまで「意味づけ」は、「意味」という語が非常に多義的であることも影響して、研究者によって

異なる定義が与えられてきた。Folkman & Moskowitz (2000) は「個人が主観的に極めてストレスフルであると評価した出来事に対して行われる認知的対処」と定義しており、ストレスフルな出来事から回復するための対処方略として概念化している。一方で「自伝的記憶の再構成」(Bluck & Habermas, 2001)、「認知構造の再構成」(Walker & Winter, 2007)、「重大な苦痛を経験したにも関わらず、精神的健康を維持する個人や、そうした経験を契機にしてより高い精神的成長あるいは人格変容を遂げる個人の心理学的プロセスを解明する概念」(羽鳥・小玉, 2009) などと、意味づけは研究者によって、様々な定義が与えられている。

用いる概念や理論は研究者間で様々ではあるもの

の、意味づけに関する研究は1980年代頃から盛んに行われてきており、知見の蓄積とともに、個人がストレスフルな体験を受容または乗り越えていくために有効な視座も提言されてきている。そこで本論文では、ストレスフルな体験の意味づけに関する研究の動向について概観していくこととする。これまでの意味づけ研究をまとめることによって、意味づけという行為が、ストレスフルな体験からの適応過程においてどのように寄与してきたかを整理し、ストレスフルな体験をした個人に対する有効な支援や介入に向けた今後の課題や展望をまとめることが出来るようになる。本論文では、まず意味づけに関する概念や理論モデルを紹介したのち、Park (2010) の理論モデルを基に、意味づけ研究を概観し、今後の課題と展望について述べる。

意味づけに関する理論モデル

「意味づけ」の対象とするストレスフルな体験としては、これまで主に喪失体験に関する検討が体系的に行われてきており、多くの理論モデルが提唱されてきている。従って、まず意味づけの中でも喪失体験に限定した理論モデルについて概観する。それから喪失体験に限定せず、ストレスフルな体験全般において、体験の直後からその後の適応まで幅広いプロセスを取り扱った理論モデルである Park (2010) の「統合的意味づけモデル (integrated model of meaning making)」を紹介する。

喪失体験の意味づけに関する理論モデル

喪失体験の意味づけに関する理論モデルとしては、例えば Freud (1917 井村他訳 1970) が提唱した「喪の仕事 (mourning work)」や Kübler-Ross (1969 川口訳 1971) が提唱した「否認」, 「怒り」, 「取り引き」, 「抑うつ」, 「受容」の「5段階説 (five stages of grief)」, Worden (1991) による「課題達成説 (the four tasks of mourning)」などが提出されている。これらは意味づけを含む一連の作業であり、悲嘆からの回復過程において、意味づけは重要な要素であることが言われている (Nerken, 1993)。さらに、これまでの段階説や課題達成説への批判から、Neimeyer (2002 鈴木訳 2006) は、喪失体験における「意味の再構成 (meaning reconstruction)」を提唱し、理論化している。この理論は構成主義の考え方を反映させたものであり、自身の喪失体験をどのように理解し、どのように意味づけをするのか、そして自身の人生をどう構築し直すのかを考えるプロセスを表している。段階説や

課題達成説が、喪失の体験から回復まで一定の段階 (stage) を辿ることを示したのに対し、意味の再構成では、個人によって異なる局面 (phase) に対して対処を繰り返すことを示し、意味づけの多様性を認めている。

ストレスフルな体験の意味づけに関する理論モデル—Park (2010) の統合的意味づけモデル

1980年代以降、意味づけは臨床心理学をはじめ、ポジティブ心理学、社会心理学、感情心理学など様々な領域において盛んに研究が行われてきている。その結果、意味づけの対象とする体験については、喪失体験以外のストレスフルな体験についても研究が行われ、疾病 (例えば、Fife, 1995, 2005; Lepore & Kernan, 2009; Manne, Ostroff, Fox, Grana & Winkel, 2009), 災害・犯罪被害 (例えば、Creamer, Burgess & Pattison, 1992; Draucker, 1989; Koss & Figueredo, 2004; Thompson, 1985), ト라우マ体験 (例えば、Boals, Steward & Schuettler, 2010; Cann, Calhoun, Tedeschi & Solomon, 2010; Frazier, Tennen, Gavian, Park, Tomich & Tashiro, 2009; Williams, Davis & Millsap, 2002) など様々な体験についての意味づけが検討されてきている。

研究の対象とするストレスフルな体験が多くなるに連れて、喪失体験を基にした理論モデルだけでは意味づけという現象を十分に説明できず、新たな理論モデルの構築が求められるようになった。そこで Park (2010) は、様々なストレスフルな体験を含めた意味づけに関する詳細なレビューを行い、「統合的意味づけモデル (integrated model of meaning making)」を提唱している (Figure 1)。この理論モデルによれば、信念や目標などに関する日常的な感覚を指す包括的な意味 (global meaning) と、ストレスフルな体験をした際に行われる状況の意味づけ (situational meaning) という2つの構造を弁別している。さらに状況の意味づけは、意味づけの過程 (meaning making processes) と生成された意味 (meaning made) から構成されている。

統合的意味づけモデルにそって意味づけを捉えるると以下ようになる。まず人は、あるストレスフルな出来事を体験したときに、出来事の評価を行う。その評価と包括的な意味との間に不一致、矛盾が起ると、人は意味づけの過程へと動機づけられる。そして意味づけの過程を経た結果として、生成された意味が得られ、包括的な意味の一部となっていくというプロセスを辿る。統合的意味づけモデルの提出によって、これまで個別に検討が行われてきた意味づけに関する概念は、一連のプロセスとして整理

できたと言える。以下に、統合的意味づけモデルの各構成概念について紹介する。

包括的な意味 (global meaning) 包括的な意味とは、個人が持つ信念 (belief)、目標 (purpose)、仮定世界 (assumptive world)、統制感 (control) などであり (Reker & Wong, 1988; Janoff-Bulman, 1992)、ストレスフルな体験に関わらず存在する日常的感觉を指している。これらは人生初期において形成されるものの、経験をもとに修正されるとみなされている (Austin & Vancouver, 1996)。包括的な意味に関しては、仮定世界を測定する WAS (World Assumptions Scale: Janoff-Bulman, 1989) という尺度を用いて実証的な検討が行われている。WAS では、包括的な意味を人間に対する慈悲心、一般的な世界に対する慈悲心、自尊心、運、公平性、統制可能性、正義感、自己統制感の 8 つから構成されると考えている。Janoff-Bulman (1989) は、仮定世界はトラウマティックな出来事の影響を受け、出来事から数年経ってもその影響は続くことを明らかにした。また Rini, Manne, DuHamel, Austin, Ostroff, Boulad, Parsons, Martini, Williams, Mee, Sexson & Redd (2004) は、骨髄移植を経験した子を持つ母親 100 名に対する縦断的調査を行い、トラウマティックな出来事は包括的な意味を変化させることを報告している。一方で、ストレスフルな出来事を通して包括的な意味の変化は起こらないという報告もある (例えば、Ginzberg, 2004)。こうした知見の不一致は、包括的な意味とはどこまで広い領域を示す概念か、その定義が研究者間で一致していないことがあげられる。例えば、WAS で用いられるカテゴリーだけでは不十分であると主張する研究者もあり、Koltko-Riversa (2004) は WAS で想定している領域も含め 42 のカテゴリーを同定している。包括的

な意味とは、個人によって内容や範囲は様々で、WAS のような尺度を用いて、部分的に測定できたとしても、すべてを網羅するように測定することは難しいと考えられる。

意味づけの過程 (meaning making process) 統合的意味づけモデルでは、意味づけはストレスフルな体験によって包括的な意味が侵害されたときに動機づけられるとされている (Park, 2010)。つまりある出来事が起きた時に、経験主体の持つ包括的な意味と、脅威度や統制可能感といった出来事の評価との間に不一致が生じたときに、人はストレスを感じ、意味づけへと動機づけられるのである (Carver & Scheier, 1998)。この不一致の程度によって知覚されるストレスの程度が決まり、その不一致を減少、解消させ、ストレスフルな体験からの回復を図ることが意味づけの過程の目的であると言える。松下 (2008) は、意味づけの過程に関して半構造化面接を用いた調査を行っており、ネガティブな経験は相対的に肯定的なものへと変わるが、否定的な面も含まれていることを示した。また意味づけの過程は、一方向的に進んでいるのではなく、行きつ戻りつを繰り返すと考察している。Park (2010) のレビューでは、意味づけの過程は (1) 自動的と意図的 (automatic versus deliberate processes)、(2) 同化と調節 (assimilation versus accommodation processes)、(3) 理解の探求と意義の探求 (searching for comprehensibility versus searching for significance)、(4) 認知過程と情動過程 (cognitive versus emotional processing) の 4 つの観点からカテゴリー化しているが、これらは相互に排他的ではなく、重なり合う部分が多分にあるとしている。

生成された意味 (meaning made) 生成された意味とは、意味づけの過程を通じた変化や産物であ

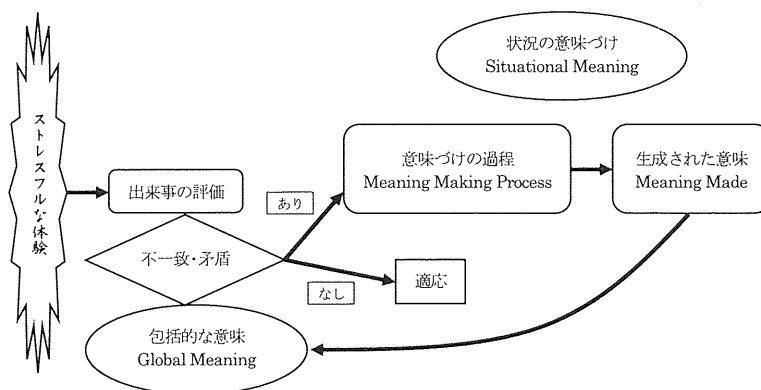


Figure 1 Park の統合的意味づけモデル (Park, 2010, p.258, Figure 1)

る (Park, 2010)。何をもって生成された意味とするかは研究者によって様々であり、これまで多くの変数が検討されてきた。

意味づけ研究の動向

ここからは、Park (2010) の統合的意味づけモデルを基に、意味づけ研究の動向について概観する。これまで意味づけ研究では、生成された意味に関する研究を中心に多くの知見が蓄積されてきた。しかし近年の研究では、精神的健康や適応への一貫しない結果も提出されてきている。そのため生成された意味に至るまでの意味づけの過程が重要視されるようになってきており、研究が行われてきている。

生成された意味に関する研究の動向

これまで意味づけは、ストレスフルな体験によって生成された意味と精神的健康や適応との関連の検討を中心に研究が行われてきた。つまりストレスフルな出来事を経験後、経験した個人がどのような変容を遂げたのかという意味づけの結果に研究者の関心は向けられたのである。

Affleck, Tennen & Gershman (1985) は、集中治療室での治療が必要な新生児を持つ母親42名に対する横断的調査を行い、生成された意味は、ポジティブ感情の増加や回避傾向の低下と関連があることを示した。Draucker (1989) は、近親相姦の被害にあった142名の成人に対する横断的調査を行い、生成された意味は抑うつ傾向の低下と社会的障害の低減と関連があることを示した。また Russell, White & Parker (2006) は、多発性硬化症患者146名に横断的調査を行い、生成された意味が高い人ほど、人生満足感やQOLが高いことを明らかにした。生成された意味がもたらす精神的健康や適応に対するポジティブな影響に関する知見は、縦断的調査においても示されており、Thompson (1985) は、家が火災被害にあった32名に対する縦断的調査の結果、生成された意味は抑うつ傾向の低下と良い適応と関連があることを示した。また Koss & Figueredo (2004) は性的被害に遭った59名に対して縦断的調査を行い、包括的な信念のポジティブな変化や肯定的再評価は、PTSD 症状の低減といった良い適応との関連を示した。

しかし生成された意味に関する研究では、成長感や包括的な意味の変化、アイデンティティの再構成など研究によって生成された意味が示すものが異なる場合が多く、また生成された意味の測定方法も、独自に作成した数項目への回答をもとめるといったものが多かった。そのため研究間で測定内容が異なる

り、結果を比較することは難しかった。

そこで生成された意味をより体系的かつ実証的に研究できるように概念化されたのが、Posttraumatic Growth (PTG: ト라우マ体験後の自己成長感) である。PTG に関する研究は数多く行われており、Tedeschi & Calhoun (1996) は PTG を実証的に検討するために、The Posttraumatic Growth Inventory (PTGI) を開発している。PTGI は21項目で構成されており、①「他者とのつながり (Relating to others)」, ②「新たな可能性 (New possibilities)」, ③「人間的強さ (Personal strength)」, ④「精神性の変化 (Spiritual change)」, ⑤「人生への感謝 (Appreciation of life)」の5因子で成長を捉えている。日本においても、Taku, Calhoun, Tedeschi, Gil-Rivas, Kilmer & Cann (2007) が、日本語版外傷体験後成長感尺度 (PTGI-J) を作成している。PTGI-J では PTGI とは異なる因子構造が確認されており、「精神性の変化 (Spiritual change)」と「人生への感謝 (Appreciation of life)」が合わせて1つの因子となり4因子構造となっている。また中山 (2008) や田口・古川 (2005) でも異なる因子構造が見られ、日本においては一貫した因子構造は得られていない。

PTGI は PTG 研究において最も多く使用されており (APA, 2004)、PTG を多く知覚するほど、ストレスフルな出来事を経験した後の心身の健康に対して適応的な影響を与えることが実証的に示されている (例えば、Milam, 2004, 2006)。Gangstad, Norman & Barton (2009) は、過去4年間で脳卒中を経験したことのある60人に対する横断的調査で、PTG を感じる事がその後の適応と関連があることを報告している。縦断的調査でも同様の報告がされており、Phelps, Williams, Raichle, Turner & Ehde (2008) は、四肢の切断手術を受けた83人に対して、手術後6ヶ月と12ヶ月の時点で PTGI への回答を求める縦断的調査を行い、PTG を感じるほど、6ヶ月後の抑うつ傾向を減少させることを報告している。他にも乳がん患者を対象に縦断的調査を行い、QOL など適応に関する変数へのポジティブな影響を示した Carver & Antoni (2004) や Lechner, Carver, Antoni, Weaver & Philips (2006) がある。

加えて、生成された意味を導く、状況要因や個人特性に関する検討も行われてきている。Boals et al. (2010) は、ストレスフルな体験が自身のアイデンティティにとって重要なものであると解釈された時ほど、より成長感が得られることを示しており、Helgeson, Reynolds & Tomich (2006) や Prati & Pietrantoni (2009) の行ったメタ分析では、楽観

主義や信仰心の高さが、成長感の大きさと関連することが示されている。また Linley & Joseph (2004) のレビューでは、自己効力感やハーディネスの高さが、成長感の大きさと関連することが示されたものの、首尾一貫感覚 (Sense of Coherence) とは関連しないことが示されている。

以上のように、これまで意味づけに関する研究の多くは、特にストレスフルな体験後の成長感に注目し、生成された意味に焦点を当てた検討がなされてきた。つまり意味づけでは、生成された意味が得られるかどうかという結果が、その後の精神的健康や適応にとって重要であるとの見解が強く、生成された意味がもたらすポジティブな影響について知見が積み重ねられてきた。

しかし近年では、生成された意味がストレスフルな体験後の精神的健康や適応に影響を与えないという研究結果も少なからず報告されてきている。例えば、Pakenham (2008) は多発性硬化症患者の介護者232名に横断的調査を行い、生成された意味は人生満足感の増加と関連があることを示したが、ポジティブ感情とは関連が示されなかった。また流産を経験した女性に対して横断的調査を行った Tunaley, Slade & Duncan (1993) は、生成された意味と侵入思考の減少は関連があるものの、抑うつや不安、回避傾向の減少とは関連がないことを示した。他にも、生成された意味は well-being の増加には関連がないことを示した Dirksen (1995) の研究もある。

PTG 研究においても同様のことが指摘されており、ストレスフルな体験後の精神的健康や適応に対するネガティブな影響についても報告されている。Tomichi & Helgeson (2004) の乳がん患者を対象にした調査では、PTG はネガティブ感情に正の影響を、QOL に負の影響を与えたことを報告している。他にも PTG がストレスフルな体験後の適応に対して有意な影響を与えていないと報告している研究は存在する (例えば、Michael & Snyder, 2005; Widows, Jacobsen, Booth-Jones & Fields, 2005)。

こうした生成された意味が精神的健康や適応にもたらす一貫しない研究結果に対する説明として、これまで主に2つの原因があげられている。それは生成された意味を表す概念の妥当性の問題と、生成された意味が機能する時間の問題である。

まず生成された意味を表す概念の妥当性に関しては、前述の通り、これまで生成された意味は数項目の質問を用いて測定されたものも多く、的確に査定できているかは疑問が残る。また PTGI という尺度を用いて実証的に検討されてきた PTG についても、① PTG は真のポジティブな変化を反映しているの

か、②測定方法は妥当なのかという2つの疑問が提示されている (Frazier et al., 2009)。また同様の指摘が、McFarland & Alvaro (2000) や Nolen-Hoeksema & Davis (2004) によってもなされている。この疑問は現在も議論を分かるところであり、縦断的研究もしくはプロスペクティブな研究を用いた追試検証が求められている (Frazier et al., 2009)。加えてストレスフルな体験後の成長感を示す概念として、Stress-related Growth (Park, Cohen & Murch, 1996)、Benefit finding (Mohr, Dick, Russo, Pinn, Boudewyn, Likosky & Goodkin, 1999)、perceived benefits (McMillen & Fisher, 1998)、positive by-products (McMillen & Cook, 2003)、thriving (Abraido-Lanza, Guier & Colon, 1998) など多くの概念が提出されてきており、生成された意味としての成長感 PTG に限らず、様々な構成要素があるとされている。

2点目の生成された意味が機能する時間については、PTG はストレスフルな出来事の経験後、一定の期間を経て機能することが、Carver & Antoni (2004) や Lechner et al. (2006) によって示唆されている。Janoff-Bulman (2006) は、人はストレスフルな出来事を経験すると、その出来事に対する認知的対処 (cognitive processing) を行い、その認知的対処にはある程度の時間が必要なることを指摘している。そして、そうした認知的対処は、PTG を促進することが指摘されている (Bower, Kemeny, Taylor & Fahey, 1998)。つまり、これまでは生成された意味という意味づけの結果についての研究が重ねられてきたものの、その一貫しない結果故に、生成された意味の獲得やその後の適応には、個人がどのような対処を行ったのかという意味づけの過程こそが重要であるとの指摘がなされ、そのプロセス解明の必要性が主張されるようになってきている (松下, 2008; Frazier et al., 2009; 羽鳥・小玉, 2009; Park, 2010)。

意味づけの過程に関する研究の動向

生成された意味が精神的健康や適応に及ぼす影響について、一貫しない結果が報告されるようになったことで、意味づけ研究は、生成された意味を導く、意味づけの過程について明らかにすることにも関心が向けられるようになった。それはつまり、何と意味づけたかという結果についての研究から、どのように意味づけたかという過程についての研究へのパラダイムシフトと言える。以下に意味づけの過程に関する研究の動向について概観する。

前述の通り、意味づけの過程は、Park (2010) の

レビューでは4つのカテゴリーに分類することが出来る。そしてそれらは重なり合う部分が多分にあることが指摘されている。そこで本論文では特に同化と調節の観点から意味づけの研究動向をまとめることとする。その理由としては2点ある。1点目は、同化と調節は、ストレスフルな体験後のポジティブな変容だけではなくネガティブな変容とも関連が検討されているからである。ポジティブ、ネガティブ両側面から検討することで、ストレスフルな体験をした個人への、より多面的で包括的な介入や支援への示唆が得られると考えられる。2点目は、同化と調節に関してはJoseph & Linley (2005)が有機体価値理論 (organismic valuing theory) を提唱しており、体系的な研究が行われ始めているからである。

同化と調節は、あるストレスフルな出来事を経験すると、人々が日常的に抱えている自己や世界に対する認識である仮定世界 (assumptive world) が脅かされ (安藤, 2009; Janoff-Bulman, 1992), この仮定世界がストレスフルな出来事によって崩壊した時に、「なぜこんな出来事が起きたのだ」、「なぜ私なんだ」といった問いを通して、人は意味づけに動機づけられるとしている (Burnell & Burnell, 1989)。

Janoff-Bulman (1989)によれば、仮定世界は3つの側面から成立しており、第一は自分を取り巻く世界に関する仮定である。これは人、世界は善なるものであり、世の中にはそうとは思えないことを認識しつつも、自分が住む世界の人々は善良であり、悪い出来事よりも良い出来事のほうがよく起こると認識することである。第二は、世界は意味のある存在であるという仮定である。これは様々な出来事は、ある秩序によって起こると認識することである。第三は、自己は価値ある存在であるという仮定である。これは、自身を愛すべき、善良な、能力を備えた人間であると認識することである。

同化は新しい出来事をあらかじめ存在している仮定世界に取り入れることであり (Block, 1982; King & Hicks, 2006), 比較的自動的に起こるとされている。一方で調節は、出来事を経験したときに仮定世界が打ち破られ、意味システムを修正、改訂する必要に迫られることであり (Janoff-Bulman, 1992), より意図的で努力を要する過程であると言える (King & Hicks, 2009)。安藤 (2009) は、「仮定世界のゆらぎが一時的で、最終的には仮定世界の中で理解できること」を同化とし、「仮定世界による理解を超えているため、認知的、感情的に処理する過程」を調節と定義している。Davis & Morgan (2008) は、同化とは「自身が持つ世界観や自己感

に一致するように出来事を再解釈すること」であり、調節とは「その出来事によって示唆された新しい情報を取り入れるように自身の世界観や自己観を変化させること」であると定義している。また King & Hicks (2009) は、同化を意味の見出し (detecting meaning), 調節を意味の構築 (constructing meaning) という語で表現し概念化しており、重大でポジティブな出来事では意味の見出しが、重大でネガティブな出来事では意味の構築が行われることを示した。King & Hicks (2009) は、これまでストレスフルな体験を対象としていた意味づけ研究において、ポジティブな体験についても検討した点において有意義であると言える。

同化と調節の観点から、Joseph & Linley (2005) は、ストレスフルな体験から回復し成長に至るまでのプロセスを説明する有機体価値理論 (Organismic valuing theory) を提唱している。この理論では、人は生得的に well-being や人生満足感の向上へと動機づけられており、成長を目指す有機体であると考えられる。ここでの成長とは①他者との関係の強化、②自己の捉え方の変化、③人生哲学の変化の3要素から構成されるとしており、ストレスフルな体験から成長を得るために必要な意味づけの過程として同化と調節を位置づけている。同化とは、これまで自身が持っていた信念を維持しようとするものであることで、ストレスフルな体験前のベースラインに戻ることは出来る。しかし今後起こりうるストレスフルな体験への脆弱性は残るとされている (Joseph & Linley, 2006)。調節とは世界観の変更を必要とするものであり (Janoff-Bulman, 1992), ポジティブな調節とネガティブな調節の2種類があるとされている。ポジティブな調節は成長へと繋がることとされているが、ネガティブな調節はストレスや精神病理へと繋がることとされている (Joseph & Linley, 2006)。

Payne, Joseph & Tudway (2007) は、有機体価値理論に基づき、13名に対する半構造化面接を行い、解釈学的現象学的分析による検討を試みている。その結果、仮定世界の崩壊によって不安は高まり、そこから生じるストレス減少のためには同化が有効であること、同化と調節は同時に起こる可能性があること、調節は、ネガティブな方向に向かう危険性もあることを考慮し、ポジティブな方向へと導く働きかけが必要であることを示唆している。またコーピングとの関係を指摘したFolkman (1997) は、調節を問題焦点型のコーピングであるとしている。

同化と調節がもたらす、生成された意味やその後の適応に対する影響に関しては、Joseph & Linley (2005) が、調節のみがPTGを導くことを指摘

しており、Brandstadter (2002) や Davis, Wortman, Lehman & Silver (2000) も、調節の方が well-being の増加や抑うつ傾向の低下といった生成された意味や適応へのポジティブな影響が大きいことを指摘している。一方で調節よりも同化が意味の生成や適応において優れていると報告する研究も存在している (例えば、Tomichi & Helgeson, 2004)。しかし、これらの研究は仮説生成を目的とした理論的検討に留まっており、意味づけの過程が後の生成された意味や精神的健康、適応を導くかどうかについての研究は数少なく、十分な知見は得られていない。意味づけの過程について Park (2008) や Manne et al. (2009) は、異なるタイプの意味づけの過程が、異なる生成された意味、異なる精神的健康や適応と関連がある可能性を指摘している。

意味づけ研究の課題と展望

これまで意味づけ研究の動向を概観してきたが、最後に今後の課題と展望について述べる。

Park (2010) の統合的意味づけモデルの提出により、意味づけに関する概念は一連のプロセスとして整理されたものの、モデルの部分的検討に留まる研究も多く、意味づけという現象全体を捉えた研究は少ない。特にこれまでは生成された意味と精神的健康や適応との関連が中心であったが、今後は意味づけの過程と生成された意味の関連や、意味づけの過程と精神的健康や適応の関連を行うことで、ストレスフルな体験をした個人に対する臨床的介入への有意義な示唆が得られるであろう。そしてそのためには、縦断的研究によって、ストレスフルな体験の発生から、その後の適応に至るまでを包括的に検討することが求められる。

加えて近年、意味づけの過程の解明が求められるようになったことで注目されている、同化と調節に関しては、まずそれぞれの関連性について明らかにしていくことが求められる。Payne et al. (2007) が同化と調節は行ったり来たりを繰り返すと指摘しているように、同化と調節を、1つの出来事に対して、ただ単にどちらもしると考えるのではなく、生起する順序や連続性、同化から調節または調節から同化への発展性といった両者の関連を明らかにすることで、意味づけのプロセスについて、よりダイナミックに捉えることが出来ると考えられる。そしてそのためには、同化と調節に関して、測定方法を明確にする必要がある。

また同化や調節に関わる状況要因や個人特性についても同定していくことが求められる。意味づけの

過程は、ストレスフルな出来事を体験した際の状況要因とともに、個人特性によってもそのプロセスは異なってくるものと考えられる。例えば、状況要因としては、ストレスフルな体験の属性や、ストレスフルな体験をしたことによる無力感の程度 (Linley & Joseph, 2004)、仮定世界の崩壊の程度やソーシャルサポートの程度などが挙げられる。個人特性としては、信仰心、宗教的思想の強さ (Helgeson et al., 2006)、楽観主義などの認知、感情特性や、性別や年齢といったデモグラフィック要因などが挙げられる。同化と調節と、状況要因や個人特性との関連を検討することで、意味づけという現象をより多面的に捉えることが出来るであろう。

以上に述べてきたように、意味づけ研究は多くの検討がなされてきてはいるものの、概念や理論は乱立しており、特に意味づけの過程に関しては実証的かつ体系的な研究が十分になされているとは言い難い。しかし意味づけは、ナラティブアプローチの視点からカウンセリングや心理療法の過程においても重要視されており (White, 1995)、そのプロセスやメカニズムを解明することによる臨床的、教育的意義は大きいと考えられる。さらにストレスフルな体験は、生きていく中で必ずと言っていいほど経験されることであり、例えばリストラなど社会問題となる出来事も多いことから、意味づけについて知見や理論の精緻化を行い、ストレスフルな体験を乗り越えていく際の有効な提言を示していくことが出来れば、社会的意義も大きい研究であると考えられる。

引用文献

- Abraido-Lanza, A.F., Guier, C., & Colon, R.M. (1998). Psychological thriving among Latinas with chronic illness. *Journal of Social Issues*, 54, 405-424.
- Affleck, G., Tennen, H., & Gershman, K. (1985). Cognitive adaptations to high-risk infants: The search for mastery, meaning, and protection from future harm. *American Journal of Mental Deficiency*, 89, 653-656.
- 安藤清志 (2009). 否定的事象の経験と愛他性 東洋大学社会学部紀要, 47, 35-44.
- American Psychological Association (2004). *The road to resilience*. Retrieved November 13, 2010, from <http://apahelpcenter.org/featuredtopics/feature.php?id=6>
- Austin, J.T., & Vancouver, J.B. (1996). Goal constructs in psychology: Structure, process,

- and content. *Psychological Bulletin*, **120**, 338-375.
- Block, J. (1982). Assimilation, accommodation, and the dynamics of personality development. *Child Development*, **53**, 281-295.
- Bluck, S., & Habermas, T. (2001). Extending the study of autobiographical memory: Thinking back about life across the life span. *Review of General Psychology*, **5**, 135-147.
- Boals, A., Steward, J.M., & Schuettler, D. (2010). Advancing our understanding of posttraumatic growth by considering event centrality. *Journal of Loss and Trauma*, **15**, 518-533.
- Bower, J.E., Kemeny, M.E., Taylor, S.E., & Fahey, J.L. (1998). Cognitive processing, discovery meaning, CD4 decline, and AIDS-related mortality among bereaved HIV-seropositive men. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, **66**, 979-986.
- Brandstadter, J. (2002). Protective processes in later life: Maintaining and revising personal goals. In C.Von Hofsten, & L.Backman (Eds), *Psychology at the turn of the millennium, vol.2: Social, development, and clinical perspectives*. Florence, KY: Taylor & Francis/Routledge. pp.133-152.
- Burnell, G.M., & Burnell, A.L. (1989). *Clinical management of bereavement: A handbook for healthcare professionals*. New York: Human Sciences Press Inc.
- Cann, A., Calhoun, L.G., Tedeschi, R.G., & Solomon, D.T. (2010). Posttraumatic growth and depreciation as independent experiences and predictors of well-being. *Journal of Loss and Trauma*, **15**, 151-166.
- Carver, C.S., & Antoni, M.H. (2004). Finding benefit in breast cancer during the year after diagnosis predicts better adjustment 5 to 8 years after diagnosis. *Health Psychology*, **23**, 595-598.
- Carver, C.S., & Scheier, M.F. (1998). *On the self-regulation of behavior*. New York, NY: Cambridge University Press.
- Creamer, M., Burgess, P., & Pattison, P. (1992). Reaction to trauma: A cognitive processing model. *Journal of Abnormal Psychology*, **101**, 452-459.
- Davis, C., & Morgan, M. (2008). Finding meaning, perceiving growth, and acceptance of tinnitus. *Rehabilitation Psychology*, **53**, 128-138.
- Davis, C., Wortman, C.B., Lehman, D.R., & Silver, R. (2000). Searching for meaning in loss: Are clinical assumptions correct? *Death Studies*, **24**, 497-540.
- Dirksen, S.R. (1995). Searching for meaning in long-term cancer survivors. *Journal of Advanced Nursing*, **21**, 628-633.
- Draucker, C.B. (1989). Cognitive adaptation of female incest survivors. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, **57**, 668-670.
- Fife, B.L. (1995). The measurement of meaning in illness. *Social Science & Medicine*, **40**, 1021-1028.
- Fife, B.L. (2005). The role of constructed meaning in adaptation to the onset of life-threatening illness. *Social Science & Medicine*, **61**, 2132-2143.
- Folkman, S. (1997). Positive psychological state and coping with severe stress. *Social Science & Medicine*, **45**, 1207-1221.
- Folkman, S., & Moskowitz, J. (2000). Positive affect and the other side of coping. *American Psychologist*, **55**, 647-654.
- Frankl, V.E. (1969). *The will to meaning: Foundations and applications of logotherapy*. New York: New American Library. (フランクフルト, V.E. 山田邦男 (監訳)・今井伸和・高根雅啓・岡本哲雄・松田美佳・雨宮 徹 (訳) (2002). 意味への意志 春秋社)
- Frazier, P., Tennen, H., Gavian, M., Park, C., Tomich, P., & Tashiro, T. (2009). Does self-reported posttraumatic growth reflect genuine positive change? *Psychological Science*, **20**, 912-919.
- Freud, S. (1917). *Mourning and melancholia*. Standard edition. London: Hogarth Press. (フロイト, S. 井村恒郎・小此木啓吾他 (訳) (1970). 悲哀とメランコリー「フロイト著作集第6巻」人文書院)
- Gangstad, B., Norman, P., & Barton, J. (2009). Cognitive processing and posttraumatic growth after stroke. *Rehabilitation Psychology*, **54**, 69-75.
- Ginzberg, K. (2004). PTSD and world assumptions following myocardial infarction: A longitudinal study. *American Journal of Orthopsychiatry*, **74**, 286-292.
- 羽鳥健司・小玉正博 (2009). 我々は困難な状況でどう成長するのか——困難体験に対する肯定的意味づけの視点から ヒューマン・ケア研究, **10**, 101-113.

- Helgeson, V.S., Reynolds, K.A., & Tomich P.L. (2006). A meta-analytic review of benefit finding and growth. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 74*, 797-816.
- Janoff-Bulman, R. (1989). Assumptive worlds and the stress of traumatic events: Applications of the schema construct. *Social Cognition, 7*, 113-136.
- Janoff-Bulman, R. (1992). *Shattered assumptions: Towards a new psychology of trauma*. New York: Free Press.
- Janoff-Bulman, R. (2006). Schema-change perspectives on posttraumatic growth. In L.G.Calhoun, & R.G.Tedeschi (Eds.), *Handbook of posttraumatic growth*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates. pp.81-99.
- Joseph, S., & Linley, P.A. (2005). Positive adjustment to threatening events: An organismic valuing theory of growth through adversity. *Review of General Psychology, 9*, 262-280.
- Joseph, S., & Linley, P.A. (2006). Growth following adversity: Theoretical perspectives and implications for clinical practice. *Clinical Psychological Review, 26*, 1041-1053.
- King, L.A., & Hicks, J.A. (2006). Narrating the self in the past and the future: Implications for maturity. *Journal of Research in Human Development, 3*, 121-138.
- King, L.A., & Hicks, J.A. (2009). Detecting and constructing meaning in life events *The Journal of Positive Psychology, 4*, 317-330.
- Koltko-Riversa, M.E. (2004). The psychology of worldviews. *Review of General Psychology, 8*, 3-58.
- Koss, M.P., & Figueredo, A.J. (2004). Change in cognitive mediators of rape's impact on psychosocial health across 2 years of recovery. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 72*, 1063-1072.
- Kübler-Ross, E. (1969). *On death and dying*. New York: MacMillan. (キューブラー・ロス 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)
- Lechner, S.C., Carver, C.S., Antoni, M.H., Weaver, K.E., & Philips, K.M. (2006). Curvilinear associations between benefit finding and psychosocial adjustment to breast cancer. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 74*, 828-840.
- Lepore, S.J., & Kernan, W.D. (2009). Searching for and making meaning after breast cancer: Prevalence, patterns, and negative affect. *Social Science & Medicine, 68*, 1176-1182.
- Linley, P.A., & Joseph, S. (2004). Positive change following trauma and adversity: A review. *Journal of Traumatic Stress, 17*, 11-21.
- Manne, S., Ostroff, J., Fox, K., Grana, G., & Winkel, G. (2009). Cognitive and social processes predicting partner psychological adaptation to early stage breast cancer. *British Journal of Health Psychology, 14*, 49-68.
- 松下智子 (2008). ネガティブな経験の意味づけ方の変化過程——肯定的な意味づけに注目して九州大学心理学研究, 9, 101-110.
- McFarland, C., & Alvaro, C. (2000). The impact of motivation on temporal comparisons: Coping with traumatic events by perceiving personal growth. *Journal of Personality and Social Psychology, 79*, 327-343.
- McMillen, J.C., & Cook, C.L. (2003). The positive by-products of spinal cord injury and their correlates. *Rehabilitation Psychology, 48*, 77-85.
- McMillen, J.C., & Fisher, R.H. (1998). The perceived benefit scales: Measuring perceived positive life changes after negative events. *Social Work Research, 22*, 173-187.
- Michael, S.T., & Snyder, C.R. (2005). Getting unstuck: The roles of hope, finding meaning, and rumination in the adjustment to bereavement among college students. *Death Studies, 29*, 435-458.
- Milam, J.E. (2004). Posttraumatic growth among HIV/AIDS patients. *Journal of Applied Social Psychology, 34*, 2353-2376.
- Milam, J.E. (2006). Posttraumatic growth among HIV/AIDS disease progression. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 74*, 817-827.
- Mohr, D.C., Dick, L.P., Russo, D., Pinn, J., Boudewyn, A.C., Likosky, W., & Goodkin, D.E. (1999). The psychosocial impact of multiple sclerosis: Exploring the patient's perspective. *Health Psychology, 18*, 376-382.
- 中山 真 (2008). 恋愛関係崩壊後のストレス関連成長—成人愛着スタイルと失恋形態の影響 SPSS 研究奨励賞2008年度 (第8回).
- Neimeyer, R.A. (2002). *Lessons of loss: A guide to coping* 2nd ed. New York: Brunner Routledge.

- (ニーメヤー, R.A. 鈴木剛子 (訳) (2006). <大切なもの>を失ったあなたに——喪失を乗り越えるガイド 春秋社)
- Nerken, I.R. (1993). Grief and the reflective self: Toward a clearer model of loss resolution and growth. *Death Studies*, *17*, 1-26.
- Nolen-Hoeksema, S., & Davis, C.G. (2004). Theoretical and methodological issues in the assessment and interpretation of posttraumatic growth. *Psychological Inquiry*, *15*, 60-64.
- Pakenham, K.I. (2008). Making sense of caregiving for persons with multiple sclerosis (MS): The dimensional structure of sense making and relations with positive and negative adjustment. *International Journal of Behavioral Medicine*, *15*, 241-252.
- Park, C.L., Cohen, L.H., & Murch, R.L. (1996). Assessment and prediction of stress-related growth. *Journal of Personality*, *64*, 71-105.
- Park, C.L. (2008). Testing the meaning making model of coping with loss. *Journal of Social and Clinical Psychology*, *27*, 970-994.
- Park, C.L. (2010). Making sense of the meaning literature: An integrative review of meaning making and its effects on adjustment to stressful life events. *Psychological Bulletin*, *136*, 257-301.
- Payne, A.J., Joseph, S., & Tudway, J. (2007). Assimilation and accommodation processes following traumatic experiences. *Journal of Loss and Trauma*, *12*, 75-91.
- Phelps, L.F., Williams, R.M., Raichle, K.A., Turner, A.P., & Ehde, D.M. (2008). The importance of cognitive processing to adjustment in the first year following amputation. *Rehabilitation Psychology*, *53*, 28-38.
- Prati, G., & Pietrantonio, L. (2009). Optimism, social support, and coping strategies as factors contributing to posttraumatic growth: A meta-analysis. *Journal of Loss and Trauma*, *14*, 364-388.
- Reker, G.T., & Wong, P.T.P. (1988). Aging as an individual process: Towards a theory of personal meaning. In J.E. Birren, & V.L. Bengtson (Eds.), *Emergent theories of aging*. New York: Springer. pp.214-246.
- Rini, C., Manne, S., DuHamel, K.N., Austin, J., Ostroff, J., Boulad, F., Parsons, S.K., Martini, R., Williams, S., Mee, L., Sexson, S., & Redd, W.H. (2004). Changes in mothers' basic beliefs following a child's bone marrow transplantation: The role of prior trauma and negative life events. *Journal of Traumatic Stress*, *17*, 325-333.
- Russell, C.S., White, M.B., & Parker, C. (2006). Why me? Why now? Why multiple sclerosis? Making meaning and perceived quality of life in a Midwestern sample of patients with multiple sclerosis. *Families, Systems, & Health*, *24*, 65-81.
- 田口香代子・古川真人 (2005). 外傷体験後のポジティブレガシーに関する研究——日本語版外傷体験後成長尺度 (PTGI) 作成の試み 昭和女子大学生生活心理研究所紀要, *8*, 45-50.
- Taku, K., Calhoun, L.G., Tedeschi, R.G., Gil-Rivas, V., Kilmer, R.P., & Cann, A. (2007). Examining posttraumatic growth among Japanese university students. *Anxiety, Stress, & Coping*, *20*, 353-367.
- Tedeschi, R.G., & Calhoun, L.G. (1996). The posttraumatic growth inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress*, *9*, 455-471.
- Thompson, S.C. (1985). The search for meaning following a stroke. *Basic and Applied Social Psychology*, *6*, 279-295.
- Tomichi, P.L., & Helgeson, V.S. (2004). Is finding something good in the bad always good?: Benefit finding among women with breast cancer. *Health Psychology*, *23*, 16-23.
- Tunaley, J.R., Slade, P., & Duncan, S.B. (1993). Cognitive processing in psychological adaptation to miscarriage: A preliminary report. *Psychology & Health*, *8*, 369-381.
- Walker, B.M., & Winter, D.A. (2007). The elaboration of personal construct psychology. *Annual Review of Psychology*, *58*, 453-477.
- White, M. (1995). The narrative perspective in therapy. *The Family Journal*, *2*, 71-83.
- Widows, M.R., Jacobsen, P.B., Booth-Jones, M., & Fields, K.K. (2005). Predictors of posttraumatic growth following bone marrow transplantation for cancer. *Health Psychology*, *24*, 266-273.
- Williams, R.M., Davis, M.C., & Millsap, R.E. (2002). Development of the cognitive processing of trauma scale. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, *9*, 349-360.
- Worden, J.W. (1991). *Grief counseling and grief therapy: A handbook for the mental health practitioner*. New York: Springer Publishing Company, Inc.

(受稿3月30日: 受理5月7日)