

修士論文（要旨）
2022年1月

現代青年の対人葛藤場面における葛藤対処方略と精神的回復力の関連性の検討

指導 池田 美樹 准教授

心理学研究科
臨床心理学専攻
220J4002
荒田 進之介

Master's Thesis (Abstract)
January 2022

The Relationship between Conflict Coping Strategies and Mental Resilience in
Contemporary Adolescents' Interpersonal Conflict Situations

Shinnosuke Arata
220J4002
Master's Program in Clinical Psychology
Graduate School of Psychology
J. F. Oberlin University
Thesis Supervisor: Miki Ikeda

目次

第1章 問題と目的.....	1
1.1 現代青年の対人関係と対人葛藤.....	1
1.2 対人葛藤への認知傾向.....	2
1.3 対人葛藤と対人葛藤方略.....	3
1.4 対人葛藤と精神的回復力.....	3
1.5 対人葛藤への認知傾向と ACT.....	3
1.6 目的と研究意義.....	4
第2章 方法.....	4
2.1 調査対象者.....	4
2.2 抽出方法.....	4
2.3 手続き.....	4
2.4 調査時期.....	5
2.5 質問紙の構成.....	5
2.6 分析方法.....	6
2.7 倫理的配慮.....	6
第3章 結果.....	7
3.1 分析対象者の概要.....	7
3.2 山アラシ・ジレンマのパターン尺度の内部相関.....	8
3.3 性別による比較.....	9
3.4 学年による比較.....	10
3.5 葛藤対象者との関係性による比較.....	11
3.6 葛藤対象者と出会った経緯による比較.....	12
3.7 葛藤対象者と会う頻度による比較.....	15
3.8 接近、分離の高低による対人葛藤への認知傾向の組み合わせ4群の比較.....	17
第4章 考察.....	19
4.1 性別による比較.....	19
4.2 学年による比較.....	19
4.3 葛藤対象者との関係性による比較.....	19
4.4 葛藤対象者と出会った経緯による比較.....	20
4.5 葛藤対象者と会う頻度による比較.....	20
4.6 接近、分離の高低による対人葛藤への認知傾向の組み合わせ4群の比較による 仮説の検討.....	21
第5章 終わりに.....	21
5.1 結論.....	22
5.2 本研究の限界点.....	22
5.3 謝辞.....	22
引用文献.....	I
資料.....	i
資料1 研究依頼書教員用.....	i
資料2 研究依頼書学生用.....	iii
資料3 研究参加同意書.....	iv
資料4 質問紙.....	v

第1章 問題と目的

友人との心理的距離感のとり方は現代青年の交友関係において重要な側面の1つを担っており、その特徴として心理的距離を大きくとる一方で同調性の強い交友関係を築く傾向があることが指摘されている(上野・上瀬・松井・福富, 1994; 岩永, 1991)。その原因として対人葛藤が挙げられ、藤井(2001)は、「近づきたい—近づきすぎたくない(以下, 接近と略記)」、「離れたい—離れすぎたくない(以下, 分離と略記)」といった葛藤は心理的距離の模索段階における混乱期の特徴を表しているのではないかと指摘しており、本研究ではこの葛藤を“対人葛藤への認知傾向”と位置づける。加えて、対人葛藤方略を“対人葛藤状況において、葛藤解決を目的とし、方略行使者が葛藤相手に対して何らかの影響力を行使しようとした行動(加藤, 2003)”と定義する。

対人葛藤の生じている状態は、精神的健康状態に負の影響を及ぼす状態といえる。困難な状況に対し、どのように適応し乗り越えるかはレジリエンスと定義され、困難な状況において苦痛を感じながらも、その後の適応的な回復に導く心理的特性および能力とレジリエンスの状態に結びつきやすい心理的特性として精神的回復力が挙げられる(小塩・中谷・金子・長峰, 2002)。

ACTでは、不合理な行動を強化する要因として、体験の回避という概念に注目しており、それを打破する方略としてCreative Hopelessness(以下, CHと略記)が挙げられる。本研究では、CHに着目し、対人場面に体験の回避とCHを適用した場合、対人場面において自身にとって苦痛であり不快になると予想される記憶、思考、感情、身体感覚との接触を避け、それらをコントロールしよう行動する(Hayes, Wilson, Gifford, Follette, & Strosahl, 1996; Hayes SC, Strosahl KD, Wilson KG, 2012 武藤・三田村・大月訳 2014; 熊野, 2012) 体験の回避スタイルと、“不快な思考や感情を低減できれば問題は解決し、より良い人生が送れるだろう(Flaxman, Blackledge, & Bond, 2011 酒井・増田・木下・武藤訳 2014, p.59)”という考え方を非機能的と判断し別の方略を模索するCH的スタイルの2つが考えられる。

現代青年の友人関係において、その関係を維持したいと考える同性の友人との対人葛藤場面の文脈において性別、学年、葛藤対象者の属性(葛藤対象者との関係性、出会った経緯、会う頻度)、接近、分離の高低の組み合わせによる4群の比較を行い、現代青年の葛藤認知、対人葛藤場面において選択された葛藤対処方略と精神的回復力について検討・考察を行うことを目的とする。具体的には、本研究では、対人葛藤場面の文脈において以下の仮説について検証を行った。

- ・仮説1: 接近高・分離高(A)群において、他の3群に比べ、統合スタイルと相互妥協スタイルを多く用いる傾向があり、精神的回復力は高い。
- ・仮説2: 接近高・分離低(B)群と接近低・分離高(C)群において、対自的要因、対他的要因の感じ方にばらつきがあり、自己志向性、他者志向性にばらつきが見られるため、5スタイルを満遍なく用いる傾向があり、接近低・分離低群よりも精神的回復力は高い。
- ・仮説3: 接近低・分離低(D)群において、他の3群に比べ、回避スタイルを多く用いる傾向があり、他の3群に比べ精神的回復力は低い。

第2章 方法

2.1 手続き

桜美林大学研究活動倫理審査委員会の審査の後(承認番号: 20052)、首都圏の某私立大学の学生を中心に大学生(18歳~29歳)を対象とし、オンライン上でGoogleフォームのURLを提示し、無記名で回答を求めた。

2.2 質問紙の構成

①対人葛藤の対象設定; (1)友人との関係性, (2)友人と知り合った経緯, (3)友人と会う頻度, ②対人葛藤への認知傾向; 山アラシ・ジレンマのパターン尺度(藤井; 2001) 接近20項目, 回避18項目, 計38項目, 5件法), ③対人葛藤対処方略; 対人葛藤方略スタイル尺度(加藤; 2003) 統合スタイル因子4項目, 回避スタイル因子4項目, 強制スタイル因子4項目, 自己譲歩スタイル因子4項目, 相互妥協スタイル因子4項目, 計20項目, 5件法), ④

精神的回復力；精神的回復力尺度（小塩・中島・金子・長峰；2002）新奇性追求 7 項目，感情調整 7 項目，肯定的な未来志向 7 項目，計 21 項目，5 件法），⑤人口統計的変数（フェイス項目として年齢，所属，学年，性別）

第 3 章 結果と考察

学年，葛藤対象者の属性（葛藤対象者との関係性，出会った経緯，会う頻度）による比較において，現代青年の葛藤認知，対人葛藤場面における葛藤対処方略，精神的回復力について一部差異が示された。しかし，それらの差異がどのような要因によってもたらされたのか，属性による差異に関連する要因については，本調査で収集したデータからは十分に検討することができなかった。したがって，差異を生じるメカニズムの研究については，今後の課題である。

性別による比較では，ヤマアラシ，接近，相手を傷つけることの回避，分離，自分が寂しい思いをすることの回避，相手に寂しい思いをさせることの回避，統合，回避，自己譲歩，相互妥協，初期欲求（接近）のいずれも女性の方が有意に高いことが示された。これらの結果から，男性の相互理解を重視し互いを尊重する関係，女性の他者を入れない固い絆を持った閉鎖的な関係（榎本，1999）や，男女それぞれの友人との関係性や性役割に関わる社会的な価値観（長沼・落合，1998）が背景にあるのではないかと考えられる。

A 群，B 群，C 群，D 群の 4 群間の比較における仮説の検証について，精神的回復力についてはいずれの群間でも有意差が見られなかったことから，仮説 1，仮説 2，仮説 3 のいずれの仮説も支持されなかった。しかし，群間での対人葛藤対処方略の比較では，わずかながら有意差が見られたことから対人葛藤への認知傾向が対人葛藤対処スタイルに影響を及ぼす可能性が示唆された。

今回の結果から，自分が関係を維持したいと考える同性の友人との対人葛藤については，どの方略を用いても精神的回復力との関連は認められず，葛藤の過程で統合，回避，強制，自己譲歩，相互妥協の 5 つの方略スタイルを臨機応変に使い分け，関係性を維持できる距離感を模索することが望ましいだろう。

【引用文献】

- 榎本淳子（1999）．青年期における友人との活動と友人に対する感情の発達的变化
教育心理学研究, 47 (2) , 180-190
- Flaxman, P.E., Blackledge, J.T., & Bond F.W. (2011) . Acceptance and commitment
therapy. New York: Routledge. (酒井美枝・増田暁彦・木下奈緒子・武藤 崇 (2014) .
社交不安傾向者の回避行動に対する Creative Hopelessness の効果 —変容のアジェ
ンダへの主観的評価に焦点をあてて— 感情心理学研究, 21 (2) , 58-64)
- Hayes SC, Wilson, KG, Gifford, EV. (1996) . Experiential avoidance and behavioral
disorders: A functional dimensional approach to diagnosis and treatment.: Journal
of Consulting and Clinical Psychology , 64, 1152-1168.
- Hayes SC, Strosahl KD, Wilson KG. (2012). Acceptance and commitment therapy :
The process and practice of mindful change. 2nd ed. New York : Guilford.
(スティーブン・C・ヘイズ, カーク・D・ストローサル, ケリー・G・ウィルソン
(著), 武藤崇・三田村仰・大月友 (2014). アクセプタンス&コミットメント・セラ
ピー (ACT) 第2版 マインドフルな変化のためのプロセスと実践 星和書店)
- 藤井 恭子 (2001) . 青年期の友人関係における山アラシ・ジレンマの分析
教育心理学研究, 49 (2) , 146-155
- 岩永 誠 (1991) . 友人・異性との関係 今泉 信人・南 博文 (編) 人生周期の中の青年心理
学 (pp.140-152) 北大路書房
- 加藤 司 (2003) . 大学生の対人葛藤方略スタイルとパーソナリティ, 精神的健康との関連
性について 社会心理学研究, 18 (2) , 78-88
- 熊野宏昭 (2012) . 新世代の認知行動療法 日本評論社.
- 長沼恭子・落合良行 (1998) . 日本青年心理学会同性の友達とのつきあい方からみた青年期
の友人関係 青年心理学研究, 10, 35-47
- 小塩 真司・中島 素之・金子 一史・長峰 伸治 (2002) . ネガティブな出来事からの立ち直
りを導く心理的特性—精神的回復力尺度の作成— カウンセリング研究, 35 (1) ,
57-65
- 酒井美枝・増田暁彦・木下奈緒子・武藤 崇 (2014) . 社交不安傾向者の回避行動に対す
る Creative Hopelessness の効果 —変容のアジェンダへの主観的評価に焦点をあて
て— 感情心理学研究, 21 (2) , 58-64
- 上野 行良・上瀬 由美子・松井 豊・福富 護 (1994) . 青年期の交友関係における同調と心
理的距離 教育心理学研究, 42 (1) , 21-28