

大学生の悩み体験に対する意味づけと自己成長感との関連

乾 匡登¹ 西村 昭徳²

本研究の目的は、悩み体験と悩み体験に対する意味づけ及び自己成長感との関連について検討することであった。まず、悩み体験を個人が経験する悩みに対する向き合い方と定義し、体験自体に対する意味の付与を意味づけと定義した。さらに、悩みを体験した自己に対する意味づけを自己成長感と定義した。本研究では、大学生の悩み体験に焦点を合わせるため、青年期の共通のテーマとして向き合うことが予想される自分自身の性格面での悩みを取り上げた。調査対象者は、首都圏の大学に通う大学生283名であり、有効回答者233名を分析対象とした。

悩み体験、悩み体験に対する意味づけ、自己成長感の関連を検討したところ次のような結果が示された。悩み体験スケールの「距離・保持」は、自己成長感尺度の「自己安定感」に有意な正の関係が認められた。また、悩み体験に対する意味の付与尺度の「出来事を経験した自己に対する評価」との間に有意な負の関係がみられた。「肯定的態度・積極的関わり」は、悩み体験に対する意味の付与尺度の「ポジティブな側面の焦点づけ」「出来事を経験した自己に対する評価」「出来事のもつメッセージ性のキャッチ」の間にそれぞれ有意な正の関係が認められた。また、自己成長感尺度の「自己安定感」「他者への誠実な態度」「他者つながり感」「他者尊重」との間にそれぞれ有意な正の関係が示された。

意味づけの「ポジティブな側面への焦点づけ」「出来事を経験した自己に対する評価」「出来事のもつメッセージ性のキャッチ」は、「自己安定感」「他者への誠実な態度」「他者つながり感」「他者尊重」とそれぞれ有意な正の関係があることが明らかとなった。

キーワード：大学生, 悩み体験, 意味づけ, 自己成長感

問題と目的

青年期は、自己の側面に向き合い、自分とは何者かと悩み考えることが多く、葛藤や混乱を感じやすい時期といわれている。青年期は、自己の真実に敏感な時期であり、純粋な自己の生に向き合わざるを得ない時期であり(山本, 1997)、生涯発達のかなでも危機的体験やストレスフルな出来事を経験しやすい時期である(宅, 2004)。このような青年期において、「悩み」は、個人にとって重要なものであり(阿部・田嶋, 2004)、青年期の悩みはその取り組み方次第で、青年の生き方や生涯の発達の個性化に向かう方向に決定的な影響を及ぼすものにもなりうるほど重大な意味を持つ(山本, 1997)。自己を内省し、自分の価値や生き方を考えるようになる青年期においては、何らかの「悩み」は不可避で必然的なものである。そういった青年期の悩みが自己の成長に繋がるためには、青年が悩みを自分自身の有意義な問題として自覚し、取り組む必要がある(小田, 2000)。

一方で、青年期は従来、悩み多き時代であったが、

現代の青年は悩み多き時代ではなく、青年が悩めなくなった時代であるという指摘もある(小田, 2000)。悩めない青年たちの自我は、悩みという感情的な負担を持つことが耐えられないくらい過敏で脆弱なものであり(小田, 2000)、不満や葛藤があってもそこに様々な感情が生じているのだらうと思えるような場面においても、それを切り捨て否認してしまい、悩みや葛藤といったかたちで感じようとししない(前田, 1988)。また、心理的苦しみを自らの内面のこととして保持できず(下山, 1994)、悩むことへの積極的な意味や価値が失われ、葛藤を抱えることや自分の感情と向き合うことができないことから「悩めない大学生」とも表現されている(苦米地, 2004)。

悩みに関する研究は、どのような悩みを抱えているかという悩みの内容やその解決方法についての研究は多く積み重ねられてきたが、悩みを体験とした研究は少なく(小田, 2000; 山本, 1997; 阿部・田嶋, 2004)、悩み体験とその体験による意味づけや自己成長感との関連について検討した研究は少ない。

近年では、ポジティブ心理学の研究において、ネガティブな体験が自己成長に繋がる体験となるためには、体験に対する意味づけが重要であると指摘する研究が多くみられる。堀田(2012)によれば、意味づけ

1 東京成徳大学大学院

2 東京成徳大学

は、臨床心理学の研究領域において、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。PTSDのようなストレスフルな体験に対しても意味づけを行うことで、その後の適応や人生に対する有意味感の回復に繋がるとし（堀田・杉江, 2013）、契機となったストレス体験に、何らかの主観的な意味合いが付与されることによって、自己成長感が生じるメカニズムを提示している（宅, 2004）。また、松下（2005）によれば、ネガティブな経験をしたとしても、その後の本人の意味づけ次第でその経験から受ける影響は変わるとする。一方で、すべてのストレス体験も意味づけさえすれば自己成長感に生起するとは言えないという指摘もあることから（宅, 2005）、悩みに関する意味づけについて検討することも必要であろうと考えられる。

したがって、本研究は、悩み体験と悩み体験に対する意味づけ及び自己成長感の関連を検討し、悩みに対する体験の違いによる意味づけ、自己成長感との関連を明らかにすることを目的とする。悩み体験を各個人が経験する悩みに対する向き合い方と定義し、悩み体験そのものに対する意味の付与を行うことを意味づけと定義する。さらに、悩みを体験した自己に対する意味づけを自己成長感と定義する。また、大学生の悩み体験に焦点を合わせるため、青年期の共通のテーマとして向き合うことが多いとされる自分自身の性格面に関わる悩みを検討する。

方 法

1. 調査時期

20015年9月中旬から10月上旬にかけて実施した。

2. 調査対象者

首都圏に通う大学生男女283名を対象とした。欠損値を除外した有効回答者数は、232名であった。

3. 手続き

調査依頼の承諾が得られた首都圏の大学の授業時間の一部を利用し、回答を求めた。はじめに、大学生活での悩み体験についての自由記述を行い、その記述をもとに質問紙の回答を求めた。

4. 調査内容

(1)悩み体験

小田（2000）による悩み体験スケールを用いた。この尺度は、個人の成長を促進する主観的な体験を探る目的から作成され、悩みとの距離が保たれており悩みに対し肯定的態度をとっているほど成長が促進されていることを示す。「悩みとの距離・保持」16項目、「肯定的態度・積極的関わり」13項目の計29項目で構成されている。「非常によくあてはまる（6点）～全くあて

はまらない（1点）」の6件法で回答を求めた。本研究では、大学生活での悩み体験を想起してもらうことから、質問紙項目の文末を過去形に置き換えた。

(2)悩み体験に対する意味づけ

宅（2005）によるストレスに対する意味の付与尺度を用いた。「ポジティブな側面への焦点づけ」5項目、「出来事を経験した自己に対する評価」4項目、「出来事のもつメッセージ性のキャッチ」4項目の計13項目で構成されている。「まったくあてはまらない（1点）～とてもよくあてはまる（4点）」の4件法で回答を求めた。本研究では「ストレス」を「悩み体験」に置き換え、悩み体験に対する意味づけとした。

(3)自己成長感

信野（2008）による自己成長感尺度を用いた。Armeli. Et al.(2001) の作成したRSRGS43項目を和訳修正している。「自己安定感」6項目、「他者への誠実な態度」6項目、「他者つながり感」4項目、「他者尊重」3項目の計19項目で構成されている。「非常に減った（弱まった）-3点～非常に増えた（強まった+3点）」の7件法で回答を求めた。

5. 倫理的配慮

本研究の調査内容について、所属機関の倫理審査において承認を得た。調査に際して、本研究についての趣旨を説明し、本調査への協力は、調査対象者の自由意思が尊重されること、個人のプライバシーは保護されること、回答困難による中断や回答拒否による不利益はないことを文面及び口頭で説明した。

結 果

1. 各使用尺度の基礎統計量

各変数の平均値および標準偏差を求めた（Table1）。内の整合性について検討するため、Cronbachの α 係数を求めたところ、各変数において.82以上の値が得られた。

Table1 各使用尺度の基礎統計量

尺度	n	平均値	SD	α	最小値	最大値
<悩み体験スケール>						
距離・保持	231	58.2	13.5	.88	30.0	91.0
肯定的態度・積極的関わり	232	51.2	16.0	.85	24.0	97.0
<悩み体験に対する意味づけ>						
ポジティブな側面への焦点づけ	229	12.7	3.9	.85	5.0	30.0
出来事を経験した自己に対する評価	227	9.3	2.9	.83	4.0	16.0
出来事のもつメッセージ性のキャッチ	221	28.4	5.5	.88	9.0	46.0
<自己成長感>						
自己安定感	231	27.1	5.8	.85	5.0	46.0
他者への誠実な態度	230	22.9	5.3	.85	9.0	46.0
他者つながり感	228	18.3	4.4	.83	4.0	28.0
他者尊重	229	14.9	3.5	.86	5.0	21.0

2. 相関分析

(1) 悩み体験スケールと悩み体験に対する意味づけ、自己成長感との関連

各尺度間の関連を検討するため、相関分析を行った (Table 2)。その結果、悩み体験スケールについては、「距離・保持」と「肯定的態度・積極的関わり」($r=-.21, p<.01$) との間に負の相関が認められた。悩み体験スケールと悩み体験に対する意味づけについては、「距離・保持」が「出来事を経験した自己に対する評価」($r=-.15, p<.05$) との間に負の相関が認められた。「肯定的態度・積極的関わり」は、「ポジティブな側面への焦点づけ」($r=.57, p<.01$)、「出来事を経験した自己に対する評価」($r=.26, p<.01$)、「出来事のもつメッセージ性のキャッチ」($r=.30, p<.01$) との間にそれぞれ有意な正の相関が認められた。したがって、悩みに対して肯定的態度で積極的に関わる人ほど、悩みに対して肯定的な意味づけが高いことが示された。

悩み体験スケールと自己成長感尺度については、「距離・保持」が「自己安定感」($r=.20, p<.01$) と有意な正の相関が認められたが、ほとんど関係がなかった。「肯定的態度・積極的関わり」は「自己安定感」($r=.19, p<.01$) と有意な正の相関が認められたが、ほとんど関係がなく、「他者への誠実な態度」($r=.42, p<.01$)、「他者つながり感」($r=.24, p<.01$)、「他者尊重」との間ではそれぞれ有意な正の相関が認められた。

(2) 悩み体験に対する意味づけと自己成長感との関連

悩み体験に対する意味づけの「ポジティブな側面への焦点づけ」は、自己成長感尺度である「自己安定感」($r=.41, p<.01$)、「他者への誠実な態度」($r=.41, p<.01$)、「他者つながり感」($r=.32, p<.01$)、「他者尊重」($r=.37, p<.01$) とそれぞれ有意な正の相関が認められた。この結果から、悩みに対して肯定的な意味づけをする人は、自己安定感とともに他者に対する誠実さや他者への思いやりと関係があることが明らかになっ

た。「出来事を経験した自己に対する評価」は「自己安定感」($r=.28, p<.01$)、「他者への誠実な態度」($r=.26, p<.01$)、「他者つながり感」($r=.26, p<.01$)、「他者尊重」($r=.37, p<.01$) とそれぞれ有意な正の相関が認められたが、弱い関係であった。「出来事のもつメッセージ性のキャッチ」は、「自己安定感」($r=.74, p<.01$)、「他者への誠実な態度」($r=.89, p<.01$)、とそれぞれ有意な正の相関が認められ、強い関係であった。「他者つながり感」($r=.48, p<.01$)、「他者尊重」($r=.68, p<.01$) は有意な正の相関が認められ、中程度の関係であることが明らかになった。この結果から、意味づけは「自己安定感」に強い関係が示され、また他者への誠実さや思いやりとも関係があることが示された。

3. 悩み体験4群による意味づけ及び自己成長感との関連

小田 (2000) の悩み体験スケールにならい、悩みに対する「距離・保持」得点と「肯定的態度・積極的関わり」得点の高低を①LL群 (低, 低), ②LH群 (低, 高), ③HL群 (高, 低), ④HH群 (高, 高) の4群に分類し、これら4群による意味づけ及び自己成長感の関連について、一元配置の分散分析と多重比較を行い検討した。

(1) 悩み体験4群による意味づけとの関連

悩み体験4群による意味づけの分散分析結果を Table 3 に示す。「ポジティブな側面への焦点づけ」得点は、①LL群と③HL群が4群中最も低く、②LH群と④HH群との間に有意な差が認められた ($F=14.91, p<.001$)。「ポジティブな側面への焦点づけ」は、「肯定的態度・積極的関わり」が高いほど意味づけがされやすいことが明らかとなった。「出来事を経験した自己に対する評価」得点については、②LH群が最も高く③HL群との間に有意な差が認められた ($F=3.00, p<.05$)。しかしながら、「出来事を経験した自己に対する評価」は、悩みに対する「距離・保持」、「肯定的態度・積極的関わり」と意味づけとの関係については明確な相違は見出されなかった。「出来事のもつメッ

Table 2 各使用尺度の相関分析結果

	悩み体験スケール		悩み体験に対する意味づけ		自己成長感		
	距離・保持	肯定的態度・積極的関わり	ポジティブな側面への焦点づけ	出来事を経験した自己に対する評価	自己安定感	他者への誠実な態度	他者つながり感
距離・保持	—						
肯定的態度・積極的関わり	-.21*	—					
ポジティブな側面への焦点づけ	-.04	.57*	—				
出来事を経験した自己に対する評価	-.15*	.26*	.41*	—			
出来事のもつメッセージ性のキャッチ	.11	.30*	.40*	.26*	—		
自己安定感	.20*	.19*	.41*	.28*	.74*	—	
他者への誠実な態度	-.11	.42*	.40*	.26*	.89*	.32*	—
他者つながり感	.16	.26*	.31*	.26*	.48*	.68*	.37*
他者尊重	-.05	.38*	.30*	.23*	.68*	.21*	.48*

* $p<.05$, ** $p<.01$

Table 3 悩み体験4群による意味づけの分散分析結果

	悩み体験4群 (距離・態度)				F値	多重比較
	①LL群	②LH群	③HL群	④HH群		
ポジティブな側面への焦点づけ	11.3	15.1	11.3	15.1	14.91**	①<②③④
$F(3,10)=11.3, p<.001$	11.94	16.0	11.27	11.94		
出来事を経験した自己に対する評価	11.16	14.4	11.16	14.4	3.00*	②<③
$F(3,10)=3.00, p<.05$	11.16	14.4	11.16	14.4		
出来事のもつメッセージ性のキャッチ	11.7	11.1	11.7	11.1	6.02**	①<②③④
$F(3,10)=6.02, p<.01$	11.69	11.20	11.69	11.20		

* $p<.05$, ** $p<.01$

セージ性のキャッチ」得点については、②LH群と④HH群が高く、①LL群との間に有意な差が認められた ($F=4.62, p<.01$)。「出来事のもつメッセージ性のキャッチ」は「肯定的態度・積極的関わり」が高いほど意味づけがなされやすいことが明らかとなった。

(2)悩み体験4群による自己成長感との関連

悩み体験4群による自己成長感についての分散分析結果をTable 4に示す。「自己安定感」得点は、②LH群が最も高く、①LL群との間に有意な差が認められた ($F=4.84, p<.01$)。「他者への誠実な態度」得点は、②LH群、④HH群が高く、①LL群、③HL群との間に有意な差が認められた。「他者つながり感」得点は、④HH群が最も高く、①LL群、③HL群との間に有意な差が認められた。「他者尊重」得点は、②LH群、④HH群が高く、①LL群、③HL群との間に有意な差がみられた。この結果から、自己成長感に繋がる悩み体験として、悩みに対して「肯定的態度・積極的関わり」が高いほど、自己成長感が高まることが明らかとなり、一方で悩みに対して距離をとれていれも、回避的態度であるほど、自己成長感が低いことが明らかとなった。

4. 関係モデルの構成

各尺度の因果関係を検討するため、共分散構造分析によるパス解析を行った。相関分析および一元配置

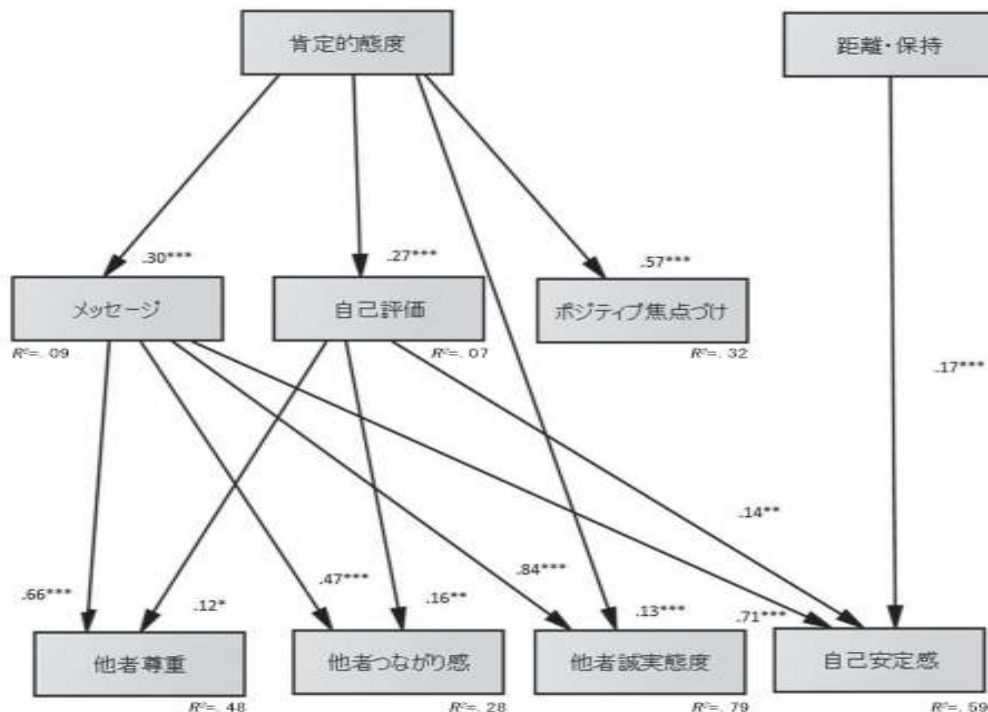
Table 4 悩み体験4群による自己成長感の分散分析結果

	悩み体験4群 (距離・保持)				F値	p値
	①LL群	②LH群	③HL群	④HH群		
自己安定感	298	383	314	373	4.84**	0.009
($F=4.62=11.03=2.86=4.01$)	(3.6)	(11.6)	(3.86)	(3.7)		
他者への誠実な態度	374	376	377	303	9.92**	0.009
($F=4.62=11.03=2.86=4.01$)	(3.6)	(11.6)	(3.86)	(3.7)		
他者つながり感	373	374	372	375	4.37**	0.009
($F=4.62=11.03=2.86=4.01$)	(3.6)	(11.6)	(3.86)	(3.7)		
他者尊重	338	371	344	378	6.17**	0.009
($F=4.62=11.03=2.86=4.01$)	(3.6)	(11.6)	(3.86)	(3.7)		

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$ (補正標準偏差)

の分散分析の結果を踏まえ、悩み体験の意味や価値を見出すプロセスについて、悩み体験から、体験自体に対する意味づけ（意味づけ）、体験に対する自己への意味づけ（自己成長感）のパス図を構成した。有意な標準化係数が得られなかった値を削除して、最終的なモデルを採択した (Figure1)。その結果、採択したモデルの適合度指標は、 $\chi^2=31.23$, GFI=.968, AGFI=.898, CFI=.982, RMSEA=.076, AIC=93.23であり、十分許容できる適合度が得られた。

パス解析の結果、悩み体験スケールの「距離・保持」



注1. 誤差変数および共分散についての表示は省略した。

注2. パス係数は、統計的にすべて有意な値を示した。

* $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$

Figure 1. 因果関係モデルの共分散構造分析の結果

と「肯定的態度・積極的関わり」は負の相関が示された。悩みに対して「肯定的態度・積極的関わり」が低くても、適切な距離を保てていれば自己安定感に繋がることが明らかとなり、概ね先行研究を支持する結果が示された。意味づけについては、「肯定的態度・積極的関わり」と結びつきがあったが、「距離・保持」との関連はみられなかった。とりわけ、意味づけの「出来事のもつメッセージ性のキャッチ」が自己成長感にそれぞれ高い影響を与えることが示された。具体的な項目は、「人生や生き方について考えてみなさいというメッセージ」「自分へのメッセージ」「自分らしさについて考えてみなさいというメッセージ」「何か意味があったのではないか」であった。悩みに対する距離が適切にとれていれば、意味づけと繋がらなくても自己成長感の「自己安定感」に繋がることが示されたが、意味づけがなされるほうが、「自己安定感」に強い関係があり、また自己成長感の「他者への誠実な態度」「他者つながり感」「他者尊重」とも強い関係があることが明らかとなった。

しかしながら、意味づけの「ポジティブな側面への焦点づけ」が、「肯定的態度・積極的関わり」と中程度の関係が示されたにも関わらず、自己成長感への繋がりが認められなかった。その要因として、意味づけの各下位尺度の一つが自己成長感と密接に繋がりがあるとするよりも、「ポジティブな側面への焦点づけ」「出来事を経験した自己に対する評価」「出来事のもつメッセージ性のキャッチ」のそれぞれの意味づけが関連し、自己成長感に繋がったのではないかと推察される。この結果から、悩みに対して肯定的態度で積極的に関わる人は、その体験に対して肯定的な意味づけを与え、自己成長感に繋がるといった因果関係が示された。

考 察

本研究の目的は、悩み体験と悩み体験に対する意味づけ及び自己成長感の関連を検討し、悩みに対する体験の違いによる意味づけ、自己成長感との関連を明らかにすることであった。パス解析の結果から、悩みに対して巻き込まれず、適切な距離をとり肯定的態度で積極的に関わるのが悩み自体に対する意味づけ、自己成長に繋がることが示された。また、悩みと距離をとることができれば、意味づけとの関係がなくとも自己成長感の「自己安定感」につながるが示された。このことから、悩みに対して肯定的態度で積極的に関わりことと同様に、距離を適切に保つことが必要であることが再認識された。意味づけから自己成長感については、悩みに対して肯定的態度で積極的に関わるのが意味づけに繋がりが、自己の安定感だけでなく、他者への誠実さや思いやりといった他者への関わり方にも関係があることが示された。また、意味づけの各下位尺度間の相関が高かったことから、一つの意味づけ

により自己成長感に影響しているとするよりも、相互の関連によって意味づけが高められ、自己成長感に結び付くと考えられる。

一元配置の分散分析の結果と多重比較から、悩み体験の2側面である「距離・保持」「肯定的態度」はそれぞれ意味づけ、自己成長感と独自の結びつきがあることが示された。悩みに巻き込まれず、適切な距離をとり肯定的態度で積極的に関わる④HH群は、悩み自体に対して肯定的な意味づけを与えやすく、自己成長感が高いことが明らかとなった。さらに、悩みに対して巻き込まれながらも、肯定的態度で積極的に関わる②LH群も④HH群と同様に、肯定的な意味づけがされやすく、自己成長感が高いことが示された。一方で、悩みに対し、巻き込まれやすく回避的である①LL群は、意味づけ、自己成長感ともに低く、悩みに対し距離がとれているが回避的である③HL群も同様に、意味づけ、自己成長感が低いことが明らかとなった。

悩みに巻き込まれる体験をしたケースにおいても、悩みは収束する可能性があり、巻き込まれることが無条件に避けられるべきものとは限らないという指摘があることから(阿部・田嶋, 2004)、悩みを意味のある体験とし、自己の成長に繋げるためには、悩みと距離を保つとともに肯定的態度で積極的に関わるのがより重要であることが示唆された。

もちろん、悩みは心理的な病となる可能性も秘めており、悩みに対する距離がうまく保てないことや否定的行動をとることが身体化や行動化へ移行する可能性があることから(小田, 2000)、悩みに対する適切な距離や態度のとり方も重要である。悩みに対して距離をとる③HL群、④HH群は、「距離・保持」が低い①LL群よりも自己安定感が高いことから、肯定的態度で積極的に関わりとともに、悩みと適切な距離を保つことが自己の安定に繋がると考えられる。

自己成長感の他者に対する関わりは、悩みに巻き込まれながらも、肯定的態度で積極的に関わる②LH群が高く、一方で、悩みに対して巻き込まれやすく否定的である①LL群は、自己成長感が高まりにくいことが示された。また、悩みと距離は取れているが否定的である③HL群も、「他者への誠実さ」「他者つながり感」「他者尊重」が低いことが示された。したがって、距離のとり方に関わらず、②LH群、④HH群のように悩みに対して肯定的態度で積極的に関わる人ほど他者への誠実さや思いやりが高いことが明らかとなった。

小田(2000)は、悩みとの距離がとれず保持できない群において、肯定的態度をとり積極的に関わっている方が不安や抑うつなどの症状は現れにくいとし、距離はとれていなくても悩みに肯定的態度をとる者と、距離はとれているが悩みに対して否定的態度をとる者とは、「快適さ」は変わらないとしている。したがって、ネガティブな体験とされる悩みは、適切な距離を

とることよりも肯定的な態度と積極的な関わりによって意味づけがされやすく、自己の成長に繋がりがやすいと考えられる。

③HL群は、②LH群に比べ意味づけや自己成長感が低いことから「悩めない大学生」の特徴を表していると考えられる。前田(1988)は、高校から大学を過ぎても悩めない人は、悩みや葛藤を感じる事が困難であり、分裂や否認、投影といった形で回避しておかなくてはならないほどの攻撃性をもっていると指摘することから、③HL群のような悩めない大学生に対して、悩みをいかに自己の問題とし認識し、取り組むことができるよう援助するかといった方法や介入を検討することが必要ではないかと思われる。

今後の課題

本研究では、悩み体験を青年期に向き合うことが予想される性格面での悩みとしたが、必ずしもすべての悩みが意味づけ及び自己成長感に繋がるとは考えられない。したがって、悩みの種類や領域別の体験を分類し、その体験に対する意味づけ及び自己成長感にどのように関連するかについても検討することが必要であると考えられる。

本研究における意味づけの定義が曖昧であり、抽象度が高かったことから具体的にどのような意味づけ方がなされ自己成長感に繋がったのかについては明らかにできていない。したがって、悩み体験から成長に繋がる意味づけ方についての過程を質的に検討することが必要であると思われる。さらに、本研究で扱った悩み体験(悩み方)や意味づけという概念は一時的なものではなく、変化を伴う概念であると考えられる。そのため、一時点での調査では悩み方や意味づけを十分に捉えているとは言い難い。どのような悩みについて、どんな風に悩み、その悩みの過程の中で意味づけがどのように変容し、自己がどのように変容していくのかについて時系列を踏まえた研究計画が必要であると思われる。

引用文献

青野 明子(2009). 青年期における悩み体験に関する研究—ストレス反応, 解離性体験および自傷行

為との関連— 近畿大学臨床心理センター紀要, 2, 65-73.

阿部 悦子・田嶋 誠一(2004). 青年期における「悩み方」の過程に関する研究—体験的距離と心的構えの視点から—九州大学心理学研究, 5, 229-237.

小田 友子(2000). 青年期における悩みの主観体験化に関する研究—「悩み体験スケール」の作成を通して—人間性心理学研究, 18 (2), 117-127.

下山 晴彦(1994). 「つなぎ」モデルによるチューデント・アパシーの援助—「悩めない」ことを巡って— 心理臨床学研究, 12 (1), 1-13.

信野 良太(2008). 自己成長感尺度作成の試み 北星学園大学大学院社会福祉研究科北星学園大学大学院論集, 11, 125-136.

宅 香菜子(2004). 高校生における「ストレス体験と自己成長感をつなぐ循環モデル」の構築 自我の発達プロセスのさらなる理解にむけて 心理臨床学研究, 23 (2), 181-186.

宅 香菜子(2005). ストレスに起因する自己成長感が生じるメカニズムの検討 ストレスに対する意味の付与に着目して 心理臨床学研究, 23 (2), 161-172.

苦米地 憲昭(2006). 大学生：学生相談から見た最近の事情 臨床心理学, 6, 168-172.

堀田 亮(2012). 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心理学研究, 44, 113-122.

堀田 亮・杉江 征(2013). 挫折体験の意味づけが自己概念の変容に与える影響 心理学研究, 84 (4), 408-418.

松下 智子(2005). ネガティブな経験の意味づけ方と開示抵抗感に関する研究 心理学研究, 76 (5), 480-485.

前田 重治(1988). 正常な悩み, 病的な悩み 教育と医学, 36, 418-428.

山本 誠一(1995). 悩めない「不安」から、悩める「不安」を経て、より自分らしく強くなっていく青年シンポジウム「学生相談を通じてみた現代の青年像」 青年心理学研究, 7, 42-45.

—2016.1.30受稿, 2016.3.12受理—

The relation between giving meaning and self-growth feeling in university students' experience of being worried

Masato INUI (*Graduate school of Tokyo Seitoku University*)

Akinori NISHIMURA (*Graduate school of Tokyo Seitoku University*)

The purpose of this study was to reveal the relation between giving meaning and self-growth feeling in university student's experience of being worried. As a result of the correlation analysis, the experience of being worried, giving meaning to that experience, and self-growth feeling were found to show a significant positive relation.

In addition, the experience was divided into four types by identifying a low group and a high group for the respective aspects. The relations were examined between "the experience of being worried" and "giving meaning to that experience," and between "the experience of being worried" and "self-growth feeling." As a result of one-way analysis of variance, it was found that "positive attitude/positive concern" was high when giving meaning was high. Similarly, self-growth feeling was high when "positive attitude/positive concern" was high.

Finally, as a result of path analysis, it was shown that giving meaning through the experience of being worried enhances self-growth feeling.

Key words : university student, experience of being worried, giving meaning, self-growth feeling

Bulletin of Clinical Psychology, Tokyo Seitoku University
2016, Vol.16, pp.38-44