

ストレスフルな体験に関する自己開示がPTGに及ぼす影響

—出来事に関する反すうとの関連から—

木 村 悠 人

強いストレスを伴う出来事（ストレスフルな体験）に遭遇することで、人はトラウマを抱え、心的外傷後ストレス障害（PTSD）に発展する可能性がある。しかし、その体験を乗り越えることを通じてポジティブな変容につながることも示されている。こうした変容は心的外傷後成長（Posttraumatic Growth: PTG）と呼ばれ、ストレスフルな体験を経験した個人（当事者）がPTGを獲得するまでの一連のプロセス（PTGプロセス）およびその結果として検討されている。当事者はPTGに至るまでに、侵襲的で自動的な反すう（侵入的熟考）から建設的で努力的な反すう（意図的熟考）へと反すうの変容を経験する。しかし、反すうの変容は必ずしも時間の経過に伴って生じず、それを促進する要因の検討が必要とされている。本研究は、反すうを調整する要因として、自己開示に着目する。自己開示は感情調節や認知機能の促進など多様な機能を持ち、PTGを促進するとされている。しかし、自己開示の機序を測定する尺度の確立、および自己開示が反すうを介してPTGに与える影響の検討が不十分であるため、実証研究における結果が一貫していなかった。そこで本研究では、日本語版Disclosure of Trauma Questionnaireを作成、精緻化した上で、自己開示が直接、および反すうを介して間接的にPTGに与える影響の検討を行った。

研究1において、大学（院）生を対象としたWebアンケートを行い、253名から回答を得た。因子構造の検討と因子間の相関分析から、開示抑制、積極的開示、感情的反応の3因子構造を確認し、その信頼性と妥当性を確認した。研究2において、20代の日本人を対象としたWebアンケートを行い、471名から回答を得た。構造方程式モデリングによるパス解析を行い、回答者の属性や出来事の性質に関わらず、①開示抑制においては直接的に、また意図的熟考を介して間接的にPTGと負の関連を示した。②積極的開示においては直接的に、また意図的熟考を介して間接的にPTGと正の関連を示し、さらに侵入的熟考を介して間接的にPTGと負の関連を示した。③感情的反応においては、侵入的熟考を介して間接的にPTGに負の関連を示し、また意図的熟考を介して間接的にPTGに正の関連を示した。

以上の結果から、ストレスフルな体験に関して、自己開示を抑制することはPTGにつながらないこと、感情的な反応をコントロールしながら、積極的に自己開示を行うことが、反すうの変容を促進し、PTGに至ることが示された。今後の課題として、ソーシャルサポートとの関連を含む包括的なプロセスの検討やPTSDの臨床群など調査対象を拡大したモデルの頑健性の検討が必要であると考えられた。