

喪失体験からの回復に伴う心的状態

—喪失経験者の自己開示に着目して—

高木 郁香

本研究の目的は、喪失体験後の心的状態の自己開示に着目し、喪失経験者が自己の状態をどのように自覚しているか、自覚した自己の状態をどのように他者に伝えるかを明らかにすることであった。

喪失経験者が自己の状態をどのように自覚しているかについては、喪失体験後の回復過程を表す段階モデルで言及されている心的状態から項目を設定した尺度、「喪失体験後の心的状態」を用いた。自覚した自己の状態をどのように他者に伝えるかについては、自己開示への抵抗感に関する尺度への回答、喪失体験後の心的状態を自己開示する場面を想定したうえで、「立ち直っている」「立ち直っていない」「どちらともいえない」「よくわからない」を基盤とした選択肢への回答、さらにその理由についての記述を求めた。

分析対象者は、喪失を経験したことがある大学生、大学院生151名であった。喪失体験後の心的状態として、「喪失体験後の心的状態」をもとにクラスター分析を行った結果、死別経験者において「ネガティブ型」「平均型」「低感情型」が、離別経験者において「ポジティブ型」「平均型」「低感情型」が確認された。心的状態の自己開示では、110名が、「立ち直っている」を報告したが、選択肢を選んだ理由についての記述を確認したところ、自己開示に抵抗があるためという理由が半数を占めていた。

「ネガティブ型」は、否定的感情やストレスが高く、段階モデルでは初期に見られる状態であり、開示抵抗感が高いことが示された。「平均型」は、否定的感情、肯定的感情が平均値付近をとる両価的な心的状態を示す型であり、死別経験者と離別経験者で異なる特徴を持っていた。死別経験者では、喪失体験から経過した時間が長く、ストレスが低い型であり、「立ち直っている」と自己開示する者が多く、その理由として、自己開示への抵抗感を報告する者が少なかった。離別経験者では、ストレスが高い型であった。「低感情型」は、両感情、ストレスが低い型であり、開示抵抗感は低かった。「立ち直っている」と自己開示する者が多く、その理由として、自己開示への抵抗感を示す者が少なかった。「ポジティブ型」は、肯定的感情が高く、ストレスが低い型であり、段階モデルでは、最終段階に到達し、心理的回復を獲得した状態である。「立ち直っている」と自己開示する者が多かったが、その理由としては、自己開示への抵抗感を示す者が約半数であった。

本研究からは、「平均型」「低感情型」の適応的な側面が明らかになった。また、段階モデルでは、心理的回復を獲得した状態とされてきた「ポジティブ型」について、必ずしも「立ち直っている」とはいえないことが示唆された。

また、いずれの場合も、支援者は、自己開示の適応的な側面、不適応的な側面、被開示者である支援者の反応の影響などを考慮したうえで支援に当たる必要があると考える。