

アジア人における被入種差別体験と コーピングの様態に関する文献レビュー

牧 美風 お茶の水女子大学大学院 人間文化創成科学研究科
石丸 径一郎 お茶の水女子大学基幹研究院

要約

被入種差別体験へのコーピングに関する研究が蓄積されているが、このテーマに関してアジア人を対象とした研究は少ない。本研究では「アジア人における被入種差別体験に対するコーピング」を扱った先行研究を概観し、得られている知見ならびに知見のギャップを特定することを目的として、22本（量的研究17本、質的研究4本、混合研究1本）の文献レビューを行った。その結果、従事型コーピングは被入種差別体験と精神的健康度との関連を弱め、撤退型コーピングは強めることが示された。加えて、アフリカ系と比較し、アジア系では社会的サポート・宗教的コーピングの使用が少ない可能性が見出された。また、若い世代は、より対決的なコーピングを使用している傾向があった。一方で、質的研究が少数であること、および量的研究において文化的背景や入種差別の特性を考慮したコーピングの測定が行われていないことが確認された。この結果を踏まえ、入種差別に対するアジア系の社会・文化的背景を反映したコーピングの実態についてはさらなる研究の必要性が示唆された。

キー・ワード：アジア人差別、コーピング、精神的健康

I はじめに

1. 入種差別の定義とアジア人差別

入種差別とは入種差別撤廃条約によれば「人種、皮膚の色、世系又は民族的若しくは種族的出身に基づくあらゆる区別、排除、制限又は優先であつて、政治的、経済的、社会的、文化的その他のあらゆる公的生活の分野における平等の立場での人権及び基本的自由を認識し、享有し又は行使することを妨げ又は害する目的又は効果を有するものをいう。」と定義されている。本稿ではこの定義に則った上で、アジア人に対する入種差別を「アジア人差別」とする。

2. 入種差別発生数の現状と新型コロナウイルス感染症による影響

入種差別の発生状況を正確に把握することは困難であると考えられるが、ヘイトクライムの報告件数は指標の1つとなる。例を挙げると、イギリス内務省の統計によれば、イギリスにおける特定の人種への憎悪を動機としたヘイトクライムの報告件数は2010年～2013年時点では毎年約3.5万件、それ以降は増加傾向にあり、2014年時点における4.2万件から2018年には7.8万件へと毎年増加している（Home Office, 2019）。

次に新型コロナウイルス感染症による影響について述べる。19世紀のアメリカにおいて、大陸

横断鉄道建設の労働力として劣悪な衛生状態の船に乗り移民として渡米してきた中国人たちや、複数の中華街における腺ペストの流行、食習慣の違い等によって、アジア人に対するネガティブなイメージが形成されていた(和泉, 2022; Chen et al., 2020)。さらに、2019年に始まった新型コロナウイルス感染症流行の発生源が中国であったことから、このイメージを助長することとなり、アジア人差別はさらに大幅に増加することとなった。

3. 人種差別による精神的健康への悪影響

先に述べたアジア人差別の増加に伴い、Wu et al. (2020) は新型コロナウイルス感染症の大流行以降、アジア系アメリカ人は白人と比べてより深刻な精神疾患を経験していることを報告した。また、数多くの研究が被人種差別体験はメンタルヘルスの不調と関連があることを示唆している。333の文献のメタ分析を行った Paradies et al., (2015) は被人種差別体験が抑うつ、不安、PTSD等の精神的健康度の低い状態と関連があることを明らかにした。

4. アジア人差別とコーピング

人種差別による精神的健康への悪影響を軽減する要素として、被差別体験へのコーピングに関する研究が行われているが、このテーマに関してアジア人差別に焦点を当てた研究は相対的に少ない。有色人種が被る人種差別体験は一律ではなく、それぞれの人種が異なったステレオタイプ(Phillip, 2018)に基づいた被差別体験をしていると考えられる。したがって、コーピングに関しても他の人種とは異なるアジア系特有の特徴がみられる可能性があることから、アジア系を対象を絞って検討を行う余地があるといえる。ゆえに本研究では、「アジア系の人々における被人種差別体験に対するコーピング」について焦点を当てた先行研究を

概観し、得られている知見ならびに知見のギャップを特定することを目的とする。

II 調査方法

文献検索データベースはPubMedを使用した。本レビューにおけるテーマを中心的に扱っている文献を抽出するため、最終的な検索式は「asian[title], coping[title]」とした。最終検索日は2023年8月14日であった。文献の包含基準は、(1)「アジア人が対象であること」(2)「被人種差別体験へのコーピングに関する研究であること」(3)「実証研究であること」(4)「執筆言語が英語であること」とした。検索結果で得られた文献内の引用文献についても基準に該当する文献の探索を行った。なお、出版年については条件を設けなかった。その結果、該当文献の合計件数は22件であり、それぞれの内容は本レビューの目的に適していることが確認できた。

III 結果

用いられた文献概要とコーピング測定方法の一覧を巻末に掲載した。著者情報、研究デザイン、研究参加者/人数(民族別内訳記載)、コーピング測定方法を記載した。

レビュー対象となった文献の研究デザインは質的研究(4本)、量的研究(17本)、混合研究(1本)で、刊行年は1999年~2023年であった。実施国はアメリカ(19本)、カナダ(2本)の2カ国であった。1本は国際的オンラインコミュニティを研究対象としていた。

1. コーピング(coping)とは

Lazarus & Folkman (1984)によれば、コーピングとは「その人自身に負担がかかる、または許容範囲を超えている外的および/または内的な要求に対処するための認知的・行動的努力(筆者訳)」と定義されている。コーピングはストレスとストレス反応の関係を媒介しており、特定の状況

がどれほどストレス反応を引き起こすかは、その状況に対するコーピングが決定要因であるといえる (Sanchez et al., 2018)。

コーピングは大まかに2つのカテゴリに分類される (Brougham et al., 2009)。1つは従事型コーピング (engagement strategies) であり、積極的にストレスフル (stressful) な状況への対処を試みるコーピングを指す。問題解決行動 (problem solving behavior) やポジティブなリフレーミング (positive cognitive reframing), および情緒的サポートを求めることなどが含まれる (Tobin et al., 1984)。問題解決行動は、状況を変えることでストレスを除去しようとする認知的・行動的なコーピングである。ポジティブなリフレーミングは、ストレスフルな出来事を肯定的な側面から捉え直すことで、ストレス反応の軽減を試みるコーピングである。また、情緒的サポートを求めることに関しては家族や友人などへ援助要請を出すことを指している。

もう1つのカテゴリーである撤退型コーピングとは、精神的、感情的、物理的にストレス要因から自分を遠ざけようとすることを指す (Tobin et al., 1984)。問題回避 (problem avoidance), 自己批判 (self-criticism), 希望的観測 (wishful thinking), 社会的引きこもり (social withdrawal) などが含まれる。問題回避とは問題を否認し、その出来事に関する思考や行動を避けることである。自己批判とは出来事の原因を自分に帰属し、自責的になることである (例: リスクのある行動をとった自分を責める)。希望的観測とは到底ありえない見通しに基づいて物事を判断するなどの認知的戦略を指す。社会的引きこもりとは人との交流を避け、通常より長く1人で過ごそうとすることを指す。

このように、コーピングは個人のストレス状況への対処方法を表す概念であり、その選択は人々のストレスの感じ方に影響を与える要因となっている (Sanchez et al., 2018)。

2. アジア人はどのようなコーピングを行っているか

1999年にカナダで行われた研究によれば、東南アジア系難民168人は困難な状況に対処するために、忍耐 (forbearance) と対決的 (confrontational) なコーピングを用いていることが示された (Noh et al., 1999)。忍耐の詳細について、「人生の真実として受け入れる (従事型コーピング)」と回答した人が77.6%, 「反応しない (撤退型コーピング)」と回答した人が60.6%, 「同様の方法で返しをしない (撤退型コーピング)」と回答した人が6.5%であった。対決的なコーピング (従事型コーピング) に関しては、「言い返す」と回答した人が58.9%, 「加害者と話をする」と回答した人が37.5%, 「誰かとディスカッションをする」と回答した人が31.5%, 「適切な機関に報告する」と回答した人が14.3%であった。

2014年に行われたカナダの大学に在籍するアジア系留学生 (中国7名, 韓国2名, インド2名, パキスタン1名) を対象とした研究では、従事型コーピングと撤退型コーピングの双方が使用されていることが報告された (Houshmand et al., 2014)。従事型コーピングでは、多文化的な環境に安らぎを求めることや、同じアジア系や同文化のグループと関わること、また、カウンセリングを受ける (ただし、これは最終手段であったと述べられた), 等が挙げられた。撤退型コーピングでは、授業中に英語の発音をからかわれたため授業を1週間欠席した, プレゼンテーションをしなかった, 等のエピソードが挙げられた。

2021年に行われたアメリカの学校心理学プログラムの大学院生, および卒業生 (中国本土6名, 香港3名, 日本1名, インド3名) を対象とした研究から、学生が学校環境で直面する差別とそのコーピングに関する知見が得られた (Yang, Chen et al., 2021)。このインタビュー調査ではアジアの学生に対するステレオタイプに基づいた敵意, 侮辱, 軽視を含んだ日常の短いやり取りである人

種々のマイクロアグレッションが多く報告され(例:「アジアの学生は従順で発言をしない」),これに対して教授や同僚に自文化について話し教育する試みや,楽観主義の姿勢や客観的な視点を保つというコーピングが行われていた(従事型コーピング)。また,複数のインフォーマントがロールモデルの存在がコーピングとして機能していると話した。学校心理学分野で既に活躍している有色人種の卒業生の存在が,自分の専門家としての成長の一助になっていると語られた。中国人留学生の1人は,同プログラムのアドバイザーである黒人女性が自分の様々な経験を学生に話してくれており,有色人種の学生は皆,その女性をロールモデルとしていると話した。

新型コロナウイルス流行下のアメリカにおけるアジア系およびアジア系アメリカ人(台湾人77.9%,中国人15.3%,その他3.6%,韓国人1.6%,フィリピン人1.2%,日本人0.4%)を対象にした研究によれば,あからさまではない(subtle)差別(電車で席が空いていても隣に座らない,スーパーやレストランでのサービスが悪い,等の不明瞭で気づきにくい差別)を多く経験している人は,行動を伴う撤退型コーピングを行っていることが明らかになった(Chiang et al., 2023)。具体的な方法として,オンラインで食料を購入する,アジア人であることを認識されないようにマスクやサングラスを着用する,1人での外出を避ける,他国や母国への引っ越しを考えるなど,差別に遭遇する機会を減らすための方法が挙げられた。

コーピングの世代間差に言及している論文もみうけられた。Facebook グループの調査を行った Abidin & Zeng (2020) はオンライン上で次の内容が話題にのぼっていたことを報告した。現在の若い世代と比べて,アジア系移民の初期の世代の人々は「静かに痛みを耐える(quietly enduring the pain)」「立ち去る(walking away)」といった非対決的なコーピング(撤退型コーピング)を行う傾向にあった。しかし現在の若者たちは初期の

人々よりも声を上げ,自分たちが受けている不当な扱いに対して積極的に抗議し,可能な解決策について戦略を練ろうとする傾向がみられる,ということであった。

3. コーピング方法と精神的健康の関連

Lee & Ahn (2011) はアジア系アメリカ人大学生を対象とした研究を行い,撤退型コーピングを用いる学生ほど精神的健康度が低いことを示した。類似の結果を示した研究では,撤退型コーピングの中でも特に問題回避に分類されるコーピングと精神的健康度が低い状態の関連を示したものが多くみられた。例えば,回避的コーピング(例:「これは現実ではない」と自分に言い聞かせる,それが起こったと信じることを拒否する)や抑圧的(suppressive)なコーピング(例:問題を否認し関係のないことをする)が認識された人種差別と抑うつとの関連を強化していることが示された(Iwamoto et al., 2011; Wei et al., 2008)。新型コロナウイルス感染症流行下にアジア系アメリカ人大学生を対象として研究を行った Hwang et al. (2023) は逃避・回避的な(escape avoidance)コーピングと認識されるストレスに正の関連があることを示した。

従事型コーピングに分類されるコーピングが認識された差別と精神的健康度の低い状態との関連を緩和するという結果を示した文献も数多くみられた。Liang et al. (2007) はアジア系アメリカ人大学生を対象として調査を行い,従事型コーピング(ポジティブなリフレーミング,情緒的サポートを求める)がより適応的な状態と関連していたことを示した。別の研究においてもアジア系アメリカ人大学生は従事型コーピング(問題解決,認知再構成,感情表出,ソーシャルサポート)を用いている場合に心理的苦痛が軽減されていた(Sanchez et al., 2018)。認識された人種差別と不安の関連に着目した研究においても従事型コーピング(例:「人生の真実として受け入れる」「何

かしてみる」)が関連を軽減するという結果が得られた (Nadimpalli et al., 2016)。従事型コーピングに分類される問題解決型コーピングの効果に着目した研究では、この方法が人種差別を含む差別を経験した場合に幸福度の向上や精神障害の軽減に関連していることを示した一方で、何も結果が得られない場合もあり、また、感情的負担、大きなストレスがかかるなどの潜在的な害も報告されている (Alvarez & Juang, 2010; Polanco-Roman et al., 2016; Yan et al., 2022)。

加えて、民族アイデンティティとの関連を示す研究もみられた。認識される差別とうつ病の関連性の強さを弱める要因として忍耐 (forbearance; 人生の真実であると捉える 77.6%, 反応しない 60.6%, 同様の方法で仕返しをしない 6.5%) が示され、この緩和効果はより強い民族アイデンティティを持っている人々の間で著しく大きかった (Noh et al., 1999)。

精神的健康度の指標として物質使用 (大量飲酒、大麻・コカイン・その他違法薬物使用) に着目した Iwamoto et al. (2011) は、次のように仮説を立て検討を行った。回避的なコーピングは物質使用と正の関連がある一方、積極的なコーピングは物質使用と負の関連があると仮定した。結果として、コーピング方法と物質使用に関連はなかったとした。

4. ソーシャルメディアを用いたコーピング

ソーシャルメディアの利用方法は主に直接的コミュニケーション (directed communication), ブロードキャスティング (broadcasting), コンテンツ消費 (content consumption) の3つに分類される (Yang, Holden et al., 2021)。直接的コミュニケーションは特定の相手を対象としたオンラインでのやり取り (メッセージの送信・交換など) を指す。ブロードキャスティングとは一般大衆に向けてコンテンツを投稿することを指す。コンテンツ消費とは投稿されたものを見る・読むことを指

す。直接的コミュニケーションは高い幸福度と関連している一方で、コンテンツ消費は幸福感を得づらく、ブロードキャスティングは投稿する内容によって得られる幸福度が異なる (Yang & Tsai, 2023)。

Abidin et al. (2020) は約 170 万人規模の Facebook グループである Subtle Asian Trait (SAT) の観察を行った。SAT は東アジア人の間で人気があり、「アジア人であること (being Asian)」に関する内容が主要な話題となっている。この研究では SAT のコーピング機能が次の3つに分類された。1 つ目はカタルシス (Catharsis) である。新型コロナウイルス感染症流行下においてアジア人憎悪が増大する中、SAT は自分たちの不満を吐き出し、共感と支援を求めるための「頼りになる」場となった。2 つ目はエスカレーション (Escalation) である。暴力的な出来事に遭遇した際は該当機関・メディア・他の Facebook グループ (例.Crimes Against Asians) 等へ報告することが提案されるなど SAT ではアジア人差別の認知を広める活動が促された。3 つ目は問題解決 (problem-solving) である。SAT のメンバーは、自己防衛に関するアドバイスから、顧客不足に苦しむアジアの企業への具体的な支援の提供まで、問題解決のための様々なサポートをお互いに提供しあっていた。

ソーシャルメディア利用についてのインタビュー調査を行った Yang & Tsai (2023) は次のようなことを明らかにした。まず、ソーシャルメディア利用方法の1つであるブロードキャスティングに関する語りは次のようなものであった。アジア人差別にあったことを投稿してもほとんど反応が得られなかったという参加者が多くみられた。またそのことに関して、人々が現状にきちんと気づいているのか心配になったと話した人もいた。また、ある人は少ない中でも反応をくれた人々は声を上げる (speak up) ことや、何らかのアドボカシー活動に関心を持っている人が多かったと語っ

た。もう1つのソーシャルメディア利用方法であるコンテンツ消費がコーピングとして機能したと思われる語りは次の3つであった。ある女性は身体的な攻撃に遭遇し、脳震盪の症状が出ていた際に、ソーシャルメディアで役立つ医療情報を得られた他、自分に起きた出来事が自分だけではなく世界中で多くの人が直面している問題だと認識することができたと語った。またある参加者はTwitterにてthe StopAsianHateという言葉がトレンドに上がっていたのを見て、ついに自分たちアジア系が世の中の注目を得られたと思ったと語った。

ソーシャルメディアを用いたコーピングに関して量的研究を行ったYang & Tsai (2023)は投稿とコメント(直接的コミュニケーションおよびブロードキャストに分類される)を多く行っている人ほど、ソーシャルサポートを介して被人種差別体験もしくはそれを目撃後のトラウマ症状が軽減され、ポジティブな感情が増加していたことを示した。また、コンテンツを閲覧(コンテンツ消費に分類される)する回数が多い人ほどポジティブな感情が増加していたことを明らかにした。一方で負の側面として、メディアでアジア人憎悪犯罪を目にすることで不安感が増大することが報告された(Yang, Tsai et al., 2020)。

5. 宗教思想を用いたコーピング

宗教思想を用いたコーピングはおおまかにポジティブな宗教的コーピングとネガティブな宗教的コーピングの2つに分類され、105項目からなる尺度が作成されている(Nie, 2023)。

ポジティブな宗教的コーピングの項目には「神とのより強いつながりを求めた」、「神の愛と配慮を求めた」、「怒りを手放すために神の助けを求めた」、「神と一緒に計画を実行しようとした」等がみられた。全体として神と自分の関係を肯定的に捉え、神の愛や助けに信頼を置いていると思われる項目が並んでいる。

ネガティブな宗教的コーピングの項目は「神が私を見捨てたのではないかと思う」、「私の献身の欠如が神に罰されたと感じる」、「神が私を罰するために何かしたのかと思う」、「私に対する神の愛に疑問を抱く」等がみられた。全体として神と自分の関係に不信感を抱いたり、否定的に捉えていると思われる項目が並んでいる。

宗教的コーピングと精神的健康の関連について、ネガティブな宗教的コーピングが精神的健康度の低い状態との関連を示した研究がみられた。Nie (2023)は人種差別に対するネガティブな宗教的コーピングがうつ病の悪化と関連していることを示した。また、このコーピングが精神的健康に対する人種差別の悪影響を悪化させた可能性があることを報告した。一方ではKim et al. (2015)は相反する結果を報告し、ネガティブな宗教的コーピングは精神的健康に対する人種差別の悪影響を軽減していたことを示した。ポジティブな宗教的コーピングに関しては、新型コロナウイルス感染症の大流行下では、人種差別に関連した精神的健康問題に対して保護的効果は一切みられなかった。

6. アジア系アメリカ人女性/太平洋諸島出身の女性における性的暴行とコーピング

Breiding (2014)によると、アメリカ人女性の多くは生涯のうちに少なくとも1度は性的暴行の被害を受けており、5人に1人は強姦されている。その中でも特にアジア系アメリカ人または太平洋諸島出身の女性は約3人に1人(29%)が性的暴行の被害を経験していると報告されている。

性被害を受けたアジア系アメリカ人女性はコーピングとして受容(例:出来事が起こったことを受け入れる、その経験とともに生きていくことを学ぶ)および、気晴らし(例:気を紛らわせるために仕事や他の活動に目を向ける、そのことについて考えないように他のことをする)を用いていることがわかった。回復過程の自分をあまりコントロールできないと認識したアジア系アメリカ人

女性は、薬物乱用の傾向があると報告された (Tsong & Ullman, 2018)。

7. コーピングの人種・民族差

いくつかの論文においてコーピング使用の人種・民族ごとの違いが検討されていた。

性被害に対するコーピングに関して大学生を対象に行われた研究では、アジア系アメリカ人女性は、黒人と白人の女性よりも、性的暴行被害に対してより非適応的なコーピングを使用する傾向があることが示された (Ullman & Filipas, 2005)。

Chang (2001) はアジア系アメリカ人の大学生は建設的な思考をするコーピング (constructive thinking coping) よりも回避的なコーピングを行うことが多いとした。また、他の人種グループと比較し、アジア系アメリカ人大学生はサポートサービスの利用が少ないことを示した。

アメリカにおけるゲイコミュニティ内での人種差別においては、コーピングとしてアジア/太平洋諸島の人々はアフリカ系アメリカ人/ラテン系アメリカ人より education/confrontation (例：人種差別的な態度や偏見を示す人がいたら教育を試みる、自分の人種や民族を理由に不利益を被ることがあれば抗議する) を多く使用していることが明らかとなった (Han et al., 2015)。

IV 考察

以上、本研究ではアジア人における被入種差別体験へのコーピングに関する先行研究を概観した。全体として「被入種差別体験と精神的健康度が低い状態との関連を緩和/悪化させる要因としてのコーピング」に焦点を当てて検討を行った量的研究が数多くみられた。他方で、「アジア人はどのようにして被入種差別体験にコーピングしているか」に関して検討を行った質的研究は相対的に少なかった。

1. 論文数の経時的変化

発行年に関して、1990年代は1件、2000年代は2件、2010年代は9件、2020年～2023年は9件であった。2020年以降は大幅な増加傾向にあり、特にソーシャルメディアを用いたコーピングについて焦点を当てた3件の研究は、全て2020年以降に出版された雑誌に掲載されていた。また、新型コロナウイルス感染症流行以降の研究は全て明確にアジア人差別に焦点を当てられていた一方で、それ以前の研究では異文化適応や性暴力等の文脈の一部としてアジア人差別を取り扱っている研究もみられた。この要因として、新型コロナウイルス感染症によるアジア人憎悪の増大によって、従来不可視化される傾向にあったアジア人差別が注目されるようになったこと、そしてさらに、アジア人差別による心理的苦痛や精神的健康について研究する必要性が増加したことが考えられる。

2. アジア人差別と他の人種差別における類似点と相違点

見出された類似点に関しては次の通りである。アジア人において、撤退型コーピング (特に回避的なコーピング) は被入種差別体験と精神的健康度が低い状態の関連を悪化させ、従事型コーピングは関連を緩和するという結果が得られた。この結果は他の条件下で行われた先行研究の結果と類似している (West et al., 2009)。

相違点に関しては次のことが考えられる。黒人における被入種差別体験へのコーピングをテーマとしてシステムティックレビューを行った Jacob et al. (2023) は、黒人が社会的サポート、宗教的コーピング、回避的コーピング、および問題焦点型コーピングを主に用いていたことを明らかにした。アジア人においては社会的サポートと宗教的コーピングは多くの研究において用いられていなかったことから、この点において黒人との相違点が示唆された。加えて、アジア人においては若い世代はより対決的なコーピングを用いるという世代間差が存在する可能性が示され、アジア人のコ

ーピングに関しては特定の世代ごとに検討を行う必要性が見出された。

また、人種・民族によって差別や偏見の内容は異なっている。例えば、黒人では「怖がられる」場面に日常生活で遭遇しており、「黒人男性のそばを通るときは財布を握りしめる」「必要性がないのに警察を呼ぶ」等の経験が報告されている (Rogers, 2020)。ムスリムの人々に対しては「テロリスト」のイメージを持つ人がいることが報告されている (Tummala-Narra et al., 2016 ; Zainiddin, 2020)。アジア人は「笑い者になっている」という傾向が見られる (Lee, 2022)。また、アジア的な価値観として、「自分の強い感情を表現することで周囲の人に重荷を背負わせたくない」等が報告されており (Yeh et al., 2006)、文化に依存する価値観がコーピングに関して何らかの影響を及ぼしている可能性がある。こうしたそれぞれの人種・民族ごとの背景を反映したコーピングの実態に関しては本研究では明らかにされなかった。加えて、本研究では明確に言及している文献はみられなかったが、アジア人女性は従順・エキゾチック・超女性的 (hyperfeminine) といったステレオタイプを持たれており (Keum et al., 2018)、それらに基づいた人種と性別の交差的な差別を経験している (Dixon, 2021)。このような差別に対するコーピングに関しては検討の余地が多く残されている。

3. 日本人と他のアジア系民族との差異

研究対象者に関して、日本人を主な対象者としてコーピングの検討を行った研究は検索結果においてはみられなかった。研究対象者の内訳詳細をみると (表1参照)、「フィリピン」「東南アジア」「東アジア」「南アジア」に対象者を絞った研究は行われていた一方で、日本や日本人に焦点を当てた研究は見受けられなかった。また、アジア圏内の様々な民族を幅広く対象としている研究も数多くみられたが、そのような研究において日本人

は少数派、もしくは参加していないものが多く見受けられた。したがって、日本人の研究参加者を対象とすることで日本人に特有の傾向がみえてくる可能性がある。考え得る他の民族との差異として、日本には声を上げた者が責められる「被害者たたき」の傾向があるとされており (朝日新聞デジタル, 2021)、このことがコーピングに関しても、影響を及ぼしている可能性が考えられる。出来事を否認したり、「仕方ない」と考える、といった形で、被人種差別体験に関して声を上げないことを選択している可能性が考えられる。

4. 使用されたコーピング測定方法

量的研究において使用されたコーピング尺度に関して (表1参照)、最も使用頻度が高いものが、3件の研究で用いられた Carver らによる尺度 (The COPE Inventory, The 28-item Brief COPE ; Carver, 1997 ; Carver et al., 1989) であり、次点で、2件の研究で用いられた Tobin らによって作成された尺度 (A modified version of Coping Strategies Inventory, The Coping Strategies Inventory ; Tobin et al., 1989) であった。いずれも様々な場面において使用されているコーピング尺度であり、人種差別が関連するストレスに特化したコーピング尺度ではなかった。ゆえに、被人種差別体験とその他のストレスになり得る体験に対して用いられるコーピングが同様であるかどうかは検討の余地がある。加えて、ストレスとコーピングの双方に比較的新しい概念や社会情勢の変化、技術の進歩を反映した研究がみられた。例を挙げると、新型コロナウイルス感染症によるアジア人憎悪やソーシャルメディアを用いたコーピングに焦点を当てた研究においては、著者自身が、ニュースやソーシャルメディアなどで報告されたインシデントレポートや事前に行われたインタビュー調査に基づいて作成した尺度を用いていた。また、比較的新しい概念であるマイクロアグレッションに焦点を当てた研究も

みられた。こうした進出のものを反映した研究に関しても、更なる発展が望まれる。

文献

- Abidin, C., & Zeng, J. (2020). Feeling Asian Together: Coping With #COVIDRacism on Subtle Asian Traits. *Social media + society*, 6(3), 2056305120948223. <https://doi.org/10.1177/2056305120948223>
- Alvarez, A.N., & Juang, L.P. (2010). Filipino Americans and racism: A multiple mediation model of coping. *Journal of counseling psychology*, 57(2), 167–178. <https://doi.org/10.1037/a0019091>
- Breiding, M.J. (2014). Prevalence and characteristics of sexual violence, stalking, and intimate partner violence victimization - National Intimate Partner and Sexual Violence Survey, United States, 2011. *Morbidity and mortality weekly report. Surveillance summaries (Washington, DC: 2002)*, 63(8), 1-18.
- Brougham, R.R., Zail, C.M., Mendoza, C.M., & Miller, J.R. (2009). Stress, sex, differences, and coping strategies among college students. *Current psychology*, 28, 85-97. <https://doi.org/10.1007/s12144-009-9047-0>
- Carver, C.S., (1997). You want to measure coping but your protocol's too long: Consider the Brief COPE. *International Journal of Behavioral Medicine*, 4, 92-100. https://doi.org/10.1207/s15327558ijbm0401_6
- Carver, C.S., Scheier, M.F., & Weintraub, J.K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 267-283. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.56.2.267>
- Chang, E.C. (2001). *A look at the coping strategies and styles of Asian Americans: Similar and different?* In C.R. Snyder (Ed.), *Coping with stress: Effective people and processes* (pp. 222-239). Oxford University Press.
- Chen, J. A., Zhang, E., & Liu, C.H. (2020). Potential Impact of COVID-19-Related Racial Discrimination on the Health of Asian Americans. *American journal of public health*, 110(11), 1624-1627. <https://doi.org/10.2105/AJPH.2020.305858>
- Chiang, P.P., Yang, C.C., & Tsai, J.Y. (2023). Emotional Response and Behavioral Coping Associated with Experienced and Media Discrimination Among Asians and Asian Americans in the United States. *Race Soc Probl* 15, 115-126. <https://doi.org/10.1007/s12552-022-09362-7>
- Dixon, C.L. (2021). 性的な対象として見られてきたアジア系女性。それが女性たちの命を危険にさらしている。HUFFPOST. Retrieved August 27, 2023. https://www.huffingtonpost.jp/entry/asian-woman-sexualized-racism_jp_606531ecc5b62705c66207b3
- Frazier, P.A., (2003). Perceived control and distress following sexual assault: A longitudinal test of a new model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(6), 1257-1269. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.6.1257>
- Frazier, P. A. (2002). Rape attribution questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*. <https://doi.org/10.1037/t10239-000>
- Han, K.S. (2005). Self efficacy, health promoting behaviors, and symptoms of stress among university students. *J. Korean Acad. Nurs.* 35, 585-592. <https://doi.org/10.4040/jkan.2005.35.3.585>
- Han, C. S., Ayala, G., Paul, J. P., Boylan, R., Gregorich, S. E., & Choi, K. H. (2015). Stress and coping with racism and their role in sexual risk for HIV among African American, Asian/Pacific Islander, and Latino men who have sex with men. *Archives of sexual behavior*, 44(2), 411-420. <https://doi.org/10.1007/s10508-014-0331-1>
- Haynes, S. (2021). *This Isn't Just a Problem for North America. 'The Atlanta Shooting Highlights the Painful Reality of Rising Anti-Asian Violence Around the World'*. TIME. Retrieved August 26, 2023. <https://time.com/5947862/anti-asian-attacks-rising-worldwide/>
- Heppner, P.P., Cook, S.W., Wright, D.M., & Johnson, C. (1995). Progress in resolving problems: A problem-focused style of coping. *Journal of Counseling Psychology*, 42, 279-293. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.42.3.279>
- Houshmand, S., Spanierman, L.B., & Tafarodi, R.W. (2014). Excluded and avoided: Racial microaggressions targeting Asian international students in Canada. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, 20(3), 377-388. <https://doi.org/10.1037/a0035404>
- Home Office (2019). *Hate Crime, England and Wales, 2018/19. Home Office Statistical Bulletin 24/19*. Retrieved August 26, 2023. <https://assets.publishing.service.gov.uk/media/5da47329ed915d17b9646841/hate-crime-1819-hosb2419.pdf>
- Hwang, J., Ding, Y., Chen, E., Wang, C., & Wu, Y. (2023). Asian American University Students' Adjustment, Coping, and Stress during the COVID-19 Pandemic. *International journal of environmental research and public health*, 20(5), 4162. <https://doi.org/10.3390/ijerph20054162>

- 和泉 真澄.(2022). 労働・病原菌・人種:コロナ黄禍論からひも解くアジア系アメリカ史.立教アメリカン・スタディーズ,44,7-27.
- Iwamoto,D.,Liu,W.M.,& McCoy,T.E.(2011).An exploratory model of substance use among Asian American women : the role of depression,coping,peer use and Asian values. *Journal of ethnicity in substance abuse*,10(4),295-315. <https://doi.org/10.1080/15332640.2011.623494>
- Jacob,G.,Faber,S.C.,Faber,N.,Bartlett,A.,Ouimet,A.J.,& Williams,M.T.(2023).A Systematic Review of Black People Coping With Racism: Approaches, Analysis,and Empowerment.Perspectives on psychological science : *a journal of the Association for Psychological Science*,18(2),392-415. <https://doi.org/10.1177/17456916221100509>
- Keum, B. T., Brady, J. L., Sharma, R., Lu, Y., Kim, Y. H., & Thai, C. J. (2018). Gendered Racial Microaggressions Scale for Asian American Women: Development and initial validation. *Journal of counseling psychology*, 65(5), 571-585. <https://doi.org/10.1037/cou0000305>
- Keum, B. T., & Ángel Cano, M. (2023). Online racism, depressive and anxiety symptoms, coping-related drinking motives, and alcohol use severity among Black, Latina/o/x, and Asian emerging adults. *Addictive behaviors*, 136, 107468. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2022.107468>
- Kuntsche,E.,& Kuntsche,S.(2009).Development and validation of the drinking motive questionnaire revised short form(DMQ-R SF).*Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*,38(6),899-908. <https://doi.org/10.1080/15374410903258967>
- Kim,P.Y.,Kendall,D.L.,& Webb,M.(2015).Religious coping moderates the relation between racism and psychological well-being among Christian Asian American college students.*Journal of counseling psychology*,62(1),87-94. <https://doi.org/10.1037/cou0000055>
- Lazarus,R.S.,& Folkman,S.(1984).*Stress,appraisal,and coping*.New York, NY : Springer.
- Lee,D.L.,& Ahn,S.(2011).Racial discrimination and Asian mental health:A meta-analysis.*The Counseling Psychologist*,39(3),463-489. <https://doi.org/10.1177/0011000010381791>
- Lee,H(2022). *East Side Voices: Essays celebrating East and Southeast Asian identity in Britain*. Sceptre.
- Liang CTH, Alvarez AN, Juang LP, Liang MX.(2007).The role of coping in the relationship between perceived racism and racism-related stress for Asian Americans: Gender differences. *Journal of Counseling Psychology*,54,132-141. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.54.2.132>
- Nadimpalli,S.B.,Kanaya,A.M.,McDade,T.W.,& Kandula,N.R.(2016).Self-reported discrimination and mental health among Asian Indians:Cultural beliefs and coping style as moderators.*Asian American journal of psychology*,7(3),185-194. <https://doi.org/10.1037/aap0000037>
- Nie,F.(2023).Asian Hate,Minority Stress,and Religious Coping:A Study of Asian and Asian American Adults in the USA During the COVID-19 Pandemic. *Journal of religion and health*,62(1),681-70. <https://doi.org/10.1007/s10943-022-01693-4>
- Noh,S.,Beiser,M.,Kaspar,V.,Hou,F.,& Rummens,J.(1999).Perceived racial discrimination,depression,and coping:A study of Southeast Asian refugees in Canada.*Journal of health and social behavior*,40(3),193-207. <https://doi.org/10.2307/2676348>
- Paradies,Y.,Ben,J.,Denson,N.,Elias,A.,Priest,N.,Pietruse,A.,Gupta,A.,Kelaher,M.,&Gee,G.(2015).Racism as a Determinant of Health: A Systematic Review and Meta-Analysis. *PloS one*,10(9),e0138511. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0138511>
- Pargament,K.I.,Ensing,D.S.,Falgout,K.,Olsen,H.,Reilly,B.,Haitsma,K.V.,& Warren,R. (1990).God help me (I): Religious coping efforts as predictors of the outcomes to significant negative life events. *American Journal of Community Psychology*,18(6),793-824. <https://doi.org/10.1007/BF00938065>
- Pargament,K.I.,Feuille,M.,& Burdzy,D.(2011).The brief RCOPE: Current psychometric status of a short measure of religious coping. *Religions*,2,51-76. <https://doi.org/10.3390/rel2010051>
- Phillip,N.(2018). *9 People Reveal a Time They Racially Stereotyped a Stranger*.The New York Times.Retrieved August 26,2023. <https://www.nytimes.com/2018/05/25/reader-center/racial-stereotypes.html>
- Polanco-Roman,L.,Daniei,A.,& Anglin,D.M.(2016).Racial discrimination as race-based trauma,coping strategies,and dissociative symptoms among emerging adults. *Psychological trauma : theory,research,practice and policy*,8(5), 609-617. <https://doi.org/10.1037/tra0000125>
- Rogers,K(2020).Dear anti-racist allies: Here's how to respond to microaggressions.CNN.Retrieved August 28,2023. <https://onl.sc/hMipBkd>
- Sanchez,D.,Adams,W.N.,Arango,S.C.,& Flannigan,A.E.(2018).Racial-ethnic microaggressions,coping strategies,and mental health in Asian American and Latinx American college students:A mediation model.*Journal of*

- counseling psychology*, 65(2), 214–225.
<https://doi.org/10.1037/cou0000249>
- Tobin, D.L., Holroyd, K.A., Reynolds, R.V.C., & Wigal, J.K. (1989). The hierarchical factor structure of the Coping Strategies Inventory. *Cognitive Therapy and Research*, 13, 343–361.
<https://doi.org/10.1037/1099-9809.13.1.72>
- Tsong, Y., & Ullman, S.E. (2018). Asian American Women Sexual Assault Survivors' Choice of Coping Strategies: The Role of Post-Assault Cognitive Responses. *Women & therapy*, 41(3-4), 298–315.
<https://doi.org/10.1080/02703149.2018.1430340>
- Tummala-Narra, P., Deshpande, A., & Kaur, J. (2016). South Asian adolescents' experiences of acculturative stress and coping. *The American journal of orthopsychiatry*, 86(2), 194–211.
<https://doi.org/10.1037/ort0000147>
- Ullman, S.E., & Filipas, H.H. (2005). Ethnicity and child sexual abuse experiences of female college students. *Journal of Child Sexual Abuse: Research, Treatment, & Program Innovations for Victims, Survivors, & Offenders*, 14(3), 67–89. https://doi.org/10.1300/J070v14n03_04
- Wei, M., Ku, T.Y., Russell, D.W., Mallinckrodt, B., & Liao, K.Y. (2008). Moderating effects of three coping strategies and self-esteem on perceived discrimination and depressive symptoms: A minority stress model for Asian international students. *Journal of counseling psychology*, 55(4), 451–462.
<https://doi.org/10.1037/a0012511>
- West, L.M., Donovan, R.A., & Roemer, L. (2010). Coping With Racism: What Works and Doesn't Work for Black Women? *Journal of Black Psychology*, 36(3), 331–349.
<https://doi.org/10.1177/0095798409353755>
- Williams, D.R., Yan Yu, Jackson, J.S., & Anderson, N.B. (1997). Racial Differences in Physical and Mental Health: Socio-economic Status, Stress and Discrimination. *Journal of health psychology*, 2(3), 335–351.
<https://doi.org/10.1177/135910539700200305>
- Wu, C., Qian, Y., & Wilkes, R. (2021). Anti-Asian discrimination and the Asian-White mental health gap during COVID-19. *Ethnic and Racial Studies*, 44(5), 819–835.
<https://doi.org/10.1080/01419870.2020.1851739>
- Yan, X., Zhu, Y., Hussain, S.A., & Bresnahan, M. (2022). Anti-Asian microaggressions in the time of COVID-19: Impact on coping, stress, and well-being. *Asian American Journal of Psychology*, 13(3), 248–258.
<https://doi.org/10.1037/aap0000281>
- Yang, C., Chen, C., Chan, M., Wang, C., Luo, H., Lin, X. (2021). Training Experience in the US School Psychology Program: Understanding Asian International Students' Assets, Challenges, and Coping. *Contemp School Psychol* 25, 299–310.
<https://doi.org/10.1007/s40688-020-00320-x>
- Yang, C.C., Holden, S.M., & Ariati, J. (2021). Social Media and Psychological Well-Being Among Youth: The Multidimensional Model of Social Media Use. *Clinical child and family psychology review*, 24(3), 631–650.
<https://doi.org/10.1007/s10567-021-00359-z>
- Yang, C.C., & Tsai, J.Y. (2023). Asians and Asian Americans' social media use for coping with discrimination: A mixed-methods study of well-being implications. *Heliyon*, 9(6), e16842.
<https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e16842>
- Yang, C.C., Tsai, J.Y., & Pan, S. (2020). Discrimination and Well-Being Among Asians/Asian Americans During COVID-19: The Role of Social Media. *Cyberpsychology, behavior and social networking*, 23(12), 865–870.
<https://doi.org/10.1089/cyber.2020.0394>
- Yeh, C.J., Inman, A.C., Kim, A.B., & Okubo, Y. (2006). Asian American families' collectivistic coping strategies in response to 9/11. *Cultural diversity & ethnic minority psychology*, 12(1), 134–148.
<https://doi.org/10.1037/1099-9809.12.1.134>
- Zainiddinov, C. (2019). Divergent perceptions of Muslim Americans on being stereotyped as terrorists. *Behavioral Sciences of Terrorism and Political Aggression*, 13(3): 231–249.
<https://search.informit.org/doi/10.3316/agispt.20210730050984>

Table 1 アジア人の被入種差別体験とコーピングに関する実証研究のリスト

研究	研究	研究	研究
Houshmand et al. (2014) カナダ	質的研究	東アジアおよび南アジアからの留学生n=12 (中国n=7, 韓国n=2, インドn=2, パキスタンn=1)	質問内容: "Please share with us the story of your life from the time you arrived in [current city] until now. Start at the beginning and tell us about your experiences, the good and the bad. We are interested in the challenges you encountered in adjusting to your new life in Canada."
Tunjala-Narra et al. (2016) アメリカ	質的研究	南アジア出身者n=16	質問内容: "Describe how you have dealt with stress or challenges you have faced as a young South Asian person."
Abidin&Zang (2020) オーストラリア, スイス	質的研究	170万人規模のFacebookグループ「Subtle Asian Traits」(SAT)	該当なし
Yang et al. (2020) アメリカ	質的研究	米国の学校心理プログラムに大学院生・卒業生のアジア系留学生n=11 (中国本土n=6, 香港n=3, 日本n=1, インドn=1)	質問内容: "describe the coping strategies/resources they feel useful in the face of those challenges."
Yang&Tsai. (2023) アメリカ	混合研究	①量的研究 アジア人およびアジア系アメリカ人n=931 ②フォーカスグループインタビュー アジア人およびアジア系アメリカ人n=23 アジア人の内訳: 中国人(30.6%), フィリピン人(15.8%), インド人(13.0%), 日本人(13.9%), 韓国人(7.0%), 台湾人(3.5%), ベトナム人(6.8%)	The approach-oriented social media coping scale(筆者作成)
Noh et al. (1999) カナダ	量的研究	カナダ在住の東南アジア移民n=647	質問内容: "Overall how did you mainly react to these unpleasant experiences?"(インタビューガイドは広東語版, ベトナム語版, ラオス語版を作成)
Liang et al. (2007) アメリカ	量的研究	アジア系アメリカ人大学生n=336 (中国系n=40.8%, フィリピン系n=24.7%, 韓国系n=9.2%, ベトナム系n=5.1%, インド系n=4.5%, 混合民族n=3.3%, 日系n=3%)	The COPE inventory (Carver et al., 1989)
Wai et al. (2008) アメリカ	量的研究	留学生n=354(中国・香港n=158, インドn=104, 韓国n=61, 台湾n=29)	the Problem-Focused Style of Coping measure (Happner et al., 1995).
Alvaratz&Juang (2010) アメリカ	量的研究	フィリピン系アメリカ人n=199	The COPE inventory (Carver et al., 1989).
Iwamoto et al. (2011) アメリカ	量的研究	アジア系アメリカ人女子大学生n=167 (中国系50名, 韓国系29名, ベトナム系27名, フィリピン系19名, その他18名, インド系16名, 日系8名)	the 28-item Brief COPE (Carver, 1997)
Han et al. (2015) アメリカ	量的研究	アジア/太平洋諸島系住民n=393	著6筆者がインタビュー調査に基づいて作成した尺度を使用 (Choi et al., 2011)
Kim et al. (2015) アメリカ	量的研究	カトリックとプロテスタントのアジア系アメリカ人大学生n=107(韓国系 n=35, 中国系n= 24, フィリピン系n= 21, 日系n= 11, ベトナム系n= 3, 台湾系n=1, インド系n=1, インドネシア系n=1)	The Brief RCOPE (Pargament et al., 2011)
Nadimpalli et al. (2016) アメリカ	量的研究	インド出身のアメリカ在住インド人n=757	質問内容: The Everyday Discrimination Scale (EDS; Williams et al., 1997)の各回答に対して能動的コーピングと受動的コーピングのどちらを行ったか尋ねた
Polanco-Roman et al. (2016) アメリカ	量的研究	民族のマイノリティの大学生n=743(アジア系30%)	The Experiences of Discrimination scale (EOD; Krieger et al., 2005)
Sanchez et al. (2018) アメリカ	量的研究	アジア系アメリカ人n=164	a modified version of Coping Strategies Inventory (CSI; Tobin et al., 1989).
Teong&Iiman (2018) アメリカ	量的研究	14歳以降に鑑まない性的経験を持つアジア系アメリカ人女性 n=64	①Rape Attribution Questionnaire (RAQ; Frazier, 2003) ②the 28-item Brief COPE (Carver, 1997)
Yang et al. (2020) アメリカ	量的研究	アジア人/アジア系アメリカ人n=242	以下の観点を中心に筆者が尺度作成: "nonpassive and passive use of social media"
Chiang et al. (2022) アメリカ	量的研究	アジア人およびアジア系アメリカ人の成人n=249 台湾(77.9%), 中国(16.3%), その他(3.6%), 韓国人(1.6%), フィリピン人(1.2%), 日本人(0.4%)	ニュース及びthe Stop AAPI Hateによるレポートを参考に筆者が尺度作成
Nia (2023) アメリカ	量的研究	アジア人およびアジア系アメリカ人成人n=330 (インド系アメリカ人23.03%, 中国 21.82%, フィリピン18.8%)	ROCOPE短縮版 (Pargament, Ensing et al., 1990; Pargament, Feuilla et al., 2011).
Yan et al. (2022) アメリカ	量的研究	東アジア系アメリカ人n=345 (中国系n=195, 韓国系n=42, 日系n=70, その他n=38)	the Coping Strategies Inventory (Tobin et al., 1989)
Hwang et al. (2023) アメリカ	量的研究	アジア系アメリカ人大学生n=103, アジア系アメリカ人以外のアジア人学生n=104	①Ways of Coping Questionnaire (WAYS; Han, 2005) ②COVID-19 Related Questionnaire (筆者作成)
Kaun&Cano (2023) アメリカ	量的研究	黒人, ラテン系/o/x, およびアジア系成人 n=322(黒人n=108, ラテン系n=118, アジア人n=96)	the 12-item Drinking Motives Questionnaire-Revised Short Form (DMQ-R SF; Kuntsche & Kuntsche, 2009)