

挫折体験の受容と有能感

○神谷俊次
(南山大学)

伊藤美奈子
(お茶の水女子大学)

人生で経験する様々な挫折は、その後の個人の思考や行動に少なからず影響を及ぼすと考えられる。挫折体験は、経験時に不快な出来事として記憶される。しかし、不快な感情も時とともに薄れ、次第にその出来事を肯定的に捉えることができるようになることが予想される(神谷・伊藤, 1998)。挫折体験を受容できることは、その個人の有能感や未来展望を好ましい方向へと変化させることにつながると考えられる。

本研究では、大学生を対象としてこれまでの人生で経験した挫折エピソードを収集するとともに、自分自身をどのように自己評価しているかを調査し、挫折体験が有能感に及ぼす影響について考察することを目的とした。

方法

【被験者】男子183名、女子20名の合計203名の大学生で、彼らの平均年齢は 19.0(SD 1.14)歳であった。【手続き】これまでの生涯を振り返って、挫折感を味わったエピソードを記述するとともに、個々の挫折体験の鮮明度、挫折感の強さ、挫折感の消失などを評定させた。有能感に関連して、桜井(1989)の絶望感尺度、成田ら(1995)の自己効力感尺度、鎌原ら(1992)のローカス・オブ・コントロール尺度に若干の修正を加えて5件法で評定することを求めた。

結果と考察

挫折エピソードの想起数は、平均2.90(SD 2.05)個であった。挫折体験の内容としては、学業に関する出来事(受験の失敗、成績の低下)、失恋、クラブ活動に関わる出来事(試合での敗退、自己の有能感)が多数を占めた。想起された挫折エピソードにはかなりの個人差があり、挫折感の強さも様々であった。そこで、日常的に経験するような挫折エピソードを除外し、「1年に一度経験するくらい」以上の強い挫折感を伴うエピソードに限定して分析を行うこととした。【挫折体験の受容】このようなある程度強い挫折感を伴うエピソードについて、それらの挫折体験に伴うネガティブな感情が消失し、「今ではいい思い出である」あるいは「今思い出してもなんととも感じない」と判断され

たエピソードは約69%であり、挫折体験の多くは受容されると言える。挫折体験の受容割合を個人ごとに求め、挫折体験がすべて快化した「快化群」、すべてのエピソードが嫌な思い出のままの「非快化群」、これらの中でいくつかの挫折体験が快化した「中間群」に被験者を分類し有能感の分析を行った(表1)。快化群や非快化群に比べ中間群の挫折体験数が有意に多くなっていること、及び本研究の主目的がネガティブな体験の克服が有能感に及ぼす影響を調べることであることから、ここでは、快化の程度が両極にあたる快化群と非快化群の比較を行った。【挫折体験の特性】記述された挫折エピソードの特徴を調べたところ、非快化群の方が記憶内容が鮮明な傾向にあり($t=1.76$, $df=119$, $p<.10$)、挫折が自分の考え方に及ぼした影響も強いと判断していた($t=2.58$, $df=119$, $p<.01$)。挫折感の消失にかかる時間は快化群の方が短かった($t=3.97$, $df=119$, $p<.01$)。【有能感】各評定尺度に対して、それぞれの特性に当てはまるほど高得点となるように1点から5点を付与した。非快化群は快化群に比べ絶望感が強く($t=2.02$, $df=118$, $p<.05$)、自分の将来に対してより否定的な見通しを持っていた。また、非快化群は内的統制得点も有意に低く($t=2.22$, $df=119$, $p<.05$)、将来を決めていくのは自分であるとする傾向が弱いことが明らかにされた。なお、自己効力感及び外的統制得点では有意差は認められなかった。【挫折体験数】自己効力感に群間差は認められなかったが、各群ごとに挫折体験数と自己効力感との相関を求めたところ、快化群では相関は認められなかったが($r=-.05$)、非快化群では、挫折体験が多いほど自己効力感が低いという関連が認められ($r=-.40$)、挫折体験が受容できない場合、挫折体験数が自己効力感を規定していると言えよう。

表1 挫折感の克服と有能感 ()内はSD

	快化群	中間群	非快化群
人数	94	63	27
挫折体験数	1.6(1.1)	3.6(1.9)	2.0(1.2)
絶望感	2.6(0.6)	2.6(0.5)	2.9(0.7)
自己効力感	2.1(0.5)	2.1(0.6)	2.0(0.6)
内的統制	3.4(0.6)	3.3(0.6)	3.1(0.6)
外的統制	2.9(0.6)	2.9(0.5)	3.0(0.6)