

大学生の対人関係喪失における対処方略と悲嘆反応の関連

中嶋直美*・兒玉憲一*

College Students' Grief and Coping Strategies in Bereavement and Separation

Naomi Nakajima Kenichi Kodama

The purposes of this study are to clarify the characteristics of college students' bereavement and separation and the relationship between coping strategies and grief reactions in bereavement and separation. 212 college students completed questionnaires. The results indicated that the majority of the respondents have experienced some bereavement or separation, in particular, separation from the lover. Multiple regression analyses showed that coping strategies such as "avoidance", "abandonment", "positive problem-resolving", and "ask somebody for assistance" heightened grief reactions such as "physical distress", "emptiness" and "anxiety and depression". These results suggest the following : (1) bereavement and separation is prevalent among college students; (2) negative emotion-focused coping heighten grief reactions of college students in bereavement and separation; (3) not only which strategies someone chose but also the ability to accomplish the coping strategies that someone chose may affect grief reactions.

Key words: Grief, Bereavement, Separation, Coping

問題と目的

人は誰しも、人生のあらゆる局面で対象喪失を体験する。対象喪失 (object loss) とは、愛情や依存の対象を、その死、あるいは生き別れによって失う体験のことである。具体的には、以下の3つに分類される。第1の対象喪失は、近親者の死や失恋をはじめとする、愛情・依存の対象の死や別離である。またそれは、子どもの成長に伴う青春期の親離れに対する、父母の子どもを失う体験と、子ども側の心の中での親離れによって、父母を失う体験をも含んでいる。第2の対象喪失は、住み慣れた環境や地位、役割、故郷などからの別れである。引っ越し、昇進、転勤、海外移住、帰国、婚約、進学、転校などは、いずれもこのような環境の変化である。これらが対象喪失と呼ばれるのは、親しい一体感をもった人物の喪失や、自己を一体化させていた環境の喪失、環境に適応するための役割や様式の喪失を伴うためである。第3の対象喪失は、自分の誇りや理想、所有物の意味を

*広島大学大学院教育学研究科(Graduate School of Education, Hiroshima University)

持つような対象の喪失である。これには、アイデンティティーの喪失や、自己の所有物の喪失、身体的自己の喪失などが含まれる（小此木，1979）。

様々な対象喪失の形態がある中で、Holmes & Rahe（1967）の社会再適応評価尺度において、配偶者との死別や離婚、別居、家族の成員の死亡などが上位を占めていることからもうかがえるように、愛情・依存の対象であった人物の喪失は特に強い心理的な反応、すなわち悲嘆（grief）を引き起こすとされている。悲嘆とは、一定期間かかわりのあった人との別れによって引き起こされる心理的、情動的、生理的、身体的反応の主観的状态（土橋・辻丸・大西・福山，2004）である。

Worden（2008 山本他訳 2011）は、死別後の悲嘆反応は広範に及び、多様であるとし、感情、身体感覚（身体症状）、認知、行動の4つの一般的カテゴリーに区分して記述している。悲嘆反応の感情面では、悲しみ、怒り、身体感覚としては、離人感、口渇、認知面では、死を信じられない、混乱、行動面では、睡眠障害、食欲の障害などが挙げられている。また、飛田（1997）は、失恋時の心理的反応として、最も特徴的なものが強い情動体験であるとしている。「悲しみ」、「胸が締めつけられる」といった強くネガティブな情動を引き起こすとともに、「今の自分では仕方がない」、「強く反省」といった反省や自責の念がもたらされる場合が多く、それに伴って自尊心の低下が起こるといふ。そして、なぜ2人の関係は壊れてしまったのかを理解しようとする試みが多くなされる、とも述べている。

死別や離別を体験することによって様々な悲嘆反応が生じるが、Worden（2008 山本他訳 2011）は、死別を体験した人々が悲嘆反応を乗り越え、喪失に適応するには、喪失の現実を受け入れること、悲嘆の痛みを消化していくこと、故人のいない世界に適応すること、新たな人生を歩み始める途上において、故人との永続的なつながりを見出すこと、という4つの基本課題に取り組むことが不可欠であるとしている。また小此木（1979）は、死を受け入れ、失った対象を心から断念できるようになるための心の営みである「悲哀の仕事」が必要であると述べており、これは死別だけでなく、愛する人との別れにもそのままあてはまるものであるとしている。死別においても離別においても、喪失に適応していくためには、ある一連のプロセスを経て、課題を達成していく必要があることが示唆されている。また、Worden（2008 山本他訳 2011）は、喪失への適応に必要な課題の達成に影響を与える要因として、亡くなった人は誰か、故人との愛着の性質、故人がどのように亡くなったか、過去の喪失経験や既往歴、性別、年齢、コーピングといったパーソナリティに関する変数、サポートへの満足、社会的役割への関与といった社会的変数、連鎖的ストレスを挙げている。喪失対象との関係や、過去の喪失経験、既往歴といった要因が固定的な要因であるのに対し、パーソナリティに関する要因に含まれるコーピング（coping）は、変動的な部分があるという点で他の要因と異なっており、学習することでそのスキルを向上させることができることから（Worden, 2008 山本他訳 2011）、悲嘆に対処し、喪失への適応を促進するのに有用な要因であると考えられる。Lazarus & Folkman（1984）によれば、コーピング、すなわち対処方略は、ストレスフルな状況によって引き起こされる内的・外的要求を制御するために、状況に応じて用いる認知的・行動的な努力、と定義されている。Worden（2008 山本他訳 2011）は、問題焦点型コーピング、積極的な情動焦点型コーピングが有益であるとする一方で、回避的な情動焦点型コーピングは、問題を解決する上で

役に立たないとしている。また、配偶者喪失後の対処パターンと精神健康との関連を検討した坂口・柏木・恒藤 (2001a) では、3つの対処パターンが明らかにされ、故人との絆に執着し、これからの生活や人生に取り組みようとしていない対処パターンの人は、故人との絆を保持しつつ、あるいは故人にとらわれないようにして、これからの生活や人生の方に取り組みようとする対処パターンの人に比べ、精神健康の状態が悪いことを示した。

池内・中里・藤原 (2001) は、大学生がこれまでの人生の中で最も記憶に残るとした喪失体験について、社会心理学的な見地から検討し、喪失した対象、喪失時の感情、その感情を和らげるための対処方略について明らかにした。喪失時の対処方略としては「問題解決型」対処方略、「逃避型」対処方略、「自虐型・サポート利用型」対処方略、「忘却型」対処方略、「情緒型」対処方略の5つが見られること、やる気や自信、あるいは身体機能といった自己喪失の場合において「問題解決型」や「逃避型」の対処方略がとられやすいことなどが明らかとなった。間 (2006) は、対象への断念度を喪失の受容の指標とし、大学生の対象喪失における対処方略と喪失対象の断念度の関連について検討を行った。その結果、死別体験時には「感情分析型」の対処方略が、離別体験時には「サポート利用型」、「逃避・回避型」対処方略が、自己の喪失を体験した際には「問題解決型」の対処方略が、環境の喪失を体験した際には「肯定的解釈型」対処方略がそれぞれとられやすいことや、大学生が離別を体験した際に感情分析型の対処方略を用いると断念度が低くなること、死別を体験した際に肯定的解釈型の対処方略を用いると断念度が高くなり、感情分析型の対処方略を用いると断念度が低くなることなどが明らかになった。

池内他 (2001) においても、間 (2006) においても、大学生の喪失体験の内容としては、死別や離別による対人関係の喪失が過半数を占めていた。大学生にとって、死別・離別といった対人関係喪失体験は身近であることがうかがえる。しかし、大学生の対人関係喪失に的を絞って行われた研究は見当たらない。そこで本研究では、大学生の対人関係喪失に焦点を当て、その特徴を明らかにすることを第1の目的とする。また、間 (2006) は、大学生の喪失時の対処方略を明らかにするとともに、対処方略が断念度に与える影響について検討したが、対処方略が悲嘆反応にどのような影響を与えるかについての検討は行われていない。そこで本研究では、喪失時の対処方略が、悲嘆反応にどのような影響を及ぼすかについて明らかにすることを第2の目的とする。

方法

分析対象者 調査対象者 280 名に質問紙を配布し、252 名から回収し、そのうち、記入漏れ等回答に不備があった 40 名を除いた 212 名 (男性 84 名、女性 105 名、不明 23 名) を分析対象者とした。有効回答率は 75.7%であった。全体の平均年齢は 20.3 歳 ($SD=0.99$) であった。学年の内訳は 2 年生 96 名、3 年生 85 名、4 年生 4 名、不明 27 名であった。

質問紙の構成 (1) 対人関係喪失体験について問う項目 ①体験したことのある死別・離別体験 高校入学から現在までに死別や離別を体験したことがあるかを尋ねた。父親との死別、母親との死別、きょうだいとの死別、祖父との死別、祖母との死別、親戚との死別、親友との死別、恋人との死別、親友との離別、恋人との離別、その他、体験したことがない、の中からはあてはまるもの

全てを選択するよう求めた。②最も印象に残った死別・離別体験 ①で回答した死別・離別体験のうち、最も印象に残ったものを1つ選択するよう求めた。なお、①において「体験したことがない」を選択したものはその後(5)フェイス項目の回答のみを求めた。(2) 対人関係喪失体験時の悲嘆反応 Lev, Munro, & McCockle (1993) が作成した Revised Grief Experience Inventory を、澤 (1998) が日本語訳したもの(以下、RGEI 日本語版)を使用した。この尺度は「実存的関心」(6項目)、「抑うつ」(6項目)、「罪悪感」(3項目)、「身体的苦しみ」(7項目)の4つの下位尺度、計22項目で構成されている。質問1の②で挙げた対人関係喪失を体験した際の状態について、各項目内容が自分にどの程度あてはまるかについて、6段階で評定させた(6:非常にあてはまる, 5:あてはまる, 4:ややあてはまる, 3:ややあてはまらない, 2:あてはまらない, 1:全くあてはまらない)。なお、対人関係喪失時を想起させての回答であったため、各項目の質問文の語尾を全て過去形に修正した。

(3) 対人関係喪失体験時の対処方略 小杉(2000)が作成したコーピング方略尺度を使用した。この尺度は、「積極的な問題解決」(9項目)、「他者からの援助を求める」(5項目)、「逃避」(7項目)、「諦め」(5項目)、「行動・感情の抑制」(5項目)の5下位尺度、計31項目で構成されている。質問2で回答した反応に対しての自分の対処にどの程度あてはまるかについて、4段階で評定させた(4:よくした, 3:かなりした, 2:すこした, 1:しなかった)。(4) 現在の悲嘆反応 質問2と同様に、澤(1998)が日本語訳したRGEI 日本語版を使用した。現在の自分の状態について、各項目内容が自分にどの程度あてはまるかについて6段階で評定させた(6:非常にあてはまる, 5:あてはまる, 4:ややあてはまる, 3:ややあてはまらない, 2:あてはまらない, 1:全くあてはまらない)。(5) フェイス項目 性別, 年齢, 学年について尋ねた。

調査時期 2011年10月下旬から11月上旬にかけて調査を実施した。

手続き 講義時間の一部を利用して集団による無記名自記式質問紙調査を実施し、その場で回収した。所要時間は約30分であった。

結果

死別・離別体験の内訳 高校時代から現在までに、父親との死別を体験したことがある人が3名(1.0%)、母親との死別を体験した人が2名(0.6%)、きょうだいとの死別を体験した人が1名(0.3%)、祖父との死別を体験した人が42名(13.4%)、祖母との死別を体験した人が30名(9.6%)、親戚との死別を体験した人が48名(15.4%)、親友との死別を体験した人が10名(3.2%)、恋人との死別を体験した人が0名(0%)、その他の死別を体験した人が11名(3.5%)、親友との離別を体験した人が27名(8.7%)、恋人との離別を体験した人が58名(18.6%)、その他の離別を体験した人が4名(1.3%)だった。なお、複数回答可であったため、上記に示した人数は延べ人数である。また、死別・離別を体験したことがないと回答した人数は76名(24.4%)であった。

最も印象に残った死別・離別体験の内訳 分析対象者212名中136名(64.1%)の回答があり、死別を挙げたのは95名(69.9%)、離別を挙げたのは41名(30.1%)であった。死別を挙げた95名(以下、死別群)のうち父親との死別を挙げたのは3名(3.2%)、母親との死別を挙げたのは2名(2.1%)、きょうだいとの死別を挙げたのは1名(1.1%)、祖父との死別を挙げたのは29名(30.5%)、

Table 1
RGEI日本語版の因子分析結果(主因子法プロマックス回転)

全体 $\alpha=.96$	因子負荷量			
	1	2	3	4
第1因子 身体の不調 $\alpha=.93$				
19) エネルギー切れしてしまったようだった	.91	.15	-.03	-.13
22) 夜、眠れなかった	.87	-.18	.01	.08
18) 食欲がなくなった	.78	.05	.04	-.08
6) 頭がよく痛んだ	.70	-.14	.14	.19
21) ふだん、幸せでないと感じた	.64	.24	-.01	.02
3) 腕とか足がとてみだるかった	.53	.27	-.08	.03
10) 時々、叫びたくなった	.44	.05	.17	.21
第2因子 無意味感・空虚感 $\alpha=.91$				
11) 私にとって、人生は意味がないと思った	-.06	.96	-.13	.07
15) 人生は空虚でつまらないものだと思った	.03	.82	.03	-.02
20) 自信を失ってしまったようだった	.30	.59	.07	-.01
16) よく気分が変わった	-.02	.55	.31	.12
第3因子 不安・抑うつ $\alpha=.87$				
13) 落ち込むことがあった	.04	-.09	.87	.02
5) とまどいと心細さを感じた	-.08	-.04	.86	-.01
9) 不安と身のおきばのなさを強く感じた	.15	.23	.62	-.09
7) 涙もろかった	.29	-.01	.52	-.03
第4因子 怒り $\alpha=.84$				
1) 人に怒りっぽくなった	.06	-.02	-.07	.91
2) 腹立たしく感じるものがあつた	.06	.15	.06	.74

祖母との死別を挙げたのは 23 名 (24.2%)、親戚との死別を挙げたのは 19 名 (20.0%)、親友との死別を挙げたのは 8 名 (8.4%)、恋人との死別を挙げたのは 0 名、その他の死別を挙げたのは 10 名 (10.5%) であった。離別を挙げた 41 (以下、離別群) 名の中うち、恋人との離別を挙げたのは 33 名 (80.4%)、親友との離別を挙げたのは 4 名 (9.8%)、その他の離別を挙げたのは 4 名 (9.8%) であった。

死別・離別群の悲嘆反応尺度の因子分析結果及び記述統計量

分析対象者 死別群 95 名 (男性 30 名, 女性 52 名, 不明 13 名) と離別群 41 名 (男性 16 名, 女性 19 名, 不明 6 名) の計 136 名を分析対象者とした。

RGEI 日本語版大学生版の因子構造の確認 RGEI 日本語版の 22 項目のうち死別体験者のみしか回答できない「4 その人は死んでしまったのに、私は生き残っているので悪いような気がした」を除いた 21 項目について、①因子負荷量が.40 以上、②多重負荷していない、という 2 つの基準を設定し、主因子法 (プロマックス回転) による因子分析を実施し、悲嘆反応尺度大学生版 (以下、RGEI 大学生版) を作成した。基準を満たさない 4 項目を削除し、再度因子分析を行った結果、因子の内容が理解しやすいことから、17 項目 4 因子を採用した。各項目の因子負荷量を Table 1 に示す。因子を構成する項目は異なるものの、澤 (1998) の原版とほぼ同じ内容の 4 因子に分かれたため、澤

(1998) を参考に、因子の内容を考慮しつつ、下位尺度は「身体の不調」、「無意味感・空虚感」、「不安・抑うつ」

Table 2

	変換後の対人関係喪失時のRGEI日本語版大学生版尺度得点. 下位尺度得点の全体及び形態・男女別の平均値(SD)				
	全体(n=136)	死別		離別	
		男性(n=30)	女性(n=52)	男性(n=16)	女性(n=19)
身体の不調	1.11(0.24)	1.01(0.21)	1.10(0.20)	1.14(0.25)	1.23(0.29)
無意味感・空虚感	0.83(0.24)	0.72(0.19)	0.83(0.20)	0.90(0.24)	0.99(0.30)
不安・抑うつ	1.06(0.23)	0.95(0.23)	1.09(0.20)	1.03(0.26)	1.15(0.22)
怒り	0.48(0.22)	0.42(0.19)	0.46(0.19)	0.53(0.23)	0.57(0.28)
尺度全体	1.55(0.21)	1.44(0.19)	1.55(0.17)	1.57(0.22)	1.66(0.26)

Table 3

対人関係喪失時のRGEI日本語版大学生版についての分散分析結果

	性差		形態		交互作用	
	F値	高低差	F値	高低差	F値	高低差
身体の不調	4.65*	男性<女性	7.40**	死別<離別	0.06	n.s.
無意味感・空虚感	4.53*	男性<女性	13.34***	死別<離別	0.01	n.s.
不安・抑うつ	8.03**	男性<女性	2.33	n.s.	0.09	n.s.
怒り	0.96	n.s.	6.76*	死別<離別	0.05	n.s.
尺度全体	6.12*	男性<女性	7.77**	死別<離別	0.06	n.s.

* $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$

「不安・抑うつ」、「怒り」と命名した。尺度全体及び各下位尺度の信頼性を確認するために α 係数を算出したところ、尺度全体は $\alpha = .96$, 下位尺度「身体の不調」は $\alpha = .93$, 「無意味感・空虚感」は $\alpha = .91$, 「不安・抑うつ」は $\alpha = .87$, 「怒り」は $\alpha = .84$ であった。以上より、十分な信頼性が確認されたため、以後の分析ではこの 17 項目 4 因子を使用することとした。

悲嘆反応尺度大学生版の記述統計量 各分析対象者の尺度得点は全 17 項目への評定値を単純加算して平均値と標準偏差を算出した。各下位尺度得点も同様に、各下位尺度に含まれる項目への評定値を単純加算し平均値と標準偏差を算出した。従って、尺度得点の得点範囲は 17 点から 102 点、下位尺度得点の得点範囲は、「身体の不調」は 7 点から 42 点、「無意味感・空虚感」、「不安・抑うつ」は 4 点から 24 点、「怒り」は 2 点から 12 点であった。ただし、尺度得点、各下位尺度得点を算出し、得点の分布を確認したところ、正規分布に従わなかったため、尺度得点、各下位尺度得点を対数変換し、以後の分析は対数変換後の得点を用いて行った。Table 2 に変換後の尺度得点、各下位尺度得点の平均値と標準偏差を示した。

性差及び喪失形態による差の検討 RGEI 大学生版得点が、性別及び対人関係喪失形態（死別・離別）によって差があるか否かを検討するため、尺度得点及び 4 下位尺度について 2（性別：男性、女性） \times 2（形態：死別・離別）の 2 要因分散分析を行った。分散分析の結果は Table 3 に示した。尺度得点と「身体の不調」、「無意味感・空虚感」、「不安・抑うつ」に性別の主効果が見られ、男性に比べて女性の方が得点が高かった（「身体の不調」 $F(1,113) = 4.65$, $p < 0.05$; 「無意味感・空虚感」 $F(1,113) = 4.53$, $p < 0.05$; 「不安・抑うつ」 $F(1,113) = 8.03$, $p < 0.01$; 尺度全体 $F(1,113) = 6.12$, $p < 0.05$ ）。また、尺度全体と「身体の不調」、「無意味感・空虚感」、「怒り」に形態の主効果が見られ、死別群に比べて離別群の方が得点が高かった（「身体の不調」 $F(1,113) = 7.40$, $p < 0.01$; 「無意味感・空虚感」 $F(1,113) = 13.34$, $p < 0.001$; 「怒り」 $F(1,113) = 6.76$, $p < 0.05$; 尺度全体 $F(1,113) = 7.77$, $p < 0.01$ ）。な

お、尺度得点及び全ての下位尺度得点において、有意な交互作用は見られなかった。

Table 4
変換後のコーピング方略尺度尺度得点、下位尺度得点の全体及び形態・男女別の平均値(SD)

	全体(n=136)	死別		離別	
		男性(n=30)	女性(n=52)	男性(n=16)	女性(n=19)
積極的な問題解決	1.10(0.12)	1.10(0.12)	1.05(0.09)	1.17(0.14)	1.17(0.15)
他者からの援助を求	0.86(0.16)	0.81(0.12)	0.81(0.12)	0.92(0.18)	1.04(0.14)
逃避	1.01(0.14)	0.97(0.13)	0.97(0.11)	1.10(0.14)	1.15(0.13)
諦め	1.03(0.15)	1.01(0.18)	1.00(0.14)	1.07(0.15)	1.09(0.11)
尺度全体	1.16(0.11)	1.59(0.11)	1.58(0.08)	1.69(0.11)	1.73(0.10)

Table 5
コーピング方略尺度についての分散分析結果

	性差		形態		交互作用	
	F値	高低差	F値	高低差	F値	高低差
積極的な問題解決	0.94	n.s.	17.50***	死別<離別	1.15	n.s.
他者からの援助を求める	5.88*	女性<男性	37.88***	死別<離別	4.56*	離別男性<離別女性, 死別男性<離別男性, 死別女性<離別女性
逃避	0.58	n.s.	38.13***	死別<離別	0.80	n.s.
諦め	0.05	n.s.	5.54*	死別<離別	0.08	n.s.
尺度全体	0.27	n.s.	38.51***	死別<離別	1.92	n.s.

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

これらの結果から、女性は男性よりも悲嘆反応が全般的に強く、「身体の不調」、「無意味感・空虚感」、「不安・抑うつ」が強いことが示された。また、死別群よりも離別群の方が喪失時の悲嘆反応が全般的に強く、「身体の不調」、「無意味感・空虚感」、「怒り」が強いことが示された。

悲嘆反応に対するコーピング方略尺度の記述統計量と群間差の検討

分析対象者 同様に、死別群と離別群の136名。

コーピング方略尺度の信頼性の確認 小杉(2000)によるコーピング方略尺度に従い、本調査の尺度全体及び各下位尺度の信頼性を確認した。信頼性はCronbachの α 係数を算出して確認した。その結果、尺度全体は $\alpha=.91$ 、下位尺度「積極的な問題解決」は $\alpha=.82$ 、「他者からの援助を求める」は $\alpha=.79$ 、「逃避」は $\alpha=.77$ 、「諦め」は $\alpha=.74$ 、「行動・感情の抑制」は $\alpha=.61$ であった。「行動・感情の抑制」のみ $\alpha=.61$ と低い値を示したため、その後の分析から除外した。

記述統計量 各分析対象者の尺度得点は、全27項目への評定値を単純加算し平均値と標準偏差を算出した。各下位尺度も同様に、各下位尺度に含まれる項目への評定値を単純加算することで算出した。従って、尺度得点の得点範囲は26点から104点、下位尺度得点の得点範囲は「積極的な問題解決」は9点から36点、「他者からの援助を求める」は5点から20点、「逃避」は7点から28点、「諦め」は5点から20点であった。ただし、尺度得点、各下位尺度得点を算出し、得点の分布を確認したところ、正規分布に従わなかったため、尺度得点、各下位尺度得点を対数変換し、以後の分析は対数変換後の得点を用いて行った。Table 4に変換後の尺度得点、各下位尺度得点の平均値と標準偏差を示した。

コーピング方略尺度得点の性差及び喪失形態による差の検討 対人関係喪失時悲嘆反応に対するコーピング方略尺度得点に回答者の性別及び対人関係喪失の形態(死別、離別)によって差があるか否かを検討するため、尺度得点及び4下位尺度得点について、2(性別:男性、女性) \times 2(形態:死別、離別)を独立変数、コーピング方略尺度の尺度得点及び4下位尺度得点を従属変数とす

る2要因分散分析を行った。分散分析の結果をTable 5に示した。

Table 6

変換後の現在のRG日日本語版大学生版尺度得点, 下位尺度得点の全体及び形態・男女別の平均値(SD)

	全体(n=136)	死別		離別	
		男性(n=30)	女性(n=52)	男性(n=16)	女性(n=19)
身体の不調	1.07(0.22)	1.02(0.22)	1.08(0.20)	1.03(0.26)	1.17(0.24)
無意味感・空虚感	0.87(0.23)	0.85(0.22)	0.87(0.22)	0.80(0.24)	0.98(0.25)
不安・抑うつ	0.98(0.24)	0.90(0.22)	1.02(0.22)	0.85(0.25)	1.13(0.20)
怒り	0.60(0.27)	0.56(0.29)	0.60(0.26)	0.58(0.31)	0.71(0.23)
尺度全体	1.53(0.21)	1.48(0.20)	1.54(0.19)	1.46(0.24)	1.64(0.20)

尺度得点と4つの下位尺度全てに形態の主効果が見られ、死別群に比べて離別群の方が得点が高かった(「積極的な問題解決」 $F(1,113)=17.50, p<.001$; 「他者からの援助を求める」 $F(1,113)=37.88, p<.001$; 「逃避」 $F(1,113)=38.13, p<.001$; 「諦め」 $F(1,113)=5.54, p<.05$; 尺度全体 $F(1,113)=38.51, p<.001$)。また、「他者からの援助を求める」において、性別の主効果が見られ、男性より女性の方が得点が高かった($F(1,113)=5.88, p<.05$)。

「他者からの援助を求める」において、有意な交互作用が見られた($F(1,113)=4.56, p<.05$)ため、単純主効果の検討を行った結果、形態の離別の水準で男女差が有意であり、離別群の男性に比べて、離別群の女性の方が得点が高かった($F(1,113)=7.57, p<.01$)。また、性別の各水準で形態の差が有意であり、死別群の男性より、離別群の男性の方が得点が高く($F(1,113)=7.07, p<.01$)、死別群の女性より、離別群の女性の方が得点が高かった($F(1,113)=40.09, p<.001$)。

これらの結果から、死別を体験した人よりも離別を体験した人の方が全般的にも、各側面においても対処方略を頻繁に用いることが示された。また、「他者からの援助を求める」という対処方略は、死別を体験した人よりも離別を体験した人の方が頻繁に行っており、特に離別を体験した女性が頻繁に用いるということが示された。

現在の悲嘆反応尺度得点における性別及び喪失形態による差の検討

分析対象者 同じく、死別群と離別群の136名。

記述統計量 各分析対象者の尺度得点は、全17項目への評定平均値を単純加算することで平均値と標準偏差を算出した。各下位尺度得点も同様に、各下位尺度に含まれる項目への評定値を単純加算することで平均値と標準偏差を算出した。従って、尺度得点の得点範囲は17点から102点、下位尺度得点の得点範囲は「身体の不調」は7点から42点、「無意味感・空虚感」、「不安・抑うつ」は4点から24点、「怒り」は2点から12点であった。ただし、尺度得点、各下位尺度得点を算出し、得点の分布を確認したところ、正規分布に従わなかったため、尺度得点、各下位尺度得点を対数変換し、以後の分析は対数変換後の得点を用いて行った。Table 6に変換後の尺度得点、各下位尺度得点の平均値と標準偏差を示した。

現在の悲嘆反応尺度得点の性差及び喪失形態による差の検討 現在の悲嘆反応に性別及び対人関係喪失の形態(死別、離別)による差があるか否かを検討するために、2(性別:男性、女性)×2

(形態：死別，離別)を独立変数，現在の悲嘆反応を測定したRGEI大学生版の尺度得点及び4下

Table 7
現在のRGEI日本語版大学生版についての分散分析結果

	性差		形態		交互作用	
	F値	高低差	F値	高低差	F値	高低差
身体の不調	4.27*	男性<女性	1.19	n.s.	0.76	n.s.
無意味感・空虚感	4.46*	男性<女性	0.56	n.s.	3.18	n.s.
不安・抑うつ	17.36***	男性<女性	0.56	n.s.	3.04	n.s.
怒り	2.36	n.s.	1.33	n.s.	0.78	n.s.
尺度全体	8.28**	男性<女性	1.03	n.s.	2.20	n.s.

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

Table 8
現在の悲嘆反応に関連するコーピング方略の重回帰分析

	<説明変数>					R ²
	積極的な問題解決	他者からの援助を求める	逃避	諦め		
<基準変数>						
身体の不調						
死別 男性	.18	.09	.66 ***	-.02	.64 ***	
女性	.36 ***	.39 ***	.29 *	-.13	.55 ***	
無意味感・空虚感						
死別 男性	.10	.17	.65 ***	-.08	.59 ***	
女性	.10	.09	.63 ***	-.12	.45 ***	
不安・抑うつ						
死別 男性	.07	.34 *	.38 *	.28 *	.67 ***	
女性	.19	.34 **	.31 *	.09	.48 ***	
離別 男性	.04	.83 **	-.23	.18	.64 *	

数値は標準偏回帰係数，R²:説明率，* $p<.05$ ，** $p<.01$ ，*** $p<.001$

位尺度得点を従属変数とする2要因分散分析を行った。分散分析の結果をTable 7に示す。

尺度得点と「身体の不調」，「無意味感・空虚感」，「不安・抑うつ」に性別の主効果が見られ，男性に比べて女性の方が得点が高かった（「身体の不調」 $F(1,113)=4.27$, $p<.05$; 「無意味感・空虚感」 $F(1,113)=4.46$, $p<.05$; 「不安・抑うつ」 $F(1,113)=17.36$, $p<.001$; 尺度全体 $F(1,113)=8.27$, $p<.01$ ）。なお尺度得点及び全ての下位尺度得点において，形態の主効果及び有意な交互作用は見られなかった。

これらの結果から，女性は男性よりも現在の悲嘆反応が全般的に強く，「身体の不調」，「無意味感・空虚感」，「不安・抑うつ」が強いことが示された。また，対人関係喪失の形態による差は，尺度得点及び下位尺度得点どちらにも認められなかった。

対人関係喪失時の対処方略と現在の悲嘆反応の関連

対人関係喪失時の対処方略が，現在の悲嘆反応にどのように関連するのかを検討するため，コーピング方略尺度の4つの下位尺度得点を説明変数，現在の大学生版の4つの下位尺度得点を基準変数とする重回帰分析（強制投入法）を行った。得られた標準偏回帰係数の値をTable 8に示す。なお，大学生版の各下位尺度間相関は $r=.64\sim.81$ ，コーピング方略尺度の各下位尺度間相関は $r=.35\sim.63$ であった。

「積極的な問題解決」は，死別群の女性の「身体の不調」のみと関連していた。次に，「他者から

の援助を求める」は、死別群の女性の「身体の不調」と、死別群の男女と離別群の男性の「不安・抑うつ」と関連していた。次に、「逃避」は死別群の男女の「身体の不調」「無意味感・空虚感」「不安・抑うつ」と関連していた。次に、「諦め」は、死別群の男性の「不安・抑うつ」のみと関連していた。

考察

高校・大学時代の対人関係喪失の特徴

本研究の結果、半数以上が高校・大学時代に何らかの対人関係喪失を体験していることが明らかとなった。池内他（2001）や間（2006）など、大学生の対象喪失を扱った研究においても、対人関係喪失が具体的な喪失内容として最も多く挙げられており、大学生にとって、対人関係喪失は身近なものであることが明らかになった。また、恋人との離別は212名中58人（27.4%）と最も多くの人が体験しており、大学生にとって特に身近な対人関係喪失体験であると考えられる。

体験したことがある死別・離別体験と最も印象に残った死別・離別体験を比較すると、死別・離別体験として親戚との死別を挙げている者は212人中48人（22.6%）であったが、最も印象的な死別・離別体験として親戚との死別体験を挙げている者は48人中19人（40.0%）であった。これに対し、両親やきょうだいといった家族との死別を体験したことがあるとした6人は全員、最も印象に残った死別・離別体験としても両親、きょうだいとの死別を挙げている。親戚との死別よりも、両親やきょうだいとの死別の方が印象に残りやすいことが明らかになった。安藤・松井・福岡（2003）は、故人との続柄は死別直後の悲嘆反応に最も強い影響を与えるとしており、「親」、「子ども」、「配偶者」といった親密な関係にある対象との死別において、直後悲嘆が高いとしている。そのため、親戚との死別よりも両親やきょうだいとの死別の方がより印象的だったのではないかと考えられる。

また、死別・離別体験として、親友との離別を挙げている者は212人中27人（12.7%）であったが、最も印象に残った死別・離別体験として親友との離別を挙げている者はわずかに27人中4名（14.8%）であった。恋人との離別を体験したことがある者58名のうち33名（60.0%）が最も印象に残る死別・離別体験として恋人との離別を挙げているのと比較して見ると、親友との離別体験は印象に残りにくいことが明らかになった。現代はメールや電話といったコミュニケーションツールが発達しており、卒業などで物理的な距離が遠くなってしまっても、親友とはコミュニケーションを自由にとることができると考えられる。離別したとしても関係は維持されることが多く、あまり悲しいと感じないため、印象にも残りにくいのではないかと考えられる。

高校・大学時代の対人関係喪失に伴う悲嘆反応の特徴

本研究で作成したRGEI大学生版に対する分散分析の結果、死別・離別体験時の悲嘆反応や現在の悲嘆反応には性差が見られることが明らかになった。具体的には、女性は男性よりも喪失を体験した際の悲嘆反応が強く、現在の悲嘆反応についても、女性の方が男性よりも悲嘆反応が強かった。18歳から24歳の男女を対象とした安藤他（2003）の調査においては、死別直後の悲嘆反応は女性の方が男性より強いとされており、本研究の結果と一致する。また、中高年の男女を対象に悲嘆反応の性差について検討した宮林・山川（2005）の調査では、有意な差ではないものの、女性の方が男性よりも現在の悲嘆反応が強い傾向にあり、本研究の結果と一致する。大学生の死別体験におい

でも同様に、女性の方が男性より現在の悲嘆反応が強い傾向があることが示唆された。また、本研究における離別体験のほとんどは、恋人との離別体験であった。飛田（1992）は、大学生の恋愛関係崩壊時の情緒的落ち込みについて、女性の方が男性よりも情緒的落ち込みが大きいとしており、本研究の結果も、これを支持するものであった。しかしながら、女性は男性より恋愛関係崩壊によって傷つく程度が大きい、同時に立ち直りに結びつきやすい行動をとることができ、おそらく女性の方が男性より立ち直りやすい（山下・坂田、2008）と述べている。この点は、離別体験者の現在の悲嘆反応が男性より女性が強かった本研究の結果とは一致しなかった。このような結果となった理由として、別れの主導権をどちらが握ったか、別れの原因を自分と相手のどちらに帰属したか、など、性別以外に恋愛関係崩壊からの立ち直りに影響すると考えられる要因が関連している可能性が考えられ、今後はこうした要因を含めた詳細な調査が必要である。

本研究では、喪失形態による悲嘆反応の差も見出されており、離別を体験した人の方が、死別を体験した人よりも喪失時の悲嘆反応が強いという結果が得られた。安藤他（2003）は、死別時の悲嘆反応の規定因として、失った対象との親密性を挙げており、喪失対象との親密性が高いほど、死別時の悲嘆も強いとしている。Worden（2008 山本他訳 2011）においても、亡くなった人への愛着の強さに比例して、悲嘆反応の重篤さが増すことがよくあるとされている。また、宮下・斎藤（2002）においては、恋愛関係が進展していて破綻した場合の方がそうでない場合より後悔や悲痛、未練といった反応が多く見られるとされている。これらの知見から、死別においても離別においても、失った対象との関係が親密であった場合の方が悲嘆反応が強いと考えられる。本研究では死別群に親戚等、比較的親密性が低いと思われる対象を失った人が多かったため、喪失時の悲嘆反応が弱く、このような結果になったのではないかと考えられる。

喪失時の悲嘆反応に対する対処方略特徴

対人関係喪失時の対処方略については、喪失の形態による差が見られ、「積極的な問題解決」、「他者からの援助を求める」などの積極的な対処方略についても、「逃避」、「諦め」といった消極的な対処方略についても、離別体験群の方が、死別体験群よりも頻繁に用いることが明らかになった。池内他（2001）は、自分自身の力で再生できる可能性がある喪失については、問題解決的な対処方略など、積極的な対処方略が用いられるとしている。このことから、離別体験は、失った対象との関係を修復できる可能性が全くない死別体験と比較して、関係修復の可能性が残された喪失体験であるため、死別を体験した人に比べて離別を体験した人の方が積極的な対処方略を用いたのではないかと考えられる。しかし一方で、「逃避」、「諦め」といった消極的な対処方略についても、離別を体験した人の方が死別を体験した人より頻繁に用いている。和田（1998）は、逃避などの消極的な対処方略は、ストレスレベルの高い人において頻繁に用いられることを見出している。大学生にとって、死別に比べて離別の方がストレスレベルが高く、逃避などの消極的な対処方略が頻繁に用いられた可能性が考えられる。

喪失体験時の対処方略として特徴的だったのは、「他者からの援助を求める」という対処方略であり、特に離別を体験した女性が頻繁にこの対処方略を用いるということが明らかになった。離別が死別と比較して修復可能性が高い喪失であり、積極的な対処方略がとられやすいと考えられるため、

特に離別を体験した女性が「他者からの援助を求める」という対処方略を頻繁に用いるのではないかと考えられる。

喪失体験時の対処方略と現在の悲嘆反応の関連

喪失体験時の対処方略は、主に死別体験者の現在の悲嘆反応に関連していた。「逃避」という対処方略は死別を体験した男女の現在の悲嘆反応の「身体の不調」、「無意味感・空虚感」、「不安・抑うつ」といったほぼ全ての下位尺度と関連しており、「逃避」という対処方略を頻繁に用いると、これらの現在の悲嘆反応が強いことが明らかとなった。また、「諦め」という対処方略も死別を体験した男性の現在の悲嘆反応と関連しており、「諦め」という対処方略を頻繁に用いるほど、現在の「不安・抑うつ」が強いことが明らかとなった。「逃避」、「諦め」といった対処方略は、回避的な情動焦点型コーピングに分類される。回避的な情動焦点型コーピングは、死別による精神的な苦痛を和らげる効果が最も少なく、束の間はその人の気分をよくさせるであろうが、問題を解決する上では役に立たないとされている（Worden, 2008 山本他訳 2011）。このことから、「逃避」や「諦め」といった対処方略では悲嘆は解決されず、現在の悲嘆反応が強くなるのではないかと考えられる。

回避的なコーピングと現在の悲嘆の関連が見られた一方で、死別を体験した女性は「積極的な問題解決」を頻繁に用いると現在の「身体の不調」が強いという関連も見られた。「積極的な問題解決」という問題を解決することに主眼を置いて用いられる問題焦点型コーピングは、死別時の悲嘆反応への対処方略として特に有効である（Worden, 2008 山本他訳 2011）とされているが、本研究ではこの知見と矛盾する結果となった。Worden (2008 山本他訳 2011) は、問題を解決する能力は人によってさまざまであり、対処するスキルが乏しい人たちは効果的でない方法ばかりを使いすぎたり、一つの解決方法だけ試してみても諦めてしまったりするとも述べており、どのような対処方略をとるかだけでなく、個人のコーピングを用いる能力が関連していることが考えられる。

「他者からの援助を求める」という対処方略も、現在の悲嘆反応と関連が見られた。死別を体験した男女は「他者からの援助を求める」という対処方略を用いると現在の「身体の不調」と「不安・抑うつ」が強いことが明らかになった。また、離別を体験した男性も、「他者からの援助を求める」という対処方略を用いると現在の「不安・抑うつ」が強いことが明らかになった。コーピング方略尺度の「他者からの援助を求める」という下位尺度に含まれる項目には、「その分野の専門家に相談した」といった問題解決志向的な内容の項目と、「家族や友人に打ち明けた」といった他者への感情の表出を目的とした内容の項目が混在していた。坂口・柏木・恒藤 (2001b) によれば、他者への感情表出は悲嘆の解決に必要な不可欠な対処方略とはいえないという。本研究における「他者からの援助を求める」という対処方略は、他者への感情表出として用いられていたため、悲嘆の解決には至らず、現在の悲嘆反応が強くなる結果となったのではないかと考えられる。

本研究の成果

本研究の主な成果は、まず、高校・大学時代の対人関係喪失体験の内容の詳細と、喪失に対する悲嘆反応や対処方略の特徴が明らかになったことである。本研究において、多くの人々が高校・大学時代に対人関係喪失を体験しており、特に恋人との離別が多く体験されることが明らかになった。また、喪失体験が印象に残るか否かには、喪失対象との関係がどのようなものであったかが影響す

ることが示唆された。

悲嘆反応については、性差や喪失形態による差があることが明らかになった。性差については、女性の方が男性よりも悲嘆反応が強いことが明らかになった。この結果は離別を体験した男女についてはこの結果は先行研究と矛盾するものであり、別れの主導権や、別れの原因を自分と相手のどちらに帰属するかといった、その他の要因の影響が示唆された。形態による差については、離別を体験した人の方が死別を体験した人よりも悲嘆反応が強いことが明らかとなった。この結果についても、喪失対象との関係の影響がうかがえた。

対人関係喪失時の対処方略については、性別による差はほとんど見られなかった。しかし、全ての対処方略について形態による差が見られ、離別を体験した人の方が死別を体験した人よりも頻繁に対処方略を用いることが明らかになった。また、「他者からの援助を求める」という対処方略については特徴的な結果が得られ、特に離別を体験した女性がこの対処方略を頻繁に用いることが明らかになった。

次に成果として挙げられるのは、喪失体験時の対処方略が悲嘆反応に与える影響について明らかにしたことである。「逃避」、「諦め」といった回避的な対処方略は、大学生の対人関係喪失においても有効でないことが示唆された。一方で、「積極的な問題解決」といった問題焦点型の対処方略や、「他者からの援助を求める」といった対処方略も、悲嘆反応のある側面からの回復において有効でないことが明らかになった。

今後の課題

本研究では、死別体験群と離別体験群を、最も印象的な死別・離別体験を1つ挙げてもらって2群に分けた。したがって、死別体験群も離別体験を、離別体験群も死別体験をしている可能性があり、2群が独立した群ではない。したがって、今回行った形態別の比較もあくまで操作的な比較である。この限界を克服するためには、今後は厳密な群分けを行った調査を行う必要がある。

次に、本研究では喪失対象との親密度や、喪失対象に対する愛着の強さといった、喪失対象との関係について問う質問項目は設けていなかった。しかし、喪失体験の印象の強さや悲嘆反応の強さには、喪失対象との関係が影響していることが示唆された。今後は、喪失対象との関係についても考慮して研究を行っていく必要があると考えられる。

また、喪失体験時の対処方略についても、個人の対処方略を用いる能力や、対処方略が何を目的として用いられたのかといった要因が考慮されていなかった。本来、積極的な対処方略は、悲嘆の解決に有効であるとされている (Worden, 2008 山本他訳 2011) ため、今後はこれらの要因も踏まえて、積極的な対処方略について更なる検討を行っていく必要があると考えられる。

引用文献

- 安藤清志・松井 豊・福岡欣治 (2003) . 近親者との死別による心理的反応——予備的検討——
東洋大学社会学部紀要, 41-2, 63-84.
- 土橋功昌・辻丸秀策・大西 良・福山裕夫 (2004) . 看護職者に生じる悲嘆反応と対処行動 久留米大学心理学研究, 3, 99-112.

- 間 良 (2006) . 対象喪失における対処行動と断念度の関連についての一研究 岩手大学大学院人文社会科学研究科紀要, **15**, 77-88.
- Holmes, T. H. , & Rahe, R. H. (1967) . The social readjustment rating scale. *Journal of Psychomatic Research*, **11**, 213-218.
- 池内裕美・中里直樹・藤原武弘 (2001) . 大学生の対象喪失—— 喪失感情, 対処行動, 性格特性の関連性の検討—— 関西学院大学社会学部紀要, **90**, 117-131.
- 小杉正太郎 (2000) . ストレススケールの一斉実施による職場メンタルヘルス活動の実際——心理学的アプローチによる職場メンタルヘルス活動—— 産業ストレス研究, **7**, 141-150
- Lazarus, R. , & Folkman, S. (1984) . *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer publishing.
(ラザラス, R. & フォルクマン, S. 本明 寛・春木 豊・織田正美 (訳) (1991) . ストレスの心理学——認知的評価・対処の研究—— 実務教育出版)
- Lev, Munro, & McCockle. (1993) Shortened Version of an Instrument Measuring Bereavement. *International Journal of Nursing Studies*, **30**, 213-226.
- 宮林幸江・山川百合子 (2005) . 日本人の死別悲嘆——性差について—— 茨城県立医療大学紀要, **10**, 55-63.
- 宮下敏江・斉藤淳子 (2002) . 青年期における恋愛関係崩壊後の心理的反応とその有効性について 上越教育大学研究紀要, **22**, 231-245.
- 小此木啓吾 (1979) . 対象喪失——悲しむということ—— 中央公論新社
- 坂口幸弘・柏木哲夫・恒藤 暁 (2001a) . 配偶者喪失後の対処パターンと精神的健康との関連 心身医学, **41**, 439-446.
- 坂口幸弘・柏木哲夫・恒藤 暁 (2001b) . 死別後の対処行動——感情表出は本当に悲しみを癒すのか?—— 死の臨床, **24**, 179.
- 澤 たか子 (1998) . 親族の死別に対する悲嘆の特性について ホスピスケアと在宅ケア, **6**, 36-43.
- 飛田 操 (1992) . 親密な関係の崩壊時の行動特徴について 日本心理学会第 56 回大会論文集, **231**.
- 飛田 操 (1997) . 第 8 章 失恋の心理 松井 豊(編) 悲嘆の心理 サイエンス社 pp.205-218.
- 和田 実 (1998) . 大学生のストレスへの対処, およびストレス, ソーシャルサポートと精神的健康の関係——性差の検討—— 実験社会心理学研究, **38**, 193-201.
- Worden, J. W. (2008) . *Grief Counseling and Grief Therapy: A Handbook for the Mental Health Practitioner*. New York: SpringerPublishing Company.
(ウオーデン, J. W. 山本 力 (監訳) (2011) . 悲嘆カウンセリング——臨床実践ハンドブック—— 誠信書房)
- 山下倫実・坂田桐子 (2008) . 大学生におけるソーシャル・サポートと恋愛関係崩壊からの立ち直りとの関連 教育心理学研究, **56**, 57-71.