

信州心理臨床紀要

No. 25 June 2026

信州大学大学院総合人文社会科学研究科心理教育相談室

25

原著

- 1 言語的共感表現と擬人化がAI対話の共感的印象に与える影響：磯部わかな・島田英昭
- 9 対面とオンラインの哲学対話の比較
—対人不安による道徳的価値理解の変化—：神山康太・三和秀平
- 21 ノスタルジア傾向が高いと混合感情語を覚えているか
—web実験による偶発刺激への記憶の検討—：三和秀平・竹節太樹・渡部夕夏
- 33 完全主義と強迫症状の関連における自尊感情の媒介効果の検討：畑中廉・向井秀文
- 45 運営スタッフの語りからみる自死遺族支援の現状と課題
—支援へ至るプロセスの分析—：浅川雄亮・茅野理恵
- 57 信州大学総合人文社会科学研究科心理教育相談室 令和7年度業務内容のあらまし
- 63 令和7年度心理教育相談室活動報告

<原著>

言語的共感表現と擬人化が AI 対話の共感的印象に与える影響

磯部わかな 信州大学大学院総合人文社会科学研究科
島田英昭 信州大学学術研究院教育学系

概要

本研究の目的は、AI 対話の共感的印象に対する言語的共感表現（共感的応答）と擬人化（一人称表現）の効果、およびそれらの交互作用の有無を検討することであった。職場場面と教育場面において相談内容とそれに対する AI の回答を作成し、共感的応答の有無と一人称表現の有無を操作した 4 種類の AI 対話を作成した。参加者 ($n=300$) はランダムに 1 種類の AI 対話を読み、その対話の共感的印象を評価した。その結果、共感的応答と擬人化の効果はそれぞれみられたが、それらの交互作用はみられなかった。この結果から、AI 対話においては言語的共感表現と擬人化が共感的印象を高めるが、それらの効果は加算的であることが明らかになった。

キーワード：生成 AI, 相談, 共感, 共感的応答, 一人称表現

問題と目的

近年、対話型 AI（以下、単に AI とする）の普及が著しく、人々の日常生活において重要な役割を果たすようになってきている。AI は、顧客サービス、教育支援、メンタルヘルスケアなど、多様な領域で活用されている。AI が対話において有効に活用されるためには、Rogers (1957) の来談者中心療法において共感的理解が治療的変化の必要十分条件の一つとされるように、AI に対する共感重要であると考えられる。たとえば Rubin et al. (2025) は、AI が生成するよりも人間が発したと認識しているユーザーの方が、AI の共感的応答をより共感的であると感じることを示している。AI が本質的に感情を持たない存在であることを考えると、ユーザーが AI に対して「共感」を感じるメカニズムは、人間同士の「共感」とは異なる可能性がある。このため、どのような要因が AI に対する共感的印象を形成するのかを理解することは、重要な課題である。

先行研究において、AI 対話の共感的印象に影響を与える要因として、主に 2 つのアプローチが検討されてきた。

第 1 に、言語的共感表現である。本研究では、言語的共感表現を実現する手法の一つと

して、共感的応答を扱う。たとえば、ユーザーが「仕事で失敗して落ち込んでいます。」と述べた際に、「それはつらいですね。」と応答することは、共感的応答に当たる。Zhou et al. (2020) が共感的応答を組み込んだ AI 対話システムの有効性を示したように、共感的応答は共感的印象を高めることができると考えられる。

第 2 に、擬人化である。擬人化とは、非人間的な対象に人間的特性を付与することを指す (Epley et al., 2008)。たとえば Waytz et al. (2014) は、自動運転の自動車に名前等を付与する擬人化により、ユーザーの信頼感が増すことを示している。この現象の理論的背景として、Nass & Moon (2000) の CASA 理論 (Computers Are Social Actors) がある。この理論によれば、人々は無意識的にコンピューターを社会的存在として扱い、人間関係の規範を適用する。たとえば、コンピューターに礼儀正しく接したり、コンピューターからの褒め言葉に喜んだりする。したがって、ユーザーは擬人化した AI をより社会的な存在として知覚し、その結果、応答をより共感的なものとして受け取る可能性がある。

本研究では、擬人化を実現する手法の一つとして、一人称表現に着目する。一人称表現とは、AI が「私は」という一人称代名詞と固有名詞 (名前) を用いて自己を表現する言語的手法である。これにより、ユーザーは AI に人間関係の規範を適用し、AI に対するユーザーの共感を高めることができると考えられる。

これまでの研究から、言語的共感表現と擬人化の両方が AI 対話の共感的印象を高めることが予想され、本研究はこの効果を再現することを目的とする。さらに本研究では、それらの相乗効果も合わせて検討することを目的とする。

方法

実験デザイン

2 (共感的応答：あり／なし) × 2 (一人称表現：あり／なし) の 2 要因参加者間計画であった。

参加者

一般成人 300 名が参加した。年齢は平均 41.0 歳、20～65 歳 (回答なし 1 名) であった。性別は男性 168 名、女性 128 名、どちらでもない 1 名、回答なし 3 名であった。サンプルサイズは、2 要因参加者間分散分析において $\alpha = .05$, $1 - \beta = .90$, $\eta^2 = .04$ を想定して計算した結果、各条件 $n = 68$ と算出された。条件間にランダムに割り振ることによるバラツキや、不備な回答を除くことを考え、1 条件あたり $n = 75$ 、合計 $n = 300$ のサンプルサイズを確保することとした。各条件の参加者数は、共感的応答あり／一人称表現ありが $n = 65$ 、共感的応答あり／一人称表現なしが $n = 77$ 、共感的応答なし／一人称表現ありが $n = 80$ 、共感的応答なし／一人称表現なしが $n = 78$ であった。

材料

職場場面と教育場面の 2 つの相談場面を設定し、相談内容とその相談内容に対する AI

の回答を作成した(資料参照)。相談内容として、「あなたは以下のように、AIに悩みを相談したと想像してください。」という教示の後、「あなた：」のラベルに続けて、職場場面では「最近職場でのちょっとしたミスが続いて、自己評価が下がっている。相談するほどではないとは思いますが、誰かに聞いてほしい気持ちだ。」、教育場面では「最近、ある資格試験の勉強を始めた。時間をかけて勉強しているのだが、思うように模擬テストの成績が伸びず、落ち込んでいる。予備校に通って試験の専門家と相談するまでではないと思うが、誰かに話を聞いてほしい。アドバイスをもらえますか。」と提示した。次に、「あなたの相談に対して、AI①/②は以下の応答をしました。」に続けて、資料に示す回答を提示した。

AIの回答として、2(共感的応答：あり/なし)×2(一人称表現：あり/なし)の4種類を作成した。共感的応答の操作として、ユーザーの感情状態を言語化する表現(例：「それは本当にしんどいですね。」「その苦しさを抱えながらも」「落ち込んでいるとのこと」)と、ユーザーの行動を肯定的に評価する表現(例：「毎日頑張っているあなたの姿が目には浮かびます」「あなたがその気持ちをここで私に言葉にしてくれたことが自分を大切にしようとしているサインだと感じます」)を用いた。これにより、AIがユーザーの感情を理解し、共感していることを伝えることを意図した。また、一人称表現の操作として、AIが自己紹介で名前を名乗る表現(例：「はじめまして、私は“花子”という相談AIです。」)と、一人称を用いた自己表現(例：「私は～と考えています。」「私、”花子”と一緒に～」「私と～」)を用いた。これにより、AIが個別の存在として認識されることを意図した。

AI対話の共感的印象を測定するため、先行研究(Crolic et al., 2022; Rubin et al., 2025)を参考に、6項目の尺度を作成した。具体的な項目は「AIは、私の気持ちを理解していると感じた」「AIは、私のことを心配してくれていると感じた。」「AIは、私の話を分かってくれていると感じた。」「AIは、私に共感してくれていると感じた。」「AIは、誠実に感じた。」「AIは、心がこもっていると感じた。」であった。各項目には、5件法(1：まったくあてはまらない、2：あまりあてはまらない、3：どちらともいえない、4：ややあてはまる、5：とてもあてはまる)で回答を求めた。

手続き

クラウドソーシングにより実施した。はじめに、参加者に実験概要の説明を行い、実験参加の同意を得た。次に、職場場面において、4種類のAIの回答の中の1条件がランダムに選択され、提示された。その後「この応答に対する印象について、以下の質問に回答してください。」と教示され、「AI①は、私の気持ちを理解していると感じた」等により、6項目への回答を順次求めた。続けて、教育場面において職場場面と共通の条件のAIの回答が提示され、同様に6項目への回答を求めた。最後に、性別、年齢の回答を求め、謝礼支払い手続きに進んだ。謝礼は1名あたり110円であった。

倫理的配慮

本研究は信州大学教育学部内倫理審査の承認を得た上で実施した(管理番号 25-40)。

表1 各条件の平均値 (標準偏差)

		共感的応答	
		あり	なし
一人称表現	あり	3.66 (0.71)	3.58 (0.87)
	なし	3.56 (0.68)	3.22 (0.83)

結果

「まったくあてはまらない」を1～「とてもあてはまる」を5と得点化し、2 (共感的応答：あり／なし) × 2 (一人称表現：あり／なし) の4条件それぞれ、教育場面と職場場面それぞれ6項目の平均値を算出し、さらに教育場面と職場場面の平均値を算出した。各条件の平均値と標準偏差を表1に示す。2 (共感的応答：あり／なし) × 2 (一人称表現：あり／なし) の2要因参加者間分散分析を実施した結果、共感的応答および一人称表現は主効果が有意であったが (順に、 $F(1,296) = 27.321, p < .001, \eta^2 = .085$; $F(1,296) = 6.908, p = .009, \eta^2 = .023$)、交互作用は有意ではなかった ($F(1,296) = 0.425, p = .515, \eta^2 = .001$)。

考察

AI対話の共感的印象に対する言語的共感表現 (共感的応答) と擬人化 (一人称表現) の効果の再現、およびそれらの相乗効果の有無を検討した。その結果、以下の知見が得られた。

共感的応答の効果

共感的応答がある条件の得点の方がいない条件に比べて高く、主効果が有意であり、一定の効果量もみられた。共感的応答はAIに対するユーザーの共感的印象を高めることが示唆された。この結果は、AI対話における言語的共感表現の重要性を示している。

共感的応答の効果が得られた理由の一つとして、期待の充足がある。ユーザーが共感を期待して相談している場合、その期待に応える応答形式として共感的応答が機能している可能性がある。本研究では言語的共感表現の一部として共感的応答に特化して検討したが、共感的応答以外の言語的共感表現を用いた場合でも、同様の効果が得られる可能性が高いと考えられる。

一人称表現の効果

一人称表現がある条件の得点の方がいない条件に比べて高く、一人称表現の主効果が有意であった。この結果は、AI対話における擬人化の重要性を示している。しかし、一人称表現の効果量は共感的応答に比較して小さく、限定的であった。

一人称表現の効果が得られた理由として、AI の人間的な認識を向上させたことが挙げられる。Nass & Moon (2000) の CASA 理論によれば、ユーザーは無意識にコンピューターを社会的存在として扱っていると考えられるが、一人称表現はこの認識をテキストレベルで促進する手法と位置づけられる。

一方で、擬人化には一人称表現以外にも多様な実現方法が存在する。たとえば、視覚的な擬人化(アバターや顔の表示)、聴覚的な擬人化(声のトーンや声質)などが考えられる。これらの異なる擬人化手法を用いた場合、本研究とは異なる結果が得られる可能性がある。特に、視覚的・聴覚的手法は一人称表現よりも直接的に「人間らしさ」を伝えるため、効果が強く現れる可能性がある。一人称表現の効果量が共感的応答と比較して小さかったことは、一人称表現という手法の特性を反映している可能性がある。言語的な自己表現だけでは、AI を「誰か」として認識させる力が限定的であり、視覚や聴覚など他のモダリティと組み合わせることで、擬人化の効果がより強く現れる可能性がある。しかし、過度に人間に近い外見を持つ AI は、不気味の谷現象により、かえって印象を低下させる可能性も指摘されている (Ho & MacDorman, 2017)。

共感的応答と一人称表現の相乗効果

分散分析の結果、共感的応答と一人称表現の交互作用は有意ではなかった。このことは、言語的共感表現と擬人化の効果が独立しており、相乗効果は生じないことを示唆している。すなわち、両要因は異なるメカニズムを通じて印象形成に寄与すると考えられる。言語的共感表現は、AI が何を伝えているのかという「内容」に作用するのに対し、擬人化は、AI が個別の独立した存在であるという「関係性の認識」に作用すると考えられる。これらは独立した経路で印象に影響を与え、相互に増幅したり抑制したりすることはないと解釈できる。

ただし、測定方法および実験状況の制約により、交互作用を捉えるには感度が不十分だった可能性がある。本研究で用いた 6 項目の尺度は、全体的な印象を測定するものであり、共感的応答と一人称表現が相互作用する可能性のある特定の側面(例: AI への親近感, AI との対話意欲など)を十分に捉えられていなかった可能性がある。

今後の課題

今後の課題として以下のことが指摘される。

第 1 に、短期的な印象評価のみを検討しており、長期的な利用における効果は検討していない。実際の AI 対話システムは継続的に使用されることが多いため、長期利用における言語的共感表現と擬人化の効果、およびその相乗効果について検討する必要がある。

第 2 に、テキストベースの対話のみを対象としており、音声対話やマルチモーダルな対話での効果は不明である。音声には個々の特徴(声のトーン, 速度, 抑揚)が含まれ、これらが共感の伝達において重要な役割を果たす可能性がある。また、視覚的なアバターを伴う対話では、擬人化の効果がより強く現れる可能性がある。

謝辞

本研究は JSPS 科研費 21K03023, 25K06743 の助成を受けました。ここに感謝いたします。

付記

本稿は第一著者が信州大学大学院総合人文科学研究科に提出した修士学位論文を加筆・修正したものである。

引用文献

- Crolic, C., Thomaz, F., Hadi, R., & Stephen, A. T. (2022). Blame the bot: Anthropomorphism and anger in customer–chatbot interactions. *Journal of Marketing*, *86*(1), 132–148. <https://doi.org/10.1177/00222429211045687>
- Epley, N., Waytz, A., & Cacioppo, J. T. (2008). When we need a human: Motivational determinants of anthropomorphism. *Social Cognition*, *26* (2), 143–155. <https://doi.org/10.1521/soco.2008.26.2.143>
- Ho, C.-C., & MacDorman, K. F. (2017). Measuring the uncanny valley effect: Refinements to indices for perceived humanness, attractiveness, and eeriness. *International Journal of Social Robotics*, *9* (1), 129–139. <https://doi.org/10.1007/s12369-016-0380-9>
- Nass, C., & Moon, Y. (2000). Machines and mindlessness: Social responses to computers. *Journal of Social Issues*, *56*(1), 81–103. <https://doi.org/10.1111/0022-4537.00153>
- Rogers, C. R. (1957). The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. *Journal of Consulting Psychology*, *21* (2), 95–103. <https://doi.org/10.1037/h0045357>
- Rubin, M., Li, J. Z., Zimmerman, F., Ong, D. C., Goldenberg, A., & Perry, A. (2025). Comparing the value of perceived human versus AI-generated empathy. *Nature Human Behaviour*, *9*(11), 2345–2359. <https://doi.org/10.1038/s41562-025-02247-w>
- Waytz, A., Heafner, J., & Epley, N. (2014). The mind in the machine: Anthropomorphism increases trust in an autonomous vehicle. *Journal of Experimental Social Psychology*, *52*, 113–117. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2014.01.005>
- Zhou, L., Gao, J., Li, D., & Shum, H.-Y. (2020). The design and implementation of XiaoIce, an empathetic social chatbot. *Computational Linguistics*, *46* (1), 53–93. https://doi.org/10.1162/coli_a_00368

資料

相談内容に対する AI の回答

共感的応答あり
／一人称表現あり
(職場場面)

AI：「はじめまして、私は“花子”という相談 AI です。それは本当にしんどいですね。まずは私と、ミスが起きている場面を特定し、手順化することから始めましょう。失敗の頻度と原因を洗い出し、チェックリストを作成することを私はお勧めします。自己評価が下がっているとのこと、その苦しさを抱えながらも毎日頑張っているあなたの姿が目に見えます。ミスを減らすには、作業環境の改善と集中力の維持が重要だと私は考えています。あなたがその気持ちをここで私に言葉にしてくれたことが自分を大切にしようとしているサインだと感じます。私、”花子”と一緒に整理していきましょう。」

共感的応答あり
／一人称表現あり
(教育場面)

AI：「はじめまして、私は“太郎”という学習相談 AI です。それは悩ましいですね。私と成績が伸びない原因を探りましょう。まずは、試験範囲を一覧にして、得意な領域と苦手な領域を整理することを私はお勧めします。落ち込んでいるとのこと、そんな中でも時間をかけて勉強し続けているあなたの姿が想像できます。合格点をとるためにどの程度の点数が必要か、現状と目標を把握することが重要だと私は考えます。悩みをここで相談してくれたことが、あなたの状況を改善する第一歩になると思います。私、”太郎”と一緒に考えましょう。」

共感的応答なし
／一人称表現あり
(職場場面)

AI：「はじめまして、私は“花子”という相談 AI です。まずは私と、ミスが起きている場面を特定し、手順化することから始めましょう。失敗の頻度と原因を洗い出し、チェックリストを作成することを私はお勧めします。ミスを減らすには、作業環境の改善と集中力の維持が重要だと私は考えています。私、”花子”と一緒に整理していきましょう。」

共感的応答なし
／一人称表現あり
(教育場面)

AI：「はじめまして、私は“太郎”という学習相談 AI です。私と成績が伸びない原因を探りましょう。まずは、試験範囲を一覧にして、得意な領域と苦手な領域を整理することを私はお勧めします。合格点をとるためにどの程度の点数が必要か、現状と目標を把握することが重要だと私は考えます。一緒に考えましょう。」

共感的応答あり
／一人称表現なし
(職場場面)

AI:「それは本当にしんどいですね。まずは、ミスが起きている場面を特定し、手順化することから始めましょう。失敗の頻度と原因を洗い出し、チェックリストを作成することをお勧めします。自己評価が下がっているとのこと、その苦しさを抱えながらも毎日頑張っているあなたの姿が目には浮かびます。ミスを減らすには、作業環境の改善と集中力の維持が重要だと考えています。あなたはその気持ちをここで私に言葉にしてくれたことが自分を大切にしようとしているサインだと感じます。一緒に整理していきましょう。」

共感的応答あり
／一人称表現なし
(教育場面)

AI:「それは悩ましいですね。成績が伸びない原因を探りましょう。まずは、試験範囲を一覧にして、得意な領域と苦手な領域を整理することをお勧めします。落ち込んでいるとのこと、そんな中でも時間をかけて勉強し続けているあなたの姿が想像できます。合格点をとるためにどの程度の点数が必要か、現状と目標を把握することが重要だと考えます。悩みをここで相談してくれたことが、あなたの状況を改善する第一歩になると思います。一緒に考えましょう。」

共感的応答なし
／一人称表現なし
(職場場面)

AI:「まずは、ミスが起きている場面を特定し、手順化することから始めましょう。失敗の頻度と原因を洗い出し、チェックリストを作成することをお勧めします。ミスを減らすには、作業環境の改善と集中力の維持が重要だと考えています。一緒に整理していきましょう。」

共感的応答なし
／一人称表現なし
(教育場面)

AI:「成績が伸びない原因を探りましょう。まずは、試験範囲を一覧にして、得意な領域と苦手な領域を整理することをお勧めします。合格点をとるためにどの程度の点数が必要か、現状と目標を把握することが重要だと考えます。一緒に考えましょう。」

<原著>

対面とオンラインの哲学対話の比較 —対人不安による道徳的価値理解の変化—

神山康太 信州大学大学院総合人文社会科学研究科
三和秀平 信州大学学術研究院教育学系

概要

本研究の目的は、対面とオンラインそれぞれでの哲学対話による介入が、小中学生の道徳的価値理解を促すのか検討することであった。個人の持つ対人不安と、対面かオンラインかの対話の実施条件の組み合わせによって、道徳的価値理解の変化の様子を検討した。分析の結果、対人不安や対話の実施条件の組み合わせによって、道徳的価値理解の変化は認められなかった。しかし、対話によって、道徳的価値理解の得点が増加する傾向がみられた。

キーワード：哲学対話、道徳的価値理解、オンライン、Minecraft

はじめに

近年、オンラインでの哲学対話の実施がしばしばみられている。哲学対話とは、「人が生きるなかで出会うさまざまな問いを、人々と言葉を交わしながら、ゆっくり、じっくり考えることによって、自己と世界の見方を深く豊かにしていくこと」と河野 (2020) で説明されている。哲学対話のオンライン化の動きは、2020年の新型コロナウイルスによるパンデミックを境に増加しており、対面で直接人と会わずに、オンライン上での哲学対話の実施が望まれてきた経緯がある。例えば、寺田 (2020) は、コロナ禍を機にオンラインでの哲学対話を開催している。テンポの良いやり取りは難しいことや誤解の不安があるとしながらも、オンラインでも十分に実施可能であると評価している。また、古田・山田 (2023) の実践では、ウェブ会議システムを用いてオンラインでの哲学対話を実施している。対話後の参加者のコメントも肯定的なものが多かったとされ、オンラインによる哲学対話の実施も参加者から一定の評価が得られている。しかしその一方で、オンラインによる哲学対話のデメリットも挙げられている。河野ら (2020) はオンラインのデメリットとして、オンライン環境の整備の必要性や、セキュリティやプライバシーに不安がある参加者がいること、時間がかかること、場所性や共同性が弱いこと、飽きやすくなることなどを挙げている。こうしたオンライン哲学対話のデメリットを解消するため、今日では通常のオン

ライン哲学対話に要素を追加して、ビデオゲームを併用した形でのオンライン哲学対話の実践がみられている。三和ら (2024) や、白石ら (2023) の実践では、ウェブ会議システムの使用に加えて、オンラインゲームとしての機能を持つ **Minecraft** を用いて自身の姿や存在をゲーム内に投影した形での哲学対話を行っている。

問題と目的

Minecraft を用いた哲学対話

こうした研究で用いられている **Minecraft** とは、「CG のブロックでできた世界を自由に冒険したり、ものづくりしたりするゲーム」と説明されている (神谷, 2017)。プレイヤーは CG で構成されるワールドをメタ的な視点で行動することができ、ゲームに特定の目的やゴールは設定されていないものの、敵対モンスターと戦ったり、他のプレイヤーと協力してブロックから建築したりすることができる。従来の平面的なワールドで構成されるゲームと違い、立体的なワールドをメタ的な視点で遊ぶことができるため、より自分自身がゲーム内に存在している感覚が得られやすい。**Minecraft** は 2009 年にリリースされており、比較的長期間にわたって親しまれているゲームであるが、近年では教育的な活用事例も数多くみられている。国内論文検索サイトで「**Minecraft**」と検索すると、プログラミングや AI 活用、建築学や地学を基盤としたワークショップの実施など、多様な教育実践が数多くヒットする。表 1 には、これまでの知見を基に、**Minecraft** を用いた実践を行うことの利点や欠点をまとめた。また、図 1 には **Minecraft** でマルチプレイを行うイメージを示す。

このような **Minecraft** の特性から、哲学対話と併用することで、他の参加者と共同的な体験をしながら対話することができたり、同じ空間で問いを共有しながら対話している感覚が得られやすくなったりすることで、これまで考えられてきたオンライン哲学対話のデメリットを補完できる可能性がある。三和ら (2023) の実践では、**Minecraft** 上で牛などの動物や村人を攻撃してから道徳的なテーマで哲学対話を、白石ら (2023) の実践は、体育の授業の教材として扱われる「鬼遊び」を **Minecraft** 上で行ったうえで、哲学対話を行っている。どちらの実践も、哲学対話を行う前に **Minecraft** 上で疑似的な体験を行っている。現実の世界では生き物を殴る実践は倫理的に実施不可能であり、疑似的に仮想空間上の鬼遊びを実現できることは、**Minecraft** を併用したことの利点である。そして、これらの疑似的な体験によって、後の哲学対話をより具体的に考えやすいものにする効果があったと考察している。

以上のように、近年実施されているオンライン哲学対話のデメリットを補完するため、**Minecraft** を併用した形での哲学対話の実践がみられている。**Minecraft** を併用することの利点は、現実では実施不可能な疑似的な体験をすることができるということが挙げられているが、こうした実践は未だ不十分である。さらに、これまで実施の中心であった対面

と、オンラインや Minecraft を併用した哲学対話を同様の条件で比較した研究はない。そこで、本研究では、対面（以下、対面群）と Minecraft を併用したオンライン哲学対話（以下、Minecraft 群）の効果を比較することを目的とする。

表1 Minecraft を実践に用いることの利点や欠点

利点	欠点
<ul style="list-style-type: none"> ・プログラミングができるなど、Minecraft 上に教育的要素が存在する ・現実世界ではできない疑似体験ができる（三和ら, 2023; 白石ら, 2023) ・Minecraft を用いた教材によって、「理解度」や「興味・関心」に寄与（谷上, 2024) 	<ul style="list-style-type: none"> ・参加者の PC スキルに左右される ・Minecraft が動作する端末や、Wi-Fi の整備が必要（新井・澤井, 2024) ・Minecraft 上の活動を充実させると、実践の時間配分が難しくなる恐れがある（岩橋ら, 2022)



図1 Minecraft でマルチプレイを行うイメージ

道徳という対話のテーマ

本稿では、道徳的な価値理解を目的として哲学対話を行った。これまでも道徳的な価値理解を目的とした哲学対話は実施されてきた（例えば、宇佐美ら, 2017）。こうした背景には、特別の教科道徳において、「考え、議論する道徳」が目指されていることが関係している。自分自身のこととして、多面的・多角的に考え、議論していくことが求められており（文部科学省, 2016）、「何を学ぶか」ではなく、「どのように学ぶか」という学びの過程に注目した観点からの目標が打ち出された。また、学校教育と哲学的思考の関連について述べた土屋（2018）は、一見自明に思える価値や倫理的原則がうまく機能しない文脈において、

どのような道徳的判断や行為をするべきなのか議論することで、道徳的な判断力を育てることに寄与すると説明しており、道徳教育と参加者同士で問いを深め合う哲学対話との関連が見受けられる。

さらに、子ども向けの哲学の代表的な研究者である Lipman は、彼の著書において哲学的な思考と道徳教育の関連を指摘している (Lipman, 1980)。彼は、教室内で子どもが哲学的な思考をするように促されたとき、教室内が探求の共同体になると述べている。探求の共同体とは、子ども向け哲学教育の方法論のことであり、共同体の中で知識や思考力が育まれていくと考えられている。つまり、教師など指導者に哲学的な思考を促された子どもたちは、集団内で探求の共同体を構成し、その構成員の関わりの中で、知識や思考力を育てていくとされる。また、Lipman は道徳教育の目標を、「世界と自分自身を客観的に評価する能力を持ち、そしてさらに流ちょうかつ創造的に自分自身を表現する能力を持った人間を育て上げること」と述べている。その目標を達成するためには、批判的態度や積極的に建設的なアイデアを生み出す能力が重要であり、その能力が対話によって育まれると考えている。このように、彼の考える道徳教育の目標を達成するためにも、対話的な活動が重要視されており、哲学対話に期待される役割があらわれている。

以上のように、哲学対話のように哲学的に思考することが、思考力を育成し、結果的に道徳的な判断力や価値を育成することにつながると考えられる。そこで、本稿では、道徳的なテーマで哲学対話を実施することで、道徳的な価値理解を育成することにつながるのかを検証する。本研究での道徳的価値は、小学校学習指導要領解説 (平成 29 年告示) 特別の教科道徳編にのっとり設定する。社会において、共有されてきたルールやマナー、社会において大切にされてきた様々な価値を道徳的価値とし、その価値理解は、それらを身に着けたり、様々な角度から考察し自分なりに考えを深めたりすることとする。

方法

調査対象者

対面群の参加者は、岐阜県の学童施設に在籍する小学校 4~6 年生計 35 名であり、Minecraft 群の参加者は、Minecraft を用いたオンライン放課後教室に参加している小学校 4~6 年生、中学 1 年生計 6 名であった。そのうち、質問紙調査に欠損値なく回答し統計解析に使用した人数は、pre (哲学対話の直前) と post (哲学対話の直後) のタイミングでは計 33 名、after (哲学対話から約 2 か月後) まで追跡調査できた人数は計 19 名であった。

実施の流れ

対面群と Minecraft 群のそれぞれで哲学対話を実施した。両群については、調査対象者の記述統計とともに表 2 に示す。両群とも、哲学対話の経験のある大学生と、同じく哲学対話の経験のある大学教員が参加し、哲学対話のファシリテーションを担当した。

対面群の対話 対面群は参加者が多いため、1 グループ 5~6 名になるようにグループ

分けを行った。対話を開始する前に、グループごとに集まり、アイスブレイクを15分ほど行った。そして、アイスブレイク終了後、各グループのファシリテーターの進行のもと、30分ほど時間をとって哲学対話を実施した。哲学対話の実施に際して、調査対象者の許可を取りボイスレコーダーにて録音を行った。また、コミュニティボールを使用した。コミュニティボールとは、対話中に発言する人が持つ手のひらサイズのクッション性のあるボールのことであり、これを使うことによって誰が発言するのかわかりやすくする狙いがある。30分ほど経過し対話が終了した後は、グループを解除し全体で感想を聞いた。各グループ1人指名し、哲学対話を実施しての感想や、そのグループでどのような話になったか、対話を通して本当に友達に必要なのか結論が出たのかなど質問した。

Minecraft 群の対話 Minecraft でのマルチプレイには、事前に契約した専用サーバーを使用し、参加者全員がそのサーバーに接続した。この措置は、Java Edition は基本的に専用サーバーを契約しないとマルチプレイができないためである。ゲームモードはクリエイティブに設定した。Minecraft 上で対話を行う場所は、参加者が普段から「対話の島」と呼んでいる専用のワールド内のエリアであった。参加者が同じワールドに接続し、同じエリアに集まることで、Minecraft 上のアバターを現実の自身に見立てながら、参加者が集合しているような感覚が得られるよう設定した。

Minecraft 群の参加者は6人であったため、1グループ3人のグループを2つ作成した。グループ分けの方法は、各グループに積極的に話を回しそうな参加者が入るように、普段の様子から調整した。グループ分け後、参加者はZoomのブレイクアウトルームにグループごとに入室し、所属するグループ以外の音声が入らないようにした。Zoom は、参加者

表2 各条件の対話の概要

	対面	Minecraft
テーマ	友達って本当に必要なの？	
参加者	小学生 35名	小中学生 6名
	小学校 4年生：19名	小学校 4年生：0名
	小学校 5年生：9名	小学校 5年生：3名
	小学校 6年生：7名	小学校 6年生：1名 中学校 1年生：2名
ファシリテーター	大学教員 1名，大学生 2名	大学教員 1名，大学生 1名
アイスブレイク	質問ゲーム	
対話の時間	およそ 30分	およそ 30分

全員にビデオ Off, マイク On にするよう教示し, 音声によるコミュニケーションのみができるようにした。また, 対話中はなるべく対話の島から離れないように教示したが, 島の中で動き回することは制限しなかった。

哲学対話は, 15 分ほどアイスブレイクを行った後, 30 分ほど実施した。これは対面群と同様であった。しかし, Minecraft 群はオンラインで接続されているため, 対面のようにコミュニティボールを使用することができず, 誰が話せばいいか判断が難しい状況になりやすい。そのため, 「〇〇さんはどう思う?」などとファシリテーターが積極的に会話を回すことを意識した。

アイスブレイク

アイスブレイクでは, まず始めにグループメンバーの自己紹介を行った。その後, 「質問ゲーム」を実施した。「質問ゲーム」は, 出題者が想像しているものを, 回答者が質問をしながら当てるというもので, グループに分かれる前に全体で一度デモンストレーションを行った後, 各グループに分かれて 5 分ほど時間をとって行った。

調査内容

質問紙調査のタイミングは, pre (哲学対話直前), post (哲学対話直後), after (哲学対話から約 2 か月後) の 3 つがあった。それぞれのタイミングでのアンケートの内容は表 3 に示す。なお, アンケートの内容は対面群, Minecraft 群同一のものであるが, 対面群では印刷した紙面, Minecraft 群では Google Form を用いて回答を依頼した。

項目や尺度としては, 道徳的価値理解を測定する項目 (三和ら, 2024) と, 状況別対人不安尺度 (毛利・丹野, 2001) を利用した。道徳的価値理解の項目は, 小学校学習指導要領 (平成 29 年告示) 特別の教科道徳編 (文部科学省, 2017) をもとに作成されたものである。その内容は, 学習指導要領で示されている内容項目を参考に 7 項目から構成されており, 「誰

表 3 各時点の質問紙調査の内容

内容	時期	pre (対話直前)	post (対話直後)	after (対話から約 2 か月後)
フェイスシート項目 (学年, 性別など)		○		
道徳的価値理解に関する項目 (三和ら, 2024)		○	○	○
状況別対人不安尺度 (毛利・丹野, 2001)		○		

注) 「○」はその調査時期にその内容を尋ねたことを示す。

例えば, 道徳的価値理解は, pre, post, after の 3 時点で尋ねた。

に対しても、思いやりの心を持って接した」などの項目がある。状況別対人不安尺度は、「発表・発言不安」、「親しくはない相手不安」、「異性への不安」、「会話のない不安」、「目上への不安」の5つの下位尺度から構成されており、対人不安を状況別に測定することができる。小学生向けに一部文言を変更し、項目数を削減して使用した。いずれの項目、尺度も、「とてもあてはまる(5点)」、「ややあてはまる(4点)」、「どちらでもない(3点)」、「あまりあてはまらない(2点)」、「まったくあてはまらない(1点)」の5件法で尋ねた。

結果

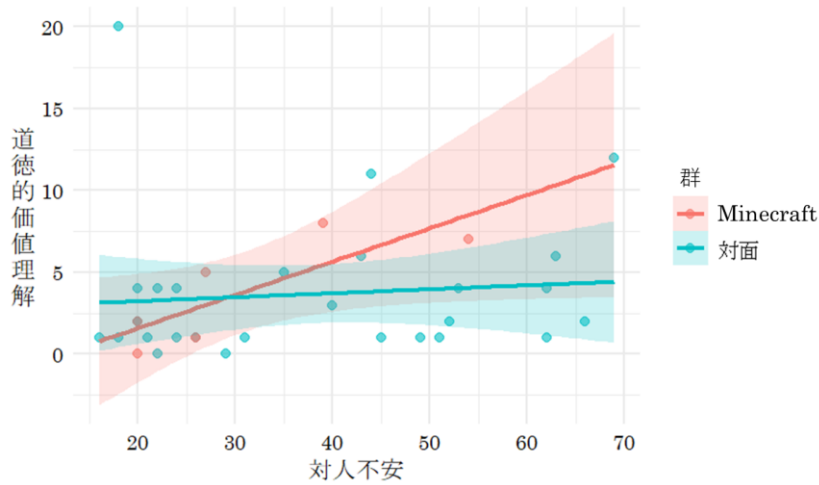
分析1

対人不安と対話の実施方法の組み合わせによる道徳的価値理解の変化を捉えるため、階層的重回帰分析を実施した。従属変数には対話の前後の道徳的価値理解の差得点、独立変数にはstep1では、対人不安、対話の実施方法(対面=0, Minecraft=1)にコード化)を投入し、step2には、step1の項とそれらの交互作用項を投入した。なお、対人不安の得点は、下位尺度の合計得点とした。

分析の結果は表4と図2に示す。分析の結果、有意な調整効果はみられなかった(step1: $R^2 = .03$, $F(2, 30) = 0.43$, $p = .66$, step2: $\Delta R^2 = .04$, $F(1, 29) = 1.40$, $p = .25$)。このことから、道徳的価値理解の変化が、対人不安や、対面かMinecraftかの実施条件に影響されないことが示された。さらに、交互作用が有意でなかったことから、対人不安の程度と実施条件の組み合わせによって、道徳的価値理解の変化の様子が異なるとは主張できなかった。

表4 分析1の記述統計と階層的重回帰分析の結果

	対面		Minecraft		従属変数	道徳的価値理解	
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	独立変数	step1 <i>B</i>	step2 <i>B</i>
道徳 差得点	3.67	4.43	3.83	3.31	実施条件 (対面=0, Minecraft=1)	0.04	0.13
					対人不安	0.17	0.26
対人 不安	37.96	17.27	31.00	13.23	実施条件*対人不安		0.23
					ΔR^2	0.03	0.04



注) 各色のハイライトは 95%信頼区間を示す

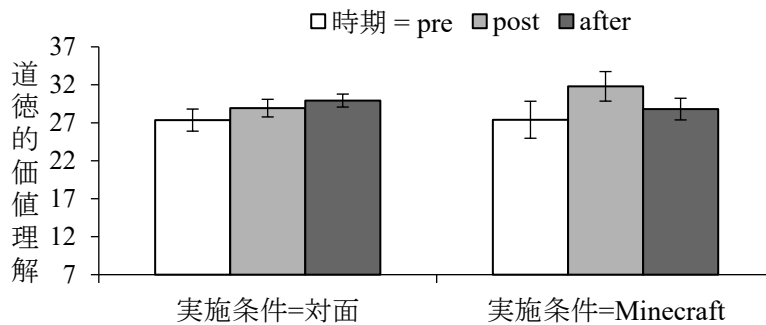
図 2 交互作用項を考慮した道徳的価値理解変化の様子

分析 2

対話の効果の残存性を検証するために、2 要因分散分析を実施した。従属変数には道徳的価値理解の得点、独立変数には、対話の実施方法と、調査の時期 (pre, post, after) を投入した。after も分析に加えることで、対話の効果の残存性を捉える狙いがある。分析の結果は表 5 および図 3 に示す。分析の結果、交互作用は有意ではなかった ($F(2, 34) = 1.11, p = .34$)。また、実施条件の主効果 ($F(1, 17) = 0.13, p = .73$) と、時期の主効果 ($F(2, 34) = 2.44, p = .10$) もそれぞれ有意ではなかった。交互作用や実施条件の主効果が有意でなかったことから、対面群と Minecraft 群の哲学対話の効果の違いが、それほど存在しなかった可能性がある。

表 5 2 要因分散分析の結果

	pre		post		after		ANOVA				
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	Effect	<i>f</i>	<i>df</i>	<i>p</i>	η^2
実施条件							実施条件	0.13	1, 17	.73	.01
対面	3.91	0.84	4.13	0.69	4.28	0.44	時期	2.44	2, 34	.10	.13
Minecraft	3.91	0.51	4.54	0.31	4.11	0.52	交互作用	1.11	2, 34	.34	.06



注) エラーバーは標準誤差を示す

図3 実施条件ごとの道徳的価値理解の変化

考察

分析1と分析2を通して、Minecraftを併用したオンライン哲学対話と対面実施の間に効果の差はみられなかった。よって、Minecraftでの対話も対面での哲学対話と同様に意義や効果のあるものと考えられることができる。図2を見ると、対人不安の高い人は、Minecraft群に参加した方が道徳的価値理解に変化が生じる傾向が示唆された。このことは、哲学対話の参加者の特性によって、より適した実施方法を提案することの意義につながる。対面とオンラインそれぞれで話し合いの活動を行った研究(田谷ら, 2021)において、その実施方法において対人不安の生じやすさに違いがあることを示唆している。本稿の結果は、先行研究と一致するものであり、対人不安に限らず他の特性においても、同様の結果が得られる可能性がある。

更に、このMinecraftでの対話は、オンラインでの哲学対話の実施を、対面と同様に効果的なものとするための知見を提供できる。先述したように、白石ら(2023)や三和ら(2024)も同様にMinecraftでの対話を実施しているが、Minecraftでの対話の独自性として疑似体験ができることを挙げている。本稿では、対面群と条件を揃えるため、Minecraft群に疑似体験を組み込むことはしなかったが、より対話を効果的にするために疑似体験を組み込むことも可能である。対面やZoomなどビデオ会議システムのみを使用した哲学対話の実施形態では、疑似体験の組み込みが難しかったり、疑似体験を現実の社会で許容されるものに制限したりすることが必要になる。しかし、Minecraftのようなゲームの中であれば実施しやすいという強みがある。無論、ゲーム内であれば何をやってもいいというわけではないため、ゲーム内のルールやマナーについて対話することも有効であろう。

また、通常のオンライン哲学対話ではビデオ会議システムが使用されるが、Minecraftでの対話は、アバターを通じて自己と他者の存在を表現できる点が特徴である。このアバターの存在が、河野ら(2020)が指摘するオンライン哲学対話の共同性や場所性の低さを克

服する可能性を秘めている。アバターを通して、参加者はワールド内の同じ場所に視線を向けたり、アバターの手足の動きを共有したりしながら対話を進めることができる。これは、ビデオ会議システムのみでの対話では得られない感覚であり、**Minecraft** での対話の強みとなり得る。この感覚は、実在の人がそばにいるような感覚を示す社会的存在感 (Oh et al., 2018) の向上に関連しており、アバターの存在が、結果的に共同性や場所性を高めている可能性がある。ただし、**Minecraft** 対話における社会的存在感の影響については未検証であり、今後の検討が求められる。

最後に **Minecraft** での対話の課題点を整理する。第一に、対面よりも自然な掛け合いが難しいことが挙げられる。テンポの良いやり取りが難しいことなどは、先行研究からも挙げられていたが、これは **Minecraft** での対話においても同様であった。しかし、話が詰まる場面でファシリテーターが参加者を指名しながら進めることもあったが、全ての場面がそうではなかった。実際に上記の文字起こしの場面では、ファシリテーターが指名せずとも会話のキャッチボールが続いており、自然な対話の盛り上がりを見せている。事前のアイスブレイクの充実によって、より共同性や場所性の高い **Minecraft** での対話が実現される可能性がある。第二に、併用した **Minecraft** の存在が、哲学対話参加者の注意を奪いやすいことが挙げられる。今回の対話では **Minecraft** 上で参加者が輪になって対話するよう教示していたが、次第に **Minecraft** の要素に興味が移っていき、次第に参加者が散らばっていく様子が見られた。参加者が散らばっていても対話には参加していたり、指名すれば答えてくれたりはしたが、よりよい **Minecraft** での対話の実施方法には再考の余地があるだろう。

まとめ

本稿では、**Minecraft** を併用したオンライン哲学対話の意義や効果について検討してきた。いくつか課題が見受けられながらも、対面の条件と同様に、哲学対話を実施できたことは大きな成果であった。**Minecraft** を併用するためには、個人の持つ PC にある程度のスペックが要求されるため若干のハードルが上がるが、**Minecraft** の環境ならではの疑似体験ができることなど、哲学対話に活動的な要素を加えることができる。特に、成人よりも経験に乏しい子どもを対象とした哲学対話を計画する場合、話し合いたいテーマに関わる活動を事前に **Minecraft** で体験することで、その後の対話が話しやすくなる効果が生じる可能性がある。今後は、「なぜ **Minecraft** を併用すると対話が話しやすいものになるのか」そのプロセスについても検討する必要があるだろう。

また、本稿では統計解析による対話の効果の検討を行ったが、十分なサンプルサイズを確保できなかったことは課題である。分析結果が有意にならなかったことで、対面群と **Minecraft** 群の対話の効果に差はないとの結論になったわけであるが、この解釈には注意が必要である。特に、**Minecraft** 群の調査対象者は 6 名と非常に少数であるため、今後は

十分なサンプルサイズを確保したうえでの検討が求められていくだろう。

付記

本研究は、信州大学教育学部に提出した卒業論文の一部を加筆・修正したものである。内容の一部は日本教育工学会第46回春季全国大会で発表した。

引用文献

- 新井一成・澤井一慶 (2024). GIGA スクール構想下の Scratch と Minecraft を用いたプログラミング 日本教育工学会研究報告集, 3, 119-125.
- 古田梨乃・山田航司 (2023). 日本語学校の留学生と日本語母語話者大学生との交流 —オンラインでの哲学対話実践の試み— 日本語教育方法研究会誌, 29(2), 50-51.
- 岩橋純子・安藤明伸・西岡芳晴・川畑大作・白石喬久 (2022). コンピュータゲーム「Minecraft」を用いた仙台市上杉地区の地質に関する教材開発 地学雑誌, 131(4), 463-472.
- 神谷加代・竹林暁 (監修) (2017). マインクラフトで身につく 5つの力 学研プラス
- 河野哲也 (編)・得居千照・永井玲衣 (編集協力) (2020). ゼロからはじめる哲学対話：哲学プラクティス・ハンドブック 童心社
- Lipman, M., Sharp, A. M., & Oscanyan, F. S. (1980). *Philosophy in the classroom*. Temple University Press.
- 三和秀平・小倉光明・松島恒熙・青山拓実 (2024). オンライン上での疑似的な体験は対話による道徳的な価値理解を促すのか 発達研究, 38, 1-12.
- 文部科学省 (2016). いじめに正面から向き合う「考え、議論する道徳」への転換に向けて 文部科学省 Retrieved May 1, 2026, from https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/doutoku/
- 文部科学省 (2017). 小学校学習指導要領 (平成 29 年告示) 解説「特別の教科 道徳編」廣済堂あかつき
- Oh, C. S., Bailenson, J. N., & Welch, G. F. (2018). A systematic review of social presence: Definition, antecedents, and implications. *Frontiers in Robotics and AI*, 15(5), 1-35.
- 白石啓太・三和秀平・吉村優太 (2023). 体育を題材とした「マイクラ対話」の実践 —マイクラフトを用いた哲学対話の試み— 日本デジタル教科書学会発表予稿集, 12.
- 寺田俊郎 (2020). ソフィア哲学カフェ—オンライン哲学カフェ元年— グローバル・コンサーン, 3, 268-270.
- 毛利伊吹・丹野義彦 (2001) 状況別対人不安尺度の作成及び信頼性・妥当性の検討 健康心理学研究, 14(1), 23-31.
- 谷上碧 (2024). Minecraft Education を用いた高校教科「情報」の教材としての効果検証

- 日本教育工学会研究報告集, 4, 116-122.
- 田谷雄二・田中とも子・田代有美子・永浦まどか・栃木啓佑・島村直宏・井出良治・堀江哲郎 (2023). LBP (LTD based PBL) での対面とオンラインの授業形態間の比較 日本歯科医学教育学会雑誌, 39(2), 70-79.
- 土屋陽介 (2018). 「考え, 議論する道徳」の哲学的基礎づけ—フロネーシスの教育の観点から— 開智国際大学紀要, 17, 41-54.
- 宇佐美公生・室井麗子・大森史博・板垣健 (2017). 哲学対話教育の手法を用いた道徳教育プログラムと教材の新たな開発 教育実践研究論文集, 4, 10-15.

<原著>

ノスタルジア傾向が高いと混合感情語を覚えているか —web 実験による偶発刺激への記憶の検討—

三和秀平 信州大学学術研究院教育学系
竹節太樹 信州大学大学院総合人文社会科学研究科
渡部夕夏 信州大学大学院総合人文社会科学研究科

概要

本研究は、特性的なノスタルジア傾向が混合感情語の記憶促進に与える効果を検討した。クラウドソーシングを通じて 70 名を対象に web 実験を実施し、偶発的に触れた単語（ニュートラル語 / 混合感情語）に対する再認テストを実施した。分析の結果、再認テストにおいて判断にかかった時間と正答数ともにノスタルジア傾向と感情価の交互作用は有意ではなく、ノスタルジア傾向が高いと混合感情語の記憶が促進されるという傾向はみられなかった。また、提示されなかったダミー単語への判断もノスタルジア傾向との関連は示されなかった。この要因として、ノスタルジアが想起されたときの感情価の偏りや、実験のデザインの問題が考えられる。

キーワード：ノスタルジア, 混合感情, 記憶, web 実験

はじめに

私たちは、日頃から様々な感情を経験し、その感情は注目をするものや覚えているものに影響を及ぼす。例えば、悲しい気分のあるときには悲しいニュースなどのネガティブな出来事に目が向いてしまったりすることはないだろうか。一方で、楽しい気分のあるときには良いニュースなどのポジティブな出来事に目が向いたりしないだろうか。そして、その時に目を向けたものは、その時と同じような気分になったときに思い出されたりすることがある。

このように、記憶は気分や外的な状況など様々な要因から影響を受ける。気分一致効果 (Bower, 1981) では、特定の気分が生起することで、その気分と一致した感情価を有する刺激の記憶や判断が促進されると言われている (伊藤, 2000)。例えば、楽しい気分のあるときには、ポジティブな感情価を有する単語 (e.g., 好き) などの記憶が促進される。Bower et al. (1982) の実験では、気分誘導後 (幸せ / 悲しみ) に幸せ / 悲しい内容が含まれる文章の記憶を行った。その結果、幸せな気分誘導されたときには幸せに関する内容が、悲しい気分誘導されたときには悲しい内容がよく思い出されていた。このような効果は、

気分に限らず本人の状態によっても記憶の想起に影響を及ぼすことがある。例えば抑うつの研究では、抑うつの気分と一致したネガティブな感情価を有する刺激の記憶が促進されることなどが示されてきた(田上, 2002)。このように誘導された気分だけではなく、個人の状態に一致した刺激に関しても同様に記憶が促進されることがうかがえる。

気分一致効果にかかわる説明として、感情ネットワークモデル(Bower, 1981; Bower & Cohen, 1982)がある。このモデルでは意味ネットワークの中に感情の調子にかかわるノードが想定されており、それと密接にかかわった記憶が存在するとしている(田上, 2002)。また、感情ノードを統括する上位のノードとして評価ノードが組み込まれ(Bower, 1991)、ポジティブな気分が生起することで“ポジティブ評価”のノードが活性化すると、このノードと統合している“ポジティブな出来事”ノードに活性化が拡散し、結果としてポジティブな記憶が想起されやすくなる(伊藤, 2000)。また、感情ネットワークモデルでは十分に説明できない要因として自己関連性がある。刺激を自分に関連付けて処理することが気分一致効果において重要な要因とされている。これらの要素を踏まえて、感情ネットワークモデルは修正が行われてきている。

さらに、このような現象に対する他の説明としてセルフスキーマによる説明もある(田上, 2002)。例えば、抑うつ者はネガティブな情報に目を向けやすく、それを記憶したり、ネガティブな解釈をする。そして、個人が有している複数のスキーマの中から感情特性に一致したセルフスキーマが活性化されることで、その活性化されたスキーマに一致した材料が選択的に取り込まれ、気分一致効果が生じると考えられる(伊藤, 2000)。

このように、気分と記憶に関しては多くの研究が蓄積されてきた。一方で、従来の気分と記憶の研究は感情価としてポジティブまたはネガティブなものに着目されることが多かったが、ポジティブ感情とネガティブ感情が混在した混合感情ではどのような傾向がみられるのかは明らかではない。例えば、ポジティブな気分とネガティブな気分が共起した状況では、その気分と統合している“ポジティブとネガティブが共起したような出来事”のノードが活性化され、“ポジティブとネガティブが共起した記憶”が想起されやすくなるかもしれない。また、セルフスキーマを考慮すると、特性的に混合感情を喚起しやすい個人は、ポジティブとネガティブが共起したような刺激に目を向けやすく、その記憶が促進される可能性がある。そこで本研究では、混合感情の記憶の促進に関連する要因について検討する。

混合感情

長峯・菅原(2025)によると、混合感情はしばしば“ポジティブ感情とネガティブ感情の共起(Larsen & McGraw, 2014)”として定義づけられ、西洋の人々よりも東洋の人々の方がよく経験するとされる。長峯・菅原(2025)は日本人における典型的な混合感情語として、「名残り惜しい」「哀愁」「恥じらい」などを挙げている。このような混合感情の経験頻度には個人差があることが知られており(Barford & Smillie, 2016), (a) 個人内におけ

る異なる刺激への寛容性, (b) 混合した刺激への寛容性, (c) 混合感情を経験しやすい傾向などがその背景として挙げられる (長峯・菅原, 2023)。

混合感情を経験しやすい傾向については, Barford & Smillie (2016) は TMES (Trait Mixed Emotions Scale) によって測定される。この尺度の日本語版は長峯・菅原 (2023) によって開発されている。この尺度では, 対照性, 共起性, 個別性の3つの側面が想定されている。この側面のうち, 個別性は“ポジティブとネガティブの両方の特徴を持つ具体的な混合感情の経験”とされている。その中でも代表的な感情として, ノスタルジアが挙げられる。

ノスタルジア

長峯・外山 (2016) によると, Sedikides et al. (2008) ではノスタルジアは“個人の過去に対する感傷的な思慕 (a sentimental longing for one's past)”と定義されている。ノスタルジアの喚起によって, ポジティブな感情が喚起されるとされているが, ノスタルジアはポジティブな要素を含んでいるが, ネガティブな要素も含んでおり, ポジティブとは言い切れないような複雑な構造であるとされている (Wildschut et al., 2006; 長峯・外山, 2016)。そのためしばしば *bittersweet* な特徴を有しているとされる。ノスタルジア (なつかしさ) については, 記憶想起などの方法で喚起する研究が行われているが, ノスタルジアの感じやすさの個人差を測定する研究もある (小林, 2020)。例えば, Southampton Nostalgia Scale (Routledge et al., 2008) では日常生活における懐かしさの感じやすさ, 言い換えると特性的なノスタルジア傾向を測定している。この尺度は日本語に翻訳され, 妥当性も確認されている (長峯・外山, 2019)。

特性的なノスタルジア傾向が高い個人は, 人生をより意味のあるものとして捉える傾向 (Routledge et al., 2008) や主観的 *well-being* が高い傾向 (Baldwin et al. 2015) を示すことなどが知られている。また, 長峯・外山 (2019) では妥当性検証の中で, 特性的なノスタルジア傾向は, 時間的連続性, 孤独感, 過去への否定的態度, 過去への受容的態度と正の相関を示すことを明らかにしている。

本研究の目的

本研究では, 特性的なノスタルジア傾向によって, 混合感情語の記憶が促進されるのかを検証する。仮説としては, ノスタルジア傾向の高い者は, ノスタルジア傾向の低い者に比べて混合感情語の記憶成績が優れており, 判断にかかる反応時間も速い (仮説 1) と設定した。

また, 補足的に記憶を求めなかったダミー語についても, ノスタルジア傾向による効果を見る。ノスタルジア傾向が高い者は, 普段から混合感情を感じているため, 刺激として提示されていない単語についても提示されたと誤った判断をする可能性もある。そこで, もう1つの仮説として, ノスタルジア傾向の高い者は, ノスタルジア傾向の低い者に比べて, 提示されていない混合感情語を提示されたと判断しやすい (仮説 2) と設定した。

方法

調査対象者

中程度の効果量を想定し、2 要因混合計画分散分析の交互作用を中程度の効果量で検出できるサンプルサイズを G*power にて算出した ($f = .25, \alpha = .05, 1-\beta = .90$)。その結果、46 名が必要であった。脱落を考慮し、クラウドソーシングサイトに登録をしている 71 名 ($M_{age} = 42.831, SD_{age} = 9.126$; 男性 50 名, 女性 21 名) を対象に実験を行った。実験の参加者には 100 円 (税抜き) の報酬が支払われた。

実験課題

実験はオンライン上で行った。実験の課題は Lab.js によって作成し、クラウドソーシングのサイトを介して URL を共有して課題に取り組むように求めた。実験のフローを図 1 に示した。実験にかかる時間はおよそ 10 分程度であった。



注) ノスタルジア傾向の測定は一部の参加者は再認課題の後に実施した

図 1 実験の流れ

倫理的説明および TO 宣言 倫理的な配慮および実験概要の説明をした後に、増田 (2019) を参考に taking an oath to answer seriously (TO) として、実験に真剣に参加することの宣言を求めた。

ノスタルジア傾向の測定 参加者を乱数によりランダムに色の判断課題の前または、再認課題の後に Southampton Nostalgia Scale 日本語版 (長峯・外山, 2019) に回答をするように求めた。

色の判断課題 刺激への接触のために、単語の色の判断課題を行った。注視点 (500ms) が提示された後に、画面の中央に単語が提示される。単語は“赤色”または“緑色”の色がついており、参加者はその単語が赤色であった場合には F キーを、緑色であった場合には J キーを押して速く・正確に色の判断を求めた (図 2)。課題は練習課題 4 試行 (正誤のフィードバックあり) の後に、本課題 24 試行 (正誤のフィードバックなし) が行われた。単語は木村・鈴木 (2016) から抽出されたニュートラルな感情価の単語が 12 語、長峯・菅原 (2025) から抽出された混合感情語が 12 語使用された。ここでは、単語を覚えるようには教示をしないで、色の判断のみを行うように求めた。

妨害課題 親近効果を生じにくくするために、計算課題 3 問に回答を求めた。課題は 3 桁+3 桁の足し算を実施し (図 2)、答えを入力した後でボタンを押して次の再認課題に進んだ。

再認課題 再認課題では、画面の中央の単語が先程の「色の判断課題」を行った単語セットのなかにあったか、なかったかを判断した。あった場合にはJキーを、なかった場合にはFキーを押して、できるだけ速く・正確に判断するように求めた。課題では、色の判断で使用した単語に加え、ダミーの単語として木村・鈴木（2016）から抽出されたニュートラルな感情値の単語が12語、長峯・菅原（2025）から抽出された混合感情語が12語使用された。なお、単語の提示からキーを押すまでの時間を計測し、判断にかかった時間および正誤の情報を分析に使用した。



図2 実験の画面の例

クラウドソーシングの手続き 実験の最後に、クラウドソーシングで課題を実施したことを報告するためのコードが表示され、実験は終了した。

調査内容

ノスタルジア傾向 ノスタルジア傾向の測定のために、Southampton Nostalgia Scale 日本語版（長峯・外山, 2019）を用いた。尺度は5項目であり、長峯・外山（2019）に従った教示を用いて7件法で回答を求めた。得点が高いほど、ノスタルジア傾向が高いことを意味する。項目例は“一般的に、あなたはどのくらいの頻度でノスタルジックな経験を思い出しますか？”などである。分析には5項目の合計点を使用した。α係数は.92であり十分な値を示した。

再認課題正答数 再認課題における正答数を算出した。色の判断課題で提示した混合感情12語、ニュートラル単語12語について、それぞれの正答数を分析に用いた。また、色の判断課題で提示しなかった混合感情12語、ニュートラル単語12語についても同様に、それぞれの正答数を分析に用いた。

再認課題反応時間 再認課題における反応時間を算出した。色の判断課題で提示した混合感情12語、ニュートラル単語12語について、それぞれの反応時間（ms）を分析に用いた。分析にあたっては、反応時間が $M \pm 3SD$ よりも極端な試行を除いたうえで、正解したものと誤答したものを合わせた平均値を用いた。また、色の判断課題で提示しなかった混合感情12語、ニュートラル単語12語についても同様に、反応時間を分析に用いた。

使用単語

実験に使用した単語は表1の通りであった。混合感情語は長峯・菅原（2025）のものを使用した。ニュートラル語は木村・鈴木（2016）の感情中のリストから著者間で協議のうえ選定した。単語は色の判断課題で提示するものとして混合感情語・ニュートラル語それぞれ12語、色の判断課題で提示しないで再認課題でのみ使用するダミー語として混合感情語・ニュートラル語それぞれ12語を選定した。混合感情語は、長峯・菅原（2025）において最終的に選定された12語の中心的な混合感情語を色の判断課題で提示し、予備調査で選定されたものの除外された12語を再認課題でのダミー語として使用した。

表1 使用した単語

ニュートラル語 (提示)	混合感情語 (提示)	ニュートラル語 (ダミー)	混合感情語 (ダミー)
氷河	名残り惜しい	椅子	感謝
高層ビル	哀愁	大砲	感動
性別	恥じらい	はさみ	尊敬
金属	切ない	機械	孤独
硬い	思いにふける	工業	照れ
方法	甘酸っぱい	公道	憧れ
段階	もどかしい	水槽	嫉妬
報道	儚い	投資	諦め
路地	羨ましい	部分	さみしい
時間	愛憎	粗い	申し訳ない
習慣	待ち焦がれる	態度	悔しい
真理	待ち遠しい	妄想	戸惑い

倫理的配慮

参加者には実験の参加は自由であること、途中で辞めることができること、個人が特定できない形で論文等で公表されることなど倫理的な配慮についてクラウドソーシングの募集画面および課題の最初に提示した。そのうえで、ボタンを押して同意をして参加するように求めた。

分析計画

反応時間が $M \pm 3SD$ よりも極端な試行を除いたうえで、個人ごとに提示ニュートラル語、提示混合感情語、否定時ニュートラル語、否定時混合感情語の反応時間を算出する。

また、それぞれの正答数をカウントする。そして、Southampton Nostalgia Scale の得点の平均値を基準にノスタルジア傾向高 / 低群に分ける。そのうえで、提示ニュートラル語、提示混合感情語の反応時間および正解数がノスタルジア傾向の高低によって異なるのかを 2 要因混合計画分散分析（感情価×ノスタルジア傾向）を行い検証する。併せて、補足的に色の判断で提示されていないダミー語についても反応時間および正解率がノスタルジア傾向の高低によって異なるのかを 2 要因混合計画分散分析を行い検証する。

結果

データの整理

それぞれの単語ごとに反応時間が $M \pm 3SD$ よりも極端であった試行のデータを除いた。除いたデータは全体のおよそ 2%であった。また、この試行は正答数を求める際には誤答として扱った。そして、上記の試行を除いた上で、色の判断課題で提示していたニュートラル語（提示）、混合感情語（提示）の正答数および平均反応時間を算出した。また同様に、ダミー語として提示したニュートラル語（ダミー）、混合感情語（ダミー）も別途平均反応時間および正答数を算出した。なお、参加者のうち、再認課題にて平均よりも $3SD$ 以上反応時間が遅い試行が 3 割以上あった 1 名を分析から除外した。最終的な分析対象は 70 名であった。

各変数の記述統計および相関係数

各変数の平均値および標準偏差、相関係数を表 2 に示した。ノスタルジア傾向はニュートラル語正答数（提示）のみと有意な正の相関を示した ($r = .26, p = .03$) が、他の変数とノスタルジア傾向においては有意な相関はみられなかった。

表 2 各変数の記述統計および相関係数

	<i>M</i>	<i>SD</i>	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1 ノスタルジア	17.50	6.36	—								
2 ニュートラル語反応時間(提示)	864.62	147.91	.09	—							
3 混合感情語反応時間(提示)	886.76	181.63	.01	.68 **	—						
4 ニュートラル語反応時間(ダミー)	857.48	159.48	.01	.71 **	.84 **	—					
5 混合感情語反応時間(ダミー)	860.12	184.50	.07	.74 **	.73 **	.81 **	—				
6 ニュートラル語正答数(提示)	8.10	1.42	.26 *	-.08	-.01	.03	.10	—			
7 混合感情語正答数(提示)	8.00	1.52	.17	-.13	-.14	-.15	-.12	.10	—		
8 ニュートラル語正答数(ダミー)	7.94	1.80	.16	.08	.05	.07	.19	.21	.14	—	
9 混合感情語正答数(ダミー)	8.29	1.76	-.07	.09	.09	.13	.03	.02	.03	.11	—
10 年齢	42.86	9.19	-.19	.01	.03	.04	.08	.18	-.08	.02	-.05

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

ノスタルジア傾向の群分け

Southampton Nostalgia Scale の平均得点は 17.50 点 ($SD=6.36$) であった。平均値を基準にノスタルジア高群($n=33$)とノスタルジア低群 ($n=37$) の 2 群に分けた。ノスタルジア低群 ($M=12.41, SD=3.09$) とノスタルジア高群 ($M=23.21, SD=3.57$) の差は有意であり ($t(63.727)=13.47, p<.001, d=3.23$)、ノスタルジア高群が低群よりも得点が高かった。

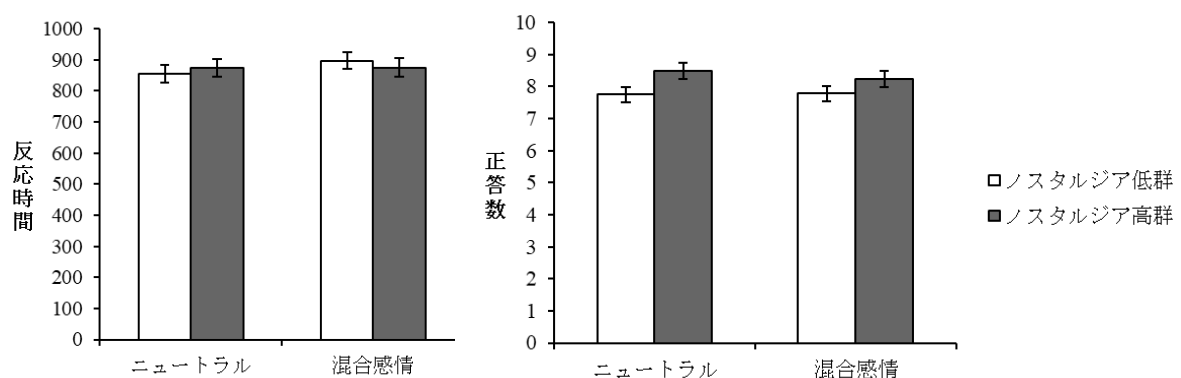
提示した単語におけるノスタルジアと感情価による再認課題結果の差異

提示した単語において、独立変数をノスタルジア (高群, 低群) と感情価 (ニュートラル, 混合感情) とし、従属変数を反応時間と正答数とした 2 要因分散分析 (混合計画) を実施した。反応時間が速いほど、色の判断課題で出現した単語の判断が素早く行えたことを意味する。また、正答数が多いほど、色の判断課題で出現した単語の判断を正確に行えたことを意味する。分析の結果を図 3 に示す。

反応時間 分析の結果、交互作用は有意ではなかった ($F(1, 68)=1.64, p=.20, \eta_p^2=.02$)。主効果においては、ノスタルジア ($F(1, 68)=0.00, p=.98, \eta_p^2=.00$) の主効果も感情価 ($F(1, 68)=1.68, p=.20, \eta_p^2=.02$) の主効果も有意ではなかった。

正答数 分析の結果、交互作用は有意ではなかった ($F(1, 68)=0.32, p=.57, \eta_p^2=.01$)。主効果においては、ノスタルジア ($F(1, 68)=5.50, p=.02, \eta_p^2=.08$) の主効果は有意であり、ノスタルジア高群の方が低群よりも正答数が高かった。感情価 ($F(1, 68)=0.21, p=.65, \eta_p^2<.01$) の主効果も有意ではなかった。

仮説 1 の検証 反応時間と正答数ともに交互作用は有意とはならず、仮説 1 (ノスタルジア傾向の高い者は、ノスタルジア傾向の低い者に比べて混合感情語の記憶成績が優れており、判断にかかる反応時間も速い) は支持されなかった。



注 1) エラーバーは標準誤差を表す

注 2) 左が反応時間, 右が正答数のグラフを表す。

図 3 各群における提示語の反応時間および正答数

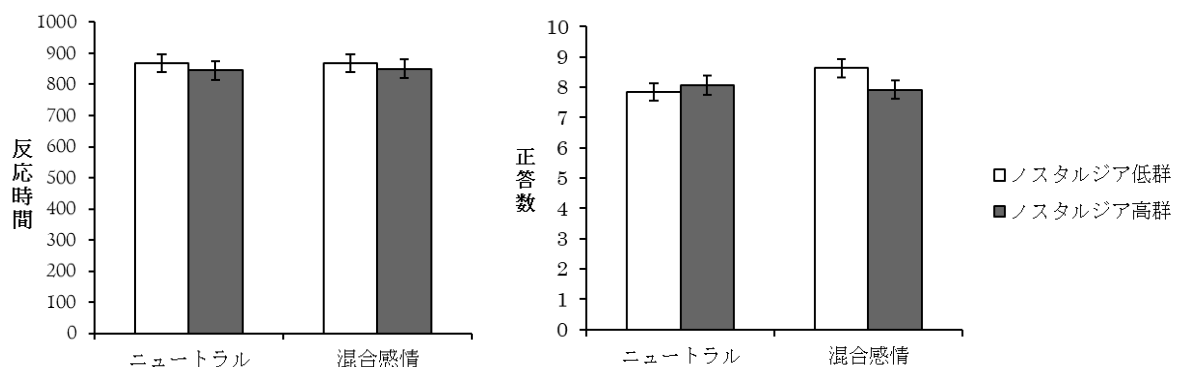
ダミー単語におけるノスタルジアと感情価による再認課題結果の差異

提示していないダミー語において、独立変数をノスタルジア（高、低）と感情価（ニュートラル、混合感情）とし、従属変数を反応時間と正答数とした2要因分散分析（混合計画）を実施した。反応時間が速いほど、色の判断課題で出現した単語の判断が素早く行えたことを意味する。また、正答数が多いほど、色の判断課題で出現した単語の判断を正確に行えたことを意味する。混合感情において、ノスタルジア高群の正答数が低い場合に仮説2が検証されたと考えられる。分析の結果を図4に示す。

反応時間 分析の結果、交互作用は有意ではなかった ($F(1, 68) = 0.03, p = .87, \eta_p^2 = .00$)。主効果においては、ノスタルジア ($F(1, 68) = 0.32, p = .57, \eta_p^2 = .00$) の主効果も感情価 ($F(1, 68) = 0.04, p = .83, \eta_p^2 = .00$) の主効果も有意ではなかった。

正答数 分析の結果、交互作用は有意ではなかった ($F(1, 68) = 2.77, p = .10, \eta_p^2 = .04$)。主効果においては、ノスタルジア ($F(1, 68) = 0.59, p = .45, \eta_p^2 = .01$) の主効果も、感情価 ($F(1, 68) = 1.27, p = .26, \eta_p^2 = .02$) の主効果も有意ではなかった。

仮説2の検証 反応時間と正答数ともに交互作用は有意とはならず、仮説2（ノスタルジア傾向の高い者は、ノスタルジア傾向の低い者に比べて、提示されていない混合感情語を提示されたと判断しやすい）は支持されなかった。



注1) エラーバーは標準誤差を表す

注2) 左が反応時間、右が正答数のグラフを表す。

図4 各群におけるダミー語の反応時間および正答数

考察

ノスタルジア傾向の高い者は、ノスタルジア傾向の低い者に比べて混合感情語の記憶成績が優れており、判断にかかる反応時間も速い（仮説1）という仮説を立てたが、交互作用は有意とならずこの仮説は支持されなかった。また、ノスタルジア傾向の高い者は、ノスタルジア傾向の低い者に比べて、提示されていない混合感情語を提示されたと判断しや

すい(仮説 2) という仮説もダミー語における交互作用は有意とならず支持されなかった。

一方で、提示語の正答数においてノスタルジアの主効果がみられ、ノスタルジア傾向の高い参加者は感情価によらず記憶の成績が優れていた。この理由については定かではないが、過去の経験に対する意味づけを積極的に行い、課題の際に色の判断だけを行うのではなく周辺的な情報にも目を向けていたのかもしれない。この点については、今後の検討が望まれる。

また、仮説が支持されなかった理由として、ノスタルジアの喚起時に感じる感情の違いが考えられる。楠見 (2021) はなつかしさによってポジティブ-ネガティブのどの側面を引き起こしやすいかといった傾向の個人差があることを指摘している。本研究では **Southampton Nostalgia Scale** によって特性的なノスタルジアの傾向を測定したが、人によっては混合感情のようなものではなくポジティブまたはネガティブに偏っており、混合感情に関するノードではなくポジティブまたはネガティブなノードが活性化したため、効果が出にくかった可能性もある。楠見 (2021) はネガティブな感情が喚起される傾向は加齢で低下し、ポジティブな感情が喚起される傾向は加齢で上昇するとしており、このような感情の感じやすさの影響についても考慮する必要があるだろう¹⁾。

また、今回の測定ではあくまでノスタルジアの感じやすさを測定しており、実験時の状態は反映できていない。ノスタルジアの研究では特性的なものだけではなく、記憶課題などでノスタルジア感情を喚起させる手法もしばしば使われる(詳しくは、小林, 2020)。このような、ノスタルジアの喚起によって実験時の状態を操作する方法での検討を行うことも有効だろう。

加えて、混合感情の代表的なものとしてノスタルジア傾向に着目したが、混合感情の感じやすさを測定するものとして、TMES (Barford & Smillie, 2016; 長峯・菅原, 2023) などが開発されている。ここでは、対照性、共起性、個別性が想定されているが、本研究では十分にその側面を扱えているとは言い難い。このような混合感情にかかわる多様な側面を考慮したうえで、検討をすることが必要であろう。

最後に、本研究のデザインについても改善の余地がある。まず web 実験の形式で行ったため、参加者の関与度が低かったり、環境の要因が統制されていなかったりするために、十分な効果が得られなかった可能性がある。効果量は小さく統計的に有意ではないため積極的な議論はできないものの、ノスタルジアとの相関は非提示の混合感情語(ダミー)の正答数のみが負の相関となっており、ノスタルジア傾向が高いと提示されていない混合感情語をみたと判断する(仮説 2) 可能性も捨てきれない。またその他の研究デザインの要因も検討の必要がある。例えば、刺激に触れさせる課題として偶発的な接触を求めるために色の判断を求める形式で行ったが、判断にかかる時間が短く、十分に記憶されなかったかもしれない。また、使用した単語についてもその妥当性が十分に検討できておらず、刺激についても再考する余地がある。今回のような特性に着目した研究においては、実験的

な検討ではなく経験サンプリングのような方法で、日常的な体験に焦点を当てた方が関連が見えやすいかもしれない。このような研究デザインについても検討したうえで、効果を見ていく必要があるだろう。

脚注

1. なお、本研究のデータにおいて年齢を共変量として投入した分析を行ったが、いずれにおいても交互作用は有意とはならず、結果は変わらなかった。

謝辞

本研究の実施にあたり、筑波大学の菅原大地先生および江戸川大学の長峯聖人先生にご助言をいただきました。お礼申し上げます。

引用文献

- Baldwin, M., Biernat, M., & Landau, M. J. (2015). Remembering the real me: Nostalgia offers a window to the intrinsic self. *Journal of Personality and Social Psychology*, *108*, 128–147.
- Barford, K. A., & Smillie, L. D. (2016). Openness and other Big Five traits in relation to dispositional mixed emotions. *Personality and Individual Differences*, *102*, 118–122.
- Bower, G. H. (1981). Mood and memory. *American Psychologist*, *36*(2), 129–148.
- Bower, G. H. (1991). Mood congruity of social judgments. In J. P. Forgas (Ed.), *Emotion and social judgments* (pp. 31–53). Pergamon Press.
- Bower, G. H., & Cohen, P. R. (1982). Emotional influences in memory and thinking: Data and theory. In S. Fiske & M. Clark (Eds.), *Affect and cognition* (pp. 291–331). Lawrence Erlbaum Associates.
- 伊藤美加 (2000). 気分一致効果を巡る諸問題——気分状態と感情特性—— 心理学評論, *43*, 368-386.
- 木村年晶・鈴木直人. (2016). 感情刺激語の作成 感情心理学研究, *23*(Supplement), 17.
- 小林正法 (2021). 懐かしさの喚起——喚起法, 測定, 個人差—— 心理学評論, *64* (1), 115-130.
- 楠見孝 (2021). なつかしさを認知-感情的基盤と機能——個人差と年齢変化—— 心理学評論, *64*(1), 5-28.
- Larsen, J. T., & McGraw, A. P. (2014). The case for mixed emotions. *Social and Personality Psychology Compass*, *8*(6), 263-274.
- 増田真也・坂上貴之・森井真広 (2019). 調査回答の質の向上のための方法の比較 心理学研究, *90*(5), 463-472.

- 長峯聖人・菅原大地 (2023). 混合感情経験の個人差 心理学研究, *93*(6), 536-544.
- 長峯聖人・菅原大地 (2025). 日本人における典型的な混合感情とは？ 心理学研究, *95*(4), 145-155.
- 長峯聖人・外山美樹 (2016). 日本人はノスタルジアを経験しうるか？——ノスタルジアの“bitter-sweet”な側面に着目して—— 感情心理学研究, *24*, 22-32.
- 長峯聖人・外山美樹 (2019). Southampton Nostalgia Scale 日本語版の作成 心理学研究, *90*(4), 389-397.
- Routledge, C., Arndt, J., Sedikides, C., & Wildschut, T. (2008). A blast from the past: The terror management function of nostalgia. *Journal of Experimental Social Psychology*, *44*(1), 132-140.
- Sedikides, C., Wildschut, T., Arndt, J., & Routledge, C. (2008). Nostalgia: Past, present, and future. *Current Directions in Psychological Science*, *17*, 304-307.
- 田上恭子 (2002). 抑うつと記憶 東北大学大学院教育学研究科研究年報, *50*, 95-109.
- Wildschut, T., Sedikides, C., Arndt, J., & Routledge, C. (2006). Nostalgia: Content, triggers, functions. *Journal of Personality and Social Psychology*, *91*, 975-993.

<原著>

完全主義と強迫症状の関連における 自尊感情の媒介効果の検討

畑中廉 信州大学大学院総合人文社会科学研究科
向井秀文 信州大学学術研究院教育学系

概要

本研究では、自己志向的完全主義の各下位側面と強迫症状の関連における自尊感情の媒介効果の検討を行った。大学生 95 名を対象に質問紙調査を実施し、共分散構造分析を実施した。分析の結果、「ミスを過度に気にする傾向」、および、「自分の行動に漠然とした疑いを持つ傾向」が、自尊感情の低下を媒介して「侵入的思考」を高めることが示された。また、完全主義の各下位側面と強迫症状の関連は一様ではなく、多面的に理解する必要性が示唆された。

キーワード：強迫性障害，完全主義，自尊感情

問題と目的

強迫性障害(Obsessive Compulsive Disorder; OCD)とは、繰り返し生じ持続する侵入的で望ましくない思考、衝動、イメージである強迫観念(Obsession)と、強迫観念や本人の中の決まりにしたがって、繰り返し行われる行動や心の中の行為である強迫行為(Compulsion)を特徴とする精神疾患である(Diagnostic and statistical manual of mental disorders, 5th edition; DSM-5, American Psychiatric Association, 2013 高橋・大野監訳, 染谷他訳, 2014)。強迫観念の高さが強い不安や苦痛を引き起こし、それを打ち消すために強迫行為が繰り返されることが知られている。このような OCD には、発症しやすいパーソナリティ傾向があるとされており(Bejerot et al., 1998), その一つとして、完全主義傾向の高さが指摘されている。実際に, Limburg et al. (2017), Tolin et al. (2006)の研究では, 非臨床群と比較して OCD 患者は完全主義傾向が高いことが報告されている。したがって, OCD の悪化プロセスの背景には, 完全主義傾向といったパーソナリティ特性の関与が示唆されるわけであるが, 先行研究において, 完全主義傾向は一因子で捉えられるものではなく, 複数因子から構成される多面的なパーソナリティ特性であることが指摘されている。例えば, 桜井・大谷(1997)は, 「自分自身に完全性を求める」と定義される自己志向的完全主義(Hewitt & Flett, 1991)に着目し, その特徴を多次元的に測定する尺度(Multidimensional

Self-oriented Perfectionism Scale; MSPS)を作成している。MSPS では、自己志向的完全主義を、「自分に高い目標を課する傾向(Personal Standards; PS)」、 「ミスを過度に気にする傾向(Concern over Mistakes; CM)」、 「自分の行動に漠然とした疑いを持つ傾向(Doubting of Actions; D)」、 「完全でありたいという欲求(Desire for Perfection; DP)」の4側面からとらえている。そして、これら4つの下位因子と精神的健康との関連を検討した結果、「ミスを過度に気にする傾向(CM)」、 「自分の行動に漠然とした疑いを持つ傾向(D)」、 「完全でありたいという欲求(DP)」は精神的健康の高さと負の相関関係が認められた一方で、「自分に高い目標を課する傾向(PS)」に関しては、精神的健康の高さと正の相関関係にあることが明らかにされている。これらの結果から、自己志向的完全主義の高さと精神的健康の低さとの関連は、自己志向的完全主義の下位因子ごとに、精神的健康との関連が異なることが示唆されている。

さらに、完全主義傾向の高さが、強迫性障害をはじめとした精神的健康の低さを促進するプロセスに関しても多くの検討がなされており、その背景には、自尊感情の低さが媒介変数として機能することが指摘されている。例えば、Miegel et al. (2020)は、完全主義と強迫症状の関連に対する自尊感情の媒介効果を検討し、自尊感情が完全主義と強迫症状の関連を媒介することを報告している。また、完全主義傾向の高さと精神的健康との関連における自尊感情の機能については、抑うつをアウトカムとした場合にも、その役割の重要性が指摘されている。例えば、Sturman et al. (2008)は自尊感情を構成する概念の一つである偶発的自己価値(Kuiper & Olinger, 1989)に着目し、完全主義傾向が高い者は、パフォーマンスを発揮することへの期待に応えることや、絶え間なく努力し常に忙しくしていることの二つに自己価値を見出す傾向があることを報告している。加えて、Flett et al. (1994)の研究では、自尊感情の構成要素の一つである無条件の自己受容の高さが、完全主義傾向の低さと関連することが明らかにされている。

これらの研究から、完全主義傾向の高さが精神的健康の低さを促進するプロセスに、自尊感情の低さが媒介変数として関与していることが示唆される。したがって、OCDの悪化メカニズムに関しては、Miegel et al. (2020)によって報告された知見の妥当性が認められる。しかしながら、Miegel et al. (2020)の研究では、強迫症状を包括的に扱っており、症状ごとの検討はなされていない。強迫症状の多様性、および、完全主義傾向の多面性を考慮すると、それらの関連は複雑なものとなることが示唆される。例えば、指方他(2021)は、パーソナリティから生じる認知としての完全主義を「高目標設置」「完全性追求」「失敗懸念」に分類し、「確認強迫」「洗浄強迫」「不決断」「侵入的思考」といった、四つの強迫症状との関連を検討している。その結果、「完全性追求」と「失敗懸念」が、四つの強迫症状を悪化させる一方で、「高目標設置」は「確認強迫」と「不決断」を抑制することが示唆されている。また、Tolin et al. (2003)は、完全主義を含むOCDに関連する六つの信念と強迫症状の関連を検討し、完全主義がOrdering(整理整頓)と関連することを報告して

いる。さらに、Chik et al. (2008)は、完全主義的パーソナリティの各側面の高さが、OCD治療の効果を変化させることを報告している。具体的には、「行為疑念」の高さが、OCD治療の効果を抑制する一方で、「失敗懸念」の高さはOCD治療の効果に影響を及ぼさないことを報告している。しかし、当該研究では、完全主義的パーソナリティの不適應的な側面として指摘されている(Sturman et al., 2008; 小堀・丹野, 2004)、「高目標設置」や「完全性の追求」といった側面は検討されておらず、同様に、強迫症状を細かく分けた検討も行われていない。このように、完全主義傾向と強迫症状との関連は、症状ごとに異なることが明らかにされている。したがって、強迫症状を細分化して、完全主義や自尊感情との関連の詳細を検討する必要があると考えられる。

以上の議論を踏まえると、完全主義傾向と強迫症状との関連には自尊感情が媒介すると考えられる。また、完全主義傾向の各側面と強迫症状との関連は一様ではなく、症状ごとに異なると考えられる。

指方他(2021)は、完全主義認知のうち「完全性追求」が「確認」と「洗浄」の強迫症状を、「失敗懸念」が「侵入的思考」の強迫症状を悪化させる可能性があるとしている。完全主義認知における「完全性追求」を、自己志向的完全主義における「完全でありたいという欲求」、「失敗懸念」を「ミスを過度に気にする傾向」に対応させて考えると、「完全でありたいという欲求」、「ミスを過度に気にする傾向」がそれぞれ自尊感情を媒介し、「完全でありたいという欲求」は「Checking(確認)」と「Washing(洗浄)」を、「ミスを過度に気にする傾向」は「Obsessing(侵入的思考)」を悪化させると予想することができる。さらに、指方他(2021)によると完全主義認知の「高目標設置」は「確認」と「不決断」の強迫症状を抑制するとしている。完全主義認知の「高目標設置」を自己志向的完全主義における「自分に高い目標を課する傾向」に対応させて考えると、「自分に高い目標を課する傾向」が自尊感情を媒介して、また直接的にも「Checking(確認)」を抑制すると予想される。また、Tolin et al. (2003)によると完全主義は強迫症状のうちの「Ordering(整理整頓)」と関連があるとしている。Tolin et al. (2003)の研究では完全主義を多次元で捉えていないため、今回は自己志向的完全主義の「自分に高い目標を課する傾向」以外の各側面が自尊感情を媒介し、また直接的にも「Ordering(整理整頓)」を強めると考える。なお、その他の症状においては、現時点では自己志向的完全主義の各側面との関係が不明瞭である。Miegel et al. (2020)の研究にしたがうと、完全主義の「自分に高い目標を課する傾向」以外の各側面が自尊感情を媒介して、また直接的にも強迫症状を増悪させると仮定することができる。本研究の仮説モデルは以下のようになる(図1, 2)。

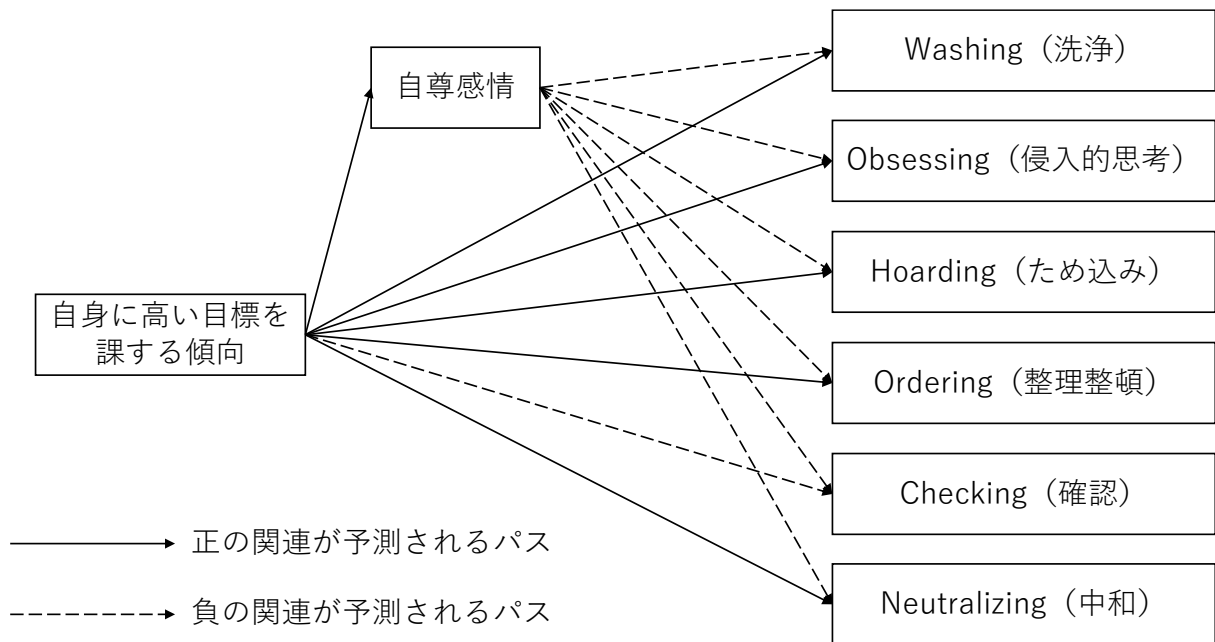


図1 自身に高い目標を課する傾向と自尊感情，強迫症状の関連

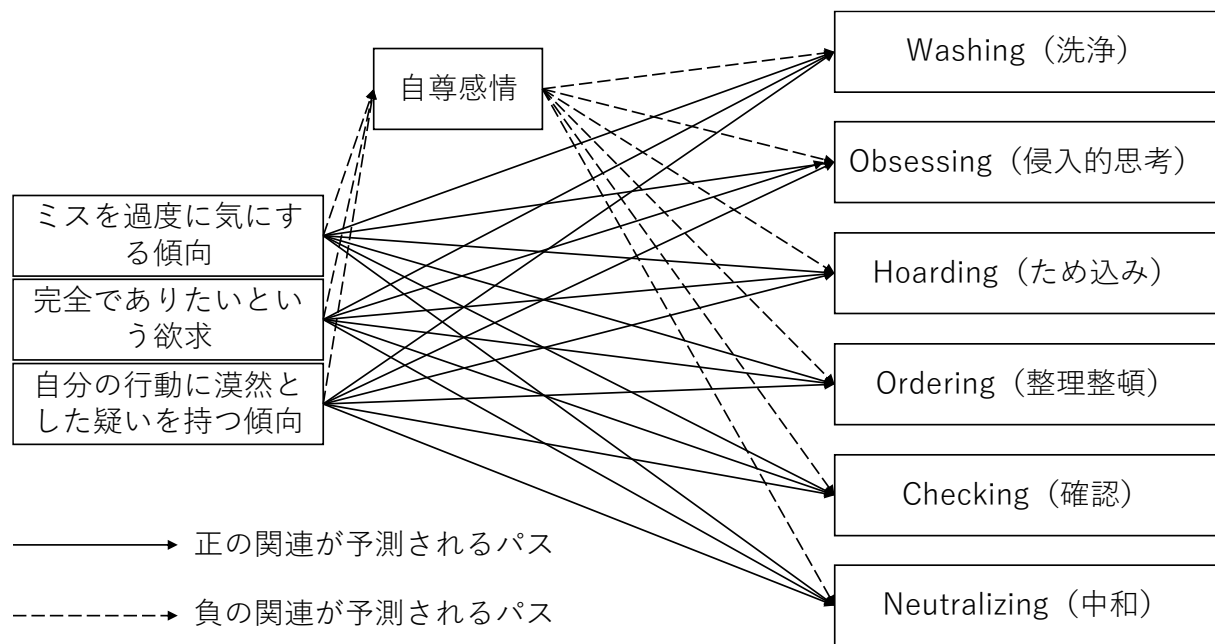


図2 ミスを過度に気にする傾向，完全でありたいという欲求，自分の行動に漠然とした疑いを持つ傾向と自尊感情，強迫症状の関連

以上から，本研究では，これまでに明らかになっている完全主義と強迫症状の関連を確認しつつ，これまでに検討されていない完全主義と強迫症状の関連，完全主義と強迫症状の関連における自尊感情の媒介効果を詳細に検討する。これによって強迫性障害に罹患しやすいパーソナリティの1つである完全主義と強迫症状の関連を明確にし，強迫性障害

治療における一助とすることを旨とする。

方法

調査方法

調査は大学の講義内(講義中ではなく、授業時間以外の時間で回答を求める)、および、縁故法によって研究参加者を募集し、研究参加の同意および研究成果の公表への同意が取れた人のデータを収集した。本研究は、所属機関の倫理委員会の承認を得ている(管理番号：23-03)。

対象者

18歳以上の者 95名(男性 44名, 女性 49名, 無回答 2名)。

調査材料

デモグラフィック項目 年齢と性別の回答を求めた。年齢については数字を入力することによって回答を求めた。なお、回答しない場合は「0」を入力してもらうよう教示した。性別については、選択肢として「男性」、「女性」、「その他」、「回答しない」の4択を設けて回答を求めた。

完全主義尺度 桜井・大谷(1997)による自己志向的完全主義尺度(Multidimensional Self-oriented Perfectionism Scale; MSPS)を用いた。自己に求める完全主義である「自己志向的完全主義」における“自分に高い目標を課する傾向(PS)”, “完全でありたいという欲求(DP)”, “ミスに過度に気にする傾向(CM)”, “自分の行動に漠然とした疑いを持つ傾向(D)”について、それぞれ「全くあてはまらない:1」から「非常にあてはまる:6」まで20項目6件法で回答を求めた。

強迫症状尺度 Sugiura & Sugiura(2015)によるOCI-R日本語版を用いた。本尺度はFoa et al.(2002)により開発された強迫症状を測定する尺度の日本語訳版であり、Washing(洗浄), Obsessing(侵入的思考), Hoarding(ため込み), Ordering(整理整頓), Checking(確認), Neutralizing(中和)の強迫症状の重症度を、それぞれ「全くない:0」から「非常に:4」まで18項目5件法で回答を求めた。

自尊感情尺度 桜井(2000)によるローゼンバーグ自尊感情尺度日本語版を用いた。本尺度は自尊感情の測定に最も広く用いられているRosenberg Self-Esteem Scaleの日本語訳版である。回答者の特性的な自尊感情について、それぞれ「いいえ:1」から「はい:4」までの10項目4件法で回答を求めた。

解析計画

まず、本研究で用いた各尺度の記述統計量及び、Pearsonの積率相関係数、各変数の信頼性係数を算出した。次に、完全主義的パーソナリティの各側面と強迫症状の関連に対する自尊感情の間接効果を検定するために、説明変数に自己志向的完全主義の各下位因子得点を、目的変数に強迫症状の各得点を、媒介変数に自尊感情を投入し、共分散構造分析に

よる媒介分析を行った。間接効果の検定は、ブートストラップ法(リサンプリング回数 10,000 回)を用いた。

結果

各尺度の記述統計と相関関係, 信頼性係数

まず, 本研究で用いた各尺度の記述統計量及び, Pearson の積率相関係数, 各変数の信頼性係数を算出した(表 1, 2, 3)。その結果, 自己志向的完全主義尺度の各下位尺度はおおよそ自尊感情と負の相関, 強迫症状と正の相関が見られた。また, 自尊感情は強迫症状と負の相関が見られた。ただし, 「自分に高い目標を課する傾向」は, Neutralizing(中和)以外の全変数との間に有意な相関が見られなかった。また, 「完全でありたいという欲求」は Obsessing(侵入的思考)との間に有意な相関が見られなかった。さらに自尊感情は, Washing(洗浄)との間に有意な相関が見られなかった。

表 1 記述統計表

変数名	N	M	SD	中央値	最小値	最大値
年齢	95	20.76	1.19	21.00	18.00	24.00
自己志向的完全主義尺度	95	76.91	14.36	79.00	45.00	103.00
自分に高い目標を課する傾向	95	19.99	4.12	20.00	6.00	29.00
完全でありたいという欲求	95	18.67	4.97	19.00	7.00	30.00
ミスを過度に気にする傾向	95	16.58	5.32	17.00	6.00	27.00
自分の行動に漠然とした疑いを持つ傾向	95	21.66	4.70	22.00	9.00	30.00
OCI-R	95	21.67	11.34	20.00	2.00	54.00
Washing(洗浄)	95	2.52	2.48	2.00	0.00	12.00
Obsessing(侵入的思考)	95	3.97	2.50	4.00	0.00	11.00
Hoarding(ため込み)	95	4.78	2.49	4.00	0.00	12.00
Ordering(整理整頓)	95	3.88	2.31	4.00	0.00	12.00
Checking(確認)	95	4.17	3.27	4.00	0.00	12.00
Neutralizing(中和)	95	2.35	2.52	2.00	0.00	11.00
自尊感情	95	25.67	7.33	26.00	10.00	40.00

表 2 各変数の全体得点の相関と信頼性係数

	1	2	3	M	SD	α
1.自己志向的完全主義	-			76.91	14.36	.88
2.OCI-R	.55 **	-		21.67	11.34	.88
3.自尊感情	-.43 **	-.40 **	-	25.67	7.33	.92

** $p < .01$, * $p < .05$, + $p < .10$

表3 各変数の下位尺度の相関

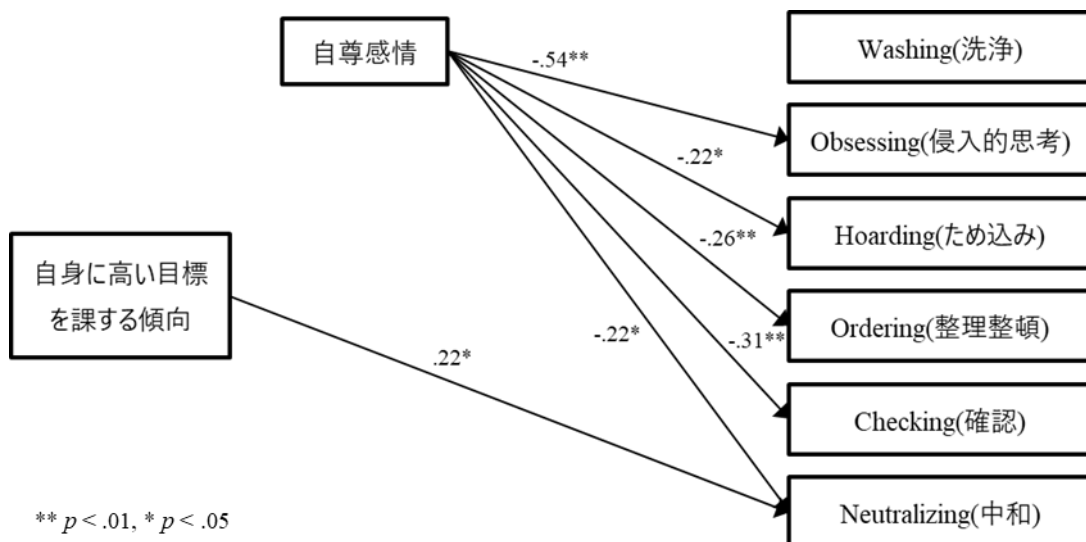
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1.Washing(洗淨)	-										
2.Obsesseing(侵入的思考)	.41 **	-									
3.Hoarding(ため込み)	.35 **	.36 **	-								
4.Ordering(整理整頓)	.36 **	.37 **	.40 **	-							
5.Checking(確認)	.34 **	.46 **	.44 **	.60 **	-						
6.Neutralizing(中和)	.44 **	.31 **	.46 **	.57 **	.61 **	-					
7.自尊感情	-.12	-.54 **	-.22 *	-.26 *	-.31 **	-.19 +	-				
8.自分に高い目標を課する傾向	.09	-.05	.15	.13	.14	.19 +	.14	-			
9.完全でありたいという欲求	.23 *	.13	.18 +	.50 **	.38 **	.39 **	-.22 *	.49 **	-		
10.ミスを過度に気にする傾向	.24 *	.43 **	.20 +	.47 **	.44 **	.29 **	-.62 **	.10	.55 **	-	
11.自身の行動に漠然と疑いを持つ傾向	.21 *	.44 **	.31 **	.41 **	.60 **	.41 **	-.49 **	.15	.57 **	.56 **	-

** $p < .01$, * $p < .05$, + $p < .10$

完全主義的パーソナリティと強迫症状の関連における自尊感情の媒介効果の検討

次に、完全主義的パーソナリティと強迫症状の関連に対する自尊感情の媒介効果を検討するために、説明変数に自己志向的完全主義の各下位因子、目的変数に各強迫症状、媒介変数に自尊感情を投入し、共分散構造分析を行った。説明変数から目的変数への直接効果および、媒介変数を投入したことによる間接効果が有意であったものについて記述する。

まず、自己志向的完全主義の「自分に高い目標を課する傾向」と強迫症状との関連に対する自尊感情の媒介効果の検討を行った(図3)。共分散構造分析の結果にしたがいパスを削除したところ、「自分に高い目標を課する傾向」と自尊感情の間のパスが有意ではなくなった。説明変数と媒介変数の間に有意な関連が見られなかったため、間接効果の検定は行わなかった。



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

図3 自分に高い目標を課する傾向と自尊感情、強迫症状の関連

次に、自己志向的完全主義の「完全でありたいという欲求」と強迫症状との関連に対する自尊感情の媒介効果の検討を行った(図 4)。「完全でありたいという欲求」から自尊感情を介して **Obsessing**(侵入的思考)へのパスが見られたが、「完全でありたいという欲求」と **Obsessing**(侵入的思考)の直接効果が有意でなく間接効果はなかったと判断した。また、「完全でありたいという欲求」から自尊感情を介して **Checking**(確認)へ伸びるパスが見られた。「完全でありたいという欲求」から **Checking**(確認)への直接効果が有意であったため、ブートストラップ法(リサンプリング回数 10,000 回)による間接効果の検討の結果、95%信頼区間に 0 を含んでいたため、間接効果はなかったと判断した(95%CI: 0.00, 0.12)。

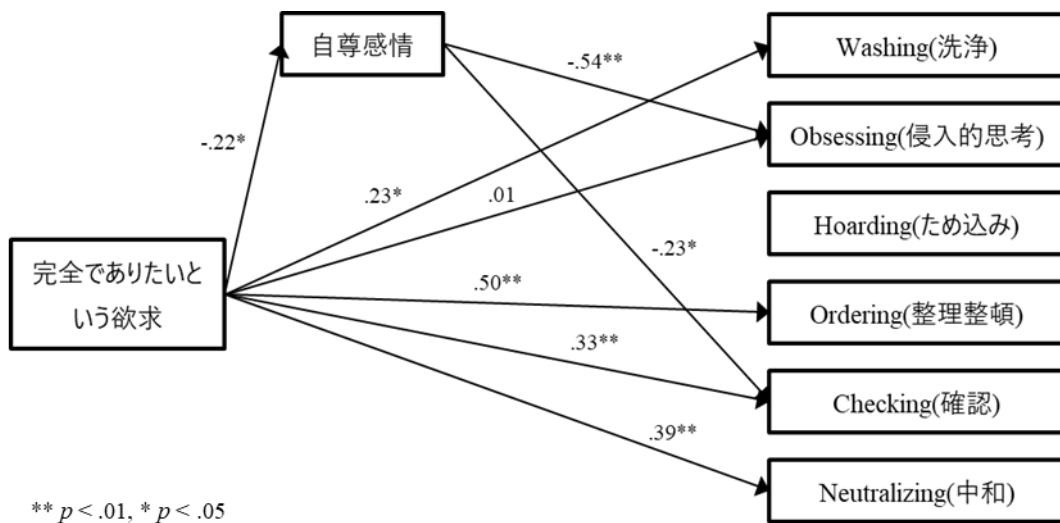


図 4 完全でありたいという欲求と自尊感情, 強迫症状の関連

次に、自己志向的完全主義のうち「ミスを過度に気にする傾向」と強迫症状との関連に対する自尊感情の媒介効果の検討を行った(図 5)。ブートストラップ法(リサンプリング回数 10,000 回)による間接効果の検討の結果、「ミスを過度に気にする傾向」と **Obsessing**(侵入的思考)の関連は有意に自尊感情に媒介された(95%CI: 0.07, 0.21)。

また、自己志向的完全主義のうち「自分の行動に漠然とした疑いを持つ傾向」と強迫症状との関連に対する自尊感情の媒介効果の検討を行った(図 6)。ブートストラップ法(リサンプリング回数 10,000 回)による間接効果の検討の結果、「自分の行動に漠然とした疑いを持つ傾向」と **Obsessing**(侵入的思考)の関連は有意に自尊感情に部分的に媒介された(95%CI: 0.06, 0.19)。

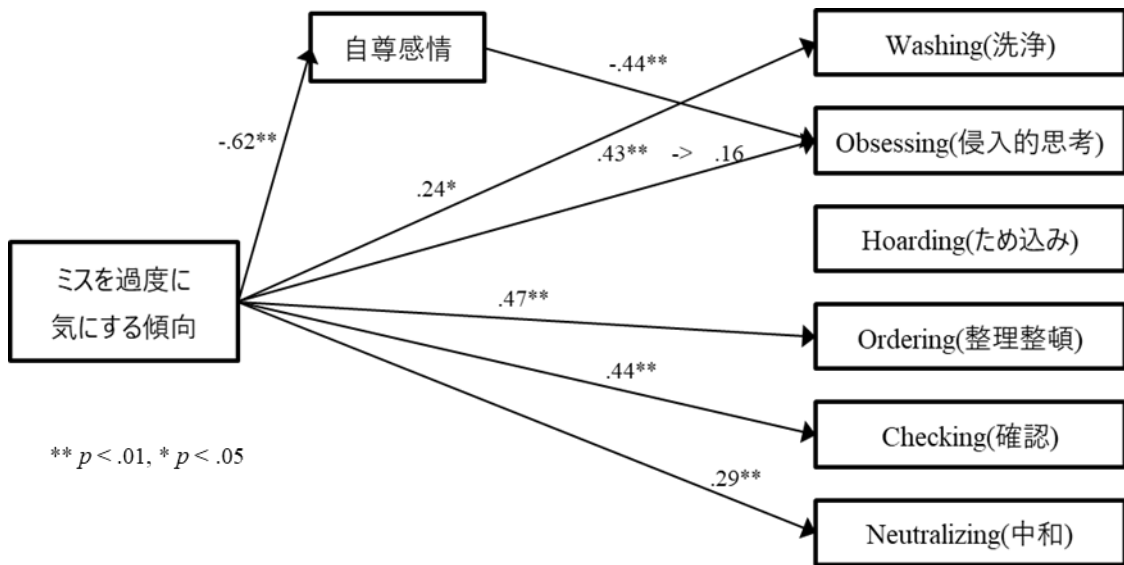


図 5 ミスを過度に気にする傾向と自尊感情，強迫症状の関連

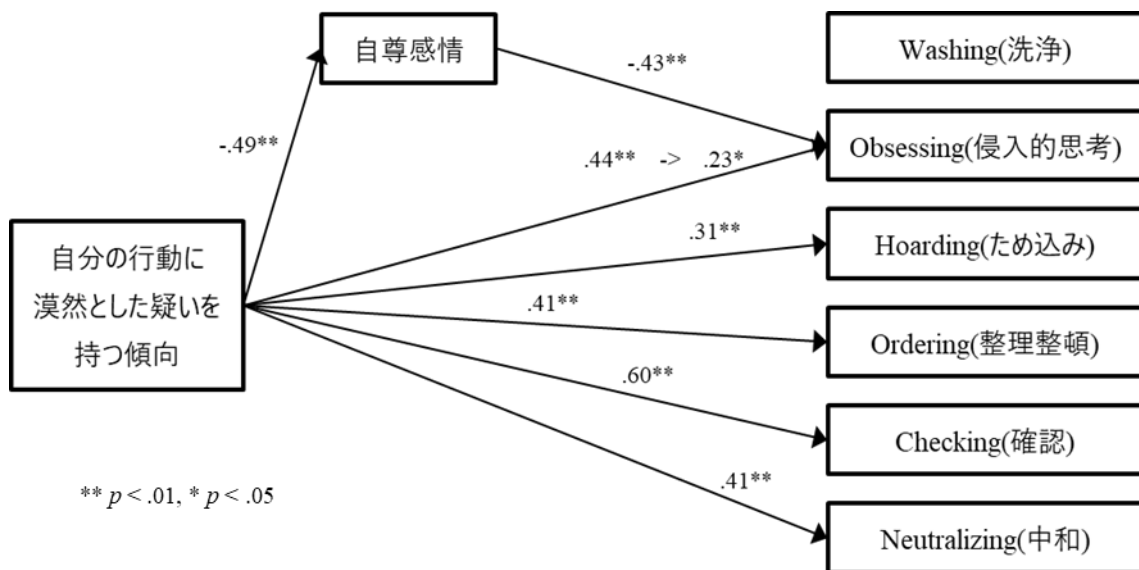


図 6 自分の行動に漠然とした疑いを持つ傾向と自尊感情，強迫症状の関連

考察

本研究の目的は、完全主義的パーソナリティと強迫症状の関連における自尊感情の媒介効果を検討し、その関連を詳細に明らかにすることであった。完全主義の各側面と強迫症状の関連における自尊感情の媒介効果を検討するために、共分散構造分析を用いて媒介分析を行った。間接効果が見られた強迫症状、直接効果のみが見られた強迫症状に分けて記述する。

共分散構造分析を用いた媒介分析による間接効果の検定の結果、自己志向的完全主義のうち「ミスに過度に気にする傾向」と「自分の行動に漠然とした疑いを持つ傾向」の高さが、自尊感情を下げ、**Obsessing**(侵入的思考)を重症化させることが示された。指方他(2021)において、完全主義認知の「失敗懸念」は**Obsessing**(侵入的思考)を高めることが示されており、今回の結果は先行研究の結果を支持するとともに、新たに「自分の行動に漠然とした疑いを持つ傾向」と**Obsessing**(侵入的思考)の関連を示したものであるといえる。**Obsessing**(侵入的思考)とは、取り除くことが困難な特定の思考に執着し、頭の中で繰り返してしまう強迫症状であり、様々な強迫行為を引き起こす強迫観念である。完全主義者が自分に価値を感じる場面として Sturman et al. (2008)は極端なパフォーマンスの期待に応えることを挙げているが、自身の失敗を恐れる気持ちや、自身の行動に疑いを持つといった、自己志向的完全主義のネガティブな部分が出てくると、自身の設定したパフォーマンスへの期待に応えられないかもしれないという気持ちから自尊感情が下がり、強迫観念が強くなるのではないかと考えられる。

続いて、完全主義の各側面と強迫症状の関連において、直接効果のみが見られたものについて考察する。強迫症状のうち **Neutralizing**(中和)は、「自分に高い目標を課する傾向」、「完全でありたいという欲求」、「ミスに過度に気にする傾向」、「自分の行動に漠然とした疑いを持つ傾向」の全てと正の関連が見られた。**Neutralizing**(中和)とは、「何かをするときに、数えながらしなければならぬと感じる。」、「ある数字を繰り返さなければならぬと感じる。」、「良い数字と悪い数字があると感じる。」といった質問項目で測定される強迫症状である。強迫性障害患者が持つとされる6つの信念と強迫症状の詳細な関連を調査した Tolin et al. (2003)によると、強迫性障害と関連する信念のうち、「思考の重要性に関する信念」と「思考をコントロールすることの重要性に関する信念」が**Neutralizing**(中和)を予測するとされている。「思考の重要性に関する信念」とは、ある思考を持つことに重要な意味があると考えた信念であり、ある思考を持つことが外界に影響を与えるという恐れを抱き、思考を取り消すための儀式的な思考を引き起こす。「思考をコントロールすることの重要性に関する信念」とは思考を完全にコントロールすることへの必要性を過度に重視し、頻繁に思考を抑制しようとする信念である。自己志向的完全主義の高い者が強迫観念を抱くと、その思考を完全にコントロールしようとし、儀式的な思考として**Neutralizing**(中和)を行うのではないかと考えられる。次に、「完全でありたいという欲求」、「ミスに過度に気にする傾向」は強迫症状に対してよく似た関連を示し、**Neutralizing**(中和)のほかに、**Washing**(洗浄)、**Ordering**(整理整頓)、**Checking**(確認)への直接効果が見られた。剣持(2005)によると、完全主義認知のうち「失敗懸念」が高まった者は、問題解決を行う過程において、未解決感を抱きやすいという。また、指方他(2021)は、「完全性追求」から影響が見られた確認強迫、洗浄強迫について、「不完全感」によって引き起こされる可能性を指摘している。これらの先行研究と本研究の結果を踏まえると、

自己志向的完全主義の高い者が自身の失敗を恐れたり、自身の行動を完全にしたいという気持ちを抱くと、問題解決のための行動をどれだけ行っても「まだ足りない」と思ってしまい、過剰な手洗い、過剰な整理整頓、過剰な確認行為へと繋がってしまうのではないかと考えられる。そして、「自分の行動に漠然とした疑いを持つ傾向」は、Neutralizing(中和)のほかに Obsessing(侵入的思考)、Hoarding(ため込み)、Ordering(整理整頓)、Checking(確認)への関連が見られた。「自分の行動に漠然とした疑いを持つ傾向」は、自身の行動に欠点や失敗があるように感じ、不安から何度も確認をしてしまう傾向である。自分が何か間違っているのではないかという侵入的思考に駆られ、必要以上に物をため込んだり、ミスを減らすために順序通りに整理し、確認を行うのだろうと考えられる。

以上の結果から、自己志向的完全主義と強迫症状の関連には、自尊感情が媒介する間接的な関連と、直接的な関連の双方が存在することが示唆された。したがって、強迫症状の理解や介入においては、完全主義の各側面や自尊感情を考慮することが重要である。

最後に、本研究の限界について述べる。本研究は一時点でのデータを利用した横断研究であるため、因果関係については言及できない。したがって、今後は縦断的な研究デザインを設定し、各変数の関連を詳細に検討することが望まれる。

付記

本研究は、信州大学大学院総合人文社会科学研究科に提出した修士論文の一部を加筆・修正したものである。

引用文献

- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders, 5th edition: DSM-5*. Washington, DC: American Psychiatric Publishing. 高橋三郎・大野裕(監訳)・染谷俊之・神庭重信・尾崎紀夫・三村將・村井俊哉(訳)(2014). *DSM-5 精神疾患の分類と診断の手引き*. 医学書院.
- Bejerot, S., Ekselius, L., & von Knorring, L. (1998). Comorbidity between obsessive-compulsive disorder (OCD) and personality disorders, *Acta Psychiatrica Scandinavica*, *97*, 398-402.
- Chik, H. M., Whittal, M. L., & O'Neil, M. L. (2008). Perfectionism and treatment outcome in obsessive-compulsive disorder. *Cognitive Therapy and Research*, *32*, 676-688.
- Flett, G. L., Russo, F. A., & Hewitt, P. L. (1994). Dimensions of perfectionism and constructive thinking as a coping response. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, *12*, 163-179.
- Foa, E. B., Huppert, J. D., Leiberg, S., Langner, R., Kichic, R., Hajcak, G., & Salkovskis, P. M. (2002). The Obsessive-Compulsive Inventory: development and validation of a short

- version. *Psychological Assessment*, *14*, 485-496.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, *60*, 456-470.
- 剣持慈子 (2005). 完全主義における強迫的行為としての不決断傾向. 日本パーソナリティ心理学会第14回大会発表論文集, 155-156
- 小堀修・丹野義彦 (2004). 完全主義の認知を多次元で測定する尺度作成の試み. パーソナリティ研究, *13*, 34-43.
- Kuiper, N. A., & Olinger, L. J. (1989). Stress and cognitive vulnerability for depression: A self-worth contingency model. *Advances in investigations of psychological stress*, 367-391.
- Limburg, K., Watson, H. J., Hagger, M. S., & Egan, S. J. (2017). The relationship between perfectionism and psychopathology: A meta-analysis. *Journal of Clinical Psychology*, *73*(10), 1301-1326.
- Miegel, F., Moritz, S., Wagener, F., Cludius, B., & Jelinek, L. (2020). Self-esteem mediates the relationship between perfectionism and obsessive compulsive symptoms. *Personality and Individual Differences*, *167*, 110239.
- 桜井茂男 (2000). ローゼンバーグ自尊感情尺度日本語版の検討, *Bulletin of Tsukuba Developmental and Clinical Psychology*, *12*, 65-71.
- 桜井茂男・大谷佳子 (1997). “自己に求める完全主義” と抑うつ傾向および絶望感との関係, *心理学研究*, *68*, 179-186.
- 指方賢太・徳重愛海・小澤永治 (2021). 大学生における強迫傾向と完全主義認知および精神的健康度との関連, *九州大学総合臨床心理研究*, *12*, 19-25.
- Sturman, E. D., Flett, G. L., Hewitt, P. L., & Rudolph, S. G. (2008). Dimensions of Perfectionism and Self-worth Contingencies in Depression. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, *27*, 213-231.
- Sugiura, T., & Sugiura, Y. (2015). Common Factors of Meditation, Focusing, and Cognitive Behavioral Therapy: Longitudinal Relation of Self-Report Measures to Worry, Depressive, and Obsessive-Compulsive Symptoms Among Nonclinical Students. *Mindfulness*, *6*, 610-623.
- Tolin, D. F., Woods, C. M., & Abramowitz, J. S. (2003). Relationship Between Obsessive Beliefs and Obsessive-Compulsive Symptoms. *Cognitive Therapy and Research*, *27*, 657-669.
- Tolin, D. F., Worhunsky, P., & Maltby, N. (2006). Are “obsessive” beliefs specific to OCD?: A comparison across anxiety disorders. *Behaviour Research and Therapy*, *44*, 469-480.

<原著>

運営スタッフの語りからみる自死遺族支援の現状と課題 —支援へ至るプロセスの分析—

浅川雄亮 信州大学大学院総合人文社会科学研究科
茅野理恵 信州大学学術研究院教育学系

概要

本研究は、運営スタッフへのインタビュー調査を通じて、自死遺族が支援グループへ参加するまでのプロセスを明らかにすることを目的とした。自死遺族の「わかち合いの会」を運営するスタッフ4名に半構造化面接を実施し、質的に分析を行った。結果、話すことでの内省や他の自死遺族との関わりなどの参加への促進要因と、心理的負担や偏見などの抑制要因が明らかとなった。特に、個人の生活の転機や社会的な支援の広がり参加を後押しする一方で、情報の不足や精神的な負荷が障壁となっている現状が示された。遺族の多様なニーズに応えるために、オンラインの活用や透明性の高い情報発信、そして二次被害を防ぐ専門的な配慮の重要性が明らかとなった。

キーワード：自殺、自死、遺族、自死遺族支援、修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチ (M-GTA)

問題と目的

我が国では、2000年前後の自殺者数の急増を受け、2006年に自殺対策基本法が施行された。そこでは、自殺は個人の問題ではなく社会的要因があることが明言され、以降自殺は社会問題の一つとして広く認識されるようになった。自殺対策が強化、推進されていく中で、自死遺族への支援の拡充も進められてきた。現行の自殺対策基本法（平成26年度一部改訂）では「自殺者の親族等の支援の充実を図り、もって国民が健康で生きがいを持って暮らすことのできる社会の実現」と明記されており、遺族への支援の必要性が示されている。また、自殺総合対策大綱においても、自死遺族への支援の充実のために遺族を対象とする自助グループ等の運営支援や遺族が求める総合的な支援ニーズに対する情報提供の推進などが明言されている(内閣府, 2022)。このような中で、死別体験後の遺族に焦点をあてた研究もなされてきた。死別を経験した遺族に起こり得る心身の反応について、Hansson & Stroebe(2007)は、死別反応(reaction to bereavement)として、感情や認知、行動、生理・身体の反応を整理し、特に感情では抑うつや不安などの反応が生じることを

示している。また、坂口(2022)は、こうした死別反応を「通常の悲嘆」(normal grief)とし、個人差があるものの誰しもが経験しうる正常な反応であるとしている。しかし、その一方で、悲嘆は基本的には疾患ではないとしながらも、極めて強い悲嘆が長期的に継続する場合には「遷延性悲嘆」(prolonged grief disorder)として精神科的な治療が必要であると述べている。死別に伴う一般的な反応だけでなく、自死遺族に特徴的な反応も明らかになっている。川野(2008)は、自死遺族を対象に行った調査において、半数を超える55.2%が自責の念について「いつもある」と回答している点について、自死遺族に顕著にみられる傾向であるとしている。また、坂口(2022)は、特徴的な反応として恥辱感と孤立、不安や恐怖を挙げている。恥辱感に関して、平山(2009)は日本における自殺者及びその遺族に対するスティグマの存在を主張しており、そういった背景から自死遺族が周囲から適切なサポートを受けられないという孤立感につながる可能性があるとしている(坂口, 2022)。

自死遺族の抱える困難は、上記に示した心理面等に関するものだけではない。川野(2015)は「生活上の混乱」「心身の不調」「対人関係の困難」を示している。「生活上の混乱」では、死別の際に伴う諸手続きの多さや故人の続柄によっては経済的な課題が生じる場合などが挙げられており、自死遺族が精神的身体的に回復するための物理的な時間が失われるとしている(川野, 2015)。「対人関係の困難」では、自殺者及び自死遺族に対するスティグマや恥によって、自死遺族がこれまでに示した生活面や心理、身体面における困難を解決するための援助を周囲に求めづらくしていると推察している(川野, 2015)。

このように自死遺族が抱える困難は多岐に渡り、複雑である。自死遺族支援では、心理的、身体的な支援だけでなく総合的な支援が必要である。前節で示した法的根拠に伴って、現在は自死遺族等支援に関する事業が数多く存在する。厚生労働大臣指定法人・一般社団法人いのち支える自殺対策推進センター(以下、JSCP)が作成した「自死遺族等を支えるために総合的支援の手引き(改訂版)」(以下、手引き)には、地方公共団体における自死遺族支援に関する事業がまとめられている。そこには、地域におけるネットワークの強化として、自死遺族支援に関わる関係者の関係強化や支援者人材の育成、動画やSNSでの発信等の様々な媒体を介した住民への啓発と周知、そして、同様の経験をした自死遺族同士がそれぞれの体験を相互に語り、聴き合う場であるわかち合いの会や遺族のつどい(以下、「わかち合いの会」)の開催や運営など計9つの事業が紹介されている(JSCP, 2024)。なおここでは、「わかち合いの会」について、ファシリテーターを置かず自死遺族のみで運営しているグループを自助グループ、専門家等のファシリテーターを置くなどそれ以外の形態で運営しているグループを支援グループと呼ぶこととする。「わかち合いの会」の実施状況に関しては、原見・坂口・白川(2019)が行った調査により都道府県・政令指定都市の内61.7%が実施していることが明らかになった。川野(2015)は、当事者同士が出会う場である自助グループ及び支援グループは、自死遺族支援において最も充実した大切な資源であると位置付けている。さらに、2007年に自殺対策大綱が閣議決定

されて以降、自助及び支援グループの拡充と自死遺族への周知の動きが高まり、遺族に対してこれらの自助/支援グループを紹介することは有力な支援であるとしている。

これまで示してきたように、自死による死別を体験した遺族は心理的、身体的、そして生活面や他者との関わりといった社会的な困難さを抱えている。そして、そうした自死遺族に対して法的根拠に基づいた総合的な支援の拡充が目指されている。しかし、複雑化した困難を抱え、時には誤った認識や偏見によって援助から遠ざかってしまう自死遺族が、こうした支援につながることは容易なことではない。そのような中で、支援へのつながりの過程や促進・抑止の要因に注目した研究は数少ない。

よって、本研究では自死遺族が支援グループに参加するまでの過程に注目する。そして、参加に至るまでに自死遺族が抱える思いや葛藤、そこにあった周囲の働きかけ等について、支援グループの運営スタッフへのインタビュー調査によって明らかにすることを目的とする。なお、本研究における支援グループとは、自死遺族当事者のみの交流会ではなく、専門家や職員等のファシリテーターを置いている自死遺族を対象とした「わかち合いの会」と定義する。

方法

調査協力者

研究内容及び調査内容への同意が得られた公共または民間が主催している自死遺族の「わかち合いの会」を運営している3団体に所属するスタッフ4名を調査対象者とした。

調査内容

デモグラフィック項目として、年齢、性別、所属団体における支援経験年数について尋ねた後、以下6項目について半構造化面接による調査を実施した。(1) 支援団体の設立の経緯や活動方針。(2) ご遺族の方に会の存在を認知してもらうために行っている活動。(3) 会に参加されたご遺族の方々は参加の際に、会にどのようなものを求めていると感じるか。また、会につながることでできたきっかけにはどのようなものがあったか。(4) ご遺族の方が会につながることでできた要因として、具体的にどのような人や機関による関わりがあったと考えるか。(5) ご遺族が会に参加しようと思えるまでには、どのような困難や葛藤をかかえていると感じるか。(6) 今現在支援グループに参加していない、あるいは何らかの事情で出来ていないご遺族の方で、参加しない、参加できないことの要因として知っている、または推測されるものにはどのようなものがあるか。

調査期間

2024年10月～2024年12月

調査手続き

縁故法及び特定非営利活動法人全国自死遺族総合支援センターHPにて公開されている自死遺族を対象とした支援グループに対して調査依頼を行い、研究参加への同意及び研究

成果の公表の同意が取れた団体のデータを収集した。なお、支援グループの抽出の際には、主催団体の種類（公共、民間）、実施形態（対面、オンライン）を考慮し、偏りが生じないように留意した。調査対象者から同意を取る際は、研究概要、研究参加に関わる権利事項、個人情報の保護等について記載した調査説明書の内容について了承を得た後、調査同意書への署名を得た。インタビューの所要時間は、41分～1時間12分であった。

倫理的配慮

本研究は、信州大学教育学部研究委員会倫理審査部会の審査・承認を受けて実施した（管理番号：24-10）。

分析方法

修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチ(M-GTA)を用いて分析を行った。

分析テーマと分析焦点者 本研究における分析テーマは、「自死遺族の支援グループ参加プロセス」であり、分析焦点者は「自死遺族支援グループの運営スタッフ」である。

分析手順 木下(2020)の手続きに基づき分析を進めた。M-GTAによる分析では、収集したデータを基にした概念生成、生成した概念を基にしたカテゴリーの生成、最後に関係性を示した結果図やストーリーライン作成という手順を踏む。始めに、1つのデータを選択し、逐語録全体を概観した。次に、逐語録の中で分析テーマに関連する箇所に着目し、それらが自死遺族の支援グループ参加にとって意味するものは何かを解釈し、それらを具体例とする概念を生成して分析ワークシートに記入した。分析ワークシートとは、①概念の名称、②概念の定義、③概念の具体例(バリエーション)、④分析の過程に関する記録や思考を記す理論的メモの4項目で構成され、1つの概念につき1つのワークシートの作成を行った。全調査対象者の概念生成が完了した後に、作成した分析ワークシートを用いて、概念同士の統合やより適切な概念への分割、修正等を行った。さらに、概念間比較を行い、複数概念のまとめ(カテゴリー)を作成した。最終的に概念とカテゴリーによる概念図を作成した。

具体的手順 本分析の具体的な手順を示す。ステップ0では、録音したインタビューデータを逐語データ化し、分析テーマと分析焦点者の設定及びデータとの整合性のチェックを行った。ステップ1, 2では、逐語データを熟読し、分析テーマに関連する部分から概念を抽出した。ステップ3, 4では調査対象者ごとに生成した概念の妥当性及び相互関係性を検討しつつ、類似概念等の廃統合及びカテゴリー生成を行った。そして、ステップ5では、それまでに作成した概念及びカテゴリーについて最終確認を行うと共に、カテゴリー間の関係性を検討した。

分析の過程と結果

デモグラフィック項目

調査協力者4名のデモグラフィック項目を表1に示す。支援経験年数とは、その団体

が主催している「わかち合いの会」における支援経験の年数である。

表1 調査協力者一覧

調査対象者	年齢	性別	支援経験年数(年)
A	39	男性	3
B	44	男性	1.5
C	46	女性	3
D	52	男性	10

予備的分析（ステップ0）

ステップ0では、分析データである逐語録を概観したところ「わかち合いの会」の運営スタッフからみた自死遺族が支援グループの参加に至るまでのきっかけや動機、葛藤が見て取れた。そこで、本研究の目的を踏まえて、分析焦点者を「自死遺族支援グループの運営スタッフ」、分析テーマを「自死遺族の支援グループ参加プロセス」と設定した。

発話の概念化（ステップ1）

A及びBのデータから概念の生成を試みた。発言は「」, 分析の最小単位である概念名は〈〉, 概念間比較によって生成されるカテゴリーは【】, 概念とカテゴリーの間に生成されるサブカテゴリーは『』を用いた。自死遺族の支援グループ参加プロセスという視点において文脈を分析した結果21個の概念が生成された。

発話の概念化（ステップ2）

C及びDの逐語データから、概念の生成と妥当性の検討を行った。その結果、C:17個、D:18個の、合計35個の概念が生成された。この時点での概念の総数は、ステップ1で検討した概念を含めて56個であった。

概念の統廃合（ステップ3）

逐語データから生成した計56個の概念をもとに検討を行い、概念定義及び概念名を照らし合わせて、同義であるものの統合等を行った。また、この時点で概念名の長さや抽象度が低いとされる概念の修正を行った結果、30個の概念に整理された。

概念間比較・カテゴリー作成（ステップ4）

ステップ3までに生成された30個の概念について、概念同士の相互関係を確認してカテゴリーへの統合を試みた。また、統合するにあたってカテゴリーを構成する概念の妥当性を検討し、必要に応じて適宜修正を行った。その結果、概念数は変わらず、4つのカテゴリーと6つのサブカテゴリーに統合された。カテゴリー名は、【参加の促進要因】【参加の抑制要因】【情報収集】【推測される根本的課題】であり、サブカテゴリー名は『関わりの中での内省』『他者への関心』『社会と個人の変化』『自己の内的な困難』『支援グループへの不安』『不要感に関する考察』である。自死遺族の支援グループ参加プロセスとしての大きな流れは『他者への関心』『関わりの中での内省』『社会と個人の変化』を内包する

【参加の促進要因】と『不要感に関する考察』『支援グループへの不安』『自己の内的な困難』を内包する【参加の促進要因】の2つの相互作用にあり、コアカテゴリーに位置する。そして、その他2つのカテゴリーは、コアカテゴリーと現実的な側面を結ぶカテゴリーとなった。

確認的分析（ステップ5）

ステップ4までに生成した概念及びカテゴリーの最終確認を臨床心理学の専門家と共に行った結果、修正は不要と判断し、結果図及びストーリーラインの作成を行った。最終的に生成した概念及びカテゴリーとその具体例を表2に示す。

概念図の作成

生成されたカテゴリーと概念の関連を分析した結果、自死遺族の支援グループ参加のプロセスとして図1のモデルが得られた。

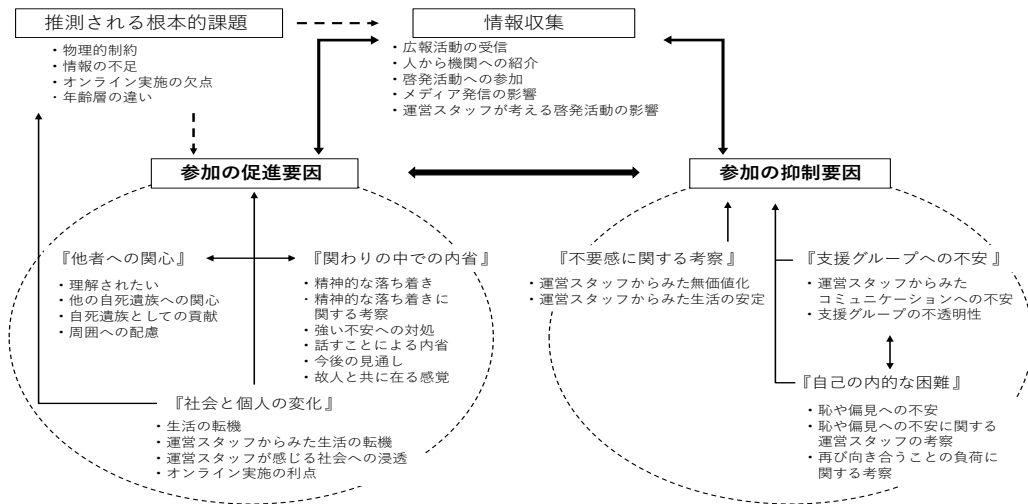


図1 自死遺族における支援グループへの参加プロセス

ストーリーライン

自死遺族の支援グループ参加プロセスでは、支援グループへの参加に至る動機やきっかけを含む【参加の促進要因】と自死遺族が抱える不安や困難を含む【参加の抑制要因】が中核を成しており、現実場面での【情報収集】を行いながら、その関係性の中で支援グループへの参加の判断を行っている。その一方で、その関係性を阻害する【推測される根本的課題】を抱えている場合には、支援グループへの参加が困難になると考えられる。

プロセスのコアカテゴリーとなる【参加の促進要因】は『他者への関心』『関わりの中での内省』『社会や個人の変化』の3つのサブカテゴリーから構成されている。

『他者への関心』は〈理解されたい〉〈他の自死遺族への関心〉〈周囲への配慮〉などの概念が含まれるが、これらは自死遺族が支援グループに参加する動機として、自死遺族同

表2 生成されたカテゴリーとサブカテゴリー及び概念名と具体例

カテゴリー	サブカテゴリー	概念名	具体例（パリエーション）
参加の促進要因	関わりの中での内省	精神的な落ち着き	・ご自身の中で心が落ち着いたタイミングじゃないけど、そういうご本人たちの中でのタイミングで、こう、自ら調べに入ろみたいな感じの方が聞かなくとも思いますがねえ(B-3)
		精神的な落ち着きに関する考察	・ただの印象です、これは、心理的な印象感じがする(C-20)・多分1年くらいって自分の経験からすると、どうしてなんでみたいなのの方が一番多くて、その後にもう少し自分の生活と死別をどういうふうに行き並んで生きていくかみたいなところなんじゃないかなと思うんですね(C-21)
		強い不安への対処	・とにかくほかの人がどうしているのを知りたい、このつらい時期をどう乗り越えたのを知りたいという気持ちの人は逆に早く来るね、今がしんどいから(A-6)・わけわからず苦しいからという人もいる(C-19)・一人でいたまれないという気持ちの方もいます(B-8)
		話すことによる内省	・自分の家族との関係でちょっともう一回考え直したいみたいなことを求めて来られる方は時間が経つてからの人もいるだろうし(A-9)・ああ、こんなものがあつたんだ、じゃあ今までのこの気持ちを全部出してみたいいなことをそこでする方もいらっしゃる(B-17)
		今後の見通し	・つらい思いを毎日されている遺族の方っていうのは、見通しが持たないというか、このままこういう気持ちでどのように続いていくのかとか、不安というかな、見えないところでいろいろ思いをなされている方がいるので(B-7)・自分しかこんなこと思っていないんじゃないかとか、こういうことかと思ってしまう自分がおかしいんじゃないかみたいなことで参加されていても、似たような、20代、30代とかの似たような年代で話すことによっても、自分だけじゃないんだという方の感想が一番多かったりとかする(C-9)
		故人と共に感じる	・亡くなった方に思いを馳せて一緒に生きていたいというように、心にも、思っていて生きていきたいという方もいらっしゃる(B-8)
		理解された	・本当に同じ境遇の人たちと安心して話をしたい、やっぱり身近なところだとそういう話ができないという方が多いので、同じ方たちじゃないと話せないというところでは、そういうところに来たいということをよく聞きますね(B-5)・友人なんかで明らかに聞いてくれたりとか、家族でも話せないというケースで苦しくなってしまう方もいらっしゃるんですけど(B-11)
		他の自死遺族への関心	・自分以外の人がどうしているのかって、どういふような生活、毎日過ごしているのかっていうところで、知りたい、共感したいという思いも聞きます(B-6)・(団体名)に来られる方は、同年代でっていうふうにおっしゃる方が多いので、自分と似たような経験をたした人たちがどう考えているのか、どう思っているのかっていうのが、焦点がそこにあるのになんか感じてしまうんですけど(C-30)・皆さん、どうしてなのか、この先どうなっていくのかっていうところで、話を聞いてみたいという方もいらっしゃる(C-41)
		自死遺族としての貢献	・与えたい人もいらっしゃるの。今までの自身の経験を、後輩という方たちに伝えていきたいという思いで来られる方もいらっしゃる(B-26)・うちが学び、学びを提供しているグループなので、最初は入り口がですね、大体自分が誰かのためにできないかと学びに来られるんですけど、入り口としては(B-44)
		周囲への配慮	・聞いてくれると周囲の人、でもやっぱり同じことを繰り返している自分について、何回もそれに付き合わせてしまうのが申し訳ないし、迷惑かけちゃうんじゃないか。本人が迷惑かけちゃうというふうにも思っていて、それを専門に聞いてくれるようなところを探している(B-12)
参加の抑制要因	社会と個人の変化	生活の転機	・小さいときにお父さんを亡くされた方が、自分が親になって20年くらいたってから、自分のお子さんに対しての、なんか心配がいろんな不安を覚えてしまつて来られた方もいらっしゃる(B-13)・10年経って、すごい何か今、やっとなんかこう、心がざわつたからみたいな話もあります(C-15)
		運営スタッフが感じる生活の転機	・今12月だからクリスマスが近づくと、今年の瀬が近づくとか、切り替わる時に、やはり自分の経験もそううまくいかないんですけど、揺れることがある。ご自身のイベントごとと近いとか、記念日反応とかよく言われるかと思うんですけど、そういったところのタイミングだった(C-8)・10年経った、20年経ったっていう時に、大丈夫だって思ってた方たちが来てくれると思うんですけど、推測ですけどね、大丈夫だと思っただけでも、10年経てると実は大丈夫じゃなかったみたいなところがあったりとか(C-34)
		運営スタッフが感じる社会への浸透	・Twitterで検索してみた、みたいな人もいますね。で、ほかの自治体の自死遺族交流会の情報が出てきて、某県にもないのかなと思って調べて、某県にもあったら申し込んでみたみたいな人もいたような気がするんですね(A-15)・所謂、国から推奨として自治体に言われるようになってきているので、そのハードルがちょっとずつ変わってきているというのがあるんですけど(B-3)・多分「自死遺族」とか「自殺 どうして」とか「家族」とか、一応検索キーワードとかも見たりはするんですけど「自殺 家族」「自死」ってことで最近音より多くなったと思うんですけど、そういうのと検索したりとすると、手記が出てきて分ち合いっていうものをやっているんだみたいなところで、そういうものもあるかな(C-17)・でも最近検索するグループっていう言葉が結構引かかってくるので、結びつくようになってきているというのがある(B-30)
		オンライン実施の利点	・突然行きたくなくなっても、すぐこう、気持ちを切り替えてやめちゃうみたいなこともできるので、そのハードルはすごい低いんじゃないかなと、参加するハードルが(C-26)・対面で知れなかったっていう人は、(団体名)の場合はオンラインで結構各地なので、全国から、海外からも来られる場合もあったりするんじゃないかなので、バテしてしまうとかそういうところで、来れないかなって聞いたことはないかなと思います(C-37)・インターネットはその点で言うと、その精神的なものとか身体的なハードルを少し下げられる可能性はある(B-35)
		自己の内面的困難	・その場でだったり、その道中なのかもしれないですけど、知り合いの人にあつてしまつて、こう、何かの疑念をもたれるとか、そういうようなことを知られたり、どうかっていうようなところの不安を感じるっていう方とか、聞いたりしますけど、(B-18)・南とかに居る方が北の会場の方に来られたりする方も結構多いんですけど、逆に北の方が南の方に行っている方も結構多いので、そう思っている方もいるんじゃないかな(B-32)・だからやっぱり知られたくないということがあるので、外に出ない、人前で語るっていうことはばかされる(B-32)
		偏見や恥への不安	・周りからだけの偏見というよりは自分が思っているその偏見とかイメージとか、そういうイメージで度々見られるんじゃないかと思ったときには、行きつらさ、あ、場に行くって意味の行きつらさ、まあもちろん、生きるという意味での生きつらさも両方あるけれど、つながるっていう可能性はたぶんあるんじゃないかな(A-21)・田舎だったらなおのことそうなんですけども、市役所が主催している分ち合いの会、自死遺族の方の場があつたとしても、市役所の職員が、自分が知っている人だかというように思うと、田舎はむしろ地域に行かないですね(B-4)
		偏見や恥への不安に関する考察	・良い言い方じゃないけど、ちょっと怪我はする可能性があるわけ。来たら、でもそのちょっとの怪我も耐えられるんじゃないかと思つたときには、行きたら、それは来れないと思つたよね。リスクが大きすぎるというか、ノーリスクな場ではないと思つたよね(A-29)・少しでもこう見通しが良くなったとか気持ちの改善ができるかどうかという不安なところがあったりもするけども、それがあまり上手いじゃないかなと、逆にマイナスになつちゃうんじゃないかかっていうような、不安(B-20)・向き合いたくないのはあるのかなと思うんですけど、今自分の生活が崩れてしまつて、(C-31)・自死遺族という事実だけじゃなくて、それに対するトラウマみたいなものが起きていて、思い出せない、思い出せない、語りたくない、語りたくないにモチベーションがつかない、という人もいますね。語ることも怖い(B-39)
		再び向き合うことの負担	・その会場でうまく自分が気持ちを吐き出したら、単純にそこでうまくコミュニケーションをとれるかとか、そういうようなことで、単純にちょっと苦手というか、うまくできるかなという思いの方もいらっしゃるかもしれませんが(B-22)・何喋っていいかわからないとか、苦しくて喋れないとか、(C-39)・周りの人に傷つけられた経験もされることが多いので、新たな場所でも自分が傷つんじゃないかという恐れを抱いている可能性もあると思います(B-42)
		支援グループへの不安	・特に初めてだとどういった会があるのか、どういふ人がいるのか分からないところで参加する。結構そういう緊張をされる、本数分前まで緊張されるっていう方とかもいらっしゃるし(C-27)・分ち合いとかいのはどういふものなのかわからない方が一番圧倒的に多くて、それが不安だというふう(C-28)
		不要感に関する考察	運営スタッフからみた生活の安定
		運営スタッフからみた無価値化	・来たところで何の意味があるみたいな気持ちを抱く人ばもしかしたら来ない方の中にはいらっしゃるかもしれない、(A-20)・分ち合いの会に意義を見出していないという人もいます(B-40)
情報収集	広報活動の受信		・ここ最近多いのは、やっぱりHPを自ら見てっていうのが半分くらいですかね(B-1)・専らみんなネットですぐ検索できるから、HP率が高いですね(A-3)・みんなインターネットで見てきているようなことが多いみたい(C-6)・おそらくXを見てきているだろうという人を全体の、どうですかね、半分いるかわからないですけども、4分の1くらいはいるかもしれないですね、少なくとも(B-17)
	人や機関からの紹介		・主治医の先生に紹介されたっていうのもありますね(B-2)・市町村の保健師さんから紹介してもらつたっていう人もたまにいたりとか(A-2)・学校の相談室から紹介してもらつたとかカウンセラーさんに紹介してもらつたりとか、確かあった(C-22)
	啓発活動への参加		・自死遺族の講演会、毎年じゃないですけど、年によっては一般市民の方にも公開しているの、それは逆に市民の方の目にも触れるところにチラシを掲示して欲しいというところで、自治体の関係者の方とかにお願いを、まあ多くはないけど、実際に参加された方もいらっしゃるし(C-25)・僕自身が本を書いているので、その本の中に、本の裏側にQRコードを出しているのでもうこれに来られる方も結構いる(B-18)
	運営スタッフが考える啓発活動の影響		・自分なりにちょっと整理をしながら、なんかいろいろ考えた本を讀んだり、やっぱり話すの大事なのかなみたいな、そういう段階を経ると(B-25)
	メディア発信の影響		・映画見てきたって人もいますし、映画で分ち合いという場を見てきたとかっていうのもある(C-13)・宇多田ヒカルさんが自分もそういう遺族の集会に来たことがあつたみたいなことを多分NHKなんかで話されてそれで来たって人もいましたね(C-14)
	物理的制約		・地理的に会場が遠いとか交通手段がないことで来れないっていう方もいらっしゃるだろうし(B-27)・体のお怪我とかか病気がかかるとなつて来れない状態になつてしまつている方もいらっしゃるだろうし(B-28)
	情報の不足		・知ることができないとか、存在を知らなかった人は知らなかったら早く来たかもしれないけど、結果何年かかつたみたいな人もいますから(A-10)・少なくとも年齢の方については、検索という手立てがなかなかないので、そういう人たちはこういう取り組みがあるというところもあんまりないというのがある(B-28)
	オンライン実施の欠点		・インターネットという慣れない人からすると、そこハードルを感じるというケースもありますね(B-36)・顔出しを気にされる方は確かにいるんですけど、うっさきやぐまですみかみみたいなところは何かあつたりとか、それがネガティブなところであるし(C-25)
	年齢層の違い		・まだ若いんだらどうか、違う言葉がかけられてしまうとか、アドバイスをされてしまうとかっていうところもあつて、そこで行きつらかったというお話もよく出ていたんですよね(C-2)・当時は年齢が全く区別されない分ち合いばかりだったので、その中で話さばらだつたりっていう声があるというところ(C-5)

士のコミュニケーションや関わりを志向していることが考えられる。〈他の自死遺族への関心〉では特にその特徴が表れており、「自分以外の人がどういう思いをして、どういうような生活、毎日を過ごしているのかっていうところで、知りたい、共感したいという思いも聞きます。」(B-6)というような語りで表現されている。また、〈周囲への配慮〉では、「聞いてくれると周囲の人。でもやっぱり同じことを繰り返している自分がいて、何回もそれに付き合わせてしまうのが申し訳ないし、迷惑かけちゃうんじゃないか。本人が迷惑かけちゃうというふうに思って、それを専門に聞いてくれるようなところを求めて」(D-12)という実情が示されている。自死遺族支援という視点では、支援グループだけでなく社会一般的に自死遺族を受け入れていく姿勢やリテラシーが必要であると考え、自死遺族当事者の視点も含めた際には、同じ自死遺族として集まる場があることに意義があることを示唆している。また、それとは対照的に〈理解されたい〉では、「友人なんかで明らかに聞いてくれないとか、家族でも話せないというケースで苦しくなるといふ方もいらっしゃるんです。」(D-11)のように周囲に相談できずに参加に至るケースも示された。〈理解されたい〉では、相談できる誰かに自分の胸の内を明かしたいという動機が含まれているが、これは他者を求めると同時に、自己の内面にも目を向けており、他者との関わりを通して自分自身と向き合うことを含んだ『関わりの中での内省』に繋がっていると考え。このサブカテゴリーは、他者に対して自分自身の思いを語ることによって、自分自身や周囲の人々との関係性を改めて見つめ直そうという動機を表しており、〈話すことへの内省〉における「自分の家族との関係でちょっともう一回考え直したいみたいなことを求めて来られる方は時間が経ってからの人もいるだろうし」(A-9)という語りからも示されている。また、自分自身と向き合う中で、〈今後の見通し〉の「つらい思いを毎日されている遺族の方っていうのは、見通しが持てないというか、このままこういう気持ちがどのように続いていくのかとか、不安というかね、見えないところでいろいろ思いをなされている方がいるので、」(B-7)という語りから表される不安を抱えており、同じ自死遺族と関わっていくことで今後の見通しを持とうとする動きが見られる。このような部分は『他者への関心』と繋がるものであり、各サブカテゴリーあるいはその相互作用によって自死遺族は支援グループへの参加が促進されると考える。

そして、『社会や個人の変化』は〈運営スタッフが感じる生活の転機〉〈運営スタッフが感じる社会への浸透〉等の概念を含み、個人レベルや社会レベルでの外的な変化によって支援グループへの参加が促進されることを示している。〈運営スタッフが感じる生活の転機〉では、「今12月だからクリスマスが近づくとか、今年の瀬が近づくとかっていう時に、切り替わる時に、やはり自分の経験もそうかもしれないですけど、揺れることがある。ご自身のイベントごとと近いとか、記念日反応とかよく言われるかと思うんですけど、そういうところのタイミングだったり」(C-8)という形で参加に至る経緯が考察されている。特定の出来事や日付、生活の中での役割の変化等をきっかけとしているため、自死遺族が

支援グループに参加するタイミングが個人によって様々であることが改めて示された。これに対して、支援団体がアプローチしていくことは難しいが、本研究におけるインタビューの中では継続的な支援とその周知が必要であることも述べられており、支援グループにはどんな時でも自死遺族が頼れる居場所としての役割があると考えられる。また、〈運営スタッフが感じる社会への浸透〉では、「所謂、国から推奨として自治体に言われるようになってきているので、そのハードルがちょっとずつ変わりつつあるというのがあるんですね。」(D-3)という語りで示されたように、国や自治体を中心となって自死遺族支援を進めていることによって、自死遺族支援そのものの入り口が広がると共に、社会全体のリテラシーを高めることにも繋がると考えられる。そのため『社会や個人の変化』が【参加の促進要因】全体を底上げする形となっており、支援の拡充や社会の発展は【推測される根本的課題】の低減にも寄与するのではないかと考える。

もう一方のコアカテゴリーとなる【参加の抑制要因】は、『自己の内的な困難』『支援グループへの不安』『不要感に関する考察』の3つのサブカテゴリーから構成されている。

『自己の内的な困難』には〈偏見や恥への不安〉〈再び向き合うことの負荷〉等の概念が含まれており、支援グループに参加する際に周囲に知られることへの不安や、辛い体験を再び想起することによる精神的・身体的な負荷についてまとめたものである。〈偏見や恥への不安〉では、「南とかにいる方が北の会場の方に来られたりする方も結構多いですし、逆に北の方が南の方に行くって方も結構多いですので、そう思いをしていらっしやるってところもあるんじゃないかな」(B-32)と語られたように、周囲の人に知られることを回避する動きが示された。また、〈再び向き合うことの負荷〉では、死別体験と再び向き合うことによる精神的・身体的な負荷が多く語られている。しかし、その一方で、『社会と個人の変化』の中の〈オンライン実施の利点〉の中で、「対面で知られたくないっていう人は、(団体名)の場合はオンラインって結構各地なので、全国から、海外からも来られる場合もあったりするぐらいなので、バレてしまうとかそういったところで、来れないかなって聞いたことはないかなと思います。」(C-37)、「突然行きたくなくなっても、すぐにこう、気持ちを切り替えてやめちゃうみたいなこともできるので、そのハードルはすごい低いんじゃないかなと、参加するハードルが」(C-26)と語られており、オンラインを利用することで解消されるといった側面もある。

『支援グループへの不安』は、支援グループの活動内容や実情が分からないことや、コミュニケーションへの不安が含まれている。特に〈支援グループの不透明性〉において、「特に初めてだとどういった会があるのか、どういう人がいるのか分からないところで参加する。結構そういった緊張をされる、本当数分前まで緊張されるっていう方とかもいらっしやったりもしている」(C-27)という語りもされており、支援グループの特徴上初対面の人と出会ってすぐに自分の話をする事となり、そういった部分への抵抗感が示された。また、上記2つのサブカテゴリーに関して、〈再び向き合うことの負荷〉で「少しでもこう

見通しが良くなったりだとか気持ちの改善ができるかどうかというような不安なところがあったりもするけども、それがあまり上手くいかないかもしれない、逆にマイナスになっちゃうんじゃないかっていうような、不安」(B-20)といったことや、〈支援グループへの不安〉で「何喋っていいかわかんないとか、苦しくて喋れないとか。」(C-39)といったことが示された。これは自己の内的な困難と支援グループへの不安を行き来しているような状態があると考えられ、2つのサブカテゴリーはお互いの延長線上にあるという位置づけにあると考えられる。

『不要感に関する考察』では、〈運営スタッフからみた生活の安定〉の概念として、現状の生活が安定しているからこそ、支援グループへの参加は必要ないとするケースが示された。また、〈運営スタッフからみた無価値化〉では「来たところで何の意味があるみたいな気持ちをお持ちの人はもしかしたら来ない方の中にはいらっしゃるかもしれない、」(A-20)といったような支援グループへの参加を悲観的に捉えている可能性も示された。

中心カテゴリーと密接に関りをもつ【情報収集】カテゴリーでは、インターネット検索や複数の公的機関からの紹介等、自死遺族が支援グループに参加するまでに得た情報源についてまとめたものである。カテゴリーを構成する〈広報活動の受信〉において「専らみんなネットですぐ検索できるから、HP率が高いですね。」(A-3)、「おそらくXを見てきているだろうという人を全体の、どうですかね、半分いるかわからないですけども、4分の1くらいはいるかもしれないですね、少なくとも。」(D-17)ということが示されており、インターネットの発展に伴い、情報源はインターネットが主流になっていることが明らかとなった。加えて、【参加の促進要因】の中の〈運営スタッフを感じる社会への浸透〉で、「でも最近は検索すると、死別で検索するとグリーフという言葉が結構引っかかってくるので、結びつくようになってきたというのはあるので。」(D-30)と語られているため、インターネット上での情報の送受信は非常に重要な役割を持つことが考えられる。

最後に、自死遺族を支援グループから遠ざける要因として【推測される根本的課題】の存在がある。このカテゴリーには、〈物理的課題〉〈情報の不足〉〈オンライン実施の欠点〉〈年齢層の違い〉の4概念が含まれている。そして、これらの課題を抱えた場合には、【情報の収集】が困難になることや【参加の促進要因】が阻害される可能性があるという意味で、結果図では、点線矢印を用いて関係を示した。

考察

自死遺族支援への実践的活用の可能性

本研究で明らかになった自死遺族の支援グループ参加プロセスを踏まえ、自死遺族支援という視点からの活用の可能性について考察する。

【参加の促進要因】において、サブカテゴリーとして『関わりの中での内省』及び『他者への関心』が生成されたことは、自死遺族が少なからず他者とのコミュニケーションを

志向していることを意味している。この点について、自死遺族が抱える自責の念は故人とのコミュニケーションを動機づけるが、故人は亡くなり、応答が欠如しているために、更なるコミュニケーションへの動機づけされると推察されている(川野, 2009)。自死遺族のコミュニケーションへの動機づけが高まり、他者との関わっていく中で、二次的な傷付き体験が起こる危険性についても述べられており、自死遺族支援団体職員や自死遺族当事者からは高いソーシャルサポートを受けながらも少なからず二次的な傷付き体験があったことが示されている(川野, 2009)。そのため、『関わりの中での内省』や『他者への関心』といった動機づけによってコミュニケーションを志向した自死遺族が、支援グループに参加した際に、二次的な傷付き体験を最低限にする配慮や対策が必要である。それは、支援グループの質的側面に関わることであり、運営スタッフによる受容的な態度や場の雰囲気作りだけでなく、専門的なスキルが求められる。勿論、支援グループにはそれぞれのスタンスが存在するが、運営スタッフだけでなく、会に参加する自死遺族当事者であっても語り手に対する十分な配慮をしていく必要がある。

【参加の抑制要因】では、『支援グループの不透明性』がサブカテゴリーとして生成された。この不透明性に対して、支援グループは活動内容や実態をオープンにしていくことが望まれている。しかし、今回のインタビューでも広報の範囲や対象に関して自死遺族支援は慎重にならざるを得ないということが語られた。勿論、公開できる範囲での継続的な広報活動や参加前のインタビュー面接によって解消される部分ではあると思うが、ここでは広報の対象とそれに合わせた媒体の使用が重要であると考え。死別発生から間もない自死遺族を対象とした先行研究から、同じ自死遺族でも続柄や故人との関係性によって求める支援が異なることが示されている(高井ら, 2019)。今回のインタビューでも、支援グループの形態に対する要望もさまざまであることが語られた。そういったことを踏まえ、特定の対象に対して、その年代や生活状況等を加味した適切な情報発信を継続的に行うことが支援グループの不透明性の解消につながっていくのではないかと考える。

最後に、自死遺族による「わかち合いの会」において、支援という側面だけではないことを周知していくことが重要であると考え。【参加の促進要因】には、〈強い不安への対処〉などの苦しい状況から支援グループに参加しようとする経緯もあるが、支援グループに参加することで故人を思い出し、また一緒にいる感覚になるといった〈故人と共に在る感覚〉といったものも存在した。「わかち合いの会」はあらゆる動機からの利用が許容され、それは支援という言葉に収まらないものもあると考え。本研究でも支援グループという言葉を用いているため、支援者から被支援者に何かを与えるというイメージが先行するが、それだけにとどまらず、今が充実していても話ができる、なんとなく来てみたということが許容される場であることが、自死遺族にとって居場所となるのではないかと考える。

本研究の限界点と今後の展望

本研究の限界点として、分析テーマを自死遺族の支援グループ参加プロセスとした際に、調査対象者であり分析焦点者が自死遺族当事者ではないことがあげられる。本研究で作成した理論はあくまで運営スタッフを通じた自死遺族の支援グループ参加プロセスであり、自死遺族の支援グループ参加プロセスとは異なる部分がある。一方で、運営スタッフに調査することによって得られたであろう視点も存在するため、支援グループを巡っては、運営スタッフと自死遺族の両者の視点が必要であると考えられる。

付記

本研究は、信州大学教育学部に提出した卒業論文を加筆・修正したものである。

引用文献

- 原見美帆・坂口幸弘・白川教人 (2019). 全国都道府県・政令指定都市における自死遺族支援事業の実態調査報告 自殺予防と危機介入, *39(1)*, 118-123.
- Hansson, R. O. & Stroebe, M. S. (2007). *Bereavement in late life: Coping, adaptation, and developmental influences*. American Psychological Association, 9-24
- 平山正実 (2009). 二次被害の回避とその留意点 清水神二(編) 現代のエスプ 501 封印された死と自死遺族の社会的支援 サイエンス社 pp.85-112.
- 川野健治 (2008). 自死遺族当事者の悲嘆およびケアへのニーズに関する調査研究 自殺未遂者および自殺者遺族等へのケアに関する研究, *37-46*.
- 川野健治 (2009). 自死遺族の悲嘆と期待されるコミュニケーションの欠如 ストレス科学, *24(1)*, 24-32.
- 川野健治 (2015). 自死遺族への支援 精神保健研究, *61*, 5-12.
- 木下康仁 (2020). 定本 M-GTA—実践の理論化をめざす質的研究方法論
- 厚生労働大臣指定法人・一般社団法人いのち支える自殺対策推進センター (2024). 自死遺族等を支えるために総合的支援の手引き(改訂版) Retrieved March 31, 2026, from <https://jsecp.or.jp/>
- 内閣府 (2022). 自殺総合対策大綱(本文) Retrieved March 31, 2026, from <https://www.mhlw.go.jp/content/001000844.pdf>
- 坂口幸弘 (2022). 増補版悲嘆学入門 昭和堂.
- 高井美智子・川本静香・山内貴史・川野健治・小高真美・福永龍繁・松本俊彦・竹島正 (2019). 自殺発生から間もない遺族に求められる支援の探索的検討—心理学的剖検研究における自死遺族の語りから— 自殺予防と危機介入, *39(1)*, 124-131.

信州大学総合人文社会科学研究科心理教育相談室 令和7年度業務内容のあらまし

1 心理教育相談室規則・心理教育相談室運営委員会規則

信州大学総合人文社会科学研究科心理教育相談室内規

(趣旨)

第1条 この内規は、信州大学大学院総合人文社会科学研究科規程（令和2年信州大学規程第325号）第5条の規定に基づき、信州大学大学院総合人文社会科学研究科（以下「研究科」という。）に置く心理教育相談室（以下「相談室」という。）に関し必要な事項を定める。

(目的)

第2条 第2条 相談室は、心理臨床に関する高度専門職業人養成のための教育訓練を行うとともに、心理臨床に関する地域からの相談（以下「相談」という。）に応えるため、心理臨床における実践的な教育及び研究の推進に寄与することを目的とする。

(業務)

第3条 相談室は、次の各号に掲げる業務を行う。

- 一 相談に関すること。
- 二 心理臨床及びその周辺領域に係る学術調査・研究並びにその発表と刊行に関すること。
- 三 臨床心理学の実践的活動とそれに基づく理論の体系化に関すること。
- 四 研究科総合人文社会科学専攻心理学分野臨床心理学コース（以下「臨床心理学コース」という。）の臨床心理実習の指導に関すること。
- 五 学校及び地域社会等へのコンサルテーションに関すること。
- 六 その他相談室に必要な業務に関すること。

(組織)

第4条 相談室は、次の各号に掲げる者を置く。

- 一 相談室長
- 二 相談員
- 三 相談研修員
- 四 その他の職員

(運営委員会)

第5条 相談室に、相談室の運営に関する重要事項を審議するため、信州大学大学院総合人文社会科学研究科心理教育相談室運営委員会（以下「運営委員会」という。）を置く。

2 運営委員会に関し必要な事項は、別に定める。

(相談室長)

第6条 相談室長は、相談員の互選により定め、研究科長が委嘱する。

2 相談室長は、相談室の業務を掌理する。

3 相談室長の任期は、1年とする。ただし、再任を妨げない。

4 相談室長に欠員を生じた場合の後任の室長の任期は、前任者の残任期間とする。

(相談員)

第7条 相談員は、次の各号に掲げる者のうち、相談に関する学識及び経験を有する者をもって充てる。

一 研究科総合人文社会科学専攻に所属する専任教員

二 研究科長又は副研究科長が特に必要と認めた者

2 相談員は、運営委員会の推薦に基づき、研究科長が委嘱する。研究科委員会は、研究科長の求めに応じて、審議し、意見を述べることができる。

3 相談員の任期は、2年とする。ただし、再任を妨げない。

(相談研修員)

第8条 相談研修員は、臨床心理学コースに在籍する学生をもって充てる。

2 相談研修員は、相談員の指導を受け、相談員が行う業務の補助をする。

(相談の種類)

第9条 相談室は、第2条の目的を達成するために、次の各号に掲げる相談を行う。

一 初回面接

二 継続面接

三 遊戯療法・行動トレーニング

四 保護者面接

五 家族面接

六 集団面接

七 コンサルテーション

八 心理査定

九 個人スーパーヴィジョン

(相談の実施)

第10条 相談は、研究科の教育研究に支障を生じるおそれがないと認められる場合に限り、行うことができる。ただし、相談室長を含む相談員2名以上の合議に基づき、相談室運営に著しい支障をきたすと判断される場合には、相談を中止することができる。この著しい支障をきたすと判断される場合については別に定める。(相談の申込み)

第11条 相談を申し込もうとする者は、所定の申込書を相談室長に提出し、その承認を得なければならない。

(相談料金)

第12条 前条の承認を得た者は、相談の種類に応じ、信州大学諸料金規程（平成16年信州大学規程第111号）第2条に規定する相談料金を納付しなければならない。

(事務)

第13条 相談室に関する事務は、教育学部事務部において処理する。

(その他)

第14条 この内規に定めるもののほか、相談室に関し必要な事項は、研究科長が別に定める。研究科委員会は、研究科長の求めに応じて、審議し、意見を述べることができる。

附則

- 1 この規則は、令和2年9月11日から施行し、令和2年4月1日から適用する。
- 2 この内規施行の際、現に信州大学大学院教育学研究科心理教育相談室内規第4条に規定する相談室長及び相談員である者は、第6条及び第7条の規定にかかわらず、引き続き相談室長及び相談員としてその任期を継続する。

信州大学大学院総合人文社会科学研究科心理教育相談室運営委員会内規

(趣旨)

第1条 この内規は、信州大学大学院総合人文社会科学研究科心理教育相談室内規（令和2年9月10日総合人文社会科学研究科代議員会決定）第5条第2項の規定に基づき、信州大学大学院総合人文社会科学研究科心理教育相談室運営委員会（以下「運営委員会」という。）の組織及び運営に関し必要な事項を定める。

(審議事項)

第2条 運営委員会は、次の各号に掲げる事項を審議する。

- 一 信州大学大学院総合人文社会科学研究科心理教育相談室（以下「相談室」という。）の運営に関すること。
- 二 相談室の事業計画に関すること。
- 三 相談室の予算及び決算に関すること。
- 四 相談料金に関すること。
- 五 その他相談室の運営に関し必要な事項に関すること。

(組織)

第3条 運営委員会は、次の各号に掲げる委員をもって組織する。

- 一 相談室長
- 二 信州大学大学院総合人文社会科学研究科総合人文社会科学専攻に所属する専任教員のうちから選出された者3人
- 三 その他相談室長が必要と認める者若干名

- 2 前項第2号に規定する委員の任期は、2年とする。ただし、再任を妨げない。
- 3 第1項第2号に規定する委員に欠員が生じた場合の後任の委員の任期は、前任者の残任期間とする。

(委員長)

第4条 運営委員会に委員長を置き、相談室長をもって充てる。

- 2 委員長は、運営委員会を招集し、その議長となる。
- 3 委員長に事故があるときは、委員長があらかじめ指名した委員が、その職務を代行する。

(議事)

第5条 運営委員会は、委員の過半数の出席がなければ、議事を開くことができない。

2 運営委員会の議事は、出席委員の過半数をもって決し、可否同数のときは、議長の決するところによる。

(委員以外の者の出席)

第6条 運営委員会が必要と認めたときは、運営委員会に委員以外の者の出席を求め、その意見を聴くことができる。

(庶務)

第7条 運営委員会の庶務は、教育学部事務部において処理する。

(雑則)

第8条 この内規に定めるもののほか、運営委員会の運営に関し必要な事項は、別に定める。

附 則

この内規は、令和2年9月11日から施行し、令和2年4月1日から適用する。

2 令和7年度心理教育相談室構成員

相談員：奥村真衣子，上村恵津子，篠田直子，島田英昭，下山真衣，高橋知音（室長），高橋 史，茅野理恵，水口 崇，三谷絵音，宮地弘一郎，三和秀平，向井秀文

相談研修員：総合人文社会科学研究科心理学分野臨床心理学コース大学院生

事務：高柳正恵

3 令和7年度心理教育相談室運営委員会構成員

高橋知音（委員長），篠田直子，高橋 史，茅野理恵，向井秀文

4 心理教育相談室の業務

(1) 相談業務

① 外来クライアントに対する相談

相談受付は平日の午前 10 時 30 分から午後 14 時 30 分まで。受付電話番号は、026-238-4038。面接は月曜日から金曜日（祝祭日を除く）の午前 9 時から午後 17 時までに行っている。

② 相談受理および面接展開

次のステップで進める。

- a. 原則として心理教育相談室にて、事務局がクライアントからの電話申し込みにて相談を受けつける。その際「1 週間程度で心理教育相談室から返事をする」と応える。
- b. その後、事務局から相談員に受諾またはスーパーバイズの可否を問い合わせる。
- c. スーパーバイズが可の場合、相談室研修員にスーパーバイザーを連絡し、受諾の可否を問い合わせる。相談担当者は直接相談申込者に連絡をし、面接設定を行う。なお相談担当者が相談室研修員（大学院生）の場合は、原則としてインテークは相談室研修員陪席下でスーパーバイザーが行い、次回からどのような形態で相談をするかを面接申込者と話し合い決める。
- d. その結果、相談の形態は次の 4 つの形態になることが予想される。
 1. 相談員が直接相談を担当する。
 2. 相談室研修員がスーパーバイザーについて相談を担当する。
 3. 相談員と相談室研修員が同時に面接を担当する（例：親子並行面接の場合、相談員が保護者の相談を受け、相談室研修員が子どもの遊戯療法を担当する）
 4. 学部長により相談員として委嘱された上記相談員以外の臨床心理相談に関する学識及び臨床経験を有する者が直接相談を担当する。

③ 相談料金

初回面接・家族面接等が 3,000 円、継続面接等が 1,000 円～2,000 円、心理検査が 1,000 円～3,000 円とする。

(2) 教育業務

① 総合人文社会科学部心理学分野臨床心理学コース在籍の大学院生に対する研修

臨床心理士養成ならびに公認心理師養成カリキュラムに沿って、相談研修員（臨床心理学コース在籍の大学院生）に対する教育研修を行う。具体的には、相談研修員は毎月 1 回程度実施する事例検討会への参加、および個別のスーパービジョンを受けることにより教育研修を深める。

(3) 地域への成果の還元

① 『信州心理臨床紀要』の発行

心理教育相談室の成果を公刊し、オンライン・ジャーナルとして公開する。当面、『信州

心理臨床紀要』は年1回とする。そのため編集委員会を設置する。編集委員長のもとで、編集計画、執筆依頼、出版に関する実務、講演の記録・編集〔相談室研修員が担当〕、校正〔執筆者に依頼〕等の業務を進める。編集委員長は心理教育相談室関係教員の互選により決める。当面その任期は2年とする。ただし再任を妨げない。

(4) 広報活動

① 「心理教育相談室」ホームページの運営

以下の URL において運営を行っている。

<https://www.shinshu-u.ac.jp/faculty/education/course/psychology/sodan.html>

5 連絡先

信州大学総合人文社会科学研究科心理教育相談室

380-8544 長野市西長野 6 ー口

電話 : 026-238-4038

メール : e-sodan@shinshu-u.ac.jp

(文責 高橋知音)

令和7年度心理教育相談室活動報告

信州大学総合人文社会科学研究科心理教育相談室(以下「相談室」)における、令和7年4月1日～令和8年3月31日までの活動の概要について報告する。

I 相談室の歩み

信州大学総合人文社会科学研究科心理教育相談室は、当初教育学部教育相談室として平成12年4月1日に発足した。教育学部の地域サービスの一環として設置されたこともあり、開設当初は教育臨床領域の相談が多かった。

平成14年4月1日、大学院教育学研究科学校教育専攻臨床心理学専修の設置にあわせて、旧教育相談室は大学院教育学研究科心理教育相談室として新しい活動を始めることとなった。学内規程上学部に位置づけられていた心理教育相談室は、同年12月4日に大学院研究科委員会において同年4月1日に遡って正式に大学院実習施設として認定された。これにより、相談活動領域は教育臨床のみならず医療、福祉、産業領域へと広がった。

なお、平成16年度より信州大学大学院教育学研究科学校教育専攻臨床心理学専修は、財団法人日本臨床心理士資格認定協会の指定する第1種大学院と認定され、臨床心理士養成のために特化した大学院となっている。また、平成16年10月には北西校舎を改装した相談室が完成し、施設・設備面の環境が整った。

平成19年1月には相談の有料化が図られた。これに伴い、学部会計係との連携の基、経理面での手続きも整備された。

令和2年4月1日、総合人文社会科学研究科の設置にあわせて、相談室は信州大学総合人文社会科学研究科心理教育相談室となった。

令和7年3月1日現在、心理教育相談室構成員として、専任教員・特任教員(相談員)は13名、内7名は臨床心理士資格取得者である。相談研修員は、大学院2年生の人数が13名、1年生が11名で、計24名となっている。以上に加え、事務局1名、総計38名で相談業務にあたった。

II 令和7年度の相談活動

① ケース総数

ケース総数は、73件であった(表1)。昨年度と比較すると、新規ケース、前年度からの継続ケースともに減少した。

表1 ケース総数

	臨床心理面接 (カウンセリング・ 心理療法)	心理教育相談 (親面接)	教育指導面接 (専門家へのコンサル テーション)	心理検査 (アセスメント)	計
前年度からの 継続ケース	50	8	3	2	63
今年度からの 新規ケース	3	1	1	5	10
計	53	9	4	7	73

②年齢および性別ケース件数

年齢及び性別ケース件数を表2に示した。15歳以下の減少が大きかった(19件→10件)が、51歳以上では増加した(11件→14件)。

表2 年齢および性別ケース数

	年齢	0～3	4～6	7～12	13～15	16～18	19～22	23～30	31～35	36～40	41～50	51～	計
前年度からの 継続ケース	男			1	4	3	7	1	1	1	2	3	23
	女		1	1	2	3	3	6	5	4	6	9	40
今年度からの 新規ケース	男							1	2	1			4
	女			1				2			1	2	6
計		0	1	3	6	6	10	10	8	6	9	14	73

③相談内容の内訳

相談内容の内訳と、ケース件数を表3に示した。相談内容は多岐にわたり、全体的な傾向に大きな変化はなかった。

④延べ面接回数

表4に延べ面接回数を示した。昨年度と比較すると、延べ面接回数は682回から650回と減少した。内訳を見てみると、心理検査(28回→19回)の減少率が高めであった。

カテゴリー別の回数では、臨床心理面接が516回ともっとも多い。次いで心理教育面接が76回であった。月別の面接回数を見ると、年度の前半は昨年度よりも面接回数が多かったが(345回→349回)、年度後半は減少していた(337回→301回)。

表3 相談内容内訳とそれに対応するケース数

臨床心理面接		心理教育面接		教育指導面接		心理検査	
相談内容	件数	相談内容	件数	相談内容	件数	検査内容	件数
不登校	0	不適応	1	職場での子供への関わり方	0	WISC	3
自己理解	15	盗癖	0	子供の療育	0	WAIS	3
社会不適合	1	不登校	3	その他	4	K-ABC	0
情緒不安定	5	学習上の障害	0			田中ビネー	0
対人関係	5	言語障害	0			性格検査	0
脳外傷・機能障害	0	発達障害	1			その他	1
うつ	1	親子関係	3				
家族関係	8	担任との関わり	0				
発達障害	3	その他	1				
言語障害	0						
その他	15						
計	53	計	9	計	4	計	7

表4 延べ面接回数

R. 7年4月～R. 8年3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
受理面接 (インターク)	4	4	0	0	1	0	2	0	0	1	0	1	13
臨床心理面接 (カウンセリング・心理療法)	48	43	49	51	35	45	45	36	38	40	42	44	516
心理教育面接 (親面接)	7	8	8	8	6	7	4	5	6	6	7	4	76
教育指導面接 (専門家へのコンサルテーション)	3	1	3	3	2	2	3	3	1	2	2	1	26
心理検査 (アセスメント)	3	2	2	2	0	2	3	2	2	1	0	0	19
計	65	58	62	64	44	56	57	46	47	50	51	50	650

(文責 高橋 知音)

信州大学大学院総合人文社会科学研究科心理教育相談室紀要『信州心理臨床紀要』編集ガイドライン

2023年6月1日信州大学大学院総合人文社会科学研究科心理教育相談室運営委員会制定

1. 掲載論文

- (1)『信州心理臨床紀要』は、臨床心理学およびその関連領域に関する論文等（以下「論文」とする。）を掲載する。
- (2)論文は、原則として未公開のものとするが、編集委員会が特に認めたものはこの限りでない。
- (3)論文は、被験者やクライアントのプライバシーに十分配慮し、日本心理臨床学会倫理基準、日本心理学会倫理規程等に従ったものとする。
- (4)論文の掲載の可否は編集委員会で決定する。
- (5)論文の著作権は著者に帰属する。著者は論文の投稿に際して当該論文を複製する権利（複製権）及び公開する権利（公衆送信権）を編集委員会に許諾したものとする。

2. 投稿資格

- (1)信州大学大学院総合人文社会科学研究科心理教育相談室規則に定める相談員
- (2)その他、編集委員会が特に認めた者

3. 執筆要項

- (1)論文体裁は、心理臨床学研究（日本心理臨床学会）、心理学研究（日本心理学会）等に準拠するものを別に定める。
- (2)論文の分量には特に制限を加えない。
- (3)掲載にあたって著作権者の了承が必要な内容を含む場合、著者の責任で解決しておく。

4. 編集及び発行

- (1)『信州心理臨床紀要』の編集及び発行に関する事項は編集委員会で決定する。
- (2)編集委員会は、信州大学大学院総合人文社会科学研究科心理教育相談室規則に定める相談員5名以上で構成し、互選により編集委員長を選出する。
- (3)発行はインターネット上で行う。
- (4)年1回、6月に発行する。

5. その他

- (1)このガイドラインの変更は、信州大学大学院総合人文社会科学研究科心理教育相談室運営委員会の承認を得るものとする。

編集委員（令和7年度）

向井秀文（編集委員長）

三和秀平（副編集委員長）

篠田直子 島田英昭 高橋知音 高橋史 茅野理恵 水口崇

信州心理臨床紀要 第25号 ISSN 2436-326X 2026年6月1日発行

編集・発行：信州大学大学院総合人文社会科学研究科心理教育相談室

〒380-8544 長野市西長野6のロ 信州大学教育学部
