

提出日：平成 26 年 1 月 20 日

## 青年期女子における Co-rumination と自己開示、罪悪感および心理的負債感との関連

The relation of co-rumination to self-disclosure, guilt and  
Psychological indebtedness in female adolescents.

臨床心理学研究科 臨床心理学専攻 博士前期課程 1000-120704 清水悠加  
主指導教員 白崎けい子教授

### 問題と目的

青年期は、親からの自立心に芽生え、強い心理的反発が起こったとき、自分の内面的なことを話す相手が親から友人へと移行する（加藤・高木, 1999）。落合・楠見（1995）によれば、同じ悩みを持つ友人によって緊張感が和らぎ、安心するという。また、自らの悩みを友人に聞いてもらうこと、あるいは相手の相談にのることを通して、不安を和らげ、問題を解消する（斎藤・菊池, 1990）。精神的安定を維持するために友人は必要な存在であり、友人関係は自己の安定と成長にも関連づけられている（岡田, 1993）ことから人との親密な関係を築くことは、対人関係を円滑に行う能力を高め、親密で安定した友人関係は社会適応を促すことが考えられる（福井他, 2010）。

親密な友人関係の中で、不安や抑うつを経験するものも多い。Rose（2002）によれば、ネガティブな問題が起こったとき、親しい二者間で問題について話し、問題を再検討したり、思いを凝らすことでネガティブな感情が相互に助長されるという。近年、ネガティブなことについて繰り返し考える rumination（反すう）がうつ状態をもたらし（伊藤・上里, 2001）、社会不安傾向の要因であるといわれている（城月他, 2007）。ネガティブな rumination を二者関係において行うことを共同反すうといい、『個人的問題についての過度の話し合い』と定義されている（Rose, 2002）。つまり、親密な友人関係には社会適応を促すポジティブな側面と、抑うつなどの情緒的不適応を助長させるネガティブな側面があると考えられる。共同反すうは、Rose によって近年新たに提唱された概念であり、共同反すうの過程やメカニズムに関する研究はまだ少ない。

青年期における友人関係の親密さを高める要因として、自己開示が挙げられる。親密な友人関係においては、お互い同士の間でどれほど自己開示しているか、個人的な秘密ごとをどれほど知っているかが重要となるため（落合・楠見, 1995）、親密な相手にはポジティブ

な自己もネガティブな自己も打ち明けることとなる。福井他(2010)によると、親密な友人関係の中での過度にネガティブな自己開示が、抑うつ・不安などの内在化症状につながることを指摘している。相手の自己開示の程度によって、相手に対する自己開示の程度が規定されると考えられるため、相手がネガティブな自己開示を繰り返すと、自分も相手に対して相応のネガティブな経験を開示することになり、共同反すうという現象が起こることが予想される。また、他者から援助を受けた時に返報の義務が生じる心理的負債感と不当に他者を傷つけることによって自分自身を強く軽蔑することで生じる罪悪感がネガティブな自己開示を繰り返している可能性が考えられる。相手がネガティブな経験を開示してきたとき、相手への苦痛に対して共感が高まり、共同反すうが高まると考えられる。

本研究では、仮説を以下の通りに立て検討した。

- 仮説① ネガティブな自己開示の開示レベルが高いほど、共同反すうの傾向が高まる。
- 仮説② 共同反すうが高いほど、心理的負債感が高まる。
- 仮説③ 共同反すうが高いほど、罪悪感が高まる。
- 仮説④ 共同反すうが高く、心理的負債感が高まるとネガティブな感情を経験する傾向が高まる。
- 仮説⑤ 共同反すうが高く、罪悪感が高まるとネガティブな感情を経験する傾向が高まる。

## 方法

神奈川県の私立高等学校に通う女子高生 212 名、千葉県の私立女子大学生 123 名の計 335 名を対象に、Co-rumination 尺度、自己開示尺度、心理的負債感尺度、罪悪感尺度、多面的感情状態尺度 5 つの尺度からなる質問紙調査を行った。

## 結果と考察

本研究では、共同反すうを促進する要因として自己開示を取り上げ、罪悪感、心理的負債感との関連を検討した。各尺度間での相関係数、分散分析、重回帰分析を行った結果、自己開示尺度の「知的側面」と「情緒的側面」、「外見的魅力」が Co-rumination 尺度の「促進」に正の影響を及ぼした。知的能力に対する不安や情緒的に不安定なこと、外見的魅力に関する内容を開示したとき、聞き手は開示内容に対する解決策が見当たらず、関係維持や聞き手としてのサポート提供のひとつとして開示する場に過剰に気を遣うという共同反すうの構造が 1 つ示された。また Co-rumination 尺度の「促進」が罪悪感尺度の「対人面での罪悪感」に正の影響を及ぼし、「対人面での罪悪感」が多面的感情状態尺度の「抑うつ・

不安」に正の影響を及ぼしていた。援助欲求を高める罪悪感が高まり、ネガティブなコミュニケーションを続けることとなり抑うつや不安などのネガティブな感情を喚起させることが示唆された。これらのことから仮説①、仮説②、仮説③、仮説⑤は支持された。しかし、仮説④は有光・菊池(2009)の日本文化により、心理的負債感は肯定的感覚にも否定的感覚どちらにも両立するということから、支持されないという結果となった。

今回の研究結果により、開示内容が他者の援助を得られにくい個人内でのネガティブな話題であったとき、聞き手が話し手に気を配るあまり話し手のネガティブな感情に共感してしまい、援助欲求を高める罪悪感が高まった結果、抑うつ・不安を促進させてしまう可能性が考えられる。親密な友人関係がお互いの成長を促進するように働くのか、情緒的不適応を促進してしまうのかは開示内容やサポート提供量の少なさへの罪悪感の高まりによって異なるものと推察される。開示の動機を明確にし、適切な自己開示をすることが心理的健康と対人関係を促進する重要な要因であるといえ、罪悪感が生じた後に自ら能動的に働きかけ、話し手との関係を維持するという対処をとることによって解決の難しい開示をされた場合にも相手のネガティブな感情に巻き込まれず、ネガティブなコミュニケーションを抑制し得ると考えられる。