

犬と関わることによって起こるポジティブ感情の変化

【研究目的】

本研究では、ペットとして飼われている犬と人間関係で悩みを抱えている人間が関わることによって起こる人間の思考変化を明らかにする。そして、人間関係で悩みを抱えている人間が犬と関わった後、感情は変化しているのかを検討することを目的とする。

人間とペットとして飼われている犬の関係性には深いものがあり、影響し合う存在だと考えられる。しかし、人間のポジティブ感情の変化に焦点を当てた研究は少ない。そのため、人間とペットとして飼われている犬が関わることによって起こる人間のポジティブ感情に焦点を当てたうえで、犬の存在が人間関係での悩みと向き合うための情緒の変化に関係しているのかについて本研究を行うことには意義があると考えられる。

【研究対象者・研究方法】

ペットとして飼われている犬と悩みを抱えている人間の関わりについて分析していくため、犬を自宅で飼っている、または飼っていたことがあり、人間関係で悩んでいたときに犬と関わったことがある3名を対象とした。本研究は対象者の個人的体験や、思いや考え方をデータとして扱うため、インタビュー調査で行った。各インタビューの時間は30分～1時間程度であった。内容に関しては対象者本人の了承を得た上で録音した。インタビュー内容は逐語におこし、分析はナラティブ分析によって行った。

【分析結果・考察】

インタビューから、大きく分けて3つの結果が得られた。①人間が悩んでいる時、飼っている犬と関わることで、こころが落ち着き、癒やされる。②飼っている犬を家族の一員だと思いながら接している。③人間関係で悩みを抱えている時、飼い主は犬と関わることで、悩みへの考え方が変わり、重く捉えないようになった。また、孤独、悲しい、辛い、死にたいというネガティブな感情から、元気、開放、頑張ろう、晴れやかというポジティブ感情に変化していることが明らかとなった。

これらの分析結果から、犬には、人間を癒やす力があり、飼い主は、家族の一員として接していることが分かる。そのため、人間関係で悩んでいる時、信頼できる存在である犬と関わることによってこころが癒やされ、悩んでいるときの感情に変化が見られることが分かった。具体的には、犬と関わることで悩みへの捉え方が変化し、飼い主のネガティブ感情をポジティブ感情に変化することが明らかとなった。

本研究によって、人間が悩んでいる時、ネガティブ感情が多く見られたが、犬と関わっていくことで、犬に癒やされ、リラックスすることができるようになるということからポジティブ感情に変化していくという結論を得た。

中学校の通常学級担任が取り組み可能な限局性学習症の生徒の学習支援の検討 “学習意欲の向上を目指して”

問題・目的

現在日本では、特別支援学校・特別支援学級での教育の他に、「通級による指導」という軽度の障害を持つ児童・生徒に対する通常学級での教育が実施されている。この制度の対象である限局性学習症は、日常生活において症状が見られることがほとんど無い為に周りから障害の存在に気づかれづらく、また理解も得にくいという問題点がある。またこうした児童・生徒達への理解の不十分さによって、学校不適応の状態が引き起こされる可能性も指摘される。そこで本研究では、学習を習得させることだけを目的せず児童・生徒達の精神的な健康を考慮するという視点から、限局性学習症の児童・生徒達に対して中学校の通常学級担任が、日常的に活用できる支援の取り組みを、文献調査により得た知見を基に検討する。

結果

限局性学習症の児童・生徒の学習意欲を向上させるためには、勉強への興味・関心を抱かせること（田中ら, 2001）、自己効力感の促進（柴山ら, 2006）が特に重要となる。さらに限局性学習症の児童・生徒の自己効力感の促進には、他者からの評価ではなく児童・生徒自身が課題の成果を実感できるような工夫をし、また過剰に評価を伝えすぎないこと（柳澤ら, 2010）、成功体験をさせること（田中ら, 2002）、勉強ができるようになりたいと思える体験をさせること、学習する内容の意味を理解することよりも、計算方法や問題の形式的な解き方などを先行して獲得させること、児童・生徒の間違いパターンをあえて真似て見せること、他者の間違いを指摘したり教えたりする経験をすること、誰かが隣に並び同じ目線から問題に取り組む環境（植木, 2001）などが有効である。更に、教授者が児童・生徒のネガティブな感情をモデリングしてみせ、続いてその不安から自分を鼓舞する姿をみせることで、児童・生徒が学習時の感情を制御する能力を身に付けることが期待される（植木, 2001）。

考察

ここで、先行研究から得た以上の知見を基に(1)本人の意思を最大限取り入れた明確な目標設定(2)学力レベルごとに分けた小集団授業(3)間違いパターンを提示・正解しやすい問題を繰り返す(4)正解しやすい問題を繰り返す、の4つの取り組みを提案する。

しかしこれらの提案の中には実現可能性を無視したものや、周囲の健常な生徒への配慮が至らない内容が含まれている可能性があるため、周囲に対してどういった働きかけが必要になるかも含め、検討する意義があると考えます。また、今回は児童・生徒の家庭環境や学級内での人間関係について考慮しないことを前提に考察を行ったが、児童・生徒の生活する環境と本人のモチベーションに関する研究と絡めた考察も有意義であると思われる。

日本の就活の特殊性による就職ストレスの検討

問題・目的

大学生から社会人への移行において大きな課題の1つとして挙げられるのが就職活動（以下、就活とする）である。売り手市場といわれる近年であっても、就活生の8割が不合格の経験をするということから、売り手市場になっても就活の大変さは変わっておらず、学生にとって就活はストレスの高いイベントであると言える。

本研究では日本の大学生の就職ストレスを日本の就活の特殊性から考察し、課題を見つけ検討することで、大学生が就活の際に受ける就職ストレスを軽減することを目的としている。就職ストレスを持つ人が本研究より就活の際の不安な感情を明確に理解し、原因を知ることによって不安感情の軽減につながると考えている。また、その原因の一つに日本の就職活動の特殊性という点が大きくかかわっていることを明らかにし、その日本の就活の特殊性の問題点をよりよくする方法を探ることで、今後の就職活動に取り組む人の不安感情を減らすことを目的とする。本文では、はじめに就職ストレスと不安感情の関係性について論じ、次に日本の就活の特殊性について論じる。

考察

日本の就活の特殊性は「8割の学生が、在学中に進路を決めるにもかかわらず、大学前期までに進路を決定している学生は、2割弱に過ぎない」ということである。この背景は、進路決定の影響要因にも明確に表れている。他国のプロポーシオンが近似しているのに比べ、日本においては「就活要因」が強く、「学び要因」が弱い。大学前期までの学びと進路決定との関係が弱く、それによって進路決定が遅くなっていることが明らかになっている。

日本の就活の特殊性のうち「日本の大学生の就職活動期間は、他国に比べて長く、学生はその活動に腐心する」という点と「日本の大学生は、他国に比べて不明確な選考基準で採用されている」という点については、やはり他国に比べて特殊であり、就職ストレスになる原因であると判断するのが妥当だと考えられる。

ここまで日本の就職活動の特殊性について批評してきたが、筆者は日本の就活の制度をおおきく変えることを望んでいるわけではない。就活の特殊性から受ける不安感情の軽減が目的である。これから就活を控える学生が本研究を通して日本の就活の特殊性に理解を深め、就活によって受ける就職ストレスを対処することに役に立てば本望である。

思春期における不登校経験者の回復プロセスの検討

—対人関係が与える回復への影響—

目的

本研究では、思春期の時期に不登校になった不登校経験者の語りをもとに、不登校の時の心理面、回復に向けての心理面を明らかにすることを目的とした。また、不登校経験者の周囲の人、親・友人・教師といった他者との関わりが不登校から回復するにあたり、どのように心理面に影響を与えたのかについても明らかにし、それらをもとに不登校経験者の回復プロセス、対人関係が与える回復への影響について考察した。

研究対象者・研究方法

本研究では、思春期の時期に不登校を経験したことがあり、現在、不登校だったころの経験を語り得るほど精神的に安定している者を対象とし、半構造化面接を行った。3名の方に協力していただき、事前に同意を得たうえで、インタビューの内容を録音して逐語録を作成し、ナラティブ分析を行った。

分析結果・考察

逐語分析の結果、対象者の3人に共通していたこととして、親からの受け入れがあったということが分かった。対象者のどちらも不登校初期の頃には、親とのかかわりというのは、親が学校に行かないことに対して叱るというようなかかわりであり、その時にはどちらの対象者も不登校から回復したいというような心境になることはなく、自分を責めたりというようなよりマイナスな方向への考え方をしているということもうかがえたが、時間が経つにつれ、対象者のどちらの親も自分の子どもが不登校だということを受け入れ、当人の好きなように過ごさせるといったようなかかわりに変わっていった。もちろん、親のみならず、友人やお世話になった人たちとのかかわりの中で、対象者たちのことを受け入れ接してきたことにより、対象者が不登校の状態から回復できたのではないかということが考えられた。

このように不登校の状態を受け入れるということが不登校児童生徒との関わりとして最も重要なことなのではないかということが考えられた。

コロナ禍における小売業従事者の体験とメンタルヘルス

－生活必需物資販売施設の従業員に着目して－

【研究目的】

本研究では、エッセンシャルワーカーに該当する小売業従事者のうち、生活必需物資販売施設において顧客と直接接触する業務に携わる従業員へのインタビューを実施する。インタビューを通して、コロナ禍における体験と体験に伴う感情や思いを明らかにし、それらの語りから仕事に従事する際のメンタルヘルスの状態の考察と、メンタルヘルスに影響を与えている要因について検討することを目的とする。

【研究対象者・研究方法】

生活必需物資販売施設であるドラッグストアに所属し、コロナ禍以前からインタビュー当時に至るまで同企業にて勤務し続けている正社員3名を対象とした。3名に45分から60分程度の半構造化インタビューを実施し、インタビューの様子を録音した音声データを逐語化したものをもとに、ナラティブ分析の手法により分析を行った。

【分析結果・考察】

インタビューから、生活必需物資販売施設であるドラッグストア従業員の、コロナ禍の到来を原因とする多くの体験や、それらの体験に伴う感情や思いが明らかとなった。さらに、分析の結果から、コロナ禍において仕事に従事する上でのメンタルヘルスに影響を与えていた要因として3つの観点が見出された。

まず、流行初期頃に発生した特定の商品の品薄に影響を受けた顧客への対応である。商品を求めて日々顧客が殺到し、中には過激な言動をとる顧客もいたことで、恐怖や苦痛を抱きながらも、自身の感情を抑制して謝罪を繰り返していたという点が、ストレスの蓄積へとつながっていたと推測できる。次に、不特定多数の顧客への曝露を避けられないという点である。職業上の特性から多くの顧客と直接接触する上に、症状のある顧客から相談を受ける場合もあることから、メンタルヘルスに不調をきたす可能性の高い環境に常に置かれている様子が窺えた。そして、職場の仲間との対面でのコミュニケーションである。仕事に取り組む上で職場への出勤が必須であることで、職場の仲間と対面での交流が可能であったため、仕事における悩みや苦痛を共有できる場が維持されていたと考えられる。

吃音の受容過程についての検討 ——からかい・いじめ体験を経て——

問題と目的

吃音は流暢性の障害の一種であり、吃音当事者は吃音症状に伴って様々な心理症状を発症することがある。しかしながら、現在においてもなお吃音の原因や治療法は明確になっておらず、吃音症状は成人以降にも持続する場合がある。そのため、吃音当事者は吃音の受容が必要であると考えられる。吃音当事者はその症状特徴の顕著さから幼少期にからかい・いじめ体験に遭遇することがあり、からかい・いじめ体験に遭遇する吃音当事者の割合は約60%と少なくない。しかしながら、吃音の受容過程についての先行研究では、吃音当事者のからかい・いじめ体験が大きく取り上げられておらず、実際にからかい・いじめ体験に遭遇することによってもたらされる影響やその後の経過については不明瞭な点が多い。そして、吃音の受容を促進する要因に関しては検討の余地がある。したがって本研究では、からかい・いじめ体験を経た吃音の受容過程、からかい・いじめ体験に遭遇することによってもたらされる影響やその後の経過、ならびに吃音の受容を促進する要因について検討した。

方法

吃音の当事者グループであるM会を経由し、3名の吃音当事者の協力を得た。研究対象者に対してインタビュー（半構造化面接）を行い、インタビューの録音を逐語化した記録をもとに、ナラティブ分析の手法により吃音の受容過程の分析を行った。

分析結果および考察

ナラティブ分析の結果、吃音の受容過程は「1. 吃音の自覚」、「2. からかい・いじめ体験の遭遇」、「3. 回避への努力」、「4. 事態の深刻化」、「5. 受容のきっかけへの遭遇」、「6. 吃音の受容」の6段階を経ることが示された。研究対象者の語りの内容には、からかい・いじめ体験の遭遇に伴う劣等感や無力感の増大、人とのかかわりを避けるなどの回避行動の生起、援助要請行動の抑制が含まれており、これらからは、からかい・いじめ体験の遭遇により吃音がスティグマとなることが示唆された。さらに、からかい・いじめ体験の遭遇が社会に出ることへの恐怖に通じること、からかい・いじめ体験に遭遇しなくても吃音が劣等感を抱かせるものとして存在し続けるなど、スティグマの影響がからかい・いじめ体験の遭遇後にも持続すること、および吃音がスティグマとならない場合において他者からの受容感が重要であることが示唆された。また「どもってもいい」という気づきが吃音の受容を促進する要因の1つであることが示唆された。「どもってもいい」理由として、「どもっていても、自分には他にできることがある」、「どもっていても、周囲の人物は成熟しているから、笑ったりしない」、「どもっていても、社会に貢献できる」など様々な内容が挙げられ、このような気づきが得られるような吃音当事者とその家族等の周囲の人物へのアプローチの重要性が示唆された。

援助要請行動の生起と過程に関する検討

——子の親に対する援助要請行動に焦点を当てて——

問題と目的

心理的な問題を抱えた個人は、他者に援助を求めその解決を試みることがあり、この概念は援助要請と呼ばれる。しかしながら、人はたとえ困難を抱え支援が必要な状態に陥ったとしても、必ずしも援助要請をするわけではないことが明らかとなっており、援助要請行動の生起における個人差に着目することは重要な課題であると考えられる。一方で、援助要請の量自体は適応を予測するものではないという報告も存在しており、援助要請が適応的であったか否かを検討するためには、援助要請行動が生起した後の過程に着目することも必要であると考えられる。なお、大学生が援助を求める対象者としては、友人について家族が多いことが示されているが、これまでの援助要請研究において、援助要請の対象として親を扱った研究は数少ない。

こうした背景を踏まえ、本研究では特に、子が親に援助を要請する場合における、援助要請行動の生起と過程を統合的な視点から明らかにすることを目的とする。本研究の知見は、臨床場面において援助者となる心理専門職が、被援助者となるクライアントへの有効な介入を検討するうえでの一助となり得るという点に、意義があると言える。

研究方法

データの収集においては、自身では対処できないと感じた心理的問題や悩みを抱えた際に、親に相談したことがあるという女子大学生2～4年生3名を対象とした半構造化面接を実施した。データの分析は、インタビューを録音し逐語化したものをもとに、ナラティブ分析の手法で行った。

結果と考察

分析の結果、援助要請行動の生起プロセスにおいて、援助要請行動の実行・回避の意思決定と相談対象者の選定の段階は相互に関連し合っている可能性、そしてそれらの段階でともに利益とコストの予期がなされている可能性があるかと推察された。しかしながら、この点においては、援助要請行動と相談行動という概念の定義の違いを明確にする必要性があると考えられる。

また、悩みの種類によって、選定される相談対象者が変化することが明らかとなった。ただし、その選定基準には研究対象者間で個人差があることも明らかとなった。これらは、悩みの種類によって援助要請の促進要因が異なることや、相談することによる結果の予期に個人差が見られることが影響したものであると考えられる。

さらに、青年期における親からの自立に伴い、今後親への援助要請が減少していく可能性、および親子という関係性が援助要請行動に独立したスタイルをもたらす可能性が示唆された。

コロナ禍における所属サークル集団への態度の変遷

【研究目的】

本研究の目的は、コロナ禍に部活・サークルに所属し、活動を継続している学生を対象とし、コロナ禍において大学生がとる部活・サークルへの態度の変遷過程を明らかにすることである。そして活動状況と人間関係の変化から態度が変遷する要因を検討することである。

【研究対象者・研究方法】

2020年度、2021年度の2年間サークル集団に所属し、新型コロナウイルス感染症の影響からサークル集団の活動の制限を受けた者を対象とする。現在の所属の有無は問わない。

サークル集団について、週1日以上活動を行い、2020年度から2021年度の2年間活動を行っていた集団を対象とする。コロナ禍での活動休止期間は問わない。新型コロナウイルス感染症の影響で、活動内容や活動形態の変更が行われた集団を対象とする。今回は人間関係に着目した検討を行うため、団体での競技やパフォーマンスなどのチーム内での連携やコミュニケーションが不可欠な団体とした。

データの収集は、60分～90分程度の半構造化面接によって行った。

【結果・考察】

インタビューからコロナ禍において大学生がとるサークル集団への態度の変遷の要因として、①イベントによる心理的成果の獲得、②メンバーへの愛着、③活動への満足感の3点が明らかとなった。

所属するサークル集団への態度変容過程としては、高田（2015）が示すサークル集団に所属し続けることで否定的態度が両面的態度へと変遷する過程が一部本研究と一致した。一方、コロナ禍での活動制限を原因とした否定的態度への変遷は見受けられなかった。これは、活動が制限された中でも彼らにとって満足した活動ができたと実感できているためであると考えられる。

HSP のストレスコーピングについての検討

問題・目的

HSP とは生まれつき敏感で周りからの刺激を過度に受けやすい人のことで、その敏感さゆえに、視覚・聴覚情報があふれ、競争社会、ストレス社会といわれる現代では生きづらさを感じることも多い。HSP はストレスを感じやすい傾向があるが、生きづらさや幸福度の程度には差があり、HSP でも生きづらさを感じにくい人たちがいる。本研究では、HSP がいかにしてストレスに対処してきたかについての語りを比較、分析することで、どのようなストレスコーピングが HSP の生きづらさを軽減するのに有効であるか明らかにすることを目的とする。

意義

社会的関心の高さに対して HSP に関する研究は十分に蓄積されているとは言い難く、また、HSP のコーピングと精神的健康の関連について一貫した結果が得られていないことから、本研究には意義があると言える。

研究方法

本研究では、大学生以上の女性の HSP 3 名を対象に半構造化面接によりインタビュー調査を行った。分析は、面接の録音を逐語化したものをもとに、ナラティブ分析の手法により行った。

結果および考察

本研究の結果から、音などの物理的な問題に対しては、過度な刺激を遮断する問題焦点型コーピングが、対人場面での問題には、情動焦点型コーピング、特に情動焦点型認知的対処が有効であることが明らかとなった。敏感すぎて疲弊している事実が目が向けられがちであったところを、思考をコントロールし発想を転換させることが、気づかないことができない HSP にとって効果的なストレスコーピングである。

また、HSP の生きづらさを軽減するには、敏感さの長所に目が向けられるかが重要であり、そのためには、HSP の自分を認め、受け入れるという段階をクリアしなければならないと考えられる。

知的障害を伴わない発達障害児・者のきょうだいに関する研究

—日本のきょうだい研究との比較から—

近年、発達障害への関心は高まっているが、発達障害の中でも知的障害を伴わない発達障害に関する理解はあまり進んでいないと考えられる。

障害児・者に関する研究で焦点が当たる存在として、きょうだいの存在があげられる。しかし、今あるきょうだい研究は、知的障害児・者等のきょうだいが対象のものが多く、知的障害を伴わない発達障害児・者のきょうだいに関する研究は、未だ十分とはいえない。

そこで、本研究では日本の障害児・者のきょうだいに関する研究（以下きょうだい全般に関する研究）との比較を通して、知的障害を伴わない発達障害児・者のきょうだいに関する研究で今後、検討の余地がある視点について考察することを目的とし、文献研究を行った。

本論文は5章で構成されており、1章、2章で問題、目的および研究意義を述べた。3章では、きょうだい全般に関する研究と、知的障害を伴わない発達障害児・者のきょうだいに関する研究の中で明らかになっていることをまとめた。4章では、両者の共通点および相違点を、きょうだい全般に関する研究の着眼点ごとに整理した上で、相違点を踏まえ、今後の検討が可能と考えられる視点を検討した。5章では、本研究のまとめおよび課題について述べた。

結果は、きょうだい全般に関する研究の着眼点である、①きょうだいを受ける影響、②きょうだいの体験、③きょうだい支援、の中で以下の通り知的障害を伴わない発達障害児・者のきょうだいに関する研究で、今後検討できる点があることが明らかとなった。

- ① きょうだいを受ける影響に関する研究では、きょうだいの性別・出生順序によって彼らを受ける影響について、まだ検討の余地があると考えられる。
- ② きょうだいの体験を研究する際には、きょうだいが同胞の障害を認識してからの体験を明らかにすることおよび、きょうだいが中学生から高校生の時期の体験に着目することが有効だと考えられる。
- ③ きょうだい支援に関する研究の中では、きょうだい各発達段階で抱く困難に対応した支援を検討することが、今後必要だと考えられる。