

帝塚山大学大学院心理科学研究科
博士論文審査報告書

氏名	宮川 裕基
学位の種類	博士 (心理学)
学位記番号	甲 第 26 号
学位授与年月日	平成 29 年 3 月 22 日
学位授与の要件	帝塚山大学学位規程第 5 条第 1 項
学位論文名	困難に対処する心理的資源としてのセルフコンパッション に関する研究

学位請求論文審査委員会

委員長 (主査) 谷口淳一 (帝塚山大学心理学部/大学院心理科学研究科教授)
委員 (副査) 水野邦夫 (帝塚山大学心理学部/大学院心理科学研究科教授)
委員 (副査) 新谷 優 (法政大学グローバル教養学部教授)

1. 論文内容の要旨

本博士論文では、困難時に思いやりを持って自己に向き合うことを意味するセルフコンパッション(self-compassion, 以下 SC)に着目し、SC が日本においても困難に対処する心理的資源となるのか、また、SC はどのような心理過程を経て困難への対処に影響するのかという点を中心に検討している。第 1 章、第 2 章では、SC 研究について詳細にレビューした上で検討課題を明確にしている。その上で、第 3 章から第 7 章までの実証的研究では (a) 日本において SC が困難に対処する心理的資源であるのかという点を検討し、また、(b) SC と困難時の対処過程との関連性についても精緻化していくことを主な目的としている。そして、その心理的過程に影響を及ぼす要因の 1 つとして (c)SC に関する素朴な信念を扱うこととしている。第 8 章では本稿の研究知見を統合し (d) SC を高める心理臨床的な介入法の開発にも有益な示唆を与えるような、困難に対処する心理的資源としてのセルフコンパッションに関するモデルを提起することを目指している。

実証的研究の結果、明らかになったことは以下の通りである。

第一に、日本と米国の文化的背景の相違を問わず、SC が後悔した出来事に対処する心理的資源であることが示された。

第二に、SC が高い人ほど、自己の弱みを相手に隠そうとする弱みの隠ぺいが低いた

め、親密な同性友人に援助要請を行いやすいことが示され、SC という自己との向き合い方は、他者との関わり方にも影響を及ぼすことが示された。

第三に、SC が高い人は必ずしも困難に対して成長志向的に対処するのではなく、困難が生じた事柄への個人の志向性によって、その困難から学び取ろうとするかどうか左右されるということが示された。

第四に、SC のネガティブな側面を素朴概念として抱えていることがかえって SC の適応的な機能を引き出す可能性が示された。

本論文での実証的研究の知見は、欧米圏同様に、日本においても SC が困難に対処する心理的資源となることを示しており、また、どのような場合に困難への対処と関連するのかを示していた。本研究の知見から、困難な出来事を受容、他者への自己の弱みの隠ぺい傾向の低さ、困難が生じた事柄への志向性、SC に関するネガティブな信念が SC と困難への対処との関連性の心理的過程に関わる要因であることが示されたといえる。

2. 論文審査結果の要旨

本博士論文は、SC という本邦ではそれほど注目されていなかった概念に光を当て、SC がどのようなプロセスを経て、また、どのような条件下で適応を促すかについて、理論的および実証的に精緻に検討した非常に優れた論文であると評価できる。本論文では、主にアメリカ中心に行われてきた研究を日本で追試するだけでなく、SC が援助要請に対する抵抗を弱めることで援助要請を促進することや、内発・向上志向や SC に対する信念が SC と適応の関係を調整することなど、新たな知見を生み出し、理論的な発展に大いに貢献している。また、SC 信念尺度、および SC 反応尺度の日本語版の開発は、国内における SC の研究の今後の発展に貢献するものである。

また、本論文では、SC に関わる詳細なレビューがなされ、先行研究について吟味し、そこから問題点を浮き彫りにするという手法が丁寧になれている。SC はいまだ本邦ではなじみがない概念であるが、本論文はこの概念の普及に十分に貢献することが予想される。

さらに、本論文では、仮説導出を導く論理展開が丁寧になされ、またその仮説を検証するために適切に精緻な分析がなされていることも高い評価に繋がることである。加えて本論文は、基礎的研究にとどまらず、臨床場面への応用を見据えたものであることも評価すべき点である。特に本論文の対象となっている大学生にとって就職活動は大きなライフイベントであり、その躓きに対する対処方法を示している点は社会的有用性という点でも非常に優れているといえる。

以上により、学位請求論文審査委員会は本論文が博士（心理学）の授与に値するものと認めた。