

氏 名 : 高橋 誠  
専攻分野の名称 : 博士 (教育学)  
学位記番号 : 博甲第 260 号  
学位授与年月日 : 平成 28 年 3 月 15 日  
学位授与の要件 : 学位規則第 4 条第 1 項該当 課程博士  
学位論文名 : 性格特性的強みを活用する介入的実験における「注目」の効果：強みの活用過程における理論的モデルの検証  
論文審査委員 : (主査) 教授 坂西 友秀  
(副査) 教授 中澤 潤 教授 堀田 香織  
教授 田村 均 准教授 鈴木 直樹

## 学位論文要旨

本研究の目的は、強みを活用する作業が精神的健康に及ぼす影響について、実践的介入を用いて明らかにすることである。また「強みへの注目」という認知を含む影響プロセスに関しての理論的モデルの提唱と検証を行うことを目的とした。

まず、第 1 部第 1 章ではこれまでの強みの活用と強みへ注目する認知に関する先行研究が概観され、強みの活用過程に関する実証的モデルの提唱とその検証のための実証的介入、介入効果の測定のための尺度作成の必要性が論じられた。

第 2 部では、モデルの検証の前段階として、尺度の作成が行われた。第 2 章では「強みへの注目」に関する尺度の開発および信頼性・妥当性の検証を行っている。第 1 節では、予備調査によって集められたポジティブな側面に注目する認知傾向に関しての記述を抽出し、その後、目的語部分だけとりだして、注目する対象（自己と他者）別に各尺度を作成した。これらの手続きによって、「ポジティブ側面への積極的注目 (Active Focusing on Positivity: AFP)」尺度を作成した。探索的因子分析（最尤法, *Promax* 回転）の結果、「自己への AFP (Self-AFP)」因子 7 項目、「他者への AFP (Others-AFP)」因子 8 項目を含む全 15 項目が採用された。いずれの因子も十分な内的整合性、再検査信頼性が確認された。第 2 節では、AFP 尺度とポジティブ志向（橋本・子安 2011）が、ウェルビーイング、ネガティブ認知、他者軽視とどのように関連するかについて検討を行った。その結果、2 つの AFP はポジティブ志向よりもウェルビーイング関わりが強い尺度であることが示された。

第 3 章では「強みへの注目」尺度を用いて類型化を行い、健康指標との関連を検討した。1 要因分散分析の結果、自己と他者の AFP が両方高い (GP) タイプが、Others-AFP のみが高い (OP) タイプや両方低いタイプ (NP) よりも有意に精神的健康が高いことが示された。

Self-AFP のみが高い (SP) タイプも NP よりも精神的健康が高かったが、同時に他者軽視が最も高い値となった。他者の強みにのみ注目し自己の強みに注目しない (OP) タイプは、どちらの強みも注目しない (NP) タイプと同様に精神的健康が低いことが示された。以上の結果から、強みへ注目する際は、自己と他者の両方の強みにバランスよく注目することが重要

であることが示唆された。

第4章では、強みの活用感を測定する「Strength Use Scale (SUS: Govindji & Linley, 2007)」の日本語版の作成を行った。日本国内の大学生429名に対して調査を実施した。因子分析の結果、原版と同様に1因子構造が確認され、十分な内的整合性と高い再検査信頼性を有していた。本尺度とウェルビーイング、自尊感情、全般的な自己効力感との間に有意な正の相関が、抑うつ感との間に有意な負の相関がみられた。以上の結果より、“日本語版強み活用感尺度”の十分な信頼性と妥当性が示された。

第3部では、仮説モデルの検証が行われた。第5章では、強みの主観的活用感と強みへの注目が、ウェルビーイングに与える影響についてパス解析を用いて検討している。大学生171名を対象に調査を行った結果、2つのAFPから強みの活用ウェルビーイングや精神的健康への有意な影響が示された。一方、強みの活用感からウェルビーイングに対する有意な影響は見られず、抑うつ感に関しては有意な正の影響が示された。よって、強みの活用感の影響は強みへの注目を媒介した効果である可能性が示唆された。

第6章では、強み活用の実践的介入の予備調査として、Seligman et al.(2005)に準ずる介入を行い、AFPへの影響について検討を行った。大学生71名を実験群(45名)と統制群(26名)に分けて検討を行った。その結果、介入群においてCS活用感が上昇し、有意傾向が認められた。さらに介入群は、統制群に比べて、Self-AFPの得点が有意に高まり、Others-AFPならびに他者軽視の得点に有意な変化は見られなかった。

第7章では、本介入調査として、Seligman et al. (2005)の強みの活用を応用し、心理教育とグループワークを行う新たな強み活用介入プログラムの開発と効果の検証を行った。性格特性的強みの測定には日本で開発された「強み同定尺度(Komazawa & Ishimura, 2014)」を用いた。大学生54名に対して介入を行い、未介入期(wait)、介入前(pre)、介入後(post)の3時点で測定する、1要因計画とした。分散分析の結果、抑うつ感を除くすべての変数に有意な時期の主効果がみられた。多重比較の結果、wait時点よりもpost時点で得点が有意に高まったのは、Self-AFP、強みの活用、ウェルビーイングであった。また、pre時点よりもpost時点の得点が有意に高まったのは、Self-AFP、Others-AFP、強みの活用、ウェルビーイングであった。また、自他AFP得点で4群に分け、介入前後の群内人数の変動を確認したところ、GPタイプ(自他のAFP得点が高い)のみ人数が増加していることが判明した。

第4部の第8章では、これまでの調査を踏まえて、強みの活用過程における理論的モデルの検証を行った。最終モデルとして、強みの活用感から健康指標に与える影響過程において、強みの注目が果たす役割の重要性が強調された。また、本研究の意義として、強みへの注目に関する尺度が開発された点、本邦では数少ない強みを活用した実証的介入が行われた点が論じられ、さらに強みの活用過程の理論的モデルを構築するための今後の調査的課題について論じられた。