

## 審査結果の要旨

### (1) 研究の目的に意義や独創性があるか。

本研究は、「強み」を活用することが精神的健康に及ぼす影響について、実践的な介入法を用いて、検証している。研究全体を通して、「強みへの注目」が、「強みの活用感」等の認知を含む影響プロセスを経て、当人の「全体的幸福(well-being)」に影響を及ぼすとの理論的モデルの提唱と検証を行うことを目的としている。人間の強み、特に「性格的な強み」(以下、強み)について、それを適切に理解し、有効に活用することは、ストレスを多く抱える現代社会において重要である。人の否定的・消極的な面が注目され、弱点を如何に克服するかに心理学の研究・実践の焦点が当てられてきた。それに対して、本研究は、人の肯定的側面に注目・着目し、積極的に活用することで、心身の健康を促進し、生活全般に対する活力を生み出す効果があることを実証的に検証したものである。有意義であり、かつ先駆的な研究として評価できる。近年、個々人がもつ独自の「良さ」や「強み」に注目するポジティブ心理学の必要性が認められてきている。さらに、氏は臨床心理学的な介入によって「強み」に注目させ自覚・意識化させる手法を独自に導入している。研究参加者本人が「強みを活用していると感じる主観的な感覚」を測定し、「心身の健康・生活の充実感・積極性」に及ぼす効果を検証した独創性のある研究である。

### (2) 研究の方法は当該学問分野において妥当なものか。

中心的な研究方法は、現場実験である。実験、調査に先立って、ポジティブ心理学関連の先行研究を丁寧にレビューし、分析・考察している。自らの問題意識に基づき、文献研究を活用しながら因果モデルを構築している。モデルの検証のために、質問紙法による調査、要因計画に基づいた実験計画・現場実験等を計画し、適切に実施している。相関関係に留まらず、因果関係の推定もある程度可能にしている。本研究は、アクションリサーチであり、統制群をどのように設定するか等、現場実験であるが故の困難も伴うが、研究方法は妥当性の高いものである。

### (3) 研究資料やデータの収集と分析が適切になされているか。

面接法(事例)、実験法では説明と同意に配慮し、プライバシーを守りながら個人面接、実験を行った。またその結果は質的・量的データとして適切に分析されている。質問紙データは匿名化された形で、主に大学生の協力のもとで収集された。データはコーディングされコンピュータに入力され、記述統計、因子分析、重回帰分析、構造方程式モデリングなどの多変量解析法、また分散分析、t検定、など適切な手法で分析されている。

### (4) 研究の考察と結論が妥当であり、学術的な水準に達しているか

調査・実験データに基づいて考察が行われている。統制群をどのように設定するか、得られた結果は、一般的に誰にでも適用できるものか、などいくつか今後の精査を要する点も指摘されたが、実践的な研究であり、現場実験を基本している点などから、今後の課題とすることで審査委員一同意見が一致した。データをもとに結論は適切に導き出されており、臨床場面への応用可能性の示唆も妥当なものである。

本論文の基盤として、「教育学研究論集」(連合学校教育学研究科)、「感情心理学研究」(日本感情心理学会)の査読付き論文を公刊し、さらに「学校メンタルヘルス研究」(日本学校メンタルヘルス学会)、「教育心理学研究」(日本教育心理学会)、「パーソナリティ研究」(日本パーソナリティ心理学会)の査読付き論文も執筆しており、学会からも評価を得ており、学術的に高い水準にあるといえる。

(5) 取得学位にふさわしい意義や成果が認められるか

本論文は従来ほとんど検討されてこなかった「性格的強み」への注目が当人に与える影響、その心理的メカニズムのモデル構築と実証化を行ったものであり、その成果は心理学研究としても、日本はもとより世界的にもユニークで意義のある研究である。

本研究は、大学生が一時的につらい体験をしたとしても、自ら「性格的強み」により強く注目することで、「強み活用感」を高め、ひいては「生活全体への積極性や幸福感」を生み出すことを示している。研究では、大学生を対象にした検討が中心であるが、現代社会において人間関係のもつれやストレスの多さは、子どもから大人まで共通していることを指摘している。自信を失い、自尊心を低下させている人にとって、自己の否定的な面、消極的な面を「改善」し、「克服」することは厳しい。むしろ、自らの「良さ」「強み」を新たに発見し、自尊心を回復させ、自己概念を徐々に変えることの方が当事者には有用かもしれない。学校社会、一般社会にも本研究の成果の適用可能性は広がり、有望な研究である。審査委員一同、本研究は、「博士(教育学)」の学位を認定するに十分な水準にあると判断した。