

早稲田大学 人間科学学術院 人間科学会 諸費用補助成果報告書 (Web 公開用)

申請者 (ふりがな)	田古里 聡汰 (たこり そうた)
所属・資格 (※学生は課程・学年を記載。卒業生・修了生は卒業・修了年月も記載)	早稲田大学大学院人間科学研究科 修士課程 1年
発表年月 または事業開催年月	2023年 10月
発表学会・大会 または事業名・開催場所	日本認知・行動療法学会 第49回大会
発表者 (※学会発表の場合のみ記載、共同発表者の氏名も記載すること)	田古里聡汰、田島えみ、畑琴音、二宮朝日菜、北山純、鈴木伸一
発表題目 (※学会発表の場合のみ記載)	首尾一貫感覚の高低によるストレスーおよび対処行動の違い: インタビュー調査を通して
発表の概要と成果 (抄録を公開している URL がある場合、「概要・成果」を記載した上で、URL を末尾に記してください。また、抄録 PDF は別途ご提出ください。なお、抄録 PDF は Web 上には公開されません。)	
<p>【背景と目的】 ストレス反応には個人差があり、個人差を説明するものとして、首尾一貫感覚 (Sense of Coherence ; 以下、SOC) が挙げられる。SOC とは、ストレス対処・健康保持機能を持つ生活・人生に対する志向性に関する概念である (戸ヶ里他, 2015)。SOC 得点が低いほど、ストレスや不安、怒りが高くなると言われている (McSherry & Holm, 1994)。ストレス理論を考えるうえで SOC は重要な概念であり、SOC の高さがストレス反応に影響することが示唆されている。本研究では、SOC の観点からストレスーとストレスコーピングを整理する目的で、インタビュー調査を用いた質的研究を行うことを目的とした。</p> <p>【対象と方法】 大学生・大学院生・社会人の 105 名を対象とし、SOC 得点を測定するための予備調査を行った。予備調査で次のインタビュー調査への協力を可と回答した対象者の中から、SOC 得点の上位 5 名を SOC 高群、下位 5 名を SOC 低群とし、本調査の対象者とした。本調査の対象者に対し、(1) あなたが日常的に感じている些細なストレスは何かありますか。(2) 些細なストレスに対してどのように対処していますか。という 2 項目を半構造化面接で尋ねた。そしてインタビュー調査で得られた結果は、KJ 法を参考にし、カテゴリーごとに分類した。</p> <p>【結果・考察】 まずストレスーに関して、SOC 高群では日常生活に関連したものが抽出された一方で、SOC 低群では自分の内面に関する個別性の高いものが多く抽出された。このことから、SOC 高群はより身近なストレスーを認識している一方で、SOC は自分の内面的なストレスーに目が行き、身近なストレスーを認識していない可能性が考えられた。次に、コーピングに関しては両群ともに、「ストレスーと関係のないことをする」という項目が中心であったことに加え、SOC 低群は個別性の高いコーピングを用いていた。両群ともに共通していたコーピングを行っていたことから、同じコーピングを行っていたとしても、高低群でコーピングのもつ効力が異なる可能性も考えられた。</p>	