

修士論文（要旨）
2025年1月

心理的つまずき概念の提案
—挫折との比較・検討を通じて—

指導 久保 義郎 教授

国際学術研究科
国際学術専攻
心理学実践研究学位プログラム
ポジティブ心理分野
223J2053
江守 夏穂

Master's Thesis (Abstract)
January 2025

Proposal of the concept of psychological stumbling experience
: Through comparison and consideration with frustrating experience

Kaho EMORI

223J2053

Master of Arts Program in Positive Psychology

Master's Program in International Studies

International Graduate School of Advanced Studies

J. F. Oberlin University

Thesis Supervisor: Yoshio KUBO

目次

第1章：序論

1.1	青年期におけるネガティブ経験	1
1.2	ネガティブ経験の種類	1
1.3	「つまずき」概念の提唱	3
1.4	つまずき経験と日常型心の傷	5
1.5	つまずき経験と挫折経験	6
1.6	本研究の目的	6

第2章：研究1 つまずき経験と挫折経験の区別

2.1	目的	7
2.2	対象者	7
2.3	調査方法と実施期間	7
2.4	質問項目	7
2.5	倫理的配慮	8
2.6	分析	8
2.7	結果	8
2.8	考察	9

第3章：研究2 心理尺度におけるつまずき経験と挫折経験の差異

3.1	目的	12
3.2	対象者	12
3.3	調査方法と実施期間	12
3.4	質問項目	12
3.5	倫理的配慮	13
3.6	分析	13
3.7	結果	13
3.8	考察	13

第4章：総合考察

4.1	本研究で得られた知見	15
4.2	自己肯定感尺度から見る「つまずき」と「挫折」の差異	15
4.3	本研究の意義	18
4.4	本研究の課題と今後の展望	18

引用文献	I
------	---

第1章：序論

1.1 青年期におけるネガティブ経験

大学生の多くが該当する時期である青年期は Erikson の発達課題にアイデンティティの確立が挙げられている。大学生の時期は入学の不安、就職活動による不安やストレスなど日常的な些細な出来事から人生の中で重要な出来事まで、多くの出来事を経験する。そのため、様々な困難に直面し、不安定になりやすい時期でもある。

1.2 ネガティブ経験の種類

私たちは、生活の中で自分の人生や価値観などに大きくも小さくも影響する経験をすることがある。その経験は個人の捉え方によってポジティブな経験とネガティブな経験に分けることができる。ポジティブ経験の具体例として成功体験など、ネガティブ経験の具体例として失敗体験や挫折経験などが挙げられる。ネガティブ経験は多くの研究がされているが、定義が論文中に示されているものを以下に挙げる (Figure1)。

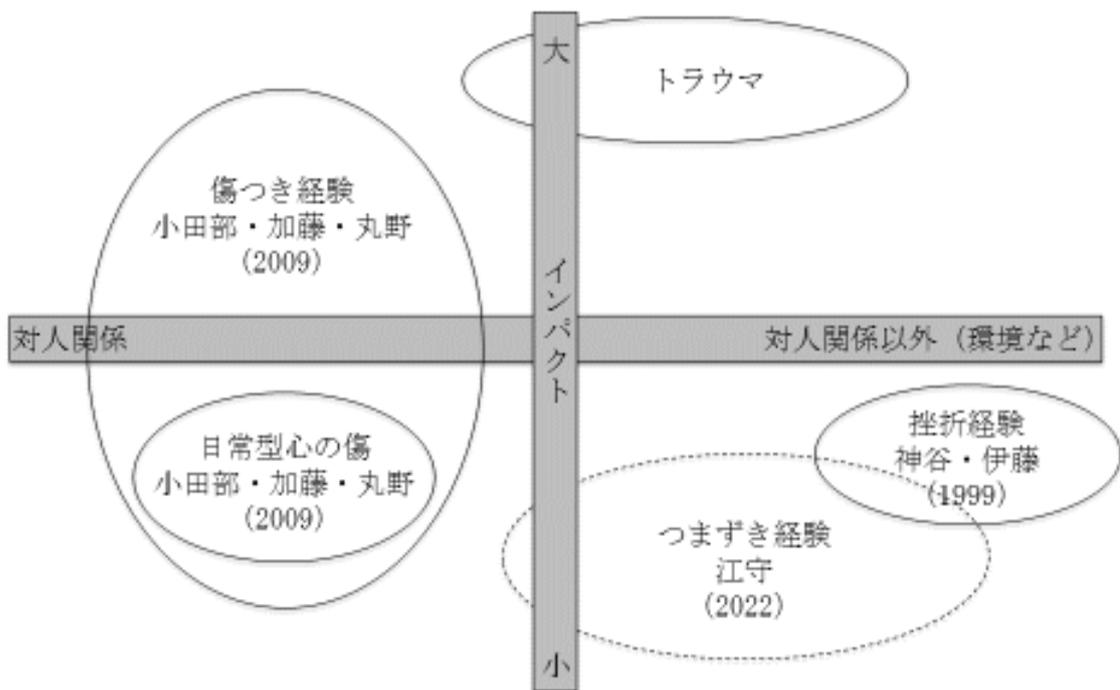


Figure1 ネガティブ経験関係図

1.3 「つまずき」概念の提唱

つまずき経験は、江守 (2022) において、一度挑戦して出来なくなってしまった出来事や苦手になってしまった出来事と定義されている。江守は大学生に調査を行い、自身が「つまずき」経験と捉えている出来事が、学業や対人関係、進路など多岐に影響することを示した。しかし、つまずき経験が示す概念は明らかにできていない。そこで、挫折よりインパクトが小さく、挫折経験より日常的に起こる些細なネガティブ経験のことを指す概

念として提唱することができれば、問題の大きさに合った対処を選択しやすくなる可能性がある。よって、つまずき概念の提案でより細やかな心理的支援を提供できるリソースとすることができると思う。

1.4 つまずき経験と日常型心の傷

ネガティブ経験の中に「日常型心の傷」と呼ばれる経験があり、人が日常の対人関係の中でより頻繁に体験している心の傷（小田部・加藤・丸野，2009）と定義されている。つまずき経験との共通点として「日常，些細な出来事」がネガティブ経験となることが挙げられる。一方，相違点としては，日常型心の傷は「対人関係」，つまずき経験は「対人関係以外」であることが挙げられる。

1.5 つまずき経験と挫折経験

挫折経験は多くの人を経験する出来事であり，研究も多数存在するが，定義は様々である。さらには，つまずきと挫折の概念について先行研究を用いて比較すると，共通点が多く，区別が可能なのか判然としない。

1.6 本研究の目的

以上より，「つまずき」概念を用いることで，より個々のネガティブ経験にフィットした心理的支援を行なえる可能性がある。そこで本研究では，心理的な「つまずき」概念を明確にするために，「挫折」との差異を明らかにするとともに，「つまずき」概念を提唱する意義を見出すことを目的とする。

第2章：研究1 つまずき経験と挫折経験の区別

2.1 目的

つまずき経験と挫折経験について，具体的な事例を用い，大学生のつまずきと挫折の捉え方に違いがみられるのか検討し，概念を整理する。

2.2 対象者

つまずき・挫折経験に関する自由記述調査を予備調査，つまずき・挫折経験に関する質問票を用いた調査を本調査とした。予備調査対象者は桜美林大学大学生，および大学院生と清泉女学院大学大学生の計78名（年齢 $M=21.4, SD=6.7$ ）であった。

本調査対象者は桜美林大学大学生，および清泉女学院大学大学生の計101名（年齢 $M=20.3, SD=1.1$ ）であった。

2.3 調査方法と実施期間

2024年7月～8月に予備調査としてweb式調査を実施した。桜美林大学・清泉女学院大学に勤務している教員に，調査への協力を依頼し，許可が得られた教員が担当している講義の終了後にweb式調査のURLを配布した。回答は無記名で行われ，実施時間は15

分程度であった。

2024年11月～12月に本調査としてweb式調査を実施した。対象とする大学、調査の依頼方法、回答などは予備調査と同じ手順で行なった。

2.4 質問項目

予備調査の質問構成は以下のとおりであった。

- ① フェイスシート
- ② 挫折した経験、つまずいた経験について（自由記述）

本調査の質問構成は以下のとおりであった。

- ① フェイスシート
- ② 予備調査で収集した経験を質問項目に整理し作成した質問票

2.5 倫理的配慮

本研究は、桜美林大学研究活動倫理委員会から承認（2024年6月承認、承認番号24021）後、実施された。

- ① 研究協力者である学生に対し、調査目的、プライバシーの保護を書面と口頭で伝えた。
- ② 調査において、実施中に研究協力者が不調を訴えた場合は、適切な対応を行うことを伝えた。
- ③ ①と②について了解が得られ、かつ研究に対する同意の得られた者についてのみ、web式調査に参加していただいた。

2.6 分析

予備調査において、自由記述で得られた項目をもとに質問項目を検討した。検討はゼミにて行われ、指導教員とゼミ生3名の協力のもと項目を検討・作成した。作成された質問項目は59項目であった。予備調査において作成した質問票で得られた得点をもとに探索的因子分析を行なった。

2.7 結果

予備調査において作成した59項目について質問票で得られた得点をもとに探索的因子分析（最尤法、プロマックス回転）を行なった。因子数は、固有値の減衰パターン、および因子の解釈の可能性を考慮して5因子とした。因子負荷量は.30以上とした。第1因子は受動的つまずき因子、第2因子は能動的つまずき因子、第3因子は失敗による挫折因子、第4因子はつまずきに伴う諦め因子、第5因子諦めによる挫折因子と名づけた。

2.8 考察

つまずき経験と捉えられる出来事では、受動的つまずき、能動的つまずきつまずきに伴う諦めといった内容が挙げられた。挫折経験と捉えられる出来事では、失敗による挫折、諦めによる挫折といった内容が挙げられた。以上のことから、つまずきと挫折において、「つまずき」と感じる出来事、「挫折」と感じる出来事について捉え方に違いがあることが明ら

かとなった。また、つまずきと挫折の中にも捉え方が異なると解釈される出来事があることが示された。

第3章：研究2 心理尺度におけるつまずき経験と挫折経験の差異

3.1 目的

心理尺度を用いて、挫折経験とつまずき経験における差異について明らかにする。

3.2 対象者

調査対象者は桜美林大学大学生、および清泉女学院大学大学生の計101名（年齢 $M=20.3, SD=1.1$ ）であった。

3.3 調査方法と実施期間

調査の実施期間、方法は研究1の本調査と同様の手順である。つまずき経験と挫折経験について想起して回答してもらう項目があったため、つまずき経験想起群（以下、つまずき群）と挫折経験想起群（以下、挫折群）に分け、回答を求めた。

3.4 質問項目

質問構成は以下のとおりであった。

- ① フェイスシート
- ② つまずき・挫折尺度
- ③ つまずき経験および挫折経験の想起
- ④ BenefitFinding 尺度
- ⑤ 短縮日本語版出来事を中心性尺度
- ⑥ 大学生版自己肯定感尺度

3.5 倫理的配慮

本研究は、桜美林大学研究活動倫理委員会から承認後、実施された。なお、倫理的配慮の内容は研究1と同様である。

3.6 分析

Web調査のデータについて分散分析を用い、挫折経験とつまずき経験において、自己肯定感、BenefitFinding、出来事を中心性に差異が生じるのか比較した。

3.7 結果

つまずき経験群と挫折経験群において、3つの心理尺度の各因子を用いて、心理尺度に差異が生じるのか、分散分析を用いて比較を行なった結果、各群と各尺度の各因子において、有意な差は見られなかった。

3.8 考察

つまずきと挫折において、有意な差が見られた因子はなく、心理尺度における差異は明らかにすることができなかった。

第4章：総合考察

研究1と研究2より、つまずき経験と挫折経験における違いは、心理尺度では図ることが難しいものの、経験として捉え方に違いがあることが明らかになった。つまずきと挫折には経験したその人がどう捉えたのかという部分が違いを分ける際に重要になってくるのではないかと考えられる。

本研究からつまずき経験という概念は、問題の大きさによって介入方法を選択しやすくすることができ、個々の経験に見合う適切なケアを受けることができる可能性が示唆されたと考える。また、自己肯定感への介入によって「挫折」と捉えられていた経験が「つまずき」と捉えることができるようになる可能性も示唆された。しかし、この2点についてはさらなる検討が必要である。

引用文献

- 東明奈・伊藤大輔 (2022). 心的外傷後成長に関する研究動向とその展望—適応的側面と非適応的側面に着目して— 発達心理学研究, 28, 21-28
- 江守夏穂 (2022). 過去のつまづき経験が自己肯定感に及ぼす影響
- 古木美緒・森田美弥子 (2009). 挫折経験から自己受容に至るプロセス—大学生を対象にして— 日本教育心理学会総会発表論文第 51 回総会発表論文集
- 伊藤大輔・鈴木伸一 (2009). ト라우マ体験の致死性の有無が外傷後ストレス反応および外傷体験後の認知に及ぼす影響 行動療法研究, 35 (1), 13-22
- 神原知愛 (2008). 大学生の挫折経験に関する心理学的考察 (1) —挫折観をもとに— 日本教育心理学会総会発表論文第 50 回総会発表論文集
- 神原知愛 (2009). 大学生の挫折観と挫折乗り越えとの関連—自己成長感, ソーシャル・サポートに着目して— 慶應義塾大学大学院社会学研究科紀要, 68, 183-186
- 上條菜美子・湯川進太郎 (2016) ストレスフルな体験の意味づけにおける感情—出来事の種類をふまえて— カウンセリング研究 49 (1), 11-21
- 神谷俊次・伊藤美奈子 (1999). 挫折経験の受容と有能感 日本教育心理学会総会発表論文集, 41, 548
- 勝間田冬華・堀井俊章 (2023). 青年期における過去の傷つき経験を契機とする成長と被受容感および自尊感情との関連 教育デザイン研究, 14, 99-108
- 近藤茉莉依・宮戸美樹 (2014). 青年期における挫折経験の捉え方—経験 M 内容に着目して— 日本心理学会第 78 回大会発表論文集
- 松本昇 (2022). ト라우マティックなライフイベントについての出来事中心性尺度日本語版の作成 心理学研究, 93,32-42
- 松下智子 (2005). ネガティブな経験の意味づけ方と開示抵抗感に関する研究 心理学研究, 76-5,480-485
- 永井暁行 (2017). 友人関係における傷つき経験の影響尺度の構成—信頼性と妥当性の検討— 日本教育心理学会第 59 回総会発表論文集
- 小田部貴子・加藤和生・丸野俊一 (2009). 「心の傷」に関する諸研究をどのように位置づけるか—「日常型心の傷」を取り入れた新たな枠組みの提案— 九州大学心理学研究, 10.61-80
- 小田部貴子 (2008). 対人関係の中での「日常型心の傷」—歪められていく自己像/他者像— 教育と医学, 56, 426-433
- 小田部貴子・加藤和生 (2007). 反復性のつらい体験によって形成される「心の傷スキーマ」の実証的研究—関下感情プライミングパラダイムを用いて— パーソナリティ研究, 16 (1), 25-35
- 小田部貴子・加藤和生・丸野俊一 (2009). 「傷つき体験」の内実とその心理的影響の解明 青年心理学研究, 21, 17-29
- 小田部貴子 (2011). 「傷つき体験」による心理的影響プロセスの解明—「状況依存的記憶」と「言語的記憶」を媒介したプロセスモデルの検討— パーソナリティ研究, 20 (2), 127-137

- Rubin,D.C・Berntsen,D.(2008). ストレスフルな出来事の記憶—アイデンティティへの影響— (仲真紀子(編)認知心理学へのアプローチ, 105-117)
- 佐藤浩一 (2017). 成功経験と失敗経験に対する自伝的推論とアイデンティティ発達, 適応との関連 認知心理学研究, 14 (2), 69-82
- 渡邊ひとみ (2020). 青年期のアイデンティティ発達とネガティブ及びポジティブ経験に見出す肯定的意味 心理学研究, 91 (2), 105-115
- 吉森丹衣子 (2015). 大学生版自己肯定感尺度の作成—カウンセリングの立場を重視して— 国際経営・文化研究, 19, 105-115