

## 対人ストレスにおけるストレス反応規定要因の検討

### ——本来感、開示抵抗感、時間的連続性を含めたモデルの検討——

現在、大学生における不適応が問題視されており、精神的健康の促進が課題であるといえる。先行研究では、自己開示、本来感、時間的展望などの要因と精神的健康との関連が示唆されてきた。特に、本来感とは、“自分自身に感じる自分の中核的な本当らしさの感覚”（伊藤・小玉, 2005a）と定義され、精神的健康の促進要因として近年注目されている。しかし、これらの要因を総合的に考慮した研究はされていない。したがって、本研究では、大学生における開示抵抗感、本来感、時間的連続性がストレス反応にどのように影響するのかについて検討した。

大学生を対象に質問紙調査を実施し、254名を分析の対象とした。共分散構造分析の結果、他者評価の懸念に関する開示抵抗感が本来感を低下させ、ストレス反応を高めるモデルが最も有効と思われた。また、時間的連続性は本来感に影響を及ぼすと考えられた。一方、適合度はやや劣るが、本来感が開示抵抗感に影響を与えるモデルも有効であるという結果が得られた。以上の結果から、開示抵抗感の弱い者は他者に開示をするという対処方略により、ストレス反応を低減させると考えられる。それに対して、開示抵抗感の強い者にとっては本来感を高めるようなアプローチがストレス反応の低減に効果的であると考えられる。