

ネガティブな体験後の心理的成長に関わる概念の文献的検討

千葉 柊 作*

問題と目的:「ネガティブな体験を経てもポジティブな変化をしまう」という概念が提唱されているが、現状はいくつかの概念が存在している状況であり、さらにそれらの考え方の異同について未だ十分な検討が行われていない。本研究の目的は、ネガティブな体験後に経験しまうポジティブな変化について、文献検討から概念整理を行うことにある。

結果と考察:心的外傷後成長(PTG)、有益性の発見(BF)、ストレス関連成長(SRG)といったいくつかの概念を概観したところ、想定する内容はほぼ似通っているが時系列や体験によって違いがあるなど、いくつかの差があることが明らかになった。これらの概念は一つの「心理的成長」の大きな枠組みの中で違った側面を反映しているものと考えられる。今後は、個々の概念の違いを意識した研究を行っていく必要がある。

キーワード:心的外傷後成長, 有益性の発見, ストレス関連成長

問題と目的

従来から、ストレスフルな体験をした後にPTSDをはじめとしたネガティブな影響についてみる研究は数多く存在している(飯村, 2016a)。一方でトラウマ的な体験やストレスフルな体験からポジティブな変化を見出すという考え方が近年になって見られてきている。その代表的な概念として心的外傷後成長(PTG: Posttraumatic Growth)があげられ、Tedeschi & Calhoun (1996)がそれまでにポジティブな変化を果たした人たちの文献やインタビュー調査の結果を尺度にまとめて以降、主にその尺度を使用した「ストレス体験後のポジティブな変化」について数量的な検討がなされるようになってきた。

一方、同じように「ストレスフルな体験からポジティブな変化を見出すこと」を表す概念は有益性の発見(BF: Benefit-finding)やストレス関連成長(SRG: Stress-Related Growth)など、いくつかの類似概念があげられている。これらの概念は「ネガティブな体験からポジティブな変容を見出す」という点で共通した方向性を示しながらも、違う概念として研究・発展が図られてきた。しかし実際には概念間で重なる部分は多く(千葉, 2016)、ネガティブな体験であってもポジティブな変化を見

*教育学研究科 博士課程後期/公益社団法人 宮城県精神保健福祉協会 みやぎ心のケアセンター 企画研究課 非常勤職員

出しうるかもしれないという考え方をどの概念に依拠すればいいのか、混乱が生じうる可能性がある。本論では、これらの概念を「ネガティブな体験からのポジティブな変化に資する概念」と定義付け、これまでの先行研究においてどのような関連性及び共通性、相違点があり、今後の研究ではどのような取り扱い方が望ましいと考えられるかを展望していく。

方法

本研究では、(1)レビューした概念の定義、ネガティブ経験の内容、主な尺度、因子構造について検討を加え、(2)それらの概念の特徴を踏まえながらその異同について論じていく。最後に、今後の研究についての展望について論ずる。

論文選択基準：(1)(2)共に、論文収集の検索エンジンとして、海外の文献は Google scholar 及び Web of science、国内の文献は CiNii を使用した。ネガティブな出来事からの心理的成長に関する概念は「心的外傷後成長 (Posttraumatic Growth)」「ストレス関連成長 (Stress-Related Growth)」「有益性の発見 (Benefit-Finding)」を対象として、検索ワードとして使用した。(1)については、論文の内容から各概念の尺度や内容について検討しているものを抽出して、これまでの研究を概観した。(2)については、(1)で検討した論文に加えて上述した検索エンジンにて「“Posttraumatic Growth” AND “Stress-Related Growth” AND “Benefit-finding”」を検索ワードとして抽出した1,300件のうち、タイトル及び abstract から判断して、二つ以上の概念を変数もしくは論説の対象として扱った研究及び論説を対象とした。

結果と考察

(1)各概念の特徴

本節では、PTG をはじめとしたネガティブな体験からの変化を表すとされる概念について、これまでの研究からどんな内容でどんな特徴があるかについてまとめる。表1に、それぞれの概念の特徴をまとめた。

心的外傷後成長：PTG

PTG は、Tedeschi & Calhoun (1996) が提唱した概念であり、ネガティブな経験から生じうるポジティブな変容一般を指す。また別の操作的な定義では「危機的な出来事や困難な経験との精神的なもがき・闘いの結果生ずるポジティブな心理的変容の体験 (宅, 2010)」とも考えられている。これらの定義から PTG はかなり広い範囲を成長 (Growth) と捉えていることがうかがわれるが、そのプロセスとして自身の価値観が揺るがされるほどに危機的な状況にもがくことを前提としている (Tedeschi & Calhoun, 2014)。そのため PTSD といった精神症状と併存するということが十分考えられ、PTSD が発症しているから PTG は経験しえない、ということではない (宅, 2016)。がん患者を対象とした PTG の研究では PTSD や心的外傷後ストレス症状 (PTSS: Posttraumatic stress symptoms) との関連性は一貫した結果が得られていないが、両者の間に曲線的な関係性が指摘されているほか (副島, 2016; Zebrack, Kwak, Slasman, Cousino, Meeske, Aguilar, Embry, Block,

Hayes-Lattin, Cole, 2015), 交通事故に遭遇した方を対象とした調査では PTSD と PTG の持つ一部の要素との間にのみ正の相関が認められたなど (Nishi, Matsuoka, Kim., 2008), ストレス症状と PTG はかならずしも独立して存するとは限らないことが実証研究でも示唆されている。

PTG の具体的な内容については, Tedeschi & Calhoun (1996) の作成した PTGI (Posttraumatic Growth Inventory) という尺度に含まれる5因子(「他者との体験」「個人的な強さ」「新たな可能性」「精神的な変化」「人生に対する感謝」)が代表的である (飯村, 2016a)。

ただし, PTGI の各国語版では因子構造が若干異なる。しかしながら, これらの因子は「自己の変化」「人間関係の変化」「人生の哲学の変化」の3領域に収束されるという (Taku et al, 2007)。宅 (2016) は尺度にふくまれる内容は狭義の PTG であるとしており, 研究上の操作的定義として用いられるものとしている。例えば Morris, Wilson, chambers (2012) はがん患者を対象にした調査で, PTGI に「思いやり」と命名した因子を追加している。「思いやり」は相手に対する思いやりや人を大切にしようとする気持ちが高まることを反映した内容になっており, PTGI の「他者との関係」と内容が類似しているが別個の因子として抽出されている。千葉 (2017) はネガティブな出来事を経験後に見いだされたポジティブな変化について質的に検討した結果, 出来事があるがままにとらえようとする気持ちの変化である「さとり」, 物事の見方を肯定的な方向に変えようとする「肯定的な見方」, 問題への対処の仕方が増加したことを示す「対処の増加」といった変化のカテゴリを見いだした。宅 (2016) は尺度で測定するもののほかにも広義の PTG が存在することを指摘しており, このような内容もポジティブな変化である以上は広義の PTG に含まれると考えられる。逆に言えば PTGI のみではとらえられない PTG の在り方もあることが想定され, また文化による影響を受けることから (Tedeschi & Calhoun, 2014), 実際の「どんなことを PTG と呼べるのか」の内容は

表1 各種成長概念の特徴

概念名	定義	対象	主な尺度	因子構造(内容)
心的外傷後成長 (PTG: Posttraumatic Growth)	「ネガティブな経験から生じうるポジティブな変容一般 (Tedeschi & Calhoun., 1996)」「危機的な出来事や困難な経験との精神的なもがき・闘いの結果生ずるポジティブな心理的変容の体験(宅, 2010)」	「自分の中の価値観や世界観が揺るがされる出来事 (宅, 2016)」	Posttraumatic GrowthInventory (PTGI) (Tedeschi & Calhoun., 1996)	「他者との関係」「人間としての強さ」「新たな可能性」「精神的な変化」「人生に対する感謝」
有益性の発見 (BF: Benefit-finding)	「トラウマ的な出来事に起因するポジティブな効果 (Helgeson, Reynolds, & Tomich, 2006)」「逆境に直面した人が, そのつらい経験の中に何らかのベネフィット (すなわち, 得られたものや学んだもの, あるいはポジティブな変化) があったことを感じることを指す主観的な概念(千葉, 2016)」	非特定の様々な逆境体験(千葉, 2016)ただし論文数としてはがん研究が多い。	Perceived Benefit Scale (McMillen & Fisher, 1998) Benefit-finding Scale (Tomich & Helgeson, 2004) etc	「個人的な変化」 「他者への親密性の増加」 「利益(materialgain)」
ストレス関連成長 (SRG: Stress-RelatedGrowth)	「ネガティブな体験からの成長 (Park, Cohen, Murch., 1996)」	継続性のある様々なストレス体験	Stress-Related GrowthScale (SRGS) (Park et al., 1996) Revised Stress-Related Growth Scale (RSRGS) (Armeli et al., 2001) etc	一定しない (RSRGSでは「他者との関わり」「宗教性」「人格的強さ」「所属感」「情動統制」「自己理解」)

PTGIの内容だけでなく多岐にわたることが予想される。

PTGが起こりうる対象は「自分の中の価値観や世界観が揺るがされる出来事」と考えられている(宅, 2016)。PTGはその単語の中に「トラウマ」を含んではいるものの、精神医学の代表的な診断基準であるDSM-5におけるPTSDを発症させるトラウマのような生命への危機的な出来事に限らず、死別体験(Michael & Cooper, 2013)や苦境体験(西野・沢崎, 2014)など幅広い対象についてPTGが報告されている。宅(2016)はPTGが発生する体験はその主観性が重視されており、体験した個人が自分の価値観が揺さぶられ、挑戦され、もがいた結果であればどんな体験であってもPTGは起こりうることを指摘している。実際に、どの程度自分の中の価値観や世界観が揺るがされたかがPTGIで測定する内容に対して有意な影響を示していたことが実証研究で示されている(Cann, Calhoun, Tedeschi, & Solomon, 2010; Taku & Oshio, 2015)。一方で、トラウマの種類によってPTGに発生する要因が異なることが示唆されているなど(林・市井・宅・富永, 2015)、どんな体験をしたかでの後の「成長」の在り方は変化しうる可能性が考えられる。統計的検討はなされていないが、ガン患者・大学生・交通事故に遭遇した方・東日本大震災の被災者を対象としたPTG研究の結果を比較した際には点数の程度は異なっていた(武富・田淵・藤田, 2016)。

PTGは危機的な状況からもがいた結果として与えられるご褒美のようなもので、トラウマ症状の低減を目的としたものではない(Tedeschi & Calhoun, 2014)。また、比較的長期にわたって発生する変化であると捉えられており(Tedeschi & Calhoun, 2004)、人間性の変化そのものを指す、重大な認知枠組みの組み換えでもある。Big5をはじめとしたパーソナリティー傾向との関連性を見る研究もみられ(Krancic, Iskili, Aker, Gul, Erkan, Ozkol & Guzel, 2012)、人格的な変容についての実証的見地があることがうかがわれる。

以上のようにPTGは非常に大きな枠組みで成長をとらえており、ネガティブな体験からの「ポジティブな変化」があれば広義のPTGととらえることができる。しかし一方で、どんな体験かによっておこる成長の質が異なることも報告されていて、それらの差を考えていくことが課題であると指摘している報告もある(宅, 2016)。

有益性の発見 (Benefit-finding)

有益性の発見(BF: Benefit-finding)は、Affleck & Tennen (1996)が提唱した概念であり、「トラウマ的な出来事に起因するポジティブな効果(Helgeson, Reynolds, & Tomich, 2006)」「逆境に直面した人が、そのつらい経験の中に何らかのベネフィット(すなわち、得られたものや学んだもの、あるいはポジティブな変化)があったことを感じることを指す主観的な概念(千葉, 2016)」と定義されている。BFは比較的ストレスイベント後の早期に見られると考えられており(Davis & Nolen-Hoeksema, 2009)、その早期において有益性を見出すことが将来のうつや不安傾向といったものの低減とポジティブな状態の増大につながるとされている(Carver & Antoni, 2004)。また、ストレス状況に対するコーピングそのものを表すわけではないものの、関連性について議論がなされている(竹内・藤井, 2015)。

BFを測定する尺度はいくつか提案されている。Helgeson, et al. (2006)はBF及びPTGを対象

にしたメタ研究を行っているが、その際BFを測定する尺度として対象としたのはMcMillen & Fisher (1998)のPerceived Benefit Scale (PBS)とTomich & Helgeson (2004)のBenefit-finding Scale (BFS)であり、それらが代表的な尺度であると考えられる。その中でPBSの因子構造は「Personal Change (個人的な変化)」「increased closeness with others (他者への親密性の増加)」「material gain (利益)」となっていて、千葉(2016)は「個人的な変化」「他者への親密性の増加」はほかの成長概念と共通しているが、「この出来事を経験した結果として、得られたものがあった。」といった項目の含まれる「material gain」についてはほかの尺度になく、BFに特徴的であるとしている。その他に本邦でも竹内・藤井(2015)の、国内の対象者への自由記述式アンケートから得られた項目をもとに作成した有益性発見尺度や、死別体験者を対象とした有益性発見尺度(坂口, 2002)が開発されていたり、特定疾患を対象とした尺度も提案されている(千葉, 2014)。このように、BFを測定する尺度は複数存在しており、対象とする体験によって尺度が異なる場合がある。

対象とする体験は非特定の様々な逆境体験が対象となりうるが(千葉, 2016)、代表的な尺度の一つであるBFSを開発したTomich & Helgeson (2004)の研究ががん患者を対象としているなど、主な研究対象ががん(Cancer)である傾向にある。黄・荒井・兒玉(2013)では「がんの恩恵」をとらえる概念としてBFを挙げており、Cruess, Antoni, McGregor, Kilbourn, Boyers, Alferi, Carver, & Kumar (2000)では「病などの」逆境体験からのポジティブな変化をBFと定義している。全体としてBFは理論的には「逆境」を対象としているが、実際にはがんをはじめとした医学領域での研究の知見が多い。

したがって、BFに関してはネガティブな体験から何かしらの「利益」をその体験の比較的早期に見出す考え方とみなされており、危機的な状況に対してもがき続けることを必ずしも必要としていない。千葉(2016)も、BFについては中核的な信念の揺さぶりを必須としていないと述べている。一方その後の精神健康に好影響をもたらす研究も報告されていることから(Cruess et al., 2000; Carver & Antoni., 2004)、一つの対処方略的な要素を含んでいることが考えられる。

ストレス関連成長 (Stress-Related Growth)

ストレス関連成長 (SRG: Stress-related Growth)はPark, Cohen, Murch (1996)の提唱した「ネガティブな体験からの成長」を示す概念である。主要な尺度としてはPark et al. (1996)のStress-Related Growth Scale (SRGS)やその改訂版であるRSRGS (Armeli, Gunthert, & Cohen (2001)がよく知られており、日本ではRSRGSを翻訳した自己成長感尺度(信野, 2008)が存在している。自己成長感尺度作成時には2回にわたって調査が行われているが、1回目が4因子(「自己安定感」「他者への誠実な態度」「他者つながり感」「他者尊重」)、2回目では2因子(「自己信頼感」「他者つながり感」と因子構造が異なる結果となっており(信野, 2008)、さらにその原版であるRSRGSでは7因子構造(「他者との関わり」「宗教性」「人格的強さ」「所属感」「情動統制」「自己理解」)、また改定前のSRGSでは一因子構造と、因子の内容が一定していない。信野(2008)は日本人の対人関係の重きの置き方が欧米と違っていることやサンプルの違いを因子の不安定性の理由として挙げている。すべてに共通しているのは「他者つながり感」といった他者との関係性について新しい感覚を持つこ

と(項目例:「周囲の人と密接なつながりを持っているという感覚」)が考えられる。

SRGの起こる対象は特定されておらず、国内の研究では高校受験期(飯村, 2016b)や恋愛関係の崩壊(中山・橋本・吉田, 2017)といった体験を対象としてSRGの研究が行われている。一方で, Abraham & Stein (2015)は, ある一時点のトラウマとは違う体験であることから, 継続した体験からの成長感を述べる場合にはストレス関連成長の語を使用することが適当としている。ストレス体験一般が対象として考えられるほか, 日常的な体験もSRGの起こりうる契機となりうる(LoSavio, Cohen, Laurenceau, Dasch, Parrish, Park, 2011)。このように, SRGの対象となる体験は「トラウマとは区別される比較的軽微なストレス体験」ととらえることができ, 特に測定時点であっても継続している体験が特有の対象と指摘されていることが特徴的である。

(2)概念間の関係性

以上のようにストレスフルな体験からどう変化していく, あるいは立ち直っていくことを示すとされる概念はいくつか存在している。では, それら概念の相違はどこにあるのだろうか。本節では先に検討した各概念の特徴を踏まえてその関連性及び相違性に関して考察を加える。

先に挙げた3つの概念(PTG, BF, SRG)について, 前項で論じてきた各概念の尺度レベルの内容を踏まえると, 共通するのが「人間関係の変化」と「自分自身の強さの発見」である。表現の仕方に多少の差異はあるにしても, この二点を表す内容がPTG, BF, SRGを測定するそれぞれの尺度に含まれていた。人間関係について肯定的な変化を認知することと自分の中にこれまでなかった強さを見つけることが一つの成長として捉えられていることが示唆される。また, 各成長概念と関連する要因を検討したメタ研究が二件あり, そのいずれもが尺度の違い(PTGIか, BFSか, SRGSか)による関連要因の効果量に有意な差はなかったことを報告している(Helegeson et al, 2006; Prati & Pietrantonio, 2009)。さらに, トラウマイベント後の成長感について介入研究を行った研究をメタ分析した結果においても, 尺度による効果量の違いはほとんど認められなかった(Roepke, 2015)。これらのことから, 少なくとも測定上は, 各成長概念は大きく二つの内容で類似しており, さらに関連する要因も似ているということが推察される。研究上, 大きく「トラウマからの成長」という視点で見た場合にはこれら3つの概念間の違いがクローズアップされることは少なく, 一つにまとめてレビューを行っている研究もある(Joseph & Linely, 2006)。したがって, これら3つの概念が相当似たような意味合いを持っていることは考えられる。

一方で二者間の関係について詳しく見ていった場合, PTGとSRGについてはSRGがストレス体験一般を起こりうる対象にしているのに対し, PTGは個人の世界観を揺さぶられるような体験であればどんなものでもトラウマになりうるというかなり包括的な概念である。Tedeschi & Calhoun (1996)がPTGIを作成する際にも教示で想起させる対象を「Stressful event」としていたことからもうかがえ, 更に最近の研究ではストレス関連成長を標榜しながら実際に使用する尺度はPTGIというものもみられる(中山ら, 2017)。尺度项目的に考えると, PTGでは考えられなかったような可能性を見出すことを示す「新たな可能性」がSRGと比して特徴的と言えるが, それ以外のドメインは似通っている。このように, 両者が「成長」と規定するものは内容的にはかなりの類似

点がみられ、定義的に見ればPTGの起こりうるストレスイベントの一部としてSRGのストレス体験を含んでいると考えることができる。一方で、パレスチナ人を対象としてPTGとSRGを同時に検討した研究では両者の相関係数が $r=.284$ とそこまで高い値とは言えず、「どんな体験と関連があるか」がPTGとSRGで異なる結果となっている(Kira, Aboumediene, Ashby, Odenat, Mohanesh & Alamia, 2013)。Kira et al. (2013)の結果では、Survival trauma(生き残ったことによるトラウマ)など一時的に重大なトラウマ体験はPTGのみと正の相関がある一方、複雑性トラウマの症状はPTGとの関連はなくSRGとは負の相関を示していた。また、先述したようにAbraham & Stein (2015)では一時的なトラウマからの成長はPTG、継続しているトラウマ的な体験ではSRGの考え方を使うべきであるとの見解を示している。複雑性トラウマは継続したトラウマ体験をさすことから、Kira et al. (2013)の結果はこの指摘を支持しているものとも考えられる。これらのことを考えると、PTGとSRGは内容は類似しているが、「どんな体験であったか」、特に「その体験が継続されているかどうか」で区別される可能性がある。そのような体験の違いによってその後に見える成長の性質は異なる可能性があるが、実証的な検討は少ないのが現状である。

BFとPTGを考えたときにも、理論的には測定するドメインは似通っており、千葉(2016)は両者に重複する部分があることを指摘している。先述したように関連要因は尺度による違いはなく、異なる概念として同時に検討した研究でも $r=.71$ と高い相関係数を示している(Jansen, Hoffmeister, Chang-Claude, Brenner, Arndt, 2011)。しかし、先に触れたようにPTGとBFは「長期」か「短期」かで区分される向きがある。PTGは長期にわたって起こりうる重大なパーソナリティの変化であり(Tedeschi & Calhoun, 2004)、必ずしも精神症状を低減するものではないのに対して、BFはトラウマ体験の比較的早期に発生してコーピングとの関連性が深く、再評価コーピングに関連するメタ認知とつながりがある(竹内・藤井, 2014)、将来のうつ症状を抑制しうる(Carver & Antoni, 2004)など、定義上その立ち位置は大きく異なる。Jansen et al. (2011)のがん患者を対象とした検討でも、両者間の関連性は深い一方でQuality of Life (QOL)はPTGとしか関連がなかったなど、BFはPTGの定義である「長期的で質的な変化」とまでは言えない可能性が考えられる。また、Sears, Stanton, Danoff-Berg (2003)では時間との正の相関があったのはPTGのみであり、同時に測定したBFについては相関がみられなかった。この結果からも、時間を経て増加するのがPTGで、時間の経過とは関わらない成長感がBFととらえることができる。このことから考えたとき、PTGとBFは時系列の違いであり、ストレス体験初期においてBFを経験することでコーピングが促進され、結果として長期的なPTGに結びつくのではないかという仮説が考えられる。この方向でBFとPTGを考えたときには、BFはPTGの一つの入り口であり、両者は連続的な概念ととらえることができる。PTGは人間的な成長に至る過程そのものを指すことも多い(宅, 2016; 飯村, 2016)ことから、広く考えたときにはBFとPTGは重複して起こりうると思われるかもしれない。

しかしBFとSRGについては、両者に焦点を絞って検討する研究は見られなかった。これは、両者がPTGとの共通点大きいこと、PTGが成長を示す概念としては広く使われている傾向にあることから、あえてこの二つに対して検討が行われてこなかった可能性がある。両者についても共通

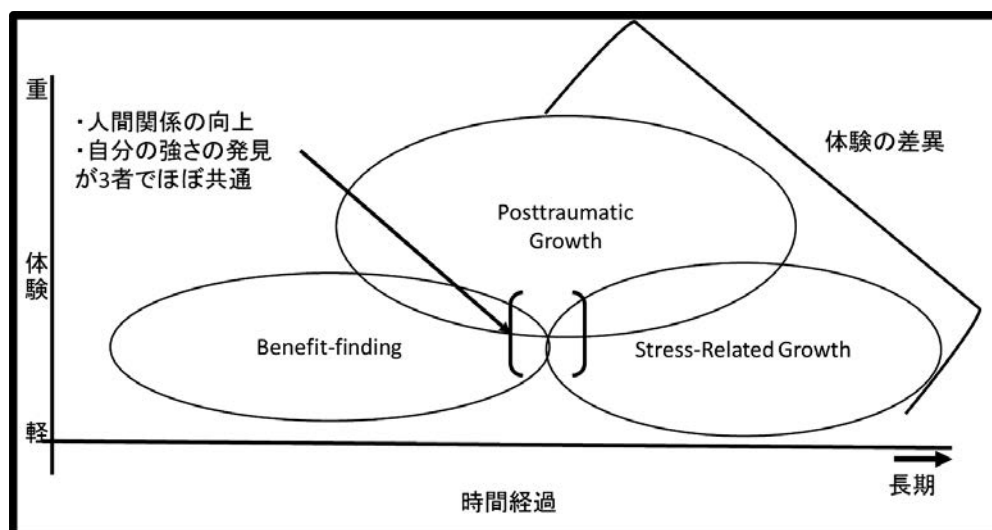


図1 「ネガティブな体験からの成長」の概念図

点はいくつかみられることから同じような類似点が考えられる一方で、相違点については明確なことは言えない。今後検討することが求められる。

以上を踏まえ、「成長」に資する概念で代表的なもの (PTG, BF, SRG) を比較した際には、その内容そのものに大きな差はないが、PTG と SRG であれば「体験の差」、PTG と BF であれば「時系列及び機能の差」があることが考えられる (図1)。すなわち、これらの概念は同じ「ネガティブな体験からのポジティブな変化に資する概念」、ひいてはネガティブな体験からどう人がより強く成長していくかという共通した現象ではあるのだが、違った側面を反映していると仮説づけられる。「ネガティブな経験からの成長」という大きな枠組みはあるが、それに付随する時間や体験といった要素が関連することによって成長感は違った性質を持つ可能性が示唆された。

今後の展望

ここまでで、PTG といった「心理的成長」として考えられる概念の差異と共通点について論じ、「成長」と考えられる概念はそれぞれ別の側面を測定する共通したものである可能性について言及した。本項では、今後の「心理的成長」概念の研究方法について考えていきたい。

今回整理されたように、PTG, BF, SRG は「別の側面をとらえている一つ概念」である可能性がある。しかしこの領域の研究は多様なストレス・トラウマ場面で PTG に集中している傾向にあり、BF についてはがんなど医療の領域で研究が発展していて、概念間の接続が薄い。体験による差が考えられるにも関わらず、これらの概念はそれぞれの違いを意識して検討されることが少ない。このことは「どんなものを心理的な成長と呼べばいいのか」という根源的な問いに対して明確な回答を難しくさせるほか、臨床的な利用を考えた場合にもどの概念がどんな側面を表現しているかがわかりづらく、例えば心理療法の効果指標として扱うと考えたとしても結局どんな効果があったとい

えるのかが不明瞭になってしまう恐れがある。トラウマ的な体験からでも人は成長しうるという魅力的な概念を生かすためにも、成長の領域はどの側面を重視するかによって内容が異なってくることを意識し、その差を検討していく必要があると考えられる。

一方で、今回検討した3つの概念のうちで特に共通した因子が「人間関係の向上」と「自分の強さの発見」であった。この二つの因子が、ネガティブな体験からの成長においては普遍的に出現しうる要素であるかもしれない。概念間の差異を念頭に置きながら、この二つの共通因子に注目していくことで、「成長概念」の性質についてより深く理解することができると考えられる。

以上のような指摘を踏まえて、今後の成長概念の検討が進められていくことが望ましい。

【参考文献】

- Abraham, K. M., & Stein, C. H. (2015). Stress-related personal growth among emerging adults whose mothers have been diagnosed with mental illness. *Psychiatric Rehabilitation Journal*, 38(3), 227-233.
- Almedom, A. M. (2005). Resilience, hardiness, sense of coherence, and posttraumatic growth: all paths leading to "light at the end of the tunnel"?. *Journal of Loss and Trauma*, 10(3), 253-265.
- Armeli, S., Gunthert, K. C., & Cohen, L. H. (2001). Stressor appraisals, coping, and post-event outcomes: The dimensionality and antecedents of stress-related growth. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 20(3), 366-395.
- Cann, A., Calhoun, L.G., Tedeschi, R.G., Kilmer, R. P., Gil-Rivas, V., Vishnevsky, T., & Danhauer, S. C. (2010). The Core Beliefs Inventory: A brief measure of disruption in the assumptive world. *Anxiety, Stress, & Coping*, 23, 19-34.
- Carver, C. S., & Antoni, M. H. (2004). Finding benefit in breast cancer during the year after diagnosis predicts better adjustment 5 to 8 years after diagnosis. *Health psychology*, 23(6), 595.
- Cruess, D. G., Antoni, M. H., McGregor, B. A., Kilbourn, K. M., Boyers, A. E., Alferi, S. M., ... & Kumar, M. (2000). Cognitive-behavioral stress management reduces serum cortisol by enhancing benefit finding among women being treated for early stage breast cancer. *Psychosomatic Medicine*, 62(3), 304-308.
- 千葉理恵(著) 宅 香菜子(編) 第7章「ベネフィット・ファインディングー精神疾患を持つ人々を対象とした研究をもとに」。PTGの可能性と課題 金子書房, pp101-114.
- 千葉終作(2017) ストレスフルな体験からの変化についての分類の試み 東北大学臨床心理相談室紀要, 15, 49-63.
- Davis, C. G., & Nolen-Hoeksema, S.(2009). Making sense of loss, perceiving benefits, and posttraumatic growth. In S. J. Lopez & C. R. Snyder (Eds.). *Oxford library of psychology. Oxford handbook of positive psychology* (pp. 641-649). New York, NY, US: Oxford University Press.
- 林 麻由・市井雅哉・宅 香奈子・富永良喜(2015) 外傷体験についての思考・自己開示・聞き手の応答がトラウマ反応及び外傷後成長に及ぼす影響 ト라우マティック・ストレス 13(1), 51-59.
- 平野真理(2010) レジリエンスの資質的要因・獲得的要因の分類の試み：——二次元レジリエンス要因尺度(BRS)の作成 パーソナリティ研究 19(2), 94-106.
- Helgeson, V. S., Reynolds, K. A., & Tomich, P. L. (2006). A meta-analytic review of benefit finding and growth. *Journal of consulting and clinical psychology*, 74(5), 797.

- 飯村周平 (2016a) 心の外傷後成長の考え方——人生の危機とポジティブな心理的変容——. *ストレスマネジメント研究* 12(1), 54-65.
- 飯村周平 (2016b) 高校受験期に生じるストレス関連成長. *教育心理学研究* 64(3), 364-375.
- Jansen, L., Hoffmeister, M., Chang-Claude, J., Brenner, H., & Arndt, V. (2011). Benefit finding and post-traumatic growth in long-term colorectal cancer survivors: prevalence, determinants, and associations with quality of life. *British Journal of Cancer*, 105(8), 1158.
- Joseph, S., & Linley, P. A. (2006). Growth following adversity: Theoretical perspectives and implications for clinical practice. *Clinical psychology review*, 26(8), 1041-1053.
- Karanci, A. N., Işikli, S., Aker, A. T., Gül, E. İ., Erkan, B. B., Özkol, H., & Güzel, H. Y. (2012). Personality, posttraumatic stress and trauma type: factors contributing to posttraumatic growth and its domains in a Turkish community sample. *European journal of psychotraumatology*, 3(1), 17303.
- Kira, I. A., Aboumediene, S., Ashby, J. S., Odenat, L., Mohanesh, J., & Alamia, H. (2013). The dynamics of posttraumatic growth across different trauma types in a Palestinian sample. *Journal of Loss and Trauma*, 18(2), 120-139.
- 黄 正国・兒玉憲一・荒井佐和子 (2013) がん患者会参加者による会の援助機能評価とその関連要因の検討 *Palliative Care Research*, 8(2), 223-231.
- Levine, S. Z., Laufer, A., Stein, E., Hamama - Raz, Y., & Solomon, Z. (2009). Examining the relationship between resilience and posttraumatic growth. *Journal of Traumatic Stress*, 22(4), 282-286.
- LoSavio, S. T., Cohen, L. H., Laurenceau, J. P., Dasch, K. B., Parrish, B. P., & Park, C. L. (2011). Reports of stress-related growth from daily negative events. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 30(7), 760-785.
- McMillen, J. C., & Fisher, R. H. (1998). The Perceived Benefit Scales: Measuring perceived positive life changes after negative events. *Social Work Research*, 22(3), 173-187.
- Morris B A., Wilson B., Chambers S K. (2013). New found Compassion after prostate cancer: a psychometric evaluation of additional items in the Posttraumatic Growth Inventory. *Support Care Center*, 21, 3371-3378.
- Michael, C., & Cooper, M. (2013). Post-traumatic growth following bereavement: A systematic review of the literature. *Counselling Psychology Review*, 28(4), 18-33.
- 中山 真・橋本 剛・吉田俊和 (2017) 恋愛関係の崩壊によるストレス関連成長：愛着スタイル及び崩壊形態の関連パーソナリティ研究 26(1), 61-75.
- 西野明樹 & 沢崎達夫. 苦境体験における Posttraumatic Growth に関する研究, *目白大学心理学研究*, 10, 11-24.
- Nishi, D., Matsuoka, Y., & Kim, Y. (2010). Posttraumatic growth, posttraumatic stress disorder and resilience of motor vehicle accident survivors. *BioPsychoSocial Medicine*, 4(1), 7.
- 信野良太 (2008) 自己成長感尺度作成の試み 北星学園大学大学院社会福祉学研究科北星学園大学大学院論集 11, 125-136.
- 小塩真司・中谷素之・金子一史・長峰伸治 (2002) ネガティブな出来事からの立ち直りを導く心理的特性—精神的回復力尺度の作成— *カウンセリング研究*, 35, 57-65.
- Park, C.L., Colhoun, L.G., & Murch, R.L., (1996). Assessment and Prediction of Stress-Related Growth. *Journal of Personality* 64(1) 72-105.
- Prati, G & Pietrantonio, L (2009). Optimism, Social Support, and Coping Strategies As Factors Contributing to

- Posttraumatic Growth: A Meta-Analysis. *Journal of Loss and Trauma* 14, 363-388.
- Roepke, A. M. (2015). Psychological Interventions and Posttraumatic Growth: A Meta-analysis. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 83(1), 129-142.
- 坂口幸弘(2002) 死別後の心理的プロセスにおける意味の役割—有益性発見に関する検討 心理学研究 73(3), 275-280.
- Sears, S. R., Stanton, A. L., & Danoff-Burg, S. (2003) . The yellow brick road and the emerald city: benefit finding, positive reappraisal coping and posttraumatic growth in women with early-stage breast cancer. *Health Psychology*, 22(5), 487.
- 副島亮史・大城 怜・上別府圭子(著) 宅 香菜子(編) 第4章「がん患者や、京大・家族を対象としたPTG研究」. PTGの可能性と課題 金子書房, pp.65-79.
- 竹内弥央・藤井 勉(2015) ストレス体験における有益性発見尺度の作成および信頼性・妥当性の検討 人文, 13, 103-116.
- 宅 香菜子(2010) 外傷後成長に関する研究 風間書房.
- 宅 香菜子(編著) (2016) PTGの可能性と課題 金子書房.
- Taku, K., Calhoun, L.G, Tedeschi, R.G, Virginia Gil-Rivas.V G, Kilmer, R.P, & Cann, A (2007). Examining posttraumatic growth among Japanese university students, *Anxiety, stress & Coping*, 20(4), 353-367.
- Taku, K., & Oshio, A. (2015). An item-level analysis of the Posttraumatic Growth Inventory: Relationships with an examination of core beliefs and deliberate rumination. *Personality and Individual Differences*, 86, 156-160.
- Tedeschi, R.G, Calhoun, L.G (1996). The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the Positive Legacy of Trauma. *Journal of Traumatic Stress* 9,3, 455-471.
- Tedeschi, R.G, Calhoun, L.G (2004). Posttraumatic Growth: Conceptual Foundations and Empirical Evidence, *Psychological Inquiry*, 15, 1, 1-18.
- Tedeschi, R.G, Calhoun, L.G. (著) 宅 香菜子・清水 研(監訳) (2014) 心的外傷後成長ハンドブック—耐え難い体験が人の心にもたらすもの— 医学書院.
- Tomich, P. L., & Helgeson, V. S. (2004). Is finding something good in the bad always good? Benefit finding among women with breast cancer. *Health Psychology*, 23(1), 16.
- Zebrack, B., Kwak, M., Salsman, J., Cousino, M., Meeske, K., Aguilar, C., Embry, L., Block, R., Hayes-Lattin, B., & Cole, S. (2015). The relationship between posttraumatic stress and posttraumatic growth among adolescent and young adult (AYA) cancer patients. *Psycho-Oncology*, 24(2), 162-168.

A review of the concepts of “personal growth since aftermath of negative events”

Shusaku CHIBA

(Graduate Student, Graduate School of Education, Tohoku University)

(Miyagi Disaster Mental Health Care Center, Research and Planning Division)

Objective: Some researchers report that individuals can experience positive change despite experiencing stressful or traumatic events, but many similar and related concepts of positive change exist and it is not unclear whether they are same or different. The aim of this review was to organize several concepts that individuals experience as positive changes since the aftermath of the negative event.

Results and Conclusion: This study revealed that the contents of concepts that this review targeted, such as Posttraumatic Growth (PTG) , Benefit-Finding (BF) , and Stress-Related Growth (SRG) were very similar, but varied over time since the traumatic event and as per individuals' experience. We suggested that these concepts have different aspects in the framework of “Personal growth.” In the future, studies on growth need to reflect on the differences among each of the concepts.

Keywords : Posttraumatic Growth, Benefit-finding, Stress-Related Growth