

青年期における直接的泣き場面での対人援助に関する研究

——質問紙法と PAC 分析の調査より——

堂 周 平

“泣くこと”は、落涙を特徴とする生得的かつ生涯見られる感情表出行動である。他者の涙に接することによって、援助行動が引き出される。また、泣いた際に他者からのサポートを得ることによって、泣いた者の気分の改善度は高まる。しかし、それはどのような援助行動・サポートなのであろうか。本研究は、泣き場面における具体的な援助行動について、質問紙法と PAC 分析を用いて調査検討した。

質問紙法の調査により、傍にいる他者からの援助を経験している有群と無群とでは「ポジティブな自己変化」が有群の方が無群よりも高いことが示された。実際の泣き場面では、他者からの関わりがあることによって泣いた後にポジティブな気分変化が起きることが実証された。

具体的な援助内容についての調査を目的とした PAC 分析の結果からは、泣き体験が有かつ他者からの関わりを経験しているものほど、他者からの関わりを求める傾向は男女ともに強く、またそれによる良い影響を自身が実感していることがわかった。他者からの関わりにおいて重要な点は、『否定をせずにただ話を聴くこと』『無理に聞き出そうとはしないこと』などの、悲嘆者に対するケアと類似している点が挙げられるが、日常的に泣き体験が少ない被験者に対しては、話を聴くなどの直接的な関わりよりも、『気にしている』『いつもどおりに接する』などの間接的な関わりの方が有用であることがわかった。全調査対象者に共通する点として挙げられるのは、泣いた直後は無気力やもやもやとした状態となり、そのような状態の時はすぐに他者を求めるのではなく、自分の中で整理が出来てどのようなことが起こったのかを物語る事が出来るようになってから他者を求める点である。泣き体験の有無によって他者を求める程度に差はあるが、誰もが泣いた直後は他者を真っ先に求めることはない。そのような時に関わりを受けることは、迷惑をかけてしまう、という思いを抱かせてしまうことになりかねない。ただそこにいだけでも援助行動になることが調査対象者の語りから示唆されており、泣き体験者自ら語ることが出来る状態になるまでは、他者は援助行動を躍起になって行うのではなく、黙って見守ることが求められるのかもしれない。“泣くこと”をコミュニケーションと捉えると、日常から泣く頻度が高い者ほど他者に何かを伝える手段として“泣くこと”を用いている可能性が考えられる。つらい体験によって泣くことを経験する人は、自分の中で整理が出来てから人に語ることを選択する。その時が来るまで援助者は能動的に動くのではなく、そこに居る存在となって見守る受動的な姿勢が、泣き体験者に安心を与えることになるだろう。

日常の些細な出来事によって悲しみを感じている人々にとって、あるいは様々な泣き体験時の周囲の対応、本人の気分の改善などに本研究が少しでも役立つことを筆者は願う。