上越教育大学研究紀要　第43巻　令和５年８月31日
Bull. Joetsu Univ. Educ., Vol. 43, Aug. 31, 2023

大学生のメンタライゼーション能力とコーピング・スタイルおよび社会的自己制御能力との関係
－教員養成大学大学生を対象に－

金　子　稔　明*・五十嵐　透　子**

（令和５年１月19日受付；令和５年４月12日受理）

要　　旨

本研究では，教員養成大学大学生のメンタライゼーションの状態を明らかにし，コーピング・スタイルとコーピングの柔軟性および社会的自己制御能力との関連を検証した。質問紙調査によって得られた大学生440名（男性195名，女性245名）を対象に，メンタライゼーション能力をより詳細に捉えるためクラスター分析を行い，自己理解の側面と他者理解の側面それぞれの高さの組み合わせから抽出された５つのクラスターによる比較検討を行った。その結果，メンタライゼーション能力によってコーピング・スタイルの選択に差異があること，メンタライゼーション能力の自己理解の側面が高いほど「コーピングの柔軟性」と社会的自己制御能力の「自己主張的側面」が高く，メンタライゼーション能力の他者理解の側面が高いほど社会的自己制御能力の「自己抑制的側面」が高いことが示された。加えて，教員養成大学大学生のメンタライゼーションの状態と，ストレスフルな場面に遭遇した場合の行動とメンタライゼーション能力の関係性を，コーピング・スタイルと社会的自己制御能力の関係性も明らかにしながら考察した。

KEY WORDS
メンタライゼーション mentalization，教員養成大学大学生 students at a teacher training college，コーピング・スタイル coping style，コーピングの柔軟性 flexibility of coping，社会的自己制御 social self-regulation

1　問題と目的

青年期における友人関係は，自己やパーソナリティの発達において重要な役割を果たしていることはErikson[(1)]をはじめてとして，長きにわたり提唱されてきたが，1980年代半ばから関係の希薄化や表面化などの変化のみられることが明らかにされている[(2)]。このような変化がみられても，青年期である大学生にとって良好な友人関係（対人関係）を構築し維持することは，大学生活をより豊かで安心したものにするだけでなく，将来社会の一員として働く上で必要不可欠な社会的スキルを高めることにも関係する[(3)]。良好な対人関係を構築するには他者を理解することが求められるが[(4)]，他者とのかかわりは自己の理解を深め[(5)]，自己理解は他者理解を促進させること[(6)]が明らかにされているように，自己理解と他者理解は密接な関係にある。したがって，良好な対人関係の構築のためには自己理解と他者理解の２側面が求められると言えるが，このような２側面を高める力としてメンタライゼーション（mentalization）が挙げられる。

メンタライゼーション（mentalization）は，イギリスの精神分析家であるFonagyらによって，境界性パーソナリティ障害（borderline personality disorder：以下，BPDと略す）を抱える人たちへの心理療法で用いられた概念であり，メンタライジング（mentalizing：ある行動の背後にある感情や欲求などの精神状態に注意を向け，それを認識すること）が達成される状態やプロセスを指している[(7)]。つまり，行動の裏づけとなるあらゆる認知的活動からその行動を理解しようとすることがメンタライゼーションの特徴であり，「心の理論」や「メタ認知」にも類似する概念でもある。近年，BPDのみならず，自閉スペクトラム症（autism spectrum disorder：以下，ASDと略す）の人たちの円滑なコミュニケーションへのアプローチとしても用いられている[(8)(9)]。

山口[(10)]は，2010年初頭にわが国で初めてメンタライゼーションの状態を測定する方法を検討し，「対自的メンタライゼーション（mentalization of self）」（以下，MSとする）と「対他的メンタライゼーション（mentalization of other）」（以下，MOとする）の２因子からなるメンタライゼーション尺度を作成した。これ以降，増田を中心に教員養成大学の学生に焦点を当てた研究も進められ，MS，MOそれぞれの高さが特性的自己効力感を高め，特にMSの高い学生は特性的自己効力感が高いことが明らかにされている[(11)(12)]。さらに，増田・田爪・相澤[(12)]は，MSの低さが

*長岡市立越路小学校　　**臨床・健康教育学系

教育実習中の心配や不安，知識や技術に対する不安，自信の喪失に正の影響を与えていることを明らかにした。一方，MSが高いと自信を低下しにくく，指導教員や教育観にポジティブな印象やイメージを持ちやすくなることが示され，MOの高さも同様の効果があることを論じている。増田・田爪[13]は，教員養成大学の学生を対象に，クラスター分析によってメンタライゼーションの状態を６つのタイプに区分し，メンタライゼーションと共感性の関連を検討した。その結果，MS，MOともに高い学生は相手の立場に立って他者を理解しようとし，特にMOの高さが強く関連していることを明らかにしている。

メンタライゼーションの高低におけるポジティブおよびネガティブな影響の検討では，メンタライゼーションの低さと抑うつ傾向との関連が示されている[10]。抑うつ傾向は精神的健康度の指標[14]として，多くの要因との関連が検討され[15][16]，そのなかにはストレス・コーピングも含まれる[17][18]。鎌田[19]は，大学生のストレス反応とコーピング・スタイルの関連を検討し，使用するコーピング・スタイルにより，ストレス反応や精神的健康度が異なることを示している。抑うつ傾向との関連が示されているメンタライゼーションの個人差が，ストレスフルな場面におけるコーピング・スタイルの選択に関連している可能性が考えられる。

加えて，コーピングの柔軟性も抑うつ傾向と負の関係にあることが明らかにされている[20]。コーピングの柔軟性は「あるストレスフルな状況下で用いたコーピングがうまく機能しなかった場合，効果的でなかったコーピングの使用を断念し，新たなコーピングを用いる能力」（加藤，2001，p. 58）と定義されている。コーピングの柔軟性には，最初に選択したコーピングが効果的に機能しなかった場合に生じるストレッサーに対する適切な認知的評価と，新たなコーピングを選択したことによるストレス状態への適切な認知的評価が求められる。これらの認知的評価では，ネガティブな感情認知による危害や喪失の評価，またはポジティブな情動認知による挑戦の評価が行われていると考えられている[21][22]。そのため，ある行動の背後にある感情や情動などのあらゆる内的体験を理解するメンタライゼーション能力のなかでも，特に自己理解の側面を示すMSの高さが，コーピングの柔軟性の高さに関連していることが考えられる。

人はストレスフルな出来事に遭遇した際，何らかのコーピングを行っているが，それには社会的相互作用とも関係しており，コーピングが他者との関係に影響をおよぼすことが明らかにされており[23]，コーピングの選択は良好な友人関係においても重要である。原田・吉澤・吉田[24]は，社会的自己制御能力を「社会的場面で，個人の欲求や意思と現状認知との間でズレが起こった時に，内的基準・外的基準の必要性に応じて自己を主張するもしくは抑制する能力」（p. 84）と定義している。対人場面では，他者の感情体験を理解しながら自己の行動を制御することが必要であり[25]，増田・田爪[13]はMOの高さが関連することを明らかにしている。つまり，メンタライゼーション能力のなかでも，特に他者の感情や欲求といった内的体験を認識し理解する傾向であるMOの高い学生は，他者や集団とのかかわりの中で他者の視点に立ち，自己を制御する能力が高い傾向にあると考えられる。

本研究では，大学生のメンタライゼーションの状態が，コーピング・スタイルの選択と柔軟性および社会的自己制御能力とどのように関連するのかを検討し，ストレスフルな出来事に遭遇したときや，他者や集団とかかわる中でのコーピング・スタイルの傾向を捉えることを目的とする。また，学年間の比較を行い，学年によってメンタライゼーション能力に差異があるかを検討し，教員養成大学所属学生のメンタライゼーションの状態を明らかにする。以下に，本研究の仮説を示した。

仮説１．メンタライゼーションのMSとMOの組み合わせによって，コーピング・スタイルの選択に差異がある。
仮説２．メンタライゼーションのMSの高い学生の方が低い学生に比べ，コーピングの柔軟性得点が高い。
仮説３．メンタライゼーションのMOの高い学生の方が低い学生に比べ，「自己主張」「持続的対処・根気」「感情・欲求抑制」が高い。

２　方法

２．１　調査概要

2021年６月下旬から11月上旬にかけて，甲信越地方の国立大学法人教員養成大学に在籍する学部生（１－４年生）に質問紙調査を実施した。１－３年生に関しては，大学の講義終了後に口頭で説明を行った後，質問紙を配布し回答を求めた。４年生は，機縁法を用いて配布した。調査協力者に対しては，途中で回答を中断しても構わないこと，調査内容は統計的に処理され，研究の目的以外に使用しないこと，質問紙提出後は同意や回答の撤回はできないことを書面と口頭により説明し，同意する対象者は無記名式で回答を求めた。531名に質問紙を配布し，461名（回収率86.8％）から回答を得た。なお，本研究は上越教育大学研究倫理審査委員会の承認（2021-27）を受けて実施した。

2．2　分析対象

得られた回答のうち，回答に不備や記入もれがあるもの，明らかに回答に規則性のあるものを除いた440名（男性＝195名，女性＝245名；平均年齢＝20.0歳；標準偏差＝1.43；*range*＝18-24）を分析対象とした（有効回答率95.4％）。

2．3　調査内容

質問紙は，デモグラフィック要因（性別，学年，年齢）を問う項目を記載したフェイスシートと，以下の４つで構成した。

(1) メンタライゼーション尺度：山口[26]が作成した尺度で，「MS」（12項目），「MO」（11項目）の２因子23項目から構成されている。「1．全くあてはまらない」から「4．非常によくあてはまる」の４件法で回答を求めた。

(2) tri-axial coping scale-24（TAC-24）：神村・海老原・佐藤・戸ヶ崎・坂野[27]が作成した尺度で，コーピングのスタイルを「問題焦点－情動焦点」軸，「接近－回避」軸，「認知－行動」軸の３次元で分類し，「情報収集」「放棄・諦め」「肯定的解釈」「計画立案」「回避的思考」「気晴らし」「カタルシス」「責任転嫁」の８因子24項目（すべて３項目）から構成されている。「1．そうすることはない」から「5．いつもそうしている」の５件法で回答を求めた。

(3) コーピングの柔軟性に関する質問　コーピングの柔軟性を測定するため，「困難な状況を乗り越えるために，諦めたり，忘れようとすることを含めてさまざまな対応を取りますが，もし最初の対応がうまくいかなかったとき，あなたは対応を変えることが容易ですか？」と訊いた上で，０－100点の10点区分の数直線を提示し，回答を求めた。回答した得点が高いほど対応を変えることが容易であり，コーピングの柔軟性が高い傾向を示すように配点した。

(4) 社会的自己制御尺度　原田・吉澤・吉田[24]が作成した尺度で，「自己主張」（13項目），「持続的対処・根気」（７項目），「感情・欲求抑制」（９項目）の３因子29項目から構成されている。「1．まったくあてはまらない」から「5．よくあてはまる」の５件法で回答を求めた。

なお，統計解析には統計処理ソフトIBM SPSS Statistic 28を使用した。

3　結果

3．1　メンタライゼーション尺度の因子構造

メンタライゼーション尺度の確証的因子分析（最尤法，*Promax*回転）の結果，山口[26]と同様の因子構造が再現された。項目６「人から指摘されて，自分が悲しんでいることに気がつくことがよくある」の因子負荷量が .27と低い値を示したが，山口[26]でも他の項目に比べ因子負荷量が低い結果であった。尺度項目としての検討が求められるが，本研究では先行研究と比較検討を行うために，項目６を削除せず，全ての項目を分析に使用した。*Cronbach*のα係数は，「MS」（α＝.84），「MO」（α＝.86）と十分な内的整合性が確認された。

3．2　TAC-24の因子構造

２項目（項目９「口からでまかせを言って逃げ出す」，項目23「責任を他の人に押しつける」）で床効果がみられ，２つとも「責任転嫁」に含まれる項目で本研究協力者は用いられにくい対処行動であることが示されたが，本研究では必要な項目であるため削除せず分析を行った。確証的因子分析（最尤法，*Promax*回転）を行ったところ，神村ら[27]では「情報収集」因子に含まれる項目10「詳しい人から自分に必要な情報を収集する」が，本研究では「計画立案」因子で .52と中程度の因子負荷量を示した。「計画立案」因子は対処方略３次元の「認知－行動」軸において，「認知」に含まれる。本項目は「行動」に含まれる「情報収集」方略を測定しているため，「計画立案」因子の項目として扱うことは適切ではないと判断し，神村ら[27]にならい「情報収集」因子の項目として扱った。その他は神村ら[27]と同様の因子構造となり，*Cronbach*のα係数は，「情報収集」（α＝.72），「放棄・諦め」（α＝.80），「肯定的解釈」（α＝.78），「計画立案」（α＝.76），「回避的思考」（α＝.70），「気晴らし」（α＝.71），「カタルシス」（α＝.83），「責任転嫁」（α＝.73）と内的整合性が確認された。

3．3　社会的自己制御尺度の因子構造

社会的自己制御尺度の確証的因子分析（最尤法，*Promax*回転）の結果，２項目（項目22「やりたくないことや興味のないことは，皆と一緒にやらなければならないときでもサボってしまう」，項目24「自分の考えだけを聞いてもらおうとするのではなく，相手の考えも聞いて，わかってあげようとする」）で，原田ら[24]とは異なる因子に高い因

子負荷量を示した。また，他２項目（項目11「自分が正しいと思っていることでも，人から『間違っている』と言われる可能性があるときは何も言わない」，項目13「自分の意見を否定する相手の意見を受け入れることができない」）の因子負荷量が .35以下と低い値を示した。しかし，他尺度と同じように先行研究と比較検討するために，これらの項目は削除せず，原田ら[24]に従って３因子構造をそのまま使用した。信頼性を確認するため*Cronbach*のα係数を算出したところ，「自己主張」（α=.85），「持続的対処・根気」（α=.77），「感情・欲求抑制」（α=.74）と内的整合性が確認された。

３．４　メンタライゼーション能力とデモグラフィック要因との関連

メンタライゼーション能力の性差を確認するため*t*検定を行った結果，MSで有意差がみられ（$t(438)=4.35$，$p<.001$），男性の方が女性よりも有意に高かったが，MOにおいては有意差はみられなかった。次に，メンタライゼーション能力の学年差を確認するため，学年を独立変数，MS，MOを従属変数とした一元配置分散分析を行った結果，MS，MOともに有意差はみられなかった。したがって，以後の分析は学年を考慮せずに行った。

３．５　メンタライゼーション能力による対象者の分類

MSとMOの得点を標準化し，標準得点に基づく階層クラスター分析（*Ward*法，平行ユークリッド距離）を行うと，５クラスターが抽出された。各クラスターの特徴を明らかにするため，５つのクラスターを独立変数，MS，MOそれぞれの尺度得点を従属変数とした一元配置分散分析を行った（Table 1）。その結果，MS，MOともに各クラスターの有意な主効果が示された（それぞれ$F(4,435)=203.12$；$F(4,435)=264.98$，いずれも$p<.001$）。以上を整理し，クラスター１はMOは中程度であるが，MSが低いため「自己感情認識低群」，クラスター２はMS，MOともに低いため「メンタライゼーション低群」とした。クラスター３はMS，MOともに高いため「メンタライゼーション高群」，クラスター４はMS，MOともに中程度を示すため「メンタライゼーション中群」とした。クラスター５はMSは低いがMOが高く，両者が不均衡な状態であるため「自他感情認識不均衡群」とした（Table 2）。また，「メンタライゼーション高群」の人数が25名と少ない結果となったが，増田・田爪[13]でもMS，MOともに高い学生は少なく，本研究対象も適切にクラスター分けされていると判断した。

Table 1
メンタライゼーション能力の各クラスターの平均値（*SD*）と分散分析の結果

	平均値（*SD*）								
	クラスター１（n=165）	クラスター２（n=90）	クラスター３（n=25）	クラスター４（n=87）	クラスター５（n=73）	*M*	*SD*	*F*値 主効果	*F*値 多重比較
MS	26.04(3.67)	29.26(3.43)	41.84(3.36)	36.26(2.86)	29.42(3.52)	30.18	5.78	203.12***	1<2･5<4<3
MO	31.92(2.40)	26.10(3.07)	38.92(2.75)	32.33(2.06)	38.21(2.88)	32.25	4.78	264.98***	2<1･4<3･5

***$p<.001$.

Table 2
クラスター分析によるメンタライゼーションの特徴

クラスター	メンタライゼーション能力	
	対自的メンタライゼーション（MS）	対他的メンタライゼーション（MO）
１．自己感情認識低群	低	中
２．メンタライゼーション低群	低	低
３．メンタライゼーション高群	高	高
４．メンタライゼーション中群	中	中
５．自他感情認識不均衡群	低	高

３．６　各変数間の相関の検討

大学生のメンタライゼーションの個人差が，ストレスフルな出来事に遭遇したときや，他者や集団内での交流における行動傾向であるコーピング・スタイルとの関連を検討するため，*Pearson*の相関分析を実施した（Table 3）。その結果，「MS」と「自己主張」，「MO」と「持続的対処・根気」，「情報収集」と「計画立案」および「カタルシス」，「放棄・諦め」と「責任転嫁」，「肯定的解釈」と「気晴らし」，「持続的対処・根気」と「感情・欲求抑制」との間に .40以上の中程度の正の関連が認められた（それぞれ，r=.48；r=.42；r=.53；r=.40；r=.47；r=.47；r=.49，すべて$p<.01$）。また，その他58の変数間で有意な関連が認められ，そのうち29で弱い正の関連，３つで弱

い負の関連（「13. 持続的対処・根気」と「4. 放棄・諦め」や「10. 責任転嫁」間など）が認められた。

Table 3
各変数間の相関係数

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1．MS	−													
2．MO	.17**	−												
3．情報収集	.10*	.26**	−											
4．放棄・諦め	−.15**	−.12*	.10*	−										
5．肯定的解釈	.19**	.24**	.28**	.22**	−									
6．計画立案	.19**	.38**	.53**	−.02	.39**	−								
7．回避的思考	.01	.02	.18**	.39**	.39**	.11*	−							
8．気晴らし	.03	.18**	.35**	.24**	.47**	.31**	.34**	−						
9．カタルシス	.09	.16**	.40**	−.03	.21**	.13**	.13**	.32**	−					
10．責任転嫁	−.08	−.17**	.16**	.47**	.10*	−.03	.32**	.21**	.07	−				
11．コーピングの柔軟性	.31**	.21**	.08	.04	.25**	.24**	.05	.18**	−.01	.04	−			
12．自己主張	.48**	.31**	.22**	−.10	.24**	.33**	.01	.18**	.06	−.07	.34**	−		
13．持続的対処・根気	.14**	.42**	.19**	−.36**	.10*	.37**	−.09	.08	.09	−.38**	.17**	.26**	−	
14．感情・欲求抑制	.13**	.34**	.08	−.15**	.28**	.31**	.01	.05	−.08	−.36**	.16**	.04	.49**	−

**p<.01. *p<.05.

3．7　メンタライゼーションと各要因との関連

メンタライゼーションの5クラスターを独立変数，各変数を従属変数とした一元配置分散分析を行った（Table 4）。メンタライゼーションとTAC-24については，TAC-24の8因子中5因子（「情報収集」「肯定的解釈」「計画立案」「カタルシス」「責任転嫁」）においてメンタライゼーションのクラスターの有意な主効果が示され（それぞれ $F(4,432)=6.03$，$p<.001$；$F(4,432)=5.39$，$p<.001$；$F(4,432)=14.88$，$p<.001$；$F(4,432)=2.74$，$p<.05$；$F(4,432)=2.95$，$p<.05$），仮説1は概ね支持された。*Turkey*の*HSD*法による多重比較を行ったところ，「情報収集」では，MOが高いクラスターほど得点が高く，「メンタライゼーション低群」がもっとも得点が低かった。「肯定的解釈」でも同様に，MOが高いクラスターほど得点が高く，「メンタライゼーション低群」がもっとも得点が低かった。「計画立案」では，MOとMSともに高いクラスターほど得点が高いだけでなく，MSが低くともMOが高い「自他感情認識不均衡群」は比較的高い得点を示した。「カタルシス」では，「メンタライゼーション高群」は「メンタライゼーション低群」よりも得点が高く，「責任転嫁」では，MSとMOともに低いクラスターにおいて，MOが低いクラ

Table 4
メンタライゼーション能力の各クラスターと各変数の多変量分散分析の結果

	平均値（*SD*）								
因子	1．自己感情認識低群（n=165）	2．メンタライゼーション低群（n=88）	3．メンタライゼーション高群（n=25）	4．メンタライゼーション中群（n=86）	5．自他感情認識不均衡群（n=73）	*M*	*SD*	*F*値 主効果	*F*値 多重比較
コーピング・スタイル									
情報収集	9.50（2.77）	8.75（2.75）	11.04（2.87）	10.33（2.43）	10.18（2.98）	9.71	2.81	6.03***	2<3·4·5
放棄・諦め	7.72（2.67）	7.57（2.66）	6.08（2.89）	7.20（2.64）	7.21（2.83）	7.41	2.72	2.35	
肯定的解釈	10.03（2.96）	9.57（2.62）	11.64（3.28）	11.06（2.57）	10.92（3.17）	10.38	2.94	5.39***	2<3·4·5
計画立案	9.64（2.43）	8.94（2.43）	11.84（2.97）	10.57（2.34）	11.27（2.28）	10.08	2.57	14.88***	1·2<3·4·5
回避的思考	8.52（2.79）	8.39（2.63）	7.96（3.42）	8.45（2.84）	8.10（3.09）	8.38	2.85	0.42	
気晴らし	9.85（2.69）	9.10（2.83）	10.04（3.69）	10.13（2.83）	10.25（3.54）	9.83	2.97	1.94	
カタルシス	10.71（2.93）	10.16（2.91）	12.04（2.76）	11.20（2.59）	10.86（3.00）	10.80	2.89	2.74*	2<3
責任転嫁	5.99（2.29）	6.16（2.29）	5.20（2.33）	5.85（2.28）	5.11（2.25）	5.81	2.30	2.95*	5<1·2
コーピングの柔軟性	59.66(19.42)	56.49(19.89)	82.27(17.44)	68.99(18.09)	63.06(20.70)	62.82	20.30	10.52***	1·2·4·5<3，1·2<4
社会的自己制御能力									
自己主張	38.22（7.29）	37.62（6.84）	52.32（7.60）	44.13（6.55）	42.32（8.31）	40.80	8.19	30.20***	1·2<4·5<3
持続的対処・根気	24.58（4.19）	22.29（4.63）	27.48（4.62）	25.15（3.55）	26.93（4.18）	24.79	4.46	15.13***	2<1·3·4·5，1<3·5
感情・欲求抑制	32.20（4.64）	30.87（4.97）	34.40（3.57）	33.38（5.31）	35.39（5.40）	32.83	5.13	9.74***	2<3·4·5，1<5

***p<.001. *p<.05.

スターの方が高いクラスターよりも得点が高かった。

メンタライゼーションとコーピングの柔軟性については，メンタライゼーションのクラスターの有意な主効果が示された（$F(4,378)=10.52$，$p<.001$）。*Turkey*の*HSD*法による多重比較を行ったところ，「メンタライゼーション高群」がもっとも得点が高く，また，MSが高いクラスターの方が低いクラスターよりも柔軟性が高いという結果が示され，仮説２は支持された。

メンタライゼーションと社会的自己制御能力については，社会的自己制御尺度の３因子すべてにおいてメンタライゼーションのクラスター間で有意な主効果が示された（それぞれ$F(4,421)=30.20$；$F(4,421)=15.13$；$F(4,421)=9.74$，すべて$p<.001$）。*Turkey*の*HSD*法による多重比較を行ったところ，「自己主張」で，「メンタライゼーション高群」がもっとも得点が高かった。また，MS，MOそれぞれ高いクラスターの方が低いクラスターよりも得点が高かったが，MSが低くともMOが高い「自他感情認識不均衡群」は比較的高い得点を示した。「持続的対処・根気」では，MOが高いクラスターの方が得点が高く，「メンタライゼーション低群」はもっとも得点が低かった。「感情・欲求抑制」でも，MOが高いクラスターの方が得点が高く，仮説３は一部支持された。

４　考察

本研究は，教員養成大学大学生のメンタライゼーションと，コーピング・スタイルの選択と柔軟性および社会的自己制御能力がどのような関連を示すか検証した。まず，メンタライゼーションの性差を確認したところ，MSは男性の方が女性よりも高いことが明らかになり，坂田[28]や山口[10]と同様の結果であった。共感性の高さは男性よりも女性の方が高いとされているが[29][30]，自身の感情や思考に気づいたり考える能力の高さは男性の方が高いことが確認された。一方，メンタライゼーションの学年差を確認したところ，有意差はみられなかった。増田[11]も，教育実習前後でのメンタライゼーション能力の変化に有意差がみられなかったことを報告しているが，本研究結果は，教育実習前後という短期間だけでなく大学４年間という長期間の中でも，メンタライゼーション能力に有意な変化がみられないことが示された。また，本研究の対象者のメンタライゼーション能力は他研究[13][28]と比較すると，MS，MOともに平均値が高く，本研究対象者は同能力がある程度高い状態で入学していることも考えられる。加えて，大学４年間の発達段階におけるメンタライゼーション能力には有意な変容がみられにくかった可能性もあるかもしれない。

メンタライゼーション能力について，標準得点に基づく階層クラスター分析を行ったところ，５クラスターが抽出された。メンタライゼーションは自己理解と他者理解の２側面があるが，自他ともの感情と思考を認識したり，理解することができるのは，人の心的発達に本来的に備わっている「同類意識（consciousness of kind）」[31]に基づくことも考えられる。自己に対する理解の深まりと同時に他者の理解も促進されていくことから，MS，MOの一方が高く他方が低いという特徴をもつクラスターは存在しにくいことが考えられる。しかし，本研究ではMSが低くMOが高い「自他感情認識不均衡群」が抽出された。MSが低くMOが高いことは，自己よりも他者の感情や思考の認知を優先している状態であることが考えられ，自己に関する認識の違いを示す文化的自己観の個人差が関係していることが考えられる。わが国の大学生は，「相互独立的自己観」に比べ「相互協調的自己観」が高い傾向にあることが明らかにされている[32][33]。本研究の対象である大学生も「相互協調的自己観」を重視し，自己よりも他者の感情や思考の理解を重視する学生が多く，それが本クラスターを抽出した要因である可能性が考えられる。

メンタライゼーションとコーピング・スタイルでは，「情報収集」「肯定的解釈」「計画立案」の３つはMOが高いほど多く使用されており，また，「カタルシス」はMS, MOともに高い場合に多く使用されることが明らかになった。これら４つのスタイルは全て「接近－回避」軸における「接近」に含まれ，メンタライゼーション能力の高い学生でも特にMOの高い学生は，積極的に問題解決や情動調整を図るコーピングを多く使用する傾向にあるといえる。大坊[4]は，他者理解が他者との良好な対人関係の構築に求められることを示しているが，加藤[34]は，対人ストレス場面に遭遇した際に，他者との良好な関係を成立または保持しようとするコーピングを多く使用する人ほど，ストレッサーを積極的に対処しようとする傾向にあることを明らかにしており，本研究結果は，加藤[34]の結果を支持したものと考えられる。また，「カタルシス」はMS，MOともに高い「メンタライゼーション高群」がもっとも使用していることが示された。「カタルシス」は，他者に話をきいてもらったり，愚痴をこぼしたりすることで情動の調整を図るコーピング・スタイルであるが，そのためには悩みや葛藤などの内的体験を自分自身で認識し言語化することが求められることから２側面ともに高い状態であることが考えられる。

メンタライゼーションとコーピングの柔軟性では，MSが高い学生ほど柔軟に対応しており，MS，MOともに高い学生はもっとも柔軟に対応できる傾向にあることが明らかになった。中村・大塚[35]は，自己の思考や心の動きに関す

るメタ認知能力が高い学生の方がコーピングの柔軟性が高いことを示している。メンタライゼーションにおいても同様に，自己の感情や思考といった内的体験に対するメタ認知が求められ，MSの高い学生はコーピングが効果的でなかった場合でのストレス反応を適切に認知し，感情や情動等を調節するためのコーピングを必要に応じて選択することができるのではないかと考えられる。また，MS，MOともに高い「メンタライゼーション高群」はもっとも柔軟に対応していることが明らかになり，コーピングが効果的でなかった場合のストレス反応を的確に認知した上で，他者との良好な関係の保持を考慮し，状況に応じた適切なコーピングを選択している傾向にあると考えられる。

メンタライゼーションと社会的自己制御能力では，MSが高い学生ほど「自己主張」行動が多く，MOが高い学生ほど「持続的対処・根気」および「感情・欲求抑制」が高いことが明らかになった。「自己主張」は，自己の欲求や意思，考えを持ち，適切に認識していることが求められ，自己の感情や思考といった内的体験を認識し理解できるMSの高い学生の方が，社会的場面で自己の意見や気持ちを表出できる傾向にあるのではないかと考える。また，「自己主張」とコーピング・スタイルの「計画立案」との間に弱い正の関連（$r = .33$）が示され，「計画立案」でもMSの高さとの関連が示された。「計画立案」も同様に，ストレスフルな状況を乗り越えるための行動や対策を考えるにあたっては，自己の欲求や意思，考えを明確に持っていることが求められ，そのためMSの高さが関連していることが考えられる。しかし，MSは低くてもMOが高い「自他感情認識不均衡群」は「自己主張」の得点が高く，「計画立案」の使用頻度も高いことが示され，自己の欲求や意思が明確でなくても，他者との良好な関係の構築や保持のために，自分の欲求や意思を表出したりストレスフルな状況を乗り越える行動や対策を考えることが多いことが明らかになった。

また，自己抑制的側面[24]である「持続的対処・根気」と「感情・欲求抑制」の間に中程度の正の関連（$r = .49$）が示され，両者ともMOの高さとの関連が明らかになった。自己抑制的側面は，他者とのかかわりや集団の中で自己の欲求や行動を抑制することができるかどうかを測定しているが，自分よりも他者の欲求や意思をより尊重しようとするものであると考えられる。MOの高い学生の方が，他者の欲求や意思を理解しやすく，他者とのかかわりの中で不機嫌になったり，八つ当たりなどのネガティブ感情の表出を行った場合には，他者のネガティブ感情を的確に認知できるため，社会的場面における自己の欲求や行動の抑制を多く行うのではないかと考えられる。一方，コーピング・スタイルの「責任転嫁」において，「持続的対処・根気」と「感情・欲求抑制」との２つの間に弱い負の関連（それぞれ，$r = -.38$；$r = -.36$）が示され，「責任転嫁」ではMOの低さとの関連が明らかにされた。MOが低い学生は，他者との関係においてネガティブ感情表出を行った場合での，他者のネガティブ感情の認知に鈍感である可能性が考えられる。したがって，他者に責任を押し付ける行動に罪悪感を抱きにくく，これが「責任転嫁」のスタイルを多く使用する要因として考えられる。メンタライゼーションの自他理解の組み合わせにより，さまざまな影響が明らかになったが，MSとMOともに高いクラスター３に分類されたのは25名（0.56％）で，MSの高いクラスターはこの１つであった。MSとMOが相互に関連している点とは異なる状態も示され，今後この点をより明らかにしていくことが求められる。

本研究の限界として，本研究で使用したメンタライゼーション尺度が「感情」と「思考」の２つの内的体験のみで捉えていることが挙げられる。メンタライゼーションが想起する精神状態には，感情や思考のみならず，欲求，信念，空想，さらにはパニック発作，解離状態，幻覚・妄想などの精神症状や病的状態も含まれている。BPDの心理療法として提唱されたメンタライゼーションを大学生活を送っている学生を対象にする場合，精神症状や病的状態といった要因とは関連が少ないことが考えられるが，欲求や信念，空想などの内的体験は日常場面で抱くものであり，これらの内的体験を反映したメンタライゼーションの測定方法を今後検討することが求められる。２つ目の限界として，コーピングの柔軟性の測定方法が挙げられる。本研究では，教示によって「コーピングがうまく機能しなかった状況」の想起を求めたが，回収数461名に対し，本質問の有効回答数は383名（有効回答率83.1％）と低かった。「コーピングがうまく機能しなかった状況」の想起が１つの教示文では難しかったことが考えられ，調査対象者全体のコーピングの柔軟性の傾向を的確に測定できなかった可能性が考えられる。葉柴・石垣[36]でも，コーピングの柔軟性の捉え方と測定方法が容易でないことが述べられており，柔軟性の測定方法のさらなる検討が求められる。

謝辞

本研究を行うにあたり，質問紙への回答にご協力いただいた学生のみなさま，ならびに質問紙の配布にご協力いただいた教員の方々に深く感謝申し上げます。

引用文献

(1) Erikson, (1968). Identity, youth and crisis. New York: W. W. Norton.中島 由恵訳（2017）アイデンティティ：青年と危機　新曜社　2017.

(2) 岡田 努（2016）．青年期の友人関係における現代性とは何か　発達心理学研究，*27*，346-356.

(3) 橋本 剛（2000）．大学生における対人ストレスイベントと社会的スキル・対人方略の関係　教育心理学研究，*48*，94-102.

(4) 大坊 郁夫（2003）．社会的スキル・トレーニングの方法序説―適応的な対人関係の構築―　対人社会心理学研究，*3*，1-3.

(5) 青木 万里・クスマノ ジェリー（2008）．学生の自己理解を深める試み―プログラム作成を通して―　上智大学心理学年報，*32*，19-35.

(6) 青木 万里（2011）．他者理解尺度の作成と活用実践　鎌倉女子大学紀要，*18*，39-51.

(7) 上地 雄一郎（2015）．メンタライジング・アプローチ入門―愛着理論を生かす心理療法―　北大路書房.

(8) 廣利 吉治・牧野 光里・塙 恭子（2014）．発達障害児の集団遊戯療法とダイナミックアプローチ（2）―自閉症スペクトラム（ASD）のメンタライゼーションを基本としたアプローチ―　東海学院大学紀要，*7*，279-290.

(9) 近藤 直司・小林 真理子・宮沢 久江（2013）．ひきこもりを伴う自閉症スペクトラム障害とメンタライゼーションに焦点をあてた精神療法　精神分析研究，*57*，22-29.

(10) 山口 正寛（2011）．メンタライゼーションの測定に関する予備的研究（2）　日本心理学会大会発表論文集，*75*，409.

(11) 増田 優子（2015）．メンタライゼーション能力の高さが教師志望学生の教師効力感と特性的自己効力感に及ぼす影響　日本教育心理学会総会発表論文集，*57*，266.

(12) 増田 優子・田爪 宏二・相澤 雅文（2015）．教師志望学生における資質獲得とメンタライゼーション能力との関係―多様な課題をもつ現代の子どもたちと関わる教師に向けて―　発達障害支援システム学研究，*14*，5-12.

(13) 増田 優子・田爪 宏二（2018）．教師志望学生のメンタライゼーションと共感性との関係　大阪大学教育学年報，*23*，29-41.

(14) 三浦 理恵・青木 邦男（2009）．大学生の精神的健康に関連する要因の文献的研究　山口県立大学大学院論集，*10*，175-183.

(15) 大谷 佳子・桜井 茂男（1995）．大学生における完全主義と抑うつ傾向および絶望感との関係　心理学研究，*66*，41-47.

(16) 上野 真弓・丹野 義彦・石垣 琢磨（2009）．大学生の持つ抑うつ傾向と攻撃性との関連―攻撃性の4つの下位尺度を踏まえて―　パーソナリティ研究，*18*，71-73.

(17) 遠藤 伸太郎・大石 和男（2015）．大学生における抑うつ傾向の効果的な低減に向けた検討―友人のサポートと生きがい感の観点から　パーソナリティ研究，*24*，102-111.

(18) 辻本 江美・竹谷 怜子・小野 久江（2012）．大学生のコーピングと抑うつ状態・自殺との関係について　臨床教育心理学研究，*38*，23-26.

(19) 鎌田 大輔（2006）．大学生のストレス反応およびコーピングの関連性についての検討　東京成徳大学臨床心理学研究，*6*，3-9.

(20) 加藤 司（2001）．コーピングの柔軟性と抑うつ傾向との関係　心理学研究，*72*，57-63.

(21) Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping.* New York：Springer Publishing Company.（ラザルス，R. S.・フォルクマン，S. 本明 寛・春木 豊・織田 正美（訳）(1991)．ストレスの心理学―認知的評価と対処の研究―　実務教育出版）

(22) 尾関 友佳子（1990）．大学生のストレス自己評価尺度―質問紙構成と質問紙短縮について―　久留米大学大学院紀要：比較文化研究，*1*，9-32.

(23) 加藤 司（2002）．共感的コーピング尺度の作成と精神的健康との関連性について　社会心理学研究，*17*，73-82.

(24) 原田 知佳・吉澤 寛之・吉田 俊和（2008）．社会的自己制御（Social Self-Regulation）尺度の作成―妥当性の検討および行動抑制／行動接近システム・実行注意制御との関連―　パーソナリティ研究，*17*，82-94.

(25) 開 一夫・長谷川 寿一（2009）．ソーシャルブレインズ―自己と他者を認知する脳―　東京大学出版会.

(26) 山口 正寛（2016）．メンタライゼーションと境界性パーソナリティ傾向との関連―メンタライゼーション質問紙作成の試みから―　福山市立大学教育学部研究紀要，*4*，129-136.

(27) 神村 栄一・海老原 由香・佐藤 健二・戸ヶ崎 泰子・坂野 雄二（1995）．対処方略の3次元モデルの検討と新しい尺度（TAC-24）の作成　教育相談研究，*33*，41-47.

(28) 坂田 浩之（2021）．大学生における醜形恐怖心性とメンタライジングの関連　パーソナリティ研究，*30*，101-110.

(29) 澤田 忠幸・橋本 巌・松尾 浩一郎（2007）．青年期における直接的泣きおよび代理的泣きの経験尺度の検討―共感性およびストレス対処との関連における男女差を含めて―　愛媛県立医療技術大学紀要，*4*，1-8.

(30) 登張 真稲（2003）．青年期の共感性の発達―多次元的視点による検討―　発達心理学研究，*14*，136-148.

(31) Allen, J. G., Fonagy, P., & Bateman, A. W. (2008). *Mentalizing in clinical practice.* Washington, D. C：The American Psychiatric Publishing, Inc.（アレン J. G.・フォナギー P.・ベイトマン A. W. 狩野 力八郎（訳）(2014)．メンタライ

ジングの理論と臨床―精神分析・愛着理論・発達精神病理学の統合―　北大路書房）
(32) 黒田 祐二・有年 恵一・桜井 茂男（2004）．大学生の親友関係における関係性高揚と精神的健康との関係―相互協調的－相互独立的自己観を踏まえた検討―　教育心理学研究，*52*，24-32．
(33) 高田 利武（2002）．社会的比較による文化的自己観の内面化―横断資料に基づく発達的検討―　教育心理学研究，*50*，465-475．
(34) 加藤 司（2000）．大学生用対人ストレスコーピング尺度の作成　教育心理学研究，*48*，225-234．
(35) 中村 志津香・大塚 泰正（2014）．メタ認知と自己注目がコーピングの柔軟性および抑うつに及ぼす影響　行動医学研究，*20*，77-84．
(36) 葉柴 陽子・石垣 琢磨（2006）．ストレスコーピングの柔軟性の検討　日本心理学会大会発表論文集，*70*，104．

Mentalization, coping styles, and social self-regulation in teacher training college students

Toshiaki KANEKO* · Toko IGARASHI**

ABSTRACT

This study focused on the mentalization of teacher training students and the relationships with coping styles, coping flexibility, and social self-regulation ability. A questionnaire was administered to 440 university students (195 male and 245 female) and a cluster analysis was conducted to clarify the individual mentalization differences, from which five self and others' understanding clusters were extracted. Several significant differences were found; differences in coping choices, the coping flexibility and social regulation ability between the mentalization of self-understanding and the mentalization of others' understanding. The discussion focuses on the relationships between the teacher training students' mentalization and their possible coping behavior styles in stressful situations and social self-regulation abilities.

* Koshiji Elementary School ** Clinical Psychology, Health Care and Special Education