

題目 ストレス経験とストレス解消の文化差

—対人関係に着目して—

氏名 黒川 滉太

指導教員 結城 雅樹

社会や集団によるストレスは人間にとって普遍的な症状だが、対人関係によるストレスの感じやすさや解消法は、国や地域により異なるだろうか。本研究で注目したストレス経験について、先行研究は、日本人の方がカナダ人よりも対人場面でのストレスを感じやすいことを示している (Lee et al., 2022)。対人関係によるストレス経験には文化差が見られたが、ストレス解消についての文化差は十分に研究されていなかった。本研究では対人関係の観点から、ストレス解消の方略を検討することにより、新たな文化差を発見しようと試みた。予測としては、1) 先行研究結果 (Lee et al., 2022) から、日本人はストレス解消時に対人関係を避け一人で過ごすだろう。2) 一方で、対人場面でストレスを感じにくいアメリカ人は、関係流動性 (Yuki & Schug, 2012) が高く、人間関係の構築・切断が容易なため、ストレス解消時は信頼できる家族など、他者と過ごすだろう。3) これらの文化差を説明する変数として関係流動性が媒介しているだろう。以上の仮説を検討するため、アメリカ人 194 名と日本人 192 名の一般成人参加者が、対人・非対人に関するストレス経験・解消の質問紙に回答した。ストレス経験については、予測通り日本人の方がアメリカ人より対人場面でストレスを感じやすかった ($t(380) = -2.27, p < .05$)。ストレス解消については、予測とは異なり、一人で過ごすか他者と過ごすかについての日米差が見られなかった ($F(1, 384) = 1.39, p = .24$)。日本人よりアメリカ人の方が、一人で過ごす頻度も他者と過ごす頻度も高かった。また、媒介分析の結果、予測通り対人場面でのストレス経験に対する関係流動性の間接効果が見られた ($\beta = -.059, SE = .042, 95\%CI = -.047, -.209$)。一方、ストレス解消については、予測と異なり関係流動性は媒介していなかった。つまり、対人関係のストレス経験には日米差があり、その差には関係流動性が関与していた一方で、ストレス解消を一人でするか他者とするかについては、日米差が見られなかった。アメリカ人の方が日本人よりも全般的なストレス解消頻度が多かったという結果から、日本人のストレス蓄積の多さが示唆された。