

青年期のメンタライゼーションと感謝の関連

岩崎 眞和・矢瀧 葵

要 約

本研究では、現代青年のメンタライゼーションと感謝の関連を検証した。*Google Forms*を用いた無記名式のオンライン調査によって得られた18-25歳 ($Mean=19.52$ 歳, $SD=1.40$) の専門学校生, 短期大学生, 大学生の計181名 (有効回答率96.8%; 男性19名, 女性158名, どちらでもない4名) の分析結果から, 対自的メンタライゼーションの発達状態を表す“自己の感情把握”が感謝の肯定的感情体験や表出傾向と有意な正の関連を示した。また, “自己の思考や感情把握の困難さ”は“負債感”と有意な正の関連を示し, 対他的メンタライゼーションの発達状態を表す2因子はともに“返礼”と有意な正の関連を示した。メンタライゼーションの類型化に基づく分析からは, メンタライゼーションの発達状態が感謝因子のなかでも, とりわけ“実存”“返礼”“負債感”に反映されやすい可能性が示唆された。本研究によって, メンタライゼーションの発達に焦点化した心理的アセスメントや臨床心理学的支援の一助となる知見が得られた。

キーワード：メンタライゼーション, 感謝, 青年期

1. 問 題

近年, 精神分析とアタッチメント理論を再統合し, 架橋する概念として“メンタライゼーション (*mentalization*)”が注目されている。メンタライゼーションは, 複数の精神分析学派において特に実証的な心理学や精神医学との接合点に位置する自我心理学派の重要概念として位置づけられており, “個人が, 自分や他者の行為を, 個人的な欲望やニーズ, 感情, 信念, 理由といった志向的精神状態に基づく意味のあるものとして, 黙示的かつ明示的に解釈する精神過程” (Bateman & Fonagy, 2004) と定義されている。一方で, メンタライゼーションが著しく未発達な状態にあるパーソナリティ障害が, “境界性パーソナリティ障害 (*borderline personality disorder*; 以下, BPD)”である。“見捨てられ不安”や“同一性の混乱”を中核とする不安定なアタッチメント・スタイルで, 実際の対人関係も葛藤的で混乱しやすいBPDを有する人々では, この力の著しい未発達が特徴である (池田, 2021; 菊池他, 2012)。メンタライゼーション研究の知見は, FonagyによってこのBPD治療に焦点化した新たな力動精神療法である *Mentalization-based treatment* (Bateman & Fonagy, 2004; 以下, MBT) に活かされ, 日本に導入されてきた経緯がある。

メンタライゼーションの提唱者であるFonagyは、本概念について「*holding mind in mind*」と端的に述べており、池田（2021）は「こころでこころを思う」、「こころをこころとして取り扱う」という心的過程とも表現している。このようにメンタライゼーションでは、自他の心的過程に思いを馳せ、その言動をその人の“こころの状態”と関連づけて考えることが重要であり、“心の理論”や“メタ認知”と類する概念（Bateman & Fonagy, 2004）ともいえる。心の理論とは、他者の心や感情、気持ちなどを考えて理解することであり、その重要性は、他者には自分とは異なる思考や感情があることを理解し、その他者の心的過程を想像して、他者の目的や行動の予測・推測もできることである。

池田によれば、日本にメンタライゼーションの概念や臨床場面への本格的な導入がなされたのは2007年頃とされている。以来、国内でのメンタライゼーションに関する実証的研究の蓄積と発展の過程で、大きく2つの量的尺度が開発、邦訳されてきた。日本では山口（2016）がメンタライゼーションの量的測定を試み、自他の心的状態の把握に関する“対自的メンタライゼーション（*mentalization of self*；以下、MS）”と“対他者のメンタライゼーション（*mentalization of others*；以下、MO）”の2因子から成るメンタライゼーション質問紙（*mentalization questionnaire*；以下、MQ）を開発した。MQの特徴として、自分と他者の思考や感情の把握に焦点化している点や、山口（2016）、増田・田爪（2018）、金子・五十嵐（2023）のようにこの両因子の尺度得点から対象者を類型化することが可能な点が挙げられ、国内のメンタライゼーションに関する調査研究では比較的多く用いられている。

その後、Dimitrijevic et al.（2018）が作成した*The Mentalization Scale*（*MentS*）の邦訳版となる*The Japanese version of Mentalization Scale*（*MentS-J*）が、松葉他（2022）によって開発された。本尺度の特徴は、先のMSとMOにそれぞれ対応する“自己に対するメンタライジング”（*self-related mentalization*）と“他者に対するメンタライジング”（*other-related mentalization*）に加えて、メンタライジングを行う準備性を示し、他者志向的でメンタライゼーションへの関心の強さを反映する“メンタライゼーションへの関心”（*motivation to mentalize*）という計3因子から構成されている点であろう。7項目（項目例：「1. 自分の行動の理由を理解することは重要であると思う」「4. しばしば他人のことや他人の行動について考える」など）から構成される“メンタライゼーションへの関心”（ $\alpha=.71$ ）については、ビッグファイブの2因子（“開放性”“調和性”）や“共感性”と弱いから中程度の有意な正の関連を示すことが報告されている（松葉他、2022）。“メンタライゼーションへの関心”の心理的特徴や機能については未だ明らかにされていない点が多く、今後の日本人を対象としたメンタライゼーション研究で解明されていくことが望ましいだろう。また、*MentS-J*は因子構造の検討過程で原版から10項目が除外されているため、この点も本尺度の使用時には留意する必要があるだろう。

これまでに、国内では高度な共感能力が必要な対人援助職である保育士や教師の養成課程で学ぶ短期大学生や大学生を対象とした研究が蓄積されてきた。たとえば、高垣他（2021）は、4年制大学の保育・教育実習における実習不安とメンタライゼーションの関連について報告している。その結果、実習において生徒の行動や意図および心的状態に加え、実習指導者側の実習生に対する適切な理解、つまり他者認知のメンタライゼーション能力が必

要であることが示された。また、実習生としての自身の状態や、実習先の生徒や実習指導者から実習生自身がどう見られているのかについての理解に関する自己認知のメンタライゼーションも必要であり、教育分野における実習指導での学生が抱える不安に対する個々に応じた指導の必要性が示唆された。

他にも、金子・五十嵐（2023）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典型的に捉え、各類型のコーピング・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や心理的特徴を明らかにしている。その結果、メンタライゼーションの発達の状態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的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的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。高垣他（2021）や金子・五十嵐（2023）のように教員養成課程の学生を対象とするメンタライゼーション研究の蓄積は、彼らへの教育や実習指導に寄与すると考えられ、今後はさらに多様な青年期全般を対象としたメンタライゼーション研究も有用と考える。

そこで本研究では、日本人青年のメンタライゼーション研究の更なる蓄積に向けて、メンタライゼーションや心の理論との関連が推測され、国内外で未だ十分な検証が行われていない心理的要因の一つである“感謝”（*appreciation*）に焦点を当てる。岩崎・五十嵐（2016）は感謝と自己の発達の関連を明らかにするための更なる研究蓄積の必要性を考察しており、自己と他者の心的状態の区別と、それに伴う「私」や「心理的自己」の発達とメンタライゼーションの発達は密接に関連している（池田，2021）。感謝は、恩恵の送り手の意図や考えを適切に汲み取れてこそ抱きやすく、反対にそうした意図を汲み取れないときには体験されにくい。このため、日常生活や対面、非対面での他者との交流場面において、メンタライゼーションが高い状態は他者をより深く理解しようとする姿勢や、他者との情緒的交流の配慮のしやすさにつながり、先述したように円滑で良好な関係構築に寄与すると考えられる。またメンタライゼーションは、他者の意図や心情の理解する力と関連しているため、他者からの恩恵やサポートを受けた際にもその意図や背景を的確にくみ取りやすく、結果として感謝の抱きやすさ、表出のしやすさにポジティブに関与していると推測される。これらを踏まえ、本研究を通じて自他の感情や思考を把握する能力であるメンタライゼーションがともに高い状態を自己の発達や成熟さの指標と捉え、その発達状態と感謝の関連を検証する。

2. 目 的

本研究では、青年期のメンタライゼーションと感謝の関連を検証する。本研究を通じて、青年期におけるメンタライゼーションの発達状態と感謝の体験や表出との関連が明らかとなり、感謝の観点に基づくメンタライゼーションの発達状態のアセスメントや、その発達促進に繋がる心理的支援の発展に寄与する知見が得られると考えられる。メンタライゼーションの測定に際しては、青年期に該当する大学生を対象とした研究蓄積が比較的多く、尺度の信頼性と妥当性が十分に検証されていることを考慮し、先述したMQ（山口，2016）を用いることとした。高垣他（2021）や山口（2012）、金子・五十嵐（2023）と同

様に、メンタライゼーションの発達状態から調査対象を類型化するためにクラスター分析を併せて行い、各類型の感謝の体験や表出の心理的特徴の差異についての検証を行う。本研究の仮説は以下の通りである。

仮説 1：対自的・対他的メンタライゼーションを反映する得点が高いほど、感謝に伴うポジティブな感情体験を抱きやすい（対自的・対他的メンタライゼーション得点とともに高い群は、他群に比べて感謝のポジティブな感情体験を抱きやすい）。

仮説 2：対自的・対他的メンタライゼーションを反映する得点が高いほど、感謝に伴う表出傾向が強い（対自的・対他的メンタライゼーション得点とともに高い群は、他群に比べて感謝に伴う表出を行いやすい）。

3. 方 法

(1) 調査概要

2022年7月中旬から同年8月末にかけて、関東・北陸・甲信越地方にある専門学校3校（1～3年生）、短期大学1校（1・2年生）、4年制大学2校（1～4年生）でGoogle Formsを用いた無記名式のオンライン調査を実施した。倫理的配慮として、調査協力者に対して、調査協力は自由意思であり回答の中断も可能であることや、回答結果に対する個人情報の厳重な保護、成績・評価への影響は一切無いことなどを明示し、リンクのアナウンス時に書面と口頭でそれぞれ説明した。なお調査を実施した学部学科、専攻については、人文科学系、社会科学系、自然科学系など多岐に亘っていた。

(2) 分析対象

調査期間中に得られた計187名からの回答のうち、途中で回答を終えている、欠損値が5項目以上ある、明らかな規則的回答傾向がみられる、など何らかの不備のみられた6名を除いた181名（有効回答率96.8%；男性19名、女性158名、どちらでもない4名）を分析対象とした。なお、分析対象の平均年齢は19.52歳（ $SD=1.40$ 歳、 $range=18-25$ 歳）であった。

(3) 調査材料

Google Formsは、調査実施に際しての留意点と性別、年齢について尋ねる項目を記載したフェイスシートおよび数種の心理尺度から構成された。本研究では、以下の2尺度の関連に焦点を当てて報告する。

①メンタライゼーション尺度（Mentalization Questionnaire；MQ）

山口（2016）が作成した“メンタライゼーション尺度（MQ）”を用いた。自他の心的状態の把握に適した“対自的メンタライゼーション（MS）”と“対他的メンタライゼーション（MO）”の2因子23項目（4件法）から構成されており、山口によって一定の信頼度と妥当性が検証されている。

②日本語版感謝尺度（Japanese Appreciation Inventory；JAI）

岩崎・五十嵐（2014,2017）が作成した“日本語版感謝尺度（JAI）”のpart 1を用いた。思春期以降の幅広い世代の感謝の包括的把握に適した6因子29項目（5件法）で構成されており、岩崎・五十嵐によって十分な信頼性と妥当性が報告されている。

(4) 分析ソフト

統計解析に際しては、統計解析プログラム「IBM SPSS statistics V29」を用いた。

4. 結 果

(1) MQの因子構造

全23項目に床効果や天井効果といった著しい回答偏向がみられないことを確認した後、MQについて探索的因子分析（主因子法・Promax回転）を行った。その結果、固有値の減衰状況やスクリー・プロットの形状および解釈可能性などから、山口（2012, 2016）と同様の2因子構造（“MS”と“MO”）が概ね再現されたものの、金子・五十嵐（2023）と同様に「4. 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.30未満と低い値を示し、数項目では多重負荷もみられた。そこで、改めて因子負荷量の推定法や回転法、抽出する因子数などを変えながら探索的な因子分析を繰り返したところ、山口とは異なる4因子構造（最尤法・Promax回転；累積寄与率50.6%）が得られた。原版よりも因子数が倍増したが、青年期のメンタライゼーションに関する多面的把握と感謝因子との関連のより詳細な検証が可能になると考えられたため、本研究ではTable 1に示した4因子構造（逆転項目は項目8のみ、除外項目無し）を採用した。

第1因子は「17. 相手の表情をみるだけでどんな感情を抱いているのかわかる」や「1. 言葉で言われなくても、相手がなぜ喜んでいるのかわかる」など他者の感情や気持ちの理解と把握に関する7項目が高い因子負荷量を示していたため、“他者の感情把握”因子と命名した。第2因子は「23. 自分が何に困っているのかわからないままパニックになってしまうことがある」や「15. 自分の行動と気持ちがどう関係しているのかわからないことがある」など自分自身の思考や感情の理解の困難さに関する7項目が高い因子負荷量を示していたため、山口（2016）で行った項目得点の逆転処理を行わず“自己の思考や感情把握の困難さ”因子と命名した。第3因子は「9. 自分の感情を言葉にするのは簡単だ」や「14. 自分が今何を感じているのかを言葉で説明することは簡単だ」など自分自身の感情把握が円滑で容易な傾向を反映する5項目が高い因子負荷量を示していたため、“自己の感情把握”因子と命名した。なお、本研究では「8. 自分の感情を言葉で説明することが難しい」の1項目についてのみ因子負荷量から逆転項目として得点化した。第4因子は「5. 自分の話に相手が興味を持っているかどうかはすぐにわかる」や「2. たとえ人から言われなくても、自分が人の邪魔をしているかどうかはわかる」など他者の様子やノンバーバルなコミュニケーションを通して相手が考えていることや感じていることを理解し、相手の立場や視点に基づいてコミュニケーションを図る傾向に関する4項目が高い因子負荷量を示していたため、“他者理解”因子と命名した。

以上の4因子のうち、“他者の感情把握”（第1因子）と“他者理解”（第4因子）が原版の“MO”に、“自己の思考や感情把握の困難さ”（第2因子）と“自己の感情把握”（第3因子）が“MS”にそれぞれ対応しており、各因子を構成する項目内容も合致していた。なお、第2因子の“自己の思考や感情把握の困難さ”は、他の3因子と異なりメンタライゼーションの発達に関する未熟さや不全な状態を反映する因子に位置付けられる。

Table 1 MQの因子構造 (最尤法・Promax回転)

項目	因子負荷量			
	F1	F2	F3	F4
F1: 他者の感情把握 (MO関連因子)				
相手の表情をみただけでどんな感情を抱いているのかわかる	.86	-.08	-.07	-.17
相手の態度をみただけで、何を考えているのか分かるほうだ	.83	.02	-.05	-.08
言葉で言われなくても、相手がなぜ喜んでいてのかわかる	.73	.07	.03	-.09
相手が話したいことについて、すぐに理解することができる	.65	-.02	-.01	-.02
他人がどのように感じているかを、直感的に共感することができる	.55	-.03	.05	.20
相手の表情をみただけで、相手が悲しんでいるのがわかる	.47	.02	-.04	.32
言葉で言われなくても、相手がなぜ怒っているのかわかる	.47	-.07	.00	.20
F2: 自己の思考や感情把握の困難さ (MS関連因子)				
自分が何に困っているのかわからないままパニックになってしまうことがある	.01	.86	.22	-.17
自分の行動と気持ちがどう関係しているのかわからないことがある	-.14	.81	.01	.06
自分の気持ちが今どうなっているのかわからなくてとまどうことが多い	.08	.72	-.11	-.02
自分でもわからない気持ちがわいてくることがある	-.07	.72	.01	.03
自分の考えていることが分からなくなることがある	-.10	.68	-.07	.05
自分の感情を言葉にしても、あまりピンとこない	.06	.43	-.30	.05
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	.24	.37	.09	.02
F3: 自己の感情把握 (MS関連因子)				
自分の感情を言葉にするのは簡単だ	.00	.13	.86	.00
自分が今何を感じているのかを言葉で説明することは簡単だ	-.04	.07	.82	.10
自分の気持ちを話すことは簡単にできる	-.12	-.01	.76	.09
自分の考えを言葉でうまく説明することができる	.09	-.03	.66	.01
自分の感情を言葉で説明することが難しい(逆転項目)	-.07	.27	-.54	.13
F4: 他者理解 (MO関連因子)				
自分の話に相手が興味を持っているかどうかはすぐにわかる	.00	.07	.07	.63
たとえ人から言われなくても、自分が人の邪魔をしているかどうかはわかる	.07	.01	.01	.61
何か適切でないことを言ってしまったとき、相手の目をみてそのことを見分けることができる	.32	.04	.05	.47
他人の立場に立って物事を考えることができる	.25	-.20	-.04	.46
因子間相関				
	F1	—	.05	.27
	F2		—	.15
	F3			—
	F4			—

注) 本研究で抽出された4因子が、山口(2016)のMS(対自的メンタライゼーション)とMO(対他的メンタライゼーション)の両因子にどのように区分されるかを各因子名の隣に併記した。

Table 2 MQの記述統計量とJAIの下位因子との関連

	記述統計量							相関係数値						
	信頼性		平均値	標準偏差	分布		感謝 (JAI: $\alpha = .76-.88$, $\omega = .77-.88$)							
	項目数	α			ω	歪度	尖度	実存	享受	比較	返礼	負債感	忘恩	
メンタライゼーション(MQ)														
MS: 対自的メンタライゼーション														
自己の感情把握	5	.85	.86	2.38	.53	.84	-.19	.25 ***	.24 ***	.21 **	.29 ***	-.12	-.01	
自己の思考や感情把握の困難さ	7	.84	.85	2.69	.51	.61	-.37	-.09	-.04	-.06	-.01	.41 ***	.15 *	
MO: 対他的メンタライゼーション														
他者の感情把握	7	.86	.86	2.90	.51	.29	-.54	.05	.13	.13	.22 **	.09	-.03	
他者理解	4	.75	.76	3.13	.51	.07	-.67	.05	.11	.14	.23 **	.09	-.16 *	

注).20以上の有意な相関係数値を太字で示した。

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

(2) MQの記述統計量とJAIとの関連

メンタライゼーションの4つの下位因子の得点分布および正規性の検討として、各因子の記述統計量と内的一貫性に関する2指標などをTable 2に示した。その結果、これら4下位因子はいずれも歪度と尖度の値が-1.0から+1.0の範囲内にあったため、得点分布に著しい偏りはみられず、正規性を概ね有していると判断した。また各因子の内的一貫性を表すCronbachの α 係数とMcDonaldの ω 係数の2指標も全因子で.75以上の値を示したため、統計解析に耐えうる十分な値と判断した。

相関分析 (Table 2) により各因子間の関連を検証したところ、MS関連因子である“自己の感情把握”が“実存”“享受”“比較”“返礼”の4因子と弱い正の関連を示し、対極の状態を表す“自己の思考や感情把握の困難さ”は“負債感”と中程度の正の関連を示した。また、MO関連因子はともに“返礼”と弱い正の関連を示した。

(3) メンタライゼーションに基づく分析対象の類型化

メンタライゼーションの観点から分析対象を類型化するため、先のMQの探索的因子分析で抽出された4つの下位因子の平均尺度得点を用いた階層的クラスター分析 (Ward法・平方ユークリッド距離) を行ったところ、Table 3に示した4クラスターが抽出された。本クラスター群を独立変数 (1要因4水準)、MQ (4因子) を従属変数とする分散分析の結果 (Table 3) を踏まえ、以下のように各クラスターの命名を行った。

第1クラスターは、全クラスターのなかでもMQの全因子がおおよそ平均的傾向にあったため“メンタライゼーション中群”と命名した。第2クラスターは、高度なメンタライゼーションの発達状態を表す得点傾向にあったため“メンタライゼーション高群”と命名した。とりわけ“自己の思考や感情把握の困難さ”の抱きやすさに特徴がみられ、“メンタライゼーション高群”とは対極に位置づくと考えられる第3クラスターは“メンタライゼーション低群”と命名した。第4クラスターは、“自己の思考や感情把握の困難さ”を抱えながらも原版のMOに該当する“他者の感情把握”と“他者理解”の2因子の高さにその特徴がみられたため“対他的メンタライゼーション群”と命名した。

(4) メンタライゼーションの各サブタイプの感謝の特徴

クラスター分析で抽出されたメンタライゼーションのサブタイプを独立変数 (1要因4水準)、感謝 (6因子) を従属変数とする分散分析を行った。その結果、感謝の下位因子である“実存”“返礼”“負債感”の3因子でそれぞれ要因の主効果が有意であった ($F_{(3,177)} = 2.87-5.10, p < .01-.05, \eta^2 = .05-.08$)。これら因子について多重比較 (Tukey法) を行ったところ、感謝の“実存”と“返礼”で“対他的メンタライゼーション群”に比べて“メンタライゼーション高群”の得点が有意に高く、“負債感”については反対に“メンタライゼーション高群”や“メンタライゼーション中群”に比べて“対他的メンタライゼーション群”の得点が有意に高かった (Table 3)。

Table 3 メンタライゼーションのサブタイプにおけるMQとJAIの各下位因子の平均値と標準偏差

	1. メンタライゼーション 中群 (<i>n</i> =95)		2. メンタライゼーション 高群 (<i>n</i> =41)		3. メンタライゼーション 低群 (<i>n</i> =24)		4. 対他のメンタライ ゼーション群 (<i>n</i> =21)		<i>F</i> _(3,177)	η^2	多重比較 (<i>Tukey</i> 法)
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差			
メンタライゼーション											
MS: 対自的メンタライゼーション											
自己の感情把握	2.25	.32	3.16	.34	2.02	.28	1.90	.10	124.58 ***	.68	3・4 < 1 < 2
自己の思考や感情把握の困難さ	2.52	.35	2.47	.50	3.33	.34	3.16	.47	39.68 ***	.40	1・2 < 3・4
MO: 対他のメンタライゼーション											
他者の感情把握	2.78	.41	3.19	.46	2.39	.27	3.43	.46	33.27 ***	.36	3 < 1 < 2 < 4
他者理解	2.96	.37	3.43	.45	2.73	.48	3.79	.29	40.67 ***	.41	3 < 1 < 2 < 4
感謝											
実存	3.27	.77	3.63	.84	3.19	1.03	3.10	.70	2.87 *	.05	4 < 2
享受	3.75	.84	4.09	.69	3.73	.83	3.61	.65	2.43	.04	
比較	3.66	.78	3.99	.64	3.54	.88	3.77	.91	2.23	.04	
返礼	3.38	.71	3.83	.80	3.22	.76	3.29	.72	5.10 **	.08	1・3・4 < 2
負債感	3.07	.77	3.08	.96	3.52	.72	3.63	.95	4.11 **	.07	1・2 < 4
忘恩	1.71	.66	1.60	.63	1.88	.67	1.51	.42	1.54	.03	

* *p* < .05 ** *p* < .01 *** *p* < .001

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

5. 考 察

本研究では、青年期のメンタライゼーションと感謝との関連を検証した。仮説検証に先んじて実施したMQの探索的因子分析の過程で、山口（2016）の2因子構造とは異なる4因子構造（Table 1）が抽出された。MSの下位因子に位置づけられる第2・3因子と、MOの下位因子に位置づけられる第1・4因子はそれぞれメンタライゼーションの概念と矛盾せず、第2因子の“自己の思考や感情把握の困難さ”はメンタライゼーションが困難な状態を反映する因子であった。本分析結果はメンタライゼーションの多角的把握に適したものであり、メンタライゼーションと感謝の関連についてのより詳細な知見を得られると考え、本研究では山口とは異なる4因子構造を採用した。以下、先述の本研究仮説に基づいた考察を行う。

メンタライゼーションと感謝の相関分析では、①MSが高い状態を表す“自己の感情把握”が感謝の4因子と弱い正の関連、②MSが低い状態を表す“自己の思考や感情把握の困難さ”が“負債感”と中程度の正の関連、③MOが高い状態を表す2因子がともに“返礼”と弱い正の関連、の大きく3点が示された。すなわち、MSが発達しているほど感謝に伴う肯定的な感情体験や表出を行いやすく、逆に発達が不十分な状態にあっては“負債感”を抱きやすいこと、MOが発達した状態ではより感謝の気持ちを他者に表出しやすいたことがそれぞれ示唆された。これらの結果から、MS・MOが高いほど、感謝に伴うポジティブな感情体験を抱きやすいという仮説1と、MS・MOが高いほど、感謝に伴う表出傾向も高いという仮説2は概ね支持されたと考えられる。

MSが発達、成熟し、自身の心的状態を把握する力の高い人は、受け取っている恩恵を認識しやすく、自分の人生や既に手にしているものに満足感や感謝を抱きやすい傾向にあるとともに、与えてくれた他者への謝意を行動で示す傾向が強いといえる。さらに他者の感情や気持ちの理解、把握する能力を有するMOの高い人が、利益や恩恵を与えてくれた人に行動をもって謝意を示しやすい結果も得られていることから、メンタライゼーション

の発達状態は返礼行動傾向に反映されやすい可能性が示唆された。他者の意図や感情の理解に寄与するMO因子が感謝の表出傾向と正の関連を示した背景には、謝意を示されることで感謝の意がより伝わりやすいことを理解しているために生じている可能性が推測されるが、今後更なる検証を行っていく必要があるだろう。

加えて、メンタライゼーションの発達においてMSが未発達な状態、すなわち自らの情動体験や思考的確な把握な困難な状態では“負債感”を抱きやすいという新たな知見が得られた。他者からの援助に対して相手に負担や迷惑をかけたことに負い目を抱きやすい傾向を表す“負債感”は、抑うつ傾向や自己愛的脆弱性（自己顕示抑制と承認・賞賛過敏性の2因子）と正の関連を示す（岩崎・五十嵐, 2014, 2016）ことが報告されている。本研究からは何らかの恩恵や他者からのサポートを得た場面で「すまなさ」「申し訳なさ」といった感情を強く体験する状態は、メンタライゼーションの発達状態において、特に対自的メンタライゼーションの発達に何らかの困難や葛藤がある可能性を示唆している。感謝に伴う負債感は日本人特有の感情体験として位置付けられているが、メンタライゼーションの発達に関する文化差を考慮する必要性も示唆する知見であったと思われる。

また本研究では、山口（2012）や金子・五十嵐（2023）にならってメンタライゼーションの発達状態の観点から対象を類型化し、各類型の感謝の体験と表出傾向についての検証を併せて行った。MQの4因子を用いたクラスター分析の結果、分析対象は“メンタライゼーション低群”“メンタライゼーション中群”“メンタライゼーション高群”の3群に加え、MO関連因子がともに高い“対他メンタライゼーション群”の計4群に類型化された。本研究で抽出されたこれら4群とともに、これまでのメンタライゼーション研究で抽出されたメンタライゼーションの類型をTable 4に整理した。抽出に用いた因子数や抽出手続きが異なる点に留意する必要があるものの、これら4群のうち、“メンタライゼーション低群”と“メンタライゼーション高群”の2群については、山口でもほぼ類似の群が抽出されている。加えて、増田・田爪（2018）の結果も考慮すると、メンタライゼーションの発達について、低群、中群、高群の3類型はおおよそ共通していると考えられる。しかし、本研究ではMSの高さに特徴がある“内省群”（山口, 2012）やSh-Om群（増田・田爪, 2018）とは異なり、MOの高さが特徴的で“自己感情認識不均衡群”（金子・五十嵐, 2023）と類似の“対他メンタライゼーション群”（21名）が抽出された。先述した対象者や因子数の違い、MSとMOの発達に関する個人差などさまざまな要因も考えられるが、

Table 4 日本におけるメンタライゼーション研究で抽出されたクラスターの整理

クラスター数	本研究 4クラスター	山口(2012) 3クラスター	増田・田爪(2018) 6クラスター	金子・五十嵐(2023) 5クラスター
	メンタライゼーション低群	低メンタライゼーション群	SI-OI群	メンタライゼーション低群 自己感情認識低群
		内省群	Sh-Om群	
クラスター名	メンタライゼーション中群		Sm-Om群 Sm-OI群	メンタライゼーション中群
	対他メンタライゼーション群		SI-Om群	自己感情認識不均衡群
	メンタライゼーション高群	高メンタライゼーション群	Sh-Oh群	メンタライゼーション高群

注) 各研究で抽出したクラスターのメンタライゼーションの発達状態や特徴の類似性を考慮して記載した。増田・田爪のクラスター名はMSとMOの高低を、それぞれ低(low), 中(middle), 高(high)に区分し、その組み合わせによって記載されている(例: SI-OI群はMSとMOがともに低い群を表す)。

青年期のメンタライゼーションの発達状態にはMSとMOの発達状態が必ずしも均衡しない“内省群”や“対他的メンタライゼーション群”も存在することが示唆された。

こうした観点を踏まえて実施した分散分析の結果、本研究で抽出された各類型の感謝の体験と表出の特徴として“メンタライゼーション高群”が他の3群と比べて“返礼”を行いやすく、加えて“対他的メンタライゼーション群”に比べて実存的な感謝を抱きやすい傾向が示された。また“対他的メンタライゼーション群”は、“メンタライゼーション中群”や“メンタライゼーション高群”と比較して“負債感”を抱きやすい結果であった。“対他的メンタライゼーション群”の“負債感”の抱きやすさは、メンタライゼーションの発達状態が未成熟であるほど自己への攻撃性が強く、自責的になりやすいという山口（2012）の知見と類似する結果であった。山口は、ネガティブな自己イメージやメンタライゼーション抑制のプロセスが欲求不満場面での自責的反応に繋がっている可能性を考察しているが、対他的メンタライゼーションのみが高い状態では他者への迷惑や負担感に関心が集中しやすいために負債感を抱きやすいと推測される。“自責感”や“負債感”の抱きやすさから、“対他的メンタライゼーション群”の抑うつ傾向の強さも推測されるが、本群や同程度に“負債感”を抱きやすい“メンタライゼーション低群”への効果的な心理的支援を検討するためにも、これらのサブタイプに関する研究知見の蓄積は有用であろう。

最後に本研究の限界と課題について、2点述べる。第1に、男性サンプルが19名と少なく、分析対象の性差に偏りがみられた点が挙げられる。今後は、サンプルの性差の偏りを是正した形で調査を実施し、メンタライゼーションと他の心理的変数との関連についての性差も有用であろう。第2に、メンタライゼーションの量的把握の限界が挙げられる。金子・五十嵐（2023）は、MQがメンタライゼーションの“感情”と“思考”の2つの内的体験に焦点化して作成されているため、大学生を対象とするような場合には日常場面で彼らが抱く欲求や信念、空想といった内的体験も反映したメンタライゼーションの測定の必要性を考察している。またメンタライゼーションについては、自己記入式の質問紙調査における“偽メンタライゼーションの課題”（山口、2016）も指摘されている。このため、意識的側面のみをターゲットとする質問紙調査による量的研究だけでなく、たとえばMAI（菊池他、2012）を用いた質的研究も蓄積することによってメンタライゼーションの発達状態と感謝の関連についてのより詳細な検討が可能になると思われる。

付 記

本研究は、2023年12月初旬に神奈川大学（みなとみらいキャンパス）で対面開催された日本健康心理学会第36回大会にてポスター発表したものを再解析および加筆修正したものです。本調査にご協力くださった学生と教員のみなさま、ならびに学会ポスター会場にて貴重なご助言、ご示唆を賜りました多くの先生方に深く感謝いたします。なお、本研究の発表に関して開示すべき利益相反関連事項はありません。

引用文献

- Bateman, A. & Fonagy, P. (2004). *Psychotherapy for Borderline Personality Disorder: Mentalization-based Treatment*. Oxford, UK: Oxford University Press. (ベイトマン, A.・フォナギー, P.・狩野力八郎・白波瀬文一郎 (監訳) (2008). メンタライゼーションと境界性パーソナリティ障害——MBTが拓く精神分析的精神療法の新たな展開—— 岩崎学術出版社)
- Dimitrijević, A., Hanak, N., Dimitrijević, A. A., & Marjanović, Z. J. (2018). The mentalization scale (MentS): A self-report measure for the assessment of mentalizing capacity. *Journal of Personality Assessment*, 100, 268–280.
- 池田暁史 (2021). メンタライゼーションを学ぼう——愛着外傷をのりこえるための臨床アプローチ—— 日本評論社
- 岩崎真和・五十嵐透子 (2014). 青年期用感謝尺度の作成 心理臨床学研究, 32, 107-118.
- 岩崎真和・五十嵐透子 (2016). 感謝研究の現状と課題 茨城キリスト教大学紀要, 50, 211-224.
- 岩崎真和・五十嵐透子 (2017). 青年期用感謝尺度の信頼性と妥当性の再検討 茨城キリスト教大学紀要, 51, 153-161.
- 金子稔明・五十嵐透子 (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—— 上越教育大学研究紀要, 43, 221-230.
- 菊池裕義・山田仁子・館岡達矢・関 百合・東 啓悟・福田知子・奥野大地 (2012). メンタライゼーションの測定——その信頼性と日本人大学生における境界例傾向との関連性—— 心理臨床学研究, 30, 355-365.
- 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.
- 松葉百合香・リー スティーブケイ・原口 幸・岩崎美奈子・大月 友・桂川泰典 (2022). 日本語版メンタライゼーション尺度 (The Japanese version of Mentalization Scale : MentS-J) の開発と信頼性, 妥当性の検討 発達心理学研究, 33, 137-145.
- 高垣マユミ・吉村麻奈美・牛島順子・田爪宏二 (2021). 女子大学生の教育実習における教師効力感と実習不安に対するメンタライゼーション能力の影響 津田塾大学紀要, 53, 45-57.
- 山口正寛 (2012). 青年期におけるメンタライゼーションと攻撃性の関連 第76回日本心理学会大会発表論文集
- 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.

Relationship between mentalization and appreciation in Japanese adolescence

Masakazu Iwasaki, Aoi Yataki

This study examined the relationship between mentalization and appreciation in Japanese adolescence. The participants of 181 students (ratio of valid responses 96.8%) responded to the mentalization questionnaire (MQ) and Japanese Appreciation Inventory (JAI). “Understanding one’s own emotions” representing the developmental state of mentalization of self was positively related to the positive emotional experience of appreciation and the tendency to express it. In addition, both factors representing the developmental state of mentalization of others were positively related to “return”. The analysis based on the typology of mentalization suggests that the developmental state of mentalization may be reflected in the three Japanese appreciation factors (“existence” “return” “co-existence with joy and a feeling of indebtedness”). These results were useful research to assist in psychological assessment and clinical psychological support focusing on the development of mentalization.

Key Words : mentalization, appreciation, Japanese adolescence