

心的外傷後成長に関する研究動向とその展望 — 適応的側面と非適応的側面に着目して —

東 明奈*・伊藤 大輔**

近年の心的外傷後成長(Posttraumatic growth; 以下, PTG)の研究において, PTGには適応的な側面と非適応的な側面の2側面が共存する可能性が示唆されている。しかしながら, 従来のPTG研究では, 適応的・非適応的な2側面を考慮しないまま検討が進められているものも多く, その2つを分ける要因や, それぞれの状態像については不明瞭な点も多い。そこで, 本稿では, 当該領域におけるこれまでの研究を概観し, 適応的PTGと非適応的PTGの状態像や影響を及ぼす要因を検討することを目的とした。その結果, PTGの適応的側面・非適応的側面に影響を及ぼす要因として, “認知的回避”, “楽観主義”, “PTGに基づいた行動変容”の3つがあると考えられた。今後の課題として, それらの要因が実際に適応的PTG・非適応的PTGに影響しているか, 実証的に検討していくことが望まれる。

キーワード: 心的外傷後成長, 2側面モデル, 認知的回避, 楽観主義, PTGに基づいた行動変容

1. はじめに

トラウマティックな出来事を体験した人の多くは, 様々な心理的・身体的問題を訴えることが広く理解されている(宅・清水, 2014)。また, そのような影響が長期化すれば, 心的外傷後ストレス障害(Posttraumatic stress disorder; 以下, PTSD)を発症する可能性もあることが示されており(飯村, 2016), トラウマティックな出来事による心身へのネガティブな影響や, その治療法について, これまでに多くの研究がなされてきた。一方で, トラウマティックな体験やストレスフルな体験からポジティブな変化が見出されるという可能性も示唆されている(e.g. Wen et al., 2020; 千葉, 2020)。このように危機となる出来事が精神的な成長の機会になることは, 目新しい事象ではなく, 古代文学や哲学, 宗教的嗜好などにおいて取り上げられてきた(Calhoun & Tedeschi, 2006)。そして, 90年代前後から, 心理や社会福祉, 医療, 看護などの学術領域において, トラウマからの成長に関する実証研究が行われるよう

になった。その代表的な概念として, 心的外傷後成長(Posttraumatic growth; 以下, PTG)が挙げられる。

PTGとは, 「危機的な出来事や困難な経験との精神的なもがき・闘いの結果生じる, ポジティブな心理的変容の体験」と定義される(Tedeschi & Calhoun, 2004)。例えば, 災害に遭遇し, 大切な人を失った時, その時は悲しみにふけるが, 次第に命の大切さを感じたり, これからの人生を精いっぱい生きようと感じたりするなど, ポジティブな心理的変化が起きることである。

上記のように, PTGはポジティブな心理的変化が生じるため, PTGが心理的適応につながるという知見がある一方で(Kunz et al., 2017), Zoellner & Maercker (2006)によると, PTGは適応的な側面とともに, 非適応的な側面があることも指摘されている。しかしながら, 従来のPTG研究では, 適応的・非適応的な2側面を考慮しないまま検討が進められているものも多く, PTGを適応的側面・非適応的側面に分ける要因や, それぞれの状態像については不明瞭な点も多い。

そこで本稿は, PTGの2側面に着目し, これまでの研究を概観することで, 適応的PTGと非適応

* 兵庫教育大学大学院学校教育研究科

** 兵庫教育大学

的PTGの状態像や影響を及ぼす要因を検討することを目的とした。

2. ポジティブな変化として捉えられてきた従来のPTG研究

従来の多くの研究では、PTGの適応的な側面に焦点が当てられ、その状態像や関連要因の検討がなされてきた。

2.1 PTGの適応的な状態像

PTGの発生プロセスとしては、トラウマとなるような衝撃的な出来事や強いストレスを感じる出来事を体験することによって、自己の価値観や信念に揺らぎが生じた後に (Jonoff-Bulman, 2004), 出来事の意味を見出すような意図的な反すう (e.g., Taku et al., 2009) や意味づけ (上條・湯川, 2016), ポジティブな再解釈 (Dolbier et al., 2010) などが行われることで、揺らいだ価値観や信念が再構成されることが想定されている (Tedeschi & Calhoun, 2004)。

一般的に、PTGは、“新たな可能性”, “人生に対する感謝”, “人間としての強さ”, “他者との関係”, “精神性的変容”の5つの領域においてポジティブな変化が生じることが報告されている (Tedeschi & Calhoun, 1996)。そして, Tedeschi et al. (2017) によって, その5つの領域を測定する尺度である Posttraumatic Growth Inventory (以下, PTGI-X) が開発されている。PTGI-Xは, 「他者との関係」(7項目), 「新たな可能性」(5項目), 「人間としての強さ」(4項目), 「精神性的変容」(6項目), 「人生への感謝」(3項目) に関する成長が量的に測定される。

また, PTGは, 外傷後ストレス障害の診断基準A項目に合致するような客観的に生命の危険を有する狭義の心的外傷体験 (例えば, 戦争体験や被災など) に限定して生じるのではなく (宅, 2014), 人間関係, 学業・就業上の問題, ライフイベントなどの広義の心的外傷体験によっても生じるとされている (佐藤, 2005)。実際に, これまでのPTG研究において, いじめ (e.g. 長田,

2020; Andreou et al., 2020), アルコール依存症 (阿津川, 2021), 高校への学校移行 (飯村・宅, 2016), スポーツ傷害 (中村・土屋・宅, 2018) など, 様々な場面においてPTGが生じていることが報告されている。

2.2 従来の研究で検討されてきたPTGの関連要因

これまで, PTGに対する関連要因が多く検討されてきた。例えば, 意図的反すうは, PTG と正の関連を示すことが数多く報告されている (e.g. Cann et al., 2011; Xu et al., 2019)。また, PTG は, レジリエンス (e.g. Li et al., 2018), ソーシャルサポート知覚 (Jia et al., 2017) と正の関連, 抑うつ (畑ら, 2018) と負の関連が示されている。さらに, PTGの促進を目的とした介入において, 認知行動療法プログラムが実践されており, 情動の調節 (Cameron et al., 2007), 適応的な自己開示 (Gray et al., 2012), マインドフルネスストレス低減法 (Garland, Gaylord, & Fredrickson, 2011) といった介入が, その前後で PTG を有意に高めることが報告されている。

以上のように, PTGはこれまで, 高ければ高いほど望ましい状態であると捉えられ, その発生プロセスや状態像, 促進要因が検討されてきた。そして実際に, PTGの促進を目的とした介入実践において, PTGの向上が示されている。

3. PTGの2側面モデルからの検討

上記のように, PTGはポジティブな心理的变化が生じるため, PTGが心理的適応につながるという知見がある一方で, PTGがトラウマ体験後の心身の不適応を予測することを示した先行研究も存在する。例えば, Lahav et al. (2016) は, PTGが主観的健康度を下げることが示しており, PTGは, トラウマに伴う多くのネガティブな感情から自分を切り離し, 結果的に圧倒的な苦痛を軽減するための手段である可能性があることを示した。

この点に関して, Maercker & Zoellner (2004) は, PTGには共存する構成要素として2つの側面が存在することを提唱している。この2側面モデ

ルによると、PTGの機能的側面は「自己超越的で、建設的な側面」であり、トラウマ体験への対処が効果的であることや、以前の機能レベルを超えて成長していることを表し、長期的に適応的に機能すると考えられている。一方で、PTGの非機能的側面は「幻想的で錯覚的な側面」であり、短期的には苦悩へのバランスを取る対処方略としての役割を果たすために適応的であるが、長期的には体験の回避や非現実的な楽観主義による精神的健康の増悪と関連するとされている。このように、PTGは、不適応、特に心理的苦痛やその他の有害な結果につながる可能性があることが指摘されている (Taylor et al., 2000)。つまり、PTGはポジティブな心理的変容として定義づけられているが、非機能的で非適応的な側面も存在していると考えられる。

そして、本邦で行われた先行研究では、PTG高群において、QOLの高低によって、適応型PTGと非適応型PTGに分類した検討がなれている (久保・大野・伊藤, 2020)。それによると、広義の心的外傷体験を有する大学生を対象とした調査では、適応型PTGが3割存在する一方、非適応型PTGは1割程度存在することが示された。さらに、高校生を対象とした研究では、適応および非適応型PTGは、ともに約3割程度存在することが示唆されている (久保・伊藤, 2018)。このように、高いPTGを示す心的外傷体験者であっても、健康や適応の状態が必ずしも良好とは言えない者が一定数存在していることが実証されている。そのため、心的外傷体験者の状態像を適切にアセスメントするためには、PTGの高さだけでなく、QOLといった健康や適応の指標も含めて評価していく必要がある。

4. 適応的・非適応的PTGに影響を及ぼす要因

PTGを適応的・非適応的な2側面から検討した研究は少なく、その促進要因については不明瞭な点も多い。そのため、先行研究のレビューを行い、一見、ポジティブな変化があるように見えるPTGにおいて、実際には非適応的な状態に陥ってしま

う要因について検討を行った。その結果、“認知的回避”、“楽観主義”、“PTGに基づいた行動変容”の3つの要因が抽出されたため、具体的に下記に整理した。

4.1 認知的回避

認知的回避とは、「不快な思考や感情に対して、それらを回避する試みとともに、経験することを拒否すること」として定義される (Hayes et al., 2004)。認知的回避は、短期的には対処方略として役立つ可能性があるが (Zoellner & Maercker, 2006)、長期的には、行動レパートリーが縮小し、受動的な行動をするようになるため (Ferster, 1973)、効果的な問題解決が妨害されることが知られている (D'Zurilla & Nezu, 1999)。

そして、PTGの研究において、PTGの高さが不安や認知的回避の増悪に関連することが示されていることから (Best, Streisand, Catania & Kazak, 2001)、PTGが高くても必ずしもこの認知的回避が解消されるわけではないと考えられる。そして、PTGが高いにも関わらず、認知的回避を頻繁にしている場合、効果的な対処につながらず、結果的に精神健康が悪化すると考えられる。実際に、久保・大野・伊藤 (2020) は、否認が非適応型PTGに対して正の影響を及ぼすことを明らかにしており、否認は現実を回避する手段であるため、自分自身の心理的状态を正確にモニタリングすることが困難になり、非適応的なPTGが促進されることを示唆している。

このように、認知的回避は、短期的にはトラウマティックな出来事での苦痛に対する方略として機能する可能性があるものの、長期的にはストレス反応としての不快情動を高め、非適応的なPTGを促進することが予想される。

4.2 楽観主義

楽観主義とは、「悪いことと比較して良いことが起こると自己申告した一般的な期待値」と定義される (Scheier, Carver & Bridge, 1994)。適応的なPTGのためには、トラウマティックな出来事につ

いて、ポジティブな面、ネガティブな面の両方に気づき、ネガティブな影響あるいは痛みの影響も含めて、体験の全体を受け入れる必要がある（宅・清水, 2014）。一方、楽観主義傾向が高い場合は、そのような処理プロセスが妨げられ、結果的に非適応的PTGに繋がる可能性がある。

例えば、Dekel, Levin & Solomon (2015) は、PTGが抑うつや不安などの精神的健康の悪化につながることに、PTGの高さが、実際の成長ではなく、幻想的な自己改善として表出されている可能性を考察している。さらに、Lyu et al. (2021) も、トラウマティックな体験をした者は、幻想的な前向きさゆえに非現実的で楽観主義的な思考を持つようになり、自分の将来について極端に肯定的な期待をする場合があることが指摘している。つまり、非適応的なPTGの状態像の一つとして、楽観主義的な考えによって自身の状態を過度に肯定的に捉えてしまっているがゆえに、結果的に精神健康の増悪に繋がっていることが考えられる。実際に、ストレスの多い困難な状況に直面した際の幻想的で過剰なまでのポジティブな思い込みは、結果的に高いレベルの苦痛をもたらすため、不適応な対処努力であることが報告されている（e.g. Boerner et al., 2017; Engelhard et al., 2015）。

このように、楽観主義は、一見ポジティブな心理的变化をもたらしているように見えるが、それは一時的な成長であり、精神健康の悪化や苦痛の増幅など、非適応的なPTGを促進してしまう要因になりうる。

4.3 PTGに基づいた行動変容

PTGに基づいた行動変容とは、心的外傷体験によって生じたポジティブな心理的变化を、認知や感情といった自分自身の内的な変化に基づき、行動の変化を示すことである。適応的なPTGのためには、認知のポジティブが変化のみに留まらず、その認知に基づいた行動や活動に従事することが重要であると考えられる。例えば、Hobfoll et al. (2007) は、PTGに至る過程において、自分自身

が意味を見出した思考を行動に移さないことは、好ましくないネガティブな結果につながる可能性を示唆している。また、Ciarrochi, Fisher & Lane (2011) の研究では、がん患者が重要であると考えられる価値の領域と生活の質の関係が検討され、価値に沿って生活している人ほど、生活の質が高いことが示されている。さらに、Hobfoll et al. (2007) は、真のPTGを、単に認知プロセスやリフレーミングの知的な運動としてではなく、行動を通じた健全な成長として概念化しており、その人が利益を見出す認知を実際に行う、あるいは行動に反映されることにより、真の意味でのPTGの回復につながると考察している。このように、トラウマティックな出来事に意味を見出すだけでなく、その意味を見出した際の認知に価値を置き、その認知に沿った行動をすることで、精神健康が高まり、適応的なPTGが促進されると考えられる。

以上のように、PTGにおいて実際には非適応的な状態に陥ってしまう要因として、認知面では、ネガティブな物事を自分自身から切り離し、セルフモニタリングが困難になる認知的回避、幻想的で非現実的な過剰な思考を抱き、実際には精神健康が悪化する可能性のある楽観主義的認知があげられた。さらに、行動面では、トラウマティックな出来事に意味を見出したとしても、それを具体的な行動として反映しない、つまりPTGに基づいた行動が行われなければ、非適応的な状態に陥る可能性があることが示された。

5. 今後の課題と展望

本稿では、PTG領域におけるこれまでの研究を概観し、適応的PTGと非適応的PTGに影響を及ぼす要因を検討することを目的とした。

まず、PTGの適応的な側面、非適応的な側面に着目し、従来の先行研究を整理した結果、これまで、PTGは高ければ高いほど望ましい状態であると捉えられてきたものの、PTGが非適応に繋がる場合もあることが実証されている。したがって、2側面モデルで検討していく必要があるが、これま

でPTGを2側面で捉えている実証研究は数少ない。したがって、今後のPTG研究において、PTGを適応的な変化として一括して捉えるのではなく、現在の生活への適応や、精神健康、QOLなどをアウトカムに位置づけ、検討を進めていく必要があると考えられる。

また、PTGを適応的・非適応的側面に影響を及ぼす要因として、“認知的回避”、“楽観主義”、“PTGに基づいた行動変容”の3つが挙げられることが示唆された。しかし、これらの要因を包括して検討された研究はない。そのため、これら3つの要因が実際に適応的PTG・非適応的PTGに影響しているか、実証的に検討していくことが望まれる。

6. 引用参考文献

- Andreou, E., Tsermentseli, S., Anastasiou, O., & Kouklari, E. C. (2020). Retrospective Accounts of Bullying Victimization at School: Associations with Post-Traumatic Stress Disorder Symptoms and Post-Traumatic Growth among University Students. *Journal of Child & Adolescent Trauma, 14*, 9-18.
- 阿津川 令子 (2021). アルコール依存症回復者の心的外傷後成長(posttraumatic growth)に関する基礎的一研究, 関西大学心理臨床センター紀要, *12*, 59-68.
- Boerner, M., Joseph, S., & Murphy, D. (2017). Reports of post-traumatic growth and wellbeing: Moderating effect of defense style. *Journal of Social and Clinical Psychology, 36*(9), 723-737.
- Best, M., Streisand, R., Catania, L., Kazak, A. E. (2001). Parental distress during pediatric leukemia and posttraumatic stress symptoms (PTSS) after treatment ends. *Journal of Pediatric Psychology, 26*(5), 299-307.
- Calhoun, L. & Tedeschi, R. G. (2006). The foundations of posttraumatic growth: An expanded framework, In L. Calhoun (Ed.), *Handbook of posttraumatic growth* (pp. 3-23). Lawrence Erlbaum Associates.
- Cameron, L. D., Booth, R.J., Schlatter, M., Ziginskas, D., & Harman, J. E. (2007). Changes in emotion regulation and psychological adjustment following use of a group psychosocial support program for women recently diagnosed with breast cancer. *Psycho-Oncology, 16*, 171-180.
- Cann, A., Calhoun, L. G., Tedeschi, R. G., Triplett, K. N., Vishnevsky, T., & Lindstrom, C. M. (2011). Assessing posttraumatic cognitive processes: The event related rumination inventory. *Anxiety, Stress, & Coping, 24*(2), 137-156.
- Ciarrochi, J., Fisher, D., Lane, L. (2011). The link between value motives, value success, and well-being among people diagnosed with cancer. *Psycho-Oncology, 20*(11), 84-92.
- 千葉 柝作 (2020). 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, 東北大学大学院教育学研究科研究年報, *69*(1), 121-132.
- Dekel, S., Levin Y., & Solomon, Z. (2015). Posttraumatic growth among spouses of combat veterans: Adaptive or maladaptive for adjustment? *Psychiatry Research, 232*, 712-715.
- Dolbier, C. L., Jaggars, S. S., & Steinhardt, M. A. (2010). Stress-related growth: Pre-intervention correlates and change following a resilience intervention. *Stress and Health, 26*, 135-147.
- D'Zurilla, T. J., & Nezu, A. M. (1999). *Problemsolving therapy: A social competence approach to clinical intervention*. (2nd ed.). Springer Publishing Co.
- Engelhard, I.M., Lommen, M.J., Sijbrandij, M. (2015). Changing for better or worse? Posttraumatic growth reported by soldiers

- deployed to Iraq, *Clinical Psychological Science*, 3 (5), 789-796.
- Ferster, C. B. (1973). A functional analysis of depression. *American Psychologist*, 28, 857-870.
- Garland, E. L., Gaylord, S. A., & Fredrickson, B. L. (2011). Positive reappraisal mediates the stress-reductive effects of mindfulness: An upward spiral process. *Mindfulness*, 2, 59-67.
- Gray, M.J., Schorr, Y., Nash, W., Lebowitz, L., Amidon, A., Lansing, A., & Litz, B. T. (2012). Adaptive disclosure: An open trial of a novel exposure-based intervention for service members with combat-related psychological stress injuries. *Behavior Therapy*, 43, 407-415.
- Hayes, S.C., Strosahl, K., Wilson, K.G., Bissett, R.T., Pistorello, J., Toarmino, D. et al. (2004). Measuring experiential avoidance: a preliminary test of a working model. *The Psychological Record*, 54, 553-578.
- 畑 琴音・小野 はるか・小川 祐子・竹下 若那・鈴木 伸一 (2018). 前立腺がん患者における抑うつ, 不安, PTGの関連要因の検討, 日本認知・行動療法学会大会プログラム・抄録集, 44, 394-395.
- Hobfoll, S. E., Canetti-Nisim, D., Galea, S., Johnson, R. J., & Palmieri, P. A. (2007). Refining our understanding of traumatic growth in the face of terrorism: Moving from meaning cognitions to doing what is meaningful. *Applied Psychology*, 56, 345-366.
- 飯村 周平(2016). 心的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・宅 香菜子 (2016). 高校への学校移行がもたらした心的外傷後成長—レジリエンスとパーソナリティ特性の変化と関連—, 日本青年心理学会大会発表論文集, 24, 42-43.
- Janoff-Bulman, R. (2004). Posttraumatic growth: Three explanatory models. *Psychological Inquiry*, 15, 30-34.
- Jia, X., Liu, X., Ying, L., et al. (2017). Longitudinal relationships between social support and posttraumatic growth among adolescent survivors of the Wenchuan earthquake. *Frontiers in Psychology*, 8, 1-7.
- 上條 菜美子・湯川 進太郎 (2016). ストレスフルな体験の意味づけにおける侵襲的熟考と意図的熟考の役割, 心理学研究, 86, 513-523.
- Kunz, S., Joseph, S., Geyh, S., & Peter, C. (2017). Posttraumatic growth and adjustment to spinal cord injury: Moderated by posttraumatic depreciation? *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 9(4), 434-444.
- 久保 佑貴・伊藤 大輔 (2018). 高校生における心的外傷後成長と健康関連Quality of lifeの関連, 日本認知・行動療法学会大会発表論文集, 44, 390-391.
- 久保 佑貴・大野 裕史・伊藤 大輔 (2020). 適応および非適応型心的外傷後成長に影響を及ぼす心理社会的要因の検証—2側面モデルに基づいた再検討—, トラウマティック・ストレス, 18(1), 57-63.
- Lahav, Y., Solomon, Z., & Levin, Y. (2016). Posttraumatic growth and perceived health: The role of posttraumatic stress symptoms. *American Journal of Orthopsychiatry*, 86(6), 693-703.
- Li, T., Liu, T., Han, J., Zhang, M., Li, Z., Zhu, Q., & Wang, A. (2018). The relationship among resilience, rumination and posttraumatic growth in hemodialysis patients in North China. *Psychology Health and Medicine*, 23(9), 1-12.
- Lyu, Y., Yu, Y., Chen, S., Lu, S., Ni, S. (2021). Positive functioning at work during COVID-19: Posttraumatic growth, resilience, and emotional exhaustion in Chinese frontline healthcare workers. *Appl Psychol*

- Health Well-Being*, 00, 1-16.
- Maercker, A., & Zoellner, T. (2004). The Janus Face of Self-Perceived Growth: Toward A Two-Component Model of Posttraumatic Growth. *Psychological Inquiry*, 15(1), 41-48.
- 中村 珍晴・土屋 裕睦・宅 香菜子 (2018). スポーツ傷害に特化した心的外傷後成長の特徴, 体育学研究, 63(1), 291-304.
- 長田 真人 (2020). いじめ被害の長期的影響における精神的健康-心的外傷後成長とレジリエンスの比較から-, 日本教育心理学会総会発表論文集, 62, 235.
- Scheier, M. F., Carver, C. S., & Bridge, M. W. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem): A reevaluation of the life orientation test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 1063-1078.
- 佐藤 健二 (2005). トラウマティック・ストレスと自己開示, ストレス科学, 19(4), 189-198.
- Taku, K., Cann, A., Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2009). Intrusive versus deliberate rumination in posttraumatic growth across US and Japanese samples. *Anxiety, Stress, & Coping*, 22, 129-136.
- 宅 香菜子 (2014). 悲しみから人が成長するとき—PTG, 風間書房, 東京
- 宅 香菜子・清水 研(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, 東京
- Taylor, S. E., Kemeny, M. E., Reed, G. M., Bower, J. E. & Gruenewald, T. L. (2000). Psychological resources, positive illusions, and health. *American Psychologist*, 55(1), 99-109.
- Tedeschi, R. G. & Calhoun, L. G. (1996). The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 9(3), 455-472.
- Tedeschi, R. G. & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15(1), 1-18.
- Tedeschi, R.G., Cann, A., Taku, K., Senol-Durak, E., & Calhoun, L. G. (2017). The Posttraumatic Growth Inventory: Arevision integrating existential and spiritual change. *Journal of Traumatic Stress*, 30, 11-18.
- Wen, X., An, Y., Zhou, Y., Du, J., & Wei Xu, W. (2020). Mindfulness, Posttraumatic Stress Symptoms, and Posttraumatic Growth in Aid Workers: The Role of Self-Acceptance and Rumination. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 209(3), 159-165.
- Xu W, Jiang H, Zhou Y, Zhou L, Fu, H. (2019). Intrusive Rumination, Deliberate Rumination, and Posttraumatic Growth Among Adolescents After a Tornado: The Role of Social Support. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 207(3), 152-156.
- Zoellner, T. & Maercker, A. (2006). Posttraumatic growth in clinical psychology - A critical review and introduction of a two component model. *Clinical Psychology Review*, 26(5), 626-653.

Research Trends and Prospects for Posttraumatic Growth —Focusing on adaptive and non-adaptive aspects—

Akina HIGASHI*, Daisuke ITO**

*Graduate School of Education, Hyogo University of Teacher Education

**Hyogo University of Teacher Education

Recent researches on posttraumatic growth (PTG) has suggested that two aspects of PTG, adaptive and non-adaptive, may coexist. However, in many conventional PTG studies, the adaptive and non-adaptive aspects of PTG are not taken into account, and the factors that divide the two aspects and the state of each are often unclear. Therefore, the purpose of this paper was to review the past researches in this area and to examine the state of adaptive PTG and non-adaptive PTG and the factors that promote them. As a result, “cognitive avoidance”, “optimism”, and “action associated with valued cognition” were considered to be factors that distinguish between adaptive PTG and non-adaptive PTG. In the future, it is desirable to empirically examine whether these factors are actually related to adaptive and non-adaptive aspects of PTG.

Key Words : Posttraumatic growth, Janus-face model, Cognitive avoidance, Optimism, Action associated with cognition