

# ストレス体験の原因帰属が自己嫌悪感を媒介して意味づけに及ぼす影響 意味づけにおける同化と調節に着目して\*

## Cause Attribution of a Stressful Experience influences Meaning Making Mediated by Self-Disgust: Focusing on Assimilation and Accommodation in Meaning Making

桑名 陽平

Yohei Kuwana

金沢 吉展

Yoshinobu Kanazawa

本研究の目的は、意味づけに関する同化と調節に着目して、ストレス体験の原因帰属と意味づけ、その間を媒介する自己嫌悪感の関連性について検討することであった。今までで一番のストレス体験として、学業、人間関係、継続してきたこと、喪失、その他、を挙げた計253名を対象にウェブ調査を行った。調査対象者は、ストレス体験およびストレス体験からの経過期間、ストレス体験の原因帰属、ストレス体験が起こったことに対する自己嫌悪感、ストレス体験に対する意味づけについて回答した。これらのデータについて、パス解析を行った結果、同化に対して原因帰属から直接有意な正のパス係数が示された。一方、調節には原因帰属から自己嫌悪感を媒介して有意な正のパス係数が示された。以上の結果を踏まえ、臨床的観点から考察を行った。

キーワード：意味づけ、同化、調節、自己嫌悪感、原因帰属

\* 本研究は、第一著者の卒業論文をもとに、加筆・修正を加えたものである。

### 問題・目的

重大な失敗や重要な他者の喪失は、非常に大きなストレス体験となる。こうしたストレス体験からの自己変容過程を説明する概念として、意味づけが注目されている（堀田・杉江，2012）。本研究では、Park（2010）にならい、意味づけを「ストレス体験を乗り越えるための認知的対処であり、出来事が起きた意味を探求し、自分なりの理解や解釈を与えること」と定義する。Joseph & Linley（2005）は意味づけを同化と調節の2つに分けて説明している。同化とは「イベントを再解釈し、世界観と自己の感覚に一致するよう適応を求めること」であり、調節とは「イベントで提示された新しい情報を取り入れるために、自分の世

界観と自己意識を変えること」と定義されている（Davis & Morgan, 2008）。

これまでの先行研究では、意味づけに至るプロセスを、反すう、脅威評価などの認知的観点から捉えているものが多い（e.g.上條・湯川，2016b）。一方で、感情と、同化、調節の2種類の意味づけの関連に着目した研究は管見の限り見当たらない。そこで、本研究では、感情が意味づけに与える影響に着目する。

意味づけの後に感じられるネガティブ感情について、同化と調節で違いがあると報告されている。堀田・杉江（2013a）は、同化は自己に対するネガティブ感情を抑制するものの、調節はネガティブ感情の増大といった負の変容も起こりうる可能

性があることを指摘している。

ネガティブ感情が意味づけに及ぼす影響を検討した上條・湯川 (2015) は、同化と調節の2種類の意味づけは用いていないが、意味づけに正の影響を与えるネガティブ感情について、後悔、恥、罪悪感から構成される悔恨因子を取り上げている。つまり、ストレス体験に対して、後悔、恥、罪悪感を抱くことで、意味づけに正の影響を与える可能性があるとして解釈できる。しかし、これらのネガティブ感情は、標準化された尺度では測定されおらず、ストレス体験から感じたネガティブな感情を表す単語の強度を測るのみであった。そのため、後悔・恥・罪悪感に相当するネガティブ感情を、信頼性・妥当性が確認されている尺度で再検討することが求められる。

後悔、恥、罪悪感と類似したネガティブ感情に自己嫌悪感が考えられる。自己嫌悪感について西平 (1973) は「自分の存在そのものが、羞恥・悔恨・慚愧・卑屈などの感情に動かされてなんともいたたまれない気分」と表現しており、上條・湯川 (2016a) が想定した悔恨因子と類似していると考えられる。

ストレス体験の原因を自己に帰属したとき、ネガティブな感情は増大することがある。上條・湯川 (2016a) は、ストレス体験における原因帰属がネガティブ感情に及ぼす影響について検討している。その結果、ストレス体験の種類に関係なく、自己への原因帰属から悔恨因子への有意な正のパス係数が示されたことを報告している。このことから、悔恨の類似概念と考えられる自己嫌悪感においても、自己への原因帰属傾向が高いほど、意味づけへ正の影響が示されやすいと考えられる。人は出来事の原因を自分に帰属したとき、「あの時〇〇していれば (いなければ)」と、事実と反する結果が頭に浮かび後悔や恥、罪悪感等の感情を抱く (Roese, 2005村田訳2008) とされる。このことから自己への原因帰属は自己嫌悪感と強く結びついていると考えられる。

原因帰属についても同化と調節に与える影響が異なる可能性がある。安藤 (2009) はストレス体験の中には基本的仮定の枠内で理解できるものも

あり、それについて「自分に責任があった」と考えれば、同化することができるが、ストレス体験の中には、想定世界観による理解を超えるものがあるために、同化が困難な情報を認知的あるいは感情的に処理する過程が存在すると指摘している。すなわち、同化には自分に責任があったと考えることが影響しているが、調節には原因帰属以外の感情的対処や認知的対処が影響していると考えられる。

思春期・青年期は、発達段階の中でもとりわけ、問題行動が生じやすい。その背景として、ストレス反応に関連する生物学的要因が思春期・青年期の間、敏感になることが挙げられている (Johnson, Dariotis & Wang, 2012)。また、幼児期・児童期・思春期・青年期のストレス体験に代表される「いじめ」などの青年期後期以前のストレス体験は、その後の適応状況とも関連してくることが予測される (野中・永田, 2010)。

以上を踏まえ、思春期・青年期を経験した青年期後期にあたる学生や社会人を対象に、今まで一番のストレス体験の原因帰属が自己嫌悪感を媒介し、同化と調節に与える影響について検討することを目的とする。思春期を含む青年期の、過去のストレス体験から得られた感情や意味づけについて検討することは、思春期・青年期の問題行動への支援や、発達支援を考えるにあたって有用であると考えられる。

## 方法

### 1. 調査対象者

18歳から24歳の学生および社会人253名に調査協力を求めた。回答に不備のあった2名を除いた251名 (大学生・大学院生・専門学生228名, 社会人15名, 男性72名, 女性178名, 平均年齢 $21.18 \pm 1.72$ 歳) のデータを分析対象とした。調査は、2018年11月中旬から12月上旬に実施した。

### 2. 手続き

関東圏の大学にてweb調査を行い、無記名で回答を求めた。調査はGoogle Formで作成した調査画面にアクセスするためのURLを記載した調査協力依頼状を、SNSアプリケーションのLINEを

用いて、研究実施者の知人に送信した。また、大学の研究参加登録システムを利用し、システムに登録している学生に、URLを記載した研究協力依頼状を送信した。調査は3週間の期限を設けた。

### 3. 倫理的配慮

質問紙の教示文にて、回答は任意であり、回答途中でも辞退することができること、回答しないことによる不利益は生じないこと、得られたデータは厳重に管理され、個人情報保護されること、また、論文執筆以外の目的で使用しないことを教示した。さらに、上條・湯川(2016b)の研究協力者への配慮を参考に、想起するストレス体験に「解決していると思っている出来事あるいは未解決であるが回答可能な出来事」という条件をつけ、想起に伴う心理的侵襲性を低くするよう配慮した。

### 4. 調査素材

- (1) デモグラフィック変数：性別、年齢について回答を求めた。本研究の目的はストレス体験における意味づけについて自己嫌悪感に焦点を当てて検討することであったため、社会人や学生などのデモグラフィック変数については回答を求めなかった。
- (2) ストレス体験：「解決していると思っている出来事あるいは未解決であるが回答可能な出来事」の中で、今までで一番のストレス体験について、以下の項目に回答を求めた。回答は、Taku et al. (2007)を参考に、学業(受験や学校でのテストなど)、人間関係(恋愛、友人関係、家族関係など)、継続してきたこと(スポーツや部活動、大会における敗戦、スランプ、挫折体験など)、喪失(近親者、友人、ペットの死など)、その他、という領域を用い、選択式で回答を求めた。
- (3) ストレス体験からの経過期間：今までで一番のストレス体験から今現在までの経過期間について1か月単位で回答を求めた。
- (4) 原因帰属：今までで一番のストレス体験の原因における主観的評価について0(自分に全く原因は無い)から10(すべて自分に原因がある)のうち該当する点数ひとつをつけるよう求めた。  
なお、本研究の原因帰属を「解決していると

思っている出来事あるいは未解決であるが回答可能な出来事の中で、今までで一番のストレス体験の原因における主観的評価」と定義して使用した。

- (5) 自己嫌悪感：水間(1996)が作成した自己嫌悪感尺度21項目を用いて、「当該のストレス体験に直面した際に感じた感覚についてそれぞれ最も当てはまるものに回答してください」という質問に対して1「全く当てはまらない」から5「非常に当てはまる」の5件法で回答を求めた。なお本尺度は、ストレス体験について過去の自己嫌悪感を問う必要があるため、各項目は語尾を過去形に改変した。改変を加えた本尺度は、「自分が嫌になることがあった」、「自分に嫌気がさすことがあった」などの21項目から構成された。
- (6) 意味づけ：ストレス体験を経験した後の意味づけについて問うため、堀田・杉江(2013b)が作成した意味づけにおける同化・調節尺度14項目を使用し、「当該のストレス体験をしたことで、以下のようなことをどれくらい感じていますか。現在のあなたの考えとして、最もあてはまるものを1つ選択してください」という教示文に対して1「当てはまらない」から5「かなり当てはまる」の5件法で回答を求めた。なお本尺度は過去のストレス体験における過去の時点での意味づけについて現在どのように考えているかを問う必要があるため、「I think過去形」の形に改変をした。改変を加えた本尺度は「私は、すぐにその経験が持つ意味に気づいただろう」、「その経験が持つ意味を理解するのに時間はかからなかっただろう」などの7項目からなる同化と、「私は、すぐにその経験が持つ意味に気づいただろう」、「私は、その経験が持つ意味についてすぐに原因(理由)を見つけられただろう」などの7項目からなる調節で構成された。

### 5. 分析方法

各尺度得点とストレス体験からの経過期間との関係を検討するため、3つの尺度得点と経過期間の相関係数を算出した。ただし、ストレス体験か

らの経過期間は近い過去と遠い過去でその重みが異なり、遠い過去になればなるほど、1か月の違いが大きな意味を持たなくなるだろうと考えられる(宅, 2005)。そのため宅(2005)を参考に経過期間を対数変換し、その値を用いて相関係数を算出した。

次にストレス体験の種類により自己嫌悪感, 同化, 調節に差があるかについて検討するために、独立変数をストレス体験の種類, 従属変数を自己嫌悪感, 同化, 調節の尺度得点とする一要因分散分析を行った。また、本研究の目的は性別を問わずストレス体験の種類によって各尺度得点に違いがあるかを検証することであったため、性差の検討は行わなかった。

最後にストレス体験への原因帰属が自己嫌悪感を媒介し、同化および調節に有意な正のパス係数を示すモデルが妥当であるかを検証するため、パス解析を行った。

## 結果

### 1. ストレス体験による調査対象者の分類

ウェブ調査から得られた251名の回答の内訳は“学業(受験や学校でのテストなど)”が74名, “人間関係(恋愛, 友人関係, 家族関係など)”が113名, “継続してきたこと(スポーツ, 部活動, 大会での敗戦, スランプなど)”が24名, “喪失(近親者, 友人, ペットの死など)”が20名, “その他”が20名, であった。なおストレス体験からの経過期間の平均は $40.5 \pm 39.3$ か月であった。

### 2. 観測変数の吟味

自己嫌悪感を測定するための自己嫌悪感尺度(水間, 1996)の21項目について、最尤法プロマックス回転による探索的因子分析を行ったところ2因子解が示唆されたが、因子間相関が $r = .67$ と大きな値を示し、両者2つの下位概念における独自性が把握されにくいことが予測された。また先行研究では1因子構造を採択している点、1因子構造を想定した因子分析においても十分な信頼性が得られている点( $\alpha = .95$ )から今回は1因子解を採用し、再度、最尤法による探索的因子分析を行い、因子を決定した。因子名は水間(1996)に

ならい自己嫌悪感とした。寄与率は49.3%であった。

続いて意味づけにおける同化と調節を測定するための14項目について、最尤法プロマックス回転による探索的因子分析を行ったところ2因子構造が示唆された。また、そこから共通性が低い値を示した2項目(同化1項目, 調節1項目)を分析から除外し、最終的に2因子12項目を用いた。以上の結果に加え、意味づけは、しばしば同化と調節の2つに分けられることから、本研究では2因子構造を採用して、再度、最尤法プロマックス回転による探索的因子分析を行い、因子を決定した。因子名は堀田・杉江(2013b)にならう同化と調節を採用した。因子間の相関は $r = .17$ であった。クロンバックの $\alpha$ 係数は同化 $\alpha = .73$ , 調節 $\alpha = .77$ であった。

### 3. 尺度間の相関およびストレス体験からの経過期間

相関分析の結果をTable 1に示す。ストレス体験からの経過期間は、いずれの尺度とも無相関を示した(原因帰属とは $r = -.11$ , *n.s.*; 自己嫌悪感とは $r = .09$ , *n.s.*; 同化とは $r = .08$ , *n.s.*; 調節とは $r = .06$ , *n.s.*)。

### 4. ストレス体験による差の検討

独立変数をストレス体験の種類, 従属変数を自己嫌悪感, 同化, 調節の尺度得点とする一要因分散分析の結果、いずれの尺度得点においても有意な結果は得られなかった( $F(4, 246) = 0.84$ ,  $p = .06$ , *n.s.*,  $\eta^2 = .01$ ), ( $F(4, 246) = 1.88$ ,  $p = .11$ , *n.s.*,  $\eta^2 = .03$ ), ( $F(4, 246) = 1.17$ ,  $p = .32$ , *n.s.*,  $\eta^2 = .01$ )。

### 5. 自己嫌悪感を媒介変数としたパス解析

安藤(2009)の、自分に責任があったと考えれば同化することができる、調節は感情的な処理を伴う過程である、という理論的考察を踏まえ、パス解析を行った。本研究のモデルはストレス体験への原因帰属が同化および自己嫌悪感に有意な正のパス係数を示し、自己嫌悪感は調節に有意な正のパス係数を示すことを想定した。パス解析の結果をFigure 1に示す。モデルの適合度はおおむね良好であった( $GFI = .99$ ,  $AGFI = .96$ ,  $CFI = .98$ ,  $TLI = .95$ ,  $RMSEA = .05$  (90%CI[.000, .148])、

Table 1 測定尺度間の相関係数

	1	2	3	4	5	M	SD
1 対数変換した経過期間	-					2.99	1.5
2 原因帰属	-.11	-				5.3	3.01
3 自己嫌悪感	.09	.35*	-			3.33	.98
4 同化	.08	.22**	.01	-		2.81	.90
5 調節	.06	.20**	.34**	.17**	-	3.59	.81

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

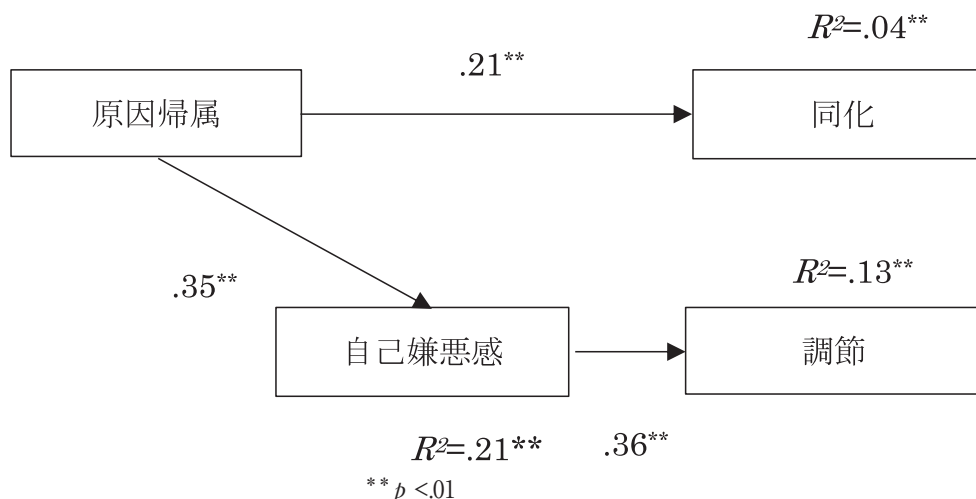


Figure 1 パス解析の結果

SRMR = .03, AIC = 1837.04)。

パス解析の結果、原因帰属から自己嫌悪感へ有意な正のパス係数が示された ( $\beta = .35$ ,  $p < .01$ )。さらに自己嫌悪感から調節においても有意な正のパス係数が示された ( $\beta = .36$ ,  $p < .01$ )。また、原因帰属から同化へ直接、有意な正のパス係数が示された ( $\beta = .21$ ,  $p < .01$ )。

### 考察

本研究の目的は、「解決していると思っている出来事あるいは未解決であるが回答可能な出来事」の中で、今までで一番のストレス体験の原因帰属が自己嫌悪感を媒介して意味づけに及ぼす影響について検討することであった。

同化、調節および自己嫌悪感と対数変換したストレス体験からの経過期間の相関係数は、有意な値を示さなかった。このことから、ストレス体験からの経過期間だけでは、自己嫌悪感や意味づけに直接的な影響を与える要因にはなりえないことが示唆された。また、ストレス体験からの経過期

間原因帰属、自己嫌悪感あるいは意味づけに及ぼす影響を考慮することなく分析結果を解釈できることが示唆された。有意な相関を示さなかった理由として、例えば、ストレス体験から現在までの経過期間の中で、どのような人と触れ合ったか、また、そのストレス体験について振り返り、見つめ直したかによって経過期間の価値が変わることがあげられる。そのため、今後はストレス体験からの経過期間の中で経験したことについても検討する必要があると考えられる。

ストレス体験の種類の違いで同化、調節および自己嫌悪感に差は認められなかった。このような結果が得られた理由として、回答が得られた251名のうち、人間関係のことを挙げた回答者が113名にのぼり、ストレス体験の種類自体に偏りが見られたことが挙げられる。また、ストレス体験の種類における群分けの基準が広く、抽象的であったことから、特定のストレス体験に固有の自己嫌悪感や意味づけの違いを反映できなかった可能性が挙げられる。今後は、回答者を増やすとともに、

新たな群分けの方法を考える必要がある。

パス解析において、同化は、ストレス体験の原因帰属から直接正の影響を受けていた。この結果から、「解決していると思っている出来事あるいは未解決であるが回答可能な出来事」の中で、今までで一番のストレス体験を内的に原因帰属する傾向が高いと、同化の得点が高くなる傾向があると考えられる。一方、調節は、ストレス体験の原因帰属から、自己嫌悪感を媒介し、正の影響を受けていた。この結果から、「解決していると思っている出来事あるいは未解決であるが回答可能な出来事」の中で、今までで一番のストレス体験が起こったことについて、内的に原因帰属する傾向が高いと、自己嫌悪感が高くなり、自己嫌悪感が高いと調節の得点が高くなる考えられる。

安藤（2009）は、自分に責任があったと考えれば、同化することができる一方、同化が困難な情報は認知的あるいは感情的に処理する過程が存在すると指摘している。これらを踏まえると、ストレス体験から自己嫌悪感という感情体験を経験した後、調節という認知的操作が加わることにより、同化が困難な情報に適応できるようになる可能性が示唆された。

最後に本研究の限界と今後の展望について述べる。

第1に原因帰属の項目を単項目で測定した点である。この手続きにより回答者によって教示の解釈が異なっていた可能性や、各変数の特徴を十分に測れなかった可能性がある。今後、諸変数の影響関係を精緻に検討する場合は、測定項目を吟味し、より信頼性と妥当性が高い項目を用いる必要がある。

第2に研究デザインについてである。本研究は、あくまで横断的研究であり、ストレス体験を経験した直後の感情と過去の意味づけを評価し、想起法および自己報告式調査によって回答を求めている。そのため本研究の結果からは因果関係まで結論づけることはできない。今後は、縦断的研究を用いて因果関係を解明していくことが課題として挙げられる。

第3に統計学的解析手法についてである。同化

と調節から成る意味づけの尺度は、堀田・杉江（2013a）が作成したものを使用した。教示文についてストレス体験を過去に起きたことに限定するため、「I think過去形」の形に改変した。信頼性・妥当性が測定されている尺度であっても、部分的改変を行った場合は、確認的因子分析を行い、適合度の確認を行うことが一般的であるが、本研究では探索的因子分析にとどまっている。そのため信頼性・妥当性が十分ではない可能性がある。

また、パス解析の結果から有意な正の影響関係がみられ、決定係数も有意な値であるものの、低い値を示している。すなわち、有意な結果ではあるが、今回のモデルを説明するためには、原因帰属や自己嫌悪感のみの変数では不十分であったと解釈できる。この問題を解決するために、今後は、多様な感情項目を精査し、同化と調節に関連のある感情を明らかにしていく必要がある。

第4に、倫理的配慮についてである。本研究では、「今までで一番のストレス体験」について尋ねているが、実際に分析に使用したのは「解決済み、もしくは未解決でも回答可能な」という条件のもとで得られたストレス体験であった。つまり、答えることで強いストレスが感じられる内容については反映されていない。そのため、誰もが話すことをためらうであろうストレス体験（e.g.強姦被害など）は含まれておらず、そのような体験の意味づけについては本研究では言及できていない。

また、条件より、回答が得られたストレス体験は少なくとも解決に向かっていると推察されるため、回答者の傾向として、意味づけが進んでいる可能性があり、パス解析において有意な結果が得やすかったと考えられる。今後は、条件について吟味し、集団が限定される恐れを極力防ぐことが求められる。

第5に、ネガティブ感情の選定についてである。後悔、恥、罪悪感の類似概念として、西平（1973）の定義を参考に自己嫌悪感を選定したが、「自分の存在そのものが、羞恥・悔恨・慚愧・卑屈などの感情に動かされてなんともいたたまれない気分」（西平，1973）という自己嫌悪感の定義は、辞書的な定義よりも幅広く、実際に日常的に使われて

いる自己嫌悪感とも微妙に含まれる意味が異なる  
と考えられる。今後は、感情項目の選定を詳細に  
行ってからモデルに組み込む必要がある。

以上のように、本研究では原因帰属、自己嫌悪  
感および意味づけの関連の一端が示されたに過ぎ  
ない。しかしながら本研究は、これまで知見が少  
なかった同化と調節からなる意味づけに着目し、  
意味づけのプロセスにおいて新たな視座を提供す  
るものであり、意義は大きいものと思われる。本  
研究で示した知見が、今後の意味づけ研究の発展  
の一助となることが望まれる。

### 謝辞

ご多忙の中、本調査にご協力くださいました皆  
様に厚く御礼申し上げます。本論文の作成にあたり  
御助言いただきました清水良三教授、議論を通  
じて多くの知識や示唆を頂戴いたしました金沢ゼ  
ミ・清水ゼミの皆様へ深く感謝いたします。

### 引用文献

安藤清志 (2009). 否定的事象の経験と愛他性

東洋大学社会学部紀要, 47 (2), 35-44.

Davis, C., & Morgan, M. (2008). Finding meaning, per-  
ceiving growth, and acceptance of tinnitus. *Rehabili-  
tation Psychology, 53*, 128-138.

堀田 亮・杉江 征 (2012). ストレスフルな体験の意味づ  
けに関連する研究の動向 筑波大学心理学研究, 44,  
113-122.

堀田 亮・杉江 征 (2013a). 挫折体験の意味づけが自己概  
念の変容に与える影響 心理学研究, 84 (4), 408-418.

堀田 亮・杉江 征 (2013b). 重大なライフイベントの意味  
づけに関する尺度の作成 - 同化・調節の観点から -  
健康心理学研究, 26 (2), 108-118.

Johnson, S.B., Dariotis, J.K., & Wang, C. (2012). Adoles-  
cent risk taking under stressed and nonstressed  
conditions: Conservative, calculating, and impulsive  
types. *Journal of Adolescent Health, 5* (1), 34-40.

Joseph, S., & Linley, P.A. (2005). Positive adjustment to  
threatening events: An organismic valuing theory of  
growth through adversity. *Review of General Psy-  
chology, 9*, 262-280.

上條菜美子・湯川進太郎 (2015). 意味づけ過程における  
ネガティブ感情と反すうの関連 日本社会心理学会第56  
回大会発表論文集, 91.

上條菜美子・湯川進太郎 (2016a). ストレスフルな体験の  
意味づけにおける感情 - 出来事の種類を踏まえて -  
カウンセリング研究, 49, 11-21.

上條菜美子・湯川進太郎 (2016b). 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 (6), 513-523.

水間玲子 (1996). 自己嫌悪感尺度の作成 教育心理学研究,  
44 (3), 296-302.

西平直喜 (1973). 『青年心理学』現代心理学叢書第7巻  
共立出版.

野中公子・永田俊明 (2010). 過去のいじめ体験が青年期  
に及ぼす影響 - 体験の時期と発達の関連 九州看護福  
祉大学紀要, 12 (1), 115-124.

Park, C.L. (2010). Making sense of the meaning Literature: An integrative Review of Meaning Making and  
Its Effects on Adjustment to Stressful Life Events.  
*Psychological Bulletin, 136* (2), 257-301.

Roese, N.J. (2005). If only: How to turn regret into op-  
portunity. New York: Broadway Books. (ローズ, N.J.

村田光二 (監訳) (2008). 後悔を好機に変える - イフ・  
オンリーの心理学 - ナカニシヤ出版).

宅香菜子 (2005). ストレスに起因する自己成長感が生じ  
るメカニズムの検討 - ストレスに対する意味の付与に  
着目して - 心理臨床学研究, 23 (2), 161-172.

Taku, K., Calhoun, L. G., Tedeschi, R. G., Gil-Rivas, V.,  
Kilmer, R.P., & Cann, A. (2007). Examining posttrau-  
matic growth among Japanese university students.  
*Anxiety, Stress, and Coping, 20*, 353-367.

The purpose of this study was to investigate the relationships between the cause attribution of a stressful experience, the assimilation and accommodation aspects of meaning making, and self-disgust about the stressful experience that mediates between them. Participants ( $N = 253$ ) completed a web survey questionnaire about the most stressful experience in their life, whether academic, relationship, failure, loss, or other. Participants answered questions regarding stressful experience and its duration, their cause attribution of the stressful experience, self-disgust about the stressful experience, and their meaning making regarding the stressful experience. Path analysis showed a significant positive path coefficient directly from cause attribution to assimilation. On the other hand, accommodation showed a significant positive path coefficient from cause attribution mediated by self-disgust. We finally consider the above results from a clinical viewpoint.

Keywords: meaning making, assimilation, accommodation, self-disgust, cause attribution