

# 過去の対人的経験が青年期のレジリエンスに与える影響

博士前期課程 平成27年度修了生 仲 埜 由希子

### 要約

本研究では、過去の対人的経験が現在のレジリエンスに与える影響を明らかにすることを目的に、大学生を対象とする質問紙調査を行った。この目的の背景には、レジリエンスの発達の様相に関する実証研究が少なく、レジリエンスの形成に寄与する要因が明らかにされていないことがある。研究Ⅰでは、浅沼（2012）のレジリエンス尺度に他の尺度から必要と思われる項目を追加した質問紙調査により、包括的なレジリエンス尺度を作成した。研究Ⅱでは、過去の親・友人・先生との承認・受容・傷つき経験から現在のレジリエンスに至るプロセスの検討を行った。その結果、承認経験がレジリエンスの意欲的活動性・問題解決能力・楽観性を、受容経験が共感性・情緒的サポート認知・情緒的サポート希求を促進すること、傷つき経験が楽観性を抑制し、情緒的サポート希求を促進することが明らかになった。また親・先生に比べ、友人との承認経験・受容経験がレジリエンスに与える影響が大きく、レジリエンスを促進する他者として友人という対象の重要性が示唆された。

キーワード：レジリエンス, 承認経験, 受容経験, 傷つき経験

### 序章

#### 1. レジリエンスについて

ストレス状況を経験しながらもそれを乗り越えるという観点から、レジリエンス (resilience) という概念が注目されている。レジリエンスとは“困難あるいは脅威的な状況にもかかわらず、うまく適応する過程、能力、あるいは結果 (Masten & Garmezy, 1990)” や、“困難で脅威的な状況にさらされることで一時的に心理的不健康の状態に陥っても、それを乗り越え、精神的病理を示さず、よく適応すること (小塩他, 2002)” などと定義づけられる概念である。レジリエンスは、自尊心と正の相関があり (小塩・中谷・金子・長峰, 2002)、レジリエンス高群は低群より抑うつ症状得点が低いこと (田中・兒玉, 2010) などが明らかにされている。また、レジリエンスを構成する因子については、森他

(2002) が、I AM, I HAVE, I CAN, I WILL の4因子構造を、小塩他 (2002) が、新奇性追求、感情調整、肯定的な未来志向の3因子構造を提案するなど、研究の視点は多岐に渡っている。そのため、多様な側面を持つレジリエンスを研究するにあっては、従来開発されてきたそれぞれの尺度が個別に測ってきた側面を包括的に検討できる尺度が必要である。また、レジリエンスの調査研究においては、何らかのストレスフルな経験が取り上げられるが、海外では貧困・虐待など深刻なリスクを対象に研究されているのに対し、日本では誰もが経験するような、日常的なストレスイベントを対象にした研究が多い (石原・中丸, 2007)。この点に関し、日常生活でレジリエンスがいかに機能するかを明らかにすることは、学校・職場などあらゆる場面でのストレスにいかに対処できるかの示唆を

もたらしものであり、あらゆる背景の人に汎用できる知見を与えると考えられる。

## 2. レジリエンスとライフイベントの関連について

レジリエンスに関する研究では、ストレスサーとして過去のネガティブな経験のみを取り上げて回答を求め、過去のネガティブな経験と現在のレジリエンスの関連を考察することが多い。しかし、平野 (2012) や長内・古川 (2004) の調査では、過去3か月間に経験したネガティブライフイベント数とレジリエンスの間には関連がみられなかった。一方で、平野 (2012) の調査ではレジリエンスとポジティブライフイベントとの関連が一部示されており、原・古田 (2013) も小学生のうれしい経験とレジリエンスとの関連を報告している。

また、松本他 (2014) は、ライフイベントが短期的だけでなく、長期的にも影響を及ぼす可能性があると考え、3年以上前のライフイベントが現在の精神健康に及ぼす影響を検討した。その結果、家族からの愛情や友達との友情を感じた経験、いじめを受けた経験が現在の精神健康に影響を与えていることが明らかにされた。上記の平野 (2012)、原・古田 (2013) のようにポジティブ・ネガティブ両面の経験を対象とすることで、これまで焦点の当てられてこなかったポジティブ経験がレジリエンスに及ぼす影響について新たな知見を得ることができると考えられる。さらに松本他 (2012) のように、従来の研究が「過去の経験」として焦点を当ててきたよりもさらに以前の経験との関連を新たに検討することで、レジリエンスの発達・変化に関する示唆を得ることができると考えられる。

## 3. レジリエンスと対人的経験について

過去のどのような経験がレジリエンスに影響を及ぼすと考えられるだろうか。過去の経験が青年期のレジリエンス・精神的健康に与える影響を示唆する研究として、以下の4つを概観する。浅沼 (2012) は、過去の承認経験がレジリ

エンスの多くの側面に影響するとしており、女性においては受容経験の及ぼす影響が大きいと述べている。葛西・藤井 (2013) は、両親の養育態度と青年期のレジリエンスとの関連を検討し、過去の落ち込んだ時の母親の受容的対応がレジリエンスに正の影響を与えたと報告している。また、男性は両親の対応の影響を強く受けており、女性はレジリエンスを形成する際に両親以外の他者の影響を強く受けていることが示唆されている。佐藤・伊藤 (2013) は、思春期の友人・先生からのソーシャルサポート受容経験が青年期の立ち直りやすさに影響すると報告している。三島 (2008) は過去にいじめられた経験を有する青年は、不適応感が強くなることを示している。以上のように、過去の経験、特に他者から受け入れられたり、認められるという対人的な経験は、現在の個人のレジリエンスに何らかの正の影響を及ぼし、過去に他者との間でいじめなどの傷つきを経験することは現在のレジリエンスに何らかの負の影響を及ぼすと想定される。

過去の対人的経験の相手として親・友人・先生などの対象が想定されるが、その対象が、葛西・藤井 (2013) では親、三島 (2008) では友人、佐藤・伊藤 (2013) では友人・先生との経験にそれぞれ限定して検討されており、対象ごとの比較は行われていない。また、浅沼 (2012) では、承認経験・受容経験の対象として誰を想定したかの回答を求めた結果、先生、友人、親の順で回答の割合が大きく、それらの対象との経験が他の対象に比べて重要であることは示唆されたが、対象間の経験の影響の違いについては明らかにされていない。過去の対人的経験がレジリエンスに及ぼす影響について、どの対象との経験かという視点を加え分析することで、過去の対人的経験とレジリエンスとの関連性についてより詳細な知見を得ることができると考えられる。

### 研究 I : レジリエンス尺度の作成

過去の対人的経験とレジリエンスとの関連を

検討した浅沼（2012）は、「状況分析能力」「柔軟性」「自己制御能力」「向上心」の4因子構造からなるレジリエンス尺度を作成している。この尺度はReivich & Shatte（2003）によるResilience Quotientの日本語版として長内・古川（2004）が作成した尺度をさらに発展させたものである。Resilience Quotientでは「問題分析能力」「共感性」など、従来日本で用いられてきた他のレジリエンス尺度では取り上げられていない項目も含まれる反面、日本で用いられる他のレジリエンス尺度とは因子構造が異なる。本研究では、浅沼（2012）のレジリエンス尺度に、新たに必要と思われる項目を他の尺度から追加して実施することが適当であると考えた。

### 1. 目的

浅沼（2012）のレジリエンス尺度に以下の項目を追加し、研究Ⅱで使用するためのより包括的なレジリエンス尺度を作成する。

### 2. 方法

**調査対象者** 大学生、大学院生177名（男性85名、女性92名）。平均年齢20.38歳。

**調査時期** 2015年9月～10月

#### 調査方法

質問紙法で実施。個別に手渡しで質問紙を配布し、後日回収する方法をとった。所要時間10～15分程度、回答は全て無記名。

#### 質問紙の構成

- (1) フェイスシート：年齢、性別を尋ねる。
- (2) レジリエンス尺度：以下の①②で示す計7因子54項目から構成される。「5. あてはまる」から「1. あてはまらない」の5件法で回答を求めた。
  - ①浅沼（2012）のレジリエンス尺度：「状況分析能力」「柔軟性」「自己制御能力」「向上心」の4因子23項目。
  - ②追加する項目群：「サポート期待・希求」因子に該当する項目群として、森他（2002）の「I HAVE」7項目、石毛・無藤（2006）の「内面共有性」6項目の計13項目。「楽

観性」因子に該当する項目群として、小塩他（2002）の「肯定的未来志向」5項目、石毛・無藤（2006）の「楽観性」3項目、森他（2002）「I WILL/I DO」から「I WILL」を表す3項目を抜粋した計11項目。「自己効力感」因子に該当する項目群として、森他（2002）の「I CAN」7項目。以上、3因子31項目。

### 3. 結果

逆転項目の得点を逆転した後、天井効果のみられた3項目を分析から除外し、レジリエンス尺度51項目に対し因子分析（最尤法・プロマックス回転）を行った。固有値の減衰状況を参考に、因子負荷量が.35以下の項目または、複数の因子に高い負荷がある項目を削除し、残る36項目について再度因子分析を行った結果、6因子解を採用した。第1因子は「何事にも意欲的に取り組むことができる」など、意欲的に長期的な目標を立て課題に取り組む姿勢を表す項目の負荷が高かったため、「意欲的活動性」と命名した。第2因子は「自分の気持ちを打ち明けられる人がいる」など、自らをサポートしてくれる他者の存在の認知を表す項目の負荷が高かったため、「情緒的サポート認知」と命名した。第3因子は「どんなことでも、たいてい何とかかなりそうな気がする」など、状況をポジティブに捉える傾向を表す項目の負荷が高かったため「楽観性」と命名した。第4因子は「顔の表情を見れば、その人がどんな気持ちでいるのかわかる」や「たいていの場合、問題の本当の原因を突き止めることができる」など、他者の心情や状況を認識する能力を表す項目の負荷が高かったため「状況分析能力」と命名した。第5因子は「つらいときや悩んでいるときは自分の気持ちを人に聞いてもらいたいと思う」など、他者に情緒的なサポートを求める姿勢を表す項目に負荷が高かったため「情緒的サポート希求」と命名した。第6因子は「一つの課題に集中して取り組むことができる」など、自己の感情を調整し、目の前の課題に集中して取り組む姿勢

を表す項目に負荷が高かったため、第6因子は「自己制御能力」と命名した。

次に、それぞれの因子に.35以上の負荷をもつ項目群を下位尺度の項目とした。各因子の下位尺度は、「意欲的活動性」12項目、「情緒的サポート認知」5項目、「楽観性」6項目、「状況分析能力」5項目、「情緒的サポート希求」3項目、「自己制御能力」5項目の6下位尺度である。クロンバックの $\alpha$ 係数は尺度全体では $\alpha = .90$ 、各下位尺度の $\alpha$ 係数は.68～.85と比較的高い値を示しており、一定の信頼性を有することが確認された。

研究Ⅱでは、以上の手続きにより作成されたレジリエンス尺度を使用し、過去の対人的経験との関連を検討することとする。

## 研究Ⅱ：過去の対人的経験からレジリエンスにいたるプロセスの検討

### 1. 目的

過去の対人的経験が現在のレジリエンスに与える影響を明らかにする。また、重要な他者として想定される、親・友人・先生の3対象ごとに分析を行い、誰と、どのような経験をするのが、現在のレジリエンスにどう影響を及ぼすかを以下のような仮説を立て検証する。なお、仮説に基づいたモデルを図1に示す。なお、図中の実線は正の影響、点線は負の影響を及ぼすことを意味している。

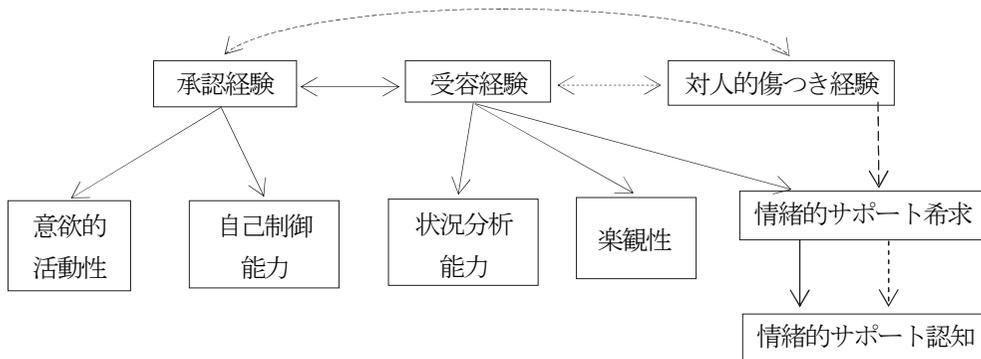


図1 仮説モデル

仮説1：承認経験はレジリエンスの意欲的活動性、自己制御能力に正の影響を及ぼす。

仮説2：受容経験はレジリエンスの状況分析能力、楽観性、情緒的サポート希求と、情緒的サポート希求を介して情緒的サポート認知に正の影響を及ぼす。

仮説3：対人的傷つき経験は、情緒的サポート希求と、情緒的サポート希求を介して情緒的サポート認知に負の影響を及ぼす。

## 2. 方法

**調査対象者** 大学生、大学院生304名（男性141名、女性163名）。平均年齢20.7歳。

**調査時期** 2015年11月～12月

**調査方法**

質問紙法で実施。①大学の講義時間を借りて一斉に配布し、集団法で実施、②個別に手渡しで配布し、後日回収という2つの方法を取った。所要時間15分程度、回答は全て無記名。

**質問紙の構成**

- (1) フェイスシート：年齢、性別を尋ねる。
- (2) レジリエンス尺度：研究Ⅰで作成した6因子36項目から構成される。「5. あてはまる」から「1. あてはまらない」の5件法で回答を求めた。
- (3) 信頼感影響経験尺度：天貝（2001）の信頼感影響経験尺度のうち、承認経験・受容経験・対人的傷つき経験因子の項目を使用す

る。5項目から成る対人的傷つき経験因子、4項目から成る承認経験因子、4項目から成る受容経験因子で構成される。承認経験因子と受容経験因子はそれぞれ親・友人・先生の3対象について回答を求め、対人的傷つき経験因子は対象を問わずに回答を求めた。したがって、計29項目で構成される。「4. かなりある」から「1. 全くない」の4件法で回答を求めた。

### 3. 結果

#### 3-1. レジリエンス尺度の因子分析

フロア効果・天井効果のある項目はみられなかったため、逆転項目の得点を逆転した後、レジリエンス尺度36項目に対し因子分析(最尤法・プロマックス回転)を行った。固有値の減衰状況を参考に、因子負荷量が.35以下の項目、または複数の因子に高い負荷がある項目を削除し、残る29項目について再度因子分析を行った結果、6因子解を採用した。研究Iに倣い、第1因子は「楽観性」、第2因子は「意欲的活動性」、第3因子は「情緒的サポート認知」、第4因子は「情緒的サポート希求」と命名した。また、第5因子は「友達が落ち込んでいると、たいいていの場合はその理由がわかる」など、他者の感情を汲み取る力を表す項目の負荷が高かったため「共感性」、第6因子は「問題が起きてても、解決策をパッと思いつく」「たいいていの場合、問題の本当の原因を突き止めることができる」など、問題の本質を見極め解決にあたる力を表す項目の負荷が高かったため「問題解決能力」と新たに命名し直すこととした。

次に、それぞれの因子に.35以上の負荷をもつ項目群を下位尺度の項目とした。各因子の下位尺度は「楽観性」8項目、「意欲的活動性」7項目、「情緒的サポート認知」4項目、「情緒的サポート希求」3項目、「共感性」4項目、「問題解決能力」3項目の6下位尺度である。クロンバックの $\alpha$ 係数を算出したところ、尺度全体では $\alpha = .88$ 、各下位尺度の $\alpha$ 係数は.68～.89と比較的高い値を示しており、一定の信頼性を有

することが確認された。そこで、下位尺度ごとの加算平均を下位尺度得点とした。レジリエンス尺度の因子分析結果を表1に示す。

#### 3-2. 信頼感影響経験尺度の因子分析

各項目の平均得点を算出したところ、尺度全体において得点の偏りがみられ、特に親についての承認経験3項目・受容経験3項目、友人についての受容経験1項目で天井効果がみられた。しかし、天井効果のみられた項目を削除すると、親・友人・先生のそれぞれに関する項目数が異なり、3対象間での比較ができなくなるため、今回は実施した項目すべてを後の分析に含めることとした。親・友人・先生のそれぞれとの対人的経験を相互に直接比較するために、対人的傷つき経験5項目、受容経験4項目と承認経験4項目の回答データについては、対象を区別せずに一括して因子分析(最尤法・プロマックス回転)を行った。第1因子は「○に自分の話を十分聞いてもらったことがありますか」など、他者から理解され、受け止められたと感じた経験を表す項目の負荷が高かったため、「受容経験」と命名した。第2因子は「人からひどく裏切られたことがありますか」など、他者との関係において傷つき、裏切られたと感じた経験を表す項目の負荷が高かったため「対人的傷つき経験」と命名した。第3因子は「○に自分の得意なことを認めてもらったことがありますか」など、特定の他者から褒められ、認められたと感じた経験を表す項目の負荷が高かったため、「承認経験」と命名した。各因子の下位尺度は、「受容経験」4項目、「対人的傷つき経験」5項目、「承認経験」4項目の3下位尺度である。

親・友人・先生のそれぞれとの受容経験各4項目を合わせた計12項目の加算平均を受容経験得点、親・友人・先生のそれぞれと承認経験各4項目を合わせた計12項目の加算平均を承認経験得点とした。また、「親との受容経験」4項目の加算平均、「親との承認経験」4項目の加算平均を算出し、それぞれ、「親との受容経験得点」「親との承認経験得点」とした。同様に、

表1 レジリエンス尺度 因子分析結果

	I	II	III	IV	V	VI
第I因子「楽観性」 ( $\alpha=.85$ )						
将来の見通しは明るいと思う	<b>.87</b>	-.06	-.01	.08	.05	-.09
自分の未来にはきっといいことがあると思う	<b>.80</b>	-.09	.06	.01	.03	-.03
自分の将来に希望をもっている	<b>.75</b>	.06	-.05	.12	-.06	.08
自分の将来を想像すると、うまくいっているとは思えない*	<b>.73</b>	.11	.01	-.09	-.11	-.17
なにごとにも良い方考える	<b>.45</b>	-.08	.17	-.15	.05	.20
いやなことがあっても次の日には何とかなりそうな気がする	<b>.43</b>	-.06	.04	-.15	.00	.11
物事は最後にはうまくいくと思っている	<b>.43</b>	.02	-.15	.09	.24	.12
困難なことでも前向きに取り組むことができる	<b>.37</b>	.23	.04	-.10	.00	.22
第II因子「意欲的活動性」 ( $\alpha=.79$ )						
一つの課題に粘り強く取り組むことができる	-.13	<b>.83</b>	-.02	.01	.00	-.02
一つの課題に集中して取り組むことができる	-.26	<b>.77</b>	.06	-.10	.03	.08
自分で決めた事なら最後までやり通すことができる	.11	<b>.69</b>	.01	-.06	.04	-.08
自分の目標のために努力している	.19	<b>.53</b>	-.04	.09	-.03	-.10
何事にも意欲的に取り組むことができる	.16	<b>.42</b>	-.03	.20	.06	.09
どちらかといえば目標が高いほうがやる気が出てくる	.08	<b>.38</b>	.01	.10	-.08	.13
ものごとがうまくいかないと、すぐにあきらめなくなる*	.25	<b>.38</b>	.03	-.14	-.13	-.03
第III因子「情緒的サポート認知」 ( $\alpha=.89$ )						
自分の問題や気持ちを打ち明けられる人がいる	.02	-.08	<b>.88</b>	.05	-.11	.02
私の考えや気持ちをわかってくれる人がいる	-.08	-.01	<b>.82</b>	.05	.02	.05
いざというときに頼りにできる人がいる	.06	.06	<b>.72</b>	.05	.05	-.08
私のことを親身になって考えてくれる人がいる	.13	.07	<b>.72</b>	-.04	.06	-.07
第IV因子「情緒的サポート希求」 ( $\alpha=.77$ )						
寂しいときや悲しいときは自分の気持ちを人に聞いてもらいたいと思う	-.08	-.01	.07	<b>.85</b>	.01	-.04
つらいときや悩んでいるときは自分の気持ちを人に聞いてもらいたいと思う	-.09	.01	.06	<b>.85</b>	-.08	-.02
自分の考えを人にも聞いてもらいたいと思う	.16	-.03	-.02	<b>.46</b>	.05	.13
第V因子「共感性」 ( $\alpha=.68$ )						
友達が落ち込んでいると、たいていの場合はその理由がわかる	-.13	.02	.11	-.01	<b>.65</b>	.06
本や映画の登場人物の気持ちを察するのは簡単だ	.06	-.08	-.16	-.04	<b>.64</b>	-.05
顔の表情を見れば、その人がどんな気持ちでいるのかわかる	.03	.07	.00	-.02	<b>.63</b>	-.16
誰かが悲しんだり怒ったり恥ずかしがったりしているとき、その人がどんなことを考えているのか予測できる	.02	-.05	.16	.00	<b>.50</b>	.09
第VI因子「問題解決能力」 ( $\alpha=.71$ )						
問題が生じたとき、行動する前に多くの解決策を思いつく	-.07	.09	-.06	.05	-.03	<b>.80</b>
問題が起きて、解決策をパッと思いつく	.10	-.12	.03	-.04	-.13	<b>.77</b>
たいていの場合、問題の本当の原因を突き止めることができる	.00	.08	-.04	.02	.16	<b>.44</b>
因子間相関	I	II	III	IV	V	VI
I	—	.43	.42	.21	.26	.41
II		—	.32	.16	.30	.38
III			—	.47	.37	.13
IV				—	.30	.06
V					—	.40
VI						—

\*逆転項目

友人・先生についても、「友人との受容経験得点」「友人との承認経験得点」「先生との受容経験得点」「先生との承認経験得点」を算出した。以上のように算出した下位尺度得点についてクロンバックの $\alpha$ 係数を算出したところ、すべての下位尺度で $\alpha = .80 \sim .84$ であり、それぞれの下位尺度の信頼性が確認された。

### 3-3. 過去の経験から現在のレジリエンスの へ共分散構造分析

Amosを使用し共分散構造分析を行った。仮説に基づくパスモデル（図1）において、対象分けを行わない承認経験得点・受容経験得点、対人的傷つき経験からレジリエンスの6因子へのパスについて共分散構造分析を行った結果、モデルの適合度（GFI = .728, AGFI = .568, CFI = .229, RMSEA = .247）の点で十分な結果が得られなかった。

そこで重回帰分析を行い、各変数間の関連の強さを整理した結果、受容経験から楽観性へのパスを削除し、新たに承認経験、対人的傷つき経験のそれぞれから楽観性へのパスを加えること、受容経験から情緒的サポート希求・情緒的サポート認知への直接のパスをひくことが適当と考えられた。以上の2点を修正したパスモデルをもとに、親・友人・先生という対象分けを行わない承認経験得点・受容経験得点、対人的

傷つき経験得点からレジリエンスの6因子へのパスについて共分散構造分析を行った結果、GFI = .989, AGFI = .950, CFI = .993, RMSEA = .042と十分な適合性が認められた（図2）。

次に、親との経験、友人と経験、先生との経験のそれぞれについて共分散構造分析を行った。親との経験、友人との経験、先生との経験からレジリエンスへという3つのパス図を比較したが、有意なパスは全て同じであり、承認経験・受容経験・対人的傷つき経験がレジリエンスに及ぼす影響に、対象による明確な違いはみられなかった。

そこで、親・友人・先生のうちどの対象との承認経験・受容経験の影響が大きいかを明らかにするため、レジリエンスの変数を限定して分析を行うこととした。まず、3対象のうちどの対象との承認経験の影響が強いのかを明らかにするために、レジリエンスのうち特に承認経験の影響を受けると思われる、意欲的活動性・問題解決能力・楽観性に変数を限定し、共分散構造分析を行なった（図3）。同様に、3対象のうちどの対象との受容経験の影響が強いのかを明らかにするために、レジリエンスのうち特に受容経験の影響を受けると思われる情緒的サポート希求・情緒的サポート認知・共感性に変数を限定し、共分散構造分析を行なった（図4）。図3では、GFI = .889, AGFI = .707, CFI = .775,

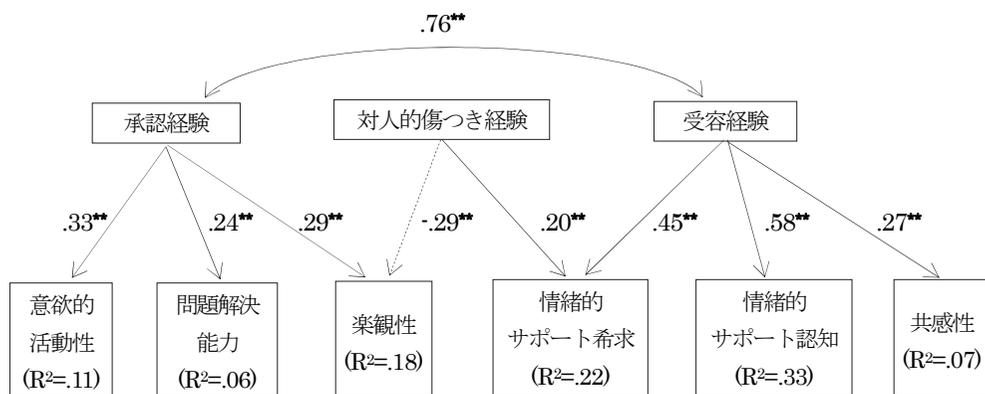


図2 パス・ダイアグラム（対象を特定しない対人的経験）

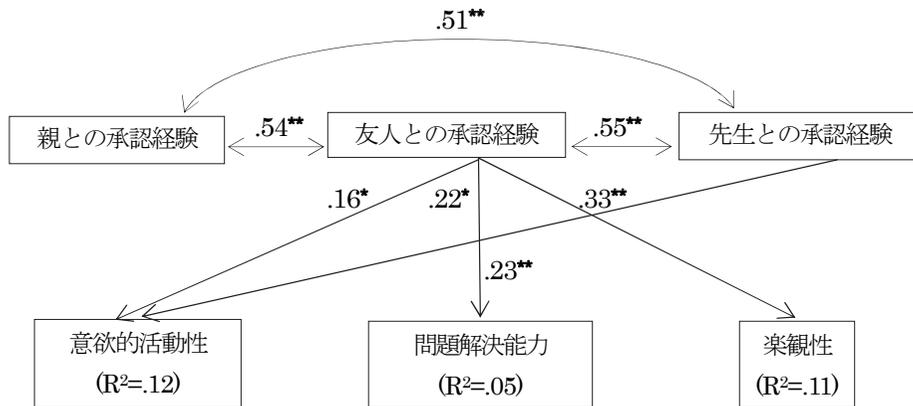


図3 パス・ダイアグラム (親・友人・先生との承認経験)

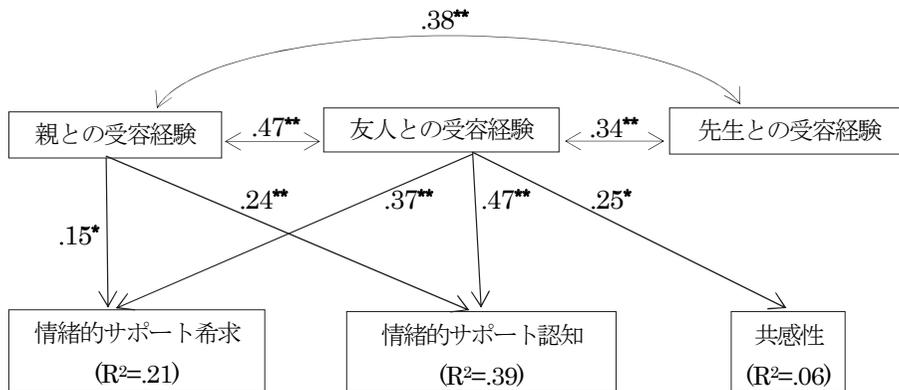


図4 パス・ダイアグラム (親・友人・先生との受容経験)

RMSEA = .115, 図4では, GFI = .952, AGFI = .854, CFI = .917, RMSEA = .070であった。

図3, 4に示されている通り, 承認経験・受容経験のそれぞれの分析で取り上げた, レジリエンスの全ての側面に影響を及ぼしているのは友人との経験であった。また, 図4に示す受容経験のパス図では, レジリエンスの「情緒的サポート希求」や「情緒期サポート認知」には, 3つの対象との受容経験のうち「友人との受容経験」が最も大きなパス値を示していた。

#### 4. 総合考察

図2に示したように, 承認経験からはレジリ

エンスの意欲的活動性, 問題解決能力, 楽観性に有意な正のパスがみられ, 仮説1は部分的に支持された。受容経験からはレジリエンスの情緒的サポート希求, 情緒的サポート認知, 共感性に有意な正のパスがみられ, 仮説2も部分的に支持された。しかし, 対人的傷つき経験からは, レジリエンスの情緒的サポート希求へ正の, 楽観性へ負のパスがみられ, このうち情緒的サポート希求へのパスは正の値を示しており, 仮説3とは異なる結果が得られた。以下では, 過去の対人的経験の変数ごとに, その変数が青年期のレジリエンスに及ぼす影響について考察する。

#### 4-1. 対人的傷つき経験について

過去の対人的傷つき経験は、現在のレジリエンスのうち、楽観性へ負の影響、情緒的サポート希求へ正の影響を与えていた。他者との間で経験したつらい感情、悲しい感情は重大な記憶として残り続け、不安な予期を掻き立てる要因となると考えられる。その不安な予期は、自分の将来への捉え方にも影響し、結果的に未来を肯定的に見通す力であるレジリエンスの楽観性を抑制してしまうと考えられる。しかしその一方で、他者との間での傷ついた経験が、他者へ情緒的な支えを求めめる力を促進する可能性も見出された。人との間で傷ついた経験を、人との間で癒し乗り越えるプロセスは一見矛盾するようだが、人との間で経験した傷つきであるからこそ、人との間でその苦しさを癒し、乗り越えたいという気持ちがはたらくとも考えられる。

#### 4-2. 承認経験について

過去の承認経験は、現在のレジリエンスのうち、意欲的活動性・問題解決能力・楽観性へ正の影響を与えていた。意欲的活動性や問題解決能力は、目の前の困難に対し他者の力に依拠せず自分の力で乗り越えていくという内容である。他者から承認されることで自己効力感が高まり、実際に困難に直面した際に自らの力を発揮することができるようになることが推測された。

また、承認経験は楽観性にも影響を及ぼす。平野（2010）は、レジリエンスのうちの楽観性は持って生まれた気質と強い関連を持つとしていたが、今回、現在のレジリエンスのうちの楽観性に、過去の承認経験と対人的傷つき経験、つまりポジティブ・ネガティブ両面の経験が影響を及ぼすことが明らかになり、楽観性も過去の経験によって変容可能であることが示された。先に述べたように、他者との間で傷ついた経験はレジリエンスの楽観性を低めてしまう。しかし、重要な他者から褒められたり認められることは、仮に一度、傷つきを経験し楽観性を低められてしまっても、それを回復するきっかけとなることが考えられる。

#### 4-3. 受容経験について

過去の受容経験は、現在のレジリエンスのうち、情緒的サポート希求、情緒的サポート認知、共感性へ正の影響を与えていた。親・友人・先生という重要他者との間で十分に話を聞いてもらったり、分かろうとしてくれていると感じられる経験をしたことは、現在においても過去と同様に、支えとなってくれる人がいるはずだという情緒的なサポートの認知につながる。さらに、過去の受容経験はサポート源となる他者の認知だけでなく、寂しい・つらい気持ちを聞いてもらいたいという、実際に情緒的な支えを求めようとするということにもつながる。情緒的に受け止められた経験は、他者一般への信頼感を促進し、ネガティブな心理状態の時に他者を心の拠り所にしたいという気持ちへとつながっていくと考えられる。また、他者から気持ちを汲み取り受容された経験は、現在においては反対に、自身が他者の気持ちを汲み取る力に影響していると考えられる。八越・新井（2007）では、母親との受容経験が共感性に関連すると示唆されていたが、今回、友人や先生との間の受容経験も共感性に影響するという知見を得ることができた。親・友人・先生といった重要な他者から共感されたことは、現在のレジリエンスの力として、他者の心情を汲み取る力につながっていくと考えられる。

#### 4-4. 親・友人・先生との経験がレジリエンスに及ぼす影響の違い

親・友人・先生という3つの対象の違いによって、承認経験の中でもどの対象との承認経験が最も強くレジリエンスに影響するか、受容経験の中でもどの対象との受容経験が最も強くレジリエンスに影響するか検討したところ、承認経験・受容経験ともに友人からの影響の大きさが示された（図3、図4）。現在、レジリエンスの低い状態にある者に対しては、親や先生からの認められる、受け入れられる経験以上に、友人との間での認められる、受け入れられる経験がより大きくレジリエンスを促進することがで

きると考えられる。

## 5. 今後の課題

研究Ⅱで用いた信頼感影響経験尺度では、回答データの偏りがみられたが、親・友人・先生の3対象間の経験の比較をするため、天井効果のみられたものも含め下位尺度得点を作成し分析を行っている。そのため、信頼感影響経験尺度についても予備調査を行い、偏りのない回答の得られる尺度の作成が必要である。また、本研究での対人的傷つき経験・承認経験・受容経験は、現在、青年期にいる者が過去を回想したものであり、回想する際に受けるバイアスの影響が考えられるため、青年期を対象に、青年期現在の周囲との対人的経験を問うなど、バイアスのかからない形での研究も望まれる。最後に、本研究では研究Ⅱにおいて「あなたが小さかった頃から現在まで」という教示で回答を求めているため、幼児期から青年期といった幅広い「過去」の経験から青年期のレジリエンスへの影響を示唆する反面、各発達段階での経験の特徴を捉えきることができていない。そのため、どの時期の経験かを明示して問うことで、各発達段階における対人的経験が青年期のレジリエンスに与える影響の様相など、さらなる知見を得ることができると考えられる。

## 引用・参考文献

- 天貝由美子 (2001). 信頼感の発達心理学—思春期から老年期に至るまで 新曜社
- 浅沼由美子 (2012). 信頼感に影響を及ぼす対人的経験とレジリエンスの関連 白百合女子大学発達臨床センター紀要, **15**, 41-51.
- 原郁水・古田真司 (2013). 小学生のレジリエンスとうれしい経験・つらい経験との関連 東海学校保健研究, **37**, 77-87.
- 平野真理 (2010). レジリエンスの資質的要因・獲得的要因の分類の試み—二次元レジリエンス要因尺度 (BRS) の作成— パーソナリティ研究, **19**, 94-106.
- 平野真理 (2012). 二次元レジリエンス要因の安定性

およびライフイベントとの関係 パーソナリティ研究, **21**, 94-97.

- 石毛みどり・無藤隆 (2006). 中学生のレジリエンスとパーソナリティとの関連 パーソナリティ研究, **14**, 266-280.
- 石原由紀子・中丸澄子 (2007). レジリエンスについて—その概念, 研究の歴史と展望— 広島文教女子大学紀要, **42**, 53-81.
- 葛西真記子・藤井美沙子 (2013). レジリエンスの形成過程—回想された両親像に注目して— 鳴門教育大学研究紀要, **28**, 295-306.
- Masten, K. & Garmezy, N. (1990). Resilience and development: Contributions from the study of children who overcome adversity. *Development and Psychopathology*, **2**, 425-444.
- 松本圭・伊丸岡俊秀・近江政雄・鶴谷奈津子・石川健介・渡邊伸行 (2014). 過去のネガティブ・ポジティブなライフイベントが大学生の現在の精神健康に及ぼす影響 心理学の諸領域, **3**, 21-29.
- 三島浩路 (2008). 小学校高学年で親しい友人から受けた「いじめ」の長期的な影響—高校生を対象にした調査結果から— 実験社会心理学研究, **47(2)**, 91-104.
- 森敏昭・清水益治・石田潤・富永美穂子 (2002). 大学生の自己教育力とレジリエンスの関係 学校教育実践学研究, **8**, 179-187.
- 長内綾・古川真人 (2004). レジリエンスと日常的ネガティブライフイベントとの関連 昭和女子大学生生活心理研究所紀要, **7**, 28-38.
- 小塩真司・中谷素之・金子一史・長峰伸治 (2002). ネガティブな出来事からの立ち直りを導く心理的特性—精神的回復力尺度の作成— カウンセリング研究, **35**, 57-65.
- Reivich, K. & Shatte, A. (2003). *The Resilience Factor: Seven Essential Skills For Overcoming Life's Inevitable Obstacles*. Harmony.
- 佐藤麻友・伊藤亜矢子 (2013). 思春期のソーシャル・サポート受容・提供経験が大学生のレジリエンスに与える影響 日本教育心理学会総会発表論文集, **55**, 68.
- 田中千晶・兒玉憲一 (2010). レジリエンスと自尊感

情・抑うつ症状・コーピング方略との関連 広  
島大学大学院心理臨床教育研究センター紀要, **9**,  
67-79.

八越忍・新井邦二 (2007). 母親の養育態度が小学生  
の社会的スキル, 共感性, 学級適応に及ぼす影  
響 筑波大学発達臨床心理学研究, **18**, 33-40.