



ネガティブな情動を経験した際に重要な他者からのサポートが 青年の獲得的レジリエンスに与える影響の検討

松木, 太郎
齊藤, 誠一

(Citation)

神戸大学大学院人間発達環境学研究科研究紀要, 9(2):125-128

(Issue Date)

2016-03

(Resource Type)

departmental bulletin paper

(Version)

Version of Record

(JaLCD0I)

<https://doi.org/10.24546/81009459>

(URL)

<https://hdl.handle.net/20.500.14094/81009459>



ネガティブな情動を経験した際に重要な他者からのサポートが 青年の獲得的レジリエンスに与える影響の検討

A Study on Influence of Support of Significant Others when Adolescents Experience Negative Emotions on Resilience

松木 太郎* 齊藤 誠一**
Taro MATSUKI* Seiichi SAITO**

要約：本研究は、ネガティブな情動を経験した際に重要な他者から得られたサポートが、青年の獲得的レジリエンスに対してどのような影響を及ぼすかについて検討することを目的とする。まず、中学生・高校生・専門学校生・大学生53名を対象として自由記述およびインタビューによる予備調査から項目収集を行い、12項目を候補項目とした。つぎに、大学生140名を対象とした本調査を行い、12項目について行った因子分析の結果、「受容的サポート」「気分転換的サポート」の2因子を抽出し、これらを下位尺度とする「青年用不快情動サポート尺度」を作成した。これらについて家族からの受容的サポートおよび気分転換的サポート、友人からの受容的サポートおよび気分転換的サポートと、獲得的レジリエンスとの関連について検討したところ、獲得的レジリエンスの問題解決志向には家族および友人からの気分転換的サポートが、同じく自己理解には友人からの気分転換的サポートが、同じく他者心理の理解には家族からの受容的サポートと友人からの気分転換的サポートがそれぞれ有意な貢献をしていることが示された。

問題と目的

思春期・青年期は、生物学的影響により、発達段階の中でもとりわけ問題行動が生じやすい時期であるとされる (Steinberg, 2010)。その背景の一因として、ストレス反応に関連する視床下部-下垂体-副腎軸 (HPA 軸) の発達による心理社会的なストレスに対する敏感さが挙げられる (Johnson, Dariotis & Wang, 2012)。しかしながら、すべての青年が心理社会的ストレスを経験したからといって、必ずしも問題行動や心理的な不適応を起こすわけではない。このように、ストレスフルな状況であっても、精神的健康を維持する、あるいは回復へと導く心理特性をレジリエンスと呼ぶ (石毛・無藤, 2005)。

平野 (2012) によると、レジリエンスは獲得可能性の観点から、持って生まれた気質と関連が強い資質的レジリエンスと、発達の身に付けることができる獲得的レジリエンスに分けることができるとされる。後者のレジリエンスは後天的に身に付けることが比較的容易であるとされるため、とりわけストレスに脆弱な青年に対する臨床的介入を講じるにあたって重要であるといえる。たとえば、齊藤ら (2014) が東日本大震災の経験により獲得的レジリエンスを高く有する者の方がその後の精神的健康度が高かったことを示しているように、ストレスフルな困難状況を克服する経験により獲得するレジリエンスがその後の精神的健康のあり方に関連しており、いかに困難状況を克服し、獲得的レジリエンスを

得るかが課題といえる。

こうした状況の克服にとって重要な心理学的変数として、これまでソーシャル・サポートやそれまでの養育態度といった重要な他者からの働きかけが取り上げられ、青年のレジリエンス形成との関連が明らかにされてきた (石毛・無藤, 2005; 葛西・藤井, 2013)。しかしながら、獲得的レジリエンスの形成において、家族や友人など青年を取り巻く周囲の他者がどのような働きかけをすることが重要であるかについては十分に明らかにされてはいない。また、青年期は発達の危機が増大する時期であると同時に、健康増進につながるスキルを獲得する時期でもある (Call, Riedel, Hein, McLoyd, Petersen, & Kipke, 2002) ことから、青年が困難状況に直面した際に、重要な他者からの時宜を得たサポートを受け、新たなレジリエンス経験をもつことは、こうしたスキルを獲得する上で重要であるといえる。

そこで本研究は、まず青年がネガティブな情動を経験した際に重要な他者から受けるサポートを測定する尺度を作成し、これにより測定される不快情動サポートと獲得的レジリエンスとの関連を検討し、どのようなサポートが獲得的レジリエンス形成において有効であるかを明らかにすることを目的とする。

* 神戸大学大学院人間発達環境学研究科博士課程後期課程

** 神戸大学大学院人間発達環境学研究科准教授

(2015年9月30日 受付)
(2015年10月9日 受理)

方 法

予備調査

2014年5月～7月に、中学生・高校生・専門学校生・大学生53名（男性22名，女性31名，平均年齢17.79歳，SD = .90）を対象にして，自由記述調査およびインタビュー調査によって，「青年用不快情動サポート尺度」作成のために項目を収集した。「とても悲しいことや，とても腹が立つことを経験した時，あなたは家族・友人に対してどのようなサポートを求めますか」という教示により得られた項目のうち，内容の重複しているものなどを整理し，12項目を「青年用不快情動サポート尺度」の候補項目とした。

調査時期

2014年9月～2014年12月。

調査対象者

大学生140名（男性78名，女性62名，平均年齢19.44歳，SD = 1.11）。

調査内容

青年の不快情動サポートを測定する項目

予備調査で作成した12項目について，家族・友人について「とてもつらいことや嫌なことがあった時，あなたはふだん，あなたの家族や友人からどのようなサポートを受けていますか」と教示し，「全くあてはまらない（1点）」～「とてもよくあてはまる（5点）」の5件法で回答を求めた。

ソーシャル・サポート

塩澤（2008）によって作成された大学生用ソーシャルサポート尺度の下位尺度である「情緒的サポート」（「ふだんからあなたの気持ちをよく理解してくれる」など5項目）を用いた。「全くあてはまらない（1点）」～「とてもよくあてはまる（5点）」の5件法で回答を求めた。

援助の欲求と態度

田村・石隈（2001）によって作成された被援助志向性尺度の下位尺度である「援助の欲求と態度」（「困っていることを解決するために，他者からの助言や援助が欲しい」など7項目）を用いた。家族・友人についてそれぞれ尋ねた。「全くあてはまらない（1点）」～「とてもよくあてはまる（5点）」の5件法で回答を求めた。

獲得的レジリエンス

平野（2010）によって作成された二次元レジリエンス要因尺度（BRS）の下位尺度である「獲得的レジリエンス」を用いた。「問題解決志向」（「人と誤解が生じたときには積極的に話をしようとする」など3項目）「自己理解」（「自分の性格についてよく理解している」など3項目）「他者心理の理解」（「人の気持ちや，微妙な表情の変化を読み取るのが上手だ」など3項目）の3下位尺度計9項目から成る。「全くあてはまらない（1点）」～「とてもよくあてはまる（5点）」の5件法で回答を求めた。

倫理的配慮

本研究で用いられたアンケートの表紙において，調査の中止および協力の辞退はいつでもできること，個人情報に十分に配慮した上で研究目的のみに使用されることなどについての記載がなされ，回答を行った者はそれらの記載に対して同意したものとみなし，調査を行った。

結果と考察

1. 青年用不快情動サポート尺度の因子構造

青年の不快情動サポートを測定する項目12項目に対して因子分析を行った。なお，青年の不快情動サポートを測定する項目は家族と友人に分けたが，因子分析の際は，家族と友人を分けずに分析を行った。因子構造を検討し，固有値の減衰状況と解釈可能性から2因子を抽出し，因子負荷量の絶対値が.40未満かつ複数の因子に.35以上で重複をしている項目を除外して，9項目を選定した。この9項目について，再度因子分析（主因子法，*Promax*回転）を行い，2因子を抽出した。第1因子は「なぐさめてもらう」「はげましてもらう」などの項目から成るため，「受容的サポート」とした。第2因子は，「気分転換をさせてもらう」「スポーツや遊びなどでストレスの発散に付き合ってもらおう」などの項目から，「気分転換的サポート」とした。この因子分析結果をもとに，受容的サポートR度（5項目），気分転換的サポートR度（4項目）を下位R度とする。

青年不快情動サポートR度（9項目）を作成した。信頼性についてCronbachの α 係数を算出した結果，受容的サポートは $\alpha = .92$ ，気分転換的サポートは $\alpha = .90$ という満足できる値が得られた。なお，下位尺度相関は.53であった。因子分析の結果，各項目の平均値および標準偏差（SD），Cronbachの α 係数はTable1に示した。

Table1 「青年用不快情動サポート尺度」の因子分析結果（主因子法・*Promax*回転）

項目	I	II	M	SD
I. 受容的サポート ($\alpha = .92$)				
なぐさめてもらう	1.02	-.18	3.20	(.96)
はげましてもらう	.93	-.06	3.31	(.90)
「大丈夫」と言ってもらう	.75	.09	3.09	(1.01)
共感してもらう	.71	.19	3.37	(.96)
気持ちを理解してもらう	.68	.17	3.47	(.91)
II. 気分転換的サポート ($\alpha = .90$)				
気分転換をさせてもらう	-.07	.89	3.30	(.93)
スポーツや遊びなどでストレスの発散に付き合ってもらおう	.02	.84	2.98	(.89)
嫌なことを忘れさせてもらう	.00	.83	3.14	(.95)
冗談などで笑わせてもらう	.09	.72	3.28	(.93)

2. 青年用不快情動サポート尺度の併存的妥当性の検討

青年用不快情動サポート尺度の基準関連妥当性を検討するため，受容的サポート，気分転換的サポート，ソーシャル・サポート，援助の欲求と態度との相関係数を算出した（Table2）。なお，ソーシャル・サポートについては，家族のソーシャル・サポート得点と友人のソーシャル・サポート得点の合計得点を分析に用いた。その結果，受容的サポートおよび気分転換的サポートは，ソーシャル・サポートおよび援助の欲求と態度と比較的高い正の相関を示した。不快情動サポートと，ソーシャル・サポート，被援助欲求が正の関連をもつことから青年用不快情動サポート尺度の併存的妥当性は満たされているといえる。

Table2 不快情動サポートと各変数との相関

	ソーシャルサポート	援助の欲求と態度
受容的サポート	.64**	.46**
気分転換的サポート	.64**	.47**

** $p < .01$

Table3 不快情動サポートと獲得的レジリエンスの基礎統計および *t* 検定

項目	男性		女性		<i>t</i>
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	
不快情動サポート					
家族からの受容的サポート	3.09	(1.01)	3.10	(1.11)	-.02
家族からの気分転換的サポート	2.87	(1.09)	2.55	(1.05)	1.50
友人からの受容的サポート	3.43	(.91)	3.58	(.92)	-.82
友人からの気分転換的サポート	3.63	(.88)	3.51	(1.08)	.66
獲得的レジリエンス					
問題解決志向	3.59	(.76)	3.51	(.82)	.48
自己理解	3.30	(.69)	3.41	(.70)	-.83
他者心理の理解	3.37	(.74)	3.59	(.77)	-1.50

3. 不快情動サポートと獲得的レジリエンスの基礎的分析

不快情動サポートと獲得的レジリエンスの下位尺度について、性別に平均値と標準偏差を算出し、各変数の性差について検討したところ、有意な差はみられなかった (Table3)。

4. 不快情動サポートと獲得的レジリエンスとの関連の検討

まず、不快情動サポートと獲得的レジリエンスの関連について検討するため、青年用不快情動サポート尺度の下位尺度である受容的サポートと気分転換的サポートと、獲得的レジリエンスの下位尺度である問題解決志向、自己理解、他者心理の理解との相関係数を算出した (Table4)。なお、受容的サポートおよび気分転換的サポートは家族と友人に分けて分析を行った。その結果、家族からの受容的サポートは他者心理の理解と有意な正の弱い相関を、家族からの気分転換的サポートは問題解決志向と有意な正の弱い相関を示した。また、友人からの受容的サポートは獲得的レジリエンスのいずれの下位尺度とも有意な相関を示さなかったが、友人からの気分転換的サポートは獲得的レジリエンスのすべての下位尺度と有意な正の弱い相関を示した。

Table4 不快情動サポートと獲得的レジリエンスとの相関

	獲得的レジリエンス		
	問題解決志向	自己理解	他者心理の理解
家族からの受容的サポート	.12	-.02	.23*
家族からの気分転換的サポート	.24**	.15	.15
友人からの受容的サポート	.06	.02	.15
友人からの気分転換的サポート	.28**	.28**	.23**

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

つぎに、不快情動サポートが獲得的レジリエンスに与える影響について検討するため、青年用不快情動サポート尺度の各下位尺度を独立変数、獲得的レジリエンスの各下位尺度を従属変数とするステップワイズ法による重回帰分析を行った (Table5)。

Table5 獲得的レジリエンスにおける不快情動サポートの標準偏回帰係数

	獲得的レジリエンス		
	問題解決志向	自己理解	他者心理の理解
家族からの受容的サポート	—	—	.19*
家族からの気分転換的サポート	.19*	—	—
友人からの受容的サポート	—	—	—
友人からの気分転換的サポート	.24*	.25**	.19*
R^2	.11**	.06**	.09**

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

その結果、問題解決志向においては、家族からの気分転換的サポートと友人からの気分転換的サポートが有意な貢献を示した。また、自己理解においては、友人からの気分転換的サポートが有意な貢献を示した。さらに、他者心理の理解においては、家族からの受容的サポートと友人からの気分転換的サポートが有意な貢献を示した。決定係数はそれぞれ問題解決志向において $R^2 = .11$ ($p < .01$)、自己理解において $R^2 = .06$ ($p < .01$)、他者心理の理解において $R^2 = .09$ ($p < .01$) であった。なお、VIF は、問題解決志向において1.06、自己理解において1.00、他者心理の理解において1.04と小さい値を示していたことから、多重共線性の問題はないと判断した。

以上の結果から、①不快な出来事を経験した際に、解決策を積極的に得ようとする傾向である問題解決志向は、家族および友人からの気分転換的サポートを得る経験によって高められる可能性があること、②自身の性格や不快な出来事が自身にどのような影響を及ぼすかといった自己理解は、友人からの気分転換的サポートを受けることによって促されること、③他者心理の理解については、家族からの共感的理解やばげましといった受容的なサポートや、友人からの気分転換的サポートを受けることによって育まれることが示唆された。いずれの決定係数も必ずしも高いといえないが、家族および友人の不快情動サポートは、青年の獲得的レジリエンスの形成に寄与することが示された。

総合的考察

本研究の目的は、青年がネガティブな情動を経験した際に、家族や友人からどのようなサポートを受けることがレジリエンスの形成を促すかについて検討することであった。そのために、「受容的サポート」「気分転換的サポート」からなる青年用不快情動サポート尺度を作成し、獲得的レジリエンスとの関連について検討した。

その結果、問題解決志向には家族および友人からの気分転換的サポートが、自己理解には友人からの気分転換的サポートが、他者心理の理解には家族からの受容的サポートと友人からの気分転換的サポートがそれぞれ関連していることが示された。とりわけ、他者心理の理解の促進において、家族から受けるサポートの中では、受容的なサポートではなく、気分転換につながる関わりが有効であるという結果は、青年のレジリエンス形成に関わる家族と友人の役割の違いを示す重要なものであるといえる。

これまで、レジリエンスは発達過程の中で育まれていくものであるため、家族や友人といったサポート資源の存在はかねてより重要視されてきたが、ストレスが生じる場面で具体的にどのようなサポートを得ることが青年のレジリエンス形成において重要であるかという点については十分に検討されてこなかった。そのため、誰からのどのようなサポートが、どのようなレジリエンスを形成するかについて具体的に示した本研究の結果は意義深いといえる。ただし、重回帰分析における決定係数が必ずしも高くないことや、調査対象者の人数が十分ではないことなどから、解釈には注意を要するといえる。今後は十分な調査対象者数を得た上で、青年のレジリエンスの形成に関連する他の要因についても検討す

る必要がある。

引用文献

- Call,K.T., Riedel,A.A., Hein,K., McLoyd,V., Petersen,A., & Kipke,M.(2002). Adolescent health and well-being in the twenty-first century: A global perspective. *Journal of Research on Adolescence*, **12**, 69-98.
- 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ー二次元レジリエンス要因尺度 (BRS) の作成ーパーソナリティ研究, **19**, 94-106.
- 平野真理 (2012). 心理的敏感さに対するレジリエンスの緩衝効果の検討ーもとの「弱さ」を後天的に捕えるかー教育心理学研究, **60**, 343-354.
- 石毛みどり・無藤 隆 (2005). 中学生における精神的健康とレジリエンスおよびソーシャル・サポートとの関連ー受験期の学業場面に着目してー教育心理学研究, **53**, 356-367.
- Johnson,S.B., Dariotis,J.K., & Wang,C.(2012). Adolescent risk taking under stressed and nonstressed conditions: conservative, calculating, and impulsive types. *Journal of Adolescent Health*, **51**, s34-s40.
- 葛西真記子・藤井美沙子 (2013). レジリエンスの形成過程ー回想された両親像に注目してー鳴門教育大学研究紀要, **28**, 295-306.
- 齊藤誠一・岡本英生・則定百合子・日潟淳子・松木太郎 (2014). 東日本大震災の心理的影響に関する研究 2ー震災ストレスとレジリエンスが主観的幸福感に及ぼす影響についてー日本発達心理学会第25回大会論文集, 605.
- 塩澤聖子 (2008). 大学新入生を調査対象とした大学生用ソーシャルサポート尺度の作成 学校メンタルヘルス, **11**, 33-42.
- Steinberg,L.(2010). A dual systems model of adolescent risk-taking. *Developmental Psychobiology*, **52**, 216-224.
- 田村修一・石隅利紀 (2001). 指導・援助サービス上の悩みにおける中学校教師の被援助志向性に関する研究ーバーンアウトとの関連に焦点をあててー教育心理学研究, **49**, 438-448.

謝辞

本論文を作成するにあたり，調査にご協力くださった奈良女子大学教授岡本英生先生に心から感謝申し上げます。