

青年期の対人関係におけるレジリエンスを反映する心的構えの研究

—「レジリエンス用心的構え尺度」作成における探索的研究を主題にして—

塚本 佐和子・米川 勉・長野 剛

A Research on Resilience-Strategies in Interpersonal Relationships of Female College Student
— Making a Scale for Resilience-Strategies corresponding to Mental Attitudes —

Sawako Tsukamoto · Tsutomu Yonekawa · Tsuyoshi Nagano

I. 問題

私たちは直接的なコミュニケーションをとるときに、その都度、相手との関係性を意識しているわけではない。相手との関係性が意識にのぼるのは事後である。例えば、相互に認め合うところまでコミュニケーションが深まらないときに、「親だから」「同級生なのに」「たまたま居合わせたにすぎないから」などと、前意識にあった関係性が意識にのぼることになる。つまり、省みる時まで意識にのぼらない前意識では、コミュニケーションをとる相手に応じた「心の準備状態」が自ずと生じている。

本稿では、「心的構えとは対象に対する主体の心的状態ないし心の準備状態のことである」とした田嶋 (1996) に倣い、「心的構え」を「日常の対人関係において相手との関係をどのように捉えているかに応じて暗々裏に言動に影響する心の準備状態」と定義する。

なお、「レジリエンス」は、環境的リスクが高いにも関わらず適応に向かう人々の特徴についての研究で用いられた概念である (庄司, 2009) が、現在での「レジリエンス」は「自己が日常生活における困難な状況に遭遇しても適応できる強さや力をもつという信念や、困難な状況への適応のプロセスや結果のことである」とした Masten, Best and Garmezy (1990) の捉え方を踏まえて、人間の適応システムが機能する限り、一般的にみられる現象と了解されている (Masten, 2001)。また、Grotberg (2003) の「様々な要因によって導かれ培われる力であるレジリエンスは誰もが保持し高めることができる」という指摘は、心理臨床においてレジリエンス概念を検討することの意義を提示している。

本研究では、心理臨床的な観点から、レジリエンス研究が言及している環境的リスクを対人関係におけるリスク (葛藤や困難) とする。それは、私たちの言動に葛藤や困惑をもたらすものとしての対人関係が、そこでの試行錯誤を通して個人が適応力を身につけることに繋がるという意味で、精神的・心理的成長の契機になると考えるからである。しかし、適応力を身につけることができるかどうかは、個人が生来持ち得ているレジリエンス、

そして対人関係のなかで培いつつあるレジリエンスを試みとして発動できるか否かにかかっていると考える。

ところで、対人関係において適応へと向かう力であるレジリエンスは道徳的であるから望ましいとされる行為に限られるわけではない。本研究で捉えようとするレジリエンスは、ミルトン・エリクソンの心理療法の核となっている技法 (方略) として、ダン・ショートら (2014) が見いだした方略に通じるレジリエンスである。例えば、対人関係において、相手の想定していなかった言動が関係の行き詰まりから抜け出すきっかけになる (注意のそらし)、あれもこれも改めることができないときには修正できるものをみつける (分割)、問題が解決しないのは変化を拒んでいるからではないかと問う (暗示)、相手を変えようとする反感を助長するが、機会を提供するのであれば自分が疲弊することはない (利用)、あらゆる人と分かり合えることは不可能だが、その人の理解できる部分は必ずある (前進)、その人との対人葛藤が複雑であればあるほど、シンプルな解決策を発見する機会は増す (リオリエンテーション) など、反抗的なものであっても成長する過程の試行錯誤と受けとめる発達観、いわば生きる力 (たくましさ) に通じるレジリエンスがあると考えられる。

しかし、対人関係において、どのレジリエンスを発動するかは—多くの場合、意識せずに発動しているが—、文脈や体調などの影響を受けて、また、人それぞれが感じる葛藤や困難の度合いによっても異なっており、複雑である。そこで、本研究では、発動するレジリエンスが前意識で受け止めている相手との関係性に応じた心的構えによって異なることに注目する。そして、相手との関係性を、選択の余地なく固定化されている家族との関係、どのような関係性を構築して保持するかを選択する余地のある友人関係、関係を保持するか解消するかが個人や状況に委ねられるため無頓着でもよい他人関係の3つの典型に分類する。

青年期は、家族関係も含めて、学校教育の場での制度上の強い対人関係から解放されて将来の対人関係に想いをめぐらす時期である。また、大半の女子は対人関係において生じる感情が分化しており関係性に応じて

前意識的に発動されるレジリエンスのレパートリーが男子よりも多様であると考えられる。

II. 目的

本研究は、対人関係に適応しようとする過程で発動するレジリエンスにはどのようなものがあり、かつ、それぞれのレジリエンスを培うのは、家族(固定的な)関係、友人(保持しようとする)関係、他人(関係のあり方に無頓着な)関係のいずれであるかを明らかにしようとする探索的研究である。探索的研究としての本稿は、「レジリエンス用心的構え尺度」と名づけた質問紙(尺度)の作成過程及び検証に重点をおく。

III. 質問紙作成のための事前調査

1. インタビュー調査

(1) ディスカッションの課題とする質問の作成

日常の対人関係で生じる感情を単純化すると、好きな人(自分が好意感情をもっている他者)と嫌いな人(自分が嫌悪感情をもっている他者)とに分類する感情がある。また、自分より優れた人(自分が劣位感情をもっている他者)と自分より劣った人(自分が優位感情をもっている他者)とを比較する感情がある。このように、私たちがよく分からないとしている感情について、心理学研究は感情の構造や機能を図式化するところまで発展してきている。

Figure-1は認知説の感情理論から感情傾向と対人的欲求の関係を図式化した齊藤(1990)のモデルである。齊藤の図式化モデルを基に、対人関係において発動されるレジリエンスは、自分が他者に対して前意識で「援助」「攻撃」「称賛」「回避」の4つのいずれの評価感情を持っているかによって異なると考えた。逆に、これらの評価感情を他者が自分に対して持っている場合もある。

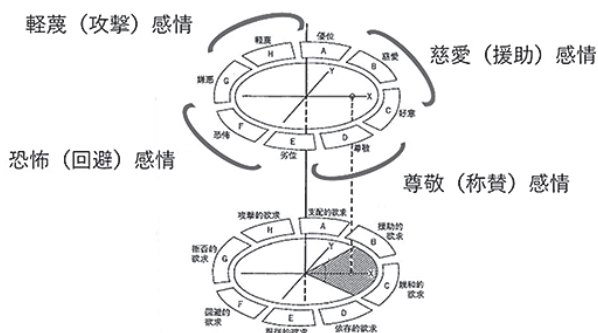


Figure-1 齊藤(1990)の円環図における本研究での捉え方

ランドルフ(1999)の、感情に現れる決定的要素として他者をどのように受けとめているかが重要であるとの指摘がある。この指摘を、ディスカッションの課題となる質問に反映させて、家族・師弟関係・先輩後輩と

いった固定的関係と、友人・知り合い・恋人といった流動的關係の場合の2つのパターンを設けた。その結果、 $4 \times 2 \times 2$ の全16問の課題質問で構成した。

(2) インタビュー調査

調査対象者：F県女子大学大学院修士2年生(5名)。

調査時期：2019年9月

実施方法：筆者がディスカッションのファシリテーターとなってインタビューを実施。

2. 結果の整理

ディスカッションの参加者(調査対象者)が心理職を目指す大学院生であって、気のおけない仲間関係を築いていたこともあり、評価感情に裏付けられたレジリエンスの直接的な収集が可能となった。

1) ディスカッションのすべてを逐語録として文字化し、評価感情を反映している形容詞と、レジリエンス行動を述べている動詞を抜き出した。その結果、形容詞と動詞を併せて、相手が固定的関係では152個、流動的關係では156個が抜き出された。

2) 先行研究のレジリエンス方略として、日本社会において対人関係を構築する上で望ましいされることを網羅していると考えられる「道徳教育における学習指導要領」(文部科学省)に加えて、レジリエンスを主題にしたNHKクローズアップ現代で有効であるとされたレジリエンス方略を参照して、全31項目のレジリエンス方略に要約した。

3) 1)の結果と2)のマッチング作業を行ったところ、871個の対応が見られた。そこで、重複内容を精査し、最終的に「レジリエンス用心的構え尺度」に反映するレジリエンス方略として25項目を抽出した。

IV. 考察(インタビュー)

インタビュー結果から、①相手が、家族を典型とする固定的關係の場合は、a)自分の意見を主張したり、注意することができる、b)依頼を利害關係で考えない、c)自分を見守ってくれていると想える他者の称賛は受け入れられるなどの思いが特徴的であった。また、家族との關係については、安心感や、絶対的な信頼が前提としてあるという考えが多出した。これは、家族については普段からどんな人であるかを知っている(把握している)ので、文脈を考え、相手の心理状態に想いを巡らす手掛かりがあり、その時々にも相手に応じた言動がとれるということだと考える。

②相手が友人や他人などの流動的關係の場合は、a)相手の機嫌を見る、b)傷つけないから言わない、c)精力を使ってまでは関わらない、d)關係を続けられないなら仕方ない、e)競争關係だと思っているなど、対人關係に葛藤が起ると、自分の感情を制御して相手に気を遣った言動をする、あるいは離れるなどの回避行動をとる、つい利害關係を重視することなどが窺

えた。

しかし、③固定的・流動的關係のいずれにおいても、自らが置かれている立場が、評価感情における優位か劣位かということを感じ取り（評定し）、劣位になっている場合には、知らず知らずのうちに修正しようと、相手の評価感情に応じたレジリエンス方略を用いて、劣位感情を解消しようとしているのではないか。つまり、比較が生じる対人関係では相手との優劣関係を評定し、自分の評価感情が劣位に留まらないためのレジリエンス方略を発動していると考えられる。

また、マッチングにおいて、参考資料とした31項目のレジリエンス方略の全項目が出現したが、“思慮深さ”の方略は固定的關係と流動的關係の両者で出現率が高かった。このことから、感情が分化している青年期女子は対人関係について注意深くあるいは丁寧に考えようとしており、そのためには、評価感情（思い）に囚われまいと感覚・知覚（感性）を働かせて察したことを、用いるレジリエンス方略に反映させていると考えられる。

V. 「レジリエンス用心的構え尺度」の作成

1. 仮説

インタビューの結果を受けて、尺度作成にあたり、「相手との（前意識で捉えている）関係性に由来する心的構えに対応して発動するレジリエンス方略は異なる」という仮説を立てた。

2. 手続き

(1) 「レジリエンス用心的構え尺度」の質問紙作成

1) インタビューの分析を経て抽出した25項目のレジリエンス方略の表出となる行動を念頭に置いて仮の質問項目を作成した。つまり、対人関係にかぎらず、根気強さ、柔軟性、創造性、好奇心、信頼感、勇敢さ、楽天さなど抽象化されて語られることが多いレジリエンスの概念を、対人関係において躊躇あるいは葛藤状態にあるとき、用いるレジリエンス方略が現れる行動として翻訳することに留意した。また、どのレジリエンス方略を用いるかは前意識的な心の準備状態である心的構えに由来していることを教示するために、各質問項目の結びを「～しようとする」という表現にして行動の意図を想定するものとした。

2) 仮の質問項目が25項目のレジリエンス方略を反映しているかどうかを、ゼミ（指導教員を含めて5名）にて検討した。

3) 相手に対する心的構えに応じたレジリエンス方略があるという仮定のもとで、質問項目ごとに、a. 相手が「家族」の場合、b. 相手が「関係を保ちたい人」の場合、c. 相手が「関係がなくなっても構わない人」の場合のそれぞれに「いつもそうしない」から「いつもそうする」の5件法で回答を求める構成にした。

4) 提示順番については、質問項目に対する a. b. c.

は一定の順番で配置した。このことにより、回答は初頭・終末効果や、a. を基準にして b. c. について評定するといった順番の繰り返しによる影響を被ることになり、正規分布を前提にして一般論を展開するための統計手法を用いることはできない。しかし、質問紙調査実施にあたっての困難さゆえのものであった。こうした制約は、「心的構えに由来するレジリエンスにはどのような方略があるか？」という問いから、まずは回答者集団（青年期女子）の特徴の把握から出発しようとする探索的研究の一つの限界でもある。

(2) 質問紙調査

調査対象者：F 県女子大学学部生89名

調査時期：2019年10月

実施方法：履修対象者が1・2年次生である心理学科の専攻科目の講義時間に、質問紙を配布し、調査者の教示のもと、一斉法で実施し、その場で回収した。

質問紙の構成：フェイスシート、「レジリエンス用心的構え尺度」に、「大学生用レジリエンス尺度（齊藤・岡安（2010）」を加えたものであった。

VI. 質問紙調査の結果の整理

質問紙調査の結果から回答者集団の特徴を把握するために因子分析（SPSS Statistics 17.0）を行なった。回答全体の因子分析の結果、3因子が抽出された。第1因子（ $\alpha=.925$ ）のレジリエンス方略は、因子負荷量の大きい順に、いずれも「家族であれば」辛抱強く関わろうとする、相手の役にたとうとする、前に戻ってやり直そうとする、相手の思いや考えを尊重しようとする、互いに同じ思いや考えを見つけようとするであったので「家族的構え」因子と名づけた。第2因子（ $\alpha=.827$ ）のレジリエンス方略は、因子負荷量の大きい順に、いずれも「友人であれば」相手に合わせようとする、聞き役に徹しようとする、非難されないように気を付けようとする、相手に合わせようとする、本を読んだり、映画・ドラマなどを観て解放されようとするであったので、「関係保持的構え」因子と名づけた。第3因子（ $\alpha=.839$ ）のレジリエンス方略は、因子負荷量の大きい順に、いずれも「他人であれば」知らないことや気づいていないことを見いだそうとする、視点を変えようとする、互いに同じ思いや考えを見つけようとするであったので「関係無頓着的構え」因子と名づけた。

全体の因子分析の結果は、回答の順番が「家族（a）」「関係を保ちたい人（b）」「関係がなくなっても構わない人（c）」と固定されていたとはいえ、心的構えに応じた発動するレジリエンス方略が異なることを明確に示すものとなった。

しかし、実際の対人関係では、家族だから、友人だから、他人だからといって発動するレジリエンス方略が決まっているとはかぎらない。そこで、3つの因子（心的

構え) 別に因子分析を行って、各心的構えを特徴づけるレジリエンス方略と、各心的構えの間で共通しているレジリエンス方略を探索することにした。その結果を、各心的構えの第1因子をベン図にして可視化したものがFigure-2である。

Figure-2が示唆するところは、①各心的構えに固有のレジリエンス方略は少ないのではないか、②対人関係の困難(難しさ)や葛藤に対処しようとして発動するレジリエンス方略の多くは、前意識の心的構えが家族、関係性保持、関係性無頓着のいずれであるかに関わらず共通しているのではないか、③心的構えが関係性無頓着であれば、対人関係に困難や葛藤があると感じないので、レジリエンス方略を発動する必要がないのではないか、④レジリエンス方略の大半を心的構えが家族である対人関係において培い試しているのではないか、⑤家族のあいだで培ったレジリエンス方略を、心的構えが関係性保持の対人関係においても、また、心的構えが関係性無頓着な対人関係においても発動しているのではないか、⑥「話題を変えようとする」や「あれこれ考えるより、自分の感じを大切にしようとする」というように、関係性を保持するためだけのレジリエンス方略があるのではないか、⑦関係性を保持するためだけのレジリエンス方略は関係性無頓着な対人関係においては「非難されないように気をつけようとする」「聞き役に徹しようとする」というレジリエンス方略へと変容するのではないか、⑧できることなら家族のような関係を形成しようとする友人とは「(トラブルや行き違いがあったときに) 影響力のある人に助けを求めようとする」、「(元の関係に戻ることを想定して、とりあえず) 本を読んだり、映画・ドラマなどを観て、解放されようとする」「ユーモア(笑

い) で返そうとする」「自分の思いや考えだけは伝えておこうとする」といったレジリエンス方略を用いるのではないか、⑨現在は他人であっても、家族のように接することができるような関係になるかもしれない他人とは「(とりあえず) 相手の思い、考えを尊重しようとする」「互いに同じ思いや考えを見つけようとする」「相手の役に立とうとする」「視点を変えようとする」といったレジリエンス方略を用いているのではないか、そして、⑩心的構えが家族である場合にのみ発動する「指導力を発揮しようとする」レジリエンス方略は、我儘を言ったり、利己的に振舞ったり、自己主張したりすることを躊躇なく用いられうるのは、家族という対人関係においてのみと、青年期の女子は気づいているからではないか、などであった。

また、コンピテンス・ソーシャルサポート・肯定的評価・親和性・重要な他者の5因子から構成されている「大学生のレジリエンス尺度」の回答を因子分析した結果、信頼性のある2つの因子が抽出された。第1因子($\alpha = .874$)は、それを構成する因子負荷量の大きいレジリエンスが対応力に相応するものであったので、先行研究に倣って「コンピテンス(対応力)」因子と名づけた。第2因子($\alpha = .842$)は、先行研究の「重要な他者」因子と「ソーシャルサポート」因子に相応するレジリエンスから構成されていたが、因子負荷量の点で「重要な他者」因子と名づけた。

家族・友人・他人との対人関係が困難になったり葛藤状態に陥った時にとる行動から、どのようなレジリエンス方略を発動しているかを把握するのが「レジリエンス用心的構え尺度」であったのに対して、「大学生用レジリエンス尺度」は、関係性を抜きにして、かつ、行動で

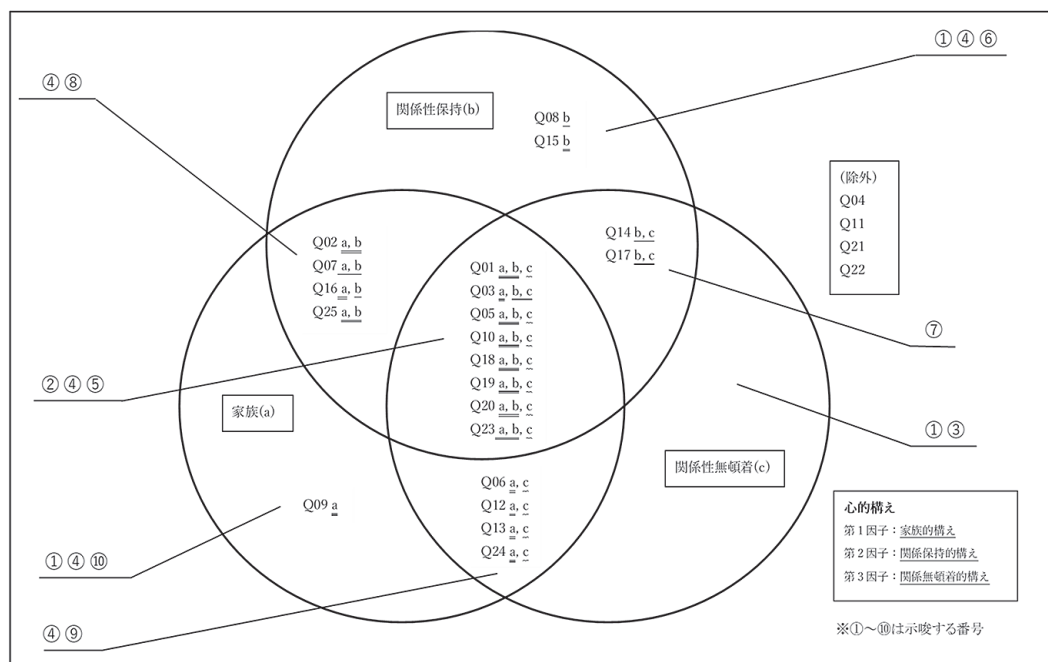


Figure-2 「レジリエンス用心的構え尺度」に見る、各心的構えに特異なレジリエンス方略と心的構え間に共通するレジリエンス方略

なく、思いや考えに対応するレジリエンスを測定する尺度となっている。コンピテンス（対応力）の高低に応じたレジリエンスがそれぞれあると考えられるが、それに応じたレジリエンスの相違については明らかにならない。「大学生用レジリエンス尺度」の第2因子は、重要な他者の有無を確かめるという点で、対人関係にかかわるレジリエンスであるが、重要な他者との関係性の相異に応じたレジリエンスについては明らかにならない。

ただし、「大学生用レジリエンス尺度」はレジリエンス方略を発動して適応に向かうには、コンピテンス（対応力）が必要であることを、また、困難や葛藤への対応力を発揮するには培っているレジリエンス方略が多様である必要性を示唆している。これは、心的構えが自ずと、あるレジリエンス方略の発動につながるのではなく、心的構えに対応したレジリエンス方略を選択して行動に移す過程には、コンピテンスと言われる対応力が介在していると考えられる。

Ⅶ. 考察：探索的研究における尺度の改定の視点

筆者が「レジリエンス用心的構え尺度」の作成を試みたのは、人の心を探索しようとする実証学問である心理学では、どのような質問をするかが最大の研究課題になる（松尾・中村、2002）との見解を知ったからである。探索的手法と言われる因子分析は失敗のプロセスの中に組み込まれるべき統計ツールであり、結果の最終的な解釈ではなく、心的構えとして3つを設定した観測変数やレジリエンス方略として設定した質問項目が、それでよかったのかどうかを、因子分析によって確かめることであつた。

本研究の回答者集団の特徴として、「大学生用レジリエンス尺度」の因子分析の結果は、コンピテンスがあればレジリエンスがあると解釈できるものとなつた。対人関係をめぐる困難や葛藤を乗り越える者はレジリエンスを発動したと考えられるが、それでは、レジリエンスの発動を可能にした本稿で対応力と言い換えたコンピテンスとは何なのだろうか。

例えば、対人関係において生じる困難や葛藤の典型的な例として「いじめ」がある。いじめられた者にレジリエンスあるいは対応力（コンピテンス）があれば、いじめられる辛さや苦しさを乗り越えられるとして、いじめられた者に働きかけることには限界がある。いじめる者が、対人関係におけるレジリエンスあるいはコンピテンスを培っていないと捉えるところに、心理臨床的働きかけの意義があるのではなだろうか。いずれにせよ、「大学生用レジリエンス尺度」は、回答者の思いや考えを訊ねているので、その結果からは、行動としてのレジリエンスあるいはコンピテンスは見えてこない。

作成途上にある「レジリエンス用心的構え尺度」は、思いや考えでなくレジリエンス行動についての質問紙で

ある。回答者は「あなたが、辛抱強く関わろうとする度合いは、a. 相手が家族の場合、b. 関係を保ちたい人の場合、c. 関係がなくなっても構わない人の場合とで、どのように違いますか？」という質問に答えるものである。したがって、因子分析の結果として抽出された3つの因子が、a. b. c. と名づけられる因子になったと考えられ、3因子の α 係数が大きいということは、回答者がa. b. c. に対応させた心的構えをつくった（彷彿した）という点で信頼性が得られたと考える。一方、対人関係における困難や葛藤にかかわるレジリエンス方略を収集するにあたって、心的構えを、a. b. c. の3つに分類することに妥当性があるかどうかについては全体を因子分析した因子負荷量や α 係数からは検討することができなかった。そこで、a. b. c.（心的構え）別に因子分析を行い、大きな α 係数がえられた（信頼性の高い）因子に含まれるレジリエンス方略の集合をベン図（Figure-2）として可視化し、それを読み解くことで、①～⑩の示唆を得た。これらの示唆から新たに6つの仮説を見出すこととなつた。

仮説1）他者との関係性が家族だから友人だから他人だからといて、それぞれの関係性において許されるレジリエンス方略はあるが、固有のレジリエンス方略があるとは言い難い（示唆①②）のではないだろうか。

仮説2）正しい、もしくは間違っている等の評価なしにレジリエンス方略のレパートリーを増やすのは家族を相手とする対人関係の場にほかならず（示唆④⑤⑩）、我儘を言ったり、利己的に振舞ったり、自己主張したりするレジリエンス方略を試すことが可能な家族関係のことを「家庭」と言っているのではないだろうか。

仮説3）相互に他人と思つた時点で、レジリエンス方略を発動するきっかけが奪われているのではないだろうか（示唆③）。また、レジリエンス方略を発動できないということは、感情を働かせることができないということではないだろうか。

仮説4）他人という関係性から、家族のように思える新しい関係になつてもいいと判断する際には、相手の思いや考えを尊重しようとし、また、視点を変えて同じ思いや考えを見つけようとし、相手の役に立とうとするレジリエンス方略を発動する（示唆⑨）のではないだろうか。

仮説5）コミュニケーションにおいて、あれこれ考えるより自分の感じを大切にし、話題を変えよう、非難されないように気をつけよう、聞き役に徹しようとするレジリエンス方略を発動しているのは、関係をこじらせたくない他者が相手（示唆⑥⑦）なのではないだろうか。

仮説6）友人であるが、今後、家族的関係になつてもよいと知らず知らずのうちに望んでいる他者とのあいだに、トラブルや行き違いがあつた時は、ユーモア（笑い）で返そうとしたり、自分の思いや考えだけは伝えておこうとしたり、本を読んだり映画ドラマなどを観ることで解放されよう（距離をとろう）としたり、影響力のある

人に助けを求めるといったレジリエンス方略を発動している(示唆⑧)のではないだろうか。

以上の仮説を検証するために「レジリエンス用心的構え尺度」を分割して改定し、精緻化することになる。

VIII. 総合考察

これまでのレジリエンス研究の知見を対人関係に援用して「レジリエンス用心的構え尺度」の作成を試みた。尺度を作成するにあたって、レジリエンスを発動する環境としての対人関係には、固定的関係、流動的關係、また、どのような関係性になるかについて無頓着な関係の、3つの関係性を想定した。青年期女子は、これら3つの関係性をその都度意識しているわけではないが、相手に応じたレジリエンス方略を選択し発動しているという考えのもと、こうした前意識に形成されている関係性の認知を心的構えと捉えて研究を進めた。そして、質問紙調査結果の因子分析を行ったことにより、表題である「青年期の対人関係におけるレジリエンスを反映する心的構え」は、対人関係を捉える基本的な枠組みとして、コミュニケーションのあり方や評価感情の働きにも通じる新たな観点を内包したものであったと考える。

固定的関係として筆者が念頭においた家族は制度化された関係という点で、友人や他人と異なっていた。しかし、ここで「家族」を改めて考えると、他人同士が結婚して家族になり、子どもをもうけると家族の構成員(メンバー)が増え、家族メンバーそれぞれの出来事をめぐる喜びや悲しみなどを共有する体験を経るうちに、このメンバーならではの「家庭」が形成される。Figure-2は、家族は社会の秩序を維持するために必要な制度ともいえるが、家庭はメンバーが織りなす歴史を経て形成されるということを教えてくれている。なぜなら、対人関係の困難や葛藤を乗り越えようとするレジリエンス方略は、家庭において培われていると言えるからである。それは、家庭では発動しないレジリエンス方略が「話題を変えようとする」「あれこれ考えるより、自分の感じを大切にしようとする」「非難されないように気をつけようとする」「聞き役に徹しようとする」であることから、青年期女子が、家庭ではメンバーのことに関心を寄せて自分の思いや考えを伝えようとしていることが窺える。逆に、自分の思いや考えが伝わらない、伝わりにくいときに、レジリエンス方略をどのように工夫するかも家庭で試行錯誤していることが窺える。

作成途上の「レジリエンス用心的構え尺度」は、社会生活において対人関係に起因する困難や葛藤に遭遇した時に、そこでくじけることなく、自分ならではの役目や働きを見出すまでそこに踏みとどまるために、家庭においてどういった体験が、どのようなレジリエンスを培う契機になったかを明らかにする尺度へと改定することが

考えられる。この時、前述の仮説3から、前意識の心的構えに代わって、その時々々の対人感情の意識化を可能にする円環図(齊藤, 1990)にのっとった質問項目の導入が有効になると考える。

また、友人は家族ではないが、ある時期の家庭にはない対人関係を友人とのあいだに築くことがある。前述の仮説4から、友人関係で試行錯誤したレジリエンス方略が、行き詰まった家族を家庭に変える契機となることも考えられる。改定する尺度には対人関係の円環図を回避する青年期に友人関係で培ったレジリエンス方略が、家族が家庭へと変容する際に、どのような影響をもたらしたかについても教えてくれる質問項目の導入が不可欠だと考える。

より良い対人関係を築くためのレジリエンス方略があるのではなく、多様なレジリエンス方略を培っているなら、たとえ対人関係が困難な状況に陥っても、そこから抜け出すことができるにちがいないという自負がレジリエンス概念に相応すると言えるのではないだろうか。

IX. 謝辞

本研究を進めるにあたり、ご指導いただきました故米川勉教授と長野剛教授に深く感謝申し上げます。また、調査ご協力をいただきました皆様にも心よりお礼申し上げます。

X. 参考・引用文献

- Bonanno, A., and Diwinch, E.D., (2013), Annual Research Review: Positive adjustment to adversity: Trajectories of minimal-impact resilience and emergent resilience, *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 54, pp378-401
- ダン・ショート, ベティ・アリス・エリクソン, ロキサンナ・エリクソン・クライン, 浅田仁子(訳), (2014), *ミルトン・エリクソン心理療法 ―<レジリエンス>を育てる―*, 春秋社
- Epstein, S., A research paradigm for study of personality and emotions. In M.M. Page (Ed.), *Nebraska Symposium on Motivation 1982. Personality*, (1982), Current theory and research (pp.91-154). Lincoln: University of Nebraska Press.
- Grotberg, E.H. (Ed.), (1999), *Tapping your inner strength: How to find the resilience to deal with anything*. New Harbinger Pubns.
- Grotberg, E.H. (Ed.), (2003), *Resilience for today*. Westport: Praeger Pubishes
- 本間友巳, (2003), 中学生におけるいじめの停止に関連する要因といじめ加害者への対応, *教育心理学研究*, 51, 432-441
- Masten, A.S., Best, k.m., and Garmezy, N., (1990), Resilience and development: Contributions from the study of children who overcome adversity, *Development and Psychopathology*, 2, 425-444

- Masten, A.S., (2001), Ordinary magic: Resilience process in development, *Amerikan Psychologist*, 56, 227-238
- 松尾太加志・中村知靖 (2002) 「誰も教えてくれなかった因子分析—数式が絶対に出てこない因子分析入門」北大路書房
- 文部科学省 (2017) 小学校学習指導要領 (平成 29 年告示) 解説 特別の教科 道徳編, 26-28
- NHK (2014) クローズアップ現代 “折れない心” の育て方～「レジリエンス」を知っていますか?, 4月放送
- ランドルフ. R. コーネリアス, (齊藤勇 (監訳), (2003), 感情の科学—心理学は感情をどこまで理解できたか—, 誠信書房, 268-270
- Rutter, M., (1985), Resilience in the face of adversity: Protective factors and resilience to psychiatric disorder., *British Journal of Psydhiatry*, 147, 598-611
- 田原俊司, (1998), 「いじめ」が生じる要因についての一考察—「いじめ」の原因を特定の要因に帰すことができるか—, *人間関係学研究*, 5, 1-19
- 田嶋誠一, (1996), 壺イメージ法の考案とその展開に関する臨床心理学的研究, 博士論文 (九州大学)
- 田嶋誠一, (2009), 現実に介入しつつ心に関わる—多面的援助アプローチと臨床の知恵—, 金剛出版
- 齊藤勇, (1990), 対人感情の心理学, 誠信書房, 25-60
- 齋藤和貴・岡安孝弘, (2009), 最近のレジリエンス研究の動向と課題, *明治大学心理社会学研究*, 4, 72-84
- 齋藤和貴・岡安孝弘, (2010), 大学生レジリエンス尺度の作成, *明治大学心理社会学研究* 第5号, 22-32
- 庄司順一, (2009), リジリエンスについて, *関西学院大学人間福祉学研究*, 2, 1, 35-47
- スティーブン. M. サウスウィック・デニス. S. チャーニー, (西大輔・森下博文 (監訳), (2018), レジリエンス: 人生の危機を乗り越えるための科学と10の処方箋, 岩崎学術出版社
- Vaillant, G.E., (2002), *Aging well: Surprising guideposts to a happier life from the landmark Harvard study of adult development.* New York, NY: Little, Brown & Co.

