

女子大学生におけるソーシャルスキルとソーシャル・サポートがレジリエンスに及ぼす影響

中村 直美

Social skills and social support for female university students
Influence on resilience

Naomi NAKAMURA

要旨

ストレスフルな状況でも精神的健康を維持する、あるいは回復へと導く心理的特性としてのレジリエンスの概念に着目し、その形成過程に関する研究が重要である。レジリエンスを導く多様な要因の中には、もって生まれた気質との関連性が強い「資質的レジリエンス」要因と、後天的に身に付けていきやすい「獲得的レジリエンス」要因があることが示されている。そこで本研究では青年期のレジリエンスを検討するために、「獲得的レジリエンス」を促進する要因としてソーシャルスキルとソーシャル・サポートを取り上げ、レジリエンスにどのような影響を及ぼすかについて検討した。パス解析の結果、ソーシャルスキルが「獲得的レジリエンス」に影響していることが示された。一方、ソーシャル・サポートは「資質的レジリエンス」に影響を及ぼし、さらには「資質的レジリエンス」を介して「獲得的レジリエンス」への間接効果も示唆された。

キーワード：レジリエンス、ソーシャルスキル、ソーシャル・サポート、女子大学生

I 問題

ストレスフルな現代社会において、生活上の様々なストレスが、個人の精神的健康に深刻な影響を与えることが多くの研究から、指摘されている。しかし、同じようなストレスの状況下にあっても、感じ方や受け取り方には、人によって個人差がある。困難に直面しても、ピンチをピンチとも思わずに乗り越えていく人もいれば、ピンチが生む不安や緊張に潰されてしまう人もいる。このような違いを生じさせる要因の一つとして、レジリエンス (resilience) と呼ばれる概念がある。レジリエンスは、「ストレスフルな状況でも精神的健康を維持する、あるいは回復へと導く心理的特性」(石毛・武藤, 2005¹⁾) として近年、注目されている。小塩ら (2002²⁾) は、大学生を対象に「新奇性追求」「肯定的な未来志向」「感情調整」からなる精神的回復力尺度を作成し、ネガティブライフ

イベントの経験の有無及びつらさの程度、自尊心との関連について検討した。その結果、苦痛に満ちたライフイベントを経験したにもかかわらず、自尊心が高い者は、そのような経験をした自尊心が低い者よりも精神的回復力尺度得点が高いことを明らかにした。これまでにレジリエンスを促進する要因について、ソーシャルスキルや自尊感情、親の養育態度、他者への愛着などとの関連について検討されてきた(齋藤・岡安, 2014³⁾; 光浪・小石, 2015⁴⁾; 中村, 2018⁵⁾ 他)。

しかしながら、レジリエンスという概念は、個人的な要因のみで説明できるものではない。林ら (2012⁶⁾) によると、レジリエンスに関する最近の研究では、「個人内資源」だけでなく「環境資源」に関する視点もレジリエンスを規定する要因として考慮する必要があることが指摘されている。平野 (2016⁷⁾) によるとレジリ

エンスを導く要因には、個人のもつパーソナリティ要因（衝動コントロール、好ましい気質、共感性、ソーシャルスキル、自立性など）と、環境要因（家庭環境、教師、情緒的サポートなど）とがあり、いくつかの要因の相互作用によってレジリエンスが導かれるという。さらに平野（2010⁸⁾）は、レジリエンスを導く多様な要因の中には、もって生まれた気質と関連性の強い「資質的レジリエンス要因」と、後天的に身に付けていきやすい「獲得的レジリエンス要因」があることを示した。これらを踏まえると、青年期におけるレジリエンスを検討するには、後天的に身に付けやすいとされる「獲得的レジリエンス」をいかに高めていくかという視点が重要であるといえる。そういった観点からの研究はまだ少なく、さらに検討していく必要があると考えられる。

そこで、本研究ではレジリエンスを促進する要因の一つとして、ソーシャルスキルを取り上げる。ソーシャルスキルとは、「対人場面において適切かつ効果的に反応するために用いられる言語的・非言語的な対人行動と、そのような対人行動の発現を可能とする認知過程」（相川, 1996⁹⁾）と定義されるものである。相川・藤田（2005¹⁰⁾）は、ソーシャルスキルを「コミュニケーション・スキル」と「対人スキル」の2つの側面から同時に測定できる尺度を作成し、ソーシャルスキルが高い大学生は、対人不安、孤独感、抑うつが低いこと示した。また、齋藤・岡安（2014）は、大学生においてソーシャルスキルとレジリエンスとの関連を検討し、ソーシャルスキルが高い人はレジリエンスが高いことを示唆した。さらに小林・渡辺（2017¹¹⁾）は、中学生において集団ソーシャルスキルトレーニングを実施し、生徒のソーシャルスキルだけでなく、レジリエンスも高められることを報告し

ている。これらのことから、ソーシャルスキルは、「獲得的レジリエンス」と関連性があることが推測される。

また本研究では、レジリエンスを促進するもう一つの要因として、ソーシャル・サポートを取り上げる。ソーシャル・サポートとは、「ふだんから自分を取り巻く重要な他者に愛され大切にされており、もし何か問題が起こっても援助してもらえる、という期待の強さ（久田ら, 1989¹²⁾）」と定義されるものである。石毛・無藤（2005）は、中学3年生を対象に、受験期の学業場面の精神的健康とレジリエンス及びソーシャル・サポートとの関連について検討した。その結果、レジリエンスの下位尺度とソーシャル・サポートが高い相関をしめすことから、ソーシャル・サポートがレジリエンスの規定要因であることを示唆した。また、細田・田嶋（2009¹³⁾）は中学生において自他の肯定感が高い生徒は、ソーシャル・サポートの認知が高いことを示した。必要な時にサポートを求めることができることは、レジリエンスの観点からも重要な能力といえる。これらのことから、良好な家族関係や友人からのソーシャル・サポートは、「獲得的レジリエンス」と関連性があることが推測される。

II 目的

以上をふまえて本研究では、ソーシャルスキル及びソーシャル・サポートと資質的・獲得的レジリエンスとの関連について検討する。本研究での主な仮説は、以下の2つである。想定された影響モデルを Figure 1 に示す。

- 1 大学生において、ソーシャルスキルが高いほど、獲得的レジリエンスが高いであろう。
- 2 大学生において、知覚されたソーシャル・サポートが高いほど、獲得的レジリエンスが

高いであろう。

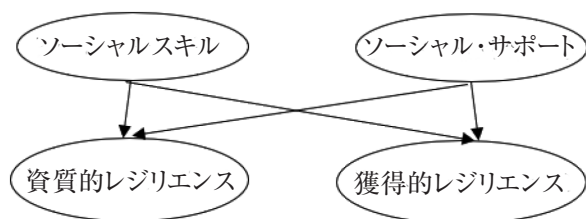


Figure 1 ソーシャルスキル、ソーシャル・サポートがレジリエンスに及ぼす影響過程

Ⅲ 方法

1 調査対象者

私立大学1校の女子学生第1～4学年，合計195名に調査の協力を求めた。

2 調査時期

調査は，2019年10月中旬に実施された。

3 質問紙の構成

質問紙を構成する際には，項目内容や表現の適切性を検討して尺度を選択し，質問紙を作成した。

質問紙はフェイスシートで，学年について尋ねた後，合計72項目について回答を求めた。

(1) 二次元レジリエンス要因尺度

(BRS ; Bidimensional Resilience Scale)

平野 (2010) の作成した「二次元レジリエンス要因尺度 (BRS)」を用いた。『資質的レジリエンス要因』として「楽観性因子 (3 項目)」「統御力因子 (3 項目)」「社交性因子 (3 項目)」「行動力因子 (3 項目)」の合計12項目，『獲得的レジリエンス要因』として「問題解決志向因子 (3 項目)」「自己理解因子 (3 項目)」「他者心理の理解因子 (3 項目)」の合計9項目を質問項目とした。

「あなた自身のこととしてあてはまるもの」を選択するよう教示し，「どんなことでも，たいして何とかなりそうな気がする」「昔から，人との関係をとるのが上手だ」等の設問への回答

を求めた。

回答方法は，「非常にあてはまる…5点」「まあまああてはまる…4点」「どちらでもない…3点」「あまりあてはまらない…2点」「全くあてはまらない…1点」の5段階評定であった。

(2) 成人用ソーシャルスキル自己評定尺度

相川・藤田 (2005) が作成した「成人用ソーシャルスキル自己評定尺度」を用いた。「関係開始因子 (8 項目)」「解釈因子 (8 項目)」「主張性因子 (7 項目)」「感情統制因子 (4 項目)」「関係維持因子 (4 項目)」「記号化因子 (4 項目)」の合計35項目を質問項目とした。

「あなた自身のこととしてあてはまるもの」を選択するよう教示し，「相手とすぐに，うちとけられる」「表情やしぐさで相手の思っていることがわかる」等の設問への回答を求めた。

回答方法は，「かなりあてはまる…4点」「ややあてはまる…3点」「あまりあてはまらない…2点」「ほとんどあてはまらない…1点」の4段階評定であった。

(3) 学生用ソーシャル・サポート尺度

(SESS ; The Scale of Expectancy for Social Support)

学生用ソーシャル・サポート尺度として，久田ら (1989) が作成した1因子16項目を対人関係 (サポート源) 別に使用した。

各対象 (父，母，きょうだい，大学の先生，友人・知人) ごとに，それぞれの援助に対する期待感を評定するよう教示し，対象がいない場合 (例えばきょうだいがいない場合) は，その対象の項目をとばすよう教示した。また，友人・知人は，恋人・先輩・近所の人などを含む広い範囲で，対象と考える人は，特定の人でも，何人かの人たちでもどちらでもよいことも合わせて教示して回答を求めた。質問内容は，「あなたが落ち込んでいると，元気づけてくれる」「あ

あなたが失恋したと知ったら、心から同情してくれる」等の設問で、対象ごとに回答を求めた。

回答方法は、「きっとそうだ…4点」「たぶんそうだ…3点」「たぶんちがう…2点」「絶対ちがう…1点」の4段階評定であった。

4 手続き

調査用紙を学生に配布した後、学年について記入を求め、その後、調査実施者から具体的な教示が与えられた。調査紙の流れは、二次元レジリエンス要因尺度、成人用ソーシャルスキル自己評定尺度、学生用ソーシャル・サポート尺度の順とした。

5 本研究における倫理的配慮

調査対象者に対し、調査への協力依頼文書を配布して本研究の概要について説明を行った。その際、調査は匿名で行うこと、回答結果は統計的に処理するため個人情報漏洩することは決してないこと、結果は研究目的以外には使用しないことについて説明した。

6 分析方法

本研究に用いた統計パッケージは、SPSS Statistics 25.0と Amos 25であった。

IV 結果

1 分析対象

記入漏れや不備のあった回答を除外した161名（1年生54名、2年生58名、3年生42名、4年生7名）のデータを分析対象とした（有効回答率82.6%）。

2 各測定尺度の検討

（1）二次元レジリエンス要因尺度の因子構造の確認と下位尺度得点

各項目の平均値及び標準偏差から、天井効果及びフロア効果がみられた項目がなかったため、二次元レジリエンス尺度21項目に対して、因子分析を行った。固有値の変動状況と因子の

解釈可能性から5因子構造が妥当と判断した。5因子を仮定して主因子法・Promax 回転による因子分析を行った後、因子負荷量が.30に満たない4項目を削除し、再度因子分析を行い、5因子構造が見いだされた結果を Table 1に示す。第1因子は、物事をやり通そうとする行動力に関する項目が高い負荷量を示しているため、「行動力」因子と命名した。第2因子は、物事を楽観的にとらえようとする項目が高い負荷量を示しているため、「楽観性」因子と命名した。第3因子は、他人と親しくなることに関する項目が高い負荷量を示しているため、「社交性」因子と命名した。第4因子は、他者の考えや感情を理解することに関する項目が高い負荷量を示しているため、「他者心理の理解」因子と命名した。第5因子は、ネガティブな出来事が起きた際、問題の解決を図ろうとする態度に関する項目が高い負荷量を示しているため、「問題解決志向」因子と命名した。Cronbachの α 係数を求めたところ、「資質的レジリエンス要因」では.83、「獲得的レジリエンス要因」では.72と、十分な値が得られた。「資質的レジリエンス要因」における3つの下位尺度に含まれる項目平均値を求め、「資質的レジリエンス」得点（Mean 3.43, SD 0.64）、「獲得的レジリエンス要因」における2つの下位尺度に含まれる項目平均値を求め、「獲得的レジリエンス」得点（Mean 3.67, SD 0.58）とした。

（2）成人用ソーシャルスキル自己評定尺度の因子構造の確認と下位尺度得点

各項目の平均値及び標準偏差から、天井効果及びフロア効果がみられた項目がなかったため、成人用ソーシャルスキル自己評定尺度35項目に対して、因子分析を行った。固有値の変動状況と因子の解釈可能性から5因子構造が妥当と判断した。5因子を仮定して主因子法・

Table 1 二次元レジリエンス要因尺度の因子パターン（プロマックス回転後）（ $N=161$ ）

項 目		F1	F2	F3	F4	F5
資質的レジリエンス要因 $\alpha = .83$						
〈第1因子 行動力〉 $\alpha = .79$						
自分は粘り強い人間だと思う。		.80	.05	.07	.00	.00
努力することを大事にする方だ。		.67	-.20	.01	-.11	.25
決めたことを最後までやりとおすことができる。		.67	.01	-.03	.03	.06
つらいことでも我慢できる方だ。		.66	-.00	-.08	.24	-.16
自分は体力がある方だ。		.60	-.02	.08	-.14	-.09
〈第2因子 楽観性〉 $\alpha = .84$						
たとえ自信がないことでも、結果的に何とかなると思う。		-.11	.90	.05	-.08	.08
どんなことでも、たいてい何とかなりそうな気がする。		-.12	.87	-.00	-.02	-.07
困難な出来事が起きても、どうにか切り抜けることができると思う。		.25	.66	-.05	.11	-.04
〈第3因子 社交性〉 $\alpha = .86$						
自分から人と親しくなることが得意だ。		-.15	-.01	.92	.026	.05
交友関係が広く、社交的である。		.14	-.01	.83	-.02	-.05
昔から、人との関係をとるのが上手だ。		.10	.05	.66	.05	-.01
獲得的レジリエンス要因 $\alpha = .72$						
〈第4因子 他者心理の理解〉 $\alpha = .85$						
他人の考え方を理解するのが比較的得意だ。		-.03	.015	.07	.73	.05
人の気持ちや、微妙な表情の変化を読み取るのが上手だ。		-.01	-.09	-.05	.68	.08
思いやりを持って人と接している。		.06	.05	.04	.53	-.05
〈第5因子 問題解決志向〉 $\alpha = .69$						
嫌な出来事があったとき、その問題を解決するために情報を集める。		.01	.01	-.01	-.01	.80
嫌な出来事が、どんな風に自分の気持ちに影響するか理解している。		-.20	-.05	.02	.31	.46
嫌な出来事があったとき、今の経験から得られるものを探す。		.15	.34	-.03	-.00	.36
寄与率 (%)		26.19	10.11	9.10	7.96	5.96
累積寄与率 (%)		26.19	36.30	45.40	53.36	59.32
因子間相関		F1	—			
		F2	.44	—		
		F3	.31	—		
		F4	.36	.32	—	
		F5	.28	.20	.23	—

Promax 回転による因子分析を行った後、因子負荷量が.30に満たない2項目を削除し、再度因子分析を行い、5因子構造が見いだされた結果を Table 2 に示す。負の負荷量を示した項目の逆転処理を行い、Cronbach の α 係数を求めたところ、第1因子は.91、第2因子は.79、第3因子は.82、第4因子は.71、第5因子は.62で、ある程度十分な値が得られた。第1因子は、初対面の人との関係作りに関する項目が高い負荷量を示すことから、「関係開始」因子と命名

した。第2因子は、相手の気持ちへの気付きやすさに関する項目が高い負荷量を示すことから、「解読」因子と命名した。第3因子は、自分の意見を率直に主張する態度に関する項目が高い負荷量を示すことから、「主張性」因子と命名した。第4因子は、自分の感情を素直に表現しようとする項目が高い負荷量を示すことから、「感情表現」因子と命名した。第5因子は、相手との関係を維持しようとする項目が高い負荷量を示すことから、「関係維持」因子と命名

Table 2 成人用ソーシャルスキル自己評価尺度の因子パターン（プロマックス回転後）（ $N=161$ ）

項 目		F1	F2	F3	F4	F5
〈第1因子 関係開始〉 $\alpha = .91$						
相手とすぐに、うちとけられる		.89	-.04	-.04	-.05	.01
人と話すのが得意である		.85	.02	-.02	.01	-.00
誰とでもすぐ仲良くなれる		.84	-.06	-.04	-.11	.12
知合いになりたいと思っても、話のきっかけを見いだすのがむずかしい（－）		-.73	.07	.18	.08	.21
知らない人とでも、すぐに会話を始められる		.72	.06	.04	.07	-.06
誰にでも気軽にあいさつできる		.72	.05	-.05	-.06	.04
他人が話しているところに、気軽に参加できる		.64	.08	.14	.07	-.08
初対面の人に、自己紹介が上手にできる		.59	.07	.17	-.04	.06
〈第2因子 解読〉 $\alpha = .79$						
話をしているとき、相手の表情のわずかな変化も感じとれる		.14	.74	-.11	.02	.04
顔つきから相手の感情を読みとれる		.04	.70	-.10	.04	.18
自分の言葉が相手にどのように受け取られたか察しがつく		-.15	.66	.074	.08	.06
嘘をつかれても、たいてい見破ることができる		-.09	.62	.19	-.13	-.21
表情やしぐさで相手の思っていることがわかる		.09	.61	.05	-.11	.07
初対面でも、少し話をすれば相手がどんな人かだいたいわかる		.21	.49	.07	-.04	.04
相手の目を見て、自分が何か不適切なことを言ってしまったことに気がつく		-.15	.45	-.06	.14	.28
自分に関心をもっている人は、すぐに見分けられる		.05	.36	.17	.18	.25
〈第3因子 主張性〉 $\alpha = .82$						
友だちが自分の気持ちを傷つけたら、そのことをはっきりと伝える		.03	.07	.79	-.06	-.15
自分が不愉快な思いをさせられたときには、はっきりと苦情を言う		.05	-.08	.78	.08	-.16
どんなに親しい人に頼まれても、やりたくないことははっきりと断る		-.19	-.19	.77	-.08	.27
人の話の内容が間違いだと思ったときには、自分の考えを述べるようにしている		.06	.14	.59	.03	-.05
どちらかといえば、自分の意見を気軽に言うほうだ		.32	.01	.49	.17	-.10
相手と意見が異なることをさりげなく示すことができる		-.07	.16	.44	.02	.07
〈第4因子 感情表現〉 $\alpha = .71$						
気持ちをおさえようとしても、それが顔に現われてしまう（－）		-.09	-.02	.10	.78	-.01
感情をあまり面（おもて）にあらわさないでいられる		-.10	.01	.20	-.74	.22
困ったときは顔にでやすい（－）		-.16	-.03	.10	.60	.22
自分の感情をコントロールするのが苦手である（－）		-.15	.23	.06	.48	-.31
表情が豊かである		.33	-.01	.00	.43	.15
感情を素直にあらわせる		.31	-.20	.10	.37	.34
まわりの人たちとのあいだでトラブルが起きても、それを上手に処理できる（－）		.25	.13	.20	-.36	.23
〈第5因子 関係維持〉 $\alpha = .62$						
相手の立場を考えて行動する		-.03	.31	-.17	-.05	.54
相手の話をまじめな態度で聞くことができる		-.09	.22	-.21	-.02	.53
相手に良い感じを持ったなら、それをすなおに表現できる		.15	.04	-.02	.07	.49
その場にあった行動がとれる		-.11	.02	.21	-.20	.46
寄与率（％）		21.87	11.42	8.88	7.83	4.85
累積寄与率（％）		21.87	33.29	42.17	50	54.85
因子間相関	F1	—				
	F2	.17	—			
	F3	.33	.20	—		
	F4	.13	-.04	.15	—	
	F5	.25	.35	.18	.15	—

した。5つの下位尺度に含まれる項目平均値を求め、「関係開始」下位尺度得点 (Mean 2.43, SD 0.63), 「解説」下位尺度得点 (Mean 2.81, SD 0.45), 「主張性」下位尺度得点 (Mean 2.34, SD 0.58), 「感情表現」下位尺度得点 (Mean 2.73, SD 0.48), 「関係維持」下位尺度得点 (Mean 3.16, SD 0.41) とした。

(3) 大学生用ソーシャル・サポート尺度の因子構造の確認と尺度得点

各項目の平均値及び標準偏差から、天井効果及びフロア効果がみられるかを確認した。その結果、父親では5項目、母親では全16項目、兄弟では11項目、先生では2項目、友人・知人では15項目に天井効果がみられた。しかしながら、分析上必要と判断したため、対象ごとに因子分析を行った結果、固有値の変動状況から1因子構造が妥当と判断した。さらに対象ごとに項目平均値を求め、「父親サポート」得点 (Mean 3.00, SD 0.88), 「母親サポート」得点 (Mean 3.47, SD 0.70), 「兄弟サポート」得点 (Mean 3.15, SD 0.81), 「先生サポート」得点 (Mean 2.65, SD 0.77), 「友人・知人サポート」得点 (Mean 3.45, SD 0.53) とした。

3 ソーシャルスキル及びソーシャル・サポートとレジリエンスとの関連

(1) ソーシャルスキルとレジリエンスとの

関連

ソーシャルスキルの高低が、資質的レジリエンス及び獲得的レジリエンスに及ぼす影響について検討した。ソーシャルスキル尺度の各下位尺度得点の平均値をもとに、それぞれ高群・低群に分け、資質的レジリエンス及び獲得的レジリエンスを従属変数とする t 検定を行った (Table 3)。その結果、資質的レジリエンスに関しては、「関係開始」「主張性」の効果は有意であった ($t(159)=2.39, p<.05$; $t(159)=2.09, p<.05$)。一方、獲得的レジリエンスに関しては、「関係開始」「解説」「主張性」「関係維持」の効果は有意であった ($t(159)=2.07, p<.05$; $t(159)=7.78, p<.01$; $t(159)=3.21, p<.01$; $t(159)=4.85, p<.01$)。「感情表現」では、資質的レジリエンス及び獲得的レジリエンスともに、有意な得点の差は見られなかった ($p>.10$)。

(2) ソーシャル・サポートとレジリエンスとの関連

各対象へのソーシャル・サポート認知の高低が、資質的レジリエンス及び獲得的レジリエンスに及ぼす影響について検討した。ソーシャル・サポート得点の平均値をもとに、高群・低群に分け、資質的レジリエンス及び獲得的レジリエンスを従属変数とする t 検定を行った

Table 3 成人用ソーシャルスキル自己評定尺度 各因子における平均差

	関係開始			解説			主張性			感情表現			関係維持		
	低群 (80人)	高群 (81人)	t 値	低群 (86人)	高群 (75人)	t 値	低群 (85人)	高群 (76人)	t 値	低群 (83人)	高群 (78人)	t 値	低群 (86人)	高群 (75人)	t 値
資質的レジリエンス	3.31 (0.65)	3.58 (0.61)	2.39 *	3.36 (0.63)	3.51 (0.65)	1.53 <i>ns</i>	3.33 (0.67)	3.54 (0.59)	2.09 *	3.45 (0.65)	3.40 (0.63)	0.49 <i>ns</i>	3.37 (0.66)	3.50 (0.61)	1.34 <i>ns</i>
獲得的レジリエンス	3.58 (0.53)	3.76 (0.61)	2.07 *	3.39 (0.49)	4.00 (0.49)	7.78 **	3.54 (0.57)	3.82 (0.55)	3.21 **	3.67 (0.53)	3.67 (0.63)	0.04 <i>ns</i>	3.48 (0.52)	3.89 (0.56)	4.85 **
括弧内は標準偏差															
* $p<.05$ ** $p<.01$															

Table 4 大学生用ソーシャルサポート尺度 対象別における平均差

	父親			母親			兄弟			先生			友人・知人		
	低群 (71人)	高群 (90人)	t 値	低群 (60人)	高群 (101人)	t 値	低群 (67人)	高群 (94人)	t 値	低群 (72人)	高群 (89人)	t 値	低群 (73人)	高群 (88人)	t 値
資質的レジリエンス	3.20 (0.65)	3.61 (0.57)	4.26**	3.21 (0.70)	3.56 (0.57)	3.41**	3.32 (0.67)	3.51 (0.61)	1.89 _{ns}	3.27 (0.67)	3.56 (0.59)	3.02**	3.25 (0.67)	3.58 (0.57)	3.44**
獲得的レジリエンス	3.58 (0.62)	3.75 (0.53)	1.84 _{ns}	3.61 (0.59)	3.71 (0.57)	1.00 _{ns}	3.62 (0.57)	3.71 (0.58)	1.00 _{ns}	3.65 (0.59)	3.69 (0.57)	0.4 _{ns}	3.54 (0.58)	3.78 (0.56)	2.65**
括弧内は標準偏差															
* $p < .05$ ** $p < .01$															

Table 5 各変数間の相関係数

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1. 資質的レジリエンス	—	.41**	.28**	.15	.11	-.10	.22**	.25**	.25**	.21**	.25**	.30**
2. 獲得的レジリエンス		—	.24**	.60**	.25**	.00	.44**	.07	.08	.10	.11	.27**
3. 関係開始			—	.24**	.34**	.11	.18*	-.02	.08	.03	.18*	.33**
4. 解説				—	.27**	.02	.49**	-.02	.06	.03	.05	.24**
5. 主張性					—	.17*	.09	-.00	.07	.00	-.08	.10
6. 感情表現						—	.01	-.11	-.10	-.07	-.02	.03
7. 関係維持							—	.04	.11	.01	.07	.26**
8. 父親サポート								—	.63**	.62**	.43**	.33**
9. 母親サポート									—	.71**	.39**	.50**
10. 兄弟サポート										—	.47**	.40**
11. 先生サポート											—	.45**
12. 友人・知人サポート												—
* $p < .05$ ** $p < .01$												

(Table 4). その結果、資質的レジリエンスに関しては、「父親サポート」「母親サポート」「先生サポート」「友人・知人サポート」の効果は有意であった ($t(159)=4.28$, $p<.01$; $t(159)=3.41$, $p<.01$; $t(159)=3.02$, $p<.01$; $t(159)=3.44$, $p<.01$). 一方、獲得的レジリエンスに関しては、「知人・友人サポート」の効果は有意であった ($t(159)=2.65$, $p<.01$). 「兄弟サポート」では、資質的レジリエンス及び獲得的レジリエンスともに、有意な得点の差は見られなかった ($p>.10$).

4 ソーシャルスキル、ソーシャル・サポートがレジリエンスに及ぼす影響過程

(1) 分析に用いた指標

本分析に用いた指標は次の通りである。成人

用ソーシャルスキル自己評定尺度からは、それぞれ下位尺度得点として「関係開始」得点、「解説」得点、「主張性」得点、「感情表現」得点、「関係維持」得点が求められた。成人用ソーシャル・サポート尺度からは、「父親サポート」得点、「母親サポート」得点、「兄弟サポート」得点、「先生サポート」得点、「友人・知人サポート」得点が求められた。また、二次元レジリエンス尺度からは下位尺度得点として、「資質的レジリエンス」得点、「獲得的レジリエンス」得点が求められた。

(2) モデルの構成

各尺度の下位尺度得点間の相関係数を Table 5 に示す。これらの相関係数を参照すると、成人用ソーシャルスキル自己評定尺度では、「関

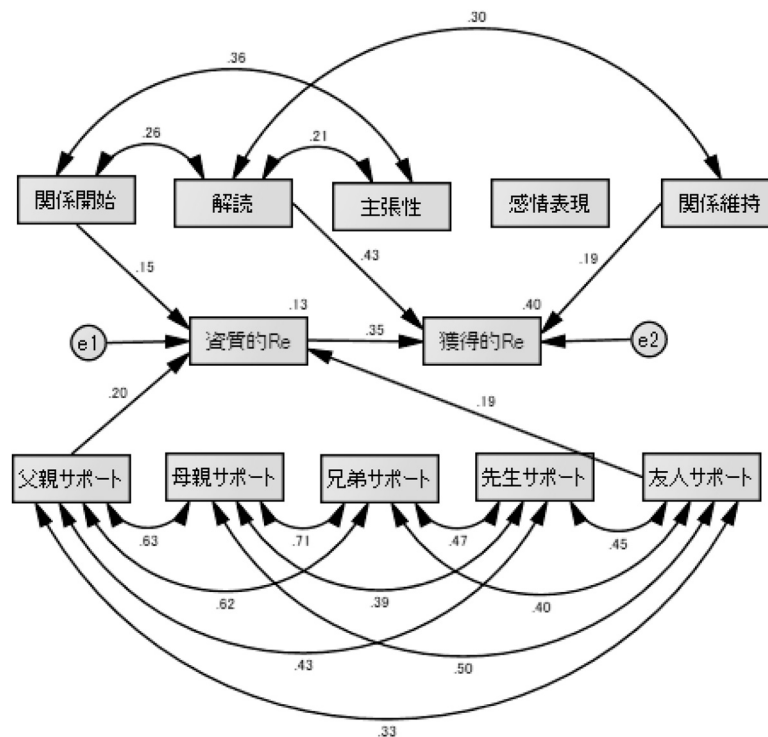
係開始」得点と「解説」「主張性」得点に、「解説」得点と「主張性」「関係維持」得点に弱い相関がみられた(すべて $p < .01$)。大学生用ソーシャル・サポート尺度では、すべての得点間で相関がみられた(すべて $p < .01$)。有意な相関が認められた変数間に共分散を仮定した。なお、成人用ソーシャルスキル自己評定尺度と大学生用ソーシャル・サポート尺度の得点間にも相関がみられるものもあったが(すべて $p < .01$)、本研究ではレジリエンスへの影響を検討することが目的であるため、共分散を設定しなかった。

想定されたモデルに共分散(双方向矢印)、パス(片矢印)を設定し、共分散構造分析によるパス解析を実施した。すべての誤差変数の係数を1に固定し、最初に構成されたモデルによる共分散構造分析による分析を行った。その結果、 $\chi^2(33) = 109.31$, $p < .001$ で最小値に達し

た。有意でないパスを削除し、修正指標を参考に共分散やパスを設定し、モデルの適合度を検討した。その結果、モデルの適合度は、 $\chi^2(46) = 62.612$, $p < .001$, GFI=.931, AGFI=.883, RMSEA=.061で、修正されたモデルの適合度は高いと判断された。最終的に得られた重相関係数、パス係数(標準偏回帰係数)、適合度指数をFigure 2に示す。なお、示されたパス係数はいずれも有意なものである。また、eは誤差変数を指す。分析の結果、以下のことが示された。

(3) レジリエンスへの影響過程

「資質的レジリエンス」には、ソーシャルスキルの「関係開始」と「父親サポート」「友人・知人サポート」から、有意なパスが示された($\beta = .15$, $p < .05$; $\beta = .20$, $p < .01$; $\beta = .19$, $p < .05$)。この結果から、「関係開始」「父親サ



$\chi^2=62.612$, $df=19$, $p<.001$
GFI=.931, AGFI=.883, RMSEA=.061

Figure 2 パス解析の結果

ポート」「友人・知人サポート」が高いほど、「資質的レジリエンス」が高まることが示された。一方、「獲得的レジリエンス」には、ソーシャルスキルの「解説」「関係維持」「資質的レジリエンス」から、有意なパスが示された($\beta = .43, p < .01$; $\beta = .19, p < .01$; $\beta = .35, p < .01$)。この結果から、「解説」「関係維持」及び「資質的レジリエンス」が高いほど、「獲得的レジリエンス」が高まることが示された。

V 考察

本研究の目的は、大学生におけるソーシャルスキル及びソーシャル・サポートが、獲得的レジリエンスに及ぼす影響を検討することであった。

ソーシャルスキルと獲得的レジリエンスの関係については、 t 検定の結果から、「関係開始」「解説」「主張性」「関係維持」下位尺度得点が高い人は、低い人に比べ獲得的レジリエンス得点が高いことが示された。パス解析の結果では、獲得的レジリエンスに対する「解説」「関係維持」の標準偏回帰係数が有意な値を示していた。これらのことから、仮説1は一部支持されたとと言える。先行研究でも、大学生においてソーシャルスキルがレジリエンスを導く要因であることが報告されている(齋藤・岡安, 2014; 大坪, 2017¹⁴⁾)¹⁴⁾が、本研究の結果からも、ソーシャルスキルは、獲得的レジリエンスに影響を及ぼす一要因であることが示唆された。

「解説」スキルは、相手の気持ちへの気付きやすさに関するスキルである。このようなスキルの優れた人は、自分や相手の感情を意識的に読み取り、問題の解決を図っていかこうとすると考えられる。また「関係維持」スキルは、相手との関係を維持するためのスキルであり、主に他者を受容したり、支持したりする内容である。

このようなスキルの優れた人は、問題が発生した際に、相手との関係を意識しながら、状況を改善しようとする力を持っているものと考えられる。これらのことから、「解説」「関係維持」スキルは、獲得的レジリエンスと正の関連を示したと推察される。

なお、「主張性」「感情表現」スキルについては、レジリエンスに影響を及ぼしていないことが示された。「主張性」スキルは、意見が異なった場合、自分の意志を率直に伝えるという内容のスキルである。また「感情表現」スキルは、相手に自分の感情を素直に伝える内容のスキルである。女子は男子と比較して他者との良好な関係を築くことに重要性の認識が高いため、自己主張が強いと認識されると、敬遠される要因となりうる(武蔵, 2012¹⁵⁾)¹⁵⁾。そういった意味から、「主張性」「感情表現」スキルとレジリエンスとの関連性が示されなかったと考えられる。

一方、ソーシャル・サポートについては、 t 検定の結果から「父親サポート」「母親サポート」「先生サポート」「友人・知人サポート」認知得点が高い人は、低い人に比べ資質的レジリエンス得点が高いことが示された。また、パス解析の結果から資質的レジリエンスに対する「父親サポート」「友人・知人サポート」標準偏回帰係数が有意な値を示していた。これらのことから、ソーシャル・サポートは、獲得的レジリエンスには影響を及ぼさないが、資質的レジリエンスに影響を及ぼしていることが示された。さらにパス解析の結果から、資質的レジリエンスを介した獲得的レジリエンスへの間接効果が示された。これらのことから、仮説2は支持されたとと言える。

資質的レジリエンスの3因子を概観すると、ストレスフルな状況でも落ち込まず、肯定的に

とらえようとする態度と解釈される。そのような自分への信頼感は、周囲の人からのソーシャル・サポートが関連しているものと考えられる。先行研究でも、自己肯定感及び他者肯定感とソーシャル・サポート認知との関連性があることが示されている（細田・田嶋，2009）ことから、困っているときに具体的な援助を提供してもらえするという認識が、楽観性や社交性といった資質的レジリエンスを高めることが示唆されたと考える。

なお、「友人・知人サポート」については、親とのつながりを維持しつつ、サポート認知が拡大・進化したもの（福岡，2016¹⁶⁾）と考えられる。また、「父親サポート」については、細田・田嶋（2009）は、父親からのサポートの期待とつながりが、自己への肯定感と一般他者への肯定感につながることを示唆している。これらの理由から、本研究でも「友人・知人サポート」「父親サポート」からの影響が、示されたと考えられる。

最後に、本研究における課題について述べる。1つ目は使用尺度についてである。本研究で使用了学生用ソーシャル・サポート尺度（久田ら，1989）は、多くの項目で天井効果がみられた。このことが、分析結果に影響を及ぼした可能性がありうる。さらに詳細な調査の必要性があると考ええる。

二つ目は、本研究は横断的な研究のため、ソーシャルスキル及びソーシャル・サポートとレジリエンスの因果関係について、明確に言及できない点である。今後は、SST や SSE を実践し、その効果を検証する縦断的な研究の実施が望まれる。

引用文献

- 1) 石毛みどり・武藤隆（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 ―受験期の学業場面に着目して― 教育心理学研究, 53, 356-367
- 2) 小塩真司・中谷素之・金子一史・長峰伸（2002） ネガティブな出来事からの立ち直りを導く心理特性―精神的回復力尺度の作成― カウンセリング研究, 35, 57-65
- 3) 齋藤和貴・岡安孝弘（2014） 大学生のソーシャルスキルと自尊感情がレジリエンスに及ぼす影響 健康心理学研究 27, 1, 12-19
- 4) 光浪睦美・小石寛文（2015） 養育態度がレジリエンスに及ぼす影響（1）―大学生を対象に― 人間文化 H&S, 38
- 5) 中村直美（2018） 大学生における他者への愛着とレジリエンスとの関連について ―女子大学生を対象とした検討― 東京家政大学臨床相談センター紀要, 19, 17-30
- 6) 林麻由・前田陽子・小林勝年・浅川潔司（2012） 友人関係のあり方と自己愛が大学生のレジリエンスに与える影響 発達心理臨床研究 18
- 7) 平野真理（2016） 子どものレジリエンスと大人のレジリエンス―回復力を構成する要因を巡って― 児童心理, 1, 43-48
- 8) 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, 2, 94-106
- 9) 相川充（1996） 社会的スキルという概念 相川充・津村俊允（編） 社会的スキルと対人関係 1―自己表現を援助する― 誠信書房, 3-21

- 10) 相川充・藤田正美 (2005) 成人用ソーシャルスキル自己評定尺度の構成 渡橋学芸大学紀要第1部門 56, 87-93
- 11) 小林朋子・渡辺弥生 (2017) ソーシャルスキル・トレーニングが中学生のレジリエンスに与える影響について 教育心理学研究 65, 295-304
- 12) 久田満・千田茂博・箕口雅博 (1989) 学生用ソーシャル・サポート尺度作成の試み (1) 日本社会心理学会第30回大会発表論文集 143-144
- 13) 細田絢・田寫誠一 (2009) 中学生におけるソーシャル・サポートと自他への肯定感に関する研究 教育心理学研究 57, 309-323
- 14) 大坪岳 (2017) 青年期のコミュニケーション・スキルとソーシャル・サポートがレジリエンスに及ぼす影響 追手門学院大学心理学論集 25, 13-25
- 15) 武蔵由佳 (2012) 大学生におけるソーシャルスキルと大学適応との関連 盛岡大学紀要 29, 57-64
- 16) 福岡欣治 (2016) 高校生と大学生のソーシャル・サポート —発達の差異の考察— 川崎医療福祉学会誌 26, 1, 97-104

Abstract

Resilience is a psychological trait that maintains or even restores mental health in stressful situations. Thus, research on how resilience develops is important. Among the various factors that lead to diligence, it is shown that there are “qualitative resilience” factors that are strongly related to the temperament a person is born with and “acquisitive resilience” factors that are easily acquired. In this study, we examine the resilience of adolescence. Social skills and social support were used as factors to promote “acquisitive resilience” and the effects on resilience were examined. As a result of the path analysis, we saw that social skills have an influence on the ability to “acquisitive resilience”. Meanwhile, social support has an influence on “qualitative resilience” and further suggests an indirect effect on “acquisitive resilience” through “qualitative resilience”.

Keywords : Resilience, social skills, social port, female university students