

# レジリエンスの資質的・獲得的側面の理解にむけた系統的レビュー

平野 真理\*・梅原 沙衣加\*\*

(平成29年12月9日査読受理日)

## A systematic review to understand the innate and acquired aspects of resilience

HIRANO, Mari UMEBARA, Saika  
(Accepted for publication 9 December 2017)

### 要約

レジリエンス(精神的回復力)を導く要因の中には、個人がもともと持っている特性要因もあれば、発達の中で身につけていく要因もある。そうしたレジリエンスの二側面を測定する尺度である二次元レジリエンス要因尺度を用いた研究のレビューおよび数量的データの要約から、レジリエンスの資質的側面(資質)・獲得的側面(獲得)の特徴を検討した。抽出された30の研究から、年代ごとの平均点の特徴、他の変数との関連、介入による変化特徴、因子構造について検討を行ったところ、(1)資質・獲得が年齢とともに高まる傾向、(2)パーソナリティおよびネガティブ・ポジティブ状態との関連に資質・獲得で差がないこと、(3)能動的態度や肯定的自己評価は資質と関連が強いこと、(4)ライフイベントや対人サポートは獲得と関連が強いこと、が見出された。

### Abstract

Among the factors that lead resilience, there are some characteristic factors that individuals naturally possess, as well as factors they acquire during development. We reviewed the characteristics of the innate and acquired aspects of resilience from a systematic review of research using the Bidimensional Resilience Scale and a summary of quantitative data, which is a tool for measuring two aspects of such resilience. From the 30 studies selected, we examined the characteristics of the average point for each age, the relationship with other variables, the change to characteristics through the intervention, and the factor structure. We found: (1) The tendency of innate and acquired resilience to increase with age, (2) there is no difference in innate / acquired resilience in relation to personality and negative / positive state, (3) active attitude and positive self-evaluation are strongly related to innate resilience, (4) acquired resilience from life events and interpersonal support were found to be strongly related.

キーワード：レジリエンス，資質的，獲得的，尺度

Key words : resilience, innate, acquired, scale

### 1. 問題と目的

レジリエンス(resilience)とは、「困難で脅威的な状況にもかかわらず、うまく適応する能力・過程・結果」<sup>1)</sup>であり、ストレスに対する個人の心理的な適応力を説明する概念として注目されている。心理的な強さを表す概念は、レジリエンスの他にも様々なものがある。例えばレジリエ

ンスと同じように、ストレスに直面しても精神的健康が保たれる力を指すハーディネス概念<sup>2)</sup>や、ストレスに対処できる力を指すコーピング概念<sup>3)</sup>などが挙げられよう。レジリエンスはこれらの近接概念と重なる部分を持つが、ハーディネスが示すようなストレスへの防御力というよりも、ストレスをうけた後の適応や回復力の方に重点をあてた概念であり、また、コーピングには含まれないような非意図的な対処も含むという特徴がある。とりわけレジリエンス研究は、深刻な逆境におかれても心理的適応を保つことができた人々を対象に研究が進められてきたという背景

\* 東京家政大学人文学部心理カウンセリング学科

\*\* 東京家政大学人文学部心理カウンセリング学科  
(旧所属)

から、「逆境・ストレス状況」「適応あるいは回復」という2つのポイントがレジリエンス概念の本質とされる。

レジリエンス研究には、レジリエンスを個人の能力と捉える立場と、環境との相互作用プロセスと捉える立場という大きな2つの流れがあり、そのことが、冒頭に述べた定義に含まれる「能力・過程・結果」という一見異なるニュアンスの語の並列につながっている。心理学における初期のレジリエンス研究の多くは、レジリエンスを個人の能力として捉えようとした研究である。家庭環境や居住環境に深刻なリスクを抱えたような子どもたちの多くは、心理的な不適応を抱える可能性が大きいですが、それにも関わらず一定数の子どもたちは非常によい適応を示すことに注目し、そうした子どもたちがレジリエンス能力を有する子どもとして研究の対象になった。その後、様々なリスク・逆境状況での調査が積み重ねられ、それぞれのフィールドでよく適応した子どもや成人が有していた要素、すなわち「レジリエンス要因」が次々と明らかにされた。こうしたレジリエンス要因には、個人が内的に有している要因（例えば楽観性など）もあれば、個人の外から与えられる要因（環境要因）もあり、どのレジリエンス要因が実際にその個人のレジリエンスを導くかは、人によって異なることも明らかになってきた<sup>4)</sup>。

レジリエンス要因についての知見が積み重ねられるとともに、レジリエンス要因をどの程度有しているかを測定する尺度が開発されるようになった。しかしながら、すでに見出されてきたレジリエンス要因は多岐にわたり、どこまでを本質的なレジリエンス要因とみなすかは研究者によって見解が分かれるところでもあったため、尺度についても研究者あるいは研究フィールドごとに、異なるものが開発されることとなった。現在も英語のものだけで15種類以上の尺度が使われている<sup>5)</sup>。また、レジリエンス要因は文化によって異なるため、日本においては日本独自のレジリエンス尺度が多数開発され、併存している状況である<sup>6)</sup>。

そうした状況の中で、平野<sup>7)</sup>は、多様なレジリエンス要因の中から、持って生まれた気質と関連の強い「資質的要因」と発達の身に付きやすい「獲得的要因」を分けて捉える二次元レジリエンス要因尺度を開発した。下位尺度である資質的レジリエンスは4因子（楽観性、統御力、社交性、行動力）、獲得的レジリエンスは3因子（問題解決志向、自己理解、他者心理の理解）から構成されている（表1）。この尺度は、Cloningerら<sup>8)</sup>の気質-性格モデルに基づいて作られ、資質的レジリエンスと獲得的レジリエンスはそれぞれTemperament Character Inventory日本語版<sup>9)</sup>の「気質」（生得的な側面）と「性格」（後天的な側面）と関連していることが確認されている。ただし資質的要因は、気質と関連しているとはいえ、後天的に身につけられないわけではない。また、資質的要因によって導か

れるレジリエンスと獲得的要因によって導かれるレジリエンスは、同等に扱ってよいものではなく、それぞれレジリエンスの異なる側面を表していることが推測される。しかしながら資質的・獲得的レジリエンスがそれぞれどのような特徴を持っているかについての知見はまだ少なく、今後尺度を幅広く活用していくためにも、種々の変数との関係からその特徴を明らかにしていく必要がある。

そこで本研究は、二次元レジリエンス要因尺度を用いて行われた調査研究のレビューを行い、各研究で示されている記述統計量の要約、および数値的特徴の比較検討を行うことにより、レジリエンスの資質的要因と獲得的要因についての理解を深めることを目的とする。

表1 二次元レジリエンス要因尺度の内容（平野，2010）

資質的レジリエンス要因		関連する気質 (TCI)
<b>楽観性</b>	将来に対して不安を持たず、肯定的な期待を持って行動できる力。	不安の少なさ、新しい行動の起こしやすさ
<b>統御力</b>	もともと衝動性や不安が少なく、ネガティブな感情や生理的な体調に振り回されずにコントロールできる力。	衝動性の少なさ、不安の少なさ
<b>社交性</b>	もともと見知らぬ他者に対する不安や恐怖が少なく、他者との関わりを好み、コミュニケーションを取れる力。	見知らぬ他者への恐怖の少なさ、他者への愛着
<b>行動力</b>	もともと積極性と忍耐力によって、目標や意欲を持ち、それを努力して実行できる力。	忍耐力、新しい行動の起こしやすさ、不安の少なさ
獲得的レジリエンス要因		関連する発達 (TCI)
<b>問題解決志向</b>	状況を改善するために、問題を積極的に解決しようとする意志を持ち、解決方法を学ぼうとする力。	自分の意思による行動、人生の満足度の高まり
<b>自己理解</b>	自分の考えや、自分自身について理解・把握し、自分の特性に合った目標設定や行動ができる力。	自分の意思による目標設定
<b>他者心理の理解</b>	他者の心理を認知的に理解、もしくは受容する力。	他者と同一化する能力、人生の満足度の高まり

## 2. 方法

インターネット上の論文検索システム Google Scholar, CiNii, および Google 検索を用いて「二次元レジリエンス要因」「BRS」「資質的レジリエンス」「獲得的レジリエンス」の語による文献の検索および、平野<sup>7)</sup>を引用している論文を検索した上で、必要な研究を抽出した。抽出の基準として、(1) 専門誌論文、紀要論文、学会発表抄録、学位論文、報告書のいずれかであること、(2) 二次元レジリエンス要因尺度を調査に用いた論文であること、(3) 学会発表の場合はすでに抽出された論文と内容の重複がないこととした結果、30の研究が抽出された。各研究の概要を表2に示す。加えて数量的検討を深めるために、平野<sup>10)</sup>に掲載されている基礎統計量のデータも用いた。

表2 対象となった研究の概要

著者	発行年	論文種別	対象	n	Age	SD
① 平野	2011	専門誌	中高生	662	-	-
			中高生双生児	112	-	-
② 平野	2012	専門誌	大学生	57	18.7	0.52
③ 平野	2012	専門誌	一般	435	20.7	4.05
④ Kitamura et al.	2013	専門誌	市職員	72	38.1	9.00
⑤ 伊庭・幸田	2014	紀要論文	大学生	311	-	-
⑥ 佐々木・備前	2014	紀要論文	大学生	285	18.6	-
⑦ 関口	2014	学位論文	身体活動を行う大学生	254	19.8	1.25
⑧ 高口ほか	2014	専門誌	新人看護師	1,684	-	-
⑨ 鈴木ほか	2014	学会発表	高校生	152	-	-
⑩ 羽賀・石津	2014	紀要論文	大学生	173	18.7	-
⑪ 中島ほか	2015	専門誌	大学生	7	19.8	-
⑫ 平野ほか	2015	学会発表	一般成人	300	34.9	-
⑬ 大塚・萩嶺	2015	報告書	中学生	58	-	-
⑭ 久保ほか	2015	紀要論文	高校生	213	16.3	0.58
⑮ 中村・川口	2015	専門誌	大学生	185	19.7	1.38
			社会人	184	37.2	9.56
⑯ 菖蒲	2015	紀要論文	大学生	196	20.7	1.33
⑰ 青柳・上長	2015	紀要論文	大学生	274	19.7	-
⑱ 藤沢ほか	2015	紀要論文	大学生	13	-	-
⑲ 中山	2016	紀要論文	大学生	92	-	-
⑳ Mitsuishi et al.	2016	専門誌	大学生	32	-	-
㉑ 平野	2016	学会発表	女子大学生	103	-	-
㉒ 白樫・矢入	2016	学会発表	一般成人	110	-	-
㉓ 山口	2016	報告書	小学6年生	23	-	-
㉔ 松木・齊藤	2016	紀要論文	男子大学生	78	19.44	1.11
			女子大学生	62		
㉕ 備前・佐々木	2016	紀要論文	60歳以上	954	-	-
㉖ 全国ひきこもり 家族会連合会	2016	報告書	引きこもり家族会メンバー	85	35.6	7.56
㉗ 宮岡	2016	紀要論文	中年女性	295	47.3	5.31
			うつ病通院中年女性	51	49.7	5.10
㉘ 岐部ほか	2016	学会発表	高校生	88	-	-
㉙ 榎本ほか	2017	紀要論文	スポーツ経験がある大学生	175	21.4	1.26
㉚ 上野ほか	2017	学会発表	一般成人	5,143	49.6	10.76

### 3. 結果と考察

#### 3.1 資質的・獲得的レジリエンス得点の特徴

下位尺度である資質的・獲得的レジリエンスの平均得点が掲載されていた12調査および平野<sup>10)</sup>に掲載のデータから得られた、属性の異なる各集団の資質的・獲得的レジリエンス項目平均点をFigure 1に示した。○で示す数字は論文番号であるため、各調査のサンプルサイズについては表2を参照されたい。なお、因子ではなく特定の項目の統計量のみが示されていたものについては、要約から除外した<sup>11)</sup>。

さらに、各調査の統計量を集約し、年代ごとの項目平均点を計算したものがFigure 2である。グラフからは、資質的レジリエンスについても獲得的レジリエンスについても、年齢が上がるにしたがって、ある程度得点が緩やかに上昇していることが読み取れる。

#### 3.2 資質的・獲得的レジリエンスと他の変数との関連

各調査の中で示されていた、資質的・獲得的レジリエンスもしくはレジリエンス総合得点と、そのほかの変数との相関係数を、変数の性質ごとに分類し表3に整理した。なお相関係数が示さないものについても、分散分析等を通して当該変数との関連性が示されていたものについては検討に含めることとした。以下に、各変数との関連を資質的レジリエンス（以下、資質と表記）と獲得的レジリエンス（以下、獲得と表記）を比較しながら見ていく。

##### (1) パーソナリティ

パーソナリティについては、最も全般的な尺度である性格5因子モデルとの相関係数が示されていた<sup>12)</sup>。資質・獲得ともに、5因子全てにおいて中程度の相関がみられており、資質と獲得の違いを読み取ることはできなかった。

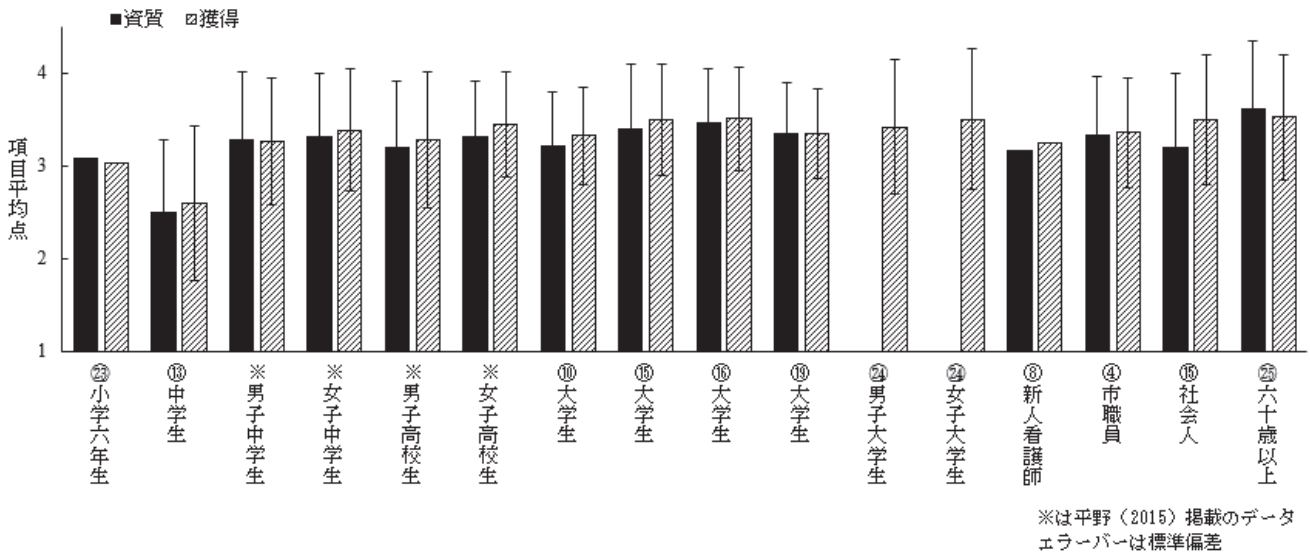


Figure 1 各調査の資質的・獲得的レジリエンスの項目平均点

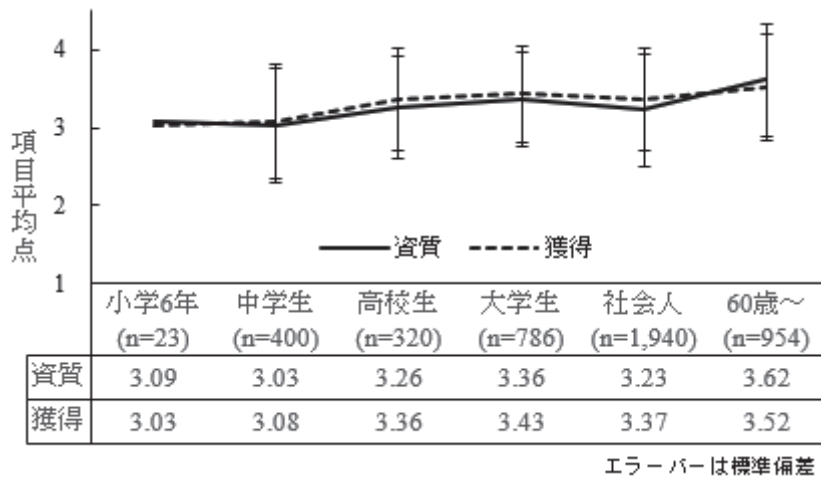


Figure 2 各年代の資質的・獲得的レジリエンスの項目平均点

より気質的なパーソナリティである BIS (行動抑制系; 特性不安の基盤となる気質傾向) および BAS (行動賦活系; 衝動性の基盤となる気質傾向) との関連においても、資質と獲得に大きな違いは示されていない<sup>13)</sup>。その中で、心理的敏感さについては獲得よりも資質の方が強い相関が示されていた<sup>14)</sup>。しかしながら敏感さをパーソナリティと考えるかどうかについては議論の余地があるだろう。

したがってレジリエンスは、資質の側面も獲得的側面も含めて、いわゆる全般的なパーソナリティ特性と相関があるといえる。

## (2) 態度・志向性

態度や志向性との関連を検討した研究は、働くことに関するものと、それ以外のものとに大別できた。働くことに関しては、就労へのモチベーションおよび転職・退職があったが、就労へのモチベーションについてはすべての因子において資質と正の関連が見られたのに対し、獲得とはひと

つの因子を除いて関連が見られなかった<sup>13)</sup>。転職・退職希望については、資質の「統御力」「行動力」および獲得の「問題解決志向」との関連がみられていた<sup>15)</sup>。

働くこと以外の変数では、高校生における自律的動機付けについては資質と獲得を分けずに関連が検討されており、中程度の相関が示されていた<sup>16)</sup>。自殺に対する許容・理解度と資質に正の関連が見られていたのに対して獲得とは関連が見られなかった<sup>17)</sup>。加えて、集団への参加性についても関連は見られていなかった<sup>18)</sup>。しかしながら、読書における感情移入傾向との関連については、資質ではなく獲得との関連が見られていた<sup>19)</sup>。

これらの結果からは、動機づけ、意志、志向といった自分の価値観を強く持つような能動的な態度については、獲得的レジリエンスよりも資質的レジリエンスと関連が強いことが推測される。ただし、他者に対する共感性についてはむしろ獲得との関連が読み取れる。

表3 資質的・獲得的レジリエンスと他の変数との相関係数もしくは関連

文献	変数	相関係数もしくは関連の有無		文献	変数	相関係数もしくは関連の有無	
		資質	獲得			資質	獲得
<b>パーソナリティ</b>				<b>環境</b>			
③	心理的敏感さ	-0.37	-0.11	⑭	ソーシャルサポート		.30
	神経症傾向 (Big5)	-0.52	-0.41		家族からの受容的サポート	<i>n.s.</i>	.23 [他者心理]
	外向性 (Big5)	.62	.52		家族からの気分転換サポート	<i>n.s.</i>	.24 [問題解決]
④	解放性 (Big5)	.58	.56	⑮	友人からの気分転換サポート	<i>n.s.</i>	.28 [問題解決] .28 [自己理解] .23 [他者心理]
	誠実性 (Big5)	.66	.61	⑯	学校適応感 (教師サポート)	.53 [社交性]	.42 [問題解決]
	協調性 (Big5)	.50	.50	⑰	校風の自主性	○ [行動力]	×
	BIS	●	●	⑱	校風とのマッチ	×	○ [他者心理]
⑮	BAS	○	○	⑳	労働の過重状況	-0.23	-0.16
<b>態度・志向性</b>				<b>うつ・不安</b>			
	転職希望の有無	○ [統御力] ○ [行動力]	△	㉑	ストレス反応	●	<i>n.s.</i>
⑧	退職希望の有無	○ [統御力] ○ [行動力]	○ [問題解決]	㉒	ストレス反応	●	●
	就業動機 (探索志向)	○	×	㉓	ストレス反応	-0.36	-0.39
	就業動機 (対人志向)	○	○	㉔	抑うつ	-0.37/-0.38	-0.43/-0.41
⑮	就業動機 (上位志向)	○	×	㉕	疲労度	-0.24	-0.25
	就業動機 (挑戦志向)	○	×	㉖	K10(うつ・不安)	-0.20	-0.20
⑥	自殺に対する許容度・理解度	○	<i>n.s.</i>	㉗	うつ症状	●	●
⑪	小集団活動への参加態度		×	㉘	特性不安	-0.43	<i>n.s.</i>
⑰	感情移入	×	○	㉙	希死念慮の有無	○	○
⑭	自律的動機づけ		.32	㉚	希死念慮の有無	○	×
<b>経験</b>				<b>適応・ポジティブ指標</b>			
	ポジティブライフイベント (達成領域)	<i>n.s.</i>	<i>n.s.</i>	⑭	自己決定感		.49
②	ポジティブライフイベント (対人領域)	<i>n.s.</i>	.26		有能感		.46
⑳	スポーツ経験	×	×	⑰	成長感	.49	<i>n.s.</i>
㉑	年齢 (60-80歳代)	×	○ [自己理解]		保育者効力感	.47	.57
㉒	年齢 (20-60歳代)	○	○	⑳	スポーツ成長感	.56	.25
				㉑	心理的適応感	.47	.32
					学校適応感 (生活満足感)	.44 [楽観性]	<i>n.s.</i>
				㉒	学校適応感 (向社会性スキル)	.49 [楽観性] .49 [社会性] .65 [行動力]	.80 [問題解決]
				㉓	唾液中の分泌型免疫グロブリンA	×	○

○：正の関連あり、●：負の関連あり、  
△：項目の一部に正の関連あり、×関連なし

### (3) 経験

経験に関する変数としては、ライフイベントやスポーツ経験、および年齢との関連を見た研究があった。ポジティブなライフイベントとレジリエンスの相関は、対人領域のポジティブライフイベントと獲得との間にのみ弱い正の相関が見られ、あとは関連が見られなかった<sup>20)</sup>。

また、スポーツ経験の有無もレジリエンスとの関連は見られなかった<sup>21)</sup>。一方、年齢とレジリエンスには関連が示されており、20-60歳代では資質・獲得ともに正の関連<sup>22)</sup>、60-80歳代では獲得のみが正の関連を示していた<sup>21)</sup>。

したがって、ライフイベントのような非日常体験や特別な経験の有無はレジリエンスと比較的関連が弱いようであるが、資質と獲得を比較してみると、そうした経験は獲得的レジリエンスの方が関連しやすい傾向がうかがえた。

### (4) 環境

環境については、主に周囲からのサポートの有無と、環境の特徴についての変数が挙げられた。まずサポートについてであるが、高校生を対象とした研究では資質と獲得を分けた検討がされていなかったが、総合して正の相関が見られていた<sup>16)</sup>。次に、大学生を対象とした研究では、家族からの受容的/気分転換サポート、友人からの気分転換サポートのすべてにおいて、資質とは関連が見られず、獲得とのみ正の相関が示されていた<sup>23)</sup>。一方小学生を対象とした研究では、教師からのサポートは資質・獲得ともに正の相関を示していた<sup>24)</sup>。しかしこの研究はサンプルサイズが小さいため信頼性は低いといえるだろう。

次に環境特徴であるが、高校時代の学校環境を調査した研究においては学校の校風のあり方は資質と、校風と自身

のマッチは獲得と関連が見られていた<sup>25)</sup>。また社会人を対象として労働の荷重状況との関連を見たものでは、資質・獲得ともに弱い負の相関が示されていた。

これらのことから、特に対人サポート環境は資質よりも獲得的レジリエンスと関連がある傾向が見て取れる一方で、場としての環境特徴についてはまた異なる関連がありそうである。

### (5) うつ・不安

うつや不安といった精神症状やネガティブな心理状態との関連については、疲労やストレス反応 (SRS 尺度) といった比較的軽度の変数から、精神症状 (K10) や希死念慮といった深刻な変数までの広い知見が集められた。そのうち2つの報告では、ストレス反応 (大学生) と希死念慮の有無 (60歳以上) が資質のみと関連することが示されていたが<sup>17) 26)</sup>、その他の多くの報告においては、ストレス反応や抑うつの指標は資質・獲得ともに弱い～中程度の負の相関が示されていた<sup>12) 14) 27) 28) 29)</sup>。一方で、特性不安という比較的軽度というよりもパーソナリティに近い不安指標に関しては、資質との相関が中程度あるにもかかわらず、獲得との有意な相関が示されていなかった。

すなわち、ネガティブな心理症状はレジリエンス全般と負の関連があるが、ネガティブな特性については獲得的レジリエンスとあまり関係がない可能性があると考えられる。

### (6) 適応・ポジティブ指標

適応指標やポジティブな心理特徴をあらわす変数については、効力感、成長感、環境に対する適応感に分けられた。効力感には職務上の効力感や有能感があつたが、いずれも資質・獲得の合計点と中程度の関連が見られた<sup>16) 30)</sup>。次に成長感については、実習を経ての成長感についても、スポーツ経験を通しての成長感についても、資質と中程度の正の相関があつたのに対して獲得とは相関が小さいもしくは見られなかった<sup>21) 30)</sup>。適応感については、「向社会性スキル」については資質・獲得ともに中程度以上の正の相関が示され、特に獲得とは.80と非常に高い相関が示されていたが、「生活満足感」については資質のみとの相関が示されていた<sup>20) 24)</sup>。また、免疫機能の指標であるグロブリン A という生理指標との関連を検討した研究もあつたが、こちらは獲得とのみ関連が見られていた<sup>27)</sup>。

これらの知見からは、レジリエンスは全般的にポジティブな心理状態と正の関連があるが、成長感や満足感といった自分の状態に対する肯定的評価については獲得的レジリエンスよりも資質的レジリエンスの方が強く関連する傾向が示唆された。

### (7) その他

その他には、レジリエンスが、ボランティア活動やフロー体験といった活動の体験の仕方に影響するか検討した研究<sup>31) 32)</sup>や、レジリエンス尺度と描画特徴の関連を検討する研究<sup>33)</sup>が行われていた。

なお、二次元レジリエンス要因尺度と他の尺度項目とを混合して用いているものについては検討から除外した<sup>34)</sup>。

## 3.3 介入効果研究における資質的・獲得的レジリエンスの変化

次に、何らかの教育的介入を行った効果検討の指標として二次元レジリエンス要因尺度を用いている研究を表4にまとめた。5つの研究が抽出されたがそのうち4つが小学校～高校における学校実践であり、一つは成人を対象とした心理的介入アプリの効果研究であつた<sup>35)</sup>。いずれの研究においても、介入前後でレジリエンス得点の向上が示されていた。尺度得点を資質・獲得にわけずに全体得点としてまとめていた研究もあつたため<sup>36) 37)</sup>、資質と獲得の変化を比較することが難しいが、因子レベルでは2つの研究に共通して「楽観性」「社交性」の向上が見られていた<sup>24) 38)</sup>。

表4 二次元レジリエンス要因尺度による介入の評価

文献	介入内容	対象	結果
⑨	レジリエンス教育の効果	高校1年生76名 高校3年生76名	全体得点の向上
⑫	レジリエンスの自己認識を目的としたアプリの効果	成人150名 (統制群150名)	実施群・統制群ともに全体得点が向上。ただしもともとレジリエンス得点の高い統制群は低下。
⑬	技術・家庭科の授業 (アプリ開発) 効果	中学2年生58名	「楽観性」「他者心理の理解」「社交性」「行動力」が向上
⑳	心理教育プログラムの効果	小学6年生23名	「楽観性」「社交性」が向上
㉔	レジリエンス教育の効果	高校1年生88名	全体得点の向上

## 3.4 尺度の因子構造の再検討

最後に、二次元レジリエンス要因尺度の因子構造の再検討を試みた研究を表5にまとめた。オリジナル尺度は、大学生～若年社会人への調査から開発されているが、今回因子構造の再検討を行っている対象は、中高生、大学生、高校生であつた。まず中高生を対象にした検討では、確認的因子分析を用いてオリジナルと同じ7因子構造の妥当性が示されていた<sup>39)</sup>。高校生を対象に探索的因子分析を行った研究では、5因子構造が示され、オリジナルの中の「統御力」と「自己理解」の因子がうまく抽出されていなかった<sup>31)</sup>。同じく大学生を対象に探索的因子分析を行った研究では、4因子構造が示され、「統御力」「行動力」が合わさつ

て「忍耐力」となり、「自己理解」と「他者心理の理解」が合わさって「自他の理解」となっていた<sup>40)</sup>。いずれの研究においても、オリジナルとは異なる因子構造が見られてはいるものの、その因子内容に大きな解離はないと考えられた。

表5 二次元レジリエンス要因尺度の因子分析

文献	対象	n	分析	因子構造
①	中高生	662	確認的	7因子構造 楽観性、統御力、 社交性、行動力、 問題解決志向、 自己理解、 他者心理の理解
⑭	高校生	213	探索的	5因子構造 行動力、社交性、 楽観性、問題解決志 向、他者心理の理解
⑤	大学生	311	探索的	4因子構造 社交性、自他の理解、 忍耐力、楽観性

#### 4. 総合考察

##### 4.1 資質的・獲得的要因の理解

レビューの結果から、資質的・獲得的レジリエンスについていくつかの特徴を見出すことができた。

第1に、資質的レジリエンスについても獲得的レジリエンスについても、年齢が上がるにつれて、得点はある程度緩やかに上昇していく可能性がある。資質と獲得という観点で捉えたとき、資質は年齢を重ねても変化せず、獲得は上昇していくことが予想されやすい。しかしながら、年齢を重ねる中で、自らの中の資質に気づいていたり、資質が発揮できるようになったりすることで、資質的レジリエンスは上昇していくのだと考えられよう。

第2に、パーソナリティ、およびネガティブ・ポジティブな心理状態（症状）については、いずれもレジリエンスと相関が確認され、資質と獲得に差は見られなかった。レジリエンスとBig5に相関があることや、ネガティブ特性との関連は先行知見においても示されており<sup>41)</sup>、そもそもネガティブ・ポジティブ特性とレジリエンスとの関連があることは概念的にも妥当である。そうしたレジリエンスの基本的特徴については、資質的レジリエンスも獲得的レジリエンスも同じように有していると理解できる。

第3に、動機づけ・意志といった自分の価値観に基づく態度、および成長感・満足感といった自分の状態に対する評価については獲得よりも資質との関連が強かった。このことは、問題への能動的な態度や、自分に対する肯定的評価は、もともと資質的な要因を有しているこそ可能になるのではないかと理解できる。

第4に、非日常体験・特別な経験や、対人サポートといった環境、あるいは共感性については、資質よりも獲得との

関連が強かった。これらは上記のような能動的な態度とは対照的に、受動的な体験を甘受する力であると言える。つまり、こうした外からのサポートや体験を自分の中に取り入れることと、獲得的レジリエンスには関連があることが推察される。

##### 4.2 今後の展望

本稿では、二次元レジリエンス要因尺度を用いた研究の数量的限界から、数量的検討については最低限にとどまった。今後さらに本尺度を用いた研究知見が蓄積されることで、より詳細なメタ分析につなげていけることが望まれる。資質的レジリエンス・獲得的レジリエンスの特徴が明らかになることで、レジリエンス概念をより臨床的に活用していく手掛かりになると考える。

##### 参考文献

- 1) Masten, A. S., Best, K. M., & Garmezy, N. (1990). Resilience and development: Contributions from the study of children who overcome adversity. *Development and Psychopathology*, 2, 425-444.
- 2) Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37, 1-11.
- 3) Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer Publishing Company.
- 4) Grotberg, E. H. (2003). What is resilience? How do you promote it? How do you use it?, In Grotberg, E. H. (Ed.), *Resilience for today: Gaining strength from adversity* (2nd ed.). (pp.1-29). Westport: Praeger Publishers.
- 5) Windle, G., Bennett, K. M., & Noyes, J. (2011). A methodological review of resilience measurement scales. *Health and Quality of Life Outcomes*, 9, 8.
- 6) 小塩真司 (2016). レジリエンスの構成要素—尺度の因子内容から. *児童心理*, 1015, 21-27.
- 7) 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.
- 8) Cloninger, C.R., Svrakic, D.M., & Przybeck, T.R. (1993). A psychobiological model of temperament and character. *Archives of General Psychiatry*, 50, 975-990.
- 9) 木島伸彦・斎藤令衣・竹内美香・吉野相英・大野裕・加藤元一郎・北村俊則 (1996). Cloningerの気質と性格の7次元モデルおよび日本語版 Temperament and Character Inventory (TCI) 精神科診断学, 7,

- 379-399.
- 10) 平野真理 (2015). レジリエンスは身につけられるか—個人差に応じた心のサポートのために— 東京大学出版会
  - 11) 特定非営利活動法人全国ひきこもり家族会連合会 (2016). ひきこもりの実態に関するアンケート調査報告書 厚生労働省平成 27 年度生活困窮者就労準備支援事業費等補助金社旗福祉推進事業
  - 12) Kitamura, H., Shindo, M, Tachibana, A., Honma, H., & Someya, T. (2013). Personality and Resilience Associated with Perceived Fatigue of Local Government Employees Responding to Disasters. *Journal of occupational health*, 55, 1-5.
  - 13) 中村紘子・川口 潤 (2015). 就業動機に BIS/BAS およびレジリエンスがあたえる影響—工業系大学生および社会人による検討— 人間環境学研究, 13 (1), 87-94.
  - 14) 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 —もともとの「弱さ」を後天的に補えるか— 教育心理学研究, 60, 343-354.
  - 15) 高口みさき・伊藤やよい・渡邊裕之・森田吉子 (2014). 新人看護職員の職業継続に影響する要因—二次元レジリエンス要因尺度」を使用した 1684 名の調査から— 看護管理, 24, 282-288.
  - 16) 久保 勝利・西岡 伸紀・鬼頭 英明 (2015). 高校生における自律的動機づけとレジリエンスとの関連—自己決定理論の援用の可能性—, 兵庫教育大学学校教育研究, 27, 31-39.
  - 17) 佐々木久長・備前由紀子 (2014). 大学生の希死念慮・自殺に対する許容度・理解度と二次元レジリエンス要因尺度得点の比較 秋田大学大学院医学系研究科保健学専攻紀要, 22 (2), 129-136.
  - 18) 中島佳緒里・竹内貴子・服部美穂・加藤広美・奥村潤子 (2015). レジリエンスによる回復性と小集団活動の参加態度, 日本災害看護学会, 16 (3), 22-31.
  - 19) 青柳ゆきの・上長 然 (2015). 読書は大学生の「心理サポート」となるか 佐賀大学文化教育学部研究論文集, 20 (1), 25-32.
  - 20) 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.
  - 21) 榎本恭介・荒井弘和・吉村浩一・金城 光 (2017). スポーツ経験と資質的・獲得的レジリエンスとの関連, 法政大学スポーツ研究センター紀要, 35, 11-14.
  - 22) 上野雄己・平野真理・小塩真司 (2017). 日本人成人におけるレジリエンスと年齢との関連 第 30 回日本健康心理学会
  - 23) 松木太郎・齊藤 誠一 (2016). 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 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.
  - 24) 山口繁弥 (2016). 小学校高学年におけるレジリエンスを育てる指導—人間関係づくりを中心としたプログラムの実践をとおして—, 青森県総合学校教育センター研究紀要 [http://kenkyu.edu-c.pref.aomori.jp/?action=cabinet\\_action\\_main\\_download&block\\_id=1102&room\\_id=1&cabinet\\_id=3&file\\_id=17&upload\\_id=53](http://kenkyu.edu-c.pref.aomori.jp/?action=cabinet_action_main_download&block_id=1102&room_id=1&cabinet_id=3&file_id=17&upload_id=53) (2017.9.27.9:50)
  - 25) 菖蒲知佳 (2015). 学校環境と個人の特質との適合とレジリエンスの関連—高等学校における自主性を重視する学校風土に着目し— お茶の水大学心理臨床センター紀要, 16, 35-44.
  - 26) 備前由紀子・佐々木久長 (2016). 高齢者における希死念慮と二次元レジリエンス要因との関連 秋田大学大学院医学系研究科保健学専攻紀要, 24 (1), 53-65.
  - 27) Mitsuishi, H., Endo, A., Ishiwata, T., & Oishi, K. (2016). The effects of resilience on subjective stress response and salivary secretory immunoglobulin A in university students. *The Journal of Physical Fitness and Sports Medicine*, 5 (4), 319-327.
  - 28) 羽賀祥太・石津憲一郎 (2014). 個人的要因と環境的要因がレジリエンスに与える影響 富山大学人間発達科学研究実践総合センター紀要, 8 (30), 7-12.
  - 29) 宮 岡 佳 子 (2016). Impact of the Resilience to Menopausal and Depressive Symptoms among Middle-aged Women. 跡見学園女子大学文学部紀要, 51, 101-110.
  - 30) 中山 真 (2016). 教育・保育実習による保育者効力感の変化に二次元レジリエンスが及ぼす影響 鈴鹿大学短期大学部紀要, 36, 125-133.
  - 31) 藤沢美穂・氏家真梨子・畠山秀樹 (2015). 医療系大学生の被災地での臨床心理学的地域援助体験 岩手医科大学教養教育研究年報, 50, 53-66.
  - 32) 関口恭輔 (2014). 身体活動をしている人のフロー体験について, 平成 25 年度目白大学修士論文.
  - 33) 平野真理 (2016). 雨中人物画に投影されるレジリエンスの検討—投影されるコーピングとの比較を通して— 教育心理学会第 58 回大会, 539.
  - 34) 白樫陽太郎・矢入郁子 (2016). ウェアラブルデバイスと心理尺度を組み合わせたリハビリ支援の研究 第 30 回人口知能学会 <https://kaigi.org/jsai/webprogram/2016/pdf/928.pdf> (2017.9.27.10:10)
  - 35) 平野真理・小倉加奈子・能登眸・下山晴彦 (2015). レジリエンスの自己認識を目的としたアプリケーション



- ンの効果検討 日本心理学会第 79 回大会論文集, 400.
- 36) 鈴木水季・岐部智恵子・平野真理・中根由香子 (2014). 高校生に対する予防的心理支援としてのレジリエンス教育の実践と効果 日本教育心理学会総会発表論文集, 56, 765.
- 37) 岐部智恵子・鈴木水季・平野真理 (2016). 高校生に対する予防的心理支援としてのレジリエンス教育の実践と効果 (2) 日本教育心理学会第 58 回総会発表論文集, 562.
- 38) 大塚芳生・萩嶺直孝 (2015). 技術・家庭科 (技術分野) における自律的活動の形成, 熊本県立教育センター平成 27 年度研究のまとめ [http://www.higo.ed.jp/center/%E7%A0%94%E7%A9%B6%E7%B4%80%E8%A6%81/%E5%B9%B3%E6%88%9027%E5%B9%B4%E5%BA%A6%E7%A0%94%E7%A9%B6%E3%81%AE%E3%81%BE%E3%81%A8%E3%82%81/?action=common\\_download\\_main&upload\\_id=3191](http://www.higo.ed.jp/center/%E7%A0%94%E7%A9%B6%E7%B4%80%E8%A6%81/%E5%B9%B3%E6%88%9027%E5%B9%B4%E5%BA%A6%E7%A0%94%E7%A9%B6%E3%81%AE%E3%81%BE%E3%81%A8%E3%82%81/?action=common_download_main&upload_id=3191) (2017.9.27.9:50)
- 39) 平野真理 (2011). 中学生における二次元レジリエンス要因尺度 (BRS) の妥当性 パーソナリティ研究, 20, 50-52.
- 40) 伊庭恵未・幸田るみ子 (2014). ネガティブライフイベントを経験した大学生の二次元レジリエンス要因とアサーションとの関連について 桜美林大学心理学研究, 5, 1-15.
- 41) Alessandri, G., Vec chione, M., Caprara, G. V., & Letzring, T. D. (2012). The Ego Resiliency Scale revised: A crosscultural study in Italy, Spain, and the United States. *European Journal of Psychological Assessment*, 28, 139-146.

