

共有体験や両親からの支持的関わりと 女子大学生の精神的回復力(レジリエンス)との関連について

The Relationship Between shared experiences and supportive and positive influence from parents on the Resilience of Female university students

中 村 眞 理

Mari NAKAMURA

(日本女子大学大学院人間社会研究科 心理学専攻博士課程後期3年)

要 約

本研究の目的は、共有体験が青年期後半の女子大学生の自尊感情に関連しているかどうか、女子大学生が認識する両親からの支持的関わりが、女子大学生の精神的回復力形成にどのように関連しているかを検討することである。そこで女子大学生 215 名を調査協力者として、質問紙調査を実施した。分析の結果、共有体験尺度得点と、娘の認める両親からの支持的関わり尺度得点には有意な正の相関があった。娘の認める両親からの支持的関わり尺度得点と、自尊感情尺度得点は有意な正の相関を示した。また自尊感情尺度と、精神的回復力尺度の下位尺度は有意な正の相関を示した。さらに、友人の存在と両親から支持的な関わりを受けたという認識は、自身の肯定的な未来志向の高さ、新奇性追求の高さ、感情調整の高さと関連することが明らかとなった。よって、友人の存在と両親から支持的な関わりを受けたという認識は、女子大学生の精神的回復力にとって重要であることが示唆された。

[Abstract]

The present study verified whether shared experiences have a relation to the self-esteem of female university students, and how the daughter's evaluation of the parents related to the formation of their adolescent resilience. We questioned 215 female university students and found the following. First, Shared Experience Scale showed significantly positive correlation with the Daughter's Perception of Parent's Supportive Involvement Scale (SIS). Daughter's Perception of Parent's SIS showed significantly positive correlation with Self-Esteem Scale (SES). SES also showed significantly positive correlation with the Adolescent Resilience subscale. Existence of the friends and the perception of supportive and positive influence from parents helped their life tend to have a more positive future outlook, be more inclined to seek novelty, and have better emotional control. In conclusion existence of the friends and the perception of supportive and positive influence from parents appears to be important to the adolescent resilience of daughters.

I. 問題

1. 現代の女子大学生の状況

グローバル化やデジタル化(Digitalization)の進展により、世界経済は目まぐるしく変化している。少子高齢化の進展により生産年齢人口の減少が続くことから、若い世代を中心に一人当たりの生産性を上げ、競争力を高めていかなければ、わが国の未来はない(経済同友会,2015)。

我が国の総人口は2008年をピークに減り、2065年には8808万人と見込まれている(国土交通省, 2017)。生産年齢人口(15～64歳)は2015年度7656万人(内閣府, 2014)であるが、2065年には4529万人と4割減少すると予想されている。

大学への進学率は、2017年は前年よりも0.6%増加し52.6%と過去最高になった(文部科学省, 2017)。特に女子大学生は1,263,824人で昨年より16,098人増え、全大学生に占める女子大学生の割合は、1997年26.0%, 2007年40.6%, 2017年は43.7%と上昇している。すなわち現在女子の大学進学率は、20年前の男子と同じ水準となっている。以上のことから今後日本では、高い資質能力を持つ女性の活躍が期待されていると言える。

大学卒業後の社会情勢は、採用や雇用の形態は様ではなく、終身雇用の維持も難しくなっている。また企業の統廃合からわかるように、どの企業に入社しても先行きは不透明であり、若いうちから自らキャリアを切り拓いていく力を備えた人材が男女を問わず求められているのが実情である。すなわち、女性個人に対し高いスキルと共に、様々な困難やネガティブな経験により一時的に心理的不健康な状態に陥ってもそれを乗り越え、精神的病理を示さず適応していく精神的回復力(レジリエンス)の高さ(小塩・中谷・金子・長峰, 2002)も併せて期待されていると言える。

2. 精神的回復力(レジリエンス)

産業革命以降劇的な変化を遂げていく中で、20世紀半ばになると社会問題と健康問題の発生源に関心のある専門家たちは、逆境と適応の関係に焦点を当て始めた。Taylor (1989)は「適応とは、幸福で満足していただけること」とし、精神健康の基準の一つとして挙げている。心理・社会的な圧力がかかりストレス反応が生じたときに、そこからいかに回復するかという点から、1980年代以降になるとレジリエンス(resilience)という概念が注目を浴び始めた。Masten, et al. (1988)は、レジリエンスを「重大な困難や人生の危機に直面している状況において、効果的な適応をすることができる能力、そのプロセス」と定義している。また困難や危険に対して補償したり、保護したりする個人及び環境要因の程度を測定し、その関係性を検討したり、長期間にわたる観察の中からレジリエンスを示したものがどういった特徴を持っていたのか検討している。これらの研究において、良好な精神状態へと変化した人は、高い計画性、自律性、ストレスフルな状況をコントロールする能力、家族のサポートを備えていると述べている。

レジリエンスの状態に結びつきやすい心理的特性を「精神的回復力」という。すなわち「人間の幅広い心理的な適応過程を理解する上で重要な意味を持つ」と考えられるレジリエンスの概念には、適応の過程、能力、結果という異なる部分が含まれており、どの部分に焦点を当てるかは研究者によって違う。本研究では個人のレジリエンスの状態を導く心理特性としての精神的回復力をレジリエンスとして扱うこととする。

研究の関心対象が広がるにつれてMartin & Marsh (2006)は、人が成長していく過程の中で出会う「学校」という社会において、適応的な学校生活を送るには、困難や障害を乗り越えるための精神的回復力(レジリエンス)が重要であるとし、学業的レジリエンス(Academic Resilience)の概念を提唱した。学力面の困難といった学校教育場面の問題に直面した際、子どもの持つ精神的な回復力が困難を乗り越えるために重要としている。近年日本においても、不登校など心の健康に課題を抱える子どもが増加しており、「レジリエンス」が学校教育の領域において注目を集め

ている。また災害や経済問題などの要因によって起ってくる深刻な困難に立ち向かう力としても注目が集まっている(村木,2015)。

各発達段階で尺度が開発されているが、青年期後期の尺度として小塩・中谷・金子・長峰(2002)は、レジリエンスの状態に結びつきやすい心理的特性を「精神的回復力」と呼び、「新奇性追求」「肯定的な未来志向」「感情調整」の3因子構造として精神的回復力尺度を作成した。青年期とは、個人が社会的に自立していく過程において、親から心理的に離れ、個を確立していく時期である。身体、精神、そして社会関係の上で大きな変化を経験するこの時期に、青年たちは多くの困難に直面し、それを乗り越えていくことが必要となる(山田・宮下,2007)。小塩ら(2002)は、困難を乗り越える3因子を「新奇性追求」は物事に興味や関心を持ち、様々なことにチャレンジしようとする姿勢、「肯定的な未来志向」は明るくポジティブな未来を予想しその将来に向けて努力しようとする志向、「感情調整」は自分の感情の制御とした。

3. 精神的回復力（レジリエンス）を導く要因

レジリエンスに寄与する保護要因には、個人の要因と環境の要因がある。個人要因とは、個人特性としてのレジリエンスである。一方環境要因について、児童期の研究を通してRutter & Garmezy (1983)は、家族の要因とコミュニティの要因を指摘している。日本における研究では小塩ら(2002)は、レジリエンスを導く要因として個人の知能や学業成績、認知能力、ソーシャルサポート、身体的健康、親子関係などを挙げている。さらにレジリエンス(精神的回復力)は自尊感情と正の相関がある、とも述べている。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、自尊感情が高い者は、困難な経験をして自尊感情が低い者よりも、精神的回復力尺度得点が高いことを示している。

周囲の他者からの援助をうまく引き出せることは精神的健康に大きく影響し、またいつでも他者に援助を求められる人間関係を築いていることも心の安定に重要である(鈴木,2002)ことから、両親からの支持的な関わりが得られると認識することや、家族や友人との共有体験に注目する必要がある。

(1) 自尊感情

自尊感情についてウィリアム・ジェームズ (James.W,1890) は、「自尊感情 = 成功 ÷ 要求」とし、成功しなければ自尊感情は高まらないとした。一方近藤(2007)は、自尊感情を以下のように2つに分けた。一つは「基本的自尊感情(basic self-esteem)」とされ、乳児期からの親や親に代わる養育者からの絶対的な愛と、その後の他者との日常的な共有体験の繰り返しによって形成される無条件で絶対的な「生まれてきてよかった」「自分には価値がある」「このままでいい」「自分は自分」と思える感情である。二つ目は「社会的自尊感情(social self-esteem)」とされ、他者との比較や優秀で決まってくるもので、勝ったり優れていたりすれば高まる条件付きで相対的な「できることがある」「役に立つ」「価値がある」「人より優れている」と思える感情である。さらに中間(2013)は、自尊感情は心理的健康を保つ人間関係の基礎になるべきものであると述べている。

(2) 自尊感情と共有体験

小学生を調査協力者とした近藤(2010)は、自尊感情尺度の基本的自尊感情因子と社会的自尊感情因子は、他者との共有体験と無縁ではなく、精神的な健康度とは有意な正の相関を示唆した。

また小学生の男児の方が女児より有意に共有体験尺度得点合計の平均点が高かったが、高校生では女子生徒の方が男子生徒より有意に合計点平均が高く、発達段階により違いがあることを示唆した。高校生について調査した堀・いとう(2014)は、基本的自尊感情、社会的自尊感情と日常の共有体験には正の相関があることを明らかにした。さらに大学生などの青年について高比良(1998)は、その日常生活における現代的友人関係において、多くの困難や苦痛をもたらすような出来事を経験する可能性があるとは指摘している。

(3) 不安抑うつ

近藤(2010)は、基本的自尊感情という比較的安定した心理特性との関係を見る目的のため、小学生を調査協力者とした調査で特性不安尺度を使用した。一方上田(2002)は、大学生が抑うつ症状を訴えて学生相談室に来室することが多いと述べている。すなわち大学生を調査協力者とし、基本的自尊感情と精神的回復力などの心理的特性の関係を見る場合には、不安抑うつ尺度などを使用し、調査協力者の心理的健康傾向について検討することが必要であると考えられる。

(4) 安定した親からの支持的関わり

レジリエンスには、家族や重要な他者のサポート・リソースが大きく寄与していることが指摘されている(Johnson, et al.2011)。またWyman, et al. (1999)は、レジリエンスすなわち「乗り越える力」を促進する要因の1つとして、安定した家庭環境や親子関係が重要であると指摘している。Masten & Powell (2003)は、レジリエンスを促進する家族要因として「安定した支持的な家庭環境」をあげ、応答的で親密な関係や権威ある養育スタイルが子どものレジリエンスを高めること、また両親の知的レベルや SES (Socio economic status, 社会経済的地位)、子どもを守る資質等が関与することを示唆した。つまり親や家庭環境が子どもの発達に与える影響は幼少期ほど大きく、生活領域が広がり他の人々との交流が増え、自分が生きる環境を自分で選ぶことが可能になるにつれて、親との関係以外の要因の関わりが大きくなるとした。

一方日本における研究において大島(2009)は、親との関わりの中で作られた娘の内的両親イメージが、青年期後半の娘の心理的健康に重要であることを明らかにした。すなわち、女性の青年期後半において将来の展望に対する選択には、心理的健康(自尊心の高さ、抑うつの低さ、幸福感の高さ)の成熟が重要であり、将来の展望を有することは自我同一性に密接に関連し、その展望は幼児－児童－青年の各期を経て形成されるとした。さらに大島(2013)は、息子・娘ともに親からの支持的な関わりを受けていると認識しているほど、抑うつが低いことを明らかにしている。また両親を信頼している、両親とうまくいっていると認知している大学生の自己肯定感が高いことが示されている(豊田・松本, 2004)。

また小塩ら(2002)は、レジリエンスを導く要因として親子関係を挙げているが、青年期には親から情緒的に離れたり葛藤がおこったりするとされる。加藤・高木(1980)は、女子青年の自立過程が親への高い依存性と関係していることを示唆している。このことから青年期においても両親と良い関係を持ち、友人関係を築く中で自己といえるものを見出し(松下・吉田,2007)、他者への依存を完全に断ち切ることなく、他者に支えられ支える関係において独り立ちしていくと考えられる。以上のことから、子どもの認めている親からの支持的関わりは精神的回復力に影響を及ぼしていると考えられる。

II. 研究目的

本研究では、共有体験が青年期後半の女子大学生の自尊感情に関連しているかどうか、さらに娘が認識する両親からの支持的関わりが、その精神的回復力形成にどのように関連しているかを検討することを目的とする。

本研究の仮説

本研究では以下の仮説を検証する。

1. 共有体験が多いほど、娘の認める父親や母親からの支持的関わりが高くなる。
2. 娘の認める父親や母親からの支持的関わりが増すほど、自尊感情が高くなる。
3. 自尊感情が高いほど、精神的回復力が高くなる。

III. 方法

調査協力者

日本の大学に通う女子大学生215名。調査協力者の平均年齢は19.55歳（範囲は18～24歳）で、通っている大学は東京都・神奈川県・大阪府の女子大学及び共学である。また両親について年齢の記入を求めた。父親の年齢の平均年齢は51.68歳（範囲は36～64歳）、母親の平均年齢は49.34歳（範囲は37～59歳）であった。

調査時期

2014年10月20日～11月30日

調査方法

筆者の友人・知人を通して、質問紙を配布した。プライバシーを保護するため、質問紙は無記名式とし、郵送にて回収した。封筒には密封できるよう、両面テープ付きのものを使用した。そのほか大学の講義後に質問紙を配布し、実施後回収した。

倫理的配慮

調査協力者には質問紙の内容、協力の任意性、個人情報保護の点を紙面にて説明した。また大学の講義後に実施した際には、紙面だけでなく口頭にて説明し、同意の得られた対象者にのみ質問紙調査を実施した。

調査内容

本調査で用いた尺度は以下の通りである。

社会的・基本的自尊感情尺度 近藤（2010）が開発した社会的・基本的自尊感情尺度を使用した。回答形式は4件法（1：全然そう思わない， 2：そう思わない， 3：そう思う， 4：とてもそう思う）で実施した。尺度構成は「ほかの人と比べて頭が悪いと思う」などの社会的自尊感情6項目，「自分はこのままではいけないと思う」「自分には良いところと悪いところがあると思う」などの基本的自尊感情6項目，そして「私たちにあって自然は大切だ」「うそをつくのは悪いことだと思う」「健康は大切だと思う」などの虚偽6項目である。全18項目。

娘の認識する両親からの支持的な関わり尺度 父親・母親の娘に対する認知・感情面，行動面における指示的な関わりを測るものとして，久田ら（1989）が開発した学生用ソーシャルサポート尺度を実施した。ソーシャルサポート尺度は，高い信頼性と妥当性が確認されている（箕口・千

田・久田,1989)。「あなたに何か、嬉しいことが起きた時、それを我が事のように喜んでくれる」「あなたが何かを成し遂げた時、心からおめでとうと言ってくれる」「良い所も悪い所もすべて含めて、あなたの存在を認めてくれる」「あなたを心から愛している」などの項目からなる。回答形式は4件法(1:絶対ちがう, 2:たぶんちがう, 3:たぶんそうだ, 4:絶対そうだ)で実施した。「お父さんの場合」は○,「お母さんの場合」は△とし、全ての項目にそれぞれ記入することを求めた。全16項目。

共有体験尺度 近藤(2010)が開発した共有体験尺度を使用した。回答形式は4件法(1:ほとんどない, 2:あまりない, 3:時々ある, 4:とてもある)で実施した。「授業以外で先生と話をする」「家族と話したりおしゃべりしたりする」「家の中で遊ぶよりも外で遊ぶのが好きだ」などの項目からなる。また「小中学校時の共有体験」は○,「現在(大学生)の共有体験」は△とし、全ての項目にそれぞれ記入することを求めた。全10項目。

精神的回復力尺度 小塩ら(2002)が作成した尺度を使用した。回答形式は5件法(1:いいえ, 2:どちらかといえばいいえ, 3:どちらともいえない, 4:どちらかというとはい, 5:はい)で実施した。「私は色々なことを知りたいと思う」「困難があっても、それは人生にとって価値のあるものだと思う」「自分の目標のために努力している」「気分転換がうまくできない方だ」「怒りを感じると抑えられなくなる」などの項目からなる。全21項目。

不安・抑うつ尺度 K6 Kessler, et al. (2002)が開発した「精神疾患とその重症度のスクリーニング尺度(以下 K6)」を使用することとした。K6は主に気分障害や不安障害のスクリーニングを目的とした質問紙である。また古川ら(2003)は、General Health Questionnaire (GHQ)よりも明敏であることを確認し、K6の日本語版を開発している。川上ら(2005)によれば、疫学研究用うつ病スクリーニング尺度(CES-D)と同等のスクリーニング効率が示されており、簡便で回答しやすいという評価を得ている。過去30日間の頻度について、回答形式は5件法(1:いつも, 2:たいてい, 3:時ときどき, 4:少しだけ, 5:まったくない)で実施した。全6項目。

IV. 結果

各尺度の主成分分析結果と信頼性

まず社会的・基本的自尊感情尺度18項目、両親から子供への支持的な関わり尺度16項目(父親および母親)、共有体験尺度10項目(小中学校時および現在)、精神的回復力尺度21項目、不安・抑うつ尺度K6・6項目の平均値、標準偏差を算出した。そして天井効果の見られた項目、フロア効果の見られた項目を以降の分析から除外した。次に各尺度に対し主因子法プロマックス回転による因子分析を行い、因子パターンを決定した。

1. 社会的・基本的自尊感情尺度の分析

まず虚偽項目である第2項目、第5項目、第8項目、第11項目、第14項目、第17項目の6項目を除外した残り12項目に対して項目分析を行った結果、第13項目、第18項目に天井効果が見られたため、分析から除外した。床効果は見られなかった。残りの10項目について、大学生を調査協力者とした近藤(2010)と同様の5因子構造となるのかを確認するため、因子分析(主因子法、プロマックス回転)を行った結果、因子負荷量が0.40以上であることを基準として十分な負荷量を示さず、2つ以上の因子に負荷が高かった1項目が見られた。それらを分析から外し、残りの

9項目に対して再度因子分析を行ったところ、固有値の落ち込みから4因子で解釈が可能であった(Table 1)。回転前の因子寄与率は、第一因子は28.76%、第二因子は16.97%、第三因子は13.56%、第四因子は10.53%であった。これら四因子の累積寄与率は69.82%であった。

第1因子は「社会的自尊感情」2項目で構成されており、近藤(2010)において「運動」と名付けられた因子に負荷量が高かった項目から成り立っていた。そこで本研究においても「運動」因子と名付けた。

第2因子は「基本的自尊感情」2項目と社会的自尊感情1項目の3項目で構成された。近藤(2010)において「友達」と名付けられた因子に負荷量が高かった項目から成り立っていたおり、また大学生を調査協力者として行った調査において、12項目で5因子に整理された際「友達」因子とされた2項目はBASE因子と相関が高かったことが示されている。そこで本研究においては「友達」因子と名付けた。

第3因子は「社会的自尊感情」2項目で構成されており、近藤(2010)において「勉強」と名付けられた因子に負荷量が高かった項目から成り立っていた。そこで本研究においては「勉強」因子と名付けた。

第4因子は「基本的自尊感情」2項目で構成されており、近藤(2010)において「BASE」と名付けられた因子に負荷量が高かった項目から成り立っていた。そこで本研究においても「BASE」因子と名付けた。

それぞれの因子に負荷の高い項目の得点を合計し、それぞれ「運動」得点(平均 4.83、 SD 1.82, $\alpha = .857$), 「友達」得点(平均 8.12、 SD 1.58, $\alpha = .546$), 「勉強」得点(平均 4.52、 SD 1.23, $\alpha = .531$), 「BASE」得点(平均 4.13、 SD 1.17, $\alpha = .584$), を算出した。

Table 1 社会的・基本的自尊感情尺度の因子分析結果

項目内容	I	II	III	IV
7. 自分はほかの人より運動が得意でないと思う*	.935	-.060	.040	.051
3. 運動は得意なほうだ	.913	.113	-.030	-.069
1. ほとんどの友達に好かれていると思う	-.086	.751	.361	-.172
4. 自分は生きていていいのだと思う	.172	.707	-.019	.017
12. 友達が少ないと思う*	-.053	.677	-.300	.224
15. 他の人より勉強がよくできると思う	-.006	-.046	.854	.022
6. ほかの人に比べて頭が悪いと思う*	.027	.017	.700	.159
9. 何かで失敗をした時自分はダメだと思う*	.053	-.075	.147	.843
16. ときどき自分はダメだと思う*	-.070	.129	.021	.758
*逆転項目				
因子相関行列	I	II	III	IV
I	—	.254	.142	.069
II	.254	—	.184	.269
III	.142	.184	—	.124
IV	.069	.269	.124	—

2. 共有体験・小中学校時尺度の分析

全10項目に対して項目分析を行った結果、第1項目、第2項目、第3項目、第4項目、第5項目、第7項目、第8項目に天井効果が見られたため、分析から除外した。残りの3項目について因子

分析(主因子法, プロマックス回転)を行ったところ, 1次元構造の尺度として解釈が可能であった(Table 2)。因子寄与率は32.44%であった。また負荷の高い項目の得点を合計し, 平均 7.98、 SD 2.31, $\alpha = .586$ を算出した。

小学生(4～6年生)を調査対象とした近藤(2010)は第1因子「友だちとの遊び」因子, 第2因子「家族との日常体験」, 第3因子「地域や学校での体験」の三因子構造で収束したが, 本調査は異なる結果を得た。

Table 2 共有体験・小中学校時尺度の因子分析結果

項目内容	I
10. 近所の人と話したりおしゃべりする	.690
9. 家族と家の外で遊ぶ	.576
6. 週末に友達と遊ぶ	.406

3. 共有体験・現在(大学時)尺度の分析

全10項目に対して項目分析を行った結果, 第7項目に天井効果, 第4項目, 第9項目, 第10項目に床効果が見られたため, 分析から除外した。残りの6項目について近藤(2010)と同様の3因子構造となるのかを確認するため, まず因子分析(主因子法, プロマックス回転)を行い, 因子負荷量が0.40以上であることを基準として, 十分な負荷量を示さないか, 2つ以上の因子に負荷が高かった項目である第8項目を分析から外した。残りの5項目に対して再度因子分析を行ったところ, 固有値の落ち込みから2因子構造で解釈が可能であった(Table 3)。回転前の因子寄与率は, 第一因子は44.26%, 第二因子は22.72%であった。二因子の累積寄与率は66.97%であった。

第1因子は3項目で構成されており, 「家族と買い物に行く」「家族と一緒に食事をする」の負荷量が高かったことから「家族と過ごす」因子と命名した。

第2因子は2項目で構成されており, 「週末や放課後に友人と遊ぶという」の負荷量が高かったことから「友達と遊ぶ」因子と命名した。それぞれの因子に負荷の高い項目の得点を合計し, それぞれ「家族と過ごす」得点(平均 7.68, SD 3.1, $\alpha = .864$), 「友達と遊ぶ」得点(平均5.75, SD 1.91, $\alpha = .787$)を算出した。

Table 3 共有体験・現在(大学時)尺度の因子分析結果

項目内容	I	II
2. 家族と買い物に出かける	.864	-.054
1. 家族と一緒に食事をする	.830	.035
3. 家族と外食する	.780	.022
5. 放課後(授業が終わってから)友達と遊ぶ	.011	.828
6. 週末に友達と遊ぶ	-.010	.783
因子相関行列	I	II
I	—	.238
II	.238	—

4. 娘の認識する父親から子どもへの支持的な関わり尺度の分析

全16項目に対して項目分析を行った結果、第3項目、第10項目、第15項目、第16項目に天井効果が見られたため、分析から除外した。残りの12項目に対して、大島(2009)と同様の1因子構造となるのかを検討するため因子分析(主因子法、プロマックス回転)を行ったところ、1次元構造の尺度として解釈が可能であった(Table 4)。因子寄与率は51.50%であった。また負荷の高い項目の得点を合計し、平均 32.67、 SD 8.72、 $\alpha = .926$ を算出した。

Table 4 娘の認識する父親からの支持的関わり尺度の因子分析結果

項目内容	I
12. 日ごろからあなたの実力を評価し、認めてくれる	.801
13. 普段からあなたの気持ちをよく理解してくれる	.793
7. あなたが元気がないと、すぐ気づかってくれる	.788
9. あなたがミスをして、そっとカバーしてくれる	.786
14. あなたが学校での人間関係に悩んでいると知ったらいろいろ解決法をアドバイスしてくれる	.774
8. あなたが不満をぶちまけたいときには、はけ口になってくれる	.739
6. あなたが大切な試験に失敗したとしたら、一生懸命なぐさめてくれる	.728
1. あなたが落ち込んでいると、元気づけてくれる	.686
5. あなたがする話にはいつもたいてい興味を持って耳を傾けてくれる	.662
4. あなたがどうにもならない状況におちいっても何とかしてくれる	.627
11. 一人では終わらせられない仕事があった時は、早く手伝ってくれる	.622
2. あなたが失恋したと知ったら、心から同情してくれる	.553

5. 娘の認識する母親から子どもへの支持的な関わり尺度の分析

全16項目に対して項目分析を行った結果、第1項目、第3項目、第4項目、第5項目、第6項目、第8項目、第10項目、第15項目、第16項目に天井効果が見られたため、分析から除外した。残りの7項目に対して、大島(2009)と同様の1因子構造となるのかを検討するため因子分析(主因子法、プロマックス回転)を行ったところ、1次元構造の尺度として解釈が可能であった(Table 5)。因子寄与率は59.46%であった。負荷の高い項目の得点を合計し、平均 20.15、 SD 5.55、 $\alpha = .908$ を算出した。

Table 5 娘の認識する母親からの支持的関わり尺度の因子分析結果

項目内容	I
7. あなたが元気がないと、すぐ気づかってくれる	.835
13. 普段からあなたの気持ちをよく理解してくれる	.831
14. あなたが学校での人間関係に悩んでいると知ったらいろいろ解決法をアドバイスしてくれる	.804
12. 日ごろからあなたの実力を評価し、認めてくれる	.793
9. あなたがミスをして、そっとカバーしてくれる	.778
11. 一人では終わらせられない仕事があった時は、早く手伝ってくれる	.696
2. あなたが失恋したと知ったら、心から同情してくれる	.639

6. 精神的回復力尺度の分析

全項目に対して項目分析を行った結果、第10項目に天井効果が見られたため、分析から除外した。残りの20項目について小塩・中谷・金子&長峰(2002)と同様の3因子構造となるのかを確認するため、まず因子分析(主因子法、プロマックス回転)を行い、因子負荷量が0.40以上であることを基準として、十分な負荷量を示さないか、2つ以上の因子に負荷が高かった項目である8項目を分析から外した。残りの12項目に対して因子分析(主因子法、プロマックス回転)を行った

ところ、固有値の落ち込みから3因子で解釈が可能であった(Table 6)。回転前の因子寄与率は、第一因子は32.93%、第二因子は10.98%、第三因子は7.60%、であった。三因子の累積寄与率は51.51%であった。

第1因子は6項目で構成されており、未来に対する肯定的な考えや行動を示した内容の負荷量が高かったことから「新奇性追求」と名付けた。

第2因子は3項目で構成されており、新しいことに対する負荷量が高かったことから「肯定的な未来志向」因子と名付けた。

第3因子は3項目で構成されており、第3因子は感情調節に対する負荷量が高かったことから「感情調整」因子と命名した。

それぞれの因子に負荷の高い項目の得点を合計し、「新奇性追求」得点(平均 20.65、 SD 4.79, $\alpha = .819$), 「肯定的な未来志向」得点(平均10.55、 SD 2.71, $\alpha = .856$), 「感情調整」得点(平均 10.18、 SD 2.41, $\alpha = .680$)を算出した。

Table 6 精神的回復力尺度の因子分析結果

項目内容	I	II	III
1. 色々なことにチャレンジするのが好きだ	.814	.035	-.008
7. 物事に対する興味や関心(が強い方だ	.682	.030	-.043
4. 新しいことや珍しいことが好きだ	.673	.014	-.023
18. 新しいことをやり始めるのは面倒だ	.668	-.109	.008
16. 慣れないことをするのは好きではない	.629	-.025	-.097
12. 自分には将来の目標がある	.431	.232	.145
3. 自分の未来にはきっといいことがあると思う	-.072	.900	-.045
9. 自分の将来に希望をもっている	.092	.830	-.037
6. 将来の見通しは明るいと思う	-.028	.723	.103
5. 動揺しても、自分を落ち着かせることができる	.166	-.128	.765
2. 自分の感情をコントロールできる方だ	-.095	.106	.645
8. いつも冷静でいられるようところがけている	-.157	.033	.579
因子相関行列	I	II	III
I	—	.477	.364
II	.477	—	.430
III	.364	0.43	—

7. 不安抑うつ尺度の分析

全6項目に対して項目分析を行った結果、第1項目、第2項目、第5項目、第6項目に天井効果が見られた。一方、全6項目について、古川・大野・宇田&中根(2003)と同様の1因子構造となるのかを検討するため、因子分析(主因子法、プロマックス回転)を行ったところ、1次元構造の尺度として解釈が可能であった(Table 7)。因子寄与率は61.00%であった。また負荷の高い項目の得点を合計し、平均 23.71、 SD 4.99, $\alpha = .871$ を算出した。

Table 7 不安抑うつ尺度・K6 の因子分析結果

項目内容	I
4. 気分が沈み込んで、何が起ころうとも気が晴れないように感じましたか	.856
2. 絶望的だと感じましたか	.799
5. 何をするにも骨折りと感じましたか	.756
6. 自分は価値のない人間だと思いましたか	.678
3. そわそわしたり、落ち着かなく感じましたか	.668
1. 神経過敏に感じましたか	.610

尺度の平均値と標準偏差

サンプルの特性を把握するため、尺度の平均値と標準偏差の検討を行った。その結果を Table 8 に示す。各尺度の平均値を項目数で割った値を見ると、最小値1、最大値4の尺度である自尊感情尺度、娘の認識する親への支持的関わり尺度、共有体験尺度では、自尊感情尺度の勉強と BASE 因子以外は2.5以上になった。また最小値1、最大値5の尺度である精神的回復尺度及び不安抑うつ尺度・K6では、すべて3よりも上を示した。これらのことから精神的回復力得点が比較的高い集団であり、またK6は4に近い値であることから、精神的健康度も比較的高いサンプルであることが示された。

Table 8 各尺度間の平均値 (n = 215)

	尺度	平均値	平均/項目数	標準偏差	
自尊感情	運動	4.83	2.41	1.78	
	友達	8.12	2.71	1.42	
	勉強	4.52	2.26	1.15	
	BASE	4.13	2.07	1.22	
娘の認識する支持的関わり	父→娘関わり	32.67	2.72	8.71	
	母→娘関わり	20.15	2.88	5.55	
共有・小中	地域・家族との体験	7.98	2.66	2.31	
共有・現在		家族と過ごす	7.68	2.56	3.11
		友達と遊ぶ	5.75	2.88	1.91
精神的回復力	新奇性追求	20.65	3.44	4.79	
	肯定的な未来志向	10.55	3.52	2.71	
	感情調整	10.18	3.39	2.41	
不安抑うつ		23.71	3.95	4.99	

各尺度間の関連性

各尺度間の関連を検討するために、各尺度間のピアソンの相関係数(記号は r)を算出したところ、Table 9 のようになった。

共有体験・小中尺度得点と共有体験・現在尺度得点の間に $r = .28(p < .01)$ の有意な正の相関があった。また共有体験・小中尺度得点と、精神的回復力尺度得点の間に有意な正の相関があった ($r = .22, p < .01$)。娘の認める父親からの支持的関わり尺度得点と母親からの支持的関わり尺度

得点,不安抑うつ尺度得点の間に有意な正の相関があった($r = .61, p < .01$)。娘の認める母親からの支持的関わり尺度得点と, 自尊感情尺度得点, 共有体験・小中尺度得点, 共有体験・現在尺度得点, 精神的回復力尺度得点の間に有意な正の相関があった($r = .20, 0 < .01$; $r = .20, p < .01$; $r = .22, p < .01$; $r = .18, p < .05$)。娘の認める父親からの支持的関わり尺度得点と, 共有体験・小中尺度得点, 共有体験・現在尺度得点, 精神的回復力尺度得点, 不安抑うつ尺度得点の間に有意な正の相関があった($r = .22, p < .01$; $r = .16, p < .05$; $r = .21, p < .01$; $r = .16, p < .05$)。自尊感情尺度得点と, 娘の認める父親からの支持的関わり尺度得点, 母親からの支持的関わり尺度得点, 共有体験・小中尺度得点, 精神的回復力尺度得点, 不安抑うつ尺度得点の間に有意な正の相関があった($r = .18, p < .05$; $r = .20, p < .01$; $r = .17, p < .05$; $r = .50, p < .01$; $r = .42, p < .01$)。

Table 9 各尺度間の相関係数 (n=215)

	自尊感情	父親→娘	母親→娘	共有・小中	共有・現在	精神的回復力	不安抑うつ
自尊感情	—	.176*	.201**	.166*	.113	.500**	.420**
父親→娘関わり		—	.614**	.216**	.156*	.207**	.156*
母親→娘関わり			—	.200**	.215**	.176*	.134
共有体験 小中				—	.277**	.220**	.079
共有体験 現在					—	.105	.085
精神的回復力						—	.421**
不安抑うつ							—

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$,

さらに各下位尺度との関連を検討するために, 尺度・因子間のピアソンの相関係数(記号は r)を算出したところ, Table 10のようになった。

共有体験・小中尺度得点と娘の認める父親からの支持的関わり尺度得点および母親からの支持的関わり尺度得点との間に有意な正の相関があった($r = .22, p < .01$; $r = .20, p < .01$)。共有体験・現在尺度の「家族と過ごす」下位尺度得点と娘の認める母親からの支持的関わり尺度得点との間に有意な正の相関があった($r = .23, p < .01$)。娘の認める父親からの支持的関わり尺度得点と娘の認める母親からの支持的関わり尺度得点との間に有意な正の相関があった($r = .61, p < .01$)。娘の認める父親からの支持的関わり尺度得点と自尊感情尺度の「友達」下位尺度得点および自尊感情尺度の「BASE」下位尺度得点との間に有意な正の相関があった($r = .23, p < .01$; $r = .20, p < .01$)。娘の認める母親からの支持的関わり尺度得点と自尊感情尺度の「運動」および「友達」下位尺度得点との間に有意な正の相関があった($r = .14, p < .05$; $r = .25, p < .01$)。

自尊感情尺度の「運動」下位尺度得点と精神的回復力尺度の「新奇性追求」「肯定的な未来」と不安抑うつ尺度との間に, 有意な正の相関があった($r = .27, p < .01$; $r = .16, p < .05$; $r = .18, p < .05$)。自尊感情尺度の「友達」下位尺度得点と精神的回復力尺度の「新奇性追求」「肯定的な未来志向」下位尺度得点および「感情調整」下位尺度得点と不安抑うつ尺度の間に, 有意な正の相関があった($r = .32, p < .01$; $r = .51, p < .01$; $r = .28, p < .01$; $r = .37, p < .01$)。自尊感情尺度の「勉強」下位尺度得点と精神的回復力尺度の「未来志向」および「感情調整」下位尺度得点, 不安抑うつ尺度との間に, 有意な正の相関があった($r = .33, p < .01$; $r = .20, p < .01$; $r = .19, p < .01$)。自尊感情尺度の

「BASE」下位尺度得点と精神的回復力尺度の「未来志向」と「感情調整」下位尺度得点、不安抑うつ尺度との間に、有意な正の相関があった($r = .34, p < .01$; $r = .31, p < .01$; $r = .41, p < .01$)。

娘の認める父親からの支持的関わり尺度得点および母親からの支持的関わり尺度得点と精神的回復力尺度の「未来志向」下位尺度得点、不安抑うつ尺度との間に、有意な正の相関があった($r = .28, p < .01$; $r = .22, p < .01$; $r = .16, p < .05$)。共有体験・小中尺度得点と精神的回復力尺度の「新奇性追求」下位尺度得点、「肯定的な未来志向」下位尺度得点との間に、有意な正の相関があった($r = .24, p < .01$; $r = .17, p < .05$)。共有体験・現在尺度の「家族と過ごす」下位尺度得点と精神的回復力尺度「感情調整」との間には有意な正の相関があった($r = .14, p < .05$)。共有体験・現在尺度の「友達と遊ぶ」下位尺度得点と、精神的回復力尺度の「未来志向」下位尺度得点との間には、有意な相関があった($r = .14, p < .05$)。

Table 10 各尺度因子間の相関係数 (n=215)

		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1	自尊・運動	—	.267**	.156*	.067	.004	.140*	.108	-.052	-.020	.270**	.161*	.092	.177*
2	自尊・友達		—	.217**	.308**	.234**	.250**	.164*	.093	.141*	.319**	.510**	.283**	.368**
3	自尊・勉強			—	.263**	.087	.072	-.027	.070	-.002	.128	.327**	.196**	.188**
4	自尊・BASE				—	.200**	.062	.193**	.177**	.158*	.074	.339**	.312**	.411**
5	父→娘関わり					—	.614**	.216**	.126	.116	.052	.278**	.121	.156*
6	母→娘関わり						—	.200**	.232**	.095	.094	.217**	.077	.134
7	共有小中							—	.177**	.255**	.239**	.172*	.088	.079
8	共有現在・家族								—	.196**	.000	.119	.139*	.143*
9	共有現在・友達									—	.041	.144*	-.101	-.020
10	精神回復・新奇性追求										—	.439**	.270**	.144*
11	精神回復・未来志向											—	.336**	.442**
12	精神回復・感情調整												—	.348**
13	不安抑うつ													—

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

V. 考察

本研究では、青年期後半の女子大学生の共有体験や娘が認識する両親からの支持的関わりが、精神的回復力形成にどのように関連しているかを検討することが目的であった。

分析の結果、まず小中学校時および現在の共有体験が多いほど、父親や母親から支持的な関わりを受けると認識することが示され、仮説1は支持された。特に父親からのポジティブな関わりが、大学生の抑うつ症状を下げる大きな一因であると示唆されている(高倉・崎原・興古田,2002)が、本研究においてもやや同様の傾向が見られた。また本研究では現在の共有体験が多いほど母親からの支持的な関わりを受けると認識する傾向が示唆されたが、調査協力者が女子大学生のため、現在母親との共有体験が多いためと考えられる。

次に、娘が父親や母親から支持的な関わりを受けると認識すると、自尊感情尺度の「友達」「BASE」下位尺度得点が高くなることが示され、仮説2は支持された。これは共有体験を重ねることで、娘が両親からの支持的な関わりを認識する機会が増えたためと考えられる。両親がソーシャルサポートになっていく過程、すなわち「困難に際し支えてくれる存在である」と娘が確信していくために、家族と共に社会で過ごす機会の積み重ねが大切であると示唆された。また親などの養育者という信頼できる身近な人と共有体験を重ねることで、その愛情関係が基本的自尊感情を支え(近藤,2004)、子ども自身が自己理解を深めていったと考えられる。

さらに、自尊感情尺度得点が高くなると、精神的回復力得点も高くなる傾向が示されたことから、仮説3は支持された。「肯定的未来」には「運動」因子および「友達」因子の2因子、「新奇性追求」と「感情調整」には「友達」因子、「勉強」因子および「BASE」因子の3因子が高まることで、精神的健康にポジティブに作用している可能性が示された。すなわち運動や友人関係さらには勉強を通して自分自身を認識し、「肯定的未来」に向けてあらゆる行動を起こしていく傾向を示していると考えられる。一方「新奇性追求」という目新しいものに対しては、これまでの自分の努力を糧に前向きになり、ソーシャルサポートとなる「友人の存在」に精神的に支えられ、挑戦していく傾向が示唆されたと言える。

以上のことから、本研究の調査協力者である女子大学生の精神的回復力は「文武両道」により高められている傾向が示唆された。すなわち「勉強」するだけでなく、「運動」能力を高めることにより行動する力を養うことが重要であると言えよう。運動は抑うつや不安の軽減に効果的であるため、精神的健康の維持・改善に寄与する(島井他, 2009)と言われている。すなわち幼少期より両親と共に様々な体験をすることにより、子どもの心身両面がサポートされ、さらには困難を自力で乗り越えていける精神的回復力をも高めることにつながっていると考えられる。また本研究においては、家族だけでなく特に友人の存在が困難を乗り越えていく際に不可欠な要因として、青年期後半の女子大学生の精神的回復力を考慮する上で重要であることが示された。

最後に父親からの支持的な関わりについて、小中学校時の共有体験との関連が示唆された。一方、母親からの支持的な関わりについては、小中学校時と現在の共有体験のどちらについても関連が示された。一般的に子どもは母親に比べて父親と直接接する機会が少ない(総務省統計局, 2001)ことから、父親から支持的関わりをどのくらい得られるのかを娘が認識する時期は限定される可能性が示唆された。

今後の課題

まず本研究では調査協力者を女子大学生としたが、両親にも質問紙調査を実施することで、より詳細で具体的な検討が可能になると考える。次に尺度の質問項目について、環境の変化について考慮する必要があると考える。例えば、就業形態の多様化により生じる両親の転勤や単身赴任、大学入学を機に一人暮らしを始めた調査協力者が多かったことから、共有体験については父母の役割が変化していることや、「友人」についても「大学の友人」「大学進学以前の友人」など関わり方の違いが推測されることから今後詳細に検討する必要がある。

VI. 引用文献目録

- 古川 壽亮・大野 裕・宇田 英典・中根 允文(2003). 一般人口中の精神疾患の簡便なスクリーニングに関する研究. 平成 14 年度厚生労働科学研究費補助金(厚生労働科学特別研究事業)心の健康問題と対策基盤の実態に関する研究 研究協力報告書
- 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.
- 堀恭子・いとう たけひこ.(2014). 高校生の自尊感情と共有体験. 日本発達心理学会第25回大会発表論文集, 385.
- 川上憲人・近藤恭子・柳田公佑・古川壽亮.(2005). 成人期における自殺予防対策の在り方に関する精神保健的研究. 厚生労働省 H16

- 加藤隆勝・高木秀明.(1980). 青年期における独立意識の発達と自己概念との関係. 教育心理学研究, 28, 336-340.
- 経済同友会. (2015). これからの企業・社会が求める人材像と大学への期待～個人の資質能力を高め、組織を活かした競争力の向上～
- Kessler, R.C. Andrews, G. Colpe, L.J. Hiripi, E. Mroczek, D.K. T.Normand, S.L. Walters, E.E. and Zaslavsky, A.M. (2002). Short screening scales to monitor population prevalences and trends in non-specific psychological distress, *Psychological Medicine*, 32, 959-976.
- 国土交通白書. (2017). <http://www.mlit.go.jp/hakusyo/mlit/h28/hakusho/h29/index.html>
- 近藤卓. (2004). 家庭でどう常識を身につけさせるか. 児童心理, 金子書房
- 近藤卓. (2007). 命の教育の理論と実践. 金子書房
- 近藤卓. (2010). 自尊感情と共有体験の心理学. 金子書房
- James, W. (1890). *The Principles of Psychology*. Dover Publication, Inc.
- Johnson, J., Wood, A.M., Gooding, P., Taylor, P.J., & Tarrier, N. (2011). Resilience to suicidality: The buffering hypothesis. *Clinical Psychology Review*, 31, 563-591.
- Martin, A.J., & Marsh, H.W. (2006). Academic resilience and its psychological and educational correlates: A construct validity approach, *Psychology in the Schools*, 43 (3), 267-281.
- Masten, A. S., Garmezy, N., Tellegen, A., Pellegrini, D.S., Larkin, K. & Larsen, A. (1988) Competence and stress in school children: The moderating effects of individual and family qualities. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 29, 745-764.
- Masten, A. S., & Powell, J.L. (2003). A resilience framework for research, policy, and practice. In S. S. Luthar (Ed.), *Resilience and vulnerability: Adaptation in the context of childhood adversities* (pp.1-25). New York, NY: Cambridge University Press.
- 松下姫歌・吉田美悠紀. (2007). 現代青年の友人関係の“希薄さ”の質的側面. 広島大学大学院教育学研究科紀要, 第三部, 教育人間科学関連領域, No.56, 161-169.
- 箕口正博・千田茂博・久田 満. (1989). 学生用ソーシャルサポート尺度作成の試み(2). 日本社会心理学会第30回大会発表論文集, 145-146.
- 村木良孝. (2015). レジリエンスの統合的理解に向けて—概念的定義と保護因子に着目して—東京大学大学院教育学研究科紀要, 55, 281-289.
- 文部科学省. (2017). 平成29年度学校基本調査（速報値）の公表について.
http://www.mext.go.jp/component/b_menu/other/_icsFiles/afieldfile/2017/08/03/1388639_1.pdf
- 内閣府. (2014). 平成29年版高齢社会白書.
http://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2017/zenbun/29pdf_index.html
- 中間玲子. (2013). 自尊感情と心理的健康との関連再考 —「恩恵享受的自己感」の概念提起—. 教育心理学研究, 2013, 61, 374-386.
- 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.
- 大島聖美. (2009). 妻から夫への信頼感が青年期後半の娘の心理的健康に与える影響. 発達心理研究, 20.4, 351-361.
- 大島聖美. (2013). 夫婦間の信頼感と両親からの指示的関わりが若者の心理的健康に与える影響の男女差. 発達心理学研究, 24.1, 55-65.
- Rutter, M., & Garmezy, N. (1983). Developmental psychopathology. In P. Mussen (Ed.), *Handbook of child psychology* (vol.4, pp.775-911). New York: Wiley
- 島井哲志・長田久雄・小玉正博. (2009). 健康心理学・入門. 有斐閣
- 鈴木有美. (2002). 自尊感情と主観的ウェルビーイングから見た大学生の精神的健康—共感性およびストレス対処との関連—. 名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要, 49, 145-155.
- 総務省統計局. (2001). 社会生活基本調査.
- 高倉 実・崎原盛造・奥古田孝夫. (2002). 大学生の抑うつ症状に関連する要因についての短期的縦断研究. 民族衛生, 66, 109-121.

- 高比良美詠子.(1998).対人・達成領域別ライフイベント尺度(大学生用)の作成と妥当性の検討.社会心理学研究,14, 320-333.
- Taylor, S.E. (1989).Positive illusions : Creative self-deception and healthy mind .New York:Basic Books
- 豊田加奈子・松本恒之.(2004).大学生の自尊心と関連する諸要因に関する研究.東洋大学人間科学総合研究紀要,創刊号, 38-54
- Wyman,P.A.,Cowen,E.L.,Work,W.C.,Hoyt-Meyers,L.,Magnus,K.B.&Fagen,D.B. (1999). Caregiving and developmental factors differentiating young at-risk urban children showing resilient versus stress-affected outcomes: A replication and extension. *Child Development*,70,645 - 659.
- 上田裕美.(2002).抑うつ感を訴える大学生.教育と医学,50(2), 428-433
- 山田裕子.宮下一博.(2007).青年の自立と適応に関する研究：これまでの流れと展望.千葉大学教育学部研究紀要, 55,7-12.

VII. 参考文献目録

- 近藤卓.(2012). PTG-心的外傷後成長.金子書房
- 酒井厚・菅原ますみ・眞榮城和美・菅原健介・北村俊則.(2002).中学生の親および親友との信頼関係と学校適応.教育心理学研究,50,12-22
- 田村隆宏.(2012a).青年期の精神的回復力に及ぼす幼少期の親子関係の影響：親との親密性の影響.日本心理学会第76回発表論文集
- 大貫敬一・佐々木正弘.(2001).適応と援助の心理学 適応編 培風館.
- 小塩真司.(1998).青年の自己愛傾向と自尊感情.友人関係のあり方との関連.教育心理学研究, 46, 280-290.
- Taylor, S.E., & Brown, J.D. (1988). Illusion and well-being: A social psychological perspective on mental health. *Psychological Bulletin*, 103, 193-21.
- Taylor, S.E., & Brown, J.D. (1994). Positive illusion and well-being revisited: Separating fact from fiction. *Psychological Bulletin*, 116, 21-27.

付記

本研究の調査にご参加下さいました学生の皆様, ご協力いただきました先生方, ありがとうございます。大変感謝しております。本研究を執筆するにあたり, ご指導を賜りました青木みのり教授に, 心より感謝申し上げます。