九州大学学術情報リポジトリ
Kyushu University Institutional Repository

資源の認知と活用を考慮したResilienceの4側面を測定する4つの尺度

井隼，経子

中村，知靖

https://hdl.handle.net/2324/17914

出版情報：パーソナリティ研究，2008．日本パーソナリティ心理学会
バージョン：
権利関係：

KYUSHU UNIVERSITY

パーソナリティ研究
2008　第17巻　第1号　39–49

原　著

© 日本パーソナリティ心理学会 2008

資源の認知と活用を考慮したResilienceの4側面を測定する4つの尺度

井　隼　経　子　　中　村　知　靖
九州大学　　九州大学

Resilienceとは，有害な出来事によるダメージを和らげるパーソナリティ特性の一種である。本研究は，Resilienceにおける4つの側面を個別に測定する4つの尺度を作成することを目的とした。資源の所在とその処理の観点から，Resilienceを（1）個人内資源の認知，（2）個人内資源の活用，（3）環境資源の認知，（4）環境資源の活用の4つの側面に分類した。447名の大学生を対象とした調査から各側面を測定する尺度を作成した。SDSとの有意な相関により各尺度は妥当であることが確認された。このモデルにより，従来よりも詳細にResilienceを検討することが可能となるだろう。

キーワード：レジリエンス，資源の認知，資源の活用

問題と目的

近年，心の健康に関する問題が注目されている。それに関わる心理的要因の1つにResilienceがある。Resilienceとは，心のしなやかさ，つまりダメージを和らげる働きをする力である（Schaffer, 1998 無藤・佐藤訳 2001）。初期のResilience研究ではあくまで深刻な状況での心的影響について議論されていたが（例えば，Rutter, 1987），災害や虐待といった過酷な状況だけでなく，ネガティブライフイベントによる急性的なストレスや，生活に関わる慢性的なストレスなどから精神症状の発現に至ることもあるため，日常的生活場面におけるResilienceも注目されている（小塩・中谷・金子・長峰，2002）。Resilienceは一般には「弾力性」と表現されることが多いが（Schaffer, 1998 無藤・佐藤訳 2001），現在のところ研究者の間で一致した定義は得られておらず，個人内特性に着目した考え方（Wagnild & Young, 1993; Jew, Green, & Kroger, 1999）と，また個人が危機をいかに取り扱うかという，適応機能の動的なプロセスを明らかにしようという考え方 (Luthar, Cicchetti, & Becker, 2000; Masten, Best, & Garmezy, 1990) が主にとられている。

Resilienceを規定する要因は，特に「資源」と呼ばれる。資源は，（1）個人の気質，パーソナリティ，統制の所在などを含む「個人内資源」と（2）家族，友人などからのソーシャルサポート，モデリングの対象となるような人物の存在といった「環境資源」の2つに大別される (Masten et al., 1990)。

日常的な生活におけるResilienceを捉えるため，多くの尺度が作成されてきた。例えば，Wagnild & Young (1993) のResilience尺度，Jew et al. (1999) の尺度，日本で言えば小塩他 (2002) の「精神的回復力尺度」などが代表的なものとして挙げられる。但し，これらの尺度は主にResilienceの高い者 (Resilient) はどのような心理的特性を持っているのかという「個人内資源」に着目したものである。一方で，家族や友人からのサポートという「環境的資源」に関する項目は非常に限られており，測定の対象となっているとは言いがたい。そ

こで，Friborg，Hjemdal，Rosenvinge，& Martinussen (2003) は「ソーシャルサポート」と「家族の調和」という2つの「環境資源」に関する項目を取り入れ，「個人内資源」と「環境資源」の両面を捉える新たな成人用のResilience尺度を開発した。

このようにResilienceに関するさまざまな尺度が開発されているが，それらの尺度に共通する問題として，能力や特性を持っていることを自ら認識しているかどうかという「資源の認知」の話に限ってしまっていることがある。実際にこれまで用いられてきた項目の内容は，「私は自分の能力を信じている」や，「私には困ったとき助けてくれる家族がいる」といったもので，自分には資源があるのかどうかといったことまでしか知ることができない。言い換えれば先行研究では，持っている資源を認知していることと，その資源を用いているということとを暗黙のうちに結び付けて考えていた。したがって既存の尺度では，保持する資源を「認知し」，それをうまく「活用する」という二つの側面を直接的に捉えることができていないと考えられる。

しばしば事例的研究の中でも，Resilientはソーシャルサポート等を引き出すような働きかけを自ら積極的に行う (Masten et al., 1990) といった側面を持つことが観察されている。すなわちResilientにとっては多くの資源を所有するということと同様にそれら資源をどれだけ有効に活かすのかという実際の行動力も重要なものである。従って，資源の認知とその活用に関して，それぞれ個別に測定できる尺度の作成が必要であると考える。

そこで本研究ではResilienceを4つの側面から説明する。資源の処理においては，Resilienceは『自分や周囲にある「資源」を自分が持っていると「認知」すること』と『資源をうまく「活用する」こと』の二つに分類され，さらに，資源の所在においては，個人内資源と環境資源の二つに分けられた。すなわち，われわれはResilienceを（1）個人内資源の認知，（2）個人内資源の活用，（3）環境資源の認知，（4）環境資源の活用の4つに分類した。

4側面についてそれぞれ説明する。まず「個人内資源の認知」は，自己に内在する資源となるような特性，要因を認知しているかどうかを表す。つまり，自己効力感，自己信頼感，柔軟性，判断力といった特性を個人が持ち，知ることである。これは先行研究ではWagnild & Young (1993) やJew et al. (1999) の尺度，特にわが国では小塩他 (2002) の「精神回復力尺度」で取り上げられていた部分に相当する。「個人内資源の活用」では，認知された個人内資源の特性，要因を実際にはどのように，どの程度活かすことができるのかといったことを考慮する。これまでの尺度では，直接的にこの側面を扱ったものはない。「環境資源の認知」では，自分の周囲にサポートをしてくれる人，モデリングの対象となる人が存在するかどうかといった，対人関係面の資源に焦点を当てている。既存の尺度でいえば，Friborg et al. (2003) によって取り入れられた環境資源に一致する。しかし彼らの尺度では資源として主に家族とその他友人等の2者しか扱われておらず，その範囲は狭い。また，Werner & Smith (1992) やMasten et al. (1990) など，観察研究の中では貧困，地域の治安といった要素も取り上げられており，これらも環境資源に含めることができると考えられる。しかし，本研究は日本の大学生一般を対象としたため，彼らの経済的，社会的条件はほぼ同等のものであるとみなし，対人面に限り検討を行うこととする。「環境資源の活用」では，認知された環境資源をどのように，どの程度活かしているのかということを検討する。既存の尺度では，この部分を測定するものは存在しない。

このように，Resilienceは異なる4つの次元からなると想定し，本研究では，このResilienceの4側面モデルに基づいて，各側面を個別に捉えることができる新たな尺度を開発する。また，クロ

ンバックの α 係数で信頼性の検討を，SDS（ツァン自己評価式抑うつ尺度： Zung's Self-Depression Scale）との関係を見ることで妥当性の検証を行う。先行研究ではResilienceと抑うつとの間に負の相関があることが示されている (Wagnild & Young, 1993)。したがって本研究においても，本尺度とSDSの値には負の相関関係が得られると予測できる。

方　法

予備調査

本研究は設定したモデルにおける4つの側面を個別に測定する尺度を作成する。予備調査ではこれまでの研究で取り上げられた，逆境におけるResilientが持っている資源と，われわれが日常で用いる資源とが一致するか，またそれが実際にどのように用いられているかを確認し，そして，それをもとに項目を作成した。

自由記述調査には，福岡県内の大学生85名（男性43名，女性40名，不明2名：平均年齢18.5歳）に協力してもらった。また，2度目の調査には，福岡県内の専門学校生99名（男性28名，女性69名，不明2名：平均年齢20.4歳）に協力してもらった。

項目作成のため，Resilienceの概念を確認する調査を自由記述にて行った。調査時期は2005年4月下旬であった。調査協力者には，「落ち込みからの回復に役だつ（1）自分自身の特徴とその活用方法，（2）自分自身の周囲にある落ち込みからの回復のための助けとなる人間関係とその活用方法」を自由に記述するよう教示が与えられた。これらの結果を分類し，それもとに項目を作成した。また，作成の際に，調査のみでは不足すると思われる項目を，Friborg et al. (2003)，小塩他 (2002)，そしてWagnild & Young (1993) を参考に補った。質問紙の構成は，（1）個人内資源の認知尺度（30項目），（2）個人内資源の活用尺度（56項目），（3）環境資源の認知尺度（31項目），（4）環境資源の活用尺度（47項目）の4つであった。これら4尺度を用いて5件法にて調査を行った。調査時期は2005年6月から7月の間に行われた。

自由記述調査によるデータを分類し，それを参考に作成された項目のうち，意味が重複すると思われるもの，分かりにくいものを削除，改訂し，次にこれらの項目を実際に尺度化して本調査を行った。

本調査

調査協力者　福岡県内の大学生，専門学校生447名（男性126名，女性318名，不明3名：平均年齢19.2歳）であった。

手続き　予備調査によって作成された項目群で構成された尺度を用いて，質問紙調査を行った。調査は集団で行われ，講義時間の一部を利用して実施された。

尺度構成　フェイスシートを除いた全131項目からなっていた。その構成は予備調査で作成したResilienceに関する4尺度（（1）個人内資源の認知尺度：全36項目，（2）個人内資源の活用尺度：全38項目，（3）環境資源の認知尺度：全24項目，（4）環境資源の活用尺度：全33項目）である。これら4尺度には全て5件法（（1）個人内資源の認知尺度，（3）環境資源の認知尺度においては，5：非常に当てはまる～1：まったく当てはまらない，（2）個人内資源の活用尺度，（4）環境資源の活用尺度においては，5：とてもよく行う～1：全く行わない）にて回答させた。

尺度妥当性の検討　SDSの測定は，先に示したResilienceの4側面尺度の調査と同時に行われた。SDSは，項目20の「死にたいと思うことがある」という1項目を除き，全19項目で実施された。評定方法は，ほとんどない（1）から，ほとんどいつもある（4）の4件法で行われた。

結果と考察

因子分析

尺度の構造を確認するため，4つそれぞれにお

Table 1　認知・個人の因子パタン行列と因子間相関行列（重みなし最小2乗法，プロマックス回転後）

項目		F1（楽観的思考）	F2（社交性）	F3（関心の持続・多様性）	F4（有能感）	共通性
楽天家である。		**.764**	.047	.009	−.066	.515
気持ちの切りかえが早い。		**.673**	−.015	−.038	.149	.449
あまりこだわらない。		**.670**	−.131	.029	.004	.372
すぐに開き直ってしまう。		**.659**	−.021	−.145	.061	.376
単純である。		**.613**	.052	.051	−.310	.375
なにごとにも前向きである。		**.535**	.067	.346	.029	.464
あきらめがいい。		**.441**	−.030	−.227	.103	.255
会話が好きである。		−.100	**.924**	.010	−.025	.726
人と話すことが好きである。		−.026	**.909**	−.004	−.153	.709
初対面の人とでもすぐに仲良くなれる。		.044	**.574**	−.017	.108	.352
はっきりものごとを言える。		.050	**.432**	−.170	.317	.289
なんにでも真剣に取り組む。		−.057	−.106	**.702**	−.041	.314
学校での活動や勉強に強く関心を持つ。		−.050	−.065	**.674**	.019	.360
やるべきことはきちんと最後までやりぬく。		−.068	.006	**.510**	.191	.323
学校で，楽しいと思うことがある。		.018	.196	**.454**	−.03	.329
ものごとを論理的に考えることができる。		−.152	−.074	−.007	**.674**	.324
さまざまな問題を解決していける能力がある。		.054	.164	.209	**.509**	.389
自分自身を頼りにしている。		.105	−.003	.128	**.471**	.263
自分のことについて客観的に考えることができる。		−.054	.000	.054	**.429**	.199
人の言葉には左右されない。		.160	−.015	−.139	**.427**	.208
因子間相関	F1	1.000				
	F2	.246	1.000			
	F3	.144	.375	1.000		
	F4	.215	.185	.206	1.000	

いて探索的因子分析（重みなし最小2乗法，プロマックス回転）を行った。分析にあたっては，SPSS ver. 12.0を使用した。スクリープロットの減衰状況より，（1）個人内資源の認知尺度，（2）個人内資源の活用尺度は4因子解，また（3）環境資源の認知尺度，（4）環境資源の活用尺度は3因子解が妥当と判断し，それぞれ4，3因子解を仮定しての分析を行った。さらに因子負荷量が（1）個人内資源の認知尺度，（2）個人内資源の活用尺度では0.40以下になる項目，また（3）環境資源の認知尺度，（4）環境資源の活用尺度においては2因子に渡って0.40以上になるものを除き，再度分析を行った。

（1）個人内資源の認知尺度（認知・個人）　認知・個人尺度では4因子解が妥当とされた。Table 1は認知・個人尺度の因子分析の結果を示している。以下にそれぞれの尺度名を示す。第1因子は楽天的，またあまりこだわらないといった項目群であることから，「楽観的思考」と命名した。第2因子においては，人とのかかわりを表す項目であるため「社交性」とし，また第3因子は何にでも真剣に取り組む，また，さまざまなことに関心を持つなど，多方面への関心と粘り強さを示す項目群であることから，「関心の持続・多様性」と命名した。最後に第4因子においては自分の能力に関する項目群であるため「有能感」と命名した。これらの特徴は，Rutter (1987) や Masten et al. (1990) など多くの先行研究の中でもResilienceを持つ人物の特徴として挙げられたものと一致している。この結果は，Resilience尺度を作成した予

Table 2　活用・個人の因子パタン行列と因子間相関行列（重みなし最小2乗法，プロマックス回転後）

項目	F1（楽観的行動）	F2（熟慮的行動）	F3（気ばらし行動）	F4（状況分析行動）	共通性
失敗はあまり気にしすぎない。	**.838**	.157	−.096	.021	.602
問題についてしつこく考えず，割りきる。	**.772**	.085	.044	−.052	.566
嫌なことはすぐに忘れてしまう。	**.746**	.075	−.003	−.042	.532
どうにかなるだろう，と開き直る。	**.720**	−.047	.012	.053	.528
てきとうに見きりをつける。	**.665**	−.153	−.040	.040	.485
特に何も考えない。	**.571**	−.286	−.063	.114	.434
無理やりにでも前向きに考える。	**.407**	.239	.207	.029	.339
一度失敗しても，その次はうまくいくようにしようと工夫する。	.144	**.747**	.091	−.206	.442
自分には足りない部分があることを認め，そこをおぎない高めていこうとする。	−.032	**.692**	.049	.022	.475
どうして問題がおこったのかを考え，同じ原因を作らないようにする。	.015	**.633**	−.053	.016	.394
問題やその原因について自分なりに考える。	−.155	**.580**	−.057	.026	.421
困難を克服することは，意味があると考える。	−.002	**.572**	.059	.036	.335
問題について何がいけなかったのか，何が落ちこませるのかをよく考える。	−.186	**.498**	−.042	.196	.412
冷静に問題を受け止める。	.169	**.488**	−.161	.093	.313
自分のさまざまなところに目を向ける。	−.050	**.415**	.007	.253	.345
学校の活動や勉強に意欲的に取り組む。	.018	**.409**	.186	−.044	.275
夢中になれるものに打ちこむ。	−.027	.143	**.769**	−.148	.509
好きなことを行って安心する。	−.081	.035	**.742**	−.060	.457
好きなことを行って自己満足している。	−.132	−.262	**.729**	.212	.513
好きなことを行い，ストレスを発散している。	.028	.130	**.612**	−.120	.393
傷つく原因となったこととは違うことに熱中する。	.056	−.084	**.474**	−.010	.244
趣味など自信のあることを行い，自分の価値や能力を確認する。	−.029	.121	**.472**	.213	.426
自分の好きなことをして，忘れてしまっている。	.304	−.254	**.457**	.051	.458
楽しいこと，いいことをイメージして，気分をまぎらわす。	.051	.061	**.428**	.060	.315
落ちこむことでどんな利点があるのか，考えている。	−.005	.051	−.103	**.598**	.315
悩む必要があるのか考える。	.075	−.011	−.035	**.516**	.279
問題の中によい部分はないのか考える。	−.026	.228	−.005	**.501**	.362
否定された面とは違う自分のいいところに目を向ける。	.108	.093	.129	**.477**	.410
自分の持っている問題よりももっと大げさなことを想像してみて，自分はそこまでひどくないから大丈夫と考える。	.013	−.056	.058	**.428**	.259
因子間相関 F1	1.000				
因子間相関 F2	−.117	1.000			
因子間相関 F3	.360	.152	1.000		
因子間相関 F4	.160	.349	.308	1.000	

備調査の結果ともほぼ一致するものであり，強固な構造であると考えられる。またクロンバックのα係数は.782と高い値であり，信頼性は十分であると判断できる。

（2）個人内資源の活用尺度（活用・個人）　活用・個人尺度でも，認知・個人尺度同様4因子解が妥当とされた。Table 2は活用・個人尺度の因子分析の結果を示している。以下に因子名を示す。まず，第1因子では，失敗をあまり気にしすぎない，開き直るといった深く問題等にこだわらず前向きに考えるという行動に関する項目群であることから，「楽観的行動」と命名した。第2因子については問題について熟慮し，再度同じ過ちを起こさないよう工夫するといった内容の行動を表す項目群が含まれることから，「熟慮的行動」と，第3因子には何か他の行動をして気分を紛らわすといった内容の項目群が含まれるため「気ばらし行動」とし，さらに第4因子は今置かれる状況など

Table 3　認知・環境の因子パタン行列と因子間相関行列（重みなし最小2乗法，プロマックス回転後）

項目		F1（家族資源）	F2（友達資源）	F3（仲間・先輩資源）	共通性
悩みを聞いてくれる家族がいる。		**.883**	−.029	−.039	.764
困ったときに助けてくれる家族がいる。		**.861**	.058	−.055	.718
なんでも言い合える家族がいる。		**.857**	−.013	−.109	.716
いっしょにさまざまなことを楽しめる家族がいる。		**.815**	−.099	.095	.658
自分の能力・価値を認めてくれる家族がいる。		**.750**	.124	−.041	.611
客観的な意見をくれる家族がいる。		**.742**	.011	.045	.572
お手本となる家族がいる。		**.721**	−.066	.092	.538
なんでも言い合える友達がいる。		−.011	**.907**	−.110	.642
一生付きあっていくことができるといえる友達がいる。		−.101	**.875**	−.052	.601
困ったことを相談できる友達がいる。		.041	**.783**	.061	.685
自分の話をじゅうぶん聞いてくれる友達がいる。		.010	**.773**	.052	.611
くだらないことを言い合える友達がいる。		−.013	**.616**	.065	.466
自分の能力・価値を認めてくれる友達がいる。		.094	**.595**	.127	.522
自分とは違った考えを与えてくれる仲間・先輩がいる。		−.009	−.078	**.765**	.542
お手本となる仲間・先輩がいる。		.025	−.012	**.750**	.618
同じような問題を抱えている仲間・先輩がいる。		−.004	−.030	**.672**	.449
同じ目的に向かってがんばっている仲間・先輩がいる。		−.051	.048	**.605**	.436
お手本となる友達がいる。		.029	.214	**.489**	.573
実際にどん底から立ち直った友達がいる。		−.026	.011	**.450**	.246
自分とは違った考えを与えてくれる友達がいる。		.030	.287	**.422**	.548
因子間相関	F1	1.000			
	F2	.387	1.000		
	F3	.356	.660	1.000	

を多角度的に捉えようとする行動を表す項目群であることから「状況分析行動」と命名した。これら4つは認知・個人の中の4つと対応関係にあるものもある（「楽観的思考」と「楽観的行動」，「関心の持続・多様性」と「熟慮的行動」）。このことは，認知された資源を活用しているという本研究の4側面モデルに当てはまる結果である。

また，活用・個人の尺度は，大きく2つに分類することができる。まず，「楽観的行動」と「気ばらし行動」のまとまりである。これらはその項目内容から，問題について回避的な行動をとるものであることがわかる。そして「熟慮的行動」と「状況分析行動」のまとまりであるが，こちらは問題に対して直接的に向き合う行動をとるものである。つまり，何か問題が生じ落ち込んだ状態から回復するとき，われわれは問題そのものについて対処するのではなく，いったんその状況から離れる方略と，ダメージの原因やそれに至った状況についてじっくり考え，解決方法やプラス面を見出していこうとする方略とをとり得ることが示された。個人内資源の活用尺度のクロンバックの α 係数は.831であり，個人内資源の認知尺度同様，十分な信頼性があることを示した。

（3）環境資源の認知尺度（認知・環境）　認知・環境尺度は3因子構造が妥当とされた。Table 3は認知・環境尺度の因子分析の結果を示している。第1因子は家族資源の有無を問う項目群であるため，「家族資源」と命名した。第2因子は実際に状況や環境を共有でき，直接的な働きかけが行われる友達に関する項目であるため「友達資源」と命名し，また第3因子にはモデルとなる存在，あるいは指導者的役割を求める存在の有無，また仲間集団へ属すること自体に意味があるとする内容に関する項目群が含まれるため「仲間・先輩資

Table 4　活用・環境の因子パタン行列と因子間相関行列（重みなし最小2乗法，プロマックス回転後）＊逆転項目

項目		F1（家族資源の活用）	F2（仲間・先輩資源の活用）	F3（友達資源の活用）	共通性
家族に悩みや意見を聞いてもらっている。		**.942**	−.103	.042	.871
家族に何でも思うことを話して，聞いてもらっている。		**.899**	−.080	.010	.816
家族（母親，きょうだいなど）にアドバイスを求める。		**.899**	−.085	.060	.819
悩みがあれば，家族にぶつけている。		**.890**	−.054	.009	.814
困ったことが起きたときは，家族に助けてもらっている。		**.818**	−.009	−.045	.651
家族といろいろな時間を共有している。		**.725**	.009	.037	.571
家族といっしょに，問題や自分の長所，短所について話し合う。		**.693**	.142	−.085	.533
家族のことに強く関心を持つ。		**.640**	.188	−.077	.579
母親に思いきり甘えている。		**.616**	.084	.014	.486
家族の誰かが困っているとき，すぐ助ける。		**.502**	.139	−.002	.388
仲間・先輩と困っていることではないことを話す。		−.011	**.774**	−.292	.526
仲間・先輩といっしょに同じ目標に打ちこむ。		−.063	**.717**	−.053	.491
仲間・先輩の行動を参考にして解決法を見つけている。		.005	**.666**	.014	.560
友達の楽しそうな姿がはげみになっていると感じる。		.016	**.634**	−.040	.409
仲間・先輩と過ごし，一人ではないという自信を得ている。		.018	**.623**	.154	.548
自分のことを考えてくれる仲間・先輩がいるというだけで，落ち込んでばかりいられないという気分になる。		−.092	**.620**	.058	.438
困っていることではないことを友達と話す。		.055	**.569**	−.228	.445
友達のことに強く関心を持つ。		.041	**.560**	.111	.522
自分の周囲のことに，強く関心を持っている。		.138	**.536**	−.009	.434
友達の行動を参考にして解決法を見つけている。		.044	**.491**	.102	.418
仲間・先輩の悩みを聞き，自分だけではないとはげまされる。		.158	**.473**	.190	.469
友達にグチや悩みを聞いてもらう。		−.022	−.066	**.805**	.590
友達に困ったことを話す。		.008	−.018	**.794**	.601
友達にはげましてもらう。		−.031	.030	**.788**	.644
人に何か相談することは難しく，なかなかできない。(*)		−.113	.282	**−.698**	.443
友達にアドバイスをもらう。		−.029	.185	**.697**	.648
友達に一緒に悩んでもらう。		.017	.080	**.670**	.523
友達に共感してもらう。		−.046	.213	**.603**	.552
あとで迷惑をかけたと罪悪感が残るので人の力は借りない。(*)		.028	.240	**−.575**	.279
友達に自分のそばにいっしょにいてもらう。		−.047	.280	**.522**	.553
因子間相関	F1	1.000			
	F2	.264	1.000		
	F3	.312	.544	1.000	

源」と命名した。

（4）環境資源の活用尺度（活用・環境）　活用・環境尺度では，概ね（3）の結果と同様の構造が示された。Table 4は活用・環境尺度の因子分析の結果を示している。第1因子から順に，「家族資源の活用」，第2因子では「仲間・先輩資源の活用」，また第3因子「友達資源の活用」と命名した。

（3）認知・環境尺度，（4）活用・環境尺度については両尺度ともに「友達資源」や「友達資源の活用」に仲間・先輩に関する項目が含まれ，また逆に「仲間・先輩資源」や「仲間・先輩資源の活用」の中に友達に関する項目が含まれることがあった。こうした各因子における下位項目の不整合は，「友達」および「仲間・先輩」の持つ社会的役割の多様性に由来するのではないかと思われる。「友達資源」という側面には，友達という対象に具体的に何か働きかけたり働きかけられたり，という具体的行動を起こすこと，また共感したり

何かを共有するといった情緒的結びつきを重視することの2つの要素が含まれていた。「仲間・先輩資源」では，「適切なお手本」といったモデリングの対象として，あるいは指導者的役割を資源に求めること，またそのような集団に自分が属しているという安心感や満足感を得ることといった要素が含まれていた。「友達資源」がより直接的な行動であることに対し，「仲間・先輩資源」は間接的な行動であり，実際に困ったときに目の前にいなくとも活用できる資源という側面をもっていた。しかしながら，この「友達」および「仲間・先輩」における直接・間接的な役割は，両者ともに少なからず認められるべきものである。すなわち，あるときは友達が間接的な資源として機能する場合もあれば，あるときには仲間や先輩が直接的な資源となることもある。このようなそれぞれが多重にもつ社会的役割のため，必ずしも「友達」と「仲間・先輩」がそれぞれの因子へ振り分けられることとはならなかったと考える。また，環境資源の認知尺度，環境資源の活用尺度のクロンバックの α 係数はそれぞれ.914および.920であり，これら2尺度の信頼性は十分であると判断された。

それに加えて，各尺度同士の関連性を検討するために相関分析を行った (Table 5)。4つの尺度すべてにおいて，中程度から高い相関があった (p<.01)。特に，環境資源の認知尺度と環境資源の活用尺度との相関は高かった。それに加えて，下位因子間にも多くの有意な相関関係が見られた (Appendix)。これらに関してはさらに詳細な検討が必要であろう。

Table 5　各尺度同士の相関係数一覧

	認知・個人	活用・個人	認知・環境	活用・環境
認知・個人	1.000	.521**	.397**	.269**
活用・個人		1.000	.330**	.368**
認知・環境			1.000	.715**
活用・環境				1.000

** p<.01

尺度の妥当性

尺度の妥当性を検討するため，SDS得点と各側面の尺度得点との相関を分析した。SDS (M=2.195, SD=.588) のクロンバックの α 係数は.796であった。結果としては，全体的な傾向として中程度からやや低い相関であったものの，予測のとおり4つの尺度とSDSとの間に有意な負の相関が示された (Table 6)。この結果は各尺度の妥当性を示して

Table 6.　各4尺度および各因子とSDSとの相関係数一覧

楽観的思考	社交性	関心の持続・多様性	有能感	認知・個人
−.360**	−.222**	−.312**	−.236**	−.467**
楽観的行動	**熟慮的行動**	**気ばらし行動**	**状況分析行動**	**活用・個人**
−.278**	−.226**	−.119*	−.167**	−.358**
家族資源	**友達資源**	**仲間・先輩資源**		**認知・環境**
−.225**	−.252**	−.165**		−.284**
家族資源の活用	**仲間・先輩資源の活用**	**友達資源の活用**		**活用・環境**
−.061	−.159**	−.172**		−.166**

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

いる。また，それぞれの尺度別にみると，個人内資源の2側面の方が環境資源のものよりも相関が高かった。その理由としては，抑うつを測定するSDSを用いたためであると考えられる。抑うつに関連する要因は，外界の出来事そのものよりも物事に対する否定的な認知様式にあるといわれる(Beck, Rush, Shaw, & Emery, 1979)。そのため，本研究でも認知的要因である個人内資源の方がよりSDSと相関していたと考えられる。

また，資源別に見ると，同一資源内では認知的側面の方が活用的側面よりもSDSとの相関が高かった。上記のように，抑うつに関する要因は認知的なものが支配的であるため，Resilienceの認知的側面の方が抑うつを測定するSDSと相関しやすかったのではないかと考えられる。

さらに，SDSは家族資源の活用を除くすべての因子との間に有意な負の相関を示した。上記した各尺度との相関からもこの結果は妥当であると考える。家族資源の認知とSDSとの間に有意な相関が見られたことは，家族資源がResilienceにとって有用であるとするFriborg et al. (2003) の見解と一致しているが，一方で，本研究では家族資源の活用とSDSとの間に有意な相関が得られなかった。この家族資源活用の必要性の問題に関してはさらなる検討が必要だろう。

総合考察

本研究の目的は，Resilienceに対してより多面的に捉えることができる尺度を開発することであった。本研究で開発された尺度は，これまで主として個人内資源の認知のみに焦点が当てられていたResilience尺度に対し，(1) 個人内資源の認知，(2) 個人内資源の活用，(3) 環境資源の認知，(4) 環境資源の活用という4つの側面からの視点を導入した尺度を作成することで，Resilienceをより具体的かつ総括的に捉えることを可能にした。特に，資源に対する認知的側面と活用的側面を峻別したことはこれまでにない取り組みであった。得られたデータについての因子分析の結果，4つの尺度はそれぞれ複数の因子からなることが分かった。すなわち，本尺度は個人内・環境資源それぞれについて認知面と活用面が存在し，これまでの研究のように認知的側面を測定するだけでなく活用面を考慮することの重要性を示唆した。

これまでのResilience研究，特に尺度研究では，Resilientがどのような特徴を持っているのかに関心が向けられており，尺度によってそれを捉えようとしたものが多かった。一方で本研究は，Resilienceそれ自体を捉えるための尺度を開発することを主題とした。本研究にて作成された尺度を用い，より細部までResilienceを分析することで，重大事故や劣悪な生育条件などの過度に深刻な場面だけでなく，より日常に即したResilienceを理解していく糸口を提供した。

冒頭で述べたとおり，Resilienceには個人の性格特性を重視する立場と適応プロセスを重視する立場の二つの流れが存在するが，本研究は双方の立場を総合的に捉え，それらの間につながりを示唆した。すなわち，前者は認知的側面に対応し，後者は活用的側面に対応している。しかしながら，尺度同士の相関が高く，尺度間の弁別的妥当性に問題をはらんでいるという点は否めない。さらに，背後にどのようなメカニズムが存在するのかといった課題も残されており，これらは今後の研究にて明らかにされるべきである。

今後は4側面モデルとそれに基づく各尺度の更なる検討が必要となるだろう。例えば，各側面に含まれる他の要因についての検討をさらに行うことが必要である。また，尺度を構成する項目の一つ一つの精度や各尺度の独立性に関して精査しなければならない。さらに，他の尺度や概念との関連をより詳しく検討することにより，ストレス耐性やストレス・コーピングなどの他の心的防衛機構との境界が不明瞭なResilienceという概念の具象化が可能となるであろう (Wright, Fopma-Loy, & Fischer, 2005)。本研究の作成した尺度項目は，多

くの先行研究における理論的背景に基づく分類を行い，自由記述および評定による複数回の予備調査をもとに厳密に行われた。しかし，この尺度の根本となるモデルについて，そもそもResilienceをこのように分類したことが妥当であるのか，また，これらが本当にResilience自体を測定しているのかという妥当性の問題は，抑うつ尺度 (SDS) との相関を得ただけでありまだ十分に検討できたとは言えない。今後，本尺度を用いた時系列的な調査，例えば，Resilienceの高い群と低い群との比較や，これら2群のSDSにおける推移の比較を行うことにより，妥当性の検証をより詳細に行うことができるであろう。

引用文献

Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F., & Emery, G. (1979). *Cognitive therapy of depression.* New York: Guilford Press.

Friborg, O., Hjemdal, O., Rosenvinge, J. H., & Martinussen, M. (2003). A New rating scale for adult resilience: What are the central protective resources behind healthy adjustment? *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, **12**, 65–76.

Jew, C. L., Green, K. E., & Kroger, J. (1999). Development and validation of a measure of resiliency. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, **32**, 75–89.

Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, **71**, 543–562.

Masten, A. S., Best, K. M., & Garmezy, N. (1990). Resilient and development: Contributions from the study of children who overcome adversity. *Development and Psychopathology*, **2**, 425–444.

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.

Rutter, M. (1987). Psychological resilience and protective mechanisms. *American Journal of Orthopsychiatry*, **57**, 316–331.

Shaffer, H. R. (1998). *Making decisions about children.* 2nd ed. London: Blackwell Scientific Publications.
（シャファーH. R. 無藤　隆・佐藤恵理子（訳）(2001). 子どもの養育に心理学がいえること　新曜社

Wagnild, G. M., & Young, H. M. (1993). Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*, **1,** 165–178.

Appendix　各下位尺度間の相関

	個人・認知				個人・活用			
	楽観的思考	社交性	関心の持続・多様性	有能感	楽観的行動	熟慮的行動	気ばらし行動	状況分析行動
楽観的思考	1.000	.194**	.065	.189**	.703**	.036	.225**	.108*
社交性		1.000	.251**	.238**	.034	.279**	.130**	.074
関心の持続・多様性			1.000	.248**	−.057	.407**	.067	.095*
有能感				1.000	.131**	.377**	.057	.229**
楽観的行動					1.000	−.075	.352**	.179**
熟慮的行動						1.000	.119*	.345**
気ばらし行動							1.000	.262**
状況分析行動								1.000
家族資源								
友達資源								
仲間・先輩資源								
家族資源の活用								
仲間・先輩資源の活用								
友達資源の活用								

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

Werner, E. E., & Smith, R. S. (1992). *Overcoming the odds: high risk children from birth to adulthood.* Ithaca, NY: Cornell University Press.

Wright, M. O., Fopma-Loy, J., & Fischer, S. (2005). Multidimensional assessment of resilience in mothers who are child sexual abuse survivors. *Child Abuse & Neglect*, **29**, 1173–1193.

— 2007.3.18 受稿，2008.2.28 受理—

Four Aspects of Resilience: Understanding and Utilization of Intra- and Inter-Personal Resources

Keiko Ihaya and Tomoyasu Nakamura
Kyushu University

The Japanese Journal of Personality 2008, Vol. 17, No. 1, 39–49

Resilience is a personality characteristic that can moderate potential damages due to harmful events. In the present study, we assumed that resilience had four aspects in regard with available resources: (1) understanding of own personal resources, (2) utilization of the same personal resources, (3) understanding of environmental resources, and (4) utilization of the same environmental resources. Therefore, we developed four scales measuring these aspects, with responses of 447 undergraduates. In addition, correlations of the four scales with Zung's Self Depression Scale indicated validity of the scales. In conclusion, we argued that the four scales of resource understanding and utilization should clarify the concept of resilience and promote empirical research on the important personality characteristic.

Key words: resilience, understanding of resources, utilization of resources

環境・認知			環境・活用		
家族資源	友達資源資源	仲間・先輩資源	家族資源の活用	仲間・先輩資源の活用	友達資源の活用
.190**	.107*	.130**	.057	.120*	.055
.245**	.423**	.365**	.170**	.341**	.402**
.277**	.310**	.404**	.222**	.364**	.240**
.060	.020	.059	−.011	.003	−.100*
.114*	−.070	−.026	.059	.077	−.112*
.196**	.268**	.346**	.155**	.373**	.181**
.183**	.118*	.190**	.168**	.345**	.200**
.122*	.099*	.178**	.221**	.291**	.151**
1.000	.351**	.319**	.752**	.290**	.306**
	1.000	.635**	.118*	.495**	.645**
		1.000	.140**	.690**	.449**
			1.000	.289**	.287**
				1.000	.501**
					1.000