

エゴ・レジリエンスと タイプA行動パターンとの関係について

目白大学大学院心理学研究科 畑 潮
目白大学人間学部 小野寺敦子

【要 約】

本研究では、企業の新入社員を対象に外部研修前・後のデータから、身体的ストレスを共通の変数として、エゴ・レジリエンス（ER）とタイプA行動パターンとの関係を検討した。研修前・研修後で有意差が認められた項目は、ER、身体的ストレス、タイプA合計得点、達成努力の4項目で、身体的ストレスは研修後に低下し、ERと達成努力が研修後に高くなっていった。重回帰分析の結果、研修前・研修後に共通して身体的ストレスを軽減する要因としてERと達成努力が強く関連しており、身体的ストレスを高める要因として時間的切迫性が関連していることが明らかになった。変数間の相関では、ERは身体的ストレスと有意な負の相関があり、タイプA合計得点、達成努力、時間的切迫性とは有意な正の相関があった。研修前・研修後ともほぼ同じ相関を示し、ERが一貫性のある安定した特性であることをうかがわせた。ERの高群低群の比較では、研修前・研修後ともERの高い人の方が一貫して身体的ストレスは低く、タイプA行動パターンをとる傾向があった。タイプA行動パターンが達成努力に強く影響されていたことから、ERの高い人は、研修という状況に積極的に対処し、身体的ストレスを軽減していることが示唆された。

キーワード：エゴ・レジリエンス、タイプA行動パターン、身体的ストレス

はじめに

エゴ・レジリエンス（ego-resilience, 以下ER）は「自我弾力性」とも訳され、状況からの要求にあわせて自らの行動を調整する能力と定義（Block & Block, 1980）されている。Blockらは、このERの対の概念として自我の衝動抑制／表出に関する個人の許容範囲であるエゴ・コントロール（ego-control, 以下EC）を提起している。ECは、一方に衝動や感情の抑制傾向のオーバー・コントロール、一方に比較的容易に衝動や感情を表出する傾向のアンダー・コントロールという2極の連続体上にある。この2極間で自己統制（EC）を柔軟に調整する能力がERで、ERの高い人は、状況に応じて適切に、あるいは必要のように自らの衝動をオーバー、

アンダーいずれにも調整することができる。ERの低い人は、状況にかかわらず、衝動抑制も表出も同水準に限定される。オーバーとアンダー2極間の自己統制（EC）が柔軟に調整できなければ、ストレスフルな状況下では結果としての行動は不適応につながる（Block & Kremen, 1996）。Blockら（Block & Block, 1980）は、パーソナリティのこれらの特性が、情動、思考、行動における個人差を生み出すメカニズムであるとしている。

ERの研究はパーソナリティ特性の恒常性や一貫性に注目し、ERというパーソナリティ特性の発達的研究を目的に行われてきた。具体的には、米国カリフォルニア・バークレーにある2つの幼稚園の128名の子どもの幼少期か

ら青年期、成人期までの長期研究を通じて成し遂げられた (Block & Block, 2006)。3, 4, 7, 11, 14, 18, 23歳時までの実証データに加え、非公式ではあるが32歳時までのデータが現在までに公開されている。各年齢時のERの相関から、ERに関して男性被験者では年齢を通じての一貫性が明らかとなったが、女性被験者については、幼児期と青年期以降とで途切れる。Blockら (2006) によれば、性差に基づく社会化や身体的成熟のために、青年期の変化は男子に比べて女子の方がより大きく、適応的問題がより急激にもたらされる。その結果、女子のERはこの時期に再構築され、以降は一貫性を保つ傾向があるとしている。

この縦断研究から派生したER研究は、満足 of 遅延の調整 (Funder & Block, 1989), IQ とER (Block, J. & Kremen, 1996) など数多くあり、ERを測定する方法論も確立されてきた。そうした広範な研究成果から、ERは環境的ストレス、葛藤、不確実な状況下での個人の適応能力に密接な関係があることが明らかにされ、個人の日常生活、対人関係、チャレンジ、そして人生の苦難の中で役割を果たしていることが明らかになっている (Klohn, 1996)。

しかしながら、こうした欧米の研究に対し、本邦におけるER研究はほとんどない。egoのつかない「レジリエンス」については、欧米の先行研究に加えて日本でも心理、教育、社会福祉、看護などの領域での研究 (小塩ら, 2002; 森ら, 2002; 得津, 2002, 入江, 2003など) が近年見られるようになった。「レジリエンス」は、米国ニューヨークの同時多発テロ事件後にクローズアップされたように、戦争や事件、貧困、飢餓、DVなど極端な逆境を克服する危機やストレスの予防因子として研究されてきたが、その後、際立った逆境を前提としない平均的な個人レベルの「レジリエンス」研究に移行した。近年は、当初の個人的に生来有している能力という見方から、個人、家族、地域との相互作用が注目されるようになり、個人内要因に加えて環境要因まで含む「レジリエンス」の構成要因が明らかにされている。「レジリエンス」研究は1950年代の有名なカウワイ島での縦断研究から始められたとされるが、同じ1950年代に子どもの性

格分類を行う中で見いだされ、理論によって導かれたER・ECの研究もまた同時期にスタートした縦断研究によっている。2つの研究は時期的に並行しながら、全く異なる道程をたどっているといえる。

一方、心身医学、公衆衛生学的な領域でさかんに研究されてきたタイプA行動パターンは、精神的、競争的、攻撃的、熱中する傾向、性急さといった行動要素の集合である行動傾向を指している。タイプA行動パターンをとるものは、その特徴ゆえに普段からストレス状態に陥りやすく、それが狭心症、心筋梗塞などの冠状動脈性心疾患 (以下、CHD) の原因につながっているといわれる。元来、タイプA行動パターンはCHDの心理・社会的危険因子として扱われてきたが、その明確な関係が見いだされないまま、むしろタイプAの中の敵意 (hostility) のみがCHDと関連があるという知見が発表され、タイプA行動パターンについての議論は終結したかのような様相を呈した。その後、身体的愁訴、抑うつ、不安などへの影響が指摘され、今日では広く心身に有害な要因として扱われている (鷲見, 2006)。タイプA行動パターンは、医学関連領域のみならず心理学関連領域でも膨大な数の研究が行われている (大芦, 2003)。競争原理や成果主義が称揚される昨今の状況下で、職業人に求められる特性がタイプA行動パターンの特徴と類似していることから、心身の健康に影響を与える行動、パーソナリティ傾向の一つとして、心理的な側面からの研究は現在も衰えていない。また、本邦のタイプA行動研究者の間には、日本では独自の文化や価値観に影響される特徴的なタイプA行動が存在するという共通認識が存在し、欧米で作成された判定法の内容には日本人の生活習慣に合わない部分があるとの指摘も多い (坂野ら, 1994)。日本人においてもタイプA行動がCHDの危険因子であるかどうかを確認する決定的な実証研究はこれまでなかったが、本年7月に厚生労働省研究班が「多目的コホート研究」からの成果として「タイプA行動パターンと虚血性心疾患発症リスクとの関連」と題する研究の概要を公表した¹⁾。この研究は、1990年、1993-94年に岩手、秋田、長野、沖縄、茨城、新潟、高知、長崎の

8県9保健所管内に住む40～69歳の男女約8万6000人を2003年まで、平均で11年半追跡した調査で、分析結果から「男女合計では統計学的に虚血性心疾患の発症リスクに差は見られず」、「タイプA行動パターンをとる男性の方が虚血性心疾患発症リスクが低い」という従来の定説をくつがえす結果が示された。研究班は「欧米社会と比較して、協調性が強く求められる日本社会では、せっかち、怒りっぽい、競争心、積極性、敵意性などの行動を表に見せることに否定的風土がある」ことを指摘し、タイプA行動パターンをとる人がストレスを発散できる行動をとるのに対し、そうではない温和、のんびりのといったタイプB行動パターンをとる人は、ストレスを内にため込む可能性があることと分析している。詳細な検証は今後の発表を待つしかないが、今回の発表内容は、行動パターンの影響が性・文化的背景によって異なることを示唆したものといえる。

万木・島津(1998)は、健常者におけるタイプA行動パターンは、CHDよりもむしろ心理的ストレス反応と関連が強いことを示唆しているが、タイプA行動パターンをとる人とそうでない人の感情抑制／表出の行動結果が心理的・身体的健康に関連するなら、これをうまく調整す

るERとの関連性も十分にあると考えられる。

そこで本研究では、ERとタイプA行動パターンとの関係を検討することを目的とした。検討を進めるにあたっては、身体的ストレスを共通の変数として、1) エゴ・レジリエンスの高い人の身体的ストレス、2) エゴ・レジリエンスの高い人のタイプA行動パターンの2点からERとタイプA行動パターンとの関係を検討した。

方法

調査時期および対象

2008年4月に、大阪市にある企業の協力を得て、20～27歳(平均年齢;23.5歳)の新入社員69名(男性:66名,女性:3名)を対象として、新入社員教育カリキュラムに組み入れられた2日間の「外部研修」の前と後に、同一内容の質問紙調査を質問項目の順序を変えて実施した。

協力企業の強い要望により、基本属性(性別・年齢・受講番号)のほか、質問項目数は40以内と限定されたため、以下の手順をとることになった。

調査内容と手順

エゴ・レジリエンス エゴ・レジリエンス尺度;ER89(J.Block & M. Kremen, 1996)を用いた。ER尺度は、California Adult Q-set(CAQ; J.Block, 1978)に基づくものが一般的であった

Table 1. ER89の主成分分析の結果

N = 138	$\alpha = .851$	成分
3. 私は初めてのことや不慣れなことにも、楽しみながら取り組める		.790
6. 私は人からとてもエネルギー的な人だと思われる		.788
8. 私は人よりも好奇心が強いと思う		.779
11. 私はいろいろ新しいことをするのが好きだ		.753
12. 私は日々の生活の中で面白いと感じることによく出会う		.745
13. 私は「かなり強い個性」の持ち主であると思う		.655
4. 私は人にたいして好印象を与えることができる		.611
2. 私はショックをうけることがあっても早く立ち直る		.508
7. 私はいつもの場所へ行くにも、違う道を通ってみたりするのが好きだ		.468
5. 私は今まで食べたことがない食べ物をすすんで試してみるほうだ		.450
	累積寄与率	44.6

【削除項目】

1. 私は友達に対して思いやりがある
9. 私の周りの人は、感じのよい人が多い
10. 私はいつもいろいろ考えてみてから行動する
14. 私は誰かのことで腹を立てても、比較的すぐに機嫌が直るほうだ

が、高度な専門性や多大な時間を要するため、より汎用性のある使いやすい尺度として、Blockらによって簡易版ER89（14項目・4件法）が開発された。ER89は日本語版尺度がないため、畑・小野寺（2007）の日本語版の表現を一部修正し使用した。ER89は、J.Blockらによって「1因子構造」とされており、それを確認するため主成分分析を行った。分析にあたっては、被験者数が少ないことから安定性を考慮して、研修前・研修後両方のデータ（ $N = 138$ ）を用いた。14項目のうち共通性が著しく低く、成分負荷量が.40に満たない4項目を削除し、1成分10項目（Table 1.）とした。内的整合性を検討するために10項目の α 係数を算出したところ、 α

= .85で簡易尺度としては十分な値が得られた。これにより、ER10項目の合計得点を算出し、研修前・研修後でそれぞれ「前ER得点」、「後ER得点」とした。

タイプA行動パターン 小野寺（1994, 1996, 2000）によるタイプA行動パターン尺度（50項目・4件法）の4つの下位尺度「達成努力」「競争性」「時間的切迫性」「攻撃性」から各5項目、合計20項目を選定した。この分析にあたっては、小野寺（2000）に倣い主因子解を求め、負荷量が著しく低い1項目（0.30以下）を削除した。因子間相関が予想されたため斜交プロマックス回転による因子分析を再度行い、Table 2.に示す4因子が得られた。この結果は、小野寺（2000）

Table 2. 行動パターンの因子分析の結果（プロマックス回転）

N = 138	M	SD	I	II	III	IV	
I. 達成努力 $\alpha = .772$							
6. 目標を決め、その達成に向かって人一倍努力する	2.99	.76	.944				
4. 何ごとにも全力投球する	2.96	.73	.663				
1. 長い間、気を散らさずに仕事（勉強）に熱中する	2.53	.83	.632				
7. 何か始めると、こつこつと粘り強くするほうである	3.12	.83	.569				
12. 仕事や勉強を仕上げるためには夜遅くまででも頑張る	2.99	.80	.421				
II. 競争性 $\alpha = .828$							
8. 人一倍負けず嫌いである	2.88	.88		.836			
11. 勝敗にこだわるほうである	2.84	.83		.831			
5. 競争心が強いほうである	2.86	.82		.794			
2. ゲームで負けるとひどく悔しい	2.93	.84		.729			
15. 自分と同じタイプの人に会うと張り合ってしまうほうである	2.25	.94		.371			
III. 時間的切迫性 $\alpha = .722$							
19. いつも忙しくしている	2.20	.79			.785		
3. セカセカしていることが多い	2.27	.79			.653		
17. 時間に追われた生活をしている	2.24	.76			.638		
14. 仕事をたくさん引き受けてしまって忙しがる人が多い	2.49	.78			.500		
9. 一週間のスケジュールが決まっている	2.18	.90			.410		
IV. 攻撃性 $\alpha = .692$							
16. 言葉遣いが荒々しくなることがある	2.30	.88				.764	
10. 腹が立つと相手を傷つけるような発言をしてしまう	2.20	.85				.693	
20. 大喧嘩をしたことがある	2.37	1.10				.533	
18. 人から非難されたら言い返せるほうである	2.49	.80				.442	
因子間相関				I	II	III	IV
				I			
				II	.411		
				III	.331	.113	
				IV	-.097	.169	-.014

【削除項目】13. ちょっとしたことでも腹をたてるほうである

のタイプA行動パターンの下位尺度に一致するもので、第1因子（5項目）は、仕事熱心な態度で、努力家であることをあらわす因子で「達成努力 $\alpha = .77$ 」、第2因子（5項目）は、競争心や勝敗へのこだわりをあらわす因子で「競争性 $\alpha = .82$ 」、第3因子（5項目）は、セカセカとした忙しい生活態度をあらわす因子で「時間的切迫性 $\alpha = .72$ 」、最後（4項目）は、不快な感情を伴う他者への関わり方をあらわす因子で「攻撃性 $\alpha = .69$ 」である。この分析では、ERと同様、被験者数が少ないことから安定性を考慮して、研修前・研修後両方のデータ（ $N = 138$ ）を用いた。それぞれの項目の素点の合計を項目数で除した4つの下位尺度得点と、単純に全項目の素点を合算したタイプA合計得点を研修前・研修後でそれぞれ算出した。

身体的ストレス 厚生労働省が過重労働による健康障害を防止するため、働く人それぞれの疲労蓄積度を判定するためのチェックリストと

して、平成16年6月に作成、公表されている「労働者の疲労蓄積度自己診断チェックリスト」を用いた。このチェックリストは、13項目からなり、「ほとんどない」「時々ある」「よくある」の3件法により判定を求めるものだが、質問数の制約から身体的ストレスに関連する6項目「イライラする」・「朝起きたとき、ぐったりした疲れを感じる」・「へとへとだ（運動後を除く）」・「よく眠れない」・「以前と比べて、疲れやすい」・「物事に集中できない」を選定した。この6項目の素点の合計を身体的ストレス得点とし、研修前・研修後でそれぞれ「前ストレス得点」、「後ストレス得点」とした。

結果

研修前後の基本データ比較

まず各変数の平均値・標準偏差で比較し、研修前・研修後の値についてt検定を行った(Figure 1.とTable 3.)。比較にあたっては、グラフ化するためER得点とタイプA合計得点をそれぞれ

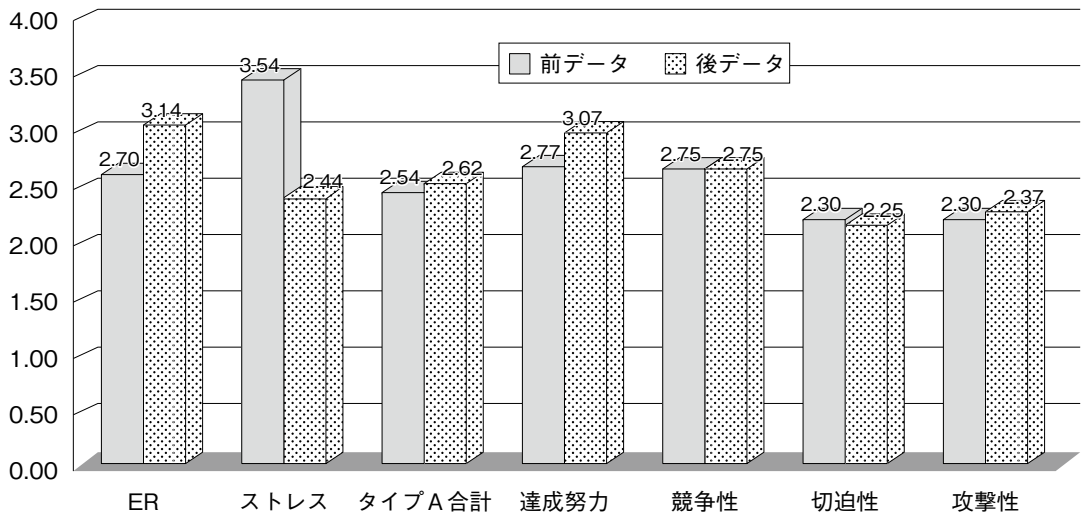


Figure 1. 研修前・研修後の基本データ比較 (N = 69)

Table 3. 研修前・研修後の平均値（標準偏差）とt検定結果

	ER	ストレス	タイプA合計	達成努力	競争性	切迫性	攻撃性
研修前	2.70 (5.33)	3.54 (2.32)	2.54 (7.16)	2.77 (.51)	2.75 (.62)	2.30 (.61)	2.30 (.67)
研修後	3.14 (4.70)	2.44 (2.38)	2.63 (7.15)	3.07 (.59)	2.75 (.71)	2.25 (.49)	2.37 (.64)
t 値	11.49***	6.02***	3.36**	8.32***			

注) グラフ化のため、ERとタイプAの得点は項目数で除して表示
 *** $p < .001$, ** $p < .01$

項目数で除した数値を用いた。

研修前・研修後で有意差が認められた項目は、ER、身体的ストレス、タイプA合計得点、達成努力の4項目であった。身体的ストレスは研修後に低下し、ERと達成努力が研修後に高くなっている。研修内容が公開されていないため断定することはできないが、身体的ストレスの低下は、研修前の緊張が研修終了によって緩和されたためであると推察でき、ERと達成努力の増加は、研修内容による何らかの動機づけ効果によるものと推察される。また、タイプA合計得点に見られる有意差は、達成努力項目の影響を受けている可能性が大きい。

ERとタイプA行動パターンと身体的ストレス

つぎに各変数の関連を検討するため、Table 4.に研修前・研修後の相互相関をまとめた。ERに着目してみると、研修前・研修後ともに、身体的ストレスと有意な負の相関が認められ、タイプA合計得点・達成努力・時間的切迫性とは有意な正の相関が認められた。研修前後に同じ傾向が認められることから、ERが一貫性のある比較的安定した特性であることがうかがえる。また、研修前・研修後のタイプA合計得点では、達成努力や競争心との相関の方が時間的切迫性、攻撃性との相関よりも高い値を示しており、タイプA合計得点には前者2項目が後者

2項目より強く影響する可能性がある。

そこで、研修前・研修後の身体的ストレスを従属変数とし、ERとタイプA行動の低位4項目を説明要因とした重回帰分析（強制投入法）を行ったところ、ERでは研修前で $\beta = -.285$, $p < .05$, 研修後で $\beta = -.321$, $p < .001$ と有意な負の β 値（標準偏回帰係数）が得られた。同様にタイプA行動パターンでは、達成努力が研修前で $\beta = -.213$, $p < .05$, 研修後で $\beta = -.337$, $p < .01$ と有意な負の β 値が、時間的切迫性が研修前で $\beta = .253$, $p < .05$, 研修後で $\beta = .264$, $p < .05$ と有意な正の β 値が得られた。すなわち、研修前・研修後に共通して身体的ストレスを軽減する要因としてERと達成努力が強く関連しており、身体的ストレスを高める要因として時間的切迫性が関連していることが明らかになった。

タイプA行動パターンのうち競争性、攻撃性では、研修前・研修後とも身体的ストレスとの間の関連は認められなかった。入社後間もない時期であり、新入社員研修という状況が通常の労働環境とは異なるため、競争性や攻撃性が直接的に身体的ストレスと結びつくことはなかったと考えられる。

ER高群・低群の比較

ERの高い人の特徴をみるため、研修前のER得点の平均値以上と平均値未満で、ER高群・低

Table 4. 研修前・研修後のデータの平均値、標準偏差、相互相関係数（N=69）

【研修前】	M	SD	1	2	3	4	5	6	7
1. 前ER	27.01	5.35							
2. 前ストレス	3.54	2.33	-.244**						
3. 前タイプA合計	48.35	7.16	.349**						
4. 前/達成努力	2.77	0.51	.315**	.683**					
5. 前/競争性	2.75	0.62		.734**	.474**				
6. 前/切迫性	2.30	0.67	.385**	.640**	.352**				
7. 前/攻撃性	2.30	0.67		.451**		.179*			
【研修後】	M	SD	1	2	3	4	5	6	7
1. 後ER	31.39	4.70							
2. 後ストレス	2.44	2.38	-.395**						
3. 後タイプA合計	49.94	7.15	.427**	-.273**					
4. 後/達成努力	3.07	0.58	.467**	-.378**	.754**				
5. 後/競争性	2.75	0.71	.221**	-.203*	.783**	.448**			
5. 後/切迫性	2.25	0.49	.307*		.460**	.390**			
6. 後/攻撃性	2.37	0.64			.399**		.247**	-.172*	

* $p < .05$ ** $p < .01$ 相関は有意差の認められたもののみ

Table 5. 前ER高群・低群の研修前・研修後の t 検定 (高群N = 33/低群N = 34)

		ストレス	タイプA合計	達成努力	競争性	切迫性	攻撃性
研修前	前ER高群	3.00 (2.33)	2.66 (6.13)	2.95 (.44)	2.76 (.57)	2.48 (.63)	2.39 (.57)
	前ER低群	4.24 (2.13)	2.44 (7.44)	2.61 (.51)	2.75 (.65)	2.13 (.54)	2.24 (.78)
	t 値	2.26*	2.49*	2.90**	n.s.	2.48*	n.s.
		ストレス	タイプA合計	達成努力	競争性	切迫性	攻撃性
研修後	前ER高群	1.97 (2.28)	2.71 (6.84)	3.21 (.57)	2.77 (.72)	2.36 (.47)	2.46 (.55)
	前ER低群	2.97 (2.44)	2.54 (7.23)	2.92 (.57)	2.72 (.71)	2.16 (.51)	2.32 (.73)
	t 値	n.s.	n.s.	2.03**	n.s.	n.s.	n.s.

注) グラフ化のため、タイプAの得点は項目数で除して表示

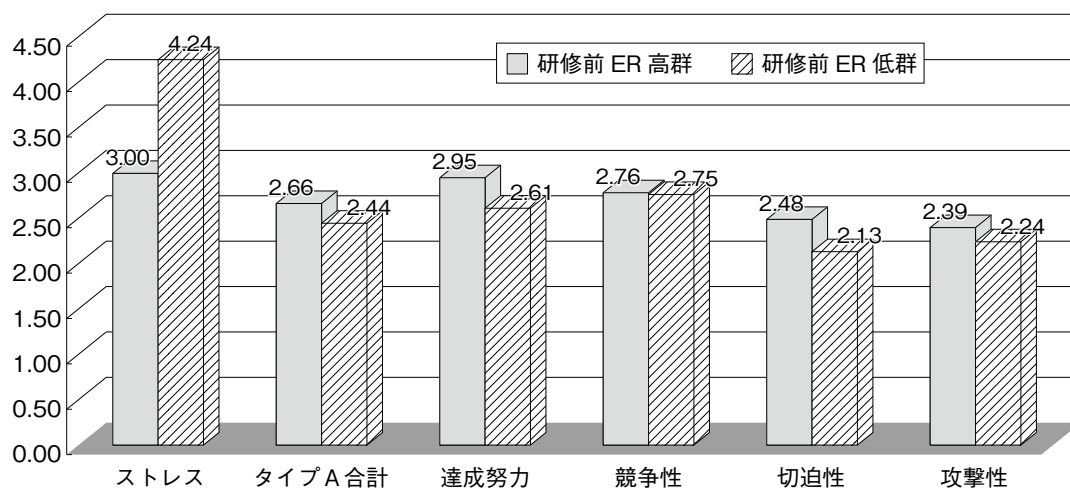
** $p < .01$, * $p < .05$ 

Figure 2. 【研修前】前ER高群・低群の比較 (高群N = 33/低群N = 34)

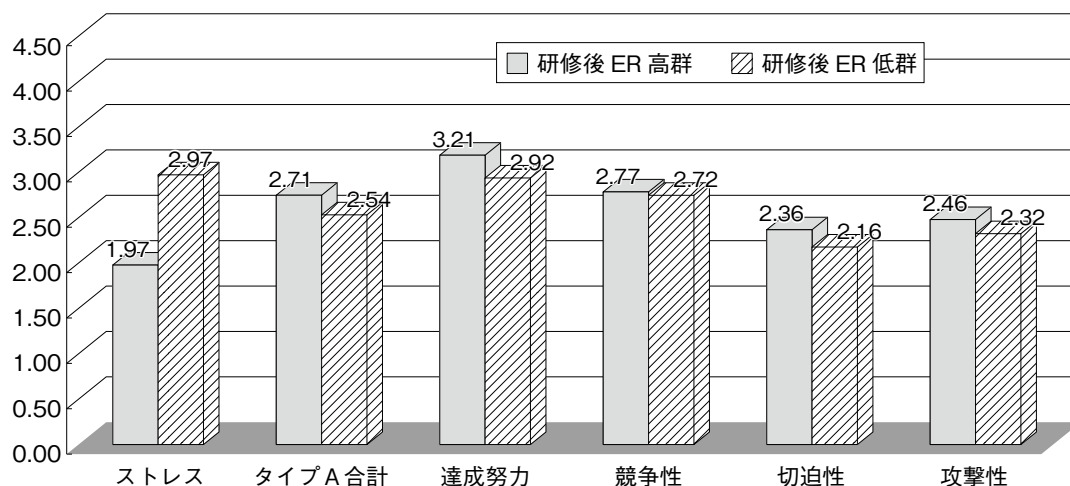


Figure 3. 【研修後】前ER高群・低群の比較 (高群N = 33/低群N = 34)

群にグループ分けを行い、「前ER高群」「前ER低群」とし、身体的ストレス、タイプA合計得点、タイプA下位項目の平均値・標準偏差を研修前・研修後で比較した（Table 5.）。前ER高群に33名、低群には34名が分類された。

研修前の比較では、前ER高群の方が明らかに身体的ストレスは低く、タイプA合計得点および下位項目で高くなるという結果が得られ、競争性と攻撃性を除いて群間に有意差が認められた。研修後の比較でも同じ傾向が見られたが、群間に有意な差が認められたのは達成努力のみであった。

また、研修前・研修後のt検定では、前ER高群で身体的ストレス（ $t = 3.21, p < .01$ ）、達成努力（ $t = 5.66, p < .001$ ）、時間的切迫性（ $t = 2.25, p < .05$ ）に有意差が認められた。ER低群では身体的ストレス（ $t = 5.90, p < .001$ ）、タイプA合計得点（ $t = 3.05, p < .01$ ）、達成努力（ $t = 5.80, p < .001$ ）について研修前後の有意差が認められた。

この前ER高群は、研修後のER得点による同条件のグループ分けにおいても1名を除いて全員高群に分類されており、ERが比較的安定した特性であることがうかがえる。

ERの高い人の方が一貫して身体的ストレスは低く、タイプA行動パターンをとる傾向がある。言い換えれば、タイプA合計得点が達成努力に強く影響されていることから、ERの高い人は、慣れない研修に多少の緊張はあったものの、その特性から研修という状況を「目標を決め努力することが自らのプラスになる」とポジティブに捉えて積極的に対処し、身体的ストレスを軽減しているとも考えられる。タイプA行動パターンの因子構造では、競争性や攻撃性が比較的長期の行動を捉えているのに対し、時間的切迫性は比較的短期の行動を捉えている。故にERの高い人は、ポジティブに状況に対応することによって時間的切迫性が低減したとも解釈できる。しかし、研修後のER低群との有意差が認められたのは達成努力だけであること、研修後のER得点による同条件のグループ分けでは、前ER低群の34名のうち19名が高群に移っていることから、むしろ研修内容による介入効果が影響している可能性も大いに考えられる。

考察と今後の課題

本研究では、身体的ストレスを共通の変数として、研修前・研修後のデータからERとタイプA行動パターンとの関係を検討した。

研修前・研修後で有意差が認められた項目は、ER、身体的ストレス、タイプA合計得点、達成努力の4項目で、身体的ストレスは研修後に低下し、ERと達成努力が研修後に高くなっていた。重回帰分析の結果、研修前・研修後に共通して身体的ストレスを軽減する要因としてERと達成努力が強く関連しており、身体的ストレスを高める要因として時間的切迫性が関連していることが明らかになった。研修前・研修後の変数間の相関はほぼ同じ傾向を示し、ERが一貫性のある安定した特性であることをうかがわせた。ERの高群低群の比較では、研修前・研修後ともERの高い人の方が一貫して身体的ストレスは低く、タイプA行動パターンをとる傾向があった。タイプA合計得点が達成努力に強く影響されていたことから、ERの高い人は、状況への柔軟な対応をするという特性によって研修という状況に積極的に対処し、身体的ストレスを軽減していることが示唆された。一方で、研修後にER低群との有意差が認められたのは達成努力だけであり、研修後のER得点による同条件のグループ分けでは前ER低群34名のうち19名が高群に移っており、むしろ研修での何らかの動機づけなどの介入効果が影響している可能性が大きいことが示唆された。

本研究は、質問項目数の制約、被験者数、研修内容が公開されていないことなど、限られた情報が前提の分析となった。そのため、研修内容による介入効果など踏み込んだ検証には結びつけられなかった。また、ERは先行研究で性差のあることが判明しているが、今回は男女混在（男性66名、女性3名）のデータを用いたため、男女差の検討はできなかった。被験者数の問題は、エゴ・レジリエンスの測定における一次元の因子構造を確認にあたって、4項目を削除する結果にも影響した可能性は否定できない。と同時に、日本語版の翻訳に関して、欧米との文化的背景や社会慣習の違いなどを加味した上でさらに質問項目の表現を精査する必要がある、今後の課題となった。

【引用文献】

- Block, J. (1978). The Q-set method in personality assessment and psychiatric research. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press. (original work published 1961)
- Block, J.H., & Block, J. (1980). The Role of Ego-Control and Ego-Resiliency in organization of behavior. In W.A. Collins (Ed.), *Development of Cognition, Affect and Social Relations: The Minnesota Symposia on Child Psychology*, Vol.13, 39-101.
- Block, J. & Kremen, A.M. (1996). IQ and Ego-Resiliency: Conceptual and Empirical Connections and Separateness. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.70, No.2, 349-361.
- Block, J., & Block, J.H. (2006). Venturing a 30-Year Longitudinal Study. *American Psychological Association*, Vol.61, No.4, 315-327
- 畑潮・小野寺敦子 (2007). 日本語版ER (Ego-Resilience) 89尺度作成の試み 日本発達心理学会第18回大会 学会論文集, p705.
- 入江安子 (2003). ファミリーレジリエンスの概念分析 四天王寺国際仏教大学紀要, 人文社会学部第35号, 短期大学部第43号, 95-105.
- Klohn, E.C. (1996). Conceptual analysis and measurement of the construct of ego-resiliency. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.70, No.5, 1067-1079.
- 森敏昭・清水益治・石田潤・富永美穂子・Chok C.Hiew (2002). 大学生の自己教育力とレジリエンスの関係 学校教育実践学研究, 第8巻, 179-187.
- 大芦治 (2003). タイプA行動パターンの心理学的研究—理論の発展史— 心理学評論, Vol.45, No. 4, 417-436.
- 小野寺敦子 (1994). タイプA行動パターンと仕事ストレス—働く母親に焦点をあてて— タイプA, 第5巻, 83-90.
- 小野寺敦子 (1996). タイプA行動パターンと母性意識 タイプA, 第7巻, 51-56.
- 小野寺敦子 (2000). 育児ストレスとタイプA行動タイプA, 第11巻, 第1号, 49-56.
- 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—精神的回復尺度の作成— カウンセリング研究, 35, 57-65.
- 坂野雄二・瀬戸正弘・嶋田洋徳・長谷川尚子 (1994). 米国と日本におけるタイプA行動研究—その研究動向と課題— 早稲田大学人間科学研究, 第7巻, No.1, 167-185.
- 鷺見克典 (2006). タイプA行動パターンと身体的及び精神的症状の関係—心理的ストレスによる媒介効果の検討— 教育医学, Vol.52, No.2, 119-125.
- 得津慎子 (2002). 家族レジリエンスの家族支援の臨床的応用に向けて 関西福祉科学大学紀要, 第6号, 39-50.
- 万木綾子・島津明人 (1998). 職場ストレスにおけるタイプA行動パターン 早稲田心理学年報, Vol.30, No.2, 91-96.

【脚注】

- 1) 厚生労働省研究班 (主任研究者・津金昌一郎国立がんセンター予防医学研究部長), 大阪大学・磯 博康教授らが, 7月18日に発表。
International Journal of Epidemiology 2008 Web 先行公開 2008.7.1

The relationship between Ego-resilience and the Type A behavior pattern

Ushio Hata Mejiro University, Graduate School of Psychology
Atsuko Onodera Mejiro University, Faculty of Human Sciences

Mejiro Journal of Psychology, 2009 vol.5

[Abstract]

The purpose of this study was to investigate the relation between ego-resilience (ER) and the type A behavior pattern (TABP), using the pre/post data from training for the new employees of a company. ER, physical stress, TABP scores, and 'achievement efforts' showed the significant differences between pre/post training-data. The physical stress decreased but ER and 'achievement efforts' increased after the company training. As a result of multiple regression analysis, ER and 'achievement efforts' assumed to be strongly related to reduce the physical stress, but 'time-urgency' suspected to be a factor which increased physical stress. We could obtain the same tendency both from the pre and post training - data.

Although ER exhibited the significant negative correlation with physical stress scores, it showed the significant positive correlations with TABP scores, 'achievement efforts' and 'time-urgency' scores. Because of the same correlation tendency on the pre/post training - data, ER was found to be a consistent and stable characteristic. By the comparison between the high-scored and the low-scored ER people, the former tended to show TABP both the pre/post training. The TABP scores were strongly influenced by 'achievement efforts'. It was suggested that the people who showed high-level ER could participate the training positively, and decrease the physical stress.

keywords : ego-resilience, type A behavior pattern, physical stress