

日常生活の適応の観点から見た  
エゴ・レジリエンスの実証的研究

2014 年度  
目白大学大学院 心理学研究科  
心理学専攻 博士課程

0892402

畑 潮

## 目次

図表一覧	v
はじめに	ix
本論文の目的と構成	xii

## 第 I 部 理論的検討 (研究 1)

第 1 章 エゴ・レジリエンス (ER) の定義	1
1.1 Lewin のモデルからの ER の概念化	1
1.2 ER の発達的な連続性	3
第 2 章 ER とレジリエンス	4
2.1 レジリエンス研究のはじまりと流れ	4
2.2 日本でのレジリエンス研究	6
2.3 ER とレジリエンスの相違	7
第 3 章 ER の測定方法と尺度	10
3.1 Q 分類法と自己報告尺度	10
3.2 自己報告尺度：ER89 の次元性	13
第 4 章 ER の先行研究	15
4.1 ER に関連したパーソナリティ分類	15
4.1.1 パーソナリティの 3 分類	15
4.1.2 パーソナリティの 4 分類	18
4.2 発達段階別に見た ER の実証研究	20
第 5 章 新しい ER 研究の動向と日本の ER 研究	22
5.1 ポジティブ情動の拡張－形成理論と ER	22
5.2 日本での ER 研究	24

## 第Ⅱ部 日本語版尺度作成と信頼性・妥当性の検討 (研究2)

第6章 エゴ・レジリエンス尺度 (ER89) 日本語版作成と信頼性・妥当性	27
6.1 問題と目的	27
6.2 方法 (信頼性の検証)	30
6.3 結果 (信頼性の検証)	31
6.4 妥当性の検討	33
6.4.1 仮説	33
6.5 方法 (妥当性の検証)	33
6.6 サンプル1の結果	34
6.6.1 ER89 日本語版尺度の主成分分析と得点化	34
6.6.2 S-H 式レジリエンス検査の因子分析と得点化	34
6.6.3 併存的妥当性の検討	36
6.7 サンプル2の結果	36
6.7.1 ER89 日本語版尺度の主成分分析と得点化	36
6.7.2 GHQ-12 の得点化	37
6.7.3 構成概念妥当性の検討	37
6.8 考察	37
6.9 本研究の限界と課題	39
6.10 要約	39

## 第Ⅲ部 実証的検討 (研究3, 4, 5, 6)

第7章 青年期を対象とした ER の実証研究	41
7.1 大学生のエゴ・レジリエンスと自我同一性および精神的健康の関係	41
7.1.1 問題と目的	41
7.1.2 方法	43

7. 1. 3	結果	46
7. 1. 4	考察	54
7. 1. 5	要約	57
7. 1. 6	エゴ・レジリエンスと時間的展望	58
7. 2	エゴ・レジリエンス, ストレッサー, ソーシャルサポート, コーピングと 精神的健康の関連	64
7. 2. 1	問題と目的	64
7. 2. 2	方法	67
7. 2. 3	結果	73
7. 2. 4	考察	80
7. 2. 5	要約	81
<b>第 8 章</b>	<b>成人期を対象とした ER の実証研究</b>	<b>82</b>
8. 1	エゴ・レジリエンスが中年期の発達課題に果たす役割	82
8. 1. 1	問題と目的	82
8. 1. 2	方法	87
8. 1. 3	結果と考察 1	94
8. 1. 4	結果と考察 2	102
8. 1. 5	全体考察	108
8. 1. 6	要約	112
8. 2	唾液中クロモグラニン A を指標とした心理的ストレス反応と エゴ・レジリエンスとの関連	113
8. 2. 1	問題と目的	113
8. 2. 2	方法	116
8. 2. 3	結果	121
8. 2. 4	考察	126
8. 2. 5	要約	128

## 第IV部 総括

第9章 総合考察	129
第10章 今後の課題	133
論文要旨	134
引用文献	138
本論文を構成する研究の発表状況	155
謝辞	156
参考資料	158

図表一覧

第 1 章

Figure 1-1 ER と EC .....2

第 3 章

Table 3-1 Ego-Resiliency の特徴的 CAQ 項目 .....11

Table 3-2 ER・EC と 5 因子特性, well-being 尺度との相関 ..... 12

Table 3-3 ER89 尺度項目と日本語版尺度 ..... 13

第 4 章

Table 4-1 実証的に導出された 3 パーソナリティ・タイプの一般化可能性 ..... 16

Figure 4-1 タイプ別の ER と EC ..... 17

Figure 4-2 タイプ別の 5 因子プロファイル ..... 17

Table 4-2 Ego-resiliency/Ego-control の 4 つの結合に有意に関連する  
CAQ 項目 ..... 18

Figure 4-3 クラスタ別の ER と EC のパターン ..... 19

Figure 4-4 クラスタ別の 5 因子プロファイル ..... 19

第 5 章

Figure 5-1 ポジティブ情動の拡張—形成理論 ..... 22

APPENDIX 1 CAQ 項目 日本語版 ..... 26

第 6 章

Table 6-1 ER89 日本語版の主成分分析結果 ..... 32

Table 6-2 ER89 日本語版 14 項目の G-P 分析および I-T 相関分析結果 ..... 32

Table 6-3 S-H 式レジリエンスの因子分析結果 ..... 35

Table 6-4 ER, S-H 式レジリエンスおよび GHQ の尺度得点と相関係数 ..... 36

Table 6-5 ER89 原版尺度と本尺度による ER 得点の比較 ..... 37

APPENDIX 2 ER89 日本語版尺度の信頼性係数 ..... 40

APPENDIX 3 ER 得点と GHQ 得点の相関係数 ..... 40

第 7 章

Table	7-1	自我同一性地位判定尺度の質問項目	44
Table	7-2	自我同一性地位の定義と分類基準	44
Table	7-3	ER89 日本語版の主成分分析結果	45
Table	7-4	自我同一性 3 変数のクラスタ分析と分散分析の結果	47
Table	7-5	同一性地位の分布	47
Table	7-6	GHQ 得点の平均値, 標準偏差	48
Table	7-7	職業決定明確度の分布	49
Table	7-8	同一性地位と職業決定明確度の分散分析の結果	49
Figure	7-1	同一性地位と ER 得点	50
Figure	7-2	同一性地位と精神的健康度 (GHQ 合計得点)	50
Figure	7-3	ER と職業決定の明確度	51
Figure	7-4	男性: ER と自我同一性, 精神的健康度の関連	53
Figure	7-5	女性: ER と自我同一性, 精神的健康度の関連	53
Figure	7-6	サークル・テスト「時間的関連性」の得点方法	60
Table	7-9	サークル・テストの結果	60
Figure	7-7	ER と時間的展開性	61
Figure	7-8	ER と時間的関連性	62
Figure	7-9	ストレスのトランスアクションル・モデル	65
Table	7-10	ER89 日本語版の主成分分析結果	68
Table	7-11	ストレッサー項目 (SSRS) の主成分分析結果	70
Table	7-12	ソーシャルサポート尺度 (SSRS) の主成分分析結果	70
Table	7-13	対処反応型 (問題焦点・情動焦点) 別の因子分析結果	72
Table	7-14	GHQ の因子分析結果	73
Table	7-15	各変数の平均値と標準偏差ならびに 2 要因 (ER 高低群×性別) の 分散分析結果	74
Table	7-16	各変数の相関関係	76
Figure	7-10	ER, ソーシャルサポート, コーピング方略, 精神的健康に関する 因果モデル	77

第 8 章

Figure	8-1	ジェネラティビティ 7つの構成要素	83
Table	8-1	基本属性の記述統計（男女別・年代別）	88
Table	8-2	ER89 日本語版の主成分分析結果	89
Table	8-3	ジェネラティビティ尺度の因子分析結果	90
Table	8-4	ジェネラティビティ「社会次世代貢献」因子の 2 次因子分析結果	91
Table	8-5	1 次/2 次コントロール尺度の因子分析結果	92
Table	8-6	各変数の平均値と標準偏差ならびに 2 要因（年代 3 群×性別）の 分散分析結果	95
Table	8-7	各変数の相関関係	96
Table	8-8	2 要因（パートナーの有無×子どもの有無）の分散分析結果	98
Figure	8-2	ER と各変数の関連 全体モデル	99
Table	8-9	男女別モデルにおける ER の標準化効果	100
Figure	8-3	ER と各変数の関連 男女別モデル（男性）	101
Figure	8-4	ER と各変数の関連 男女別モデル（女性）	101
Table	8-10	1 次/2 次コントロール方略の平均値と標準偏差 ならびに 2 要因（年代 3 群×性別）の分散分析結果	102
Table	8-11	1 次/2 次コントロール方略と各尺度得点の相関関係	103
Figure	8-5	ER とジェネラティビティ, コントロール方略の関連（全体）	104
Figure	8-6	ER とジェネラティビティ, コントロール方略の関連（46-50 歳群）	105
Figure	8-7	ER とジェネラティビティ, コントロール方略の関連（51-55 歳群）	105
Figure	8-8	ER とジェネラティビティ, コントロール方略の関連（56-60 歳群）	105
Table	8-12	年代別モデルにおける ER からジェネラティビティへの 標準化効果	106
Table	8-13	唾液中のストレス関連物質の特徴	115
Figure	8-9	サリペット管・円筒スポンジ	117
Figure	8-10	臨床ガイドラインの CgA 反応のモデルパターン	119
Table	8-14	唾液中 CgA の測定結果と反応パターン分類	121
Table	8-15	各変数の記述統計	121
Table	8-16	CgA 反応パターンと属性のクロス集計表	122

Table	8-17 CgA 反応パターンと変数の平均値, 標準偏差 .....	122
Figure	8-11 CgA 反応パターン別の ER と EC .....	123
Table	8-18 CgA 反応パターンと ER・EC の 2 群および安静時 CgA2 群の クロス集計表 .....	124
Figure	8-12 CgA 反応パターン別の認知傾向 .....	124
Figure	8-13 CgA 反応パターン別の気分調査 .....	125

## はじめに

日本社会は、高度経済成長期（1954～1973年）、安定成長期（1973～1986年）からバブル期（1986～1991年）とその破たんを経て、20年以上も続く長い経済の低迷期（1991年～）の中にある。その間、科学技術の目覚ましい進歩や高度な情報化は私たちの生活環境を良くも悪くも大きく変容させてきた。しかしその一方で、日本人の生活満足度（幸福度指標の一つ）は、経済動向や社会状況に関わらずほとんど変わらないという結果も報じられている<sup>1</sup>（内閣府，2012）。実質 GDP はおよそ 50 年で 6 倍になっているが、国民の生活満足度はほぼ横ばいである（下図）。

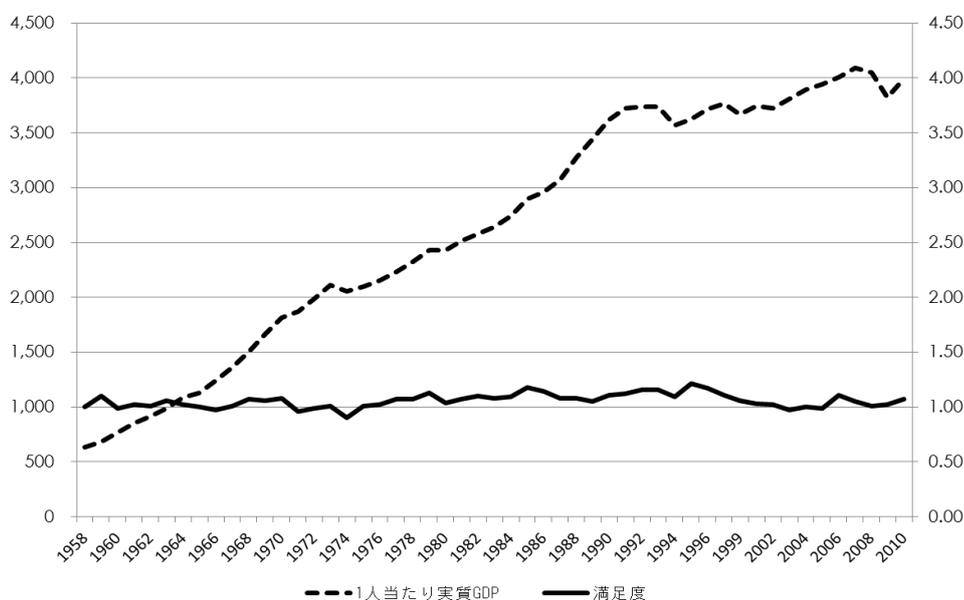


図 生活満足度と1人当たり実質GDPの推移<sup>2</sup>

生活環境を取り巻く様々な変化を経験しながらも、意外とタフで柔軟な国民性が現れているように思われる。この年月の生活の変化を人々はどのように受け止め、対応してきたのであろうか。そしてまた、現在どのように対応しているのであろうか。この漠然とした

<sup>1</sup> 『国民生活選好度調査』は、内閣府（平成12年度までは経済企画庁）が毎年実施しており、3年ごとの時系列調査と、それ以外の年の特定テーマに関する調査がある。時系列調査は、国民の意識とニーズの変化を把握することを目的に実施するもので、生活全般の満足度等が調査項目となっている。

<sup>2</sup> 内閣府「国民生活に関する世論調査」、内閣府経済社会総合研究所「国民経済計算年報」（1979年までは、68SNAで1990年基準、1980年から1993年は、93SNAで2000年基準、1994年からは、93SNAで2005年基準）、総務省統計局「国勢調査報告」及び「人口推計資料」により作成。生活満足度は、1958年の世論調査の結果「満足」と答えた人の割合を1とした。

クエスションが筆者の研究へのきっかけとなった。

## ストレス社会と ER

この半世紀余りの間に私たちの生活はより便利で快適なものになり、豊かさは向上し、生活意識や価値観も多様化してきた。そうした恩恵の一方で様々な負の影響—人間関係の希薄化、精神的なストレスの増大や運動不足、新たな職業病の増加なども顕在化し、いつしかストレス社会と呼ばれるようになった。それに呼応して心身の健康への関心から、健康障害への理論的根拠や様々なストレスから防御する個人の資源に関連した多くの研究が生み出されてきた。そうした中にパーソナリティに注目したエゴ・レジリエンス (Ego-resiliency : 以下 ER) の研究がある。Block & Block(1980)によれば、ER は、日常的なストレスに対して柔軟に自我を調整し、状況にうまく対処し適応できる能力であり、適応機能の中核的性質を表すものである。ストレス社会といわれる今日、どのような生活の変化にも対応できるほどの「心のしなやかさ」が精神的健康性を評価するうえで重要な視点となる (Grotevant, Thorbecke, & Meyer, 1982)。ストレスは、風船やゴムまりを押しつぶそうとすると元の形に戻ろうとする、その一連の現象に良く例えられる。この押しつぶそうとする力がストレス、元の形に戻ろうとするのがストレス反応である。ER の研究者もまた、ER をゴムまりに例える。ER はゴムまりの中の空気のようなもので、適度な「弾力性」が要となる。一連の ER 研究に、ストレス社会を上手く乗り切っていく手がかりがあるのではないかと考える。

## 生涯発達と ER

人間は生涯にわたって、環境という刺激状況にさらされ、それに対処し続けるのであり、ストレス刺激への反応は生体の恒常性維持という機能だけではなく、以前の状態から変化した地点で、環境との間に新たな安定的適応関係が形成される (Selye, 1981)。「ストレスがある」状況は、セリエの指摘にあるように「体温があること」、「生きていること」そのものであり、ストレスは、生活あるいは人生の一部としてとらえねばならない。西川 (1999) によれば、日々の生活を積み重ねる人間の発達過程、つまり人生にはさまざまな獲得と喪失があり、その節目節目において生活構造の変化を迫られ、あるいは変化に取り組まねばならない。多くに人にとって人生はおしなべて平穏無事なものとはいえず、誰もが程度の差こそあれ、適応と不適応の間を揺れ動きながら成長の過程をたどる。そうした

節目節目での体験がさらなる成長の契機になる可能性もある。生涯発達研究においても指摘されているように、人は各発達段階で直面する生活構造の変化を伴う諸問題（課題）に対処し、現実に適応していく（日々安定した生活をしていく）過程を通して精神的な健康を維持するだけでなく、発達していくのである。ER が、柔軟に自我を調整し、状況にうまく対処し適応できる能力であるならば、ER には日々の生活の中で精神的な健康を維持するような働きや、各発達段階の課題への対処にもプラスに影響している可能性があるのではないだろうか。

### ER と Block 研究

ER は、1960 年代に Jack Block (1924 - 2010) によって提唱された。Block は夫人の Jeanne Block (1923-1981) とともに、その生涯の大半を費やして取り組んだ大規模な縦断研究から ER の多くの知見を生み出している。カルフォルニア大学・バークレー校を拠点として行われた一連の ER 研究は「Block 研究」とも呼ばれる。欧米では既に多くの研究者が ER 研究に取り組んでいるが、日本での ER の研究は極めて少ない。「エゴ」のつかないレジリエンス研究に席卷され、あるいは混同され、ER の概念や理論的基盤はほとんど紹介されていない。本邦では、レジリエンスの概念（定義が未だ一定しない）と ER の概念の相違も明らかにされたことがなく、ER の理論的根拠や尺度も紹介されなかったことなど、ER に関する情報不足がこれまで ER 研究が行われなかった原因のひとつではないかと推察される。したがって、ER の概念、理論的基盤を明確にし、これを測定する日本語版尺度を作成することによって本邦での ER の実証的研究を可能にするこの意義は大きいと言えよう。

## 本論文の目的と構成

---

### 本論文の目的

エゴ・レジリエンス（以下，ER）を「状況に応じて柔軟に自我を調整し，日常的なストレスにうまく対処し適応できる能力」と定義し，日常生活の中での適応，すなわちストレスを上手く乗り切ることに ER がどう関与しているかを検討する。具体的には，まず，1) ER の概念，理論的基盤，ならびに ER とレジリエンスとの違いを明らかにし，ER の測定方法，発達段階別の実証研究などの先行研究を概観する。次に，2) ER の測定尺度の日本語版を作成し，信頼性・妥当性を検討する。そしてこの日本語版尺度を用いて，3) 青年期・成人期を対象とした実証的検討を行い，適応の指標として精神的健康と発達課題を採りあげ，「日常生活の中でストレスを上手く乗り切る」ことに ER がどのように関わっているのかを明らかにする。

### 本論文の構成

本論文は，IV部から構成されている。まず本論文の目的と構成を述べ，第I部（第1～5章）では理論的検討を行う。具体的には，ER の概念，理論的基盤を紹介し，そのうえでレジリエンスとの違いを明らかにする。さらに，ER の測定方法と尺度，ER に関連したパーソナリティ分類や発達段階別の先行研究と最近の ER 研究の動向を概観する。第II部（第6章）では，ER の日本語版尺度を作成し，その信頼性・妥当性を検討する。第III部（第7・8章）では，第II部で作成した ER の日本語版尺度を用いた実証的検討を行う。具体的には，青年期・成人期における ER と適応（精神的健康と発達課題）の関連を検証する。第IV部（第9・10章）では，ER の日本語版尺度を用いて行った第III部の青年期と成人期における ER の実証研究の総合考察，今後の課題について述べる。

## 本論文の構成

### 本論文の目的

#### I部 理論的検討 (研究1)

1章 エゴ・レジリエンスの定義

2章 ERとレジリエンス

3章 測定方法と尺度

4章 先行研究

5章 最近の研究の動向

#### II部 日本語版尺度作成と 信頼性・妥当性の検討 (研究2)

6章 ER89日本語版尺度作成と  
信頼性・妥当性の検討

#### III部 実証的検討 (研究3～6)

7章 青年期を対象とした実証研究

自我同一性, 精神的健康の関連  
時間的展望との関連  
ストレス, ソーシャルサポート,  
コーピングとの関連

8章 成人期を対象とした実証研究

ジェネラティビティに果たす役割  
生理指標によるストレス反応との関連

#### IV部 総括

9章 総合考察

10章 今後の課題

第 I 部

理論的検討

---

## 第1章

### エゴ・レジリエンスの定義

Ego-Resiliency (以下, ER) は, 状況に応じて柔軟に自我を調整し, 日常的なストレスにうまく対処し適応できる能力である。Block (1965 ; 2002) によれば, 「Ego」という語は, パーソナリティの永続的, 構造的側面が関連していることを意味し, 「Resiliency」という語は, この連続体上の個人を特徴づけるもので, 処理能力, 適応力, 自らの世界への関心を意味するとしている。

英文では, Ego-Resiliency, Ego-Resilience の両方が同義で使用されているが, 日本語にする場合は「エゴ・レジリエンス」と表記される。翻訳では自我弾力性(無藤, 2004)と訳出されることもあるがここでは「エゴ・レジリエンス」として使用する。

#### 1.1 Lewin のモデルからの ER の概念化

ER は Block (Block, 1965) によって提唱された概念で, Lewin (1951 猪股訳 1979) のモデル<sup>3</sup>から導かれている (Block, 1965, 1971; Block & Block, 1980)。Block & Block(1980)は, Lewin のモデルに自我の衝動制御に関わる働きをすると考えられる境界が存在することに着目したと述べている。それは, 動機づけに関連する「欲求系」と状況を察知し行動を起こす「知覚運動系」との間にある境界である。この境界には, 心理的動機づけや欲求, 緊張などの伝達の程度を調節する「透過度 (degree of permeability)」と, 心理的重圧やストレスに応じて透過度のレベルを変更し, 必要がなくなれば元に戻す「弾性 (elasticity)」という機能が仮定されている。Block (1965) は, Lewin によって仮定された境界のもつ 2 つの機能に衝動制御に関わる自我の働きを対応させ, エゴ・コントロール (Ego-Control : 以下 EC) と ER を概念化した。すなわち, 境界の透過度に対応する EC を「衝動, 感情, 欲求の抑制と表出に関する個人に固有のレベル」と定義し, 境界の弾性に対応する ER を「周囲の状況に応じて, 固有の EC を高くも低くも変更できる個人の力動的能力」と定義した (Block & Block, 1980)。Block & Block(1980)によれば, EC は一方に衝動や感情を過剰に抑制する Over - Control (以下,

---

<sup>3</sup> Lewin (1951, 猪股訳 1979) は, 人の行動を起動し方向づける作用をもつ心理的事象の総体を一種の場とみなし, それを生活空間 (life span : 人と環境が相互作用することで行動が生起する全体的な空間・事態) と名付け, 理論化 (場の理論) した。Lewin は, 人の行動・他者の反応」といった (物理的・心理的) 環境要因との相互作用によって人の行動が生起されるとした。

OC) と、他方に衝動や感情を容易に表出する Under - Control (以下, UC) という 2 極の連続体上にあるとされ, ER はこの 2 極間で EC のレベルを柔軟に調整できる能力である (Figure 1-1)。そして, この ER と EC が, 情動, 思考, 行動にみられる個人差を生み出す元であると捉えられている (Block, 1971; Block & Block, 1980)。

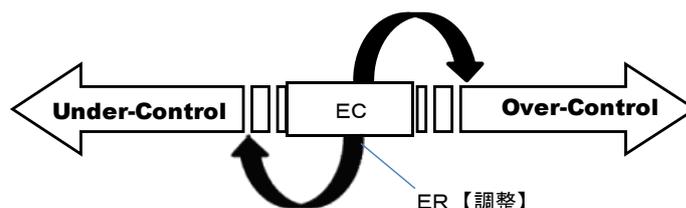


Figure 1-1 ER と EC

また Block & Block(1980)は, 周囲の状況に応じて, 衝動の抑制と表出に関するレベルを高くも低くも変更できる個人の力動的な能力とした ER の定義を次元化し, 環境の変化や不測の事態への対処能力, その状況で求められることと行動の可能性との‘適合度の分析力’, 問題解決方略における豊富なレパートリーの柔軟な発現力であるとしている。

Block & Block(1980)および Block (1993)によれば, ER の高い人は, 状況に応じて適切に自らの衝動をオーバー, アンダーいずれのレベルにも調整することができる (例えば, 単位取得のための試験前なら一時的に OC よりに EC を調整し, 遊ぶことを我慢して勉強する, など)。さらに ER の高い人は, 利用可能なリソースや方略のレパートリーが豊富であり, ストレスフルな状況下でも柔軟な対応ができるとされる。このため, ストレスフルな経験をして精神的立ち直りが比較的早いと考えられる。それに対して ER の低い人は, 状況の如何にかかわらず, 衝動の抑制レベル・表出レベルが固定的で調整力が弱い (例えば, UC 傾向の強い ER の低い人の場合, 試験前の切羽詰まった状況でも EC レベルの調整ができず, 勉強よりも遊びを優先して出かける, など) とされる。EC レベルを柔軟に調整できなければ, 状況に応じた適切な行動の選択肢は限られ, ストレスフルな状況下での対応もステレオタイプなものとなる。結果として精神的立ち直りも遅く, 不適応につながると考えられる。

そこで本研究では, 「ER は, 周囲の状況に応じて柔軟に自我を調整する力であり, ストレスにさらされたとき適切な適応状況に自我を導く力である」と理解し, ER を「状況に応じて柔軟に自我を調整し, 日常的なストレスにうまく対処し適応できる能力」と定義する。

## 1.2 ERの発達的な連続性

Block らの一連の研究は、パーソナリティの恒常性や一貫性に注目し、ER というパーソナリティの発達的研究を目的に行われてきた。具体的には、米国カルフォルニア・バークレーにある2つの幼稚園の128名の子どもたちの幼少期から青年期、成人期までの縦断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。Block & Block (2006) は、各年齢時に査定した ER の相関から、男女の ER の発達的な連続性には違いがあることを指摘している。男性の ER は査定年齢時を通じて一貫して正の相関があるのに対し、女性の ER は時間的経過の中で再構築されるとされる。女子の ER は、幼児期からの連続性がいわゆる思春期 (11~14 歳) を境に一端途切れ、青年期以降に再び秩序だった連続性 (正の相関) を示す。幼児期女子の ER と青年期女子の ER に全く関係は認められない。Block & Block (2006) によれば、女子は男子に比べ伝統的に比較的制約された環境で成長することから、経験や適用可能な方略に自ずと影響を及ぼす。思春期の身体的成熟とともに引き起こされる内的な変化は男子よりも女子の方が大きく、急激にもたらされる問題への対処が必要となる。その中で、個々の適応モードが調整され (OC 傾向から離れ)、ER が再構築されていくのではないかと説明している。しかし、Block らの縦断研究の対象者は 1960 年代の終わりに 3 歳だった年代である。男女の社会化の違いが ER の発達の性差の背景にあるとする解釈はそのまま現代に適用するのは難しいかもしれない。大規模な縦断研究の実施は可能性が少なく検証は極めて難しいが、短期の縦断研究 (例えば、Arend, Gove, & Sroufe, 1979 ; Block & Block, 1977 ; Klohnen, Vandewater, & Young, 1996 ; Pals, 1999) で示されるように、ER はある程度連続性のある比較的安定した特性であると考えられる。

## 第2章

### ERとレジリエンス

ERと類似した概念に「エゴ」のつかない「レジリエンス」がある。レジリエンスについては多くの研究がなされているが、研究者間で一致した定義は得られていない。ERとレジリエンスは、各々の研究のはじまりと概念において異なると考えられる。そこで本章では、両者の相違について検討する。

#### 2.1 レジリエンス研究のはじまりと流れ

レジリエンスの研究は、リスクに対する早期介入のための基礎研究として始まった。リスクがあっても年齢相応の発達を遂げ精神保健上の問題をあらわすことなく、良好な社会的適応をしている一群の存在が明らかになり、その発達過程を包含する概念としてレジリエンスが提唱された。いわばリスク研究の副産物としてレジリエンス研究は誕生したと言えるが、この分野の研究は1970年代に始まる。初期の研究者としては、Norman Garmezy, E. James Anthony, Lois Murphy, Emmy Wernerらがあげられる (Masten & Gewirtz, 2006)。

**初期のレジリエンス研究** アメリカの心理学者である Garmezy (1971) は、今日のレジリエンス研究につながる発表を行った先駆者と言われる。彼は、統合失調症の発症リスクに関する研究から対象を拡大し、貧困などの深刻なストレス下にあるにもかかわらず非常に適応的に見える子どもの研究を行なった。リスクをもちながらも良好な適応という経過をとったのは何故かを明らかにしようとした。またアメリカの児童精神科医である Anthony (1987a.b) は、統合失調症や躁うつ病の遺伝的リスクの高い子どもの追跡研究を行ない、精神疾患を発症することなく育った子どもについて「非脆弱性」(invulnerability) という語を用いたが、その後レジリエンスという語の普及とともに用いられなくなった。同様に、精神分析学のメニングガー・クリニックに長期在籍し、その発達研究の責任者を15年間務めたアメリカの心理学者 Murphy (1974) も、子どものコーピング・脆弱性・レジリエンスに関する論文をまとめている。

一方、レジリエンス研究者として最も有名なのは、アメリカの心理学者 Werner (1989, 2005) である。1955年にカウアイ島で出生したすべての赤ん坊698人を40年間追跡調査した彼は、未熟児や精神疾患の親、不安定な家庭環境など、様々なリスクが子どもの精神保健の問題の発生を高めるが、そうした子どもの1/3が良好な発達、適応を遂げたことに関し、親以外の養育

者（おば、ベビーシッター、教師）などとの絆や、教会などのコミュニティ活動への関与が重要であることを示した。

以上のようにレジリエンス研究の始まりは、Garmezy や Anthony などの精神障害をもった親に育てられた子どもの精神障害発症に関わるリスク研究と、Werner や Murphy の縦断研究であり、いずれもリスクを有しながらも健常に発達し、あるいは良い社会的適応を遂げた一群の発見が契機となっている。その後レジリエンス研究は、その対象が早期介入から逆境から成長する個人を支援する因子や特徴に向けられていく。

**1980年代のレジリエンス研究** 1980年代になると、心理学領域での研究と同時に、精神疾患に対する防御因子と抵抗力を意味する概念として精神医学にもレジリエンスが導入された（Rutter, 1985）。リスクがあっても健全な成長に至る要因や、脆弱性に関連する要因が明らかにされ、予防や援助に応用した結果が検証された。多くの実証研究結果（特定のコミュニティでの縦断研究、虐待・親の精神疾患・離婚・貧困などを有する子ども、養護施設に入所中の子ども、精神遅滞・多動の子どもを対象とした研究）から、レジリエンスは「人が逆境に遭遇した際の精神疾患に抵抗し、健康な発達をとげるための防御機能（Rutter, 1985）」などの概念が規定されるようになった。防御因子（protective factors）に関しては、Garmezy (1987) が①個人の特性、②家族（支援的家庭環境）、③家族外のサポート（地域レベル）の3つの枠組みに整理している。防御因子は、後にリスク因子となるようなネガティブな影響を減らすとともに、危険因子に直接作用して独立して働いている可能性（緩衝効果）もあると考えられた。

**1990年代のレジリエンス研究** 1990年代には、レジリエンスの概念に逆境（adversity）だけでなく、生活上のストレスが含まれるようになる（例えば、レジリエントな人は、ありふれたライフイベントや慢性的なストレスに幸運にも順応したり、速やかに調節したりできる；Werner, 1990）。またこの時期は、レジリエンスが個人の固定の特性と考えるのか、人間発達の過程で変化しうると考えるかといった議論が盛んになった。

レジリエンスを「個人の特性」とした Garmezy (1987) は、「レジリエントな人とは、ストレスを受ける以前から持っていた適応パターンや有能感の中に再び回復する力と、跳ね返す能力を持つ人」とし、非脆弱性（invulnerability）との違いを明らかにした。つまり、レジリエントな人は傷つかない人という意味ではなく、屈服しても回復することとしている。同じく Werner (1989) も、「レジリエンスは固定的な性質であり、防御因子と危険因子の関連は直線的な関係ではなく、ストレスや危険因子が防御因子よりも大きいとき、過去にレジリエントであった人でも打ち負かされる場合がある」としている。また Anthony (1987a) は、レジリエ

ントな人を「正常な防衛、コーピング・スキルを広範囲に有し、現実の脅威に対して創意工夫に富んだ方法を提供できるような建設的で独創的な能力、そして心理的免疫を生み出すことのできる固有の強靭性 (robustness) を持っている」と特徴づけている。

他方、Rutterは、レジリエンスを「人が逆境に遭遇した際の精神疾患に抵抗し、健康な発達をとげるための防御機能」(Rutter, 1985)とし、「個人のたどる過程」であるとし、レジリエンスを「リスクに反応する個人の多様性と可塑性であり、レジリエンスによって人生のストレスや困難を乗り越えられるが、レジリエンスは個人の固定した特性ではないため、ある時点で困難に対処するのに成功しても、状況によって異なる反応を示す」と定義した(Rutter, 1987)。そして、「レジリエンスはリスクに遭遇することで形成され、心理社会的リスクへの個人の反応を形成する流動的な資質であり、乳幼児で決定するのではなく、成長発達の時間や経過および社会により変化し、影響を受けている」とした。同じくLuthar & Zigler (1991)は、レジリエンスについて「人間を不適応に傾かせるような困難な環境 (hazard) に反応する力を形成し、改善し、変化させるようなバランスを保持する機能を有し、学習可能なものである」としている。「深刻なストレスに対してうまく順応できる個人の発達であるレジリエンスは、発達過程を包括的に捉えていくことで明らかになり、力動的に変化するもの」と考えた。そして防御因子の機能を、①リスクの衝撃を減らす、②ネガティブな関連作用 (悪循環) を減らす、③自尊心と自己効力感を確立し維持する、④成長するチャンスをつくるとし、遭遇したリスクを克服して軌跡を良い方向に向ける媒介として重要であるとした (Rutter, 1985)。

**2000年代以降のレジリエンス研究** こうした流れを受けて現在のレジリエンス概念は、固定したものではなく発達過程に伴って変化するとする考え方が優勢である (田・田辺・渡邊, 2008)。例えばその後、Masten, Best, & Garmezy (1990)はレジリエンスを「困難で脅威的な状況にもかかわらず、うまく適応する過程、能力、および結果」と定義している。

2000年以降になると、精神医学の分野で「脆弱性」に注目してきた発病論的視点 (病因研究) への偏りを正すべく、レジリエンスに注目するようになった。うつ病をはじめとする PTSD (Posttraumatic stress disorder) などその他の精神疾患へとレジリエンスの概念が急速に拡大した。また、レジリエンスを有する人に特徴的な脳内での変化を探る脳画像を使った研究や神経伝達物質・ホルモンなどを扱った生物学的な研究も行なわれ始めている (田ら, 2008)。

## 2.2 日本でのレジリエンス研究

本邦のレジリエンス研究の多くは2000年代に始まる。1999年に無藤が「弾力性 (レジリエ

ンス)の教育をめぐって」とする小論を日本発達心理学会第10回大会に発表し、同年に小花和が「幼児のストレス反応とレジリエンス」を四条啜学園女子短期大学研究論集に掲載しているのが最も早い時期のものであろう。その後、小塩・中谷・金子・長峰(2002)は、レジリエンスを「ネガティブな出来事からの立ち直りを導く心理的特性」として、精神的回復力尺度の作成を試みている。またレジリエンスを生きる力と対応させた森・清水・石田・富永・Hiew(2002)は、「逆境に耐え、試練を克服し、感情的・認知的・社会的に健康な精神活動を維持するのに不可欠な心理特性」とし、(周囲から提供される)環境要因「I have 因子」、個人内要因「I am 因子」「I can 因子」「I will/do 因子」の4因子で捉え、環境との相互作用で長期にわたって発達していく個人特性であるとしている。同様の視点から、佐藤・祐宗(2009)は「レジリエンスとは、いわば精神的ホメオスタシスとも呼ぶべきものであり、心理的復元力、心理的回復力、心理的立ち直りなどと表現できるものである」としている。これらの尺度によって研究は一気に増加した。石原・中丸(2007)が指摘しているように、本邦のレジリエンス研究の特徴は「比較的健康状態の高い者に対する研究」であり、「より一般化された誰しもに起こりうる、または誰しもが経験するリスク状況を対象にしている」点にあると言えよう。

したがって、レジリエンスを定義するには「リスク」あるいは「逆境」と「より良い社会適応」という2つの要素が必要となり、研究においては、これを明確に、あるいは操作的に定義することが必要となる(庄司, 2009)。

以上のとおり、レジリエンス研究は、「困難で脅威的な状況にもかかわらず、うまく適応する過程、能力、および結果」という定義に示されるように、リスク児の中に健常な成長を遂げている一群が発見されたことに端を発し、その結果をもたらした発達上のプロセスや環境要因、個人内要因の解明に注力されてきた経緯がある。また、日本でのレジリエンス研究の多くは、前提となるリスクが「逆境や有害事象」から「誰しもが経験するリスク状況」に変化し、心理的復元力、精神的回復力としてプロセスよりも環境要因、個人内要因に注目する傾向があると考える。

### 2.3 ERとレジリエンスの相違

レジリエンス概念と研究のガイドラインを示したLuthar, Cicchetti, & Becker(2000)は、ERとレジリエンスは2つの点で異なると指摘している。一つは、ERが個人のパーソナリティの特徴であるのに対し、レジリエンスは発達上のプロセスとしている点である。もう一つは、ERが逆境にさらされるなどのリスクを前提としないのに対し、レジリエンスではこれを前提

とする点である。レジリエンス研究者が使用する用語に関しても“resiliency”と“resilience”の混在が指摘され、Masten (1994) は、“resiliency”ではなく、“resilience”がその能力と一致するものであると述べ、“resilience”の使用を推奨している。

一方で、Lewin のモデルから理論的に自我の調整機能に注目して概念化された ER は、主に Block を中心とした 1960 年代に始まるパーソナリティ発達の 2 つの大きな縦断研究を通じて研究が進められてきた。resilience, resiliency, resilient という用語も、心理学分野で最初に概念的に使用したのは Block (1965) であるとされる。用語に関して Block (1965; 2002) は、ego という語は、パーソナリティの永続的、構造的側面が関連していることを含意し、resilient という語は、この連続体上の高い位置にある個人を特徴づけるもので、処理能力の高さ、適応力、自らの世界への関心を意味するとしている。後年多くのレジリエンス研究の変遷をレビューした Block (2002) は、レジリエンス研究における「心理的に非常に有害であると判断される生活環境を前提として、驚くほどうまく適応していることに特徴づけられる一連の観察された現象」を説明するためには、ER が理論的基盤となると提案している (Block, 1993, 2002)。つまり、レジリエンス研究の原点にある「心理的に非常に有害であると判断される生活環境を前提として、驚くほどうまく適応していることに特徴づけられる一連の観察された現象」あるいは「リスクがあっても良好な社会的適応している現象」は、リスクや逆境などを前提とするまでもなく、Lewin のモデルから導かれた自我の柔軟な調整能力である ER によって理論的にシンプルに説明できるとした。レジリエンスは長期的な視点では発達のプロセスであるとしても、それが行動の結果によって検討されるなら、それはそれまでの発達の時間経過から引き継がれ形成された現在のパーソナリティ構造の一機能であると考えられる (Block, 2002)。Caspi, Sugden, Moffitt, Taylor, Craig, Harrington, McClay, Mill, Martin, Braithwaite, & Poulton (2003) も、多くの人々が様々な状況で適応機能の結果としてレジリエントな行動を示すことがあるとはいえ、個人の特性としてレジリエンスを扱うならば個人差が生まれてすぐに存在する可能性があるとして述べている。ノルウェーの双生児研究では、特性としてのレジリエンス (ER) の違いは主として遺伝要因 (男子で 77%, 女子で 70%) で説明され、残りの差異 (20~30%) が非共有の環境要因に起因すると報告している (Waaktaar & Torgersen, 2012)。

レジリエンスは、リスクに対する早期介入に端を発し、リスクを前提とした発達上のプロセスや環境要因、個人内要因の解明に注力されてきた研究の経緯からさまざまな概念の変遷があり、そのため研究者によって定義が一定していない。ER は、一貫してパーソナリティ発達の視点から研究され、パーソナリティの永続的、構造的側面である自我の機能に対応した個人の

力動的能力と定義され、限定的な前提条件はない。これらの点において、レジリエンスとERは概念上異なるものであると考える。

## 第3章

### ERの測定方法と尺度

本章では、ER研究で行われてきたERの測定方法と尺度について述べる。

#### 3.1 Q分類法と自己報告尺度

ERは従来、幼児から適用可能なQ分類法（例えばCCQ, the California Child Q-Set; Block & Blok, 1969; CAQ, the California Adult Q-Set; Block, 1978）で測定されてきた<sup>4</sup>。この手続きは、被験者との直接的接触、被験者によって提供された資料、その他収集された被験者関連資料などによって被験者をよく知っている観察者ないし評点者が、100項目のQ-setを用いたQ分類法の手順で被験者のパーソナリティの記述を分類する。被験者に対する信頼度の高いQ合成記述を導くために複数の観察者や評点者の記述分類がすりあわされる。被験者のER得点を定める方法としては、被験者のQ合成記述とERの理論的に導かれたプロトタイプ(基準)定義の一致度から算出される。

Table 3-1は、ERの基準定義(Block, 1991)の最も顕著な特徴である26(最も特徴的な13項目と最も特徴的でない13項目)のCAQ項目リストである。観察者に基づくCAQ尺度は妥当性・信頼性ともに立証されている(例えば, Caspi & Herbener, 1990; Funder & Colvin, 1988; Ozer & Gjerde, 1989; York & John, 1992)。しかし、Q分類法はかなりの時間と労力を要する手続きで、複数の観察者による合意形成後の評点のため、ある程度の熟練も必要となる。こうした問題点に対し、Klohnen(1996)は、Blockらの観察者によるER尺度に近似した29項目の自己報告尺度をCPI(California psychological inventory)項目から作成し、ERの内的構造としての4因子(確信的楽観主義、生産的活動、洞察力と思いやり、感情表出の巧みさ)を明らかにしている(尺度項目は一部しか公表されていない)。本邦でも、中尾・加藤(2005)が、大学生のサンプルで、ERの基準定義(Block, 1991)の最も顕著な特徴である26のCAQ項目リストから、対他的ER(人とのかかわりにおけるER)と対自的ER(自我の脆性)の2因子16項目のCAQ版ER尺度を作成し、ERと自尊感情、自我強度の関連を検証している。

---

<sup>4</sup> 100項目のパーソナリティ記述は、縦断研究で使用可能なようにCCQ項目とCAQ項目とで対応している。清水・Gjerde(1993)の日本語訳CAQ100項目を付表1に掲載した。

Table 3-1 Ego-resiliency の特徴的 CAQ 項目 (Block, 1991 から抜粋)

CAQ No	【最も特徴的】
1	60 自分のことは自分が一番よくわかっている
2	35 思いやりがあり、親しい人間関係をもつことができる
3	92 人の中にも落ち着いて気楽でいられる
4	26 生産的で、たいていのことはやり遂げる
5	33 動作がゆったりして、落ち着いている
6	15 人付き合いはうまい
7	64 人の思っていることなどはたいてい察知できる
8	83 細かなことにこだわらず、問題の核心をつかむことができる
9	2 誠実で人から信頼されていると思う
10	56 シャレや面白い話など、ユーモアがわかる
11	96 自分自身の自立と自由を大事にする
12	28 人に好かれるタイプである
13	18 よく面白おかしいこと(ウケそうなこと)を思いついて言う
CAQ No	【最も特徴的でない】
14	45 ちょっとしたストレスや緊張状態でも柔軟に対応できず、体調をくずしてしまう
15	55 自分の言動がもとでチャンスを台無しにしてしまうことが多い
16	9 不確かなこと、複雑なことは好まない
17	34 少しでも思い通りにならないとイライラする
18	86 心配や葛藤があっても実際は気にとめないようにしたり、そんなことはないかのように振る舞うことが多い
19	100 どんな人に対しても同じような態度で接する
20	68 基本的に心配性である
21	30 思い通りにならなかつたり困った状況になると、ほどほどのところであきらめ、ひいてしまう
22	97 感情表現が乏しく面白みがない
23	40 極度に「恐がり」である
24	79 いろいろなことにこだわって、しばしば考え込む
25	78 だまされたとか、犠牲になったとか感じて、自分を可哀そうに思う
26	22 自分がなんのために生きているのかわからない

一方、Block & Kremen (1996) は、従来の測定方法による縦断研究で ER が高く評定された人のデータをベースとして、一軸上で測定される概念である ER の単因子構造の 14 項目の自己報告尺度 (ER89 : Table 3-2) を提案した。ER89 尺度の 14 項目は、ミネソタ多面人格目録 (MMPI)、カリフォルニア人格検査 (CPI) から抜き出されたもの、Block が追記したもの、追跡できない他のリソースに由来するものであると注記されている (Letzring, Block, & Funder, 2005)。Block & Kremen (1996) によれば、ER の高い人は、人生や生活に対して楽観的で、関心をもってエネルギーにに関わり、好奇心が強く、新しい経験を受け入れ、ポジティブ情動の高さによって特徴づけられるとしている。

この ER89 尺度の一次元性、内的整合性、構成概念妥当性から一般化のための検証を行った Letzring, Block & Funder (2005) は、ER89 が、個人の well-being を測定している複数の構

成概念, 5因子モデルの特性, さらに心理的適応を測定している MMPI の多くの尺度項目と有意な関連があることを示している (Table 3-2)。

**Table 3-2 ER・EC と 5 因子特性, well-being 尺度との相関** (Letzring et al., 2005)

	ER		UC	
	女性	男性	女性	男性
<b>BFI</b> (自己報告)				
外向性	.57	.45	.19	.48
協調性	.39	.18	-.21	-.36
誠実性	.43	.16	-.25	-.28
神経症傾向	-.37	.04	.26	.28
開放性	.70	.46	.24	.39
<b>BFI</b> (知人の報告)				
外向性	.35	.32	.21	.45
協調性	.04	.08	-.09	-.31
誠実性	.06	.10	-.24	-.08
神経症傾向	.00	-.04	.06	.08
開放性	.21	.29	.22	.14
<b>PWB</b> 心理的幸福感	.53	.21	-.12	-.00
<b>BDI</b> 抑うつ	-.31	-.04	.24	.20
<b>Subjective happiness</b> 主観的幸福感	.38	.18	-.15	-.02
<b>SSI</b> 合計得点 ソーシャル・サポート	.63	.39	.27	.36
<b>MMPI</b> 心気症	-.10	.09	.36	.17
抑うつ	-.37	.01	.02	-.06
ヒステリー	-.06	-.07	.31	.21
精神病的偏奇	-.22	-.05	.36	.30
パラノイア	-.13	.24	.17	.27
精神衰弱	-.35	.25	.23	.26
精神分裂病	-.25	.19	.33	.21
軽躁病	.20	.21	.40	.29
社会的内向性	-.57	-.07	-.13	-.13
大学不適応	-.33	.15	.24	.23

注. BFI, Big Five Inventory (John et al., 1991)  
 PWB, Psychological Well-being (Ryff, 1989)  
 BDI, Beck Depression Inventory (Beck, Ward, Mendelson, Mock, & Erbaugh, 1961)  
 Subjective happiness (改作)(Lyubomirsky & Lepper, 1999),  
 この4項目尺度のうち最初の2項目を主観的幸福感を測定するために使用。  
 SSI, Social Skills Inventory (Riggio, 1986)  
 MMPI-2, Minnesota Multiphasic Personality Inventory-2 (Hathaway & Mckinley, 1989)  
 女性: BFI・PWB  $N=93$  ; Subjective happiness・SSI  $N=92$  ; BDI  $N=91$  ; MMPI-2  $N=90$   
 男性: BFI・PWB・BDI・SSI  $N=95$  ; Subjective happiness  $N=94$  ; MMPI-2  $N=92$   
 .20以上のすべての相関は  $p<.05$

ER89 尺度の翻案では, Caprara, Steca, & Leo (2003), Fonzi & Menesini (2005) がイタリア人サンプルで ER89 尺度の一次元性, 信頼性, 構成概念妥当性を裏付ける検証を行い, ER89 が, 向社会的行動, 社交性, セルフ・エスティームと正の関連があり, 内在化, 外在化とは負の関連があったことを示している (Caprara et al., 2003)。本邦では, 畑・小野寺 (2013a) が, 大学生のサンプルで ER89 の一成分 14 項目の日本語版尺度 (Table 3-3) の作成し, その信頼性と妥当性の検証を行っている。その中では, 尺度の一次元性が確認され, ER の高い人ほど精神的健康が良好であることが確認されている。

Table 3-3 ER89 尺度項目と日本語版尺度 (畑・小野寺, 2013a)

(Block & Kremen, 1996)	(畑・小野寺, 2013)
1. I am generous with my friends.	私は友達に対して思いやりがあり, 親しい関係をもてる
2. I quickly get over and recover from being startled.	私はショックをうけることがあっても直ぐに立ち直るほうだ
3. I enjoy dealing with new and unusual situations.	私は慣れていないことにも楽しみながら取り組むことができる
4. I usually succeed in making a favorable impression on people.	私は人にたいして好印象を与えることができる
5. I enjoy trying new foods I have never tasted before.	私は今まで食べたことがない食べ物を試すことが好きだ
6. I am regarded as a very energetic person.	私は人からとてもエネルギッシュな人だと思われる
7. I like to take different paths to familiar places.	私はよく知っているところへ行くにも, 違う道を通っていくのが好きだ
8. I am more curious than most people.	私は人よりも好奇心が強いと思う
9. Most of the people I meet are likable.	私の周りには, 感じがよい人が多い
10. I usually think carefully about something before acting.	私は何かするとき, アイデアがたくさん浮かぶほうだ
11. I like to do new and different things.	私は新しいことをするのが好きだ
12. My daily life is full of things that keep me interested.	私は日々の生活の中で面白いと感じることが多い
13. I would be willing to describe myself as a pretty "strong" personality.	私は「かなり強い個性」の持ち主であると思う
14. I get over my anger at someone reasonably quickly.	私は誰かのことで腹を立てても, すぐに機嫌が直る

### 3.2 自己報告尺度：ER89 尺度の次元性

ER89 という簡易自己報告尺度によって, ER 研究はかなり取り組みやすいものとなり, 世界の多くの国々で ER89 が翻案され, その後の 10 年間に ER 研究は一気に裾野を広げることとなった。ER 研究の広がりの中で, ER89 尺度の単一構造に疑義を唱える研究者も現れた (例えば, Kwok, Hoghes, & Luo, 2007 ほか)。イタリア人をサンプルとした研究で Alessandri, Vecchio, Steca, Caprara & Caprara (2007) は, 確認的因子分析によって, 14 項目の ER89 尺度から 4 項目を落とした 10 項目, 2 因子 (最適制御, 生活経験への開放性) による改訂版 (ER89-R) 尺度を提案した。Vecchione, Alessandria, Barbaranellia & Gerbinoa (2010)

は、縦断的データを利用して ER89-R の信頼性、妥当性を検証し、青年期後期から成人期初期までの6年間の尺度の安定性を明らかにしている。また、Alessandri, Vecchione, Caprara, & Letzring (2012) は、イタリア、スペイン、アメリカの3か国の異文化での ER89-R 尺度一般化を検証したが、アメリカのサンプルでのみ一部異なる結果となっている。アメリカ主導で行われてきた ER 研究では、尺度の共通化における文化差を意識した研究は少ないため、Alessandri et al.の一連の研究がその端緒を開くものとして注目されるものである。

こうした ER89 尺度の信頼性、妥当性に注目した多くの研究によって、ER89 尺度は well-being を測定する多数の種々の概念と高い相関を有し、社会的機能、自己コントロール、問題行動などを予測するものとして一般的な有用性が立証されている (Vecchione et al., 2010)。

## 第4章

### ERの先行研究

本章では、2つの観点からERの先行研究を紹介する。1つはERをめぐるパーソナリティ分類に関する研究、1つはERの発達段階別の実証研究である。

#### 4.1 ERに関連したパーソナリティ分類

ER・ECの理論的な概念モデルによってパーソナリティの個人差を説明しようとするBlockらのアプローチ(Person-centered approach)に対し、因子分析などの手法を用いて、情動、思考、行動の個人差から基本次元を実証的に導出するアプローチ(Variable-centered approach)がある。後者の実証的アプローチは、Allport & Odbelt (1936)まで遡るが、その後、多くの研究者によって研究が続けられてきた。1980年代以降、最も多くの研究者に同意を得られている研究に、パーソナリティの5因子モデル(Five Factor Model; FFM, McCrae & Costa, 1985)がある。パーソナリティ研究に大きな影響を及ぼしてきたこの2つのアプローチの違いについて、John (1990)は次のように述べている。ER・EC(概念的に情動、思考、行動に個人差を生じる自己コントロールのプロセスを反映)は、種々の状況における特徴的な行動という結果をもたらす個人内の制御プロセスを前提としている。それに対して5因子モデルは、情動、対人関係、経験、態度、動機づけのスタイルの主要な個人差を説明することを意図している。従って、根底にある制御プロセスを特定することなく、行動の結果で個人差を説明している(John, 1990)。

##### 4.1.1 パーソナリティの3分類

このアプローチの異なるER・ECの概念モデルと5因子モデルの両方の枠組みを対応させ、Q因子分析<sup>5</sup>やクラスタ分析<sup>6</sup>によってパーソナリティの3タイプを報告している研究者もいる(York & John, 1992; Caspi & Silva, 1995; Robins, John, Caspi, Moffitt, & Stouthamer-Loeber, 1996; Asendorpf, & van Aken, 1999; Asendorpf, Borkenau, Ostendorf, & van Aken, 2001; Schnabel, Asendorpf, & Ostendorf, 2002; Boehm, Asendorpf, & Avia,

<sup>5</sup> 人を分類することを目的として行われる因子分析で、データの行列を入れ替えて因子分析を行う手法(小塩, 2010)。

<sup>6</sup> 連続的な複数の変数を類似度によって分類する、また連続的な複数の得点の類似度によって人を分類するために用いられる分析手法(小塩, 2010)。

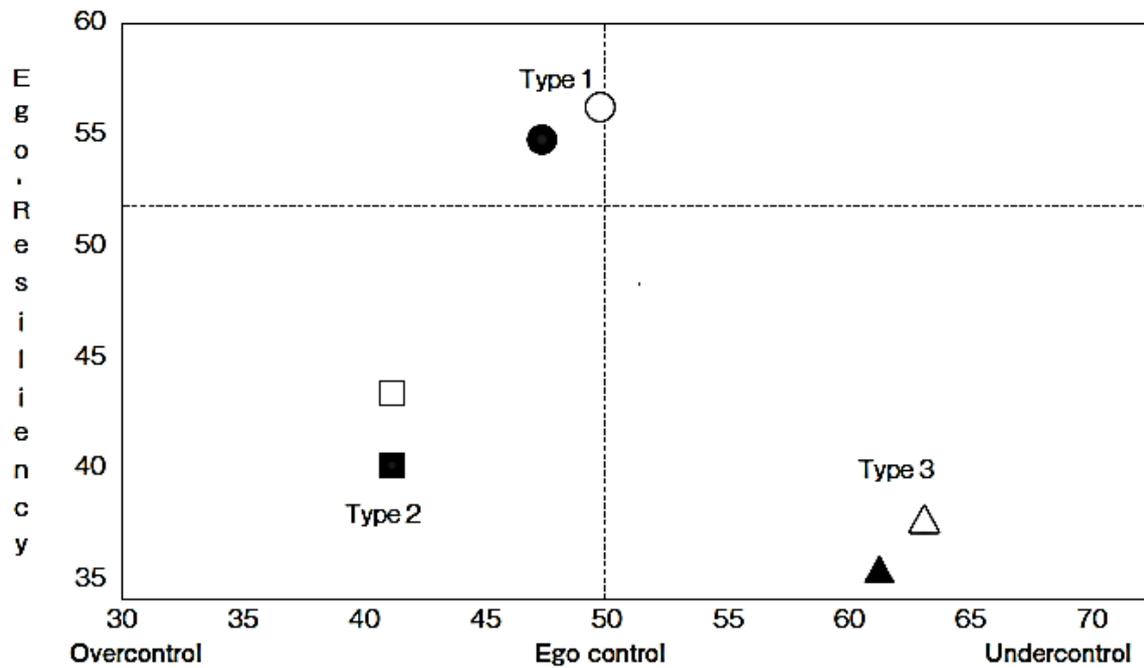
2002)。

**Table 4-1 実証的に導出された3パーソナリティ・タイプの一般化可能性**

	研究			
	Block (1971)	York & John (1992)	Caspi & Silva (1995)	Rocins, John, Caspi, Moffitt, & Stouthamer-Leober (1996)
パーソナリティ・タイプ				
1	Ego-Resilient	Individuated	Well-adjusted	Resilient
2	Vulnerable Overcontrollers	Traditional	Inhibited	Overcontrollers
3	Unsettled Undercontrollers (Belated Adjusters) (Anomic Extroverts)	Conflicted (Assured)	Undercontrolled (Conflicted) (Reserved)	Undercontrollers
一般化可能性の諸相				
研究協力者	84名 男児/男性	103名 女性	1,024名 男児・女児	300名 男児
年齢	13歳・35歳	43歳	3歳	12-13歳
人種	主に白人	主に白人	主に白人	黒人と白人
出生コホート	1920年代	1937-1939年	1972-1973年	1970年代後期
居住地域	サンフランシスコ湾岸エリア	サンフランシスコ湾岸エリア	ニュージーランド	ピッツバーグ(ペンシルベニア州)
データソース	記録文書からの臨床的判断	記録文書からの臨床的判断	テスト中の審査官の観察	養育者の報告
使用尺度	California Adult Q set	California Adult Q set	Behavior ratings	California Child Q set
タイプ導出	2つの期間のQ因子	反復Q因子	反復クラスタ	反復Q因子

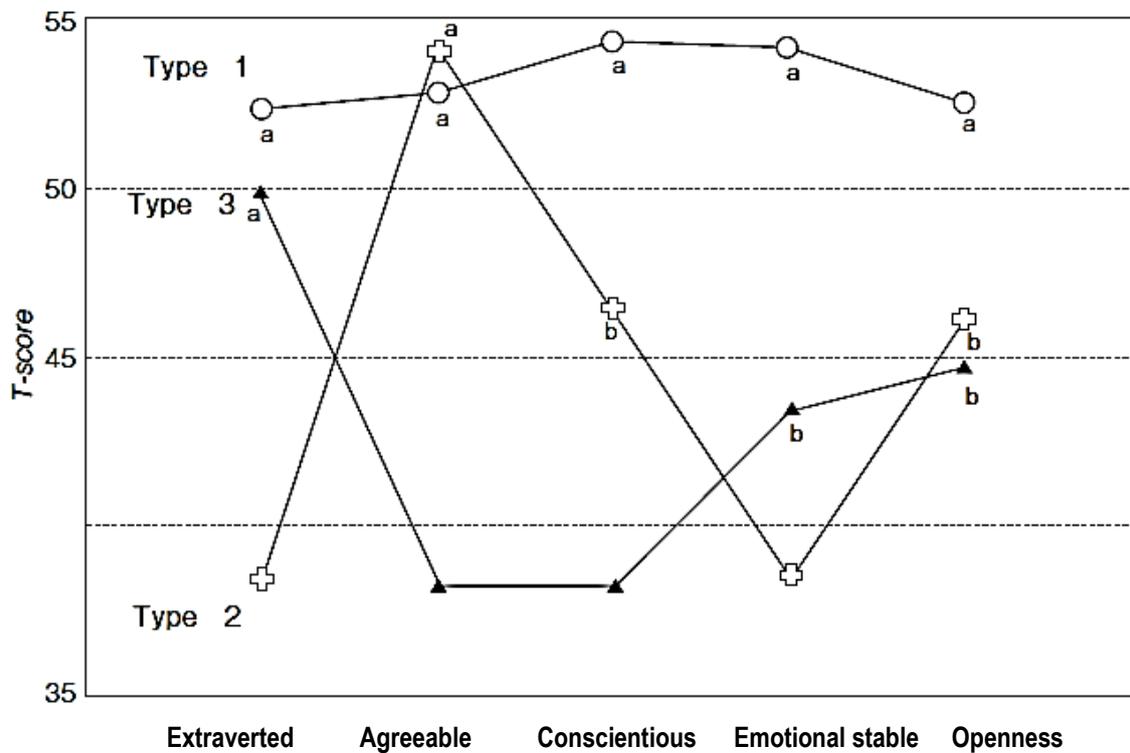
注 Rocins, John, Caspi, Moffitt, & Stouthamer-Leober (1996)から引用、一部追加  
( )のパーソナリティ・タイプは同時に導出されたその他のタイプ。

中でも Robins et al. (1996) は導き出したパーソナリティの3タイプを、Block (1971) が男女別に識別したタイプ(男性5タイプ, 女性6タイプ)や York & John (1992), Caspi & Silva (1995) の研究で導きだされたタイプに対応させ、レジリエント、オーバーコントローラー、アンダーコントローラーという3タイプ (Figure 4-1, 4-2) の一般化可能性を示唆した (Table 4-1)。3つのタイプは、レジリエントな適応的な群と2つの適応的ではない群 (オーバーコントローラー、アンダーコントローラー) で比較され、オーバーコントローラーは、衝動コントロールの高さ、不安の高さ、攻撃性の低さによって特徴づけられ、アンダーコントローラーは、衝動コントロールの低さ、信頼性の低さ、オープンな攻撃性によって特徴づけられる (Asendorpf, 2002)。Asendorpf と彼の共同研究者らは、パーソナリティの分類がこの3つの主要な“反復可能な”パーソナリティのプロトタイプであるとする十分なコンセンサスがあると主張 (Asendorpf, van Aken, 1999; Asendorpf, Borkenau, Ostendorf & van Aken, 2001) している。European Journal of Personality 誌の特集号 (2002) では、一定の条件 (非臨床的サンプル, NEO-PI (-R) の使用, クラスタ分析など) の下に反復可能なタイプを引き出すことで、言語、文化を越えた検証を行っている。



注) 塗りつぶしは African Americans で、白抜きは Caucasians

Figure 4-1 タイプ別の ER と EC (Robin et al., 1996)



注) 塗りつぶしは African Americans で、白抜きは Caucasians

Figure 4-2 タイプ別の 5 因子プロファイル (Robin et al., 1996)

本邦では、小塩（2010）が、Asendorf et al.（2001）や Robinns et al.（1996）の3タイプを「パーソナリティの3つのプロトタイプ」として紹介し、類型的な見方の持つ問題点を述べている。「このような研究は、人間を大まかにどのように類型化することが可能かを検討するという点で意味を持つが、それは、少ない情報で自分や他人のパーソナリティを判断しているということを表している。類型的な見方をすると行動とパーソナリティを同一視することになりがちで、類型的な見方に固執することは環境・状況の影響力の軽視にもつながり、ときに誤解や確執を生じさせることもある」とし、パーソナリティの特性的な見方（多面的にとらえて理解すること）を促している。

#### 4.1.2 パーソナリティの4分類

Asendorf らの3タイプに対し、Gramzow, Sedikides, Panter, Sathy, Harris & Insko（2004）は、3タイプのモデルが見過ごしている重要なパーソナリティのタイプ区分があると指摘した。

Table 4-2 Ego-resiliency/Ego-control の4つの結合に有意に関連する CAQ 項目  
(Block & Block, 1980)

	Resilient	Brittle
Undercontrolled	<ul style="list-style-type: none"> <li>● エネルギーッシュ, 活動的</li> <li>● 好奇心が強い, 探究的</li> <li>● 回復力, レジリエント</li> <li>● 面白い, 人目を引く</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 落ち着かない, そわそわした</li> <li>● 衝動のコントロール不足</li> <li>● 外在化型, 傷つきやすい</li> <li>● もろい, 調整の余地が限られる</li> <li>● ごまかし上手</li> </ul>
Overcontrolled	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 従順な</li> <li>● 冷静, 落ち着きがある</li> <li>● 共感的</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 抑制的, 抑圧的</li> <li>● くよくよする, 心配性</li> <li>● あいまいなことに耐えられない</li> <li>● ストレス下で頑なに同じことを繰り返す</li> <li>● 堅苦しい対人関係</li> <li>● ストレス下で引きこもる</li> <li>● 不適切な感情表出</li> <li>● 独特の行動パターン</li> </ul>

Blockの理論的観点に基づくなら、レジリエントな人の中にはエゴ・コントロールの低い傾向の人、高い傾向の人がおり、レジリエントな人も2つに区別することが可能である (Table 4-2) とした。

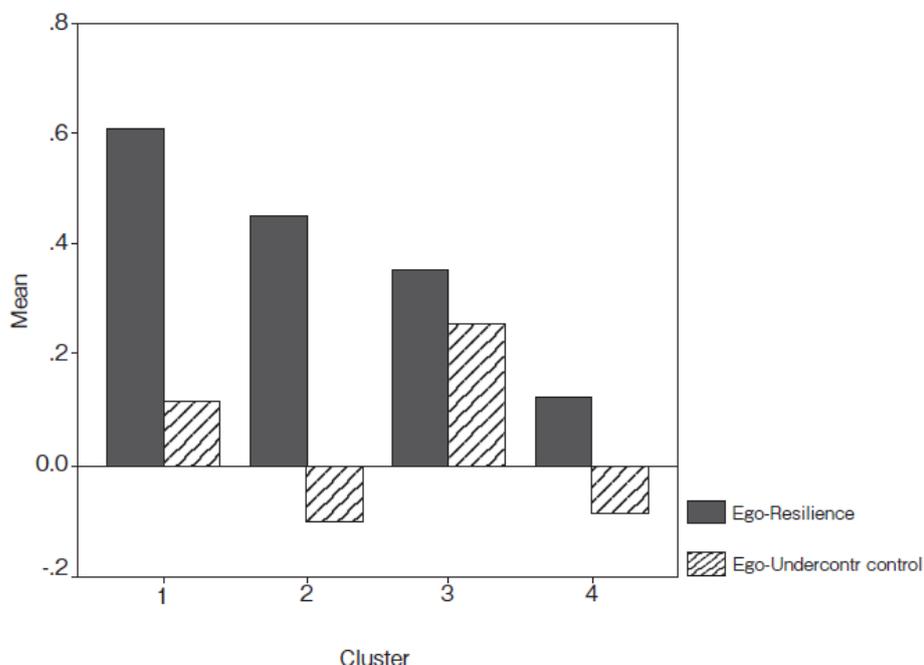


Figure 4-3 クラスタ別のERとECのパターン (Gramzow et al., 2004)

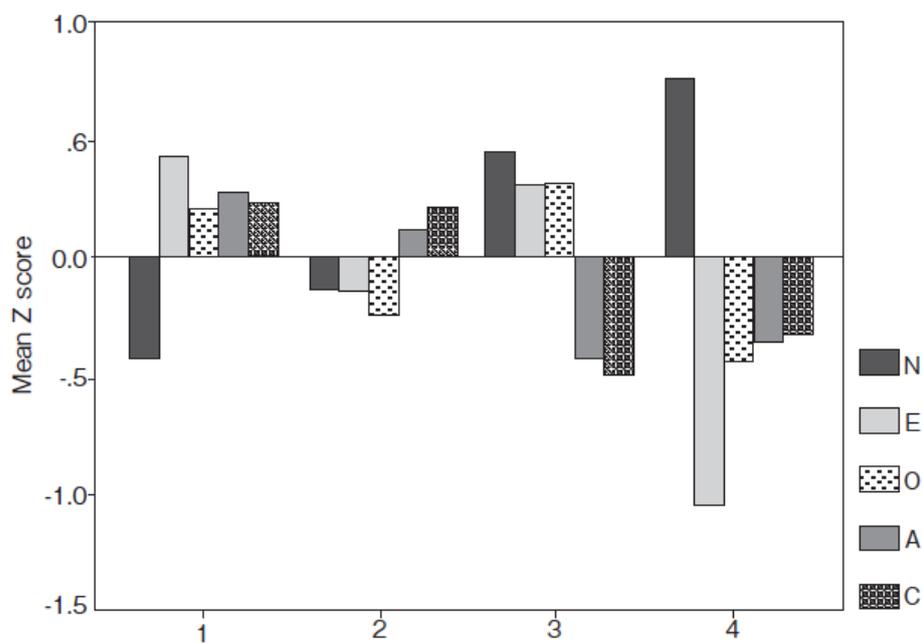


Figure 4-4 クラスタ別の5因子プロファイル (Gramzow et al., 2004)

Gramzow et al. (2004) は、2つのアプローチの両方を試み4つのタイプを導出し、5因子モデルとの関係を検証している (Figure 4-3, 4-4)。4つのタイプは、①レジリエントなアンダーコントローラー、②レジリエントなオーバーコントローラー、③脆弱なアンダーコントローラー、④脆弱なオーバーコントローラーである。ERは①から順に低くなり、逆に5因子モデルの神経症傾向は、①から順に増加する。①は外向性、開放性、調和性、誠実性の高さによって特徴づけられる。②は調和性、誠実性は高いが外向性、開放性が低い。一方、レジリエントではない(脆弱である)③と④は高い神経症傾向で特徴づけられ、③は外向的で経験に対し開放的であるのに対し、④は極端に内省的で開放性が低い。この分類の③脆弱なアンダーコントローラー、④脆弱なオーバーコントローラーは、Robin et al. (1996)やAsendorf et al. (1999)のタイプと一致している (Gramzow et al., 2004)。

しかし、5因子モデルによるクラスタ分析とER・ECによるクラスタ分析という方法の違いに加え、Asendorfらは5因子モデルの根底にあるパーソナリティ・タイプを探ることに研究の目的があり、Gramzowらは自己制御プロセスにおける個人差の研究から分類を行い、自己制御とパーソナリティの関係を探っている点で両者には大きな違いがあると考えられる。

#### 4.2 発達段階別にみたERの実証研究

本節では、ERに関してBlockらの既存の縦断研究データのメタ分析や、新規に行った30年に及ぶ縦断研究ならびにそれらから派生した多くの実証研究を概観する。ERの発達段階ごとの研究は以下のとおりで、ERが発達の各段階を通して良好な適応状況を実現するのに重要なパーソナリティ資源であることが理解できる。

**幼児期のER** 幼児期の調査では、ERの高い子どもは安定した愛着や就学前の優れた問題解決能力を有し (Arend, Gove, & Sroufe, 1979)、順応性が高く、ERの低い子どもは高い子どもに比べ問題行動を多く示した (Wolfson, Fields, & Rose, 1987) ことが報告されている。

**児童期のER** 児童期の調査では、ERが友達への共感的な行動 (Strayer & Roberts, 1989) や社会的に望ましい行動 (Eisenberg, Valiente, Fabes, Smith, Reiser, Shepard, Losoya, Guthrie, Murphy, & Cumberland, 2003) と関連していることが示されている。また、ラテン系の子どもの研究では、近親者以外の大人とのポジティブな関係を形成する能力とERの関係を報告している (Flores, Cicchetti, & Rogosch, 2005)。

**青年期のER** 青年期の調査では、ERの高い青年の方がストレス状況からのより早い心理的、情動的回復を示し (Tugade & Fredrickson, 2004)、状況に応じて満足行動を適切に遅延

でき (Funder & Block, 1989), パーソナリティは比較的成熟している (Westenberg & Block, 1993)。これに対して ER の低い青年は, 習慣性の薬物使用 (Block, Block, & Keyes, 1988) や抑うつ症状 (Block & Gjerde, 1990) と関連することが明らかにされている。また, Gramzow, Sedikides, Panter, & Insko (2000) は, ER と自我強度やハーディネスとの正の関係を明らかにし, Yalim (2007) や Park & Lee (2011) は, ER の高い学生の方が低い学生より大学によりよく適応していることを報告している。Grotevant (1987) はまた, ER がアイデンティティ形成に影響を与えることを示唆している。

**成人期の ER** 成人期の調査では, Pals (1999) が, ER と結婚が成人期の女性のアイデンティティ確立を促す重要な要因であることを報告し, Klohnen, Vandewater, Young (1996) は, ER の高い女性ほど中年期特有の生活への適応 (例えば, 心理的幸福感, 夫婦関係の質, 仕事領域での取り組み, 身体的健康, 身体イメージなど) が良好であることを明らかにしている。成人期後期の調査では, ER が日常的ストレスに対処し生活にうまく適応するのに役立つことが示唆されている (Ong, Bergerman, Bisconti, & Wallace, 2006)。このように ER は, 中年期の課題にうまく対処するための重要なパーソナリティ資源であり, 中年期初期の ER から中年期後期の適応的な心理機能を予測することができる (Heckhausen, 2001)。

## 第5章

### 新しいER研究の動向と日本のER研究

1960年代半ばから始まるERの研究は、レジリエンス研究の始まりとともに時には混同されながら、時にはそれを取り込む形で継続的に続けられてきた。そして2000年以降、BlockのER研究の引用頻度が一気に増加している。それは、Block研究の共同研究者たちに加え、近年新たな視点でERに着目した研究者が増えてきていることを示している。その中から本章では、ER研究の新しい動向として「ポジティブ情動の拡張－形成理論」を取り上げた。また、最後に日本のER研究の現状を追記した。

#### 5.1 ポジティブ情動の拡張－形成理論とER

ER89尺度の公表以降、Block & Kremen (1996)のER定義に基づき、ERを特性レジリエンス (trait resilience) あるいは心理的レジリエンス (psychological resilience) として一連の研究を報告している研究者 (例えば Fredrickson, Taylor など) がいる。中でも注目されるのは、Fredrickson (1998, 2001) が提起したポジティブ情動の拡張－形成理論 (broaden-and-build theory) である。ポジティブ情動の拡張－形成理論は、ポジティブ情動の機能について「ポジティブ情動の経験」「思考－行動のレパトリーの一時的拡張」「個人資源の継続的形成」「人間のラセン的变化と成長」という4つの段階を有するプロセスとして説明されている (Figure 5-1)。

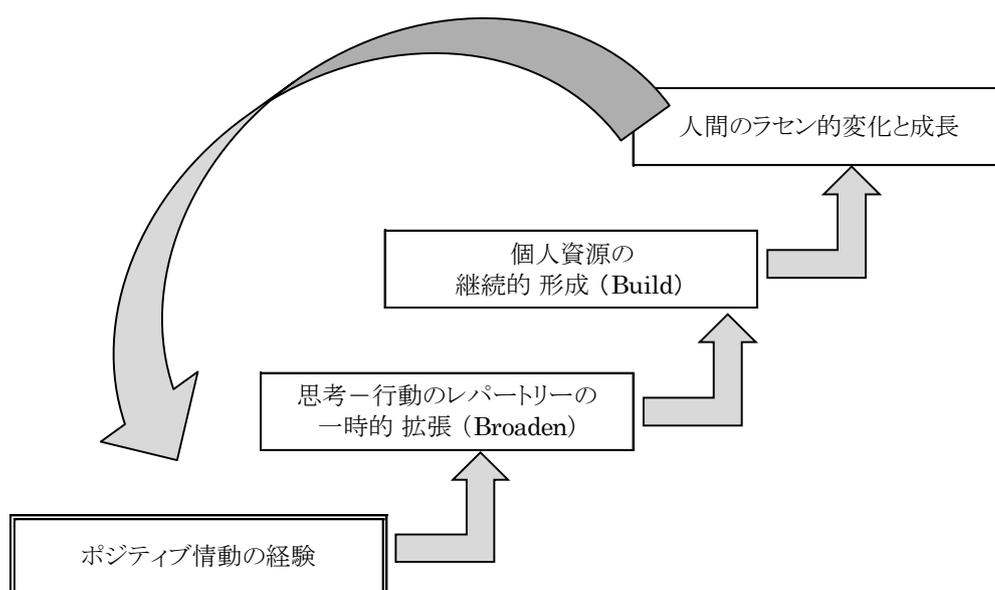


Figure 5-1 ポジティブ情動の拡張－形成理論 (大竹恵子, 2006. から引用)

つまり、ポジティブ情動の経験によって、いろいろなことに目を向けたり、気づいたり、考えたりできるようになる。そして、その結果として、身体的、知的、社会的な意味での様々な個人資源を獲得し、形成することができるようになり、それらが対処能力やレジリエンスを高め、最終的に個人の健康や well-being を促進するとことにつながる (Fredrickson, & Joiner, 2002; Fredrickson, 2003; Tugade, Fredrickson, & Barrett, 2004) というものである。このポジティブ情動の拡張-形成理論に関連した実証研究に ER89 尺度が採用されている。例えば、Fredrickson, Tugade, Waugh & Larkin (2003) は、9.11 の同時多発テロ攻撃の前後に査定されたデータの媒介分析によって、ER が高い人がポジティブ情動によって抑うつを和らげること、ER が高い人がポジティブ情動を通して心理的リソース (生活満足度、楽観性など) を増加させ成長すること、ER が高い人は直面した問題の中にポジティブな意味合いを見つける傾向が強いことを明らかにしている。同様に、Tugade & Fredrickson (2004), Tugade, Fredrickson, & Barrett (2004), Waugh, Fredrickson, & Taylor (2008) は、理論的に「レジリエントな人はストレスフルな経験から素早く、効果的に立ち直る」ことをこの理論的枠組みから立証している。また、Shaver & Mikulincer (2007) や Caldwell & Shaver (2012) は、ポジティブ情動の拡張-形成理論から、安定したアタッチメント経験が好奇心、楽観性、逆境へのポジティブなアプローチ能力を高め、それが次に、個人の認知的、情動的そして行動的レパートリーを増やすことで、ER を促進することを検証した。その結果、アタッチメントの安定がポジティブ情動と拡大された知的能力間の適応的な相互作用を促進し、ER の顕著な増大を導き、成長や自己実現のプロセスに貢献していると結論付けた。一方、ポジティブ情動の拡張-形成理論の個人の持続的な資源を形成することを検証した Cohn, Fredrickson, Brown, Mikels, & Conway (2009) は、ポジティブ情動が ER の増大を予測し、次に ER の増大が日々のポジティブ情動やグローバルな生活満足度の増加と関係することを明らかにしている。さらに、ポジティブ情動の拡張-形成理論に照らして、ポジティブ情動、コーピング方略と ER の関係を検証した Vulpe, & Dafinoiu (2012) は、3つの適応的コーピング方略を予測変数、ER を基準変数、ポジティブ情動を媒介変数とする媒介モデルから、接近コーピングとセルフヘルプ・コーピングの2つがポジティブ情動を予測し、次に ER を促進する間接効果と、調整コーピングがポジティブ情動を媒介することなく直接 ER を予測する直接効果を明らかにしている。

## 5.2 日本でのER研究

本邦でのERに関する研究は、上述した尺度作成を試みた中尾ら（2005）、畑・小野寺（2013a；第3章）を含めて極めて少ない。まず小野寺（2008）は、母親の養育態度とERの関連を検証している。ERの高い母親は子育てに対し自信を持ち、子どもに合わせた柔軟な養育態度をとり、育児ストレスも低く、自分の子どもをのびのび明るい性格と捉えていた。ERの低い母親は育児にイライラすることが多く、子どもは落ち着きがなくじっとしているのが苦手だと捉え、子どもの規則正しい生活への配慮も低いことが明らかになった。結果から、ERが子どものしつけや子育て意識、さらには母親の生き方に関わっていることが示唆された。また、小野寺（2009）は、青年期の親子関係と無気力感の関係にERの果たす役割を共分散構造分析によって検証した。結果は、幼少期からの母親のほめるしつけが子どものERを高め、そのERが無気力感を軽減させる要因として機能していることが示唆された。畑・小野寺（2009）は、ERとタイプAおよび身体的ストレスの関連から、身体的ストレスを軽減する要因としてERと達成努力が関連していることを明らかにした。さらに、畑・小杉・小野寺（2011；第8章）は、唾液中クロモグラニンAを指標とした心理的ストレス反応とERの関連で、ERの高い人はストレス負荷に弾力的な反応パターンを示したのに対し、ERが低い人はストレスを長期化、慢性化するパターンを示し、ストレスに脆弱である傾向を示した。同じく、畑・小野寺（2013b；第7章）は、大学生の自我同一性地位と精神的健康の関係にERの果たす役割を検証した。結果は、同一性達成地位にある者は他の地位のものよりERが高く、精神的健康が良好であることを明らかとなった。構造方程式モデルによる分析では、ERが自我同一性の形成（とりわけ現実の自己投入）や精神的健康に対しプラスの影響を持つことが確認された。また、畑・小野寺（2013c；第7章）は、大学生の精神的健康に関し、ERの高い人の方がよりサポート源への認知が高く、多様なコーピング方略を用い、精神的健康が良好であることを明らかにした。さらに、共分散構造分析によって、ERが精神的健康に直接、間接（ソーシャルサポートやコーピング方略を介して）に良好な影響を与えることを確認している。これらの知見は、青年期、成人期を通じてERが、個人の生活の中での適応能力と強く関連していることを示唆している。

このように、ERは発達のどの段階においても共通して良好な適応状況を実現する重要なパーソナリティ資源である。言い換えれば、ERが生涯発達の視点からも有効な適応指標となると考えられる。

しかし、本邦でのERに関する実証研究は小野寺・畑以外には現在までのところ見当たらない。ERの性差や機能に関する調査結果の比較や日本とアメリカの違いなど文化差の可能性に関して言及できるデータも未だ十分とは言い難い。ER研究が行われなかった原因のひとつと考えられるERに関する情報不足が本研究によって改善され、本邦でもER89日本語版尺度（畑・小野寺，2013a）を用いることによって、年齢横断的な適応の指標としてERの実証研究が進められ、多くの知見が蓄積されることが期待される。

## APPENDIX 1 CAQ 項目 日本語版 (清水・Gjerde, 1993)

- 1 批判的で、簡単に説得されたり、感動したりしない
- 2 心から頼りになり、責任感が強い
- 3 興味の幅が広い
- 4 話好きである
- 5 なにごとも人に譲るようにする
- 6 身なりや振る舞いがきちんとしているのが好きである
- 7 価値観が保守的である
- 8 知能が高い
- 9 明快で単刀直入なことが好きだ
- 10 心配ごとがあったり、緊張するとからだに症状がでる (頭痛、腹痛など)
- 11 親しい人をかばう
- 12 自分の欠点や失敗は認めたくない
- 13 無視されたり、ちょっと批判されたりするだけでも、傷つきやすい
- 14 人の上に立つより、人のいうことをきくことのほうが好きである
- 15 ふざけたり、冗談をいったりするのが得意で、ひとづきあいがうまい
- 16 自分自身を客観的な目で見ることができ、内省的である
- 17 人の立場になって、思いやりある行動をする
- 18 だじゃれや冗談を言うのが好きである
- 19 他の人から、自分が間違っていないといってもらえると、安心できる
- 20 動作や行動が素早い
- 21 他の人に、面倒をみてあげたいという気を起こさせる
- 22 自分がなんのためにいきているのかわからない
- 23 自分の失敗を人のせいにしてしがちである
- 24 自分は客観的で合理的であると誇りに思う
- 25 自分の感情や欲求を過剰に抑制しがちで、必要以上に我慢する
- 26 生産的で、物事を工夫してやり逃げる
- 27 へりくだった謙虚な態度で人と接する
- 28 人に好かれるタイプである
- 29 人に頼りにされ、アドバイスや意見を求められる
- 30 苦しくなったり失敗したりすると、あきらめたり逃げ出しがちである
- 31 自分の容姿を魅力的だと思う
- 32 自分が人にどんな印象を与えるかわかる
- 33 態度が穏やかでリラックスしている
- 34 少しでも自分の思い通りにならないと、イライラしたり、腹を立てたりする
- 35 思いやりがあり、親しい人間関係をもつことができる
- 36 なんとなく消極的で、話を壊してしまったり、人の邪魔になったりすることがある
- 37 自分の目的のために、小細工をしたり、ごまかしをして、ずるく立ち回り、人を利用することができる
- 38 表面に出さないが、人に対して怒りや敵意を感じる事がしばしばある
- 39 ものの考え方や人との接し方が、常識とはズレている
- 40 実在するものであろうとなかろうと、脅威に弱い
- 41 人や自分を、正しいか間違っているかという観点から判断する
- 42 決定を下すのを避けたり、実行するのをためらったりする傾向がある
- 43 表情や身振りが豊かである
- 44 行動の裏に隠された意図や動機を理解するように努める
- 45 緊張した状況が苦手で、ストレスに弱い
- 46 しばしば物思いにふける
- 47 なにごとにつけても、すぐ自分が悪いと思いやすい
- 48 人と親しくなることを避け、人と距離を保つ
- 49 基本的には、人を信用しない
- 50 状況や関係、あるいは気分などによって行動や態度が変わりやすい
- 51 知的なことには価値があると思う
- 52 自分の意見を言ったりして、よく自己主張する
- 53 楽しみを先に伸ばしたりすることが苦手で、衝動的なほうである
- 54 社交的で、人と一緒にいることを大切に思う
- 55 自分の望みが叶えられるチャンスをグメにしまうようなことを言ったり、してしまったりしがちである
- 56 おもしろいや冗談をきいたりするのが好きである
- 57 人の目を引くおもしろい人間である
- 58 味や香りを楽しんだり、ものの感触を楽しんだりするのが好きである
- 59 自分の健康や身体の状態に関心が鋭い
- 60 自分の欲求や動機あるいは行動がよくわかっており、自分自身のことをよく知っている
- 61 人に頼りにされるのが好きである
- 62 人にあわせるより、逆らうほうである
- 63 「人気」や「正しい行い」であるとかいった型にはまった見方で、人や自分を評価する
- 64 人の感情や考えをよくとらえることができる
- 65 性格的に頑張るたちで、どこまでうまくやれるか、試してみるのが好きである
- 66 音楽、ドラマ、芸術などに対する美的感触が鋭い
- 67 わがままである
- 68 基本的に心配性である
- 69 甘えられたり、好意を求められたりすると、知らん顔ができない
- 70 自分の価値観があり、それに従って行動する
- 71 高いレベルの希望がある
- 72 心の底では、自分が人間としてこれで良いのか疑問に思う
- 73 いろいろな場面で、性的なことを想像してしまいがちである
- 74 自分に満足している
- 75 他の人から見て、わかりやすいタイプの人間であると思う
- 76 他の人の欲求や願望あるいは気持ちも、自分と同じであると思いがちである
- 77 率直で人とのつきあいに表裏がない
- 78 だまされたとか、犠牲になったとか感じて、自分をあわれに思いやすい
- 79 いろいろなことにこだわって、しばしば考え込むたちである
- 80 異性に関心がある
- 81 外見が魅力的で、格好がよい
- 82 気持ちが動揺しやすい
- 83 細かなことにこだわらず、問題の核心をつかむことができる
- 84 明朗快活である
- 85 言葉にしないで、表情やしぐさなどで意思を伝えようとする
- 86 実際には心配や葛藤があっても、気にとめないようにしたり、そんなことはないかのように振る舞う傾向がある
- 87 ものごとを複雑に考えすぎてしまう傾向がある
- 88 人間として魅力がある
- 89 能力や地位など、いろいろな点で自分と他人とを比較する
- 90 宗教や価値、人生の意味など哲学的な問題に関心がある
- 91 自分自身も力を持っていたいし、人を評価するときも力があるかどうかによって評価する
- 92 落ち着いていて安定している
- 93 自分の性別にふさわしい、男らしいあるいは女らしいスタイルやマナーで振る舞う
- 94 怒りや敵意を表面にだす
- 95 人に忠告を与えることが多い
- 96 自分自身の自立と独立を大事にする
- 97 感情的な人間ではない
- 98 雄弁で自分の考えを言葉で上手く表現できる
- 99 人の注意を引くように、感情を誇張して表現したり、おおげさに振る舞ったりする
- 100 だれとも同じように接する

## 第Ⅱ部

### 日本語版尺度作成と信頼性・妥当性の検討

## 第6章

### エゴ・レジリエンス尺度 (ER89) 日本語版の作成と信頼性・妥当性

本章では、ER の測定尺度 (ER89) の日本語版を作成し、信頼性と妥当性の検証を行う。

#### 6.1 問題と目的

ER は Block (Block,1965) によって提唱された概念で、Lewin (1951, 猪股訳 1979) のモデル<sup>7</sup>から導かれている (Block, 1965,1971; Block & Block, 1980)。Block & Block(1980)は、Lewin のモデルには自我の衝動制御に関わる働きをする境界が存在することに着目したと述べている。それは、動機づけに関連する「欲求系」と状況を察知し行動を起こす「知覚運動系」との間にある境界である。この境界には、心理的動機づけや欲求、緊張等の伝達の程度を調節する「透過度 (degree of permeability)」と、心理的重圧やストレスに応じて透過度のレベルを変更し、必要がなくなれば元に戻す「弾性 (elasticity)」という機能が仮定されている。Block (1965) は、Lewin によって仮定された境界のもつ2つの機能に衝動制御に関わる自我の働きを対応させ、エゴ・コントロール (Ego-Control: 以下 EC) と ER を概念化した。すなわち、境界の透過度に対応する EC を「衝動、感情、欲求の抑制と表出に関する個人に固有のレベル」と定義し、境界の弾性に対応する ER を「周囲の状況に応じて、固有の EC を高くも低くも変更できる個人の力動的な能力」と定義した (Block & Block, 1980)。Block & Block(1980)によれば、EC は一方に衝動や感情を過剰に抑制する Over - Control (以下, OC) と、他方に衝動や感情を容易に表出する Under - Control (以下, UC) という2極の連続体上にあるとされ、ER はこの2極間で EC のレベルを柔軟に調整できる能力である。そして、この2つ (ER と EC) が、情動、思考、行動にみられる個人差を生み出す元であると捉えられている (Block, 1971; Block & Block, 1980)。

Block & Block(1980)および Block (1993) によれば、ER の高い人は、状況に応じて適切に自らの衝動をオーバー、アンダーいずれのレベルにも調整することができる(例えば、

---

<sup>7</sup> Lewin (1951, 猪股訳 1979) は、人の行動を起動し方向づける作用をもつ心理的事象の総体を一種の場とみなし、それを生活空間 (life span: 人と環境が相互作用することで行動が生起する全体的な空間・事象) と名付け、理論化 (場の理論) した。Lewin は、人の行動が「生理的欲求・本能的な願望」という動機だけで決定されるわけではなく、「環境の変化・他者の反応」といった (物理的・心理的) 環境要因との相互作用によって人の行動が生起されるとした。

単位取得のための試験前なら一時的に OC よりに EC を調整し、遊ぶことを我慢して勉強する, など)。さらに ER の高い人は、豊富な利用可能なリソースと方略のレパトリーをもち、ストレスフルな状況下でも柔軟な対応ができるとされる。このため、ストレスフルな経験をしても精神的立ち直りが比較的早いと考えられる。それに対して ER の低い人は、状況の如何にかかわらず、衝動の抑制レベル・表出レベルが固定的で調整力が弱い（例えば、UC 傾向の強い ER の低い人の場合、試験前の切羽詰まった状況でも EC レベルの調整ができず、勉強よりも遊びを優先して出かける, など）とされる。EC レベルを柔軟に調整できなければ、状況に応じた適切な行動の選択肢は限られ、ストレスフルな状況下での対応もステレオタイプなものとなる。結果として精神的立ち直りも遅く、不適応につながると考えられる。このように、ER は良好な適応状況を実現するために、様々な出来事に応じて柔軟に自我を調整できる力動的能力であると考えられる。

ER に関する Block らの 30 年に及ぶ縦断研究やそこから派生した多くの実証研究を概観すると、ER は発達各段階を通して良好な適応状況を実現するのに重要なパーソナリティの資源であることが理解できる。例えば、幼児期の調査では、ER の高い子どもは安定した愛着や就学前の優れた問題解決能力を有することが示され (Arend, Gove, & Sroufe, 1979)、児童期の調査では、ER が友達への共感的な行動 (Strayer & Roberts, 1989) や順応性 (Wolfson, Fields, & Rose, 1987) と関連していることが示されている。また青年期の調査では、ER の高い青年の方がストレス状況からのより早い心理的、情動的回復を示し (Tugade & Fredrickson, 2004)、状況に応じて満足行動を適切に遅延でき (Funder & Block, 1989)、パーソナリティは比較的成熟している (Westenberg & Block, 1993) ことが明らかにされている。これに対して ER の低い青年は、習慣性の薬物使用 (Block, Block, & Keyes, 1988) や抑うつ症状 (Block & Gjerde, 1990) と関連することが明らかにされている。さらに成人期の調査では、ER の高い女性ほど中年期特有の生活への適応が良好であり (Klohn, Vandewater, Young, 1996)、成人期後期の人たちの ER は、日常的ストレスに対処し生活にうまく適応するのに役立つことが示唆されている (Ong, Bergerman, Bisconti, & Wallace, 2006)。このように、ER は発達各段階においても共通して良好な適応状況を実現するのに重要なパーソナリティ資源であると考えられる。

ところで、ER と類似した概念に「エゴ」のつかない「レジリエンス」がある。この 2 つは、研究のはじまりと概念において異なると考えられる。レジリエンスは、1970 年代から主に精神医学の分野で研究が始まり、その後心理学の分野でも盛んに取り上げられるよ

うになった。レジリエンス研究はリスク研究から派生し、厳しい逆境や不利な状況を経験したにもかかわらず、適応的な結果を示す子どもたちがいるのは何故かを説明するために始められた (石原・中丸, 2007)。レジリエンスは「人が逆境に遭遇した際の精神疾患に抵抗し、健康な発達をとげるための防御機能 (Rutter, 1985)」や「困難で脅威的な状況にもかかわらず、うまく適応する過程、能力、および結果 (Masten, Best, & Garmezy, 1990)」等広範に定義されるが、未だ定まったものはない。これは、レジリエンス概念の曖昧さや研究の変遷によるものと考えられる。初期の研究は、ストレス耐性やレジリエンスに貢献する防御要因を理解することに焦点化されていたが、その後レジリエンス (という) 現象にみられる防御のプロセスを理解する試みになってきている (Klohn, 1996)。本邦においてはどうか。本邦のレジリエンス研究は 2000 年代に始まる。小塩・中谷・金子・長峰 (2002) は、レジリエンスを「ネガティブな出来事からの立ち直りを導く心理的特性」として精神的回復力尺度の作成を試みている。またレジリエンスを生きる力と対応させた森・清水・石田・富永・Hiew (2002) は、「逆境に耐え、試練を克服し、感情的・認知的・社会的に健康な精神活動を維持するのに不可欠な心理特性」とし、(周囲から提供される) 環境要因「I have 因子」、個人内要因「I am 因子・I can 因子」「I Will/do 因子」の 4 因子で捉え、環境との相互作用で長期にわたって発達していく個人特性であるとしている。同様の視点から、佐藤・祐宗 (2009) は「レジリエンスとは、いわば精神的ホメオスタシスとも呼ぶべきものであり、心理的復元力、心理的回復力、心理的立ち直りなどと表現できるものである」としている。石原・中丸 (2007) が指摘しているように、本邦のレジリエンス研究の特徴は「比較的健康状態の高い者に対する研究」であり、「より一般化された誰しもに起こりうる、または誰しもが経験するリスク状況を対象にしている」点にあると言えよう。しかし、内外のレジリエンス研究に共通しているのは、必ず逆境や不利な状況やネガティブな出来事などが前提にあり、それを「乗り越え」「回復」していることを説明することに研究の原点があると考えられる。レジリエンス概念と研究のガイドラインを示した Luthar, Cicchetti, Becker (2000) は、ER とレジリエンスは 2 つの点で異なることを指摘した。一つは、ER がパーソナリティ特性であるのに対し、レジリエンスは発達上のプロセスである点である。もう一つは、ER が逆境にさらされるリスクを前提としないのに対し、レジリエンスではこれを前提とする点である。

一方で、Lewin のモデルから理論的に概念化された ER は、主に Block を中心とした 1960 年代に始まるパーソナリティ発達の縦断研究を通じて研究されてきた。resilience,

resiliency, resilient という用語も、心理学分野で最初に概念的に使用したのは Block(1965) であるとされる。後年多くのレジリエンス研究の変遷をレビューした Block (2002) は、レジリエンス研究における「心理的に非常に有害であると判断される生活環境を前提として、驚くほどうまく適応していることに特徴づけられる一連の観察された現象」を説明するために、ER が理論的基盤となると提案している (Block, 1993, 2002)。つまり、レジリエンス研究の原点にある「心理的に非常に有害であると判断される生活環境を前提として、驚くほどうまく適応していることに特徴づけられる一連の観察された現象」は、逆境や不利な状況などを前提とすることなく、Lewin のモデルから導かれた ER によって理論的にシンプルに説明できるとしたのである。

しかし、本邦における ER の研究は海外に比べて極端に少ない。研究が広がらない理由の一つは尺度にあると考える。ER は従来 Q セット法 (例えば、Block, 1978) で測定されてきたが、この方法は膨大な時間と複数の観察者・評価者を要し、ある程度の専門的熟練が求められるなど実施に関して多くの問題があった。その後、Block & Kremen (1996) によって 14 項目の自己報告簡易版尺度: ER89 が考案され、近年 ER 研究を行う多くの国で翻訳されている。しかし、日本語版による信頼性、妥当性はまだ検討されていない。ER89 の日本語版を作成することで、発達のどの段階にも共通して良好な適応を実現するのに重要なパーソナリティの資源であることを明らかにすることができる。そして、逆境やネガティブな出来事などを前提とすることなく、情動、思考、行動にみられる個人差や適応における個人差を理解するための実証研究が本邦においても可能になる。と同時に、海外の ER 研究の結果と本邦での研究結果を比較することも可能になる。

そこで本研究では、ER89 の日本語版を作成し、その信頼性・妥当性を検証することを目的とする。

## 6.2 方法 (信頼性の検証)

**調査対象者** 東京都内と山梨県の大学生を対象に授業時間の一部を利用して質問紙調査を行った。回答に不備のなかった男性 205 名 (平均年齢; 20.15 歳) と女性 315 名 (平均年齢; 19.34 歳) の 520 名 (平均年齢; 19.66 歳,  $SD=1.57$ ) を分析対象とした。調査の実施に際し、回答は任意であることを説明し、調査の参加への同意を得た。

**調査期間** 2008 年 12 月から 2010 年 10 月

**調査項目** Block & Kremen (1996) が作成した ER89 の 14 項目について、著者らが

オリジナル項目の内容や意味、ニュアンスに留意して日本語訳を行った。その日本語訳から英文への翻訳をバイリンガル2名に依頼し、原版と異なった表現になった訳文に関し必要な修正を行った後、在日のネイティブスピーカーの意見を聞き、意味やニュアンスに誤りがないことを確認し、ER89日本語版尺度とした。その後、著者らの研究(畑・小野寺, 2007, 2009; 小野寺, 2008, 2009)の結果から、1項目「私は普段、行動する前に慎重に考える」について疑義が生じ、在日ネイティブスピーカーを交えて再検討し「私は何かするとき、アイデアがたくさん浮かぶほうだ (I usually think carefully about something before acting)」に改訂した。回答方法は「非常にあてはまる: 4」から「まったくあてはまらない: 1」までの4件法である。得点が高いほどERが高いことを示す。

### 6.3 結果 (信頼性の検証)

ER89日本語版14項目それぞれの回答の分布に大きな偏りはなく、平均値、標準偏差の項目分析による天井効果、フロア効果もなかった。そこで、Block & Kremen (1996)の研究にならい、14項目を用いて主成分分析を行った。初期解を算出したところ、固有値の変化(第1成分から順に4.286, 1.402, 1.084, 0.957)から1成分性が示唆された。試みに2成分解も算出したが、複数の項目で第2成分が第1成分と同程度の負荷量を示すなど、採用可能な成分解は得られなかった。本研究では、固有値の変化とスクリープロットの形状、ならびに14項目すべてが第1成分に0.41以上の負荷を示したことから、1成分解を採択した。1成分解はデータの全分散の31%を説明していた。尺度全体のクロンバックの $\alpha$ 係数は、.82で十分な値が得られた (Table 6-1)。

信頼性確認のため、折半法で14項目の奇数番号・偶数番号の項目の合計得点で相関係数を算出したところ、 $r=.721$  ( $p<.01$ )であり、有意な相関が認められた。また、14項目の合計得点を上位25% (G群=132名)と下位25% (P群=116名)に分けて項目ごとの $t$ 検定を行った結果、いずれもG・P群間に0.1%水準で有意な差が認められた。さらに内的一貫性をみるI-T相関分析でも、合計得点とすべての項目について比較的強い有意な相関 ( $r=.42\sim.67$ ,  $p<.01$ )が確認された (Table 6-2)。以上の結果から、ER89日本語版尺度は、十分に信頼性を有する尺度であると考えられる。

なお、14項目を合計したER得点は36.5点 ( $SD=6.65$ )であった。得点には性差 ( $t(518)=2.88$ ,  $p<.01$ )が認められ、男性 ( $M=37.5$ ,  $SD=6.87$ )の方が女性 ( $M=35.8$ ,  $SD=6.44$ )より得点は高かった。

Table 6-1 ER89 日本語版の主成分分析結果 (N=520)

項目	成分 1	平均	SD
3. 私は慣れていないことにも楽しみながら取り組むことができる	.695	2.48	.81
8. 私は人よりも好奇心が強いと思う	.686	2.75	.90
11. 私は新しいことをするのが好きだ	.657	2.78	.85
12. 私は日々の生活の中で面白いと感じることが多い	.648	2.78	.84
6. 私は人からとてもエネルギッシュな人だと思われる	.627	2.29	.89
10. 私は何かするとき、アイデアがたくさん浮かぶほうだ	.593	2.27	.83
9. 私の周りには、感じがよい人が多い	.523	3.18	.76
2. 私はショックをうけることがあっても直ぐに立ち直るほうだ	.500	2.36	.94
4. 私は人にたいして好印象を与えることができる	.493	2.38	.78
13. 私は「かなり強い個性」の持ち主であると思う	.458	2.42	.95
7. 私はよく知っているところへ行くにも、違う道を通っていくのが好きだ	.451	2.63	1.00
5. 私は今まで食べたことがない食べ物を試すことが好きだ	.449	2.60	1.03
14. 私は誰かのことで腹を立てても、すぐに機嫌が直る	.424	2.69	.92
1. 私は友達に対して思いやりがあり、親しい関係をもてる	.419	2.92	.71

α 係数 .82

Table 6-2 ER14 項目の G-P 分析および I-T 相関分析結果

項目 No	G群 (n=132)		P群 (n=116)		F値	t値	I-T相関	
	平均	SD	平均	SD			γ	
1.	3.28	.57	2.54	.73	13.29 ***	8.80 ***	.419	**
2.	3.02	.87	1.73	.73	0.27	12.58 ***	.521	**
3.	3.19	.66	1.79	.55	2.74	18.01 ***	.668	**
4.	2.88	.74	1.91	.71	0.66	10.52 ***	.487	**
5.	3.28	.87	1.97	.91	0.16	11.62 ***	.486	**
6.	3.02	.76	1.60	.72	2.20	14.93 ***	.613	**
7.	3.27	.85	2.05	.93	0.03	10.75 ***	.485	**
8.	3.50	.64	1.91	.72	2.00	18.46 ***	.668	**
9.	3.63	.56	2.56	.82	23.24 ***	11.87 ***	.508	**
10.	2.94	.78	1.67	.70	0.28	13.44 ***	.578	**
11.	3.44	.71	2.04	.77	2.29	14.79 ***	.631	**
12.	3.49	.57	2.15	.69	0.90	16.80 ***	.624	**
13.	2.97	.92	1.77	.82	0.31	10.85 ***	.484	**
14.	3.20	.85	2.15	.87	0.13	9.61 ***	.463	**

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

## 6.4 妥当性の検討

研究1で作成した ER89 日本語版尺度 (14 項目) を用いて、日本語版尺度の併存的妥当性、構成概念妥当性を検討する。そのため、S-H 式レジリエンスおよび精神的健康度 (General Health Questionnaire : GHQ) を採りあげた。S-H 式レジリエンス検査 (佐藤・祐宗, 2009) はレジリエンスを個人の特性として定義し標準化している。レジリエンスをプロセスではなく個人の特性として捉えるなら、ER とレジリエンスの類似性は高いと考える。また、広義の ER は、逆境や危機的な状況、外傷経験などの「心理的に非常に有害であると判断される生活環境」を前提とせず、日常的な「ストレスに対して柔軟で臨機応変な対応ができる一般的な能力 (Klonen, 1996)」とされる。ER の先行研究の多くが一致して、ER が高い人はストレス状況下でも比較的柔軟な対応が可能で、良好な適応結果を示すとされている (Block & Block, 1980; Block & Kremen, 1996; Klohnen, 1996; Klohnen et al., 1996; Letzring, Block & Funder, 2005)。よって、ER とレジリエンス、精神的健康度に関し以下の仮説をたてた。

### 6.4.1 仮説

**仮説 1** ER は、S-H 式レジリエンス尺度の総合得点および下位尺度得点と相応の関連性があると予測される。

**仮説 2** ER の高い人は低い人と比べて精神的不全感 (GHQ) は低く、健康的であると考えられる。

## 6.5 方法 (妥当性の検証)

**調査対象者** サンプル 1 は東京都内と山梨県の大学生 320 名に授業の一部を利用して実施した調査から、質問項目の回答に不備のなかった 261 名 (男性 129 名, 女性 132 名) を分析対象 (平均年齢 ; 20.08 歳,  $SD=1.59$ ) とした。サンプル 2 では、東京都内の大学生 283 名に授業の一部を使用して実施した調査から、質問項目の回答に不備のなかった 240 名 (男性 65 名, 女性 175 名) を分析対象 (平均年齢 ; 19.18 歳,  $SD=1.44$ ) とした。2 つの調査の実施に際し、回答は任意であることを説明し、調査の参加への同意を得た。

**調査期間** 2009 年 1 月および 2010 年 10 月

**調査項目** サンプル 1 には以下の 1. と 2. を、サンプル 2 には 1. と 3. を実施した。

1) エゴ・レジリエンス尺度 : 研究 1 で作成した ER89 の日本語版 (14 項目 4 件法) を

用いた。

2) レジリエンス尺度：佐藤・祐宗 (2009) による S-H 式レジリエンス検査・パート I を用いた。この尺度は、先行研究のレジリエンスの下位概念を収集し、整理・統合して作成され、標準化されている。全 27 項目で 3 下位因子「ソーシャルサポート」「自己効力感」「社会性」から構成される。回答方法は、「全くそうである：5」「ややそうである：4」「どちらともいえない：3」「そうではない：2」「全くそうではない：1」までの 5 件法である。

3) 精神的健康尺度：中川・大坊 (1985) による General Health Questionnaire 12 項目短縮版 (GHQ-12) を使用した。GHQ は、1972 年に英国の Goldberg によって非器質性、非精神病性の精神障害のスクリーニング・テストとして開発された検査法である。日本版 GHQ は、中川・大坊 (1985)、大坊・中野 (1987) などによって妥当性が報告されている。オリジナル版は 60 項目であったが、その後相次いで 30 項目、28 項目、12 項目といった短縮版が考案され、その信頼性および妥当性が検討されている。いずれの項目も「ここ数週間のあなたの生活についてお尋ねします」に対する回答となっている。回答はリッカート式 4 件法で求め、採点は GHQ 採点方式 (4 選択肢を番号の小さい方から 0-0-1-1 点と採点：0~12 点) を採用した。得点が高いほど精神的な健康状態が悪いことを示す。

## 6.6 サンプル 1 の結果

### 6.6.1 ER89 日本語版尺度の主成分分析と得点化

ER 日本語版尺度 14 項目で主成分分析を行った結果、14 項目すべてが第 1 成分に 0.34 以上の負荷を示し、1 成分構造であることを確認した。1 成分解はデータの全分散の 28% を説明しており、尺度全体のクロンバックの  $\alpha$  係数は .78 であり、十分な値が得られたことから 14 項目を得点化した。ER 得点に性差は認められなかった。

### 6.6.2 S-H 式レジリエンス検査の因子分析と得点化

S-H 式レジリエンス検査 27 項目の因子分析 (主因子法・プロマックス回転) を行った結果、標準化されたとおり、「ソーシャルサポート」「自己効力感」「社会性」の 3 因子が得られた (Table 6-3)。3 因子を各々得点化し、3 因子の合計を S-H 式レジリエンス総合得点とした。S-H 式レジリエンス総合得点ならびに 3 下位尺度得点のいずれにも性差は認められなかった。

Table 6-3 S-H 式レジリエンスの因子分析結果 (N=261)

項目	F1	F2	F3
	ソーシャル サポート	自己効力感	社会性
26. あなたには必要なときに頼りにできる人がいますか	<b>.838</b>	-.195	.005
11. あなたにはわがままを聞いてもらえる人がいますか	<b>.788</b>	-.127	-.025
16. あなたは自分の悩みを話せる人が、家族以外にいますか	<b>.733</b>	-.152	.039
12. あなたにはあなたを誰よりも大切に思ってくれる人がいますか	<b>.656</b>	-.015	-.015
17. あなたは、今後、信頼できる人に出会えると思いますか	<b>.647</b>	.032	.029
27. 小学生の頃、あなたのまわりには、あなたに愛情を注いでくれる人がいましたか	<b>.623</b>	-.123	.114
2. あなたは愛情を注いでいるものがありますか	<b>.470</b>	.159	-.102
22. あなたは仕事上で信頼できる人がいますか	<b>.467</b>	.075	.082
21. あなたはお手本にしたい人や、そのようになりたいと思う人はいますか	<b>.434</b>	.153	-.020
1. あなたは家族や親しい友人と過ごす時間を大切にしていますか	<b>.426</b>	.130	.050
6. あなたには精神的に癒しを感じるものがありますか	<b>.397</b>	.173	-.094
7. これまでのつらい経験の中には、あなたの役に立った経験もあると思いますか	<b>.374</b>	.260	-.197
18. あなたは失敗するだろうと人から思われている仕事でも、やってみようと思いますか	-.030	<b>.684</b>	-.015
9. あなたは困難な仕事であっても、それにあった様々な方法もっていますか	.013	<b>.651</b>	-.085
19. あなたはいやなことでも自分がすべきことには、積極的にかかわっていますか	-.011	<b>.638</b>	.073
24. あなたは一つのことに對して、いろいろな解決方法を試すほうですか	.015	<b>.611</b>	-.088
13. あなたは困難な仕事で思いがけない負担がかかっても、何とかやってみようと思いますか	.194	<b>.527</b>	.028
14. あなたはこれからする仕事がむずかしそうでも、やってみようと思いますか	.110	<b>.500</b>	.024
8. あなたはそのときの状況によって、計画を変えることができますか	.109	<b>.499</b>	-.019
4. あなたは慣れている仕事をするよりも、誰も手をつけていない仕事をやってみようと思いますか	-.166	<b>.485</b>	.054
23. あなたはやる気をなくす問題がおこったときでも、解決する努力をしますか	.025	<b>.450</b>	.251
3. あなたは人を頼り過ぎないように心がけていますか	-.144	<b>.431</b>	.040
10. あなたはどんな人とも、うまくつきあうことができますか	-.046	.015	<b>.843</b>
5. あなたは気が合いそうもないと思う相手であっても、相手に合わせて付き合い方を変えられますか	-.081	-.045	<b>.698</b>
25. あなたはどんな人ともそれなりにつき合っていけるほうですか	.027	.041	<b>.690</b>
15. あなたは嫌いな人でも、仕事のためならうまくつきあっていくと思いますか	.021	-.028	<b>.542</b>
20. あなたは職場(学校)で新しい人が入ってきても、その人とうまくやってみようと思いますか	.212	.150	<b>.443</b>
	因子間相関	F2	F3
	F1	.41	.42
	F2		.47
	$\alpha$ 係数	<b>.86</b>	<b>.80</b>

### 6.6.3 併存的妥当性の検討

ER 得点と S-H 式レジリエンス得点の平均値、標準偏差および相関係数を Table 6-4 に示す。

ER は S-H 式レジリエンスの総合得点ならびに下位尺度得点のすべてに .38 以上の有意 ( $p<.001$ ) な正の相関を示した。特に S-H 式レジリエンス総合得点および自己効力感得点 (問題解決を自分でどの程度できるかなどの度合いについての本人の感じ方) とは比較的強い相関を示した。またソーシャルサポート得点 (家族、友人、同僚などの周囲の人たちからの支援や協力などの度合いに対する本人の感じ方) や社会性得点 (他者とのつき合いにおける親和性や協調性の度合いなどについての本人の感じ方) とは中程度の相関を示した。これらの結果から、ER はレジリエンスと関連性が高いとした仮説 1 は支持され、併存的妥当性が確認されたと考える。

Table 6-4 ER, S-H 式レジリエンスおよび GHQ の尺度得点と相関係数

	ER	S-H 式 レジリエンス 得点			平均	(SD)
		総合	ソーシャルサポート	自己効力感		
【サンプル1 N=261】						
ER得点	1				38.46	(6.03)
S-H式レジリエンス総合得点	.54 ***	1			101.79	(13.17)
ソーシャルサポート	.38 ***	.83 ***	1		49.85	(7.24)
自己効力感	.48 ***	.78 ***	.39 ***	1	34.16	(5.82)
社会性	.41 ***	.69 ***	.38 ***	.44 ***	17.78	(3.78)
【サンプル2 N=240】						
ER得点	1				34.20	(6.68)
GHQ得点	-.32 ***				5.29	(3.52)

\*\*\* $p<.001$

## 6.7 サンプル 2 の結果

### 6.7.1 ER89 日本語版尺度の主成分分析と得点化

サンプル 1 と同様に、ER89 日本語版尺度 14 項目で主成分分析を行った結果、14 項目すべてが第 1 成分に 0.34 以上の負荷を示し 1 成分構造であることを確認した。1 成分解はデータの全分散の 30% を説明しており、尺度全体のクロンバックの  $\alpha$  係数は .81 で十分な値が得られたので、14 項目を得点化した。ER 得点に性差は認められなかった。

### 6.7.2 GHQ-12 の得点化

12項目をGHQ採点方式で得点化した。GHQ得点に性差は認められなかった。

### 6.7.3 構成概念妥当性の検討

ER得点と精神的健康度 (GHQ) 得点の平均値, 標準偏差および相関係数を Table 6-4 に示す。ERは精神的健康度 (GHQ) と有意 ( $p<.001$ ) な負の相関 ( $r=-.32$ ) を示した。この結果から, ERの高い人は低い人と比べ, 精神的不全感は低く, 健康的であるとした仮説2は支持され, 構成概念妥当性が確認されたと考える。

## 6.8 考察

本研究では, 日常的な内的, あるいは外的なストレスに対して柔軟に自我を調整し, 状況にうまく対処し適応できる能力とされるERを取り上げ, これを測定する尺度ER89の日本語版を作成し, その信頼性・妥当性の検討を試みた。

尺度の信頼性の検討では, 研究1の大学生を対象とした調査結果から, 14項目のER89日本語版尺度は原版と同様の1成分構造であることが確認された。折半法 ( $r=.72, p<.01$ ), G-P分析およびI-T相関分析 ( $r=.42\sim.67, p<.01$ ) の結果は本尺度の確かな信頼性を示した。加えて, 本研究1および研究2で使用した本尺度のクロンバックの $\alpha$ 係数は.82, .78, .81で十分な内的整合性が示された。Block & Kremen (1996) の原版尺度では, 18歳のサンプル (106名) と23歳のサンプル (104名) の両方で $\alpha$ 係数は.76と報告されている。このことからER89日本語版尺度は原版と同程度に十分な信頼性がある尺度であると言える。

Table 6-5 ER89 原版尺度と本尺度による ER 得点の比較

		サンプル数	ER平均	(SD)	平均年齢	(SD)
原 版	研究1	57	42.0	(6.41)	19.26	(2.96)
	研究2	57	41.5	(4.68)	18.96	(0.97)
	研究3	197	42.4	(5.06)	18.89	(0.95)
本尺度	研究1	520	36.5	(6.65)	19.66	(1.57)
	研究2-1	261	38.5	(6.03)	20.08	(1.59)
	研究2-2	240	34.2	(6.68)	19.18	(1.44)

注. 原版尺度の調査は, Tugage & Fredrickson (2004) の結果.

また測定された ER 得点に関して、原版の ER89 尺度を用いてミシガン大学の同年代を調査した Tugade & Fredrickson (2004) の研究結果と比較したところ、本研究の得点の方がすべて低い結果となっている (Table 6-5)。さらに、本研究 1 では ER 得点に性差が認められたが、研究 2 のサンプルでは性差は認められなかった。Tugade & Fredrickson (2004) の 3 つの研究でも 2 つのサンプルで性差はなかったと報告されている。この ER の得点差や性差の結果が本研究におけるサンプルのみの特徴であるのか、日本人の傾向であるのか、あるいは他の要因が考えられるのか、さらなる検討が今後の ER 研究の課題と言えよう。

次に尺度の妥当性に関して、研究 1 と同様に大学生を対象とした検証の結果、ER と S-H 式レジリエンスの総合得点ならびに 3 つの下位尺度得点との相関関係から併存的妥当性が確認された。ER は「環境の変化や不測の事態への対処能力、その状況で求められることと行動の可能性との“適合度の分析力”、問題解決方略における豊富なレパートリーの柔軟な活用力 (Block & Block, 1980)」によって次元化されている。これに沿って考えれば、「困難な仕事で重い負担がかかってもなんとかやっつけていける」「困難な仕事であっても、それに合ったさまざまな方法をもっている」などの項目からなる自己効力感、「いろいろな人とそれなりに付き合っていける」「気が合いそうもないと思う相手でも相手に合わせて付き合い方を変えられる」などからなる社会性、「必要なとき頼りにできる人がいる」「自分の悩みを話せる人が家族以外にいる」などからなるソーシャルサポートの S-H 式レジリエンスの 3 因子は、ER の状況への対処能力、行動の可能性の分析力、問題解決方略の豊富なレパートリーの柔軟な活用力が各々対応していると考えられる。

また構成概念妥当性の検証では、ER と精神的健康度 (GHQ) との相関関係から予測通りの結果が得られた。ER の高い人ほど精神的健康は良好であり、先行研究 (Block & Block, 1980; Block & Kremen, 1996; Klohnen, 1996; Klohnen et al., 1996; Letzring et al., 2005) と同様の良好な適応傾向を示した。これらの結果から、ER89 日本語版は原版の尺度と同様に適応における個人差を理解するうえで有用な尺度であることが確認されたと考える<sup>8</sup>。

先に述べたとおり、ER は青年期のみならず発達の各段階を通して良好な適応を実現するのに重要なパーソナリティの資源であることが明らかにされている。現代社会でうまく適応し、生き生きとした生活を実現していくためには、どの年代にとっても ER は重要な

<sup>8</sup> ER89 日本語版尺度の信頼性と妥当性の検証の追加資料として、本尺度を用いて行った本論文の研究 (第 7 章, 8 章) から得られた信頼性係数と GHQ との相関係数を付表 2, 3 に示した。

パーソナリティ資源であると考え。今後、ER89 日本語版尺度を用いて、実証的研究を行うことが可能となった意義は大きいと言えよう。さらに、質問紙調査において 14 項目という比較的項目数の少ない尺度の利便性、有用性は高いと考える。

### 6.9 本研究の限界と課題

本研究の限界として、再検査信頼性を測定していないこと、調査対象者が大学生に限定されていることがあげられる。今後の研究において、同一参加者を対象に複数回の調査を実施し、尺度の安定性を確認する必要があると考える。また、対象年代を広げて、ER89 日本語版尺度の有用性を検討し、実証的研究を行う必要があると考える。

さらに、ER の概念とともに理論化されている EC に関しても日本語版尺度は未だない。ER の研究をもう一步深める上では、EC の測定も等しく重要な手続きであると考え。先行研究でも ER と EC は同時に測定されることが多いことから、日本語版 EC 尺度の作成とその信頼性、妥当性の検討が今後の課題として残される。

### 6.10 要約

本研究では、Block & Kremen（1996）が作成したエゴ・レジリエンス尺度（ER89）の日本語版を作成し、その信頼性、妥当性の検討を行った。研究 1 では、ER89 日本語版尺度を作成し、大学生 520 名に質問紙調査を実施した。主成分分析の結果、原版と同じ 14 項目 1 成分解が得られ、十分に高い内的整合性 ( $\alpha=.82$ ) が確認された。研究 2 では、ER89 日本語版尺度の妥当性の検討を行った。大学生 261 名（サンプル 1）と大学生 240 名（サンプル 2）に質問紙調査を実施し、他の概念（レジリエンス、精神的健康度）との関連から本尺度の併存的妥当性および構成概念妥当性が確認された。以上により、ER89 の日本語版の信頼性と妥当性が明らかにされた。

APPENDIX 2 ER89 日本語版尺度の信頼性係数

	サンプル数	平均年齢	$\alpha$ 係数
研究2	520	19.66 ±1.57	.82
	261	20.08 ±1.59	.78
	240	19.18 ±1.44	.81
研究3	613	19.94 ±1.11	.78
研究4	589	19.95 ±1.12	.78
研究5	618	52.69 ±4.17	.88

APPENDIX 3 ER 得点と GHQ 得点の相関係数

	相関係数		使用尺度
研究2	-.32	$p<.001$	(中川・大坊版 GHQ-12)
研究3	-.30	$p<.001$	(新納・森版 GHQ-12)
研究4	-.28	$p<.001$	(新納・森版 GHQ-12)
研究5	-.42	$p<.001$	(新納・森版 GHQ-12)

第Ⅲ部

実証的検討

---

## 第7章

### 青年期を対象とした実証的研究

本章では、青年期の適応、すなわち「日常生活の中でストレスを上手く乗り切る」ことに ER がどのように関わっているのかを明らかにする。研究 3-1 では、適応の指標として、精神的健康と青年期の発達課題である自我同一性、研究 3-2 では、自我同一性の基礎である時間的展望を採りあげている。研究 4 では、心理社会的資源としての ER のほかソーシャルサポート、コーピングと、精神的健康を採りあげている。

#### 7.1 大学生エゴ・レジリエンスと自我同一性および精神的健康との関係

(研究 3-1)

##### 7.1.1 問題と目的

###### 青年期の発達課題

大学生は、同一性 ; identity 形成の時期 (Erikson, 1959 小此木訳 1973) にある。同一性は、Erikson (1959 ; 小此木訳 1973) の提唱した概念であり、青年期においては、自己を正しく理解し、自己のなかに存在する多くの同一性の拡散の感覚を打ち破り、確立していくことが中心課題とされる。青年期後期は、「自分とは何か」「これからどう生きていくのか」「どんな職業についたらよいのか」「社会の中で自分なりに生きるにはどうしたらよいのか」といった問いを通して自分自身を形成していく時期である。そして、「これこそが本当の自分だ」といった実感のことを自我同一性 ; ego-identity と呼ぶ。この時期は多くの変化に遭遇し、成長と発達の機会を得る時期ともいえる。Grotevant (1987) は、Erikson の自我同一性の探究を問題解決行動と捉えた。Grotevant (1987) によれば、この時期は、いろいろな領域 (職業、イデオロギー、価値観、人間関係など) で自分あるいは自分の環境についての情報を取捨選択しながら重要な人生の自己決定を行う。また、職業決定は青年期後期の重要な発達課題である。Erikson (1963, 仁科訳 1980) によれば、乳幼児期以来、漸次形成されてきた多数の同一化群が、青年期において社会的役割の獲得という形で統合され、アイデンティティの確立に至るとされる。その社会的役割の獲得において中心的位置を占めるのが職業決定であり、アイデンティティの拡散・危機は職業決定の不可能という形で最もよく現れるという。Erikson によって示されたこのアイデンティティ形成における職業決定の意義は、その後 Munly (1975) によって実証的に確認され

ている。また、Marcia (1966) のアイデンティティ地位面接でも職業が重要な領域であるとしている。これらのことから下山 (1986) が指摘したように、職業決定は自我の確立のあり様を評価する重要な指標であると言える。

自我同一性の探究過程にある現在の大学生を取り巻く現実には厳しい。1990年代以降の長引く不況による就職難は、学校から「雇用への移行」の安定性を脅かし、「親からの自立」や「社会的自立」を難しくしている。「雇用への移行」プロセスが不安定化、長期化し、青年期のライフコースについて、かつてのような「標準」は想定できなくなっている。彼らのアイデンティティ形成の「現場」ともいべき社会的コンテクストが変化している（児美川, 2006）。現代の大学生は、そうした現実と直面し、対応せざるを得ない状況にある。

### 青年期の心理的資源

様々な発達段階を通じて、その時々における良好な適応状況に影響を与える重要なパーソナリティ資源のひとつにエゴ・レジリエンス (Ego-Resiliency ; 以下, ER) がある。ER は、Block (J.Block, 1965 ; 1971) によって明らかにされた概念で、自我を調整する力であり、内的、外的なストレスにさらされたとき適切な適応状況に自我を導く力であるとされる (Block & Block, 1980 ; Klohnen, 1996)。Block & Block(1980)は、ER を「環境の変化や不測の事態への対処能力、その状況で求められることと行動の可能性との‘適合度の分析力’、問題解決方略における豊富なレパートリーの柔軟な発現力」によって説明している。ER に関する実証的研究は、幼児期の ER から成人期の ER まで多数報告されている。例えば、青年期では、ER の高い青年はパーソナリティが比較的成熟しており (Westenberg & Block, 1993)、満足行動の適切な遅延ができる (Funder & Block, 1989) ことが報告されている。反対に、ER の低い青年は、習慣性の薬物使用 (J.Block, Block & Keyes, 1988) や、抑うつ症状 (Block, J.H. & Gjerde, 1990) との関連が報告されている。成人期では、Tugage & Fredrickson (2004) が、ER の高い人の方がストレスからのより早い心理的、情動的回復を示すことを明らかにしている。また、中年期女性の場合、ER の高い女性ほど中年期の生活への適応が良好であることが示されている (Klohnen, Vandewater, & Young, 1996)。さらに、Pals (1999) は、1960年代に過渡的な時期である21歳から27歳であった女性の縦断研究を行ない、ER が婚姻状況を媒介して彼女たちのアイデンティティ確立を促す重要な要因であることを示唆している。これらに共通しているのは、ER が周囲のストレス、葛藤、変わりやすく不確定な状況下での個人の適応能力に密接な関係があり、日常の経験、対人関係、試練の場における良好な適応に重要な役

割を果たす (Klohn, 1996) ことである。問題解決行動としての自我同一性の探究は、領域の文脈や個人的特徴に影響を受け、個人的特徴としての ER が探究と同一性形成にプラスに影響するとされる (Grotevant, 1987)。「環境の変化や不測の事態への対処能力、その状況で求められることと行動の可能性との‘適合度の分析力’、問題解決方略における豊富なレパートリーの柔軟な発現力」である ER は、現代の大学生の自我同一性の探究の過程においても大いに関連していることが予測される。

### 目的と仮説

本研究では大学生を対象として、ER と青年期後期の発達課題である自我同一性との関連ならびにそれらと精神的健康度の関連を検討する。また、自我同一性の状況を示す指標として職業決定に関する明確度を上げる。そのため、本研究では以下の仮説検証を行う。

- 仮説 1**：同一性達成地位は他の地位に比べて ER が高く、精神的健康度が良好である  
**仮説 2**：同一性達成地位は他の地位に比べて職業決定の明確度が高い  
**仮説 3**：職業決定の明確度が高い人は、低い人に比べて ER が高い

### 7.1.2 方法

**調査対象者** 山梨県および東京都の 4 大学の学生に授業 (2 年生対象) の一部を利用して実施した質問紙調査から男性 394 名 (平均年齢=19.92 歳,  $SD=1.12$ ), 女性 219 名 (平均年齢=19.98 歳,  $SD=1.11$ ) の計 613 名 (平均年齢=19.94 歳,  $SD=1.11$ ) を分析対象とした。調査の実施に際し、回答は任意であることを説明し、調査参加への同意を得た。

**実施時期** 2011 年 7 月～10 月

#### 調査内容

##### 1. エゴ・レジリエンス (ER89 日本語版) 尺度<sup>9</sup>

Block & Kremen (1996) が作成した ER89 の 14 項目について、著者らがオリジナル項目の内容や意味、ニュアンスに留意して日本語訳を行った。その日本語訳から英文への翻訳をバイリンガル 2 名に依頼し、原版と異なった表現になった訳文に関し必要な修正を行った後、在日のネイティブスピーカーの意見を聞き、意味やニュアンスに誤りがないことを確認し、ER89 日本語版尺度とした。その後、著者らの研究 (畑・小野寺, 2007 ; 2009 ;

<sup>9</sup> ここで使用された尺度は、畑・小野寺 (2013a) の ER89 日本語版尺度と同じものである。

小野寺, 2008 ; 2009) の結果から, 1 項目「私は普段, 行動する前に慎重に考える」について疑義が生じ, 在日ネイティブスピーカーを交えて再検討し「私は何かするとき, アイデアがたくさん浮かぶほうだ ; I usually think carefully about something before acting」に改訂した。回答方法は「非常にあてはまる : 4」から「全くあてはまらない : 1」までの4件法である。合計得点 28-38 点が低エゴ・レジリエンス, 39-42 点が平均的エゴ・レジリエンス, 43-56 点が高エゴ・レジリエンスとされる (Block et al., 1996)。

**Table 7-1 自我同一性地位判定尺度の質問紙項目** (加藤, 1983 より引用)

<b>【現在の自己投入】</b>	
・私は今, 自分の目標を成し遂げるために努力している †	
・私には, 特に打ち込むものがない	
・私は, 自分がどんな人間で, 何を望み, 行おうとしているのかを知っている †	
・私は, 「こんなことがしたい」という確かなイメージを持っていない	
<b>【過去の危機】</b>	
・私はこれまで, 自分について自主的に重大な決断をしたことがない	
・私は, 自分がどんな人間なのか, 何をしたいのかということがかつて真剣に迷い, 考えたことがある †	
・私は, 親やまわりの人の期待にそった生き方をすることに疑問を感じたことはない	
・私は以前, 自分のそれまでの生き方に自信がもてなくなったことがある †	
<b>【将来の自己投入への希求】</b>	
・私は, 一生懸命打ち込めるものを積極的に探し求めている †	
・私は, 環境に応じて, 何をすることになっても特にかまわない	
・私は, 自分がどういう人間であり, 何をしようとしているのかを, 今いくつかの可能な選択を比べながら真剣に考えている †	
・私には, 自分がこの人生で何か意味のあることができるとは思えない	

†「非常にあてはまる」に6点, その他は「全くあてはまらない」に6点

**Table 7-2 自我同一性地位の定義と分類基準** (加藤, 1983 より作成)

同一性達成(A)	「現在の自己投入」 $\geq 20$ 「過去の危機」 $\geq 20$ 過去に高い水準の危機を経験したうえで, 現在高い水準の自己投入を行っている者
A-F中間(A-F)	「現在の自己投入」 $\geq 20$ 「過去の危機」 $= 19\sim 15$ 中程度の危機を経験したうえで, 現在高い水準の自己投入を行っている者
権威受容(F)	「現在の自己投入」 $\geq 20$ 「過去の危機」 $\leq 14$ 過去に低い水準の危機しか経験せず, 現在高い水準の自己投入を行っている者
積極的 モラトリアム(M)	「現在の自己投入」 $\leq 19$ 「将来の自己投入希求」 $\geq 20$ 現在は高い自己投入は行っていないが, 将来の自己投入を強く求めている者
D-M中間(D-M)	「現在の自己投入」 $\leq 19$ 「将来の自己投入希求」 $\leq 19$ 同一性拡散地位の条件に当てはまらない場合 現在の自己投入が中程度以下の者のうちで, その現在の自己投入の水準が同一性拡散地位ほどには低くはないが, 将来の自己投入の希求の水準がモラトリアム地位ほどには高くない者
同一性拡散(D)	「現在の自己投入」 $\leq 12$ 「将来の自己投入希求」 $\leq 14$ 現在低い自己投入しか行っておらず, 将来の自己投入の希求も弱い者

\*自己投入 ; commitment = 自己定義を実現し自己を確認するための, 独自の目標や対象への努力の傾注

## 2. 自我同一性地位尺度

加藤（1983）が作成した同一性地位判定尺度を用いた。この尺度は Marcia（1996）の同一性地位の考えに基づいて作成されている。12 項目（Table 7-1）で「現在への自己投入」「過去の危機」「将来の自己投入への希求」の 3 変数の値から、分類基準（Table 7-2）によって 6 つの同一性地位を判定することができる。回答は「非常にあてはまる」から「全くあてはまらない」までの 6 件法で、最も高い水準に対応する反応を 6 点、最も低い水準に対応する反応を 1 点とする。

## 3. 精神的健康度；日本版 GHQ 精神健康調査票 12 項目版（GHQ-12）

新納・森（2001）によって信頼性と妥当性が検証された GHQ-12 の 12 項目（4 件法）を用いた。この尺度は、「不安・抑うつ」「活動障害」の 2 つ下位因子で構成され、得点が低いほど精神的健康度が高いことを示す。

## 4. 職業決定の明確度

水野（1998）によって妥当性が検証された将来めざす職業決定の明確度（職業決定の明確度）尺度を用いた。回答は、近い将来つきたい職業が明確になっている程度を 5 段階（1. まったくわからない、2. まだ、はっきりしない、3. してみたい仕事ならある、4. だいたい決まっている、5. はっきり決まっている）で求めた。得点が高いほど、職業決定の明確度が高いことを示す。

Table 7-3 ER89 日本語版の主成分分析結果 （N=613）

項目	成分 1	平均	SD
3. 私は慣れていないことにも楽しみながら取り組むことができる	<b>.696</b>	2.54	.73
8. 私は人よりも好奇心が強いと思う	<b>.642</b>	2.87	.83
11. 私は新しいことをするのが好きだ	<b>.642</b>	2.92	.80
10. 私は何かするとき、アイデアがたくさん浮かぶほうだ	<b>.613</b>	2.42	.82
6. 私は人からとてもエネルギッシュな人だと思われる	<b>.605</b>	2.46	.85
4. 私は人にたいして好印象を与えることができる	<b>.525</b>	2.48	.75
12. 私は日々の生活の中で面白いと感じることが多い	<b>.507</b>	2.85	.82
1. 私は友達に対して思いやりがあり、親しい関係をもてる	<b>.490</b>	2.93	.68
2. 私はショックをうけることがあっても直ぐに立ち直るほうだ	<b>.460</b>	2.53	.93
14. 私は誰かのことで腹を立てても、すぐに機嫌が直る	<b>.442</b>	2.77	.85
13. 私は「かなり強い個性」の持ち主であると思う	<b>.436</b>	2.64	.88
9. 私の周りには、感じがよい人が多い	<b>.386</b>	3.21	.68
5. 私は今まで食べたことがない食べ物を試すことが好きだ	<b>.366</b>	2.54	1.00
7. 私はよく知っているところへ行くにも、違う道を通っていくのが好きだ	<b>.352</b>	2.73	.99

α 係数 **.78**

### 7.1.3 結果

#### 1. 各尺度の得点化と整理

##### エゴ・レジリエンス尺度 (ER89)

14 項目の主成分分析を行い、14 項目すべてが第 1 成分に 0.35 以上の負荷を示したことから、原版と同様の 1 成分解を採用した。1 成分解はデータの全分散の 27.3% を説明していた。尺度全体の信頼性係数は、0.78 で十分な値が得られたので、14 項目の合計を項目数で除して「ER 得点」とした。結果と項目ごとの平均 (*SD*) ならびに合計を項目数で除した ER 得点を Table 7-3 に示す。ER 得点の性差は認められなかった ( $t(611)=0.17, n.s.$ )。

##### 自我同一性地位尺度

12 項目に関して、3 因子を想定した因子分析 (主因子法・プロマックス回転) を試みた。しかし、第 1 因子に現在の自己投入と将来の自己投入の希求に分類される項目が混在し、加藤 (1983) による分類と同じ構造を確認できなかった。本研究では加藤による構成概念とその項目を尊重し、加藤 (1983) の分類基準に従って 3 つの変数—①一般的な (領域を特定しない) 「現在の自己投入」の水準、②一般的な「過去の危機」の水準、③一般的な「将来の自己投入の希求」の水準—ごとに各 4 項目の合計得点を算出した。同一性地位を構成する 3 変数の調査対象者全体の平均と標準偏差は次のとおりで、過去の危機の水準に関してのみ、性差 ( $t(593) = 2.32, p < .05$ ) が認められた (女性  $M=16.3 >$  男性  $M=15.7$ )。

①現在の自己投入  $M=14.6$  (3.9) 範囲: 4-24, 中央値=14.0

②過去の危機  $M=15.9$  (3.2) 範囲: 5-24, 中央値=16.0

③将来の自己投入の希求  $M=15.2$  (3.2) 範囲: 4-24, 中央値=15.0

これらの平均値からは、D\_M 中間地位であると判定されるが、加藤 (1983) の結果の

①現在の自己投入  $M=17.2$  (3.3)

②過去の危機  $M=17.8$  (3.1)

③将来の自己投入の希求  $M=17.5$  (3.1)

と比較するといずれの得点も約 2 点程度低い。そのため、加藤の分類基準に従って同一性地位の分類を行うと分布が著しく偏る可能性が高いと考えられた。そこで、本研究では同一性地位間の特徴を統計的に比較検討するため、同一性の 3 変数の得点に基づき、ユークリッド距離を用いた k-means 法によるクラスタ分析を行うこととした。その結果、4 クラスタ解が最も妥当な解釈ができるものと考えられた。各クラスタの自我同一性を構成する

3変数の違いを検討するため、3変数の得点を従属変数とする1要因の分散分析を行った。クラスタ間の3変数の得点にはすべて0.1%水準で有意な差が確認された。LSD法による多重比較の結果、すべてのクラスタ間の差も5%水準で有意であった (Table 7-4)。

クラスタ1は、現在の自己投入と将来の自己投入の値がともに最も低く、かつ平均値以下であったので「同一性拡散型」とした。クラスタ2は、過去の危機と将来の自己投入の値がともに平均値以上で高いが、現在の自己投入の値が平均値以下で低いので「モトリアム型」とした。クラスタ3は、現在の自己投入の値が最も高く、過去の危機の値も平均値以上で高かったので「同一性達成型」とした。クラスタ4は、現在の自己投入の値は平均値以上であったが、過去の危機の値が平均値以下で低かったため「権威受容型」とした。以下の分析はこの4分類で行った。

Table 7-4 自我同一性3変数のクラスタ分析と分散分析の結果

	平均値	クラスタ1	クラスタ2	クラスタ3	クラスタ4	F値	多重比較
		拡散型	モトリアム型	達成型	権威受容型		
現在の自己投入	14.6	9.12 (2.42)	13.55 (2.21)	19.5 (1.93)	14.87 (1.95)	474.13 ***	1<2<4<3
過去の危機	15.9	15.68 (3.11)	18.61 (2.30)	17.11 (3.00)	13.77 (2.10)	115.76 ***	4<1<3<2
将来の自己投入の希求	15.2	11.77 (2.77)	16.62 (2.45)	17.95 (2.32)	14.26 (2.16)	154.69 ***	1<4<2<3

注;( )内は標準偏差。多重比較はLSD法による。df=3, 591, \*\*\* p<.001

同一性地位の分布 (Table 7-5) では、人数による分布に有意な性差は認められなかった ( $\chi^2=6.9$ , df=3, n.s.)。

Table 7-5 同一性地位の分布 (男女別)

	全体		男性		女性	
	人数	%	人数	%	人数	%
1.同一性達成型	129	21.7	89	23.1	40	19.1
2.権威受容型	235	39.5	161	41.7	74	35.4
3.積極的モトリアム型	132	22.2	75	19.4	57	27.3
4.同一性拡散型	99	16.6	61	15.8	38	18.2
合計	595	100.0	386	100.0	209	100.0

男女ともに現在の自己投入の値は平均値以上で、過去の危機の値が平均値以下の権威受

容型が最も多く約4割が該当した。これは、過去に低い水準の危機しか経験せず、現在高い水準の自己投入を行っている者だが、将来の自己投入の希求がやや希薄である。同一性拡散型（現在低い自己投入しか行っておらず、将来の自己投入の希求も低い）は男女ともに最も少なかった。2番目に多く該当したのは、女性ではモラトリアム型（現在は危機の経験途中にあり高い自己投入は行っていないが、将来の自己投入を強く求めている）で、男性では同一性達成型（過去に高い水準の危機を経験したうえで、現在高い水準の自己投入を行っていて、将来の自己投入も強く求めている）であった。

### 日本版 GHQ 精神健康調査票 12 項目版 (GHQ-12)

GHQ の 12 項目を新納ら (2001) にならい主因子法・バリマックス回転による因子分析を行い、2 因子解が得られた。各 6 項目で構成される下位因子は、新納ら (2001) と同じ結果で各々「不安・抑うつ」と「活動障害」とした。GHQ12 項目合計の信頼性係数 ( $\alpha = .86$ ) ならびに不安・抑うつ 6 項目の信頼性係数 ( $\alpha = .84$ )、活動障害 6 項目の信頼性係数 ( $\alpha = .79$ ) ともに十分な値が得られた。

Table 7-6 GHQ 得点の平均値, 標準偏差

	全体 (n=595)		男性 (n=386)		女性 (n=209)		性差 t 値
	M	SD	M	SD	M	SD	
GHQ合計得点	4.59	1.11	4.52	1.12	4.72	1.08	2.16*
不安・抑うつ	2.53	0.71	2.46	0.72	2.66	0.68	3.32**
活動障害	2.06	0.56	2.06	0.58	2.06	0.53	n.s.

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

それぞれ下位因子 6 項目の合計を項目数で除して「活動障害得点」と「不安・抑うつ得点」とし、全体を「GHQ 合計得点」とした。結果は Table 7-6 に示す。性差は、GHQ 合計得点、不安・抑うつに関して認められた。男性は女性と比べて不安・抑うつが少なく健康度が高いことが示された。

### 職業決定の明確度

職業決定の明確度についての分布を Table 7-7 に示す。職業決定の明確度では、だいたい決まっている、はっきり決まっているが約半数で、男性 (53.6%) の方が女性 (38.8%) より確定している割合は高い。性差を確認したところ、有意な差が確認された ( $\chi^2 = 15.00$ ,  $df = 4$ ,  $p < .01$ )。

Table 7-7 職業決定明確度の分布

	全体		男性		女性	
	人数	%	人数	%	人数	%
1. 全くわからない	34	5.5	19	4.8	15	6.8
2. まだ、はっきりしない	126	20.6	79	20.1	47	21.5
3. してみたい仕事ならある	152	24.8	83	21.1	69	31.5
4. だいたい決まっている	165	26.9	113	28.7	52	23.7
5. はっきり決まっている	131	21.4	98	24.9	33	15.1
※回答なし	5	0.8	2	0.5	3	1.4
合計	613	100.0	394	100.0	219	100.0

次に、職業決定の明確度を従属変数として自我同一性地位の1要因の分散分析を行った。自我同一性地位間の職業決定の明確度には有意な差 ( $F(3, 591) = 22.14, p < .001$ ) が確認された。LSD法による多重比較の結果は、Table 7-8のとおりであった。職業決定の明確度が、拡散型、権威受容型、モラトリアム型、達成型の順に高くなっているが、権威受容型とモラトリアム型との間には有意差がなく、職業意識の面からは同一性地位の分類が概ね妥当なものであることを示唆している。

Table 7-8 同一性地位と職業決定の明確度の分散分析結果

	平均値	1.達成型	2.権威受容型	3.モラトリアム型	4.拡散型	F値	多重比較
職業決定の 明確度	3.38 (1.19)	3.95 (1.03)	3.34 (1.16)	3.39 (1.12)	2.72 (1.21)	22.13 ***	2<1, 3<1, 4<1, 4<2, 4<3

注1) ( )内は標準偏差。多重比較はLSD法による。df=3, 591, \*\*\*  $p < .001$

注2) 2.権威受容型と3.モラトリアム型の間のみ有意差はなく、他はすべて有意差があった ( $p < .05$ )。

### 1. ER と同一性地位の関連

ER と同一性地位の関連を検討するため、ER を従属変数とする自我同一性地位の1要因の分散分析を行った。自我同一性地位間の ER 得点には有意な差 ( $F(3, 591) = 32.99, p < .001$ ) が確認された。LSD法による多重比較の結果、権威受容型 ( $M=2.66, SD=0.36$ ) とモラトリアム型 ( $M=2.71, SD=0.38$ ) との間以外のすべての地位間の差は 5%水準で有意であった。4つの同一性地位で最も ER 得点が高かったのは同一性達成型 ( $M=2.96, SD=0.44$ ) で、最も ER 得点が低かったのは同一性拡散型 ( $M=2.25, SD=0.41$ ) であった。男女別でも同様に自我同一性地位間の ER 得点には有意な差が確認された (男性:  $F(3, 382) = 223.21, p < .001$ ; 女性:  $F(3, 205) = 9.99, p < .001$ )。LSD法による多重比較の結果、男女別でも同様に権威受容型とモラトリアム型との間以外のすべての地位間の差

は 5 %水準で有意であった (Figure 7-1)。

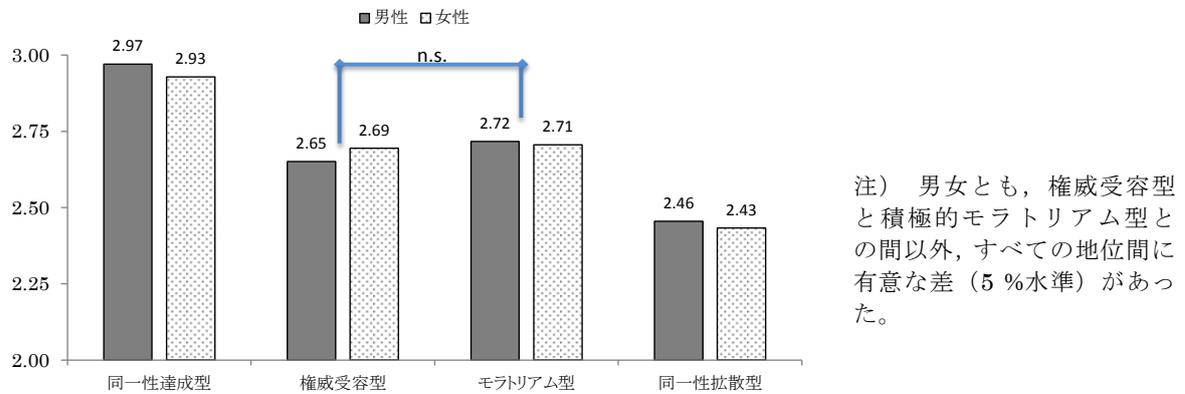


Figure 7-1 自我同一性地位と ER 得点

## 2. 同一性地位と精神的健康度の関連

さらに同一性地位と精神的健康度の関連を検討するため、精神的健康度 (GHQ 合計得点) を従属変数として自我同一性地位の 1 要因の分散分析を行った。自我同一性地位間の GHQ 合計得点には有意な差 ( $F(3, 591) = 37.76, p < .001$ ) が確認された。LSD 法による多重比較の結果、同一性達成型 ( $M=4.16, SD=0.97$ ) と権威受容型 ( $M=4.33, SD=0.99$ ) 間を除くすべての地位間の差は 5 %水準で有意であった。

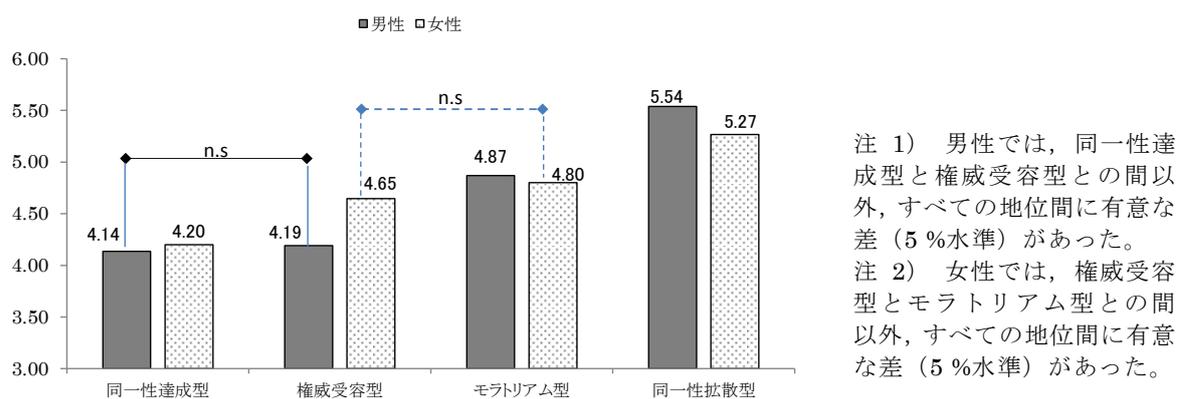


Figure 7-2 自我同一性地位との精神的健康度 (GHQ 合計得点)

4 つの同一性地位で最も GHQ 合計得点が低かった (精神的健康度が良い) のは同一性達成型で、最も GHQ 合計得点が高かった (精神的健康度が悪い) のは同一性拡散型 ( $M=5.43,$

$SD=1.12$ )であった。男女別でも同様に自我同一性地位間の GHQ 合計得点には有意な差が確認された(男性:  $F(3, 382) = 34.05, p < .001$ ; 女性:  $F(3, 205) = 7.12, p < .001$ )。LSD 法による多重比較の結果、男性では、同一性達成型と権威受容型との間以外のすべての地位間の差は 5 %水準で有意であった。女性では、権威受容型とモラトリアム型との間以外のすべての地位間に 5 %水準で有意であった (Figure 7-2)。

### 3. ER と職業決定の明確度の関連

ER と職業決定の明確度の関連を検討するため、ER を従属変数とする職業決定明確度の 1 要因の分散分析を行った。職業決定の明確度 5 段階の ER 得点には有意な差 ( $F(4, 590) = 5.44, p < .001$ ) が確認された。

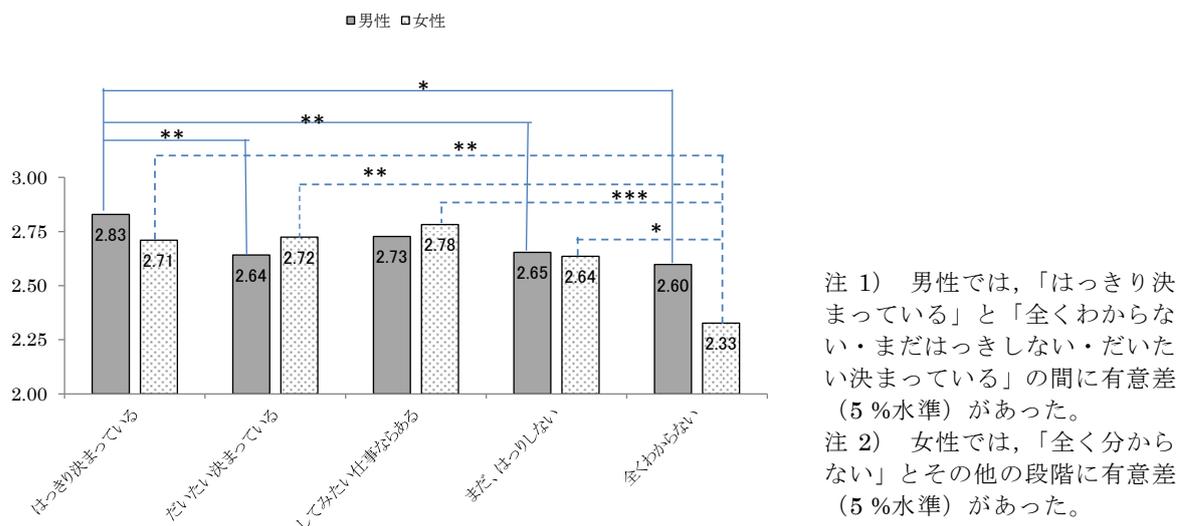


Figure 7-3 ER と職業決定の明確度

LSD 法による多重比較の結果、全くわからない ( $M=2.48, SD=0.33$ ) と他の明確度 4 段階との ER 得点差は 5 %水準で有意であった。また、はっきり決まっているは、してみたい仕事ならある ( $M=2.75, SD=0.39$ ) 以外の明確度 3 段階の ER 得点と 5 %水準で有意差があった。職業決定の明確度で最も ER 得点が高かったのは、はっきり決まっている ( $M=2.80, SD=0.45$ ) で、最も低かったのは全くわからない ( $M=2.48, SD=0.34$ ) であった。男女別でも同様に職業決定の明確度 5 段階の ER 得点には有意な差が確認された(男性:  $F(4, 381) = 3.47, p < .01$ ; 女性:  $F(4, 204) = 3.82, p < .01$ )。LSD 法による多重比較 (5 %水準) の結果、男性では、はっきり決まっていると全くわからない、または

つきりしない、だいたい決まっている の ER 得点に有意な差が認められた。女性では、全く分からないと他の明確度 4 段階との ER 得点に有意差があった (Figure 7-3)。

#### 4. 構造方程式モデルによる検討

ER と同一性地位、精神的健康度の関連を、Amos 20.0 を用いた最尤法による構造方程式モデルによって検討した。モデルの設定にあたり、精神的健康度 (GHQ) を目的変数、自我同一性地位の基準となる「現在の自己投入」「過去の危機」「将来の自己投入の希求」および職業決定の明確度を説明変数とした強制投入法による重回帰分析を行い、その結果 ( $R^2=.24, p<.01$ ) から有意な標準化偏回帰係数:  $\beta$  が得られなかった職業決定の明確度を除外することとした。設定したモデルは、ER が同一性地位を構成する「過去の危機」「現在の自己投入」「将来の自己投入の希求」の 3 変数を説明し、その 3 変数が精神的健康度 (GHQ) を説明する経路と直接 ER が精神的健康度 (GHQ) を説明する経路である。分析は、精神的健康度 (GHQ) に男女差が認められたので、男女の多母集団による同時分析を行った (Figure 7-4, 7-5)。適合度は GFI=.995, AGFI=.923, RMSEA=.069 であり、データによるモデルの説明率には問題はないと判断した。

標準化解で示された変数間の有意 ( $p<.05$ ) なパスの係数を見ると、男性の場合は「ER」と「現在の自己投入」(.44) と「将来の自己投入の希求」(.32) との関連が強く、「過去の危機」(.17) との関連は弱かった。さらに「精神的健康度 (GHQ)」に向けては「現在の自己投入」から-.32, 「過去の危機」から.37 で、「ER」から「精神的健康度 (GHQ)」への直接的な関連では-.21 という値が得られた。男性の ER は、直接的に精神的健康を良好に保つ役割を担う一方、現在の自己投入水準を媒介して精神的健康を良好に導く役割が示唆される。なお、影響はかなり小さく、現在の自己投入の水準によって打ち消される可能性もあるが、過去の危機の水準の高さは精神的健康にあまり良い影響を及ぼさないようである。

対して女性の場合は「ER」と「現在の自己投入」(.36) と「将来の自己投入の希求」(.30) との関連が同程度あったが、「過去の危機」との関連はなかった。さらに「精神的健康度 (GHQ)」に向けては「現在の自己投入」から-.23, 「過去の危機」から.24 で、「ER」から「精神的健康度 (GHQ)」への直接的な関連では-.28 という値が得られた。女性の ER は、直接的に精神的健康を良好に保つ役割を担う一方、現在の自己投入水準を媒介して精神的健康を良好に導く役割が示唆される。ただし、男性の場合とは違って ER と過去の危

機の水準との関連はないため、精神的健康にマイナスの影響を与える過去の危機の水準が、現在の自己投入を媒介した ER の間接的影響を上回っている。精神的健康が男性より女性の方が良くなかった結果と符合すると考える。

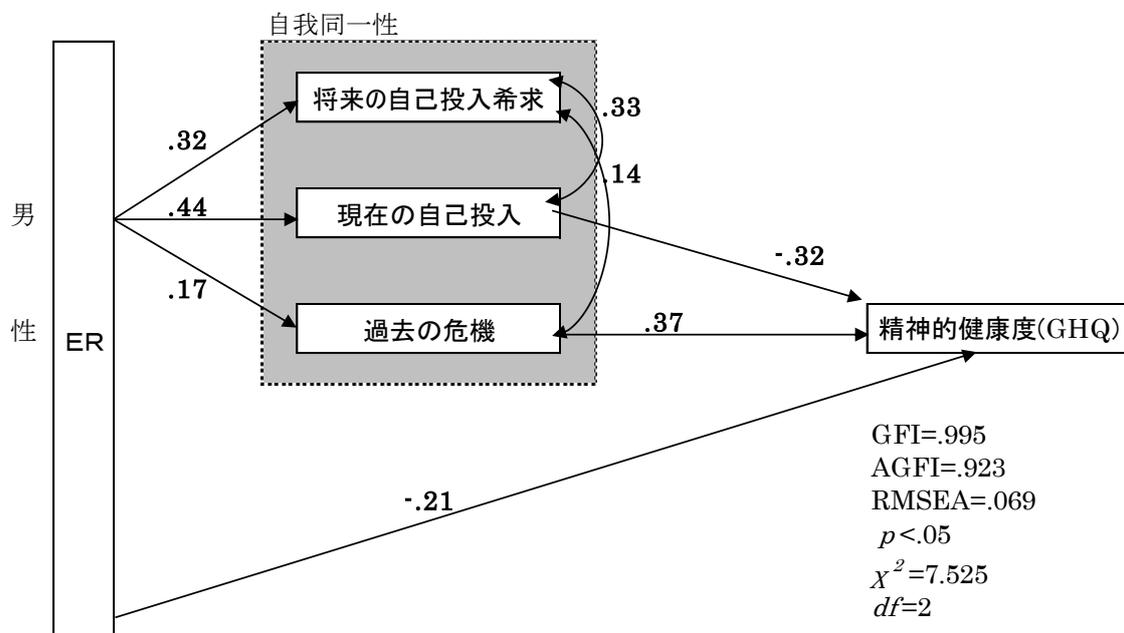


Figure 7-4 男性;ERと自我同一性, 精神的健康度の関連

(誤差項の記載省略, 有意なパスと係数のみ表示)

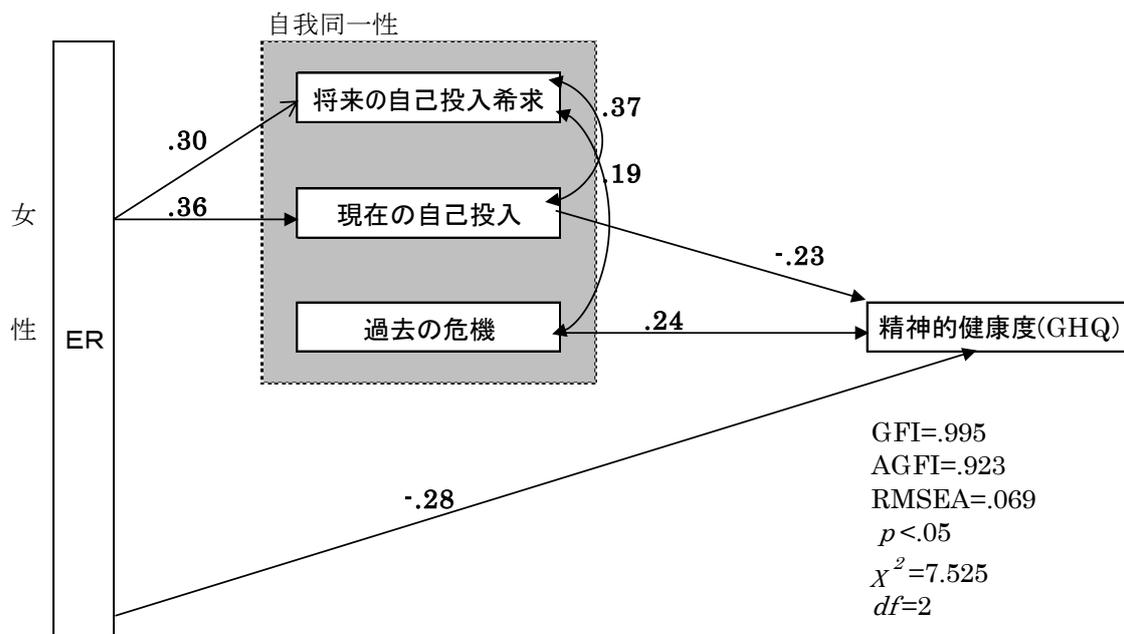


Figure 7-5 女性 ; ER と自我同一性, 精神的健康度の関連

(誤差項の記載省略, 有意なパスと係数のみ表示)

#### 7.1.4 考察

##### 1. 自我同一性地位の判定と分類

本研究では、加藤（1983）の同一性地位判定尺度を用いたが、因子分析を行わず、加藤による構成概念とその項目分類を尊重し、同一性地位の判定基準となる「現在の自己投入」「将来の自己投入の希求」「過去の危機」の3変数の得点を各4項目の合計から算出した。また、得られた得点結果は全般に低い値で、加藤（1983）の判定基準で分類を行うと（それが厳密な実態の反映であったとしても）著しく分布が偏り、同一性地位間の統計的な比較検討が難しいと判断された。本研究では基準となる3変数の得点を用いてk-means法によるクラスタ分析を採用し、4クラスタ解（同一性達成型・権威受容型・モラトリアム型・同一性拡散型）を得た。同じ加藤（1983）の同一性地位判定尺度を使用した野村・橋本（2006）や佐藤・岡本（2010）も下位尺度の構造が一致しておらず、それぞれの中央値に基づいてカットオフ・ポイントを設定して分類を試み、分布の偏りを回避している。本研究ではカットオフ・ポイントを設定せず、3変数の得点を用いたクラスタ分析を採用した。同一性地位の分布に関しては、先行研究（例えば、加藤，1983；都筑，1993；野村・橋本，2006；佐藤・岡本，2010）と同様に性差は認められなかった。また、3変数の得点は全般的に低く、加藤（1983）の結果と比較すると「現在の自己投入」の得点差（2.5点）が顕著であった。結果はクラスタ分析によるサンプル集団内の相対的な分類であり、分類基準の異なる研究と単純に比較するには注意を要すると考えるが、同一性の探究に関わっている現代の大学生の社会的環境が先行研究の行われた1980年代とは異なっていることが影響しているとも考えられる。特に全体の約40%を占めた権威受容型は、過去危機の水準の低さとともに将来の自己投入の水準も低い。また、職業決定の明確度も低く、社会的役割の獲得が覚束ない様子がうかがえる。加藤（1983）の分類に準拠すれば、今回の対象者の約40%を占めた権威受容型は、現在、高い水準で自己投入しているが、危機経験を経たうえでの自己投入ではなく、親や社会通念が支持するものを取り入れて自らの自己投入の対象としている者である。約20%強のモラトリアム型は、現在、高い水準の自己投入は行っていないが、将来の自己投入の対象を主体的に獲得しようとして、現在危機の中で積極的な努力を行っている者である。現実の就職状況は少しずつ改善の兆しはあるものの、正規雇用の減少や就職浪人の増加傾向は続いている。卒業後の進路について将来の見通しが立てられず、悩んだり、もしくは考えることを放棄したりする可能性も推察できる。今回の調査対象は学部2年生が中心の授業で実施されたものである。データからは、漠然とした将

来よりも今を大切に、現在を中心に考える学生像が浮かび上がる。

## 2. 仮説の検証

(1) ER と同一性地位の分散分析ならびに精神的健康度と同一性地位の分散分析の結果から、同一性地位間の ER 得点、GHQ 合計得点に有意差が確認され、同一性達成型は拡散型よりも有意に ER 得点が高く、精神的健康度は良好であった。ただし、GHQ 合計得点で同一性達成型と権威受容型には有意な差が認められなかった。従って、仮説 1「同一性達成地位は他の地位に比べて ER が高く、精神的健康度が良好である」は、ほぼ支持されたと考える。本研究における同一性達成型は、現在の自己投入の水準の高さが特徴である。その現在の自己投入（自己を確認するための目標の自覚や達成のための努力）に対して、ER がプラスに影響していると考えられる。Grotevant (1987) の指摘どおり、ER は精神的健康を良好に保つ働きと合わせて、現在の探究活動への適応的な支援を行う役割を担うことが示唆された。

(2) 同一性形成の指標として取り上げた職業決定の明確度を従属変数とする自我同一性地位の分散分析の結果、同一性地位間の職業決定の明確度には有意な差が確認された。職業決定の明確度は達成型が一番高く、拡散型が最も低かったが、権威受容型とモラトリアム型との間には有意差はなかった。従って、仮説 2「同一性達成地位は他の地位に比べて職業決定の明確度が高い」は、ほぼ支持されたと考える。大まかにみると、職業決定の明確度の高くなるほど自我同一性の確立は進んでいると考えられる。職業決定は自我同一性の形成過程における社会的役割の獲得の目安となる重要な指標とされ（下山, 1986）、達成型はある程度の社会的役割の獲得ができているのに対し、拡散型は未だ社会的役割の獲得ができていないことがうかがえる。今回の対象者の大部分を占めた権威受容型、モラトリアム型はその中間に位置するものであろう。

(3) ER と職業決定の明確度との分散分析の結果では、明確度 5 段階の ER 得点に有意差が認められ、「はっきり決まっている」人は、「全く分からない」「まだ、はっきりしない」「だいたい決まっている」とした人より有意に ER 得点は高かったが、中間の「してみたい仕事ならある」とした人との有意差はなかった。従って、仮説 3「職業の明確度の高い人は、低い人に比べて ER が高い」は、ほぼ支持されたとと言える。この結果は、ER と自我同一性地位の 4 区分の関連結果とも一致している。職業決定の明確度には、状況に対して柔軟に対応し、可能性を見極め、多くの問題解決方略を試みる ER が関連していると考え

えられる。

### 3. ER と自我同一性、精神的健康の関連

構造方程式モデルによる男女の多母集団同時分析の結果、男性では、ER は直接的に精神的健康を良好に保つ役割を担うと同時に、現在の自己投入水準を媒介して精神的健康を良好に導く役割が示唆された。女性の場合は ER と過去の危機の水準との関連がなかった。過去の危機の水準は精神的健康にマイナスの影響を及ぼすため、現在の自己投入の水準のプラスの影響を上回り、結果として精神的健康への間接的な影響は小さくなると考えられる。このことは、本研究では ER 得点に性差はなく、過去の危機と精神的健康度 (GHQ) に性差が認められた結果と符合し、男性の方が女性より過去の危機の水準が低く精神的健康度は良好であった。

### 4. まとめ

本研究では大学生を対象として、ER と自我同一性（青年期後期の発達課題）ならびにそれらと精神的健康との関連を検討した。また、自我同一性の形成状況を評価する指標として職業決定に関する明確度を挙げた。ER に関する実証研究は本邦では極めて少ないため、本研究では ER の構成概念と周辺研究の情報によって3つ仮説を立てて検証した。分析の結果、仮説は概ね支持され、①同一性達成地位は他の地位に比べて ER が高く、精神的健康度が良好であること、②同一性達成地位は他の地位に比べて職業決定の明確度が高いこと、③職業決定の明確度が高い人は、低い人に比べて ER が高いことが明らかとなった。さらに、構造方程式モデルによって ER、自我同一性、精神的健康の関連を男女別に検討した結果、ER が自我同一性の確立（とりわけ現実の自己投入水準）および精神的健康に対しプラスの影響をもつことが確認された。同一性地位；identity status の意味するところは、同一性の形成という発達課題への対処、その解決様式である（加藤，1983）。この同一性の形成に「環境の変化や不測の事態への対処能力、その状況で求められることと行動の可能性との‘適合度の分析力’、問題解決方略における豊富なレパートリーの柔軟な発現力」として説明される ER が関連していることが明らかとなったと考える。

本研究の結果はクラスタ分析によるサンプル集団内の相対的な分類であり、分類基準の異なる自我同一性や職業決定に関する他の研究と単純に比較はできないが、同一性の探究に関わっている現代の大学生の社会的環境が先行研究の行われた 1980 年代とは異なっていることが反映されている可能性は否定できないと考える。

### 7.1.5 要約

本研究では大学生を対象として、ER と自我同一性の形成について精神的健康との関連から検討した。また、自我同一性の形成状況を評価する指標として職業決定に関する明確度を取り上げ、次の3つ仮説によって検討した。1. 同一性達成地位は他の地位に比べてERが高く、精神的健康度が良好である 2. 同一性達成地位は他の地位に比べて職業決定の明確度が高い 3. 職業決定の明確度が高い人は、低い人に比べてERが高い。分析の結果、3つの仮説は概ね支持された。さらに、構造方程式モデルによってER、自我同一性、精神的健康の関連を男女別に検討した。ERが自我同一性の形成（とりわけ現実の自己投入水準）や精神的健康に対しプラスの影響をもつことが確認された。

### 7.1.6 エゴ・レジリエンスと時間的展望 (研究 3-2)

**問題と目的** Erikson (1959, 小此木 1973) は、青年期の発達課題の構成要因として時間的展望の確立－拡散を提示している。時間的展望とは、ある一定の時点における個人の心理的過去および未来についての見解の総体 (Lewin, 1951 猪俣訳 1979) と定義される。つまり、時間的展望とは、個人が自分自身の心理学的な過去、現在、未来をどのように位置づけているか、そして、それらをいかに関連づけ、意味づけてとらえているかを示す概念である (都筑, 1984)。都筑 (1984 ; 1993) によれば、青年期においては認知的発達を基礎としながら、時間的展望の長さが広がり、近い将来のことだけでなく、遠い将来のことについても考えることができるようになる。また、時間的展望のリアリティも高まるので、より現実的に将来のことを考えることができるようになる。自分の過去を振り返りつつ、それを土台にして将来の目標や計画を立て、その実現に向けて自分の行動をコントロールしていくことができるようになる。青年期に時間的展望を確立していくことは、自我同一性達成の基礎として位置づけられる。なぜならば、自我同一性の達成は、過去・現在・未来の時間的流れの中で自己についての継続性や統合性の意識の上に初めて成り立つものだからである。それゆえ時間的展望は青年期においてその変化が顕著にみられる。職業選択を迫られ、現実的な視点から未来の決定とそれに対する準備を行わなければならないため、過去・現在・未来の捉え直しが必要になってくる (大石・岡本, 2009)。自我同一性と時間的展望の関連を時間的統合の視点から検討した都筑 (1993) は、同一性達成地位は自分自身の過去・現在・未来をより統合した形でポジティブにとらえ、しかも同時に未来志向的であること、同一性拡散地位は過去志向的であるとともに自分の過去・現在・未来の全てについてネガティブにイメージしていることを明らかにしている。一方、時間的展望と精神的健康度 (GHQ-28) の関連を検討した日瀨・齊藤 (2007) は、過去・現在・未来の全てに肯定的な時間的展望を持つ者は精神的健康度が高く、逆に過去・現在・未来の全てに否定的な時間的展望を持つ者は精神的健康度が低いという結果を得ている。

そこで、大学生の ER と自我同一性に関する研究 (研究 3-1) の補足として、自我同一性の状況を示す指標に「時間的展望」を用い、以下の仮説検証を行った。

仮説 1 ; 時間的展開で未来志向の人は、そうでない人より ER が高い

仮説 2 ; 時間的統合がなされている人は、そうでないひとより ER は高い

**方法** 調査は自我同一性の研究と同時に行われ、対象もすべて同じ男性 394 名 (平均年齢

=19.92 歳,  $SD=1.12$ ), 女性 219 名 (平均年齢=19.98 歳,  $SD=1.11$ ) の計 613 名 (平均年齢=19.94 歳,  $SD=1.11$ ) で, 調査項目に時間的展望の尺度を用いた。

#### 時間的展望尺度：サークル・テスト

サークル・テストは, Cottel (1976) によって考案された時間的態度を測定する技法で, 過去・現在・未来を円でたとえて自由に描かせるという投影法的な手法によって, 時間的志向性や統合度を明らかにしようとするものである。日本では, 高橋 (1975, 1976, 1977, 1979) や都築 (1999) によって信頼性, 妥当性が検証されている。本研究では, 都築 (1993) にならい「過去, 現在, 未来がそれぞれ円であらわされると仮定して, あなたの過去, 現在, 未来の関係について, あなたが感じていることを最も表わすように, 3 つの円を描いてください。描き方は自由です。異なる大きさの円を使っても構いません。描き終わったら, どの円が過去か, 現在か, 未来かわかるように書き入れてください」と教示し, A4 版質問紙の下半分の四角い枠に 3 つの円を描くようになっている。

結果は, 描かれた 3 つの円の大きさや相互の位置関係によって次の 3 つの指標で整理する。

① **時間的優位性 (temporal dominance)** 一番大きい円 (dominance : 優位) に 4 点, 次に大きい円 (secondary : 次点) に 2 点, 一番小さい円 (absence : なし) に 0 点を与える。1 つの円が大きく他の 2 つの円の大きさが同じ場合は, 大きい円に 4 点, 他の 2 つの円を 0 点とする。2 つの円が同じ大きさの場合は各 2 点, 小さい円を 0 点とする。また, 3 つの円が同じ大きさの場合は全て 0 点とする。

② **時間的展開性 (temporal development)** 過去あるいは未来に向かって円が順に大きくなっていくことを示し, 過去に向かう場合を過去志向 (past-dominant development) で 1 点, 未来に向かう場合を未来志向 (future-dominant development) で 3 点, それ以外は一括してその他で 2 点を与える。

③ **時間的関連性 (temporal relatedness)** Figure 7-6 に示すように, 円が接していれば 2 点, 一部が重なっていれば 4 点, 全部重なっていれば 6 点として計算し得点化する。得点の範囲は 0~18 点である。時間が全く接触しない 0 点の場合を分離的 (atomic) とし, 時間が部分的または全部が重なっている 8 点から 18 点までを統合的 (integrated) とする。それ以外の一部が接しているが重なっていない場合などの 2 点から 6 点を連続的 (continuous) とする。



Figure 7-6 サークル・テスト「時間的関連性」の得点方法（白井，1996）

## 結果

サークル・テストの結果 時間的優位性（temporal dominance）、時間的展開性（temporal development）、時間的関連性（temporal relatedness）の3指標について得点化し整理した。それぞれの分布を Table 7-9 に示した。回答率は88%であった。都筑（1993）の結果と同様に、3つの指標の分布に、いずれも有意な性差は認められなかった。

Table 7-9 サークル・テストの結果

	全体 <i>n</i> =541		男性 <i>n</i> =356		女性 <i>n</i> =185		
	%	人数	%	人数	%	人数	
時間的優位性	1.過去優位	20.7	112	20.2	72	21.6	40
	2.現在優位	24.2	131	22.5	80	27.6	51
	3.未来優位	46.0	249	49.4	176	39.5	73
	4.その他	9.1	49	7.9	28	11.4	21
時間的展開性	1.過去志向	12.0	65	10.7	38	14.6	27
	3.未来志向	29.8	161	32.3	115	24.9	46
	2.その他	58.2	315	57.0	203	60.5	112
時間的関連性	0.分離的_atomic	54.5	295	54.2	193	55.1	102
	1.連続的_continuous	19.2	104	19.9	71	17.8	33
	2.統合的_integrated	26.2	142	25.8	92	27.0	50

時間的優位性では、未来を示す円を最も大きく描く未来優位が最も多く、次に現在優位、過去優位の順であった。この結果は、都筑（1984；1993）と傾向は同じであったが、未来優位の割合が特出することはなかった。「その他」は3つの円が同じ大きさなどのケースで約1割がこれに該当した。時間的展開性では、過去が最も小さく描かれ、現在、未来と大きな円となる未来志向が、逆方向の過去志向より多かったが、どちらにもあてはまらないケース（2つ以上の円が同じ大きさなど）が約半数を占めた。この結果は、未来志向が60%を超えたとする都筑（1984；1993）の結果とは大きく異なった。時間的関連性では、3つの円が接することも重なることもない分離的が約半数を占めており、統合的が約3割、連続的が約2割という結果であった。統合的が約半数を占めるとしている都筑（1984；1993）、白井（1996）の結果とは異なったが、高橋（1983）は短大生女子において分離的63.8%、連続的32.4%、統合的3.8%という結果を報告している。時間的関連性は文化差や

学校差が指摘され、状況に依存している可能性も示唆されている（白井，1996）。

**ER と時間的展開性の関連** ER と時間的展開性の関連について仮説を検証するため、ER を従属変数とする時間的展開の1要因の分散分析を行った。時間的展開性3分類のER得点には有意な差（ $F(2, 530) = 6.55, p < .01$ ）が確認された。LSD法による多重比較（5%水準）の結果、未来志向と過去志向のER得点には有意差が認められたが、未来志向とその他にはER得点の有意差は認められなかった。男女別では男性では時間的展開性3分類のER得点には有意な差が確認された（男性； $F(2, 349) = 5.79, p < .01$ ）が、女性では有意な差は認められなかった（女性； $F(2, 178) = 1.33, n.s.$ ）。LSD法による多重比較（5%水準）の結果、男性で未来志向と過去志向にはER得点の有意差が確認されたが、未来志向とその他にはER得点の有意差は認められなかった（Figure 7-7）。ERと時間的展開性の分散分析の結果から、時間的展開性3区分（未来志向・過去志向・その他）のER得点に有意差が確認され、未来志向の人の方が過去志向の人より有意にER得点は高かった。しかし、過去が最も小さく描かれ、現在、未来と円が大きくなる未来志向、逆方向の過去志向のどちらにもあてはまらないケース（現在の円が最も大きい、2つ以上の円が同じ大きさなど）である「その他」が約半数を占め、未来志向との間にER得点の有意差は認められなかった。従って未来志向と過去志向の比較において限定的に、仮説1「時間的展開で未来志向の人は、そうでない人よりERが高い」は支持されたとと言える。

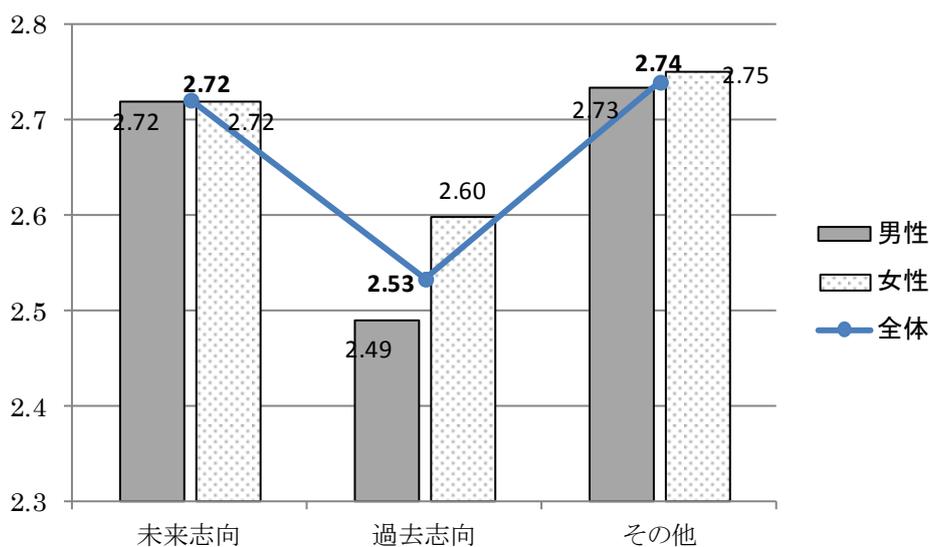


Figure 7-7 ER と時間的展開性

本研究におけるサンプル集団では、明確な展開性を示した人に限り仮説は有効であったが、明確な展開性を示さなかった半数以上の人たちの ER 得点の方が数字の上ではやや上回った結果は留意すべきと考える。それは、「その他」に分類された人たちが、男女ともに自我同一性地位の人数分布で示された権威受容型やモラトリアム型であった場合、現在高い水準の自己投入を行っているか、現在は危機の経験途中にあることで「現在」がクローズアップされ、過去・未来より現在の円が大きくなる、あるいは過去と現在、現在と・未来の円が同じ大きさになることが推察され、本研究におけるサンプル集団では、ER の高い人は過去・将来より「現在の自己投入」である現在志向である可能性も考えられるからである。

**ER と時間的関連性の関連** 次に ER と時間的関連性の関連を検討するため、ER を従属変数とする時間的関連性の 1 要因の分散分析を行った。時間的関連性 3 分類の ER 得点には有意な差 ( $F(5, 514) = 8.71, p < .001$ ) が確認された。LSD 法による多重比較 (5 % 水準) の結果、分離的と統合的の ER 得点に有意差が認められた。男女別でも同様に時間的関連性 3 分類の ER 得点には有意な差が確認された (男性 ;  $F(2, 353) = 5.20, p < .01$  女性 ;  $F(2, 182) = 3.45, p < .05$ )。LSD 法による多重比較の結果 (5 % 水準) では、男性、女性ともに分離的と統合的の ER 得点に有意な差が確認された。時間的関連性で ER 得点が最も高かったのは統合的で、分離的が最も低かった (Figure 7-8)。

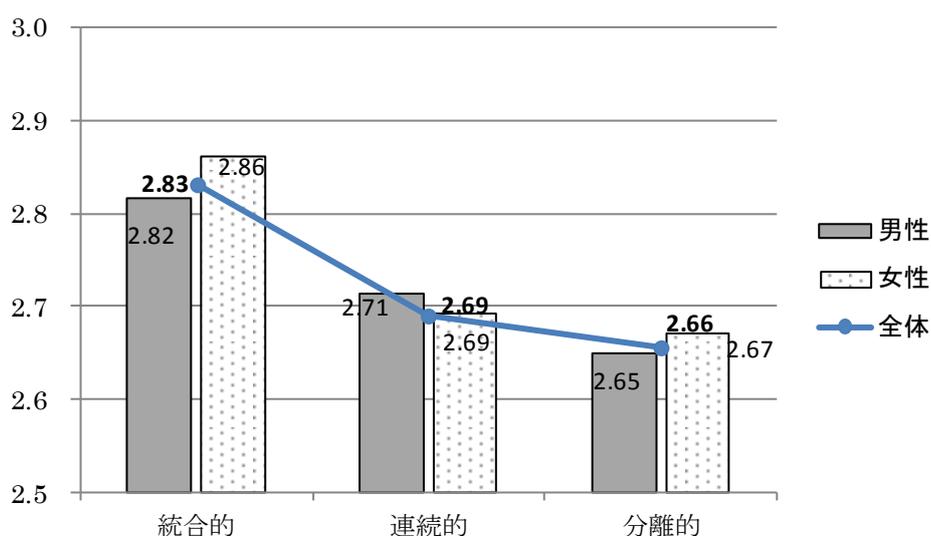


Figure 7-8 ER と時間的関連性

ER と時間的関連性の分散分析の結果から、時間的関連性 3 区分間の ER 得点に有意差が確認され、時間的に統合している人は分離している人、連続している人よりも ER 得点は高かった。しかし、多重比較の結果で有意差が確認できたのは統合的と分離的だけで、連続的との間に有意差はなかった。相対的には、統合的の方が連続的より ER 得点は高かったため、仮説 2「時間的統合がなされている人は、そうでないひとより ER は高い」はほぼ支持されたとと言える。

**考察** 本研究では、Cottel (1976) によって考案されたサークル・テストを用い、過去・現在・未来を円でたとえて自由に描かせるという投影的手法で時間的態度を測定した。時間的展望を確立していくことは自我同一性の基礎として位置づけられる (都筑, 1993)。

ER と時間的展望の 2 指標についての仮説検証から、時間的展開性で未来志向の人は、過去志向の人より ER が高いこと、時間的関連性で時間的統合がなされている人は、そうでない人より ER が高いことが明らかになった。

時間的展望の発達という観点で全体をみると、時間的優位性、時間的展開性、時間的関連性の 3 指標についての性差はなく概ね先行研究と同じで、大学生の一般的な傾向を示す結果が得られたと言える。しかし、3 指標の分布では、時間的展開性で過去志向でも未来志向でもない「その他」が全体の約 60% もあったこと、時間的関連性で時間的統合よりも時間的分離の割合が高かったこと、さらにこの設問の回答率自体が悪かった (88%) ことなどから、本研究におけるサンプル集団 (学部 2 年生が中心) 内の特徴として、過去・現在・未来の関連づけ、意味づけが未だ確立できず、再構築の途上にいる者が多いと推察される。時間的展望の確立が自我同一性の基礎であるとするならば、先の研究で自我同一性地位を判定する基準変数 (現在・将来の自己投入や過去の危機) の水準がいずれも低い値であったことと論理的な矛盾はないと考える。

## 7.2 エゴ・レジリエンス，ストレッサー，ソーシャルサポート，コーピングと精神的健康の関連（研究4）

### 7.2.1 問題と目的

現代社会において、人は多くの心理社会的刺激にさらされ日々ストレスフルな生活している。日本の大学 60 校の調査結果である「学生の健康白書 2005」<sup>10</sup>によると、身体面で「体の調子は良い」と答えた大学生が 83%であったのに対し、精神的な面では「なんとなく不安になることが多い」とした者が 44%、「人との関係で傷つくのが怖い」と思っている学生が 52%で、学生の精神面での不安定さが指摘されている。同様に、心理社会的不適応に起因する長期留年や休退学などの問題も深刻化しているという。大学という新しい生活環境や対人関係の悩み、学業不振や就職や資格についての不安、アルコールや薬物使用の誘惑など、今日の大学生の生活に見いだされるストレッサーは枚挙にいとまがない。しかし一方で、上記の白書では、精神的健康のスクリーニングテストによって要留意者とされた 2, 977 人に面接等を行った結果、正常範囲が 80.1%であったことも報告している。これは、多少の揺らぎはあるものの、多数の青年は上手く生活できており、大学や仲間集団などの環境によく対応できていることを示しているのではないか。Siddique & D'Arcy(1984)の研究では、調査の対象となった青年の 33.5%は心理的苦悩の症状をひとつももたず、39%は 5 つ以下の症状（軽微な程度の心理的苦悩）を訴えたに過ぎず、強い心理的苦悩を訴えたのは 27.5%であったことを明らかにしている。UPI (University Personality Inventory)<sup>11</sup>を用いた本邦の最近の大学生の調査研究でも、精神科的問題の疑われるとして呼び出し面接などスクリーニング対象者とされる UPI 自覚症状 30 点以上の得点者は、ほとんど 10%未満である（例えば、西山・笹野，2004；中井・茅野・佐野，2007；前垣・滋野，2011）。これは、少数の青年はストレスに満ちた混乱と動揺の時期を体験するかもしれないが、青年の多くは自分のさまざまな資源を用いて環境ストレッサーに対処し適応していることを示唆している。言い換えれば、環境ストレッサーに対処する際のストレス反応の個人差は、個々人の有する資源によって影響

---

<sup>10</sup> 学生の健康白書（2005）．国立大学法人保険管理施設協議会・学生の健康白書作成に関する特別委員会による報告書。1984 年以来、身体面の調査が 5 年ごと精神・心理面は 10 年ごとである。

<sup>11</sup> UPI は 1966 年に、全国大学保健管理協会の学生相談カウンセラーと精神科医が中心になって、新入生を対象にして、神経症、心身症その他学生の悩み、迷い、不満、葛藤などの実態を調査するスクリーニングテストとして作成された。現在、全国の国公立大学などで広く入学時等実施され、学生相談や精神衛生相談に利用されている。60 項目からなり、応答は 2 件法による。

を受けると考えられる。

では、環境に適応していくために用いられる資源とは何か。そうした資源を考えるにあたって参照できるのが、トランSACTIONAL・モデル (Transactional Model; Lazarus & Folkman, 1984 本明他訳 2007) である。これは現在、ストレスの生じるメカニズムを心理学的に説明する最も影響力のあるモデルである。Figure 7-9 に示すように、ストレス反応を惹起する条件は必ずしも絶対的なものではなく、ストレスラーとしての心理社会的要請と個体の対処資源との間に発生する相互作用的な不均衡からストレス反応が生じることが強調されている。

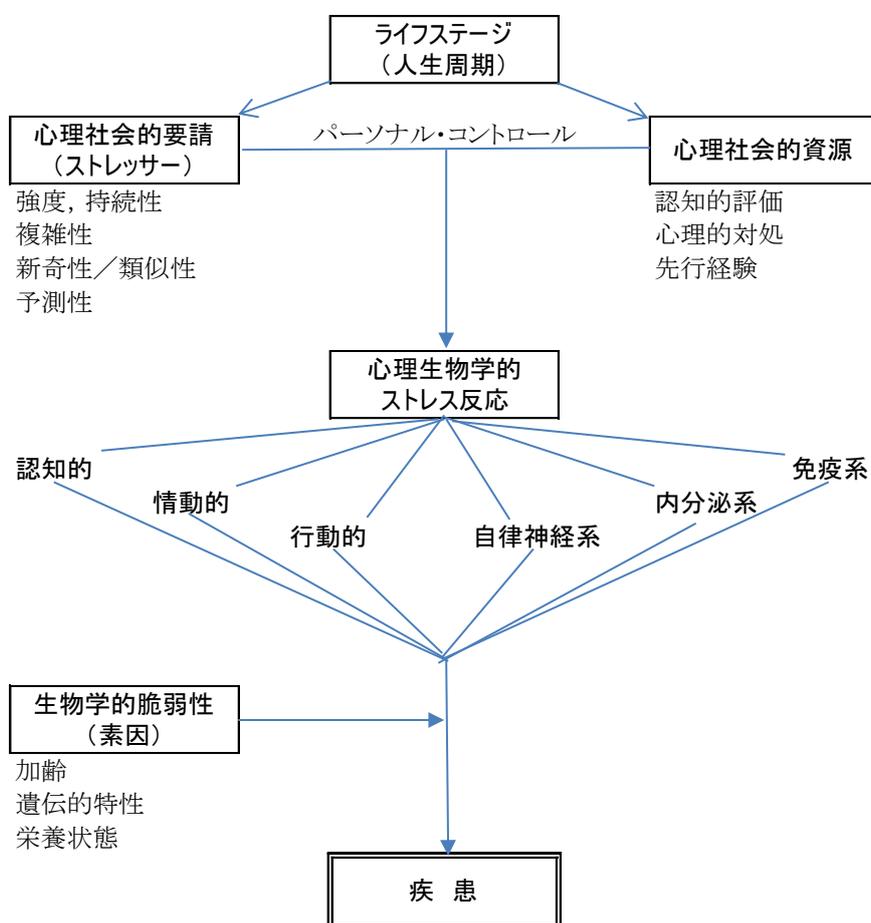


Figure 7-9 ストレスのトランSACTIONAL・モデル  
(津田・磯・Fieldman, 1994 から引用)

この過程では、ストレスラーの低減を目的として試みられる行動的、認知的なコントロールの程度 (パーソナル・コントロール) が重要となり、個人差はこれによって生じる。そして心理社会的資源は、ストレスラーとストレス反応の関係に直接あるいは間接に作用し、ス

トレッサーの心理社会的要請の高まりとともにストレス反応が増強するのを抑制する緩和要因となる（尾関・原口・津田，1994）。心理社会的資源には，社会的・対人的資源，個人的な属性，生活に意味や秩序，公正感を与えるような信念システム，さらには一時的な感情状態など個人の内外にあるさまざまな資源が含まれ，大きく2つの機能（直面している状況の困難さの過大評価を抑制する機能と困難への実際的対処に役立つ機能）があるとされている（Harber, Einev-Cohen, & Lang, 2008; 浦, 2009）。

この心理社会的資源の個人的な属性のひとつにエゴ・レジリエンス（Ego-Resiliency；以下，ER）があげられる。ERは，Block(J.Block, 1965)によって明らかにされた概念で，自我を調整する力であり，ストレスにさらされたとき適切な状況に自我を導く力であると定義されている(Block & Block, 1980)。Block & Block(1980)はまた，ERは「環境の変化や不測の事態への対処能力，その状況で求められることと行動の可能性との‘適合度’の分析力，問題解決方略における豊富なレパートリーの柔軟な発現力」であると説明し，ER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のさまざまな研究によって，レジリエントな人（ERの高い人）は，楽観的で，エネルギーに物事に取り組み，好奇心が強く，新しい経験を容易に受け入れ，ポジティブな情動性の高さによって特徴づけられることが示されている(Block & Kremen, 1996; Klohnen, 1996)。Klohnen(1996)は，Block & Block(1980)の研究に基づくERの自己報告尺度を作成し，ERが身体的／精神的健康上の適応と高い相関があり，心理的苦痛や葛藤関係とは負の相関があることを明らかにした(Klohnen, 1996; Klohnen, Vandewater, & Young, 1996)。Klohnen(1996)によれば，ERは，環境のストレス，葛藤，不確実な状況下での個人の適応能力に密接に関係し，個人の日常の経験，対人関係，課題達成，そして生活上の困難な出来事において役割を果たすとされている。また，Tugade & Fredrickson (2004: 2007)は，ERの高い人の方がネガティブな経験からの生理的，情動的回復が早く，それがストレス下でポジティブ情動を“知的”に利用し，コーピング過程でもポジティブ情動を上手く用いることによる結果であることを明らかにしている。同様に，Waugh, Ferdrickson, & Taylor (2008)も，ERの高い人の方が予期された脅威（ネガティブな出来事）からより完全な感情の回復を示したことを報告している。本邦でのER研究は極めて少ないが，畑・小杉・小野寺(2011)は，ストレスマーカーとして唾液由来のクロモグラニンAを用い，その反応パターンからER高い人の方が心理的ストレス負荷に弾力的に反応し，回復することを示唆している。こうした研究から，ERは変化する状況に応じて柔軟に自我を調整し，うまく適応するために自らの資源（身体的，

知的、情動的、社会的) を効果的に活用する能力であり、それによってストレスフルな環境から効果的に回復すると考えられる。

さらに、個人的な属性以外の心理社会的資源として、ソーシャルサポート (Cohen & Wills, 1985; 嶋, 1992; 和田, 1998) やコーピング (Fleishman, 1984; Compas, 1987; Compas, Orosan, & Grant, 1993) などが研究によって明らかにされている。ソーシャルサポートは、個人を取り巻く様々な人々 (家族や友人・知人, 隣人など) からの有形・無形の援助をさすものである (小川, 1997)。ソーシャルサポートの研究は近年洗練されてきており、ストレスの種類, サポートの内容, 心理的健康状態の種類, および対象者が持つ諸特性 (性別や社会的地位, パーソナリティ要因など) によってソーシャルサポートの持つ効果が異なることがわかっている (嶋, 1990)。特に、青年期において、友人からの情動的サポートは自立を補償し心理的健康を保つ上でも大きな役割を果たすとされている (山下・坂田, 2008)。一方、コーピングは、個人の資源に負荷を与え、もしくはその資源を超えると評定された外的ないし内的要請を処理するために行う認知的、行動的努力であり、その努力は常に変化するものであると定義されている (Lazarus & Folkman, 1984 本明他訳 2007)。Lazarus, & Folkman, 1984 本明他訳 2007) は、コーピングを、情動的な苦痛を低減させるための情動焦点型コーピング (emotion-focused coping ; 回避, 静観, 気晴らしなど) と、外部環境や自分自身の内部の問題を解決するためになされる問題焦点型コーピング (problem-focused coping ; 問題の所在の明確化, 情報収集, 解決策の考案やその実行など) に分類している。これらのコーピングは同時にあるいは継時的に行われ、相互に促進的または抑制的に影響し合うことが多い。また、コーピング方略の実行を規定する要因として、要求に対する認知的評価, 自己効力感, 問題解決スキル, 社会的スキル, ソーシャルサポートなどの役割が指摘されている。このように心理社会的資源は個々にストレス反応の悪化を抑制する緩和要因としての役割を果たすだけでなく、相互に関連し合っている可能性があると考えられる。

以上のことから本研究では、大学生を対象として、心理社会的資源 (ER, ソーシャルサポート, コーピング) が精神的健康へどのように影響しているかを明らかにし、特にパーソナリティ資源として ER の果たす役割を検証する。

### 7.2.2 方法

**調査対象者** 山梨県および東京都の4大学の学生に授業の一部を利用して実施した質問紙調査から、男性382名 (平均年齢; 19.92歳,  $SD=1.12$ ), 女性207名 (平均年齢; 20.00

歳,  $SD=1.11$ ) の計 589 名 (平均年齢 ; 19.95 歳,  $SD=1.12$ ) を分析対象とした。調査の実施に際し, 回答は任意であることを説明し, 調査参加への同意を得た。

**実施時期** 2011 年 7 月～10 月

**使用尺度と得点化**

### 1. エゴ・レジリエンス (ER89 日本語版) 尺度

Block & Kremen (1996) が作成した尺度「ER89」の 14 項目について, 日本語版を著者が作成し, 信頼性と妥当性を検証した ER89 日本語版尺度 (畑・小野寺, 2013a) を使用する。同尺度は 14 項目で「非常にあてはまる」から「全くあてはまらない」までの 4 件法である。合計得点 28-38 点が低エゴ・レジリエンス, 39-42 点が平均的エゴ・レジリエンス, 43-56 点が高エゴ・レジリエンスとされる (Block & Kremen, 1996)。

**Table 7-10 ER89 日本語版の主成分分析結果 (N=589)**

項目	成分 1	平均	SD
3. 私は慣れていないことにも楽しみながら取り組むことができる	<b>.696</b>	2.53	.73
8. 私は人よりも好奇心が強いと思う	<b>.642</b>	2.86	.84
11. 私は新しいことをするのが好きだ	<b>.640</b>	2.92	.80
10. 私は何かするとき, アイデアがたくさん浮かぶほうだ	<b>.623</b>	2.42	.83
6. 私は人からとてもエネルギッシュな人だと思われる	<b>.604</b>	2.46	.85
4. 私は人にたいして好印象を与えることができる	<b>.524</b>	2.49	.75
1. 私は友達に対して思いやりがあり, 親しい関係をもてる	<b>.492</b>	2.93	.68
12. 私は日々の生活の中で面白いと感じることが多い	<b>.489</b>	2.85	.81
14. 私は誰かのことで腹を立てても, すぐに機嫌が直る	<b>.453</b>	2.77	.85
2. 私はショックをうけることがあっても直ぐに立ち直るほうだ	<b>.453</b>	2.52	.93
13. 私は「かなり強い個性」の持ち主であると思う	<b>.443</b>	2.65	.88
9. 私の周りには, 感じがよい人が多い	<b>.376</b>	3.21	.68
5. 私は今まで食べたことがない食べ物を試すことが好きだ	<b>.355</b>	2.53	1.00
7. 私はよく知っているところへ行くにも, 違う道を通っていくのが好きだ	<b>.349</b>	2.71	.99

$\alpha$  係数 **.78**

本研究では, 14 項目の平均値, 標準偏差から天井効果・フロア効果がないことを確認し, 原版に倣い 14 項目について主成分分析を行った。その結果, 14 項目すべてが第 1 成分に.34 以上の負荷を示し, 1 成分構造であることを確認した (Table 7-10)。1 成分分解はデータの全分散の 27%を説明しており, 尺度全体のクロンバックの  $\alpha$  係数は.78 であった。ER89 日本

語版 14 項目の尺度に十分な内的一貫性があり信頼性を有すると判断されたので、14 項目を合計し ER 得点とした。

ER 得点の対象者全体の平均値は 37.85 ( $SD=5.92$ ) で、得点に性差は認められなかった (男性 37.86 ( $SD=5.87$ ); 女性 37.84 ( $SD=6.02$ ),  $t(587)=0.04$ ,  $n.s$ )。また、以後の分析のため、ER 得点の平均値より高い得点の者を ER 高群 ( $M=42.47$ ,  $SD=4.01$ ;  $n=297$ ), 低い者を ER 低群 ( $M=33.15$ ,  $SD=3.24$ ;  $n=292$ ) とした。

## 2. ストレッサー尺度

尾関・原口・津田 (1994) による大学生用ストレス自己評価尺度 (SSRS) のストレッサー尺度 35 項目を用いた。この尺度は大学生が日常生活において体験するような出来事に対して、過去 1 か月間の体験の有無および体験した出来事の不快度について 4 段階 (1: 何ともなかった, 2: ややつらかった, 3: かなりつらかった, 4: 非常につらかった) で回答を求めるものである。

過去 1 か月間の体験の有無から 50%以上が体験していないと回答した 21 項目を除き、14 項目について平均値、標準偏差から天井効果・フロア効果を確認し、主成分分析を行った。分析の結果、14 項目すべてが第 1 成分に .45 以上負荷を示し、1 成分構造を確認した (Table 7-11)。1 成分はデータの全分散の 35%を説明しており、尺度全体のクロンバックの  $\alpha$  係数は .85 であった。14 項目の尺度に十分な内的一貫性があり信頼性を有すると判断されたので、14 項目を合計しストレッサー得点とした。

## 3. ソーシャルサポート尺度

尾関ら (1994) による大学生用ストレス自己評価尺度 (SSRS) のソーシャルサポート尺度 10 項目を用いた。この尺度は家族以外の信頼している人との交流について、5 段階 (1: まったくない, 2: あまりいない, 3: 少しはいる, 4: 何人もいる, 5: かなりの数いる) で回答を求めるものである。10 項目についての平均値、標準偏差から天井効果・フロア効果がないことを確認し、主成分分析を行った。分析の結果、10 項目すべてが第 1 成分に .62 以上負荷を示し、1 成分構造を確認した (Table 7-12)。1 成分はデータの全分散の 58%を説明しており、尺度全体のクロンバックの  $\alpha$  係数は .92 であった。10 項目の尺度に十分な内的一貫性があり信頼性を有すると判断されたので、10 項目を合計しソーシャルサポート得点とした。

Table 7-11 ストレッサー項目 (SSRS) の主成分分析結果 (N=589)

項目	因子 1	平均	SD
29. 自分の性格について考えるようになった	<b>.722</b>	1.60	1.37
30. 将来の職業について考えるようになった	<b>.713</b>	2.04	1.35
31. 自分の能力・適性について考えるようになった	<b>.710</b>	1.92	1.35
13. 現在所属している学校について考えるようになった	<b>.649</b>	1.03	1.24
20. 自分の勉強, 試験, 卒業準備などがうまくいかない	<b>.627</b>	1.95	1.54
27. 自分の容姿が気になるようになった	<b>.573</b>	1.41	1.40
1. 生活が不規則になった	<b>.556</b>	1.85	1.22
33. 体の調子が変わ化した(病気やけがも含む)	<b>.554</b>	1.30	1.44
11. 友人や先輩とのつきあい	<b>.550</b>	1.05	1.06
3. 生活上の仕事(洗濯, 炊事など)が増えた	<b>.540</b>	1.20	1.15
2. 一人で過ごす時間が増えた	<b>.539</b>	1.09	1.07
19. 課題や試験が大変な授業を受けるようになった	<b>.508</b>	1.78	1.56
6. 自分の経済状態が悪くなった	<b>.471</b>	1.87	1.46
5. 家族と過ごす時間が減った	<b>.447</b>	1.29	1.28

注) 35項目のうち, 50%以上が体験したと回答した項目

α 係数 **.85**

Table 7-12 ソーシャルサポート尺度 (SSRS) の主成分分析結果 (N=589)

項目	因子 1	平均	SD
5. さびしい時などに電話したり, 訪ねて行って話ができるような人, が	<b>.822</b>	3.28	1.00
10. 引っ越しなど, 人手が必要なとき, 気軽に手伝いを頼める人, が	<b>.803</b>	3.32	1.05
8. 個人的な心配事や不安があるとき, どうすればよいか親身に助言してくれる人, が	<b>.801</b>	3.35	0.93
9. 家族以外で100%信用できる」という人, が	<b>.772</b>	3.02	1.01
3. 安心して緊急の連絡や荷物の預かり, ペットの世話などを頼めるような人, が	<b>.768</b>	3.14	0.97
2. いっしょに会って, とても楽しく時を過ごせる人, が	<b>.766</b>	3.79	0.83
1. 折あるごとに行き来する友だちや親せき, が	<b>.734</b>	3.46	0.86
4. 家族の中でもめごとが起こったとき, どうしたらよいか気安く相談に行ける人, が	<b>.717</b>	2.99	1.06
6. 急に1万円程度のお金が必要になったとき, 気兼ねなく借りられる人, が	<b>.716</b>	2.88	1.05
7. あなた自身のことをかってくれて, 高く評価してくれる人, が	<b>.692</b>	3.13	0.95

α 係数 **.92**

#### 4. コーピング尺度

神村・海老原・佐藤・戸ヶ崎・坂野（1995）による3次元モデルにもとづく対処方略尺度（TAC 24 ; Tri-Axial Coping Scale）24項目を用いた（Table 7-12）。この尺度は、「問題焦点-情動焦点」軸、「接近-回避」軸、「反応系」軸の3つの軸と、それらの組み合わせで構成される①情報収集、②放棄・諦め、③肯定的解釈、④計画立案、⑤回避的思考、⑥気晴らし、⑦カタルシス、⑧責任転嫁の8つの下位尺度から構成されている。本研究では、対処反応型「問題焦点・情動焦点」を採用した。まず、24項目について平均値、標準偏差から天井効果・フロア効果を確認したところ、7項目（6, 7, 8, 15, 16, 23, 24）が該当したが、因子構成への影響を考慮し、あえて削除せずに因子分析の結果から判断することとした。神村・戸ヶ崎・坂野（1994）に倣って問題解決を目的とした対処反応（問題焦点型）と情動調整を目的とした対処反応（情動焦点型）それぞれに該当する項目群別に因子分析（主因子法・バリマックス回転）を行ったところ、固有値の変化の推移から両型とも2因子構造が示唆された。そこで、「問題焦点型」12項目を2因子解で再分析したところ、因子負荷量.35以上で6項目ずつの2因子解が確認された。「情動焦点型」12項目を2因子解で再分析したところ、因子負荷量.35以上で2因子解が確認されたが、項目12と20は両方の因子.35以上の負荷を示したため、この2項目を削除することとした。結果として問題焦点型10項目は、7項目と3項目の2因子解となった。

問題焦点型の第1因子は、問題の解決を避けるための認知的判断に関する放棄・諦めと問題から逃げてしまう行為に関する責任転嫁の6項目で構成されており、「問題放棄」因子とした。第2因子は、積極的な問題解決のための行動や認知に関する情報収集や計画立案の6項目で構成されており、「問題解決」因子とした。情動焦点型の第1因子は、状況の良い面を見ていこうとする認知機能である肯定的解釈や、望ましくない面の認知的情報処理を停止する回避的思考の6項目に情動の調整のために忘れられるようなことに従事する「スポーツや旅行などを楽しむ」が追加されており、「ポジティブ調整」因子とした。第2因子は、共感的に語ることにに関するカタルシスの3項目で他者へ話をすることによって気を静め、気をはらすといった項目からなり、「情動表出」因子とした（Table 7-13）。クロンバックの信頼性係数は、問題放棄・問題解決は順に $\alpha = .85, .81$ であった。ポジティブ調整、情動表出は順に $\alpha = .76, .81$ であった。それぞれ十分な内的一貫性があり信頼性を有すると判断されたので、各因子に対応する項目をそれぞれ合計し、項目数で除して得点化した。

Table 7-13 対処反応型（問題焦点・情動焦点）別の因子分析結果（ $N=589$ ）

問題焦点型 12項目	因子		$h^2$	平均	SD
	1	2			
<b>I 問題放棄（<math>\alpha=.85</math>）</b>					
15. 自分では手におえないと考え、放棄する	<b>.805</b>	-.033	.650	1.35	1.10
23. 対処できない問題であると考え、あきらめる	<b>.781</b>	.046	.613	1.45	1.14
16. 責任を他の人に押しつける	<b>.781</b>	.005	.609	1.00	1.09
24. 口からでまかせを言って逃げ出す	<b>.720</b>	.057	.522	1.10	1.16
7. どうすることもできないと、解決をあと延ばしにする	<b>.582</b>	-.048	.326	2.00	1.17
8. 自分は悪くないと言い逃れをする	<b>.478</b>	-.052	.231	1.42	.87
<b>II 問題解決（<math>\alpha=.81</math>）</b>					
14. 詳しい人から自分に必要な情報を収集する	.037	<b>.765</b>	.517	2.31	1.11
13. どのような対策を取るべきか綿密に考える	-.051	<b>.710</b>	.523	2.11	1.10
5. 原因を検討し、どのようにしていくべきか考える	-.171	<b>.683</b>	.495	2.41	1.09
22. 既に経験した人から話を聞いて参考にする	.072	<b>.676</b>	.462	2.37	1.14
21. 過ぎたことの反省をふまえて、次にすべきことを考える	-.135	<b>.580</b>	.355	2.48	1.02
6. 力のある人に教えを受けて解決しようとする	.194	<b>.517</b>	.305	2.18	1.22
因子寄与率 (%)	25.40	21.89			
累積寄与率 (%)		47.28			
情動焦点型 12項目	因子		$h^2$	平均	SD
	1	2			
<b>I ポジティブ調整（<math>\alpha=.76</math>）</b>					
1. 悪いことばかりではないと楽観的に考える	<b>.666</b>	.060	.440	2.56	1.11
3. 嫌なことを頭に浮かべないようにする	<b>.662</b>	.037	.447	2.20	1.10
9. 今後は良いこともあるだろうと考える	<b>.624</b>	.127	.405	2.64	1.12
17. 悪い面ばかりでなく良い面を見つけていく	<b>.573</b>	.129	.345	2.25	1.09
11. そのことをあまり考えないようにする	<b>.507</b>	.089	.265	2.20	1.10
4. スポーツや旅行などを楽しむ	<b>.464</b>	.181	.248	2.51	1.29
19. 無理にでも忘れるようにする	<b>.387</b>	.114	.163	1.61	1.21
<b>II 情動表出（<math>\alpha=.81</math>）</b>					
2. 誰かに話を聞いてもらい気を静めようとする	.165	<b>.820</b>	.700	2.40	1.14
10. 誰かに話を聞いてもらって冷静さを取り戻す	.181	<b>.798</b>	.669	2.35	1.16
18. 誰かに愚痴をこぼして、気持ちをほらす	.084	<b>.660</b>	.443	2.33	1.19
<b>剰余項目</b>					
12. 買い物や賭け事、おしゃべりなどで時間をつぶす				2.39	1.24
20. 友だちとお酒を飲んだり、好物を食べたりする				2.39	1.28
因子寄与率 (%)	22.89	18.36			
累積寄与率 (%)		41.25			

### 5. 日本版 GHQ 精神健康調査票 12 項目版 (GHQ-12)

ストレス反応として、新納・森（2001）によって信頼性と妥当性が検証された GHQ-12 の 12 項目（4 件法）を用いた。この尺度は、「不安・抑うつ」「活動障害」の 2 つ下位因子で

構成され、得点が低いほど精神的健康度が高いことを示す。本研究では、12項目を新納ら(2001)にならい主因子法・バリマックス回転による因子分析を行い、2因子解が得られた(Table 7-14)。各6項目で構成される2下位因子は、新納ら(2001)と同じ結果で各々「不安・抑うつ」因子と「活動障害」因子とした。不安・抑うつ6項目の信頼性係数( $\alpha=.84$ )、活動障害6項目の信頼性係数( $\alpha=.79$ )ならびにGHQ12項目合計の信頼性係数( $\alpha=.86$ )で、いずれも十分な値が得られた。それぞれ下位因子6項目の合計を項目数で除して「不安・抑うつ得点」と「活動障害得点」とし、全体を「GHQ合計得点」とした。

Table 7-14 GHQの因子分析結果 (N=589)

項目	因子		$h^2$	平均	SD
	1	2			
<b>I 不安・抑うつ (<math>\alpha=.84</math>)</b>					
10. 自信を失ったことは	<b>.774</b>	.183	.632	2.66	.96
9. 気が重くて、憂うつになることは	<b>.728</b>	.193	.567	2.50	1.01
5. ストレスを感じたことが	<b>.669</b>	.240	.504	2.91	.85
6. 問題を解決できなくて困ったことが	<b>.628</b>	.207	.437	2.59	.91
11. 自分は役に立たない人間だと考えたことは	<b>.623</b>	.318	.490	2.42	1.00
2. 心配事があって、よく眠れないようなことは	<b>.463</b>	.202	.255	2.08	.99
<b>II 活動障害 (<math>\alpha=.79</math>)</b>					
3. 自分のしていることに生きがいを感じる事が	.132	<b>.701</b>	.509	2.13	.87
7. 日常生活を楽しく送ることが	.300	<b>.670</b>	.539	1.77	.85
8. 問題があった時に積極的に解決しようとする事が	.156	<b>.598</b>	.382	1.99	.76
4. いつもより容易に物事を決める事が	.231	<b>.543</b>	.348	2.11	.77
12. 一般的にみて、しあわせといつもより感じたことは	.204	<b>.505</b>	.296	2.28	.85
1. 何かをする時いつもより集中して	.202	<b>.483</b>	.275	2.10	.77
	因子寄与率 (%)	23.67	19.96		
	累積寄与率 (%)		43.62		

注;主因子法(Varimax回転)による。

### 7.2.3 結果

#### 1. 各尺度得点と分散分析の結果

ER ならびに性別による各尺度得点を検討するため、ER の高低(2)×性別(2)の2要因の分散分析を行った。各尺度得点の平均・標準偏差と分散分析の結果を Table 7-15 に示す。

Table 7-15 各変数の平均値と標準偏差ならびに 2 要因 (ER 高低群×性別) の分散分析結果

	全体 (N=589)		ER高群 (n=297)		ER低群 (n=292)		主効果		交互作用		
	平均	(SD)	平均	(SD)	平均	(SD)	ER2群 F値	性別 F値			
ストレスナー	21.37	(10.82)	男性	21.83	(10.83)	20.88	(10.84)	n.s	n.s	n.s	
			女性	21.93	(10.38)	20.85	(11.30)				
ソーシャル・サポート	32.37	(7.38)	男性	35.01	(7.74)	30.68	(6.94)	28.17***	5.15*	n.s	
			女性	32.54	(6.71)	30.35	(6.63)				
コーピング シグ	問題放棄	1.39	(0.82)	男性	1.35	(.87)	1.54	(.78)	n.s	5.89*	n.s
				女性	1.29	(.85)	1.26	(.74)			
	問題解決	2.31	(0.80)	男性	2.58	(.77)	2.11	(.77)	49.94***	n.s	n.s
				女性	2.47	(.78)	2.02	(.74)			
	ポジティブ調整	2.28	(0.74)	男性	2.49	(.69)	2.09	(.69)	61.48***	n.s	n.s
				女性	2.54	(.72)	1.99	(.71)			
	情動表出	2.36	(0.99)	男性	2.26	(1.00)	2.12	(.98)	6.81**	33.33***	n.s
				女性	2.82	(.91)	2.52	(.91)			
GHQ合計	4.59	(1.11)	男性	4.27	(1.10)	4.78	(1.09)	18.21***	n.s	n.s	
			女性	4.56	(1.12)	4.85	(1.02)				
不安・抑うつ	2.53	(0.71)	男性	2.38	(.71)	2.55	(.72)	5.16*	8.64**	n.s	
			女性	2.59	(.73)	2.70	(.63)				
活動障害	2.06	(0.57)	男性	1.89	(.57)	2.24	(.54)	30.95***	n.s	n.s	
			女性	1.97	(.54)	2.15	(.52)				

\*p&lt;.05, \*\*p&lt;.01, \*\*\*p&lt;.001

**ストレスナーと ER・性別** ストレスナーに関して、ER2 群・性別の有意な交互作用、主効果ともに認められなかった。これは、対象者が ER の高低や性別に関わりなく一様にストレスナーを認知していることを示していると考えられる。

**ソーシャルサポートと ER・性別** ソーシャルサポートに関して、ER2 群の主効果 ( $F(1, 585) = 28.17, p < .001$ ) と性別の主効果 ( $F(1, 585) = 5.15, p < .05$ ) が認められ、交互作用はなかった。これは、ER の高い群の方が低い群に比べてより多くのサポートを認知していることを示している。ER の高い人は利用可能であると認知している社会的資源が多いと言える。一方、性別では男性の方が女性よりサポートの認知が高いことを示し、種々のサポート源について女性の認知の方が高いとする先行研究 (例えば、嶋, 1992; 和田, 1998; 山下・坂田, 2008) とは異なる結果となった。この結果は、本研究のサポート源が「家族以外」

の信頼している人としているため、サポート源として家族を含む調査結果とは異なる結果となった可能性も考えられる。

**コーピング方略と ER・性別** 4つのコーピング方略に関して、交互作用はすべての方略について認められなかった。主効果は ER2 群、性別ともに確認され、ER2 群では、問題放棄を除く3つの方略（問題解決・ポジティブ調整・情動表出）で認められた。ER の高い群の方が低い群に比べ3つのコーピング方略を多く採用しており、とりわけ問題解決とポジティブ調整における2群間の差が大きいことから、ER の高い人は低い人に比べ、問題解決やポジティブ調整といった方略を多く取り入れることを示し、ER が対処するために自らの資源（身体的、知的、情動的、社会的）を効果的に活用していることを示唆している。また、性別では、問題放棄で頻度は少ないものの男性の方が女性より多く採用し、情動表出では女性の方が男性より多く採用していた。また、女性のコーピング方略は、情動表出が多く作用されるのに対し、男性のコーピング方略では問題解決が多く採用されることがわかった。

**精神的健康度 (GHQ) と ER・性別** 精神的健康度 (GHQ 合計, 不安, 活動障害) に関して、交互作用は認められず ER2 群の主効果が認められた。これは、ER の高い群の方が低い群に比べ GHQ 合計, 不安・抑うつ, 活動障害ともに値は低くなり、精神的健康は良好であることを示し、ER の構成概念や多くの先行研究と一致する結果である。また、性別の主効果は、下位尺度の不安・抑うつでのみ確認された、女性の方が男性より不安・抑うつ傾向が有意に高かった。

## 2. 変数間の関係

**相関関係** ER と変数間の関連を調べるために、得点化した変数の相関関係を調べた (Table 7-16)。ER はストレスとコーピングの問題放棄方略を除くすべての変数と 0.1% 水準で有意な相関を示した。ER はコーピングのポジティブ調整方略と中程度の正の相関、ソーシャルサポート、問題解決方略とは弱い正の相関があった。また、精神的健康度 (GHQ 合計ならびに活動障害, 不安・抑うつ) とは弱い負の相関が認められた。これらの結果から、ER が高いほど、ソーシャルサポートの認知が高く、ポジティブ調整や問題解決のコーピング方略を多く採用し、精神的健康が良好である（とりわけ日常的な活動の障害が少ない）ことが見て取れる。この結果は先の分散分析の結果とも整合し、ER が多くの社会的資源を有し、対処するために自らの資源（身体的、知的、情動的、社会的）を効果的に活用している

ことを示唆している。

Table 7-16 各変数の相関関係

	ER得点	ストレス 得点	サポ 得点	コーピング方略				GHQ合計 得点	不安・抑うつ 活動障害	
				問題放棄	問題解決	ポジティブ 調整	情動表出			
ストレス得点	.07	1								
ソーシャル・サポート得点	<b>.35***</b>	-.12**	1							
コー ピ ン グ	問題放棄	-.06	.14**	.00	1					
	問題解決	<b>.37***</b>	.01	<b>.40***</b>	-.01	1				
	ポジティブ調整	<b>.40***</b>	-.06	<b>.32***</b>	.25***	<b>.38***</b>	1			
	情動表出	.16***	-.01	.26***	.09*	<b>.33***</b>	.29***	1		
GHQ合計得点	-.28***	<b>.46***</b>	-.37***	.08	-.15***	-.32***	-.02	1		
不安・抑うつ	-.17***	<b>.43***</b>	-.29***	.01	-.02	-.22***	.07	<b>.90***</b>	1	
活動障害	-.33***	<b>.35***</b>	-.37***	.13**	-.27***	-.35***	-.11**	<b>.83***</b>	<b>.51***</b>	1

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

また、精神的健康度（GHQ 合計）との関係では、ER のほか、ソーシャルサポート、コーピングの問題解決・ポジティブ調整方略と有意な負の相関を示した。問題放棄方略は精神的健康度（GHQ 合計）との相関はなかったものの、活動障害と有意な正の関係を示し、この方略がストレス反応を高める可能性が示唆された。さらに相関はなかったものの情動表出と活動障害とは有意な負の関係を示し、多少なりともストレス反応の抑制に寄与している可能性を残した。

### 3. 因果モデルによる検討

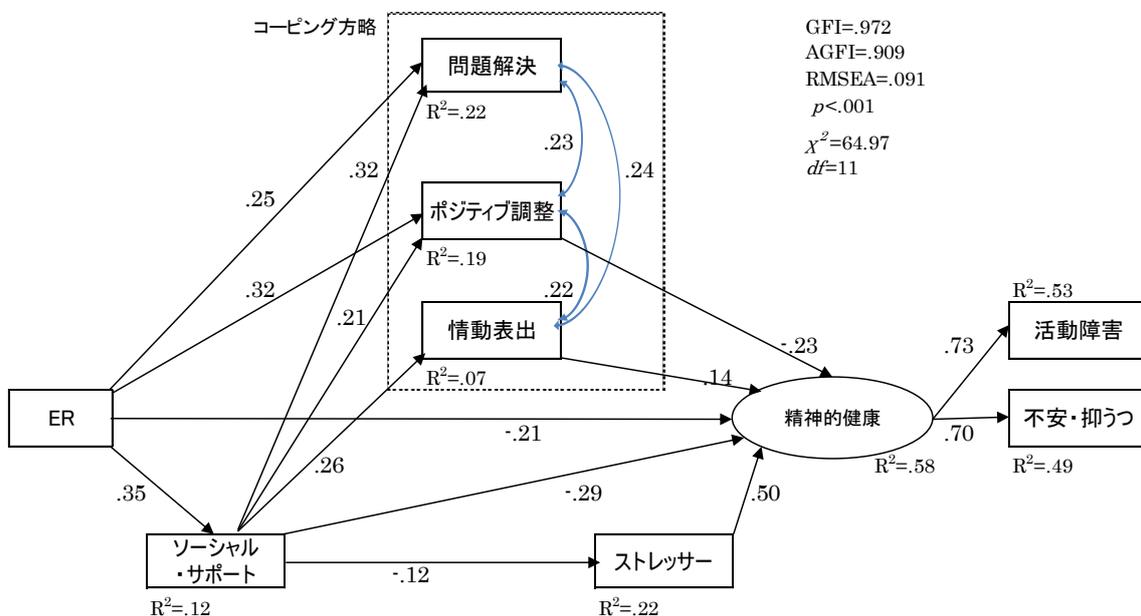
**モデルの構成** 1 ならびに 2 の分析結果を踏まえて、ER を含む心理社会的資源と精神的健康（GHQ）の関係を検討するため、以下の仮説に沿ってモデルを構成して検討した。

- 1) ER、ソーシャルサポート、コーピング（問題解決・ポジティブ調整・情動表出）は、精神的健康に良好な影響を与える。
- 2) ER がソーシャルサポートの認知を高め、これを媒介として精神的健康へ良好な影響を与える。
- 3) ER はコーピング方略（問題解決、ポジティブ調整、情動表出）の採用を促し、それぞれの方略を媒介して精神的健康へ良好な影響を与える。

なお、コーピング方略の問題放棄は ER ならびに他の変数との関係が希薄であり、ストレ

ス反応を高める可能性も示唆されたため、仮説のコーピング方略から除外した。モデルに用いた観測変数は各尺度から得られた項目である。

**モデルの検討** 構成したモデルとデータの適合性を検討するため、全対象者のデータを用いて共分散構造分析 (Amos18.0) を行った。分析にあたり、3つのコーピング方略 (問題解決, ポジティブ調整, 情動表出) に相関が認められたことから、これに対応する誤差間に共分散を仮定した。また, ER から情動表出へのパスと, 問題解決から精神的健康度 (GHQ 合計) へのパスが有意ではなかったため, このパスを削除することとした。その結果, 最終的に Figure 7-10 に示すモデルが得られた。



注1. 数値は標準化されたパス係数を表す。誤差項の記載は省略。注2. パス係数は全て有意 ( $p < .01$ )。

**Figure 7-10 ER, ソーシャルサポート, コーピング方略, 精神的健康に関する因果モデル**

データと Figure 7-7 のモデルの適合度は満足できるレベルにあると判断された ( $\chi^2(11) = 64.97$ ,  $p < .001$ ;  $GFI = .972$ ;  $AGFI = .909$ ;  $CFI = .945$ ;  $REMSA = .091$ )。モデルのパス係数は全て 0.1~1%水準で有意であった。また, 影響指標の値は.73と.70で, 活動障害, 不安・抑うつは精神的健康 (GHQ) の構成概念の指標として妥当であると判断された。

まず精神的健康度 (GHQ 合計) への負の直接効果では, ER (-.21) とソーシャルサポート (-.29) が認められた。しかし, 3つのコーピング方略で精神的健康度 (GHQ 合計) への負の直接効果が認められたのはポジティブ調整 (-.23) のみであった。この結果から「ER,

ソーシャルサポート、コーピングは精神的健康に良好な影響を与える」とした仮説 1 は「ER、ソーシャルサポート、コーピングのポジティブ調整方略は精神的健康に良好な影響を与える」となり限定的に支持されることとなった。この結果によって、心理社会的資源としての ER、ソーシャルサポート、コーピング方略（ポジティブ調整）のストレス反応としての精神的健康への悪影響を緩和する役割が確認できたと考える。

次に、ER からソーシャルサポートへの正の直接効果 (.35) とソーシャルサポートから精神的健康度 (GHQ 合計) への負の直接効果 (-.29) から、ER のソーシャルサポートを經由した精神的健康度 (GHQ 合計) への間接効果が確認され、「ER がソーシャルサポートの認知を高め、これを媒介として精神的健康へ良好な影響を与える」とした仮説 2 は支持された。ER は、利用可能と認知している多くのサポート源を有することで、ストレス反応としての精神的健康への悪影響を緩和していると言える。

また、ER からコーピング方略を介したパスでは、問題解決 (.25) とポジティブ調整 (.21) への正の直接効果とポジティブ調整から精神的健康度 (GHQ 合計) への負の直接効果 (-.24) が認められた。加えて、ER からコーピング方略へはソーシャルサポートを介して影響を与える間接効果（問題解決：.11，ポジティブ調整：.07，情動表出：.09）を確認することができた。モデル全体の ER からの間接効果として、活動障害に対し-.30，不安・抑うつに対し-.29 も確認され、ER がストレス反応を直接間接に緩和していることが示された。その一方で、ER から情動表出方略への直接的な影響と問題解決方略から精神的健康度 (GHQ 合計) への影響は確認できず、情動表出の方略から精神的健康度 (GHQ 合計) へは予測に反して悪化させる方向の正の直接効果 (.15) が認められた。これらの結果から、仮説 3 の「ER はコーピング方略（問題解決，ポジティブ調整，情動表出）の採用を促し、それぞれの方略を媒介して精神的健康へ良好な影響を与える」は、仮説 1 と同じくコーピング方略のポジティブ調整だけがあてはまる結果となり、限定的に支持されることとなった。この結果はまた、ER の高い人はストレス下でポジティブ情動を“知的”に利用し、コーピング過程でもポジティブ情動を上手く用いるとした Tugade & Fredrickson (2004: 2007) の知見に一致するものである。

また、ここで得られたコーピング方略に関する結果は、同じコーピング尺度 (TAC-24) を用いて大学生と成人を対象とした調査を行った鈴木 (2004) の三次元モデル 8 タイプのコーピング・スタイル（年齢層に関係なく、心理的ストレス反応への説明率が高い）の結果と概ね一致している。本研究では、問題焦点-情動焦点型の一次元モデルでの分類を試みてい

るが、因子分析の結果として抽出された問題放棄の項目は「放棄・諦め」と「責任転嫁」の6項目で構成されており、鈴木（2004）の三次元モデルではそれぞれ「回避／問題焦点／認知型」と「回避／問題焦点／行動型」に該当する。また、情動表出は「カタルシス」の3項目で構成されており、これは「接近／情動焦点／行動型」に該当する。鈴木（2010）の分析結果では、この3タイプはいずれも、ストレス反応としての不安・抑うつ、不機嫌・怒り、無気力に正の影響を及ぼしている。一方、本研究の因子分析で得られた問題解決は「情報収集」と「計画立案」の6項目で構成されており、「接近－問題焦点－行動型」「接近－問題焦点－認知型」に該当し、鈴木（2004）の大学生の結果では両タイプとも無気力への正の影響のみが確認されている。また、本研究のポジティブ調整は主に「肯定的解釈」と「回避的思考」の項目から構成されており、これは「接近－情動焦点－認知型」と「回避－情動焦点－認知型」に該当し、鈴木（2004）の大学生の結果では、前者のタイプのみストレス反応としての不安・抑うつ、不機嫌・怒り、無気力に負の影響を及ぼし、後者に有意な影響は確認されていない。ただ、平田（2010）が指摘しているように、コーピングのタイプと精神的健康との関連は、異なった対象者の属性やストレッサーであれば、安易に比較できないものである。本研究の結果と鈴木（2004）の三次元モデルによる結果との照合も、そうしたことを踏まえたうえでの比較に留めたい。

なお、コーピング方略の問題放棄は、ER、精神的健康との相関はなく、ER 高低群での違いも認められなかったことに加え、因果モデルでも有意なパスを確認できなかった。ER は積極的な問題解決思考や行動に関するコーピング方略や状況に対する認知的なポジティブ調整方略には影響を与えるが、放棄や諦め、責任転嫁といった問題放棄につながるコーピング方略には関与しないと考えられる。さらに、コーピング方略としての情動表出は、ER とも精神的健康度とも相関は認められなかったが、ER 高低群では違いがあり、ER 高群の方がこの方略をとりやすい傾向が見られた。因果モデルでは ER からソーシャルサポートを介して精神的健康度への間接効果が認められたものの、情動表出から精神的健康度へのパスは極めて弱いながら悪化させる方向の影響を示し、このコーピング方略を多く用いるほど精神的健康が損なわれる傾向が示唆された。本研究で「情動表出」方略としてまとめた項目は、「誰かに話を聞いてもらい気を静めようとする」「誰かに話を聞いてもらって冷静さを取り戻す」「誰かに愚痴をこぼして、気持ちをほらす」という3項目で、神村・海老原・佐藤・戸ヶ崎・坂野（1995）によれば、カタルシス効果を意図した方略とされている。しかし、情動を表出した他者から受容や共感が得られなかったり、情動を表出した他者の対応（フィードバック）

が不十分、不満足なものであったりした場合、心理的資源としてのコーピングの働き（本来期待したカタルシス効果）が打ち消され、ネガティブな情動を維持、強化する結果となり、時間経過とともにストレス反応をわずかに増悪させている可能性も考えられる。Tugade & Fredrickson (2007) は、適応的な機能を妨げないようにネガティブ情動を表出することは重要であるが、ネガティブ情動の持続は長期的には心血管系の病気や疾患につながると指摘している。本研究のモデルから示唆されるのは、ER やソーシャルサポート、コーピングのポジティブ調整方略からのポジティブな影響が、そうした情動表出からのネガティブな影響を上回り補っていることを示している。

#### 7.2.4 考察

本研究では、大学生を対象として、心理社会的資源である ER とソーシャルサポート、コーピングを取り上げ、精神的健康へ与える影響と ER の果たす役割を検証した。前提となるストレスラーは、大学生が日常的に体験するような出来事に対する過去1か月の体験の有無と不快度を指標とし、1か月の不快性の蓄積に対し、結果として自覚されたストレス反応として最近の精神的健康（GHQ）を指標とした。ストレスラー（35項目）に関しては体験率が50%を超える項目は14項目となり、14項目全般にフロア効果が確認され、今回の調査対象者が日常的に認知していたストレスラーは比較的軽微であることが示された。このストレスラーに関して、分散分析の結果、ER 高低群に差が認められなかったことは、Tugade & Fredrickson (2004) の指摘と一致して、レジリエントな人（ER 高群）の経験が、全くポジティブなものだけではないと分かったことは注目すべきであろう。本研究の結果は、レジリエントな人（ER 高群）は、そうでない人（ER 低群）と同じように問題やストレスに直面し、ネガティブな情動を経験していたが、結果としてのストレス反応への悪影響をうまく回避（抑制）していたことを示している。

さらに、共分散構造分析による因果モデルの検討で、1) ER、ソーシャルサポート、コーピングのポジティブ調整方略は精神的健康に良好な影響を与えること、2) ER がソーシャルサポートの認知を高め、これを媒介として精神的健康へ良好な影響を与えること、3) ER はコーピング方略（問題解決、ポジティブ調整、情動表出）の採用を促し、それぞれの方略を媒介して精神的健康へ良好な影響を与えることが明らかとなった。これらの結果から、ER が自らの持つ力（身体的、知的、情動的、社会的資源）を効果的に活用して、認識したストレスラーによるネガティブな影響を緩和し、精神的健康を良好に維持する働きがあることが

示唆された。これは、ER の構成概念や多くの先行研究 (Block & Kremen, 1996; Klohnen, 1996; Klohnen, Vandewater, & Young, 1996; Tugade & Fredrickson, 2004; 2007; Waugh, Fredrickson, & Taylor, 2008) ととも一致するものである。

一方で、ER がどんなコーピング方略にも影響を与えるわけではないこと、コーピング方略のすべてがストレス反応の緩和要因となりえないことが確認された。ER は積極的な問題解決思考や行動に関するコーピング方略や、状況に対する認知的なポジティブ調整方略には影響を与えるが、放棄や諦め、責任転嫁といった問題放棄につながるコーピング方略には関与していないことと考えられる。また、コーピング方略としての情動表出は、多く用いるほど精神的健康が損なわれる傾向がわずかではあるが認められたが、ER やソーシャルサポート、ポジティブ調整方略からの精神的健康度への影響が情動表出からのネガティブな影響を上回って補っていることを示していた。ただ、ER 高群の方が低群よりこの方略を多く用いていた結果と考え合わせると、ER、情動表出方略、ストレス反応の関係のさらなる究明が今後の課題として残されたと言えよう。しかし、ER に関する研究は本邦では極めて少ないため、日本人を対象とした本研究で得られた結果は、ER の構成概念を実証する貴重な知見であると考えられる。

### 7.2.5 要約

本研究では大学生を対象として、心理社会的資源 (ER, ソーシャルサポート, コーピング) が精神的健康へどのように影響しているかを明らかにし、特にパーソナリティ資源として ER の果たす役割を検証した。その結果、ER の高い人は、低い人と同じように問題やストレスに直面しネガティブな情動を経験していたが、結果としてのストレス反応への悪影響をうまく回避 (抑制) していたことを示していた。さらに因果モデルから、1) ER, ソーシャルサポート, コーピングのポジティブ調整方略は精神的健康に良好な影響を与えること、2) ER がソーシャルサポートの認知を高め、これを媒介として精神的健康へ良好な影響を与えること、3) ER はコーピング方略 (問題解決, ポジティブ調整, 情動表出) の採用を促し、それぞれの方略を媒介して精神的健康へ良好な影響を与えることが明らかとなった。

## 第8章

### 成人期を対象とした ER の実証研究

本章では、成人期の適応、すなわち「日常生活の中でストレスを上手く乗り切る」ことに ER がどのように関わっているのかを明らかにする。研究5では、そのための指標として、精神的健康と発達課題であるジェネラティビティを採りあげている。研究6では、ストレスマーカーとして唾液由来のクロモグラニン A (CgA) を用いている。

#### 8.1 エゴ・レジリエンスが中年期の発達課題に果たす役割 (研究5)

##### 8.1.1 問題と目的

###### 中年期の発達課題

心理学における中年期の研究は Jung に始まる。Freud はリビドーの発達段階が成人で終了すると考えたのに対して、Jung は精神の発達には生涯続くと考え、現在の生涯発達心理学の基礎を築いたとされる。Jung は、40歳前後に訪れる精神の動揺の心理的側面を論じ、以来「中年 midlife」は人間の生涯の重要な発達段階として研究対象となった。

Jung と同様に人間の精神発達には生涯続くと考えた Erikson は、心理社会的発達を8段階に分けたライフサイクル論を展開した (Erikson, 1950, 1959, 1963)。ライフサイクル論は、心理的発達と自我の発達という精神分析の2つの基本理論に沿っているが、各発達段階には、心理的適応を方向づける「同調傾向」と、心理的不適応を方向づける「失調傾向」が対極的に設定されている (Erikson, 1950 仁科訳 1977)。Freud が葛藤を幼少期に、Jung が青年期と中年期に限定したのに対し、Erikson は8つの段階それぞれに成長・成熟と退行・病理性の方向への分岐があって、その時々には2つのベクトルの対立が発達課題を作り出すとした。さらに、その同調傾向を達成するうえで必要とされる、人間が本来有している素養として基本的徳目 (basic virtues) が各段階に設定されている。Erikson によれば、人間は、各発達段階で要請される基本的徳目に準じた取り組みにより同調傾向を達成することで、心理社会的に適応的な発達を達成すると考えられている。そのなかで generativity (以下、ジェネラティビティ<sup>12</sup>) は第7段階にあたる中年期の心理

<sup>12</sup> generativity の包括的な意味合いを的確に表現することは難しく、本邦では生殖性、世代性などと訳され未だ定まった訳語はないので、本論文ではカタカナ表記とした。

社会的適応を達成するための同調傾向として設定された。この対極の失調傾向には **stagnation** が、基本的徳目には **care** がそれぞれ設定されている。ジェネラティビティは当初、「次世代を確立させ導くことへの関心」と定義され (Erikson, 1950, 仁科訳 1977), 後に「子孫を生み出すこと (**procreativity**), 生産性 (**productivity**), 創造性 (**creativity**) を包含するものであり, (自分自身の) 更なる同一性の開発に関わる一種の自己-生殖 (**self-generation**) も含めて, 新しい存在, 新しい制作物や新しい観念を生み出すこと (**generation**) を表している」と再定義されている (Erikson & Erikson, 1997 村瀬・近藤訳 2001)。当初の定義はジェネラティビティの第一義的な親役割に焦点化されているのに対し, 再定義では親役割に加え, 生産性や創造性も含む包括的な概念となっている。この包括的な概念であるジェネラティビティに関する一連の研究を行なっている McAdams & de St. Aubin (1992) は, ジェネラティビティは“成人期全体を通じた個性と関係性への欲求を基本とした創造性 (**creativity**), 育み (**care**), 世代継承性 (**maintaining**) への関心および行動”と定義し, 「ジェネラティビティの7つの心理社会的構成要素のモデル図」によってジェネラティビティの多面的な意味内容を持つ要素とそれら要素間の関連性を検証して概念を再構築している (Figure 8-1)。

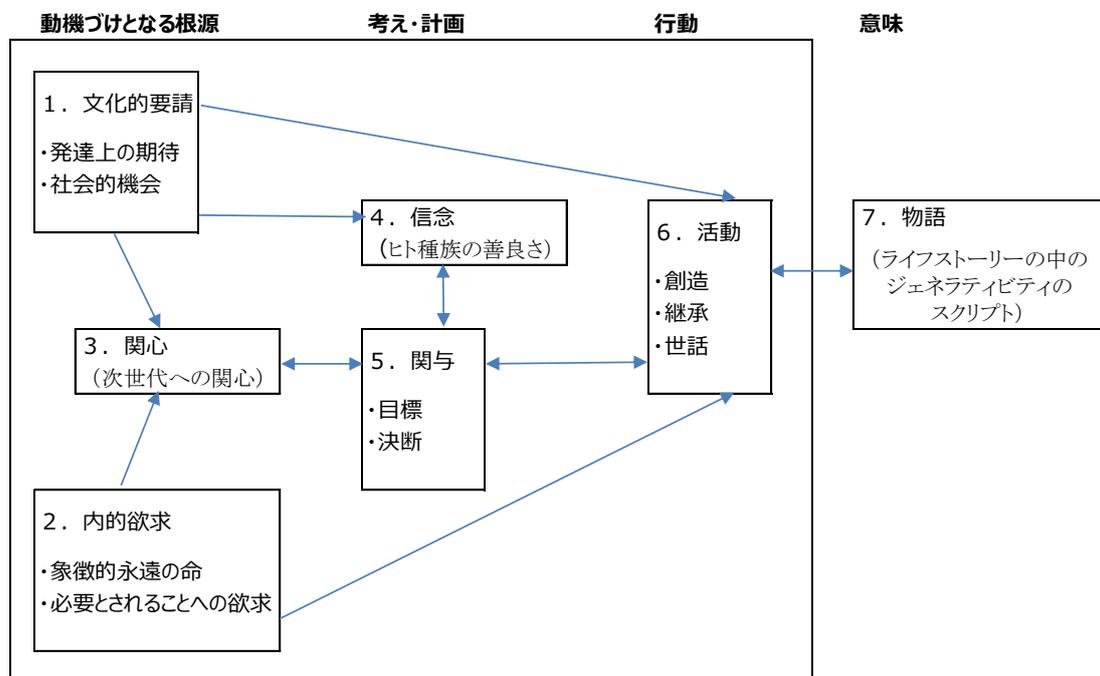


Figure 8-1 ジェネラティビティ 7つの構成要素 (McAdams et al, 1992 より作成)

そのモデルでは, ジェネラティビティを次世代の人に供するという全体的な目標を前提

としてとらえられている。すなわち、ジェネラティビティは ①文化的要請と②個人の内的欲求が動機づけの根源となり、これが原動力となって次世代への③関心をうながす。関心は、文化的影響による種としての人間のすばらしさや価値への④信念に支えられ、具体的なジェネラティビティの課題と取り組み(⑤関与)、内的欲求の影響も受けながら⑥行動(創造・継承・世話)をする。そして最終的に、こうした過程を内省し、⑦物語の中で意味づけをするというものである。このモデルにそって McAdams & de St. Aubin (1992) は、ジェネラティビティにおける「関心」を測定する尺度「Loyola Generativity Scale (LGS)」とジェネラティビティに関する「行動」を測定する尺度「Generativity Behavior Checklist」を作成している。そしてこの LGS を用いて子育てとの関連を検証した結果、子どものいる人の方がいない人より LGS 得点が高い傾向にあり、この傾向は男性の場合に特に顕著であったと報告している。また、de St. Aubin & McAdams (1995) は、LGS と人生の満足度／幸福感、自我発達の関連を検討し、自我発達のレベルが高い群では LGS 得点は人生の満足度／幸福感と強い関連があることを明らかにしている。

また、ジェネラティビティが高いことは中年期の自己効力感や自尊感情、well-being と正の関係があること (McAdams, Reynolds, Lewis, Patten, & Bowman, 2001; Stewart & Vandewater, 1998)、またうつ傾向とは負の関係があること (McAdams et al., 2001) などが報告されている。

本邦では、丸島 (2005) が、McAdams & de St. Aubin (1992) の LGS 尺度の日本語版「世代性関心尺度：GCS」を作成し「創造性」「世代性」「世話」の3因子を抽出している。この研究では、世代性への関心 (GCS 得点) が高い人ほど幸福感が高く、世代性への関心と Big Five の外向性、開放性に正の相関があることを明らかにしている。また、串崎 (2005) は独自のジェネラティビティ尺度を開発し、「生み育てることへの関心」「世代継承的感覚」「自己成長・充実感」「脱自己本位的態度」の4因子を抽出することで、ジェネラティビティをより多面的に測定している。この研究では、ジェネラティビティ尺度得点が高いほど自尊感情が高くなる傾向があり、抑うつ傾向が低くなること、さらに子どもの有無によってジェネラティビティ尺度得点に有意差がなかったことが報告されている。

このように、中年期にジェネラティビティを発達させる (獲得する) ことは、この時期の良好な適応と密接に関連していることが多くの研究から明らかにされている。

#### **獲得と喪失の観点からみた中年期**

ジェネラティビティ発達の過程では加齢に伴う変化も経験する。そうした観点からライ

フコースを獲得と喪失、挑戦、そして機会の連続と捉える見解もある (Schaie, & Willis, 2001 岡林訳 2006)。この見解によれば、中年期はこれまで獲得したのから新しく生み出すものと、衰え、喪失していくものとを共に受け入れる固有の時期である。多様な役割を持ち、多くの種類の責任と自身の課題に取り組まねばならない。この視点から心理社会的側面を重視した研究では、ドイツの心理学者 Baltes の先導が大きい。Baltes (1987) は、人生の有限性の認識に出会い、将来のライフコースに有効な領域を選択して資源を投入し、全体としての最適化を図るとした補償を伴う選択的最適化理論 (The theory of selection, compensation, and optimization: SOC) を提唱した。この理論は、発達段階で経験するさまざまな失調要素に対する適応のため、個人が選択的、補償的努力を払うことを示している。

Baltes の SOC 理論にコントロールの概念を取り入れたのが Heckhausen & Shultz(1993, 1995 ; Shultz & Heckhausen, 1996)である。彼らは、コントロールの生涯発達理論 (Life-span Theory of Control) を提唱し、コントロールの下位概念を 4 類型化 (選択的 1 次/2 次コントロールと補償的 1 次/2 次コントロール) した上で、発達課題に対する選択と補償による最適発達を説いている。彼らによれば、個人は自らのライフコースのプロデューサーであり、個人の行動は選択と失敗 (の補償) という 2 つの基本特徴に従う。選択とは、個人が直接コントロールできる資源投資である「選択的 1 次コントロール ; Primary Control」と、選択しなかったものに比べて与えられた方の目標価値を高める「選択的 2 次コントロール ; Secondary Control」である。一方、補償とは、目標獲得が不十分な場合に外的スキルを活用する「補償的 1 次コントロール」と、目標からの離脱や失敗への防御的解釈を行う「補償的 2 次コントロール」である。この「1 次/2 次コントロール」と「選択と補償」が相互に関連して個人の発達を最適化するという。また、Heckhausen & Shultz(1995)によれば、2 次コントロールはしばしば 1 次コントロールの行使が失敗したり、不可能であったりした時に行う反応であり、幸福感や自尊心を護り、1 次コントロールの動機づけを保持し、1 次コントロールの潜在性を高めると考える。2 次コントロールの方略には、願望の水準を変えること、否認、自己中心的な帰属、目標の再解釈を含んでいる (Heckhausen & Dweck, 1998)。2 次コントロールは、外的世界に影響を及ぼす個人の能力ではなく、自らの目標、願望、信念を、現状に合うように調節する個人の能力に関わるものであると言える。そして、人の発達は 1 次コントロールの潜在可能性を高めることが目的であり、成人期は主に 1 次コントロールに傾倒するが、加齢に伴い 1 次コントロ

ールの維持のために2次コントロールを利用するようになる。さらに、認知的補償ができない(2次コントロールが機能しない)程の、絶対的1次コントロールの欠如を経験した時、人は悲しみや抑うつを経験するという。

さらに Heckhausen(2000)は理論を精緻化させ、人生の特定の時期に特定の目標に対して、選択的により多くの資源投資をしなければならない「臨界線：deadline」があると考えた。そこで「PC・SC最適化スケール」を用いて、出産とパートナーシップ(婚姻)について調査した。その結果、出産デッドラインの女性(40～50代)は、養育の目標から離れて別の目標に移行(補償的2次コントロール)しており、目標追求の維持(選択的1次コントロール)は抑うつと関係していた。また、パートナーシップ(婚姻)において、中年期後期の者はパートナーシップ目標を止め、補償的2次コントロールに努めており、また離別においても補償的2次コントロールを行うことで肯定感を持っていたことがわかった。このように、Heckhausenらの一連の研究では、2次コントロールの効用により、発達課題の選択的位置づけと失敗の補償がなされること、また、それにより肯定感や精神的適応性が保持されることを実証的に明らかにしている。総じて、HeckhausenらのLife-Span Theoryでは、1次/2次コントロール方略に年齢特有の発達課題やそれに伴うストレスに対応した働きがあることが示唆されている。

### 中年期の心理的資源

発達段階としての中年期を概観すると、この時期に最も特徴的な点は、成長、加算、完成、獲得が優勢な時期と、衰え、制限、喪失が結びつく時期の間に位置していることである(Heckhausen, Dixon, & Baltes, 1989; 若本・無藤, 2004)。中年期では、成長と衰退の両方に対処しなければならないが、中年期はそれまで蓄積されてきた心理的資源の恩恵も享受できる。自らの心理的資源(パーソナリティや効果的な方略の発現)によって中年期の課題にうまく対処できるとした Heckhausen (2001)は、柔軟に自我を調整し、内的・外的ストレスに対応ができるエゴ・レジリエンス(Ego-Resiliency; 以下, ER)をこの時期の適応を促す重要なパーソナリティ資源としてあげている。

ERは、Block (Block, 1965, 1971)によって明らかにされた概念で、自我を調整する力であり、内外のストレスにさらされたとき適切な適応状況に自我を導く力であるとされる(Block & Block, 1980; Klohnen, 1996)。Block & Block(1980)はまた、ERを「環境の変化や不測の事態への対処能力、その状況で求められることと行動の可能性との“適合度の分析力”、問題解決方略における豊富なレパートリーの柔軟な発現力」としてより詳細

に次元化している。Heckhausen (2001) も指摘しているように、ER は成人期、中年期の適応を促進するパーソナリティ資源として多くの研究で実証されている。例えば、Klohnen, Vandewater, & Young (1996) は、中年期女性の場合、ER の高い女性ほど中年期の生活への適応（例えば、心理的幸福感、夫婦関係の質、仕事領域での取り組み、身体的健康、身体イメージなど）が良好であったことを報告している。中年期という時期をどのように経験し切り抜けるか、Klohnen ら (1996) は ER がこの時期の生活や社会での適応的機能の予測因子であると結論付けている。また、Ong, Bergerman, Bisconti, & Wallace (2006) は成人期後期の人たちの ER が、日常的ストレスに対処し生活にうまく適応するのに役立つことを示唆している。

そこで本研究では、ER と中年期の適応（精神的健康とジェネラティビティ）に注目し、ER がジェネラティビティに果たす役割を検討する。具体的には、研究 1 で ER とジェネラティビティおよび精神的健康の関連を検討し、研究 2 で 1 次/2 次コントロール方略を紹介した ER とジェネラティビティとの関連を検討した。

### 8.1.2 方法

**調査方法** 株式会社マクロミルに登録しているインターネットモニター登録者のうち、日本国内に在住する 46～60 歳の成人男女を対象とし、Web 上で質問に回答する方法を用いた。調査では、男女および年代（46～50 歳、51～55 歳、56～60 歳）がほぼ均等になるよう配慮した。

**調査期間** 2012 年 12 月 11 日～12 日

**調査対象者** 46-60 歳の男女 男性 309 名、女性 309 名 計 618 名

平均年齢 (*SD*) 男性=52.76 (4.14), 女性=52.63 (4.22), 全体=52.69 (4.17)

#### 調査項目と予備手続き

基本的な個人属性として、性別・年齢、婚姻状況・パートナーの有無・子供の有無・自分の健康状態の認識・現在の仕事の状況に加え、以下の調査票の回答結果を用いた。なお、研究 1 では (1)ER 尺度、(2)ジェネラティビティ尺度、(4)精神的健康尺度 (GHQ)、(5) 幸福感尺度を、研究 2 ではこれに加えて(3)コントロール方略尺度の調査項目を使用した。

本研究の対象者の基本的属性の回答分布（全体・男女別・年代別）は、Table 8-1 に示した。

Table 8-1 基本属性の記述統計 (男女別・年代別)

項目		全体		男性		女性		46-50歳群		51-55歳群		56-60歳群	
		人数	(%)	人数	(%)	人数	(%)	人数	(%)	人数	(%)	人数	(%)
子供	有	476	(77.0)	230	(74.4)	246	(79.6)	142	(68.9)	157	(76.2)	177	(85.9)
	無	142	(23.0)	79	(25.6)	63	(20.4)	64	(31.1)	49	(23.8)	29	(14.1)
パートナー	有	490	(79.3)	238	(77.0)	252	(81.6)	156	(75.7)	160	(77.7)	174	(84.5)
	無	127	(20.6)	70	(22.7)	57	(18.4)	45	(21.8)	45	(21.8)	32	(15.5)
	他	1	(0.2)	1	(0.3)	0	(0.0)	0		1	(0.5)	0	(0.0)
婚姻状況	初婚	461	(76.4)	225	(72.8)	236	(76.4)	144	(69.9)	149	(72.3)	168	(81.6)
	再婚以上	26	(4.2)	12	(3.9)	14	(4.5)	10	(4.9)	10	(4.9)	6	(2.9)
	同棲	3	(0.5)	1	(0.3)	2	(0.6)	2	(1.0)	1	(0.5)	0	(0.0)
	未婚	67	(10.8)	45	(14.6)	22	(7.1)	30	(14.6)	21	(10.2)	16	(7.8)
	離婚	51	(8.3)	23	(7.4)	28	(9.1)	17	(8.3)	21	(10.2)	13	(6.3)
	死別	9	(1.5)	2	(0.6)	7	(2.3)	3	(1.5)	3	(1.5)	3	(1.5)
	その他(回答拒否)	1	(0.2)	1	(0.3)	0	(0.0)	0	(0.0)	1	(0.5)	0	(0.0)
健康状態	病気になる	60	(9.7)	30	(9.7)	30	(9.7)	19	(9.2)	19	(9.2)	22	(10.7)
	不調である	73	(11.8)	26	(8.4)	47	(15.2)	28	(13.6)	25	(12.1)	20	(9.7)
	まあ健康	421	(68.1)	221	(71.5)	200	(64.7)	137	(66.5)	144	(69.9)	140	(68.0)
	非常に健康	64	(10.4)	32	(10.4)	32	(10.4)	22	(10.7)	18	(8.7)	24	(11.7)
仕事状況	フルタイム	339	(54.9)	273	(88.3)	66	(21.4)	121	(58.7)	113	(54.9)	105	(51.0)
	パートタイム	88	(14.2)	7	(2.3)	81	(26.2)	29	(14.1)	31	(15.0)	28	(13.6)
	不定期	17	(2.8)	6	(1.9)	11	(3.6)	3	(1.5)	5	(2.4)	9	(4.4)
	退職・引退	2	(0.3)	2	(0.6)	0	(0.0)	1	(0.5)	0	(0.0)	1	(0.5)
	休職中	6	(1.0)	4	(1.3)	2	(0.6)	2	(1.0)	0	(0.0)	4	(1.9)
	失業・求職中	22	(3.6)	16	(5.2)	6	(1.9)	7	(3.4)	8	(3.9)	7	(3.4)
	専業主婦(夫)	134	(21.7)	0	(0.0)	134	(43.4)	40	(19.4)	44	(21.4)	50	(24.3)
	その他	10	(1.6)	1	(0.3)	9	(2.9)	3	(1.5)	5	(2.4)	2	(1.0)

注1. 仕事状況の「その他」の記述には、自営業、SOHO、学生、無職の回答

注2. パートナーの有無の「他」は婚姻状況のその他と同じ「回答拒否」

### 1. エゴ・レジリエンス尺度 (ER89 日本語版尺度)

エゴ・レジリエンスの尺度は、Block & Kremen (1996) が作成した尺度「ER89」の日本語版を著者らが作成し、信頼性と妥当性を検証した ER89 日本語版尺度 (畑・小野寺, 2013a) を使用した。同尺度は 14 項目で構成され、「非常にあてはまる」から「全くあてはまらない」までの 4 件法で回答を求める。合計得点 22 点以下が低 ER, 23-34 点が平均的 ER, 35-56 点が高 ER の目安とされている (Block & Kremen, 1996)。

本研究では、14 項目の平均値、標準偏差から天井効果・フロア効果がないことを確認し、原版にならい 14 項目について主成分分析を行った。その結果、14 項目すべてが第 1 成分に .48 以上の負荷を示し、1 成分構造であることを確認した (Table 8-2)。1 成分はデータの全分散の 39.72% を説明しており、尺度全体のクロンバックの  $\alpha$  係数は .88 であった。

ER89 日本語版 14 項目の尺度に十分な内的一貫性があり信頼性を有すると判断されたので、14 項目を合計し ER 得点とした。

**Table 8-2 ER89 日本語版の主成分分析結果 (N=618)**

項目	成分 1	平均	SD
11. 私は新しいことをするのが好きだ	<b>.773</b>	2.57	.68
8. 私は人よりも好奇心が強いと思う	<b>.755</b>	2.67	.74
12. 私は日々の生活の中で面白いと感じることが多い	<b>.739</b>	2.54	.67
3. 私は慣れていないことにも楽しみながら取り組むことができる	<b>.735</b>	2.51	.63
6. 私は人からとてもエネルギッシュな人だと思われる	<b>.638</b>	2.39	.78
2. 私はショックをうけることがあっても直ぐに立ち直るほうだ	<b>.631</b>	2.42	.72
10. 私は何かするとき、アイデアがたくさん浮かぶほうだ	<b>.629</b>	2.53	.73
4. 私は人にたいして好印象を与えることができる	<b>.594</b>	2.72	.62
1. 私は友達に対して思いやりがあり、親しい関係をもてる	<b>.584</b>	2.78	.59
14. 私は誰かのことで腹を立てても、すぐに機嫌が直る	<b>.581</b>	2.50	.65
9. 私の周りには、感じがよい人が多い	<b>.576</b>	2.83	.61
7. 私はよく知っているところへ行くにも、違う道を通っていくのが好きだ	<b>.511</b>	2.48	.77
13. 私は「かなり強い個性」の持ち主であると思う	<b>.501</b>	2.44	.73
5. 私は今まで食べたことがない食べ物を試すことが好きだ	<b>.483</b>	2.37	.78

α 係数 **.88**

## 2. ジェネラティビティ尺度

中年期の発達課題であるジェネラティビティを測定するため、串崎（2005）の作成したジェネラティビティ尺度を使用した。同尺度は 25 項目で構成され、「非常にあてはまる」から「全くあてはまらない」までの 4 件法で回答を求める。原尺度では「生み育てることへの関心」「世代継承的感覚」「自己成長・充実感」「脱自己本位的態度」の 4 つの下位尺度から構成されており、第 1 因子「生み育てることへの関心」の 2 次因子分析では「他者貢献」因子と「個人的達成」因子が確認されている。

本研究では、25 項目の回答の分布の偏り、平均値と標準偏差から天井・フロア効果がないことを確認し、25 項目に関して因子分析（主因子法・バリマックス回転）を行った。スクリープロットによる固有値の減衰（6.506, 3.148, 1.861, 0.908, 0.710）と解釈可能性から 3 因子解が妥当と考えられた。そこで、再度分析（主因子法・バリマックス回転）を行い 3 因子を抽出した（Table 8-3）。

第 1 因子は、概ね原尺度の生み育てることへの関心と世代継承的感覚の 2 因子を構成し

ている13項目からなっており、「社会次世代貢献」因子とした。第2・第3因子の各6項目は原尺度とほぼ同じ項目で構成されており、それぞれ「自己成長・充実感」「脱自己本位的態度」因子とした。3因子解はデータの全分散の51.9%を説明していた。各因子のクロンバックの $\alpha$ 係数は第1因子から順に、.92、.80、.76で十分な内的整合性を有していることが示された。各因子の項目の合計を項目数で除して得点化し、3因子の合計を「ジェネラティビティ合計」得点とした。

Table 8-3 ジェネラティビティ尺度の因子分析結果  
(主因子法・バリマックス回転; N=618)

項目	因子			$h^2$	平均	SD
	I	II	III			
<b>I. 社会次世代貢献</b>						
6. 次の世代のために何ができるか考える	<b>.793</b>	.025	-.056	.633	2.53	.70
4. 大人として社会に貢献する責任を感じている	<b>.789</b>	.052	-.116	.639	2.59	.70
5. 未来の社会や子どもたちのために役立つことをしたい	<b>.786</b>	.077	-.160	.649	2.66	.68
9. 自分のやってきたことを引き継いで発展させてくれる人がいたら嬉しい	<b>.751</b>	-.132	.173	.612	2.38	.77
3. 他の人の成長を手助けしたい	<b>.733</b>	-.006	-.093	.546	2.59	.72
8. 自分より若い人のモデルになるよう心がけている	<b>.716</b>	-.106	.093	.532	2.33	.70
10. 引退した後も自分がやってきたことを誰かに引き継いでほしい	<b>.706</b>	-.125	.226	.565	2.27	.78
7. 独創的な仕事や活動がしたい	<b>.689</b>	.053	.107	.488	2.45	.78
2. 私にしかできないような個性的な仕事や活動がしたい	<b>.654</b>	.058	.100	.441	2.60	.79
1. 新しい考えや計画, 作品などを生み出そうと努力している	<b>.609</b>	-.117	.072	.390	2.53	.76
19. 若い人に自分の知識や技術・経験などを伝えている	<b>.560</b>	-.209	.229	.410	2.36	.72
12. 子どもは社会からの預かりものだと思う	<b>.518</b>	.106	-.165	.307	2.69	.74
11. 子どもは先祖から授かった命を子孫につなげてくれるものだと思う	<b>.510</b>	.080	-.144	.287	2.82	.71
<b>II. 自己成長・充実感</b>						
15. 大人としてなすべきことを果たしていないような後ろめたさを感じる(R)	.059	<b>.735</b>	.054	.547	2.70	.75
16. 若いころから成長していない気がする(R)	-.169	<b>.648</b>	.121	.463	2.61	.80
14. 誰も私のことを必要としていないように感じる(R)	-.003	<b>.640</b>	.124	.424	2.85	.72
18. 世の中のためになるようなことはほとんどしていない(R)	-.230	<b>.627</b>	.158	.471	2.55	.72
13. 今の自分に物足りなさを感じている(R)	.147	<b>.594</b>	.033	.376	2.26	.74
17. 本来の能力を発揮できていない気がする(R)	.063	<b>.510</b>	.189	.299	2.46	.72
<b>III. 脱自己本位的態度</b>						
25. 子どもや部下がいうことをきかないと恩知らずだと感じる(R)	.008	.116	<b>.668</b>	.460	2.92	.67
20. 子どもや部下を思う通りに動かしたい(R)	.289	-.006	<b>.620</b>	.468	2.99	.70
21. 見返りがなければ、人のために骨を折りたくない(R)	-.027	.182	<b>.611</b>	.407	2.93	.63
23. 縁の下の力持ちにはなりたくない(R)	-.066	.117	<b>.579</b>	.353	2.89	.63
22. 自分のやり方を人に押しつけることがある(R)	.111	.121	<b>.515</b>	.292	2.80	.67
24. 若い人たちがどう生きていこうか、私には関係がない(R)	-.275	.128	<b>.451</b>	.296	2.79	.66
因子寄与率 (%)	25.54	10.41	9.48			
累積寄与率 (%)	25.54	35.95	45.43			
$\alpha$ 係数	<b>.92</b>	<b>.80</b>	<b>.76</b>			

なお、串崎(2005)の結果(4因子)とは因子構造がやや異なったため、試みに第1因

子「社会次世代貢献」に含まれる 13 項目をさらに因子分析（主因子法・Promax 回転）したところ、3 因子解が得られた（Table 4）。第 1 因子「世代継承性； $\alpha=.85$ 」は、原尺度の「世代継承的感覚」因子に対応し、第 2 因子「創造性； $\alpha=.86$ 」、第 3 因子「社会貢献性； $\alpha=.87$ 」は、原尺度の「生み育てることへの関心」因子の 2 次分析で得られた「個人的達成」と「他者貢献」因子にそれぞれ対応すると考えられた。

**Table 8-4 ジェネラティビティ「社会次世代貢献」因子の 2 次因子分析結果**  
（主因子法・プロマックス回転； $N=618$ ）

項目	因子			
	1	2	3	
<b>1 【世代継承性】</b>				
9. 自分のやってきたことを引き継いで発展させてくれる人がいたら嬉しい	<b>1.054</b>	-.102	-.083	
10. 引退した後も自分がやってきたことを誰かに引き継いでほしい	<b>.973</b>	-.043	-.121	
8. 自分より若い人のモデルになるよう心がけている	<b>.522</b>	.114	.165	
19. 若い人に自分の知識や技術・経験などを伝えている	<b>.498</b>	.086	.040	
<b>2 【創造性】</b>				
2. 私にはできないような個性的な仕事や活動がしたい	-.091	<b>.985</b>	-.112	
7. 独創的な仕事や活動がしたい	-.013	<b>.866</b>	-.044	
1. 新しい考えや計画、作品などを生み出そうと努力している	.048	<b>.775</b>	-.108	
<b>3 【社会貢献性】</b>				
12. 子どもは社会からの預かりものだと思う	-.114	-.171	<b>.877</b>	
11. 子どもは先祖から授かった命を子孫につなげてくれるものだと思う	-.070	-.159	<b>.804</b>	
5. 未来の社会や子どもたちのために役立つことをしたい	.039	.147	<b>.688</b>	
4. 大人として社会に貢献する責任を感じている	.133	.213	<b>.531</b>	
6. 次の世代のために何ができるか考える	.200	.264	<b>.422</b>	
3. 他の人の成長を手助けしたい	.238	.172	<b>.405</b>	
	因子間相関	F2	F3	
	F1	.68	.69	
	F2		.68	
	$\alpha$ 係数	<b>.85</b>	<b>.86</b>	<b>.87</b>

### 3. コントロール尺度

コントロール尺度は、塚原（2010）が作成した「1次/2次コントロール尺度」を使用した。塚原（2010）は、Heckhausen & Shultz（1996）の1次/2次コントロールの下位概念の整理と検証を行い、1次/2次コントロール尺度を作成し、下位概念間の関係を明確化している。各々の概念定義は、1次コントロールは否定的事態及び結果に対して統制不可能性を回避するために、「既存の認知を作用させ、事態を変化させる認知的操作」、2次コントロールは、否定的事態及び結果に対して統制不可能性を回避するために、「自己の認知

を調節し、事態を受容する認知的操作」とされている（塚原，2008）。

**Table 8-5 1次/2次コントロール尺度の因子分析結果**  
(主因子法・プロマックス回転；N=618)

項目	因子				平均	SD
	I	II	III	IV		
<b>I. 意味受容(2次コントロール)</b>						
14. 嫌なことも自分の成長のためだと考える	<b>.989</b>	-.005	-.018	-.087	3.50	.93
13. この出来事から何かを学びとろうと考える	<b>.897</b>	.051	.060	-.081	3.63	.90
12. その出来事のおかげで自分に得られるものもあると考える	<b>.860</b>	.029	.030	-.030	3.65	.89
16. 将来を考えれば無駄なことは何もないと考える	<b>.837</b>	-.018	-.075	.116	3.55	.94
11. 自分の人生において意味のある経験になると考える	<b>.814</b>	.010	-.019	.049	3.63	.90
15. それは自分に与えられた試練なのだと考える	<b>.733</b>	-.031	.031	.065	3.57	.92
<b>II. 解決志向(1次コントロール)</b>						
2. 自分の力で解できるように努める	.013	<b>.952</b>	-.138	-.025	3.93	.70
4. その出来事を克服するために努力しようと思う	.018	<b>.871</b>	.043	-.018	3.87	.73
3. 解決するにはどうしたらよいかを考える	-.011	<b>.857</b>	.068	-.001	3.98	.67
1. 自分の努力でどうにかしようと思う	.059	<b>.842</b>	-.053	-.051	3.86	.72
5. 状況を変えるために解決策を考える	-.036	<b>.812</b>	.125	.047	3.77	.75
6. いま自分ができる最善のことをしようとする	-.028	<b>.567</b>	.214	.153	4.00	.73
<b>III. 因果分析(1次コントロール)</b>						
8. なぜそのネガティブな出来事が起ったのか原因を調べる	-.041	-.037	<b>.940</b>	.046	3.66	.85
9. 自分の何が原因でそうなったのかを考える	-.018	-.037	<b>.933</b>	-.030	3.70	.84
7. どうしてそうなってしまったのか考える	-.069	.121	<b>.770</b>	.018	3.80	.81
10. その出来事についていろいろと分析する	.187	.033	<b>.751</b>	-.104	3.72	.87
<b>IV. 思考調整(2次コントロール)</b>						
20. 人生何とかなるだろうと思うように心がける	-.080	.031	-.083	<b>.804</b>	3.66	.86
19. 長い人生の中ではこんなこともあると考える	.052	-.060	.056	<b>.761</b>	3.90	.78
18. いつか結果が出て楽しいときが来ると考える	.162	.009	-.001	<b>.725</b>	3.63	.92
17. これを乗り越えればあとは必ずよくなると考える	.247	.069	.032	<b>.550</b>	3.88	.84
因子相関						
	I	.569	.537	.690		
	II		.712	.636		
	III			.528		
α 係数						
	<b>.95</b>	<b>.94</b>	<b>.92</b>	<b>.86</b>		

この尺度は、「今までの日常生活の中で、ネガティブな出来事（悩みや問題）を経験したときのことを思い出してください」という文に続き、①その出来事（出来事そのものや出来事にまつわること）をどうにかするために、どのような「考え」や「思い」を持ちましたか？（1次コントロール：10項目）②また、自分ではどうにもできないと考えた時、落ち込まないようにするために、どのような「考え」や「思い」を持ちましたか？（2次コントロール項目：10項目）という教示文に回答する形式で、「非常にあてはまる」から

「全くあてはまらない」までの5件法で回答を求める。原尺度では、1次/2次コントロール尺度20項目の因子分析で、1次コントロール「解決志向」「因果分析」、2次コントロール「肯定的受容」「思考調整」の4因子が確認されている。本研究では、1次/2次コントロール20項目の回答分布の偏り、平均値と標準偏差による項目分析から天井・フロア効果がないことを確認し、1次/2次コントロール20項目に関して因子分析（主因子法・プロマックス回転）を行った。スクリープロットによる固有値の減衰から3ないし4因子解が妥当と考えられた。そこで、因子分析（主因子法・プロマックス回転）を繰り返し試みた結果、最終的に解釈が可能な4因子が抽出でき、塚原（2010）と同じ項目構成の結果が得られた。第1因子の6項目は、統制不可能な否定的事態から肯定的意味を引き出して受容していく内容で「意味受容」因子（2次コントロール）とした。第2因子6項目は、積極的に事態を解決しようとする内容で、事態の統制に関する認知的成分であり「解決志向」因子（1次コントロール）とした。第3因子4項目は、統制不可能な事態の因果関係を考える項目で「因果分析」因子（1次コントロール）とした。最後の第4因子4項目は、思考を肯定的に調整する内容で「思考調整」因子（2次コントロール）とした。4因子解はデータの全分散の78%を説明していた。各因子のクロンバックの $\alpha$ 係数は第1因子から順に、0.95, 0.94, 0.92, 0.86で十分な内的整合性を有していることが示された。結果と各項目の平均値（標準偏差）はTable 8-5のとおりである。因子ごとの項目の合計を項目数で除し、「意味受容得点」「解決志向得点」「因果分析得点」「思考調整得点」とした。また、解決志向得点と因果分析得点の合計を「1次コントロール得点」、意味受容得点と思考調整得点の合計を「2次コントロール得点」とした。

#### 4. 適応の指標1—精神的健康（GHQ）

中年期の適応を示す指標の一つとして精神的健康（GHQ）を採りあげた。尺度は、新納・森（2001）によって信頼性と妥当性が検証されたGHQ-12の12項目（4件法）を用いた。この尺度は、「不安・抑うつ」「活動障害」の2つの下位尺度で構成され、得点が低いほど精神的健康が良好であることを示す。

本研究では、新納ら（2001）にならい12項目で主因子法・バリマックス回転による因子分析を行い、2因子解が得られた。各6項目で構成される2下位尺度は、新納ら（2001）と同じ結果で各々「不安・抑うつ」因子と「活動障害」因子とした。不安・抑うつ6項目の信頼性係数（ $\alpha=.84$ ）、活動障害6項目の信頼性係数（ $\alpha=.79$ ）ならびにGHQ12項目

合計の信頼性係数 ( $\alpha = .86$ ) で、いずれも十分な値が得られた。それぞれ下位尺度 6 項目の合計を項目数で除して「不安・抑うつ得点」と「活動障害得点」とし、全体を「GHQ 合計得点」とした。

## 5. 適応の指標 2—幸福感

中年期の適応を示すもう一つの指標として幸福感を採りあげた。尺度は、Micheal・W・Voloudakis によって開発されたとされるもので、「全体として、今あなたはどの程度幸福だと感じていますか」という質問に、「きわめて幸福だ」を 10 点、「きわめて不幸せだ」を 0 点、「どちらともいえない」を 5 点とする直線上の選択肢を提示し、自分に最も近いものを選ぶ形で回答を求めた。この尺度は回答する際の負荷が少なく、国内の意識調査<sup>13</sup>などでも使われている。

本研究では、選択された回答を「幸福感得点」とした。

### 8.1.3 結果と考察 1 / ER とジェネラティビティの関連

#### 1. 各尺度得点の基本統計の検討

各尺度の基本統計（平均・標準偏差）および性別、年代別 3 群（46-50 歳群・51-55 歳群・56-60 歳群）を要因とする 2 要因の分散分析を行なった結果を Table 8-6 に示す。交互作用はすべての得点で確認されなかった。

**ER** ER 得点では性差は認められなかったが、年代 3 群に主効果が認められた。多重比較（LSD 法）の結果、51-55 歳群は 46-50 歳群、56-60 歳群より得点が有意に低かった。

**ジェネラティビティ** ジェネラティビティ合計得点では有意な年代差も性差も認められなかったが、男女とも年代が高くなるほど得点が高くなる傾向は認められた。

下位尺度得点では、社会次世代貢献に性差が、脱自己本位的態度に性差と年代差が認められた。社会次世代貢献では男性の方が女性より得点が有意に高かった。脱自己本位的態度では女性の得点の方が男性の得点を有意に上回っていた。串崎（2005）が指摘しているように、男性の方が女性よりジェネラティビティを発揮することに積極的な関心を示すが、権威的で自己本位になりやすい傾向があることを示していると考えられる。一方、女性は

<sup>13</sup> たとえば、内閣府の『国民生活選好度調査』（毎年行われている「幸福感」や「新しい公共」に係る国民意識、生活や福祉に関する考え方について長期的な人々の意識の変化を把握できる調査）。また、平成 24 年度に関しては、内閣府・経済社会総合研究所「幸福度に関する研究会」で実施された調査。

他者を尊重し、他者に対して受容的な脱自己本位的傾向が顕著だが、個性的、独創的な活動や社会性では男性よりもやや低いようである。この結果について、男性対象者の大部分が現在有職であるのに対し、女性対象者の約半数が専業主婦であることに起因する可能性も考えられたが、定期・不定期・パートなど何らかの仕事をしている有職群（男性=285、女性=158）だけを取り出した分析結果も同様の傾向を示した。

また、脱自己本位的態度では年代3群の主効果も確認され、多重比較（LSD法）の結果、56-60歳群は46-50歳群より有意に高い得点を示した。これは男女を問わず56-60歳群が46-50歳群より自己本位的傾向が少ないことを示し、加齢とともに概ね得点が上昇し自己本位的な態度が少なくなっていくことが示唆された。串崎（2005）でも同様の傾向が報告されている。

**Table 8-6 各変数の平均値と標準偏差ならびに  
2要因（年代3群×性別）の分散分析結果**

	全体(N=618)		45-50歳群 (n=206)		51-55歳群 (n=206)		56-60歳群 (n=206)		主効果		交互作用	
	平均	(SD)	平均	(SD)	平均	(SD)	平均	(SD)	性別 F値	年代別 F値		多重比較
ER	35.77	(6.03)	男性 35.97 女性 36.16	(6.33) (6.12)	男性 35.59 女性 35.13	(5.76) (5.50)	男性 36.54 女性 36.23	(5.97) (6.39)	n.s	3.69*	51-55歳<46-50歳* 51-55歳<56-60歳**	n.s
ジェネラティビティ合計	7.98	(.94)	男性 7.95 女性 7.86	(.86) (.89)	男性 7.96 女性 7.93	(1.06) (.91)	男性 8.12 女性 8.08	(.82) (1.04)	n.s	n.s		n.s
社会次世代貢献	2.52	(.52)	男性 2.68 女性 2.44	(.51) (.46)	男性 2.62 女性 2.38	(.54) (.50)	男性 2.63 女性 2.39	(.48) (.53)	34.40***	n.s	女性<男性***	n.s
自己成長・充実感	2.57	(.53)	男性 2.52 女性 2.50	(.54) (.57)	男性 2.56 女性 2.57	(.55) (.49)	男性 2.62 女性 2.65	(.49) (.52)	n.s	n.s		n.s
脱自己本位的態度	2.89	(.44)	男性 2.75 女性 2.91	(.50) (.40)	男性 2.78 女性 2.97	(.39) (.41)	男性 2.87 女性 3.04	(.43) (.46)	25.78***	4.32*	46-50歳<56-60歳** 男性<女性***	n.s
GHQ合計	4.52	(.99)	男性 4.60 女性 4.47	(.99) (1.05)	男性 4.65 女性 4.51	(.96) (1.01)	男性 4.38 女性 4.53	(.99) (.93)	n.s	n.s		n.s
不安・抑うつ	2.35	(.62)	男性 2.38 女性 2.35	(.63) (.67)	男性 2.37 女性 2.39	(.57) (.68)	男性 2.22 女性 2.42	(.62) (.57)	n.s	n.s		n.s
活動障害	2.17	(.50)	男性 2.22 女性 2.12	(.47) (.50)	男性 2.28 女性 2.13	(.50) (.52)	男性 2.16 女性 2.11	(.48) (.49)	6.29*	n.s	女性<男性*	n.s
幸福感	6.00	(1.91)	男性 5.73 女性 6.03	(2.19) (1.84)	男性 5.49 女性 6.23	(2.07) (1.90)	男性 6.11 女性 6.40	(1.61) (1.69)	8.58**	n.s	男性<女性**	n.s

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

**精神的健康** 精神的健康度（GHQ 合計，不安・抑うつ，活動障害）に関しては、すべてに年代差は確認されず，活動障害得点でのみ性差が確認された。男性の得点と女性の得点を比較すると，精神的健康は男性の方がやや良好であることが示された。これは，基本的属性の自分の健康状態（身体的健康）の認知の平均値（男性=2.83>女性=2.76）とも符合した結果であった。

**幸福感** 幸福感得点では年代差は確認されなかったが，性差の主効果が有意で，女性の

得点の方が男性の得点を有意に上回っていた。相対的に男性の方が女性より幸福感得点が低くなるという結果は、多くの先行研究の結果とも一致している。筒井・大竹・池田(2009)は、属性や所得などを用いた調整を行うと男女に有意な差は生じないことから、この傾向を男性優位の社会における(男性固有の)責任と緊張の高さから説明し、単純な生物学的な違いによるものではないとしている。男性の幸福感は職場や家庭内での責任など社会的役割の影響を受け、ハードルが女性より高くなっていることは否めないと考えられる。

## 2. 変数間の関係

ER と変数間の関連を調べるために、得点化した変数の相関係数を算出した(Table 8-7)。

Table 8-7 各変数の相関関係

N=618	ER	ジェネラティビティ合計			GHQ合計			
		社会次世代 貢献	自己成長 ・充実感	脱自己本位 的態度		不安・ 抑うつ	活動障害	
ジェネラティビティ合計	<b>.41***</b>							
社会次世代貢献	<b>.50***</b>	<b>.56***</b>						
自己成長・充実感	.18***	<b>.72***</b>	.05					
脱自己本位的態度	.07	<b>.60***</b>	-.04	.26***				
GHQ合計	<b>-.42***</b>	<b>-.47***</b>	<b>-.23***</b>	<b>-.49***</b>	-.14**			
不安・抑うつ	-.33***	<b>-.40***</b>	-.13**	<b>-.46***</b>	-.13**	<b>.91***</b>		
活動障害	<b>-.42***</b>	<b>-.44***</b>	<b>-.29***</b>	<b>-.40***</b>	-.11**	<b>.85***</b>	<b>.55***</b>	
幸福感	.34***	<b>.37***</b>	.23***	<b>.33***</b>	.12**	<b>-.54***</b>	<b>-.42***</b>	<b>-.55***</b>

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

注)相関係数 .35以上が太字

ER はジェネラティビティ合計ならびに社会次世代貢献との間に比較的強い正の相関が確認され、自己成長・充実感との間は弱い正の相関で、脱自己本位的態度とは関連は認められなかった。ER と GHQ 合計とその下位因子とは中程度の負の相関が認められた。さらに、ER と幸福感には弱いながらも正の相関が認められた。この結果から、ER が高いほどジェネラティビティ(特に社会次世代貢献)、幸福感は高くなり、精神的健康がより良好になることが示された。ER との相関が最も高かった社会次世代貢献は、その2次因子分析で世代継承性、創造性、社会貢献性の3因子が確認されており、この3つの因子とERの相関を調べたところ、創造性( $\gamma = .48$ )、社会貢献性( $\gamma = .42$ )、世代継承性( $\gamma = .41$ )で、創造性との相関が最も高かった。先行研究で見出されている創造性に影響を及ぼすパ

一ツナリティの特徴としては、想像力に富む、洞察力のある、思慮深い、機知に富む、熱情的 (Dohr & Forbess, 1986)、柔軟性、情緒性 (Smith & Meer, 1990) などで、これらの特徴が創造的な活動をしている人に高いことが見出されている。これらの特徴は、ER の高い人の特徴 (Block & Block, 1980) とかなり共通していることから、今回の相関にも反映されているのではないかと考える。

また、ジェネラティビティ合計ならびにその 3 つの下位尺度は GHQ とは負の、幸福感とは正の相関が認められ、中でも自己成長・充実感は GHQ と比較的強い相関が認められた。これは、ジェネラティビティが高いことは中年期の自己効力感や自尊感情、well-being と正の関係があるとした McAdams et al. (2001) や Stewart & Vandewater (1998) を支持するものであり、またうつ傾向とは負の関係があるとした McAdams et al. (2001) と一致している。

### 3. 子供の有無とパートナーの有無の組合せによる相違

ジェネラティビティには子どもの有無やパートナーの有無が関係する可能性が考えられたので、各変数に関しパートナーの有無 (P 有群・P 無群) と子どもの有無 (子有群・子無群) を要因とする 2 要因の分散分析を行なった (Table 8-8)。

**ER** ER 得点では、P の有無による主効果のみが確認され、P 有群の方が無群よりも ER 得点は有意に高かった。ER は子どもの有無とは関連がないものの、パートナーの有無とは多少関連があることが示唆された。

**ジェネラティビティ** ジェネラティビティ合計では、主効果、交互作用ともに有意ではなかった。全体としてのジェネラティビティの獲得 (発達) には、パートナーや子どもの有無が大きく関連することはないことが示唆された。これは串崎 (2005) の結果と同様に、子どもを生き育てる経験がなくてもジェネラティビティを発達させることができるとした Erikson (1963, 仁科訳 1980) の指摘が実証されたと言える。

下位尺度を個別にみると、社会次世代貢献では、2 つの要因の交互作用のみが有意であった。単純主効果を確認したところ、子どもの有無の要因では、子有群において 5%水準の有意差が認められ、P 有群の方が無群より社会次世代貢献の得点は高かった。パートナーの有無の要因では、P 有群において 5%水準の有意差が認められ、子有群の方が無群より社会次世代貢献の得点は高かった。社会次世代貢献では、パートナーか子どものいずれか一方が無い群は、両方有る群、両方無い群より得点は低くなる傾向があることが示され

た。自己成長・充実感は、主効果、交互作用ともに有意ではなかった。自己成長・充実感にはパートナーや子どもの有無が関連することはないことが示唆された。脱自己本位的態度では、2つの要因の交互作用のみが有意であった。単純主効果を確認したところ、子どもの有無の要因では、子無群において5%水準の有意差が認められ、P有群の方が無群より脱自己本位的態度の得点は高かった。パートナーの有無の要因では、P無群において5%水準の有意差が認められ、子有群の方が無群より脱自己本位的態度の得点は高かった。脱自己本位的態度は、パートナーか子どものいずれか一方が無い群が、両方有る群、両方無い群より高くなり、両方有る群と両方無い群では有意な違いがないことが示された。

Table 8-8 2要因（パートナーの有無×子どもの有無）の分散分析結果

	全体(N=617)		パートナー有群 (n=419)		パートナー無群 (n=127)		主効果		比較	交互作用
	平均	(SD)	平均	(SD)	平均	(SD)	子の有無 F値	Pの有無 F値		
ER	35.76	(6.04)	子有 35.88 (5.92)	子無 36.93 (5.76)	34.45 (5.83)	35.02 (6.81)	n.s	5.67*	P無群<P有群*	n.s
ジェネラティビティ合計	7.98	(.94)	子有 8.05 (.90)	子無 7.90 (1.01)	7.88 (.99)	7.76 (1.00)	n.s	n.s		n.s
社会次世代貢献	2.52	(.52)	子有 2.56 (.59)	子無 2.41 (.60)	2.35 (.56)	2.48 (.56)	n.s	n.s	5.44*	子有群でP無群<P有群** P有群で子無<子有**
自己成長・充実感	2.57	(.53)	子有 2.52 (.54)	子無 2.50 (.57)	2.56 (.55)	2.57 (.49)	n.s	n.s		n.s
脱自己本位的態度	2.89	(.44)	子有 2.88 (.44)	子無 2.97 (.50)	2.99 (.42)	2.79 (.43)	n.s	n.s	8.10**	子無群でP無群<P有群* P無群で子無群<子有群*
GHQ合計	4.52	(.99)	子有 4.49 (.95)	子無 4.58 (1.21)	4.66 (.77)	4.60 (1.13)	n.s	n.s		n.s
不安・抑うつ	2.35	(.62)	子有 2.34 (.59)	子無 2.39 (.70)	2.50 (.57)	2.35 (.74)	n.s	n.s		n.s
活動障害	2.17	(.50)	子有 2.15 (.48)	子無 2.19 (.65)	2.17 (.37)	2.24 (.51)	n.s	n.s		n.s
幸福感	6.00	(1.91)	子有 6.24 (1.74)	子無 5.90 (2.16)	5.55 (1.62)	5.05 (2.38)	n.s	12.64***	P無群<P有群	n.s

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

**精神的健康** GHQ 合計，不安・抑うつ，活動障害の各尺度得点には，主効果，交互作用ともに有意ではなかった。

**幸福感** 幸福感では，パートナーの有無による主効果のみが確認され，P有群の方が無群よりも有意に得点は高かった。ERと同様に幸福感には子どもではなくパートナーの有無が関連していることが確認された。

#### 4. 仮説モデルによる検討

以上の分析を踏まえ，つぎの3つの仮説からモデルによる検討を行った。すなわち，1)ER

はジェネラティビティ（社会次世代貢献，自己成長・充実感）に対し直接正の影響を及ぼす，2) ER はジェネラティビティ（社会次世代貢献，自己成長・充実感）を介して間接的に精神的健康，幸福感に影響を及ぼす，3) ER は精神的健康度（GHQ）には負の，幸福感には正の影響を及ぼす，の3つである。この仮説にそって Amos20.0 を用いた最尤法による構造方程式モデルを使用し分析を行なった。モデルは，ER がジェネラティビティ（社会次世代貢献，自己成長・充実感），精神的健康度（GHQ），幸福感を直接説明する経路と，ジェネラティビティを介して GHQ，幸福感を間接的に説明する経路である。分析の過程で適合度指標をもとに修正を行いながら最終的なモデルを導いた（Figure 8-2）。最終的なモデルの適合度は，GFI=.995，AGFI=.980，RMSEA=.035 でデータによるモデルの説明率に概ね問題はないと判断した。

標準化解で示された変数間の有意 ( $p<.05$ ) なパス係数から，仮説の検討を行った。まず，ER はジェネラティビティ（社会次世代貢献，自己成長・充実感）に正の関連を示した。また，ジェネラティビティ（自己成長・充実感）から GHQ，幸福感への経路も有意であった。ER から GHQ，ER から幸福感への直接のパスも有意であった。モデル上設定されたジェネラティビティ（社会次世代貢献）から GHQ，幸福感へのパスは有意ではなかった。

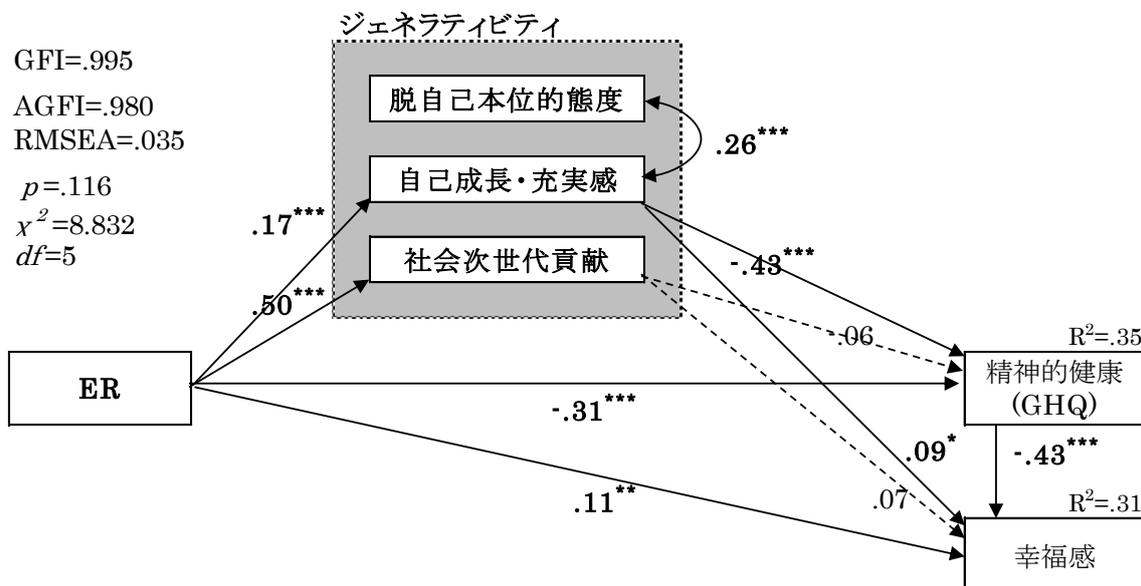


Figure 8-2 ER と各変数との関連\_全体モデル

(誤差項の記載省略，破線---は有意ではないがモデルで設定されているパスを示す)

これらの結果から，仮説 1) ER はジェネラティビティ（社会次世代貢献，自己成長・充

実感) に対し直接正の影響を及ぼす, 仮説 2) ER はジェネラティビティ (自己成長・充実感) を介して間接的に精神的健康, 幸福感に影響を及ぼす, の 2 つは概ね支持された。また, 仮説 3) ER は精神的健康度 (GHQ) には負の, 幸福感には正の影響を及ぼす, は明確に支持された。言い換えれば, 中年期の ER はジェネラティビティ (社会次世代貢献, 自己成長・充実感) や幸福感を高め, 精神的健康を良好にする働きがあることが示唆されたと言える。また, ジェネラティビティの 3 因子はいずれも GHQ とは負の, 幸福感とは正の相関があるものの, 影響力を発揮するのは自己成長・充実感であることが示唆された。

### 男女別モデル

ER 得点には性差はなかったが, GHQ の下位尺度と幸福感で性差が認められたことから, 上記の全体モデルに基づいて男女別の多母集団同時分析を行ない, 男女間の差異を検討した。適合度指標によるモデルの修正を試みたが, 最終的なモデルは全体モデルと同じになった (Figure 8-3, 8-4)。ただし, 適合度は GFI=.995, AGFI=.979, RMSEA=.000 と若干改善しデータによるモデルの説明率に概ね問題はないと判断した。

標準化解で示された変数間のパス係数から男女を比較すると, ジェネラティビティ (社会次世代貢献) から幸福感へのパスに有意差 ( $p<.01$ ) が認められ, ジェネラティビティ (社会次世代貢献) から GHQ へのパスは, 女性では有意であったが男性では有意ではなかった。また, 群間の有意差は認められなかったが, 男性で有意であった ER から幸福感へのパスは女性では有意ではなく, 逆にジェネラティビティ (自己成長・充実感) から幸福感へのパスは女性で有意で, 男性では有意ではなかった。ER から GHQ, ER から幸福感への標準化効果 (Table 8-9) で比較すると, いずれも効果の値は女性の方が男性より大きかった。

Table 8-9 男女別モデルにおける ER の標準化効果

標準化効果		全体	男性	女性
ER→GHQ	総合	-.41	-.37	-.45
	(うち間接)	-(.10)	-(.08)	-(.13)
ER→幸福感	総合	.34	.32	.36
	(うち間接)	(.23)	(.19)	(.32)

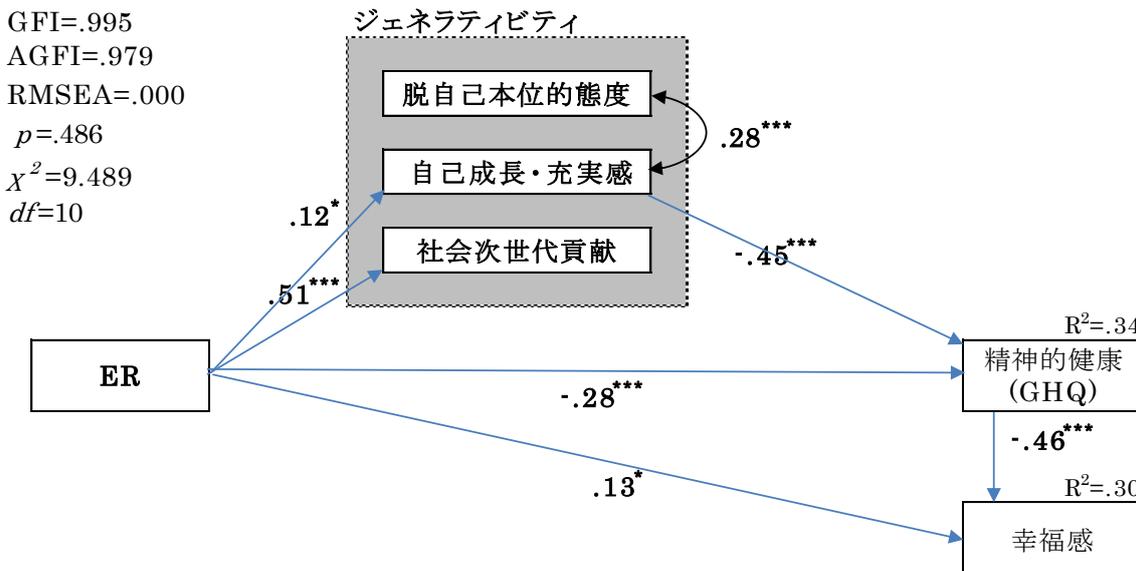


Figure 8-3 ER と各変数との関連\_男女別モデル(男性)

(誤差項の記載省略, 有意なパスと係数のみ表示)

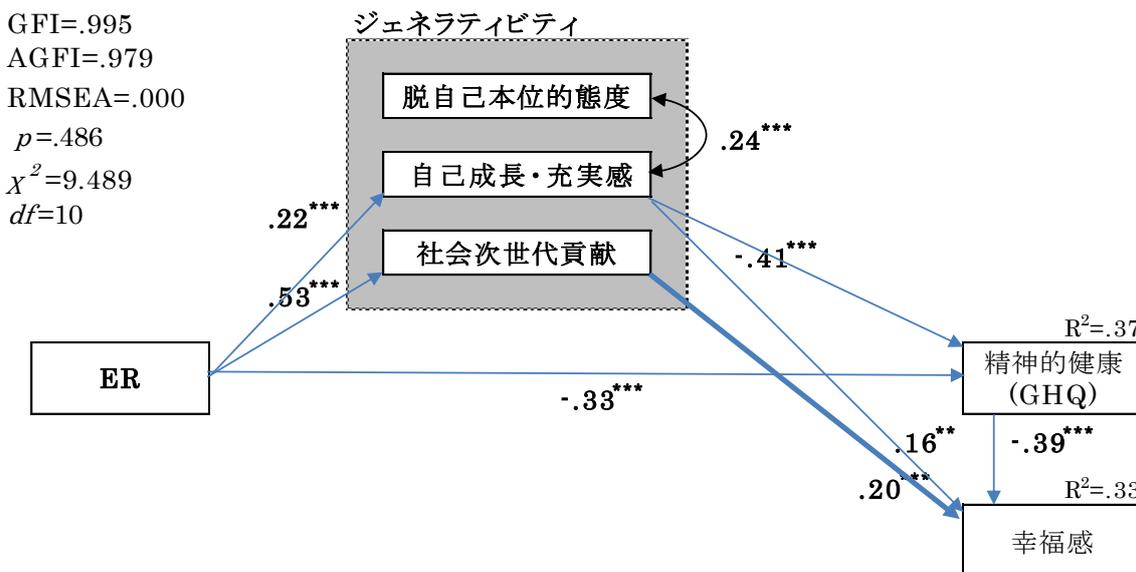


Figure 8-4 ER と各変数との関連\_男女別モデル(女性)

(誤差項の記載省略, 有意なパスと係数のみ表示)

有意なパス係数でみる男性の ER は、ジェネラティビティ（社会次世代貢献，自己成長・充実感），精神的健康（GHQ），幸福感へそれぞれ直接働きかけ，ジェネラティビティ（自己成長・充実感）を介して精神的健康へ，精神的健康（GHQ）を介して幸福感へそれぞれ間接的にも働きかけている。同様に女性の ER は，ジェネラティビティ（社会次世代貢献，自己成長・充実感），精神的健康（GHQ）へ直接働きかけている点では男性と同じだが，

幸福感への直接的働きかけはない。また男性ではジェネラティビティ（自己成長・充実感）からのみであったのに対し、ジェネラティビティ（社会次世代貢献，自己成長・充実感）を介して精神的健康へ間接的な働きかけを，ジェネラティビティ（社会次世代貢献）と精神的健康（GHQ）を介して幸福感へ間接的な働きかけをしている。女性では，ジェネラティビティと幸福感は直接結びつくが，男性の幸福感にはジェネラティビティの影響は間接的にしか見られない点が男女の顕著な差異である。

#### 8.1.4 結果と考察 2/ER と 1次/2次コントロール方略の関連

##### 1. コントロール尺度得点の基本統計の検討

1次/2次コントロール方略の基本統計（平均・標準偏差）および性別，年代別3群（46-50歳群・51-55歳群・56-60歳群）を要因とする2要因の分散分析を行なったが，すべての得点で交互作用も主効果も確認されなかった（Table8-10）。全体的には，2次コントロール得点より1次コントロール得点の方がやや高い傾向があった。

**Table 8-10 1次/2次コントロール方略の平均値と標準偏差  
ならびに2要因（年代3群×性別）の分散分析結果**

	全体 (N=618)		45-50歳群 (n=206)		51-55歳群 (n=206)		56-60歳群 (n=206)		主効果 性別 年代別		交互 作用	
	平均	(SD)	平均	(SD)	平均	(SD)	平均	(SD)	F値	F値		
1次コントロール	7.62	(1.28)	7.64	(1.30)	7.65	(1.35)	7.37	(1.38)	n.s.	n.s.	n.s.	
解決志向	3.90	(.63)	男性	3.87	(.65)	3.92	(.70)	3.83	(.67)	n.s.	n.s.	n.s.
			女性	3.91	(.55)	3.93	(.64)	3.94	(.59)			
因果分析	3.71	(.76)	男性	3.77	(.76)	3.73	(.74)	3.54	(.82)	n.s.	n.s.	n.s.
			女性	3.74	(.70)	3.80	(.77)	3.74	(.72)			
2次コントロール	7.35	(1.41)	7.24	(1.40)	7.25	(1.52)	7.27	(1.31)	n.s.	n.s.	n.s.	
意味受容	3.59	(.81)	男性	3.55	(.82)	3.58	(.82)	3.49	(.79)	n.s.	n.s.	n.s.
			女性	3.66	(.83)	3.55	(.86)	3.69	(.75)			
思考調整	3.77	(.72)	男性	3.69	(.72)	3.67	(.80)	3.77	(.68)	n.s.	n.s.	n.s.
			女性	3.85	(.73)	3.71	(.74)	3.91	(.60)			

##### 2. 相関関係による検討

次に，1次/2次コントロール方略と ER ならびに各変数間の相関を検討した（Table8-11）。

**ER との関連** ER とコントロール方略との関連では，すべての方略に 0.1%水準で正の相関（ $\gamma = .27 \sim .38$ ）が認められた。合計では1次より2次コントロール方略との相関の方が大きかった。

**1次/2次コントロール方略と他の変数との関連** 1次/2次コントロール方略とジェネラティビティ合計との関連では、0.1%水準で正の相関 ( $\gamma = .29 \sim .49$ ) が認められ、1次コントロール方略より2次コントロール方略の方がジェネラティビティとの関連は若干高いことがうかがえる。1次/2次コントロール方略とGHQ合計との関連では、すべての方略に0.1%水準で負の相関 ( $\gamma = -.15 \sim -.35$ ) が認められた。1次コントロール方略との相関は弱く、2次コントロール方略との相関は中程度以上あった。1次/2次コントロール方略と幸福感との関連でもすべての方略に0.1%水準で正の相関 ( $\gamma = .16 \sim .32$ ) が認められた。GHQと同様に1次コントロール方略との相関は弱く、2次コントロール方略との相関は中程度あった。

対象となる中年期では、ER、ジェネラティビティ、精神的健康、幸福感には2次コントロール方略の方が1次コントロール方略よりやや関連が深いことが示唆された。

Table 8-11 1次/2次コントロールと各尺度得点の相関関係

	ER	1次コントロール合計			2次コントロール合計			ジェネラティビティ	GHQ
		解決志向	因果分析		意味受容	思考調整			
1次コントロール合計	.35***								
解決志向	.38***	.91***							
因果分析	.27***	.94***	.70***						
2次コントロール合計	.40***	.64***	.64***	.55***					
意味受容	.38***	.58***	.56***	.52***	.93***				
思考調整	.36***	.60***	.62***	.50***	.91***	.69***			
ジェネラティビティ合計	.41***	.34***	.34***	.29***	.47***	.43***	.42***		
GHQ合計	-.42***	-.23***	-.28***	-.15***	-.36***	-.32***	-.35***	-.47***	
幸福感	.34***	.21***	.23***	.16***	.35***	.32***	.33***	.37***	

\*\*\* $p < .001$

注) 相関係数 .35以上が太字

### 3. 因果モデルによる検討

以上の分析を参考に、ERとジェネラティビティに1次/2次コントロール方略を加えた3つのモデルを想定した。モデルは、ERが、1次/2次コントロール方略の各下位因子を直接説明する経路と、2次コントロール方略から1次コントロール方略へのサポート経路、およびER、1次/2次コントロール各方略からジェネラティビティを説明する経路である。分析にはAmos 20.0を用いた最尤法による構造方程式モデルを使用した。分析の過程で適合度指標をもとに有意でないパスを削除し、修正を行いながらそれぞれの最終的なモデルを導いた。最終モデルは、ERから因果分析(1次コントロール)方略へのパス、解決(1

次コントロール) 方略からジェネラティビティへのパスが削除されたものになった (Figure 8-5)。適合度は, GFI=.999, AGFI=.985, RMSEA=.024 でデータによるモデルの説明率に概ね問題はないと判断した。

標準化解で示された変数間の有意なパス係数から, ER の関与は 2 次コントロール方略への方が大きく, 意味受容と思考調整の 2 次コントロール方略を介してジェネラティビティに間接的な関与を示した。ジェネラティビティの発達 (獲得) に関しては, ER からの直接的な働きかけが最も大きいものの, 3 つのコントロール方略がそれぞれ有効に機能していることが示された。また, 1 次コントロール方略より 2 次コントロール方略からジェネラティビティへのパスの値の方が大きく, ジェネラティビティの獲得 (発達) には意味受容や思考調整が効果的であることが示唆された。

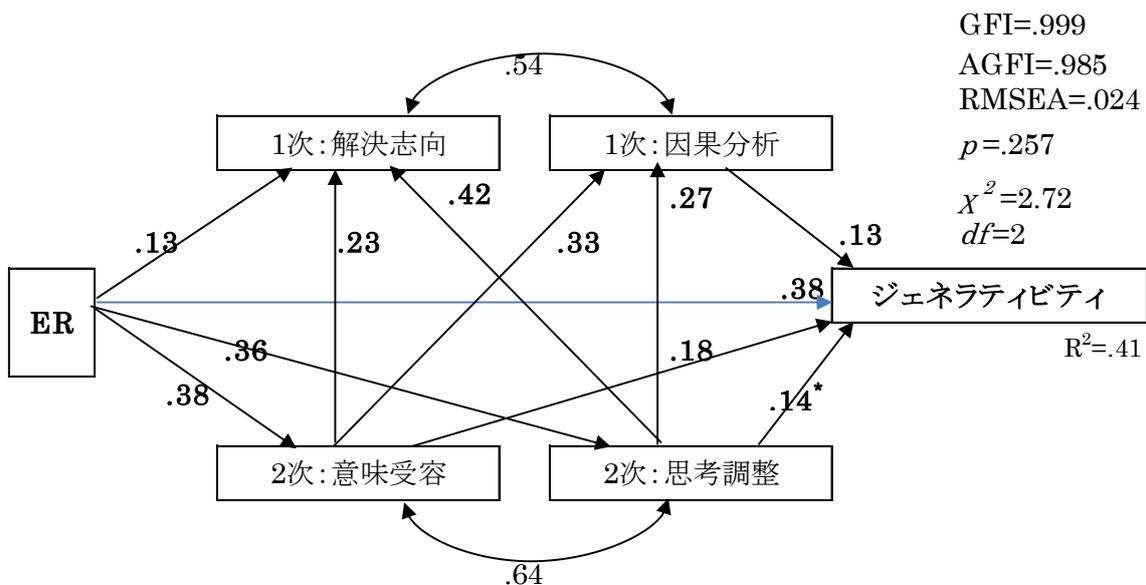


Figure 8-5 ER とジェネラティビティ, コントロール方略の関連

(誤差項の記載省略, 有意なパスと係数のみ表示)

年代別モデル ER 得点に年代差が有意であったことから, 上記の全体モデルに基づいて年代 3 群による多母集団同時分析を行ない, 年代別の差異を検討した。分析には Amos 20.0 を用いた最尤法による構造方程式モデルを使用し, 最終的なモデルを導いた (Figure 8-6, 8-7, 8-8)。最終モデルでは, 全体モデルで削除された ER から因果分析 (1 次コントロール) 方略へのパスを復元した。モデルの適合度は, GFI=.999, AGFI=.984, RMSEA=.000 でデータによるモデルの説明率に概ね問題はないと判断した。

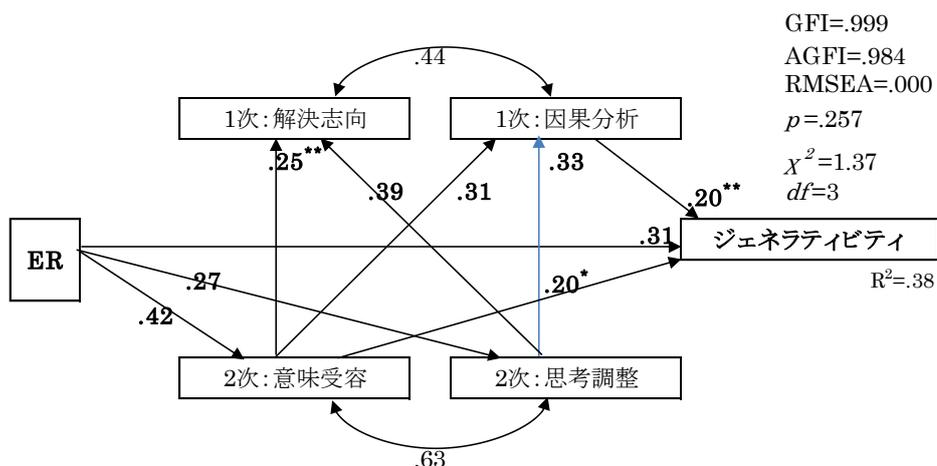


Figure 8-6 ERとジェネラティビティ, コントロール方略の関連 46-50 歳群

(誤差項の記載省略, 有意なパスと係数のみ表示)

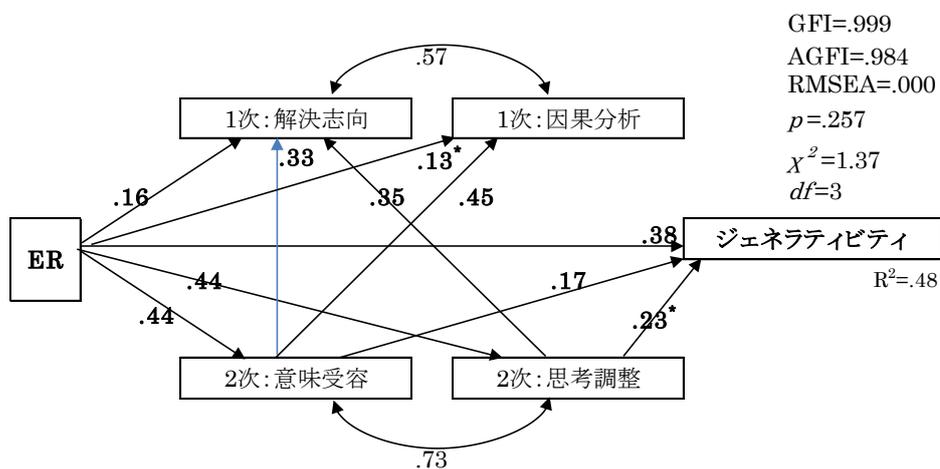


Figure 8-7 ERとジェネラティビティ, コントロール方略の関連 51-55 歳群

(誤差項の記載省略, 有意なパスと係数のみ表示)

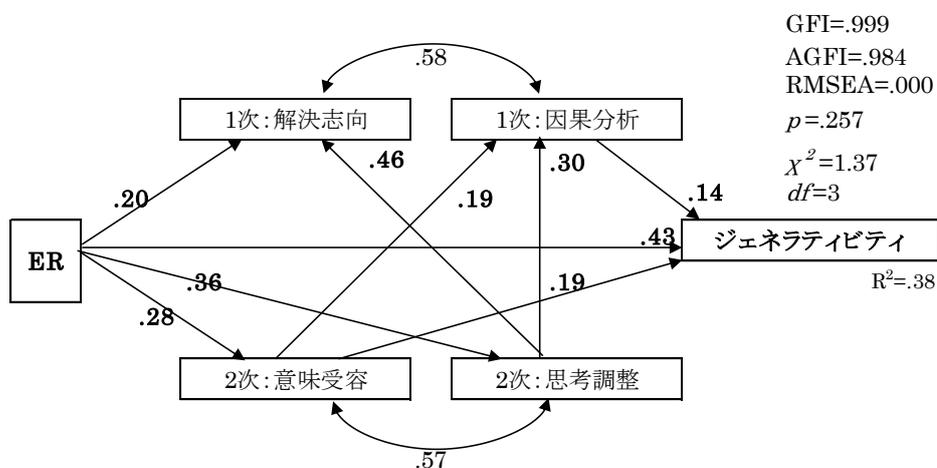


Figure 8-8 ERとジェネラティビティ, コントロール方略の関連 56-60 歳群

(誤差項の記載省略, 有意なパスと係数のみ表示)

標準化解で示された変数間のパス係数から年代別 3 群を比較すると、群間に有意な差が認められたのは、ER からジェネラティビティへの 46-50 歳群と 51-55 歳群 ( $p<.05$ ) のパスで、パス係数は 51-55 歳群の方が有意に大きく、値は年代が高くなるほど大きくなる傾向があった。また ER から思考調整へのパスでは、46-50 歳群と 51-55 歳群の間 ( $p<.01$ ) と、51-55 歳群と 56-60 歳群の間 ( $p<.01$ ) に有意差が認められ、51-55 歳群は 46-50 歳群、56-60 歳群よりパス係数が大きかった。さらに、意味受容から解決志向へのパスでは 51-55 歳群と 56-60 歳群とに有意差 ( $p<.05$ ) があり、56-60 歳群ではこのパスは有意ではなかった。

有意 ( $p<.05$  以上) なパス係数でみる 46-50 歳群では、ER から 2 つの 1 次コントロール方略 (解決志向, 因果分析) へのパスが有意ではなく、ER からジェネラティビティへの間接効果は 2 次コントロール方略を介して有効となっている。ジェネラティビティへのコントロール方略の直接のパスは因果分析と意味受容からで、パス係数はほぼ同じ値になっている。結果として、ER からジェネラティビティへの標準化総合効果の値は 3 群中最も小さくなっている (Table 8-12)。また、ER から 2 次コントロール方略へのパスは思考調整より意味受容への係数の方が大きい値である。2 次コントロール方略の 1 次コントロール方略へのサポート経路もこの群ではすべて有効なパスになっている。46-50 歳群の ER は、ジェネラティビティへ直接的に働きかける一方、2 次コントロール (意味受容, 思考調整) 方略を介して 1 次コントロール (因果分析) の補償的方略も導引し間接的にジェネラティビティの獲得に関わっていると考えられる。

**Table 8-12** 年代別モデルにおける ER からジェネラティビティへの標準化効果

標準化効果		全体	46-50歳群	51-55歳群	56-60歳群
ER→ジェネラティビティ	総合	.53	.48	.58	.54
	(うち間接)	(.15)	(.17)	(.20)	(.10)

51-55 歳群では、思考調整 (2 次コントロール) 方略から因果分析 (1 次コントロール) 方略へのパスと因果分析方略からジェネラティビティへのパスが有意ではなかった。ジェネラティビティへの直接のパスは ER と 2 次コントロール (意味受容, 思考調整) 方略からである。ER から 1 次/2 次コントロール方略へのパスはすべて有意であるが、1 次コントロール方略へのパスは 2 次コントロール方略へのパスに比べると格段に小さく、1 次コ

ントロール方略からジェネラティビティへのパスは有意ではない。しかし、ER から 2 次コントロール（思考調整）方略へのパス係数が他の 2 群より有意に大きく、また意味受容方略へのパスも相対的に大きく、それぞれがジェネラティビティへの直接効果を有することから、ER からジェネラティビティへの標準化総合効果の値は 3 群中最も大きくなっている（Table8-12）。この群の 2 次コントロール方略の 1 次コントロール方略へのサポート経路では意味受容方略からのサポート経路のパスが相対的に大きい。51-55 歳群の ER は、ジェネラティビティへ直接的に働きかける一方、専ら 2 次コントロール（意味受容、思考調整）方略を介して間接的にジェネラティビティの獲得に関わっていると考えられる。

55-60 歳群では、ER から 2 つの因果分析（1 次コントロール）方略へのパスと意味受容（2 次コントロール）から解決志向（1 次コントロール）へのパスが有意ではなかった。また 51-55 歳群と比較して、ER から意味受容のパス ( $p<.01$ ) と意味受容から解決志向へのパス ( $p<.05$ ) に有意な差が認められた。他の 2 群の ER から意味受容方略へのパス係数に対して 56-60 歳群のパス係数が著しく小さくなっており、この群では思考調整方略へのパス係数の方が大きくなっている。また ER から意味受容を介して解決志向へ向かう間接のパスが有意ではなく、ER から解決志向への直接のパス係数が相対的に大きくなっている。ジェネラティビティへのコントロール方略の直接のパスは 46-50 歳群と同様に因果分析と意味受容からであった。ER からジェネラティビティへの標準化総合効果では、ER からの間接効果ももっと小さく、直接パスの効果は他の 2 群より有意に大きい値を示し、ER からジェネラティビティへの直接パスの効果が顕著になっている。この群の 2 次コントロール方略の 1 次コントロール方略へのサポート経路では、解決志向へのサポートが思考調整からのパスだけになり、思考調整からの 1 次コントロール方略へのサポート経路のパス係数が相対的に大きくなっている。56-60 歳群の ER は、ジェネラティビティへの直接的な働きかけが大きく、2 次コントロール（意味受容、思考調整）方略を介して 1 次コントロール（因果分析）方略も導引し間接的にジェネラティビティの獲得に関わっていると考えられる。

これらの結果から、ER は年代が高くなるほどジェネラティビティの発達（獲得）に直接的な影響力が増すことが示唆された。コントロール方略を介在させた ER の働きでは、コントロール方略全般に ER の促進的な関与が認められる。年代に共通した傾向として、ER は 1 次より 2 次コントロール方略への関与が顕著である。またジェネラティビティに対しコントロール方略は年代によって使い分けられており、ER は年代ごとに使い分けら

れたコントロール方略によって間接的にもジェネラティビティの発達（獲得）に有効な支援をしていることがうかがえる。

### 8.1.5 全体考察

本研究では中年期の適応，すなわち安定した日常生活の中で「ストレスを上手く乗り切る」ことに ER がどのように関わっているのかに注目し，その指標として，精神的健康と中年期の発達課題を採りあげた。具体的には，研究 1 で ER と中年期の発達課題であるジェネラティビティおよび精神的健康の関連を検討し，研究 2 で 1 次/2 次コントロール方略を介した ER とジェネラティビティの関連を検討した。

**研究 1** 先行研究から予測されたように，ER はジェネラティビティの発達（獲得）と正の関連を示し，ER 得点が高い人ほどジェネラティビティを構成する下位因子である社会次世代貢献，自己成長・充実感，脱自己本位的態度のすべての得点が高くなることが明らかになった。また，ER が高い人ほど，幸福感も高く，不安・抑うつや活動障害が少なく精神的健康が良好であること，同時にジェネラティビティが高い人ほど幸福感が高く，精神的健康が良好であることも確認された。

さらに構造方程式モデルによる 3 つの仮説の検証の結果から，ER はジェネラティビティ（社会次世代貢献，自己成長・充実感）に対し直接正の影響を及ぼし，ER がジェネラティビティの発達（獲得）を促進する働きをすることが確認された。また ER はジェネラティビティ（自己成長・充実感）を介して間接的に幸福感，精神的健康に影響を及ぼしていることも確認された。さらに，ER は幸福感には正の，精神的健康度（GHQ）には負の影響を及ぼしており，中年期の ER は幸福感や精神的健康に直接良い影響を及ぼすことが確認された。中年期の ER はジェネラティビティ（社会次世代貢献，自己成長・充実感）や幸福感を高め，精神的健康を良好にする働きがあることが明らかにされたと言える。

多母集団同時分析による男女別モデルでは，ER の働きに男女差が認められた。すなわち，ER から幸福感への直接的な影響は男性のみで女性にはなかったが，ER から幸福感への総合効果は女性の方が大きく，女性の幸福感に対しては ER の間接効果が顕著であった。それは，女性ではジェネラティビティ（社会次世代貢献，自己成長・充実感）から幸福感への直接的な影響が認められたのに対し，男性には認められなかったことが反映されている。男性のジェネラティビティ（自己成長・充実感）は専ら精神的健康に影響を与えてお

り、精神的健康を介して幸福感へ影響していた。また男女ともに ER とジェネラティビティ（自己成長・充実感）から精神的健康への直接的な影響が確認されたが、ER から精神的健康への標準化効果は女性の方が男性より大きくなっており、女性の ER から精神的健康への直接効果の大きさが反映したと考えられ、男女の ER から精神的健康への効果に違いがあることが示唆された。

これらのモデルでは、相関関係と同様にジェネラティビティの下位因子である脱自己本位的態度に関して有意なパスは全く確認されなかった。脱自己本位的態度は、すべて逆転項目で「若い人たちがどう生きていこうが、私には関係がない」「見返りがなければ、人のために骨を折りたくない」「自分のやり方を人に押しつけることがある」などの項目からなる他者に対して自己本位ではない受容的な態度、利他性を含む態度である。串崎（2005）の尺度の妥当性の検討においては、この脱自己本位的態度因子は Erikson 心理社会的段階目録（EPSI）の第1段階である基本的信頼との相関は高かったが、第7段階とは有意な相関が認められなかったと報告されている。串崎（2005）によれば、この脱自己本位的態度は、Erikson（1959、小此木訳 1973）が“自分本位になって、まるで子どもみたいに自分自身のことばかり考える”と指摘した第7段階の失調傾向（stagnation）に関連し、これまでの尺度で扱われてこなかった自己耽溺と対比される見返りを求めない献身的態度という、ジェネラティビティの新たな一面を示すものであり、構成概念的に重要な側面であるとされている。Heckhausen（1990/1998）も、ジェネラティビティの感覚の高い人たちは与えることに焦点化し、他者中心の価値や意識を表すが、停滞の感覚が高い人たちは得られることに焦点化し、自己中心的な価値や意識を表すとしている。確かに構成概念の妥当性を疑うものではないが、この因子と ER および他の変数との関連が全く確認できなかった点において若干の疑義と課題を残す結果となった。

なお、ジェネラティビティ研究で指摘されることが多い子どもの有無やパートナーの有無による差異の検討では、ER と子どもの有無は関連しなかったが、ER とパートナーの有無との関連が見出された。パートナーのある人の方が無い人より ER が高い傾向にあり、幸福感も高かった。ただ、このパートナー無い人の内訳は、未婚（67名）、離婚（51名）、死別（9名）で構成されている。少なくとも未婚と離婚・死別ではパートナーの無い点では共通していても内容的には異なる可能性が高く、結果に関してはさらなる精査が必要である。

**研究 2** 46 歳から 60 歳を対象とした本研究の対象者である中年期の 1 次/2 次コントロール方略には、性差も年代差もなかった。相関では、ER が高いほど 1 次/2 次コントロールのすべての方略を多く採用する結果を示し、1 次コントロール方略より 2 次コントロール方略との関連の方がやや強かった。

これらの関連をさらに検討した構造方程式モデルでは、ER からジェネラティビティの発達（獲得）への直接的な働きかけが大きいものの、1 次コントロール（因果分析）方略、2 次コントロール（意味受容、思考調整）方略も ER のジェネラティビティへの間接的な働きかけに有効に機能していることが確認できた。ジェネラティビティの発達（獲得）にあたって、ER は直接的間接的にこれを促進する役割を果たし、ジェネラティビティの発達（獲得）を促す 2 次コントロール方略にも大きく関与していることが明らかとなった。

多母集団同時分析による年代別モデルでは、年齢段階的な ER の働きの差異が認められた。ER は年代ごとに選択的に方略に関与し、ジェネラティビティの発達（獲得）に有効な間接的支援をしていることが示唆された。また、年代が高くなるほどジェネラティビティの発達（獲得）に ER の直接的な影響力が増すことが明らかとなった。

これらの結果から、Heckhausen（2001）が指摘したとおり「ER は中年期の固有の課題に対処する重要なパーソナリティ資源である」ことが実証されたと言える。また、Heckhausen（1997）は、選択的 1 次コントロールと補償的 2 次コントロールは hand-in-hand であり、秩序あるメカニズムにより年齢適合的な発達を最適化する（Heckhausen, 2000）としている。本研究で対象とした中年期のジェネラティビティでは、1 次コントロールの補償的な方略である因果分析と、2 次コントロールの意味受容（選択的）や思考調整（補償的）がジェネラティビティの発達（獲得）を促していた。そこでは個人が直接コントロールできる資源投資としての解決志向（選択的）はもはや有効ではなく、この状態を因果分析によって内的に制御し、1 次コントロールでは果たせないゆえに 2 次コントロールの意味受容や思考調整によって対処していることが読み取れる。成人期は主に 1 次コントロールに傾倒するが、加齢に伴い 1 次コントロール維持のために 2 次コントロールを利用するようになる。Heckhausen らの一連の研究では、2 次コントロールの効用により発達課題の選択的位置づけと失敗の補償がなされること、また、それにより肯定感や精神的適応性が保持されることを実証的に明らかにしており、本研究の結果も概ねこれを支持するものであった。

今回の調査では中年期として 46 歳から 60 歳の男女を対象としているが、この年代は 1953 から 1967 年に生まれた、いわゆる団塊の世代と呼ばれている人たちの後に続く年代の人たちである。男女同権・男女平等の新しい教育制度のもとで育ち、女性の大学進学が一般的なものとなり、1970 年代から 1980 年代に社会に参入し、急速に進む情報化に対応しながら中堅として支えた人たちである。この間、男女雇用機会均等法の制定によって女性の社会的地位の向上がはかられ、少子化・高齢化社会が現実のものになった。少子化と長寿化によって総人口に占める 50 歳以上の人の比率が高くなり 45 歳未満の比率は下がっている。この先、40 代以上の人たちが社会で中心的な位置を占めるのは明らかである。この中高年世代の生活意識に注目して 2011 年に実施された大規模調査<sup>14</sup>の結果では、従来の中高年の一般的な意識であった「古い」「余生」などの“下り坂”のイメージが払拭され、年を重ねることを「加齢」と捉えず、実年齢に縛られない「エイジレス」な意識が顕著になっていることや、世代間交流や協力によって社会に積極的にかわり貢献していくことに喜びを見出そうとする前向きな“上り坂”のイメージへと転換してきていることが報告されている。加齢に伴うこれまでのステレオタイプ（固定観念や偏見）を払拭し、自分のこれからの生き方を自分で選択し、自己実現を図る生活を送る中年期像がある。成人期の発達研究では、成人期に見られるさまざまな変化をどう捉えるのか、2 つの見解がある。Levinson（1978、南訳 1980）は成人期の発達段階を年齢と密接に結び付いたもの（Age-linked developmental period）としているのに対し、Neugarten（1979）は、一般に共通した発達の方向性よりも個人特性の方が重きをなすとしている。Erikson（1950 仁科訳 1977）の発達段階・発達課題は前者の見解に近い。今後、中高年の「エイジレス」意識が主流になってくれば、成人期に遭遇する諸変化への対処の仕方も多様化する可能性が高く、個人の特性を加味した研究がますます重要になってくると考えられる。下仲（2006）は、エイジレスな人たちには柔軟性（柔軟な価値志向をもつ、老いに対してこだわらず対応する、平凡な毎日に喜びや悲しみを感じ、変化のある生活をする、など）が寄与していると指摘している。成人期以降は人生を通しての様々な獲得と喪失と、それに伴う生活の変化に対応できる「心のしなやかさ」が精神的健康の重要な視点となる（Grotevant, Thorbecke, & Meyer, 1982）。「環境の変化や不測の事態への対処能力、その状況で求められることと行動の可能性との“適合度の分析力”、問題解決方略における豊富

<sup>14</sup> 博報堂 エルダナーレッジ開発 新しい大人文化研究所が行った Web 調査の結果。2011 年 10 月に 40 代から 60 代（1943～1972 年生まれ）の 3,708 名が対象。

なレパトリの柔軟な発現力」とされる ER に注目した本研究の知見が、今後の成人期研究に役立てられることを期待したい。

#### 8.1.6 要約

本研究では中年期の適応、すなわち安定した日常生活の中で「ストレスを上手く乗り切る」ことに ER がどのように関わっているのかに注目した。具体的には、研究 1 で ER と中年期の発達課題であるジェネラティビティおよび精神的健康の関連を検討し、研究 2 で 1 次/2 次コントロール方略を介した ER とジェネラティビティの関連を検討した。

ER と中年期の発達課題であるジェネラティビティの関連（研究 1）では、ER が高い人ほどジェネラティビティが高くなることが明らかになった。また、ER が高い人ほど、幸福感も高く、不安・抑うつや活動障害が少なく精神的健康が良好であることが確認された。構造方程式モデルによる 3 つの仮説の検証の結果では、ER はジェネラティビティに対し直接正の影響を及ぼし、ER がジェネラティビティの発達（獲得）を促進する働きをすること、ER がジェネラティビティを介して間接的に幸福感、精神的健康に影響を及ぼしていることも確認された。また ER が幸福感や精神的健康に直接良い影響を及ぼすことも確認された。ER は中年期の発達課題であるジェネラティビティや幸福感を高め、精神的健康を良好にする働きがあることが明らかにされた。

1 次/2 次コントロール方略を介した ER とジェネラティビティとの関連（研究 2）では、1 次コントロール方略、2 次コントロール方略が ER のジェネラティビティへの間接的な働きかけに有効に機能していることが確認できた。ジェネラティビティの発達（獲得）にあたって、ER は直接的間接的にこれを促進する役割を果たし、ジェネラティビティの発達（獲得）を促す 2 次コントロール方略にも大きく関与していることが明らかとなった。

## 8.2 唾液中クロモグラニンAを指標とした心理的ストレス反応と エゴ・レジリエンスとの関連（研究5）

### 8.2.1 問題と目的

近年、ストレスに関連した要因が健康を阻害することが多く報告されている。例えば、2008年に発表された厚生労働省の調査<sup>15</sup>によると、6割以上の方が仕事や職業生活において強い不安、悩み、ストレスを感じており、それと同時に、ストレスによるうつ病や自殺者の数も年々増加している。そのため、ストレス状態を遺伝子レベルで診断し、疾患の予防や治療につなげる試みや、疾患の前段階、すなわち人が日常生活で感じているストレスの大きさを客観的に把握する試みもなされている。自らのストレス耐性やストレスの状態をある程度知ることによって、うつ病や慢性疲労症候群などの発症を水際で食い止めようとするもので、職場のメンタルヘルス対策として就労者のストレスを調査する動きも広がっている。

玉井（2004）が指摘しているように、ストレスの存在自体は必ずしも問題となるわけではない。ストレスに晒されたときにどのように反応するかが問題となる。ストレスの概念は歴史的に心理学的側面と生理学的側面の両方を持ち合わせている。生理学者の Selye が唱えたように、（生物学的）ストレスとは「身体に一定の変化を及ぼすもの」である。個人の受けるストレスの度合いは、職場内外のストレッサーの強度のみならず、ストレス緩衝要因としての個人要因（行動様式、認知特性、コントロール能力、問題解決能力など）も加味する必要があり、個人要因の詳細な分析も、就労者のストレス対策を有効なものにしていく上で、重視されるようになった。ストレス反応には個人差があるといわれ、パーソナリティ特性と関連すると考えられている（玉井，2004）。尾関・原・津田（1991）は、外向的なパーソナリティ特性を有する人は、現状にとらわれることなく気持ちを切り替えて、前向きに対処していこうとする積極的かつ能動的な行動様式をとる可能性があること、神経症的なパーソナリティでは、認知的に「負」と評定したライフイベントを多く体験しており、ストレス反応も強くなることを示唆している。

こうしたストレスに関連するパーソナリティ資源のひとつにエゴ・レジリエンス（Ego-Resiliency, 以下 ER）がある。エゴ・レジリエンスは「自我弾力性」とも訳され、

---

<sup>15</sup> 厚生労働省 大臣官房統計情報部 平成19年労働者健康状況調査, 2008.10 発表資料

状況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 & Block(1980)は、この ER の調整能力を説明する概念として、エゴ・コントロール (Ego-Control, 以下 EC) を提起している。個人の自我の衝動抑制と表出に関しての固有のレベルとされる EC は、一方に衝動、欲求、感情の抑制傾向 (オーバー・コントロール) と、一方に比較的容易に衝動、欲求、感情を表出する傾向 (アンダー・コントロール) という 2 極の連続体上にあるとされる。この 2 極間で自らの EC (自我の統制) を柔軟に調整する能力が ER である。Block et al.(1980)および Block (1987) によれば、ER の高い人は、利用可能なリソースが豊富で、方略のレパートリーも多く、状況に応じて適切に、あるいは必要に応じて、自らの衝動をオーバー、アンダーいずれのレベルにも柔軟に調整することができる。ストレスフルな状況下でも弾力的な適応が可能で、調整を要求している状況が差し迫ったものではなくなった後はもともとの EC (自我の統制) レベルに戻し、ストレスフルな経験後の回復も比較的早い。ER の低い人は、状況のいかんにかかわらず、衝動の抑制も表出も同レベルに限定される。オーバーとアンダー 2 極間の EC (自我の統制) が柔軟に調整できなければ、適応の行動パターンが限定され、適応の余地はわずかしかなり、ストレスフルな状況下での対応もステレオタイプで、硬直化し、ストレスフルな経験後の立ち直りも遅く、結果として不適応につながる。Klohn (1996) によれば、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を有し、Block らによって概念化されたように、ER は個人の日常の経験、対人関係、チャレンジ、そして人生の苦難において役割を果たすものである。ER は、直面した心理的重圧やストレスに応じて、個人の固有の EC のレベルを変更し、(調整を必要とするストレスがもはやない) しばらくの後、元に戻す能力を意味している (Block & Kremen, 1996)。

ストレスを評価する際に最もよく用いられる方法は質問紙による自己報告法である。ストレスの原因となるストレスラーやストレス反応を測定する質問紙が数多く開発されている。しかし、自己報告法には種々の問題点もあり、ストレスの評価にあたって必ずしも万全ではない。例えば、質問紙に回答するには実験参加者の内省力が必要であり、アレキシサイミア傾向 (自らの感情を自覚・認知することが難しい傾向) を有する者ではストレス評価は難しい。加えて、社会的望ましさや神経症傾向などは、実験参加者の状態の客観的な把握を難しくする。質問紙は自身の意図で得点をコントロールすることが可能であるため、テストとしての信頼性、客観性が十分でない可能性もある (井澤・城月・菅・小川・鈴木・野村, 2007)。

ストレスは、自律神経活動、内分泌系および免疫系などに影響を与え、生体の恒常性に様々な変化を与える。ストレス負荷による代表的な生体反応は、視床下部-下垂体-副腎皮質系（hypothalamus-pituitary-adrenal：HPA系）および交感神経-副腎髄質系（sympatho-adrenal-medullary：SAM系）といわれるストレス応答系を介した各種ホルモン（コルチゾール、カテコールアミンなど）の分泌や、その結果に伴う臨床所見（血圧や心拍数の上昇、血糖値の上昇など）として現れる。したがって従来、生化学的なストレス評価法として、血液中、尿中および唾液中のコルチゾールやカテコールアミンの測定が行われている。しかし、コルチゾールやカテコールアミンの測定において、血液を検体とした場合は採血による穿刺の侵襲性が問題となり、また非侵襲的ではあるが、唾液を検体とした場合、コルチゾールの上昇はストレスに対する応答時間が長いこと、カテコールアミンの測定は未だ唾液では不可能であることなどが問題点とされている（廣瀬・加藤，2009）。井澤ら（2007）は、唾液中のストレス関連物質の特徴をTable 8-13のようにまとめ、実験室場面で軽度の急性ストレスの測定を行うのであれば、反応性の良い青班核/ノルアドレナリン系に関連した物質（CgA, MHPG, α-アミラーゼ）をストレスの前後で測定するのが良いとしている。

Table 8-13 唾液中のストレス関連物質の特徴（井澤ら，2007）

物質名	系	血漿濃度との相関 a)	採取方法	室温保存 b)	性差 c)	サーカディリズム d)	急性ストレス e)	慢性ストレス e)	備考
コルチゾール	HPA系	◎	サリベツPB,	○	○	朝↑	↑	↑↓	比較的強度の強いストレスに対して反応を示す
DHEA	HPA系	○	PD	○	○	朝↑	↑		
DHEA-S	HPA系	?	サリベツ	?	○	?	↓	↑	
テストステロン	性腺系	△	PD	×	◎	朝↑	↑↓	↓	身体的ストレスに対しての研究が多い
CgA	青班核/NA系	△	サリベツ	×	?	朝・夜↑ 昼↓	↑		心理的ストレスに対してのみ反応を示す
MHPG	青班核/NA系	○	サリベツ	×	×	なし	↑		
α-アミラーゼ	青班核/NA系	-	サリベツ, PD	○	?	朝↓ 夕方↑	↑		
slgA	免疫系	-	サリベツPB,	○	○	朝↑	↑↓	↓	

- a) ◎強い相関(報告が多い) ○強い相関 △相関が低い可能性がある ?情報なし -項目に該当せず
- b) ○室温保存可 ×室温保存不可(望ましくない) ?情報なし
- c) ◎性差大きい ○性差あり ×性差なし ?情報なし
- d) ↑濃度が高い ↓濃度が低い
- e) ↑ストレスに対して上昇する ↓ストレスに対して低下する (太い矢印は研究数が多いことを示す)

DHEA デヒドロエピアンドロステロン HPA系 ; 視床下部-下垂体-副腎系  
 DHEA-S 硫酸基結合型デヒドロエピアンドロステロン 青班核/NA系 ; 青班核/ノルアドレナリン系  
 CgA ; クロモグラニンA  
 MHPG (β-メトキシ-4-ヒドロキシフェニルグリコール サリベツ ; 唾液採取の綿と容器がセットになったもの  
 slgA 分泌型免疫グロブリンA PD ; Passive Drool 自然に分泌された唾液を短いストローなどで容器に採取するもの

中根（1999）は、種々のストレス下における唾液中クロモグラニンA（CgA）の変化を、

既知のストレス指標物質であるカテコールアミンやコルチゾールと比較した結果、唾液中 CgA が、精神的ストレス負荷時にはコルチゾールより先行して上昇し、負荷後は早期に減少すること、肉体的ストレスに対しては反応性が乏しいことをあげ、唾液中 CgA が高感度な精神的ストレス指標として有用であることを示唆した。同様にストレス感受性の客観的指標として唾液中 CgA を用いた鈴木・星野・井上（2004）の研究では、唾液中 CgA 濃度はストレス負荷によって一過性に増加することを報告している。また、沖野・山口・岸・那須・長澤（2005）は、CgA とコルチゾールを用いてストレス認知と生理的反応との関連から、唾液中 CgA の精神的ストレス指標の可能性を示唆しつつも、短期間のマイルドな刺激、マイルドなストレッサーには影響を受け難いこと、副腎・交感神経系の強い刺激に影響されることを追記している。

**目的** 本研究では、ストレスマーカーとして唾液由来のクロモグラニン A (CgA) を用い、心理的ストレス負荷の継時的測定による反応パターンから、ストレス下でも柔軟な対応ができ、ストレスフルな経験後の回復も早いとされるエゴ・レジリエンス (ER) との関連を検証することを目的とした。

マーカーとした唾液は、医療専門家でなくとも採取が可能で、非侵襲的かつ客観的である。また、CgA は、先行研究（中根，1999；玉井，2004；山口，2007）によって以下の特徴があげられている。

- ① 交感神経系で、副腎髄質より分泌され、内分泌・神経系に広く分布する酸性糖タンパク質で、唾液での検出が可能である
- ② 精神的ストレスへの反応は高いが、他のストレスホルモンとは違い運動ストレス（身体的ストレス）には反応しない
- ③ 微弱なストレスにも過敏に反応し、ストレス状況の改善によって速やかに減少する

これらの CgA の特徴を利用して、軽度の心理的ストレス負荷を課した前後に唾液中 CgA を測定し、実験参加者の CgA の反応パターンと ER との関連を検討し、併せて、ER の特性との関連が予測される実験参加者のエゴ・コントロール (EC) ならびに認知的傾向（楽観性・悲観性）と調査時の気分状態を測定した。

## 8.2.2 方法

### 実験時期と実験参加者

2010年2月に目白大学の倫理審査委員会で「人及び動物を対象とする研究に係る倫理審査」の承認を経て、本研究の実験内容と手続きを詳述した文書を配布し協力者を募った。同年3月に、都内の私立大学職員と一般企業（マスコミ関連）の社員、計20名－平均年齢42.7歳（男性：18名－平均年齢 42.9歳，女性：2名－40.5歳）から、唾液採取ならびに採取前の制限事項を含む本研究への参加協力の同意を得たので、それぞれの職場施設内で午後の指定時間に実施した。

## 2. 実験内容と手続き

実験協力を申し出た実験参加者に対して、実験開始前に改めて実験の目的、手順ならびに実験参加者の制限事項（実験前日の飲酒、実験1時間前までと実験中の飲食・喫煙・歯磨き、実験時の妊娠または生理、持病、服薬、メンタルヘルスを含む体調不良など）を書面と口頭で確認した。さらに、プライバシーの保護、実験データの限定使用、実験途中および実験後の協力回避ならびに同意の撤回は可能であり、不利益を被ることがないこと、体調不良になった場合は、待機中の看護師がバイタルチェック、血圧・脈拍測定、全身観察を行う準備があることを伝え、署名により同意書を得、約1時間の実験を開始した。

### 実験方法

#### (1) 唾液採取

唾液検体は、サリベット管（Figure 8-9）を用い、つぎの方法で1実験参加者につき、安静時・心理的ストレス負荷時・自力回復時の3回採取した。



**Figure 8-9** サリベット管・円筒スポンジ  
P/PE 重合体 95（長さ）×16.8（口径）

- ① サリベット管の本体に予め黒色の油性マジックで検体番号と採取順の番号を記載。
- ② 実験参加者がサリベット管のフタを取り、ホルダー内の綿を取り出す。
- ③ 綿を口の中へ入れて約1分間よく噛みながら、唾液を綿へ十分に浸み込ませる。
- ④ 唾液を含ませた綿を再び容器に戻し、フタをして密閉する。
- ⑤ 採取した検体は速やかに氷冷し、測定に供するまで遮光、冷凍保存する。

#### (2) 質問紙

- ① ER89 日本語版；Block & Kremen（1996）が作成した ER89 の14項目について

著者らが日本語訳を行った後、バイリンガルによるバックトランスレーションを実施した。さらに、著者らの研究（畑・小野寺，2007・2009；小野寺，2008）の結果から原項目と意味が変わらないように若干の語句の改変を行った。回答形式は4件法である。

② EC簡易版日本語尺度；Blockら（1978）の研究で取り上げられたエゴ・コントロールのCCQ項目およびCAQ項目と，Letzringら（2004）の作成した37項目を参考に，著者らが12項目の質問紙を作成した。回答形式は4件法である。

③ 楽観主義尺度；Scheier, & Carver (1985)が開発したLife Orientation Testを，中村（2000）が邦訳した12項目（うちフィラー4項目）を採用し，回答形式は4件法で求めた。下位尺度は楽観性と悲観性である。

④ 気分調査票；坂野ら（1994）による40項目，4件法を採用した。下位尺度は，緊張と興奮，爽快感，疲労感，抑うつ感，不安感である。

⑤ ストレスに関する調査票；短期的ストレスサーとして，自由記述を含む次の5項目を著者らが考案し，専門のストレス研究者と臨床医の監修を受けて作成した。

- ・ 最も大きなストレスを感じると思う出来事を16項目から3つ選択する
- ・ 最も長い期間にわたってストレスを感じるだろうと思う状態を4つから1つ選択する
- ・ 前問で選択した状態になったとして，どのくらいの期間なら耐えられるか
- ・ 最もつらかった出来事，もしくはストレスが解消されないまま続いた状態を可能な範囲で詳述する<自由記述>
- ・ 前問の出来事や状態にあったとき，どのようなアドバイスや援助があれば改善・解決したと思うか<自由記述>

この調査票の記入に引き続き，口頭による教示で，最もストレスフルな体験・状況として回答した状況について，より具体的に5分間想起する課題を心理的ストレス負荷刺激として加えた。

⑥ フェイスシート／年齢・性別・職種

### (3) 手順

0:00 第1回 唾液採取<安静時>

0:05 質問紙回答

0:20 質問紙に記載された最もストレスフルな体験・状況の想起 5分間

- 0:25 第2回 唾液採取<心理的ストレス負荷時>
  - 0:30 休憩 15分間
  - 0:45 第3回 唾液採取<自力回復時>
  - 0:50 実験参加者の体調確認と実験終了の説明
  - 1:00 デブリーフィングと結果フィードバックの要望の有無を確認し終了
- ※水分を補給してもらい普段の気晴らし法などを自由に話してもらう

### CgAの測定および事前統計処理

(1) 唾液中 CgA の測定は「 YK070 Human Chromogranin A EIA kit 」を使用することとし、検体の遠心分離処理から矢内原研究所<sup>16</sup>に委託した。今回採取した1実験参加者3検体、20名分の60検体はすべて検査量が充足されており、正しく検査され、検査後、委託機関で廃棄処分された。

測定結果の CgA 数値は唾液中総蛋白濃度の補正值で、mg蛋白あたりのモル濃度で表示した。

(2) CgA の測定結果は、CgA の特徴から系列的な CgA の反応をパターン分けする臨床的ガイドライン<sup>17</sup>のモデル (Figure 8-10) にならい反応パターンを分類した。

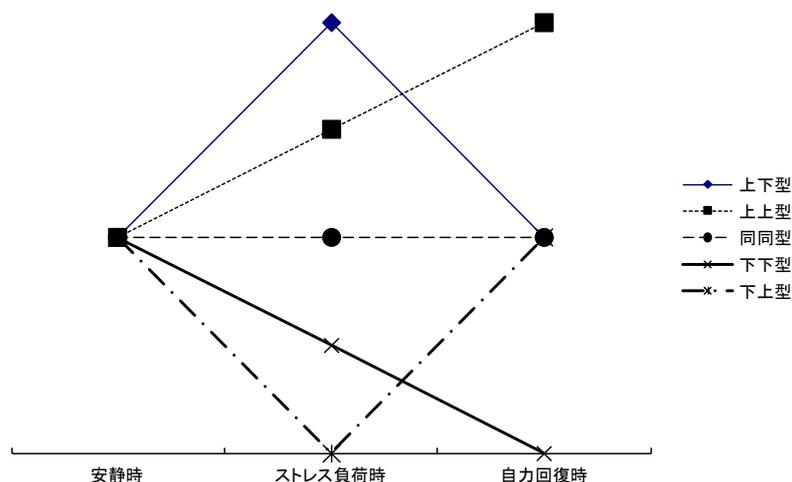


Figure 8-10 臨床ガイドラインの CgA 反応のモデルパターン

<sup>16</sup> 株式会社 矢内原研究所/静岡県富士宮市粟倉 2480-1

<sup>17</sup> 報道用資料: ストレス社会とクロモグラニン A (CgA). 株式会社プリベンション・インターナショナル, 2002.

この分類に際し、安静時 CgA 値をベースライン (=0) とし、ベースラインとの差を心理的ストレス負荷時、自力回復時で算出し、ストレス負荷時、自力回復時の数値の上下によって上下型、上上型、同同型、下下型、下上型の 5 パターンの反応の分類を試みた。PTSD のスクリーニングなどの臨床場面でのガイドラインでは、つぎのように評価されている。

- ① 上下型は、ストレス負荷時に上昇し自力回復で減少する、最も理想的な反応パターンである。ストレスに自然に反応し、その時点で対処し、長引かせることが比較的少ない。
- ② 上上型は、ストレス負荷時に上昇し回復までに時間を要する反応パターンである。ストレスに反応し対処はできるが、ストレスを長時間にわたって引きずり、ストレス後でも反応が増大（過剰反応）する傾向がある。
- ③ 同同型は、ストレス負荷時にも反応を示さない無反応パターンである。ストレス時にもそれを認識できず、自らのダメージにも気づかないことがある。
- ④ 下下型は、ベースライン自体がすでに緊張状態<慢性的ストレス状態>にあり、ストレス負荷を負荷として評価しない反応パターンである。ストレス状況をそのまま受け止め続ける傾向がある。
- ⑤ 下上型は、ストレス負荷時の反応が遅れて現れるパターンである。ストレスには適切に対処するが、後から反応が増大する傾向がある。

今回の実験参加者データでは、同同型は認められず、上下型、上上型、下下型、下上型の 4 つの反応パターンに分類された (Table 8-14)。

- (3) 各質問紙は、実験参加者数が少ないため因子分析を行わず、所定の項目の合計を項目数で除して得点化した。得点を算出した変数は、ER、EC、楽観性、悲観性ならびに 5 つの気分（緊張と興奮・爽快感・疲労感・抑うつ感・不安感）で、それぞれの記述統計は Table 8-15 のとおりである。

Table 8-14 唾液中 CgA の測定結果と反応パターン分類

被験者 No.	安静時_1	パターン内 安静時平均	ST負荷時_2	自力回復時_3	パターン化手続き			変動幅	パターン	* p<.01
					安静時_基準	差(2-1)回	差(3-1)回			
4	3.180	5.649	7.071	3.002	0	3.891 上	-0.178 下	4.069	上下型	*
5	3.172		3.866	2.230	0	0.694 上	-0.943 下	1.636	上下型	
8	3.365		8.485	6.874	0	5.120 上	3.509 下	5.12	上下型	
9	7.293		8.917	4.770	0	1.625 上	-2.523 下	4.147	上下型	
10	8.581		11.409	9.540	0	2.829 上	0.959 下	2.828	上下型	
18	10.335		11.788	6.079	0	1.453 上	-4.256 下	5.709	上下型	
20	3.620		7.746	5.117	0	4.126 上	1.497 下	4.126	上下型	
1	12.088	11.529	15.732	18.842	0	3.644 上	6.754 上	6.754	上上型	*
12	8.961		10.385	13.055	0	1.424 上	4.094 上	4.094	上上型	
14	13.539		16.320	16.651	0	2.781 上	3.112 上	3.112	上上型	
3	10.286	11.120	7.965	7.242	0	-2.321 下	-3.044 下	3.044	下下型	*
6	9.785		7.157	6.887	0	-2.628 下	-2.898 下	2.898	下下型	
7	8.580		4.869	2.932	0	-3.711 下	-5.648 下	5.648	下下型	
11	19.877		15.750	14.353	0	-4.127 下	-5.524 下	5.524	下下型	
15	7.071		5.765	4.514	0	-1.306 下	-2.557 下	2.557	下下型	
2	4.246	8.681	2.941	4.404	0	-1.304 下	0.158 上	1.463	下上型	*
13	12.283		9.878	9.880	0	-2.405 下	-2.403 上	2.405	下上型	
16	13.620		6.906	6.967	0	-6.714 下	-6.653 上	6.714	下上型	
17	6.279		5.063	5.771	0	-1.216 下	-0.509 上	1.216	下上型	
19	6.979		4.996	5.732	0	-1.982 下	-1.247 上	1.983	下上型	

注: CgA数値の単位は「pmol/mg」

Table 8-15 各変数の記述統計 (N=20)

	平均値	(SD)	最小値	最大値	
エゴ・レジリエンス	2.67	(.45)	1.93	3.29	
エゴ・コントロール	2.34	(.42)	1.58	3.00	
C 安静時_1	8.66	(4.30)	3.17	19.88	
g ストレス負荷後_2	8.65	(3.94)	2.94	16.32	
A 自力回復後_3	7.74	(4.64)	2.23	18.84	
楽観性	2.57	(.68)	1.33	3.67	
悲観性	2.40	(.56)	1.50	3.75	
気分	緊張と興奮	1.78	(.58)	1.00	3.00
	爽快感	2.33	(.47)	1.38	3.13
	疲労感	1.86	(.55)	1.13	2.88
	抑うつ感	1.94	(.68)	1.00	3.63
	不安感	2.38	(.63)	1.25	3.63

### 8.2.3 結果

#### 1. CgA の反応パターンと各変数の平均値

CgA の反応パターンは、安静時をベースラインとして、心理的ストレス負荷による変動（ダメージ）と休憩（ストレス状況からの解放）後の自力回復傾向を表す。各反応パターンを比較するため、4つの CgA の反応4パターンについて反復測定による分散分析を行った。Mauchly の球形検定の結果、 $p<.01$  で有意で等分散性は保証されなかった。したがって、Greenhouse-Geisser の  $\epsilon$  修正による検定の結果、CgA の4反応パターンは  $p<.001$  で有意差が認められた。その後の検定（LSD法）では、上下型と上上型、下下型と下上型以外のパターン間には有意な差（ $p<.01$ ）がある傾向が確認された（Table 8-14）。

4つの反応パターンと性別、職種、年齢の分布は、Table 8-16 に示した。各変数の平均値は、Table 8-17 のとおりであった。なお、今回の分析では、女性実験参加者が2名と少なく、性別による検定は行わなかった。

Table 8-16 CgA 反応パターンと属性のクロス集計表

CgAパターン	性別		職種		年齢				合計
	男性	女性	管理系	事務系	20代	30代	40代	50代	
上下型	6	1	1	6	2	2	3	0	7
上上型	3	0	2	1	0	0	1	2	3
下下型	5	0	0	5	1	2	1	1	5
下上型	4	1	5	0	0	0	1	4	5
	18	2	8	12	3	4	6	7	20

Table 8-17 CgA 反応パターンと変数の平均値、標準偏差

CgAパターン	ER得点	EC得点	楽観性	悲観性	緊張と興奮	爽快感	疲労感	抑うつ感	不安感
上下型 平均値	2.79	2.33	2.57	2.25	1.66	2.38	1.77	1.73	2.25
標準偏差	.406	.403	.713	.629	.519	.415	.584	.606	.550
人数	7	7	7	7	7	7	7	7	7
上上型 平均値	2.40	2.28	2.44	2.17	1.63	2.25	1.83	1.75	2.29
標準偏差	.352	.603	1.171	.289	.545	.125	.617	.250	.260
人数	3	3	3	3	3	3	3	3	3
下下型 平均値	2.37	<b>2.54</b>	2.40	<b>2.95</b>	<b>2.15</b>	2.05	<b>2.30</b>	<b>2.63</b>	<b>2.85</b>
標準偏差	.488	.346	.596	.542	.409	.314	.520	.586	.471
人数	5	5	5	5	5	5	5	5	5
下上型 平均値	<b>2.97</b>	2.19	<b>2.80</b>	2.20	1.68	<b>2.60</b>	1.58	1.68	2.15
標準偏差	.359	.443	.558	.209	.813	.698	.314	.688	.881
人数	5	5	5	5	5	5	5	5	5
合計 平均値	2.67	2.34	2.57	2.40	1.78	2.33	1.86	1.94	2.38
標準偏差	.454	.416	.685	.558	.582	.470	.548	.677	.626
人数	20	20	20	20	20	20	20	20	20

## 2. CgA 反応パターンと ER, EC

先行研究によれば、エゴ・レジリエンス（ER 得点）は、高いほどストレス状況に柔軟に対応できるとされている。一方、エゴ・コントロール（EC 得点）は、高いほどアンダー（自我統制が弱い）傾向が強く、低いとオーバー（過剰な自我統制）傾向がある。また、ER の高い人は、困難な状況下でもそこに意義を見出し、どんな状況もなんらかのプラス要素を加味して乗り切ることができるとも言われている。今回のデータでは、Table 8-17 および Figure 8-11 に示すとおり下上型パターンが最も ER が高く、最も EC が低い結果となった。

ストレス負荷時に安静時より CgA が減少している下上型は、ストレス負荷を負荷としてマイナスに評価していないか、短時間でストレスを身体的に認識していない（遅れて認識する）場合が考えられる。

上下型パターンは、下上型に次いで ER が高く、EC ではほぼ全体の平均に近い数値を示した。ストレスに自然に反応し、比較的短時間で回復している。

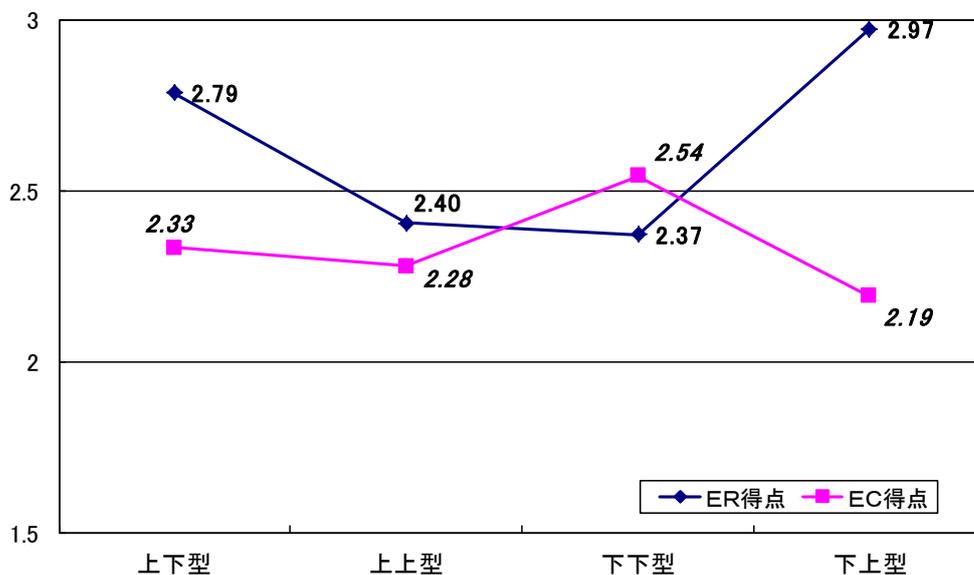


Figure 8-11 CgA 反応パターン別の ER と EC (N=20)

対して、上上型・下下型パターンはともにベースラインの安静時 CgA 値が他の 2 パターンに比べてかなり高いのが特徴的であった。どちらも ER は平均より低い。特に下下型は、ER が最も低く、EC が最も高い。この関連を確認するため、ER・EC と安静時 CgA 値を平均値で高群・低群に分け、CgA 反応パターンのクロス集計 (Table 8-18) を行った

ところ、上上型と下下型では圧倒的に ER 低群が多く、安静時 CgA 値では高群 (> 8.657) が多かった。

Table 8-18 CgA 反応パターンと ER・EC の 2 群および安静時 CgA2 群のクロス集計表

CgAパターン	エゴ・レジリエンス		エゴ・コントロール		安静時CgA		合計
	ER低群	ER高群	高群 (アンダー傾向)	低群 (オーバー傾向)	高群	低群	
上下型	3	4	2	5	1	6	7
上上型	3	0	2	1	3	0	3
下下型	4	1	3	2	3	2	5
下上型	1	4	1	4	2	3	5
	11	9	8	12	9	11	20

### 3. CgA 反応パターンと認知傾向

楽観的かどうかという認知スタイルの違いは、ストレス耐性や健康に影響を与えることが指摘されている (戸ヶ崎・坂野, 1993)。

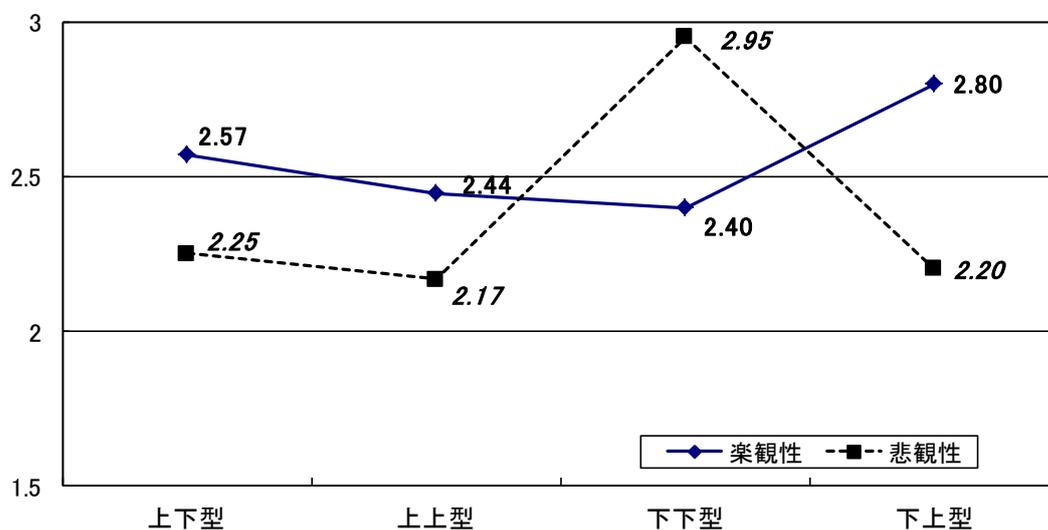


Figure 8-12 CgA 反応パターン別の認知傾向 (N=20)

「結果がどうなるかはっきりしない時は、いつも一番良い面を考える」「自分の将来に対しては非常に楽観的である」「いつも物事の明るい面を考える」という項目からなる楽観的な認知傾向 (以下、楽観性) と、「自分に都合よく事が運ぶだろうなどとは期待しない」「なにか自分にとってまずいことになりそうだと思うと、たいていそうになってしまう」「自

分の身に思いがけない幸運が訪れるのを当てにすることは、めったにない」などの項目からなる悲観的な認知傾向（以下、悲観性）の CgA 反応パターン別の結果を Table 8-17 と Figure 8-12 に示した。CgA 反応パターンに見る楽観性は、ER と極めて近似している。ER との相関関係でも、楽観性 ( $\gamma = .518, p < .05$ )、悲観性 ( $\gamma = -.496, p < .05$ ) との間に比較的強い相関が確認された。

楽観性が悲観性よりも高くなる一般的な傾向の上下型・上上型・下上型 3 反応パターンに対し、下下型パターンでは逆転し、楽観性が最も低く、悲観性の高さが顕著であった。

#### 4. CgA 反応パターンと気分調査

心理的ストレス負荷の課題実施前の実験参加者の主観的気分状態を、緊張と興奮・爽快感・疲労感・抑うつ感・不安感の 5 変数から調べた。CgA 反応パターン別の結果を Table 8-17 と Figure 8-13 に示した。

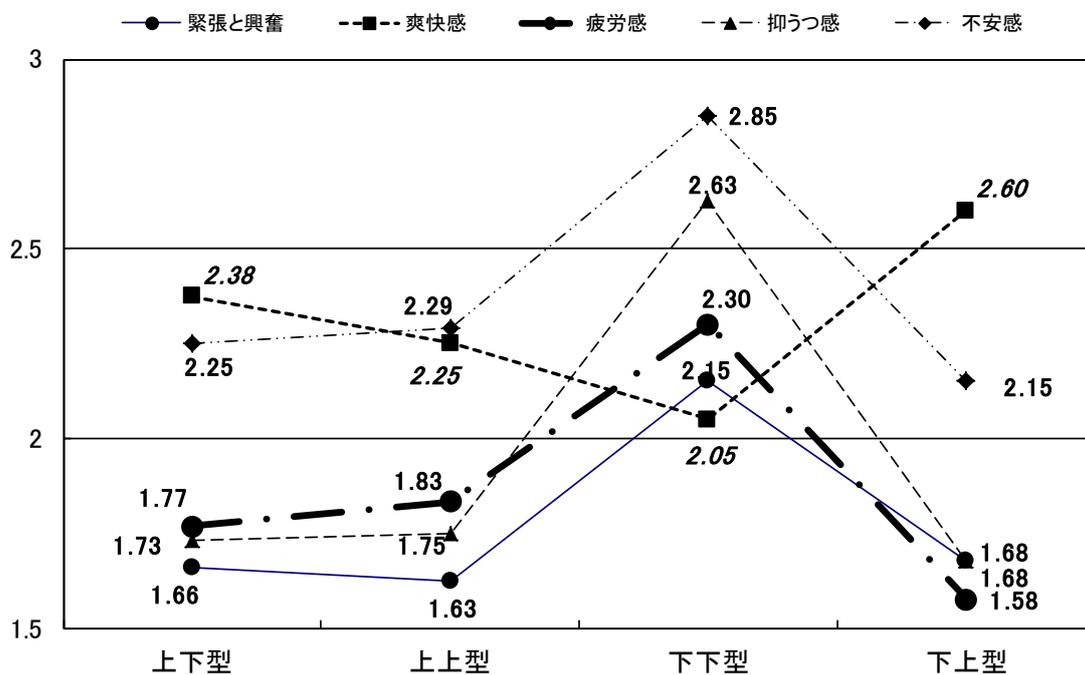


Figure 8-13 CgA 反応パターン別の気分調査 (N=20)

上下型パターンでは、爽快感が高く、その他のネガティブ系の気分はすべて平均以下であった。上上型パターンでも、爽快感はほぼ平均に近く、その他はすべて平均以下であっ

た。下上型パターンは、爽快感が最も高く、不安感が最も低い。逆に下下型パターンは、爽快感が最も低く、緊張と興奮・疲労感・抑うつ感・不安感ともに4反応パターン中で最高値をつけている。

気分状態と ER・EC の相関では、ER とは爽快感 ( $\gamma = .595, p < .01$ ) が、EC とは緊張と興奮 ( $\gamma = .589, p < .01$ )、疲労感 ( $\gamma = .547, p < .05$ ) に各々かなり強い相関があった。

#### 8.2.4 考察

本研究では、ストレスマーカーとして唾液由来の CgA を用い、ストレス下でも柔軟な対応ができ、ストレスフルな経験後の回復も早いとされる ER との関連を、安静時、ストレス負荷時、自力回復時の3回の唾液採取から得られた CgA の反応パターンから検討した。

結果は、ベースラインとした安静時 CgA に対し、ストレス負荷時に減少し、休憩をはさんだ後の自力回復時にベースラインに戻った下上型反応パターンが、最も ER が高く、EC が低かった。EC の程度を一定に保っているエゴ・レジリエントな人は、ストレスになる前に機略に優れ高い処理能力を有し、ストレス下でも統合したパフォーマンスを保つことができ、避けられない環境的圧迫があるときでも適応的に仕事をこなし、強迫的にさえなる (Block & Block, 1980) とされる。このパターンを示した実験参加者は、EC が低めである (やや自我の抑制傾向がある) ことから、幾分几帳面で生真面目な傾向が推察される。また、楽観性の高さはストレスの認知で対処効力感を高く評価し、ポジティブ系のコーピングと割り切りコーピングを行う (伊藤, 2004) ともされる。この下上型反応パターン (CgA の減少後の回復) は、ER の高さや楽観的な認知傾向の高さに加え、気分調査での爽快感の高さ、不安感の低さからも、実験状況の認知評価が必ずしもストレス負荷として働かなかった可能性が考えられる。

次にストレス負荷時に上昇し、自力回復時にベースラインに戻った上下型パターンは臨床的には理想形とされ、下上型に次いで ER が高く、EC もほぼ全体の平均に近い数値を示し、ストレスに対し弾力的で、柔軟に反応し回復している。ER と相関の高かった認知傾向では、悲観性より楽観性が高く、気分調査でもポジティブな気分である爽快感が平均より高い。逆にネガティブな気分である緊張と興奮、疲労感、抑うつ感、不安感が平均より低いことから、自我統制のバランスが比較的上手くとれていることが推察され、ストレス状況を長期間にわたって引きずることはあまりないと考えられる。

一方、ストレス負荷時も自力回復時も上昇あるいは減少し続けた上上型・下下型パター

ンは、ともにベースラインの安静時 CgA 値が他の 2 パターンに比べてかなり高く、日常的になんらかの緊張状態にある慢性的ストレスが疑われる。どちらのパターンも ER は平均より低い。EC の程度を一定に保っているエゴ・レジリエントではない（脆弱な）人は、概して自分の適応パターンが固定的で、適応余地が少なく、ストレス下では硬直化し行動が散漫になり、現実状況に応じて自分の好ましい EC レベルを修正できず、立ち直りが遅い（Block & Block., 1980）とされる。上上型の場合、反応に遅効性が見られ、EC もやや低め（過剰に我慢するなど）で自我統制のバランスを上手く調整することができず、ダメージを引きずる傾向がうかがわれる。下下型は、ER が最も低く、EC が最も高い。どちらかと言えば、自我の統制力が弱く、物事全般にルーズな傾向があり、ストレス負荷の認知にも疎く、知らないうちにストレスを慢性化させている可能性がある。この下下型は、EAP 会社の行った大規模調査（2008）<sup>18</sup>の結果として挙げられている健康度の低い就労者群の特徴である「困難な状況での低い自己調整力」「自分、現在の環境、将来への悲観的認知」と共通する部分があり、下下型パターンを示した実験参加者が、他の 3 つの反応パターンの実験参加者に比べ、かなり精神的に健康度の低い様相を示していると考えられる。

今回は、ストレスマーカーとして唾液を採取する方法をとったため、実験参加者数が 20 名と限定された。データ解析結果の一般化は困難であるが、ストレス反応と ER には密接な関連があることが判明した。ストレス負荷に比較的速やかな反応を示し、ベースラインへの自力回復を示した反応パターン（下上型・上下型）の実験参加者は ER が高く、比較的ストレスに弾力的に対応することが示唆され、一方のストレスを長期化・慢性化させる可能性のある反応パターン（上上型・下下型）の実験参加者は ER が低く、ストレスに脆弱であることが示唆され、ER の先行研究を支持する結果となった。また、下下型の EC の高さ（アンダー傾向）は、ER の低さと相まって、ルーズな方向に偏った自我統制レベルが不健康な様相に結びついていると考えられ、これも EC の特徴とされる Block ら（1980, 1987）の先行研究を支持する結果となった。

唾液マーカーによるストレスの測定については、検体採取時の条件（日内変動、睡眠、曜日など）や個人要因（業種、職務内容など）の影響など今回可能な限りコントロールした要件以外にも考慮すべき点が多い。CgA は短期的ストレス反応のマーカーとして評価されているが、沖野ら（2005）らが指摘しているように、短期間のマイルドな刺激、マイル

<sup>18</sup> 報道用資料：就労者のストレスの個人要因に関する調査研究，2008.11. ピースマインド総合研究所，跡見学園女子大学文学部 中野敬子教授との共同研究

ドなストレッサーには影響を受け難いこと、また、実験参加者の慢性的・長期的ストレス状況を排除できないため、判定には実験参加者の多面的な指標を併用する必要がある。今後、実験参加者数を増やし、性差や年齢による影響についても明らかにする必要があると考える。

#### 8.4.5 要約

本研究では、ストレスマーカーとして唾液由来のクロモグラニンA (CgA) を用い、CgA 濃度の時系列データによる反応パターンとエゴ・レジリエンス (ストレス下でも柔軟な対応ができる能力で、ストレスフルな経験後の回復も早いとされる) との関連を検証した。

成人男女 20 名を実験参加者として、心理的ストレス負荷を課すための調査票を含む質問紙と、安静時、ストレス負荷時、自力回復時の 3 回にわたって採取した唾液中 CgA の反応パターンによって分析を行った。

結果、唾液中 CgA の反応パターンは 4 分類され、心理的ストレス反応と ER には密接な関連があることが判明した。心理的ストレス負荷に柔軟な反応を示し、ベースラインへの自力回復を示した反応パターンの実験参加者は ER が高く、比較的ストレスに弾力的に対応することが示唆された。一方、ストレスを長期化・慢性化させる可能性のある反応パターンの実験参加者は ER が低く、ストレスに脆弱であることが示唆された。

※本研究は、平成 21 年度私立大学等経常費補助金 (日本私立学校振興・共済事業団) のうち大学院教育高度化支援メニュー・研究科特別経費による助成を受けて行ったものである。

第Ⅳ部

総括

---

## 第9章 総合考察

本研究の目的は、ERを「状況に応じて柔軟に自我を調整し、日常的なストレスにうまく対処し適応できる能力」と定義し、日常生活の中での適応、すなわちストレスを上手く乗り切ることにERがどう関与しているかを検討することであった。具体的には、適応の指標として精神的健康と発達課題を採りあげ、青年期・成人期を対象とした実証的検討を行った。検討を進めるにあたり、まずBlock & Kremen (1996)によるERの自己報告尺度：ER89の日本語版の作成を行い、日本語版尺度の信頼性・妥当性を研究2において検討した。その結果、ER89日本語版尺度の十分に高い信頼性と妥当性が確認され、ER89日本語版尺度は青年期・成人期を対象に適用できる尺度であると考えられた。これにより、青年期・成人期を対象とした日本人サンプルによるERの実証研究(研究3~6)は、ER89日本語版尺度を用いて行った。

研究3の「大学生のエゴ・レジリエンスと自我同一性(時間的展望を含む)および精神的健康の関係」では、同一性達成地位は他の地位に比べてERが高く、精神的健康は良好であった。同様に、同一性形成の指標となる職業決定の明確度でも、明確度の高い人の方がERは高い結果が示された。また、同一性達成の基礎となる時間的展望との関連でも、未来志向で時間的統合がなされている人の方がERは高かった。さらに、構造方程式モデルによってERが自我同一性の確立(将来の自己投入希求・現実の自己投入水準)および精神的健康に対しプラスの影響をもつことが確認された。以上のことから、ERが、発達課題達成に向けて現在の探究活動への促進的な支援を行う役割を担い、あわせて精神的健康を良好に保つ働きがあることが示された。これは、自我同一性の探究を問題解決行動として捉えたGrotevant (1987)が、発達課題への対処、自我同一性の形成にERがプラスの影響を与えるとした指摘を支持するものである。ERの有する「環境の変化や不測の事態への対処能力、その状況で求められることと行動の可能性との‘適合度の分析力’、問題解決方略における豊富なレパトリーの柔軟な発現力」が、大学生の自我同一性の探究過程で発揮されていると考えられる。また、ERが高い人ほど精神的健康が良好であったことから、ERの高い学生の方が低い学生より大学によりよく適応しているとしたYalim (2007)やPark & Lee (2011)や、ERが精神的健康上の適応と高い相関があるとしたKlohn(1996)を支持するものとなったと考える。

研究4の「エゴ・レジリエンス、ストレス、ソーシャルサポート、コーピングと精神的健康の関係」では、心理社会的資源であるER、ソーシャルサポート、コーピングが精神的健

康へ与える影響とソーシャルサポート、コーピングに ER の果たす役割を検証した結果、ER、ソーシャルサポート、ポジティブ調整のコーピング方略は精神的健康に良好な影響を与えており、ER の高い人の方が低い人に比べてより多くのサポートを認知していた。このことから心理社会的資源としての ER ならびにソーシャルサポートやコーピングの精神的健康への緩衝効果が確認されたと考える。これは、ソーシャルサポートの先行研究 (Cohnen & Wills, 1985; 嶋, 1992; 和田, 1998) やコーピングの先行研究 (Fleishman, 1984; Compas, 1987; Compas, Orosan, & Grant, 1993) の結果とも一致している。また、Tugade & Fredrickson (2004) の指摘どおり、ER の高い人は低い人と同じように問題やストレスに直面し、ネガティブな情動を経験していることが明らかとなった。さらに、ER の高い人の方が低い人に比べて問題解決・ポジティブ調整などのコーピング方略を多く取り入れているという結果は、ER が高い人は直面した問題の中にポジティブな意味合いを見つける傾向が強いとされた Fredrickson, Tugade, Waugh & Larkin (2003) の報告や、ER の高い人はストレス時のコーピング過程でポジティブ情動を利用するとして Tugade & Fredrickson (2002; 2004) の報告を支持するものである。

自我同一性の探究過程にある現在の大学生を取り巻く現実を決して楽観視できるものではない。青年期のライフコースについて、かつてのような「標準」は想定できなくなっている。現代の大学生は、そうした現実に直面し、対応せざるを得ない状況にある。研究データからは、漠然とした将来よりも今を大切に、現在を中心に考える現在志向の学生像が浮かび上がった。そうした彼らの自我同一性の探究過程の現在の自己探究に ER は支援的に関与し、精神的健康を良好に維持するため、自らの持つ力（身体的、知的、情動的、社会的資源）を効果的に活用してストレスによるネガティブな影響を緩和していると考えられる。

研究 5 と 6 では、ER が成人期における適応、すなわちストレスを上手く乗り切ることによってどのように関与しているかを検討した。まず、研究 5 「エゴ・レジリエンスが中年期の発達課題に果たす役割」では、適応の指標として、精神的健康と中年期の発達課題であるジェネラティビティを採りあげた。具体的には、第 1 研究で ER とジェネラティビティおよび精神的健康の関連を検討し、第 2 研究で 1 次/2 次コントロール方略を介した ER とジェネラティビティとの関連を検討した。2 つの研究の結果から、ER が高い人ほどジェネラティビティが高く精神的健康が良好であること、ER がジェネラティビティ（社会次世代貢献、自己成長・充実感）の獲得を直接的にも間接的にも支援すること、ER が高い人ほど 1 次/2 次コントロール方略を多く採用することが確認された。これらは、ER がこの時期の生活や社会での適応的機能の予測因子であるとした Klohnen et al. (1996) や、ER が日常的ストレスに対処し生活にうまく適応するのに役

立つとした Ong et al. (2006) の指摘を支持するものと考えられる。さらに、年代別の比較では、ER は年代ごとに選択的に 1 次/2 次コントロール方略に関与し、ジェネラティビティの獲得に有効な間接的支援をしていることも明らかとなり、自らの心理的資源 (ER や方略の効果的な発現) によって中年期の課題にうまく対処していることが確認された。

成人期を対象とした研究 6 の「唾液中クロモグラニン A を指標とした心理的ストレス反応とエゴ・レジリエンスとの関連」では、唾液由来の CgA をストレスマーカーとして使用した。安静時、ストレス負荷時、自力回復時の 3 回の唾液採取によって得られた CgA の反応 (心理的ストレス反応) パターンから、ストレス負荷に比較的速やかな反応を示し、ベースラインへの自力回復を示した反応パターン (下上型・上下型) の実験参加者は ER が高く、比較的ストレスに弾力的に対応することが明らかとなった。Block et al.(1980)および Block (1987) によれば、ER の高い人は、状況に応じて適切に、あるいは必要に応じて、自らの衝動をオーバー、アンダーいずれのレベルにも柔軟に調整することができる。ストレスフルな状況下でも弾力的な適応が可能で、調整を要求している状況が差し迫ったものではなくなった後はもとに戻し、ストレスフルな経験後の回復も比較的早いとされる。ストレッサーを跳ね返すには適度な「弾力性」が要となる。ストレス負荷に弾力的な反応パターンを示したのが ER の高い群であったことから、一般化は困難であるものの、ER がストレスからの回復に役立っていることが示唆され、ER の特徴のひとつが明らかとなった。

成人期の発達研究では、成人期に見られるさまざまな変化について、Neugarten (1979) は一般に共通した発達の方向性よりも個人の特性の方が重きをなすとし、Kroger (2007) は発達課題の達成に個人の特性 (ER, 経験への開放性の水準, 認知スタイル, 自我の強さの水準など) が関係するとしている。研究データからは、ER が成人期の発達課題の達成を支援し、ストレスからの回復に有効な働きをしていることが示唆され、Neugarten (1979) や Kroger (2007) の指摘を裏付ける結果が得られたと考える。

発達課題である自我同一性の探究やジェネラティビティの獲得は、その段階に特有な生活構造の変化を伴う諸問題 (心理社会的課題) に対処し、適応していくことにほかならない。青年期と成人期を対象とした本論文の実証研究に共通する ER の知見を挙げてみると、ER が高い人ほど精神的健康が良好であること、ER が高い人ほどコーピング方略やコントロール方略を多く取り入れていること、ER の高い人ほど発達課題の達成がなされていた (あるいは達成していた人の方が ER が高かった) こと、ER が発達課題の達成を支援し、発達課題を介しても精神的健康を高めていたことがある。そして、これらの知見から日常生活の中での適応、すな

わちストレスを上手く乗り切ることにERがどう関与しているかについて2つの結論が導かれる。ひとつは、ERが自らの持つ力（身体的、知的、情動的、社会的資源）を効果的に活用して認識したストレスによるネガティブな影響を緩和し、精神的健康を良好に維持することであり、ERはこの働きによって、日常的ストレスに上手く対処し、ストレス反応から回復するのに寄与しているということである。もうひとつは、ERが青年期・成人期の発達課題の達成を促進することで、発達課題を介して間接的にも精神的健康を高める働きをすることが認められたことから、ERは青年期・成人期の生活において心理社会的に適応していくための重要な予測因子であるということである。

本論文中で述べてきたとおり、ERは生涯の発達段階を通して良好な適応状況を実現し、実社会へのポジティブな取組みの素因をつくるとされる。「状況に応じて柔軟に自我を調整し、日常的なストレスにうまく対処し適応できる能力」と定義したERは詳述すると、環境の変化や不測の事態への対処能力、その状況で求められることと行動の可能性との‘適合度の分析力’、問題解決方略における豊富なレパートリーの柔軟な発現力である。本論文の研究から導かれた2つの結論は、これを実証するものにほかならない。とりわけ、ERが発達課題の達成にとって重要な要因であることを明らかにできた点は、これまでの内外の先行研究では指摘されてこなかったことから注目されるべき知見である。

時代とともに生活環境は変化していく。少子少産高齢化というこれまで例のない事態が今、まさに進行中である。子どものころに学んだ知識が大人になったときには現実にそぐわないものになるという事態も生じている。かつて普遍的とされていた社会の価値規範は相対化し、多様な価値観や生活スタイルが許容されるようになった。近い将来についてのさまざまな予測はネガティブな情報とポジティブな情報が混在し、総じて不確実な印象をぬぐえない。西川(1999)が奇しくも指摘したように、現代はまさに社会の方向性が混沌とした曖昧で不確実な未来に向かわねばならない。そこに暮らす人々のストレスの源泉と性質も変化するであろう。だからこそ、どんな生活環境の変化にも「しなやかに」に対応していくことが求められ、ER研究に託される課題は多い。本論文において、ERについて、その概念と理論的基盤を明らかにし、日本語版尺度を作成して信頼性・妥当性を検証した。この日本語版尺度作成によって、これまで実現されなかった日本人サンプルによる実証的検討を行い、欧米の先行研究と比較可能な知見を得たことの意義は大きい。本論文が本邦におけるERの基礎的研究として位置づけられ、ERのこれからの研究の礎になること、また、このERの基礎的研究をさらなる実証研究へつなげ、そこからストレス社会を生き抜くための示唆に富む提言を行っていきたいと考える。

## 第10章 今後の課題

この本論文の研究全体を振り返り、残された課題を以下に述べる。

**ERの性差** 本研究では、尺度作成時のサンプルでのみERの性差が確認されたが、以後の研究ではすべて性差は確認されなかった。ERの性差については、欧米の研究でも一貫していない。得られた性差の結果が、それぞれのサンプルに固有の特徴であるのか、対象年齢によるものなのか、あるいは他の社会的要因が考えられるのか、性差に関する研究を積み重ねて検討する必要がある。

**適応の指標** 本研究では、日常生活の中での適応を「ストレスを上手く乗り切ること」ととらえ、精神的健康（GHQ）と発達課題（自我同一性、ジェネラティビティ）を指標とした。一連の研究間の整合性をもたせる意味で選択した指標であったが、自我同一性に関しては連続量での測定にならず、同一性地位による比較になっている。この点は今後の尺度選びの教訓としたい。そのうえで、日常生活の中での適応の指標については、年齢層ごとの多様性を考慮し、多面的な指標を採用してERとの関連を検討していく必要があると考える。

**事例研究** 本研究では、一部簡単な実験を試みた生理指標を用いているが、多くは質問紙による定量的なデータのみを扱っている。今回の研究では取り扱いきれなかった興味深い視点は多数存在する。事例研究もそのひとつに挙げられる。ERに関するより系統的な検討を行うためには、特定の年齢層（例えば、中年期）を対象としたライフストーリーの聞き取りに基づき、個人のERに関わる情報を収集し、生活上の変化の過程、変化への対応の仕方の特徴など総合的、系統的に分析・検討することが望まれる。

**ERを高める要因** ERは常に固定的なものではなく、高めることが可能な能力であると考えられる。ERは、自らの持てる力（身体的、知的、情動的、社会的資源）を効果的に活用し、活動障害や不安・抑うつなどのストレス反応を緩和するが、その過程で新たな資源を獲得し、さらにストレスへの対処能力やERを高める可能性も報告されている。ERを高める要因についての研究による知見が、具体的に自分でERを高めることができるワークブックなどに反映され、より身近なストレス対策が可能になることが期待される。

## 論文要旨

---

本論文は、エゴ・レジリエンス (Ego-Resiliency : 以下 ER) を「状況に応じて柔軟に自我を調整し、日常的なストレスにうまく対処し適応できる能力」と定義し、日常生活の中での適応、すなわちストレスを上手く乗り切ることに ER がどう関与しているかを検討することを目的とした。

### 第 I 部 理論的検討 (研究 1)

第 1 章では、これまで明確にされてこなかった ER の概念とその理論的基盤を詳述した。第 2 章では、ER と「エゴ」のつかないレジリエンスとの相違を、研究の変遷をふまえて指摘した。第 3 章では、ER の測定方法について概観し、Q 分類法と自己報告尺度について説明した。第 4 章では、ER の先行研究をパーソナリティ分類の視点、発達段階の視点から概観した。第 5 章では、新しい ER 研究の動向として「ポジティブ情動の拡張—形成理論」をとりあげ、この理論に基づく一連の実証研究から ER についての新しい知見を紹介した。最後に、日本での ER 研究の現状を述べた。

### 第 II 部 日本語版尺度作成と信頼性・妥当性の検討 (研究 2)

Block & Kremen (1996) による ER の自己報告尺度である ER89 (14 項目) の日本語版を作成し、その信頼性と妥当性を検討した (第 6 章)。作成した ER89 日本語版尺度は、原尺度と同じ 1 成分で構成される 14 項目で、十分な内的整合性と信頼性が検証された。また、佐藤・祐宗 (2009) の S-H 式レジリエンス検査との相関から併存的妥当性が確認され、中川・大坊 (1985) による GHQ-12 との相関から構成概念妥当性が確認された。さらに、ER89 日本語版尺度を用いて行った本論文中の研究 (3~5) における尺度の信頼性係数 ( $\alpha=.78\sim.88$ ) および ER と GHQ (精神的不全感) の一貫した負の相関による構成概念妥当性によって、本尺度の信頼性・妥当性が安定したものであり、青年期・成人期の対象に適用可能であることが示唆された。

### 第 III 部 実証的検討 (研究 3, 4, 5, 6)

ER が日常生活の中でストレスを上手く乗り切ること (適応) にどう関わっているのかについて、第 II 部で作成した ER89 日本語版尺度を用いて行った 4 つの実証研究の報告である。青年期・成人期の日本人サンプルに対し、適応の指標として精神的健康 (GHQ) と発達課題をとりあげて検討した。

第 7 章では、大学生を対象とした ER と自我同一性、精神的健康の関連 (研究 3-1) の仮説検証を行い、分散分析の結果から①同一性達成地位は他の地位に比べて ER が高く、

精神的健康度が良好であること、②同一性達成地位は他の地位に比べて職業決定の明確度が高いこと、③職業決定の明確度が高い人は、低い人に比べて ER が高いことが明らかとなった。また構造方程式モデルによって、④ER が自我同一性の確立（とりわけ現実の自己投入水準）および精神的健康に対しプラスの影響をもつことが確認された。さらに、自我同一性の基礎として位置づけられる時間的展望との関連（研究 3-2）では、⑤時間的展開性の未来志向の人は、過去志向の人より ER が高いこと、⑥時間的関連性の時間的統合がなされている人は、そうでない人より ER が高いことが明らかになった。

同じく大学生を対象とした ER、ストレッサー、ソーシャルサポート、コーピングと精神的健康の関連（研究 4）では、2 要因の分散分析と相関関係から①ER の高い人は ER が低い人と同じように問題やストレスに直面し、ネガティブな情動を経験していること、②ER の高い人の方が低い人に比べてより多くのサポートを認知していること、③ER の高い人は低い人に比べ、コーピングの問題解決・ポジティブ調整方略を多く取り入れていることが明らかとなった。また、共分散構造分析による因果モデルによって④ER、ソーシャルサポート、コーピングのポジティブ調整方略は精神的健康に良好な影響を与えること、⑤ER がソーシャルサポートの認知を高め、これを媒介として精神的健康へ良好な影響を与えること、⑥ER は問題解決、ポジティブ調整、情動表出のコーピング方略の採用を促し、問題解決、ポジティブ調整方略を媒介して精神的健康へ良好な影響を与えることが明らかとなった。

第 8 章では、中年期を対象に、ER が中年期の発達課題に果たす役割（研究 5）として、ジェネラティビティの獲得と精神的健康と ER の関連（第 1 研究）と、1 次/2 次コントロール方略を媒介とした ER とジェネラティビティの関連（第 2 研究）を検討した。それぞれ 2 要因の分散分析、相関関係、構造方程式モデルならびに年代別の多母集団同時分析を行った。結果として、①ER が高い人ほどジェネラティビティが高くなること、②ER が高い人ほど幸福感は高く、不安・抑うつや活動障害が少なく精神的健康が良好であること、③ER はジェネラティビティ（社会次世代貢献、自己成長・充実感）に対し直接正の影響を及ぼすこと、④ER はジェネラティビティ（社会次世代貢献、自己成長・充実感）を介して間接的に精神的健康、幸福感に影響を及ぼすこと、⑤ER は GHQ には負の、幸福感には正の影響を及ぼすこと、⑥ER が高いほど 1 次/2 次コントロールのすべての方略を多く採用すること、⑦ER は、ジェネラティビティの発達（獲得）にあたって直接的間接的にこれを促進する役割を果たすこと、⑧ER は、ジェネラティビティの発達（獲得）を促

す 2 次コントロール方略にも大きく関与すること、⑨ER は年代ごとに選択的に方略に関与し、ジェネラティビティの発達（獲得）に有効な間接的支援をしていること、⑩年代が高くなるほどジェネラティビティの発達（獲得）に ER の直接的な影響力が増すことが明らかとなった。

さらに、成人期の就労者を対象とした ER と心理的ストレス反応の関連の検討（研究 6）では、軽微なストレス負荷をかける実験を行った。ストレス計測の指標として 3 時点（安静時・ストレス負荷時・自力回復時）の唾液を採取し、唾液中クロモグラニン A 濃度の時系列データによる反応パターン（ストレス反応パターン）によって分析を行った。結果として 4 分類（下上型・上下型・下下型・上上型）されたストレス反応パターンと ER との関連から、①ストレス負荷に比較的速やかな反応を示し、ベースラインへの自力回復を示した反応パターン（下上型・上下型）の実験参加者は ER が高く、比較的ストレスに弾力的に対応すること、②ストレスを長期化・慢性化させる可能性のある反応パターン（上上型・下下型）を示した実験参加者は ER が低く、ストレスに脆弱であることが示唆され、ER がストレス反応に密接な関連があることが明らかとなった。

#### 第IV部 総括

第 9 章は総合考察として、ER89 日本語版尺度を用いて行った実証的検討（研究 3, 4, 5, 6）から得られた知見をまとめ、考察した。精神的健康（GHQ）と発達課題を適応の指標とした青年期・成人期の 4 つの実証研究から共通して検証された知見は、ER が高い人ほど精神的健康が良好であること、ER が高い人ほどコーピング方略やコントロール方略を多く取り入れていること、ER が高い人ほど発達課題の達成がなされていた（あるいは達成していた人ほど ER が高かった）こと、ER が発達課題の達成を支援し、発達課題を介しても精神的健康を高めていたことであった。そして、それらの知見から日常生活の中での適応、すなわちストレスを上手く乗り切ることに ER がどう関与しているかについて 2 つの結論が導かれた。ひとつは、ER が自らの持つ力（身体的、知的、情動的、社会的資源）を効果的に活用して認識したストレスによるネガティブな影響を緩和し、精神的健康を良好に維持することであり、ER はこの働きによって、日常的ストレスに上手く対処し、ストレス反応から回復するのに寄与しているということである。もうひとつは、ER が青年期・成人期の発達課題の達成を促進することで、発達課題を介して間接的にも精神的健康を高める働きをすることが認められたことから、ER は青年期・成人期の生活において心理社会的に適応していくための重要な予測因子であるということである。本論文中

で述べてきたとおり、ER は生涯の発達段階を通して良好な適応状況を実現し、実社会へのポジティブな取組みの素因をつくとされる。「状況に応じて柔軟に自我を調整し、日常的なストレスにうまく対処し適応できる能力」と定義した ER は詳述すると、環境の変化や不測の事態への対処能力、その状況で求められることと行動の可能性との‘適合度の分析力’、問題解決方略における豊富なレパートリーの柔軟な発現力である。本論文の研究から導かれた 2 つの結論は、これを実証するものにはかならない。とりわけ、ER が発達課題の達成にとって重要な要因であることを明らかにできた点は、これまでの内外の先行研究では指摘されてこなかったことから注目されるべき知見である。

本論文において、ER について、その概念と理論的基盤を明らかにし、日本語版尺度を作成して信頼性・妥当性を検証した。そして、この日本語版尺度作成によって、これまで実現されなかった日本人サンプルによる実証的検討を行い、欧米の先行研究と比較可能な知見を得たことの意義は大きい。本論文が本邦における ER の基礎的研究として位置づけられ、ER のこれからの研究の礎になること、また、これからの ER 研究から得られた知見は、複雑で多様化した現代のストレス社会を生き抜くための示唆に富む提言につながっていくものであることを総合考察のまとめとして述べた。

最後の第 10 章では、研究全体を振り返り、残された課題として①ER の性差、②適応の指標、③事例研究、④ER を高める要因の 4 点をあげ、今後の研究への抱負を述べた。

## 引用文献

- Alessandri, G., Vecchio, G., Steca, P., Caprara, M.G., & Caprara, G.V. (2007). A revised version of Kremen and Block's Ego-Resiliency Scale in an Italian sample. *Testing, Psychometrics, Methodology in Applied Psychology*, **14**, 1-19.
- Alessandri, G., Vecchione, M., Caprara, G., & 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** (2), 139-146.
- Allport, G.W., & Odbert, H.S. (1936). Trait-names : A psycholexical study. *Psychological Monographs*, **47**(1), 1-171.
- Anthony, E.J. (1987a). *Risk, vulnerability, and resilience*. In Anthony, E.J. & Coler, B.J. (Eds.) : *The Invulnerable Child*. The Guilford Press, 3-48.
- Anthony, E.J. (1987b). *Children at high-risk for psychosis growing up successfully*. In Anthony, E.J. & Coler, B.J. (Eds.) : *The Invulnerable Child*. The Guilford Press, 147-184.
- Arend, R., Gove, F.L., & Sroufe, L.A. (1979). Continuity of individual adaptation from infancy to kindergarten: A predictive study of ego-resiliency and curiosity in preschoolers. *Child Development*, **50**, 950-959.
- Asendorpf, J.B. (2002). Editorial : The Puzzle of Personality Types. *European Journal of Personality*, Eur. J. Pers. **16** : S1-S5.
- Asendorpf, J.B., Borkenau, P., Ostendorf, F., & Van Aken, M.A.G. (2001). Carving Personality Description at its Joints: Confirmation of Three Replicable Personality Prototypes for both Children and Adults. *European Journal of Personality*, **15**, 169-198.
- Asendorpf, J.B., Van Aken, M.A.G. (1999). Resilient, Overcontrolled, and Undercontrolled Personality Prototypes in childhood: Replicability, predictive Power, and the trait-Type Issue. *Journal of Personality and Social Psychology*, **77** (4), 815-832.
- Baltes, P.B. (1987). Theoretical proposition of life-span developmental psychology: On the dynamics between growth and decline. *Developmental Psychology*, **23**, 611-696.

- Beck, A. T., Ward, C. H., Mendelson, M., Mock, J., & Erbaugh, J. (1961). An inventory for measuring depression. *Archives of General Psychiatry*, 4, 53-63.
- Block, J. (1965). *The challenge of response sets: Unconfounding meaning, acquiescence, and social desirability in the MMPI*. New York: Appleton-Century-Crofts.
- Block, J. (1971). *Lives through time*. Berkeley, CA : Bancroft Books.
- Block, J. (1978). *The Q-sort method in personality assessment and psychiatric research*. Palo Alto,CA : Consulting Psychologists Press. (Original work published 1961)
- Block, J. (1987). *Longitudinal Antecedents of Ego-Control and Ego-Resiliency in Late Adolescence*. At the Symposium “Longitudinal Approaches to Adolescent Adaptation”, Running head : Society for Research in Child Development Talk.
- Block, J. (1991). *Prototypes for the California Adult Q-set*. Berkley : Department of Psychology, University of california.
- Block, J. (1993). *Ego-resiliency through Time*. The Biennial Meeting of the Society for Research in Child Development, New Orleans, LA.
- Block, J. (2002). *Personality as an Affect-Processing System : Toward an integrative theory*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Block, J., Block, J.H. (1977). *The Developmental Continuity of Ego Control and Ego Resiliency: Some Accomplishments*. Paper presented at the Biennial Meeting of the Society for research in Child Development (New Orleans, Louisiana).
- Block, J.H., & Block,J. (1969). *The California Child Q-set*. Palo Alto, Calif. : Consulting Psychologists Press.
- 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* , 13, 39-101.
- Block, J.H., & Block, J. (2006). Venturing a 30-year longitudinal study. *American Psychologist*, 16, 315-327.
- Block, J., Block, J.H., & Keyes, S. (1988). Longitudinally foretelling drug usage in adolescence : Early childhood personality and environmental precursors. *Child Development*, 59, 336-355.
- Block, J.H., & Gjerde, P.F. (1990). Depressive symptoms in late adolescence: A

- longitudinal perspective on personality antecedents. In J.Rolf, A.S.Masten, D, Cicchetti, K.H.Nuechterlein, & S. Weintraub (Eds.), *Risk and protective factors in the development of psychology*. New York:Cambridge University Press. 334-360.
- Block, J., & Kremen, A.M. (1996). IQ and ego-resiliency: Conceptual and empirical connections and separateness. *Journal of Personality and Social Psychology*, **70**, 349-361.
- Block, J., & Turula, E. (1963). Identification, ego control, and adjustment. *Child Development*, **34**, 945–953.
- Boehm, B., Asendorpf, J.B., & Avia, M.D. (2002). Replicable types and subtypes of personality: Spanish NEO-PI samples. *European Journal of Personality*, **16**, 25-41.
- Caldwell, J.G., & Shaver, P.R. (2012). Exploring the Cognitive-Emotional Pathways between Adult Attachment and Ego-Resiliency. *Individual Differences Research*, **10**, No. 3, 141-152.
- Caprara, M.G., Steca, P., & De Leo, G. (2003). La misura dell'ego-resiliency [The Ego-Resiliency measurement]. *Ricerche di Psicologia*, **26**, 7-23.
- Caspi, A., & Herbener, E. S. (1990). Continuity and change : Assortative marriage and the consistency of personality in adulthood. *Journal of Personality and Social Psychology*, **58**, 250-258.
- Caspi, A., & Silva, P. A. (1995). Temperamental qualities at age 3 predict personality traits in young adulthood : Longitudinal evidence from a birth cohort. *Child Development*, **66**, 486-498.
- Caspi, A., Sugden, K., Moffitt, T.E., Taylor, A., Craig, I.W., Harrington, H., McClay, J., Mill, J., Martin, J., Braithwaite, A., & Poulton, R. (2003). Influence of Life Stress on Depression: Moderation by a Polymorphism in the 5-HTT Gene. *Science*, 301, no.5631, 386-389.
- Cohen, S. & Wills, T.A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, **98** (2), 310-357.
- Cohn, M.A., Fredrickson, B.L., Brown, S.L., Mikels, J.A. & Conway, A.M. (2009). Happiness Unpacked: Positive Emotions Increase Life Satisfaction by Building Resilience. *Emotion*, **9** (3), 361-368.

- Compas, B. E. (1987). Coping with stress during childhood and adolescence. *Psychological Bulletin*, **101** (3), 393-403.
- Compas, B.E., Orosan, P.G., & Grant, K.E. (1993). Adolescent stress and coping : Implications for psychopathology during adolescence. *Journal of Adolescence*, **16** (3), 331-349
- Cottle, T.J. (1967). The circles test : an investigation of perceptions of temporal relatedness and dominance. *Journal of Projective Technique & Personality Assessment*, **31**, 58-71.
- 大坊郁夫・中野星 (1987). 日本版 GHQ 短縮版の有効性 日本心理学会第 51 回大会発表論文集, 737.
- 田亮介・田辺英・渡邊衡一郎 (2008). 精神医学におけるレジリエンス概念の歴史, 精神経誌, **110** (9) , 759-763.
- de St. Aubin, E., & McAdams, D. P. (1995). The relations of generative concern and generative action to personality traits, satisfaction/happiness with life, and ego development. *Journal of Adult Development*, **2**, Issue 2, 99-112.
- Dohr, J.H. & Forbess, L.A. (1986). Creativity, arts, and profiles of aging : A reexamination. *Educational Gerontology*, **12**, 123-138.
- Eisenberg, N., Valiente, C., Fabes, R.A., Smith, C.L., Reiser, M., Shepard, S.A., Losoya, S.H., Guthrie, I.K., Murphy, B.C., & Cumberland, A.J. (2003). The Relations of Effortful Control and Ego Control to Children's Resiliency and Social Functioning. *Developmental Psychology*, **39**, No. 4, 761-776.
- Erikson, E. H. (1950). *Childhood and society*. NY: W. W. Norton & Company.  
(エリクソン, E. H. 仁科弥生(訳) (1977). 幼児期と社会 1 みすず書房)
- Erikson, E. H. (1959). *Identity and the life cycle*. New York:International Universities Press.  
(エリクソン, E. H. 小此木啓吾(訳編) (1973). 自我同一性—アイデンティティとライフサイクル 誠信書房)
- Erikson, E. H. (1963). *Childhood and society*. (Rev. ed.) NY: W. W. Norton & Company.  
(エリクソン, E. H. 仁科弥生(訳) (1980). 幼児期と社会 2 みすず書房)

- Erikson, E. H., & Erikson, J. M. (1997). *The life cycle completed*. NY: W. W. Norton & Company.
- (エリクソン, E. H.・エリクソン, J. M. 村瀬孝雄・近藤邦夫(訳) (2001). ライフサイクル, その完結増補版 みすず書房)
- Fleishman, J.A. (1984). Personality Characteristics and Coping Patterns. *Journal of Health and Social Behavior*, **25**, 229-244.
- Flores, E., Cicchetti, D., & Rogosch, F.A. (2005). Predictors of Resilience in Maltreated and Nonmaltreated Latino Children. *Developmental Psychology*, **41** (2), 338-351.
- Fonzi, A., & Menesini, E. (2005). Strategie di coping e caratteristiche di resilienza in adolescenza [Coping strategies and resilience characteristics in adolescence]. *Psicologia Clinica dello Sviluppo*, **3**, 437-456.
- Fredrickson, B.L. (1998). What good are positive emotions? *Review of General Psychology*, **2**, 300-319.
- Fredrickson, B.L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology - the broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, **56**, 218-226.
- Fredrickson, B.L. (2003). The value of positive emotions: The emerging science of positive psychology is coming to understand why it's good to feel good. *American Scientist*, **91**, 330-335.
- Fredrickson, B.L., & Joiner, T. (2002). Positive emotions trigger upward spirals toward emotional well-being. *Psychological Science*, **13**, 172-175.
- Fredrickson, B.L., Tugade, M.M, Waugh, C.E., & Larkin, G.R. (2003). What good are positive emotions in crisis? A prospective study of resilience and emotions following the terrorist attacks on the United States on September 11th, 2001. *Journal of Personality and Social Psychology*, **84** (2), 365-376.
- 深瀬裕子・岡本祐子 (2010). 中年期から老年期に至る世代継承性の変容, 広島大学大学院教育学研究科紀要 第三部, **59**, 145-152.
- Funder, D.C., Block, J. (1989). The role of ego-control, ego-resiliency, and IQ in delay of gratification in adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology*, **57**, 1041-1050.
- Funder, D. C., & Colvin, C. R. (1988). Friends and strangers: Acquaintanceship,

- agreement, and the accuracy of personality judgment. *Journal of Personality and Social Psychology*, **55**, 149-158.
- Gamegy, N. (1971). Vulnerability research and the issue of primary prevention. *American Journal of Orthopsychiatry*, **41** (1), 101-116.
- Gamegy, N. (1987). Stress, competence, and development : Continuities in the study of schizophrenic adults, children vulnerable to psychopathology, and the search for stress-resistant children. *American Journal of Orthopsychiatry*, **57** (2), 159-174.
- Gramzow, R.H., Sedikides, C. Panter, A.T. & Insko, C.A. (2000). Aspects of self-regulation and self-structure as predictors of perceived emotional distress. *Personality and Social Psychology Bulletin*, **26**, 188-206.
- Gramzow, R.H., Sedikides, C., Panter, A.T., Sathy, V., Harris, J., & Insko, C.A. (2004). Patterns of Self-Regulation and the Big Five. *European Journal of Personality*, *Eur. J.Pers.* **18**, 367-385.
- Grotevant, H.D. (1987). Toward a process model of identity formation. *Journal of Adolescent Research*, **2**, 203-222.
- Grotevant, H. D., Thorbecke, W., & Meyer, M. (1982). An extension of Marcia's Identity Status Interview into interpersonal domain. *Journal of Youth and Adolescence*, **11**, 33-47.
- Harber, K.D., Einev-Cohen, M., & Lang, F. (2008). They heard a cry: Psychosocial resources moderate perception of others' distress. *European Journal of Social Psychology*, **38**, 296-314.
- 畑潮・小杉幹子・小野寺敦子 (2011). 唾液中クロモグラニン A を指標とした心理的ストレス反応とエゴ・レジリエンスとの関連 目白大学心理学研究, **7**, 67-79.
- 畑潮・小野寺敦子 (2007). エゴ・レジリエンスに関する研究(1)～日本語 ER(Ego-Resilience) 89 尺度作成の試み～ 日本発達心理学会第 18 回大会論文集, 705.
- 畑潮・小野寺敦子 (2009). 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 目白大学心理学研究, **5**, 107-116.
- 畑潮・小野寺敦子 (2013a). Ego-Resiliency 尺度 (ER89) 日本語版作成と信頼性・妥当性の検討 パーソナリティ研究, **22**, 37-47.
- 畑潮・小野寺敦子 (2013b). 大学生のエゴ・レジリエンスと自我同一性および精神的健康

- の関係 目白大学心理学研究, **9**, 37-51.
- 畑潮・小野寺敦子 (2013c). 大学生のエゴ・レジリエンスが精神的健康に及ぼす影響—ソーシャルサポート, コーピングとの関連から— 日本パーソナリティ心理学会第22回大会論文集, 190.
- 原口雅浩・尾関友佳子・津田彰 (1992). 大学生の心理的ストレス過程—ストレスフル・イベントに対するコーピングの分析— 九州大学教養部心理学研究報告, **10**, 1-16.
- Hathaway, S. R., & McKinley, J. C. (1989). *MMPI-2: Minnesota multiphasic personality inventory-2*. Minneapolis, MN: The University of Minnesota Press.
- Heckhausen, J. (1990). Zeitschrift für Entwicklungspsychologie und Pädagogische, *Psychologie*, **22**, 1-21.
- Heckhausen, J. (1997). Developmental regulation across adulthood: Primary and secondary control of age-related challenges. *Developmental Psychology*, **33**, 176-187.
- Heckhausen, J. (1998). *Motivation and self-regulation across the life span*. In J. Heckhausen (Ed); C.S. Dweck (Ed). New York, NY, US: Cambridge University Press.
- Heckhausen, J. (2000). Developmental regulation across the life span: An action-phase model of engagement and disengagement with developmental goals. In J. Heckhausen (Ed.), *Motivational psychology of human development: Developing motivation and motivating development*, 213-231.
- Heckhausen, J. (2001). Adaptation and Resilience in Midlife. Lachman, Margie E. (Ed), *Handbook of midlife development*. Wiley series on adulthood and aging. 345-391. Hoboken, NJ, US: John Wiley & Sons Inc.
- Heckhausen, J., Dixon, R.A., Baltes, P.B. (1989). Gains and losses in development throughout adulthood as perceived by different adult age groups. *Developmental Psychology*, **25**, 109-121.
- Heckhausen, J., & Dweck, C.S.(Eds). (1998). *Motivation and self-regulation across the life span*. New York: Cambridge University Press.

- Heckhausen, J., & Schulz, R. (1993). Optimization by selection and compensation : Balancing primary and secondary control in life span development. *International Journal of Behavioral Development*, **16**, 287-303.
- Heckhausen, J., & Schulz, R. (1995). A life-span theory of control. *Psychological Review*, **102**, 284-304.
- Heckhausen, J., & Schulz, R. (1996). A life-span model of successful aging. *American Psychologist*, **54**, 702-714.
- 日潟淳子・齊藤誠一 (2007). 青年期における時間的展望と出来事想起および精神的健康との関連 発達心理学研究, **18** (2), 109-119.
- 平田祐子 (2010). コーピングタイプと精神的健康との関係に関する研究の動向—社会福祉実践への応用に向けて— 関西学院大学人間福祉学部・人間福祉研究科紀要 *Human Welfare*, **2** (1), 5-16.
- 廣瀬倫也・加藤実 (2009). 唾液を検体とした新しいストレス評価法—唾液クロモグラニンAおよび唾液 $\alpha$ -アミラーゼ活性によるストレス評価 臨床検査, **53** (7), 807-811.
- 石原由紀子・中丸澄子 (2007). レジリエンスについて—その概念, 研究の歴史と展望— 広島文教女子大学紀要, **42**, 53-81.
- 井澤修平・城月健太郎・菅谷渚・小川奈美子・鈴木克彦・野村忍 (2007). 唾液を用いたストレス評価—採取及び測定手順と各種唾液中物質の特徴— 日本補完代替医療学会誌, 第4巻第3号, 113-118.
- 伊澤冬子 (2004). 楽観的説明スタイルおよび属性的楽観性が対人ストレス過程における認知的評価およびコーピングに及ぼす影響 日本パーソナリティ心理学会大会発表論文集 (13), 76-77
- John, O.P. (1990). The 'Big Five' factor taxonomy : Dimensions of personality in natural language and in questionnaires. In L.A.Pervin (Ed.), *Handbook of personality : Theory and research*. 66-100. New York: Guilford.
- John, O. P., Donahue, E. M., & Kentle, R. L. (1991). *The "Big Five" inventory: Versions 4a and 45*. Berkeley, CA: Institute of Personality Assessment and Research.
- 神村栄一・戸ヶ崎泰子・坂野雄二 (1994). 階層モデルにもとづく対処反応尺度作成の試み 日本教育心理学会 総会発表論文集, **36**, 181.
- 神村栄一・海老原由香・佐藤健二・戸ヶ崎泰子・坂野雄二 (1995). 対処方略の三次元モ

- デルの検討と新しい尺度 (TAC-24) の作成 教育相談研究, **33**, 41-47.
- 加藤 厚 (1983). 大学生における同一性の諸相 教育心理学研究, **31** (4), 292-302.
- 木村愛・小林正幸・松田修 (2003). 大学生のストレス過程に関する研究 東京学芸大学  
教育学部附属教育実践総合センター研究紀要, **27**, 27-40.
- Klohn, E.C. (1996). Conceptual analysis and measurement of the construct of  
ego-resiliency. *Journal of Personality and Social Psychology*, **70**, 1067- 1079.
- Klohn, E.C., Vandewater, EA, Young, A. (1996). Negotiating the middle years:  
Ego-resiliency and successful midlife adjustment in women. *Psychology and Aging*,  
**11**, 431-442.
- 児美川孝一郎 (2006). 若者とアイデンティティ 法政大学出版局
- Kroger, J. (2007). Identity formation : Qualitative and quantitative methods of inquiry.  
In M. Watzlawik & A. Born (Eds.). *Capturing identity : Qualitative and  
quantitative methods*, 179-196. Lanham, MD : University Press of America.
- 串崎幸代. (2005). E.H.Erikson のジェネラティビティに関する基礎的研究—多面的なジ  
ェネラティビティ尺度の開発を通して— 心理臨床学研究, **23** (2), 197-208.
- Kwok, O., Hughes, J.N., & Luo, W. (2007). Role of resilient personality on lower  
achieving first grade students' current and future achievement. *Journal of school  
Psychology*, **45**, 61-82.
- Lazarus, R.S., & Folkman, S. (1984). Stress, Appraisal, and Coping. New York:  
Springer Publishing Company.  
(ラザルス, R.S. 本明寛・春木豊・織田正美 (監訳) (2007). ストレスの心理学  
実務教育出版)
- Letzring, T.D., Block, J., & Funder, D.C. (2005). Ego-control and ego-resiliency:  
Generalization of self-report scales based on personality descriptions from  
acquaintances, clinicians, and the self. *Journal of Research in Personality*, **39**,  
395-422.
- Levinson, D.J. (1978). The Seasons of Man's Life. New York: Alfred A. Knopf.  
(レビンソン, D. J. 南博(訳) (1980). 人生の四季 講談社)
- Lewin, K. (1951). *Field theory and social science*. New York : HaperCollins Publishers.  
(レヴィン, K. 猪俣佐登留訳 (1979) . 社会科学における場の理論 誠信書房)

- Luthar, S.S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: a critical evaluation and guidelines for work. *Child Development*, **71**, 543-562.
- Luthar, S.S., Zigler, E. (1991). Vulnerability and competence : A review of research on resilience in childhood. *American Journal of Orthopsychiatry*, **61** (1), 6-22.
- Lyubomirsky, S., & Lepper, H. S. (1999). A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. *Social Indicators Research*, **46**, 137-155.
- 前垣綾子・滋野和江 (2011). UPIによる大学生の精神的健康の実態 北海道文教大学紀要, **35**, 115-126.
- Marcia, J.E. (1966). Development and validation of ego identity status. *Journal of Personality and Social Psychology*, **3**, 551-558.
- 丸島令子. (2005). 世代性尺度の作成 : 世代性の関心と行動モデルの測定 心理臨床学研究, **23** (4), 422-433.
- Masten, A.S. (1994). *Resilience in individual development: Successful adaptation despite risk and adversity*. In M.C.Wang&E.W.Gorden (Eds.), Educational resilience in inner-city America: Challenges and prospects Hillsdale, NJ: Erlbaum. 3-25.
- 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.
- Masten. A.S. & Gewirtz, A.H.(2006). Vulnerability and resilience in early child development. In McCartney, Kathleen & Phillips, Deborah (Eds.) *Blackwell Handbook of early Childhood Development*. Blackwell. 22-43.
- McAdams, D. P., & de St. Aubin, E. (1992). A theory of generativity and its assessment through self-report, behavioral acts and narrative themes in autobiography. *Journal of Personality and Social Psychology*, **62**, 1003-1015.
- McAdams, D. P., & de St. Aubin, E. (1998). The anatomy of generativity. In D. P. McAdams, & E. de St. Aubin, (Eds), *Generativity and Adult Development*, 7-43, American Psychological Association.
- McAdams, D. P., Reynolds, J., Lewis, M., Patten, A. H., & Bowman, P. J. (2001). When bad things turn good and good things turn bad: Sequences of redemption and

- contamination in life narrative and their relation to psychosocial adaptation in midlife adults and in students. *Personality and Social Psychology Bulletin*, **27**, 474-485.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (1985). Updating Norman's adequate taxonomy : Intelligence and personality dimensions in natural language and in questionnaires. *Journal of Personality and Social Psychology*, **49**, 710-721.  
(Abstract)
- 水野正憲 (1998). 自我同一性の型を測定する質問紙「自我同一性パターン尺度 IPS」の検討 岡山大学教育学部研究集録, **107**, 151-158.
- 森敏昭・清水益治・石田潤・富永美穂子・Hiew,C.C. (2002). 大学生の自己教育力とレジリエンスの関係 広島大学学校教育実践学研究, **8**, 179-187.
- 無藤隆 (2004). 情動 無藤隆・森敏明・遠藤由美・玉瀬耕治 (著) 心理学 有斐閣
- Munly, P.H. (1975). Erik Erikson's theory of psychosocial development and vocational behavior. *Journal of Counseling Psychology*, **22**, 314-319.
- Munly, P.H. (1977). Erikson's theory of psychosocial development and career development. *Journal of Vocational Behavior*, **10**, 261-269.
- Murphy, L.B. (1974). Coping, vulnerability, and resilience in childhood. In Coelho, George W., Hamburg, David A. & Adams, John E. (Eds.) *Coping and Adaptation. Basic Books*. 69-100.
- 中川泰彬・大坊郁夫 (1985). 日本版 GHQ 精神健康調査票<手引> 日本文化科学社.
- 中井大介・茅野理恵・佐野司 (2007). UPI から見た大学生のメンタルヘルスの実態 筑波学院大学紀要, **2**, 159-173.
- 中村陽吉 (2000). 対人場面における心理的個人差 ブレーン出版
- 中根秀雄 (1999). 新規精神的ストレス指標としての唾液中クロモグラニンA トヨタ中央研究所 R&D レビュー, **34** (3), 17-22.
- 中尾達馬・加藤和生 (2005). CAQ 版 ER 尺度 (CAQ-Ego-Resiliency Scale) 作成の試み パーソナリティ研究, **13** (2) , 272-274.
- Neugarten, B.L. (1979). Time, age, and the life cycle. *American Journal of Psychiatry*, **136**, 887-894.
- 新納美美・森俊夫 (2001). 企業労働者への調査に基づいた日本版 GHQ 精神健康調査票 12

- 項目版 (GHQ-12) の信頼性と妥当性の検討 精神医学, **43** (4), 431-436.
- 西川隆蔵 (1999). パーソナリティの開放性－閉鎖性の研究 風間書房
- 西山温美・笹野友寿 (2004). 大学生の精神健康に関する実態調査 川崎医療福祉学会誌, **14**, 183-187.
- 野村信威・橋本幸 (2006). 青年期における回想と自我同一性および心理的適応の関連 パーソナリティ研究, **15** (1), 20-32.
- 小花和 W. 尚子 (1999). 幼児のストレス反応とレジリエンス 四条暁学園女子短期大学研究論集, **33**, 47-62.
- 小川一夫 (1997). 社会心理学用語辞典, 127-128.
- 沖野良枝・山口曜子・岸友里・那須光章・長澤晋吾 (2005). 周手術期実習中の看護援助における学生のストレス認知と生理的反応との関連－唾液中クロモグラニン A (CgA), コルチゾールによる検討－ 滋賀県立大学人間看護学研究, **2**, 79-87.
- Ong, A.D., Bergerman, C.S., Bisconti, T.L., & Wallace, K.A (2006). Psychological resilience, positive emotions and successful adaptation in later life. *Journal of Personality and Social Psychology*, **91**, 730-749.
- 大石郁美・岡本祐子 (2009). 青年期における時間的展望とレジリエンスとの関連 広島大学大学院心理臨床教育研究センター紀要, **8**, 43-53
- 大竹恵子 (2006). ポジティブ感情の機能と社会的行動 島井哲志 (編) ポジティブ心理学 ナカニシヤ出版, 83-98.
- 小野寺敦子 (2008). ego-resilience が母親の養育態度に与える影響 目白大学心理学研究, **4**, 25-34.
- 小野寺敦子 (2009). 親子関係が青年の無気力感に与える影響 目白大学心理学研究, **5**, 25-34.
- 小塩真司 (2010). はじめて学ぶパーソナリティ心理学 ミネルヴァ書房
- 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.
- 尾関友佳子・原口雅浩・津田彰 (1991). 大学生の生活ストレス、コーピング、パーソナリティとストレス反応 健康心理学研究, **4**, 1-9.
- 尾関友佳子・原口雅浩・津田彰 (1994). 大学生の心理的ストレス過程の共分散構造分析 健康心理学研究, **7**, 20-36.

- Ozer, D. J., & Gjerde, P. F. (1989). Patterns of personality consistency and change from childhood through adolescence. *Journal of Personality*, **57**, 483-507.
- Pals, J.L. (1999). Identity consolidation in early adulthood: Relations with ego-resiliency, the context of marriage, and personality change. *Journal of Personality*, **67** (2), 295-329.
- Park, JA, & Lee, EK. (2011). Influence of Ego-resilience and Stress Coping Styles on College Adaptation in Nursing Students. *Journal of Korean Academy of Nursing Administration*, **17** (3), 267-276.
- Riggio, R. E. (1986). Assessment of basic social skills. *Journal of Personality and Social Psychology*, **51**, 649-660.
- Ryff, C. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, **57**, 1069-1081.
- Robins, R.W., John, O.P., Caspi, A., Moffitt, T.E., & Stouthamer-Loeber, M. (1996). Resilient, overcontrolled, and undercontrolled boys : Three replicable personality types. *Journal of Personality and Social Psychology*, **70** (1), 157-171.
- Rutter, M. (1985) . Resilience in the face of adversity : Protective factors and resistance to psychiatric disorder. *British journal of Psychiatry*, **147**, 598-611.
- Rutter, M. (1987) . Psychosocial resilience and protective mechanisms. *American Journal of Orthopsychiatry*, **57** (3), 316-331.
- 坂野雄二・福井知美・熊野宏昭・堀江はるみ・川原健資・山本晴義・野村忍・末松弘行 (1994). 新しい気分調査票の開発とその信頼性・妥当性の検討 心身医学, **34** (8), 629-636.
- 佐藤琢志・祐宗省三 (2009). レジリエンス尺度の標準化の試み - 『S-H 式レジリエンス検査 (パート1)』の作成および信頼性・妥当性の検討 (看護に活用するレジリエンスの概念と研究) 看護研究, **42**(1), 45-52.
- 佐藤裕樹・岡本祐子 (2010). 大学生におけるアイデンティティの確立と時間的展望—TAT物語にみられる時間的統合の観点から— 広島大学大学院心理臨床教育センター紀要, **9**, 54-66.
- Schaie, K.W., and Willis, S.I.(2001). *Adult Development and Aging*, 5<sup>th</sup> Ed. Pearson Education, Inc.

- (岡林秀樹 (訳) (2006) . 成人発達とエイジング<第 5 版> ブレーン出版)
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1985). Optimism, coping, and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*, **4**, 219-247.
- Schnabel, K., Asendorpf, J.B., & Ostendorf, F. (2002). Replicable Types and Subtypes of Personality : German NEO-PI-R versus NEO-FFI. *European Journal of Personality*, **16**, 7-24.
- Shaver, P.R., & Mikulincer, M. (2007). Adult attachment strategies and the regulation of emotion. In J.J.Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation*, 446-465. New York, NY: Guilford Press.
- 嶋 信宏 (1990). ソーシャルサポート研究の現状と臨床場面への応用 東京大学教育学部心理相談室紀要, **12**, 63-72.
- 嶋 信宏 (1992). 大学生におけるソーシャルサポートの日常的ストレスに対す効果 社会心理学研究, **7** (1), 45-53.
- 清水弘司・Gjerde, P.F. (1993) . Q 分類による性格測定—California Adult Q-set (CAQ) 日本語版作成の試み— 埼玉大学紀要教育学部 (教育科学Ⅲ) , **42** (1), 55-62.
- 下仲順子 (2006). 中年世代のエイジレス社会への準備 臨床心理学, **6** (33), 348-353.
- 下山晴彦 (1986). 大学生の職業未決定の研究 教育心理学研究, **34** (1), 20-30.
- 白井利明 (1996). 日本の女子青年の時間知覚における Cottle の仮説の検討—サークル・テストとライン・テストの結果から— 大阪教育大学紀要 第IV部門, **44** (2), 209-218.
- 庄司順一 (2009) . リジリエンスについて 人間福祉学研究, **2** (1), 35-45.
- Shultz, R., & Heckhausen, J. (1996). A life span model of successful aging. *American Psychologist*, **51**, 702-714.
- Siddique, C & D'Arcy, C. (1984). Adolescence, stress, and psychological well-being. *Journal of Youth and Adolescence*, **13**, Issue 6, 459-473.
- Smith, G.J.W. & Meer, G. (1990). Creativity in old age. *Creativity Research Journal*, **3**, 249-264.
- Stewart, A.J., & Vandewater, E.A. (1998). The course of generativity. In D.P. McAdams & E. de St. Aubin, (Eds), *Generativity and adult development : How and why we*

- care for the next neneration*. 75-100. Washington, DC, US: American Psychological Association.
- Strayer, J., & Roberts, W. (1989). Children's empathy and role taking: Child and parental factors, and relations to prosocial behavior. *Journal of Applied Developmental Psychology*, **10**, 227-239.
- 鈴木順・星野健・井上洋西 (2004). ストレス関連疾患における唾液中クロモグラニンA濃度の検討 岩手医学雑誌, **56** (5), p.355-360.
- 鈴木伸一 (2004). 三次元 (接近-回避, 問題-情動, 行動-認知) モデルによるコーピング分類の妥当性の検討 心理学研究, **74**, 504-511.
- 高橋君江 (1975). サークルテストの妥当性の検討 日本教育心理学会第17回総会発表論文集, 372-373.
- 高橋君江 (1976). サークルテストの妥当性の検討 日本教育心理学会第18回総会発表論文集, 218-219.
- 高橋君江 (1977). サークルテストについて-信頼性と妥当性の若干の検討- 日本教育心理学会第19回総会発表論文集, 218-219.
- 高橋君江 (1979). サークルテストの妥当性の検討 日本教育心理学会第21回総会発表論文集, 540-541.
- 高橋君江 (1983). 時間的展望の測定技法に関する研究 (I) - Circles Testの妥当性について- 日本女子大学紀要 (家政学部), **38**, 183-196.
- 玉井 仁 (2004). 日常的ストレスが身体に及ぼす反応についての研究-ストレス反応テスト (SRP : Stress Response PattERn) との比較よりクロモグラミンA (CgA) パターンの検討- アデクションと家族 **21** (1), 97-104.
- 戸ヶ崎泰子・坂野雄二 (1993). オプティミストは健康か? 健康心理学研究, **6** (2), 1-11.
- 都筑 学 (1984). 青年の時間的展望の研究 大垣女子短期大学研究紀要, **19**, 57-65.
- 都筑 学 (1993). 大学生における自我同一性と時間的展望 教育心理学研究, **41**, 40-48
- 都筑 学 (1994). 自我同一性地位による時間的展望の差異: 梯子評定法を用いた人生のイメージについての検討 青年心理学研究, **6**, 12-18
- 都筑 学 (1999). 大学生の時間的展望-構造モデルの心理学的検討- 中央大学出版部, 44-53
- 津田 彰・磯 博行・Fieldman, G. (1994). ストレスの精神薬理-パーソナル・コント

- ロールの生物学的基礎－ 老年精神医学雑誌, **5**, 1311-1319.
- Tugade, M.M., & Fredrickson, B.L. (2002). Positive emotions and emotional intelligence. in L. Feldman Barrett and P. Salovey (Eds.), *The Wisdom of Feelings*, (Guilford, New York), 319-340.
- Tugade, M.M., & Fredrickson, B.L. (2004). Resilient individuals use positive emotion to bounce back from negative emotional experiences. *Journal of Personality and Social Psychology*, **86**, 320-333.
- Tugade, M.M., & Fredrickson, B.L. (2007). Regulation of Positive Emotions: Emotion Regulation Strategies that Promote. *Journal of Happiness Studies*, **8**, 311-333.
- Tugade, M.M., Fredrickson, B.L., & Barrett, L.F. (2004). Psychological Resilience and Positive Emotional Granularity: Examining the Benefits of Positive Emotions on Coping and Health. *Journal of Personality*, **72**, Issue 6, 1161-1190.
- 塚原拓馬. (2008). 2次コントロール研究の展望－学習性無力感理論修正と生涯発達心理学への示唆－ 心理学評論, **51** (3), 396-414.
- 塚原拓馬. (2010). 1次/2次コントロールにおける Back/up モデルの検証－尺度作成と否定的事態に対するコントロール方略の作動関係－ 教育心理学研究, **58**, 186-197.
- 筒井義郎・大竹文雄・池田新介 (2009). なぜあなたは不幸なのか 大阪大学経済学, **58** (4), 20-57.
- Vecchione, M., Alessandri, G., Barbaranelli, C., & Gerbino, M. (2010). Stability and change of ego resiliency from late adolescence to young adulthood : A multiperspective study using the ER89-R Scale. *Journal of Personality Assessment*, **92**, 1-10.
- Vulpe, A., & Dafinoiu, I. (2012). Positive emotions, coping strategies and ego-resiliency : A mediation model. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, **33**, 308-312.
- 浦 光博 (2009). セレクション社会心理学 25 排斥と受容の行動科学 サイエンス社
- Waaktaar, T. & Torgersen, S. (2012). Genetic and environmental causes of variation in trait resilience in young people. *Behavior Genetics*, **42** (3), 366-377.
- 和田 実 (1998). 大学生のストレスへの対処, およびストレス, ソーシャルサポートと精神的健康の関係－性差の検討－ 実験社会心理学研究, **38** (2), 1943-201.

- 若本純子・無藤隆. (2004). 中年期の多次元的自己概念における発達的特徴 : 自己に対する関心と評価の交互作用という観点から 教育心理学研究, **52**(4), 382-391.
- Waugh, C.E., Fredrickson, B.L. & Taylor, S.F. (2008). Adapting to life's slings and arrows: Individual differences in resilience when recovering from an anticipated threat. *Journal of Research in Personality*, **42**, 1031-1046.
- Werner, E. (1989). High-risk children in young adulthood. A longitudinal study from birth to 32 years. *American Journal of Orthopsychiatry*, **59** (1), 72-81.
- Werner, E. (1990). Positive factors and individual resilience. *Handbook of Early Childhood Intervention*. (Ed. by Meisels, S.J., Shonkoff, J.P.), Cambridge University Press, Cambridge, 97-116.
- Werner, E. (2005). Resilience research : Past, present, and future. in Peters, Ray D., Leadbeater, Bonnie & McMahon, Robert J. : *Resilience in Children, Families, and Communities*. Kluwer Academic/Plenum Publishers. 3-11.
- Westenberg, P.M., & Block, J. (1993). Ego development and individual differences in personality. *Journal of Personality and Social Psychology*, **65**, 792-800.
- Wolfson, J., Fields, J.H., & Rose, S.S. (1987). Symptoms, temperament, resiliency, and control in anxiety-disordered preschool children. *The American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, **26**, 16-22.
- Yahm, D. (2007). *First Year College Adjustment : The Role of Coping, Egoresiliency, Optimism and Gender*. Middle East Technical University.
- 山口昌樹 (2007). 唾液マーカーでストレスを測る 日本薬理学雑誌 **129** (2), 80-84.
- 山下倫実・坂田桐子. (2008). 大学生におけるソーシャル・サポートと恋愛関係崩壊からの立ち直りとの関連 教育心理学研究, **56**, 57-71.
- York, K., & John, O. P. (1992). The four faces of Eve : A typological analysis of women's personality at midlife. *Journal of Personality and Social Psychology*, **63**, 494-508.

## 本論文を構成する研究の発表状況

---

### 【査読つき学術論文】

畑 潮・小野寺敦子 (2013). Ego-Resiliency 尺度 : ER89 日本語版作成と信頼性・妥当性の検討 パーソナリティ研究, **22**, 37-47.

(研究 2)

### 【査読つき紀要論文】

畑 潮・小野寺敦子 (2014). エゴ・レジリエンス研究の展望 目白大学心理学研究, **10**, 71-95.

(研究 1)

畑 潮・小野寺敦子 (2013). 大学生のエゴ・レジリエンスと自我同一性および精神的健康の関係 目白大学心理学研究, **9**, 37-51.

(研究 3)

畑 潮・小野寺敦子 (2011). 唾液中クロモグラニン A を指標とした心理的ストレス反応とエゴ・レジリエンス 目白大学心理学研究, **7**, 67-80.

(研究 6)

### 【学会発表】

畑 潮・小野寺敦子 (2013). 大学生のエゴ・レジリエンスが精神的健康に及ぼす影響—ソーシャルサポート, コーピングとの関連から— 日本パーソナリティ心理学会第 22 回大会

(研究 4)

畑 潮・小野寺敦子 (2014). エゴ・レジリエンスが中年期の発達課題に果たす役割 日本パーソナリティ心理学会第 23 回大会

(研究 5)

## 謝辞

---

本論文の執筆を終えた今、本論文を完成することができたのは、ただただ支えてくださった方々のお蔭であることを痛感する。

ご指導、ご協力、ご支援くださった方々に、記して謝意を表したい。

指導教員の小野寺敦子先生、個人的な事情で6年もかかってしまったにもかかわらず、書き上げを一度も疑うことなく支えていただいた。要所要所で示唆に富む的確な助言をいただき、時には拙い意見も尊重してもらい、研究者としての自覚を育てていただいた。研究のスキルも、自分の力を信じることも小野寺研究室で教えてもらった。心から感謝しています。研究室の勉強会では、OBである先輩諸氏の姿勢から諦めないで研究に向き合うことを教わった。先輩諸氏にも感謝します。

副指導の沢崎達夫先生、渡邊 勉先生には、本論文をご精読いただき、論文の構成や目的、論文中での表現など、適切にご指摘や助言をいただいた。深謝いたします。

また、渋谷昌三先生、庄司正美先生にも本論文をご精読いただき、審査時に多くの貴重なご意見をいただいた。深謝いたします。

外部査読者であった帯広畜産大の渡邊芳之先生には、尺度作成過程の曖昧な部分、妥当性検討に不適切な点などの確にご指摘いただき、論文執筆に有意義な知識も授けていただいた。査読の先生方からのコメントによって勉強することは多く、それが大きな力になったと思う。感謝申し上げます。

学外の方であるにもかかわらず、過去に Block 研究に参加された経緯から ER の貴重な資料を提供してくださった清水弘司先生、見ず知らずの院生にレジリエンスに関する情報や尺度を快く提供し意見を聞かせてくださった森敏昭先生、小花和 W. 尚子先生、投稿中の原稿をそのまま開示してくださった中尾達馬先生、一人一人の先生に心からお礼を申しあげたい。

調査にご協力いただいた参加者の方々に加え、たびたび調査にご協力いただいた健康科学大学の鈴木敦子先生、山崎百子先生、唾液採取の実験に快く賛同して自らも参加してくださった国士舘大学の福原一成さん、それぞれがどんな力強い応援であったことか、深く感謝します。

また、院生の西川千登世さん、統計や分析でつまづくたびに助言を求め多大なご迷惑おかけました。ここにお詫びしてお礼申し上げます。暑い日も寒い日も、雨の日も風の日も大学までの坂を上り、四季の移ろい何度もとにも過ごした譚 紅艶さん、一足先に修了されたけど、お互いに励ましあってきた心強い仲間であったと思う。予備審査から論文の作成に至るまでの細か

な情報も伝授してもらった。ありがとう。院生仲間の浜田陽子さん、李珊さん、西野明樹さん、澤口右京さん、ランチ・ミーティングのひと時に心が癒されました。ありがとう。

そして、本論文の一部（研究 6）を行うにあたり助成金の手続きをしていただいたり、院生室の環境に心配りしていただいた大学院教務の方々、構想発表時からずっとお世話になった心理研究科の事務室の先生方、PC やプリンターのトラブル、ネット接続の不具合のたびに駆けつけて一緒に解決してくださった情報システムの方々、お世話になりました。感謝します。

思えば、大学院の修士課程へ入学したのが 50 歳のときで、それから 10 年余月を数えることになる。自分の力量も省みず、無謀とも言えるチャレンジであったと思う。ここに至ってもなお、研究者としては「日暮れて道遠し」の感が否めない。それでも、ここで一区切りである。ささやかに達成感をかみしめたい。

この日を迎えるまで「夜道に日は暮れないから」とエールを送り続けてくれた母と、研究者の孤独を理解し支え続けてくれた妹、そして構想発表の次の日に逝ってしまった父に、本論文を捧げたい。

2014 年 9 月

畑 潮

## 参考資料

---

### 研究2（第6・7章）の質問紙

- Appendix 1-1 ER89日本語版尺度  
Appendix 1-2 S-H式レジリエンス検査（パート1）  
Appendix 1-3 GHQ-12（中川・大坊版）

### 研究3（第8章）の質問紙

※ ER89日本語版尺度はAppendix 1-1 と同じ（省略）

- Appendix 2-1 自我同一性尺度  
Appendix 2-2 職業決定の明確度  
Appendix 2-3 GHQ-12（新納・森版）  
Appendix 2-4 サークル・テスト

### 研究4（第8章）の質問紙

※ ER89日本語版尺度はAppendix 1-1 と同じ（省略）

- Appendix 2-5 大学生用ストレス自己評価尺度（SSRS）のストレッサー尺度  
Appendix 2-6 大学生用ストレス自己評価尺度（SSRS）のソーシャル・サポート尺度  
Appendix 2-7 対処方略尺度（TAC 24）

※ GHQ-12（新納・森版）はAppendix 2-3と同じ（省略）

### 研究5（第9章）の質問紙

※ ER89日本語版尺度はAppendix 1-1 と同じ（省略）

- Appendix 3-1 幸福感尺度  
Appendix 3-2 ジェネラティビティ尺度  
Appendix 3-3 1次/2次コントロール尺度

※ GHQ-12（新納・森版）はAppendix 2-3と同じ（省略）

研究6（第9章）の質問紙

※ ER89日本語版尺度はAppendix 1-1 と同じ（省略）

Appendix        3-4    EC簡易版日本語尺度

Appendix        3-5    楽観主義尺度

Appendix        3-6    気分調査票

Appendix        3-7    ストレス調査票

※各調査票には心理特性を測定する尺度が複数含まれるが，本論文の内容と対応するもののみを記載する。

## Appendix 1-1 ER89日本語版尺度 (畑・小野寺, 2013)

あなたの行動や考えにあてはまると思う数字に○をつけてください。

	非 常 に あ て は ま る	や や あ て は ま る	あ て は ま ら あ ま り	あ て は ま ら ま た く
1. 私は友達に対して思いやりがあり, 親しい関係をもてる	4	3	2	1
2. 私はショックをうけることがあっても直ぐに立ち直るほうだ	4	3	2	1
3. 私は慣れていないことにも楽しみながら取り組むことができる	4	3	2	1
4. 私は何かするとき自由な発想ができない	4	3	2	1
5. 私は人にたいして好印象を与えることができる	4	3	2	1
6. 私は今まで食べたことがない食べ物を試すのが好きだ	4	3	2	1
7. 私は人からとてもエネルギッシュな人だと思われる	4	3	2	1
8. 私はよく知っているところへ行くにも、違う道を通って行くのが好きだ	4	3	2	1
9. 私は人よりも好奇心が強いと思う	4	3	2	1
10. 私の周りには、感じがよい人が多い	4	3	2	1
11. 私はいつもいろいろ考えてみてから行動する	4	3	2	1
12. 私は新しいことをするのが好きだ	4	3	2	1
13. 私は日々の生活の中で面白いと感じることが多い	4	3	2	1
14. 私は何かするとき, アイデアがたくさん浮かぶほうだ	4	3	2	1
15. 私は「かなり強い個性」の持ち主であると思う	4	3	2	1
16. 私は誰かのことで腹を立てても、すぐに機嫌が直る	4	3	2	1

## Appendix 1-2 S-H式レジリエンス検査 (パート1) (佐藤・祐宗, 2009)

以下の27項目の質問をよく読んで、あなたの行動や考えに合っていると思われる番号に○をつけてください。回答には正解・不正解や、良い・悪いなどはありません。ありのままを答えてください。

	全く そう である	やや そう である	ど ち ら と も い え ない	そ う で は ない	全 く そ う で は ない
1. あなたは家族や親しい友人と過ごす時間を大切にしていますか	5	4	3	2	1
2. あなたは愛情を注いでいるものがありますか	5	4	3	2	1
3. あなたは人を頼り過ぎないように心がけていますか	5	4	3	2	1
4. あなたは慣れている仕事をするよりも、誰も手をつけていない仕事をやってみたいですか	5	4	3	2	1
5. あなたは気が合いそうもないと思う相手であっても、相手に合わせて付き合い方を変えられますか	5	4	3	2	1
6. あなたには精神的に癒しを感じるものがありますか	5	4	3	2	1
7. これまでのつらい経験の中には、あなたの役に立った経験もあると思いますか	5	4	3	2	1
8. あなたはそのときの状況によって、計画を変えることができますか	5	4	3	2	1
9. あなたは困難な仕事であっても、それにあった様々な方法をもっていますか	5	4	3	2	1
10. あなたはどんな人とも、うまくつきあうことができますか	5	4	3	2	1
11. あなたにはわがままを聞いてもらえる人がいますか	5	4	3	2	1
12. あなたにはあなたを誰よりも大切に思ってくれる人がいますか	5	4	3	2	1
13. あなたは困難な仕事で思いがけない負担がかかっても、何とかやっていけますか	5	4	3	2	1
14. あなたはこれからする仕事がむずかしそうでも、やっていけると思えますか	5	4	3	2	1
15. あなたは嫌いな人でも、仕事のためならうまくつきあっていくと思えますか	5	4	3	2	1
16. あなたは自分の悩みを話せる人が、家族以外にいますか	5	4	3	2	1
17. あなたは、今後、信頼できる人に出会えると思えますか	5	4	3	2	1
18. あなたは失敗するだろうと人から思われている仕事でも、やっていけると思えますか	5	4	3	2	1
19. あなたはいやなことでも自分がすべきことには、積極的にかかわっていますか	5	4	3	2	1
20. あなたは職場(学校)で新しい人が入ってきても、その人とうまくやっていけますか	5	4	3	2	1
21. あなたはお手本にしたい人や、そのようになりたいと思う人はいますか	5	4	3	2	1
22. あなたは仕事上で信頼できる人がいますか	5	4	3	2	1
23. あなたはやる気をなくす問題がおこったときでも、解決する努力をしますか	5	4	3	2	1
24. あなたは一つのことに對して、いろいろな解決方法を試すほうですか	5	4	3	2	1
25. あなたはどんな人ともそれなりにつき合っているほうですか	5	4	3	2	1
26. あなたには必要なときに頼りにできる人がいますか	5	4	3	2	1
27. 小学生の頃、あなたのまわりには、あなたに愛情を注いでくれる人がいましたか	5	4	3	2	1

## Appendix 1-3 GHQ-12 (中川・大坊, 1985)

あなたの最近の状態について、最も近いと思う数字に○をつけてください。

1. 何かをする時いつもより集中して	1 できた	2 いつもと変わらなかった	3 いつもよりできなかった	4 全くできなかった
2. 心配事があって、よく眠れないようなことは	1 全くなかった	2 あまりなかった	3 あった	4 たびたびあった
3. 自分のしていることに生きがいを感ずることが	1 あった	2 いつもと変わらなかった	3 いつもよりなかった	4 全くなかった
4. いつもより容易に物事を決めることが	1 できた	2 いつもと変わらなかった	3 いつもよりできなかった	4 全くできなかった
5. いつもよりストレスを感じたことが	1 全くなかった	2 あまりなかった	3 あった	4 たびたびあった
6. 問題を解決できなくて困ったことが	1 全くなかった	2 あまりなかった	3 あった	4 たびたびあった
7. 問題があつて困った時に積極的に解決しようとするのが	1 できた	2 いつもと変わらなかった	3 いつもよりできなかった	4 全くできなかった
8. 気が重くて、憂うつになることは	1 全くなかった	2 いつもと変わらなかった	3 いつもよりあった	4 たびたびあった
9. 自信を失ったことは	1 全くなかった	2 あまりなかった	3 あった	4 たびたびあった
10. 自分は役に立たない人間だと考えたことは	1 全くなかった	2 あまりなかった	3 あった	4 たびたびあった
11. いつもより日常生活を楽しく送ることが	1 できた	2 いつもと変わらなかった	3 いつもよりできなかった	4 全くできなかった
12. 一般的にみて、幸せといつもより感ずたことは	1 たびたびあった	2 あった	3 あまりなかった	4 全くなかった

Appendix 2-1 自我同一性尺度 (加藤, 1983)

それぞれ、あなたに最も近いと思う数字に○をつけてください。

	非 常 に あ て は ま る	か な り あ て は ま る	や や あ て は ま る	あ て は ま ら な い	あ て は ま ら ん ど	あ て は ま ら な い 全 く
1. 私は、一生けんめいに打ち込めるものを積極的に探している	6	5	4	3	2	1
2. 私は、自分がどういう人間であり、何をしようとしているのかを、今いくつかの可能な選択を比べながら真剣に考えている	6	5	4	3	2	1
3. 私は、『こんなことがしたい』という確かなイメージをもっていない (R)	6	5	4	3	2	1
4. 私は今、自分の目標を成し遂げるために努力している	6	5	4	3	2	1
5. 私には、特に打ち込むものがない (R)	6	5	4	3	2	1
6. 私は、自分がどんな人間なのか、何をしたいのかということ、かつて真剣に迷い、考えたことがある	6	5	4	3	2	1
7. 私はこれまで、自分について自主的に重大な決断をしたことがない (R)	6	5	4	3	2	1
8. 私は、環境に応じて、何をすることになっても特に構わない (R)	6	5	4	3	2	1
9. 私には、自分がこの人生で何か意味のあることができるとは思わない (R)	6	5	4	3	2	1
10. 私は、自分がどんな人間で、何を望み、行おうとしているのか知っている	6	5	4	3	2	1
11. 私は、親やまわりの人間の期待にそった生き方をすることに疑問を感じたことはない (R)	6	5	4	3	2	1
12. 私は以前、自分のそれまでの生き方に自信が持てなくなったことがある	6	5	4	3	2	1

注:文末の (R) は逆転項目

Appendix 2-2 職業決定の明確度

近い将来、つきたい職業は決まっていますか？今のあなたに一番近いものを選んで○をつけてください。

1. まったくわからない
2. まだ、はっきりしない
3. してみたい仕事ならある
4. だいたい決まっている
5. はっきり決まっている

## Appendix 2-3 GHQ-12 (新納・森, 2001)

あなたの最近の状態について、最も近いと思う数字に○をつけてください。

1. 何かをする時いつもより集中して	1 できた	2 いつもと変わらなかった	3 いつもよりできなかった	4 全くできなかった
2. 心配事があって、よく眠れないようなことは	1 全くなかった	2 あまりなかった	3 あった	4 たびたびあった
3. 自分のしていることに生きがいを感じることは	1 あった	2 いつもと変わらなかった	3 いつもよりなかった	4 全くなかった
4. いつもより容易に物事を決めることが	1 できた	2 いつもと変わらなかった	3 いつもよりできなかった	4 全くできなかった
5. ストレスを感じたことが	1 全くなかった	2 あまりなかった	3 あった	4 たびたびあった
6. 問題を解決できなくて困ったことが	1 全くなかった	2 あまりなかった	3 あった	4 たびたびあった
7. 日常生活を楽しく送ることが	1 できた	2 いつもと変わらなかった	3 いつもよりできなかった	4 全くできなかった
8. 問題があった時に積極的に解決しようとするのが	1 できた	2 いつもと変わらなかった	3 いつもよりできなかった	4 全くできなかった
9. 気が重くて、憂うつになることは	1 全くなかった	2 いつもと変わらなかった	3 いつもよりあった	4 たびたびあった
10. 自信を失ったことは	1 全くなかった	2 あまりなかった	3 あった	4 たびたびあった
11. 自分は役に立たない人間だと考えたことは	1 全くなかった	2 あまりなかった	3 あった	4 たびたびあった
12. 一般的にみて、しあわせといつもより感じたことは	1 たびたびあった	2 あった	3 あまりなかった	4 全くなかった

**Appendix 2-4** サークル・テスト (Cottle, 1976／都築, 1993)

過去, 現在, 未来がそれぞれ円であらわされると仮定して, あなたの過去・現在・未来の関係について, あなたが感じていることを最もあらわすように, 3つの円を描いてください。描き方は自由です。

異なる大きさの円を使っても構いません。

描き終わったら, どの円が過去か, 現在か, 未来かわかるように書き入れてください。

A large grid consisting of 20 columns and 15 rows of small squares, intended for drawing circles and writing answers.

Appendix 2-5 大学生用ストレス自己評価尺度 (SSRS) のストレッサー尺度

(尾関・原口・津田, 1994)

あなたがここ1カ月間で、以下に記述した出来事を体験されたかどうかお聞きします。

体験したかどうかを考えてください。

体験しなかった場合には "0" を選んでください。

体験された出来事は、その時を思い出して、あなたが感じた気持ちにあてはまると思う数字に○をつけてください。

	体験しなかった	体験した場合			
		非常に多かった	かなり多かった	やや多かった	何ともなかった
1. 生活が不規則になった	0	4	3	2	1
2. 一人で過ごす時間が増えた	0	4	3	2	1
3. 生活上の仕事(洗濯, 炊事など)が増えた	0	4	3	2	1
4. 現在専攻している学問分野に対する興味が失せた	0	4	3	2	1
5. 家族と過ごす時間が減った	0	4	3	2	1
6. 自分の経済状態が悪くなった	0	4	3	2	1
7. 家族の誰かと議論, 不和, 対立があった	0	4	3	2	1
8. 家族の経済状態が悪くなった	0	4	3	2	1
9. 家族または親しい親戚の誰かが病気やけがをした	0	4	3	2	1
10. 友人や仲間から批判されたり誤解されたりした	0	4	3	2	1
11. 友人や先輩とのつきあい	0	4	3	2	1
12. アルバイト先でトラブルを起こした	0	4	3	2	1
13. 現在所属している学校について考えるようになった	0	4	3	2	1
14. 興味を持ってない授業を受けるようになった	0	4	3	2	1
15. クラブやサークルの活動で束縛される時間が増えた	0	4	3	2	1
16. クラブやサークルの活動内容について考えるようになった	0	4	3	2	1
17. いっしょに楽しめる友人が減った	0	4	3	2	1
18. 単位を落とす, 留年するなど学問上のことで失敗した	0	4	3	2	1
19. 課題や試験が大変な授業を受けるようになった	0	4	3	2	1
20. 自分の勉強, 試験, 卒業準備などがうまくいかない	0	4	3	2	1
21. 仲間の話題についていけなかった	0	4	3	2	1
22. 友人の悩みやトラブルに関わった	0	4	3	2	1
23. 通学中の朝夕のラッシュ	0	4	3	2	1
24. 隣近所が騒がしくなった	0	4	3	2	1
25. 寮生活で規則による束縛やプライバシーの侵害を受けた	0	4	3	2	1
26. 体重が増えた	0	4	3	2	1
27. 自分の容姿が気になるようになった	0	4	3	2	1
28. 異性関係がうまくいかない(恋人ができない, 別れたも含む)	0	4	3	2	1
29. 自分の性格について考えるようになった	0	4	3	2	1
30. 将来の職業について考えるようになった	0	4	3	2	1
31. 自分の能力・適性について考えるようになった	0	4	3	2	1
32. 周りの人から過度に期待された	0	4	3	2	1
33. 体の調子に変化した(病気やけがも含む)	0	4	3	2	1
34. 生活習慣(言葉づかいやマナー)の違いにことまどった	0	4	3	2	1
35. 暇を持て余した	0	4	3	2	1

Appendix 2-6 大学生用ストレス自己評価尺度 (SSRS) のソーシャル・サポート尺度  
(尾関・原口・津田, 1994)

あなたと、家族以外の人々(友人, 親戚, 近所の人, 先輩, 先生など)との関わりをお聞きます。  
現在, 以下のような事柄でかかわりのある人が, どれくらいいますか。あてはまる数字に○をつけてください。

	かなり の 数 い る	何 人 も い る	少 し は い る	あ ま り い ない	ま っ た く い ない
1. 折あるごとに行き来する友だちや親せき, が	5	4	3	2	1
2. いっしょに会って, とても楽しく時を過ごせる人, が	5	4	3	2	1
3. 安心して緊急の連絡や荷物の預かり, ペットの世話などを頼めるような人, が	5	4	3	2	1
4. 家族の中でもめごとが起こったとき, どうしたらよいか気安く相談に行ける人, が	5	4	3	2	1
5. さびしい時などに電話したり, 訪ねて行って話ができるような人, が	5	4	3	2	1
6. 急に1万円程度のお金が必要になったとき, 気兼ねなく借りられる人, が	5	4	3	2	1
7. あなた自身のことがかつてくれて, 高く評価してくれる人, が	5	4	3	2	1
8. 個人的な心配事や不安があるとき, どうすればよいか親身に助言してくれる人, が	5	4	3	2	1
9. 家族以外で「100%信用できる」という人, が	5	4	3	2	1
10. 引っ越しなど, 人手が必要なとき, 気軽に手伝いを頼める人, が	5	4	3	2	1

Appendix 2-7 対処方略尺度 (TAC 24)

(神村・海老原・佐藤・戸ヶ崎, 1995)

あなたが精神的につらい状況に遭遇したとき, その場を乗り越え, 落ち着くために, あなたは普段からどのように考え, どのように行動していますか。

以下について, 自分がどの程度あてはまるか, 一番近い数字に○をつけてください。

	(そ う し も そ う き た す る)	(し ば し ば し て き た す る)	何 度 か そ う が あ し た る	そ う し た こ と が あ れ に	そ う こ れ ま で も は 今 後 も
1. 悪いことばかりではないと楽観的に考える	5	4	3	2	1
2. 誰かに話を聞いてもらい気を静めようとする	5	4	3	2	1
3. 嫌なことを頭に浮かべないようにする	5	4	3	2	1
4. スポーツや旅行などを楽しむ	5	4	3	2	1
5. 原因を検討し, どのようにしていくべきか考える	5	4	3	2	1
6. 力のある人に教えを受けて解決しようとする	5	4	3	2	1
7. どうすることもできないと, 解決をあと延ばしにする	5	4	3	2	1
8. どうすることもできないと, 解決をあと延ばしにする	5	4	3	2	1
9. 今後は良いこともあるだろうと考える	5	4	3	2	1
10. 誰かに話を聞いてもらって冷静さを取り戻す	5	4	3	2	1
11. そのことをあまり考えないようにする	5	4	3	2	1
12. 買い物や賭け事, おしゃべりなどで時間をつぶす	5	4	3	2	1
13. どのような対策を取るべきか綿密に考える	5	4	3	2	1
14. 詳しい人から自分に必要な情報を収集する	5	4	3	2	1
15. 自分では手におえないと考え, 放棄する	5	4	3	2	1
16. 責任を他の人に押しつける	5	4	3	2	1
17. 悪い面ばかりでなく良い面を見つけていく	5	4	3	2	1
18. 誰かに愚痴をこぼして, 気持ちをほらす	5	4	3	2	1
19. 無理にでも忘れるようにする	5	4	3	2	1
20. 友だちとお酒を飲んだり, 好物を食べたりする	5	4	3	2	1
21. 過ぎたことの反省をふまえて, 次にすべきことを考える	5	4	3	2	1
22. 既に経験した人から話を聞いて参考にする	5	4	3	2	1
23. 対処できない問題であると考え, あきらめる	5	4	3	2	1
24. 口からでまかせを言って逃げ出す	5	4	3	2	1

Appendix 3-1 幸福感尺度 (Michel・W・Voloudakis)

全体的に見て、あなたはどの程度幸福だと感じていますか。最も近い項目を選んでチェックしてください。

10 点	9	8	7	6	5 点	4	3	2	1	0 点
<input type="checkbox"/>										
きわめて幸せだ（喜びに満ちて至福の極みにある）	とても幸せだ（とても豊かな気分）	かなり幸せだ（気分が高揚）	やや幸せだ（豊かでなんとなく元気）	少し幸せだ（通常よりは幸せ）	どちらともいえない（とくに幸せでも不幸でもない）	少し不幸せだ（5点よりはやや不幸せ）	やや不幸せだ（4点よりは不幸せ）	かなり不幸せだ（なんとなく憂うつな気分）	とても不幸せだ（気分が落ち込んでいる）	きわめて不幸せだ（気分がかなり落ち込んでいる）

Appendix 3-2 ジェネラティブティ尺度 (串崎, 2005)

あなたの行動や考えに、最も近いと思う数字に○をつけてください。

	非 常 に あ て は ま る	ど ち ら か と い は え ま る あ	ど ち ら か と は ま ら え な い あ	あ て は ま ら な い ま っ た く
1. 新しい考えや計画, 作品などを生み出そうと努力している	4	3	2	1
2. 私にしかできないような個性的な仕事や活動がしたい	4	3	2	1
3. 他の人の成長を手助けしたい	4	3	2	1
4. 大人として社会に貢献する責任を感じている	4	3	2	1
5. 未来の社会や子どもたちのために役立つことをしたい	4	3	2	1
6. 次の世代のために何ができるか考える	4	3	2	1
7. 独創的な仕事や活動がしたい	4	3	2	1
8. 自分より若い人のモデルになるよう心がけている	4	3	2	1
9. 自分のやってきたことを引き継いで発展させてくれる人がいたら嬉しい	4	3	2	1
10. 引退した後も自分がやってきたことを誰かに引き継いでほしい	4	3	2	1
11. 子どもは先祖から授かった命を子孫につなげてくれるものだと思う	4	3	2	1
12. 子どもは社会からの預かりものだと思う	4	3	2	1
13. 今の自分に物足りなさを感じている (R)	4	3	2	1
14. 誰も私のことを必要としないように感じる (R)	4	3	2	1
15. 大人としてなすべきことを果たしていないような後ろめたさを感じる (R)	4	3	2	1
16. 若いころから成長していない気がする (R)	4	3	2	1
17. 本来の能力を発揮できていない気がする (R)	4	3	2	1
18. 世の中のためになるようなことはほとんどしていない (R)	4	3	2	1
19. 若い人に自分の知識や技術・経験などを伝えている	4	3	2	1
20. 子どもや部下を思う通りに動かしたい (R)	4	3	2	1
21. 見返りがなければ, 人のために骨を折りにたくない (R)	4	3	2	1
22. 自分のやり方を人に押しつけることがある (R)	4	3	2	1
23. 縁の下の力持ちにはなりたくない (R)	4	3	2	1
24. 若い人たちがどう生きていこうか, 私には関係がない (R)	4	3	2	1
25. 子どもや部下がいうことをきかないと恩知らずだと感じる (R)	4	3	2	1

注:文末の (R) は逆転項目

Appendix 3-3 1次/2次コントロール尺度 (塚原, 2010)

日常生活の中で、ネガティブな出来事(問題や悩み)を経験したときのことを思い出してください。

その出来事にどのような「考え」や「思い」で対処しましたか。  
あなたの考えに、最も近いと思う数字に○をつけてください。

	非 常 に あ て は ま る	ど ち ら か と あ て は ま る ば	ど ち ら と も 言 え な い	ど ち ら か と あ て は ま ら な い ば	あ て は ま ら な い く
1. 自分の努力でどうにかしようと思う	5	4	3	2	1
2. 自分の力で解できるように努める	5	4	3	2	1
3. 解決するにはどうしたらよいかを考える	5	4	3	2	1
4. その出来事を克服するために努力しようと思う	5	4	3	2	1
5. 状況を変えるために解決策を考える	5	4	3	2	1
6. いま自分ができる最善のことをしようとする	5	4	3	2	1
7. どうしてそうなってしまったのか考える	5	4	3	2	1
8. なぜそのネガティブな出来事が起ったのか原因を調べる	5	4	3	2	1
9. 自分の何が原因でそうなったのかを考える	5	4	3	2	1
10. その出来事についていろいろと分析する	5	4	3	2	1

そのネガティブな出来事が自分ではどうすることもできないと考えたとき、落ち込まないようにするために、どのような「考え」「思い」を持ちましたか。あなたの考えに、最も近いと思う数字に○をつけてください。

	非 常 に あ て は ま る	ど ち ら か と あ て は ま る ば	ど ち ら と も 言 え な い	ど ち ら か と あ て は ま ら な い ば	あ て は ま ら な い く
11. 自分の人生において意味のある経験になると考える	5	4	3	2	1
12. その出来事のおかげで自分に得られるものもあると考える	5	4	3	2	1
13. この出来事から何かを学びとろうと考える	5	4	3	2	1
14. 嫌なことも自分の成長のためだと考える	5	4	3	2	1
15. それは自分に与えられた試練なのだと考える	5	4	3	2	1
16. 将来を考えれば無駄なことは何もないと考える	5	4	3	2	1
17. これを乗り越えればあとは必ずよくなると考える	5	4	3	2	1
18. いつか結果が出て楽しいときが来ると考える	5	4	3	2	1
19. 長い人生の中ではこんなこともあると考える	5	4	3	2	1
20. 人生何とかなるだろうと思うように心がける	5	4	3	2	1

Appendix 3-4 EC簡易版日本語尺度

あなたの行動や考えにあてはまると思う数字に○をつけてください。

	非 常 に あ て は ま る	や や あ て は ま る	あ て は ま ら な い あ ま り	あ て は ま ら な い ま っ た く
1. 私は完璧主義である	4	3	2	1
2. 私は何か欲しいものがあると、我慢して待つことができない	4	3	2	1
3. 私は規則正しい生活は苦手だ	4	3	2	1
4. 私はマナーやルールは守れないことが多い	4	3	2	1
5. 私は熱しやすく冷めやすい	4	3	2	1
6. 私はたいていのことは計画的に取り組む	4	3	2	1
7. 粘り強く、簡単にあきらめない	4	3	2	1
8. 私はつい衝動買いしてしまう	4	3	2	1
9. 私は何ごとマイペースだ	4	3	2	1
10. 私はあとさきのことを考えずに行動してしまうことある	4	3	2	1
11. 私は気まぐれだ	4	3	2	1
12. 私は責任感が強い	4	3	2	1

## Appendix 3-5 楽観主義尺度 (中村, 2005)

以下に、いろいろな行動や考え方を表わした文章があります。あなたの普段の生活や活動から考えて、それぞれの程度あなたにあてはまるかを答えてください。正しい答えとか、よい答えというのはありません。あなた自身について、あてはまると思う数字に○をつけてください。

	非 常 に あ て は ま る	や や あ て は ま る	あ て は ま ら あ ま り ない	あ て は ま ら な い く
1. 結果がどうなるかはっきりしない時は、いつも一番良い面を考える	4	3	2	1
2. たやすくリラックスできる	4	3	2	1
3. なにか自分にとってまずいことになりそうだと思うと、たいていそうになってしまう	4	3	2	1
4. いつもものごとの明るい面を考える	4	3	2	1
5. 自分の将来に対しては非常に楽観的である	4	3	2	1
6. 自分は多くの友人に恵まれている	4	3	2	1
7. 忙しくしていることは私にとって重要である	4	3	2	1
8. 自分に都合よくことが運ぶだろうなどは期待しない	4	3	2	1
9. ものごとが自分の思い通りに運んだためしがない	4	3	2	1
10. 簡単には動揺しない	4	3	2	1
11. 「憂いの影には喜びがある」ということを信じている	4	3	2	1
12. 自分に思いがけない幸運が訪れるのを当てにすることは、めったにない	4	3	2	1

## Appendix 3-6 気分調査票

(坂野, 福井, 熊野, 堀江, 川原, 山本, 野村, 末松, 1994)

つぎの項目をよく読んで、今のあなたの状態にあてはまると思う数字に○をつけてください。

	非 常 に あ て は ま る	や や あ て は ま る	あ て は ま ら な い	あ て は ま ら な い ま た く
1. 興奮している	4	3	2	1
2. 心静かな気分だ	4	3	2	1
3. 何もしたくない	4	3	2	1
4. 気持ちがいっている	4	3	2	1
5. 何となく不安だ	4	3	2	1
6. くつろいだ気分だ	4	3	2	1
7. 緊張している	4	3	2	1
8. そわそわしている	4	3	2	1
9. 頭の中がすっきりしている	4	3	2	1
10. 物事を楽にやることができる	4	3	2	1
11. 気が重い	4	3	2	1
12. しらけている	4	3	2	1
13. 何か物足りない	4	3	2	1
14. いろんな思いが心をよぎる	4	3	2	1
15. 充実している	4	3	2	1
16. 物事に気乗りしない	4	3	2	1
17. つらい	4	3	2	1
18. 自分のことが気になる	4	3	2	1
19. 気分が高まってじっとしていられない	4	3	2	1
20. 面倒くさい	4	3	2	1
21. 一人きりのようでさみしい	4	3	2	1
22. 何か具合の悪いことが起こりまじないか心配だ	4	3	2	1
23. 怒っている	4	3	2	1
24. いらいらしている	4	3	2	1
25. 集中できない	4	3	2	1
26. むなしい	4	3	2	1
27. いてもたってもいられない	4	3	2	1
28. わけもなく疲れたような感じがする	4	3	2	1
29. ぐったりしている	4	3	2	1
30. とまどいをかんじている	4	3	2	1
31. 気持ちが引き締まっている	4	3	2	1
32. 気分が沈んで憂うつである	4	3	2	1
33. 将来のことをあれこれ考えてしまう	4	3	2	1
34. 元気いっぱいである	4	3	2	1
35. 自分の考えがまとまらない	4	3	2	1
36. みじめだ	4	3	2	1
37. がっかりしている	4	3	2	1
38. 焦っている	4	3	2	1
39. 誰にも話しかけられたくない	4	3	2	1
40. 生き生きしている	4	3	2	1

## Appendix 3-7 ストレス調査票

Q1. 以下にあげた出来事の中で、あなたが最も大きなストレスを感じると思う出来事はどれですか。もっとも大きなストレスを感じるだろうと思われるものから 3つ選んで一番大きなストレスだと思う順に番号をお書きください。

1. 長期間にわたってパワーハラスメントを受けた。
2. 長期間にわたってセクシュアルハラスメントを受けた。
3. 痴漢にあったが犯人に逃げられてしまった。
4. 痴漢に間違われたが誰も冤罪だと信じてくれなかった。
5. 空き巣に入られたが犯人が捕まっていない。
6. 泥棒に下着を盗まれたが犯人が捕まっていない。
7. スリにあったが犯人も捕まらないし、お金も戻ってこなかった。
8. ひったくりやおやじ狩りのような強盗にあったが、加害者から謝罪がなかった。
9. 詐欺にあったが事件として取り扱ってもらえなかった。
10. 悪徳商法にひっかかったがお金が返ってこなかった。
11. 恋人、もしくは配偶者から何度も長期にわたって暴力を受けた。
12. しつこくストーカーにつきまとわれたり、嫌がらせを受けたりした。
13. 子供の頃、教師から体罰を受けた。
14. 子供の頃、親や兄弟から身体や心を傷つけられた。
15. 他人からしつこく嫌がらせや逆恨みをされた。
16. 家族や身内、親しい友人と死別した。

1\_\_\_\_ 2\_\_\_\_ 3\_\_\_\_

Q2. あなたがもっとも長い期間にわたってストレスを感じるだろうと思う状態はどれだと思えますか。一番つらいだろうと思われるもの 1つだけに ○印をつけてください。

1. 誰も自分のことを理解してくれなくて孤立したり、孤独を感じたりする期間が1年以上続いている。
2. 誰かがずるいことや悪いことをしているのを見たり聞いたりしたがいつまでたっても誰もとがめない。
3. 誰かの言葉や態度で傷つけられたことがいつまでたっても許せないでいる。
4. 思い通りにならないことが何度も続いて腹立たしさがいつまでたってもおさまらない。

Appendix 3-7 ストレス調査票（続き）

Q3. あなたが Q2 で○印をした状態になったとしたら、あなた自身どのくらいの期間なら耐えられると思いますか。

\_\_\_\_\_年

Q4. あなた自身のご経験についてうかがいます。

あなたがこれまでもっともつらかった出来事、もしくはストレスが解消されないまま続いた状態を差し支えない範囲で構いませんので、できるだけ詳しくお書きください。

Q5. Q4にお書きいただいた出来事や状態にあったとき、誰から、どのようなアドバイスや援助があれば改善や解決したと思いますか。枠内に自由にお書きください。