

エゴ・レジリエンス研究の展望

目白大学大学院心理学研究科 畑 潮
目白大学人間学部 小野寺敦子

【要 約】

健康への関心の高まりは、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を生み出している。そうした研究の1つにパーソナリティ資源としてのエゴ・レジリエンス（ER）の研究がある。欧米では多くの研究者が取り組んでいるが、日本での研究は極めて少ない。ERの概念自体も日本ではほとんど紹介されていない。本稿では、ERの概念と理論的基盤を紹介し、ERとレジリエンスとの違いを明らかにした。そのうえで、ERの測定方法、ERに関連したパーソナリティ分類、これまで明らかになっている実証研究の知見を概観した。最後に、ERに関連する新しい研究の動向として「ポジティブ情動の拡張-形成理論」を概説した。

キーワード：エゴ・レジリエンス、レジリエンス、エゴ・レジリエンス尺度（ER89）

現代社会は様々な環境の変化に直面している。そうした生活環境の中で現代人は子どもも大人も日々ストレスフルな生活を余儀なくされ、「いかに健康な生活を送るか」という健康の維持増進が大きな課題となっている。健康への関心の高まりは、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を生み出してきた。そうした研究の1つにパーソナリティ資源としてのエゴ・レジリエンス（Ego-resiliency：以下ER）がある。欧米では多くの研究者が取り組んでいるが、残念ながら日本で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圧倒され、ERの概念や理論的基盤もほとんど紹介されていない。

本稿では、ERの概念、理論的基盤を紹介し、ERとレジリエンスとの違いを明らかにしたうえで、ERの測定方法、ERに関連したパーソナリティ分類、これまで明らかになっている実証研究の知見を概観する。最後に、ERに関連する

新しい研究の動向として「ポジティブ情動の拡張-形成理論」を概説したい。

1. ERの概念と理論的基盤

ERは、日常的な内外の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とされるパーソナリティ特性である。日本語では自我弾力性（無藤，2004）と訳出されることもあるが、ここではERのまま使用する。

（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¹⁾から導かれている（Block, 1965, 1971; Block & Block, 1980）。Block & Block（1980a）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な能力」と定義した (Block & Block, 1980a)。Block & Block (1980a) 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つのパーソナリティ特性 (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, 1980a)。

Block & Block (1980a) 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よりも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。

(2) ERの発達の連続性

Blockらの一連の研究は、パーソナリティ特性の恒常性や一貫性に注目し、ERというパーソナリティ特性の発達の研究を目的に行われてきた。具体的には、米国カリフォルニア・バークレーにある2つの幼稚園の128名の子どもの幼少期から青年期、成人期までの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の発達の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

連続性のある比較的安定した特性であると考えられる。

2. ERとレジリエンスの相違

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。そこで本節では、両者の相違について検討する。

(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かずことなく、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み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（1987）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（1985）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自尊感情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）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）の教育をめぐる」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」を四條暁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。従って、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）。

(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。加えてLuthar et al.（2000）は「ERはレジリエンスの過程で関与し、逆境に直面している人の防御機能に役立つ」とし、パーソナリティ特性としてのERをレジリエンスの一部として位置づけていると考えられる。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（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」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。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, et al.（2003）も、多くの人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、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」と述べている。ノルウェーの双生児研究では、特性レジリエンス（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）。

以上のことを踏まえ、状況を限定した行動の結果から様々に定義されるレジリエンスは、理論的に導かれたERの概念で説明可能な現象であり、ERがレジリエンスを統合あるいは包摂する概念であることを示唆していると言える。著者らは、ERがレジリエンスの一部をなすものではなく、理論的にレジリエンスを統合あるいは包摂する概念として捉えることが妥当であると考えている。

3. ERの測定方法

(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, 1980b; CAQ, the California Adult Q-Set; Block, 1978）で測定されてきた²⁾。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 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

Table 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

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、Klohn (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。

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 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）。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ら（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）。ER89尺度の翻案では、Caprara, Steca, De Leo (2003), Menesini, Fonzi (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ら, 2003）。本邦では、著者ら（2013）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 2）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

Table 2 ER89尺度項目と日本語版尺度（畑・小野寺, 2013）

(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.	私は人にたいいてい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く感じることが多い
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

Table 3 ER・EC と5因子特性, well-being尺度との相関 (Letzringら, 2005)

		ER		UC	
		女性	男性	女性	男性
BFI	(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
BFI	(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
PWB	心理的幸福感	.53	.21	-.12	-.00
BDI	抑うつ	-.31	-.04	.24	.20
Subjective happiness		.38	.18	-.15	-.02
	主観的幸福感				
SSI	合計得点	.63	.39	.27	.36
	ソーシャル・サポート				
MMPI	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ら, 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 $p<.05$

が良好であることが確認されている。

(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 & Gerbino (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, Alessandria, 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, Alessandria ら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 ら, 2010)。

4. ER に関連したパーソナリティ分類

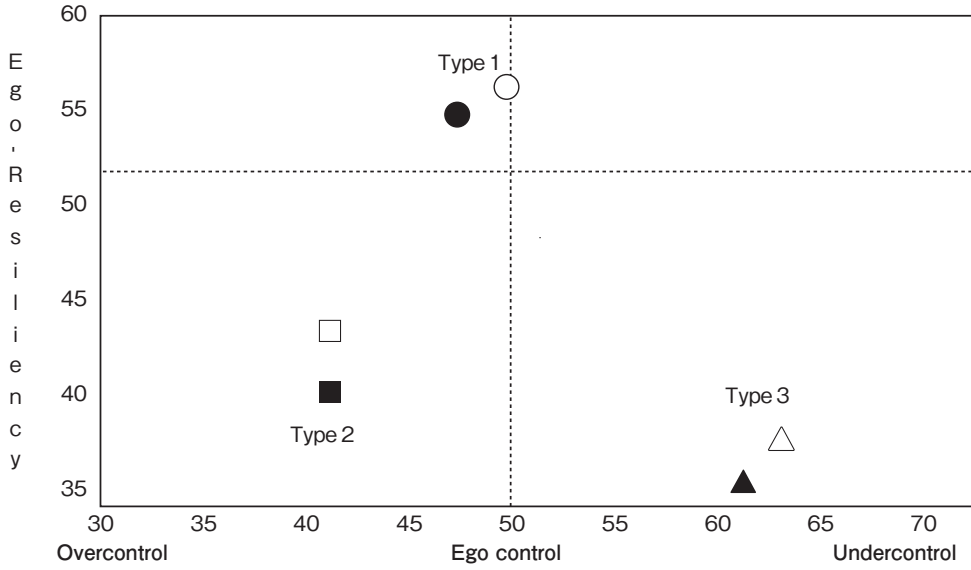
ER・EC の理論的な概念モデルによってパーソナリティの個人差を説明しようとする Block らのアプローチ (Person-centered approach) に対し, 因子分析などの手法を用いて, 情動, 思考, 行動の個人差から基本次元を実証的に導出するアプローチ (Variable-centered approach) がある。後者の実証的アプローチは, Allport & Odbelt (1936) まで遡るが, その後, 多くの研究者によって研究が続けられてきた。1980年代以降, 最も多くの研究者に同意を得られている研究に, パーソナリティの5因子モデル (Five Factor 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)。

(1) パーソナリティの3分類

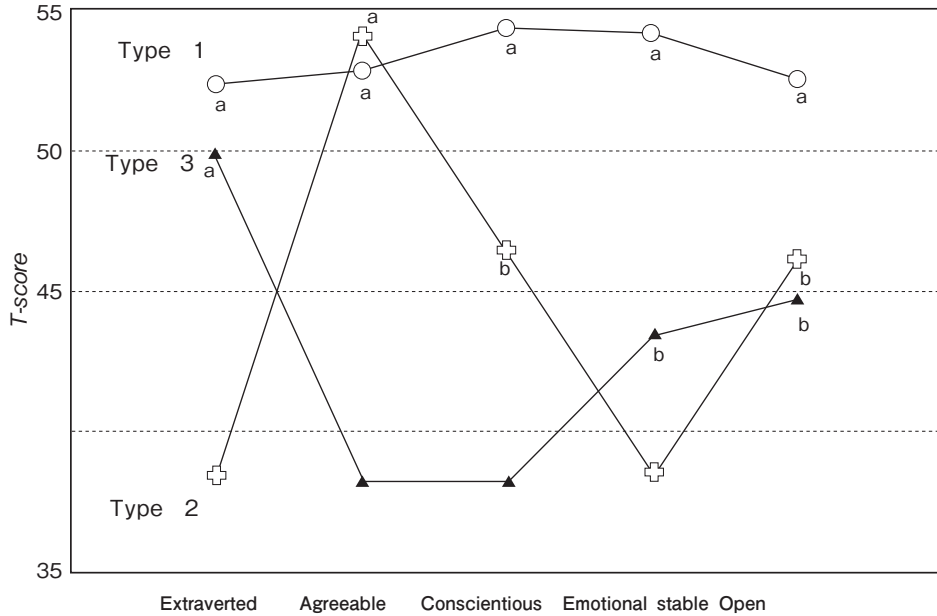
このアプローチの異なる ER・EC の概念モデルと5因子モデルの両方の枠組みを対応させ, Q 因子分析³⁾ やクラスタ分析⁴⁾ によってパーソナリティの3タイプを報告している研究者もいる (York & John, 1992; Caspi & Silva, 1995; Robins, John, Caspi, Moffitt, & Stouthamer-Loeber, 1996; Asendorpf, & van Aken, 1999; Asendorpf, Borkenau, Ostendorf, & van Aken, 2001; Schnabel, Asendorpf, & Ostendorf, 2002; Bettina, Asendorpf, & Avia, 2002)。中でも Robins ら (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 1, 2) の一般化可能性を示唆した (Table 4)。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。

本邦では, 小塩 (2010) が, Asendorpf ら



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

Figure 1 タイプ別のエゴ・レジリエンスとエゴ・コントロール (Robinら, 1996)



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

Figure 2 タイプ別の5因子プロファイル (Robinら, 1996)

Table 4 実証的に導出された3パーソナリティ・タイプの一一般化可能性

		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	Individualized	Well-adjusted	Resilient	
2	Vulnerable Overcontrollers	Traditional	Inhibited	Overcontrollers	
3	Unsettled Undercontrollers	Conflicted	Undercontrolled	Undercontrollers	
		(Belated Adjuststers)	(Conflicted)		
		(Anomic Extroverts)	(Reserved)		
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	ピッツバーク (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	反復クラスト	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。

(2001)やRobinnら(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。

(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。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 5)とした。Gramzowら(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 3, 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

Table 5 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"> ● エネルギッシュ、活動的 ● 好奇心が強い、探究的 ● 回復力、レジリエント ● 面白い、人目を引く 	<ul style="list-style-type: none"> ● 落ち着かない、そわそわした ● 衝動のコントロール不足 ● 外在化型、傷つきやすい ● もろい、調整の余地が限られる ● ごまかし上手
Overcontrolled	<ul style="list-style-type: none"> ● 従順な ● 冷静、落ち着きがある ● 共感的 	<ul style="list-style-type: none"> ● 抑制的、抑圧的 ● くよくよする、心配性 ● あいまいなことに耐えられない ● ストレス下で頑なに同じことを繰り返す ● 堅苦しい対人関係 ● ストレス下で引きこもる ● 不適切な感情表出 ● 独特の行動パターン

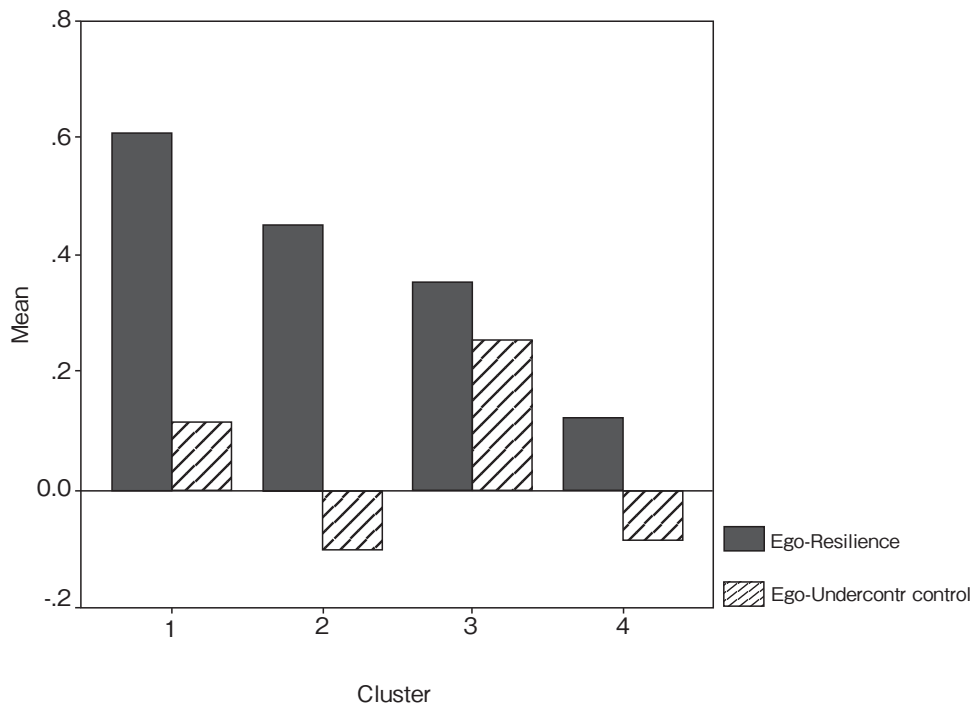


Figure 3 クラスター別のエゴ・レジリエンスとエゴ・コントロールのパターン (Gramzow ら, 2004)

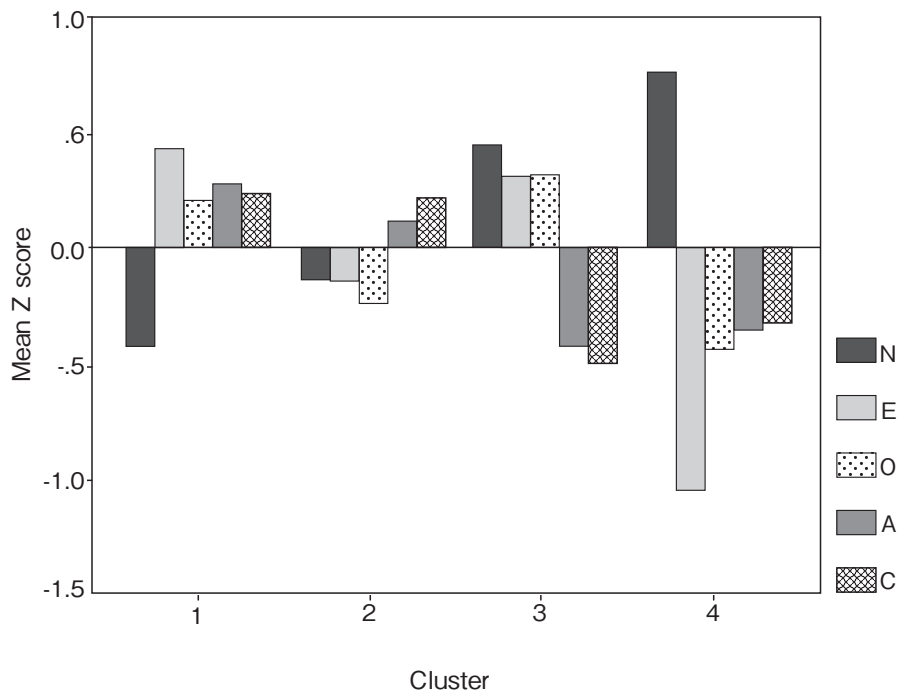


Figure 4 クラスター別の5因子プロファイル (Gramzow ら, 2004)

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ら(1996)やAsendorfら(1999)のタイプと一致している(Gramzowら, 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。

5. 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特性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, Desen 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重要なパーソナリティ特性であ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ERでは, 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)。

6. 新しいER研究の動向と日本のER研究

(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。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で、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。

(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(2013)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取り、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連に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)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(2013)は、大学生の自我同一性地位と精神的健康の関連に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

精神的健康が良好であることが明らかとなった。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（2013）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特性である。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パーソナリティ特性であると考えられる。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。本邦では、定義の一定しないレジリエンスの概念とERの相違が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。こうした状況を脱した今、本邦でもER89日本語版尺度（畑・小野寺，2013）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。

【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**, No.211.
- 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.
- 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*. CA: Bancroft.
- 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. (1991). *Prototypes for the California Adult Q-set*. Berkeley: 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, US: 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., 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. & 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*. pp.334-360. New York, NY: Cambridge University Press.
- Block, J. & Kremen, A.M. (1996). IQ and ego-resiliency: conceptual and empirical connections and Separateness. *Journal of Personality and Social Psychology*, **70** (2), 349-361.
- Block, J. H., & Block, J. (1980a). 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. (1980b). *The California Child Q-set*. Palo Alto, Calif.: Consulting Psychologists Press.
- Block, J. H., & Block, J. (2006). Venturing a 30-year longitudinal study., *American Psychologist*, **16**, 315-327.
- 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** (5631), 386-389.
- 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.
- 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.
- 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.
- Flores, E., Cicchetti, D., & Rogosch, F.A. (2005). Predictors of Resilience in Maltreated and Nonmaltreated Latino Children. *Developmental Psychology*, **41** (2), 338-351.
- 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., & 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.
- 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** (6), 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.
- 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紀要, **5**, 107-116.
- 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・レジリエンスとの関連, 目白大学心理学研究紀要, **7**, 67-79.
- 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紀要, **9**, 37-51.
- 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.
- 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回大会論文集, p 190.
- 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.
- 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.
- 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.
- Klohn, E.C. (1996). Conceptual analysis and measurement of the construct of ego-resiliency. *Journal of Personality and Social Psychology*, **70** (5), 1067-1079.
- Klohn, E.C., Vandewater, E.A., Young, A. (1996). Negotiating the middle years: ego-resiliency and successful midlife adjustment in women. *Psychology and Aging*, **11**, 431-442.
- 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.
- 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.
- Lewin, K. (1951). *Field theory and social science*. New York: HarperCollins 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., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: a critical evaluation and guidelines for work. *Child Development*, **71**, 543-562.
- Luthar, S., Zigler, E. (1991). Vulnerability and competence: A review of research on resilience in childhood. *Am J Orthopsychiatry*, **61** (1), 6-22.
- 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 Mc Cartney, Kathleen & Phillips, Debrah (Eds.) *Blackwell Handbook of early Childhood Development*. Blackwell. 22-43.
- 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)
- 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.
- 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
- 森敏昭・清水益治・石田潤・冨永美穂子・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.
- 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.
- 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.
- 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紀要, **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紀要, **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.
- Ozer, D. J., & Gjerdc, 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.
- 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. *Am J Orthopsychiatry*, **57** (3), 316-331.
- 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.
- 清水弘司(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.
- 庄司順一(2009). レジリエンスについて, 人間福祉学研究, **2** (1), 35-45.
- 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.
- 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.
- 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. & Fredricson,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., & 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.
- 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., & Dafinoui, I. (2012). Positive emotions, coping strategies and ego-resiliency: A mediation model. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, **33**, 308-312.
- 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.
- Waaktaar, T. & Torgersen, S. (2012). Genetic and environmental causes of variation in trait resilience in young people. *Behavior Genetics*, **42** (3), 366-377.
- 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.
- Yahim, Desen. (2012). FIRST YEAR COLLEGE ADJUSTMENT: THE ROLE OF COPING, EGORESILIENCY, OPTIMISM AND GENDER. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, **33**, 308-312.
- 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.

【脚注】

- 1) 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。
- 2) 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 (1993) の日本語訳CAQ100項目を付表1に掲載した。
- 3) 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)。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)。
- 4) 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)。

APENDIX 1 CAQ項目 日本語版 (清水, 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遂げる
- 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たりしがちである
- 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、正しいとか間違っているとか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 楽しみを先に延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ダメにして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 おもしろいこと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

A review of the studies on ego-resiliency

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

Mejiro Journal of Psychology, 2014 vol.10

【Abstract】

As interest in maintaining health in stressful situations increases, several studies on individuals' personality resources related to stress defense have been produced. Ego-resiliency (ER) is one of the resources and has been investigated by many researchers in Europe and the United States. However, much less attention has been paid to ER in Japan and even the concept is not well known. This study introduces the concept and theoretical framework of ER and clarifies the difference between ER and resilience. On that basis, we review the methods of measuring ER, the personality types related to ER, and the empirical research into ER. Finally, the latest research trends related to ER, that is, the "broaden-and-build theory of positive emotions" was outlined.

keywords : ego-resiliency, resilience, ego-resiliency scale (ER89)