

# クライシス・シチュエーションにおける レジリエンスと自尊感情の関連性について — いじめのクライシス・シチュエーション —

## The relationship between emotional resilience and self-esteem in crisis situation of bullying.

安田 奈津海  
世田谷区教育相談室  
Natsumi Yasuda  
Educational Counseling Room  
of Setagaya City

宮崎 圭子  
跡見学園女子大学  
文学部臨床心理学科  
Keiko Miyazaki  
Department of clinical psychology,  
Faculty of Letters, Atomi University

### 要 約

本研究の目的は以下の2点であった。①「ユーモア」視点を取り入れたレジリエンス尺度の作成、②「いじめ」のクライシス・シチュエーションによって、レジリエンスがどのように機能するのかを検討する。レジリエンス尺度に関して、因子分析の結果、「援助コーピング的ユーモア」「セルフ・コントロール」「ポジティブ思考」「状況分析能力」「チャレンジ志向」の5因子構造であることが明らかになった。本研究では、レジリエンス機能として、「援助コーピング的ユーモア」が重要な機能の1つであることが明らかとなった。レジリエンス下位因子高群であっても、「いじめ」というクライシス・シチュエーションにおいてダメージを受けるということが明らかとなった。また、高群の方も、ダメージを受けたことに関して、回復力を反映させる時間がなかったのかもしれない。そもそも「レジリエンス」自体、時間的スパンが長い概念である。1時間後、1日後というフォローアップでの詳細な検証が必要であったと考察した。

### 【問題と目的】

我々は人生において、様々な困難を経験する。しかし、同じような危機的状況を経験しながらも、一方では精神的不健康状態や不適応状態に陥ってしまう人もいる。かと思えば、精神的不健康状態や不適応状態に陥らず、心理的、社会的に良好な状態を維持し、適応的な生活を送ることが出来る人もいる。この個人差に注目したRutter (1985)は、レジリエンス(resilience)の概念を提唱した。近年その研究が盛んになされ

るようになってきている。

レジリエンスは、ストレスラーに対して「それを跳ね返す力」として使われ始めた(加藤, 2009)。様々な困難や不測の事態が存在している個人の心理-社会的な発達過程においては、危機的な状況を経験してもそれを糧とし、柔軟に乗り越えていくこのレジリエンスのような能力こそが、必要であるといえるのではないだろうか。

しかしながら、わが国でのレジリエンス研究は、未だ数えるほどにとどまってお

り、比較的新しい分野の研究であると言える。対象者も定義やその調査方法も研究者によって大きく異なっており、その幅広い概念についての明確な議論がなされていないのが現状である(石原・中丸, 2007)。

レジリエンスの測定尺度に関しては、小塩ら(2002)や長内・古川(2005)、石毛・無藤(2006)が挙げられよう。小塩ら(2002)は精神的回復力尺度を作成している。この尺度が「肯定的な未来志向」「新奇性追求」「感情調整」の3因子で構成されることを明らかにしている。また、長内・古川(2005)はReivich&Shatte(2002)によるThe Resilience Quotientの原文を日本語訳して使用している。そして因子分析の結果、「状況分析能力」「心の強さ」「チャレンジ精神」「自己制御」の4因子を見出した。石毛・無藤(2006)は、中学生用のレジリエンス尺度を作成しており、「意欲的活動性」「内面共有性」「楽観性」の3因子で構成されることを明らかにしている。

以上のように、尺度についての研究は複数なされているものの、レジリエンスを十分に測定できているとは言い難い。事実、小塩ら(2002)もこの点について、「レジリエンスの要因は多様であり、同時に検討を行うことは困難である」と指摘している。例えば、ユーモア感覚を持つことがストレス解消や精神的健康に結びつくことは従来から指摘されてきている(上野, 1992)。また、ユーモアをレジリエンスを構成する要素のうちの一つとして取り上げている研究も散見される(例えば紺野・丹藤, 2006)。ユーモアはレジリエンスにおいて欠かせない要素であると考えられる。

また、レジリエンスとライフイベントの

関連性に焦点を当てた研究もまだ少数である。小塩ら(2002)や長内・古川(2005)がライフイベントとの関連性を取り上げているものの、両者とも過去に生じたネガティブなライフイベントの経験数に着目している。しかしながら、ライフイベントの内容によって、個人に与える影響は異なるのではないだろうか。それを、“経験数”ということで一括りにしてしまい、ライフイベントの質的な違いを検討していない点、わが国のレジリエンスとライフイベントについての研究において、未だ不十分な点であると言えよう。

一方、文部科学省による平成19年度「児童生徒の問題行動等生徒指導上の諸問題に関する調査」(2008)では、暴力行為の発生件数は約53,000件と小中高校すべての学校種で調査開始以来過去最高の件数である。いじめの認知件数は約10万1千件と減少にあるものの依然として相当数に上る。さらに、2012年、S県でのいじめによる事件を発端に大きな社会問題として議論が紛糾したことは記憶に新しい。

以上より、本論文(研究1と研究2)の目的を以下のように設定した。研究1では、レジリエンスをより包括的に測定するために、「ユーモア」視点を取り入れた尺度を作成する。

研究2では、「レジリエンスの高い者ほど、クライシス・シチュエーションにおいてはダメージを受けにくい」という仮説を、「いじめ」(ライフイベント)という危機的状況に着目して検証する。

## I. 研究：「ユーモア」視点を取り入れたレジリエンス尺度の作成

## 【方法】

1. 調査時期：2008年6月下旬～7月上旬。
2. 調査対象者：関東圏内のA大学とB大学の学部生男女405名のうち、372名(有効回答率は91.8%)を採用。
3. 調査内容：質問紙を講義中に一斉配布し、回答後、一斉回収。

1) フェースシート：回答者の属性、家族構成、居住形態、サークル、地域の活動、バイト、ペット、好きなテレビ番組

2) レジリエンスに関する質問項目：本尺度には、レジリエンスの要因として「ユーモア」を取り入れた。先述したように、ユーモア感覚を持つことがストレス解消や精神的健康に結びつくことは従来から指摘されてきている(上野, 1992)。また、レジリエンスを構成する要素のうちの一つとして、ユーモアを取り上げている研究も散見される(例えば紺野・丹藤, 2006)。そこで、ユーモアはレジリエンスにおいて欠かせない要素であると考え採用することとした。

小塩ら(2002)の3因子21項目からなる精神的回復力尺度、長内・古川(2005)の4因子34項目からなるRQ日本語版、上野(1992)が作成したユーモア態度尺度のうちの「支援的ユーモア」(8項目)、宇恵(2007)が作成したユーモア測定尺度のうちの「ユーモアのコーピング利用」(4項目)を参考に、レジリエンスに関する質問紙を作成した。

以上の質問項目を、臨床心理学専攻の大学教員1名と臨床心理学専攻の大学院生4名とで内容的妥当性を検討した。その結果、適切だと思われた66項目を、言い回しや言葉づかいが分かりやすいよう表現し直した上で採用した。計66項目から構成される

レジリエンスに関する質問項目が得られた(Table1)。また、当てはまる(5点)、だいたい当てはまる(4点)、どちらでもない(3点)、あまり当てはまらない(2点)、当てはまらない(1点)の5件法で評定を求めた。

## 【結果と考察】

先の得られた66項目についてフロア・天井効果を検討した結果、フロア・天井効果は見られなかった。そこで全66項目に対して、探索的因子分析(主因子法、プロマックス回転)を行った。固有値1.00以上を示す因子が8個見出されたので、因子数を減少させながら因子の抽出を行った。5因子解での結果が最も統一した解釈が可能であったので、この5因子解を採用した。因子負荷量の絶対値が0.34未満の項目を除外し、再度因子分析を行うという手続きを4回繰り返した。その結果、11, 21, 28, 36, 38, 39, 41, 45, 46, 54, 59, 65, 計12項目が除外された。4回目の因子分析では、全ての項目が0.340以上となった。なお、この5因子による累積寄与率は44.23%であった。各因子の項目内容と因子負荷量は、Table2に示す。

各5因子に対して、因子負荷量の上位となる質問項目から適切な因子名を次のように命名した。第Ⅰ因子「援助コーピング的ユーモア」因子(12項目,  $\alpha = .869$ )、第Ⅱ因子「セルフ・コントロール」因子(13項目,  $\alpha = .829$ )、第Ⅲ因子「ポジティブ思考」因子(10項目,  $\alpha = .876$ )、第Ⅳ因子「状況分析能力」因子(13項目,  $\alpha = .826$ )、第Ⅴ因子「チャレンジ志向」因子(6項目,  $\alpha = .823$ )。

以上、54項目5因子構造からなるレジリエンス尺度が得られた。なお、レジリエンス及びその5つの下位尺度は、各得点の総

Table 1 レジリエンス測定に関する質問項目

1	色々なことにチャレンジするのが好きだ
2	自分の未来にはきっといいことがあると思う
3	ものごとがうまくいかないと、すぐにあきらめなくなる
4	ちょっと寂しそうな人がいると、冗談などを言って笑わせたいくなる
5	たいてい、問題の本当の原因を突き止めることができる
6	自分の感情をコントロールできるほうだ
7	人をなぐさめるために、自分の失敗をおもしろおかしく語ることがある
8	新しいことや珍しいことが好きだ
9	自分の問題解決能力に不安がある
10	行動する前に多くの解決策を思いつく
11	"自分の力よりも他人の力を頼ることができる状況のほうが好きだ"
12	動揺しても、自分を落ち着かせることができる
13	友人を励ますために、笑わせようとする。
14	ものごとに対する興味や関心が強いほうだ
15	誰かが悲しんだり怒ったり恥ずかしがったりしているとき、その人がどんなことを考えているのか予測できる
16	嫌なことがあっても、自分の感情をコントロールできる
17	緊張した状況におかれると、何かおもしろいことはないか探してしまう
18	将来の見通しは明るいと思う
19	気分転換がうまくできないほうだ
20	課題を終えた後、低い評価を受けるのではないかと不安になる
21	直感を信じて、初めに思いついた解決策を実行する
22	本や映画の登場人物の気持ちを察するのは簡単だ
23	問題で悩んでいるとき、ユーモアで救われることがある
24	自分の将来はうまくいくとは思えない
25	新しいことにチャレンジするのが好きだ
26	自分の気持ちのせいで、やるべきことが手につかない
27	何かにつけて、人から頼られるほうだ
28	将来の健康が心配だ
29	嫌なことがあっても笑いとばせる
30	新しいことをやり始めるのはめんどろだ
31	いつも冷静でいられるようところがけている
32	人ともめたとき、まず相手の言い分を聞く
33	困難があっても、それは人生にとって価値のあるものだと思う
34	自分の目標のために努力している
35	解決策をパッと思いつく
36	飽きっぽいほうだと思う
37	何かに挑戦しようとしているときでも、笑えることや冗談を考えることができる
38	ねばり強い人間だと思う
39	チャレンジとは自分を高めたり、何かを学んだりすることだ
40	ほとんどの困難は、私にはどうすることもできないものだ
41	集中の妨げになるようなことを、考えないようにすることができる
42	気がめいるようなときでも、ユーモアで自分を励ます
43	感情に流されやすい
44	友達が落ち込んでいると、たいていの場合その理由がわかる
45	私は色々なことを知りたいと思う
46	自分の手に負えないことについて、時間をかけて考えない
47	一生懸命やれば、必ず報われる
48	怒りを感じるとおさえられなくなる
49	自分の将来に希望を持っている
50	顔の表情を見れば、その人がどんな気持ちでいるのかわかる
51	人を救うようなユーモアが好きだ
52	慣れないことをするのは好きではない
53	その日の気分によって行動が左右されやすい
54	困難な状況は、自分でコントロールできると信じるほうが良い
55	他人のすることがわからず、途方に暮れてしまう
56	解決策を試みる前にまず、何が原因かをじっくり考える
57	自分には将来の目標がある
58	問題に直面しても、その中におもしろさを見つけようとすれば楽になることがある
59	つい熱くなりがちな話題でも、自分の感情を抑えることができる
60	自分の力以上のことをするのは苦手だ
61	つらい出来事があると耐えられない
62	人がケンカを始めそうな時、ユーモアを使って仲をとりもつ
63	自分が何を考え、それがどんな風に自分の気持ちに影響するのか、よくわかっている
64	困難に直面しても、きつとうまくいくと思う
65	決められた仕事をこなすのが、私にとって一番心地良い
66	あわてたり、騒いだりしている自分をこっけいに感じて、人と笑うことがある

Table 2 レジリエンス尺度の因子分析 最終結果

	I	II	III	IV	V	共通性
13 友人を励ますために、笑わせようとする	.761	.048	-.001	-.081	.028	.537
37 何かに挑戦しようとしているときでも、笑えることや冗談を考えることができる	.651	-.089	-.126	.037	.119	.465
4 ちょっと寂しそうな人がいると、冗談などを言って笑わせたい	.651	.014	-.027	.002	.051	.432
51 人を救うようなユーモアが好きだ	.629	.139	.191	-.124	.008	.457
17 緊張した状況におかれると、何かおもしろいことはないか探してしまう	.627	-.037	-.040	.017	-.075	.332
62 人がケンカを始めそうな時、ユーモアを使って仲をとるもつ	.604	.117	-.037	.098	-.063	.362
7 人をなぐさめるために、自分の失敗をおもしろおかしく語ることがある	.584	.048	-.124	-.009	.115	.380
42 気がめいるようなときでも、ユーモアで自分をほげます	.579	.094	.100	.000	-.042	.430
23 問題で悩んでいるとき、ユーモアで救われることがある	.558	-.170	.025	.026	.058	.367
29 嫌なことがあっても笑いとばせる	.507	-.310	.027	-.010	-.063	.378
58 問題に直面しても、その中におもしろさを見つけようとすれば楽になることがある	.474	.034	.104	.019	.129	.356
66 あわてたり、騒いだりして自分をこっけいに感じて、人と笑うことがある	.439	.079	.005	.024	-.042	.191
61 つらい出来事があると耐えられない	-.085	.674	.062	.013	-.019	.447
26 自分の気持ちのせいで、やるべきことが手につかない	.141	.608	-.124	.067	.038	.405
43 感情に流れやすい	.280	.593	.155	-.147	-.002	.392
48 怒りを感じるとおさえられなくなる	-.039	.551	.077	-.137	.085	.317
9 自分の問題解決能力に不安がある	.153	.527	-.143	-.125	-.026	.383
19 気分転換がうまくできないほうだ	-.122	.521	-.082	.166	.013	.309
6 自分の感情をコントロールできるほうだ	.090	-.515	-.123	.359	.014	.461
55 他人のすることがわからず、途方に暮れてしまう	-.034	.455	-.009	-.008	.050	.208
53 その日の気分によって行動が左右されやすい	.086	.444	.012	-.111	.005	.215
16 嫌なことがあっても、自分の感情をコントロールできる	.104	-.433	-.121	.430	.022	.458
3 ものごとがうまくいかないと、すぐあきらめたい	.080	.429	.005	.016	-.188	.235
20 課題を終えた後、低い評価を受けるのではないかと不安になる	-.037	.422	-.205	.139	.204	.245
60 自分の力以上のことをするのは苦手だ	.119	.366	-.171	.138	-.282	.311
49 自分の将来に希望を持っている	-.075	.012	.884	.025	.007	.739
2 自分の未来にはきっといいことがあると思う	.056	-.074	.750	.008	.016	.668
24 自分の将来はうまくいくとは思えない	-.037	.346	-.749	.201	.134	.723
18 将来の見通しは明るいと思う	.099	-.118	.728	.035	-.092	.638
47 一生懸命やれば、必ず報われる	.034	.103	.579	-.005	.024	.332
64 困難に直面しても、きつうまくいくと思う	.052	-.172	.506	.176	.087	.553
57 自分には将来の目標がある	-.153	.064	.492	.117	.198	.330
34 自分の目標のために努力している	.072	.094	.384	.220	.001	.324
33 困難があっても、それは人生にとって価値のあるものだと思う	-.157	.110	.381	.235	.258	.266
40 ほとんどの困難は、私にはどうすることもできないものだ	-.052	.284	-.356	.086	.019	.269
5 たいいてい、問題の本当の原因を突き止めることができる	-.003	-.077	-.109	.548	.024	.390
10 行動する前に多くの解決策を思いつく	-.037	-.073	-.046	.540	.033	.292
31 いつも冷静でいられるようこころがけている	-.002	-.166	-.157	.529	-.146	.283
44 友達が落ち込んでいると、たいいていの場合その理由がわかる	.082	.189	.206	.507	-.032	.373
63 自分が何を考え、それがどんな風に自分の気持ちに影響するのか、よくわかっている	.005	.108	.156	.486	-.001	.288
22 本屋映画の登場人物の気持ちを察するのは簡単だ	.086	-.009	-.061	.477	-.018	.250
50 顔の表情を見れば、その人がどんな気持ちでいるのかわかる	.047	.185	.366	.468	-.089	.399
15 誰かが悲しんだり怒ったり恥ずかしがったりしているとき、その人がどんなことを考えているのか予測できる	.124	.084	.122	.463	-.020	.317
35 解決策をパッと思いつく	.023	-.152	.165	.461	.085	.424
56 解決策を試みる前にまず、何が原因かをじっくり考える	-.132	.063	.014	.460	.057	.182
32 人ともめたとき、まず相手の言い分を聞く	-.047	-.044	-.056	.457	-.022	.185
27 何かにつけて、人から頼られるほうだ	-.014	-.014	.159	.422	.081	.282
12 動揺しても、自分を落ち着かせることができる	.056	-.392	-.121	.419	-.007	.371
25 新しいことにチャレンジするのが好きだ	.042	.033	-.071	.014	.917	.810
1 色々なことにチャレンジするのが好きだ	-.017	.021	.049	.029	.786	.654
30 新しいことをやり始めるのはめんどろだ	-.028	.196	-.146	.281	-.588	.492
14 ものごとに対する興味や関心が強いほうだ	.021	.156	.100	.151	.538	.411
8 新しいことや珍しいことが好きだ	.201	.137	-.139	.122	.519	.366
52 慣れないことをするのは好きではない	-.026	.347	-.083	.191	-.438	.392
因子間相関						
I	—	-.125	.446	.459	.354	
II	-.125	—	-.361	-.216	-.207	
III	.446	-.361	—	.314	.465	
IV	.459	-.216	.314	—	.307	
V	.354	-.207	.465	.307	—	



合計点数を各項目数で除したものとする。

小塩ら(2002)が指摘しているように、レジリエンスの構成要素は非常に多様である。全ての要素を測定できる尺度を作成することは極めて困難だと思われる。しかしながら、本研究の因子分析の結果、「援助コーピング的ユーモア」が第1因子で固まって抽出された。このことから、レジリエンス尺度として「ユーモア」はやはり重要な構成要素であるという考えは妥当なものであることが確認できたといえる。

## Ⅱ. 研究2: いじめのクライシス・シチュエーションにおけるレジリエンスと自尊感情の関連性

### 【方法】

1. 調査的実験時期：2008年6月下旬～7月上旬。
2. 調査的実験対象：関東圏内のA大学とB大学の学部生男女136名(男子51名, 女子85名)。
3. 調査的実験手続き：手続きをFig.1に示す。

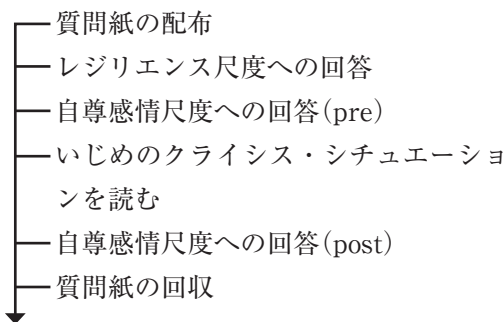


Fig.1 調査的実験の手続き

## 4. 使用した尺度について

1) レジリエンス尺度：研究Iで作成したレジリエンス尺度を使用(5因子54項目5件法)。

### 2) クライシス・シチュエーション

《予備調査》2008年5月上旬、関東圏内X大学大学院心理学専攻の大学院生22名(男子2名, 女子20名)を対象に実施した。「今までに経験した、ショックだった出来事とそれが起こった時期を思いつく限り自由に記述してください。」という教示文の元、自由記述方式で、今まで経験したショックだった出来事についての記述を求めた。結果を内容分析した。誰でも経験している可能性が高く、かつ、かなり危機的であると考えられる「いじめ」「失恋(恋人にふられる)」「大学受験失敗」の3つの危機的状況が抽出された。それらをクライシス・シチュエーションと命名した。以下、CSと呼ぶ。予備調査で得られたデータをもとに、3つのCSを彷彿させる刺激文を作成した。本研究では、「いじめ」に関するCSのみのデータを報告する(Table3)。なお、この作成には、臨床心理学専攻の大学教員1名と臨床心理学専攻の大学院生4名とで内容の妥当性を検討した。

3) 自尊感情尺度：Rosenberg (1965)によって作成され、山本ら(1982)によって和訳された自尊感情尺度を採用。1因子10項目からなる(Table4)。妥当性、信頼性が保証されている尺度である。5件法で回答を求めた。

なお、10項合計得点を10で除したものを自尊感情得点とした。

### 【結果と考察】

レジリエンス及びその5つの下位尺度得

Table 3 CS いじめ 刺激文

(教示文) 次の物語の主人公はあなたです。あなたは今、このような目にあっています。それを想像しながら読んで下さい。

CS いじめ

あなたは高校生です。部活や勉強に忙しい毎日を送っています。

そんなある日、クラスメイトに声をかけたところ、素通りされてしまいました。

(あれ？聞こえなかったのかな？)

その時は気にしないように努めました、その2、3日後…

あなた：「A、おはよー。」

A：「…。」 近くにいたAに声をかけたら、あなたは逃げられてしまいました。

あなた：「ねえねえB、昨日のMステ見た？」

B：「…。」

Bも、無言で席を立ちました。(まさか…。)

嫌な予感的中、クラス全員があなたを無視するようになっていました。授業中、あなたが発言すると、クラスメイトは顔を見合わせクスクス笑います。授業で配られるプリントも、あなたを抜かして後ろに回されるようになりました。あなたが教壇まで取りに行き、席に戻ると、椅子に紙くずや画鋏がひざが置かれていることも…。

(何で自分が無視されるんだ…。)

教室移動の時や休み時間、お昼ご飯も、あなたはいつも一人ぼっち…。無視されるような理由も思い当たりません。

(もう嫌だ…こんな毎日、いつまで続くんだろう…。)

終わりが見えない苦しみの中で、あなたは今日も一人ぼっちで過ごしています…

Table 4 自尊感情尺度(山本ら, 1982)

- 1 少なくとも人並みには価値のある人間である。
- 2 色々な良い素質をもっている。
- 3 敗北者だと思ふ事がよくある。
- 4 物事を人並みには、うまくやれる。
- 5 自分には、自慢できるところがあまりない。
- 6 自分に対して肯定的である。
- 7 だいたいにおいて、自分に満足している。
- 8 もっと自分を尊敬できるようになりたい。
- 9 自分は全くだめな人間だと思ふ事がよくある。
- 10 何かにつけて、自分は役に立たない人間だと思ふ。

点が高い者(以下, 高群とする), 低い者(以下, 低群とする)がCS(いじめ)において自尊感情をどのように変化させたのかを検討する。ちなみに, 各尺度得点の上位25%を高群, 下位25%を低群とした。

自尊感情得点を従属変数とした2(レジリエンス及びその下位尺度高群・低群)×2(pre・post)の2要因分散分析(反復測定)を行った。その結果をTable5に整理した。レジリエンス, ポジティブ思考, チャレンジ志向において, 交互作用が有意であったため, さらに単純主効果検定を行った。その結果をTable6にまとめた。

交互作用が有意ではなかった援助コーピング的ユーモア, セルフ・コントロール, 状況分析能力では, pre/post, 高低群の2要因の主効果がすべて有意であり, pre>post, 高群>低群であった。

単純主効果検定を行った, ポジティブ思考の低群におけるpre/post, チャレンジ志向における高低群において, 有意差は検出されなかった。その他は, 一部10%水準があるものの, すべて有意差が検出された(Table6)。さらに, 有意差があったものに関しては, すべて高群/低群ともにpre>postであり, pre/postではすべて高群>低群であった。

以上より, 2要因分散分析の結果, レジリエンス及びその下位5因子の高群であっても, CSによって自尊感情が低下するということが明らかとなった。ただし, ダメージを受けてもなお, 高群の方が低群よりも自尊感情が高かったことも示された。

文部科学省(2012)が, 『「いじめの問題に関する児童生徒の実態把握並びに教育委員会及び学校の取り組み状況にかかわる

緊急調査」を踏まえた取組の徹底について(通知)』を各学校関係者(各都道府県教育委員会, 各都道府県知事等)に通達している。このような通知を出さねばならないほど, 「いじめ」というものが大きなダメージを与えるということが, 本研究結果でも明らかとなったということであろう。そもそも, レジリエンスは, ストレッサーに対して反応しないということを保証する力ではない。先述したようにレジリエンスは, ストレッサーに対して「それを跳ね返す力」である。そのことを考えると, 「いじめ」というストレスに対して高群もダメージを受けたということは当然の結果であった。また, レジリエンスの質問項目を概観すると, つまり, 生理的ストレス反応のように短時間で変化が見られるようなものではなく, 長い時間的スパンで回復がはかれるものだと言える。そのレジリエンスの特性の影響を検討するには, フォローアップとして, 時間の経過を見て(例えば2.3日後, 1週間後), 自尊感情がどのように推移していくのかを検討する必要がある。

高群においても自尊感情が低下した訳であるが, それでも低群よりまだ高い自尊感情が維持できているということは重要なポイントであろう。つまり, レジリエンスを高めることは, ストレス耐性をあげることに繋がるということである。どのような介入をすれば, レジリエンスをあげることができるのかを解明するのが今後の課題であろう。本研究で重要な要素であることが明らかとなった「ユーモア」がその一つとして考えられる。

#### 【謝辞】

本研究におきまして, 調査にご協力下さ



Table 5 いじめCS 2要因分散分析(反復測定)結果  
 ((従属変数：自尊感情 独立変数：pre・post, 高低群)

		pre		post		主効果(F値と有意水準)		交互作用	
		M	SD	M	SD	pre / post	高低群	(F値と有意水準)	
レジリエンス	高群	3.53	0.53	2.72	0.80	39.27***	35.62***	7.51	**
	低群	2.43	0.71	2.12	0.66				
援助コーピング的ユーモア	高群	3.24	0.63	2.50	0.89	37.17***	7.16 *	1.55	n.s.
	低群	2.66	0.77	2.17	0.71				
セルフ・コントロール	高群	3.38	0.58	2.91	0.58	26.37***	33.43***	0.34	n.s.
	低群	2.52	0.78	2.15	0.66				
ポジティブ思考	高群	3.51	0.56	2.70	0.74	44.27***	33.12***	14.23***	
	低群	2.41	0.60	2.19	0.66				
状況分析能力	高群	3.33	0.64	2.55	0.84	38.32***	15.92***	3.78	n.s.
	低群	2.51	0.76	2.11	0.66				
チャレンジ志向	高群	3.25	0.71	2.53	0.89	38.23***	10.03***	7.82**	
	低群	2.53	0.68	2.27	0.64				

(\*\*\*: p<.001, \*\*: p<.01, \*: p<.05)

Table 6 単純主効果検定結果

		F値			F値			
レジリエンス	高群	23.13	***	pre>post	pre	49.87	***	高群>低群
	低群	3.57	†	pre>post	post	11.13	**	高群>低群
ポジティブ思考	高群	27.25	***	pre>post	pre	58.56	***	高群>低群
	低群	1.87	n.s.		post	8.56	**	高群>低群
チャレンジ志向	高群	14.48	***	pre>post	pre	18.95	***	高群>低群
	低群	2.95	†	pre>post	post	2.11	n.s.	

(†: p<.1, \*\*: p<.01, \*\*\*: p<.001)

いました被験者の皆様に、この場を借りまして厚く御礼申し上げます。

### 【引用文献】

石毛みどり・無藤 隆 (2006). 中学生のレジリエンスとパーソナリティとの関連  
パーソナリティ研究, **14**, 266-280.

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.

加藤 敏・八木剛平 (2009). レジリエンス  
現代精神医学の新しいパラダイム 金原出版

紺野 祐・丹藤 進 (2006). 教師の資質能力に関する調査研究 —「教師レジリエンス」の視点から— 秋田県立大学総合科学研究彙報, **7**, 73-83.

文部科学省(2008). 平成19年度「児童生徒の問題行動等生徒指導上の諸問題に関する調査」について

文部科学省(2012). 「いじめの問題に関する児童生徒の実態把握並びに教育委員会及び学校の取組状況に係る緊急調査」を踏まえた取組の徹底について(通知)

長内綾・古川真人 (2005). レジリエンスと日常的ネガティブイベントとの関連 昭和女子大学生生活心理研究所紀要, **7**, 28-38.

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.

Reivich, K., & Shatte, A.(2002). *The*

*Resilience factor: 7 keys to finding your inner strength and overcoming life's hurdles.* Broadway Books.

Rosenberg, M.(1965). *Society and the adolescent self-image.* Princeton, NJ: Princeton University Press.

Rutter, M.(1985). Resilience in the face of adversity: Protective factors and resilience to psychiatric disorder. *British Journal of Psychiatry*, **147**, 598-611.

宇恵 弘 (2008). ユーモア測定尺度の作成  
関西福祉科学大学紀要, **11**, 31-40.

上野行良 (1992). ユーモア現象に関する諸研究とユーモアの分類化について  
社会心理学研究, **7**(2), 112-120.