

児童期から青年期におけるレジリエンスの 発達的变化と性差および促進要因の検討

——メタ分析の観点から——

谷 里 子

1. 問題と目的

レジリエンス (resilience) とは「精神的回復力」とも呼ばれ (小塩, 2002)、逆境・困難・危機の存在があるにもかかわらず、よい適応を示すものとされる (松嶋, 2014)。現在注目されている概念であり、国内におけるレジリエンスをテーマにした研究は増加している。谷 (2020) による文献レビューでは、心理学・社会福祉・医療系学会誌に 2012 年から 2016 年にかけて日本で発表されたレジリエンスに関連する論文 (358 件) を内容別に分類したところ、レジリエンスの促進要因を検討したものが最も多く、17.3% (62 件) を占めていた (Figure1)。また、促進要因を検討した文献のほとんどが児童期から青年期を対象としていたという。

加えて、これらの研究対象は様々であるが、大まかに児童期から青年期までの子どもを対象とした研究、子どもとその家族全体を対象とした研究、成人期以降の職業ストレスに対応した研究に分かれるとされている。このうち、児童期から青年期までを対象とした研究において、レジリエンスの促進要因を検討している論文が多いことは特徴的である。成人期に至るまでに、どのように子どもたちに働きかけることが回復につながるのか注目されている。

一方、レジリエンスを構成する要因 (以下、レジリエンス要因) は個人の気質といった資質的な要因である「楽観性」や、環境の中で後天的に獲得される要因である「問題解決志向」など様々な要因が存在する (平野, 2010)。

しかし、児童期から青年期にかけて、レジリエンス要因がどのように発達していくのか、あるいは性差に着目した研究は少ない。加えて、様々なレジリエンスを促進する方法が検討されているが、どの発達段階に対して、どのような促進方法が効果的なのか詳細な検討は行われていない。

上記の問題提起を踏まえ、本研究では国内の児童期から青年期を対象としたレジリエンスに関する量的研究を収集し、①発達段階・性別によるレジリエンス要因の得点の変化の検討、②発達段階に応じた効果的なレジリエンスの促進要因の検討を目的としたメタ分析を実施した。以下、本研究のモデル図を Figure2 に示す。

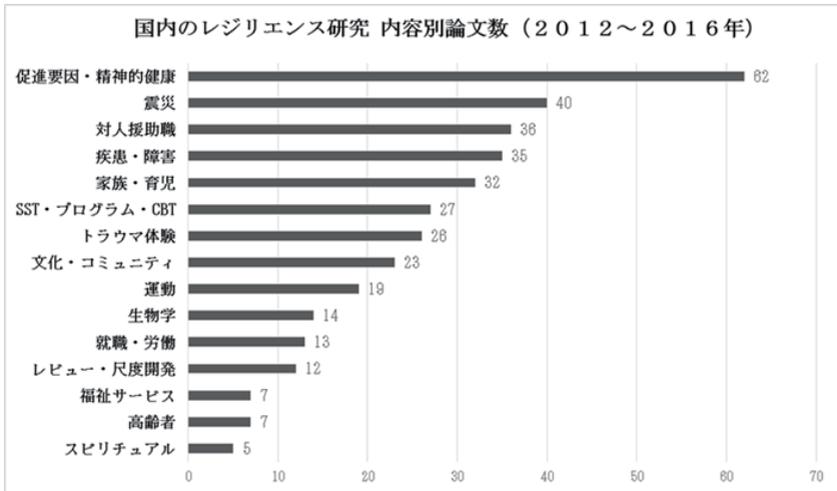


Figure1 2012年から2016年における国内のレジリエンス研究 内容別論文数 (使用検索サイト:NDL-OPAC) (谷(2020)から引用)

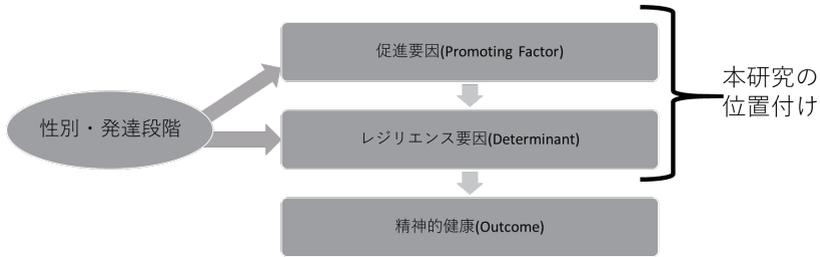


Figure2 本研究で行うメタ分析のモデル図

2. 方法

以下の方法の詳細は山田・井上（2012）、小塩（2014）、岡田・小野寺（2018）の文献を参考とした。

文献の選定

日本で初めてレジリエンスを測定する質問紙を公表した小塩ら（2002）・森ら（2002）の文献を起点とし、2002年2月から2016年9月までに日本で発行された文献を選定の対象とした。また、査読の有無は問わず、①心理学に関連した調査研究が掲載されている学会誌②心理学に関連した学科を設置している大学の論文（例：紀要・卒業論文・修士論文・博士論文）③一般には流通していない、入手が困難な非売品の資料（灰色文献：Gray Literature）（例：政府資金によって行われたプロジェクト、調査・研究の報告書、政府の助成金を受けている機関の活動報告書、学会の大会・講演会・研究会・シンポジウム・セミナー等で用いた参考資料）を文献選定の対象とした。さらに以上の論文以外に記載されている他分野（例：スポーツ科学・人間科学・看護学・社会福祉学等）の論文、2002年以前の論文についても検討するため、日本の論文をデータベースとして保管し情報公開している以下のサイトを使用した。(1) CiNii（提供先：国立情報学研究所）・(2) J-STAGE（提供先：科学技術振興機構）・(3) NDL-OPAC（提供先：国立国会図書館）・(4) 医中誌（提供先：医学中央雑誌刊行会）・(5) Google Scholar（提

供先:Google)。また検索する際のキーワードは「resilience」「resiliency」「レジリエンス」「精神的回復力」であった。AND 検索でを使用したキーワードは「小学」「中学」「高校」「大学」「学生」「児童」「思春期」「青年」「発達」「縦断的」「長期的」であった。

加えて、大学がインターネット上に公開している論文に関しては、各大学のホームページのレポジトリにアクセスし、大学側が引用を許可している論文のみ文献選定の対象とした。紀要は公平性を図るため、インターネット上で情報が公開されている論文のみ文献選定の対象とした。

研究の選定

前述の文献の選定に挙げた論文をすべて参照し、各論文で使用されている尺度の信頼性・妥当性・適合度を確認した。選定の基準は以下の通りである。(1) 信頼性は Cronbach の α 係数が .60 以上であること (2) 妥当性は基準関連妥当性もしくは構成概念妥当性が確認済みであること (3) 適合度は GFI・CFI・AGFI が .80 以上、RMSEA が .10 未満であることを前提とし、(1) ~ (3) のどれかが基準に達していない場合は、論文の引用数が 2 件以上あれば選定に含めることにした。

なお、尺度開発を目的としていない論文で、レジリエンスを測定する尺度を複数組み合わせる質問紙を作成している場合、(1) 因子分析後の α 係数が .60 以上であること (2) 因子構造や因子名に大きな変化がないことを基準として選定に含めた。

また、一つの研究内で異なる調査対象者に質問紙を配布している場合は、各対象者を検討対象とした。

上記の選定基準をもとに、検索サイトを利用し論文を検索したところ、31 研究が抽出された¹⁾。この際、学術雑誌掲載論文とデータが重複している可能性があるため、同一人物の論文が 2 つ以上ある場合は調査実施時期・研究内容・対象者・サンプルサイズが重複していないか確認し、重複していないデータのみ検討対象とした。

適格性基準

一般的な日本人の学生を対象としたサンプルにおけるレジリエンス得点を推定し、発達段階・性別によるレジリエンス得点の比較を可能とするために必要な情報を有しているかという観点から、適格性基準を設定した。そして抽出された研究のうち以下の情報に当てはまるものを分析の対象から除外した。(1) 平均値（もしくは相関係数）およびサンプルサイズが掲載されていない研究 (2) 平均値を高低群に分けている研究 (3) 尺度得点を因子ごとに算出していない研究 (4) 尺度の件法を報告していない研究 (5) 日本人以外・小学生以下・社会人以上を対象とした研究 (6) 入院患者など疾患・障害を有している人を対象とした研究 (7) 専門職の実習生を対象とした研究 (8) 一般の学生ではなく、職業・疾患・キャリア・ライフスタイルなど、対象の属性や状況を限定した尺度（例：キャリアレジリエンス）(9) 個人ではなく組織や集団全体のレジリエンスを測定する尺度（例：家族レジリエンス）を選定から除外した。

尺度の種類

尺度の種類に関しては、小塩（2002）の精神的回復力尺度を使用したものが10研究（37.0%）、石毛（2005）の中学生用レジリエンシー尺度が9研究（33.3%）、森ら（2002）のレジリエンス尺度が2研究（7.4%）、平野（2010）の二次元レジリエンス尺度が2研究（7.4%）、佐藤・祐宗（2007）のS-H式レジリエンス尺度が2研究（7.4%）、齊藤・岡安（2009）の大学生用レジリエンス尺度が2研究（7.4%）であった。またこれらの尺度を複数組み合わせる因子分析し、独自の因子名を命名した研究も4研究あるため、因子の特徴ごとに5つに分類した（Table1）。5つのレジリエンス要因は森（2002）の分類を参考とし、筆者が独自にグループ化した。

その結果、「何事も良い方に考える」といった前向きな考え方を示す「ポジティブさ」、「色々なことにチャレンジするのが好き」といった好奇心の強さを示す「興味関心の追求」、「いつも冷静でいられるようにこころがけている」といった感情のコントロール力を示す「感情調整」、「つらいときや悩んでいるときに自分の気持ちを人に話す」といった援助希求行動や他者心理

の理解および社会性を示す「援助希求・ソーシャルスキル」、「困難な仕事で重い負担がかかっても何とかやっつけていける」といった「自己効力感」に分類された。それぞれの質問項目の一例は Table2 に示した。

また、レジリエンスの促進要因の指標とした尺度についても、特徴ごとに分類した。その結果、有酸素運動や十分な睡眠・安定した食生活を含む「生活習慣」、心配ごとを相談したり励ましてくれる家族および他者の存在を示す「ソーシャルサポート」の2つに分類された。また、促進要因の内容を細分化した表を Table3 に示す。

Table1 レジリエンス要因の構成因子
(森(2002)を参考に筆者が独自に分類)

レジリエンス要因の種類 (森(2002)を参考に筆者が独自に分類)	因子名				
1. ポジティブさ	肯定的な未来志向	楽観性	I AM	I WILL/DO	
2. 興味関心の追求	興味関心の追求	新奇性追求	進取性		
3. 感情調整	感情調整	感情統制性	自己理解	内省性	
	メタ認知的志向	I CAN			
4. 援助希求・ソーシャルスキル	関係志向	関係性	サポート	I HAVE	
	社会性	他者心理の理解	内面共有性		
5. 自己効力感	自己効力感	自己志向	実行性	熟考性	
	遂行性	忍耐力	問題解決志向	意欲的活動性	

Table2 各レジリエンス要因の特徴

レジリエンス要因の種類	質問例 ※ () は因子名
1. ポジティブさ	なにごととも良い方に考える(楽観性)
2. 興味関心の追求	色々なことにチャレンジするのが好きだ(新奇性追求)
3. 感情調整	いつも冷静でいられるようにこころがけている(感情調整)
4. 援助希求・ソーシャルスキル	つらいときや悩んでいるときは自分の気持ちを人に話したいと思う(関係志向性)
5. 自己効力感	困難な仕事で重い負担がかかっても何とかやっつけていけますか(自己効力感)

Table3 促進要因の指標とした尺度

促進要因名	下位項目	使用尺度名	因子名	質問項目例
他者サポート		家族への愛着尺度 (中村・内田,2007) 注) 友人を想定させている	安心・依存 分離への不安 不信・拒否	心配事や悩みがあるとき、それをその人に話した その人がそばにいてくれないと不安だった その人のことを嫌いだと思うことがあった
		青年用不快情動サポート (松木・齊藤,2016)	友人からの 受容的サポート 友人からの 気分転換的サポート	なぐさめてもらう 冗談などで笑わせてもらう
		中学生用SESS (Scale of Expectancy for Social Support) (岡安ら,1993)	「先生」「友人」	あなたが落ち込んでいると元気づけてくれる
		学生用ソーシャルサポート尺度 (久田,1989)	「先生」「友達」	あなたに元気がないと、 すぐに気づいてはげましてくれる
ソーシャルサポート	親子関係尺度 (若原,2003)		親密性	父親(母親)と一緒にいる時、私は自然体でいられる
			肯定的評価	父親(母親)は世間から認められていると思う
			同一視	父親(母親)と同じような行動をしていたと 気づくことがある
			モデル	父親(母親)の考え方に少しでも近づきたい
	家族への愛着尺度 (中村・内田,2007)		安心・依存 不信・拒否 分離への不安	心配事や悩みがあるとき、それをその人に話した その人のことを嫌いだと思うことがあった その人がそばにいてくれないと不安だった
		自己有能感尺度 (石本,2010)	家族対話	学校や進路のことについて家族と 「全く話さない」～「とても話す」の5件法で尋ねた
	家族有能感		家族から関心を持たれている	
	家族サポート	青年用不快情動サポート (松木・齊藤,2016)	家族からの 受容的サポート	なぐさめてもらう
			家族からの 気分転換的サポート	冗談などで笑わせてもらう
			中学生用SESS (Scale of Expectancy for Social Support) (岡安ら,1993)	「父親」「母親」
養育態度 (鈴木ら,1985)		一貫性がある 子ども中心	その時の気分しだいで、子どもにきまりを押し通し 子どもが喜びそうなことを、いつも考えている	
		統制的でない (逆) ルーズにしない	子どもを自分の言い分だけおりに従わせている (逆) 子どもの言いなりになる方だ (逆)	
両親の夫婦関係の認知 (宇都宮,2005)		父親(母親)の 夫婦関係認知	(父親(母親)が結婚生活を維持しているのは) 母(父)を一人の人間として深く尊敬しているから	
学生用ソーシャルサポート尺度 (久田,1989)		「父親」「母親」 「兄弟」	あなたに元気がないと、 すぐに気づいてはげましてくれる	

注) (逆)とは逆転項目を指す

採用文献数

上記の基準で文献を選定したところ、発達的变化と性差に関する文献は14研究(計7417名、男性3743名、女性3674名)、促進要因に関する文献は17研究(計14617名、男6299名、女6289名、性別不明2029名)が採用された(Table4)。

Table4 男女のサンプルサイズ

	採用文献数	男	女	不明	計
発達的变化・性差	14	3743	3674	0	7417
促進要因	17	6299	6289	2029	14617
計	31	10042	9963	2029	22034

注)「発達的变化・性差」および「促進要因」どちらにも含まれる文献もカウントされている

効果量の指標と分析手続き

本研究では、対象となった論文に記載されている統計量に基づいて、効果量と95%信頼区間を算出した。発達的变化・性差の検討は平均値・標準偏差・サンプルサイズを用いて、*Hedges'g* を算出し効果量の指標とした。また、促進要因の検討は、相関係数・標準偏差・サンプルサイズを用いて、Borenstein et al. (2009) の手法に基づき、①各研究の相関係数をZ変換、②Z相関係数の重み平均を算出、③Z変換の逆変換という手順を経て、母相関係数(ρ)を推定し、効果量の指標とした。どちらの効果量も、値が1に近づくほど差が大きいあるいは関連が強いと解釈する(水本・竹内,2008; 岡田・小野寺,2018)。

また、1つの研究で複数の相関係数が報告されている場合は、相関係数の平均値を分析に使用し、効果量の独立性を保った。

効果量の算出モデル

効果量を算出するにあたり、算出モデルを選択する必要がある。モデルは「固定効果モデル」「変量効果モデル」と2種類存在し、各研究を統合した際に分散が小さいと予測される場合は固定効果モデル、分散が大きいと予測される場合は「変量効果モデル」を選択する。本研究では対象者や因子構造が研究間で異なることから、分散が大きくなることが予測される。そのため、効果量の算出モデルとして、「変量効果モデル」を選択した。

分析のアプローチ

性別や発達段階によって各レジリエンス要因の効果量が異なるか検討することが目的であるため、特徴ごとに群分けし効果量を算出する「分散分析的

メタ分析（サブグループ分析）」を行うこととした。

分析ソフト

分析には、統計解析ソフトウェア「Stata/BE17」を用いた。

3. 結果

発達的变化と性差の検討

レジリエンス要因ごとに、男女による得点の差がみられるか、効果量を算出した(Table5)。また、各レジリエンス要因における小学生・中学生・高校生・大学生の得点を Figure3,4,5 に示した。なお、効果量がマイナスになるほど女性の得点が高く、プラスになるほど男性の得点が高いことを示す。

これらの結果から示されたのは以下の3点である。①各レジリエンス要因のうち、「ポジティブさ」は、小学校・中学校・高校・大学と全発達段階において効果量が小さく、男女差および発達の変化がほとんど示されず、平均的な値を推移していた (Figure3)。②「援助希求・ソーシャルスキル」は、男性より女性の平均値が高く、小学校・中学校・高校・大学と幅広い発達段階で中程度の効果量(男女差)が示された。また、女性の場合、その他のレジリエンス要因(「ポジティブさ」「自己効力感」)は、どの発達段階においても平均的な値であり、「援助希求・ソーシャルスキル」の平均値が他のレジリエンス要因に比べ特異的に高いことが示された (Figure4)。③「自己効力感」は、男女差はほとんど示されなかった。一方、発達の変化をみると、児童期(小学生)から思春期(中学生・高校生)にかけて平均値が大幅に低下し、青年期(大学生)にかけて再び上昇するU字型の曲線的变化を示した (Figure5)。

促進要因の検討

レジリエンスを促進すると考えられる要因を発達段階ごとに検討した。その結果、広範囲(小学生・高校生・大学生)にわたって、「生活習

慣」が中程度の効果量を示した。

発達段階ごとでは、小学生は「生活習慣」が中程度の効果量を示し、「ソーシャルサポート」は効果量が0に近かった。中学生は「ソーシャルサポート」が中程度の効果量を示した。また、高校生では「生活習慣」が小程度の効果量を示し、大学生では「生活習慣」が中程度の効果量を示したが、「ソーシャルサポート」は小程度の効果量であった (Table6)。

加えて、促進要因 (生活習慣・ソーシャルサポート) の指標に用いた各文献の効果量を一覧に示した (Figure6,7)。これらの図 (フォレストプロット) は、促進要因の「生活習慣」および「ソーシャルサポート」の中でも、どのような指標が最も効果量が高いのか、各文献の効果量の大小やばらつきを視覚化したものである。Figure6では、生活習慣の中でも「運動」のみを指標とした文献の方が、「食生活」や「睡眠」などその他の指標も含めた総合的な文献よりも効果量が高いことが示された。一方、Figure7では、「家族」あるいは「他者」といったサポートを提供する人物に関わらず効果量の大小にばらつきが示された。

Table5 発達段階ごとにみた男女の平均値

発達段階	レジリエンス要因	性別	k (研究数)	n	平均値	効果量 (Hedges's g)	95%信頼区間	
小学生	ポジティブさ	男	1	1036	3.31	-.03	-.12	.05
		女		969	3.34			
	興味・関心の追求	男	-	-	-	-	-	-
		女	-	-	-	-	-	-
	感情調整	男	-	-	-	-	-	-
		女	-	-	-	-	-	-
	援助希求・ソーシャルスキル	男	1	1036	3.52	-.40	-.49	-.31
		女		969	4.01			
	自己効力感	男	1	1036	3.68	-.13	-.22	-.04
		女		969	3.87			
中学生	ポジティブさ	男	4	1961	3.23	.10	.00	.20
		女		1882	3.18			
	興味・関心の追求	男	-	-	-	-	-	-
		女	-	-	-	-	-	-
	感情調整	男	-	-	-	-	-	-
		女	-	-	-	-	-	-
	援助希求・ソーシャルスキル	男	4	1961	3.45	-.43	-.56	-.30
		女		1882	3.78			
	自己効力感	男	4	1961	3.44	.08	-.05	.21
		女		1882	3.39			
高校生	ポジティブさ	男	1	214	3.26	-.23	-.41	-.05
		女		263	3.46			
	興味・関心の追求	男	1	211	3.51	-.17	-.35	.01
		女		264	3.63			
	感情調整	男	1	214	3.08	-.02	-.20	.16
		女		263	3.09			
	援助希求・ソーシャルスキル	男	1	152	3.56	-.45	-.70	-.20
		女		172	3.88			
	自己効力感	男	1	152	3.25	-.19	-.41	.03
		女		172	3.37			
大学生	ポジティブさ	男	6	1004	3.42	.05	-.08	.18
		女		980	3.38			
	興味・関心の追求	男	4	802	3.82	.03	-.12	.17
		女		619	3.80			
	感情調整	男	5	883	3.53	.06	-.05	.18
		女		682	3.50			
	援助希求・ソーシャルスキル	男	4	385	3.73	-.33	-.50	-.16
		女		492	3.99			
	自己効力感	男	3	285	3.46	.04	-.11	.19
		女		423	3.40			

注1：効果量 (hg)の値がマイナスである場合、男性より女性の平均値が高いと解釈する

注2：数値が掲載されていない箇所は該当文献がないことを示す

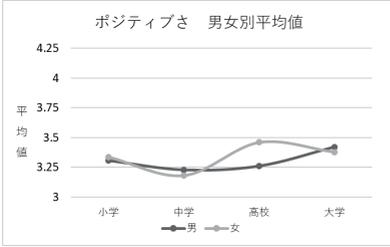


Figure3 ポジティブさ 男女別平均値

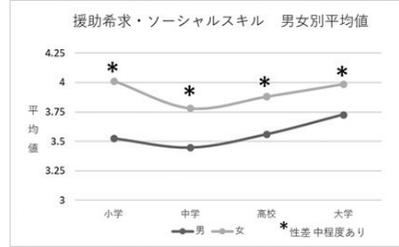


Figure4 援助希求・ソーシャルスキル 男女別平均値

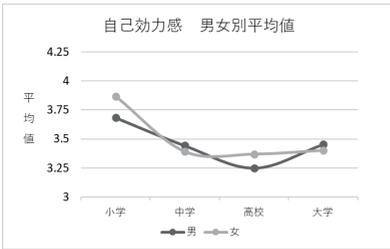


Figure5 自己効力感 男女別平均値

注 1) 「感情調整」「興味関心の追求」は、文献数が少ないため発達段階ごとの比較はしていない。
 注 2) 平均値の得点範囲は 1-5 であり 3 は平均的、5 に近づくほど高い値と解釈する。

Table6 発達段階ごとにみた促進要因の効果

促進要因	発達段階	k (研究数)	n	効果量 (d)	95%信頼区間	
					下限	上限
生活習慣 (運動・睡眠・食生活)	小学生	1	200	.34	.33	.35
	中学生	-	-	-	-	-
	高校生	4	10736	.25	.09	.41
	大学生	4	666	.36	.21	.49
ソーシャルサポート (他者・家族サポート)	小学生	1	181	-.00	-.01	.01
	中学生	4	2079	.28	.12	.42
	高校生	-	-	-	-	-
	大学生	3	686	.14	.09	.18

注：数値が掲載されてない箇所は該当文献がないことを示す

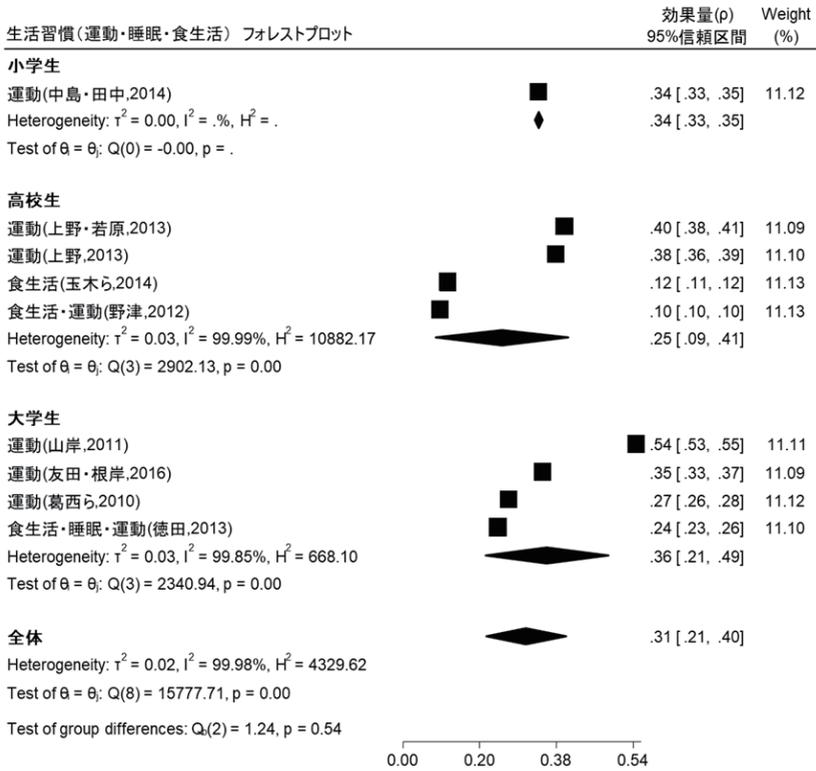


Figure6 発達段階ごとにみた促進要因の効果量一覧 フォレストプロット
生活習慣(運動・睡眠・食生活)

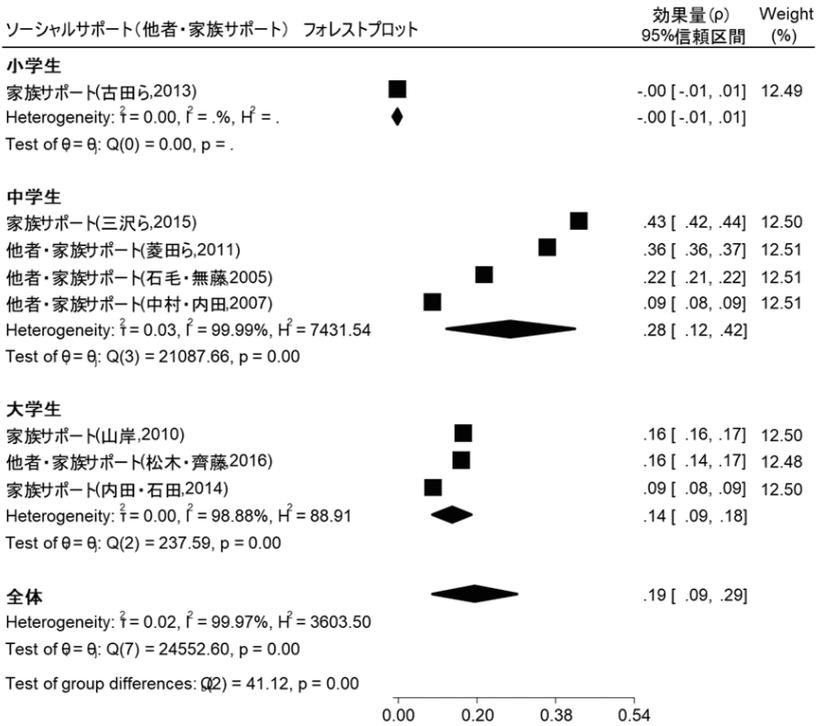


Figure7 発達段階ごとにみた促進要因の効果量一覧 フォレストプロット
ソーシャルサポート (他者・家族サポート)

4. 考察

レジリエンスの発達的变化と性差の検討

第一に、レジリエンスの発達的变化と性差の検討を行ったところ、5つのレジリエンス要因のうち、①「援助希求・ソーシャルスキル」は、男性より女性の平均値が高く、小学校・中学校・高校・大学と幅広い発達段階で中程度の効果量（男女差）が示されたこと、②女性の場合、その他のレジリエンス要因（「ポジティブさ」「自己効力感」）は、どの発達段階においても平均的な値であり、「援助希求・ソーシャルスキル」の平均値が他のレジリエンス要因に比べ特異的に高いことが示された。前者の結果（①）は、男性より女性の方が全体的にサポートを受ける量が多く（渡辺,1995）、ポジティブに援助要請を行う（永井・鈴木,2018）という先行研究を支持していると考えられる。また、後者の結果（②）は思春期・青年期において、女子は親密な他者との関係を求め、共同関係的な世界を作ること（山岸,1990）や、母親との心理的に密着した関係を維持することから（岡本・上地,1999）、凝集性が過度に高い関係性となりやすく、「援助希求・ソーシャルスキル」得点の高さに反映されたと考えられる。

第二に、レジリエンス要因のうち、「ポジティブさ」は、小学校・中学校・高校・大学と全発達段階において効果量が小さく、男女差および発達的变化がほとんど示されず、平均的な値を推移していた。このことから、児童期から青年期にかけて「ポジティブさ」は比較的安定した平均的な値を維持していると推測され、性別や発達段階による大きな影響を受けにくい要因であると推測された。平野（2010）によると、レジリエンス要因の1つであるポジティブな見通しを示す「楽観性」は、気質との関連が強い（生得的に保持しやすい）「資質的レジリエンス要因」に含まれるとされており、本研究も限定的な年齢範囲であるものの、平野（2010）の結果を一部支持していると考えられる。

第三に、レジリエンス要因のうち、「自己効力感」は、男女差はほとんど示されなかった。一方、発達的变化をみると、児童期（小学生）から思春期（中学生・高校生）にかけて平均値が大幅に低下し、青年期（大学生）にかけて

再び上昇する U 字型の曲線的変化を示した。豊田（2006）は自己効力感と強く関連する概念として自尊心を挙げているが、Ogihara（2016）によると、自尊心の平均値は小学生では高いが、中学生・高校生になると低くなり、その後 60 代の成人まで年齢が高くなるほど高くなることを報告しており、本研究も同様の結果が得られた。荻原（2018）によると、自尊心は児童期から青年期に特に不安定で脆弱になりやすく（Orth&Robins,2014）、近年の日本において自尊心は経時的に低下し続けている（Ogihara,2016; Ogihara et al.,2016; 小塩ら,2014）ことを指摘しており、児童期から青年期にかけて自己効力感や自尊心といった自己に対する価値や能力の高さを認識させるような心理的介入が重要だと示唆された。

促進要因の検討

Table6 の通り、レジリエンスを促進する要因（促進要因）を検討した結果、小学生・高校生・大学生と広範囲の発達段階で「生活習慣（運動・睡眠・食生活）」の効果量が中程度であった。一方、ソーシャルサポート（他者・家族サポート）に関しては、小学生および大学生は効果量が小程度であり、中学生のみ効果量が中程度であった。このことから、ソーシャルサポートは年代によって効果量に差が見られたものの、生活習慣を整えることは年代に関わらずレジリエンスを促進する効果的な要因であると示唆された。

さらに、Figure6 で示された通り、生活習慣の中でも「運動」のみを指標とした文献の方が、食生活や睡眠などその他の指標も含めた総合的な文献よりも効果量が高かった。このことから、様々な生活習慣の中でも特に「運動」がレジリエンスに大きく関与していると示唆された。加えて、Carriedo et al.（2020）は、中高強度の身体活動量（Moderate-to-Vigorous Physical Activity; MVPA）とレジリエンスに正の相関が示されたと報告しているが、本研究も同様の結果が得られ、運動の頻度や活動量が多いほどレジリエンスが高まると示唆された。臨床現場においても、「運動」は年代を問わず簡易的に取り入れられる介入方法であり、臨床的意義が示されたと考える。

一方、レジリエンス要因の「援助希求・ソーシャルスキル」得点は、男女ともに全発達段階の中で、中学生が最も低い平均値を示したにもかかわらず

(Figure4)、促進要因の「ソーシャルサポート（他者・家族サポート）」は、全発達段階の中で中学生が最も効果量が高かった（Table6）。先述したレジリエンス要因の「援助希求・ソーシャルスキル」は、ソーシャルサポートを求めるだけでなく、社交性や他者の感情を理解するソーシャルスキルも含まれている。一方、促進要因の「ソーシャルサポート」は他者や家族から提供される情緒的サポートを意味し、両者は密接に関連するものの、質的に異なる概念である。齋藤（2005）は思春期の子どもたちは仲間や親友、教師など外界での関係性を利用して親離れに耐えていく一方、より多くの支援を求めるために対人関係での脆弱性や過敏性が高まりやすいと指摘している。本研究においても、中学生はソーシャルスキルが十分に獲得されていないものの、他者や家族の情緒的サポートを認知する感受性が高まりやすいと示唆された。このため、思春期特有の子どもの両価的感情（Ambivalence）を理解しつつ情緒的サポートを提供する必要がある。

本研究の課題と展望として以下の点が挙げられる。まず、本研究ではレジリエンス要因の「援助希求・ソーシャルスキル」得点が、男性より女性の方が高いことを示したが、具体的にどのような援助が求められているのか、性差を考慮した検討が必要である。加えて、レジリエンス要因の「ポジティブさ」と気質的な要因との関連を指摘したが、上野・平野・小塩（2018）は気質の発達的变化については国際的にも十分に検討されていないことを指摘しており、生涯を通して比較的安定するのもも含めた研究の蓄積が必要である。最後に、レジリエンスの促進要因を検討したが、重回帰分析など因果関係を実証する分析は実施できなかったため、今後分析方法の精緻化が必要であると考える。

註

- 1) 紙幅の都合上、メタ分析に含めた文献のリストは省略する。これらの詳細については著者まで連絡されたい。

引用文献

Borenstein, M., Hedges, L.V., Higgins, J.P.T & Rothstein, H.R. (2009) ,

Introduction to Meta - Analysis. UK : Wiley.

Carriedo, A., Cecchini, J. A., Fernández-Río, J., & Méndez-Giménez, A. (2020). Resilience and physical activity in people under home isolation due to COVID-19: A preliminary evaluation. *Mental health and physical activity*, 19, 100361.

<https://doi.org/10.1016/j.mhpa.2020.100361>

平野 真理 (2010) . レジリエンスの資質的要因・獲得的要因の分類の試み：——二次元レジリエンス要因尺度 (BRS) の作成 パーソナリティ研究, 19, 94-106.

松嶋 秀明 (2014) . リジリアンスを培うもの：ハワイ・カウアイ島での六九八人の子どもの追跡研究から (特集 子どものレジリエンス) —— (子どものレジリエンス 二つの研究紹介) 児童心理 68, 936-941.

水本 篤・竹内 理 (2008) . 研究論文における効果量の報告のために—基礎的概念と注意点— 英語教育研究, 31, 57-66.

森 敏昭・清水 益治・石田 潤・富永 美穂子・Chok, C.H. (2002) . 大学の自己教育力とレジリエンスの関係 学校教育実践学研究, 8, 179-187.

永井 智・鈴木 真吾 (2018) . 大学生の援助要請意図に対する利益とコスト予期の影響 教育心理学研究, 66, 150-161.

Ogihara, Y. (2016) . The change in self-esteem among middle school students in Japan,1989-2002. *Psychology*, 7, 1343-1351.

Ogihara, Y., Uchida, Y., & Kusumi, T. (2016) . Losing confidence over time: Temporal changes in self-esteem among older children and early adolescents in Japan,1999-2006. *SAGE Open*, 6, 1-8.

萩原 祐二 (2018) . 日本における自尊心の発達的变化：中学生から高齢者における自己好意の年齢差の検討 対人社会心理学研究, 18,133-143.

Orth, U., & Robins, R. W. (2014) . The development of self-esteem. *Current Directions in Psychological Science*, 23, 381-387.

岡田 涼・小野寺 孝義 (編) (2018) . 実践的メタ分析入門 戦略的・包括的理解のために ナカニシヤ出版

岡本 清孝・上地 安昭 (1999) . 第二の個体化の過程からみた親子関係およ

- び友人関係 教育心理学研究, 47, 248-258.
- 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.
- 小塩 真司・岡田 涼・茂垣 まどか・並川 努・脇田 貴文 (2014). 自尊感情平均値に及ぼす年齢と調査年の影響:—Rosenberg の自尊感情尺度日本語版のメタ分析— 教育心理学研究, 62, 273-282.
- 齋藤 万比古 (2005). 思春期の病的理解 臨床心理学, 5, 355-360.
- 谷 里子 (2020). 児童期から青年期を対象としたレジリエンス研究の動向—国内文献を中心に—, 大正大学人間学研究科臨床心理学専攻紀要, 23, 3-14.
- 豊田 弘司 (2006). 大学生の自尊感情と自己効力感に及ぼす随伴・非随伴経験の効果 教育実践総合センター研究紀要, 15, 7-10.
- 上野 雄己・平野 真理・小塩 真司 (2018). 日本人成人におけるレジリエンスと年齢の関連 心理学研究, 89, 514-519.
- 渡辺 弥生 (1995). 大学生のソーシャルサポートと社会的スキルに関する研究 静岡大学教育学部研究報告, 人文・社会科学篇, 45, 241-254.
- 山田 剛史・井上 俊哉 (2012). メタ分析入門: 心理・教育研究の系統的レビューのために 東京大学出版会
- 山岸 明子 (1990). 青年の人格発達 無藤 隆・高橋 恵子・田島 信元 (編) 発達心理学入門Ⅱ—青年・成人・老人— 福村出版