

## 高校生用レジリエンス尺度の信頼性と妥当性の検討

荒井信成\*・上地 勝\*\*

### Reliability and validity of the resilience scale for Japanese high school students

ARAI Nobunari\* and UEJI Masaru\*\*

#### Abstract

**Purpose:** To demonstrate the reliability and validity of the Japanese version of comprehensive resilience scale.

**Methods:** A total of 254 students attending public high school in Japan completed a self-reported questionnaire that measured resilience scale and social support scale for Japanese. Internal consistency, convergent validity and factor loadings were assessed at initial assessment.

Test-retest reliability was assessed using data collected from 254 students at 2 weeks after baseline.

**Results:** Factor analyses indicated five solution for our scale; Personal characteristics, School, Community, Family, Peer. Cronbach's alpha coefficient for our resilience scale was relatively high. The test-retest correlation coefficient for our scale was 0.88. Personal characteristics of our subscale was positively correlated with internal assets of previous resilience scale, and external factors of our scale was positively correlated with Social Support scale for Japanese.

**Conclusions:** This study demonstrates that our resilience scale has psychometric properties with high degree of internal consistency, test-retest reliability, and concurrent validity. These findings show that our scale is applicable in the assessment of high school students' resilience.

**Key Words:** resilience, reliability, validity

#### 1. はじめに

現在、あらゆる分野においてレジリエンス (resilience) という概念が注目され始めている。レジリエンスとは弾力性や精神的回復力と訳され、心理学においては「困難な環境にも関わらずうまく適応する能力・過程・結果」<sup>4)</sup>と解釈

されている。しかし、いまだ統一された定義はなく、レジリエンスに類似した概念も複数存在する。その代表例として挙げられるのが、ハーディネス (hardiness) とコーピング (coping) である。レジリエンスとこれらの類似概念には、ストレスフルな環境に対処する能力・性格特性

---

\* 人間総合科学研究科体育科学専攻

Division of Sports Sciences, Graduate School of Comprehensive Human Sciences, University of Tsukuba

\*\* 茨城大学教育学部

Ibaraki University College of Education

という共通点はあるが、それぞれに特異的な特徴がある。ハーディネスとは「ストレスの有害効果に対する耐性が強いとされる性格特性の一つ」<sup>7)</sup>であり、ハーディネスの高い人(hardy individuals)は遭遇したストレスの再評価と適応的なコーピング行動をとることでストレスを軽減すると捉えられている。石毛らによれば、「ハーディネスはストレスに挑戦する強さを表しているが、レジリエンスはストレスによる苦痛から立ち直る強さを表しており、両者は異なっている」<sup>3)</sup>。また、コーピングは「特定の環境からの要求や自分自身の内部において請じた要求によって引き起こされたストレス反応を低減することを目的とした、絶えず変化していく認知的または行動的努力のプロセスのこと」<sup>7)</sup>である。つまり、コーピングはストレス反応を低減する過程に着目した概念である。一方、レジリエンスはMasten et al.の定義<sup>4)</sup>からもわかるように、ストレスフルな環境下で適応する能力、過程、結果に着目した概念であり、コーピングとは異なる。このようにレジリエンスとは、リスクを負った状態から立ち直る能力、過程、結果として捉えられており、青少年の健全な発達に大きく関与しているため、近年様々な事象との関連について研究されている。特に、最近では青少年の不登校<sup>15)</sup> やいじめ<sup>2)</sup> など日常生活で起こり得るリスクとの関連についての研究が多く見られる。これらの調査のために、先行研究によってレジリエンス尺度が開発されてきたが、レジリエンスを問題解決能力やセルフエフィカシーなどの個人の能力や心理特性と捉えている研究<sup>3,10,11)</sup> と、それに加えて個人を取り巻く環境要因をも含めて捉えている研究<sup>1,9,12)</sup> があり、尺度も複数存在している。アメリカのCalifornia Healthy Kids Survey (CHKS)<sup>1)</sup> やSearch Institute<sup>12)</sup> などの海外におけるレジリエンス研究では個人内要因と環境要因を包括的に捉えた尺度が開発されており、青少年の危険行動との関連について研究が進んでいる。一方、国内のレジリエンス尺度は個人内要因に特化した尺度が多く存在している。具体的には、国内のレジリエンス研究で多く使用されている小塩らが作成した精神的回復力尺度<sup>11)</sup> が質問21項目の3因子(「新奇性追及」「感情調整」「肯定的な未来志向」)、石毛らの作成したレジリエ

シー尺度<sup>3)</sup>が質問17項目の3因子(「前向き性」「自省性」「相談性」)で構成されている。これまでの国内の研究では家族や学校、地域、友人との関係などの環境的要因および内的要因との相互作用を考慮した分析が十分に行われていない。多くの先行研究によって、個人を取り巻く環境要因が危険行動抑止につながっていることが明らかにされており、リスク環境下から立ち直る能力、過程、結果を調査する上で、環境要因は外せない。

鈴木らの研究<sup>13)</sup>によると、中学生の非行は心理的ストレスと関連しており、最近1年間でのストレスフルな生活事件経験が非行と強く関連している。レジリエンスはストレスの防御因子やストレス反応を軽減させる機能と考えられているため、非行や危険行動の抑止効果が期待できる。このように多種多様なストレスに曝されやすい多感な青少年において、レジリエンスは大変重要な意味をもつものであると考えられる。そこで、本研究ではこれまで内的要因ばかり着目されていた青少年のレジリエンスを内的要因と環境要因を包括的に測定できる尺度を作成し、その信頼性と妥当性を検討することを目的とした。

## 2. 方法

茨城県内の公立高等学校1校に通う1年生254人(男子178人、女子69人、性別無回答7人)を対象とし、2011年5月末に無記名自記式による質問紙調査を実施した。調査内容は、基本属性(学年、性別)と本レジリエンス尺度、Resilience Youth Development Module (RYDM)<sup>1)</sup>の内的要因項目、Social Support scale for Japanese (SSJ)<sup>14)</sup>である。

RYDMはCHKSによって開発された51項目から成るレジリエンス尺度である。この尺度は外的要因(environmental resilience assets)と内的要因(internal resilience assets)に着目し作成されており、外的要因には家族や学校、地域の大人、友人との信頼関係や、彼らからの高い期待、彼らとの意義のある関わりが含まれ、内的要因は協力や共同、共感、問題解決、セルフエフィカシー、自己認識、目標と大志が含まれている。

本レジリエンス尺度は、内的要因についての

質問項目を Nishi et al. が作成した日本語版 the Resilience Scale (RS)<sup>8)</sup> を参考に作成し、外的要因についての質問項目を CHKS が開発した RYDM<sup>1)</sup> の外的要因項目を参考に作成した。質問項目は 47 項目 (内的要因 14 項目、外的要因 33 項目) で構成されており、「1. 全くそう思わない」から「7. とてもそう思う」の 7 件法を用いて尋ねた。得点が高いほどレジリエンスが高いことを意味する。SSJ (Social Support scale for Japanese)<sup>14)</sup> は田中らが Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) を日本語に翻訳したものであり、12 項目から構成されている。「1. 全くその通りでない」から「7. 全くその通りである」の 7 件法を用いており、総得点の範囲は 12 点から 84 点である。高得点ほどソーシャルサポートが多いことを意味する。

再テスト信頼性を調べるために、1 回目の調査から 2 週間後の 6 月上旬に同じ対象者に調査を実施した。2 回目の調査項目は 1 回目と同様の項目とした。

調査内容に関しては事前に学校に文書で説明し、同意を得た。実施にあたっては担当教諭から生徒に無記名であることや得られたデータは研究以外の目的には使用しないこと、調査への協力は個人の自由であることを口頭で説明し、回答をもって同意とみなした。質問紙の回収は、回答後に回答者自ら封筒に入れて封をするようにし、プライバシーの保護に努めた。

分析は IBM SPSS Statistics 19.0 を使用した。レジリエンス尺度については主因子法、プロマックス回転による探索的因子分析を行い、因子的妥当性を検証した。さらに、この尺度の内的整合性を検討するためにクロンバックの  $\alpha$  係数を算出し、信頼性の分析を行った。また、再テスト法により信頼性を検討する際は、2 度の調査間で Pearson の積率相関係数を求めた。

### 3. 結果

#### 3-1. 因子分析

回答の偏り (Mean  $\pm$  SD) を示す天井効果・床効果が見られた項目を除外し、主因子法・プロマックス回転による因子分析を行った。初期解における固有値が 1 以上のもの、および解釈可能性から 5 因子が妥当であると判断し、因子数を 5 とした。因子負荷量が .40 以上の項目で

二重寄与していないものを選定し、再度因子分析を行った結果、37 項目が残った。さらに、各因子内で質問項目間の相関係数が高く、項目内容が類似していた場合、一方の項目を削除した。その結果、24 項目が残った (表 1)。

第 I 因子は「困難な状況にある時、たいいてい困難から抜け出す方法を見つけることができる」や「たいいていの場合、何か笑えることを見つけることができる」という項目が含まれており、これらは問題解決能力やユーモアなどと捉えることができるため「個人特性」の因子と命名した。第 II 因子は、同様に学校の教師からの高い期待についての項目と考えられるため「学校」因子と命名した。第 III 因子は「学校や家庭以外で、私が信頼できる大人がいる」や「学校や家庭以外で、私をいつも気にかけてくれる大人がいる」といった項目で構成されており、地域の大人との信頼関係や地域の大人からのサポートを表しているため「地域」因子と命名した。第 IV 因子は家族からの高い期待やサポートについての項目から構成されているため「家族」と命名した。第 V 因子は友人との関係についての項目で構成されており「友人」と命名した。第 I 因子は個人特性によって構成されているため「内的要因」と捉えることができ、第 II 因子から第 V 因子は個人を取り巻く環境要因によって構成されているため「外的要因」と捉えることができる。因子間の相関係数を求めたところ、 $r = .41 \sim .60$  であった。

#### 3-2. 信頼性の検討

各下位尺度のクロンバックの  $\alpha$  係数を算出した。その結果、「個人特性」.91、「学校」.92、「地域」.94、「家族」.83、「友人」.78 と、いずれの下位尺度においても高い内的整合性が認められた。

レジリエンス尺度の各下位尺度において合計得点を算出し、それを下位尺度得点とした。

また、再テスト信頼性を検討するため、2 回の調査間で Pearson の積率相関係数を求めた。その結果、本尺度全体では  $r = .88$  であった (図 1)。下位尺度の相関係数は「個人特性」では  $r = .88$ 、「学校」では  $r = .67$ 、「地域」では  $r = .69$ 、「家族」では  $r = .83$ 、「友人」では  $r = .78$  であった (いずれも  $p < 0.05$ )。

### 3-3. 妥当性の検討

構成概念妥当性を検討するために、本レジリエンス尺度の「外的要因」とSSJ、「個人特性」因子とRYDMの内的要因項目との相関係数を算出した（表2）。

その結果、「個人特性」はRYDMの内的要因項目と有意な強い正の相関がみられ、「外的要因」はSSJと有意な強い正の相関がみられた。以上のことから、本尺度の妥当性の高さが確認された。

## 4. 考 察

レジリエンスの向上は青少年の健全な育成や

危険行動の抑止効果が期待できるため重要な概念と考えられるが、我が国では危険行動との関

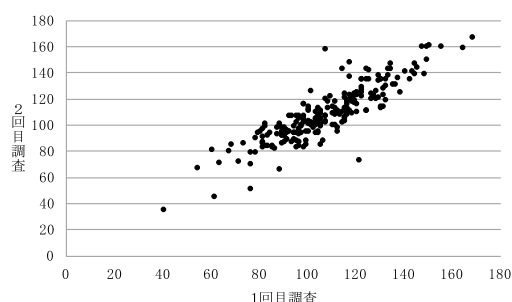


図1 1回目と2回目の調査のレジリエンス尺度合計得点の散布図

表1 レジリエンス尺度の因子パターン行列（主因子法・プロマックス回転）

項目	因子				
	I	II	III	IV	V
<b>I 個人特性（<math>\alpha=.91</math>）</b>					
困難な状況にある時、					
たいいてい困難から抜け出す方法を見つけることができる	.78	.02	.02	-.02	-.06
たいいていの場合、物事に冷静に対処する	.77	-.10	.03	-.04	-.12
決断力がある	.75	.08	-.01	-.07	-.16
自分自身に対する信念によって、つらいときを切り抜ける	.75	-.14	.00	-.02	.14
1度に多くの物事に対処できると感じる	.74	.30	-.20	-.04	-.09
たいいていの場合、何とかしてやっつけける	.70	-.14	.02	.00	.03
自分自身と上手く付き合っている	.70	-.02	.03	.12	-.10
これまでに困難を経験してきたので、	.63	-.01	.05	-.01	.16
これから困難を乗り越えられる					
いざというときには、たいいていほかの人から頼りにされる人間だ	.56	.21	-.03	-.07	.19
人生で成し遂げてきたことに誇りを感じている	.48	.03	.03	.04	.19
自分の感情や欲望を抑えることができる	.47	.00	.06	.10	-.09
たいいていの場合、何か笑えることを見つけることができる	.46	-.17	.09	.10	.23
<b>II 学校（<math>\alpha=.92</math>）</b>					
学校には、私が学校を休むと心配してくれる先生がいる	-.04	.87	.07	-.01	.00
学校には、私が成功すると信じている先生がいる	.00	.84	.06	.01	.01
学校には、私のことをいつも気にかけている先生がいる	-.04	.83	-.01	.10	.06
<b>III 地域（<math>\alpha=.94</math>）</b>					
学校や家庭以外で、私が信頼できる大人がいる	.02	-.03	.92	.07	-.05
学校や家庭以外で、私をいつも気にかけてくれる大人がいる	.02	.03	.89	.00	.00
学校や家庭以外で、私が成功すると信じている大人がいる	.00	.13	.87	-.09	.01
<b>IV 家族（<math>\alpha=.83</math>）</b>					
私は家族と楽しいことをしたり、いっしょに遊びにいたりする	-.08	.03	-.04	.84	.01
私は家族といっしょに、色々なことを決めている	.05	.07	-.02	.78	.00
私の家族は、私の悩みについて私と話をする	.06	.00	.05	.72	-.06
<b>V 友人（<math>\alpha=.78</math>）</b>					
私にはいつも気にかけてくれる友人がいる	-.03	-.01	.03	-.03	.90
私には私の悩みを話せる友人がいる	-.03	.05	-.02	.07	.77
私の友人たちは、正しいことをしようとしている	-.05	.04	-.05	-.07	.61
<b>因子間相関</b>					
I	-				
II	.41	-			
III	.44	.48	-		
IV	.41	.56	.47	-	
V	.60	.43	.58	.43	-

連性についての検討がまだ十分ではない。また、国内で使用されているレジリエンス尺度の多くが個人特性のみに着目したものであり、環境要因も含めた包括的なレジリエンス尺度が少ない。そこで、本研究ではレジリエンスを包括的に測定する尺度を作成し、その信頼性と妥当性を検討することを目的とした。

レジリエンス尺度の因子分析の結果、「個人特性」、「学校」、「地域」、「家族」、「友人」の5因子から構成されていることが示された。尺度の信頼性の検討は、クロンバックの $\alpha$ 係数を算出し、内的整合性が認められた。

また、妥当性の検討については、本尺度においてレジリエンスの内的要因を表す「個人特性」とCHKSのRYDMの下位尺度である内的要因が強い正の相関、本尺度の「外的要因」とSSJが強い正の相関を示した。このことから本尺度の妥当性は十分であると確認された。

内的要因と外的要因の両方に着目した国内のレジリエンス尺度には、森らの作成したレジリエンス尺度<sup>5)</sup>、長田らが作成したレジリエンス構成因子<sup>6)</sup>がある。森らのレジリエンス尺度は29項目4因子(「I AM」「I HAVE」「I CAN」「I WILL」)から構成されており、「I AM」は自分を肯定的に捉えることを、「I HAVE」は自分を助けてくれる対人的安定性を、「I CAN」は自分の能力に対する信頼感を、「I WILL」は自分の将来に対する楽観的な見通しを意味している。著者が作成した本レジリエンス尺度の内的要因を表す「個人特性」因子の項目には「いざというときには、たいていほかの人から頼りにされる人間だ」や「人生で成し遂げてきたことに誇りを感じている」といった「I AM」に類似する項目が含まれており、他にも「I CAN」

に類似した項目として「困難な状況にある時、たいてい困難から抜け出す方法を見つけることができる」や「1度に多くの物事に対処できると感じる」が、「I WILL」に類似した項目として「たいていの場合、何とかしてやっていける」や「これまでに困難を経験してきたので、これから困難を乗り越えられる」が含まれており、森らのレジリエンス尺度と本レジリエンス尺度の内的要因は類似している。しかし、森らの尺度の外的要因「I HAVE」は「私の考えや気持ちをわかってくれる人がいる」や「私のことを親身になって考えてくれる人がいる」など、個人を取り巻く環境要因を大きな枠組みで捉えている。本尺度では「学校」「地域」「家族」「友人」と細かく環境要因を捉えた。

長田らのレジリエンス構成因子は22項目6因子構造(「問題解決能力」「積極的未来志向」「前向き思考」「感情の共有と制御」「安らげる家庭」「周囲からの支援」)であり、内的要因は著者の作成した尺度の項目と類似している。また、外的要因についても類似した内容になっているが、本尺度の方が細かい枠組みで構成されている。

本尺度を使用することで、内的要因だけでなく外的要因も含めてレジリエンスとの関連を包括的に検討することができる。

本研究によって、本尺度は十分な信頼性や妥当性を備えていることが示されたが、本調査では高校生のみを対象にしておき、さらに多様な年齢層を対象に利用可能性を検討していく必要がある。とりわけ、危険行動予防の観点からみると中学生や小学生といった低年齢層への適用の検討が重要と言える。

表2 レジリエンス尺度とRYDM内的要因下位尺度、SSJの相関

	レジリエンス	個人特性	学校	地域	家族	友人	外的要因 <sup>†</sup>
RYDM内的要因	.82*	.83*	.33*	.49*	.44*	.63*	.61*
SSJ	.74*	.53*	.42*	.56**	.57*	.78*	.76*

\* :  $p < .001$

† : 学校、地域、家族、友人の4下位尺度の合計

レジリエンス : レジリエンス尺度の合計

RYDM: Resilience Youth Development Module

SSJ: Social Support scale for Japanese

## 参考文献

- 1) Furlong M J, Ritchey K M, O'Brennen L M (2009): Developing Norms for the California Resilience Youth Development Module: Internal Assets and School Resources Subscales. *The California School Psychologist* 14: 35-46.
- 2) 菱田一哉、川畑徹朗、宋 昇勲、辻本悟史、今出友紀子、中村晴信、李 美錦、堺 千紘、菅野 瑤、三島枝里子、島井哲志、西岡伸紀、石川哲也 (2011): いじめの影響とレジリエンシー、ソーシャル・サポート、ライフスキルとの影響—新潟市内の中学校における質問紙調査の結果より—。 *学校保健研究* 53: 107-126.
- 3) 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 (3): 266-280.
- 4) Mastern AS, Best KM, Garmezy N (1990): Resilience and Development: Contribution from the Study of Children Who Overcome Adversity. *Dev Psychopathol* 2:425-444.
- 5) 森 敏昭、清水益治、石田 潤、富永美穂子、Chok C.hiew (2002): 大学生の自己教育力とレジリエンスの関係。 *学校教育実践学研究* 8: 179-187.
- 6) 長田春香、岩本文月、大秦加奈子、岡田洋子、蒲原由記、筒井翔子、松井希代子、関秀俊 (2006): 中学生の日常的ストレスにおけるレジリエンスの意義。 *小児保健研究* 65 (2): 246-254.
- 7) 中島義明、安藤清志、子安増生、坂野雄二、繁榊算男、立花政夫、箱田裕司 (1999): *心理学辞典*。有斐閣: pp.1086.
- 8) Nishi D, Uehara R, Kondo M, Matsuoka Y (2010): Reliability and validity of the Japanese version of the Resilience Scale and its short version. *BMC Research Notes* 3:310.
- 9) Oman R F, Vesely S K, McLeroy K R, Harris-Wyatt V, Aspy C B, Rodine S (2002): Reliability and validity of the Youth Asset Survey (YAS). *Journal of Adolescent Health* 31: 247-255.
- 10) 長内 綾、古川真人 (2004): レジリエンスと日常的ネガティブライフイベントとの関連。 *昭和女子大学生活心理研究所* 7: 28-38.
- 11) 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.
- 12) Search Institute (2003): Unique strengths, shared strengths. *Developmental assets among youth of color: Insights & evidence* 1 (2): 1-13.
- 13) 鈴木真悟 (1988): 中学生の心理的ストレスと非行との関連に関する研究 1. 生活事件経験および発達の、心理的变化に関するストレス要因としての分析。 *科学警察研究所報告防犯少年編* 29 (1): 27-43.
- 14) 田中高政、竹尾恵子、七田恵子、小山智史、羽毛田博美、塚田縫子 (2010): 抑うつとその関連要因に関する研究—第一報: アセスメントツール (日本語版) の検討—。 *佐久大学看護研究雑誌* 2 (1): 15-28.
- 15) 鳥居 勇 (2007): 対象関係からみた中学生不登校とそのレジリエンスに関する研究—一般群と不登校傾向群・不登校群との比較—。 *中京大学心理学研究科・心理学部紀要* 7 (1): 19-28.