

大学生のレジリエンスが精神的健康に与える影響

-主観的ウェルビーイングを指標として-

0707016

泉屋 有理

【目的】

全ての人と同じストレスを受けたとしても、同じように感じるわけではない。この個人差を説明する概念として、レジリエンス(resilience)という概念があげられてきた。レジリエンスの状態にあるものは好ましくない出来事や心理的衝撃を受けた出来事からすばやく、そして容易に立ち直ることができるとされている。このことから病理を予防する概念として注目されており、精神的健康との関連が注目されてきた。

しかし実験的研究が難しいこともあり、精神的健康とレジリエンスのどちらがもう一方に影響を及ぼしているかは研究されていないため、レジリエンスが精神的健康に影響を及ぼしているという従来の考えが事実か定かではない。

そこで本研究ではクロスラギッド相関を使用し、同じ対象に対して2回同じ質問紙を行うことで、どちらが原因であるかの示唆を得ることを目的とする。

なお、精神的健康の測定には先行研究でも使用されている主観的ウェルビーイングの尺度を使用する。これは精神的健康を肯定的に捉える概念である。

また、本研究ではレジリエンスの概念を「ストレスフルな状況でも精神的健康を維持する、あるいは回復へと導く心理特性」と定義し、個人の性格特性として捉える。

【方法】

2010年7月、10月の2回にわたり、4年制大学に所属する175名(男性52名、女性123名)、18歳から27歳(平均=18.8歳、 $SD=1.13$ 歳)に調査を行った。質問紙の内容は以下の通りである。

(1)フェイスシート(年齢、性別、学籍番号) (2)小塩ら(2002)によるレジリエンス尺度(精神的回復力尺度) (3)鈴木(2009)による青年用主観的ウェルビーイング尺度(以下 AI-SWB)

【結果と考察】

1回目・2回目のレジリエンス尺度と AI-SWB

においてクロスラギッド相関による分析を行なった。その結果、1回目の新奇性追及と2回目の学校生活満足感の相関よりも1回目の学校生活満足感と2回目の新奇性追及の相関のほうが高いという有意傾向が見られた。また、1回目のレジリエンス合計点と2回目の学業不快感の相関よりも1回目の学業不快感と2回目のレジリエンス合計点の相関のほうが5%水準で有意に大きかった。また、1回目のレジリエンス合計点と2回目の不快感合計点の相関よりも1回目の不快感合計点と2回目のレジリエンス合計点の相関のほうが高いという有意傾向が見られた。

結果より、新奇性追求の原因の1つが学校生活満足感であること、レジリエンスの原因の1つが学業不快感及び不快感全般であることが示唆された。このことから先行研究(鈴木, 2006)で想定されていた構造と異なり、レジリエンスが精神的健康の原因になっているのではなく、逆である可能性が示唆された。他のクロスラギッド相関で有意な差および有意傾向が見られなかったことに対し、双方の相関で有意差が現れている組み合わせが多いことから、生活満足感とレジリエンスが、安易にどちらが原因になっているということができない関係を持っていると推測される。ただし、学業に関する項目に因果関係が確認されていることは、1回目の調査時期が試験前であったということもあり、その影響を受けた可能性がある。

先行研究で想定された因果関係が現れなかった点については、レジリエンスと AI-SWB は双方が肯定的概念であり、類似したものとなっていることが考えられる。レジリエンスが高い者ではストレスを受けても精神的健康を保つ点からも、被験者内に異なる因果関係を示すグループが含まれていた可能性が予測される。因果関係を調べる概念の選定、被験者内のグループ分けの工夫が今後必要となるだろう。

(指導教員 豊村 和真 教授)