

〈原 著〉

## 大学生のレジリエンスと両親への態度

—スポーツ系学生と文学部学生の比較—

山岸 明子\*

Resilience and attitude to their parents in university students  
majoring in sports science compared with students majoring in humanistic studies

Akiko YAMAGISHI\*

## Abstract

The purpose of this research was to investigate two psychological characteristics of university students majoring in sports science by comparing with those majoring in humanistic studies. One is the resilience that is the concept often taken up recently referring to positive adaptation in the context of significant risk or adversity, and the other is the attitude to one's parents.

In sports activity, one feels a sense of mastery or failure strongly because one's ability or the result of one's effort is showed clearly and objectively. Therefore to continue sports as an athlete, one needs to have the strength to overcome one's own failure or negative situation more than other activities. As to the attitude to one's parents, sport athletes are hypothesized to have more positive and non-critical ones than other students because they have followed and improved under guidance of their leaders or coaches, and it seems to general attitude to adult. We compared them with other students who seem to be in contrasting situation.

The subjects were 168 university students; 82 majoring in sports science (38 male, 44 female) and 86 majoring in humanistic studies (50 male, 36 female). They completed the questionnaire that consisted of three parts: 1) the degree of one's own resilience composed of 6 sub-scales 2) cognition of relationship to their parents composed by 4 sub-scales, 3) cognition of resilience of others including parents. We examined the difference in faculties and the difference in multiplying faculties and sex.

The results were as follows; 1) As to resilience, students majoring in sports had significantly higher scores in positive orientation to the future and optimism. 2) As to the attitude to parents and cognition of resilience of their parents, students majoring in sports showed more positive scores, especially in female students. These two hypotheses were verified.

Key words: resilience, student majoring in sports science, attitude to one' parents

## I. はじめに

近年、人間のもつネガティブな面ではなくポジティブな側面に注目しようとするポジティブ心理学が

提唱され、その観点をとりいれた研究が発達心理学や臨床心理学でも行われるようになってきている。最近検討されるようになってきている新しい概念の一つであるレジリエンス (resilience) は「困難な状況に曝されることで一時的に不適応状態に陥っても、それを乗り越える精神的回復力」を指す概念であり<sup>8)</sup>、欧米で1970年代から研究がなされるようにな

\* 順天堂大学大学院スポーツ健康科学研究科  
Graduate School of Health and Sports Science,  
Juntendo University

り<sup>4)6)7)</sup>、日本でも2000年代になって研究が盛んに行われるようになってきている。レジリエンスはもともとトラウマにあっても立ち直るというように、大きな逆境にもめげずに健全性を保つ力を示すものであったが、より日常的なストレスに対するものまでふくむ概念になり、また個人の特性や能力だけでなく、適応に向けての力動的過程やその結果にも使われている。その定義はまだ必ずしも一定ではないが、測定する様々な質問紙も開発されて、多くの研究がなされるようになってきている。

レジリエンスは生得的なものも含む個人の特性であると共に、環境からのサポートを得て環境との相互作用の中で立ち直るという意味で環境のあり方の問題でもあり<sup>6)7)</sup>、よい環境がレジリエンスを強めると考えられている。レジリエンスと関連する環境要因の1つとして、山岸は両親との関係を取り上げ、大学生のレジリエンスと両親への態度・認知との関連を検討している<sup>12)</sup>。その結果男子学生は本人のレジリエンスと両親に対する認知との間の関連は弱い、女子学生は父親認知との間に関連が見られること等が示された。本研究では、レジリエンスと両親への態度・認知に関して傾向が異なることが予想されるスポーツ系学生と文学部所属の学生のデータを比較することを通して、レジリエンスを培う経験や青年期の親への態度に関連する要因についての仮説の検討を行う。

スポーツという活動は、自分のもつ力や努力の成果が客観的にわかりやすく、勝敗を伴うことが多いため、達成感や失敗感を強く感じさせる活動である。従ってスポーツを競技として続けていくためには、明確な失敗を経験してもそれにめげずに立ち直る力が、他の活動以上に必要とされることが考えられる。スポーツを続け上達を目指していく者は、優れた運動能力や適切な指導の元での練習と同時に、そのような心理的な力も必要であり、また活動していく中でそのような力が培われていくことが予想される。スポーツ心理学においてレジリエンスに焦点をあてた研究はまだほとんど見られないことが指摘されているが<sup>9)</sup>、葛西他(2009)<sup>3)</sup>はスポーツ活動経験

を質的にとらえスポーツ活動を通して成長したととらえている者はレジリエンスが高いことを報告している。

スポーツが達成感や失敗感を強く感じさせる活動であるのに対し、文学部で専攻される教科は、努力の成果や結果の優劣が外的には見えにくく、日々の学習を通して経験される達成感や失敗感も明確ではない学問領域と考えられる。そのような成果が見えにくい活動が続けていくことには、スポーツとは別の意味で困難な状況を乗り越える力が必要とされるし、そのような力を培うと考えられる。

このような異なった2種類の学問を専攻する学生において最近の心理学がとりあげている「レジリエンス」の程度は異なるのだろうか。スポーツに励む学生の方がレジリエンスが高ければ「明確な失敗経験を乗り越えること」がレジリエンスを培ったと考えられるのに対し、文科系学生の方が高ければ「明確な達成を経験できなくても追究し続けること」とレジリエンスが関連していると考えられる。本研究の第1の目的は、スポーツを好み大学で専攻することを選んだ学生と、実用性が少なく成果の達成の曖昧度が高いと考えられる学問領域を専攻する文学部所属の学生とではレジリエンスの程度は異なるかを検討することである。これは「明確な失敗経験を乗り越えることがレジリエンスに寄与する」「不明確な達成でも追究し続けることとレジリエンスが関連する」という2つの異なった仮説の検討である。

第2の目的は親との関係に関するものである。青年期は親から自立する時期であり、青年はそれまでとは違って親から距離を置き情緒的にかかわりを減らすし、親を批判するようになる時期である。形式的操作が可能になり批判的思考力が身につくと共に、それまで疑問をもたないでいたものの否定面が見えてきて、親や大人、社会を批判的に見るようになる<sup>10)</sup>。親の否定面がクローズアップされて感じられて関係がこじれたりすることもある。但し最近は良好な関係を保つ親子も多く、良好な関係を保ちながら自立していく者も多いことが指摘されている<sup>1)</sup>。青年期の親子関係のあり方を決めるのは青年期に至

るまでの親子関係や青年の発達のある方、親の対処や態度等様々な要因が関与していると考えられる<sup>11)</sup>が、上記のような批判的傾向もその一つと考えられる。そして批判的傾向は、大学での専攻一何を得意としこれから学んでいこうとしているか—と関連する可能性がある。哲学や文学、歴史学等、社会の中で自分はどう生きるべきか、人間の生き方を考える学問を専攻しようとする学生は、自分が生きている現実に批判の目を向け、青年期における親への批判も強くなることが考えられる。それに比べると、スポーツに打ち込んできた学生は、大人からの指導に従いその中で上達してきたため、時に反発することがあっても大人が提示する現実をそのまま肯定する傾向が基本的に強く、親に対する批判も強くない可能性が考えられる。本研究の第2の目的は、スポーツ系の学部の学生と文学部の学生の親への態度は、スポーツ系学部の学生の方が親に対する批判が強くない、両親に対する態度や両親の在り方についての認知が肯定的であるという第2の仮説を検証することである。

## II. 方 法

**【研究対象】**首都圏にある2つの大学。A大学スポーツ系学部学生82名(男子38名、女子44名)、B大学文学部学生86名(男子50名、女子36名)、計168名(男88名、女80名)。

**【質問項目】**

①レジリエンス 山岸<sup>12)</sup>で使用された24項目—小塩他<sup>8)</sup>、石毛・無藤<sup>2)</sup>、を参考にした6つの下位尺度(肯定的な未来志向性・感情調整・新奇性追求<sup>8)</sup>、メタ認知的志向性・関係志向性・楽観性<sup>2)</sup>)を使用した。「とてもあてはまる」から「全くあてはまらない」まで5件法で評定してもらう。

②両親への態度 山岸<sup>12)</sup>で使用した親子関係の質問項目12項目—若原(2003)<sup>9)</sup>の親子関係の尺度—親近感、モデル、取り入れ、尊敬—28項目から14項目を選び、因子分析に基づき親密性、モデル、同一視、肯定的評価と命名されたもの—に関して、父母それぞれがどの位あてはまるかを5件法で評定して

表1 レジリエンス及び両親への態度・認知の質問項目の例

	質問項目の例
レジリエンス	
肯定的未来志向	自分の未来にはきっといいことがあると思う
楽観性	何事もよい方に考える
感情調整	自分の感情をコントロールできる方だ
メタ認知的志向	失敗した時自分のどこが悪かったか考える
新奇性追求	私はいろいろなことを知りたいと思う
関係性	つらい時や悩んでいる時は自分の気持ちを人に話したいと思う
両親への態度	
親密性	父親(母親)に親しみを感じている
モデル	父親(母親)のような生き方がしたい
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
肯定的評価	父親(母親)は世間から認められていると思う

もらう。

①②の各項目の例を表1にあげた(詳細は山岸<sup>12)</sup>参照)。各尺度別に合計点を算出した。

③レジリエンス傾向をもつと思う人 ①の24のレジリエンス項目に関してそれらの傾向や特性をもっている人と思う人を、「父親・母親・友人・その他・なし」から選ぶ(複数回答可)。24項目中いくつかの項目で「父親」「母親」「友人」「その他」「なし」につけたか、その項目数を各人の「レジリエンス得点」とした。

**【調査時期と手続き】**A大学は2010年1月、B大学は2009年6月と12月。講義終了後集団で施行。無記名でよいこと、回答は自由意思に基づき、回答しないことで不利益はないことを説明した。

## III. 結果と考察

### 1. 所属学部及び性による違い

レジリエンスの6つの下位尺度、父親・母親それ

それに関する4つの認知・態度、周囲の人でレジリエンス傾向をもつと思う項目数について、所属学部(スポーツ科学と文学部)×性を要因とする二要因の分散分析を行った(cf.表2)。なお性要因については山岸(2010)<sup>13)</sup>でも報告したので、ここではその結果は省略し、3で学部×性の4グループの違いとして取り上げる。

レジリエンスの6つの下位尺度では、肯定的な未来志向性と楽観性でスポーツ系の方が有意に得点が高かった(各1%,5%水準)。レジリエンスを構成する要因の内、ものごとを肯定的に見る傾向に関してはスポーツ系の方が高いことが示された。性差に関しては有意差は見られなかった。

父親・母親に対する認知・態度では、父親・母親どちらでも有意差が見られるものが多かった。父親は親密性とモデルでスポーツ系の方が得点が高かった。母親との親密性はどちらのグループも得点が高く、有意差は見られなかったが、他の3つ—肯定的評価、モデル、同一視ではスポーツ系の方が高いという結果だった。モデルは全体的に得点が高いが、文学部の方が「親のようになりたい」と思わない者が多かった。性差は母親との親密性と同一視が女子の方が高く、交互作用は見られなかった。

スポーツ系の方が両親との関係の認知や両親への態度が肯定的であることが示された。

周囲の人のレジリエンス認知では、父親と母親は

表2 各変数の学部別・性別の平均値と2要因分散分析の結果

	平均値(標準偏差)				分散分析(F値)		
	スポーツ系	文学部	男子	女子	学部	性	交互作用
レジリエンス							
肯定的未来志向	3.98(0.77)	3.60(0.94)	3.81(0.89)	3.77(0.88)	8.11**		
楽観性	3.57(0.86)	3.26(1.01)	3.52(0.87)	3.30(1.01)	5.14*		
感情調整	3.64(0.77)	3.40(1.01)	3.59(0.91)	3.43(0.89)			
メタ認知的志向	4.00(0.61)	3.84(0.72)	3.98(0.67)	3.85(0.67)			
新奇性追求	4.27(0.61)	4.17(0.56)	4.29(0.58)	4.14(0.59)			
関係性	3.85(0.75)	3.78(1.09)	3.73(1.03)	3.91(0.83)			
父親への態度							
親密性	3.87(0.93)	3.47(1.11)	3.57(0.98)	3.77(1.10)	5.25*		
モデル	3.28(0.95)	2.67(1.20)	3.91(1.16)	3.02(1.09)	12.23***		
同一視	3.65(0.73)	3.62(1.10)	3.54(0.94)	3.74(0.92)			
肯定的評価	4.12(0.84)	3.84(1.14)	4.07(0.94)	3.87(1.09)			
母親への態度							
親密性	4.34(0.77)	4.20(0.82)	4.13(0.81)	4.43(0.75)		5.46*	
モデル	3.56(0.94)	2.63(1.09)	2.97(1.04)	3.21(1.19)	33.84***		
同一視	4.03(0.64)	3.64(0.86)	3.69(0.80)	3.98(0.75)	8.92**	4.11*	
肯定的評価	4.13(0.72)	3.63(0.93)	3.83(0.86)	3.92(0.88)	14.53***		
レジリエンス得点 <sup>1)</sup>							
父親	7.00(6.31)	4.25(4.39)	5.40(5.42)	5.79(5.75)	9.87**		
母親	8.93(6.87)	4.86(4.35)	5.87(5.58)	7.92(6.40)	19.32***		
友人	10.39(7.25)	8.57(6.67)	9.08(7.18)	9.87(6.80)			5.33*
その他	0.53(2.16)	0.90(2.20)	0.73(2.19)	0.72(2.20)			
誰もいない <sup>2)</sup>	2.52(5.40)	6.60(6.65)	5.53(6.93)	3.61(5.61)	16.78***		

\*\* P<.01, \* P<.05

1) 24項目中もっている者として選ばれた項目の数

2) 「(該当する人が)なし」にチェックされた項目の数

スポーツ系の方が得点が高く、「誰もいない」のみ文学部の方が高いという結果であった。なお友人は交互作用が有意で、学部と性の組み合わせ効果が見られた (cf. 次節)。

2. 所属学部×性の4グループの違い

被調査者を所属学部×性の4グループに分けて、一元配置の分散分析を行い、Bronferroni法で多重比較を行った (cf. 表3)。

1でレジリエンスの2尺度がスポーツ系で高いことが示されたが、肯定的未来志向も楽観性もスポーツ系の男子が高いことが示された。

両親に対する認知・態度では、母親のモデルは男

女ともスポーツ系>文学部であった。母親の同一視、母親の肯定的評価、父親のモデルに関してはスポーツ系の女子が高かった。

周囲の人のレジリエンス認知に関してもスポーツ系女子は得点が高く、母親、友人は文学部男子あるいは文学部女子よりも得点が高く、特に母親の得点の高さは際だっている。反対に「誰もいない」はスポーツ系女子が低く、文学部男子が高いことが示された。スポーツ系女子と文学部男子は周囲の人のレジリエンス認知に関して正反対であるが、文学部男子は友人の得点に関してだけその傾向が見られず、有意差はないがスポーツ系男子よりも高くなってい

表3 各変数の学部×性の4グループ別の平均値と分散分析の結果

	平均値 (標準偏差)				分散分析	
	スポ・男	スポ・女	文学・男	文学・女	F 値	多重比較
レジリエンス						
肯定的未来志向	4.13(0.64)	3.86(0.85)	3.56(0.97)	3.67(0.92)	3.52*	SM>LM*
楽観性	3.88(0.60)	3.30(0.97)	3.24(0.97)	3.29(1.08)	4.20**	SM>LM** SM>LF, SF*
感情調整	3.75(0.78)	3.55(0.75)	3.47(0.99)	3.30(1.03)		
メタ認知的志向	4.07(0.66)	3.95(0.56)	3.92(0.68)	3.74(0.77)		
新奇性追求	4.39(0.61)	4.16(0.60)	4.22(0.54)	4.10(0.59)		
関係性	3.72(0.81)	3.95(0.68)	3.73(1.17)	3.85(0.98)		
父親への態度						
親密性	3.84(0.86)	3.89(0.99)	3.35(1.01)	3.63(1.22)		
モデル	3.23(0.90)	3.31(1.00)	2.67(1.28)	2.67(1.10)	4.21**	SF>LM*
同一視	3.62(0.63)	3.67(0.82)	3.48(1.12)	3.82(1.03)		
肯定的評価	4.23(0.72)	4.02(0.94)	3.95(1.07)	3.69(1.24)		
母親への態度						
親密性	4.18(0.81)	4.48(0.70)	4.09(0.81)	4.35(0.81)		
モデル	3.38(0.85)	3.71(1.00)	2.65(1.06)	2.59(1.13)	12.40***	SF>LM, LF***, SM>LM, LF**
同一視	3.89(0.64)	4.14(0.63)	3.55(0.87)	3.78(0.85)	4.89**	SF>LM***
肯定的評価	4.09(0.76)	4.16(0.69)	3.63(0.88)	3.63(1.00)	5.00**	SF>LM, LF*
レジリエンス得点 <sup>1)</sup>						
父親	7.18(5.67)	6.83(6.91)	4.09(4.83)	4.57(3.73)	3.52*	
母親	7.52(6.28)	10.21(7.21)	4.59(4.65)	5.23(3.92)	8.48***	SF>LM, LF***
友人	8.72(6.82)	11.90(7.38)	9.35(7.51)	7.49(5.22)	2.82*	SF>LF*
その他	0.62(2.06)	0.44(2.28)	0.80(2.30)	1.04(2.08)		
誰もいない <sup>2)</sup>	3.56(6.41)	1.56(4.11)	7.06(6.99)	5.97(6.19)	6.94***	LM>SF* LF>SF*

SM: スポーツ・男, SF: スポーツ・女, LM: 文学部・男, LF: 文学部・女 \*\*\* P<.01, \* P<.05

- 1) 24項目中もっている者として選ばれた項目の数
- 2) 「(該当する人が)なし」にチェックされた項目の数

た。

1でスポーツ系の方が両親との関係の認知や両親への態度が肯定的であることが示されたが、細かく検討すると、上記の傾向は特に女子において顕著であることが示された。

#### Ⅳ. 討 論

スポーツ系学部と文学部所属の男女学生を対象に、1)6つの下位尺度から成るレジリエンス 2)両親との関係に関する4つの態度・認知 3)両親を含む周囲の人がレジリエントであると感じているかを問う質問紙調査を行った。所属学部の違い、および所属学部×性での違いを検討した結果、以下のことが明らかになった。

1)レジリエンスに関しては、肯定的な未来志向性と楽観性はスポーツ系の方が有意に得点が高いことが示された。この結果は特に男子学生において顕著であった。

2)両親に対する態度・認知や周囲の人のレジリエンスの認知でもスポーツ系の方が有意に肯定的であり、特にスポーツ系女子の得点が高い傾向が見られた。

レジリエンス尺度の内、肯定的な未来志向性と楽観性はスポーツ系の方が得点が高いということが示された。スポーツで失敗感を強く感じさせられてしまう場合も、成果が見えにくい活動に打ち込み続ける場合も、現状や未来に対して楽観的・肯定的にとらえたり、挫けそうな自分の気持ちをコントロールすることが必要であるが、明確な失敗に直面する活動の方がその必要性がより強く、またそのような傾向を強めることが示されたといえる。葛西他<sup>3)</sup>はスポーツ系大学生において、スポーツを通して成長したと思っている者の方がそうでない者よりもレジリエンスの3尺度が高いことを示したが、文学部の学生に比べるとそれらの両者を併せてもレジリエンスが高いことが示された。

第1の仮説に関しては、「明確な達成が得られない状況に耐えることがレジリエンスに寄与する」ではなく、「明確な失敗経験を乗り越えることがレ

ジリエンスに寄与する」ということが示された。文学部系の学習はそもそも明確な成果を目指す活動ではないため、成果が見えなくても活動に打ち込み続けるのは、レジリエンスの強さよりも活動に対する内発的動機づけの強さと関連しているのかもしれない。なおスポーツ系の方がレジリエンスの下位尺度が高いという結果は男子学生において顕著であったが、これは男性役割には強さが含まれるため、男子の方が失敗や負けることに対する打撃が大きく、失敗経験を乗り越える機会が多くなり、そのことがレジリエンスの強さにつながっていると考えられる。今後更なる検討が必要である。

両親に対する態度や認知に関しても、スポーツ系と文学部では差が見られ、スポーツ系の方が有意に肯定的であり、自分は似ているあるいはモデルにしたいという気持ちが高く、また両親がレジリエントであるという認知も高いことが示された。学部によらず女子の方がそのような傾向が高いことは山岸でも報告されていたが<sup>12)</sup>、性差だけでなく、学部間でも差が見られ、スポーツ系の学部の学生の方が両親に対する認知・態度が良好であるという第2の仮説も検証された。親に対する批判が強くないということは直接的には検証されていないが、「両親がレジリエントであるという認知」が低く、レジリエンス特性をもつ者が「誰もいない」に該当する者が多かった文学部学生の回答には、他者への批判的な傾向が伺える。

以上のように本研究ではスポーツ系と文学部という学部間で差が見られることが示された。その結果は1)明確な失敗経験を乗り越えることがレジリエンスに寄与する、2)自分が生きている現実に批判の目を向けるかどうかと親への態度は関連するという仮説に合う方向の結果であった。

問題点として、被調査者の数が十分多くないこと、また文学部所属の者の中には大学生アスリートとしてスポーツに励む者もいる可能性があることがあげられる。そのような者が含まれていても今回のような結果がでたわけだが、そのような者はチェックして除外した方がよいと考える。また2つの学部

はそれぞれ異なった2つの大学に属しているため、学部の違いでなく校風や学生生活上の構造的な差異等の違いが関与している可能性もある。他の大学も含めたデータをとって比較すること、また学部の差としてではなくレジリエンスや親への態度と関連する要因についてより直接的に検討していく必要があると考える。

〈注〉本論文の一部は、日本心理学会第75回大会(2011年)で発表した。

## 文 献

- 1) 平石賢二(2010) 青年期の親子関係 大野久編 エピソードでつかむ青年心理学 ミネルヴァ書房: 京都 113-145.
- 2) 石毛みどり・無藤 隆(2005) 中学生における精神的健康とレジリエンスおよびソーシャル・サポートとの関連—受験期の学習場面に着目して— 教育心理学研究, 53, 356-367.
- 3) 葛西真紀子・渋江裕子・宮本友弘・松田 保(2010) スポーツ活動経験とレジリエンスの関連—時間的展望, 身体的自己知覚の視点から— 教育実践学論集, 11, 39-50.
- 4) 加藤 敏(2009) 現代精神医学におけるレジリエンスの概念の意義 加藤 敏・八木剛平編 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 1-
- 24.
- 5) 小林洋平・西田 保(2009) スポーツにおけるレジリエンス研究の展望 総合保健体育科学, 32-1, 11-19.
- 6) Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71-3, 543-562, 2000.
- 7) Masten, A. S.: Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist* 56-3, 227-238, 2001.
- 8) 小塩真司・中谷素之・金子一史・長峰伸治: 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, 2002.
- 9) 若原まどか(2003) 青年が認識する親への愛情や尊敬と, 同一視および充実感との関係 発達心理学研究 14-1 39-50.
- 10) 山岸明子(1990) 青年の人格形成 11-30, 無藤隆他編 発達心理学入門 II 青年・成人・老人 東大出版会.
- 11) 山岸明子(2009) 成人期女性の現在の母親認知と青年期の母親認知の関連, 及びその規定要因 青年心理学研究, 21, 53-68.
- 12) 山岸明子(2010) 大学生のレジリエンスと両親への態度・認知との関連—性差に着目して— 順天堂大学スポーツ健康科学研究, 2-3, 87-94.

(平成23年4月26日 受付)  
(平成23年11月9日 受理)