大学生のソーシャルスキルと自尊心がレジリエンスに及ぼす影響

明治大学文学部

岡安 孝弘

Effects of social skills and self-esteem on resilience in university students

Kazuki Saito^{*1*2} and Takahiro Okayasu^{*3}

(*¹ Meiji University Graduate School of Arts and Letters,

*2 Youth Consultation Center, Yokohama City,

*3 School of Arts and Letters, Meiji University)

Effects of social skills and self-esteem on resilience in university students were investigated. University students ($N=252$; *Mean age* = 20.84 ± 1.46 years) participated in this study by responding to the following instruments: Resilience Scale for Students (RS-S), Social Skills Self-Rating Scale and Rosenberg's Self-Esteem Scale. Results of hierarchical multiple regression analysis indicated that social skills and self-esteem predicted resilience. Moreover, in participants with low self-esteem, social skills had a more potent effect on resilience than in participants with high self-esteem. Based on these results, we have discussed the role of social skills and self-esteem on resilience.

Key words: resilience, social skills, self-esteem

問題と目的

ストレス過程における反応の個人差の1つとして、ストレッサーの影響を防御・緩衝したり、その影響から回復したりする力や過程である“レジリエンス (resilience)”が注目を集めている(齊藤・岡安, 2012)。レジリエンスとは決して特別なものではなく、Masten (2001) が“Ordinary Magic”と称したように、多くの人が備えている促進可能なものであるとしてさまざまな研究が行われてきた (Grotberg, 2003; Masten, 2007)。その構成要因を大まかに分類すると、ソーシャルサポートなどの“環境要因”とコンピテンスなどの“個人要因”からなるとされる (Masten, Best, & Garmezy, 1990)。あるいは、個人要因を“気

質との関連が強く後天的に身につけにくい”とされる“資質的レジリエンス要因”と、“(後天的に) 身につけていきやすい”とされる“獲得的レジリエンス要因”に分類する3要因からなるとされることも多い(平野, 2011)。さらに、レジリエンスの発揮のためには各要因の相互作用が必要だと考えられており、Masten (2007) は広く包括的な水準における測定や分析の必要性を述べている。

本研究では、レジリエンスに影響を及ぼす要因の1つとして“ソーシャルスキル”を取り上げる。ソーシャルスキルあるいは社会的スキルとは、“対人場面において適切かつ効果的に反応するために用いられる言語的・非言語的な対人行動と、そのような対人行動の発現を可能にする認知過程”（相川，1996）や“人間関係の円滑な形成や維持に必要とされる技能”（江村・

岡安, 2003) などと定義されており, 適応過程に重要な影響を及ぼす要因であることがこれまでに明らかにされてきた。たとえば, 相川・藤田 (2005) はソーシャルスキルの“コミュニケーションスキル”と“対人スキル”の両面を同時に測定する成人用ソーシャルスキル自己評定尺度を作成し, ソーシャルスキルが高い大学生は対人不安や孤独感, 抑うつが低いことを示している。また, 集団に対して対人スキルを中心としたソーシャルスキル教育 (Social Skills Education: SSE) やソーシャルスキルトレーニング (Social Skills Training: SST) を通して, ソーシャルスキルの促進とともに孤独感や不安の低下, あるいは知覚されたサポートの上昇などが報告されている (江村・岡安, 2003; 渡辺・山本, 2003)。さらに, 高いソーシャルスキルにはソーシャルサポートの獲得や不適応の予防を通じたコンピテンスの向上などの波及効果も指摘されるなど, 社会的な生活を営む際の他の適応促進あるいは適応維持に関連する概念に良好な影響を与えることが多く, 社会生活上の適応における礎ともいえる概念と考えられる (Cavell, 1990; 江村・岡安, 2003; 岩瀧・山崎, 2008; Rose-Krasnor, 1997)。

レジリエンスの先行研究においても, ソーシャルスキルはレジリエントな結果をもたらす, 欠かすことのできない基本的な要因の1つとして重要視されてきた (Friborg, Barlaug, Martinussen, Rosenvinge, & Hjemdal, 2005; 佐藤・祐宗, 2009)。Luthar (1991) は, Masten et al. (1990) の示したレジリエンスの様相の1つである“ストレス下におけるコンピテンスの維持”をもたらす要因について中学生年代に調査を行った結果, ソーシャルスキルにおける“社会的主張性”の高さがストレスに対する防御要因として作用することを明らかにした。このことは, Werner (1994) が不適応へのハイリスクな環境で適応的に成長したレジリエントな子どもは“よりアサーティブであった”と報告していることと一致している。また, 高辻 (2002) は他者評定による幼児用レジリエンス尺度を作成し, “社会的スキルの柔軟な利用”ができていない幼児は園生活への適応が良好であることを明らかにした。さらに, 森岡・岩元 (2011) は高辻の尺度の一部などを用いて小学校入学2カ月前の幼児のレジリエ

ンスを測定し, 入学後 (入学直後と2カ月後) のストレス反応と学校適応との関連を調査している。その結果, “ソーシャルスキルの柔軟な利用”ができていない子どもは入学後の“不安/抑うつ”“社会性の問題”“注意の問題”などの情緒・行動の問題が少なく, さらに“学校適応感”が高いことが示された。あるいは, 石井 (2009) は先行研究を概観するなかでレジリエンスの健康教育への導入について述べ, 自尊感情などの個人の心理的特性の獲得と共に“社会的スキルを高めることにも視野を広げる必要性”を提言している。

以上のような先行研究から, ソーシャルスキルを向上させることはレジリエンスを高めると予測することができる。実際に, 海外において作成されたレジリエンス促進プログラムでは, ソーシャルスキルの向上を目的とした内容が組み込まれていることも多い (e.g., 針間, 2012; Reivich, Seligman, & McBride, 2011 など)。しかし, 日本のレジリエンス研究においてソーシャルスキルとの関連を青年期以降に対して調査したものは数が少なく, 思春期以前を含めてもソーシャルスキルを下位尺度の1つとして扱ったものが殆どである (e.g., 森岡・岩元, 2011; 佐藤・祐宗, 2009; 高辻, 2002 など)。そのなかで, 谷口・宗像 (2010) は看護師を対象にレジリエンスを高めるプロセスについて因果モデルを構築し, 自己イメージをよく評価できるという“良好な自己認知”が基盤となって, ソーシャルスキルや問題解決型行動特性から形成される“ソーシャルスキル効力感”を高めることでレジリエンスが向上することを報告している。しかし, 谷口・宗像 (2010) の研究ではソーシャルスキルと行動特性を1つの潜在変数として扱っているため, ソーシャルスキルがレジリエンスに及ぼす純粋な影響を示しているとは言い難い。さらに, 調査対象が看護師として限定されており, 女性のみ分析結果という課題があるなど, レジリエンスとソーシャルスキルの関係性については議論の余地が残されている。

ところで, ソーシャルスキルと同様にレジリエンスと強い関連が指摘されている概念として, 自己を肯定的に受けとめる評価感情である“自尊感情”がある (e.g. Grotberg, 2003; Masten, 2007; Werner, 1994 など)。先行研究から, 両者は異なる概念であると考え

られ（小塩・中谷・金子・長峰，2002），谷口・宗像（2010）は“良好な自己認知”がレジリエンスの基盤となっていることを指摘し，Cicchetti（2010）は不適切な養育を受けた子どものレジリエンス機能を予測する要因として自尊感情を挙げた。一方，齊藤・岡安（2012）はストレス過程における適応状態の結果としての自尊感情に対してレジリエンスが与える影響を分散構造分析により示しており，自尊感情を適応状態の結果と捉えるか適応を維持・促進する要因と捉えるかによってレジリエンスとの関係は変化していくと考えられる。また，自尊感情とソーシャルスキルに関する先行研究では，高いソーシャルスキルを持つ者は自尊感情も高い傾向にあることが示されているが（Riggio, Throckmorton, & DePaola, 1990），実際のカウンセリング場面において両者は必ずしも一致していないように，適応の回復や維持をもたらすレジリエンスに対する両者の関係性は明らかにされていない。とくに，構造化された介入の効果が見込みやすいソーシャルスキルが，自尊感情の変化に伴ってどのような影響を示すかについては検討すべき課題であるといえる。

そこで，本研究はレジリエンスを“ストレスサーを経験しても心理的な健康状態を維持する，あるいは陥った不適応状態を一時的なものとして乗り越え，健康状態へと回復していく力や過程”（齊藤・岡安，2012）と定義し，大学生のソーシャルスキルと適応を維持・促進する要因としての自尊感情がレジリエンスに対して及ぼす影響を明らかにすることを目的とした。

方 法

調査対象

首都圏にある私立大学の大学生を対象に調査を行った。全263名中，回答に不備のあった者を分析から除外した結果，全252名（男性148名，女性101名，不明3名：平均年齢 20.84 ± 1.46 歳）を分析対象とした。

手続き

2012年7月に，大学において講義終了後に質問紙を配布し，無記名式で回答を得た後に回収する一斉法を用いて実施した。配布の際には，調査の趣旨と共に，

調査を受けたくない場合には受けなくても良いこと，回答したくない質問項目には回答しなくて良いこと，その場合でも何ら不利益を被らないことを併せて説明し協力を依頼した。

調査材料

（1）成人用ソーシャルスキル自己評定尺度：ソーシャルスキルの測定のため，相川・藤田（2005）の成人用ソーシャルスキル自己評定尺度を使用した。この尺度は，ソーシャルスキルのコミュニケーション面と対人面を同時に測定するもので，“関係開始”“解釈”“主張性”“感情統制”“関係維持”“記号化”の6下位尺度35項目から構成されている。本尺度は，ある程度の α 係数と十分な再検査信頼性係数を示し，対人不安や孤独感，抑うつといった不適応の指標と負の相関を示していることから，一定の信頼性と妥当性を有しているといえる。回答は“ほとんどあてはまらない（1点）”から“かなりあてはまる（4点）”の4件法で求めた。

なお，相川・藤田（2005）は下位尺度の“感情制御”が妥当性の指標として用いた“対人不安”や“抑うつ”との相関が低く，尺度全体やほかの下位尺度と相関が低かったり一般に意味があるとされる値ではないが負の相関を示したため，その扱いについて留意するように述べている。本研究では，事前に行った“感情制御”を抜いた分析でも結果が変わらなかったこと，レジリエンスの先行研究において“感情の制御”が重要視されていることなどを考慮し，分析には尺度の全項目をソーシャルスキル得点として用いることとした（e.g., Grotberg, 2003; Reivich et al., 2011 など）。そのうえで，介入の効果が見込みやすいソーシャルスキルがレジリエンスに対して及ぼす影響を明らかにすることを目的とした。

（2）自尊感情尺度：自尊感情の測定のため，山本・松井・山成（1982）の自尊感情尺度を使用した。自尊感情尺度は，多くの研究で適応の指標に用いられており妥当性も示されていると考えられる。また，阿部・今野（2007）が教示文とワーディングを少し変化させることで“特性自尊感情”と“状態自尊感情”を測定していることから，原版は特性と状態の両方につい

での自尊感情を測定していると推測される。本尺度は、原版では一因子構造の10項目だが、部分-全体相関を算出したところNo. 8 ($r=.07$) が極端に低いため、齊藤・岡安 (2012) と同様にNo. 8を除いた9項目の合計得点を使用した。回答は“あてはまらない (1点)”から“あてはまる (5点)”の5件法で求めた。

(3) 大学生用レジリエンス尺度 (Resilience Scale for Students: RS-S) : レジリエンスの測定のため、齊藤・岡安 (2012) のRS-Sを使用した。RS-Sは、“ソーシャルサポート” “肯定的評価” “コンピテンス” “重要な他者” “親和性” の5下位尺度25項目から構成されている。この尺度は、 α 係数と部分-全体相関で十分な数値を示し、共分散構造分析では大学生の日常生活ストレスの影響を緩衝し自尊感情を向上させるなど、ある程度の信頼性と妥当性を示しているといえる。各下位尺度は、因子分析における因子間相関の結果から、“ソーシャルサポート” “重要な他者” が環境要因、“肯定的評価” “コンピテンス” が個人要因、“親和性” が両要因に関わる下位尺度としてまとめることができる (齊藤・岡安, 2012)。回答は“当てはまらない (1点)”から“当てはまる (4点)”の4件法で求めた。

結 果

調査材料の確認的因子分析

調査に使用した各尺度の因子構造を確認するため、IBM社SPSS Amos 21を用いて原版の因子構造に基づいて確認的因子分析を行った。その結果、RS-S ($GFI=.88$, $AGFI=.85$, $RMSEA=.06$) と自尊感情尺度 ($GFI=.94$, $AGFI=.89$, $RMSEA=.09$) は許容範囲の適合度を示した。また、成人用ソーシャルスキル自己評定尺度は35項目と項目数が比較的多かったためGFIとAGFIがやや低かったが、豊田 (2002) を参考にRMSEAの値から許容範囲の適合度を示していると判断した ($GFI=.81$, $AGFI=.77$, $RMSEA=.07$)。

調査材料の基礎統計量と相関係数

Table 1は、成人用ソーシャルスキル自己評定尺度、自尊感情尺度、RS-Sの基礎統計量と相関分析の結果

Table 1 ソーシャルスキル、自尊感情、レジリエンスの基礎統計量と相関

	I	II	III
I 成人用ソーシャルスキル自己評定尺度	—		
II 自尊感情尺度	.59**	—	
III RS-S	.64**	.62**	—
平均	89.06	28.19	71.16
標準偏差	14.62	8.38	11.80

Note. RS-S=Resilience Scale for Students

** $p<.01$

である。各尺度間の相関係数を求めた結果、成人用ソーシャルスキル自己評定尺度は自尊感情尺度およびRS-Sと中程度の正の相関を示した (自尊感情尺度: $r=.59$, RS-S: $r=.64$)。このことから、高いソーシャルスキルを持つ人は自尊感情やレジリエンスが高い傾向にあると考えられる。また、自尊感情尺度はRS-Sと中程度の正の相関を示したことから、自尊感情が高い人はレジリエンスも高い傾向にあると考えられる ($r=.62$)。

レジリエンスに対するソーシャルスキルと自尊感情の及ぼす影響

ソーシャルスキルと自尊感情がレジリエンスに与える影響を検討するため、RS-S得点を従属変数、平均得点からの偏差に換算するセンタリング処理を実施した成人用ソーシャルスキル自己評定尺度得点と自尊感情得点と、その交互作用項 (主効果項の積) を独立変数とした強制投入法による階層的重回帰分析を行った (Aiken & West, 1991)。結果をTable 2に示す。まず、Step 1では自尊感情、Step 2ではソーシャルスキル、Step 3では自尊感情とソーシャルスキルの交互作用項を投入し、それぞれの決定係数の増分と標準偏回帰係数を求めた。その結果、Step 1では自尊感情 ($\beta=.62$, $p<.001$)、Step 2では自尊感情 ($\beta=.37$, $p<.001$) とソーシャルスキル ($\beta=.42$, $p<.001$) の主効果が有意であり、Step 1からStep 2への決定係数の増分も有意であった ($\Delta R^2=.12$, $p<.001$)。さらに、Step 3では自尊感情 ($\beta=.35$, $p<.001$) とソーシャルスキル

Table 2 レジリエンスに対するソーシャルスキルと自尊感情の階層的重回帰分析の結果

	Step 1		Step 2		Step 3	
	<i>b</i>	β	<i>b</i>	β	<i>b</i>	β
自尊感情	.87	.62***	.52	.37***	.49	.35***
ソーシャルスキル			.34	.42***	.37	.45***
自尊感情×ソーシャルスキル					-.01	-.12**
ΔR^2		.38		.12***		.01**
<i>Adj R</i> ²		.38		.49		.50

** $p < .01$ *** $p < .001$

Figure 1. レジリエンスに対するソーシャルスキルと自尊感情の交互作用の効果

($\beta = .45, p < .001$)の主効果と、両者の交互作用項($\beta = -.12, p < .01$)が有意であり、Step 2からStep 3への決定係数の増分も有意であった($\Delta R^2 = .01, p < .01$)。以上の結果から、レジリエンスに対してソーシャルスキルと自尊感情の高さが深い影響を及ぼしていることが示された。

また、自尊感情とソーシャルスキルの交互作用項が有意であることが確認されたため、単純傾斜分析(Simple Slope Analysis)による交互作用の下位検定を行った(前田, 2008)。なお、変数の基準に関しては前田(2008)の勧めに従い、Cohen & Cohen(1983)により提唱されている平均±1SDを使用した。Figure 1は、その結果をグラフ化したものである。単純傾斜分析の結果、自尊感情が高い場合(+1SD)でもソーシャルスキルはレジリエンスに対して一定の影響を及

ぼすが($b = .28, \beta = .35, p < .001$)、自尊感情が低い場合(-1SD)にはより強い影響を持つことが明らかになった($b = .45, \beta = .56, p < .001$)。

考 察

本研究の目的は、大学生におけるソーシャルスキルと自尊感情がレジリエンスに及ぼす影響を検討することであった。

自尊感情とレジリエンスの関係については、相関分析において自尊感情尺度得点とRS-S得点が中程度の正の相関を示したことから、自尊感情が高い人はレジリエンスが高い傾向にあることが示された。また、階層的重回帰分析のStep 1においてレジリエンスに対する自尊感情の標準偏回帰係数が十分な数値を示し、

ソーシャルスキルが同時に投入されたStep 2においても同様であったことから、高い自尊感情はレジリエンスを促進することが示された。多くの先行研究で、自尊感情はレジリエンスと関連の強い要因として取り上げられている。たとえば、Grotberg (2003) は“レジリエンスと自尊感情に強い関連がある”ことを指摘し、Masten (2007) もレジリエントな子どもや青年の特徴の1つとして“高い自尊感情を持つ”ことを挙げた。本研究結果も、自尊感情がレジリエンスと強い関連を持ち、高い自尊感情はレジリエンスを促進することを示したといえる。

ソーシャルスキルとレジリエンスの関係性についても、相関分析において成人用ソーシャルスキル自己評定尺度得点とRS-S得点が中程度の正の相関を示したことから、ソーシャルスキルが高い人はレジリエンスが高い傾向にあることが示された。さらに、階層的重回帰分析のStep 2においてレジリエンスに対するソーシャルスキルの標準偏回帰係数が十分な数値を示し、Step 1からの決定係数の増分も有意であったことから、高いソーシャルスキルはレジリエンスを促進することが示された。先行研究では、幼児(森岡・岩元, 2011; 高辻, 2002)、中学生(Luthar, 1991)、青年期以降の女性看護師(谷口・宗像, 2010)や不適応へのハイリスクな環境下にあるコホート(Werner, 1994)において、ソーシャルスキルがレジリエンスを導く重要な要因であることが報告されてきた。本研究結果からは、一般の大学生においても同様であることが示されたといえ、ソーシャルスキルは幅広い年代においてレジリエンスに影響を及ぼす重要な一要因と位置づけることができる(Friborg et al., 2005; 佐藤・祐宗, 2009)。また、ソーシャルスキルの向上が孤独感の低下やサポートの上昇を導くことから(江村・岡安, 2003; 渡辺・山本, 2003)、高いソーシャルスキルは周囲との良好な関係を築きやすくさせ、自己効力感を向上させる機会やストレスに際してサポート資源の利用可能性などを増加させる効果を持つ(Cavell, 1990; 江村・岡安, 2003; 岩瀧・山崎, 2008; Rose-Krasnor, 1997)。そのため、ソーシャルスキルが高い人は現在のストレスに対して良好な適応状態を維持しやすくなるだけでなく、その経験を通じた自己効

力感の上昇やソーシャルサポートの利用といった対処方略の獲得が、将来のストレス過程において適応状態を維持しやすくする要因になると考えられる。つまり、高いソーシャルスキルの波及効果が現在や将来のストレスの影響を緩衝したり乗り越えたりすることを助けており、高いレジリエンスの発揮に結びついていると推測できる。

ソーシャルスキルと自尊感情の関係性については、相関分析において先行研究と同様に中程度の正の相関係数を示した(Riggio et al., 1990)。両者の関係性がレジリエンスに及ぼす影響については、階層的重回帰分析のStep 3において自尊感情とソーシャルスキルの交互作用項が有意であったことから単純傾斜分析を行った。その結果、自尊感情が低い場合にソーシャルスキルがレジリエンスに及ぼす影響は、自尊感情が高い場合に及ぼす影響よりも強くなることが明らかになった。とくに、Figure 1より自尊感情(SE)が低くともソーシャルスキル(SS)が高い場合は、自尊感情が高くソーシャルスキルが低い場合よりもレジリエンス得点が高くなっていることが示された(低SE高SS: 74.40, 高SE低SS: 71.86)。これらの結果から、自尊感情が低い際にはレジリエンスに対してソーシャルスキルが重要な働きを示すことが示唆されたと考えられる。このような、自尊感情の高低によってソーシャルスキルがレジリエンスに及ぼす影響力の違いは、ソーシャルスキルが一旦上昇すると低下しにくい“技能”であるのに対して、本研究で使用した自尊感情尺度にはさまざまな要因の影響を受けやすい“状態”の要素が含まれているであろうことが関係していると考えられる。すなわち、レジリエンスに対して影響を与えるのはソーシャルスキルの高さによるところが大きく、状態要因としての自尊感情は根幹的なレジリエンスに付随する要因としてレジリエンスを変動させる影響を及ぼすと推測される。

以上の結果から、自尊感情とソーシャルスキルは関係を持ちながらレジリエンスを促進することが明らかになった。とくに、ソーシャルスキルはレジリエンス尺度の下位尺度として含まれていなくても説明変数としてレジリエンスを促進することや、自尊感情が低い人のレジリエンスにおいてはソーシャルスキルの影響

が大きく、そのような人に対してソーシャルスキルを高めることでレジリエンスを効果的に促進させられる可能性を示したことは本研究の特徴といえる。ソーシャルスキルの向上については、構造化されたSSTやSSEは十分な効果が見込みやすく、“集団での実施”や“スキルの般化”という利点も指摘されている（江村・岡安，2003；岩瀧・山崎，2008）。近年では、レジリエンス促進プログラムでの介入要因としてソーシャルスキルが取り上げられることも多い。たとえば、アメリカ陸軍の“Master Resilience Training”では、モジュールの1つで“積極的で建設的なコミュニケーション”や“アサーティブなコミュニケーション”のスタイルを確立することを目標としている（Reivich et al., 2011）。また、オーストラリアの学校精神保健増進プロジェクトである“Mind Matters”では、各論の1つとして“Enhancing Resilience 1: Communication, Changes and Challenges”を用意して、中学生年代の生徒に対してレジリエンス促進のために他者とのコミュニケーションを行う技能と自信を身につけることを目的の1つとしている（針間，2012）。日本においては、これまでに同様のレジリエンス促進プログラムは開発されていないが、本研究結果は、谷口・宗像（2010）が良好なメンタルヘルスのために“対人関係スキルなどを高めることの重要性”を指摘しているように、プログラムのなかでソーシャルスキルの向上をターゲットの1つとすることの有効性が示唆されたといえる。

本研究の限界と今後の課題

本研究の限界としては、横断的研究のためレジリエンスに対するソーシャルスキルと自尊感情の明確な因果関係について言及することができない点と、交互作用項が示した決定係数の増分が有意ではあったが大きなものではなかった点が挙げられる。今後は、因果関係を明確にするためにSSTやSSEを通してレジリエンスが促進されるか効果検討を行うといった縦断的研究が必要である。その際には、どのスキルがレジリエンスをより促進するかといったターゲットスキルの選定も重要といえる。本研究の交互作用項による説明率の

増加分は、有意ではあったが大きなものではなかった。レジリエンスの先行研究で重要視されてきたアサーションスキル以外にも、たとえば援助要請スキルなども広い年代においてスキルの波及効果によるレジリエンスの促進が期待できるだろう。また、レジリエンスの構成の精査は今後の課題である。本研究では、自尊感情尺度は“特性”と“状態”の両側面を測定すると仮定して使用したが、いずれかに特化した自尊感情尺度を用いてレジリエンスとの関係を明らかにする必要がある。そのようなデータを蓄積し、研究者間で相違が見られている構成要因を心理-生物-社会（psycho-bio-social）モデルから総合的にまとめていくことが、レジリエンス概念の臨床的応用のために重要であると考えられる。

引用文献

- 阿部美帆・今野裕之（2007）．状態自尊感情尺度の開発 パーソナリティ研究, 16(1), 36-46.
- 相川 充（1996）．社会的スキルという概念 相川 充・津村俊充(編) 社会的スキルと対人関係1—自己表現を援助する— 誠信書房 pp. 3-21.
- 相川 充・藤田正美（2005）．成人用ソーシャルスキル自己評定尺度の構成 東京学芸大学紀要第1部門, 56, 87-93.
- Aiken, L. S., & West, S. G. (1991). *Multiple regression: Testing and interpreting interactions*. Newbury Park, CA: SAGE.
- Cavell, T. A. (1990). Social adjustment, social performance, and social skills: A Tri-component model of social competence. *Journal of Clinical Child Psychology*, 19, 111-122.
- Cicchetti, D. (2010). Resilience under conditions of extreme stress: A multilevel perspective. *World Psychiatry*, 9(3), 145-154.
- Cohen, J., & Cohen, P. (1983). *Applied multiple regression/correlation analysis for the behavioral sciences (2nd ed.)*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- 江村理奈・岡安孝弘（2003）．中学校における集団社会的スキル教育の実践的研究 教育心理学研究,

- 51, 339-350.
- Friborg, O., Barlaug, D., Martinussen, M., Rosenvinge, J. H., & Hjemdal, O. (2005). Resilience in relation to personality and intelligence. *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, **14**, 29-42.
- Grotberg, E. H. (2003). *Resilience for today: Gaining strength from adversity*. Westport, CT: Praeger Publishers.
- 針間博彦 (2012). レジリエンスを育む学校教育—オーストラリアでの取り組み— 臨床精神医学, **41**, 181-186.
- 平野真理 (2011). 中学生における二次元レジリエンス要因尺度 (BRS) の妥当性—双生児法による研究 パーソナリティ研究, **20**(1), 50-52.
- 石井京子 (2009). レジリエンスの定義と研究動向—看護に活用するレジリエンスの概念と研究— 看護研究, **42**, 3-14.
- 岩瀧大樹・山崎洋史 (2008). 中学生への教育相談的援助サービスに関する研究—教師への援助要請スキルとパーソナリティとの関連— 東京海洋大学研究報告, **4**, 27-35.
- Luthar, S. S. (1991). Vulnerability and resilience: A study of highrisk adolescents. *Child Development*, **62**, 600-612.
- 前田和寛 (2008). 重回帰分析の応用的手法—交互作用項ならびに統制変数を含む分析— 比治山大学短期大学部紀要, **43**, 69-73.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, **56**, 227-238.
- Masten, A. S. (2007). Resilience in developing systems: Progress and promise as the fourth wave rises. *Development and Psychopathology*, **19**, 921-930.
- Masten, A. S., Best, K. M., & Garmezy, N. (1990). Resilience and development: Contributions from the study of children who overcome adversity. *Development and Psychopathology*, **2**, 425-444.
- 森岡育子・岩元澄子 (2011). 小学校1年生の入学期の実態とレジリエンスとの関連—情緒・行動の特徴と学校適応感に着目して— 久留米大学心理学研究, **10**, 52-61.
- 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. J., Seligman, M. E. P., & McBride, S. (2011). Master resilience training in the U.S. Army. *American Psychologist*, **66**, 25-34.
- Riggio, R. E., Throckmorton, B., & DePaola, S. (1990). Social skills and self-esteem. *Personality and Individual Differences*, **11**, 799-804.
- Rose-Krasnor, L. (1997). The nature of social competence: A theoretical review. *Social Development*, **6**, 111-135.
- 齊藤和貴・岡安孝弘 (2012). 大学生のレジリエンスがストレス過程と自尊感情に及ぼす影響 健康心理学研究, **24**(2), 33-41.
- 佐藤琢志・祐宗省三 (2009). レジリエンス尺度の標準化の試み『S-H式レジリエンス検査 (パート1)』の作成および信頼性・妥当性の検討 看護研究, **42**, 45-52.
- 高辻千恵 (2002). 幼児の園生活におけるレジリエンス—尺度の作成と対人葛藤場面への反応による妥当性の検討— 教育心理学研究, **50**, 427-435.
- 谷口清弥・宗像恒次 (2010). 看護師のレジリエンスにおける心理行動特性の影響—共分散構造分析による因果モデルの構築— メンタルヘルスの社会学, **16**, 62-70.
- 豊田秀樹 (2002). 「討論：共分散構造分析」の特集にあたって 行動計量学, **29**(2), 135-137.
- 渡辺弥生・山本弘一 (2003). 中学生における社会的スキルおよび自尊心に及ぼすソーシャルスキルトレーニングの効果—中学校および適応指導教室での実践— カウンセリング研究, **36**, 195-205.
- Werner, E. E. (1994). Overcoming the odds. *Journal of Developmental and Behavioral Pediatrics*, **15**, 131-136.
- 山本真理子・松井 豊・山成由紀子 (1982). 認知された自己の諸側面の構造 教育心理学研究, **30**, 64-68.

(2013.2.6 受稿, 2014.2.27 受理)