青年期の精神的回復力に及ぼす幼少期の親子関係の影響

～ 親との親密性の影響 ～

○ 田村隆宏

(鳴門教育大学大学院学校教育研究科)

キーワード：精神的回復力，親子関係，親との親密性

The Effects of a Parents-Child Relationship in Infancy on Adolescent Resilience.

Takahiro TAMURA

(Graduate School of Naruto University of Education)

Key Words: Resilience, Parents-Child Relationship, Intimacy with Parents

目 的

現代社会には経済的な問題も含めた社会不安，自然災害など，避けることが難しく，解決困難な事象が身の周りに溢れている。このような状況の中で生きるためには，自分にとってネガティブな出来事を経験しながらも，それに立ち向かい，乗り越えていく力を持つことが大切になろう。このような力は精神的回復力（レジリエンス）と呼ばれ，困難で脅威的な状況であるのにもかかわらず，うまく適応する過程，能力，結果と定義されている(Masten ら，1990)。

現代社会を生き抜くためにはこの精神的回復力を持ち合わせていることが極めて重要であると考えられよう。それでは，この精神的回復力は何によって育まれるのであろうか。小塩ら(2002)は，精神的回復力を構成する因子として，新奇性追求，感情調整，肯定的な未来志向の3つを導き出している。新奇性追求は，新しい事象に対して積極的に関わろうとする姿勢であることから，乳児のころには誰もが持ちあわせていた心性であり，親のしつけの中でこの心性が大切にされることで強くなるものであろう。感情調整も親のしつけによって幼少期に獲得されていくものであると考えられる。肯定的な未来志向も親との関わりの中でどれだけ未来に対して明るい展望を描けるようになったのかが大きく影響しているものと思われる。総じて，精神的回復力を構成している3つの因子にかかわる特性には幼少期の親子関係のあり方が少なからず関与しているものと考えられるのである。

そこで，本研究では青年期の精神的回復力に及ぼす幼少期の親子関係の影響について検討する。幼少期の親子関係が良好な場合には，親からの肯定的な関わりの影響を受けやすく，新奇性追求，感情調整，肯定的な未来志向といった特性を獲得しやすく，高い精神的回復力が育まれるものと予想される。

方 法

調査対象者 調査対象者は専門学校生と大学生 135 人であった(男性 80 人，女性 55 人)。平均年齢は 19 歳 5 ヶ月であった。
調査手続き 幼少時の親子関係を調査するために，親との親密性尺度(森下，1980)の親との親密性に関わる7項目の質問について，幼少期の母親と父親との関係について尺度評定を求めた。この尺度は例えば「あなたはお母さんに言われた事は何でも喜んでほしいと思っていましたか」という質問項目に対して「はい」「?」「いいえ」で答えさせるものであった。

精神的回復力を調査するために，小塩ら(2002)の精神的回復力尺度の21項目について尺と評定を求めた。この尺度は，例えば，「色々なことにチャレンジするのが好きだ」に対して「5. あてはまる」「4. どちらかというとあてはまる」「3. どちらでもない」「2. どちらかというとあてはまらない」「1. あてはまらない」の5段階で評定させるものであった。

結 果

母親，父親のそれぞれについて，親との親密性尺度の評定値の上位から25%にあたる調査対象者の評定値と同じ評定値

の者をすべて含めて親密度高群とし，下位から同様にした者を親密度低群とした。母親，父親の親密性の高群，低群について，精神的回復力の平均評定値とそれを構成する3つの因子に関わる平均評定値を Table1, Table2 に示した。親との親密性の高群と低群の評定値を比較するために t 検定を行った。その結果，母親との関係については，母親との親密性の高い者は低い者よりも精神的回復力に関わる平均評定値は有意に高かった($t(75)=3.78, p<.001$)。さらに，その下位カテゴリーである新奇性追求($t(75)=2.91, p<.01$)，感情調整($t(75)=3.05, p<.01$)，肯定的な未来志向($t(75)=2.37, p<.05$)のすべてにおいて，親との親密性が高い者が低い者よりも平均評定値が有意に高かった。父親との関係については，父親との親密性の高い者は低い者よりも精神的回復力に関わる平均評定値は有意に高かった($t(75)=2.22, p<.05$)。下位カテゴリーの感情調整では親との親密性が高い者が低い者よりも平均評定値が高いという有意傾向がみられたが($t(75)=1.74, p<.10$)，新奇性追求と肯定的な未来志向については父親との親密性の高い者と低い者との間に有意差は見られなかった。

以上の結果から，幼少期の親との関係が良好な場合に精神的回復力が高い状態に育まれることが示唆された。ただし，父親との関係に関わる影響は限定的であり，母親との親密性が高いことが，精神的回復力が育まれることにより大きく影響していることが示唆される。

Table1 母親との親密性高群と低群の各平均評定値

	高群(n=42)	低群(n=35)
精神的回復力	3.79(0.51)	3.31(0.61)***
新奇性追求	3.95(0.61)	3.53(0.66)**
感情調整	3.44(0.69)	2.93(0.80)**
肯定的な未来志向	4.19(0.77)	3.69(1.12)*

*** $p<.001$, ** $p<.01$, * $p<.05$

Table2 父親との親密性高群と低群の各平均評定値

	高群(n=34)	低群(n=42)
精神的回復力	3.77(0.60)	3.47(0.60)*
新奇性追求	3.90(0.84)	3.63(0.67)
感情調整	3.45(0.69)	3.14(0.84)+
肯定的な未来志向	4.17(0.90)	3.82(0.99)

* $p<.05$, + $p<.10$

引用文献

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 カウンセリング研究, 35, 57-65.