学生時代の成功・失敗体験とレジリエンスとの関連

1230480 竹村　菜々
指導教員　三船　恒裕

研究背景

レジリエンスとは、困難な出来事に合ったり精神的なダメージを受けたりしても、そこから立ち直る力を意味する。先行研究からレジリエンスについては、遺伝的資質性の強い資質的レジリエンス要因と後天的獲得性の強い獲得的レジリエンス要因の 2 つの要因に分けられることが明らかになっているが、レジリエンスを高めるための具体的な手法・介入においては、完全には明らかになっていない。

研究目的

学生時代の成功・失敗体験とレジリエンス要因の関連を調べることで、レジリエンスを後天的に高める要因として具体的な手法を探ることを本研究の目的とする

調査・分析方法

ウェブ調査で、学生時代における成功・失敗体験の数・体験に対する好き度合い・体験に対する努力度合いとレジリエンス要因尺度項目について質問紙での回答を求めた。その後、先行研究を参考にレジリエンス要因尺度の探索的因子分析を行い、相関分析・重回帰分析によって学生時代の体験とレジリエンスについての関連を調べた。

分析結果

相関分析の結果、学生時代の成功体験においては、体験の数・好き度合い・努力度合いのすべてが資質的レジリエンス・獲得的レジリエンスと正の相関を示した。失敗体験においては、体験に対する好き度合いと努力度合いは正の相関を示したが、体験の数については負の相関を示した。重回帰分析の結果からは、全体的に体験に対する好き度合いが最もレジリエンスへの影響が大きいという結果になった。

考察・結論

学生時代における成功体験や、成功・失敗体験に関わらずその体験に対して好きというようなポジティブな気持ちをもって取り組むことは、レジリエンスを後天的に高めるために良い影響を及ぼすことが示唆された。その一方、資質的レジリエンスと獲得的レジリエンスのそもそもの相関が高いことから、完全に獲得的レジリエンス要因を抽出することができなかった。これが、本研究の問題であり、今後の研究においても資質的レジリエンス要因の影響を最小限にしていくことが課題になると考えられる。