自覚的ストレスの変動に応じた中学生の精神的回復力のダイナミクス

○佐藤安子（京都文教大学臨床心理学部）・長野真弓（福岡女子大学国際文理学部）・足立　稔（岡山大学大学院教育学研究科）

キーワード：自覚的ストレスの変動，精神的回復力，ダイナミクス

目　的

これまで青年期にある大学生を対象に，ストレス反応を自己制御する仕組みを検討してきた結果，自覚的ストレスが低いときにはストレスを制御する内的な資源は多面的に利用されるが，ストレスが高いときにはこれができなくなることがわかった（佐藤・河合，2004）。この傾向は発達上，いつから始まるのであろうか。そこで，中学生を対象に，以下の２つの検討を行った。(1)中学生版メンタルレジリエンス（Mental Resilience：MR）尺度を精緻化し，(2)これを用いて自覚的ストレスが低下した群と上昇した群で，MR 尺度の因子構造の変化を検討し，大学生での結果が再現できるか否かを検証する。

方　法

対象：中国地方の国立大学附属中学校に在籍する 1～3 年生（男子 295 名，女子 291 名）のうち，保護者と本人の同意があり，かつデータに欠損がない 457 名（男子 220 名，女子 237 名）であった。このうち，学校生活上のライフイベントが比較的少ない 2 年生（男子 78 名，女子 80 名）のデータを利用した。

尺度構成：ストレス自己統制評定尺度（Stress self-regulation inventory: SSI）：佐藤（2009）によって大学生用に開発されたストレス自己統制評定尺度（69 項目）のうち、競争的達成動機，充足的達成動機，対人関係と業績の有能感，運動能力の有能感，脆弱性，ソーシャルサポート，問題焦点接近対処，情動焦点回避対処の 8 下位尺度別に因子負荷量の高い項目を抽出し，文言を中学生向きに修正した 35 項目を用いた（以下 SSI）。1～5 点 5 件法。

パブリックヘルスリサーチセンター版ストレスインベントリー中学生用（PSI）：全 11 項目。本研究では「ストレス反応」を測定する，身体的反応，抑うつ・不安症状，不機嫌・怒り，無力感の 4 項目を用いた。0～10 点 11 件法。

首尾一貫感覚（Sense of Coherence：SOC）尺度日本語児童版：ストレス処理能力や健康保持能力を測定できる。13 項目，1～5 点 5 件法。

方法：組毎に保健体育教諭の教示により，回答拒否の自由を保証した上で教示が同一になるよう担当教諭が説明し，X 年 6 月上旬と 12 月上旬に，集合法パネル調査を行った。回答済み用紙は調査者に直送された。

倫理的配慮：本研究は，京都文教大学「人を対象とする研究」倫理審査委員会の承認（京文大 13 第 1031 号）を得て実施された。学校管理職と調査実務担当教諭に文書と口頭で調査の主旨と手順を説明し，承諾を得た。保護者にも文書で調査協力を依頼し，保護者と生徒の両者から同意を得た。調査に同意しなかった生徒には疎外感を与えないよう，回答はしてもらうが，解析に使用しない旨を事前に説明した。

結　果

MR 尺度の精緻化：分析対象は 6 月測定時に欠損値がなかった 174 名であった。まず SSI35 項目から天井効果と床効果を示した 8 項目を除外して 27 項目の仮 MR 尺度を作成し，GP 分析と IT 相関分析を実施。残った 26 項目に主因子法プロマックス回転の因子分析を 2 回施し，最終的に 17 項目 3 因子（「ソーシャルサポート形成資源」「問題解決資源」「対人カタルシス」）に精緻化した。同年 12 月に実施した 2 回目の MR 尺度とは有意な正の相関（r=.681，p<.01）を示し，信頼性が確認された。また 6 月調査時の PSI ストレス反応値と有意な負の相関（r=-.251，p<.01）を，SOC 尺度と有意な正の相関（r=.175，p<.05）を示し，妥当性が確認された。

MR 尺度の因子構造の変化：PSI を用いて分析対象者から，中央値折半法を用いて自覚的ストレス変動群を抽出した。2 時点で自覚的ストレスが高度から低度に変動した群（n=18）と低度から高度に変動した群（n=20）の MR3 因子の因子間相関は，ストレスが低下すると連関が増えるが，上昇すると連関が減る，という大学生での結果が再現された。

考　察

ストレスが高いとき，人は外界とのチャンネルを少なくして，使えそうなストレス対処資源に心理的エネルギーを集中して使う傾向があると思われるが，こうした傾向はすでに中学生の時からあり，サポートエージェント利用者の状態に応じた柔軟な介入が必要であることが示唆された。

註：開示すべき利益相反にある企業などはない。本研究は，公益財団法人笹川スポーツ財団笹川スポーツ研究助成（課題番号：140A3-005）を受けて実施した研究の一部である。

高ストレスから低ストレスに転じた群（n=18）のMR3因子の有意な因子間相関

低ストレスから高ストレスに転じた群（n=18）のMR3因子の有意な因子間相関

SATO Yasuko,NAGANO Mayumi,ADACHI Minoru)