

## 中学新入運動部員用レジリエンス尺度の作成の試み

上野 雄己・鈴木 平・雨宮 怜

キーワード：レジリエンス 新入運動部員 中学生 運動部活動

**抄録：**本研究の目的は、中学新入運動部員を対象としたレジリエンスの構成要因を探索的に調査し、最終的に中学新入運動部員用レジリエンス尺度を作成することを目的とする。調査対象者は、中学校の運動部活動に所属する中学1年生82名（男性48名，女性34名，平均年齢12.42歳， $SD=0.50$ ）であり，質問紙を用いた集合調査法にて実施した。調査内容は，基本的属性，中学新入運動部員用レジリエンス尺度の原案40項目であった。分析方法としては探索的因子分析（最尤法・Promax回転），ステップワイズ因子分析（最尤法・Promax回転），信頼性分析（Cronbachの $\alpha$ 係数），確認的因子分析（最尤法）を行った。分析の結果，10因子30項目が抽出され，信頼性と妥当性を兼ね備えた中学新入運動部員用レジリエンス尺度が作成された。

### 問題提起と目的

生徒は，運動部活動に参加することで，目標設定スキルやコミュニケーションスキルなどといった心理・社会的スキルを獲得しており（上野・中込，1998），運動部活動は生徒の人間形成に大きな役割を担っている。しかし，今日，運動部活動への参加率は，中学校で64.1%であるの対し，高等学校では49.0%であり，何らかの理由で高等学校において競技から離脱する生徒がいることが考えられる（文部科学省，2011a）。大学進学時には，多くの生徒が離脱することが懸念されており（青木，2001），部活動における人間的成長の営みの契機が失われていることが指摘される。このように，競技から離脱してしまう多くの生徒は，中学校の部活動で経験する対人関係の軋轢や学業との両立，競技不安，病気・ケガなどといったネガティブな出来事がストレスを生み，結果として，身体的・情緒的に消耗し，中学校の途中で退部するもしくは高等学校の入学時に離脱していることが予想される（稲地・千駄，1992；青木，2001）。特に，中学校の運動部活動において暴力や仲間外れなどといったいじめが報告され（石黒・高見，2012），「クラブ活動，部活動等への不適応」は，中学生の不登校を引き起こす直接的な要因の一つ（文部科学省，2011b）であり，学校生活に大きな損害を与えていると言える。さらに，低学年時から部活動でのネガティブな出来事を経験しており，頭痛や不眠，呼吸困難などといった身体的症状や，抑鬱，強迫症状，疲労感などといった精神的症状である青年期不適応に陥っていることが報告されている（高田・田村・石淵・藤永・下山・柚木・黒梅・丹野，1987）。

このような現況の中，近年では，運動部員の不適応問題の解決策・予防策を講じる上で，「レジリエンス (resilience)」の育成が重要視されている。心理学におけるレジリエンスとは，「困

難で脅威的な状況にも関わらず、うまく適応する過程・能力・結果」と定義されている (Masten, Best, & Garmezy, 1990)。特に、ストレスに対して敏感に反応しやすく、傷つきやすくても、そこから回復するレジリエンスを有していれば、心理的適応感の低下が緩和され、精神的健康を損なわないことが報告されている (平野, 2012)。また、レジリエンスの構成要因は、「環境要因」と先天的な要因である「個人内要因」、後天的な要因である「能力要因」に分類され (小花和, 2002; Hiew, Mori, Shimizu, & Tominaga, 2002), 個人のレジリエンスは、さまざまな要因によって構成されることから、誰もが保持し高められるとされている (Grothberg, 2003)。国内においては、2000年代頃から教育心理学、臨床心理学などといった領域でレジリエンスの概念が展開され、メンタルヘルスへの有効性 (e.g., 小塩・中谷・金子・長峰, 2002; 石毛・無藤, 2005) が確認されているが、スポーツ活動や運動部活動におけるレジリエンス研究は他の領域と比較して、少ないことが指摘される。その中で、国内の運動部員を対象としたレジリエンスに関する僅かな研究として、上野・清水 (2012) や上野・雨宮・清水 (2012) は、運動部活動に所属する大学生、高校生に焦点を当てた研究を行い、それらの対象者の発達段階に応じた独自のレジリエンスの構成要因を明らかにし、ストレス反応やバーンアウトに対して負の影響があることを報告している。また、競技成績の高低やレギュラーの地位の高さにもレジリエンスが影響を示すことが明らかにされており、競技パフォーマンスとの関連も示唆されている。また、海外のレジリエンスの研究を概観すると、スポーツ競技者のレジリエンスは、メンタルヘルスの保持・増進 (Yi, Smith, & Vitaliano, 2002; Galli & Vealey, 2008) や、競技パフォーマンスの向上 (Mummery, Schofield, & Perry, 2004; Fletcher & Sarkar, 2012) に肯定的な影響を与えることが検証されている。つまり、運動部員のレジリエンスを向上させることは、生徒のメンタルヘルスの保持・増進だけでなく、競技の継続や競技者としての人生を考える上で重要である。

特に、小泉 (1997) は、中学校移行に伴う不安と期待の中に部活動が含まれると報告し、小学校から中学校への環境移行に伴って派生する、発達の変化や物理的環境の変化が同時並行的に進行するという特徴があり、この2つの変化に対処ができないことで、不登校などの不適応問題へと繋がることを示唆されている (都筑, 2001; 岡田, 2006)。さらに、入部当初において「競技生活に対する戸惑い」といったストレス事象が多く、それ以降「競技力向上への不安」や「対人関係における軋轢」といった要因が増加傾向を示していると報告されている (土屋・中込, 1998)。また、入部半年間の環境移行期において、これらの事象に対する不安や不満が高くなる傾向があり、それに随伴してバーンアウト傾向も上昇すると提言されている。そのため、中学新入運動部員は、他の学年と比較して、部活動を離脱する傾向が高いことが示唆され、部活動という集団のシステムを初めて経験するであろう、生徒に対して心理的な援助を考えなければならない。しかし、今日までに、中学校における運動部活動及び中学新入運動部員を対象としたレジリエンスに関する研究は未だに行われていないことが指摘され、中学新入運動部員のレジリエンスを理解することは、学校生活や運動部活動での適応問題を捉える際に重要であり、不適応問題への予防的アプローチを試みるのが可能となる。また、個人のレジリエン

は、さまざまな要因によって構成されることから (Grotberg, 2003), 中学生という発達段階を念頭に置いたレジリエンスを育てるためにも, 中学新入運動部員独自のレジリエンスの構成要因を測定する指標が必要になることが考えられる。

そこで本研究では, 中学新入運動部員を対象としたレジリエンスの構成要因を探索的に調査することを目的とし, 最終的に中学新入運動部員のレジリエンスを測定する心理尺度の作成を試みる。調査を進めるに際し, 上野他 (2012) が高校運動部員用レジリエンス尺度を作成する際に用いた原案 40 項目を援用し, 中学新入運動部員に適用可能であるか検討を行う。なお, 上野他 (2012) の研究では, 探索的因子分析の結果, 8 因子 24 項目が抽出され, さらに, 信頼性分析及び確認的因子分析の結果, 一定水準の信頼性と妥当性が確認されている。この尺度の原案の項目は, 中学新入運動部員に適した項目内容が含まれており, 今後, 中学新入運動部員のレジリエンスの育成を考える上で, 発達段階での差異を検証することが可能となる。本研究は, 中学新入運動部員という特定の発達段階に焦点を当てることにより, レジリエンスの理解を発展させるとともに, 今後, 新入運動部員のメンタルヘルスの保持・増進を促す上での基礎的研究と位置付け, 研究を進める。

## 方法

### 1. 調査時期

調査時期は, 2012 年 7 月中旬であった。

### 2. 調査対象者

調査対象者は, 首都圏内の中学校の運動部活動に所属する中学 1 年生 89 名であった。得られた回答のうち, 記入漏れ及び記入ミスのあったものを除き, 有効回答だった 82 名 (有効回答率 92.13%, 男性 48 名, 女性 34 名, 平均年齢 12.42 歳,  $SD=0.50$ ) を分析対象とした。

### 3. 調査方法

調査は, 質問紙を用い, 郵送調査法にて実施した。中学校の教頭からの許可を得た上で, 調査に協力を得られる生徒に回答を求め, 所定の封筒を使用して質問紙の郵送を行った。調査の実施にあたり, 倫理的配慮として, 調査は無記名式で行い, 調査への回答は任意であること, 回答しないことにより対象者が不利益を被ることはないこと, 調査の目的や個人情報の保護や研究の趣旨などについてフェイスシート及び依頼文に明記した上で実施した。なお, 郵送調査法では, 150 部の質問紙を配布し, 89 部の返却があった (回収率: 59.33%)。

### 4. 調査内容

#### 1) 基本的属性

フェイスシートにて, 個人属性 (性別・年齢), 及び所属する部活動名を選択式・記述式にて回答を求めた。

#### 2) 中学新入運動部員用レジリエンス尺度の原案

本研究では, 上野他 (2012) が作成した高校運動部員用レジリエンス尺度の原案 40 項目を用いた。この尺度の原案を作成するにあたって, 中学校及び高等学校時代に運動部活動に従事し

ていた都内のA大学に在籍する大学生を対象に自由記述式による質問紙調査を行っている。質問内容として、「あなたは、中学生・高校生のときの部活動において、つらく、苦しい場面に直面したとき、どうやって乗り越えましたか?」という設問について回答を求めている。そのため、高校運動部員を対象とするだけでなく、中学運動部員にも適用可能であることが示唆される。また、高校運動部員用レジリエンス尺度において、予備調査によって作成された原案40項目を用いて、8因子（「チームメイトからの心理的サポート」「顧問の先生からの心理的サポート」「チームの雰囲気」「家族からの心理的サポート」「練習環境の充実」「プレーに対する自省性」「精神的コントロール」「部活動への意欲・挑戦」）24項目を抽出していることから、本研究での差異を確認することによって、高校運動部員との比較検討を行うことが可能であると思われる。以上のことから、中学新入運動部員用レジリエンス尺度（Resilience Scale for New Junior High School Athletes：以下RS-NJHSAと記述）の原案40項目を準備項目として採択した。また、中学生が理解できる項目内容となっているか確認するために、中学校の国語科教諭1名に協力を得た。教示文は、「あなたが部活動で、つらく、苦しいことがあったとき、どのように乗り越えましたか。そのときのあなたの気持ちや行動、部活動の環境について、最もあてはまると思う数字（1-5）に1つ○を付けて下さい。」であった。回答方法は、上野他（2012）に準拠し、「いいえ（1点）」から「はい（5点）」のリッカート式の評定方法による5件法での回答を求めた。

## 5. 分析方法

探索的因子分析に先立ち、標本の妥当性の検討を行うために、Kaiser-Meyer-Olkin（*KMO*）測度とBartlettの球面性検定（*BS*）を行った。次に、仮説設定したRS-NJHSAの40項目に対して、探索的因子分析（最尤法・Promax回転）を行い、尺度の因子構造の検討を行った。また、尺度の信頼性を検証するために、信頼性係数（Cronbachの $\alpha$ 係数）を算出し、各下位尺度の内的整合性を検討し、探索的因子分析で抽出された因子項目をもとに、尺度の構成概念妥当性（因子的妥当性）の検討を確認的因子分析にて実施した。なお、確認的因子分析の推定法は最尤法を用い、モデルの識別性を確保するために、各潜在変数の分散を1に拘束し、誤差変数から観測変数への各パスを1に拘束した。さらに、探索的因子分析の結果による適合度指標が満たされない場合、各因子の項目を精査するため、モデルに一致しない項目を削除するために開発されたステップワイズ因子分析（Stepwise Exploratory Factor Analysis：以下SEFAと記述）を用いた（Kano & Harada, 2000）。その際、初期の探索的因子分析の結果を参考にし、単一因子構造のSEFAを実施することによる各因子の項目選定を行った。SEFAは、因子分析モデルに不適切な項目を統計学的に同定する方法である。SEFAによる因子の抽出方法は、最尤法・Promax回転にて行い、構成概念妥当性を示す適合度指標では、*GFI*（Goodness of Fit Index）、*CFI*（Comparative Fit Index）、*RMSEA*（Roots Mean Square Error of Approximation）を用い、信頼性係数を考慮しつつ項目の選定を行った。また、SEFAにより最終的に抽出された各下位尺度の信頼性係数（Cronbachの $\alpha$ 係数）の算出を行った。さらに、SEFAと探索的因子分析によって抽出された因子構造をもとに、尺度の構成概念妥当性の検討を確認的因子分析（最尤

法)にて実施した。なお、モデルの全体的評価を行うための指標として、*GFI*、*CFI*、*RMSEA*を用いた。

## 結果

RS-NJHSAの質問項目の因子構造を明らかにするために、探索的因子分析に先立ち*KMO*測度と*BS*を調査した結果はいずれも統計的基準を満たす値を示した(*KMO*=.853, *BS*=3544.159,  $p<.001$ )。次に、探索的因子分析(最尤法・Promax回転)の結果、8因子が抽出され、それらの因子パターン値が.35以上を示す計40項目で構成された。次に、RS-NJHSAの各下位尺度の内的整合性を検討するために、Cronbachの $\alpha$ 係数の算出を行った。分析の結果、RS-NJHSAの各下位尺度の $\alpha$ 係数は $\alpha = .808 - .945$ であり、全ての下位尺度において比較的高い水準の信頼性係数を示したことから、本研究で開発されたRS-NJHSAの内的整合性が確認できたものと判断した。RS-NJHSAの探索的因子分析の結果をもとに、因子項目を仮説モデルとして、確認的因子分析による構成概念妥当性の検討を行った。その結果、それぞれ仮定した潜在変数から観測変数へのパス係数は、いずれも十分な値であり、全て統計学的に有意であった。しかし、モデルの適合度を示す各適合度指標の値は、*GFI*=.562, *CFI*=.763, *RMSEA*=.120であり、統計学的な基準を満たさなかった。また、探索的因子分析によって得られた下位尺度を概観すると、二重因子パターン値の項目が複数あり、また各下位尺度を説明する上でも困難であることが考えられた。

そのため、Kano & Harada (2000)に倣い、モデルの適合性の改善や不適切な項目を削除するために、単一因子構造によるSEFAにより項目の精選を行った結果、10因子各3項目の計30項目での構造が最も高い適合度を示し、全ての項目において因子パターン値は.55以上であった(Table1)。しかし、SEFAによって抽出された各下位尺度のCronbachの $\alpha$ 係数は $\alpha = .810 - .960$ と十分な値を示したが、モデルの適合度を示す各適合度指標の値は*GFI*=.702, *CFI*=.886, *RMSEA*=.097を示し、本研究の妥当性の結果から*GFI*、*CFI*、*RMSEA*の基準値を満たさなかった(山本・小野寺, 2000; 室橋, 2007)。豊田(1998)によれば、観測変数の値が30を超えるような自由度の大きなモデルでは、*GFI*の値が高くなくても、そのことのみでモデルを捨て去る必要はないと主張している。その際、自由度の影響がある適合度指標である*GFI*は使用せずに、*RMSEA*といった1自由度あたりの適合の指標を参照すれば、客観的な基準をクリアすることができるとしている(豊田, 2002)。さらに、田部井(2001)によると、*RMSEA*の値は.10までの範囲はグレーゾーンとされており、豊田・真柳(2001)の研究では、*RMSEA*の値が.097でモデルを採用している。本研究の確認的因子分析モデルにおいて、観測変数の数が30個であったことから、これらの適合度指標の値が低下していることが考えられ、*RMSEA*が許容範囲内を示したことから、構成概念妥当性があると判断した。

第1因子は、「チームメイトは、うまくいかないとき、はげましてくれる」や、「チームメイトは、こまったとき、助けてくれる」などといった項目内容から構成されるため、「チームメイトからのサポート」と命名した。第2因子は、「顧問の先生は、部活動でつらいとき、相談にの

Table1 中学新入運動部員用レジリエンス尺度 (RS-NJHSA) のSEFAの結果

下位尺度および項目	因子パターン値
<b>F1: チームメイトからのサポート</b> ( $\alpha=.934$ )	
チームメイトは、こまったとき、助けてくれる	.971
チームメイトは、うまくいかないとき、はげましてくれる	.910
チームメイトは、練習中のつらいとき、声をかけてくれる	.850
<b>F2: 顧問教諭からのサポート</b> ( $\alpha=.898$ )	
顧問の先生は、部活動でつらいとき、相談にのってくれる	.923
顧問の先生は、部活動で不安になったとき、アドバイスをくれる	.850
顧問の先生は、練習で苦しいとき、応援してくれる	.822
<b>F3: 家族からのサポート</b> ( $\alpha=.870$ )	
私の家族は、部活動でなやんでいるとき、話を聞ってくれる	.855
私の家族は、部活動でいそがしいとき、手伝ってくれる	.830
私の家族は、部活動でつかれて帰ったとき、いやしてくれる	.809
<b>F4: チーム効力感</b> ( $\alpha=.928$ )	
私のチームは、どんなにつらいことがあっても、皆でチャレンジし続けられる	.952
私のチームは、うまくいかないことがあっても、皆で1つとなって乗り越えられる	.942
私のチームは、どんなに苦しいときでも、皆で目標に向かってがんばれる	.814
<b>F5: 練習環境の充実度</b> ( $\alpha=.909$ )	
部活動を指導できる顧問の先生がいる	.915
試合成績を良くするための練習メニューがたくさんある	.895
練習をするのに必要な道具がそろっている	.825
<b>F6: 自省力</b> ( $\alpha=.960$ )	
練習でミスしたとき、こうすればよかったと反省している	.976
プレーで失敗したとき、自分のどこが悪かったかを考える	.941
試合に負けたことから学ぶことはたくさんあると思う	.913
<b>F7: 忍耐力</b> ( $\alpha=.875$ )	
つらい気持ちのときでもがまんしている	.976
からだがつらいときでもがまんしている	.887
ケガや病気になりにくい	.673
<b>F8: 粘り強さ</b> ( $\alpha=.810$ )	
試合中、負けていてもプラスに考えられる	.882
試合でミスしても、気持ちを切り替えられる	.886
練習での失敗をあまり気にしない	.563
<b>F9: 状況分析能力</b> ( $\alpha=.846$ )	
どんなに苦しい試合のときでも、勝てる方法を考えている	.980
試合で調子が悪いときでも、自分ができるプレーをしている	.842
部活動の問題を解決するために、積極的に取り組んでいる	.607
<b>F10: チャレンジ精神</b> ( $\alpha=.848$ )	
練習でつらいことがあっても、あきらめずにチャレンジしている	.892
部活動で達成したい具体的な目標を持っている	.864
いろんな練習方法を試している	.674

ってくる」や、「顧問の先生は、部活動で不安になったとき、アドバイスをくれる」などといった項目内容から構成されるため、「顧問教諭からのサポート」と命名した。第3因子は、「私の家族は、部活動でいそがしいとき、手伝ってくれる」や、「私の家族は、部活動でなやんでいるとき、話を聞いてくれる」などといった項目内容から構成されるため、「家族からのサポート」と命名した。第4因子は、「私のチームは、どんなにつらいことがあっても、皆でチャレンジし続けられる」や、「私のチームは、うまくいかないことがあっても、皆で1つとなって乗り越えられる」などといった項目内容から構成されるため、「チーム効力感」と命名した。第5因子は、「部活動を指導できる顧問の先生がいる」や、「練習をするのに必要な道具がそろっている」などといった項目内容から構成されるため、「練習環境の充実度」と命名した。第6因子は、「プレーで失敗したとき、自分のどこが悪かったかを考える」や、「練習でミスしたとき、こうすればよかったと反省している」などといった項目内容から構成されるため、「自省力」と命名した。第7因子は、「つらい気持ちのときでもがまんしている」や、「からだがつらいときでもがまんしている」などといった項目内容から構成されるため、「忍耐力」と命名した。第8因子は、「試合中、負けていてもプラスに考えられる」や、「試合でミスしても、気持ちを切り替えられる」などといった項目内容から構成されるため、「粘り強さ」と命名した。第9因子は、「どんなに苦しい試合のときでも、勝てる方法を考えている」や、「試合で調子が悪いときでも、自分ができるプレーをしている」などといった項目内容から構成されるため、「状況分析能力」と命名した。第10因子は、「練習でつらいことがあっても、あきらめずにチャレンジしている」や、「部活動で達成したい具体的な目標を持っている」などといった項目内容から構成されるため、「チャレンジ精神」と命名した。

## 考察

本研究では、中学新入運動部員のレジリエンスの構成要因に着目し、中学新入運動部員のレジリエンスを測定する心理尺度の作成を行った。SEFAの結果、10因子各3項目（計30項目）が抽出され、また信頼性分析及び確認的因子分析により、一定水準の信頼性と妥当性を兼ね備えた、中学新入運動部員のレジリエンスを測定するRS-NJHSAが開発された。本研究で作成されたRS-NJHSAにおいて、因子を構成する項目内容が高校運動部員と差異が生じており、新たに「忍耐力」「状況分析能力」の因子が確認された。そのため、中学新入運動部員の発達段階を考慮してレジリエンスを捉える際には、高校運動部員のレジリエンスの要因に加え、心理的・身体的な忍耐強さや、状況に合わせた分析や行動といった2要因が必要とされ、これらは、中学新入運動部員独自のレジリエンスであることが推察される。さらに、これらの要因を持ち合わせることで、運動部活動において経験する困難な状況において、回復を導く過程において適切に機能することが考えられる（上野・清水，2012；上野他，2012）。中学生のレジリエンスは、ストレス反応の低減や自己成長感の獲得に寄与し、思春期に呈しやすい多様なストレス反応に対して、思春期の発達段階のさまざまな実態に適合し、広範囲に有機的に機能していることが報告されている（石毛・無藤，2005；金井・内田，2005）。しかし、レジリエンス現象は、レジ

レジリエンス諸要因の内、いくつかの要因が組み合わされることで十分に発現することが指摘され (Wolin & Wolin, 1993 ; Grotberg, 2003), これらのレジリエンスの要因が全て作用するのではなく、危機的場面によって、作用するレジリエンスの要因が異なることが考えられる。そのため、対人関係の軋轢や学業との両立、競技不安、病気・ケガなどといった危機的場面の状況に応じた、レジリエンスの要因の構造化を検証することで、中学新入運動部員の回復過程を明らかにすることができると思われる。また、中学校の運動部活動場面において、レジリエンスの概念を応用するのであれば、レジリエンスと関連がある自己成長感や自尊感情、時間的展望力に着目し、スポーツ活動経験の意義を考える機会を与えること、パフォーマンスの賞賛、ミーティングなどにおける目標設定の仕方を指導したりすることが、運動部員のレジリエンスを育むのに有効であることが示唆される (葛西・渋江・宮本・松田, 2010)。さらに、運動部活動における環境要因のレジリエンスを向上させるために、学校全体の連携やサポート体制の充実に加え、部活動における明確な目標や役割意識が共有することや、顧問教諭としての専門性の向上が図られることなどいくつかの要因を検討する必要があると思われる。

しかし、本研究の限界として、尺度作成を行う上での調査対象者が少ないことや運動部員の競技レベル、性差などといった個人特性を考慮した調査が行われていないことが考えられ、分析及び調査上での問題が挙げられる。そのため、今後の研究においては、本研究における研究方法の限界を参考にして、調査方法を見直し、追試研究を行う必要がある。また、本研究での知見を生かし、中学新入運動部員の性別、競技レベルなどの個人的属性の比較検討や、レジリエンスと関連がある精神的健康や自尊感情などといった心理指標との関係性を明らかにし、RS-NJHSAの妥当性の検証をしなければならない。さらに、個人のレジリエンスは、誰もが身につけられる精神的回復力であると言われているが、年齢に強く影響することが報告されており、レジリエンスを導く多様な要因の中には、後天的に身につけやすい要因と、そうでない要因があることが示唆されている (石毛・無藤, 2006 ; 平野, 2010 ; American Psychological Association, 2013)。Grotberg (1999) は、およそ8歳未満の子どもにおいては、「周囲から提供される要因」が、8歳以上においては「獲得される要因 (能力要因)」が、また生涯にわたって「個人内要因」がレジリエンス全般の機能に影響することを主張している。そのような中で、スポーツ活動の環境自体に、生徒が困難に立ち向かう上で、効果的に機能し得る様々な資源を有しており、部活動におけるさまざまな問題の解決に主体的に取り組むことで、レジリエンスの構成要因である能力要因や環境要因を高めることができると言及されている (渋谷, 2012)。また、スポーツ活動経験が、レジリエンスに強く影響し、特にレジリエンスの肯定的な未来志向に、スポーツ成長感と時間的展望体験に大きく影響している (葛西・渋江・宮本・松田, 2010)。さらに、国際大会に出場している大学生アスリートを対象に、3年間の縦断的研究の結果、1年目と比較して3年目の方がレジリエンスの得点が有意に向上していることが報告されており (今村・山本・出水・徳島・谷川・乾, 2012)、スポーツ競技を通して、レジリエンスを獲得していることが考えられる。そのため、今後は、中学校から大学までの運動部活動に所属している部員を対象とした、レジリエンスの獲得的プロセスを明らかにし、それぞれの発達段階にお



ける運動部員の特徴を考慮したレジリエンスの介入プログラムの開発及び効果の検証を行うことが必要である。

## 謝辞

本研究は「平成 23 年度神奈川体育学会研究費補助金」を受けて実施されました。神奈川体育学会を始め、協力していただいた関係者の皆様に心より御礼申し上げます。本研究を実施するに当たり、快く質問紙調査にご協力をいただきました宇都宮大学教育学部附属中学校の運動部員の皆様に、心より御礼を申し上げます。また、質問紙調査に絶大なるご協力をいただきました宇都宮大学教育学部附属中学校の高橋重年先生に、厚く御礼を申し上げます。

## 文献

- 青木邦男 (2001). 青少年の運動部活動からのドロップアウト—その予防・対策としての有能感・適応感に焦点づけて— 体育の科学, 51 (5), 342-348.
- American Psychological Association (2013). The Road to Resilience. <<http://www.apa.org/helpcenter/road-resilience.spx>> (January 26, 2013)
- Hiew, C. C., Mori, T., Shimizu, M., & Tominaga, M. (2000). Measurement of resilience development: preliminary results with a state-trait resilience inventory. 広島大学大学院教育学研究科学習開発研究, 1, 111-117.
- Fletcher, D., & Sarkar, M. (2012). A grounded theory of psychological resilience in Olympic champions. *Psychology of Sport and Exercise*, 13 (5), 669-678.
- Galli, N., & Vealey, R. S. (2008). "Bouncing back" from adversity: athletes' experience of resilience. *Sport Psychologist*, 22 (3), 316-335.
- Grotberg, E. H. (1999). Tapping your inner strength: How to find the resilience to deal with anything. New Harbinger Publication.
- Grotberg, E. H. (2003). What is resilience? How do you promote it? How do you use it? In Grotberg, E. H. (Ed.), *Resilience for today: gaining strength from adversity*, 2nded. Westport, CT: Praeger Publishers.
- 平野真理 (2010). レジリエンスの資質的要因・獲得的要因の分類と試み—二次元レジリエンス要因尺度 (BRS) の作成— パーソナリティ研究, 19 (2), 94-106.
- 平野真理 (2012). 心理的敏感さに対するレジリエンスの緩衝効果の検討—ももとの「弱さ」を後天的に補えるか— 教育心理学研究, 60 (4), 343-354.
- 今村律子・山本勝昭・出水忠・徳島了・谷川知士・乾真寛 (2013). 大学生アスリートのレジリエンス傾向: S-H レジリエンス尺度からみたレジリエンス能力の検討 福岡大学スポーツ科学研究, 43, 57-69.
- 稲地裕昭・千駄忠至 (1992). 中学生の運動部活動における退部に関する研究—退部因子の抽出と退部予測尺度の作成— 体育学研究, 37 (1), 55-68.
- 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—受験期の学業場面に着目して— 教育心理学研究, 53 (3), 356-367.
- 石毛みどり・無藤隆 (2006). 中学生のレジリエンスとパーソナリティとの関連 パーソナリティ研究, 14 (3), 266-280.
- 石黒由美子・高見和至 (2012). 中学生におけるいじめの様態と運動部活動の関連 日本体育学会予稿集, 63, 129.

- 角藤詩織・無藤隆 (2001). 部活動継続者にとっての中学校部活動の意義—充実感・学校生活への満足度とのかかわりにおいて— 心理学研究, 72 (2), 79-86.
- 葛西真記子・洪江裕子・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, 11, 39-50.
- Kano, Y., & Harada, A. (2000). Stepwise variable selection in factor analysis *Psychometrika*, 65 (1), 7-22.
- 加藤久・石井源信 (1999). 中学サッカー選手の日常・競技ストレスに関する研究 スポーツ心理学研究, 26 (1), 29-45.
- 金井幸光・内田一成 (2005). 思春期におけるレジリエンスの構成要因の因果関係についての臨床的研究. 上越教育大学心理教育相談研究, 4, 1-14.
- 小泉令三 (1997). 小・中学校での環境移行事態における児童・生徒の適応過程中学校入学・転校を中心として— 風間書房.
- 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.
- 文部科学省 (2011a). スポーツ振興基本計画関係基礎データ <[http://www.mext.go.jp/b\\_menu/shingi/chukyo/chukyo5/009/gijiroku/\\_icsFiles/afiedfile/2011/09/01/1310024\\_07.pdf](http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo5/009/gijiroku/_icsFiles/afiedfile/2011/09/01/1310024_07.pdf)> (November 7, 2013)
- 文部科学省 (2011b). 平成23年度「児童生徒の問題行動等生徒指導上の諸問題に関する調査」について <[http://www.mext.go.jp/b\\_menu/houdou/24/09/\\_icsFiles/afiedfile/2012/09/11/1325751\\_01.pdf](http://www.mext.go.jp/b_menu/houdou/24/09/_icsFiles/afiedfile/2012/09/11/1325751_01.pdf)> (November 7, 2013)
- Mummary, W. K., Schofield, G. & Perry, C. (2004). Bouncing back: the role of coping style, social support and self-concept in resilience of sport performance. *Athletic Insight : Online Journal of Sport Psychology*, 6 (3), 1-18.
- 小花和 Wright 尚子 (2002). 幼児期の心理的ストレスとレジリエンス 日本生理人類学会誌, 7, 25-32.
- 室橋弘人 (2007). 適合度指標 豊田秀樹 (編) 共分散構造分析 [Amos編] 東京図書, pp.236-245.
- 岡田有司 (2006). 中学1年生における学校適応過程についての縦断的研究 心理科学, 26 (1), 67-78.
- 長田春香・岩本文月・大森加奈子・岡田洋子・蒲原由紀・筒井祥子・松井希代子・関秀俊 (2006). 中学生の日常的ストレスにおけるレジリエンスの意義 小児保健研究, 65 (2), 246-254.
- 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.
- 洪倉崇行 (2012). 体を動かすことで「立ち直る力」を育む 教育と医学, 60 (7), 624-631.
- 田部井明美 (2001). SPSS完全活用法共分散構造分析 (Amos) によるアンケート処理 東京図書, pp.145-146.
- 高田知恵子・田村宏・石淵真理子・藤永隆・下山定利・柚木仁・黒梅恭芳・丹野義彦 (1987). 部活動体験による青年期不適応について—事例検討— 群馬大学医療技術短期大学部紀要, 8, 37-45.
- 豊田秀樹 (1998). 共分散構造分析 [入門編] —構造方程式モデリング— 朝倉書店.
- 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.
- 豊田秀樹・真柳麻誉美 (2001). 繰り返し測定を伴う実験のための因子分析モデル—アイスクリームに関する官能評価— 行動計量学, 28 (1), 1-7.
- 土屋裕陸・中込四郎 (1998). 大学新入運動部員をめぐるソーシャル・サポートの横断的検討—バーナウト抑制に寄与するソーシャル・サポートの活用法— 体育学研究, 42, 349-362.
- 都筑学 (2001). 小学校から中学校への進学に伴う子供の意識変化に関する短期的縦断的研究 心理科学, 22 (2), 41-54.
- 上野耕平・中込四郎 (1998). 運動部活動への参加による生徒のライフスキル獲得に関する研究 体育

- 學研究, 43 (3), 33-42.
- 上野雄己・清水安夫 (2012). スポーツ競技者のレジリエンスに関する研究—大学生スポーツ競技者用心理的レジリエンス尺度の開発による検討— スポーツ精神医学, 9, 68-85.
- 上野雄己・雨宮怜・清水安夫 (2012). 高校運動部員のレジリエンスはバーンアウトを予防する心理的規定要因となるのか? 第16回神奈川体育学会大会予稿集, 12.
- 山本嘉一郎・小野寺孝義 (2000). 共分散構造分析とその適用 山本嘉一郎・小野寺孝義 (編) Amos による共分散構造分析と解析事例 ナカニシヤ出版, pp. 1-22.
- 吉村斉 (1997). 学校適応における部活動とその人間関係のあり方—自己表現・主張の重要性— 教育心理学研究, 45 (3), 337-345.
- Wolin, S. J. & Wolin, S. (1993). *Bound and determined: Growing up resilient in a troubled family*. New York: Villard Press.
- Yi, J. P., Smith, R. E., & Vitaliano, P. P. (2005). Stress-resilience, illness and coping: A person-focused investigation of young women athletes. *Journal of Behavioral Medicine*, 28, 257-265.