

# 青年期における感情可変性信念とレジリエンスの関連について

○小林未奈<sup>1</sup>・#利光恵<sup>2</sup>・#神谷真由美<sup>1</sup>

(<sup>1</sup>比治山大学大学院現代文化研究科, <sup>2</sup>西九州大学スポーツ健康福祉学科)

## 問題

青年期は、認知的能力が複雑に発達する一方で、衝動制御が困難になることが知られている（出野, 2021）。加えて、この時期は心身の変化や自立に向けた発達課題が主なることによって、心理的な脆弱性が高まる時期でもある。この時期特有の心理的特性として、感情の不安定さと衝動性の高まりが挙げられる（江上, 2011；松木, 2017）。

こうした背景を踏まえ本研究では、「感情は変えられる」という信念である感情可変性信念が青年期の心理的適応力（レジリエンス）とどのような関係を有するかを検討する。

## 方法

**研究協力者** 大学生 204 名に質問紙調査を行い、190 名（男性 76 名、女性 114 名）の回答を有効とした（有効回答率 93.1%）。平均年齢は 20.4 歳（ $SD = 1.01$ ）であった。

**手続き** 2024 年 8 月～10 月に Google フォームによる Web 上調査にて実施した。

## 質問紙の構成

**感情可変性信念** The Implicit Theories of Emotion Scale (Tamir et al., 2007) の日本語版（庵野・本多・小林・中尾, 2022）の 4 項目を使用した。本尺度は「増大理論」2 項目と「固定理論」2 項目（逆転項目）からなる 1 因子 4 項目で構成されており、得点が高いほど感情を変えられるという増大的信念が強いことを示す。

**レジリエンス** 大学生用レジリエンス尺度（齊藤・岡安, 2010）の 25 項目を使用した。「コンピテンス」「ソーシャルサポート」「肯定的評価」「親和性」「重要な他者」の 5 因子から構成される。両尺度とも「1: 全く当てはまらない」～「7: とても当てはまる」の 7 件法で回答を求めた。

## 結果

増大理論および固定理論とレジリエンスの下位尺度との関連を検討するため、HAD18.0（清水, 2016）を用いてピアソンの積率相関係数を算出した。

その結果、増大理論はコンピテンス ( $r = .23, p < .01$ ) およびソーシャルサポート ( $r = .15, p < .05$ ) と有意な正の相関を示した。一方で、肯定的評価 ( $r = .10$ )、親和性 ( $r = .12$ )、重要な他者 ( $r = .10$ ) とは有意な関連は認められなかった。固定理論については、いずれの下位尺度とも有意な相関は認められなかった（コンピテンス  $r = .02$ , ソーシャルサポート  $r = -.06$ , 肯定的評価  $r = .05$ , 親和性  $r = -.05$ , 重要な他者  $r = -.04$ ）。

Table1 ピアソンの積率相関分析の結果

	1	2	3	4	5	6	7
1.可変性	1						
2.固定性	-.45**	1					
3.コンピテンス	.23**	.02	1				
4.ソーシャルサポート	.15*	-.06	.49**	1			
5.肯定的評価	.10	.05	.61**	.33**	1		
6.親和性	.12	-.05	.55**	.54**	.54**	1	
7.重要な他者	.10	-.04	.32**	.59**	.24**	.30**	1

\*\* $p < .01$ , \* $p < .05$ , † $p < .10$

## 考察

本研究では、増大理論がレジリエンスの下位尺度である「コンピテンス」「ソーシャルサポート」と有意に関連することが示された。感情は変化可能であるという信念をもつことで、自らの感情や行動を主体的に調整できるという感覚（自己効力感）が高まり、他者との関係においても柔軟に適応できるようになると考えられる。この結果は、Tamir et al. (2007) や Yeager & Dweck (2012) が示した「感情は変化可能であるという信念が、自己効力感や社会的適応を高める」という知見を裏付ける結果であると考えられる。