青年期における時間的展望とレジリエンスとの関連

大石郁美*・岡本祐子*

The relationship between time perspective and resilience in adolescence

Ikumi Oishi* and Yuko Okamoto*

The purpose of this study was to examine the relationship between time perspective and resilience in adolescence. 116 university students completed two kinds of questionnaires which measured their experiential time perspective and resilience. Resilience was considered as an index of stable mental health in this study. The results were as follows, (1) there were positive correlations between positive time perspective and resilience. Especially, there was a strong, positive correlation between future time perspective and resilience. (2)Adolescents with positive time perspective from the past to the future were generally stable and having good mental health.

Key Words: time perspective, resilience, adolescence.

問題と目的

Lewin(1951 猪俣訳 1979)は，青年期は時間的展望を拡大する時期であるとともに時間的展望の分化期であるとし，未来の生活空間において現実と非現実の水準が漸次分化し，時間的展望を再構築しなければならないと述べている。時間的展望とは「ある一定の時点における個人の心理的過去および未来についての見解の総体（Lewin, 1951 猪俣訳 1979)」と定義される。青年期においては，職業選択を迫られ，現実的な視点から未来の決定とそれに対する準備を行わなければならないため，過去・現在・未来の捉え直しが必要になってくる。Erikson（1959 小此木訳 1973）も青年期の主題としている「アイデンティティ　対　アイデンティティの拡散」の構成要因として「時間的展望　対　時間的拡散」を挙げている。青年がこれまでの成育史から自分という存在を確立し，現在の自分を社会の中に位置づけ，これからどこへ向かって進んでいくかを決定する，つまり，アイデンティティの確立において時間的展望は重要な役割を果たすと考えられる。時間的展望は幅広い概念であり，過去・現在・未来の広がり，関連性，どの程度出来事を想起するのかなどの認知的側面，過去・現在・未来に対してどのような感情を抱き，どのような評価を行うかなどの感情・評価的側面，動機づけにどのような影響を与えるかなどの欲求・動機的側面の3つの側面があるとされる。先行研究

*広島大学大学院教育学研究科（Graduate School of Education, Hiroshima University）

において，同一性達成地位は，過去・現在・未来に対して肯定的なイメージを持ち，同一性拡散地位は，過去・現在・未来に対して否定的なイメージを持っていることが明らかにされている（都筑，1993）。また，日潟・齊藤（2007）は，時間的展望と精神的健康（GHQ28）の関連を検討し，過去・現在・未来の全てに肯定的な時間的展望を持つ者は精神的健康が高く，過去・現在・未来の全てに否定的な時間的展望を持つ者は精神的健康が低いという結果を得ている。ここから，時間的展望の3つの側面の中でも感情・評価的側面が青年期の適応や精神的健康と関連していると考えられる。

しかし，時間的展望と精神的健康の関連を検討した研究の多くは，ある時点における一時的な精神的健康を用いているため，その後ストレスやネガティブな出来事が起こった場合に精神的健康が損なわれてしまう可能性がある。つまり，ある時点において精神的に健康であったとしても，そのまま精神的健康が持続するかどうかを調べることは難しいということになる。実際，個人の成長，発達の過程においては，さまざまな困難に直面する機会が多く，個人の精神的健康に深刻な影響をもたらすことがこれまで多くの研究で指摘されている。従来のストレス研究においては「何が傷つきやすくするのか」を知ることで，ストレス反応の生起の防止，予防に役立てようという考え方に立っていた。これに対して近年，諸外国で「何が傷つきやすくなくさせるのか」を知ることによって，ストレス反応の生起に対する効果的な介入や予防の方法を探ろうという考え方からレジリエンスという概念が注目されている（宮地，2004）。本研究では，レジリエンスを「ストレスフルな状況でも精神的健康を維持する，あるいは回復に導く心理的特性（石毛・無藤，2005）」と定義し，精神的健康の指標として用いる。レジリエンスはそれ自体，精神的健康の内容を含むが，幸福感や満足感などより安定しており，ストレスフルな事態でこれらの健康的な状態をつくり出す働きをする（石毛・無藤，2005）ことから，個人の安定した精神的健康の測定を可能にすると考える。時間的展望とレジリエンスとの関連は未だ検討されていないが，レジリエンスの定義に「維持」，「回復」という時間的要素が含まれていることを考慮すれば，過去・現在・未来での自己のあり方，すなわち時間的展望がレジリエンスと密接に関連していることが予想される。

時間的展望の過去展望・現在展望・未来展望はそれぞれどのようにレジリエンスと関連しているのであろうか。勝俣（1995）は時間的展望についてリボンモデルを構造化し，過去・現在・未来の関係を示した。リボンモデルとは，過去展望，現在展望および未来展望の3つの展望の関係をフィードバックとフィードフォワードの考え方を適用しながら構造化した時間的展望のモデルである。過去展望はフィードバック機構を含み現在の評価の基準となる。未来展望はフィードフォワード機構を含み期待・予期となる。そして，それらにはポジティブなものとネガティブなものがあり現在において統合されるとしている。つまり，時間的展望の各時制は独立しているのではなく，現在を中心に相補的関係にあるといえる。そのため，過去，未来をポジティブに評価することは現在をポジティブに評価することにつながると考えられる。したがって，時間的展望の全ての時制がレジリエンスと関連していることが推測される。また，勝俣（1995）は適応的な時間的展望モデルは，①時間の流れの中で，過去展望，現在展望，及び未来展望が適度に区分されながら統合されており（一貫性），②過去展望においてはポジティブフィードバック（ネガティブな経験や状態からも何かを学びとり，ポジティブに認知すること）がなされ，現在展望を媒介にして未来に対するポジティブフ

ィードフォワード（目標の設定，期待，希望などのポジティブな未来予測）がなされるとともに，常に，その連鎖が継続されている場合であると述べている。ここから，どのような時間的展望をもつ人が精神的健康を維持・回復できるのかを検討するためには，過去展望・現在展望・未来展望のそれぞれとの関連だけではなく，各展望の組み合わせとの関連も検討する必要があると考えられる。

以上より，本研究では，時間的展望が安定した精神的健康とどのように関連しているかを明らかにするために，レジリエンスを取り上げ，青年期における時間的展望とレジリエンスとの関連を検討することを目的とする。また，その際過去展望・現在展望・未来展望のそれぞれとの関連にとどまらず，各展望の組み合わせとの関連も検討する。

本研究では，勝俣（1995）の適応的な時間的展望モデルに基づき仮説を以下のようにたてた。

仮説１　過去・現在・未来のそれぞれの肯定的な時間的展望がレジリエンスと正の相関を示す

仮説２　過去・現在・未来の全てに肯定的な時間的展望を持つ者は，３つの展望のいずれかに否定的な時間的展望を持つ者よりもレジリエンスが高い

方法

調査対象者　大学生 123 名に調査を実施したうち，有効回答が得られた 116 名（男性 27 名，女性 89 名）を分析対象とした。年齢は 18～24 歳（平均年齢 19.49 歳）であった。

調査時期　2008 年 6 月

調査内容（1）時間的展望体験尺度（白井，1994；1997）：「過去受容」（4 項目），「現在充実」（5 項目），「目標指向性」（5 項目）「希望」（4 項目）の 4 つの下位尺度からなり計 18 項目。5 件法で「とても当てはまる」から「全く当てはまらない」とした。

（2）レジリエンス尺度（石毛・無藤，2005）：自分の判断や行動を見直して自ら問題解決しようとする自立的傾向を表す「意欲的活動性」（11 項目），ネガティブな心理状態を立て直すために他者との関係を基盤にしようとする心性を表す「内面共有性」（6 項目），物事をポジティブに考える傾向を表す「楽観性」（4 項目）の 3 つの下位尺度からなり計 21 項目。回答形式は，「よくあてはまる」から「まったくあてはまらない」の 4 件法とした。

手続き　大学の講義にて質問紙を配布し，受講生に回答を依頼した。教示後，質問紙への記入を求め，その場で回収した。

結果

１．時間的展望体験尺度とレジリエンス尺度の因子分析

時間的展望体験尺度とレジリエンス尺度のそれぞれに対し，固有値を 1 に設定して因子分析を行った（主因子法・プロマックス回転）。時間的展望体験尺度においては，結果から 3 因子解が妥当と判断し，因子数を 3 にして再度因子分析を行った。その結果，2 つの因子において.40 以上の因子負荷量を示した“私には未来がないような気がする（項目 14）”を除外し，3 因子 17 項目が抽出された。第 1 因子 8 項目を「希望」と「目標指向性」の項目であることから「未来指向性」，第 2 因子 4 項目を「現在充実」，第 3 因子 5 項目を「過去受容」と命名した（Table1）。

レジリエンス尺度においては，結果から 4 因子が妥当と判断し，因子数を 4 にして再度因子分析

を行った。その結果，因子負荷量が.40 に満たない「つらい経験から学ぶことがあると思う（項目15)」を除外し，4 因子 20 項目が抽出された。第 1 因子 6 項目を「内面共有性」，第 2 因子 6 項目を「内省性」，第 3 因子 4 項目を「楽観性」，第 4 因子 4 項目を「遂行性」と命名した（Table2）。石毛・無藤（2005）の中学三年生を対象にした調査ではレジリエンス尺度は「意欲的活動性」，「内面共有性」，「楽観性」の 3 因子構造であった。本研究の調査では，「意欲的活動性」が自分の判断や行動を見直そうとする心性である「内省性」と，困難に対して音を上げず自ら取り組もうとする態度である「遂行性」に分離し，4 因子構造が示された。

Table 1
時間的展望体験尺度の因子分析結果（主因子法・プロマックス回転後）

項目		$F1$	$F2$	$F3$
因子Ⅰ：未来指向性（α=.895）				
1 私にはだいたいの将来計画がある。		.966	-.116	-.197
9 私には，将来の目標がある。		.853	-.027	-.155
13 私の将来は漠然としていてつかみどころがない。＊		.728	-.118	.022
10 自分の将来は自分できりひらく自信がある。		.725	.094	.004
5 将来のためを考えて今から準備していることがある。		.722	.046	-.043
17 将来のことはあまり考えたくない。＊		.606	-.127	.249
6 10年後，私はどうなっているのかよくわからない。＊		.599	.002	.024
2 私の将来には，希望がもてる。		.585	.218	.028
因子Ⅱ：現在充実（α=.813）				
3 毎日の生活が充実している。		-.041	.843	-.057
15 毎日がなんとなく過ぎていく。＊		.149	.778	-.083
7 今の生活に満足している。		-.141	.721	.025
11 毎日が同じことのくり返しで退屈だ。＊		-.040	.653	.012
因子Ⅲ：過去受容（α=.737）				
12 私の過去はつらいことばかりだった。＊		-.091	-.114	.856
16 私は過去の出来事にこだわっている。＊		-.110	.060	.596
8 過去のことはあまり思い出したくない。＊		-.067	-.081	.558
4 私は，自分の過去を受け入れることができる。		.209	.046	.564
18 今の自分は本当の自分ではないような気がする。＊		.039	.317	.407
因子間相関	$F1$	-		
	$F2$	.485	-	
	$F3$	.154	.357	-

＊ 逆転項目

Table 2
レジリエンス尺度の因子分析結果(主因子法・プロマックス回転後)

項目		F1	F2	F3	F4
因子Ⅰ：関係志向性（α=.860）					
6 つらいときや悩んでいるときは自分の気持ちを人に話したいと思う。		.910	-.040	.110	.050
17 寂しいときや悲しいときは自分の気持ちを人に聞いてもらいたいと思う。		.803	-.138	-.056	.186
8 自分の考えを人に聞いてもらいたいと思う。		.784	.054	-.002	-.021
7 迷っているときは人の意見を聞きたいと思う。		.725	.242	.037	-.190
18 うれしくてたまらないときは自分の気持ちを人に話したいと思う。		.571	-.180	.082	.018
19 人からの助言は役立つと思う。		.438	.169	.148	-.087
因子Ⅱ：内省性（α=.769）					
13 困ったことが起きるとその原因を考える。		-.013	.804	-.160	-.004
12 なぜそうしたのか行動を見直すことがある。		.029	.763	-.113	.023
11 失敗したとき自分のどこが悪かったか考える。		.136	.697	.092	-.190
4 自分の判断は適切か考えるほうだ。		-.080	.586	-.305	-.005
16 何かを考えるとさまざまな角度から考える。		-.083	.448	.142	.104
14 困ったとき自分ができることをまずやる。		-.074	.409	.285	.146
因子Ⅲ：楽観性（α=.751）					
9 なにごとも良いほうに考える。		.111	-.183	.857	-.194
20 困ったことが起きてもよい方向にもっていく。		-.175	.127	.815	-.011
21 困ったときふさぎ込まないで次の手を考える。		.025	.079	.571	.214
10 困ったとき考えるだけ考えたらもう悩まない。		.039	-.293	.524	.057
因子Ⅳ：遂行性（α=.780）					
2 失敗してもあきらめずにもう一度挑戦する。		-.005	.078	.038	.775
3 やり始めたことは最後までやる。		-.089	-.080	-.144	.745
5 決めたら必ず実行する。		.052	-.115	.014	.701
1 難しいことでも解決するために色々な方法を考える。		.122	.304	.062	.454
因子間相関	F1	-			
	F2	.127	-		
	F3	.113	.327	-	
	F4	.161	.431	.442	-

2．時間的展望とレジリエンスとの関連

時間的展望体験尺度とレジリエンス尺度の因子得点をもとに相関係数を算出した結果，時間的展望体験尺度の下位尺度である「未来指向性」とレジリエンス尺度のすべての下位尺度，時間的展望体験尺度の「現在充実」と「内面共有性」，「楽観性」，「遂行性」，時間的展望体験尺度の「過去受容」と「楽観性」の間に有意な正の相関がみられた（Table3）。ここから，時間的展望体験尺度のすべての下位尺度とレジリエンスは関連しており，特に「未来指向性」とレジリエンスとの関連が強いことが示された。したがって，過去・現在・未来の時間的展望のそれぞれがレジリエンスと正の相関を示すという仮説は一部支持された。

Table 3
時間的展望体験尺度とレジリエンス尺度との相関

	レジリエンス尺度			
時間的展望体験尺度	内面共有性	内省性	楽観性	遂行性
未来指向性	.254**	.414**	.408**	.492**
現在充実	.231*	.081	.388**	.346**
過去受容	.024	.008	.193*	.098

*$p<.05$　**$p<.01$

3．時間的展望体験尺度のクラスタ分析

時間的展望体験尺度の各被験者の下位尺度得点をもとにクラスタ分析（*Ward* 法）を行い，過去，現在，未来に対する態度から解釈可能であった 3 群を採用し，3 群による分析を行った。各群の特徴をみるために，クラスタ分析による群を独立変数，時間的展望体験尺度を従属変数として分散分析を行った。その結果，「未来指向性」（F (2,113) ＝81.58, p<.01)，「現在充実」（F (2,113) ＝57.61, p<.01)，「過去受容」（F (2,113) ＝33.50, p<.01）すべての下位尺度において有意差がみられた。*LSD* 法を用い多重比較を行った結果，各群の平均の大小関係は「未来指向性」においては第 1 群＞第 2 群＞第 3 群，「現在充実」においては第 1 群＞第 2 群，第 1 群＞第 3 群，「過去受容」においては第 1 群＞第 2 群，第 3 群＞第 2 群となった（Table4)。ここから，第 1 群を「展望高群」（n=54)，第 2 群を「未来高群」（n=21)，第 3 群を「過去高群」（n=41）と命名した（Figure1)。

Table 4
各群の時間的展望体験尺度の分散分析の結果

	1 展望高群 n＝54	2 未来高群 n＝21	3 過去高群 n＝41	F値 df＝(2, 113)	多重比較
未来指向性	30.30 (4.98)	26.05 (4.92)	17.83 (4.07)	81.58**	1>2>3
現在充実	14.78 (2.49)	8.86 (2.83)	10.02 (2.54)	57.61**	1>2,3
過去受容	19.02 (3.04)	12.14 (3.55)	18.20 (3.48)	33.50**	1>2, 3>2

注:( )内は*SD*を示す。　　*p＜.05　　**p＜.01

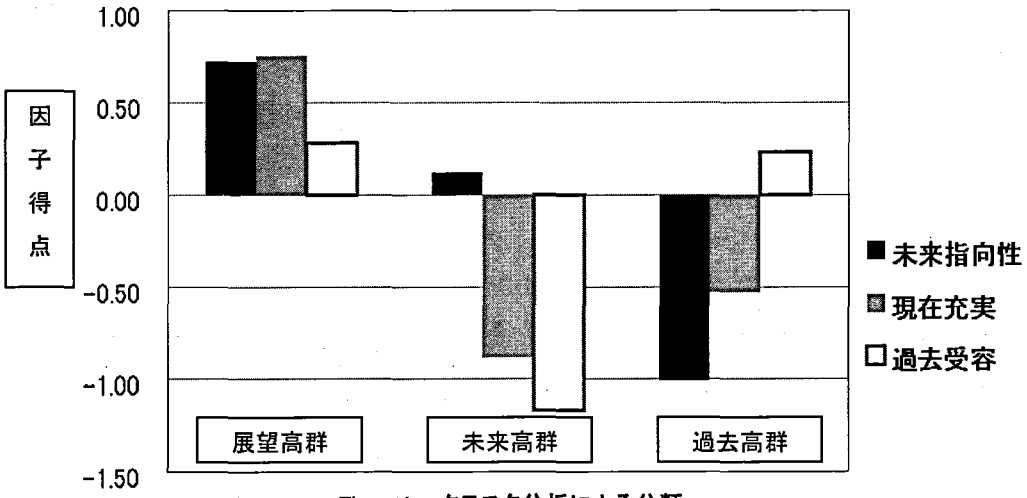

Figure1. クラスタ分析による分類

4．時間的展望体験尺度のクラスタ分析による各グループとレジリエンスとの関連

クラスタ分析による群を独立変数，レジリエンス尺度を従属変数として分散分析を行ったところ，「内面共有性」においては，有意差がみられなかった（F (2,113) ＝2.15, *ns*）が「内省性」（F (2,113) ＝5.41, p<.05），「楽観性」（F (2,113) ＝9.86, p<.01），「遂行性」（F (2,113) ＝12.07, p<.01）では有意差がみられた。*LSD* 法を用い多重比較を行った結果，各群の平均の大小関係は「内省性」においては展望高群＞過去高群，「楽観性」と「遂行性」においては展望高群＞未来高群，展望高群＞過去高群となった（Table5）。よって，過去・現在・未来の全てに肯定的な時間的展望を持つ者は，3つの展望のいずれかに否定的な時間的展望を持つ者よりもレジリエンスが高いという仮説は支持された。

Table 5
群分けによるレジリエンス尺度の分散分析の結果

	1 展望高群 n＝54	2 未来高群 n＝21	3 過去高群 n＝41	F値 df＝(2, 113)	多重比較
内面共有性	20.44 (3.53)	19.81 (4.12)	19.05 (3.64)	2.15 n.s.	
内省性	19.30 (3.42)	19.10 (2.09)	17.61 (2.80)	5.41*	1>3
楽観性	11.43 (2.62)	9.10 (2.60)	9.41 (2.41)	9.86**	1>2,3
遂行性	12.69 (2.12)	11.52 (2.04)	10.51 (2.15)	12.07**	1>2,3

注:( )内は*SD*を示す。　　*p＜.05　　**p＜.01

考察

1．時間的展望体験尺度とレジリエンス尺度の因子分析

時間的展望体験尺度は因子分析の結果，未来に関する項目である「希望」と「目標指向性」が1因子となり，3因子構造が示された。「希望」と「目標指向性」は先行研究でも尺度間相関が高いという指摘があった。また，本研究は被験者の平均年齢が19.5歳であり，学年でいうと大学1，2年生を多く対象としたため，就職についての意識が低いことから目標指向性が分化せず，「未来指向性」という1つの因子となったのではないかと考えられる。さらに，時間的展望体験尺度における因子間相関に注目すると，「過去受容」と「現在充実」には弱い相関がみられ，「現在充実」と「未来指向性」に中程度の相関がみられたが，「過去受容」と「未来指向性」にはほとんど相関がみられなかった。ここから，時間的展望はやはり現在を起点としており現在に対する評価が過去，未来への評価に影響を及ぼすこと，または過去の評価，未来の評価が現在の評価に影響を及ぼすことが示された。また，過去と未来は直接関連しているのではなく，現在を媒介にして間接的に関連している可能性も示唆された。本研究の結果からは現在を基点として過去・未来に向かい，それが現在に統合されるという直線的なモデルが推測される。これは勝俣（1995）が構造化したリボンモデルと一致

する。

レジリエンス尺度は因子分析の結果，下位尺度の「意欲的活動性」が「内省性」，「遂行性」の 2 因子に分かれ 4 因子構造が示された。これは先行研究が中学 3 年生を対象としていたのに対し，本研究は大学生を対象としたことが影響したのではないかと考えられる。年齢が上がり精神的に発達していく中で自我が確立していき自立的傾向である，意欲的活動性が内省性と遂行性に分化したのではないかと考えられる。ここからレジリエンスの構造が自我の発達に伴い変化していくことが推測される。

2．時間的展望とレジリエンスとの関連

時間的展望とレジリエンスとの関連をみると，「未来指向性」とレジリエンス尺度のすべての下位尺度，「現在充実」と「内面共有性」，「楽観性」，「遂行性」，そして「過去受容」と「楽観性」の間に有意な正の相関がみられるという結果が得られた。よって，時間的展望とレジリエンスには関連があることが示され，仮説 1 は一部支持された。

「未来指向性」は未来に希望を持ち，将来の目標をもつという未来をポジティブに評価する内容の項目であり，物事をポジティブに考える傾向である「楽観性」と関連がみられたと考えられる。また，目標をもつことは動機付けを高めるため「遂行性」と関連がみられたと考えられる。「内省性」と関連がみられたのは，未来を肯定的に受け止めることで，未来展望から現在の自分を適切に振り返ることができるためではないかと考えられる。さらに，肯定的な未来展望においては自分にかかわる人々に対しても肯定的な評価をしていることが予想され，同時に信頼できる人物の存在により未来が希望に満ちたものになるともいえるであろう。よって，「内面共有性」と関連が見られたと考えられる。つまり未来指向性が高い人はストレスフルな状況に直面しても，自分の行動を見つめなおし，楽観的に物事を受け止め他者と自己の内面を共有し，実際に行動に移すため精神的健康を維持していくことができるといえる。

「現在充実」は毎日が充実し，満足しているという内容の項目であり，現在の自分を生き生きと感じ取り，主体的に生きている状態だといえるであろう。このため，人は内面の喜びや悲しみを共有したいと思え，同時に信頼できる人物の存在により現在が充実したものになるため，「内面共有性」と関連が見られたと考えられる。また，現在の自分を肯定的にとらえることは，困難な出来事でも対処することができるであろうという自信につながるため「楽観性」，「遂行性」との関連がみられたと考えられる。

「過去受容」は自分の過去の出来事にとらわれずに，受け入れるという内容の項目であり，そのためもし困難な出来事に直面したときも過去の出来事のように受け入れることが出来ると楽観的にとらえることができるのではないかと考えられる。つまり，現在の評価の基準となる過去の評価が肯定的であるために物事を肯定的にとらえる「楽観性」と関連が見られたと考えられる。しかし，「未来指向性」「現在充実」よりも明らかに相関係数は低いことから，「過去受容」は 2 つの因子よりも「楽観性」との関連が弱いといえる。

精神的健康の指標として日本版 GHQ28 精神的健康調査票を用いて時間的展望体験尺度との関連を検討した先行研究（日潟・齋藤，2007）では「過去受容」，「現在充実」，「希望」と精神的健康尺

度に同程度の関連がみられ，全体的に「過去受容」，「希望」よりも「現在充実」との相関係数の値が大きかった。これに対して，レジリエンス尺度を用いた本研究では「未来指向性」においてのみレジリエンスのすべての下位尺度との関連がみられ，相関係数の値も大きいという結果であった。この先行研究との違いに関しては，GHQ28 とレジリエンスの概念の違いが結果に反映されたためではないかと考えられる。GHQ28 では，その時点の一時的な精神的健康を扱っているのに対して，レジリエンスは精神的健康を維持するあるいは回復に導くという長期的な精神的健康を扱っている。この概念上の違いにより，本研究では「過去受容」，「現在充実」よりも未来に対するポジティブな態度である「未来指向性」との間に強い関連が示されたのではないかと考えられる。

3．時間的展望体験尺度のクラスタ分析

各被験者が過去・現在・未来についてそれぞれどのような時間的展望を持っているかをみるためにクラスタ分析を行った。その結果，「展望高群」，「未来高群」，「過去高群」の 3 群が見出された。「展望高群」は過去・現在・未来のすべてに対して肯定的な時間的展望を持つという特徴を有しており，人数は 54 人と 3 群中最も多かった。「展望高群」は過去を受容し，現在に充実感を感じ，未来に希望と目標をもち，それらが現在に統合されている人であり，リボンモデルにおける適応的な時間的展望のモデルにあたる人であるといえる。言い換えると，これまでの過去の自分を受け入れ，そこから現在の自分を確立し，未来において自分がどのように進んでいくべきかを決定できている人である。

「未来高群」は未来には肯定的な時間的展望を持つ傾向にあるが，「展望高群」より現在に否定的な時間的展望を持ち，他の 2 群に比べて過去に対して否定的な時間的展望をもつという特徴を有しており，人数は 21 人と 3 群中最も少なかった。「未来高群」は過去を受け入れておらず，現在の自分の肯定的な評価基準がなく，現在に充実感を抱けていないにもかかわらず，未来に希望や目標を持っている。ここから，過去や現在と切り離れた目標や期待を持ち，現実的な未来を展望することを回避している人であることが予想できる。杉山・神田（1991）は，教護院の中学生と一般の中学生に質問紙調査を行い，非行少年は現在や過去に対しては一般少年よりも否定的であったが，未来に対しては肯定的であるという結果を示している。「未来高群」は非行少年の時間的展望の特徴と一致することから，適応的でない可能性がある。

「過去高群」は未来に対しては否定的な時間的展望を持っており，「展望高群」より現在に否定的な時間的展望を持っているが，過去に対して肯定的な時間的展望を持つという特徴を有しており，人数は 41 人と 3 群中 2 番目に多かった。「過去高群」は過去を肯定的に受け入れることが，現在の自分の肯定的な評価基準として機能せず，現在に充実感を抱けないために，未来に希望も目標も持てていない。ここから，過去の自分が現在の自分につながっておらず，自分の存在を過去からの連続性の中で捉えることができていない人であることが予想できる。そのため，過去からの連続性の中で現在の自分を生き生きと感じ取り，主体的に生きること，そして自分の将来を思い描くことが難しいと考えられる。したがって，「過去高群」は適応的でない可能性がある。

4．時間的展望体験尺度のクラスタ分析による各グループとレジリエンスとの関連

時間的展望とレジリエンスの関連を検討するため，クラスタ分析による群を独立変数，レジリエ

ンス尺度を従属変数として分散分析を行った。その結果,「内面共有性」以外の下位尺度において有意差がみらた。「展望高群」が「未来高群」,「過去高群」より「楽観性」,「遂行性」が高く,「展望高群」が「過去高群」より「内省性」が高かった。よって，過去・現在・未来の全てに肯定的な時間的展望を持つ「展望高群」が「未来高群」,「過去高群」よりもレジリエンスが高いといえ，仮説2は支持された。

「展望高群」では現実に即した目標を持っているため動機付けが高まるのに対し,「未来高群」では現実的な未来展望を回避しており,「過去高群」では否定的な未来展望を持っているため動機付けは高まらず，結果として「展望高群」における「遂行性」が他の2つの群より高くなったと考えられる。また,「展望高群」は過去・現在を現実的に評価したうえで未来に希望を持っているため，未来に否定的な展望を持っている「過去高群」，現実的ではない不安定な希望を持っている「未来高群」より「楽観性」が高くなったと考えられる。

さらに,「展望高群」は肯定的な過去・現在・未来が統合されており，適切にフィードフォワードが機能しているため，自分の判断や行動を見直し，目標や期待を現実のものとしようと努力する心性が働くのではないかと考えられる。これに対し,「過去高群」は現実と未来を否定的にとらえているため，悩みや葛藤を内面化することから逃避し，自分の判断や行動を見直そうとする意欲が少ないのではないかと考えられる。このため,「展望高群」の方が「過去高群」より「内省性」が高くなったと推測される。

以上より,「展望高群」は自分の過去・現在・未来に対して現実的な視点をもち，適切なフィードバック，フィードフォワード機能が働いているために，一般的に安定した精神的健康を維持していけると考えられる。

今後の課題

1．レジリエンス概念の明確化・尺度の作成

本研究では長期的な精神的健康の指標としてレジリエンスを用いた。しかし，現在，レジリエンスの概念は研究者によって異なる解釈がなされ，統一されていないため，様々な尺度が並立している。また，レジリエンス尺度の作成において多くの場合自由回答形式の質問紙によって行われている。このため，無意識的な心の働きを明らかにすることが難しいという問題点が残る。よって，今後はレジリエンスの本質を明らかにしていくために，レジリエンスの概念と尺度の明確化・統一化と同時に，ストレス状況から回復していく個人の事例について詳細な記述や仮説生成などを行っていく必要があると考えられる。

2．時間的展望の認知的側面とレジリエンスとの関連の検討

本研究では，時間的展望の認知的側面，感情・評価的側面，欲求・動機的側面のうち，感情・評価的側面に着目した。このため，過去・現在・未来の連続性の感覚，それらが関連性をもってとらえられ，統合されているかどうかという認知的側面については十分な検討が行えていない。この認知的側面が，アイデンティティの連続性の感覚にあたること，先行研究で大学生において時間的関連性と精神的健康とに関連がみられている（日潟，2008）ことからも，今後は認知的側面に着目し

てレジリエンスとの関連を検討していく必要があると考えられる。

3．年齢・性別の考慮

本研究では年齢・性別を考慮せず，大学生を対象に質問紙を実施した。しかし，大学生でも新1年生と4年生では就職に対する意識の高さに差があり時間的展望の特に未来指向性において違いが生じてくると考えられる。性別に関しては，時間的対称性について性差が指摘されている。時間的対称性とは，自我との関連で未来との心理的距離と過去との心理的距離とのバランスを指し，男子は未来重視の時間的非対称であり，女子は相対的に時間的対称であると考えられる（白井，1989)。これは男性の性役割の多くが「仕事」であり，「目標・計画・達成・挑戦」，つまり将来的な性格であるのに対して，女性の性役割の多くが「家事・育児」であり，「維持・回復・反復・調整」など現在的な展望であることが関連していると考えられる。また，大学生では男性よりも女性が肯定的な時間的展望を示すとされ（白井，1997)，男女間において時間的展望の違いが生じると考えられる。今後は年齢・性別を考慮して時間的展望をより詳細に明らかにしていく必要があると考えられる。

引用文献

Erikson, E. H. (1959). Identity, and the life cycle: Selected paper. Psychological Issues, 1, 1-171.
(エリクソン, E. H. 小此木啓吾 (訳) (1973). 自我同一性：アイデンティティとライフサイクル　誠信書房)

日潟淳子・齊藤誠一 (2007). 青年期における時間的展望と出来事想起および精神的健康との関連　発達心理学研究，18(2)，109-119.

日潟淳子 (2008). 高校生と大学生におけるサークル･テストによる時間的展望の検討―時間的態度と精神的健康との関連から―　神戸大学大学院人間発達環境学研究科研究紀要，1(2)，11-16.

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.

勝俣暎史 (1995). 時間的展望の概念と構造　熊本大学教育学部紀要，人文科学，44，307-318.

Lewin, K. (1951). Field theory and social science. New York: HarperCollins Publishers.
(レヴィン, K. 猪俣佐登留(訳) (1979). 社会科学における場の理論　誠信書房)

宮地志保 (2004). レジリエンス概念の探索的研究：教育実習をストレッサーとして　名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要. 心理発達科学，52，290-291.

白井利明 (1989). 現代青年の時間的展望の構造(2)―サークル・テストとライン・テストの結果から―　大阪教育大学紀要(第Ⅳ部門)，38(2)，59-73.

白井利明 (1994). 時間的展望体験尺度の作成に関する研究　心理学研究，65(1)，54-60.

白井利明 (1997). 時間的展望の生涯発達心理学　勁草書房

杉山　成・神田信彦 (1991). 時間的展望に関する研究(1)―非行少年の時間的展望について―　立教大学心理学科研究年報，34，63-69.

都築　学 (1993). 大学生における自我同一性と時間的展望　教育心理学研究，41(1)，40-48.