

# レジリエンスに関する研究の動向と展望

—環境要因と意味づけへの着目—

太田美里・岡本祐子

Review and considerations for research on resilience:  
Environmental factors and meaning making

Misato Ota and Yuko Okamoto

Research in psychology has traditionally focused on individuals experiencing crisis and adversity in an attempt to understand the various mental illnesses resulting from such events. However, in recent years, the importance of individual adaptability has been increasingly emphasized. Resilience, which focuses on the “individual characteristics necessary for recovery” and the “recovery process” has been the subject of much recent research attention. However, because the history of resilience research is relatively short and its definition is not yet unified among researchers, resilience is currently not organized as a comprehensive research field. The current study sought to clarify trends in resilience research in Japan and to clarify future issues and prospects, after examining the various definitions of resilience. Resilience research often regards resilience as a trait necessary for recovery and a process resulting from the interaction of protective factors that are internal and external to the individual. In addition, resilience studies are characterized by considering an individual’s adaptive state and degree of psychiatric dysfunction as indicators of recovery. Resilience research in Japan has often focused on individual characteristics. It is important to examine dynamic interactions between individual and environmental factors, considering social background and the contextual nature of the recovery process. In addition, it may be necessary to capture recovery not only in terms of the degree of symptoms, but also to examine the aspects of recovery of individuals in detail from the perspective of “meaning making”.

キーワード : resilience, recovery, social support, meaning making

## 1. はじめに

犯罪被害, 大切な人との死別や離別, 病気, 学業上の挫折等, 人は人生を生き抜く中で多様な危機に直面する。これまで心理学は, このような危機や逆境を体験した個人に着目し, PTSD や複雑性悲嘆等, 様々な精神疾患に苦しむ人々の理解に努めてきた。しかしながら, 心理学がこうした精

神病理に着目することで、個人の適応能力に着目することをおさなりにしてきたとの指摘 (Masten, 2001) から、近年、人間の“回復力”や“回復過程”を示すレジリエンス (resilience) が注目を浴びている。レジリエンス研究は人の健康的な側面を明らかにし、臨床心理学的実践に有益な知見を提供することが期待される分野と考えられる。しかしながら、その歴史は浅く、定義が研究者間で統一されていない等、未だ研究分野として体系化されていないのが現状である。したがって、本稿では、定義ごとにレジリエンスの知見を概観した上で、本邦におけるレジリエンス研究の動向を整理し、今後の課題と展望を明らかにすることを目的とする。

## 2. レジリエンス研究の歴史

レジリエンスは、精神的健康を阻害するリスク因子を明らかにする研究を発端として生成された概念である (平野, 2012a; Rutter, 1987)。社会的不適応や精神疾患のリスクとしては、低出生体重児 (Masten & Coatsworth, 1998)、精神疾患に罹患した親をもつ (石原・中丸, 2007) 等の生物学的なリスクと、親の離婚や貧困等、環境的なリスク要因が挙げられ (Zolli & Healy, 2012 須川訳 2013)、これらは、介入が困難な「変えられない要因」として考えられてきた (平野, 2012a, p. 412)。そのような最中、1970年に Garmezy が、不適応を前提とされていた統合失調患者の中に、適応的に生活を送る者がいることを明らかにしたことで、リスクを緩和する資源である“防御因子 (Protective factor)”や、リスクの緩和のみならず、危機に直面した個人の回復力を示す“レジリエンス要因 (Resilience factor)”に関心が向けられるようになった (平野, 2012a; 石原・中丸, 2007; Rutter, 1987; 土岐, 2016; Zolli & Healy, 2012 須川訳 2013)。

そして、こうして始まったレジリエンス研究の主な関心は、虐待や貧困等、逆境にさらされても良い適応を示す子どもの要因を解明することであった (Baldwin et al., 1993; Bonanno & Diminich, 2013)。当初、逆境においても良好な発達を示す子ども達は、稀少な存在であると捉えられてきたが、現在では人間の適応システムが機能する限り、一般的にみられる現象として結論づけられている (Masten, 2001)。今日、虐待や貧困のような慢性的な逆境を経験した子ども達を対象としてきたレジリエンス研究は、喪失や犯罪被害等の外傷体験やネガティブライフイベントを経験した成人まで研究領域を広げている (Pangallo, Zibarras, Lewis & Flaxman, 2015)。レジリエンスは、1) ネガティブな結果をもたらすような重篤なストレス、2) ポジティブな適応を促進する個人と環境資源、3) 良好な適応 (Pangallo et al., 2015) に着目した概念であることはおよその研究において一定の共通認識が得られているものの、先述したようにその定義は多様化しているのが現状である。しかしながら、レジリエンスの定義は「適応を促し、ストレスの負の影響を緩和する個人特性」(Wagnild & Young, 1993, p.165) と捉える立場、「深刻な逆境のなかで、肯定的な適応をもたらす力動的なプロセス」(Luthar, Cicchetti & Becker, 2000, p.543) に注目する立場、更には先述した二つの定義を包括した、「困難あるいは脅威的な状況にもかかわらず、うまく適応する過程、能力、あるいは結果」(Masten, Best & Garmezy, 1990, p.426) の3つに分類できると考えられる。以下に、レジリエンスを特性と捉えた研究と過程と捉えた研究に分類し、双方の研究の特徴を整理したい。

### 3. 特性としてのレジリエンス

レジリエンスを逆境に曝された個人の特性や能力として捉えた研究によって、これまで回復に必要な様々な個人特性が明らかにされてきた。例えば Connor & Davidson (2003) は、外傷体験を経験したクライアントのレジリエンスや治療効果を査定するために、“コンピテンス・規範・粘り強さ”、“自己信頼・否定的影響への耐性・ストレスによる成長”、“変化の肯定的受容・安全な関係”、“コントロール”、“スピリチュアルな影響”の5つの下位尺度から成る Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) を作成した。

また、我が国の著名な尺度としては、小塩・中谷・金子・長峰 (2002) の精神的回復力尺度が挙げられ、この尺度は“新奇性追及”、“感情調整”、“肯定的な未来志向”をレジリエンスの個人特性として捉えている。さらに、平野 (2010) は、国内外の先行研究をレビューし、個人要因を“生得的な関連の強い要因”と、“後天的に身に付けやすい要因”に分類して測定する、「二次元レジリエンス要因尺度 (BRS)」を作成した。まず、生得的な関連の強い“資質的レジリエンス要因”は、楽観性、統御力、行動力、社交性の4因子から成り、「ストレスや傷つきをもたらす状況下で振り回されず、ポジティブにそのストレスを打破するような新たな目標に気持ちを切り替え、周囲のサポートを得ながらそれを達成できるような回復力」とされている (平野, 2010, p.103)。そして、後天的に身に付けやすい“獲得的レジリエンス要因”は、問題解決志向、自己理解、他者理解の3因子から成り、「自分の気持ちや考えを把握することによって、ストレス状況をどう改善したいのかという意志を持ち、自分と他者の双方の理解を深めながらその理解を解決につなげ、立ち直っていく力」とされている (平野, 2010, p.104)。こうした研究によって明らかとなった個人要因はいずれも、心理的適応感や自尊心等の精神的健康と正の関連があることが示されており (Connor & Davidson, 2003; 平野, 2012b; 小塩ら, 2002)、本邦のレジリエンス研究は、こうした個人特性に着目した研究が多くなされているのが現状である。

### 4. 過程としてのレジリエンス

過程としてレジリエンスを捉える研究は、1) 個人の気質、特性、対処方略、2) 家族からのサポート、3) 近隣や学校等家族外のサポート (コミュニティ) といった、個人内外の保護的因子とリスク因子の相互作用を明らかにしてきた (Garmezy, 1991; Rutter, 1987; 土岐, 2016)。こうした研究は、レジリエンスの個人特性、対処方略 (以下、個人要因) とソーシャルサポート等の外的資源 (以下、環境要因) が個別性と文脈性を帯びる要因であることを実証的に示したと考えられる。例えば、Masten & Coatsworth (1998) は、ヨーロッパやヒスパニック・アメリカンの青年はアフリカン・アメリカンの青年より、温かく、公平な保護者の養育態度がコンピテンスを高めること、また、より危険な環境下で生きる子どもたちは、厳しい養育態度がコンピテンスを促すことを指摘している。これは、逆境下で生きる個人の適応に必要な環境要因が社会や文化的背景によって異なることを示していると考えられる。さらに、対人不安という個人特性は、社会的不適応のリスクともなり得るが、非行や薬物依存に関しては防御因子となる等、逆境下の文脈によって、リスク因子は、適応のための防御因子にもなり得ることも指摘されている (土岐, 2016)。こうした回復過程の文脈性を明らか

にした研究は、主に劣悪な環境下で生き延びる子どもを対象に研究が行われてきたことが特徴的と言える(石原・中丸, 2007)。

一方、外傷体験を経験した成人の回復プロセスに着目した研究は、回復の多様性を捉える有効な知見を提供している。Harvey (1996) は、生態学的モデルを基に、人と出来事と環境の相互作用からレジリエンスを捉える必要性を指摘し、外傷体験における個人の心的機能と回復基準を 8 つ (①記憶の再生への権限, ②記憶と感情の結合, ③感情の耐性と統制, ④症状管理, ⑤自己評価, ⑥自己の凝集性, ⑦安全な受着関係, ⑧意味づけ) に定め、外傷体験後、これらが個人の内的資源や環境のあり方でネガティブな影響を受ける場合もあればそうでない場合もあると述べた。そして、8 つの領域の内、ある領域がネガティブな影響を受けなかった場合や、他の領域の力を使用して、個人がネガティブな影響を受けた領域を修正した場合にレジリエンスが生じると指摘している。さらに、Harvey et al. (2003) はこの理論を基に、外傷体験の影響、回復、レジリエンスを量的にも質的にも測定できるアセスメントツールを開発している (Multidimensional Trauma Recovery and Resilience Scale (MTRR): Multidimensional Trauma Recovery and Resilience Interview (MTRR-I))。このように、過程としてレジリエンスを捉える研究は、回復プロセスの多様性や複雑性を詳細に検討していると考えられる。

## 5. 我が国のレジリエンス研究の動向と課題

先述したように、我が国のレジリエンス研究は回復を促す個人特性を検討し、そうした個人要因が精神的健康を高めることを明らかにしたものが多い。平野 (2012b) は前述した、二次元レジリエンス要因尺度を用いて、心理的敏感さという“リスク”に対するレジリエンスの緩衝効果について検討している。そして、資質的レジリエンス要因においては心理的敏感さが高いとしても、心理的適応感の低下が緩和されることが示されたが、獲得的レジリエンス要因にはそのような効果が示されなかったことを明らかにした。つまり、心理的敏感さというリスクを、後天的に補う可能性は示されなかったのである。この知見は、資質的なレジリエンス要因の必要性を主張するものであり、先天的・後天的という観点からレジリエンスの個人特性の機能を明確にした点で非常に有益な知見と考えられる。しかしながら、こうした研究には海外のレジリエンス研究において重要と指摘されている環境要因の影響が考慮されていない。資質的なレジリエンスの個人要因が比較的低くとも、周囲のサポートといった環境要因が、資質的な回復力の低さを補うことも十分に考える。例えば、ストレスフルな体験をした際に、楽観的に物事を考えられなくとも、他者との関係性の中でその出来事と向き合い、体験を内在化させていくことで回復に導かれることも想定される。

一方、本邦においても、数は少ないながらも環境要因をも包括して検討している研究も存在する (e.g. 石毛・無藤, 2005; 齊藤・岡安, 2011)。例えば、石毛・無藤 (2005) は、受験生の学業場面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の関連について検討している。その結果、個人要因である「自己志向性」と「楽観性」及び、母親、友だち、先生のサポートがストレス反応の抑制に寄与し、成長感には、「自己志向性」が強く寄与していることを明らかにした。そして、ソーシャルサポートはレジリエンスの規定要因であり、受験期の学業場面のストレスを克服するた

めには、レジリエンスの個人要因と身近な人々のサポートが必要であると結論づけている。さらに、国内のレジリエンス研究のほとんどが日常のストレスイベントを検討している(齋藤・岡安, 2009) 中で、近年では犯罪被害者遺族のような外傷体験者のレジリエンスを検討した研究も見受けられるようになってきた。例えば、中島他(2009)は、犯罪被害者遺族を対象に PTSD 等の精神疾患を有する群と有さない群を比較し、これらの疾患を有する群はレジリエンスの個人要因が低いことや、周囲の人間関係の疎遠化等のソーシャルサポートの減少がみられることを明らかにした。

こうした研究は、レジリエンスの個人要因と環境要因の重要性を実証的に示した研究と言え、今後も日常のストレスイベントのみならず、様々な外傷体験を経験した個人のレジリエンスが検討されていくことが期待される。しかしながら、本邦のレジリエンス研究では、環境要因と精神的健康の直接的な関連を示すことに留まり、どのような環境要因が個人に影響を与え、回復を促しているのかといったダイナミックな環境要因の機能の詳細は明らかにされていない。これは国外においても同様であるが、数量的なレジリエンス研究の多くが、自身の家族や友人にサポートをしてくれる人がいるのかというサポート資源の有無に着目しており、環境要因の機能を具体的に捉えられていないことが課題と思われる(Pangallo et al., 2015)。また、前述したように、レジリエンスの個人要因と環境要因は非常に社会的、文化的な文脈性を帯びたものであると思われる。例えば海外の研究では、民族に誇りを持っているか等の文化的背景も個人のレジリエンスに影響を与える重要な環境要因と考えられている(Liebenberg, Ungar & Van de Vijver, 2012)。村木(2016)によると、本邦は欧米と比較して他者との協調性を重視する「相互協調的自己観」が優勢であり、レジリエンスにおける個人に対する環境要因の影響性や機能が海外の研究で明らかにされているものと異なる可能性がある指摘している。したがって、社会的・文化的背景を加味して研究を行っていく必要があると思われる。また、レジリエンスの個人要因は、個人の回復過程やその段階、逆境の内容によってその機能が異なることも予想される。例えば、レジリエンスで重要とされている行動力は、外傷体験後のどの時期にどのような機能を果たすのか具体的に検討していく必要があるだろう。昨今では、個人要因を身につけさせる介入が必要と指摘されている(蓮井・永田・北村, 2008)が、個人と環境の双方を詳細に検討することで、“回復を促す環境”をも考慮することに繋がるとと思われる。

## 6. 回復とは何か一意味づけへの着目一

先述したように、レジリエンス研究は個人の“回復”や“良好な適応”を扱う研究分野と考えられるが、そもそも“回復”とは何なのだろうか。先述したように、国内外のレジリエンス研究は専ら子どもの発達や日常のストレスからの回復に焦点を当てたものが多く、適応感や抑うつ程度を回復の指標とした研究が多い(Dumont & Provost, 1999; 平野, 2012b; 石毛・武藤, 2005)。外傷体験からのレジリエンスを検討した研究においても、PTSD 症状等の精神疾患の程度が主な回復の指標として用いられてきた(Connor & Davidson, 2003; 齋藤・岡安, 2009)。Bonanno & Diminichi(2013)は、混合成長モデル(Mixture growth modeling)を用いて、単一の外傷体験や死別からの回復の軌跡パターンを、慢性的機能不全(Chronic dysfunction)、持続的に先在する苦痛(Continuous pre-existing distress)、遅延上昇(Delayed elevations)、回復(Recovery)、苦痛改善(Distress improvement)、最小

限の影響しか受けないレジリエンス (Minimal-impact resilience) の6つに分類した。そして、上記の最小限の影響しか受けないレジリエンス群は、外傷体験後ストレス反応が全くない訳ではないが、比較的早く適応状態に戻ることが出来るとされ、Bonanno & Diminichi (2013)は、こうした軌跡を辿る者の予測変数を明らかにすることに努めている。また、上記の「回復」の軌跡を辿る者は、単一の外傷体験が生じた後に中程度～重篤な PTSD 反応や悲嘆反応を示したとしても、1年～2年以内にそうした症状は低減し、精神機能はベースラインまで回復すると述べている。レジリエンス研究の多くは一時的に不適応状態に陥ったとしても、回復していく力や過程 (齋藤・岡安, 2011) を検討しているため、「回復」群が多く先行研究で指摘されているようなレジリエンス過程と考えられる。このように、数量的研究によって精神疾患の程度と社会的適応を主軸とした回復の軌跡を明らかにすることは、個人の回復を理解する上で重要と思われる。しかしながら、外傷体験における回復とは単に疾患の程度で捉えられるものではない。Harvey et al. (2003) は、先述した8つの回復基準の一つである症状管理について、PTSD等の症状が完全に消失することはなくとも、消せない症状を予期したり、統制する等して対処できるようになることも回復の一つであると指摘している。精神疾患の程度も回復の重要な指標であると考えられるが、こうした基準だけでは、外傷体験のような危機に直面した個人の回復の様相を詳細に捉えることが困難であると推察される。例えば、Harvey et al. (2003)が指摘するように、PTSD等の症状を呈しているも、その症状を抱えながら社会に適応している者や、精神疾患の症状の程度も低く、社会的に適応している者であっても、外傷体験前と比較してネガティブにもポジティブにも心的な変化を感じている者も存在する可能性がある。レジリエンス研究が逆境に直面した個人の回復を明らかにする研究領域として発展していくためには、症状の程度や社会的な機能と共に、より逆境に直面した者の心的リアリティに沿った回復プロセスを調査していく必要があるのではないだろうか。

そこで本研究は、外傷体験からの回復に際して重要と指摘されている「意味づけ」に着目する (小西, 2006; Rynearson, 2001 藤野訳 2008; Joseph, 2011 北川訳 2013)。意味づけは、臨床心理学、文化心理学、ナラティブ心理学、ポジティブ心理学等、様々な心理学分野において研究が行われてきた (Park, 2010) が、その定義は研究分野や研究者間によって異なり、非常に多義的な概念と言える (羽鳥・石村, 2015)。羽鳥・石村 (2015) によると、意味づけ研究は、個人が人生の価値や目標を見出していることに焦点をあて、それに向かって努力しようとしていることに着目する個人の動機づけを重視する立場と、人生で直面する出来事を理解しようとする認知的側面に着目する立場に大別される。Park (2010) は、後者の認知的対処として意味づけを捉えた膨大な研究を、意味づけの過程 (Meaning making) に着目した研究、生成された意味 (Meaning made) に着目した研究、その双方に着目した研究の3つに分類している。意味づけの過程とは、ストレスフルな出来事に対する評価と個人の持つ自己観や世界観 (Park, 2010)、個人が望む出来事の内的な表象である“目標 (goal)” (Austin & Vancouver, 1996) との間にある認知的な差を減らしていく過程である (Park, 2010)。この意味づけの過程に着目した研究は、意味づけを“ネガティブな出来事に対する解釈を変容していく認知的対処” (Danahauer, Carlson, Andrykowski, 2005) と捉えている。具体的には、外傷体験に対する侵入的思考 (Lepore & Helgeson, 1998) や、その出来事に対して何か良いことを探そうとした等のポジ

ティブリフレーミング (Boehmer, Luszczynska & Schwarzer, 2007) といった、個人の認知プロセスに着目した研究が行われている。一方、生成された意味に着目した研究では、意味づけを“ネガティブな出来事に対する理解を、個人の信念システムや再構築されたポジティブな世界観の中に統合すること” (Bower, Kemeny, Taylor & Fahey, 1998) と定義づけている。生成された意味に着目した研究では、「危機的な出来事や困難な経験との精神的なもがき・闘いの結果生じる、ポジティブな心理的変容」 (Tedeschi & Calhoun, 2004, p.1) を示す、心的外傷後成長感 (Post-traumatic growth 以下、PTG) の研究が盛んに行われている (宅, 2016)。本稿では、Park (2010) を参考に意味づけの定義を“個人の中核的信念と外傷体験の評価の差を減らすための認知的対処と、それを経た結果生じた理解を、個人の信念に統合していく過程” とする。

## 7. 意味づけとレジリエンス

先述したように、外傷体験からの回復において意味づけは非常に重要である。レジリエンス研究においても、外傷体験からの回復に必要なレジリエンスの個人要因として、自分の体験を理解し、その体験が現在の人生にどのような影響を与えているのかを知る力は重要と指摘されている (Harvey, 1996; Lynch, Keasler, Reaves, Channer & Bukowski, 2007)。しかし、依然としてレジリエンス研究では、回復の一機能や結果として意味づけを扱うことに留まり、個人と環境がいかにして作用し、意味づけが促進され、回復を促しているのかについて詳しい記述が見受けられない (e.g. Johnson, 2010)。例えば、意味づけの一つである PTG はレジリエンスの結果の一つという指摘もあり (Lepore & Revenson, 2006)、レジリエンスに意味づけという視点を加味することで、環境と個人の相互作用から成る個人内の変容プロセスを詳細に捉えられると思われる (Sandler, Wolchik & Ayers, 2008)。また、意味づけは PTG だけでなく、自身や世界に対するネガティブなものまで多様であると考えられる。レジリエンスの個人要因が高い人々は、トラウマが生じるような出来事にそもそも苦心して意味をみいだそうとしないという結果も報告されており (Bonanno, Wortman, Nesse, 2004)、意味づけを主軸に回復を捉えることにももちろん限界が存在すると考えられるが、意味づけからレジリエンスを検討することによって、危機に直面した個人の複雑な心理的側面を理解することに繋がると考えられる。

## 8. 結語

これまで、様々なレジリエンス研究を概観してきた。本邦におけるレジリエンス研究の課題としては、レジリエンスの個人要因に着目した研究が多く、個人要因と環境要因の相互作用によって生じるダイナミックな回復プロセスの検討が不十分であることが挙げられる。先述した通り、レジリエンスが社会的な文脈の影響の大きい概念であることを加味すると、本邦において改めて環境要因の影響力や機能、そして個人要因と環境要因の相互作用から生じるプロセスを検討することが重要と思われる。また、レジリエンスに意味づけの視点を取り入れることは、個人内の変容プロセスを詳細に捉えることに繋がると考えられ、レジリエンス研究が症状の程度のみならず、より詳細に複雑な回復の様相を捉えることに繋がると考えられる。

## 引用文献

- Austin, J. T. & Vancouver, J. B. (1996). Goal constructs in psychology: Structure, process, and content. *Psychological Bulletin*, *120*, 338-375.
- Baldwin, A. L., Baldwin, C. P., Kasser, T., Zax, M., Sameroff, A., & Seifer, R. (1993). Contextual risk and resiliency during late adolescence. *Development and Psychopathology*, *5*, 741-761.
- Boehmer, S., Luszczynska, A., & Schwarzer, R. (2007). Coping and quality of life after tumor surgery: Personal and social resources promote different domains of quality of life. *Anxiety, Stress & Coping*, *20*, 61-75.
- Bonanno, G. A., & Diminich, E. D. (2013). Annual research review: Positive adjustment to adversity-trajectories of minimal-impact resilience and emergent resilience. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, *54*, 378-401.
- Bonanno, G. A., Wortman, C. B., & Nesse, R. M. (2004). Prospective patterns of resilience and maladjustment during widowhood. *Psychology and Aging*, *19*, 260-271.
- Bower, J. E., Kemeny, M. E., Taylor, S. E., & Fahey, J. L. (1998). Cognitive processing, discovery of meaning, CD4 decline, and AIDS related mortality among bereaved HIV-seropositive men. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *66*, 979-986.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, *18*, 76-82.
- Danhauer, S. C., Carlson, C. R., & Andrykowski, M. A. (2005). Positive psychosocial functioning in later life: Use of meaning-based coping strategies by nursing home residents. *Journal of Applied Gerontology*, *24*, 299-318.
- Dumont, M., & Provost, M. A. (1999). Resilience in adolescents: Protective role of social support, coping strategies, self-esteem, and social activities on experience of stress and depression. *Journal of Youth and Adolescence*, *28*, 343-363.
- Garnezy, N. (1970). Process and reactive schizophrenia: Some conceptions and issues. *Schizophrenia Bulletin*, *1*, 30-74.
- Garnezy, N. (1991). Resiliency and vulnerability to adverse developmental outcomes associated with poverty. *American Behavioral Scientist*, *34*, 416-430.
- 蓮井 千恵子・永田 俊明・北村 俊則 (2008). レジリエンスと罪責感——希死念慮の予測—— 心理臨床学研究, *25*, 625-635.
- 羽鳥 健司・石村 郁夫 (2015). 人生における意味づけに関するポジティブ心理学的研究の概観 埼玉学園大学心理臨床研究, *2*, 12-16.
- Harvey, M. R. (1996). An ecological view of psychological trauma and trauma recovery. *Journal of Traumatic Stress*, *9*, 3-23.
- Harvey, M. R., Liang, B., Harney, P. A., Koenen, K., Tummala-Narra, P., & Lebowitz, L. (2003). A



- multidimensional approach to the assessment of trauma impact, recovery and resiliency: Initial psychometric findings. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 6, 87-109.
- 平野 真理 (2010). レジリエンスの資質的要因・獲得的要因の分類の試み——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, 94-106.
- 平野 真理 (2012a). 生得性・後天性の観点からみたレジリエンスの展望 東京大学大学院教育学研究科紀要, 52, 411-417.
- 平野 真理 (2012b). 心理的敏感さに対するレジリエンスの緩衝効果の検討——もともとの「弱さ」を後天的に補えるか—— 教育心理学研究, 60, 343-354.
- 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, 53, 356-367.
- 石原 由紀子・中丸 澄子 (2007). レジリエンスについて——その概念, 研究と歴史の展望—— 広島文教女子大学紀要, 42, 53-81.
- Johnson, C. M. (2010). African-American teen girls grieve the loss of friends to homicide: meaning making and resilience. *Omega: Journal of Death and Dying*, 61, 121-143.
- Joseph, S. (2011). What doesn't kill us: The new psychology of posttraumatic growth. (ジョセフ, S. 北川知子 (監訳) (2013). *トラウマ後成長と回復——心の傷を超えるための6つのステップ——* 筑摩書房)
- 小西 聖子 (2006). *犯罪被害者の心の傷* 白水社.
- Lepore, J. L., & Revenson, A. T. (2006). Relationships between posttraumatic growth and resilience: recovery, resistance, and reconfiguration, In L. G. Calhoun & R. G. Tedeschi (Eds.), *Handbook of Posttraumatic Growth: Research and Practice* (pp. 24-46), Mahwah, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Lepore, S. J., & Helgeson, V. S. (1998). Social constraints, intrusive thoughts, and mental health after prostate cancer. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 17, 89-106.
- Liebenberg, L., Ungar, M., & Van de Vijver, F. R. R. (2012). Validation of the Child and Youth Resilience Measure-28 (CYRM-28) among Canadian youth. *Research on Social Work Practice*, 22, 219-226.
- Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work, *Child Development*, 71, 543-562.
- Lynch, S. M., Keasler, A. L., Reaves, R. C., Channer, E. G., & Bukowski, L. T. (2007). The Story of my strength: An exploration of resilience in the narratives of trauma survivors early in recovery. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 14, 75-97.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience process in development. *American Psychologist*, 56, 227-238.
- Masten, A. S., & Coatsworth, J. D. (1998). The development of competence in favorable and unfavorable environments: Lessons from research on successful children. *American Psychologist*, 53, 205-220.
- 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.
- 村木 良孝 (2016). レジリエンスの統合的理解に向けて——概念的定義と保護因子に着目して——  
東京大学大学院教育学研究科紀要, 55, 281-290.
- 中島 聡美・白井 明美・真木 佐知子・石井 良子・永岑 光恵・辰野 文理・小西 聖子 (2009). 犯罪  
被害者遺族の精神健康とその回復に関連する因子の検討 精神神経学雑誌, 111, 423-429.
- 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.
- Pangallo, A., Zibarras, L. D., Lewis, R., & Flaxman, P. (2015). Resilience through the lens of interactionism:  
A systematic review. *Psychological Assessment*, 27, 1-20.
- Park, C. L. (2010). Making sense of the meaning literature: An integrative review of meaning making and its  
effects on adjustment to stressful life events. *Psychological Bulletin*, 136, 257-301.
- Rutter, M. (1987). Psychosocial resilience and protective mechanisms. *American Journal of Orthopsychiatry*,  
57, 316-331.
- Rynearson, E. K. (2001). Retelling violent death. (ライナソン, E. K. 藤野 京子 (訳) (2008). 犯罪・災害  
被害者遺族への心理的援助——暴力死についての修復的語り直し—— 金剛出版)
- 齊藤 和貴・岡安 孝弘 (2009). 最近のレジリエンス研究の動向と課題 明治大学心理社会学研究, 4,  
72-84.
- 齊藤 和貴・岡安 孝弘 (2011). 大学生のレジリエンスがストレス過程と自尊感情に及ぼす影響 健康  
心理学研究, 24, 33-41.
- Sandler, I. N., Wolchik, S. A., & Ayers, T. S. (2008). Resilience rather than recovery: A contextual framework  
on adaptation following bereavement. *Death Studies*, 32, 59-73.
- 宅 香奈子 (編) (2016). PTG の可能性と課題 金子書房
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical  
evidence. *Psychological Inquiry*, 15, 1-18.
- 土岐 篤史 (2016). 発達精神病理学とレジリアンス——マイケル・ラター—— 家族療法研究, 33,  
9-15.
- Wagnild, G. M., & Young, H. M. (1993). Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale.  
*Journal of Nursing Measurement*, 1, 165-178.
- Zolli, A., & Healy, A. M. (2012). Resilience: Why things bounce back. New York: Simon & Schuster. (ゾッ  
リ, A. & ヒーリー, A. M. 須川 綾子 (監訳) (2013). レジリエンス 復活力——あらゆるシステ  
ムの破綻と回復を分けるものは何か—— ダイアモンド社)