友人関係をはじめとする高校生を取り巻く環境が心のレジリレンスに与える影響

～しなやかさと強さをあわせもつ心を育てる～

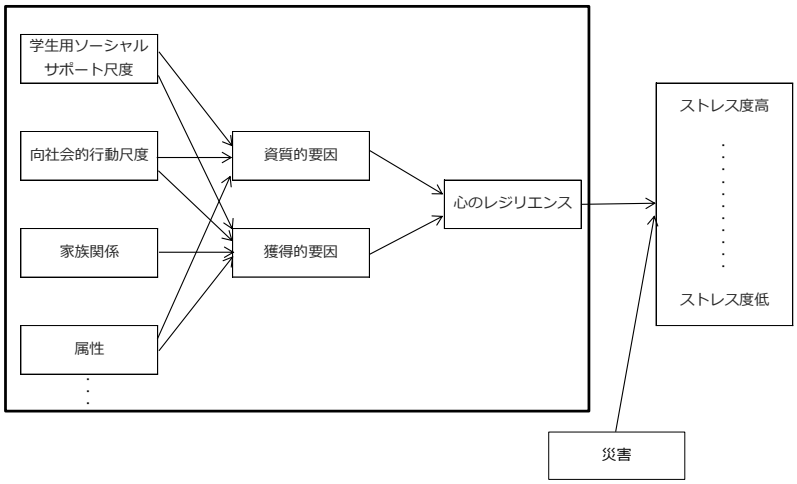
減災復興政策研究科　減災復興政策専攻

准教授　松川（まつかわ） 杏寧（あんな）、◎M2　上野（うえの） 美枝（よしえ）

キーワード　レジリエンス，高校生，重回帰分析

研究概要

日本は環太平洋火山帯に位置し、地形、地質、気象面から見ても災害が発生しやすい国土となっており、水害や地震、津波など数多くの自然災害に見舞われてきています。発生の切迫性が高まってきている南海トラフ地震を含め、今後もいつどこで甚大な自然災害が発生してもおかしくない状況にあります。このような災害に直面した際に、精神的な動揺や心身の症状から速やかに回復する力、すなわち心のレジリエンスを身につけておくことは重要です。さて高校生は子どもから大人へと成長途中の存在です。体力、知的能力については成人と変わらないといえるまで発達している一方で、生活能力の点では発達段階にあり、社会に守られ、保護者の監護を受ける必要がある年代です。そのような立場にある高校生が災害に遭遇したとき、幸いに生き延びることができたとしても心が大きく傷つきます。ストレス反応と呼ばれる災害直後の精神的な動揺や心身の症状は、誰にでも起こりうるものですが、人によっては回復が長引くことがあります。この回復の速さに違いが生じるのは、生育歴などの個人に起因する要因の他に、友人関係や教員との関わりなど外的な要因が働いているのではないかと考えました。これが備わっていれば精神的な落ち込みからの速やかな回復が見込まれます。そこで高校生を対象に質問紙調査を実施し、心のレジリエンスがどう構成され，どのような影響で高められているのかを調査しています。その中で明らかになったことを紹介します。



仮説概念図

アピールポイント

就学以前の幼児や義務教育である小中学生、あるいは大学生や成人向けの先行研究はこれまでに多くなされてきていますが、高校生を対象にしている研究は手薄です。分析の結果、心のレジリエンスは学校教育で向上させることができることが確かめられました。実務者が研究しているため、高校生への働きかけが直接できる、すなわち社会還元をダイレクトに行うことができます。