

溝上 慎一の教育論(動画チャンネル) No20(心理学)

## #7 レジリエンスとは？回復プロセス？不利な状況に立ち向かう能力？—小塩真司先生（早稲田大学教授）にインタビュー

溝上 慎一 Shinichi Mizokami, Ph.D.

学校法人桐蔭学園 理事長  
桐蔭横浜大学 教授

<http://smizok.net/>  
E-mail [mizokami@toin.ac.jp](mailto:mizokami@toin.ac.jp)

学校法人河合塾 教育研究開発本部 研究顧問

【プロフィール】1970年幸生まれ。大阪府立茨木高校卒業。神戸大学教育学部卒業、1996年京都大学助手、講師、准教授、2014年教授を経て2018年に桐蔭学園へ。桐蔭横浜大学学長（2020-2021年）。京都大学博士（教育学）。

\*詳しくはスライド最後をご覧ください

※本動画チャンネルは溝上が個人的に作成・提供するものです。  
公益財団法人電通育英会の助成を受けて行われています

## (ご紹介)



小塩真司

おしお あつし

早稲田大学 文学学術院 教授

名古屋大学教育学研究科修了。中部大学を経て、2012年より早稲田大学、現在に至る。

専門はパーソナリティ心理学，発達心理学



小塩真司・平野真理・上野雄己（編）  
(2021). レジリエンスの心理学—社会を  
よりよく生きるために— 金子書房

**No20(心理学)**

**#6 心理学から見ると**

**「非認知能力」はどのような概念か**

**—小塩真司先生(早稲田大学教授)にインタビュー—**



**『非認知能力』をどのような視座で編集したかを聴きました!**



それではご覧ください

# レジリエンスの心理学

- 小塩真司・平野真理・上野雄己（編著） レジリエンスの心理学：社会をよりよく生きるために 金子書房
- 2021年9月発売 第2刷
- 全13章構成



# 目次

- 第Ⅰ部 レジリエンスの概念と測定
  - 第1章 レジリエンスとは
  - 第2章 危険因子と保護因子
  - 第3章 レジリエンスの測定
  - 第4章 レジリエンスに関連する心理特性
- 第Ⅱ部 レジリエンスと臨床・教育
  - 第5章 臨床場面でのレジリエンス
  - 第6章 教育場面でのレジリエンス
  - 第7章 レジリエンス介入の試み
  - 第8章 養育とレジリエンス
- 第Ⅲ部 レジリエンスと日常生活
  - 第9章 レジリエンスと人間関係
  - 第10章 レジリエンスとライフキャリア
  - 第11章 レジリエンスと身体活動・スポーツ
  - 第12章 レジリエンスと生涯発達
  - 第13章 レジリエンスと社会

# レジリエンスの概念と測定

- レジリエンス
  - 出来事による落ち込みからの回復
  - 「プロセス」「結果」「個人内要因」混合
- 回復には非常に多くの要因が存在
  - 危険因子と保護因子
  - 個人内要因と個人外の要因
- 世界中で多くの測定尺度
- 全体的に好ましい心理特性が関連

# レジリエンスと臨床・教育

- 臨床場面  
→「回復」と「崩れにくさ」特に後者の視点
- 回復を促す教育  
→学校の中のさまざまな場面で育まれる可能性
- 介入の試み  
→個人活動と集団活動のワークを通じて
- 子育ての中で  
→リスク要因に目を向ける  
→養育者のレジリエンスも



# レジリエンスと日常生活

- 人間関係の中で  
→リスクとレジリエンスをもたらす
- ライフキャリアレジリエンス  
→不安定な社会のなかで自らのライフキャリアを築き続ける力
- アスリートのレジリエンス  
→ストレスフルな状況, 成績への対処
- 生涯発達  
→成熟の原則
- 個人を超えたレジリエンス  
→社会, 経済, 生態系