

大学生の大学生活への適応過程に関する研究 (3)

都筑	学	西谷	明子
深瀬	吉邦	八島	健司
舟橋	一郎	宮本	知次
早川	宏子	白	善美

要 約

本研究の目的は、縦断的研究データにもとづいて、体連の学生の大学生活への適応過程を検討するとともに、一般学生の比較を行うことであった。一般学生および体連の学生の2年生302名、3年生76名を対象に調査を実施し、以下のような知見を得た。なお、1年生のときのデータは、都筑ら（1999）の調査資料を用いた。

- 1) 体連の学生は、上級生になるほど精神的不安などの心理的ストレスや部活動での悩み、個人生活上の悩みなどに関連するストレスをより強く感じていた。また、どの学年でも学習上の非常に強い悩みを抱えていた。友人からのサポートは1年生から2年で下がり、3年で再び上がっていた。
- 2) 体連の学生は一般学生に比べて、身体的ストレスと否定的感情を強く抱え、人間関係のトラブルなどの強いストレスを受けていた。特に、体連の学生は、部生活上の悩みと学習上の悩みに関連する強いストレスにさらされていた。同性友人と異性友人からの道具的サポートについては、体連の学生が一般学生よりも高かった。
- 3) 1年次から3年次まで、学年が上がると心理的ストレスやストレスが増加する傾向にあることが見いだされた。体連の学生は、大学生活全般に対して多くの困難を抱えていると言えるだろう。

目 的

われわれは1997年度から、中央大学の体育連盟に所属する学生と一般学生を対象として、彼らが大学生活に適応していく過程を検討する縦断的研究を開始した。その結果、身体的疲労などの点から心理的ストレスを訴える学生が多く、体連の学生では特に部活や学習についてのストレスを体験している学生が多いことが明らかになった（都筑ら、1998、1999）。また、個人競技種目の学生は、対人競技種目や集団競技種目の学生に比べて、精神面や身体面での不

調を強く感じ、対人的にも孤立する傾向があり、より強いストレスラーを体験していることも明らかになった（都筑ら、1999）。

本研究では、上記のような結果をふまえながら、上級生になるにつれて学業や部活動などを含む大学生活への適応がどのように進んでいくのかに関して、学年間の比較を行うことによって分析していくことを目的とする。

（都筑 学）

方 法

調査内容

質問項目は、①フェイスシート、②大学生活についての意識、③心身の適応状態（心理的ストレス反応尺度、ストレスラー尺度）、④自己評価（自尊心尺度）、⑤ソーシャル・サポート（ソーシャル・サポート尺度）、についてであり、都筑ら（1998）で用いた質問紙とほぼ同じである。

調査対象

中央大学2年生302名（男子213名、女子89名）、3年生76名（男子69名、女子7名）

学部は、法学部92名、経済学部104名、商学部127名、理工学部3名、文学部46名、総合政策学部6名だった。

調査手続

体連の学生については、学友会および各部の部長、監督を通して調査への協力を依頼し、各部のマネージャーから調査用紙を配布してもらって部ごとに調査を実施した。一般学生については、1年生については、体育実技の授業時間に担当教員を通して調査への協力を依頼し、集団で調査を実施した。

調査期間

1999年7月

結 果 の 整 理

体連の学生97年度入学生のうち第1～3回の調査に回答した学生、体連の学生および一般学

生98年度入学生のうち第1～2回の調査に回答した学生を分析の対象とした。

体連の学生97年度入学生については、1～3年の3回の縦断的調査データを比較分析した。体連の学生および一般学生98年度入学生については、1・2年の縦断的調査データを比較分析するとともに、学年ごとに体連の学生と一般学生の比較検討を行った。

心理的ストレス反応尺度とストレスサー尺度については、都筑ら(1999)にもとづいて、それぞれ6因子、8因子の下位因子ごとに平均値を算出した。

自尊心尺度については、反転項目を整理した後で、10項目の合計得点を算出した。

ソーシャル・サポート尺度については、先行研究(嶋,1991,1992)にもとづき、4つの下位因子ごとに平均値を算出した。

(都筑 学)

結果と考察

1. 心理的ストレス

1-1 体連の学生と一般学生の心理的ストレスの比較

表1に示したのは、体連の学生と一般学生における心理的ストレスの6因子ごとの平均値と標準偏差である。各因子ごとに、次のような特徴が見られた。

表1 体連の学生と一般学生における心理的ストレスの平均値

	体連の学生		一般学生	
	1年	2年	1年	2年
精神的不安	0.67(0.77)	0.61(0.74)	0.60(0.66)	0.58(0.68)
身体的ストレス	0.40(0.60)	0.34(0.54)	0.22(0.38)	0.22(0.40)
否定的感情	0.71(0.86)	0.70(0.76)	0.51(0.66)	0.48(0.64)
身体的不調	0.92(0.72)	0.89(0.70)	0.90(0.73)	0.80(0.71)
対人的孤立	0.45(0.67)	0.46(0.62)	0.37(0.55)	0.38(0.54)
情意減退	0.70(0.72)	0.66(0.69)	0.63(0.57)	0.61(0.60)

()内は標準偏差

(1) 精神的不安

体連の学生、一般学生のいずれにおいても、1年次から2年次にかけて統計的な有意な変化は認められなかった。また、体連の学生と一般学生との間にも、統計的な有意差は認められな

かった。このことから、体連の学生と一般学生は、1・2年生ともほぼ同じ程度の精神的不安を抱いているといえる。

個別の項目に関しては、次のような差異が見られた。体連の学生は1年生 ($M=0.84$)、2年生 ($M=1.00$) とともに、一般学生の1年生 ($M=0.66$)、2年生 ($M=0.58$) よりも「悲しい気持ちだ」と強く感じていた。

また、体連の学生は1年生 ($M=0.61$)、2年生 ($M=0.54$) とともに、一般学生の1年生 ($M=0.34$)、2年生 ($M=0.42$) よりも「泣きたい気持ちだ」と強く感じていた。

(2) 身体的ストレス

体連の学生、一般学生のいずれにおいても1年次から2年次にかけて統計的に有意な変化は見られなかった。その一方、体連の学生と一般学生との間には、1年でも2年でも身体的ストレスに関して統計的に有意な差が認められた。すなわち、体連の学生は一般学生よりも身体的ストレスを強く感じていた(1年; $t(298)=3.13, p<.01$, 2年; $t(293)=2.01, p<.01$)。

個別の項目に関しても、以下のような差異が認められた。体連の学生は、1年生 ($M=0.60$)、2年生 ($M=0.58$) とともに、一般学生の1年生 ($M=0.24$)、2年生 ($M=0.39$) よりも強い度合いで「びくびくしている」と感じていた。「胸が締め付けられるような気がする」という感じについても、体連の学生は1年生 ($M=0.40$)、2年生 ($M=0.40$) とともに、一般学生の1年生 ($M=0.25$)、2年生 ($M=0.24$) よりも強かった。また、体連の学生は1年生 ($M=0.40$)、2年生 ($M=0.36$) とともに、一般学生の1年生 ($M=0.18$)、2年生 ($M=0.24$) よりも「恐怖心を抱く」程度が強かった。

(3) 否定的感情

体連の学生、一般学生のいずれにおいても1年次から2年次にかけて統計的に有意な変化は見られなかった。その一方、体連の学生と一般学生との間には、1年でも2年でも否定的感情に関して統計的に有意な差が認められた。すなわち、体連の学生は一般学生よりも強い否定的感情を抱いていた(1年; $t(299)=2.24, p<.05$, 2年; $t(298)=2.72, p<.01$)。個別の項目に関しても次のような差異が認められた。体連の学生は1年生 ($M=0.72$)、2年生 ($M=0.86$) とともに、一般学生の1年生 ($M=0.42$)、2年生 ($M=0.46$) よりも、強い「怒りを感じる」としていた。また、一般学生では1年生 ($M=0.54$) から2年生 ($M=0.43$) にかけて「不愉快な気分だ」と感じる程度が低くなるのに対して、体連の学生では1年生 ($M=0.66$) よりも2年生 ($M=0.79$) の方がより強く「不愉快な気分だ」と感じるようになってい

た。「イライラする」についても同じような傾向であり、一般学生では1年生 ($M=0.52$) から2年生 ($M=0.45$) にかけて「イライラする」感情が減少するのに対して、体連の学生では1年生 ($M=0.64$) よりも2年生 ($M=0.75$) の方がより強く「イライラする」と感じていた。

(4) 身体的不調

体連の学生、一般学生のいずれにおいても、1年生から2年生にかけて統計的な有意な変化は見られなかった。また、体連の学生と一般学生との間にも、統計的な有意差は認められなかった。このことから、体連の学生と一般学生は、1・2年生ともほぼ同じ程度の身体的不調を訴えているといえる。

個別の項目に関しては、次のような差異が見られた。体連の学生 (1年生 $M=1.47$, 2年生 $M=1.45$) は、一般学生 (1年生 $M=1.17$, 2年生 $M=1.07$) よりも「身体がだるい」と強く感じていた。また、1年生 (一般学生 $M=1.16$, 体連の学生 $M=1.19$) の方が2年生 (一般学生 $M=0.95$, 体連の学生 $M=1.09$) よりも「身体が疲れやすい」と感じていた。

(5) 対人的孤立

体連の学生、一般学生のいずれにおいても、1年次から2年次にかけて統計的な有意な変化は認められなかった。また、体連の学生と一般学生との間にも、統計的な有意差は認められなかった。このことから、体連の学生と一般学生は、1・2年生ともほぼ同じ程度の対人的孤立を感じているといえる。

個別の項目に関しては、以下のような差異が見られた。体連の学生2年生 ($M=0.64$) は、体連の学生1年生 ($M=0.46$) や一般学生 (1年生 $M=0.42$, 2年生 $M=0.44$) よりも「他人に会うのが嫌で煩わしく感じられる」と強く思っていた。また、体連の学生 (1年生 $M=0.39$, 2年生 $M=0.38$) は一般学生 (1年生 $M=0.18$, 2年生 $M=0.18$) よりも「生きているのが嫌だ」と感じていた。

(6) 情意減退

体連の学生、一般学生のいずれにおいても、1年次から2年次にかけて統計的な有意な変化は認められなかった。また、体連の学生と一般学生との間にも、統計的な有意差は認められなかった。このことから、体連の学生と一般学生は、1・2年生とも情意減退の程度はほぼ同じだといえる。

個別の項目では、次のような差異が見られた。体連の学生 (1年生 $M=0.65$, 2年生 $M=0.81$)

は一般学生（1年生M=0.40, 2年生M=0.38）よりも「行動に落ち着きがない」と感じていた。それとは逆に、一般学生（1年生M=0.78, 2年生M=0.80）は体連の学生（1年生M=0.65, 2年生M=0.66）よりも「根気がない」と感じていた。

以上のように、体連の学生は一般学生に比べて、身体的ストレスと否定的感情を強く抱いていることが明らかとなった。身体のだるさや疲労感も体連の学生の方が強く感じていた。体連の学生は運動部に所属し身体を動かしてスポーツを行っている。そのために、日常的に自らの身体に対する感受性が高く、ほんのわずかな身体的変化を敏感に受け止める傾向にあることを示しているといえよう。体連の学生が抱えている否定的感情は、こうした身体的ストレスや身体不調に加えて、所属している運動部での成績や大学での学業生活の両方が影響しているものと思われる。

(都筑 学)

1-2 体連の学生における心理的ストレスの年次変化

表2に示したのは、体連の学生の1年生から3年生までの同一個人の心理的ストレスの年次変化である。

表2 体連の学生の心理的ストレスの年次変化（平均値）

	1 年	2 年	3 年
精神的不安	0.43(0.60)	0.61(0.65)	0.59(0.75)
身体的ストレス	0.20(0.38)	0.29(0.48)	0.32(0.52)
否定的感情	0.45(0.64)	0.64(0.77)	0.59(0.81)
身体的不調	0.77(0.62)	0.79(0.66)	0.67(0.65)
対人的孤立	0.24(0.47)	0.53(0.82)	0.45(0.70)
情意減退	0.62(0.68)	0.60(0.68)	0.57(0.66)

() 内は標準偏差

(1) 精神的不安

1年次の時に比べて2・3年次になってからのの方が精神的不安は高い傾向にあったが、統計的にはその差は有意ではなかった。

個別の項目では、「気分が落ち込む」（1年生M=0.49, 2年生M=0.74, 3年生M=0.75）, 「悲しい気持ちだ」（1年生M=0.53, 2年生M=0.84, 3年生M=0.84）, 「泣きたい気分だ」（1年生M=0.33, 2年生M=0.50, 3年生M=0.61）において、2・3年次が、そのように

感じる程度が強かった。

(2) 身体的ストレス

2・3年次の方が1年次の時に比べて身体的ストレスをやや強く感じる傾向が見られたが、その差は有意ではなかった。

個別の項目では、「呼吸が苦しくなる」(1年M=0.28, 2年M=0.30, 3年M=0.52), 「よく眠れない」(1年M=0.29, 2年M=0.57, 3年M=0.53)において、上級生になってから、そう感じる傾向が見られた。

(3) 否定的感情

1年次の時に比べて2・3年次になってからのの方が否定的感情は高い傾向にあったが、統計的にはその差は有意ではなかった。

個別の項目では、「不機嫌で怒りっぽい」(1年M=0.51, 2年M=0.76, 3年M=0.78), 「不愉快な気分だ」(1年M=0.43, 2年M=0.71, 3年M=0.66)において、2・3年次になってから、そのように感じる程度が強かった。

(4) 身体的不調

3年次では1・2年次の時よりも、身体的不調がやや軽減されている傾向が見られるが、その差は統計的には有意ではなかった。

個別の項目では、特に顕著な傾向はなかった。

(5) 対人的孤立

2年次は1年次よりも対人的孤立を強く感じていた ($t(74) = -3.13, p < .03$)。3年次になるとやや下がるものの、上級生になってからのの方が対人的孤立を強く感じている。

個別の項目では、「生きているのが嫌だ」(1年M=0.13, 2年M=0.43, 3年M=0.39), 「他人に会うのが嫌で煩わしく感じられる」(1年M=0.22, 2年M=0.51, 3年M=0.46), 「人が信じられない」(1年M=0.30, 2年M=0.47, 3年M=0.48)において、2・3年次で対人的孤立を感じる程度が強かった。

(6) 情意減退

1年次から3年次まで、ほぼ同じで差異は見られなかった。

以上のことから、1年次から3年次にかけて、精神的不安、身体的ストレス、否定的感情、対人的孤立に関連する心理的ストレスは増大する傾向にあり、体連の学生が、上級生になるにつれて心理的ストレスをより強く感じるようになるといえる。

(八島 健司)

2-1 体連の学生と一般学生とのストレス比較

体連の学生2年次と同学生1年次、一般学生2年次と同学生1年次との4群に分け、39項目のストレスそれぞれについて、体連の学生と一般学生とのストレスの差異を比較検討した。また体連の学生が1年から2年に進学して生じるストレスの動的変化と、一般学生が1年から2年に進学して生じるストレスの動的変化について、その両者の動的差異を同項目について比較検討した。

(1) 人間関係のトラブル

体連の学生と一般学生との比較をすると、1年生では両者に有意差はないが、2年生になると体連の学生は、5%水準の有意差で、一般学生に比べ「人間関係のトラブル因子」が増えている ($t(296) = -2.00, p < .05$)。

体連の学生同士1年と2年の比較では、5%水準の有意差で、2年次では1年次に比べ「人間関係のトラブル因子」が増えているが ($t(144) = 2.18, p < .05$)、一般学生同士1年と2年の比較では有意差はない。

表3 体連の学生と一般学生とのストレス比較

	体連の学生		一般学生	
	1年	2年	1年	2年
人間関係のトラブル	0.99(0.90)	1.13(0.89)	0.85(0.83)	0.93(0.87)
部生活での悩み	1.73(1.12)	1.76(1.01)	0.75(0.68)	0.78(0.76)
個人生活上の悩み	1.00(0.66)	1.13(0.70)	0.90(0.60)	0.98(0.66)
能力・性格の自己評価	1.31(1.06)	1.58(0.98)	1.39(0.94)	1.60(0.95)
大学生活の悩み	0.88(0.81)	0.99(0.87)	0.71(0.75)	0.73(0.85)
学習意欲の低下	1.28(1.18)	1.05(1.01)	1.26(1.18)	1.09(1.08)
生活条件の負担増	1.24(0.82)	1.25(0.75)	1.00(0.67)	0.95(0.60)
学習上の悩み	2.15(1.33)	2.36(1.21)	1.62(1.09)	1.76(1.13)

() 内は標準偏差

各項目別にみると、下記の3項目において、体連の学生と一般学生との間で平均値の差が認められた。

体連の学生が1年から2年になると「人間関係のトラブル」因子の得点が増える統計上の背景を、具体的に質問項目で検討すると、以下のような特徴が見られた。

友人や先輩とのつき合いについては、1年生(体連M=1.21, 一般M=0.80), 2年生(体連M=1.30, 一般M=1.00)ともに両者にやや差があり、体連の学生は一般学生に比べ「友人や先輩とのつき合いがうまくいかなかった」と答える者がやや多かった。

体連の学生と一般学生にやや差がでる理由は、一般学生に比べ体連の学生は共同生活の場が多く対人距離が短いため、一旦対人関係が悪化すると、それが強いストレスになるためではないかと考えられる。

仲間の話題についていけなかったについては、1年次(体連M=1.09, 一般M=0.90)は両者に差はないが、2年生(体連M=1.22, 一般M=0.86)では差が見られ、体連の学生は2年になると一般学生に比べ「仲間の話題についていけなかった」と答える者がやや多かった。

部・サークル内の人間関係がうまくいかなかったについては、1年生(体連M=1.50, 一般M=0.63), 2年生(体連M=1.23, 一般M=0.74)ともに両者にやや差があり、体連の学生は一般学生に比べ「部・サークル内の人間関係がうまくいかなかった」と答える者がやや多かった。

体連の学生は部を中心とした共同的生活をする場合が多く、人間関係がより緊密であるため、かえって対人関係が難しくなるのであろう。

(2) 部生活での悩み

体連の学生と一般学生との群比較では、1年生($t(297)=-9.21, p<.000$), 2年生($t(294)=-9.47, p<.000$)ともに1%水準の有意差で、体連の学生は一般学生に比べ部生活での悩みに多くさらされている。

この因子群6項目を各項目別にみると、下記の全6項目において体連の学生と一般学生との間で平均値の差が認められた。

部・サークルの活動の内容についての悩みについては、1年生(体連M=1.50, 一般M=1.26)は両者に差はないが、2年生(体連M=1.91, 一般M=1.31)では差が認められ、体連の学生は2年になると一般学生に比べ「部・サークルの活動の内容について悩んだ」と答える者が多かった。

体連の学生において2年生は1年生に比べ「部・サークルの活動の内容について悩んだ」と

答える者がやや増えているが、一般学生同士1年と2年の比較では差は認められない。

部・サークルの活動で拘束される時間の増加については、1年次（体連M=2.22，一般M=0.94），2年次（体連M=2.25，一般M=0.97）ともに大きな差が認められ、体連の学生は一般学生に比べ、部・サークルの活動で拘束される時間が増えている。体連の学生は運動部活動が学生生活の主要な部分を占めるため、部活動に拘束される時間が増えるのは十分うなずける。

授業と部・サークルの活動の両立の苦勞については、1年生（体連M=2.22，一般M=0.94），2年生（体連M=2.25，一般M=0.97）ともに両者に大きな差があり、体連の学生は一般学生に比べ、授業と部・サークルの活動の両立に苦勞している。体連の学生は学生生活の中心が部活動にあるため、授業との両立に苦勞するのは想像に難くない。

生活習慣（言葉やマナー）の違いによるとまどいについては、1年生（体連M=1.67，一般M=0.66），2年生（体連M=1.45，一般M=0.60）ともに大きな差が認められ、体連の学生は一般学生に比べ「生活習慣（言葉やマナー）の違いにとまどった」と答える者が多かった。体連の学生は寮生活、あるいは集団で部活動をするなど共同生活の場が多く対人距離が短いため、生活習慣の違いがより強く感知されるためであろう。

寮生活で規則による束縛やプライバシーの侵害については、1年生（体連M=1.47，一般M=0.12），2年生（体連M=1.53，一般M=0.10）ともに両者に大きな差があり、体連の学生は一般学生に比べ「寮生活で規則による束縛やプライバシーの侵害を受けた」と答える者が多かった。体連の学生は寮生活者が多く、寮生活で規則による束縛やプライバシーの侵害を受ける機会は一般学生に比べ多い。しかし寮生活でプライバシーの侵害を受けることは改善の余地があり、今後の課題となろう。

部・サークルの活動においての自分の適性や能力についての悩みに関して、体連の学生と一般学生との比較では、1年生（体連M=1.53，一般M=0.76）に差を認め、2年生（体連M=1.95，一般M=0.71）に大きな差が認められ、体連の学生は一般学生に比べ「部・サークルの活動において自分の適性や能力について悩んだ」と答える者が多かった。

体連の学生同士1年と2年の比較では、0.42もの差が認められ、在学年数が増すと「適性や能力に対する悩み」が増えている。また別学年調査の体連の学生1年（M=1.39），2年（M=1.71），3年（M=2.07）を参照しても、体連の学生は年を追うごとに「適性や能力に対する悩み」が増えている。一般学生同士1年と2年の比較では学年による差がない。体連の学生が一般学生に比べ「適性や能力に対する悩み」が多く、かつ学年を追うごとに「適性や能力に対する悩み」が増える現象は、体連の学生が置かれている状況の厳しさを物語っている。

(3) 個人生活上の悩み

体連の学生と一般学生における4つの群のいずれの比較でも有意差が認められなかった。

各項目別にみると、下記の4項目において体連の学生と一般学生との間で平均値の差が認められた。

自分の経済状態(生活費など)の悪化については、1年生(体連M=1.75, 一般M=1.50)は差を認めず、2年生(体連M=1.75, 一般M=1.41)にやや差が認められ、体連の学生は一般学生に比べ2年次に「自分の経済状態が悪くなった」と答える者がやや多かった。

家族の経済状態の悪化については、1年生(体連M=1.07, 一般M=0.77)、2年生(体連M=1.20, 一般M=0.75)ともにやや差が認められ、体連の学生は一般学生に比べ「家族の経済状態が悪くなった」と答える者がやや多かった。

体重の増加については、1年生(体連M=1.27, 一般M=0.59)、2年生(体連M=1.46, 一般M=0.79)ともに両者に差があり、体連の学生は一般学生に比べ「体重が増えた」と答える者が多かった。

身体の調子が変わった(病気やケガも含む)については、1年生(体連M=1.54, 一般M=0.88)、2年生(体連M=1.65, 一般M=0.97)ともに両者に差を認め、体連の学生は一般学生に比べ「身体の調子が変わった」と答える者が多かった。

(4) 能力・性格の自己評価

体連学生と一般学生との比較では両者に有意差は認められなかった。

体連学生同士1年と2年の比較では、1%水準の有意差($t(144)=2.66, p<.01$)で、また一般学生同士1年と2年の比較でも1%水準の有意差($t(152)=2.68, p<.01$)で、体連の学生も一般学生も共に、2年生は1年生に比べ「能力・性格の自己評価」をより深刻に受けとめている。

各項目別にみると、下記の2項目において、体連の学生と一般学生との間に平均値の差が認められた。

自分の性格について考えるようになったについては、1年生(体連M=1.31, 一般M=1.69)では一般学生の方が体連の学生よりも「性格について考えるようになった」と感じていたが、2年生(体連M=1.66, 一般M=1.58)には差が認められなかった。

周りの人から期待されたについては、1年生(体連M=1.28, 一般M=0.60)では差があったが、2年生(体連M=1.28, 一般M=0.99)においては差が認められなかった。1年生は体連の学生の方が一般学生より「周りの人から期待された」と感じていたが、2年生においては

両者の差は無くなっている。

(5) 大学生生活の悩み

体連の学生と一般学生との比較では、1年次は5%水準の有意差($t(299) = -1.94, p < .05$)で、2年次は1%水準の有意差($t(297) = -2.59, p < .01$)で、体連の学生は一般学生に比べ、大学生生活の悩みを多く感じている。

体連、一般学生同士1年と2年の比較ではいずれも有意差はなかった。

各項目別にみると、下記の1項目で体連の学生と一般学生との間において平均値の差が認められた。

いっしょに楽しめる友達が減ったについては、1年次(体連 $M=1.36$, 一般 $M=0.67$)、2年次(体連 $M=1.43$, 一般 $M=0.63$)ともに体連の学生と一般学生との間に差が認められた。体連の学生は一般学生に比べ「いっしょに楽しめる友達が減った」と答える者が多かった。

(6) 学習意欲の低下

体連の学生と一般学生との比較では、両者に有意差はなかった。

体連の学生同士1年と2年の比較では、体連の2年生は1年生に比べ5%水準の有意差で「学習意欲の低下」に悩んでいるが($t(146) = -2.35, p < .05$)、一般学生同士1年と2年の比較では有意差はなかった。

各項目別にみても、各項目で体連の学生と一般学生との間において平均値の差は認められなかった。

(7) 生活条件の負担増

体連の学生と一般学生との比較をすると、1年生では5%水準の有意差で($t(299) = -2.80, P < .05$)、2年次は1%水準の有意差で($t(295) = -3.78, p < .01$)、体連の学生は一般学生に比べ「生活条件の負担増」を感じている。

体連、一般学生同士1年と2年の比較ではいずれも有意差はなかった。

各項目別にみると、下記の3項目で体連の学生と一般学生との間に平均値の差が認められた。生活上の仕事(洗濯、炊事など)の増加については、1年生(体連 $M=2.12$, 一般 $M=1.01$)、2年生(体連 $M=1.94$, 一般 $M=0.87$)ともに両者に差が認められ、体連の学生は一般学生に比較して「生活上の仕事が増えた」と感じている。

通学中のラッシュの負担については、1年次(体連 $M=0.75$, 一般 $M=1.28$)、2年次(体

連 $M=0.7$, 一般 $M=1.27$)ともに両者に逆の方向での差が認められた。寮生活者の多い体連の学生は、専用バス通学や徒歩通学が多いため電車通学は少なく、通学中のラッシュの負担は一般学生の方が多いとみられる。

隣近所が騒々しくなったについては、1年生(体連 $M=0.70$, 一般 $M=0.39$)に両者にやや差が認められ、2年生(体連 $M=0.98$, 一般 $M=0.35$)において両者に大きな差があった。体連の学生は一般学生に比べ「隣近所が騒々しくなった」と答える者がやや多かった。

(8) 学習上の悩み

この因子の得点は、体連の学生と一般学生とを合わせた全体の平均値が2.14と高く、体連の学生も一般学生も学習上の悩みを多く抱えている。

体連の学生と一般学生との比較をすると、1年生($t(297)=-3.77$, $p<.01$), 2年生($t(296)=-4.40$, $p<.01$)ともに1%水準の有意差で、体連の学生は一般学生に比較して更に大きな「学習上の悩み」を感じている。

体連、一般学生同士1年と2年の比較ではいずれも有意差はなかった。

各項目別にみると、2項目ともに体連の学生と一般学生との間に平均値の差が認められた。

授業の課題やレポートをこなすのが大変だったについては、1年生(体連 $M=2.20$, 一般 $M=1.36$), 2年生(体連 $M=2.64$, 一般 $M=1.71$)ともに両者に差があった。

体連の学生同士1年と2年の比較では0.44の差があり、一般学生同士1年と一般学生2年の比較でも0.35の差があった。

体連の学生は一般学生に比べ「授業の課題やレポートをこなすのが大変だった」と感じており、体連の学生も一般学生も共に1年次より2年次の方が、「大変だった」と答える者がやや多かった。

自分の勉強がうまく進まなかったについては、体連の学生は1年 $M=2.28$, 2年 $M=2.40$ であり、一般学生は1年 $M=1.88$, 2年 $M=1.81$ だった。体連の学生、一般学生ともに平均値が高い。体連の学生、一般学生を問わず「自分の勉強がうまく進まなかった」と感じている学生は多い。

体連の学生と一般学生との比較では、1年生において両者にやや差があり、2年生では差が大きくなっていった。体連の学生は一般学生に比べ、また1年次より2年次の方が「自分の勉強がうまく進まなかった」と感じている。

以上のことから、次のようなことが明らかになった。

体連の学生と一般学生とのストレスの差異については、ほとんどの項目で体連の学生の方が一般学生より強いストレスを受けている。

8つの因子のうち「人間関係のトラブル」「部生活での悩み」「大学生生活の悩み」「生活条件の負担増」「学習上の悩み」の5つの因子において、体連の学生の方がより強いストレスを受けていた。残りの3つの因子では両者に有意な差はなかった。

また各項目でも、全39項目のうち20項目でストレスの強さは体連の学生が一般学生を上まわっていた。一般学生のストレスが体連の学生を上まわっていたのは「22通学中のラッシュが負担になった」の1項目のみであった。

特に両者に差が目立つのは、「部生活での悩み」とそれに含まれる全6項目と、「学習上の悩み因子群」とそれに含まれる全2項目であり、体連の学生は一般学生と比べて、「部生活上の悩み」と「学習上の悩み」をつくる強いストレスにさらされているといえる。

一方、体連の学生と一般学生についての、1年から2年に進学して生じるストレスの変化の両者の動的差異に関しては、全体として顕著な差異は認められなかった。

「人間関係のトラブル」では体連の学生にのみ有意差が認められ、体連の学生は一般学生に比べ1年から2年に進学して、「人間関係のトラブル」が増えている。「学習意欲の低下」でも体連の学生にのみ有意差が認められ、体連の学生は一般学生に比べ1年から2年に進学して、「学習意欲の低下因子」が増えている。

なお「能力・性格の自己評価」では、体連の学生も一般学生も共に1年から2年に進学して、有意差をもって「能力・性格の自己評価因子」が増え、能力・性格の自己評価を深刻に受けとめるようになっている。

各質問項目でみると、「部・サークルの活動の内容について悩んだ」「部・サークルの活動において自分の適性や能力について悩んだ」では、体連の学生にのみ平均値の差がやや認められ、体連の学生は一般学生に比べ1年から2年に進学して、部活動の内容についての悩みや部活動の適性や能力についての悩みがやや増えている。

「周りの人から期待された」では一般学生にのみ平均値の差がやや認められ、一般学生は体連の学生に比べ、1年から2年に進学して周りの人から期待される圧力がやや増えている。

なお「授業の課題やレポートをこなすのが大変だった」では、体連の学生も一般学生も共に1年から2年に進学して、「授業の課題やレポートをこなすのが大変だった」の平均値がやや増えていた。

(舟橋 一郎)

2-2 体連の学生におけるストレス得点の年次変化

表4に示したのは、体連の学生の1年次から3年次までの同一個人のストレス得点の平均値である。8つの因子ごとに、次のような特徴が見られた。

表4 体連の学生のストレスの年次変化(平均値)

	1年	2年	3年
人間関係のトラブル	0.87(0.94)	1.08(0.84)	1.11(1.19)
部活動での悩み	1.58(1.11)	1.68(0.96)	1.70(1.25)
個人生活上の悩み	0.94(0.95)	1.00(0.62)	1.25(1.08)
能力・性格の自己評価	1.29(1.07)	1.58(0.99)	1.42(1.42)
大学生生活の悩み	0.74(0.77)	0.99(0.89)	0.99(1.29)
学習意欲の低下	1.40(1.48)	1.13(0.98)	1.20(1.41)
生活条件の負担増	1.16(0.92)	1.02(0.77)	1.21(1.06)
学習上の悩み	2.38(1.42)	2.51(1.20)	2.42(1.49)

()内は標準偏差

(1) 人間関係のトラブル

2・3年生は1年生よりも人間関係のトラブルを強く感じており、1年と2年との間では5%水準でその差が有意であった。

個別の項目では、「友人関係がうまくいかなかった」(1年M=0.50, 2年M=0.64, 3年M=0.80), 「部・サークル内の人間関係がうまくいかなかった」(1年M=0.57, 2年M=0.83, 3年M=1.03)において、学年が上がるにつれて増加している。平均得点は低いものの、注意しなければならない傾向であろう。上級学生になるに従って、人間関係上のストレスが高まる傾向が体連の学生の固有な問題であれば、当事者の自助努力もさることながら指導者側の指導力の強化が不可欠と思われる。

(2) 部活動での悩み

1年から3年までのどの学年においても、部活動での悩みの程度は同じであり、ストレスは他の因子に比べて強い方であった。

個別の項目では、「部・サークル活動において自分の適性や能力について悩んだ」(1年M=1.40, 2年M=1.71, 3年M=2.07)と「部・サークルの活動内容について悩んだ」(1年M=1.66, 2年M=1.86, 3年M=1.91)は、急激な年次変化とはいえないものの上級学年に

なるに従って確実に上昇している。この傾向は、学生の「スポーツ集団」には常に派生する問題といえる。放置すれば「集団の士気」「集団の業績」を左右する問題でもある。指導者側のキメ細かな指導が不可欠と思われる。

「部活動で拘束される時間が増えた」(1年M=2.20, 2年M=2.01, 3年M=2.05)では、平均得点が高いのは高校時代との対比で拘束感が生じているのか、個人的な生活配分から生まれた拘束感なのかは不明である。今後、生活時間調査による研究等で、その原因究明と対応策を考える必要があるのではないか。

また、「授業と部・サークルの活動の両立に苦勞した」(1年M=2.07, 2年M=2.03, 3年M=2.05)は、学生のスポーツ活動の継続にはいつもついてまわる普遍的なストレスといえる。高い平均得点はむしろ正常な反応と見るべきで、当事者の内部努力が課題といえる。

(3) 個人生活上の悩み

個人生活上の悩みは、学年とともに大きくなっていき、3年生で最も悩みが強かった。1年生と3年生との間の差は、1%水準で統計的に有意であった。

個別の項目では、「身体の調子(病気やケガを含む)が変化した」(1年M=0.84, 2年M=1.34, 3年M=1.61)の増加に注目する必要がある。変化の内容や程度は不明だが、「体調不良で自分が意図するスポーツの業績を出せない」ことは、スポーツ選手にとって重大問題であるからである。特に、ケガの場合は致命的なマイナス要因となる場合が多い。ケガ予防の指導と故障者に対する万全のフォローアップ体制の構築が不可欠と思われる。

(4) 能力・性格の自己評価

2年生が最も能力・性格の自己評価に関するストレスを経験しており、1年生が最も低くなっていた。統計的に見ると、1年生と2年生、1年生と3年生との間の差がそれぞれ5%水準で有意であった。

(5) 大学生活上の悩み

1年生に比べて2・3年生は大学生活上の悩みが大きくなっており、1年生と2年生との差は1%水準で統計的にも有意であった。

個別の項目では、「大学のキャンパスになじめなかった」(1年M=0.50, 2年M=0.92, 3年M=1.03)は、得点平均が低いものの、1年次と比較して3年では割合で2倍以上にも増えている。上級学年になるに従って増加するのは何故なのだろうか。もし、キャンパスが「教室」

や「授業」を指しているとするれば、「学業放棄」または「不登校」現象と判断せざるをえない。適切な指導体制の整備が課題といえるだろう。

(6) 学習意欲の低下

1年次から3年次にかけて学年とともに、学習意欲の低下に関連するストレスラーはわずかではあるが減少する傾向にあり、このことから学年とともに学習意欲は微増することがうかがわれた。

(7) 生活上の負担

1年次から2年次にかけて生活上の負担増に関連するストレスラーは減少し、2年次から3年次にかけて再び増加する傾向が見られたが、統計的には有意ではなかった。

(8) 学習上の悩み

学習上の悩みに関連する8つのストレスラーの中でも最も強く、1年から3年にかけてはほぼ同じ程度で推移していた。

個別の項目では、「授業の課題やレポートをこなすのが大変」(1年M=2.51, 2年M=2.56, 3年M=2.67)は、調査項目中最高の平均得点を示し、しかも年次を追って微増ではあるが増加している。前述の「拘束時間の増加」や「両立の苦勞」と連動した反応と考えられる。そして「大学のキャンパスになじめない」反応と連動しているとするれば、深刻な問題といわざるを得ない。

「自分の勉強がうまく進まなかった」(1年M=2.24, 2年M=2.46, 3年M=2.17)は、3年次になってわずかな減少がみられたが、最高得点群にランクされていることには変わりはない。生活時間の調査や内部努力の方法についての個別なカウンセリングを強化することが不可欠と思われる。

以上のように、因子別のストレスラー得点(項目合計平均得点)の年次変化は、「学習意欲の低下群」のみが若干の減少傾向が見られるものの他は全ての群は増加していた。特に、どの年次でも最高得点を示した「学習上の悩み」、年次を追って急増した「部活動での悩み」「個人生活上の悩み」「能力性格の自己評価」等に含まれる個別項目には、スポーツ活動を行う学生の共通した悩みとして浮き彫りにされた感が強い。

体連の学生のストレスラーが上級学年になっても殆ど軽減せず、増加が目立つことは憂慮す

べき事態を示唆していると思わなければならない。体連の学生のスポーツ活動や学習活動を含む生活環境全体の改善が必要であると思われる。

(深瀬 吉邦)

3. 自尊心

3-1 体連の学生と一般学生の自尊心の比較

表5には、体連の学生と一般学生における自尊心の平均値を示しておいた。一般学生においては、1年次から2年次にかけて、自尊心は有意に高くなっていった ($t(150)=3.15, p<.05$)。大学生活に慣れることによって、大学の内外で自分自身の力を発揮できるようになったことによるのではないかと考えられる。その一方で、体連の学生においては、そのような学年による差は認められなかった。

また、体連の学生と一般学生を比較したところ、1年生でも2年生でも両者の間に有意差は見られなかった。

(白 善美)

表5 体連の学生と一般学生の自尊心の平均値

体連の学生		一般学生	
1年	2年	1年	2年
19.06(4.80)	18.97(4.45)	18.76(5.30)	19.74(5.36)

()内は標準偏差

3-2 体連の学生の自尊心の年次変化

表6に示されたように、体連の学生における1年から3年までの自尊心の年次変化に関しては、3学年ともほぼ同じ水準であり、有意差はみられなかった。

調査対象の体連の学生にスポーツ推薦入学者が相当数含まれることから、入学時点までの競技能力や競技成績が本人の希望するほど向上しなかったことで、自尊心を持っていないのかと推測される。自尊心獲得に対する何らかの阻害要因があるのかもしれない。40点満点の平均

表6 体連の学生における自尊心の年次変化 (平均値)

1年次	2年次	3年次
19.08(4.97)	19.07(4.98)	19.76(4.46)

()内は標準偏差

が20点であり, その水準近くに各年次平均が並んではいるものの, スポーツを得意とする学生たちが学年とともにもう少し自尊心を持ち得る状況が望ましいと思われる。

(宮本 知次)

4. 対人関係

4-1 体連の学生と一般学生の対人関係の比較

表7～9に示したのは, 体連の学生と一般学生が1年から2年へと移行する中で, 対人関係がどのように変化したか, 体連の学生と一般学生の間に差はあるかについてを見たものである。

対人関係の質問項目を4つの因子にまとめ, 平均値, 標準偏差を算出し, 有意差について検討を加えた。4つの因子は, 道具的サポート, 娯楽関連サポート, 問題解決サポート, 心理的サポートである。それぞれの因子に関して, 体連の学生と一般学生が, 1年から2年に進学する中でどのように変化したかを同一人物の年次変化から比較検討した。

表7 体連の学生と一般学生の対人関係の平均値 (同性友人)

	体連の学生		一般学生	
	1年	2年	1年	2年
道具的サポート	2.84(0.71)	2.88(0.75)	2.65(0.75)	2.62(0.69)
娯楽関連サポート	3.21(0.75)	3.20(0.81)	3.33(0.65)	3.32(0.68)
問題解決サポート	3.26(0.73)	3.31(0.78)	3.39(0.63)	3.34(0.65)
心理的サポート	3.03(0.77)	3.11(0.85)	3.14(0.75)	3.18(0.72)

()内は標準偏差

(1) 同性友人

対人関係の中の同性の友人についての結果は, 表7に示しておいた。

① 道具的サポート

体連の学生, 一般学生とも1年から2年にかけて大きな変化はない。体連の学生と一般学生の1年を比較すると, この間には有意な差が認められた。すなわち, 体連の学生 ($M=2.84$) は一般学生 ($M=2.65$) に比べてサポートを必要とする場合の多いことがわかる。($t(300)=2.31, p<.05$)。2年においても体連の学生 ($M=2.88$) と一般学生 ($M=2.62$) の間には同じく有意な差が認められた ($t(296)=3.18, p<.01$)。体連の学生, 一般学生とも, 同じ学生間での年次変化は見られないが, 体連の学生と一般学生の差は, 忙しい時に相互に手助けし

あうなど生活の場での関連が深いことがその根底にあると思われる。

② 娯楽関連サポート

体連の学生，一般学生とも1年から2年にかけて大きな変化はない。体連の学生と一般学生との比較においても，変化は少ない。

③ 問題解決サポート

問題解決サポートである「助言しあう」「教えあう」「情報交換」などを同性友人とサポートすることは1年から2年にかけて増加することは少ない。体連の学生については一般学生と比較して2年はやや増加傾向を示し，標準偏差も大きくなっていることから個人差があることがうかがえる。

この項目は，学業面における情報交換等の大学における生活には欠かせない対人関係が含まれているため，特に一般学生にとっては欠くことができない重要な要素がある。体連の学生は，合宿生活の中で先輩や他の部の友人との間で常に情報を得ることができる態勢にあるが，一般学生にとって友人は情報交換上も必要な存在と考えられる。

④ 心理的サポート

体連の学生，一般学生とも1年から2年にかけて大きな変化は見られない。体連の学生と一般学生を比較すると，平均値では1・2年とも一般学生が高い値を示すが，両者間には大きな差はない。しかし体連の学生にはバラツキが多く，個人差が大きいと言える。

大学に入学後，心理的にサポートしあうような新しい友人関係が，同性友人の中で生じなかったと考えられる。

(2) 異性友人

表8に示されたように，対人関係の中の異性の友人について見ると，同性友人と比べて大きな差が見られる。

表8 体連の学生と一般学生の対人関係の平均値（異性友人）

	体連の学生		一般学生	
	1年	2年	1年	2年
道具的サポート	2.26(0.94)	2.52(0.95)	2.10(0.85)	2.30(0.85)
娯楽関連サポート	2.53(0.99)	2.84(0.93)	2.52(0.92)	2.71(0.91)
問題解決サポート	2.66(1.00)	2.93(0.93)	2.71(0.97)	2.84(0.87)
心理的サポート	2.48(1.02)	2.79(0.95)	2.37(0.99)	2.64(0.94)

()内は標準偏差

① 道具的サポート

異性友人における道具的サポートについての変化を見ると、体連の学生では、1年(M=2.26)と2年(M=2.52)の間に統計的に有意な差が認められた($t(296)=2.07, p<.01$)。一般学生においても1年(M=2.10)と2年(M=2.30)の間に有意差が認められた($t(151)=2.99, p<.01$)。体連の学生と一般学生の間では体連の学生が平均値も高く、2年では有意差が認められた($t(296)=2.07, p<.05$)。

異性友人の道具的サポートについては、2年になると体連の学生、一般学生とも有意に増加すると言える。大学入学後、異性の友人ができ、お互いに手助けしあったり、プレゼントなどの交流が新たにできたことがうかがえる。

② 娯楽関連サポート

異性友人と娯乐的サポートについて変化を見ると、体連の学生では、1年(M=2.53)と2年(M=2.84)の間には有意な差が認められた($t(145)=3.87, p<.01$)。

一般学生では1年(M=2.52)と2年(M=2.71)の間に有意な差が認められた($t(151)=2.82, p<.01$)。

体連の学生と一般学生の間には大きな差は認められない。一般学生、体連の学生とも2年になると「おしゃべりをする」「遊ぶ」など異性友人が増加することが判る。

③ 問題解決サポート

異性友人と娯乐的サポートについては、体連の学生では、1年(M=2.66)と2年(M=2.93)の間には有意な差が認められた($t(145)=3.00, p<.01$)。一般学生では1年(M=2.71)と2年(M=2.84)の間に有意な差が認められた($t(151)=2.08, p<.05$)。

一般学生と体連の学生との間には差は認められなかった。このように1年から2年になるに従い異性友人との情報交換等が多くなることが考えられる。

④ 心理的サポート

異性友人と心理的サポートについては、体連の学生では、1年(M=2.48)と2年(M=2.79)の間に有意な差が認められた($t(143)=3.49, p<.01$)。一般学生では1年(M=2.37)と2年(M=2.64)の間に有意な差が認められた($t(150)=3.91, p<.01$)。

前項と同じく一般学生と体連の学生の間には殆ど差は認められない。

全項目とも1年と2年では有意に増加し、異性との関連が深くなってくると言える。

(3) 家族

表9に示された家族との関連を見ると、一般学生と体連の学生には多少の相違が見られる。

表9 体連の学生と一般学生の対人関係の平均値(家族)

	体連の学生		一般学生	
	1年	2年	1年	2年
道具的サポート	2.46(0.72)	2.59(0.79)	2.67(0.81)	2.69(0.79)
娯楽関連サポート	2.35(0.82)	2.44(0.89)	2.55(0.90)	2.59(0.88)
問題解決サポート	2.67(0.78)	2.79(0.79)	2.86(0.83)	2.87(0.85)
心理的サポート	2.44(0.66)	2.57(0.85)	2.65(0.75)	2.59(0.89)

()内は標準偏差

① 道具的サポート

家族とのサポート関係は、体連の学生には、1年(M=2.46)、2年(M=2.59)と少し増加するが、一般学生において年次的変化は殆ど認められない。1年の体連の学生と一般学生の間(M=2.67)には有意な差が認められた($t(297)=2.54, p<.05$)。

体連の学生は、家族のサポートより部における連携が強いため必要性が薄い、一般学生は入学時のサポートの必要性が体連の学生より高いと言える。

② 娯乐的サポート

家族と娯乐的サポートの関係は、体連の学生、一般学生とも年次変化は少ない。

1年では体連の学生(M=2.35)と一般学生(M=2.55)の間には、1年で有意な差が認められた($t(296)=2.04, p<.05$)。2年では差は少なく有意な差は認められない。

③ 問題解決サポート

家族と問題解決サポートについては、体連の学生、一般学生とも年次変化は見られない。

1年では体連の学生(M=2.67)と一般学生(M=2.86)との比較で有意な差が認められた($t(297)=2.00, p<.05$)。

2年では、娯乐的サポートと同様に有意な差は認められない。

④ 心理的サポート

家族と心理的サポートについては、体連の学生、一般学生とも年次的変化に有意な差は認められないが、1年から2年にかけて一般学生は減少傾向を示し、体連の学生は増加の傾向を示す。1年では体連の学生(M=2.44)と一般学生(M=2.65)では有意な差が認められた($t(296)=1.91, p<.05$)。2年では差が認められなかった。

以上のことから、次のようなことがいえよう。

同性の友人に関しては、1年から2年への年次的な変化は見られない。

一般学生と体連の学生の間には、道具的サポートについてのみ体連の学生が有意に高い。これは1年より競技を通じて仲間意識が形成され、お互いの助けの必要度が高いためではないだろうか。他の面ではあまり変化はないが、問題解決サポートや心理的サポートでは体連の学生より一般学生はやや高い傾向が見られる。

異性の友人に関しては、一般学生も体連の学生も2年になると有意に増加する。なかでも道具的サポートは、一般学生に比べ体連の学生は有意に高く異性友人との間に一般学生とは異なる様子がうかがえる。

家族関係では、1年から2年への年次的変化は殆ど見られないが、一般学生は心理的サポートのみ減少している。これは大学に対人関係が多くなったことと関係があるのではと思われる。体連の学生はどの項目も僅かではあるが増加している。

全体を見ると、同性の友人の比率が高いが1年から2年の変化は少なく、有意に増加の傾向を示すのは、体連の学生も一般の学生も異性の友人である。家族関係は、一般学生の方がやや高い傾向を示していた。

(西谷 明子)

4-2 体連の学生の対人関係の年次変化

体連の学生は、彼等が受けるストレスに対してどのような社会的支援でそれらの解消をはかると感じているのだろうか。体連の学生の1年生から3年生までの3年間の年次比較を試みた。

(1) 同性友人

同性の友人から受けているサポート得点の平均値については、表10にその結果を示してある。

①道具的サポート

1年次で道具的サポートの得点が一番高く、2年次に下がり、3年次にはやや上がる傾向にあった。1年次と2年次の間で得点の差は統計的に有意であり ($t(69)=4.11, p<.01$)、相

表10 体連の学生における対人関係の年次変化(同性友人)(平均値)

	1 年	2 年	3 年
道具的サポート	3.05(0.76)	2.75(0.56)	2.90(0.76)
娯楽関連サポート	3.44(0.69)	3.21(0.74)	3.31(0.72)
問題解決サポート	3.49(0.63)	3.24(0.68)	3.32(0.81)
心理的サポート	3.31(0.72)	3.09(0.71)	3.22(0.80)

() 内は標準偏差

互に助け合うなどのサポートが入学後よりも一旦少なくなっているといえる。

②娯楽関連サポート

1年次から2年次で一度下がり、3年次にかけて上がる傾向にあったが、統計的には有意差は認められなかった。

③問題解決サポート

1年次から2年次へと学年が進むと、問題解決サポートの得点が有意に低下していた($t(69) = 3.08, p < .01$)。「助言しあう」「教えあう」「情報交換」などをして同性友人をサポートすることが1年から2年で一度減少し、3年になってまたやや上向きの傾向になっていた。

④心理的サポート

1年次から2年次にかけて、心理的サポート得点が有意に低下していた($t(67) = 2.90, p < .01$)。3年次では再びサポート得点が増加するが、1年次の水準までには達していなかった。

(2) 異性友人

表11に示したのが、異性の友人から精神衛生上で受けていると感じる4つの種類のサポート得点の平均値である。

表11 体連の学生における対人関係の年次変化(異性友人)(平均値)

	1年	2年	3年
道具的サポート	2.51(0.94)	2.34(0.89)	2.70(0.99)
娯楽関連サポート	2.85(0.99)	2.66(0.88)	2.97(0.97)
問題解決サポート	2.96(0.91)	2.72(0.86)	3.10(0.90)
心理的サポート	2.73(1.01)	2.61(0.95)	3.02(0.96)

()内は標準偏差

①道具的サポート

3年次が異性友人からの道具的サポート得点が高かったが、その差は統計的には有意ではなかった。

②娯楽関連サポート

2年次から3年次へ進級すると、異性からの娯楽関連サポート得点が有意に増加していた($t(75) = -2.82, p < .01$)。1年次に比べても3年次の得点が高く、異性の友人と「いっしょに遊びに出かけたり」「おしゃべりなどをして過ごす」機会が増えているといえる。

③問題解決サポート

1年次から2年次で一旦は得点が下がるが、2年次から3年次の間で再びサポート得点は増加をしており、統計的にもその差は有意であった ($t(75) = -3.63, p < .01$)。異性の友人からも、「助言」「教えあい」「情報交換」などのサポートを受けるようになるといえる。

④心理的サポート

3年次において得点が最も高く、1年次と3年次 ($t(72) = -2.18, p < .05$)、2年次と3年次 ($t(75) = -3.75, p < .01$) の間で、その差が統計的に有意だった。3年生は、プライベートなことや個人的な悩みを話したり、困ったときに助言を受けるときにも、異性の友人をより頼りにしているといえるだろう。

(3) 家族

表12に示されたように、家族からの4つの種類のサポートに関しては、3学年ともにほぼ同じ程度であり、有意差は認められなかった。

以上のことから、同性友人からのサポートは、道具的サポート、娯楽関連サポート、問題解決サポート、心理的サポートのいずれにおいても、入学してすぐの1年次で得点が一番高く、2年次にかけて下がり、そして、3年次で再び上がるという傾向が見られた。

また、異性の友人から精神衛生上に受けていると感じるサポートについては、道具的サポート、娯楽関連サポート、問題解決サポート、心理的サポートのいずれにおいても、1年次から3年次で得点が下がり、そして、3年次で一番得点が高くなっていった。

1年次から2年次でサポート得点が下がるのは、大学に入って友人との対人関係を再び作り上げるのに時間を要することを示していると考えられるのではないだろうか。また、上級生になるにつれて、同性友人だけでなく、異性の友人との関係が重要になっていくことを示しているといえるのではないだろうか。

(早川 宏子)

表12 体連の学生における対人関係の年次変化(家族)(平均値)

	1年	2年	3年
道具的サポート	2.64(0.77)	2.48(0.76)	2.58(0.82)
娯楽関連サポート	2.50(0.82)	2.46(0.80)	2.52(0.93)
問題解決サポート	2.88(0.77)	2.71(0.79)	2.82(0.87)
心理的サポート	2.47(0.86)	2.47(0.82)	2.54(0.92)

()内は標準偏差

ま と め

本研究では、大学生の大学生活への適応過程に関する縦断的研究の第1回から第3回までの調査結果にもとづいて、学年進行に伴う同一個人の変化を検討するとともに、あわせて、体連の学生と一般学生の比較を行った。得られた主な知見は、以下のとおりである。

- 1) 体連の学生は学年によって、次のような特徴を示していた。
 - ①上級生ほど精神的不安、身体的ストレス、否定的感情、対人的孤立などの心理的ストレスをより強く感じていた。
 - ②どの学年でも学習上の非常に強い悩みを抱えていた。また、上級生になるほど、部活動での悩み、個人生活上の悩み、能力・性格の自己評価、人間関係のトラブルに関連するストレスを強く感じていた。
 - ③自尊心については、学年による変化は見られなかった。
 - ④同性友人と異性友人からのサポートは1年から2年で下がり、3年で再び上がっていた。同性友人からのサポートは1年次が最も高く、異性友人からのサポートは3年次が最も高かった。
- 2) 体連の学生と一般学生の比較では、次のようなことが明らかになった。
 - ①体連の学生は一般学生に比べて、身体的ストレスと否定的感情を強く抱いていた。
 - ②体連の学生の方が一般学生よりも、人間関係のトラブル、部生活での悩み、大学生生活上の悩み、生活条件の負担増、学習上の悩みにおいて、より強いストレスを受けていた。特に、体連の学生は一般学生と比べて、部生活上の悩みと学習上の悩みに関連する強いストレスにさらされていた。
 - ③体連の学生と一般学生との間には、自尊心の得点には差がなかった。
 - ④同性友人と異性友人からの道具的サポートについては、体連の学生が一般学生よりも高かった。

今年は、1年次から3年次までの分析を初めて行ったが、学年が上がると心理的ストレスやストレスが増加する傾向にあることが見いだされた。体連の学生は、大学生活全般に対して多くの困難を抱えていると言えるだろう。また、同じ体連の学生でも入学年次によって多少傾向が違う様子もうかがわれた。分析などの手法で、さらに詳細に検討していくことが課題として残された。

(都筑 学)

謝 辞

調査の実施にご協力いただいた, 本学助教授・市場俊之先生, 同・森正明先生, 本学専任講師・加納樹里先生, 同・布目靖則先生, 本学兼任講師・一正孝先生, 同・田中誠一先生に感謝いたします。

文 献

- 嶋信宏 1991 大学生のソーシャルサポートネットワークの測定に関する一研究. 教育心理学研究, 39, 440-447.
- 嶋信宏 1992 大学生におけるソーシャルサポートの日常生活ストレスに対する効果. 社会心理学研究, 7, 45-53.
- 都筑学・八島健司・深瀬吉邦・西谷明子・宮本知次・白善美 1998 大学生の大学生活への適応過程に関する研究(1) —大学1年次生における体育連盟所属学生と一般学生との比較— 中央大学保健体育研究所紀要 16, 1-34.
- 都筑学・西谷明子・宮本知次・舟橋一郎・八島健司・早川宏子・深瀬吉邦・白善美 1999 大学生の大学生活への適応過程に関する研究(2) —体育連盟所属学生のストレスおよびストレスラーに対する意識の検討— 中央大学保健体育研究所紀要 17, 147-171.