

<論 文>

[学生の精神衛生研究班]

## 大学生の大学生生活への適応過程に関する研究 (9)

—4コホートの縦断的データの分析から—

都 筑 学 舟 橋 一 郎  
早 川 宏 子 八 島 健 司  
早 川 みどり

### 要 約

本論文は、中央大学体育連盟に所属する学生（以下、「体連の学生」と省略）を対象に1997年度から実施された縦断的な質問紙調査データの中から、1997年度～2000年度に入学して1年生から4年生まで4回の調査に継続して回答した245人のデータにもとづいて、大学入学後の初期適応や大学在学中の全般的な適応状況の違いによって、大学生活や部活動に対する行動や意識が、いかに異なるかを検討することを目的としていた。得られた結果から、1年生の時点での大学、学部・学科・専攻、クラス、部活動への帰属意識の水準の違いにもとづいて、初期の適応状況を部活動中心帰属群、帰属意識低群、学業中心帰属群、大学・部活動帰属群の4つに分類することができた。帰属意識低群の学生は、大学の中で自分の居場所を見つけることができず、1年生の間、強い心理的ストレスを感じていることが明らかになった。大学在学中の全般的な適応状況については、1年生から4年生までの自尊心の学年推移にもとづいて検討され、自尊心高群、中群、低群、上昇群の4つのタイプの学生に分類できることが示された。自尊心低群が、最も強い心理的ストレスを在学中に感じ続けるとともに、部活動での競技成績にも満足していないことが明らかになった。それに対して、1・2年生の時点で、自尊心低群と同じ水準の自尊心でありながら、3年生以降になって自尊心が高まっていく自尊心上昇群においては、学年とともに心理的ストレスが低下し、4年生の時点での競技成績・記録への悩みも自尊心低群よりも少なかった。以上のことから、体連の学生に対する大学入学後の早い段階での適切なサポート体制の確立が、学生が健全な大学生活を送る上で重要な課題となることが示された。

## 目 的

本研究班は、1997年度から8年間にわたって、中央大学体育連盟に所属する学生を対象に、彼らが大学生活に対してどのように適応しているのかについて、部活動への取り組みを中心として縦断的調査をおこなってきた。その成果は、本紀要16号から23号に報告されている。

本論文は、1997年度から2000年度までに入学し、1年生から4年生までの4回の調査データが揃っている4つの異なる学年コホートを対象に、初期適応や全般的な適応状況の違いによって、大学生活や部活動に対する行動や意識がどのように異なるかを検討することを目的としている。

第1に、初期適応を取り上げるのは、次のような理由からである。体連の学生は、高校時代のスポーツの競技力や競技成績が優秀であることで推薦されて本学に入学してくる。入学後は、大学の近くにある南平寮で所属する部ごとに割り当てられた部屋で集団的な生活を送る。一般の学生に較べると、生活のパターンや学生生活の過ごし方はかなり異なっている。そうした体連の学生においては、大学入学後の早い時期に、いかに大学や部活動に適応していくかは、その後の生活にとって重要な意味を持つと考えられる。そこで、初期適応の指標として、大学、学部・学科・専攻、クラス、部への帰属意識を取り上げる。大学という最も大きい集団、自分が所属し勉強している学部や学科・専攻、大学入学して間もない1年生にとって基本的な学習集団となるクラス、そして、自分が所属している部という4つの異なる集団に対する帰属意識は、各個人において異なるであろう。そうした帰属意識のパターンの差異によって、大学生活での行動や意識、および心理的ストレスがどのように違っているかを検討する。

第2に、全般的な適応状況を取り上げるのは、次のような理由からである。体連の学生は高校時代に競技者として優秀な成績を収めてきたが、大学ではこれまでとは違った競技レベルでの競争が待ち構えている。そうした中で、自分自身や自分の競技力に対する自信をどれぐらい維持していくことができるかは、高いモチベーションを持って競技に取り組み、より一層優れた成績をあげるかどうか大きく影響するといえる。Rosenberg (1965)によると、自尊心は自分に対する評価の程度をあらわしており、4年間にわたる自尊心の水準は、大学生活全般に及ぶ学生の適応状況の指標として妥当であると考えられる。そこで、1年生から4年生までの4回の自尊心得点の変化パターンの差異によって、部活動に対する意識および心理的ストレスがどのように違っているかを検討する。

## 方 法

### 調査内容

質問紙の内容は、調査の実施年度によって多少の相違があったが、フェースシート、大学生活・寮生活・食生活についての意識、心身の適応状態、自己評価、高校と大学での部活動についての意識、競技ストレスの経験と感じ方、部活動内の対人関係、友人との関係、ケガや病気の有無やそれらについての悩み、競技に対する今後の希望、部活動についての自己評価、卒業後の進路希望、取得単位数などであった。

その中から以下の分析では、次の調査項目を指標として用いた。

①大学等への帰属意識 (1年生) : 「中央大学」「学部・学科・専攻」「クラス」「体連の部」への帰属意識について、「全く感じていない」から「非常に感じている」までの4件法で尋ねた。

②大学生活についての意識 (2年生) : 過去1年間を振り返って、大学生活についてどのように感じているかを、「全くそう思わなかった」から「非常にそう思った」までの4件法で尋ねた。質問項目は、次の8項目だった。「授業にきちんと出席できた」「図書館・自習室をよく利用した」「自宅や寮で十分に勉強した」「計画通りに勉強を達成できた」「満足できる単位数を取得できた」「満足できる大学生活を送れた」「満足できる部活動を送れた」「満足のいく人間関係を作れた」

③体連の部活動についての意識 (4年生) : 体連の部活動についてどのように感じているかを、「全く当てはまらない」から「非常に当てはまる」までの4件法で尋ねた。質問項目は、次の9項目だった。「所属する部で役職(学連委員を含む)に就いて、責任を任されるようになった」「各種の大会に出場して活躍した」「部活動で自分なりに満足のいく成績・成果をあげることができた」「高校時代よりも自分の技術・技能が向上した」「高校時代よりも記録・成績が伸びた」「部活動を通じて精神的に逞しくなった」「寮を出たいと思っている」「大学に入ってから記録・成績が伸び悩んだ」「(集団スポーツの場合) 試合でレギュラーを経験した、(個人スポーツの場合) 全日本学生選手権(インカレ)などの大会に選手として出場した」

④心理的ストレス (1年生～4年生) : ここ1週間の心と身体の状態や行動についての程度当てはまるかを、「当てはまらない」から「非常に当てはまる」までの4件法で尋ねた。都筑ら(1999)によって6因子から成ることが確認されているストレス尺度(35項目)の中から、各因子ごとに因子負荷量の高いものを3項目ずつ選んだものである。1. 精神的不安「悲

しい気持ちだ」「気分が落ち込み、沈む」「さみしい気持ちだ」、2. 身体的ストレス「呼吸が苦しくなる」「胸部が締めつけられる気がする」「動悸がする」、3. 否定的感情「不機嫌で怒りっぽい」「怒りを感じる」「イライラする」、4. 身体的不調「身体がだるい」「身体が疲れやすい」「脱力感がある」、5. 対人的孤立「他人に会うのがいやで、わずらわしく感じられる」「生きているのがいやだ」「自分の殻に閉じこもる」、6. 情意減退「頭の回転が鈍く、考えがまとまらない」「行動に落ち着きがない」「動作が鈍い」

⑤自尊心（1年生～4年生）：Rosenberg（1965）の自尊心尺度を用いて、自分自身についてどの程度当てはまるかを、「全くそう思わない」から「非常にそう思う」までの4件法で尋ねた。質問内容は、次の10項目である。「私は、全体的に自分自身に満足している」「ときどき、自分は良くないと考えることがある」「私は他の人と同じくらいに物事をなすことができる」「自分には、自慢できるものがあまりないと感じている」「ときどき、自分は役に立たない人間だと思うことがある」「私は、自分に対して肯定的な態度を持っている」「自分に対してもっと自信が持てたらと思う」「自分には、良いところがたくさんあると感じている」「自分はいつでも失敗ばかりしていると思ってしまう」「自分は、少なくとも他の人々と同じくらいに価値のある人間であると思う」

## 調査対象

1997年から2003年までの調査において、1年生から4年生まで4回の調査全部に回答した体連の学生245人（男子201人、女子44人）。内訳は、1997年度コホート61人（男子53人、女子8人）、1998年度コホート69人（男子55人、女子14人）、1999年度コホート57人（男子49人、女子8人）、2000年度コホート58人（男子44人、女子14人）だった。学部は、法学部47人、経済学部60人、商学部61人、理工学部2人、文学部64人、総合政策学部10人、不明1人だった。所属している部は、陸上競技29人、硬式野球21人、相撲3人、水泳14人、バスケット4人、ハンドボール17人、レスリング3人、バレーボール14人、卓球1人、準硬式野球13人、サッカー1人、硬式庭球4人、ラグビー33人、スケート5人、弓道2人、女子陸上競技23人、ボート3人、剣道5人、重量挙げ3人、射撃10人、バドミントン9人、ゴルフ1人、女子卓球6人、アメリカンフットボール8人、空手4人、女子ラクロス9人だった。

## 調査手続

校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。

## 調査期間

1997年7月～2003年7月

## 結果の整理

フェイスシートで記入を求めた、部の名前、性別、生年月日の3つの情報が一致する場合に、同じ学生のデータであると判断した。

## 結 果

### 大学等への帰属意識

1年生の時点での大学等への帰属意識の4つの得点を用いて、Ward法によるクラスタ分析をおこなった。分析対象は、欠損値のなかった227人だった。3～5クラスタで分析した結果、4つのクラスタに分類するのが最も適当であると考えられた。

図1に、4つのクラスタにおける帰属意識の得点の平均値を示した（原点は全体の平均値）。図1の左から順に、各クラスタの平均値を見ていくと、次のようなことがいえるだろう。第1クラスタ（74人）は、中央大学、学部・学科・専攻、クラスへの帰属意識得点が全体平均よりも低く、部への帰属意識得点だけが全体平均を上回っていた。このクラスタに属する学生は部への帰属意識は強いが、大学や学部等にはあまり帰属意識を感じていないといえよう。第2クラスタ（37人）は、4つの帰属意識得点が全体平均よりも低く、特に、部への帰属意識得点が低かった。このクラスタに属する学生は、全般的に帰属意識が弱いといえるだろう。第3クラスタ（67人）は、中央大学、学部・学科・専攻、クラスへの帰属意識得点が全体平均を

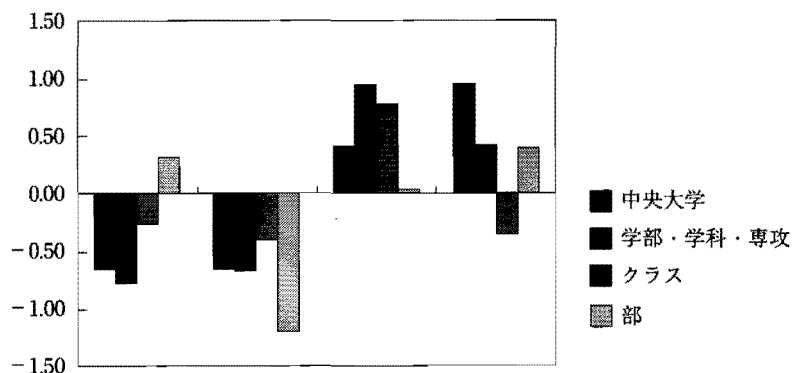


図1 4クラスタにおける帰属意識の平均値

上回っていた。このクラスに属する学生は、学部・学科・専攻やクラスに対して、強い帰属意識を感じているといえる。第4クラス(49人)は、中央大学、学部・学科・専攻、部への帰属意識得点は全体平均よりも高かったが、クラスへの帰属意識得点は全体平均を下回っていた。部への帰属意識得点は、4クラスの中で最も高かった。このクラスに属する学生は、部への帰属意識を基礎に大学への強い帰属意識を感じているといえるだろう。

以上のことから、第1クラスを部活中心帰属群、第2クラスを帰属意識低群、第3クラスを学業中心帰属群、第4クラスを大学・部活帰属群と呼ぶことにする。

### 帰属意識の違いによる大学生活への意識の差異

表1には、帰属意識4群における大学生活への意識の平均値と標準偏差を示しておいた。4群間に差が見られるかどうか、一要因の分散分析をおこなった。その結果、「授業にきちんと出席できた」( $F(3,223)=0.39, n.s.$ )、「図書館・自習室をよく利用した」( $F(3,223)=0.61, n.s.$ )、「自宅や寮で十分に勉強した」( $F(3,223)=0.67, n.s.$ )、「計画通りに勉強を達成できた」( $F(3,223)=1.54, n.s.$ )、「満足できる単位数を取得できた」( $F(3,223)=0.99, n.s.$ )、「満足できる大学生活を送れた」( $F(3,223)=0.92, n.s.$ )においては、群の主効果が有意ではなかった。それに対して、「満足できる部活動を送れた」( $F(3,223)=2.93, p<.05$ )、「満足のいく人間関係を作れた」( $F(3,223)=3.41, p<.05$ )では有意な主効果が見られた。LSD法による多重比較の結果、「満足できる部活動を送れた」と「満足のいく人間関係を作れた」の両項目において、帰属意識低群とその他の3群との間に5%水準で有意差が見られた。表1から明らかなように、帰属意識低群は他の3群よりも、1年生の間に、満足できる部活動を送ることができず、人間関係においても満足できなかったことが明らかである。

表1 帰属意識4群における大学生活についての意識

	部活中心帰属群		帰属意識低群		学業中心帰属群		大学・部活帰属群	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
授業にきちんと出席できた	2.50	0.78	2.35	0.79	2.51	0.86	2.41	0.98
図書館・自習室をよく利用した	2.31	1.10	2.19	1.05	2.27	1.02	2.06	1.05
自宅や寮で十分に勉強した	2.11	0.85	1.95	0.88	2.10	0.86	1.94	0.80
計画通りに勉強を達成できた	2.20	0.89	2.05	0.94	2.04	0.81	1.86	0.89
満足のできる単位数を取得できた	2.51	1.04	2.22	1.00	2.45	1.06	2.59	1.08
満足できる大学生活を送れた	2.66	0.91	2.38	0.83	2.52	0.93	2.63	0.99
満足できる部活動を送れた	2.93	0.90	2.51	1.04	2.90	0.89	3.08	0.81
満足のいく人間関係を作れた	3.24	0.77	2.76	0.89	3.22	0.83	3.20	0.82

### 帰属意識の違いによる心理的ストレスの差異

心理的ストレスに関して、6つの因子ごとに、1～4年生における3項目の合計点を算出した。得点の分布は、0～9点となる。

図2には、精神的不安に関する帰属意識4群の平均値を示しておいた。学年ごとに群の主効果が見られるかどうか、一要因の分散分析をおこなったところ、1年生 ( $F(3,222) = 1.27, n.s.$ ), 2年生 ( $F(3,221) = 0.24, n.s.$ ), 3年生 ( $F(3,220) = 0.40, n.s.$ ), 4年生 ( $F(3,221) = 1.51, n.s.$ ) のいずれにおいても有意な主効果は見られなかった。

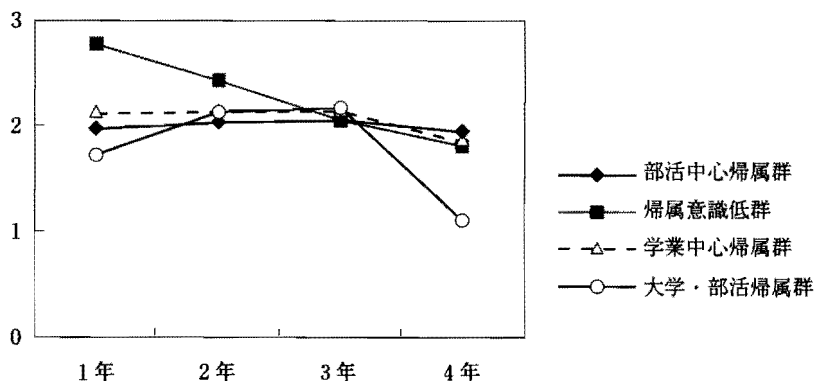


図2 帰属意識4群における精神的不安の平均値の学年推移

図3には、身体的ストレスに関する帰属意識4群の平均値を示しておいた。学年ごとに群の主効果が見られるかどうか、一要因の分散分析をおこなったところ、1年生 ( $F(3,222) = 2.90, p < .05$ ) において有意な主効果が見られた。LSD法による多重比較の結果、帰属意識低群と部活中心帰属群および大学・部活帰属群との間に5%水準で有意差が見られた。図3から明らか

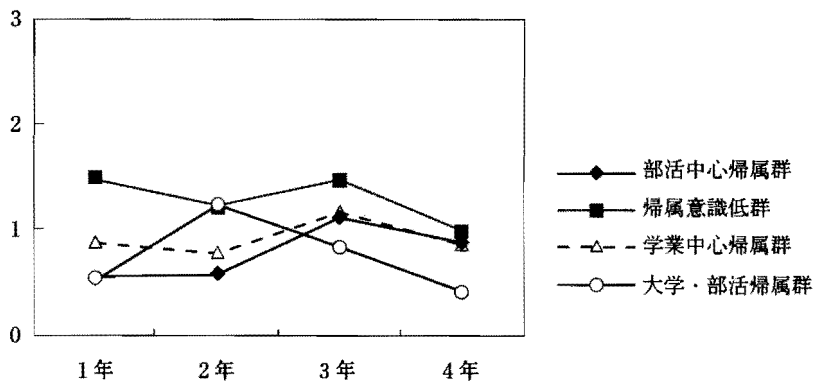


図3 帰属意識4群における身体的ストレスの平均値の学年推移

なように、帰属意識低群の得点は、部活中心帰属群や大学・部活帰属群よりも高かった。2年生 ( $F(3,221)=2.05$ , n.s.), 3年生 ( $F(3,221)=0.94$ , n.s.), 4年生 ( $F(3,219)=1.11$ , n.s.) においては主効果に有意差は見られなかった。

図4には、否定的感情に関する帰属意識4群の平均値を示しておいた。学年ごとに群の主効果が見られるかどうか、一要因の分散分析をおこなったところ、1年生 ( $F(3,222)=2.64$ ,  $p<.05$ ) において有意な主効果が見られた。LSD法による多重比較の結果、帰属意識低群と部活中心帰属群および学業中心帰属群との間に5%水準で有意差が見られた。図4から明らかなように、帰属意識低群の得点は、部活中心帰属群や学業中心帰属群よりも高かった。2年生 ( $F(3,222)=0.22$ , n.s.), 3年生 ( $F(3,219)=1.08$ , n.s.), 4年生 ( $F(3,218)=0.53$ , n.s.) においては主効果に有意差は見られなかった。

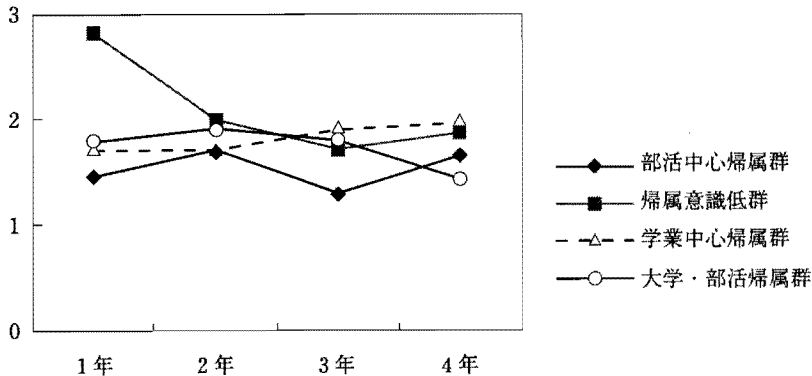


図4 帰属意識4群における否定的感情の平均値の学年推移

図5には、身体的不調に関する帰属意識4群の平均値を示しておいた。学年ごとに群の主効果が見られるかどうか、一要因の分散分析をおこなったところ、1年生 ( $F(3,222)=2.52$ ,  $p<.10$ ) において有意傾向が認められた。LSD法による多重比較の結果、学業中心帰属群と部活中心帰属群および大学・部活帰属群との間に5%水準で有意差が見られた。図5から明らかなように、学業中心帰属群の得点は、部活中心帰属群や大学・部活帰属群よりも高かった。2年生 ( $F(3,222)=0.11$ , n.s.), 3年生 ( $F(3,218)=0.21$ , n.s.), 4年生 ( $F(3,221)=1.86$ , n.s.) においては主効果に有意差は見られなかった。

図6には、対人的孤立に関する帰属意識4群の平均値を示しておいた。学年ごとに群の主効果が見られるかどうか、一要因の分散分析をおこなったところ、1年生 ( $F(3,221)=3.00$ ,  $p<.05$ ) において有意な主効果が見られた。LSD法による多重比較の結果、帰属意識低群とその他の3群との間に5%水準で有意差が見られた。図6から明らかなように、帰属意識低群の



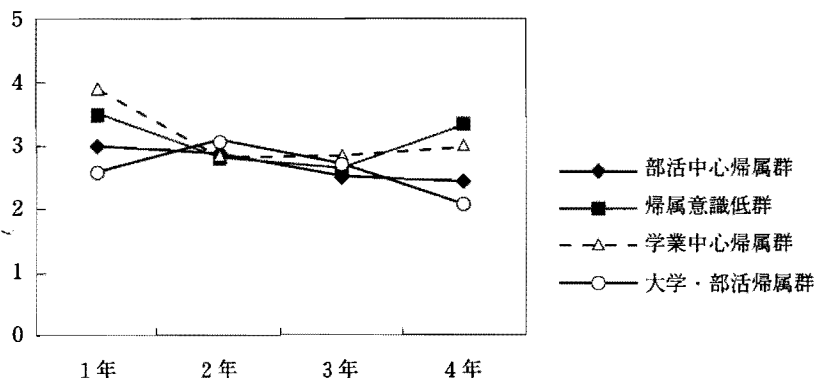


図5 帰属意識4群における身体的不調の平均値の学年推移

得点は、部活中心帰属群や学業中心帰属群、大学・部活帰属群よりも高かった。2年生 ( $F(3,222) = 1.45, n.s.$ ), 3年生 ( $F(3,218) = 0.25, n.s.$ ), 4年生 ( $F(3,221) = 1.17, n.s.$ ) においては主効果に有意差は見られなかった。

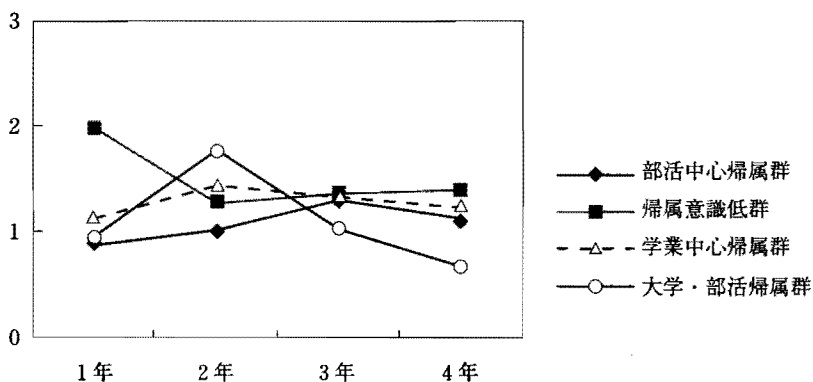


図6 帰属意識4群における対人的孤立の平均値の学年推移

図7には、情意減退に関する帰属意識4群の平均値を示しておいた。学年ごとに群の主効果が見られるかどうか、一要因の分散分析をおこなったところ、1年生 ( $F(3,223) = 3.34, p < .05$ ) において有意な主効果が見られた。LSD法による多重比較の結果、学業中心帰属群と部活中心帰属群および大学・部活帰属群との間に5%水準で有意差が見られた。また、帰属意識低群と部活中心帰属群との間にも5%水準の有意差が見られた。図7から明らかなように、帰属意識低群と学業中心帰属群の得点は、部活中心帰属群や大学・部活帰属群よりも高かった。2年生 ( $F(3,219) = 1.23, n.s.$ ), 3年生 ( $F(3,220) = 0.91, n.s.$ ), 4年生 ( $F(3,221) = 0.40, n.s.$ ) においては主効果に有意差は見られなかった。

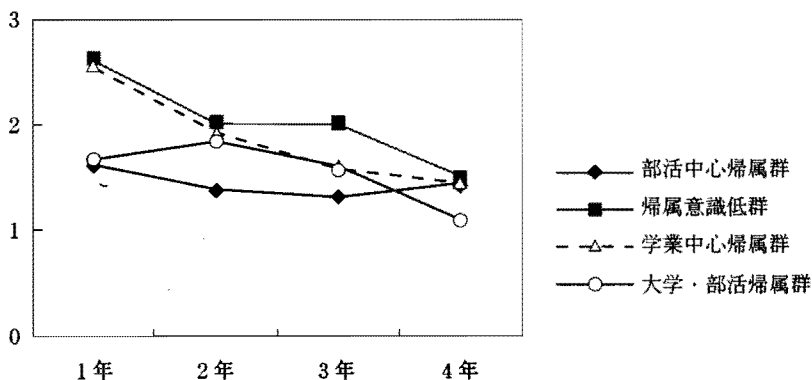


図7 帰属意識4群における情意減退の平均値の学年推移

以上の結果から、1年生において、帰属意識低群は身体的ストレス、否定的感情、対人的孤立、情意減退を強く感じ、学業中心帰属群は身体的不調と情意減退を強く感じていることが明らかになった。また、2年生以降になると群間の差異は見られなくなることも示された。

### 自尊心のタイプ

1年生から4年生における自尊心の4つの得点を用いて、Ward法によるクラスタ分析をおこなった。分析対象は、欠損値のなかった224人だった。3～5クラスタで分析した結果、4つのクラスタに分類するのが最も適当であると考えられた。

図8に、4つのクラスタにおける自尊心の得点の平均値を示した（原点は全体の平均値）。図8の左から順に、各クラスタの平均値を見ていくと、次のようなことがいえるだろう。第1クラスタ（70人）は、1年生から4年生までの全ての調査時期において、自尊心の得点が全体平均を上回っていた。第2クラスタ（107人）は、1年生から4年生までの全ての調査時期において、自尊心の得点が全体平均とほぼ等しかった。第3クラスタ（20人）は、1年生から4年生までの全ての調査時期において、自尊心の得点が全体平均を下回っていた。第4クラスタ（27人）は、1・2年生では自尊心の得点が全体平均よりも低かったが、3年生では全体平均とほぼ等しく、4年生ではやや低くなっていた。第1～3クラスタでは、自尊心の得点が学年によらず一定しており、第4クラスタでは、自尊心の得点が上級学年になると上昇するといえるだろう。

これらのことから、第1クラスタを自尊心高群、第2クラスタを自尊心中群、第3クラスタを自尊心低群、第4クラスタを自尊心上昇群と呼ぶことにする。

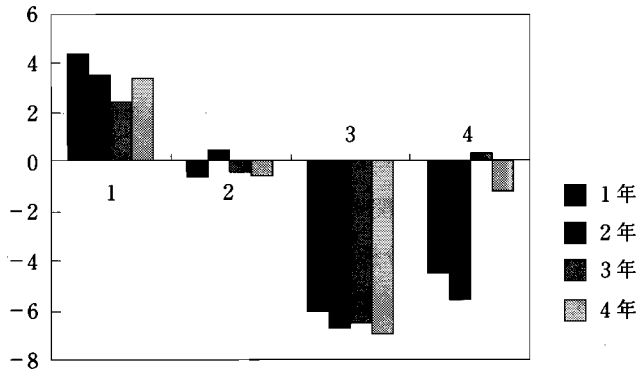


図8 4クラスにおける自尊心の平均値

### 自尊心と心理的ストレス

図9には、精神的不安に関する自尊心4群の平均値を示しておいた。学年ごとに群の主効果が見られるかどうか一要因の分散分析をおこなった。その結果、1年生 ( $F(3,219)=7.02, p<.001$ ), 2年生 ( $F(3,218)=8.46, p<.001$ ), 3年生 ( $F(3,216)=6.10, p<.001$ ), 4年生 ( $F(3,218)=8.42, p<.001$ ) の全学年において有意な主効果が見られた。LSD法による多重比較をおこなったところ、以下のような有意差が5%水準で見られた。1・2年生において、自尊心低群と上昇群は、自尊心高群および中群よりも有意に精神的ストレスの得点が高かった。3年生において、自尊心低群は自尊心高群および中群よりも有意に得点が高かった。自尊心上昇群は高群よりも有意に得点が高かった。4年生において、自尊心低群はその他3群よりも有意に得点が高く、自尊心中群は高群よりも有意に得点が高かった。

図9から明らかなように、自尊心低群は、1年生から4年生までのどの学年においても最も

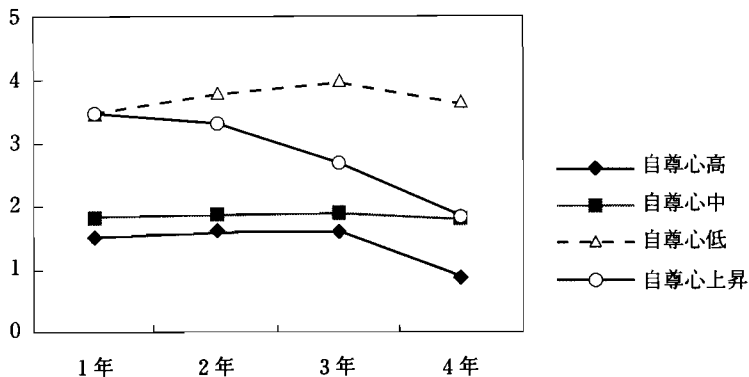


図9 自尊心4群における精神的不安の平均値の学年推移

得点が高く、精神的不安を強く感じていた。自尊心上昇群は、1年生の時点では自尊心低群と同じ水準の得点だったが、学年が上がるにつれて得点が下降することから、精神的不安が和らいでいくといえるだろう。自尊心高群と中群との間には、1年生から3年生までには差が見られなかったが、4年生になって自尊心高群は精神的不安がさらに減少していくことがわかった。

図10に示したのは、身体的ストレスに関する自尊心4群の平均値である。学年ごとに群の主効果が見られるかどうか一要因の分散分析をおこなったが、1年生 ( $F(3,220) = 1.86, n.s.$ )、2年生 ( $F(3,218) = 1.83, n.s.$ )、4年生 ( $F(3,216) = 1.30, n.s.$ )における主効果は有意でなかった。一方、3年生では、有意な主効果が見られた ( $F(3,217) = 6.96, p < .001$ )。LSD法による多重比較をおこなったところ、自尊心低群と上昇群は、自尊心高群および中群よりも5%水準で有意に身体的ストレスの得点が高かった。

図10に見られるように、自尊心低群と上昇群は、3年生において身体的ストレスの得点が増加しており、3年生になって身体的ストレスを強く感じていることがわかる。しかし、両群ともに4年生では得点が下降し、自尊心高群や中群と有意な差がないところまで身体的ストレスは低くなっていた。

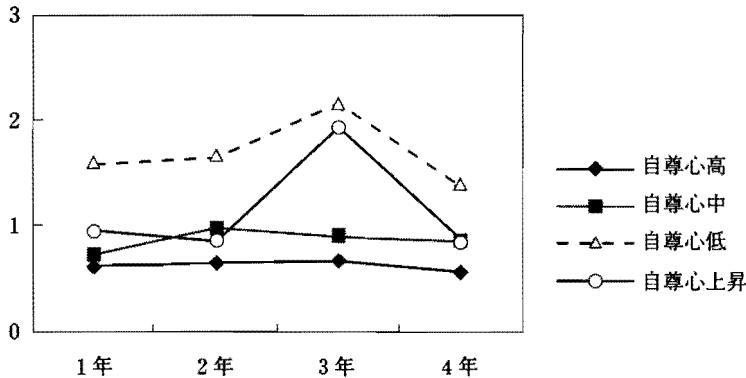


図10 自尊心4群における身体的ストレスの平均値の学年推移

図11には、否定的感情に関する自尊心4群の平均値を示しておいた。学年ごとに群の主効果が見られるかどうか一要因の分散分析をおこなったところ、1年生では有意な主効果が見られた ( $F(3,219) = 2.77, p < .05$ )。LSD法による多重比較の結果、5%水準で次のような有意差が見られた。自尊心低群は自尊心高群および中群よりも、有意に否定的感情の得点が高かった。自尊心上昇群は高群よりも、有意に得点が高かった。2年生では、主効果は有意でなかった ( $F(3,217) = 1.49, n.s.$ )。3年生では、有意な主効果が見られた ( $F(3,215) = 8.27, p < .001$ )。LSD法による多重比較によると、自尊心低群は他の3群よりも有意に得点が高かった。4年生

でも、有意な主効果が見られた ( $F(3,215) = 7.26, p < .001$ )。LSD法による多重比較の結果、自尊心低群は他の3群よりも有意に得点が高く、自尊心中群は高群よりも有意に得点が高いことがわかった。

図11から明らかなように、自尊心低群は否定的感情の得点が最も高く、特に、3・4年生において否定的感情が強くなっていた。自尊心上昇群は、学年とともに、少しずつ否定的感情が弱くなっていくことがわかった。自尊心中群は4年生において、否定的感情がやや強まっていることが示された。

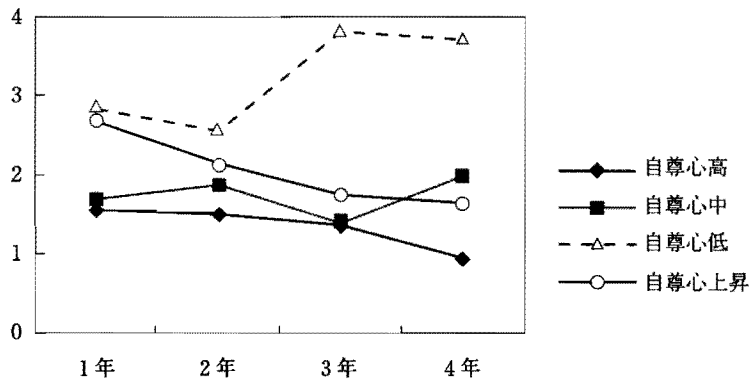


図11 自尊心4群における否定的感情の平均値の学年推移

図12に示したのは、身体的不調に関する自尊心4群の平均値である。学年ごとに群の主効果が見られるかどうか一要因の分散分析をおこなったところ、1年生 ( $F(3,219) = 8.31, p < .001$ )、2年生 ( $F(3,218) = 8.21, p < .001$ )、3年生 ( $F(3,214) = 10.41, p < .001$ )、4年生 ( $F(3,218) = 7.12, p < .001$ ) の全学年において有意な主効果が認められた。LSD法による多重比較の結果、

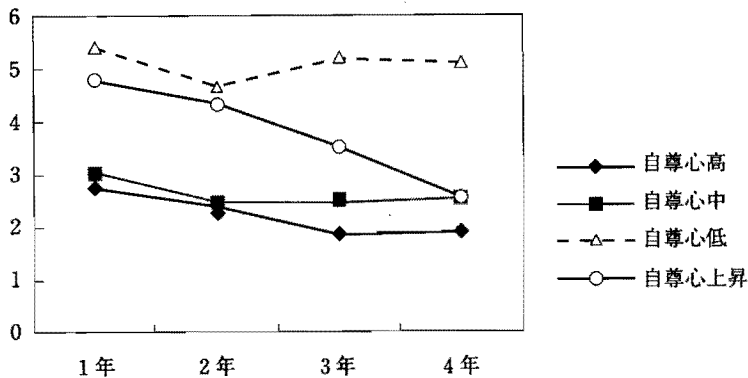


図12 自尊心4群における身体的不調の平均値の学年推移

5%水準で次のような有意差が見られた。1年生と2年生では、自尊心低群と上昇群は、自尊心高群と中群よりも有意に得点が高かった。3年生では、自尊心低群はその他の3群よりも有意に得点が高く、自尊心上昇群は高群よりも有意に得点が高かった。4年生では、自尊心低群はその他の3群よりも有意に得点が高かった。

図12からわかるように、自尊心低群は最も身体的不調の得点が高く、1年生から4年生までその傾向は続いていた。自尊心上昇群は、1・2年生のときには得点が高いが、学年とともに低下していく傾向を示し、4年生になると自尊心高群や中群と変わらない水準になっていた。

図13には、対人的孤立に関して自尊心4群の平均値を示しておいた。学年ごとに群の主効果が見られるかどうか、一要因の分散分析をおこなったところ、1年生 ( $F(3,218) = 6.95, p < .001$ ), 2年生 ( $F(3,219) = 6.42, p < .001$ ), 3年生 ( $F(3,215) = 7.97, p < .001$ ), 4年生 ( $F(3,218) = 8.04, p < .001$ ) の全学年で有意な主効果が見られた。LSD法による多重比較の結果、5%水準で次のような有意差が見られた。1年生では、自尊心低群はその他の3群よりも有意に得点が高かった。2年生と3年生では、自尊心低群と上昇群は、自尊心高群および中群よりも有意に得点が高かった。4年生では、自尊心低群は他の3群よりも有意に得点が高く、自尊心中群は高群よりも有意に得点が高かった。

図13から明らかなように、自尊心低群は、全学年において対人的孤立が最も強かった。自尊心上昇群は、1年生から2年生にかけて、得点が増したが、2年生以降は減少し、対人的孤立をあまり感じなくなっていた。それに対して、自尊心中群は4年生で得点が増し、対人的孤立を感じるようになっていた。

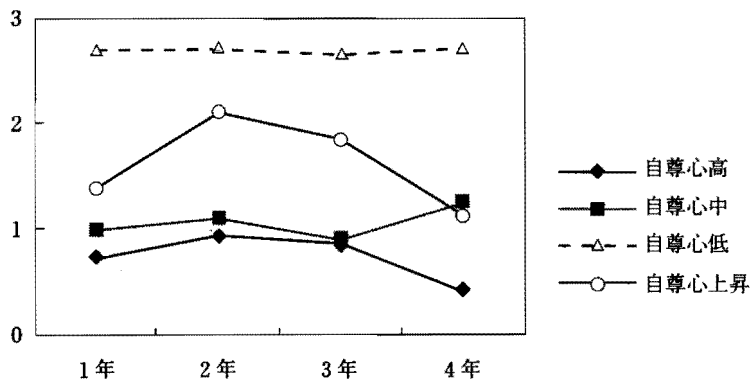


図13 自尊心4群における対人的孤立の平均値の学年推移

図14には、情意減退に関して、自尊心4群の平均値を示しておいた。学年ごとに群の主効果が見られるかどうか、一要因の分散分析をおこなったところ、1年生 ( $F(3,220) = 5.39,$

$p < .001$ ), 2年生 ( $F(3,216) = 11.19, p < .001$ ), 3年生 ( $F(3,216) = 15.06, p < .001$ ), 4年生 ( $F(3,218) = 8.80, p < .001$ ) の全学年で有意な主効果が見られた。LSD法による多重比較の結果, 5%水準で次のような有意差が見られた。1年生では, 自尊心低群は高群および中群よりも有意に得点が高かった。2年生では, 自尊心低群はその他3群よりも有意に得点が高く, 自尊心上昇群は高群および中群よりも有意に得点が高かった。3年生では, 自尊心低群はその他3群よりも有意に得点が高く, 自尊心上昇群は高群よりも有意に得点が高かった。4年生では, 自尊心低群は他の3群よりも有意に得点が高く, 自尊心中群は高群よりも有意に得点が高かった。

図14に示してあるように, 自尊心低群は情意減退の得点が4群の中で最も高かった。自尊心上昇群は1・2年生において自尊心低群に次いで高い得点だったが, 学年とともに低下し, 情意減退を感じないようになっていた。自尊心中群は, 4年生で得点が上昇し, 情意減退を感じるようになっていた。

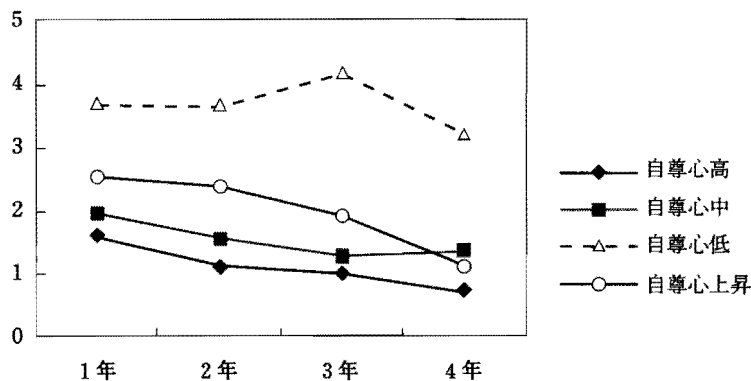


図14 自尊心4群における情意減退の平均値の学年推移

#### 自尊心と部活動についての意識

4年生の時点で, 自分がおこなってきた部活動についてどのように感じているかが, 自尊心4群で異なるかどうかを検討した。表2には, 9項目についての自尊心4群の平均値と標準偏差を示しておいた。群の主効果が見られるかどうか, 一要因の分散分析をおこなった。その結果, 「所属する部で役職(学連委員を含む)に就いて, 責任を任せられるようになった」( $F(3,220) = 0.71, n.s.$ ), 「各種の大会に出場して活躍した」( $F(3,220) = 2.08, n.s.$ ), 「高校時代よりも自分の技術・技能が向上した」( $F(3,219) = 1.53, n.s.$ ), 「高校時代よりも記録・成績が伸びた」( $F(3,220) = 1.41, n.s.$ ), 「寮を出たいと思っている」( $F(3,217) = 1.66, n.s.$ ), 「(集団スポーツの場合)試合でレギュラーを経験した, (個人スポーツの場合)全日本学生選手権(イ

ンカレ)などの大会に選手として出場した」(F(3,212)=0.11, n.s.)においては有意差が見られなかった。一方、「部活動で自分なりに満足のいく成績・成果をあげることができた」(F(3,217)=5.47,  $p<.01$ ), 「部活動を通じて精神的に逞しくなった」(F(3,220)=6.22,  $p<.01$ )においては有意差が見られた。また、「大学に入ってから記録・成績が伸び悩んだ」(F(3,220)=2.39,  $p<.01$ )では有意傾向が認められた。LSD法による多重比較の結果、5%水準で次のような有意差が見られた。「部活動で自分なりに満足のいく成績・成果をあげることができた」と「部活動を通じて精神的に逞しくなった」に関して、自尊心高群は他の3群よりも有意に得点が高かった。「大学に入ってから記録・成績が伸び悩んだ」に関しては、自尊心低群の得点が他の3群よりも有意に低かった。

表2から明らかのように、自尊心低群は、上で述べたような有意差が見られた項目以外の「各種の大会に出場して活躍した」「高校時代よりも自分の技術・技能が向上した」「高校時代よりも記録・成績が伸びた」においても最も得点が低く、部活動において全般的に自分の力を発揮できずに終わったと感じていた。自尊心高群は部活動が充実したものであると最も肯定的に評価しており、自尊心中群と上昇群がそれに続いて肯定的な評価を持っていた。

表2 自尊心4群における部活動についての意識

	自尊心高群		自尊心中群		自尊心低群		自尊心上昇群	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
所属する部で役職に就いて、責任を任されるようになった	2.93	1.23	2.79	1.17	2.50	1.40	2.70	1.35
各種の大会に出場して活躍した	2.80	1.14	2.67	0.96	2.15	1.14	2.56	1.09
部活動で自分なりに満足のいく成績・成果をあげることができた	2.67	0.97	2.27	0.89	1.90	0.97	2.04	0.98
高校時代よりも自分の技術・技能が向上した	2.76	1.10	2.73	1.06	2.20	1.11	2.74	1.10
高校時代よりも記録・成績が伸びた	2.64	1.20	2.58	1.12	2.05	1.10	2.56	1.25
部活動を通じて精神的に逞しくなった	3.47	0.76	2.95	0.93	2.75	1.07	3.04	0.85
寮を出たいと思っている	2.13	1.18	2.29	1.05	2.74	1.24	2.44	1.15
大学に入ってから記録・成績が伸び悩んだ	2.50	1.22	2.52	1.07	3.20	0.95	2.44	1.12
試合でレギュラーを経験した/全日本学生選手権(インカレ)などの大会に選手として出場した	3.09	1.21	3.14	1.16	3.00	1.12	3.04	1.06



## 考 察

### 大学への初期適応が大学生活に及ぼす影響

帰属意識が4つのタイプに分かれたことから、体連の学生のうちには、大学の中に居場所のない学生、部活動を中心に考えている学生、学業を中心に考えている学生、部活動を基礎にしながら大学への一体感を持っている学生がいるといえるだろう。

帰属意識が脆弱で大学の中に居場所のない学生は、全体の16.3%とあまり多くなかったが、大学入学後の1年間をふり返って、部活動を満足に送れなかったと感じていたり、満足のいく人間関係を作ることができなかつたと感じていた。それに加えて、大学の中に居場所のない学生は、1年生において、身体的ストレス、否定的感情、対人的孤立、情意減退を強く感じていることも明らかになった。また、学業を中心に考えている学生は、身体的不調と情意減退を強く感じていることがわかった。ただし、これらの差異は、2年生以降になるとなくなっていた。

図1を見ると、帰属意識が全体的に低く、大学の中に居場所がないと思っている学生は、その中でも特に部活動に対する帰属意識得点が低かった。このような学生は、入学後の部活動に対して、積極的に自我関与できないために、大学や学部・学科・専攻、クラスにも帰属意識が持てないのではないだろうか。その結果、入学して1年目には、満足できるような部活動が送れず、大学での人間関係も作れないということに陥ったのだと考えられる。こうした学生は、ストレスを感じ、自分を否定的にとらえ、人との関係の中で孤立し、やる気を失って大学生活を送っている。彼らは、2年目以降には、他の学生と同じレベルにまでストレスは減少している。このような学生に対して、1年生の早い段階で、部活動内部での適切なサポートを与えていくことが求められているといえるだろう。

### 全般的な適応状況が大学生活に及ぼす影響

自尊心が4つのタイプに分かれたことから、体連の学生のうちには、在学中に、高い自尊心を持ち続ける者、中程度の自尊心を持ち続ける者、低い自尊心を持ち続ける者、自尊心が次第に高くなっていく者がいることがわかった。

一定して低い水準の自尊心しか持てない学生は、精神的不安、身体的ストレス、否定的感情、身体的不調、対人的孤立、情意減退に関して、1年生から4年生まで最も強い心理的ストレスを感じていた。また、4年生になっても、大学に入ってから記録や成績が伸び悩み、自分なりに満足のいく成績や成果をあげることができなかつたと感じ、部活動を通じて精神的に遅

しくなったと思っていた。このように在学中に自尊心が一貫して低い学生は8.9%と少数だったが、上に示したように大きな問題を抱えて学生生活を送っていることがわかる。高校までとは異なる競技レベルで部活動をおこなう中で、周囲にいる学生と較べて、自分の競技力に確信が持てないことが背景にあるのではないかと考えられる。せっかく入学して高校から継続した部活動でありながら、記録や成績が伸び悩み、満足のいくような成績や成果が残せないまま大学生生活を過ごすことによって、こうした学生が感じている心理的ストレスはかなり大きいといえる。

それに対して、1・2年生のときには自尊心が低いのが、3・4年生になると中程度にまで自尊心が高くなる学生は、精神的不安、否定的感情、身体的不調、情意減退に関する心理的ストレスに関して、上級生になるほどあまり感じないようにになっていた。このような学生は、自尊心の低い学生と比較して、1・2年生の時点では、精神的不安、否定的感情、身体的不調などの心理的ストレスを同じレベルで感じていたが、3・4年生では、こうしたストレスが自尊心の高い学生や中程度の学生と同じ水準まで低下していた。また、4年生になってからは、大学に入ってから記録や成績が伸び悩んだと思っていた。

これらのことから、体連の学生にとっては、部活動での競技成績や記録が自己評価の中核的な部分を占めており、それが向上していくことが自分に対する自信につながり、外部からのストレスにも対処できるようになるといえるだろう。学年とともに自尊心が上昇していく学生のデータは、適切な支援があれば、学生たちが充実した学生生活を送ることができることを示している。

## 文 献

- Rosenberg, M. 1965 Society and the adolescent self-image. Princeton: Princeton University Press.
- 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サ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.
- 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 2000 大学生の大学生活への適応過程に関する研究(3) 中央大学保健体育研究所紀要 18, 1-27.
- 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・加藤弘通 2001 大学生の大学生活への適応過程に関する研究(4)―1年生から4年生までの横断データと縦断データの比較分析― 中央大学保健体育研究所紀要 19, 1-33.
- 都筑学・西谷明子・舟橋一郎・早川宏子・八島健司・早川みどり・後藤肇・加藤弘通 2002 大学生の大学生活への適応過程に関する研究(5)―体育連盟の学生における部活動・大学生活での活動とスト

レス・ストレッサーとの関連— 中央大学保健体育研究所紀要 20, 1-39.

都筑学・西谷明子・舟橋一郎・早川宏子・八島健司・早川みどり・後藤肇・白善美・加藤弘通 2003 大学生の大学生活への適応過程に関する研究 (6) —一部活動における競技成績と対人関係を中心に— 中央大学保健体育研究所紀要 21, 1-31.

都筑学・西谷明子・舟橋一郎・早川宏子・八島健司・早川みどり・白善美・加藤弘通 2004 大学生の大学生生活への適応過程に関する研究 (7) —体連の学生における寮生活, 食生活管理, モチベーションを中心に— 中央大学保健体育研究所紀要 22, 1-29.

都筑学・西谷明子・舟橋一郎・早川宏子・八島健司・早川みどり・高澤健司 2005 大学生の大学生生活への適応過程に関する研究 (8) 中央大学保健体育研究所紀要 23, 1-35.