

【原著論文】

体育系大学生が大学不適應に陥る要因の検証

—大学生活における不安に着目して—

清宮 孝文¹⁾, 阿部 征大²⁾, 門屋 貴久³⁾, 依田 充代⁴⁾

¹⁾ 日本体育大学大学院博士後期課程スポーツ文化・社会科学系

²⁾ 神戸医療福祉大学, 日本体育大学大学院博士後期課程スポーツ文化・社会科学系

³⁾ 松山大学, 日本体育大学大学院博士後期課程スポーツ文化・社会科学系

⁴⁾ 日本体育大学体育スポーツ科学系

Examining factors that cause sport science university students to become maladapted: Focusing on anxiety in university life

KIYOMIYA Takafumi, ABE Yukihiko, KADOYA Takahisa and YODA Mitsuyo

Abstract: This study clarified the factors causing maladjustment among physical education students. The survey subjects were 621 physical education students. Using the group survey method for the questionnaire survey, the number of valid responses was 580. The content of the survey covered the university life anxiety scale, which consists of the following factors: “daily life anxiety,” “evaluation anxiety,” and “university maladjustment.” Exploratory factor analysis, confirmatory factor analysis, and correlation analysis were used as analysis methods, and the hypothesis was verified after confirming the reliability and validity of the constructed model.

Consequently, the following became clear:

1. Social anxiety positively impacts university maladjustment.
2. University life fulfillment negatively affects university maladjustment.
3. The degree of attachment to sports negatively impacts university maladjustment.

From the above results, it became clear that students who feel anxious about other people, such as seniors and teachers, have a much higher level of university maladjustment. However, students who feel that they are not fulfilled in their current university life and those who do not have an attachment to sports tend to have a slightly higher degree of university maladjustment.

要旨: 本研究は体育系大学生が大学不適應となる要因を明らかにすることを目的とした。調査対象者は体育系大学生 621 名であり、集合調査法でアンケート調査を行った結果、有効回答数は 580 枚となった。調査内容は、「日常生活不安」因子、「評価不安」因子、「大学不適應」因子で構成されている大学生活不安尺度を用いた。分析方法は探索的因子分析と確認的因子分析、相関分析を使用し、構築されたモデルの信頼性および妥当性の確認を行った上で仮説検証を実施した。分析の結果、以下のことが明らかになった。

1. 対人不安は大学不適應感に正の影響を及ぼす。
2. 大学生活充実度は大学不適應感に負の影響を及ぼす。
3. スポーツへの愛着度は大学不適應感に負の影響を及ぼす。

以上の結果から、先輩や先生など対人に不安を感じている学生ほど、大学不適應感が高まることが明らかになった。また、現在の大学生活に対し充実していないと感じている学生やスポーツに対して愛着を持っていない学生ほど、大学不適應感がやや高まる傾向にあることが明らかになった。

(Received: October 1, 2019 Accepted: December 9, 2019)

Key words: physical education students, university maladjustment, university life anxiety

キーワード: 体育系大学生, 大学不適應, 大学生活不安

1. はじめに

平成12年に文部科学省(2000)が「大学における学生生活の充実方策について(報告)―学生の立場に立った大学づくりを目指して―」¹⁾の中で、「『教員中心の大学』から『学生中心の大学』への視点の転換」¹⁾という文言を示してから、19年が経過した。この文言の意図として、文部科学省(2000)は「これまで、大学の教員の関心は、主として自らの研究に向けられ、学生の教育に対する責任を十分に意識していないということがしばしば指摘されてきたが、今後は、総体として教員の研究に重点を置く『教員中心の大学』から、多様な学生に対するきめ細かな教育・指導に重点を置く『学生中心の大学』へと、視点の転換を図ることが重要である」¹⁾と説明し、多様な学生に対応する大学へと変革することを求めてきた。さらに、谷田川(2012)は「学生が社会に貢献する人材となり得る高い付加価値を身につけて卒業できるように、『大学中心』から『学生中心』の考え方への転換の提言がなされた。これ以降、正課としての大学教育を潤滑に遂行するための補助的活動というこれまでの厚生補導の理念を脱却し、より大学が積極的に学生にかかわる『学生支援』へと移行する」²⁾と述べ、これからの大学における学生支援の重要性を示した。学生支援が重要視される要因の一つとして、大学入学者数の増加が挙げられる。文部科学省(2018)の「18歳人口と高等教育機関への進学率等の推移」³⁾データからは、18歳人口は年々減少傾向にもかかわらず、大学進学率は年々増加傾向にあることが明らかになっている。このような現状から「各大学とも学生の確保に必死にならざるを得ず、多様な入試方法で入学者への門戸を開いた」²⁾とされている。その結果、谷田川は「学力的にもこれまで大学に進学しなかった層が大学に入学するようになり、大学生の質の変化や学力低下、中退問題などが浮上した」²⁾と大学生の質の変化を指摘している。したがって、18歳人口減少により大学側は学生の確保に必死となり、結果的に現在の大学は多様な問題を抱えていると言える。

では、大学はどのように大学生が抱える問題と向き合っていってよいか。川崎ら(2014)は「本人が退学的意思を大学に伝える時点で大学側が説得をはじめても本人の意思はすでに固まっていることが多かった」⁴⁾と述べていることから、学生が大学不適応となる前のサポートが重要と考える。さらに、中島(2012)が「大学適応に学校側の支援を必要とする学生は増加しているものの、現代の学生に共通するような支援だけでなく、大学や個人によって異なる背景に即した形での支援も同時に行っていく必要に迫られている」⁵⁾と指摘していることから、各大学の学生に合った

サポートを展開していくことが、多様化する学生が在籍する現在の大学には求められていると推察する。

そこで、本研究は体育系大学生に着目し、大学不適応となる要因を明らかにすることを目的とする。清宮ら(2015)の体育系大学生の大学生生活に着目した研究⁶⁾では、大学不適応感が高い属性は男子大学生、部活動無所属の学生、スポーツ推薦以外で入学した学生、大学生生活に満足していない学生であることがデータから示されている。一方で、大学不適応感は2群間による属性比較しか行っておらず、大学不適応に繋がる要因が明確に記されていない。本研究では、退学と関係性が高い大学不適応に着目し、考察を進める。

2. 先行研究の検討

大学生生活全般の不安を測定することを目的とし、作成された尺度に藤井(1998)の大学生生活不安尺度⁷⁾がある。藤井はこの尺度の効果について「大学生の日常生活における不安水準を詳細に分析することができれば、学校不適応を起こしている者を早期に発見、治療できるようになるばかりでなく、大学不適応を起こすのを未然に防ぐことも可能になる」⁷⁾と述べている。さらに、大学生生活不安尺度は、大学生の日常生活に起こりうる不安を対象とした「日常生活不安」因子、大学の成績やテストに関する不安を対象とした「評価不安」因子、大学に対する不適応感に対応した「大学不適応」因子の3因子で構成されている。

この大学生生活不安尺度を用いた研究は多岐にわたり存在する。例えば、徳田(2005)は「『日常生活不安』および『評価不安』において学年差と学科差が認められ、1年生は2年生より不安が高く、4年生は短大生よりも不安が高かった」⁸⁾と述べ、藤井は「女子学生の方が男子学生よりも不安を感じて」⁷⁾いることを明らかにした。一方で徳田の研究⁸⁾と野中ら(2013)の研究⁹⁾では性差は見られなかった。このように大学生生活不安尺度を用いて、各大学の学科や学年、性差について明らかにされてきた。

また、他の要因が大学生生活不安に関係するという視点でも研究が蓄積されている。例えば、糸原ら(2011)は居場所感と大学生生活不安の関係性について調査し、「大学において居場所感を有していない学生は、大学に居場所感を有している学生よりも、大学生生活における不安を高く感じている」¹⁰⁾ことを明らかにした。対人関係^{注1)}と大学生生活不安の相関について研究した與久田ら(2011)は他者への援助要請行動が高い人ほど、大学生生活不安が高い¹¹⁾ことを報告している。菅沼ら(2015)の研究では、留年経験群は「他人が留年した自分をどのように見ているのかなどに対する不安を感じやすく、このことが留年経験群の日常生活不安を強く

している一因である¹²⁾と示している。以上のように、居場所感や他者への援助要請行動、留年経験が大学生活不安に関係していることが明らかにされている。

大学不適應感と大学生活不安に関連する研究もこれまで蓄積されてきた。例えば、田中ら(2007)の研究は「『大学不適應』で、1回生と4回生の間に有意な差が見られた¹³⁾」と示し、徳田は「『大学不適應』については学科差のみが認められ、4大生は短大生よりも大学に対する不適應感が強かった⁸⁾」と大学不適應感の学年と学科における差を報告している。次に、福井(2007)は対人ストレスと大学生活不安に着目し、「対人ストレスの中でも対人劣等との関係が強く、対人葛藤事態が多い者は大学生活特有の不安を多く抱え、大学不適應状態になりやすい¹⁴⁾」と対人ストレスから大学不適應に陥る過程について述べている。これらの大学不適應と大学生活不安の研究に関連して、学生の抑うつ傾向に着目した谷島(2005)の研究では「大学に不適應であるほど抑うつ傾向が高いこと、大学に適應しているか、将来の目標が明確であるほど抑うつ傾向は低いこと¹⁵⁾」を明らかにしている。以上のように、大学生活不安やストレス、抑うつ等は大学不適應感に影響を及ぼすことが報告されている。

大学不適應感に対しては、これまで学生サポートの立場から様々な要因が検討されている。例えば、和田ら(2012)は「入学して間もない5月よりも前期日程終了の近づく7月の方が大学不適應感が強くなる¹⁶⁾」ことを明らかにしている。また、中島(2013)は自身の大学における事例として「学年を追うごとに大学不適應感が増加する¹⁷⁾」と示した。加えて、田中(2016)は大学不適應学生の学年差に着目し、「すでに不適應状態に陥った2年の段階では、学習面、生活面など多角的な支援が必要であるが、1年の早期に不適應に陥る可能性のある学生を予測することが出来れば、学習面を中心にサポートすることで、その後の大学への適應を維持できる可能性がある¹⁸⁾」と述べている。このように大学不適應感は大学への在籍日数と比例して増加することが示唆され、学生へのサポートが早期の方が適應状態を維持しやすいことが報告されている。

次に大学不適應感を引き起こす要因に着目した研究は、大学への帰属意識が関係しているという議論が中心となっている。中村ら(2013, 2014)は男女に共通して「大学への愛着の低さおよび授業理解の困難さが、大学不適應感に強く影響する要因であること¹⁹⁾²⁰⁾」を明らかにしている。和田らは「大学不適應感は第1希望以外で入学した学生の方が、第1希望で入学した学生よりも強い¹⁶⁾」と述べ、藤重ら(2012)も大学不適應状態に陥っている可能性がある学生は自分の判断ではなく誰かの勧めで大学を受験している者が多かつ

た²¹⁾と報告している。その他にも、中村らの研究¹⁹⁾²⁰⁾において友人関係満足度が大学不適應感に間接的に影響を与えることや出席率の低さが大学不適應感に関係することが明らかになっている。

これまでの大学生活不安および大学不適應感に関する研究を概観すると、大学生活不安に関する研究では、基本的属性(性別、学年)や大学生活不安に起因する要因が示されてきた。その中でも対人関係が大学生活不安に影響を与えるという研究が対人ストレスや援助要請行動の視点から明らかになっている。一方で、本研究が着目する体育系大学生の大学不適應感と対人関係を明らかにした研究は見受けられなかった。

大学不適應感に関する研究では基本的属性(性別、学年)や大学への帰属意識、授業理解の困難さが大学不適應感に影響を与えることが明らかになっている。また、学校への適應感に着目した大久保(2005)の研究では「『友人との関係』は、学校への適應感のいずれの側面に対しても強い影響力²²⁾」があることを明らかにしているため、対人関係が大学不適應にも影響を及ぼす可能性がある。しかし、友人関係と大学不適應感に関しては、間接的な影響があるという研究結果に留まっている。加えて、本研究が着目する体育系大学生と大学不適應の関係性を明らかにした研究は見受けられなかった。体育・スポーツを専門にしている体育系大学生は大学不適應感に対しても、体育・スポーツに関する要因が存在すると考える。

そこで本研究では、大学生活における不安をはじめとする多角的な視点から体育系大学生が大学不適應に陥る要因を探求するため以下の仮説を設定する。

仮説1: 対人不安が大学不適應感に影響を及ぼす。

仮説2: 大学生活充実度と大学不適應感は関係性を持つ。

仮説3: スポーツに対する意識や自身のスポーツ経歴は大学不適應感と関係性を持つ。

3. 研究方法

本調査の統計処理はSPSS Statistics 25, SPSS Amos 25を用いて行い、有意水準は5%未満とした。

3.1 調査方法

本調査は2019年1月に実施し、体育系大学に通う大学3年生621名を対象に、集合調査法を用いて調査を行った。

大学3年生を選定した理由について、鶴田(1998)が中間期(2~3年生)では、「学生が大学入学直後の表面的な適應を一時的に壊して真の適應へと至る期間であり、学生が曖昧さの中で内面を見つめる体験をする時期である²³⁾」と述べている。しかし、大学2年生の体育系大学生を対象とした清宮らの研究⁶⁾では、「就

職」,「卒業不安」が他の不安項目よりも20%以上高い値を示し, データに偏りが見られた。また, 清宮ら(2018)の研究²⁴⁾では, 学年が上がると大学生生活不安は減少することが報告されているが,「大学不適応」に関しては学年差が見られなかった。以上のことから, 体育系大学生に着目する本研究では, 最も大学不適応が表面化する学年は3年生と推察し, 研究を進めた。

アンケート用紙は回収後速やかに精査し, 二重回答や誤答のあったアンケート用紙を排除した。その結果, 有効回答数580枚, 有効回答率93.4%であった。

3.2 調査項目

3.2.1 基本的属性

基本的属性は, 性別(①男性・②女性), 所属学友会(①運動部, ②サークル・同好会等, ③無所属), 競技歴(自由記述)である。

3.2.2 スポーツへの愛着度

スポーツへの愛着度は,「スポーツに対して愛着度は

ありますか」という質問を設定し,「非常によく思う…7」,「思う…6」,「どちらかといえば思う…5」,「どちらともいえない…4」,「どちらかといえば思わない…3」,「思わない…2」,「全く思わない…1」の7件法で回答を求めた。

3.2.3 大学生生活充実度

大学生生活充実度は,「大学生生活は充実していますか」という質問を設定し,「非常によく思う…7」,「思う…6」,「どちらかといえば思う…5」,「どちらともいえない…4」,「どちらかといえば思わない…3」,「思わない…2」,「全く思わない…1」の7件法で回答を求めた。

3.2.4 大学生生活不安尺度

調査項目は藤井の「大学生生活不安尺度」⁷⁾30項目を用い,「非常によくあてはまる…5」,「あてはまる…4」,「どちらともいえない…3」,「あてはまらない…2」,「全くあてはまらない…1」の5件法で回答を求めた。大学生生活不安尺度の選定理由に関しては, 仮説の検証に関係する「大学不適応」因子や「対人」に関する項目が

表1 大学生生活不安尺度

大学生生活不安尺度(項目)	大学生生活不安尺度(省略)
1. 大学で人が自分のことをどう思っているのか, 気になります。	公的自己意識
2. 4年間で卒業できるかどうか, 不安です。	卒業
3. 留年したらどうしようと, 気になります。	留年
4. 万一事故に遭ったり, 病気をしたらどうしようと心配になることがあります。	事故・病気
5. 友達と一緒に何かしなければならぬとき, うまく協力できるか不安な気持ちになります。	友達
6. 部活やサークルで先輩たちとうまくつき合えるか心配です。	先輩
7. 1時間目の授業にきちんと起きて出席できるかどうか, 不安です。	1限の授業への出席
8. 何らかの団体に突然勧誘されないか, 不安です。	団体への勧誘
9. 先生が近くにいると気になって仕方ありません。	先生との距離
10. 1ヶ月の生活費が足りるかどうか, 心配です。	1ヶ月の生活費
11. 授業中, 先生の言っている内容がわからなくて, 不安になることがあります。	授業理解
12. 大学の先生と話をするとき, とても緊張します。	先生との会話
13. 先生に「研究室まで来るように」と呼ばれたら何を言われるかとても気になります。	先生からの呼出
14. 将来, 良い会社に就職できるかどうか, 不安です。	就職
15. 授業中に何かをしなければならぬとき, へまをするのではないかと不安になることがあります。	授業中のへま
16. 必須科目の成績がD(不可)だったらどうしようと心配になることがあります。	必須科目の単位
17. テスト中に時間が残り少なくなると, 自分の考えがまとまらなくなります。	テスト(時間不足)
18. テストを受けていて, わからない問題に出合ったとき, 頭の中が真っ白になってしまうことがあります。	テスト(解答不可)
19. 成績のことが気になって仕方ありません。	成績
20. 大学の成績のことを考えると, 憂鬱です。	成績による憂鬱
21. 申請した授業の単位がきちんともらえるかどうか心配です。	授業単位
22. テスト中, 緊張して自分の力が発揮できません。	テスト(緊張)
23. 授業で発表するとき, 声が震えることがあります。	授業(緊張)
24. 卒業論文がうまく書けるかどうか, 不安です。	卒業論文
25. テストを受けるとき, 悪い点をとってしまうのではないかと心配になります。	テスト(結果)
26. こんな大学にいたら自分がダメになるのではないかと憂鬱な気分になることがあります。	大学への不自信
27. この大学にいて, 何か不安な気持ちになります。	大学への不安
28. できることなら, 転学あるいは転部したくて仕方ありません。	転学・転部
29. 入学した学部が自分にあっていないような気がして不安です。	学部不適応
30. 大学を退学したいと思うことがあります。	退学

組み込まれている点、信頼性および妥当性が確認されている点^{注2)}から大学生生活不安尺度を採用した。また、本研究では清宮らの大学生生活不安項目の略称⁶⁾を使用した(表1)。

本研究は、体育系大学生の大学生生活不安を構造化した上で仮説を検証するため大学生生活不安尺度に対し、探索的因子分析および確認的因子分析を実施した。

まず初めに、「大学生生活不安尺度」30項目に対し、探索的因子分析(最尤法・プロマックス回転)を行った。スクリーンプロットの傾向から4因子を抽出し、各因子に対する負荷量が.400未満の項目を削除した結果、11項目が削除され19項目4因子となった。

第1因子($\alpha = .897$)は、「テスト(結果)」、「成績」、「成績による憂鬱」、「授業単位」、「必須科目の単位」、「卒業論文」、「就職」の7項目で構成され、大学生が一般的に持つ不安の内容であることから「大学生の不安」と名付けた。第2因子($\alpha = .886$)は、「大学への不信感」、「大学への不安」、「転学・転部」、「学部不適應」、「退学」の5項目で構成され、藤井の「大学不適應」因子⁷⁾と同一の項目であることから「大学不適應」と名付けた。第3因子($\alpha = .843$)は、「先輩」、「友達」、「団体への勧誘」、「先生との距離」、「先生との会話」の5項目で構成され、対人との関わりを表す内容であることから「対人不安」と名付けた。第4因子($\alpha = .918$)

は、「卒業」、「留年」の2項目で構成され、4年間で卒業できないことや留年に対する不安を表す内容であることから「留年不安」と名付けた。

以上の4因子に対し、Cronbachの α 係数を用いて信頼性を検証したところ、すべての因子において基準値^{注3)}を満たすことができた(第1因子 = .897, 第2因子 = .886, 第3因子 = .843, 第4因子 = .918)。したがって、19項目4因子において尺度の信頼性が確認された。

次に上記で得られた19項目4因子の尺度に対し、確認的因子分析を行った。その結果、適合度指数はGFI = .928, AGFI = .904, CFI = .962, RMSEA = .056, CMIN/DF = 2.83となり、GFI, AGFI, CFI, RMSEA, CMIN/DFにおいて基準値^{注4)}を満たす結果となった。したがって、19項目4因子において尺度の妥当性が確認された。

以上の探索的因子分析およびCronbachの α 係数、確認的因子分析で信頼性および妥当性が確認された19項目4因子の尺度(表2)を用いて、本研究で設定した仮説の検証を行う。

3.3 分析方法

3.3.1 単純集計

調査対象者の基本的属性を集計し、表3にまとめた。

表2 大学生生活不安尺度(因子分析結果後)

略称	質問項目	α 係数
第1因子【大学生の不安】		
テスト(結果)	テストを受けるとき、悪い点をとってしまうのではないかと心配になります。	.897
成績	成績のことが気になって仕方ありません。	
成績による憂鬱	大学の成績のことを考えると、憂鬱です。	
授業単位	申請した授業の単位がきちんともらえるかどうか心配です。	
必須科目の単位	必須科目の成績がD(不可)だったらどうしようと心配になることがあります。	
卒業論文	卒業論文がうまく書けるかどうか、不安です。	
就職	将来、良い会社に就職できるかどうか、不安です。	
第2因子【大学不適應】		
大学への不信感	こんな大学にいたら自分がダメになるのではないかと憂鬱な気分になることがあります。	.886
大学への不安	この大学にいて、何か不安な気持ちになります。	
転学・転部	できることなら、転学あるいは転部したくて仕方ありません。	
学部不適應	入学した学部が自分にあっていないような気がして不安です。	
退学	大学を退学したいと思うことがあります。	
第3因子【対人不安】		
先輩	部活やサークルで先輩たちとうまくつき合えるか心配です。	.843
友達	友達と一緒に何かしなければならぬとき、うまく協力できるか不安な気持ちになります。	
団体への勧誘	何らかの団体に突然勧誘されないか、不安です。	
先生との距離	先生が近くにいると気になって仕方ありません。	
先生との会話	大学の先生と話をするときは、とても緊張します。	
第4因子【卒業不安】		
卒業	4年間で卒業できるかどうか、不安です。	.918
留年	留年したらどうしようと、気になります。	

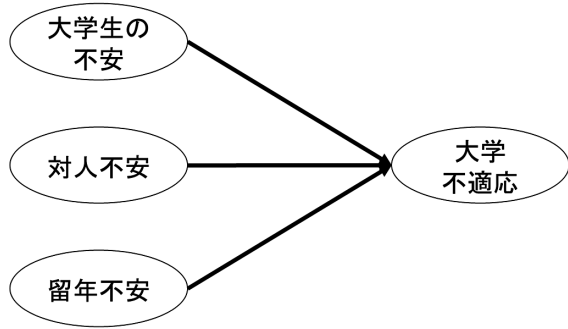


図1 仮説モデル

3.3.2 仮説モデルの作成

「仮説1：対人不安が大学不適応感に影響を及ぼす」を検証するため、仮説モデル（図1）を立てた。「対人不安」の他にも「大学生の不安」と「留年不安」をモデルに組み込み、「大学不適応」に対する標準化推定値の差別化を測った。この仮説モデルを検証するため、構造方程式モデリングを行った。

3.3.3 仮説モデルの検証

仮説モデルの検証には、適合度指数である GFI, AGFI, CFI, RMSEA, CMIN/DF を基準とした。基準値は前述した確認的因子分析と同様とした。

3.3.4 相関関係

「仮説2：大学生生活充実度と大学不適応感の関係性を持つ」、「仮説3：スポーツに対する意識や自身のスポーツ経歴は大学不適応感と関係性を持つ」を検証するため、「大学不適応」因子と「スポーツへの愛着度」、「大学生生活充実度」、「競技歴」の項目で Pearson の相関分析を行った。

3.4 倫理的配慮

調査対象者に対し、調査実施前に調査内容およびデータの使用方法等を口頭にて説明し、同意が得られた方のみを対象に調査を行った。その際、無記名によるアンケート調査のため、調査対象者に不利益が被らないことも伝えた。また、本調査は日本体育大学倫理審査委員会の承認（承認番号：第018-H158）を受けて行われた。

4. 結果

4.1 調査対象者の基本的属性

表3は調査対象者の基本的属性を示した表である。性別は「男性」61.7%、「女性」38.3%となり、男性の方が多い結果となった。部活動・サークル等への所属状況は「運動部」74.3%、「サークル・同好会等」9.5%、「無所属」16.0%となり、運動部への所属率が高い結果となった。競技歴は5年単位でまとめ、「1年－5年」7.3%、「6年－10年」42.1%、「11年－15年」41.9%、

表3 基本的属性

	項目	度数	%
性別	男性	358	61.7
	女性	222	38.3
部活動・サークル等	運動部	431	74.3
	サークル・同好会等	55	9.5
	無所属	93	16.0
	N.A	1	0.2
競技歴	1年－5年	42	7.3
	6年－10年	244	42.1
	11年－15年	243	41.9
	16年以上	46	8.1
	N.A	5	0.9

「16年以上」8.1%となり、6年以上15年以下の競技歴が最も多い結果となった。

4.2 仮説モデルの検証

図2は仮説モデルの構造方程式モデリングによる検証結果である。適合度指数は GFI = .930, AGFI = .906, CFI = .964, RMSEA = .055, CMIN/DF = 2.77 となり、基準を満たす結果が得られ、仮説モデルの妥当性が示された。尚、検証には共通の誤差の影響を統制するため誤差間相関を導入した。

仮説1の検証である「対人不安」から「大学不適応」に対しては、標準化推定値 .64 となり有意に高い関係性が見受けられた。一方、「大学生の不安」と「留年不安」から「大学不適応」に対しては、標準化推定値がそれぞれ -.13 と .10 となり、ほぼ無相関となった。

4.3 大学不適応感に対する要因の検証

表4は Pearson の相関係数を用いて、「大学不適応」因子と「大学生生活充実度」、「スポーツ愛着度」、「競技歴」の関係性を分析した結果である。仮説2の検証である「大学生生活充実度」と「大学不適応因子」の関係性は、有意に負の相関があった。次に仮説3の検証である「スポーツ愛着度」、「競技歴」と「大学不適応因子」の関係性は、有意に負の相関が見受けられた。しかし、「競技歴」に関しては、相関係数が -.12 と低い結果となった。

5. 考察

5.1 対人不安が大学不適応感に与える影響

「仮説1：対人不安が大学不適応感に影響を及ぼす」が支持され、対人不安が強まると大学不適応感も強まることが示された（図2参照）。さらに、大学生の一般的な不安で構成されている「大学生の不安」因子と卒業に対する不安で構成されている「留年不安」因子が

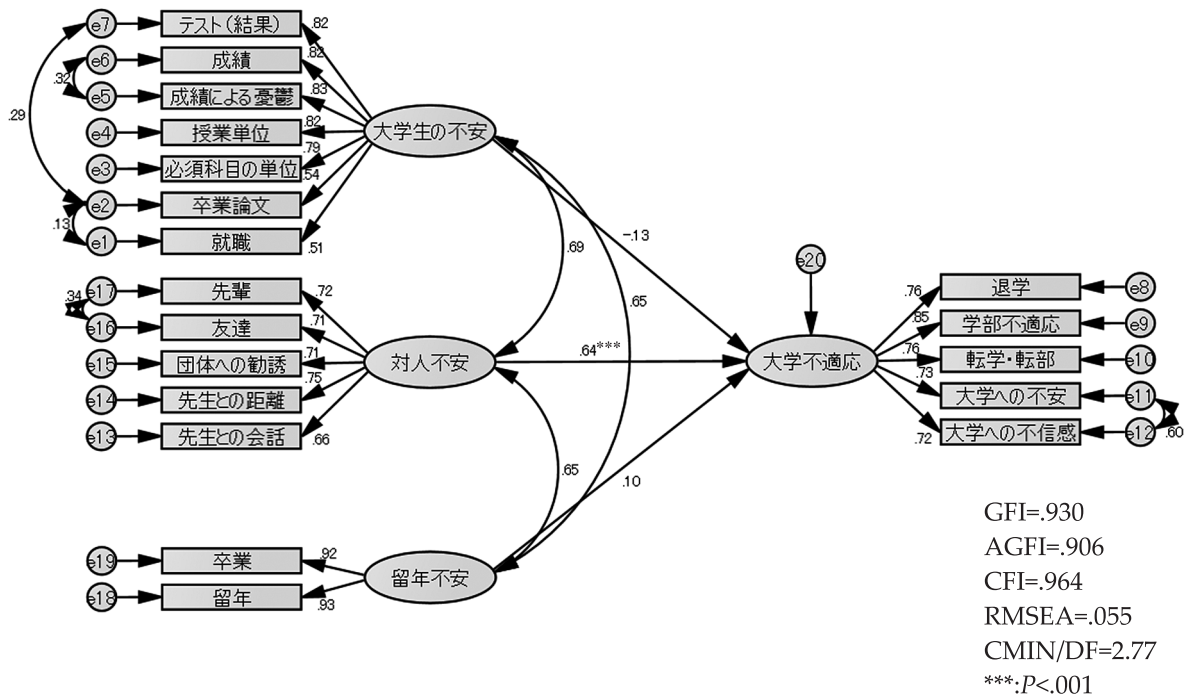


図2 仮説モデルの構造方程式モデリングによる検証結果

表4 大学不適応感に対する要因の検証 (相関分析)

項目	大学生活 充実度	スポーツ 愛着度	競技歴
大学不適応因子	-.389***	-.270***	-.117**

***: $P < .001$, **: $P < .01$

ら「大学不適応」因子に対してはほぼ無相関であったことから、体育系大学生の大学生活における不安の中でも友人や先生、先輩に対する不安はより顕著に大学不適応感に影響を与えることが明らかになった。

先行研究においては、松井ら (2010) が大学に対する「入学後の適応の要因は、まず友人関係にある」²⁵⁾と述べ、大久保・青柳 (2005) は大学1年生が新しい環境に慣れ、親密な対人関係を築くと大学適応感が高くなる²⁶⁾ことを報告している。対人関係は大学生活において様々な恩恵をもたらすとされており、黒田ら (2004) の研究によって、友人との関係が良ければ「相対的幸福感、自尊感情、充実感が高まり、抑うつが低まる」²⁷⁾ことが明らかにされ、遠藤・大石 (2015) は「大学生においては友人のサポートが直接的に抑うつを低減するとともに生きがい感を高め、高められた生きがい感が抑うつ傾向を低減する」²⁸⁾と述べている。さらに、城 (2012) は大学で時間を共有する程度の親しくない友人に対する自己開示は、大学生のソーシャルサポートや被受容感を高める重要な要因である²⁹⁾と指摘している。このように、大学における対人関係は学生の適応感のみならず、個人の幸福感や充実感、抑う

つの低減や生きがい感の増加にも作用し、時間を共有する程度の友人であってもソーシャルサポートに影響を及ぼすことが明らかにされている。

一方で、佐々木 (2008) は大学生の悩みとして人間関係が多い³⁰⁾と述べ、竹測 (2016) は最近の大学生の傾向として「対人関係に不安を持つ学生が増えていること、対人関係に過敏であるがゆえに起こる問題が増えていること」³¹⁾を報告している。本研究により対人不安が高まると大学不適応感が高まることが明らかになった体育系大学生に対しては、対人不安解消へのサポートが必要と考える。その他の研究では、阿部ら (2014) が「浅い付き合いを目標とする者は、自分たちの友人関係を肯定的に評価できなくても精神的健康は低下しないが、深い付き合いを目標とする者は、自分たちの友人関係を『よいものだ』もしくは『さほど悪くない』と思えないと、精神的健康が低下していた」³²⁾と示している。このように希望する人間関係による精神的健康面の差異も生じることから、サポートの際に体育系大学生の人間関係に対する類型化の試みを考慮する必要がある。

さらに、大学生とは学校種別や年代が異なる江村・大久保 (2012) の小学生を対象とした研究³³⁾においても「友人との関係」と「教師との関係」は学級適応感に影響を及ぼすという結果が出ており、年代や学校種別が異なっても対人関係は大学適応に重要な役割を与えることが示唆される。しかし、対人関係の問題は増加傾向にあり、竹測は「①人間関係が作れないグ

ループ, ②一方的な関係性のグループ, ③対人関係回避グループ³¹⁾が主な対人不安を抱いているグループであることを示している。福岡(2010)の研究では「日常ストレス状況で, 多くの大学生は親しい友人からのソーシャル・サポートを受けており, その量はストレス度が高まるほど多くなる傾向にある³⁴⁾」ことが報告されていることから対人関係に対するサポートは重要であると考えられる。

5.2 大学不適応感に影響を与える要因

「仮説2: 大学生生活充実度と大学不適応感は関係性を持つ」が支持され, 大学生生活充実度と大学不適応感に負の関係性があることが示された(表4参照)。したがって, 体育系大学生は大学生生活に充実している者ほど, 大学不適応感が低下することが明らかになった。

大学生生活充実度と大学不適応感や大学生生活不安との研究の蓄積が少ないため, 大学生生活満足度の観点から先行研究を検討すると, 武蔵・河村(2016)は学校生活に満足している学生ほど学校生活に対する意欲が高まる³⁵⁾ことを明らかにしている。また, 吉村(2018)は「友人関係に不安があり, 友人とのつきあいに葛藤を感じていると大学生生活の満足度は低下する³⁶⁾」と述べている。このことから, 大学生生活充実度は学校生活への意欲や対人不安に影響を与えているため, 大学不適応感にも影響を及ぼしている可能性がある。つまり, 大学生生活充実度は間接的に大学不適応感に影響を与えていることが示唆された。しかし, これは大学生生活満足度の先行研究から推察されたものであり, 今後は大学生生活充実度と対人不安の関係性に着目し, 大学不適応感が高まるメカニズムを追及していく必要がある。

「仮説3: スポーツに対する意識や自身のスポーツ経歴は大学不適応感と関係性を持つ」が支持され, スポーツに対する意識や自身のスポーツ経歴は大学不適応感と負の関係性があることが示された(表4参照)。したがって, 体育系大学生はスポーツに愛着を持っている者や長い間スポーツ競技を行っている者ほど, 大学不適応感が低下することが明らかになった。しかし, 競技歴に関しては相関関係が弱いので, 本研究においては示唆を与える程度に留まる。

スポーツと大学不適応感の先行研究に関しても研究の蓄積が少ないことから, 本研究と間接的な関わりを持つ先行研究から考察を試みる。体育・スポーツの有効性に関する研究では, 須崎・杉山(2015)は「体育授業での良好な対人関係の構築や授業への積極的な取り組みを通して, 学校適応感を促進させる可能性が示唆された³⁷⁾」と述べ, 須田(2011)は自身の運動有能感が高いほど, ソーシャルスキル^{注5)}が向上すること³⁸⁾を明らかにしている。つまり, 本研究で明らかになっ

たスポーツへの愛着度や体育授業における良好な人間関係, さらには運動に対する有能感など, 体育・スポーツに対して何らかのポジティブな感情を持っている者は対人スキルをはじめとしたソーシャルスキルが向上し, 結果的に大学不適応感の減少にも繋がると推察する。その他の研究では, 萩原・磯貝(2013)が友人やチームメイトなどからのソーシャルサポートが競技者アイデンティティの形成に影響を及ぼす³⁹⁾と述べている。今回の調査対象者においても運動部に所属している学生が多いことから, 得られるソーシャルサポートから鑑みても, 改めて良好な人間関係構築の重要性が示された。

6. まとめ

本研究は体育系大学生に着目し, 大学不適応となる要因を明らかにすることを目的とした。分析の結果, 体育系大学生は対人不安が最も大学不適応感に影響し, 対人不安が強まると大学不適応感が高まることが明らかになった。また, 大学生生活充実度とスポーツの愛着度も大学不適応感に影響を及ぼすことが示された。したがって, 体育系大学生の特徴として, 友人や先生, 先輩に対して不安を抱いている学生や大学生生活が充実していないと感じている学生, スポーツに対して愛着を持っていない学生は大学不適応感が増加する傾向にあることが本研究から明らかになった。

今後は前述した3つの特徴を持つ学生に対するサポートを考えていきたい。そのために, 本研究では明確化することができなかった属性による大学不適応感の差異や対人不安の細分化にも今後は取り組む必要があると考える。

注

注1) 対人関係とは, 「個人と個人の結びつき方からみた人間関係⁴⁰⁾」のことを指し, また「他者に対する個人の心理⁴⁰⁾」を重視するものとする。したがって, 本研究における対人関係は個人が他者との間で生じる関係性を示す。

注2) 大学生生活不安尺度の信頼性は, Cronbachの α 係数で算出している。大学生生活不安尺度は.84, 下位尺度の「日常生活不安」が.75, 「評価不安」が.87, 「大学不適応」が.83といずれも一貫性の高い項目で構成されている。妥当性は, 日本版MAS, 青年版TAIと相関関係を調べ, いずれも高い相関関係が認められ, 基準連関妥当性が得られている。また, 大学生生活不安尺度は, 2013年にCLAS(College Life Anxiety Scale)マニュアル⁴¹⁾として発行されており, 信頼性および妥当性が高い尺度と言える。

注3) 本研究におけるCronbachの α 係数の基準値は小塩(2018)の「 α 係数 $\geq .70$ 」⁴²⁾に設定した。

注4) 本研究における確認的因子分析の基準値は小塩(2014)の「GFI(Goodness of Fit Index) $\geq .90$,

AGFI (Adjusted Goodness of Fit Index) $\geq .90$, CFI (Comparative fit index) $\geq .90$ ⁴³⁾, Hairら (2006) の「RMSEA (Root mean square error of approximation) $\leq .08$, CMIN/DF ≤ 3.00 ⁴⁴⁾ に設定した。

注5) ソーシャルスキルとは、相川 (2000) が「対人場面において適切かつ効果的に反応するために用いられる言語的・非言語的対人行動と、そのような対人行動の実現を可能にする認知過程との両方を包含する概念」⁴⁵⁾ と示している。

文 献

- 1) 文部科学省「大学における学生生活の充実方策について (報告) — 学生の立場に立った大学づくりを目指して— (2000-6)」http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chousa/koutou/012/toushin/000601.htm, (参照 2019-09-20)
- 2) 谷田川ルミ. 戦後日本の大学におけるキャリア支援の歴史的展開. 名古屋高等教育研究. 2012, 12, p. 155-174.
- 3) 文部科学省「18歳人口と高等教育機関への進学率等の推移 (2018-02-16)」http://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/detail/_icsFiles/afieldfile/2018/02/16/1401001_4.pdf, (参照 2019-09-20)
- 4) 川崎孝明, 中嶋弘二, 川崎健太郎, 川口恵子. 大学における寄り添い型学生支援体制の構築—中途退学防止の観点からの実践的アプローチ—. 尚絅大学研究紀要人文・社会科学編. 2014, 46, p. 75-89.
- 5) 中島絵美. 時代や大学の特色に応じた学生相談の取り組みの検討—大学生不適應の予防的アプローチ—. こども教育宝仙大学紀要. 2012, 3, p. 131-137.
- 6) 清宮孝文, 依田充代, 門屋貴久. 体育系大学生の大学生活不安に関する研究. 日本体育大学紀要. 2015, 45(1), p. 27-37.
- 7) 藤井義久. 大学生活不安尺度の作成および信頼性・妥当性の検討. 心理学研究. 1998, 68(6), p. 441-448.
- 8) 徳田完二. 学生期ライフサイクルからみた学生の不安—4年制大学生と短期大学生の違いについて—. 人間福祉学研究. 2005, 8, p. 179-188.
- 9) 野中優美, 山田浩平. 大学生のユーモアと大学生活不安との関連. 愛知教育大学保健環境センター. 2013, 12, 45-52.
- 10) 桑原民子, 社浦竜太. 大学生における居場所感と大学生活不安に関する研究—学生相談室の利用の有無に注目して—. ものづくり大学紀要. 2011, 2, p. 60-65.
- 11) 與久田巖, 太田仁, 高木修. 女子大学生の援助要請行動の領域, 対象, 頻度と大学生活不安および社会的スキルとの関連. 関西大学社会学部紀要. 2011, 42(2), p. 105-116.
- 12) 菅沼一男, 平林茂, 大日向浩, 金子千香. 理学療法学科学生の大学生活における不安: —大学生活不安尺度による検討—. 理学療法科学. 2015, 30(2), p. 193-196.
- 13) 田中存, 菅千索. 大学生活不安に関する心理学からのアプローチ. 和歌山大学教育学部紀要教育科学. 2007, 57, p. 15-22.
- 14) 福井義一, 青野明子. 大学生活において環境要因と個人内要因が大学生活不安や抑うつ, 状態不安に与える影響について. 国際研究論叢. 2007, 20(3), p. 45-59.
- 15) 谷島弘仁. 大学生における大学への適応に関する検討. 人間科学研究. 2005, 27, p. 19-27.
- 16) 和田愛祐美, 松尾直博. 大学不適應感と進路成熟度の関連. 東京学芸大学紀要. 2012, 63(1), p. 221-227.
- 17) 中島絵美. 学生相談の取り組みの検討: 本学における大学不適應とは. こども教育宝仙大学紀要. 2013, 4, p. 87-96.
- 18) 田中亜裕子. 大学不適應学生の個性に応じた支援策の検討. 教育総合研究叢書. 2016, 9, p. 19-24.
- 19) 中村真, 松田英子. 大学生の学校適応に影響する要因の検討: 大学不適應, 大学満足, 就学意欲に着目して. 江戸川大学紀要. 2013, 23, p. 151-160.
- 20) 中村真, 松田英子. 大学への帰属意識が大学不適應に及ぼす影響: 帰属意識の媒介効果における性差および適應感を高める友人関係機能. 江戸川大学紀要. 2014, 24, p. 13-19.
- 21) 藤重育子, 本田周二, 清水寛之. 大学新入生の学校適応に関する心理学的検討: 質問紙調査によって抽出された9事例に関する質的分析. 教育開発センタージャーナル (神戸学院大学). 2012, 3, p. 17-31.
- 22) 大久保智生. 青年の画工への適應感とその規定要因—青年用適應感尺度の作成と学校別の検討. 教育心理学研究. 2005, 53, p. 307-319.
- 23) 鶴田和美. 下位時期から見た学生期. 大学教育における新しい学生相談象の形成に関する研究 (平成9年度文部省科学研究成果報告書). 1998, p. 59-70.
- 24) 清宮孝文, 依田充代. 大学生活不安の年次推移と運動部活動ドロップアウト者に関する研究—体育系大学の学生に着目して—. 日本体育学会体育社会学専門領域発表抄録集. 2018, 26, p. 1-6.
- 25) 松井洋, 中村真, 田中裕. 大学生の大学適応に関する研究. 川村学園女子大学研究紀要. 2010, 21(1), p. 121-133.
- 26) 大久保智生, 青柳肇. 大学新入生の適応に関する研究—社会的スキルは後の適応を予測するのか? 人間科学研究. 2005, 18(2), p. 207-213.
- 27) 黒田祐二, 有年恵一, 桜井茂男. 大学生の親友関係における関係性高揚と精神的健康との関係—相互協動的—相互独立的自己観を踏まえた検討. 教育心理学研究. 2004, 52, p. 24-32.
- 28) 遠藤伸太郎, 大石和男. 大学生における抑うつ傾向の効果的な低減に向けた検討—友人のサポートと生きがい感の観点から. パーソナリティ研究. 2015, 24(2), p. 102-111.
- 29) 城佳子. 大学生の自己開示・ソーシャルサポートが被受容感に及ぼす影響の検討: 被開示スキルとの関連を通して. 人間科学研究. 2012, 34, p. 63-72.
- 30) 佐々木浩子. 大学新入生における精神的健康と生活習慣. 人間福祉研究. 2008, 11, p. 123-132.
- 31) 竹淵香織. 大学生における人間関係の希薄化: 対人不安を抱える学生と学生相談室で扱われる「相手のいない対人関係相談」の増加から. 聖学院大学総合研究所紀要. 2016, 62, p. 156-167.
- 32) 阿部祐子, 山口映里, 五十嵐哲也. 大学生の親友関

- 係における関係性高揚と精神的健康との関連：友人関係目標による差異に注目して。愛知教育大学教育臨床総合センター紀要。2015, 5, p. 11-18.
- 33) 江村早紀, 大久保智生. 小学校における児童の学級への適応感と学校生活との関連：小学生用学級適応感尺度の作成と学級別の検討. 発達心理学研究. 2012, 23(3), p. 241-251.
- 34) 福岡欣治. 日常ストレス状況体験における親しい友人からのソーシャル・サポート受容と気分状態の関連性. 川崎医療福祉学会誌. 2010, 19(2), p. 319-328.
- 35) 武蔵由佳, 河村茂雄. 大学生における学校生活満足度と学校生活意欲との関連. 教育カウンセリング研究. 2016, 7(1), p. 35-44.
- 36) 吉村英. 女子大学生の友人関係, キャリア意識および大学生生活自己効力感が学業成績, 大学生生活満足度および幸福感に与える影響. 発達教育学研究：京都女子大学大学院発達教育学研究科博士後期課程研究紀要. 2018, 12, p. 1-14.
- 37) 須崎康臣, 杉山佳生. 大学生の体育適応感が学校適応感に及ぼす影響：自己調整学習の視点から. 体育学研究. 2015, 60(2), p. 467-478.
- 38) 須田和也. 大学生の社会的スキルとスポーツ経験および運動有能感に関する研究. 共栄大学研究論集. 2011, 9, p. 37-53.
- 39) 萩原悟一, 下園博信, 大下和茂, 黒田次郎, 秋山大輔, 萩原裕子. トップアスリートから提供されるソーシャルサポートと大学生競技者のスポーツ傾倒意図の関連. スポーツ産業学研究. 2018, 28(4), p. 357-364.
- 40) 土田昭司. 新社会学辞典. 第三版, 有斐閣, 2002, p. 947.
- 41) 藤井義久. CLAS マニュアル. 金子書房, 2013, p. 21.
- 42) 小塩真司. SPSS と Amos による心理・調査データ解析—因子分析・共分散構造分析まで—. 第三版, 東京図書, 2018, p. 296.
- 43) 小塩真司. はじめての共分散構造分析 Amos によるパス解析. 第二版, 東京図書, 2014, p. 288.
- 44) Hair, J. F., Black, W., Babin, B., Anderson, R. E., Tatham, R. L. Multivariate Data Analysis. 第五版, Prentice Hall, 2006.
- 45) 相川充. 人づきあいの技術 社会的スキルの心理学. サイエンス社, 2000, p. 303.

<連絡先>

著者名：清宮孝文

住 所：東京都世田谷区深沢 7-1-1

所 属：日本体育大学大学院博士後期課程スポーツ文化・社会科学系

E-mail アドレス：t12.k06@gmail.com