

大学新入生の生活変化及び進学志望動機と適応過程との関連

— 居住形態による比較 —

枝 廣 紀 子

問題と目的

大学生活への移行は人生周期での大きな節目の一つであり生活意識上の急激な変化を伴っている。この移行に適切に対処し新しい生活を快適にスタートできるかどうかは後の大学生活への適応にも影響を与え、変化に充分に対処できない場合は「危機的移行」になる場合がある。よって大学生活への移行期は大学4年間の適応を考える上でも重要な時期となると思われる。このため本研究では大学新入生の適応過程について検討する。そして新入生の適応と関連する要因として、大学入学にともなう新入生の生活変化、大学に対する期待・大学での目的をあらわした大学進学志望動機とパーソナリティ変数である効力感をとりあげることとした。

まず大学新入生の生活上の変化に関する先行研究には、大学生の生活ストレス測定と枠組みからの研究があるが、(尾関, 1993; 久田・丹羽, 1987; 外山・桜井, 1999) 大学新入生に特有な生活変化・出来事を査定できているとは言い難い。大学への移行期に経験するであろうごくささいな出来事という観点、ネガティブな出来事だけでなくポジティブな出来事の効果を取り入れた尺度作成が必要である。

さらに大学進学志望動機は学生の大学での目的意識をあらわしており、目的意識の違いによって入学後の適応に影響がみられるだろう。また、効力感はストレス耐性と関連するパーソナリティ要因と考えられ、やはり適応状態と関連がみられるだろう。

さて、適応状態および適応の規定因はその居住形態によって変化すると考えられる。(和田, 1992; 諸井, 1986) 自宅通学か自宅外通学かという居住形態の違いによって大学入学時の生活事態の変化の大きさや生活変化の質が異なると考えられ、適応に差がみられると考えられる。また適応状態および適応の規定因は大学入学後の生活の時間的経過に伴って変化すると考えられる(諸井, 1986)。

以上のような問題意識から、本研究では大学新入生の適応と関連する要因として大学新入生の生活変化、大学進学志望動機と効力感をとりあげ適応との関連を探索する。適応の指標は心理的ストレス反応とし、心理的ストレス反応と諸要因との関連について居住形態による比較を行う。また4月と7月に調査を行い、適応の時間的変

化、及び心理的ストレス反応と諸要因との関連の時間的変化について明らかにする。

研究 I

1. 目的

大学新入生が大学への移行期に体験する変化・出来事を査定できる尺度(新入生生活出来事尺度を作成する。また、大学進学志望動機、心理的ストレス、効力感の尺度構成を行う。

2. 方法

調査時期: 2000年4月下旬~5月上旬(以下第1回4月の調査と呼ぶ)

調査対象者: A県内の国立大学2校の大学1年生464名(男子215名, 女子239名)また、居住形態は、自宅通学310名(男子121名, 女子179名), 自宅外通学154名(男子94名, 女子60名)。

質問紙の構成: ①予備調査および久田・丹羽(1987)、尾関(1990)、藤本(1999)を参考に作成された大学生新入生生活出来事尺度(原案)②測上(1984)や原田(1997)を参考に作成した大学進学志望動機尺度③浦上(1995)の効力感尺度④鈴木・嶋田・三浦・片柳・右馬埜・坂野(1997)の心理的ストレス反応尺度(SRS-18)⑤大学に対する望ましさ⑥大学生活に対する満足度⑦その他デモグラフィック変数(学部, 年齢, 性別, 現在の居住形態, 浪人経験の有無, クラブ・サークルへの加入の有無)。

3. 結果と考察

大学新入生生活出来事尺度について

大学新入生生活出来事尺度の因子分析の結果、ポジティブな出来事として、対人関係・行動範囲の拡大、学業・生活の自己制御、家事、アルバイト、サークル・クラブ活動、ネガティブな出来事として、生活の多忙化、物理的孤立、学習環境の悪化、計8因子が抽出された。次に性別(男・女)と居住形態(自宅・自宅外)の2要因によって各下位尺度の評価得点及び経験数について分散分析を行ったところ、各生活出来事について以下のような特徴がみられた。自宅生はアルバイトと生活の多忙化を多く選択しており、自宅外生は物理的孤立と家事を多く選択していた。家事・サークル・クラブ活動については自宅外生女子がよりポジティブに評価していた。女子の

特徴としては対人関係・行動範囲の拡大、アルバイトを多く経験しポジティブに評価していた。また女子は学業・生活の自己制御を多く経験していた。一方男子は、物理的孤立の経験数が多かったが女子ほどにはネガティブに評価していなかった。また学習環境の悪化は男子の方が経験しやすくネガティブに評価していた。

大学進学志望動機尺度・効力感尺度・心理的ストレス反応尺度について

進学志望動機尺度の因子分析の結果、アイデンティティ形成志向、娯楽・社会経験志向、周囲への追随志向、専門性志向の4因子が抽出された。効力感尺度の因子分析の結果、不安抑制、行動の持続性、認知された能力の3因子が抽出された。心理的ストレス反応尺度では抑うつ・不安、無気力、不機嫌・怒りの3因子が抽出された。

研究Ⅱ

1. 目的

4月と7月の2回の調査により、時間的経過による心理的ストレス反応の変化及び新入学生活出来事尺度の変化について居住形態毎に比較する。次に新入学生活出来事各下位尺度の評価得点、大学進学志望動機、効力感を予測変数とし、心理的ストレス反応各下位尺度を目的変数としたステップワイズ回帰分析を各時期ごとに、また居住形態ごとに行い、心理的ストレス反応の規定因が時間的に変化するか、居住形態によって異なるかどうかについて検討する。

2. 方法

調査時期：第1回調査：2000年4月下旬～5月上旬、第2回調査：2000年7月上旬

調査対象者：2000年4月に第1回調査を行った研究Ⅰの対象者のうち、2000年7月上旬の第2回調査に参加し、マッチングを行うことが可能であった253名。両時期とも自宅通学者は194名（男子62名、女子132名）、両時期とも自宅外通学者は59名（男子20名、女子39名）であった。
質問紙の構成：第1回調査（4月）については研究Ⅰの調査内容・調査手続きと同様。2000年7月の第2回調査は、①大学生新入学生活出来事尺度②鈴木・嶋田・三浦・片柳・右馬埜・坂野（1997）の心理的ストレス反応尺度（SRS-18）③大学に対する望ましさ④大学生活に対する満足度⑤デモグラフィック変数（学部、年齢、性別、現在の居住形態、浪人経験の有無、クラブ・サークルへの加入の有無）

3. 結果と考察

心理的ストレスの時間的変化について

自宅外生は4月と7月の両時期とも自宅生よりも不安・抑うつの得点が高かった。また、自宅外生は、4月から

7月にかけて不機嫌・怒り得点を急激に増加させていた。この結果、大学への移行期では、自宅生よりも自宅外生の方が精神的健康にとって危機的な状況に置かれていることが明らかとなった。

生活出来事の時間的変化

4月から7月にかけて両群でアルバイト、サークル・クラブ活動の経験数の増加が認められた。また、両群とも対人関係・行動範囲の拡大と学業・生活の自己制御において、それぞれの出来事に対する1項目あたりのポジティブな評価が4月から7月にかけて低下していた。家事は両時期とも自宅外生の方が経験数多くポジティブに評価されていた。生活の多忙化については4月から7月にかけて両群とも経験数が上昇し、しかし4月は自宅生の経験数が多かったのに対し7月には自宅外生の経験数が急激に増加しており、7月の両群の経験数はほぼ同じであった。しかし経験数は同じでも自宅生の方が生活の多忙化についてはネガティブに評価していた。自宅外生に認められた特徴として、物理的孤立と学習環境の悪化においてそれぞれの出来事に対する1項目あたりのネガティブな評価が4月から7月にかけて緩和されていた。

心理的ストレス反応の規定因について

大学進学志望動機と心理的ストレス反応との関連は7月にのみ認められた。自宅生ではアイデンティティ形成志向が高いほど不機嫌・怒りが抑制され、自宅外生では周囲への追随志向が高いほど不機嫌・怒りが喚起されていた。入学直後（4月）は生活変化への対処が当面の課題だが、大学への移行が進んだ7月になって、大学生活での期待・目的をあらわした大学進学志望動機の影響が出てきたと考えられる。効力感は、両群とも4月・7月両時期の無気力反応との関連が多くみられた。この二つの変数は統制と関連する変数であるためにこのような関連が生じたと考えられる。

自宅外生の生活出来事と心理的ストレス反応の関連

自宅外生では、生活の多忙化によって4月時の心理的ストレス反応が喚起されていた。自宅外生は大学の学校環境への適応だけでなく、ひとり暮らし・下宿・寮生活といった新しい生活様式への適応も同時に課題となる。そのためこれらの課題に迅速に対処していかなければならない入学直後はかなり多忙な時期であり、このような結果となったと解釈できる。7月には対人関係の形成を阻害する可能性をもつ物理的孤立が心理的ストレスを喚起し、対人関係・行動範囲の拡大が心理的ストレスを軽減していた。新しい対人関係の再構成が進んでいると考えられる7月において、自宅外生の心理的ストレス反応を予測するには、対人関係の形成状態が重要なポイント

となることが示唆された。

自宅生の生活出来事と心理的ストレス反応の関連

4月時の自宅生では、物理的孤立が心理的ストレスを喚起し、またサークル・クラブ活動が心理的ストレスを軽減しており、対人関係の形成に関する出来事の影響が大きかった。これは自宅生の生活の変化は自宅外生と比較して小さく、大学へのスムーズな移行を促進する対人関係の形成が入学直後の自宅生の主要な課題となり、その影響がみられたためと解釈できる。7月では生活の多忙化が心理的ストレス反応を喚起していた。7月時の自宅生はアルバイト経験率が高く通学時間も長いことから、実際、自宅外生よりも忙しい生活を送っている。7月時の多忙な生活に対してどのような評価をしているかが、自宅生の心理的ストレス反応を予測する際に重要であることが示唆された。

総合的考察

本研究の結果、大学新入生の心理的ストレス反応は調査時期と居住形態によって差がみられた。そして大学入学による生活変化への慣れの中で心理的ストレス反応の規定因が時間的に変化し、それが居住環境条件によって異なることが示され、学生の精神的健康状態が、いつ、どの要因の影響をうけているのかといった知見が得られた。これは新入生へのガイダンスや援助的介入を考える上で重要となるであろう。しかし本研究で得られた結果は、対象者が大学2校からのみ得られたものであり、また対象者の居住形態や性別に偏りがみられるため、本研究の対象者に限って認められる探索的かつ事例研究的な傾向が強いという特徴を有する。今後はサンプル数を増加し今回明確にできなかった学校差・性差についての検討が必要である。そしてより精練された新入生生活出来事尺度の構成、追跡期間の拡大、生活出来事尺度の評価に影響を与える変数についての検討が今後の課題となった。