

別紙1-1

論文審査の結果の要旨および担当者

報告番号	※	第	号
------	---	---	---

氏 名

論文題目

論文審査担当者

主 査

別紙 1 - 2

論文審査の結果の要旨

本論文は、高校生の睡眠と食行動という基本的な生活習慣に焦点をあて、それらが高校生の心身の健康に及ぼす影響と、基本的な生活習慣に影響を及ぼす規定要因としてのインターネット使用と部活動との関連、友人関係と親子関係の調整効果、などについて検討を行うことを目的としている。本論文は、4つの調査研究に基づく6章から構成されている。

第1章では、健康の概念、健康と生活習慣の関連、高校生の生活習慣とその背景にある規定要因に関する文献研究を行っている。生活習慣に関しては、特に食行動と睡眠に焦点が当てられそれに関する先行研究の知見がまとめられている。また、最後に本論文の目的と構成、研究で取り上げた概念である生活習慣（食と睡眠）と外的要因（インターネットと部活動）、個人内要因（友人関係、親子関係など）の関連を示す仮説的モデル図が示されている。

第2章（研究1）では、高校生586名（男子338名、女子248名）を対象にした質問紙調査によって高校生の家庭内での食行動と心理的健康の関連が検討された。食行動に関しては良好な食行動、食に対する認知、食事中の行動の3側面、心理的健康に関しては、自尊心、疲労自覚症状、日常生活主訴の3側面が測定された。分析としては、各尺度の因子分析と各下位尺度の信頼性係数の算出、各尺度得点の男女差の検討、変数間の相関分析、心身の健康と心理的適応を基準変数、食行動を説明変数とした重回帰分析が行われた。その結果、男女共に家族に関連した自尊心が家族との共食の機会や食事中の会話と有意な正の関連にあることが認められた。また、居場所喪失感と学校不適応感は男女共に食行動との有意な関連が認められたが、自己不全感については女子のみに食行動と有意な関連が認められるなど、男女差も見いだされている。

第3章（研究2）では、高校生681名（男子413名、女子268名）を対象にした質問紙調査によって高校生のインターネット使用と運動部での活動が睡眠行動に与える影響が検討された。また、調整要因として自尊感情、友人関係、親子関係が取り上げられた。分析では、各尺度得点の男女差の検討、変数間の相関分析、睡眠（概日リズムを整える行動と睡眠を促す行動）を基準変数、インターネット使用時間、運動部での活動の有無、自尊感情、友人関係満足感、親子関係満足感を説明変数とした階層的重回帰分析が行われた。また、階層的重回帰分析においては、自尊感情、友人関係満足感、親子関係満足感の調整効果を検討するためにそれぞれインターネット使用時間、運動部での活動の有無との交互作用項が投入された。結果として、インターネット使用時間と運動部での活動と睡眠行動の関連に関しては、男子において有意な調整効果が認められた。具体的には、男子の概日リズムを整える行動は、インターネット使用時間が長い場合、友人関係満足度が高い生徒の方が概日リズムを整える行動の得点が有意に低いこと、運動部に加入している場合は、自尊感情が高い方が概日リズムを整える行動の得点が有意に高いことが示された。また、睡眠を促す行動に関しては、インターネット使用時間が長い場合、友人関係満足度が高い生徒の方が睡眠を促す行動の得点は有意に低く、運動部に加入していない生徒の場合、自尊感情の得点が高い生徒は低

論文審査の結果の要旨

い生徒よりも睡眠を促す行動の得点が有意に低かった。

第4章(研究3)では、運動部の競技成績優秀生徒3名(男子2名,女子1名)を対象にして、半構造化面接調査を行い、良好な生活習慣を促進する要因について SCAT (Steps for Coding and Theorization) を用いた質的データ分析を行っている。その結果、研究参加者の語りのテキスト分析から、彼らの良好な生活習慣の背景にある促進要因として、「意義や価値の認識」、「知識と行動の連動」、「親と家族の影響」、「信頼と感謝」、「競技への志向性」、「運動部の効能」の6つのカテゴリ、阻害要因として「運動部の負の影響」の1つのカテゴリを見いだしている。そして、これら7つのカテゴリは、「意義や価値の認識」と「知識と行動の連動」が「個人内要因」、「親と家族の影響」と「信頼と感謝」が対人要因、「競技への志向性」、「運動部の効能」、「運動部の負の影響」が部活動要因としてまとめることができることを示唆した。

第5章(研究4)では、高校生589名(男子332名,女子257名)を対象にした質問紙調査によって、高校生の生活習慣が心理的健康に影響とその両者の関連における親子関係の調整効果について検討を行った。調査内容には、睡眠と食に関する生活習慣、夜更かし理由、家でのインターネット使用等に関する生活習慣、日常の心身の状況、日常的希死感、親子関係認知が含まれていた。分析では、各尺度得点の男女差の検討、各変数間の相関分析、日常的希死感を基準変数、各種生活習慣と親子関係認知ならびに両者の交互作用を説明変数とした階層的重回帰分析等が行われた。結果として、家庭における夕食の共食やゲームをしている時間と親子関係、日常的希死感との有意な関連性が明らかにされた。

第6章は本論文の総括的討論として、本研究の意義、本論文の課題と今後の展望について議論がなされた。本研究の意義としては、高校生の一般適応群の生活習慣と心理的健康について新たな検討を行った点と現在の高校生の生活習慣改善のための支援に関する有益な示唆が得られた点の2つの観点から論じられた。本論文の課題については、日常的希死感の測定方法、面接調査の調査対象者数が少なかった点、質的データの分析方法、文献研究の不十分さなどについて言及され、残された課題と問題点の検討と高校生がさらに健康になるための方略を示すことが今後の展望であると述べられた。

本論文の特色と学術的意義としては以下の点が挙げられる。

①青年期に関する心理学的研究は、その多くが大学生または中学生を対象にしており、高校生に関する研究は十分ではないのが現状であるため、青年期の心理的な発達と健康に関する貴重なデータを提供していると言える。また、生徒の生活習慣については、これまで学校保健学や公衆衛生学の分野では取り上げられてきたが、心理学、特に青年心理

論文審査の結果の要旨

学においてはほとんど検討されてこなかった。そのため、本論文は分野横断的な学際的研究としての意義が認められる。

- ②本論文は、筆者の養護教諭として長年にわたって高校生と関わってきた教育実践の経験から生まれた問題意識を基盤にしており、高校生にとってのより日常的なリアルな問題に迫っている。そのため、抽象的な心理学的構成概念のみを扱う研究と比べ、本論文によって得られた研究知見は学校現場に還元しやすい意義のあるものになっていると評価できる。
- ③本論文は、質問紙調査による定量的研究と半構造化面接による定性的な事例研究を組み合わせた総合的な検討を行っており、方法論的にも興味深い。
- ④一般的には悪しき生活習慣とされている夜更かし行動を、青年の自律的で目的のある行動としてとらえている点は新たな視点であり、発達の観点から高校生の内的な心理的理解を深めようとする姿勢が評価できる。また、生活習慣と心理的健康との関連について直接的な因果関係だけでなく、自尊感情、友人関係、親子関係の調整効果を検討している点が優れており、学校現場での生徒理解に役立つ知見となっていると考えられる。

以上の点より、本論文は、今後、青年の生活習慣に関する心理学的研究を促進していく先駆的な研究になる可能性があり、また、学校教育や家庭教育の実践における有益な示唆を与えていると考えられる。

他方で、本論文の内容に関して、審査員からは以下の疑問点と問題点が指摘された。

- ①心理的健康の指標として日常的希死感を取り上げているが、一般的な高校生の生活習慣との関連という観点からは、充実感や空虚感など、より適切な指標が他にあったのではないか。
- ②高校生を対象にした研究であるため、心理的健康以外にもアイデンティティなどの代表的な青年期の心理社会的発達課題を調査内容に含めても良かったのではないか。
- ③論文全体として、用語の概念定義が不明瞭な箇所が散見される。
- ④本論文では食行動を測定するために本研究独自の心理尺度を作成しているが回答形式の問題や因子分析の手続きに不適切さが認められる。
- ⑤高校生の生活習慣とその規定要因および心理的健康の関連について仮説的な概念モデルが提唱されているが、諸要因の分類と因果関係に関して再検討が必要ではないか。

審査委員のこれらの指摘に対し、博士学位申請者は研究の限界や課題について十分に認識

論文審査の結果の要旨

しており、質疑に対する回答も的確であり妥当なものであった。また、これらの課題は今後の研究によって解決していくことが可能であると判断した。

以上の結果を総合し、審査委員は全員一致して、本論文を博士（心理学）の学位に値するものと判断し、論文審査の結果を「可」と判定した。