新入生の適応プロセスに関する縦断的研究
― 初期適応と中・長期適応の差異を中心として ―

徳 谷 智 美

問題と目的

新しい学校，新しい職場といった新奇事態に適応することは，時代・文化を問わず，人々にとって大きなテーマであることが推測される。その中でも入学後の適応に関しては，学校不適応の社会問題が注目されていることもあり，大きな関心を集めている。

しかしながら，新入生の適応研究が数多くあるにもかかわらず，その適応プロセスを直接検討したものは数少ない（吉田・橋本・安藤・植村，1999）。また，これまでの適応研究ではあまり縦断的研究が行われておらず，佐藤・立元（1999）は，適応に関する縦断的研究が少ないため規定要因の持続性や変化がわからないと指摘している。そこで本論文では，新入生に対して4月から約半年間にわたって縦断調査を実施し，新環境への慣れを表す初期適応，そこでの居場所感や学習意欲を表す中・長期適応という2つの適応指標を用い，時間軸を考慮した適応プロセスの検討を試みる。研究Ⅰでは，これまでほとんど検討されてこなかった初期適応に焦点を当て，その様態を明らかにする。研究Ⅱでは入学後半年間の縦断調査から，初期適応，中・長期適応の差異を中心に検討する。また，これらに影響を及ぼすと考えられる諸要因の変化についても検討し，適応プロセスを包括的に捉えようと試みる。

研究Ⅰ：情報探求が大学新入生の初期適応に及ぼす影響

研究Ⅰでは，大学新入生に対して入学後から5月にかけて3回の調査を実施し，従来あまり検討されてこなかった初期適応について，得点の時間的推移，および状態不安，情報探求性との関連から検討することを目的としている。

方法　調査は2003年4月中旬（T1），4月下旬（T2），5月下旬（T3）に行われた。大学新入生75名（男性39名，女性36名）を対象に，初期適応，中・長期適応，状態不安，情報探求性について回答を求めた。平均年齢は18.27歳であった（SD＝.53）。

結果と考察　まず，分散分析を用いて使用した尺度について得点の時間的推移を検討したところ，初期適応得点は時期が経つにつれて得点が上昇していることが明らかとなった。それに対して中・長期適応得点に時間的変化は見られず，2つの適応の推移が異なっている可能性が示された。次に，ステップワイズ法による重回帰分析を用いて，状態不安および情報探求性との関連を検討したところ，入学当初（T1）において，情報探求性が高い人ほど入学初期には両適応とも良好であることが示され，5月頃になると「わからないことは自分で調べる」という一般的情報探求性（情報探求性第Ⅰ主成分）が高い人ほど中・長期適応が良好であることが示された。また，ほとんどの時点で状態不安の負の影響が認められたが，状態不安について情報探求性との関連を検討したところ，特に「わからないことを人に聞く」という対人的情報源の活用（情報探求性第Ⅱ主成分）を行う傾向の高い人ほど状態不安が低くなっている可能性が予測された。一方，一般的情報探求性は，状態不安を介さずに，直接，中・長期適応に正の影響を与えている可能性が示された。このように，初期適応と中・長期適応への規定要因が異なっている可能性が示唆され，両適応を区別して捉えていく必要性が考察された。また，新環境への「慣れ」といった初期適応については，入学後4月から5月にかけて徐々に「慣れ」が促進され，特に新環境について人に尋ねたり，自ら調べることによって情報を得ることが効果的である可能性が示唆された。

研究Ⅱ：適応指標および適応規定要因の時間的変化

研究Ⅱでは，高校新入生および大学新入生に4月から10月にかけて4回の縦断調査を実施し，初期適応，中・長期適応の差異を中心に検討することを目的としている。また，適応に影響を及ぼすと考えられる変数として，状態不安，楽観性，ソーシャルスキル，対人ネットワークの4つを取り上げる。さまざまな先行研究において，これらの変数は適応と深く関連している可能性が示されているが，本研究ではこれらがどの時期にどのような影響を及ぼしているのかを検討することで，適応をプロセスとして捉えようと試みる。

方法　調査は2003年4月中旬（T1），5月下旬（T2），7月中旬（T3），10月下旬（T4）に行われた。高校新入生69名（男性41名，女性28名，平均年齢15.1歳，SD＝.37），大学新入生（文系：A群）88名（男性15名，女性73名，平均年齢18.3歳，SD＝.98），および大学新入生（理系：B群）95名（男性88名，女性7名，平均年齢18.4歳，SD＝.52）を対象に，初期適応，中・長期適応，状

態不安，楽観性，ソーシャルスキル，対人ネットワークについて回答を求めた。

結果と考察　まず，高校生について検討を行ったところ，初期適応得点において4月の得点が他の時期よりも高くなっていることが明らかになった。一方，中・長期適応得点では4・5月と比べて10月の得点が低くなっている可能性が示された。また，ステップワイズ法による重回帰分析を用いて，各適応への影響要因を検討した結果，初期適応得点について，新環境に慣れる5月頃までは楽観性や社会的スキルなどの影響が見られたが，それ以後になると，各変数はほとんど影響を与えていないことが示された。その一方で，中・長期適応得点では，時点を通じて影響要因が入れ替わるという複雑な様相が読みとれた。全体としては，高いソーシャルスキルと，対人ネットワークをより多く持っている人ほど中・長期適応がよい可能性が示された。

次に，大学生について検討を行ったところ，まず，初期適応得点においてA，B群ともに時点間の差が見られ，4月の得点が他の時期よりも低くなっている可能性が示され，新入生は5月までに新環境へある程度慣れている可能性が示唆された。なお，A群において中・長期適応得点に時点間の差が認められ，また10月の中・長期適応得点が7月よりも低くなっている可能性が示唆された。また，ステップワイズ法による重回帰分析を用いて，各適応への影響要因を検討したところ，初期適応得点に影響を及ぼす要因は，入学当初は複数見られたものが，時期を追って減少していく可能性が読みとれた。一方，中・長期適応得点においては全時点において状態不安の負の影響が見られ，また中・長期適応得点においては，対人ネットワーク，ソーシャルスキル，楽観性といった要因が入れ替わり影響を及ぼしているという複雑な様相が読みとれた。

高校生および大学生に対するこれらの調査結果から，新入生は5月までに新環境へある程度慣れていると考えられた。その一方で，居場所感や学習意欲といった中・長期適応は，入学当初は高かったものが，10月には低くなる可能性が考えられた。居場所感や学習意欲などについては，希望や意欲に満ちた入学後は高くなっており，時間が経つにつれて通常の状態に落ち着くといったことがこれまでにも指摘されているが，本研究結果もそれを支持するものであったと考えられる。

また，各適応への影響要因については，全体的に，初期適応については入学後だんだんと影響要因が減っていくことが示され，一方の中・長期適応においては影響要因の目立った増減は見られず，ソーシャルスキルや対人ネットワークの正の影響が見られた。本研究結果のみでは因果関係まで予測できないが，高いソーシャルスキルによって形成される対人ネットワークの中で，居場所感といった中・長期適応を感じることができる可能性も十分に予想できる。また，このような影響が入学後半年間に渡って見られたことから，初期適応との違いが示されたとも言えるだろう。したがって，研究Ⅱからも初期適応と中・長期適応は，やはり別のものとして捉えなければならないことが示唆されたと言えるだろう。しかしながら中・長期適応については，名前の通り，入学後半年間だけではなく，1年後，2年後といったより長期的に見ていかなくてはならないと考えられる。また，本研究のみでは，個人がどのような状況に置かれていたのかはわからず，各要因がなぜ適応に影響を与えているのかについては推測の域を出ていない。したがって，今後は対人ストレスやライフイベントといった状況の視点も含めて検討し，適応プロセスをより明らかにしていくことが必要であると考えられる。

本論文のまとめ　本研究結果から，学校適応の指標となりうる初期適応と中・長期適応が，それぞれ異なるものとして存在している可能性が示された。これは，得点の時間的変化の違いと，それぞれに影響を及ぼす要因が異なっているという結果から推測された。初期適応については，新環境に対する情報探求を自ら行うことによって不安が解消され，新生活への慣れにつながるというメカニズムが示され，情報探求活動の教育可能性も指摘された。その一方で，中・長期適応に対しては社会的スキルの影響が示された。社会的スキルは個人の能力ではなく，学習により身につけることのできる「技術」である。そのためトレーニングによってスキルを高めることが可能であり，最近では中・高生への社会的スキル・トレーニングも試みられており，今後はこのようなトレーニングを通じて，学校など環境からの介入によって個人の適応を促進できる可能性が大いに期待できると言えるだろう。