

# 医学検査学科学生の学校生活における 大学生活不安尺度を用いた検討

A study using the university life anxiety scale for school life of students in the department of  
medical laboratory medicine

静岡医療科学専門学校	医学検査学科	尾形 隆夫
静岡医療科学専門学校	医学検査学科	畑本 大介
静岡医療科学専門学校	医学検査学科	佐口 舞
静岡医療科学専門学校	医学検査学科	永田 美智
静岡医療科学専門学校	大学校長	金山 尚裕

キーワード：大学生活, 不適應, 不安, 学生支援

Key words: university life, maladjustment, anxiety, student support

## 【要旨】

### 【背景】

最近、鬱傾向を示す学生が増えてきており、鬱治療対象とはならないまでも多少の困難を抱えながら学生生活を送っている者も少なくないことが指摘されている。一方大学では、不本意入学後の意識改革など不適應を感じる学生を早期に発見し、支援を行うことが求められている。

### 【目的】

高い信頼性と妥当性を有していることが明らかにされている世界初の「大学生活不安尺度」を用いた臨床検査養成専門学校での報告はなく、今回初めて調査を行ったので報告する。

### 【方法】

5月の大型連休明けに本校1学年を対象として実施した。全体の評価と4群に分けて評価した。1群は、社会人・大学等経験者で一人暮らしの者、2群は、社会人・大学等経験者で家族と暮らしている者、3群は、高校卒業直ちに入学して一人暮らしの者、4群は、高校卒業直ちに入学して家族と暮らしている者とした。

### 【結果】

全体では不安傾向の割合は男性が高かった。群別では4群が高かった。

### 【結論】

今後は、被検者へのフィードバックを行いながら学生の個別指導の参考にしていきたいと考えている。

## I. はじめに

多様な背景やニーズを持つ学生が増え、どの大学においても様々な不適應傾向を示している学生が多くみられるようになってきた。大学1年生から4年生、計4070名を対象にインターネット調査を実施したところ、全体の実に45.7%の学生が不本意入学や学業面のつまずき、友人関係の問題などで他大学への再入学を希望していることが分かった。この結果から、「大学不適應」の問題は、予想以上に深刻な状況になってきていると言える<sup>1)</sup>。また、最近うつ傾向を示す学生が増えてきており、うつ治療対象とはならないまでも多少の困難を抱えながら学生生活を送っている者も少なくないことを指摘され

ている<sup>2)</sup>。

このような大学への適応が困難となる学生に対しては、大学を中心とする周囲からのサポートが必要とされる。そのため、大学が様々な学生に対する支援策を考え、実施することは望ましいことであると考えられる。現在大学では、大学全入時代で大学進学ハードルが下がったことによる安易な進路選択を戒めることもさることながら、不本意入学の学生自身の入学後の意識改革、さらには不適應を感じる学生を大学側で早期に発見し、個別にきめ細かな支援・フォローを行うことが求められている。それとともに、学生が抱えている様々な問題や精神的な健康予防、精神的健康の維持・促進は、今や大学にとって重要な課題になってきている<sup>3)</sup>。

大学不適應を起こしている者は、一般に神経症的不安を伴っていると言われている。例えば、不登校状態にある大学生は、そうでない学生に比し有意に不安水準が高く、学校や、テストを受けることから逃れたいという気持ちが強いことを明らかにしている<sup>4)</sup>。自分に注意が向くような状態のとき、人は自分の行動が適切であるかどうかをチェックしていると感じてしまう場合などまさに、Duvel & Wicklund が客観的自覚理論<sup>5)</sup>の中で述べているように、この理論と現実のズレこそが不安を生み出す大きな原因であると考えられる。したがって、大学生の日常生活における不安水準を詳細に分析できれば、大学不適應を起こしている者を早期に発見、支援できるようになるばかりでなく、大学不適應を未然に防ぐとも可能になると思われる。しかしながら、現在広く用いられている既存の不安検査は、一般的な不安の測定を目的として開発された尺度であるから、大学生生活場面で生じる不安に限定して測定することは難しいといわれている。したがって、大学生生活場面に焦点を当てた不安検査は日本のみならず諸外国においても未だ存在していない。そこで、世界初の大学生生活における不安の傾向を測定できる「大学生活不安尺度」が開発された。この尺度は先行研究により高い信頼性と妥当性を有していることが明らかにされている<sup>6)</sup>。

「大学生活不安尺度」を用いた医療系の学校での報告は理学療法士養成の大学で少数見られるが、臨床検査技師養成の大学、専門学校での報告はなく、本調査が初めての調査となる。

### 【大学生活不安尺度について】

本調査で用いた「大学生活不安尺度」(College Life Anxiety Scale; 以下CLAS)は30項目から成る質問紙で、「はい」「いいえ」の択一式のアンケート調査ある(資料1)。それぞれの質問を点数化して評価するものである。検査には自己採点とコンピュータ採点の2種類がある。

評価項目は1.日常生活において予期不安が高い学生の割合。2.授業や試験に対する不安が高い学生の割合。3.休学・退学等リスクが高い大学不適應の学生の割合。4.全体的に大学生活不安が高い学生の割合の4項目である。CLASを用いた不安尺度の測定に当たっては、全体得点だけでなく、不安の状況および大学不適應を生み出していると思われる原因を追究する為に、下位尺度ごとの得点も見ながら多面的に分析されている。

下位尺度は次のとおりである。

- 1.大学の日常生活に対する不安度(日常生活不安尺度)
- 2.大学における単位や試験に対する不安度(評価不安尺度)
- 3.「不登校」や「中退」といった就学上の問題を生じさせる大学不適應感(大学不適應尺度)

下位尺度の意味について

日常生活不安尺度は、「大学で人が自分のことをどう思っているか、気になります。」「4年間で卒業できるかどうか、不安です。」など14項目からなり、特に日本版MAS(日本版顕在性不安尺度:Manifest Anxiety Scale)との相関が高かったことから、大学生が日常生活において感じている不安感を測定する尺度といえる。そして、この尺度得点が高い学生は、現在、大学生活を送っていく中で様々な困難や悩みを感じている可能性が高いことを意味している。

- 1.評価不安は、「授業中に何かをしなければならないとき、へまをするのではないかと不安になることがあります。」「必須科目の成績が不可になったらどうしようと心配になることがある。」など11項目から成り、特に青年版TAI(青年版テスト態度検査:Test Attitude Inventory)のとの相関が高かったことから、大学において重要な意味を持っている評価に対する不安感を測定する尺度といえる。そして、この尺度が高い学生は、自分の能力に自信がないため、何らかの形で評価されることに対して適度の不安感を持ち、学習面において困難を抱えやすい可能性が高いことを意味する。
- 2.大学不適應は、「こんな大学にいたら自分がだめ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。」「この大学にいと、何か不安な気持ちになります。」など5項目から成り、不本意入学の学生たちに多い、今所属している大学そのものに嫌悪感を感じている、狭い意味での大学不適應感を測定する尺度といえる。そして、この尺度得点が高い学生は、現在、大学不適應状態にあり、転学、転部を真剣に考えている可能性が高いことを意味する。

## II. 方法

本学の倫理審査の承認を得たうえで調査を行った(R4-7号)。また、報告すべき利益相反はない。対象者募集については、掲示板で公示して本研究の趣旨・方法を案内し自由意思に基づいて募集し、さらに同意の意志を書面で確認した本学科1年生33名を対象とした。33名の内訳は女性18名、男性15名、平均年齢19.3歳であった。また、本調査は無記名で実施し、所要時間は約30分であった。今回の採点方法は、コンピュータ採点を使用した。

評価は、全体の評価と4群に分けて上記の評価項目を評価した。4つの群は、1群：社会人又は大学経験者で一人暮らしの群。2群：社会人または大学経験者で家族を暮らしている群。3群：高校卒業後直ちに入学した者で一人暮らしの群。4群：高校卒業後直ちに入学した者で家族と暮らしている群とした。任意で設定できる部分でこの4群にした理由は、社会人又は大学経験者は、高校卒業後直に進学した者より、モチベーションが高いことなどは、グリッドスコアなどで明らかにされているので本校での状況を見てみたかったことまた、家族と暮らしているか一人暮らしでという生活環境で違いがあるかを見つけたために設定した。

## III. 結果

### 全体の評価

評価項目について、1.日常生活において予期不安が高い学生の割合では、要注意学生は42%で男女比は男性43%、女性57%であった(図1)。2.授業や試験に対する不安が高い学生の割合では、要注意学生30%、男女比は男性70%、女性30%であった(図2)。3.休学・退学等リスクが高い大学不適應の学生の割合では、要注意学生6%、男女比は男性100%であった(図3)。4.全体的に大学生活不安が高い学生の割合では、要注意学生36%、男女比は男性58%、女性42%であった(図4)。4項目すべてで、男性が高かった。学生のタイプ判定では、過剰不安型43.8%、日常生活不安型37.5%、評価不安型6.3%、学業不安型6.3%、大学不適應深刻型6.3%であった(図5)。

### 4群の評価

1群は、社会人又は大学経験者で一人暮らしの群。

2群は、社会人または大学経験者で家族を暮らしている群

3群は、高校卒業後直ちに入学した者で一人暮らしの群。

4群は、高校卒業後直ちに入学した者で家族と暮らしている群とした。

評価項目1.日常生活において予期不安が高い学生の割合での要注意学生は、1群は33%、2群は33%、3群は40%、4群は47%であった(図6)。

評価項目2.授業や試験に対する不安が高い学生の割合での要注意学生は、1群は0%、2群は17%、3群は20%、4群は42%であった(図7)。

評価項目3.休学・退学のリスクが高い大学不適應学生の割合での要注意学生は、1群0%、2群0%、3群0%、4群は11%であった(図8)。

評価項目4.全体的に大学生活不適應が高い学生の割合での要注意学生は、1群は0%、2群は17%、3群は40%、4群は47%であった(図9)。

### 一人暮らしの者と家族で暮らしている者を比較した結果

一人暮らしの者の中で、社会人・大学等経験者は日常生活不安型33%であった。高校卒業後直ちに入学した者では、日常生活不安型40%、学業不適應型20%であった。

家族と暮らしている者の中で、社会人・大学等経験者は日常生活不安型17%、過剰不安型17%であった。校卒業後直ちに入学した者では過剰不安型32%、日常生活不安型11%、学業不適應型5%、大学不適應深刻型5%であった。

### 解析結果の総括コメント

「大学生活充実型」学生の割合が70%未満であることから、現在、約3人に1人以上は大学不適應状態にあると考えられる。また、大学のタイプ判定では本学は「大学不適應境界型」となった。このタイプは、何か特定の問題を抱えているというわけではないが、やや注意が必要である。ちょっとしたつまずきを放置していると深刻な問題につながることもある。したがって、担任や指導教員が中心となって日頃から学生の声に耳を傾け、学生が抱えている問題に対して早期発見、早期対応を行っていくことが重要だと言える。

## IV. 考察

今回はCLASを用いた最初の試みだった。全体的に社会人・大学等経験者よりも高校卒業後直ちに入学した者の方が、様々な不安度が高いと想定していた。グリッド指標でも言われていることと同様に、本調査結果も予想通りであった。しかし、一人暮らしの者と家族と暮らしている者との比較で、当初不安傾向が高いのは一人暮らしの者と想定していたが、家族と暮らしている者の方が高い傾向が出たのは意外であった。家族と暮らしていて、相談できる環境にいると考えられるが、様々な家庭環境があり複雑であるが一緒に暮らしている環境の中でさえ相談できない、あるいは相談しにくい環境があるのかもしれないと推測される。現時点で、休学することになった学生は、今回の調査で最もリスクの高い結果であったカテゴリーの学生で高校卒業後直ちに入学した者で、かつ家族と暮らしている者だった。今回の調査は個人情報のない方法で行ったが、CLASは本来個人情報を把握して被検者へのフィードバックを行いながら学生の個別指導する為のものである。今後は、CLASの調査を本来の方法で行い、不本意入学の学生自身の入学後の意識改革、さらには不適應を感じる学生を大学側で早期に発見し、個別にきめ細かな支援・フォローを行っていかうと考えている。

## V. 結論

本報告で使用した世界初の大学生活における不安の傾向を測定できる「大学生活不安尺度」(CLAS)は、先行研究により高い信頼性と妥当性を有していることが明らかにされている<sup>6)</sup>。本調査は、臨床検査技師養成専門学校で行った本邦最初の調査であるので、本校特有のものなのかあるいは臨床検査技師養成校に共通するものなのかは、今後の調査で明らかにしていきたい。また、このCLASを有効に使用し、本校の学生への支援を行っていきたい。

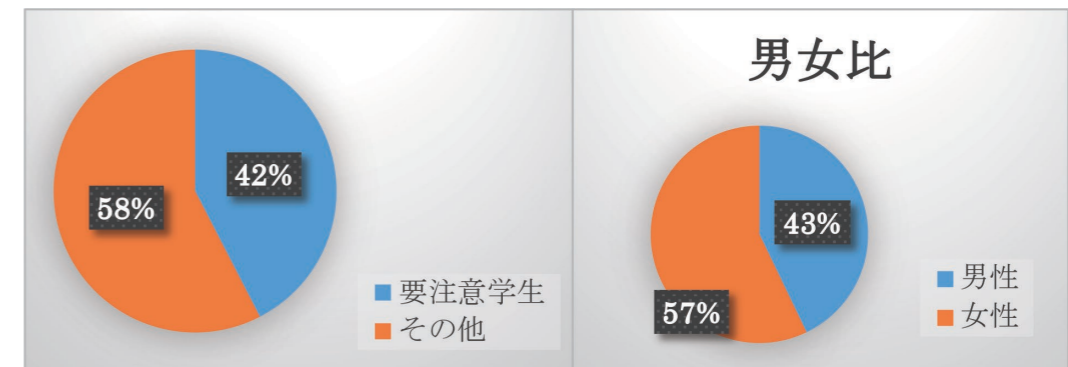


図1 日常生活において予期不安が高い学生の割合

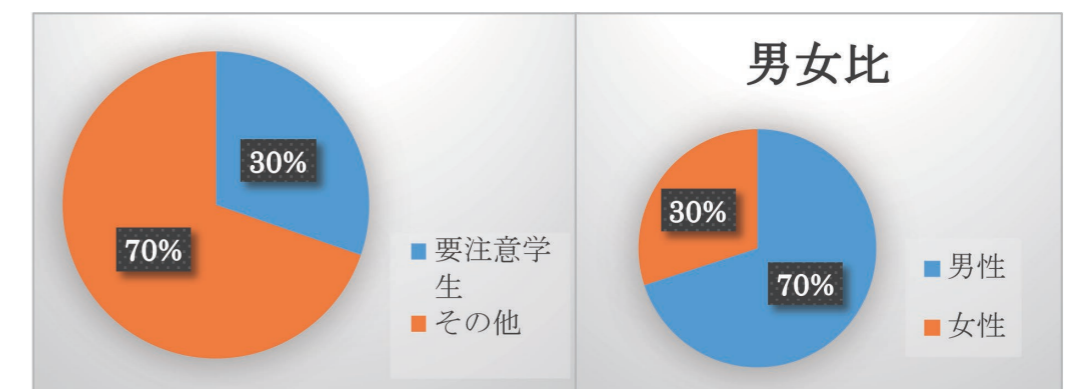


図2 授業や試験に対する不安が高い学生の割合

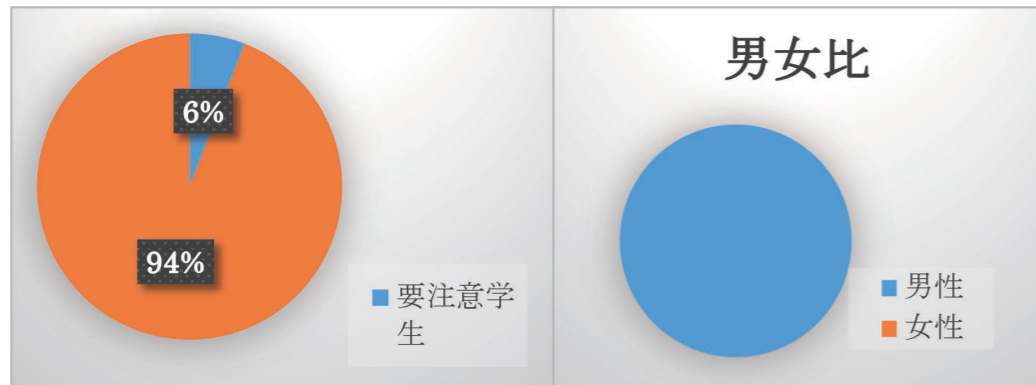


図3 休学・退学のリスクが高い大学不適応学生の割合

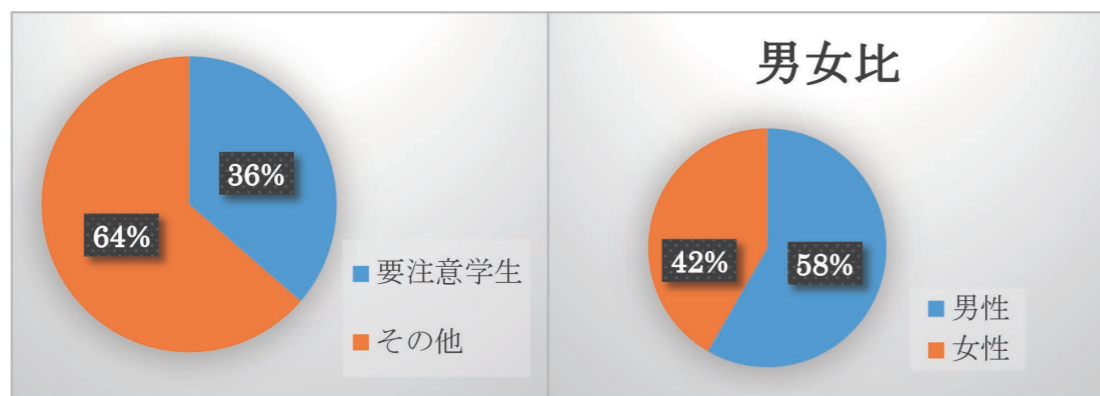


図4 全般的に大学生活不適応が高い学生の割合

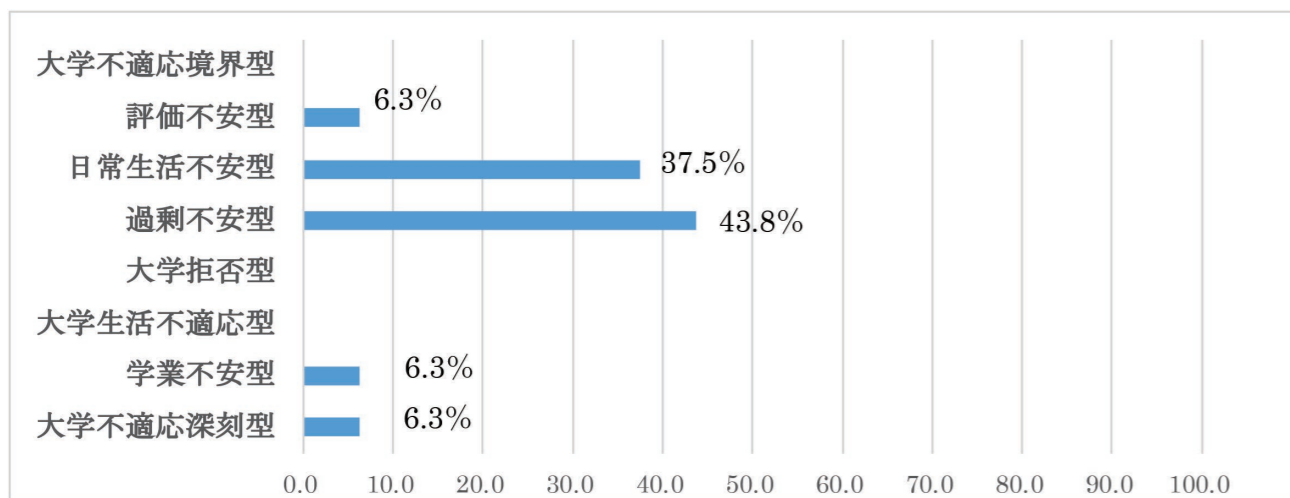


図5 学生のタイプ判定

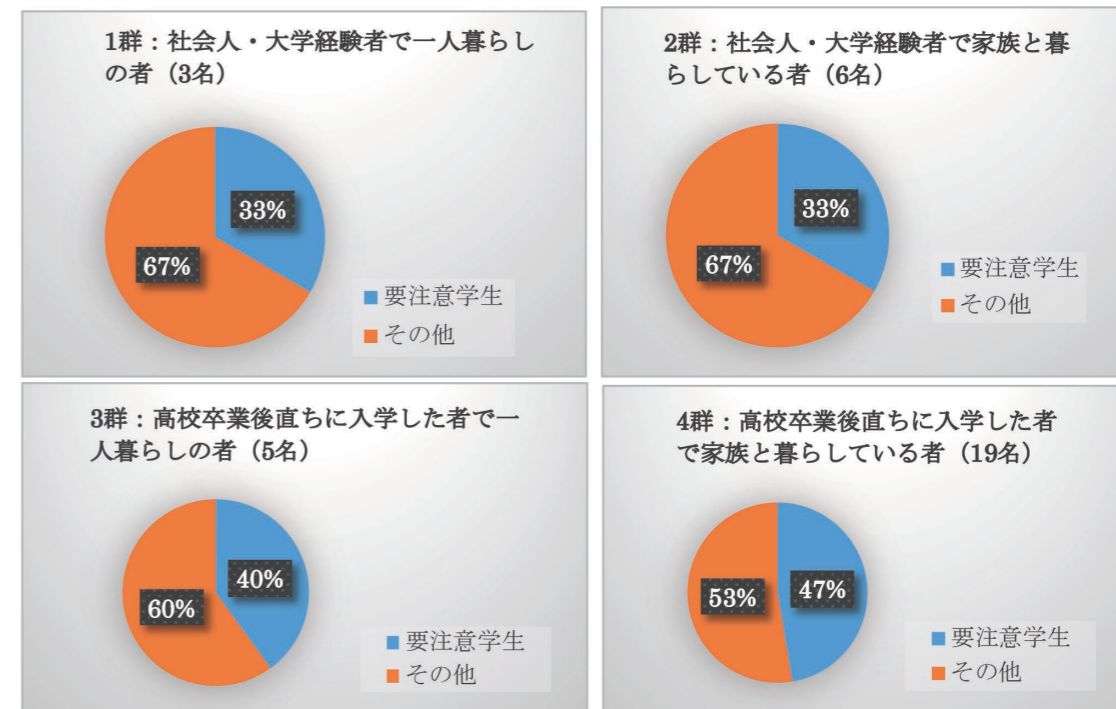


図6 日常生活において予期不安が高い学生の割合

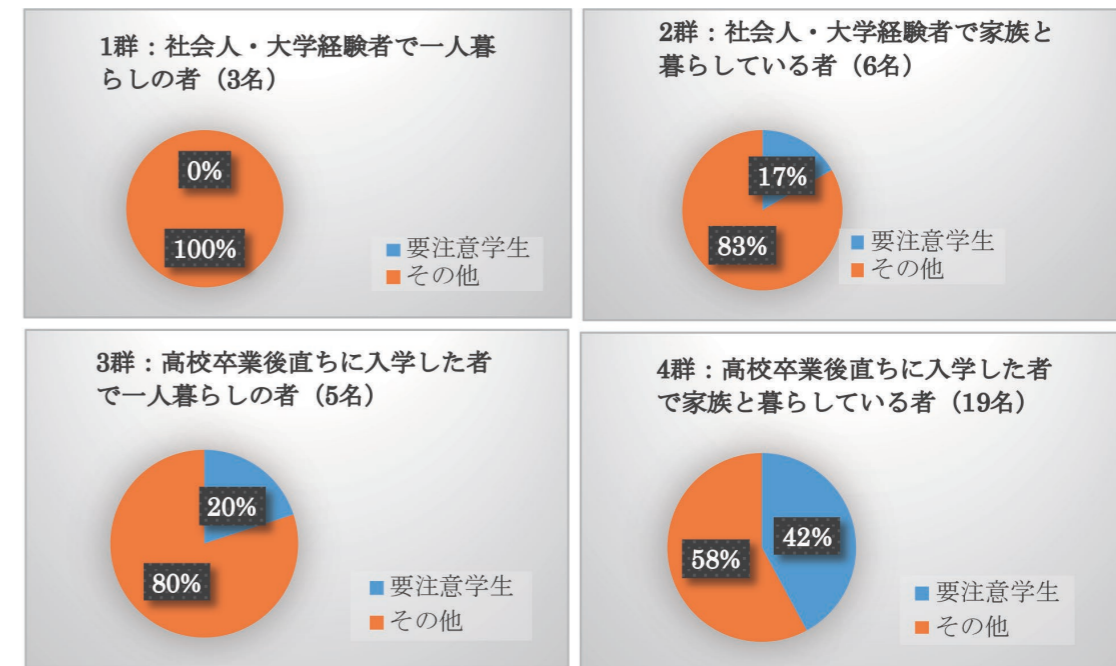


図7 授業や試験に対する不安が高い学生の割合

【資料1】

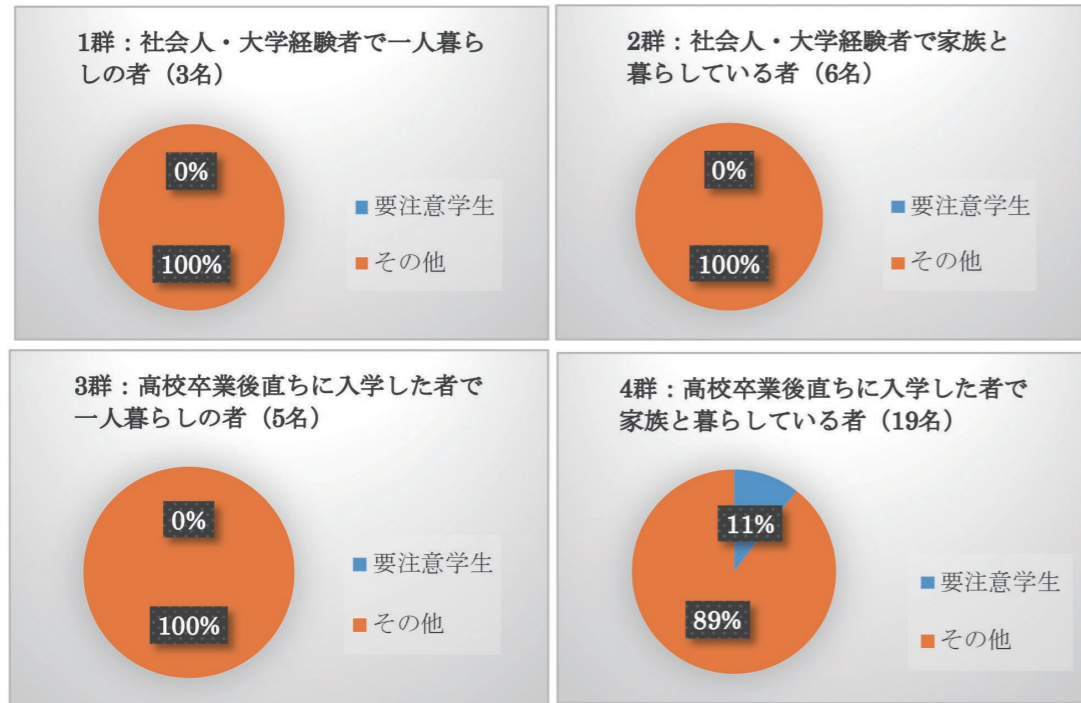


図8 休学・退学のリスクが高い大学不適應学生の割合

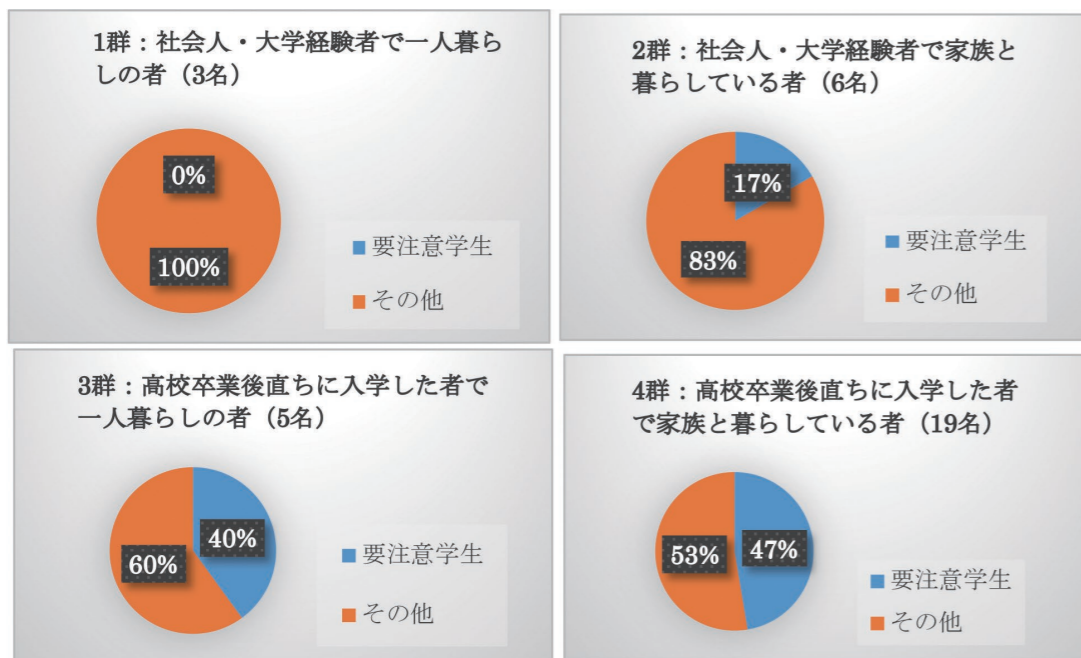


図9 全般的に大学生活不適應が高い学生の割合

	はい	いいえ
	1	2
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。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2) 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。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3) こんな大学にいたら自分がだめ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。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4) 4年間で卒業できるかどうか、不安です。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5) 必修科目の成績が「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。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6) この大学にいて、何か不安な気持ちになります。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7) 留年したらどうしようと、気になります。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8) 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。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9) できることなら、転学あるいは転部したくて仕方がありません。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10) 万一事故にあったり、病気をしたらどうしようと心配になることがあります。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11) テストを受けていて、わからない問題に出会ったとき、頭の中が真っ白になってしまうことがあります。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12) 入学した学部が自分に合っていないような気がして不安です。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13) 友だちと一緒に何かを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。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14) 成績のことが気になって仕方がありません。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15) 大学を退学したいと思うことがあります。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16) サークルで先輩たちとうまくつき合えるか心配です(サークル未加入の人は入ったと仮定して答える)。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17) 大学の成績のことを考えると、憂鬱です。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18) 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。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19) 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。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20) 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。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21) 将来、良い会社に就職できるかどうか、不安です(“会社”を“自分の希望先”と読み替えても良い)。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22) 何らかの団体に突然勧誘されないか、不安です。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23) テスト中、緊張して自分の力が発揮できません。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24) 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も気になります。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25) 先生が近くにいると気になって仕方がありません。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26) 授業で発表するとき、声が震えることがあります。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27) 大学の先生と話をするとき、とても緊張します。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28) 1か月の生活費が足りるかどうか、心配です。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29) 卒業論文がうまく書けるかどうか、不安です。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30) 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。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

■ 文献

- 1) 山田剛史. 大学生活について-大学の生活体験と適応意識-.ベネッセコーポレーション研究所報2009; 51, 58-63
- 2) 白石智子. 大学生の抑うつ傾向に対する心理的介入の実践研究-認知療法による抑うつ軽減予防プログラムの効果に関する考察-.教育心理研究所2005; 53, 253-262
- 3) 西河正行. 学生モデル論と予防的取り組み-予防モデルの提案-.人間関係学研究2007; 9, 173-186
- 4) Ollendick, T.H &Mayer,J.A., School Phobia In S M Turner(Ed), Behavioral theories and treatment of Anxiety, New York. Plenum.pp1984; 367-411
- 5) Duvel. S & Wicklund R. A; A theory of objective selfawareness., New York. Ronald. 1972.
- 6) 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. The Japanese Journal of Psychology 1998; Vol.6, No.6, 441-448