

# 大学生を対象としたメンタルヘルス調査報告 ：学生相談室活動の展開を探る

植松 見子<sup>1)</sup>, 橋本 和幸<sup>1)</sup>, 橋本 麻耶<sup>2)</sup>, 小室 安宏<sup>3)</sup>

了徳寺大学・メンタルサポートセンター<sup>1)</sup>

PAS心理教育研究所<sup>2)</sup>

了徳寺大学・保健管理センター<sup>3)</sup>

## 要旨

本論は、了徳寺大学のメンタルサポートセンター（以降、学内の通称である学生相談室と記す）の活動を今後どのように広げていくべきかを検討することを目的として、2012年7月に実施した調査について報告するものである。本学の学生のメンタルヘルスの状態を把握するとともに、心理面での専門家の援助についてどのような構えを持っているのか、また学生相談室がどのように認知されているのかを明らかにする。調査対象者は本学の健康科学部の学生320名であった。メンタルヘルスの指標の中では、だるさや不眠を感じている学生が多く、孤独感は男子学生の方が有意に高く、学内の対人コミュニティ形成が女子よりも難しい可能性が推察された。心理的援助への偏見は先行研究と比べても高くはなかったが、心理的な問題での援助要請態度が低いことと、専門家を頼るよりは自己解決志向が高い可能性が見出された。また本学の学生相談室に対しては、連絡先、場所、相談員についての周知が低く、今後は学生を対象にしたアウトリーチ活動を充実させていくことが課題であることが分かった。

キーワード：学生相談室, UPI, 孤独感, 援助要請行動, 心理的援助に対する構え

## **Mental Health of Students at a Japanese University : Implications for the University Mental Support Center**

**Akiko Uematsu<sup>1)</sup>, Hashimoto Kazuyuki<sup>1)</sup>, Maya Hashimoto<sup>2)</sup>, Komuro Yasuhiro<sup>3)</sup>**

**Mental support Center, Ryotokuji University<sup>1)</sup>**

**Institute of Pschoanalytic-Systems Psychotherapy<sup>2)</sup>**

**Health Service Center, Ryotokuji University<sup>3)</sup>**

## Abstract

This paper reports a study conducted by a University Mental Support Center at Ryotokuji University in Japan. Its purpose was to identify the ways in which the center's activities should be extended in the future. Three points were focused on: students' mental health status, their attitudes toward seeking professional psychological help, and their images and knowledge of the Mental Support Center. Participants were 320 undergraduate students of the Faculty of Health Sciences of that university. Analysis of participants' scores on various indexes of mental health showed that many students feel languid and suffer from insomnia, and that male students were significantly more prone to loneliness than female students were. The current levels of stigma attached to mental health services were not as high as those reported in previous studies. However, participants had a poor attitude toward seeking professional psychological help. Their tendency to engage in

self-treatment for mental health problems was high. Students lacked knowledge of the contact details, location, and counselors of center. Those results suggest that the center should engage in more outreach activities.

Keywords: Student counseling service, University Personality Index(UPI), Loneliness, Help seeking behavior, Attitude toward seeking psychological professional help.

## I. 問題と目的

近年の学生相談室では、来室した学生に対する心理相談援助を目指すだけでなく、アウトリーチのアプローチを含む活動が求められている。特に学生相談の業務に対する理解を学内に効果的に広げるためには、心理相談の援助を求めやすい環境を作る必要があるとされている(高野・宇留田, 2002)<sup>1)</sup>。

本学の学生相談室は2006年に設立された比較的新しい相談室である。したがってアウトリーチ・アプローチとしては、これまで学内の教職員との連携体制づくりを中心としてきた。2009年度に危機対応フローチャートの作成を行い、それをもとに自殺予防プログラムの教職員向け・学生向けパンフレットを作成し、毎年職員及び学生に配布している。2010年度には学内で「自殺予防プログラム研修会」を2回(11月・12月)実施し、2012年度は本学で「担任アドバイザー制度」が導入されたことを受け、学生相談室と教職員の連携のための「学生相談室の使い方研修会」を2回(6月・7月)実施した。

こうした活動によって、本学の教職員の中で学生相談室の存在や機能がある程度認知されてきた実感があるものの、学生たちに相談室の存在を直接アピールする機会は限られており、新生のガイダンス時の案内や、不定期で開催する相談室オープンルームやニュースレターなどの刊行物などが主であった。

通常の相談業務で対応するような、自ら相談室に援助を求めて連絡をしてくる学生は、既に自分が抱えた問題への対処能力を有しているといえる。一方で、問題を抱えながら何らかの理由で援助を求められない学生は、本学に限らずどの大学にも少なからず潜在しており、彼らのリスクを減じることが学生を対象としたアウトリーチのアプローチの主な目的になるだろう。本学の学生相談室でも、学生を中心としたアウトリーチの活動が充実するよう模索する時期に来ていると思われる。

問題を抱えた時に、助けを求める行動はhelp seeking behavior(援助要請行動)とされ、社会心理学の領域で研究が進められてきた。特に心理相談などの専門的援助を求めることについては、偏見(e.g, Komiya, Good, & Sherrod, 2000<sup>2)</sup>; Vogel, Wister, Wei, &Boysen, 2005<sup>3)</sup>; Vogel, Wade, & Hackler, 2007<sup>4)</sup>)やソーシャルサポートの少なさ(Vogel et.al, 2007), 自尊心の傷つきやすさ(Nadler, 1998)<sup>5)</sup>など様々な内的要因が検討されている。

本学の健康科学部では専門的スキルを身に付け、将来それぞれの分野で対人援助に貢献する人材を育成しているが、対人援助職の援助要請行動については、独特の抵抗感の存在が指摘されている(大畠・久田, 2009)<sup>6)</sup>。そもそも他者から援助を受けることが、他者の援助をする専門家としての自己意識と一致しないために抵抗感が強くなる可能性があり、これは「認知的一貫性仮説」(Nadler, 1998)として提案されている。

また、特に心理的問題についての援助要請行動を研究したFisher& Tuner(1970)<sup>7)</sup>によれば、心理的な援助を求める態度は人によって大きな違いがあり、専門的な援助に対して開かれているものがある一方で、援助を求めることが「個人的な弱さ (personal weakness)」や「失敗の指標 (indicative of failure)」として認識するものがあるという。

田村・石隈(2001)<sup>8)</sup>は、中学校教師を対象に心理職に対する援助要請行動を調べた際に、経験が長い教師

ほど、援助を求める志向が低く、および学内でのソーシャルサポートが低いことを見出している。さらに同じ研究で、経験が長い教師は、自尊感情の低さと援助希求の低さが関連していた。すなわち、教員という対人援助職の経験が長く、専門的な実践を積んでいるものほど、自分が援助される側になることに抵抗感があり、他職種への専門的援助を求めることが「自分の能力の無さや弱さの証である」といった原因帰属に行き着きやすいことが示唆される。今後学生を対象としたアプローチを展開するならば、本学の学生のように対人援助職をめざし、そのための専門的スキルを向上させようという意欲の高い学生の援助要請行動の特徴を把握しておく必要があるのではないだろうか。

以上のような問題意識から、学生相談室のこれからの活動の糸口を探るため、在籍期間の短い新生を対象とした調査を実施し、本学の学生の心理的健康について把握するとともに、学生相談室をどのように認識しているか、および援助要請行動の傾向についても把握することが必要と考え、質問紙調査を実施することとした。また今後、学年の違いによる傾向について検討するために予備的に理学療法学科の学生を中心とする2年生にも調査を実施した。本稿では、調査結果を概観し学生の特徴を考察する。

## II. 方法

**調査時期** 2012年7月末

**調査方法** 相談員が担当する心理学系の授業時間後15分ほどを用いて調査の説明を行い、その場で配布・回収した。調査回収率は100%、有効回答率は99%であった。

**倫理的配慮** 調査時に、研究の目的を説明し、匿名性の保護について、質問紙が無記名回答であり記入後のデータの保護が徹底されることを伝え、質問紙では個人的な状況や気持ちについて尋ねているがどの質問にも回答はなく思ったままを率直に答え良いこと、答えたくない項目には答えなくて良いこと、さらに成績評価には影響がないことについて口頭及び書面で説明し、質問紙の回答を持って研究の同意とした。

また質問紙の内容は、平成24年度了徳寺大学の生命倫理審査委員会の承認を受けた（受付番号2404）。

**調査対象者** 本学の健康科学部の1、2年生320名（男子127名、女子191名、無記名2名）、平均年齢18.8歳（SD=1.29）であった。学年と学科の内訳は、1年生238名、2年生82名、理学療法学科149名、整復医療トレーナー学科74名、看護学科94名、学科無記入3名である。クロス集計表をTable1に示す。

Table 1 学科と学年のクロス集計表

	学年	
	1年生	2年生
理学	72名	77名
整復	69名	5名
看護	94名	0名

### 調査内容

#### 1. 大学生の心理的健康指標

1) **精神的健康** 1966年に全国大学保健管理協会の学生相談カウンセラーおよび医師が中心となって作成されたUPI (University Personality Index: 60項目)の中から、坂口・浅井(2008)<sup>9)</sup>の調査で、特に大学生活で学業継続に困難を生じていた学生に出現率の多かった項目を検討し14項目を選択した。「あてはまる (4点)」から「あてはまらない (1点)」までの4件法で尋ねた。

2) **孤独感** 孤独感は、大学という環境への適応の指標として、特に対人コミュニティの確立に関連するものであるとされる。Russel, Peplau, & Cutrona (1980)<sup>10)</sup>によって作成された「改訂版UCLA孤独感尺度」の邦訳版(工藤・西川, 1983<sup>11)</sup>; 諸井, 1992<sup>12)</sup>)を用いた。邦訳版についても一因子性が確認されており(諸井, 1992)<sup>13)</sup>, 20項目からなる尺度である。「たびたび感じる (4点)」、「どちらかといえば感じる (3点)」、「どちらかといえば感じない (2点)」、「決して感じない (1点)」の4件法で回答を求めた。

## 2 心理的援助や学生相談への認識

1) 心理的援助への構え Komiya, Good,& Sherrod(2000)によって作成された心理の専門家に援助を受けることに対する構えについて測るものとして「心理的援助への偏見尺度 (SSRPH; Stigma Scale for Receiving Psychological Help)」を独自に日本語に翻訳して用いた。翻訳は臨床心理士2名によって内容を吟味しながら行ったが、うち1名は帰国子女であり英語に堪能な者であった。5項目に対して先行研究と同様に「あてはまる (3点)」から「あてはまらない (0点)」までの4件法で回答を求めた。作成時に1因子性が確認されている。

2) 心理的援助を求める態度 困った時に心理的援助を求める態度について明らかにするものとして、Fischer& Farina(1995)<sup>14)</sup>による簡易版の「心理的問題について専門的援助を求める態度尺度 (ATSPPH-S; Attitudes toward seeking professional help for psychological problems)」を独自に翻訳して用いた。翻訳の仕方は上記1)と同じである。10項目に対して「あてはまる (4点)」から「あてはまらない (1点)」の4件法で回答を求めた。作成時には1因子性が確認されている。

3) 学生相談室の認識 本学の学生相談室について、知識面 (例; 相談室の場所を知っている), 相談室への関心 (例; 相談員がどんな人なのか知りたい), イメージ (例; 相談室には明るいイメージがある) に関する項目を独自に作成した。15項目に対して「あてはまる (4点)」, 「あてはまらない (1点)」の4件法の尺度である。

## Ⅲ. 結果と考察

結果の分析には、統計解析ソフトSPSS Ver18.0を用いた。

### 1. 尺度の検討

1) 信頼性の検討 はじめに、各項目ごとに分析する予定のUPI尺度以外の尺度について、本研究での内的整合性の確認を行った。「改訂版UCLA孤独感尺度」, 「心理的援助への偏見尺度」については、それぞれの  $\alpha$  係数が.872と.877であり、先行研究と同様の尺度構造をもつものとして分析することが妥当であると考えた。「心理的問題について専門的援助を求める態度尺度」については  $\alpha$  係数が.401で、本研究で扱うためにはさらに下位構造を分析しておく必要性が明らかになった。

2) 尺度の構造 本調査のために独自に作成した「学生相談室の認識度」と先の「心理的問題について専門的援助を求める態度尺度」について、尺度の構造を明らかにするために因子分析を行った。

(1)学生相談室の認識尺度 因子分析の結果、主因子法、バリマックス回転で2因子が抽出された。第1因子は「相談室のニュースレターを読みたい」, 「大学に心理相談室があると思うと安心できる」, 「相談員がどんな人なのか知りたい」といった9項目からなり「相談室への関心・期待」因子と名付けた。第2因子は「相談室のことはほとんど知らない」といった4項目からなり「相談室への無関心」と名付けた。因子負荷量と  $\alpha$  係数はTable2に示した。

Table 2 「学生相談室の認識度」因子分析結果

質問項目	因子1	因子2	共通性
「相談室への関心・期待」(9項目 $\alpha = .76$ )			
13 大学に心理相談室があると思うと安心できる	.60	.11	.37
10 相談室のニュースレターを読みたい	.58	-.19	.32
1 相談室の場所を知っている	.53	-.21	.30
9 相談員がどんな人なのか知りたい	.51	-.17	.37
11 相談室には明るいイメージがある	.49	-.01	.28
2 相談室のメールアドレスや電話番号を知っている	.49	-.26	.24
4 どんなことでも相談してよいとわかっている	.48	.16	.20
3 相談料は無料であると知っている	.45	.02	.20
7 相談室の室内やその近くに行ったことがある	.43	-.11	.26
「相談室への無関心」(4項目 $\alpha = .57$ )			
6 相談室のことはほとんど知らない	-.10	.64	.42
5 相談員がどんな人なのか知らない	-.04	.51	.27
14 学生サポートの状況や設備自体にあまり関心がない	-.09	.41	.18
12 相談室には近寄りやすいイメージがある	.03	.34	.11
因子負荷量の2乗和	18.06	9.09	
寄与率(%)	24.57	13.52	
累積寄与率(%)	24.57	38.09	

注) 因子負荷量が低く、省かれたのは項目8「相談室は気軽に行きやすいところだとは思わない」である

(2)心理的問題について専門的援助を求める態度 因子分析の結果、主因子法、バリマックス回転で2因子が抽出された。第1因子は「もし長い間、悩み動揺していたら、私は心理相談員（心理士）の助けを求めるだろう」、「もし私が今、重い心の葛藤を抱えたら、心理面接でそれを解消できると信じている」といった5項目からなり「専門的援助の求め」と名付けた。

第2因子は反転項目が集まり「他の多くのことと同様に、個人的な心の問題は、自分自身で何とかする傾向がある」、「心理相談は最後の手段として、人は自分の問題に取り組むべきである」といった3項目から構成されるものであった。先行研究ではこれらの反転項目を含め1因子性が確認されているが（Fischerら、1995）、本研究では別の因子になった。

第2因子の解釈が難しいため、これらの項目を本研究ではすべて削除することも考えたが、実際の心理相談場面で、学生相談室に来る前に自分の悩みをどのようにとらえていたかが話題に上った際、「自分でなんとかすべきだと思っていた」、「自分のメンタル（心）が弱いからで、強い人はこんな風に悩まないのでは」など自分で問題を解決することを望ましいと考え、状態が重くなるまで他者（専門家）を頼れない様子がしばしばみられていた。悩みや辛さなど心理的な問題については自分で何とかすべきだと考える傾向は、先の対人援助職を目指す学生の特徴かもしれないと考える。よってこの因子は専門的な援助に対するある種の傾向を示すものとして、本研究では反転項目としてではなく、自分の悩みに対する解決の志向性を示す因子として「自己解決志向」と名付け、第2因子として採用することにした。因子負荷量と $\alpha$ 係数はTable3に示した。

Table 3 「心理的問題について専門的援助を求める態度」因子分析結果

質問項目	因子1	因子2	共通性
「専門的援助の求め」(5項目 $\alpha=.79$ )			
5 もし長い間、悩み動揺していたら、私は心理相談員(心理士)の助けを求めよう	.78	.20	.64
3 もし私が今、重い心の葛藤を抱えたら、心理面接でそれを解消できると信じている	.71	.17	.53
1 もし私が心理的に深く悩んだり落ち込んだりしたら、まず専門家に相談に行くと思う	.61	.04	.38
6 私は将来、心理的な相談を受けたいと思う	.60	.08	.37
7 悩みを抱えた人は、一人でそれを解決しようとせず、専門家と解決するほうが良いだろう	.49	.27	.32
「自己解決志向」(3項目 $\alpha=.68$ )			
10 他の多くのことと同様に、個人的な心の問題は、自分自身で何とかする傾向がある	.08	.78	.62
9 心理相談は最後の手段として、人は自分の問題に取り組むべきである	.27	.61	.44
4 専門家の助けに頼らず、自分の葛藤や恐怖心に進んで立ち向かおうとする人は何か立派なものがあると思う	.08	.52	.27
因子負荷量の2乗和	27.09	17.40	
寄与率(%)	39.29	18.43	
累積寄与率(%)	39.29	57.73	

注) 因子負荷量が低く省かれたのは、項目2「心理相談員(心理士)と何らかの問題について話し合うというのは、心の葛藤を乗り越えるためには有効ではないと思う」、項目8「心理面接に費やす時間やコストを考えると、私のような人間にその価値があるかどうかは疑わしい」である

## 2. 心理的健康の指標について

1) UPI得点 UPI尺度の14項目について、14項目の得点を足した「UPI総合得点」の平均尺度得点は2.03 ( $SD=.65$ ;  $range=1\sim 4$ ) だった。この総合得点について性別、学年、学科について平均の差の検定を行ったが、有意差は検出されなかった。

また各項目で「あてはまる」、「どちらかというにあてはまる」を選択した割合を総合的な問題の出現率として換算した (Table4)。本学の学生において、先行研究(坂口ら, 2008)で示された適応困難学生 (心理的な問題が理由で、大学生活が困難になっている学生) の出現率を超えた項目は「他人に陰口を言われると感じる」(32.55%)、「他人に相手にされない」(18.6%)、「他人が信じられない」(24.4%)、「自分の変なおいが気になる」(21.6%)、「頭痛がする」(38.1%)、「体がだるい」(52.0%)、「不眠がちである (眠れないことが多い)」(35.4%) であった。また、坂口ら(2008)は学生全体での出現率も調べている。調査方法及び調査人数については論文の中では公開されていないが、特に困難の無い一般の学生と説明がある。この学生全体と本学の学生を比較すると、全ての項目において本学の学生の問題出現率が高いことが明らかになった。

Table 4 UPI項目の平均尺度得点と標準偏差、および出現率(N=320)

質問項目	M	SD	出現率(%)	坂口ら(2008)の結果※	
				適応困難学生 での出現率(%)	学生全体 での出現率(%)
1 人に会いたくない	1.79	.93	22.0	33.0	3.0
2 死にたくなることがある	1.65	.95	19.0	33.0	3.4
3 人づきあいが嫌いである	1.88	.94	24.0	30.0	5.1
4 他人に陰口を言われると感じる	2.14	.93	<u>33.0</u>	> 23.0	<u>4.1</u>
5 胸が痛んだり、しめつけられる	1.91	.97	27.0	37.0	7.7
6 他人に相手にされない	1.73	.84	<u>18.0</u>	> 7.0	<u>1.5</u>
7 他人が信じられない	1.91	.94	<u>24.0</u>	> 23.0	<u>5.9</u>
8 自分の変なおいが気になる	1.85	.93	<u>22.0</u>	> 13.0	<u>4.7</u>
9 気持ちが悲観的になる	2.27	1.06	41.0	53.0	19.3
10 頭痛がする	2.16	1.08	<u>38.0</u>	> 37.0	<u>13.9</u>
11 つまらない考えがとれない(やめられない)	2.21	1.10	38.0	43.0	16.7
12 体がだるい	2.48	1.04	<u>52.0</u>	> 40.0	<u>15.5</u>
13 不眠がちである(眠れないことが多い)	2.13	1.03	<u>35.0</u>	> 17.0	<u>7.3</u>
14 めまいや立ちくらみがする	2.20	1.08	40.0	50.0	23.9

注)※の対象者は先行研究(坂口ら, 2008)の調査を示した。適応困難学生は30名, 学生全体の調査方法・対象者数は未公開。表中に、適応困難学生よりも高い出現率だったところに等符号をつけたが、有意差を示したものではない。

項目ごとの結果を見ると、特に項目12の体のだるさや項目13の不眠に関しては出現率の高さが目立っている。心理的な問題は、若年者ほど身体的不調に表れやすいとされるため、こうした身体面の不調は彼らの心理的な不安定さを内包している可能性がある。また対人面での不安を抱えた学生も多いようである。本学の学生の特徴なのかどうかはまだ明らかではないが、今後他大学や他専攻の大学生と比較検討していく必要がある。

2) 孤独感 UCLA孤独感尺度の平均得点は38.71 ( $SD=8.82$ ;  $range=4-40$ )であった。先行研究(工藤ら, 1983)では大学に慣れてきた3年生に比べると特に新生の男子学生の得点の高さが指摘されているが、本研究では学年の有意差はなく、同様に学科の有意差も検出されなかった(理学=39.89;  $SD=8.70$ /整復=37.79;  $SD=9.72$ /看護=37.8;  $SD=8.17$ )。ただし男女差については男子の得点 ( $M=40.29$ ;  $SD=9.16$ )の方が女子の得点 ( $M=37.66$ ;  $SD=8.45$ )よりも有意に高い値を示した ( $F(1, 283)=6.11, p<.05$ )。

Table 5 UCLA孤独感尺度の群ごとの平均得点

	理学 N=130	整復 N=69	看護 N=85	男子全体 N=110	女子全体 N=175	1年男子 N=79	1年女子 N=137	分散分析の結果
平均得点	39.89	37.80	37.80	40.29	37.66	41.04	37.07	男子全体>女子全体*
SD	(8.70)	(9.72)	(8.17)	(9.16)	(8.45)	(9.02)	(7.90)	1年男子>1年女子**

注)\* $p<.05$ , \*\* $p<.001$

工藤ら(1983)の研究では1年生の男子のほうが女子よりも孤独感をより感じやすいことが明らかになっており、また諸井(1987)でも1年生の分析で男女差が検出されている。よって本研究でも1年生だけを対象に性差の検討を行ったところ、男子の得点 ( $M=41.04$ ;  $SD=9.02$ )は女子の得点 ( $M=37.07$ ;  $SD=7.90$ )よりも有意に高いものであった ( $F(1,214) =11.358, p<.001$ )。

孤独感は、大学という環境への適応の指標として、特に対人コミュニティの確立に関連するものであるとされるため、1年生の方がこうした孤独感を感じやすい可能性があり、さらに男子学生のほうが女子学生

に比べて新しい大学生活のなかで対人コミュニティを作るのに苦労している可能性が示唆される。

今回の調査でも、大学生活の状況を尋ねる項目「あなたの友人はどこに多いですか?」という質問について1年生は「大学以外に多い」と答えたものが半数近くの46.6% ( $N=110$ ) いた。本調査では上級学年の対象が十分ではないが、2年生になると同じ質問に対し「大学以外に多い」と答えるものは18.5% ( $N=15$ ) まで減る。おそらく上級学年になっていくにつれて学内の友人がさらに増えてくるものと思われるが、今後本学の学生の対人コミュニティ形成がどのように進むのか、男女差を含めて検討していくことが課題である。

### 3. 心理的援助や学生相談への認識について

1) 心理的援助への偏見 本研究の平均得点は5.20 ( $SD=3.70$ ;  $range=0\sim15$ ) であった。尺度を作成した先行研究(Komiya et al., 2000)ではアメリカの大学生331名に調査を行ったが、平均得点は5.79 ( $SD=3.06$ ;  $range=0\sim15$ ) であり、本研究とあまり変わらない得点であった。また4件法の得点化を1~4点として大学生354名に調査を行ったVogel et al.(2007)の調査の平均値 ( $M=10.6$ ;  $SD=3.0$ ;  $range=4\sim20$ ) と、同様の得点化で算出した本研究の平均値 ( $M=10.2$ ;  $SD=3.7$ ;  $range=4\sim20$ ) を比較してもほとんど差はなかった。

先行研究(Komiya et al., 2000)では男子のほうが女子よりも有意に高い値を示したが、本研究では男女差および学年差、学科の差は検出されなかった。心理相談に対する偏見は、何か問題を抱えた際に相談援助への求めを減じる要因になることが分かっているが(Vogel et al., 2007), 本学の学生は心理相談について高い偏見があるとはいえないだろう。

2) 心理的問題について専門的援助を求める態度 心理的問題への対処として「専門的援助の求め」は平均尺度得点が2.17 ( $SD=.67$ ;  $range=1\sim4$ ), 「自己解決志向」は平均尺度得点が2.71 ( $SD=.71$ ;  $range=1\sim4$ ) であった。単純に比較すると、心理的問題を抱えた際、専門家を求めるよりは自己解決を志向する方が高いことが分かった。

尺度得点に対して性別、学年差を検討したところ、有意な男女差は検出されなかったが、「自己解決志向」で1年生の得点 ( $M=2.66$ ;  $SD=.86$ ) よりも2年生の得点 ( $M=2.88$ ;  $SD=.70$ ) のほうが得点の高い傾向が見られた ( $F=3.49$ ,  $p<.10$ )。学年が上がると自分の問題に対しては自己解決を志向する者が増えることを示唆している。

本学の場合、学年が上がるほど専門的な学びが増える。問題の自己解決志向は自分に対する責任を明確にする成長の現れと考えられる一方で、専門的な知識が増加し、田村ら(2001)が指摘するように、心理的な問題を抱えた時に心理士などの他職種の専門家を頼りにくくなることに結びつく可能性がある。本研究は上級学年への調査が十分ではないため、今後さらに学年差を考慮した形で調査を実施する必要があるといえるだろう。

なお、本研究では十分な内的整合性が確認できなかったため下位構造ごとに分けたが、補足分析として、尺度を作成したFischer et al.(1995)の研究と同様の得点化の方法(10項目に対し、「あてはまる(3点)」から「あてはまらない(0点)」までの4件法で回答を求める)によって総合得点を算出し、平均得点を比較した。この研究はアメリカで389名の大学生を対象に実施されている。学年の内訳は、本研究と同様に大学1年生が中心(74%)で、心理学の授業で調査を実施している。結果、男子学生の平均得点が15.46 ( $SD=6.00$ ;  $N=175$ ;  $range=0\sim30$ ), 女子学生の平均得点は19.08 ( $SD=5.45$ ;  $N=214$ ;  $range=0\sim30$ ) であった。一方本研究の男子学生の平均得点は13.46 ( $SD=6.00$ ;  $N=110$ ), 女子学生の平均得点は12.66 ( $SD=4.69$ ;  $N=175$ ) であり、

単純に比較するとやや低い値であった。また、得点化を1~4点として大学生354名（うち1年生は64%）に調査を行ったVogelら(2007)は調査対象者全体で平均得点を算出しているが、その値（ $M=25.6$ ;  $SD=5.3$ ;  $range=4\sim40$ ）と比較しても、本研究の平均値（ $M=23.0$ ;  $SD=5.23$ ;  $range=4\sim40$ ）は低い値であった。

日本には「病は気から」という言葉があるように、自分の心がけ次第でどんなことも解決するはずだという原因帰属が強く、特に他の疾病や外傷のように目に見えない心理的な辛さや悩みについてはこの傾向が強い。したがってアメリカの学生に比べると、心理的な問題について専門家を頼るという選択肢が一般化していないという、文化的・社会的な背景違いが影響しているのかもしれない。

また、調査の対象とした健康科学部の学生は、「大学を卒業したら、どんな職種に就いて働きたいと思っていますか」という問いに対して、約8割（78.8%/ $N=252$ ）が「専門職」と答えている。彼らは1年生の頃から専門的スキルを習得し、対人援助の現場で働くことを目指しているが、こうした目標を持つ学生の特徴として、援助を受けることへの抵抗感が得点に関係しているのかもしれない。今後、他専攻の大学生と比較するなど、さらに本学の学生の特徴を明らかにしていくことが必要であろう。

3) 学生相談室の認識 「相談室への関心・期待」の平均尺度得点は2.21（ $SD=.60$ ;  $range=1\sim4$ ）、「相談室への無関心」は平均得点が2.91（ $SD=.64$ ;  $range=1\sim4$ ）であった。性別、学科、学年の差はいずれも検出されなかった。単純に比較すると、学生相談室への関心や期待よりも無関心の得点が高いことが分かった。尺度得点と項目ごとの回答についてはTable6に示す。

Table 6 「学生相談室の認識」各項目の回答の傾向(%)

質問項目	「あてはまる」および「どちらかというにあてはまる」	「あてはまらない」および「どちらかというにあてはまらない」
<b>「相談室への関心・期待」 平均尺度得点=2.20(<math>SD=.60</math>)</b>		
13 大学に心理相談室があると思うと安心できる	53.4	46.6
10 相談室のニュースレターを読みたい	27.8	72.3
1 相談室の場所を知っている	28.2	71.8
9 相談員がどんな人なのか知りたい	42.4	57.6
11 相談室には明るいイメージがある	39.5	60.6
2 相談室のメールアドレスや電話番号を知っている	6.8	93.1
4 どんなことでも相談してよいとわかっている	32.8	67.1
3 相談料は無料であると知っている	59.5	40.5
7 相談室の室内やその近くに行ったことがある	26.8	73.2
<b>「相談室への無関心」 平均尺度得点=2.91(<math>SD=.64</math>)</b>		
6 相談室のことはほとんど知らない	81.1	18.9
5 相談員がどんな人なのか知らない	67.0	33.0
14 学生サポートの状況や設備自体にあまり関心がない	54.3	45.7
12 相談室には近寄りたくないイメージがある	59.6	40.5

項目ごとに回答の傾向を見たところ、項目6「相談室のことはほとんど知らない」に対して「あてはまる」もしくは「どちらかというにあてはまる」と答えた学生の割合は累計で8割以上（81.1%/ $N=236$ ）いた。また項目1「相談室の場所を知っている」に「あてはまる」もしくは「どちらかというにあてはまる」と答えた学生は3割に満たなかった（28.2%/ $N=82$ ）。さらに項目2「相談室のメールアドレスや電話番号を

知っている」について「あてはまらない」、「どちらかというにあてはまらない」と回答する学生が9割にのぼった(93.1%/N=271)。相談室の連絡先はシラバスに掲載され、ニュースレターや学生サポートセンターにも掲示されているが、まだ周知されていないことが分かった。援助要請行動の研究において、電話やメールなどによるアクセスのしやすさは、援助要請の意思決定に関わるサービスとして指摘されている(高野ら, 2002)。どのように学生に周知していくのかは今後の相談室活動の課題であろう。

また項目5「相談員がどんな人か知らない」に関しても61.0%(N=195)の学生が「あてはまる」もしくは「どちらかというにあてはまる」と答えており、学生相談室や相談員の存在自体がまだ身近なものではないことが分かる。相談員が身近な存在であることのメリットは、中学校でのスクールカウンセリング領域では広く認知されており、日常に開かれた相談室を提供するオープンルーム活動の研究でもその意義が明らかにされている(瀬戸, 2006)<sup>15)</sup>。本学の学生相談室には、常勤の相談員1名と2~3名の非常勤の相談員が曜日ごとに勤務している。授業を担当しない相談員がどのように学生に存在を知ってもらうかということは今後の重要な活動課題になるだろう。

そして、学内の心理相談サービスについては、項目13「大学に心理相談室があると思うと安心できる」に対して「あてはまる」もしくは「どちらかというにあてはまる」と答えたものは半数ほど(53.5%/N=157)いる一方で、項目14「学生サポートの状況や設備自体にあまり関心がない」と答えた学生の割合も54.5%とほぼ変わらない。心理相談への偏見が高くないことは先の分析で示されたものの、さらに相談室のイメージ改善のための検討が必要であろう。

#### IV. 総合的考察

本論文では、7月に実施した調査結果として、調査から明らかになった本学の学生の特徴を主に先行研究との比較の中で考察した。

高野ら(2002)は、日本の大学の学生相談のサービスについてこの点から検討し、第1段階として「心理教育的・予防的アプローチ」、第2段階として「援助要請(help seeking)の意思決定に対するアプローチ」、第3段階として「システム支援アプローチ」が必要であると指摘する。そして第2段階の援助を求めるかどうかを決定する段階で、設備面でのアクセスのしやすさに加えて、心理相談への偏見などを軽減し心理的コストを下げるような働きかけが重要であると述べている。大学のホームページで学生相談室を紹介している大学も多い。

今回の調査で目立ったのは、本学の学生相談室や相談員が学生にあまり周知されていないことである。また心理相談への偏見の高さが顕著にみられることはなかったものの、先行研究との比較では心理的問題において専門家の援助を求めることが少ない可能性が見出された。こうした結果が、対人援助職を志望する学生の多い本学の特徴なのかどうか明らかにすることは今後の課題である。自己解決志向が高かったことは自分の問題にきちんと取り組もうという姿勢の現れであると認識するとともに、一方で専門家の援助を適切に要請することと相反するものにならないかどうかを慎重にみていくべきであろう。

さらに今後は、要因間の関係や学年差、他の専攻との比較などを行うことによって、本学の特徴を明らかにし、より適切な学生相談の活動に取り入れていきたいと考えている。

## 謝辞

今回の調査票に回答いただきました学生の皆様に感謝致します。早稲田大学人間総合研究センター招聘研究員の名取洋典先生と、横浜市立大口台小学校の徳舩克幸先生にはデータ入力をお手伝い頂きました。本研究は、本学医学教育センターの課題研究として行いました。ここに記して感謝致します。

## 文献

- 1) 高野明, 宇留田麗 (2002) 援助要請行動から見たサービスとしての学生相談. 教育心理学研究, 50, 113-125.
- 2) Komiya, N. Good, G.E., & Sherrod, N.B. (2000) Emotional openness as a predictor of college students' attitudes toward seeking psychological help. *Journal of counseling psychology*, 47, 138-143.
- 3) Vogel, D.L., Wister, S.R., Wei, M., & Boisen, G.A. (2005) The role of outcome expectations and attitudes on decisions of seek professional help. *Journal of counseling psychology*, 52, 459-470.
- 4) Vogel, D.L., Wade, N.G., & Hackler, A.H. (2007) Perceived public stigma and the willingness to seek counseling: The mediating roles of self-stigma and attitudes toward counseling. *Journal of counseling psychology*, 54, 40-50.
- 5) Nadler, A. (1998) Relationship, esteem, and achievement perspectives on autonomous and dependent help seeking. Karabenick, S.A. (Ed.) *Strategic help seeking: Implications for learning and teaching*. Mahwah: Lawrence Erlbaum Associates, Inc. pp. 61-93.
- 6) 大島みどり, 久田満 (2009) 看護師における心理専門職への援助要請に対する態度: 態度尺度の作成と関連要因の検討. 上智大学心理学年報, 33, 79-87.
- 7) Fisher, E. & Turner, J.L. (1970) Orientations to seeking professional help: Development and research utility of an attitude scale. *Journal of consulting and clinical psychology*, 35, 79-90.
- 8) 田村修一, 石隈利紀 (2001) 指導・援助サービス上の悩みにおける中学校教師の被援助志向性に関する研究: バーンアウトとの関連に焦点を当てて. 教育心理学研究, 49, 438-448.
- 9) 坂口守男, 浅井均 (2008) 生活の場で見えるメンタルヘルス (3): 適応困難学生からの検討. 大阪教育大学紀要 第三部門, 56, 41-50.
- 10) Russel, D., Peplau, L.A., & Cutrona, C.E. (1980) The revised UCLA loneliness scale: Concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of personality and social psychology*, 39, 472-480.
- 11) 工藤力, 西川正之 (1983) 孤独感に関する研究 (1): 孤独感尺度の信頼性・妥当性の検討. 実験社会心理学研究, 22, 99-108.
- 12) 諸井克英 (1992) 改訂版UCLA孤独感尺度の次元性の検討. 静岡大学人文論集, 42, 23-51.
- 13) 諸井克英 (1987) 大学生における孤独感と自己意識. 実験社会心理学研究, 26, 151-161.
- 14) Fischer, E. & Farina, A. (1995) Attitude toward seeking professional psychological help: A shortened form and considerations for research. *Journal of college student development*, 36, 368-373.
- 15) 瀬戸瑠夏 (2006) オープンルームにおけるスクールカウンセリングルームという場の構造: フィールドワークによる機能モデルの生成. 教育心理学研究, 54, 174-187.

(平成24年11月25日稿)

査読終了年月日 平成25年1月21日