

新入学生の抑うつ傾向と生活意識

森 田 裕 司
岡 本 貞 雄
吉 岡 一 郎

1. 問題と目的

大学生が充実した大学生活を送るためには、身体のみならず、心の状態を健康に保ち、向上させることが不可欠である。こうした大学生のメンタルヘルスを考えていく際、まず学生の心の健康状態や生活意識の実態がどのようになっているかを把握する必要がある。とくに、入学間もない新入学生は、大学というこれまでと違う新しい環境への適応が求められる一種の危機的な時期にあるといえる。

そこで、広島経済大学学生相談室では、新入学生の心の健康状態および生活意識を調査する「保健調査票（Ⅱ）」を新しく作成し、平成4年度から実施してきている。今回は平成4年度、平成5年度の2年分の調査結果をもとに、新入学生の①抑うつ傾向、②自己評価と不安、③悩みと相談希望、④大学生活および人生の目標についての実態を把握し、不適応学生の早期発見の可能性について検討することを目的とした。

2. 方 法

(1) 調査対象 広島経済大学では、昭和63年度から新入学生全員を対象に、アドバイザー教員とのコミュニケーションを図り、学生相互の親睦を深めることを目的とした1泊2日の「新入学生セミナー」を実施している。

表1 調査対象

〔() 内は%〕

学 科	調査年度	男	女	計	
経 済	平成4年	511(86.6)	79(13.4)	590(100.0)	1,295
	平成5年	624(88.5)	81(11.5)	705(100.0)	
経 営	平成4年	402(80.6)	97(19.4)	499(100.0)	1,079
	平成5年	463(79.8)	117(20.2)	580(100.0)	
計	平成4年	913(83.8)	176(16.2)	1,089(100.0)	2,374
	平成5年	1,087(84.6)	198(15.4)	1,285(100.0)	

本調査では、平成4年度、平成5年度の「新入学生セミナー」の参加者を対象とした。参加人数は、平成4年度が1,089人（参加率96.7%）、平成5年度が1,285人（同95.5%）であった。学科別、性別の内訳は表1に示したとおりである。

(2) 調査時期 平成4年4月22日から4月28日まで、および平成5年4月22日から4月29日まで。

(3) 調査方法 「新入学生セミナー」の1日目のオリエンテーション時に配布し記入させ、その場で回収した。

(4) 調査用紙 入学時に身体の健康状態を調査する従来の「保健調査票 (I)」に加えて、平成4年度からは心の健康状態を調査する「保健調査票 (II)」を新たに作成した。「保健調査票 (II)」は、次の4群の質問項目からなっている。

- (I) 抑うつ傾向
- (II) 自己評価と不安
- (III) 悩みと相談希望
- (IV) 大学生活および人生の目標

(Ⅰ)～(Ⅳ)で用いた質問項目の出所は以下のようである。

(Ⅰ) 抑うつ傾向

調査票の(Ⅰ)は、Zung (1965)が作成した抑うつ傾向自己評定尺度(SDS, Self-rating Depression Scale)である。20項目の質問に対して、回答者は「めったにない」、「時々」、「しばしば」、「いつも」のいずれかで答える形式で、否定的項目(11項目)に対しては、上記の順序に1点、2点、3点、4点を、肯定的項目(9項目)に対しては、上記の逆順に4点、3点、2点、1点を与える。得点の分布範囲は20点～80点で、抑うつ度は20～39点が「低」、40～49点が「中」、50～80点が「高」と判定される。

(Ⅱ) 自己評価・不安調査

調査票の(Ⅱ)は、「自己評価」に関する4質問項目(項目番号1, 4, 8, 9)と「不安」に関する6質問項目(2, 3, 5, 6, 7, 10)とで構成されている。前者は全国54高校の生徒12,547人(男子5,873人, 女子6,653人; 1年8,186人, 2年2,098人, 3年2,219人; 普通科10,035人, 商業科1,246人, 工業科528人, 農業科117人, その他546人)の調査(小川, 1992)で用いられた10質問項目の中から選定したものである。後者は広島大学保健管理センターによって作成された「学生一般定期健康診断問診票(Ⅱ)」から選定した6質問項目である。この「問診票(Ⅱ)」は、各群5項目ずつの計8群40質問項目から成っており、中丸・小谷・上地(1986)の因子分析的研究によると、「悩み・相談希望の有無」に関する5質問項目以外の7下位尺度(Ⅰ.自己不確実感, Ⅱ.抑うつ感, Ⅲ.大学不適応, Ⅳ.神経衰弱, Ⅴ.内向・自閉性, Ⅵ.対人恐怖, Ⅶ.強迫性)の質問は、仮定された因子をすべて抽出していると言う。

(Ⅲ) 悩みと相談希望

調査票の(Ⅲ)は、広島大学保健管理センターの「学生一般定期健康診

断問診票 (Ⅱ)」の中の5質問項目である。

(Ⅳ) 大学生生活の目標、人生の目標

質問票の(Ⅳ)は、「大学生生活の目標」と「人生の目標」をたずねるもので、前者は小川(1992)の調査で用いられた「今学校生活のなかで身を入れていることは何か」の項目の10選択肢を、後者は同じく小川の調査で用いられた「自分が最も共感する考え方を選べ」の項目の7選択肢を、どちらも大学生向きに表現を変えて用いた。

3. 結 果

(1) 抑うつ傾向

得点分布

平成4年と平成5年の抑うつ度の得点度数分布を図1、図2に示した。これらを見ると、両年度ともにほぼ左右対称になっているといえる。

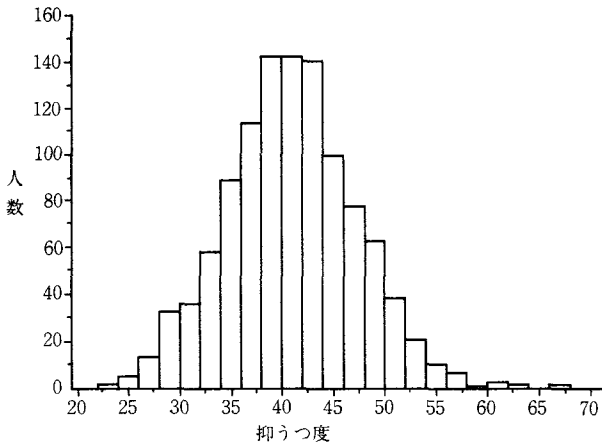


図1 抑うつ度の得点度数分布 (平成4年度)

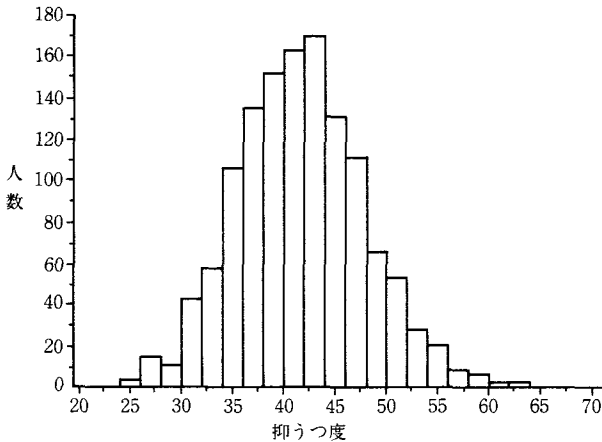


図2 抑うつ度の得点度数分布 (平成5年度)

年度差

平成4年，平成5年の平均値および標準偏差を表2に示した。平均値は平成4年が40.35点，平成5年が41.08点であった。平均値について *t* 検定を行った結果，平成5年の方が平成4年よりも抑うつ度が有意に高いことが見出された (両側検定： $df=2,372$ ， $p<.005$)。

山崎・藤井・水野・松山 (1993) の行った，広島大学の健康診断に訪れた男女300人に実施した調査では，SDSの平均点は39.1点であった。本調査の結果は広島大学のものよりもやや高い傾向にあることがうかがえる。その理由として考えられるのは，山崎ら (1993) の調査では対象者が3，4年生であったのに対し，本調査では1年生のみを対象としたという対象者の違いである。1年生の中でも調査時の入学当初にはとくに抑うつ度が高まりやすいと思われる。

表2 年度別の抑うつ度

年 度	人 数	平 均	標準偏差	有意水準
平成4年度	1,089	40.35	6.29	$p<.05$
平成5年度	1,285	41.08	6.23	

表3 学科別の抑うつ度

学 科	人 数	平 均	標準偏差	有意水準
経済学科	1,295	40.73	6.28	n.s
経営学科	1,079	40.76	6.25	

表4 性別の抑うつ度

性 別	人 数	平 均	標準偏差	有意水準
男	2,000	40.78	6.30	n.s
女	374	40.54	6.09	

また、平成4年よりも平成5年の方が抑うつ度が高いことがわかった。この2年間の比較だけでは明確なことはいえないが、抑うつ感を感じる学生が年とともに増加しているという可能性が考えられる。今後調査を続けていくことでこの問題は明らかにすることができるであろう。

学科差

平成4年と5年の調査をを1つにまとめて、経済学科、経営学科の平均値および標準偏差を表3に示した。平均値について t 検定を行った結果、有意差はみられなかった。

性 差

同様に男子、女子の平均値および標準偏差を表4に示した。平均値について t 検定を行った結果、有意差はみられなかった。

低・中・高別の相談希望

調査票の(Ⅲ)には学生相談室での相談希望をたずねる項目が含まれている。抑うつ度と相談希望との関係を検討するために以下のような分析を行った。なお調査票(Ⅲ)の質問項目については、結果(3)悩みと相談希望のところで述べる。表5は、各年度ごとに、抑うつ度の低・中・高別

表5 抑うつ度と悩みについての相談希望

[() 内は%]

調査年度	抑うつ度	1 進路・修学	2 心身の健康	3 性格・対人	4 クラブ・学生運動	希望なし	計	有意水準
平成4年	高	14 (17.7)	1 (1.3)	4 (5.1)	1 (1.3)	59 (74.7)	79 (100.1)	$\chi^2=15.61$ $df=8$ $p<.05$
	中	97 (18.7)	16 (3.1)	14 (2.7)	11 (2.1)	382 (73.5)	520 (100.1)	
	低	59 (12.0)	12 (2.4)	7 (1.4)	12 (2.4)	400 (81.6)	490 (99.8)	
	計	170 (15.6)	29 (2.7)	25 (2.3)	24 (2.2)	84.1 (77.2)	1,089 (100.0)	
平成5年	高	14 (11.8)	3 (2.5)	11 (9.2)	4 (3.4)	87 (73.1)	119 (100.0)	$\chi^2=15.78$ $df=8$ $p<.05$
	中	87 (13.6)	12 (1.9)	34 (5.3)	18 (2.8)	488 (76.4)	639 (100.0)	
	低	76 (14.4)	6 (1.1)	12 (2.3)	15 (2.8)	418 (79.3)	527 (99.9)	
	計	177 (13.8)	21 (1.6)	57 (4.4)	37 (2.9)	993 (77.3)	1,285 (100.0)	

の相談希望の有無を百分率で示したものである。

抑うつ度の程度(低・中・高)と「進路・修学」「心身の状態や健康」「性格・対人関係」「クラブ・学生運動・宗教活動」の4つの領域の相談希望および「希望なし」の比率を χ^2 検定(Siegel, 1956)したところ、平成4年、5年ともに5%水準で希望率に有意な差があることが見出された。4つの領域間の比較は結果(3)のところで述べることとし、ここでは抑うつ度の低・中・高の程度の間での比較を行う。

抑うつ度の程度に対応して相談希望の比率が変化しているのは、平成4年、5年ともに「性格・対人関係」の領域である。両年度とも抑うつ度が高いほど「性格・対人関係」の相談希望が高い傾向が見られる。とくに平

成5年度はその傾向が顕著であり、抑うつ度低と抑うつ度高の「性格・対人関係」の相談希望率の差が約7%である。一方、「希望なし」の比率を見ると、平成4年、5年ともに、抑うつ度が高いほど「希望なし」の比率が低くなっていく傾向が見られる。抑うつ度低と抑うつ度高の差は、平成4年は約8%、平成5年は約6%である。換言すれば、このことは抑うつ度が高いほど、相談希望率が高くなるということを示している。

抑うつ度の高い者は「性格・対人関係」の相談希望率が高いという結果から、大学生の抑うつ感は、性格・対人関係の問題と密接な関係をもっていることがわかる。すなわち、自分自身の性格の問題や対人関係のうまくいかなさが抑うつ感を生み出す原因になりやすいといえるであろう。

(2) 自己評価と不安

自己評価

自己評価に関する質問項目は、項目番号順に示すと次のようである。回答者は「強くそう思う」、「そう思う」、「あまり思わない」、「少しも思わない」の4選択肢のどれか1つにチェックすることによって回答する。

1. ときどき私は駄目な人間だと思う。
4. 私には長所が沢山あると思う。
8. 私はいつも自分自身を積極的に生かしていると思う。
9. 私は、これだけは誇りにしていいと思うものをあまりもっていない。

表6は、本学学生2,374人(平成4年度と平成5年度)と小川(1992)の高校生12,547人の回答を百分率で示したものである。質問項目ごとにこれらの回答率を χ^2 検定(岩原, 1965)したところ、4項目とも0.1%水準で大学生と高校生の回答率には有意な差があることが見出された。

表中のゴシック数字は、大学生と高校生がそれぞれ最多回答率を示した選択肢を示している。これらの最多回答選択肢が大学生と高校生で異なっ

表6 「自己評価」(%) [大学生:2,374人;高校生:12,547人]

項目 番号	回答 種別	強くそ う思う	そう思 う	あまり思 わない	少しも思 わない	無 答	計	有意水準
1	大学生	4.4	28.9	50.3	16.3	0.1	100.0	$\chi^2=1398.24$ $df=4$ $p<.001$
	高校生	10.8	58.8	27.3	3.2	0.2	100.0	
4	大学生	3.9	19.3	66.9	9.8	0.1	100.0	$\chi^2=44.75$ $df=4$ $p<.001$
	高校生	3.4	21.8	67.0	7.5	0.3	100.0	
8	大学生	3.5	19.0	66.0	11.4	0.1	100.0	$\chi^2=104.61$ $df=4$ $p<.001$
	高校生	5.2	26.5	59.4	8.4	0.5	100.0	
9	大学生	6.7	45.0	35.8	12.3	0.1	99.9	$\chi^2=50.35$ $df=4$ $p<.001$
	高校生	6.7	36.2	43.3	13.4	0.4	100.0	

ているのは、質問項目1と9で、どちらも否定的な質問である。質問項目1の「ときどき私は駄目な人間だと思う」に対して、大学生は「あまり思わない」が50.3%、高校生は「そう思う」が58.5%、「強くそう思う」は高校生が10.8%に対して、大学生は4.4%と、高校生に比べて大学生は自分を肯定的に評価しているようである。ところが、質問項目9は「私は、これだけは誇りにしていいと思うものをあまりもっていない」で、項目1と同様に否定的な質問であるにもかかわらず、「そう思う」が大学生が45.0%、高校生36.2%で、「あまり思わない」は大学生が35.8%、高校生は43.3%で、高校生の方が大学生よりも自分を肯定的に評価しているように見える。

質問項目4と8は、どちらも肯定的な質問であるが、高校生の方が大学生よりも自分を肯定的に評価しているようである。そして、高校生と大学生の自己肯定の程度の差は、項目4「私には長所が沢山あると思う」においてよりも、項目8「私はいつも自分自身を積極的に生かしていると思う」において大である。

以上の自己評価に関する質問項目に対する回答は、本学の学生が自分を次のように評価していることを示唆していると考えられる。すなわち、自

分の長所、自分を積極的に生かすこと、誇りとするもの、については、高校生よりも控えめに自分を評価しているが、そうかと言って自分を駄目な人間だとは思っていないようである。高校生と比べて本学学生が自分を控えめに評価しながらも、高校生よりも自信をもっているのは、年齢増加とともに自分を客観視できるようになること、自分の特徴を発揮できる機会や領域が高校生よりも限られてくること、入学試験を突破して大学生になっていること、などが考えられる。しかし、本学学生の男女比が約5:1であるのに対して、高校生のそれは約8:9であることも、上記のような差異の一因であるかも知れない。

不安

不安に関する質問項目は次の6項目で、それらは因子分析的研究によって、強迫性、自己不確実感、神経衰弱、対人恐怖に関する質問であることが確認されているものである。

2. ものごとは完全にやらないと気が済まない—強迫性—
3. ある考えが何回も浮かんできて頭から離れないことがある—強迫性—
5. 記憶力が減退したような気がする—神経衰弱—
6. 自分自身の本当の姿がわからない—自己不確実感—
7. 自分が他人にどう思われているか非常に気にかかる—対人恐怖—
10. 自分が本当はどんな将来を望んでいるのかわからない—自己不確実感—

この「不安」に関する調査は、本学学生に平成3年から5年までの3回にわたって実施しているので、ここでは経年的変化を中心に検討する。回答は「自己評価」の場合と同様に4選択肢のどれかにチェックしたのであるが、ここでは「強くそう思う」と「そう思う」とを「そう思う」にまと

表7 「不安」(%) [平成3年：1,078人；平成4年：1,089人；平成5年；1,285人]

項目番号	調査年 回答	平成3年	平成4年	平成5年	有意水準
2	そう思う	43.6	59.0	60.5	$\chi^2=78.811$ $df=2$ $p<.001$
	そう思わない・無答	56.4	41.0	39.5	
	計	100.0	100.0	100.0	
3	そう思う	41.2	47.6	58.7	$\chi^2=98.497$ $df=2$ $p<.001$
	そう思わない・無答	58.8	52.4	41.3	
	計	100.0	100.0	100.0	
5	そう思う	40.8	37.4	50.7	$\chi^2=74.281$ $df=2$ $p<.001$
	そう思わない・無答	59.2	62.2	49.3	
	計	100.0	100.0	100.0	
6	そう思う	27.3	36.8	36.7	$\chi^2=29.907$ $df=2$ $p<.001$
	そう思わない・無答	72.7	63.2	63.3	
	計	100.0	100.0	100.0	
7	そう思う	50.4	51.8	54.2	$\chi^2=3.507$ $df=2$ ns
	そう思わない・無答	49.6	48.2	45.8	
	計	100.0	100.0	100.0	
10	そう思わない	46.2	49.2	52.8	$\chi^2=9.408$ $df=2$ $p<.01$
	そう思わない・無答	53.8	50.8	47.2	
	計	100.0	100.0	100.0	

め、「あまり思わない」と「少しも思わない」を「そう思わない」にまとめ、それに無答を加えて、全回答を二大別して百分率を算出した。

表7のゴシック数字は、「そう思う」の回答が最多の年度を示している。項目6ではわずかに平成4年が最多であるが、その他の項目ではどれも平成5年が最多で、不安を感じる学生が逐年的に増加している傾向がうかがわれる。また、項目7を除いて、この経年的変化は χ^2 検定(岩原, 1965)によって、すべて有意味である。

質問項目2と3はどちらも「強迫性」に関するものであるが、「そう思う」の回答が平成5年には平成3年よりも約17%増加している。「自己不確実感」に関する質問項目6と10では、それぞれ9%と6%だけ平成3年よりも平成5年の方に「そう思う」が増加している。「神経衰弱」に関する質問項目5でも、平成5年には平成3年に比べて約10%だけ「そう思う」が増加している。質問項目7は「対人恐怖」に関するものであるが、平成3年に比べて平成4、5年は「そう思う」が約9%増加しているものの統計的には有意ではない。

以上のことから、本学の学生には不安感をもつ者が増加している傾向がうかがわれる。一般に恐怖感はその対象や原因が特定できるが、不安感はその対象や原因が特定できないとされている。本学の学生には、「強迫性」や「自己不確実感」を中核とする不安感をもつ者が50～60%あることは、注目に値する。また、不安感をもつ者が増加傾向にあるということは、結果(1)で述べた、抑うつ度が平成4年度より平成5年の方が高いという結果と符合するものである。抑うつ度、不安の程度がともに高くなってきているとすれば、神経症や精神障害を呈する学生が増加する可能性もそれだけ高くなっていると言えるであろう。したがって、今後ますます学生のメンタルヘルスの向上を図っていく対策が必要となっていくと言えよう。

(3) 悩みと相談希望

調査票の(Ⅲ)は、悩みについて学生相談室での相談希望の有無をたずねるもので、次のような質問項目である。回答は「強くそう思う」、「そう思う」、「あまり思わない」、「少しも思わない」の4選択肢の中の1つにチェックした後、学生相談室で相談したい項目の番号を1つ記入することによって回答する。

1. 進路・修学上のことで悩みがある。
2. 心身の状態や健康のことで悩みがある。

3. 自分の性格や対人関係のことで悩みがある。
 4. クラブ・学生運動・宗教活動など学生生活上の悩みがある。
- 上の□のことで学生相談室で相談したい。

↑ (1から4までの項目番号のなかの1つを記入する)

相談希望

表8は、平成4年と5年の調査を1つにまとめて、学科別・性別・調査年度別に悩みについての相談希望の有無を百分率で示したものである。全体として最も多いのは、「進路・修学」に関する悩みで14.6%である。これは調査が行われたのが入学後間もない時期なので、受講科目の選択や時間割の組み方など、授業を中心にしての不安、大学生活への適応上の悩みで、一過性のものが多いのではないかと思われる。全体として次に相談希望が多いのは、「性格・対人関係」に関するもので3.5%、次いで「クラブ・学生運動・宗教活動」に関する悩みで2.6%、最も相談希望が少ないのは「心身の状態や健康」に関するもので2.1%である。

学科別、性別、調査年度別に差があるかどうかを χ^2 検定 (岩原, 1965) によって検討したところ、有意水準を5%とすれば、学科間、男女間、年度間の差はいずれも統計的には有意ではない。全体としては、学生相談

表8 学科別・性別・年度別の悩みについての相談希望 (%)

相談したい悩み	1 進路 修学	2 心身の 健康	3 性格対 人関係	4 クラブ 学生運動	希 望 し	計		有意水準
						%	N	
全 体	14.6	2.1	3.5	2.6	77.3	100.1	2,374	
学 科	経済	15.4	1.9	4.2	2.2	76.2	1,295	$\chi^2=7.586$ $df=4$ ns
	経営	13.6	2.3	2.6	3.0	78.5	1,079	
性 別	男	14.6	2.1	3.8	2.6	77.1	2,000	$\chi^2=3.504$ $df=4$ ns
	女	15.0	2.4	1.9	2.7	78.1	374	
年 度	4年	15.6	2.7	2.3	2.2	77.2	1,089	$\chi^2=9.157$ $df=4$ ns
	5年	13.8	1.6	4.4	2.9	77.3	1,285	

室での相談を希望しない学生が約77%，希望する学生が約23%であるが，実際に相談室を訪れる学生は平成4年度の場合56人（平成4年度入学生の5.1%）に過ぎない。調査時には相談希望が23%もあったのに，実際に来談した学生が5.1%に過ぎないのは，本調査が入学当初に実施されたものであることによると思われる。すなわち，上述したように，入学当初にお

表9 悩み (%) [経済学科：1,295人，経営学科：1,079人；平成4年：1,089人，平成5年：1,285人]

項目	種別	強くそ う思う	そ う 思 う	あまり 思わない	少しも 思わない	無 答	計	有意水準	
1 進路・修学	全 体	6.0	28.2	51.1	14.7	0.1	100.1		
	学 科	経済	5.8	29.3	50.6	14.4	0.0	100.1	$\chi^2=3.440$ $df=4$ ns
		経営	6.2	26.9	51.6	15.0	0.2	99.9	
	年 度	4年	5.4	28.7	51.3	14.2	0.3	99.9	$\chi^2=0.230$ $df=4$ ns
		5年	6.4	27.7	50.8	15.0	0.0	99.9	
2 心身の状態・健康	全 体	2.2	14.0	53.2	30.2	0.3	99.9		
	学 科	経済	2.2	14.4	51.0	32.2	0.2	100.0	$\chi^2=14.289$ $df=4$ $p<.01$
		経営	2.1	13.6	55.9	27.9	0.5	100.0	
	年 度	4年	2.1	12.7	54.4	30.5	0.4	100.1	$\chi^2=3.302$ $df=4$ ns
		5年	2.3	15.2	52.2	30.0	0.3	100.0	
3 性格・対人関係	全 体	3.5	18.9	55.8	21.4	0.4	100.0		
	学 科	経済	3.9	20.4	54.6	20.9	0.2	100.0	$\chi^2=6.747$ $df=4$ ns
		経営	3.2	17.1	57.3	21.9	0.6	100.1	
	年 度	4年	3.8	18.5	54.8	22.4	0.5	100.0	$\chi^2=2.179$ $df=4$ ns
		5年	3.3	19.2	56.7	20.5	0.3	100.0	
4 クラブ・学生運動	全 体	1.7	10.5	46.6	40.7	0.5	100.0		
	学 科	経済	1.7	11.0	45.9	40.9	0.4	99.9	$\chi^2=28.033$ $df=4$ $p<.001$
		経営	1.8	9.8	47.5	40.4	0.6	100.1	
	年 度	4年	1.8	10.7	46.9	40.1	0.5	100.0	$\chi^2=0.388$ $df=4$ ns
		5年	1.6	10.4	46.4	41.2	0.5	100.1	

ける修学を中心とする大学生に対する一過性の不安、迷い、悩みが学生相談室における相談を希望させたものと考えられる。

悩み

表9は、学科別、調査年度別に、「悩み」についての4選択肢と無答別の百分率を示すものである。どの質問項目においても「あまり思わない」が最も多く、46%から57%の回答率である。統計的に有意差があるのは「心身の状態・健康」と「クラブ・学生運動・宗教活動」に関する悩みで、どちらも経済学科と経営学科との差である。「心身の状態・健康」の質問項目においては、経済学科で「あまり思わない」が51%、「少しも思わない」が32.2%であるのに対して、経営学科でのそれらは55.9%と27.9%で、経営学科の方に「心身の状態・健康」に関する悩みをもつ学生が多いようである。これと反対に「クラブ・学生運動・宗教活動」に関する悩みでは、経済学科に悩みをもつ学生が多く、「そう思う」が11%、「あまり思わない」が45.9%であるのに対して、経営学科のそれらは9.8%と47.5%である。

(4) 大学生生活および人生の目標

調査票の(IV)は、1. 大学生生活の目標と2. 人生の目標の2つについての質問から成っている。

大学生生活の目標

大学生生活の目標をたずねる質問は次の形式で、8選択肢の中のどれか1つにチェックすることによって回答するものである。

1. 大学生生活のなかで最も身を入れてやろうと思っていることは

- 日頃の授業
- 友人・先輩との交際
- 異性の友人との交際

- サークル・クラブ活動
- 学友会活動
- 資格試験のための受験勉強
- 就職活動
- アルバイト

である。

表10は、平成4年度と5年度の両年度の回答をまとめて、8種の回答と無答別に百分率を示したものである。全体として多いのは「友人・先輩との交際」で32.1%、次に「日頃の授業」の17.9%と「サークル・クラブ活動」の17.8%、次いで「資格試験の勉強」の12.5%である。これらの項目は、学科別、性別、調査年度別に見ても、すべて10%以上の回答率である。学科、性、調査年度のそれぞれにおける有意な差の有無を χ^2 検定(岩原, 1965)によって検討したところ、平成4年度と5年度との間には有意差は認められなかった。経済学科と経営学科の間には、5%水準で有意差があり、これは経営学科の方が「資格試験の勉強」で3.4%、「友人・先輩との交際」で1.1%多く、反対に「就職活動」では経済学科の方が1.3%多いことによるものであろう。男子と女子の間には0.1%水準で有意差が

表10 大学生生活の目標 (%)

目標	日頃の授業	友人・先輩との交際	異性の友人との交際	サークル・クラブ活動	学友会活動	資格試験の勉強	就職活動	アルバイト	無答	計 % (N)	有意水準
全体	17.9	32.1	6.1	17.8	0.3	12.5	4.2	6.9	2.2	100.0 (2,374)	
学科	経済	18.2	31.6	6.3	18.5	0.5	11.0	4.8	6.5	100.1 (1,295)	$\chi^2=18.144$ $df=8$ $p<.05$
	経営	17.5	32.7	5.8	17.1	0.0	14.4	3.5	7.3	100.0 (1,079)	
性別	男	18.3	31.0	6.8	17.9	0.4	11.3	4.4	7.8	100.3 (2,000)	$\chi^2=48.051$ $df=8$ $p<.001$
	女	16.0	38.0	2.4	17.6	0.0	19.0	3.2	2.1	99.9 (374)	
年度	4	17.0	34.0	5.8	17.5	0.2	12.7	3.4	6.4	100.0 (1,089)	$\chi^2=9.822$ $df=8$ ns
	5	18.7	30.5	6.3	18.1	0.4	12.4	4.9	7.2	100.1 (1,285)	

認められたが、これは女子学生の方が「資格試験の勉強」で7.7%、「友人・先輩との交際」で7%多いのに対して、男子学生は「アルバイト」で5.7%、「異性の友人との交際」で4.4%、「日頃の授業」で2.3%、「就職活動」で1.2%多いことによるものと考えられる。これらの差は大体において、男女学生の特性を反映しているように思われる。

人生の目標

人生の目標については次のような質問形式で回答を求めた。回答者は7選択肢の中のどれか1つにチェックすることによって回答する。

2. 人生の目標は

- 経済的に豊かになる
 - 職業を通して自己を実現する
 - 社会や人類のために貢献する
 - 社会的な地位を得る
 - 豊かな人間関係を作る
 - 趣味に合った生活をする
 - 和やかな家庭生活を営む
- という考え方に最も共感する

表11は、平成4年度と5年度の両年度の回答をまとめて、7種の回答と無答別に百分率を示したものである。全体として多いのは「和やかな家庭生活」の25.2%、次に「豊かな人間関係」の23.8%で、これらは学科別、性別、調査年度別を通じて、いずれも20%以上の回答率を示している。全体で3番目に多いのは「趣味に合った生活」の20.1%であるが、女子学生では著しく低下していて13.9%である。「経済的豊かさ」と「職業による自己実現」はともに10.2%で、女子学生の7%を除けば、どの区分でも9~12%である。以上の人生の目標は「職業による自己実現」のように、意欲的に自己の完成を目指すものもあるが、どちらかという、個人的に快

表11 人生の目標 (%)

目標	経済的豊かさ	職業による自己実現	社会への貢献	社会的地位	豊かな人間関係	趣味に合った生活	和やかな家庭生活	無答	計 % (N)	有意水準	
全体	10.2	10.2	5.1	3.1	23.8	20.1	25.2	2.2	99.9(2,374)		
学科	経済経営	10.8	9.6	4.8	3.1	24.1	19.8	25.1	2.8	100.1(1,295)	$\chi^2=6.876$ $df=7$ ns
	経営	9.5	11.0	5.6	3.2	23.8	20.4	25.3	1.6	100.0(1,079)	
性別	男	10.9	9.8	5.4	3.5	23.2	21.2	23.8	2.4	100.2(2,000)	$\chi^2=35.784$ $df=7$ $p<.001$
	女	7.0	12.8	4.0	1.3	27.0	13.9	32.6	1.3	99.9(374)	
年度	4	9.4	11.4	5.0	3.4	23.6	19.5	24.2	3.6	100.1(1,089)	$\chi^2=22.209$ $df=7$ $p<.005$
	5	11.0	9.3	5.3	2.9	24.0	20.5	26.0	1.1	100.1(1,285)	

適で安穩な生き方を目指すものである。これらの対社会的には消極的な目標に最も共感する学生が多いことは、「社会や人類への貢献」とか、何らかの競争を経て獲得される「社会的地位」に対する回答がそれぞれ5.1%と3.1%であることに照応している。

しかし、このように対社会的に消極的で個人的快適さを重視する生活意識は、本学学生に限られた特徴ではない。総務庁青少年対策本部(1993)が実施した「第5回世界青年意識調査」においても同様な傾向が見られるからである。この調査は、日本、アメリカ、イギリス、ドイツ、フランス、スウェーデン、韓国、フィリピン、タイ、ブラジル、ロシアの計11か国の18~24歳の青年を対象として、1993年2月~6月の期間に行われたものである。

「人の暮らし方」について、この調査では次の5選択肢の中で最も重視する考え方を1つだけ選ぶことが求められている。回答選択肢が少し異なる。

1. 経済的に豊かになる
2. 社会的な地位を得る
3. 自分の好きなように暮らす

- 4. 社会のために尽くす
- 5. 無答

るので、上述の本調査の結果と直接的に比較することはできないが、「自分の好きなように暮らす」が最多と最少である国とわが国の回答率を示した表12から、類似した傾向が看取されよう。

「人生の目標」についての回答率を学科別、性別、調査年度別に χ^2 検定（岩原，1965）したところ、学科間には統計的有意差は見出されなかった。男子学生と女子学生の間には0.1%水準で有意差が認められた。男子学生の回答率が女子学生よりも「趣味に合った生活をする」で7.3%。「経済的に豊かになる」で3.9%高く、反対に女子学生は男子学生よりも「和やかな家庭生活を営む」で8.8%、「豊かな人間関係を作る」で3.8%、「職業を通して自己を実現する」で3.0%高い。これらの回答率の差は男女の特徴をよく反映しているが、「職業を通して自己を実現する」で女子学生の方が男子学生よりも高いことは、女性の社会進出への意欲の高さを示すものとして注目される。調査年度間には0.5%水準で有意差が認められた。平成4年度の無答率が平成5年度よりも2.5%も高いことも有意差を生み出すことに関連していると思われるが、「職業を通して自己を実現する」で平成5年度が4年度よりも2.1%も低下しているのに対して、「和やかな家庭生活を営む」で1.8%、「経済的に豊かになる」で1.6%「趣味に合った生活をする」で1.0%も上昇していて、個人的に快適さを志向する傾向が強くなっている。

表12 「人の暮らし方」 (%) [世界青年意識調査]

回答国	自分の好きな暮らし方	経済的豊かさ	社会的地位	社会に貢献	無答
スウェーデン	82.0	10.3	4.5	2.1	1.1
日本	56.3	28.3	4.5	6.5	4.5
フィリピン	40.2	21.5	8.0	29.9	0.4

4. 結果に基づく事後措置

平成5年には、平成5年の調査結果等から以下のような基準を設け、不適応の早期発見の可能性を検討することを試みた。

不適応の可能性の基準：以下の条件のうち、条件1かつ条件2、または条件1かつ条件3を満たすこと

条件1. 抑うつ度が「高」(50点以上)の範囲にある。

条件2. 相談室での相談を希望している。

条件3. 6月10日現在で語学、体育の授業にほとんど出席していない。

この基準にあてはまる学生を調べた結果、42人が該当した(全体の3.3%)。これを学科別、性別に内訳を示したのが表13である。経済学科の方が経営学科よりも多い傾向にあった。なお、このうち1人はすでに抑うつ感、無力感を主訴に学生相談室に自発来談しており、継続面接中であった。

これらの学生を対象に、学生相談室の相談員が直接電話連絡を取り、現在の生活の様子や、心理面についてたずねた(期間：平成5年6月14日～6月22日)。さらに、6月22日の時点で電話連絡の取れなかった学生に手紙を送付した。

その結果、電話連絡で直接様子が聞けたのは15人であった。一方手紙に対する反応は全くなかった。本人から聴取した内容をもとに、生活や心理面での問題の有無について、「現在問題を感じている」、「問題はあったが

表13 不適応可能性の基準にあてはまった学生の内訳

学科	性別		計
	男	女	
経 済	21	5	26
経 営	16	0	16
計	37	5	42

表14 連絡の取れた学生の生活・心理面での問題の有無

「問題を感じている」と答えた者	4
「問題はあったが解決した」と答えた者	9
「問題はない」と答えた者	2
計	15

解決した」、「問題はない」の3つに分類した。その結果を示したのが表14である。

「問題を感じている」あるいは「問題はあったが解決した」と答えた者は15人中13人であった。彼らは、調査の時点で確かに抑うつ感を感じていたことがわかった。具体的な問題の内容には、「問題を感じている」と答えた学生には、「友人がいない」「友人ができないのではないか」など対人関係に関する訴えが最も多く、その他進路・修学に関する不安の訴えもあった。また、「問題はあったが解決した」と答えた者は13人のうち9人いたが、彼らの中には「最初は大学に慣れなかったが、今は慣れてきた」「友人がなくて不安だったが、今はサークルに入り友人が多くできたので問題ない」といったように、入学当初は抑うつ状態にあったが、その後うまく解消し一過性の症状で済んだ者が多くを占めていた。

学生相談室は、このうち「問題を感じている」と答えた4人の学生に対し、学生相談室への来談を勧めた。その結果2人の学生がこれに応じ、継続面接に導入となった。

以上のように、調査時の抑うつ感は一過性のものであることが比較的多かった。結果(1)で述べたように、大学生の抑うつ感には「性格・対人関係」の悩みと深く結びついていた。今回の事後措置の結果からすると、「性格・対人関係」の問題のうち、とくに対人関係の問題が、さらにその中でも友人関係の問題が重要であるといえるであろう。入学当初の大学生にとっては、新しい環境の中で友人ができるか否かが適応への重要なポイントであり、友人ができなければ抑うつ感が高まりやすく、友人ができると抑うつ感は低減していくという図式が推測できる。とくに県外の出身者など

下宿で一人暮らしをしている学生にとって、友人の獲得の課題は切実だと思われる。解決策としては、新入学生セミナーやクラブ、下宿などの機会や場を積極的にうまく利用することが大切であろう。

一方、事後措置時にも生活・心理面での問題を訴えた4人の学生は、抑うつ感が一過性にとどまらず、持続した心理的不適応と言える状態であり、専門的な援助が必要な学生であった。

5. ま と め

〈本調査の結果〉

(1) 抑うつ傾向

- 抑うつ度の平均値は先行研究に比べ高い傾向にあった。この違いは対象者の学年の違いや実施時期によるものと思われた。
- 平成5年度の方が平成4年度よりも抑うつ度が高かった。これは、抑うつ感を感じる学生が増加する傾向にあるのかもしれない。
- 抑うつ度が高いほど、「性格・対人関係」の相談希望率が高かった。
- 抑うつ度が高いほど、相談室での相談を希望する比率が高かった。

(2) 自己評価と不安

- 自己評価：高校生のデータと比較すると、本学の学生は自分を控えめに評価しているが、一方で自分に対し自信をもっているのが特徴的であった。
- 不安：平成3年度から平成5年度までの3年間の比較の結果、不安を感じる学生が逐年的に増加していた。とくに「強迫性」「自己不確実感」を訴える者は半数を越えていた。また、不安感をもつ者が増加傾向にあるというのは、抑うつ傾向の結果とも符合する。今後ますます学生のメンタルヘルスの向上を図っていく対策が必要と考えられる。

(3) 悩みと相談希望

- 相談希望：「進路・修学」に関する相談希望が最も多かったが、これは一過性のものと思われた。「心身の状態・健康」に関する希望がこれに

継いで多かった。相談室での相談を希望する学生は全体で約23%であった。これに比べ実際の来談者は少ない。

- 悩み：「心身の状態・健康」の悩みは経営学科に多く、「クラブ・学生運動・宗教活動」の悩みは経済学科に多く見られた。

(4) 大学生生活および人生の目標

- 大学生生活の目標：全体としては、「友人・先輩との交際」を選ぶ者が最も多く、「日頃の授業」、「サークル・クラブ活動」がそれに継いで多く見られた。また、「資格試験のための受験勉強」、「友人・先輩との交際」は経営学科に多く、「就職活動」は経済学科に多かった。さらに、性別の比較では、「資格試験のための受験勉強」、「友人・先輩との交際」は女子学生に多く、「アルバイト」、「異性の友人との交際」などは男子学生に多かった。
- 人生の目標：全体としては、「和やかな家庭生活」、「豊かな人間関係」を選ぶ者が多く、一方「社会や人類への貢献」「社会的地位」を選ぶ者は少なかった。これらより、対社会的には消極的で、個人的な快適さを重視する生活意識がうかがわれた。また、性別の比較では、「趣味に合った生活」、「経済的豊かさ」は男子学生に多く、「和やかな家庭生活」、「豊かな人間関係」、「職業を通じた自己実現」は女子学生に多く見られた。さらに、平成5年度のほうが平成4年度よりも個人的快適さを志向する傾向が強くなっていた。

〈結果に基づく事後措置〉

抑うつ度が高い学生の中で、相談室での相談を希望しているか、または出席状況の思わしくない者42人に対し、学生相談室が連絡を取った。連絡の取れた学生は15人であった。聴取した内容から、生活や心理面で「問題を感じている」者が4人、「問題はあったが解決した」者が9人、「問題はない」者は2人であった。抑うつ感の原因としては、友人関係に関する訴えが最も多かった。学生相談室での継続相談に導入したのは2人であった。

謝 辞

本調査の実施および回答の集計にあたり、学生部にご協力をいただきました。記して感謝いたします。

引 用 文 献

- 岩原信九郎 1965 教育と心理のための推計学 (新訂版) 日本文化科学社219-220.
- 中丸澄子・小谷英文・上地雄一郎 1986 潜在的クライアント発見のための方法をめぐって——定期健康診断時心理相談の試み—— 総合保健科学：広島大学保健管理センター研究論文集. 2, 71-79.
- 小川一郎 1992 高校生は「生き方指導」を望んでいる キャリアガイダンス 2・3月号. 54-59.
- Siegel, S. 1956 *Nonparametric statistics for the behavioral sciences*. New York: McGraw-Hill. 174-179.
- 総務庁青少年対策本部 1993 世界の青年との比較からみた日本の青年——第5回世界青年意識調査報告書——. p. 72.
- 山崎正数・藤井康能・水野創一・松山まり子 1993 大学生の抑うつと不安に関する調査 (第2報) 総合保健科学：広島大学保健管理センター研究論文集. 9, 65-72.
- Zung, W. W. K. 1965 A self-rating depression scale. *Archives of General Psychiatry*. 12, 63-70.