

本学初年次学生のストレッサーと性別および生活状況との関連

○島崎崇史(上智大学文学部)

キーワード: ストレッサー, 初年次, 大学生, 生活状況

目的

大学に進学し、学習形態、生活形態といった環境の変化が著しい入学初年次の学生においては、未知のストレッサーとの遭遇による、ストレスの増大が報告されている。本研究では、本学初年次学生の抱えるストレッサーに着目し、学生の性別、および生活状況による差異について検討をおこなった。

方法

調査対象者

対象は、全学実習科目「ウェルネスと身体」を履修する大学1年生223名であった。回答に不備のあった者を除外し、197名を分析対象とした(有効回答率90%)。

調査内容

回答者の属性については、性別、所属学科、居住形態、部活動への所属、サークルへの所属、アルバイトの実施、およびアルバイト以外の社会での活動、について回答を得た。

回答者の現在のストレッサーを把握することを目的とし、「現在、あなたにとってストレスの要因となっていることがありましたら具体的に記載してください。」という質問に対して、自由記述により回答を得た。

結果

本学初年次学生のストレッサー

分析の結果、学業(応答数=107)、ライフスタイル(応答数=28)、対人関係(応答数=26)、通学(応答数=12)、アルバイト(応答数=9)、一人暮らし(応答数=9)、健康状態(応答数=4)、天候(応答数=3)、将来(応答数=2)、自己の能力(応答数=2)、経済状況(応答数=2)、社会情勢(応答数=1)、および娯楽(応答数=1)といったストレッサーが抽出された。

本学初年次学生においては、学業ストレスが有意に高頻度で観察された($\chi^2 = 630.42, df = 12, p < .01, w = 1.75$)。

回答者の属性によるストレッサー出現頻度の差異

出現頻度の高いストレッサーである学業、ライフスタイル、対人関係、および複数のストレッサー保有について、回答者の属性による出現リスクを検討した結果をTable 1に示す。分析の結果、部活動実施者は、複数のストレッサーを有する確率が、非実施者と比較して6倍以上高いことが明らかになった(Adjusted OR = 6.36, $p < .05$)。また、有意ではないものの、女性は、男性と比較して、ライフスタイル、対人関係、および複数のストレッサーを保有する可能性が2倍程度であった(Adjusted OR = 2.25-2.38)。

考察

大学体育における保健・健康増進分野、特に心理教育の機会については極めて限定的であるといえる。ストレスマネジメントやメンタルヘルスプロモーションのような、日常生活の中で実施可能な自助努力としての気晴らしや快活動の実施に関する学びは、学生のメンタルヘルス問題の予防において重要であるといえる。大学におけるストレス教育の充実は、学生のウェルネスを保持・増進する上で一助となり得るであろう。本研究により得られた知見は、本学におけるストレス教育の内容構成において基礎的な知見としての貢献が期待される。

利益相反開示

発表に関連し、開示すべき利益相反関係にある企業などはありません。(SHIMAZAKI Takashi)

Table 1 回答者の属性によるストレッサーの出現リスクの差異(調整済みオッズ比)

	学業		ライフスタイル		対人関係		複数ストレッサー保有	
	Adjusted OR	95%CI	Adjusted OR	95%CI	Adjusted OR	95%CI	Adjusted OR	95%CI
性別								
男性	1		1		1		1	
女性	0.84	(0.45, 1.57)	2.36	(0.81, 6.83)	2.25	(0.74, 6.84)	2.38	(0.67, 8.43)
居住形態								
自宅	1		1		1		1	
一人暮らし	1.21	(0.58, 2.51)	0.66	(0.17, 2.57)	0.98	(0.28, 3.41)	0.75	(0.15, 3.81)
部活動								
非実施	1		1		1		1	
実施	0.69	(0.29, 1.65)	2.63	(0.73, 9.41)	2.12	(0.57, 7.90)	6.36*	(1.50, 27.06)
サークル活動								
非実施	1		1		1		1	
実施	0.93	(0.46, 1.88)	1.88	(0.54, 6.54)	1.55	(0.44, 5.39)	3.24	(0.70, 15.06)
学外活動								
非実施	1		1		1		1	
実施	1.06	(0.37, 3.09)	0.48	(0.06, 4.12)	2.02	(0.47, 8.63)	0.77	(0.09, 6.97)
アルバイト								
非実施	1		1		1		1	
実施	1.32	(0.67, 2.60)	1.40	(0.51, 3.90)	1.26	(0.41, 3.87)	1.25	(0.36, 4.35)

Note. OR = Odds Ratio (オッズ比) ; CI = Confidence Interval (信頼区間) .

* $p < .05$.