

# 大学生のメンタルヘルス尺度の作成と 不登校傾向を規定する要因

松原達哉<sup>\*1</sup>  
宮崎圭子<sup>\*2</sup>  
三宅拓郎<sup>\*3</sup>

要旨：本研究の目的は、1. 大学生を対象とした、受動的な健康状態のみでなく能動的、全人的な学生生活全体の適応状態を総合的に測り、大学教育に役立てることを目的としたメンタルヘルス尺度を作成する、2. その作成したメンタルヘルス尺度から、大学生の不登校傾向を規定する要因を抽出する、以上の2点であった。6大学の計782人に、110項目からなる質問紙調査を行った。有効回答数725人のデータから、項目分析と因子分析（プロマックス法）を行った。5因子が抽出された。それぞれの因子を「学業のつまずき」「大学への不本意感」「不規則な日常生活」「大学生活への充実感の乏しさ」「自分への自信のなさ」と命名した。これらを独立変数に、「特に理由もなく講義を欠席する」、「大学に行きたくないときがある」、「大学には行かなくても良いと思うことがある」、を従属変数とした重回帰分析をおこなった結果、行動レベルでの不登校傾向学生には、「大学への不本意感」ではなく、「不規則な日常生活」に介入した方が効果的であることが示唆された。

キーワード：大学生、メンタルヘルス尺度、不登校傾向

## 【問題】

日本の大学・短期大学進学率（過年度高卒者等を含む）は、51.5%で過去最高となった（文部科学省、2005）。しかし、日本の18歳人口は、1992年の205万人をピークに、長期的な減少傾向に入り、将来的には120万程度で推移することが予測されている（文部省高等教育局、2000）。進学率が、引き続き高い水準で維持されるとしても、現在の学生数規模を確保することは困難と見られており、大学はより厳しい競争的環境の中で生き残りを図っていかなければならなくなった（文部省高等教育局、2000）。事実、2004年、2005年と2年連続、倒産した大学が出現している。取り組みの一つとして、文部科学省高等教育局（2000）は、「学生の視点に近い位置に立ち学生に対する教育・指導の充実、サービス機能の向上に努めること」、さらには「『教員中心の大学』から、多様な学生に対するきめ細かな教育・指導に重点

---

\* 1 立正大学  
\* 2 中央学院大学  
\* 3 立正大学大学院心理学研究科

を置く『学生中心の大学』へと視点の転換を図ること」を提言している。

そのような文脈の中で、大学生の中途退学、低単位取得者の増加は、今までになく大学関係者を憂慮させている問題であろうし、また、憂慮することが教育機関の責務でもあろう。どのような要因が昨今の大学生の修学意欲を低下させているのか、不登校傾向を助長しているのかを検討することは、急務と考える。

牧野 (2001) は、国立大学生、私立大学生計114名の調査から、57.0%の大学生がかなりの頻度で学校に行きたくないと思っており、58.8%の学生が1度でも大学を辞めたいと思ったことがあると報告している。大学生の不登校の理由として「大学生活への不満」（「学生生活が面白くないから」、「友人との関係がよくないから」、「大学が自分が期待していたものと違うから」等）と「無力感」（「眠いから」、「疲れているから」、「なんとなく行きたくないから」等）を抽出している。さらに、牧野は退学を考える要因も「大学生活への不満」（「学生生活が面白くないから」、「大学が自分が期待していたものと違うから」、「大学でやりたいことが特にないから」等）と「無力感」（「大学など行かなくても良いと思ったから」、「何もする気がしないから」）であることを抽出している。

また、安藤 (1989) は、女子大学生の大学適応において大学への動機付け、人格特性との関連を調べている。不適応と本意入学が密接に関連していること、学年の進行とともに不適応学生が増加していること、学校適応群は他者志向（他者に自己を合わせる）的な戦略を基本として社会に臨み、学校不適応群は内部志向（自分の考え、価値観を大切にしたい）的な戦略を基本として生きていこうとしている、不適応と制服への好意度が密接に関係している（調査対象となった大学は制服制度を採用している。）、の4点を指摘した。ただし、不適応学生が学年とともに上昇することから、本意入学が「精神的外傷」となって大学不適応感の原因であり続けると考察している。

植村ら (2001) は、国立大学教育学部生71名の大学適応過程を4年間に渡って縦断的な研究を試みている。不満群は、どの要因が際立って低いということではなく、多くの変数が入学当初から平均値に比して低いこと（つまり、入学した時点において既にその傾向を示していること）、不満群の形成に特定の時点で特定の変数が影響しているとは言えないこと、学生生活における満足感は入学直後の段階から多くの要因が関わっていること、を指摘している。また、サンプル数での問題について言及しながらも、「入学当初不満 - 卒業時満足」群において、大学に対して思い入れが低かった反面、学習、友人、教官との交流が進展し、課外活動も充実し、学生生活全般に満足感が得られたのではないかと考察している。

一方、WHO（世界保健機関）は、メンタルヘルスを以下のように定義している（2003）。

■Mental health is more than the mere lack of mental disorders. The positive dimension of mental health is stressed in WHO's definition of health as contained in its constitution: **H**ealth is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity. **I** Concepts of mental health include subjective well-being, perceived self-efficacy, autonomy, competence, intergenerational dependence and recognition of the ability to realize one's intellectual and emotional potential. ....

... Mental health is about enhancing competencies of individual and communities and enabling

them to achieve their self-determined goals.■

つまり、「単に疾病に罹患しておらず、衰弱していない状態ということではなく、身体的、精神的、社会的に良好な状態である。」と定義されている (2003)。内面的にも地域共同体にも適性を高められており、自己が決定したゴールを達成することもできる状態という、非常に大きな概念と定義されているのである。

また、世界精神衛生連合 (現 世界精神衛生連盟 (WFMH)) は 身体・知性・情緒などがよく調和されていること、 環境に対して適応し、社会的に他の人々とよく折り合っていること、 自分は幸福であるという感情をもっていること、 仕事や職業に対して、自分の能力がよく発揮され、能率的な生活ができること、の4点を「心の健康」として定義している。

これらの定義から、個人の心の健康を測る際は単に病気に罹っているかどうかのいわば受動的な「健康」だけではなく、能動的に全人的に生活に適応できているかどうかまで含めて「健康」であるかどうか測定する事が重要であると考えられる。

発達段階として青年期後期に分類される「大学生」のアイデンティティの軸となるべきものは、やはり、大学に所属していることであり、その活動の大半を勤労ではなく修学を主としている存在であるということに異論はないだろう。上記に挙げた WHO、WFMH のメンタルヘルスの定義を彼等に適用すると、「大学生として内面的にも、地域社会 (大学キャンパスも含めて) への適性も高められており、疾病に罹患しておらず、衰弱していない状態ということではなく、身体的、精神的、社会的に良好な状態として大学生生活に適応でき、幸福であるとの実感を持っている状態」ということになる。となれば、中心的軸とならねばならない「大学」への不登校傾向は、彼等のメンタルヘルス度が下降している状態と認識されねばならない。しかるに、大学における現場において、従来から広く用いられている CMI や GHQ、また UPI などは、主として身体的症状の把握や神経症・心身症などの早期発見にウエイトを置いた質問紙であり、能動的に全人的に適応できているかどうかまで把握するものではない。

## 【目 的】

1. 大学生を対象とした受動的健康状態のみでなく、能動的、全人的な学生生活全体の適応状態を総合的に測り、大学教育に役立てることを目的としたメンタルヘルス尺度を作成する。
2. その作成したメンタルヘルス尺度から、大学生の不登校傾向を規定する要因を抽出する。

以上の2点を本研究の目的とした。

## 【方 法】

調査対象：

調査協力のあった6大学から計782部を回収した。そのうち回答に明らかに作為が感じられるもの、欠損が多いもの、および対象を大学生とする関係から年齢が平均 + 1 SD を超えるものを調査対象から除外し、最終的に725人を分析対象とした。有効回答率は92.5%である。Table 1に各校別の回答数と有効回答数および有効回答率と男女比を示す。なお、私立大学 A において他大学と比べて有効回答率が低いのは当該大学が社会人にも広く門戸を開放しているため平均 + 1 SD の条件で除外となるものが多

Table 1 各校別の回答数・有効回答数・有効回答率及び男女比

調査校	回答数 (人)	有効回答数 (人)	有効回答率 (%)	男 (人)	女 (人)
国立 A	48	48	100.0	6	42
国立 B	54	53	98.1	18	35
国立 C	119	111	93.3	60	51
私立 A	193	154	79.8	60	94
私立 B	178	174	97.8	137	37
私立 C	190	185	97.4	1	184
合計	782	725	92.7	282	443

かったためである。

最終的な分析対象となった725名の内訳は男282名、女443名、平均年齢は19.8歳 標準偏差 (SD) は1.17となった。

調査時期：2004年10月～11月

手続き：講義中に一斉回答・一斉回収

調査内容：

1. フェイスシート

性別・年齢の他、アルバイト勤務時間・就労の有無・居住・通学時間・サークル活動を問う質問項目

2. 調査に用いた尺度

安藤 (1989) の入学動機質問項目、総務庁人事局 (1999) によって作成された社会人版メンタルヘルスシート、門田 (1983) の大学生生活評価質問項目、牧野 (2001) の不登校理由尺度および退学希望理由尺度、宮崎 (1997) の専門学校生の日常生活ストレス尺度、佐藤ら (1997) のライフスタイル質問項目、吉田ら (1999) が作成した社会的スキル尺度およびイベント尺度を参考に、学生相談の経験豊富な臨床心理士2名の協力を得て、下記の項目を抽出した。

講義に関連する項目 (例 自分の成績は良くないと思う)、不本意入学に関連する項目 (例 他大学への編入学を考えたことがある)、対人関係に関連する項目 (例 学内の友人が少ない)、大学生活に関連する項目 (例 大学の行事にはよく参加している)、家庭生活に関連する項目 (例 家庭内が不和である)、日常生活に関する項目 (例 現在の生活において経済的な面で不安がある)、自己評価 (例 内気である) の7領域から構成された48項目。

さらに睡眠に関する項目 (例 寝る時間が不規則である)、食事に関する項目 (例 自分の食事の栄養バランスは良くないと思う)、運動の習慣 (例 定期的に運動する習慣がない)、嗜好品の摂取 (例 酒を飲みすぎる)、学業からの逃避 (例 特に理由もなく講義をよく欠席する)、ライフスタイルの混乱を惹起する行動 (例 テレビを長時間見る)、の6領域12項目。

また、うつ反応や疲労感のような生理的・身体的反応 (例えば「よく眠れる」、「すがすがしい気持ちで目覚める」) は、社会人と大学生で異なることはない。よって、総務庁人事局 (1999) の社会人版メンタルヘルスシートの疲労尺度、うつ尺度の計50項目は、そのまま採用した。

Table 2 メンタルヘルス質問項目

(学生生活)	
1 自分が専攻している学科の授業内容を理解できない	26 大学には行きたくないときがある
2 授業で与えられた課題をこなすことができない	27 他にやりたいことがある
3 講義内容やカリキュラムに不満がある	28 大学には行かなくても良いと思うことがある
4 自分の成績は良くないと思う	29 アルバイト先でトラブルを起こした
5 学生生活(勉強を除く)がおもしろくない	30 通学時のラッシュが苦痛である
6 単位について不安がある	31 通学時間が長い
7 留年について不安がある	32 帰宅が遅い(大学もしくはアルバイトで)
8 卒業について不安がある	33 暇をもてあますことがある
9 他大学の再受験を考えたことがある	34 家庭内が不和である
10 他の専門学校での再受験を考えたことがある	35 家庭内で本音で話せない
11 学内で転部・転学科を考えたことがある	36 家族と過ごす時間が減った
12 他大学への編入学を考えたことがある	37 家族または親しい親戚の誰かが病気や怪我をした
13 現在所属している大学は第一志望校ではない	38 現在の生活において健康面で不安がある
14 先生との関係はあまり良くない	39 現在の生活において経済的な面で不安がある
15 学内の友人は少ない	41 自分の能力には不安がない
16 友人との関係が良くない	42 内気である
17 恋人がいる	43 人の言いなりになる
18 恋人との関係が良くない	44 将来が不安である
19 異性に関心がない	45 体重が増えた
20 性の悩みがある	46 自分の容姿(顔つきや体つきなど)が気になる
21 恋愛で悩んでいる	47 自分の考えをきちんと主張できる
22 悩み事を相談できる人がいない	48 自分の将来の職業を楽観的に考えている
23 大学の行事にはあまり参加していない	
24 サークル活動(学内外問わず)にはあまり参加しない	
25 大学が自分が期待していたものとはちがう	
ライフスタイル	
49 睡眠時間が短い(6時間未満である)	
50 寝る時間が不規則である	
51 起床する時間が不規則である	
52 食事を摂るのが不規則である	
53 自分の食事の栄養バランスは良くないと思う	
54 余暇の時間がない	
55 定期的に運動する習慣がない	
56 酒を飲みすぎる	
57 間食が多い	
58 特に理由もなく講義をよく欠席する	
59 テレビを長時間見る	
60 ゲームを長時間する	

いずれも、「全く当てはまらない」～「かなり当てはまる」の5件法を用いた。

本研究の目的を鑑み、分析対象とした尺度は、疲労尺度、うつ尺度50項目を除いた60項目とした(Table 2)。

## 【結果】

### 1. メンタルヘルス尺度の作成

#### 1) 60項目における項目分析

天井効果・フロア効果が出現している項目を削除するため、各項目の平均値・標準偏差等の基本統計量を算出し、平均値 + 1 SD が5を上回る項目及び平均値 - 1 SD 1を下回る項目をそれぞれ天井効果・フロア効果として削除した(10、11、17、18、19、22、29、31、34、36、37、56、58、60の計14項目)。ただし No9、12については重要な項目であったため、削除対象としなかった。

Table 3 因子パターン行列 (主因子法・プロマックス回転)

項目 No	I. 学業のつまづき	1	2	3	4	5
6	単位について不安がある	0.78	-0.05	-0.04	-0.04	-0.03
4	自分の成績はよくないと思う	0.66	-0.03	0.00	0.01	-0.03
8	卒業について不安がある	0.64	0.04	-0.05	-0.10	0.11
7	留年について不安がない	0.60	-0.08	-0.11	-0.08	0.02
2	授業で与えられた課題がこなすことができる	0.45	-0.04	0.06	0.16	-0.05
40	学業が自分に向いていない	0.41	0.07	0.10	0.15	0.04
項目 No	II. 大学への不本意感					
12	他大学への編入学を考えたことがある	-0.07	0.78	-0.08	-0.02	0.01
9	他大学の再受験を考えたことがない	-0.04	0.70	-0.08	0.02	-0.01
24	大学が自分の期待していたものとはちがう	0.19	0.53	0.01	0.15	-0.04
3	講義内容やカリキュラムに不満がある	0.03	0.50	0.00	0.01	-0.04
13	現在所属している大学は第一志望校である	-0.22	0.46	-0.05	0.10	0.14
項目 No	III. 不規則な日常生活					
52	食事をとるのが不規則である	0.00	-0.06	0.71	0.05	0.02
50	寝る時間が不規則である	-0.01	-0.07	0.71	0.07	-0.13
51	起きる時間が不規則である	-0.09	-0.05	0.62	0.19	-0.04
32	帰宅が遅い (大学もしくはアルバイトで)	-0.02	0.06	0.49	-0.24	0.08
49	睡眠時間が短い	0.01	0.01	0.40	-0.15	0.04
53	自分の食事の栄養バランスは良くないと思う	0.02	-0.02	0.37	0.04	0.14
項目 No	IV. 大学生活への充実感の乏しさ					
23	大学の行事にはよく参加している	0.01	0.05	0.06	0.58	-0.16
33	暇をもてあますことがある	0.03	-0.06	-0.10	0.48	0.10
15	学内の友人が少ない	-0.03	0.06	0.02	0.48	0.14
5	学生生活 (勉強を除く) がおもしろい	0.00	0.18	0.03	0.43	0.04
24	サークル活動 (学内外問わず) にはよく参加する	0.03	0.06	0.03	0.39	-0.09
60	テレビを長時間見ている	-0.02	-0.01	0.07	0.35	-0.05
項目 No	V. 自分への自信のなさ					
44	将来が不安である	0.09	0.12	-0.02	-0.04	0.55
42	内気である	-0.10	-0.09	-0.03	0.22	0.52
46	自分の容姿 (顔つきや体つきなど) が気になる	-0.01	0.06	0.13	-0.17	0.43
47	自分の考えをきちんと主張できる	0.09	-0.16	-0.04	0.24	0.43
48	自分の将来の職業を楽観的に考えている	-0.05	0.05	-0.06	-0.14	0.43
41	自分の能力には不安がない	0.12	-0.04	0.04	-0.16	0.41
43	人の言いなりになる	-0.01	-0.03	0.07	0.18	0.41

逆転項目 (処理済み)

因子	因子相関行列				
	1	2	3	4	5
1	1	0.29	0.37	0.25	0.49
2	0.29	1	0.27	0.09	0.19
3	0.37	0.27	1	0.01	0.23
4	0.25	0.09	0.009	1	0.34
5	0.49	0.19	0.23	0.34	1

## 2) 因子分析による項目の選定

削除した残り46項目について、因子間における相関を考慮した上で主因子法・プロマックス回転による因子分析を行った。因子負荷量が0.35未満の項目や二重負荷がある項目を削除して再度因子分析を行い、その結果得られた固有値・スクリープロット及び解釈の可能性の側面から検討を行った。最終的に最も妥当な解釈が可能となった5因子解を採用した。結果を Table 3に記す。

第1因子の因子負荷量上位3項目は、「6. 単位について不安がある」、「4. 自分の成績は良くないと思う」、「8. 卒業について不安がある」など学業における何らかのつまづきを想起させる項目が多い

ところから、因子名を「学業のつまずき」と名づけた。

第2因子の因子負荷量上位3項目は、「12. 他大学への編入学を考えたことがある」、「9. 他大学の再受験を考えたことがない」、「24. 大学が自分の期待していたものとはちがう」など、不本意入学やミスマッチが原因で惹起されたとされる所属大学への不適応感を表している項目が多いところから、「大学への不本意感」と名づけた。

同じく第3因子では「52. 食事をとるのが不規則である」、「50. 寝る時間が不規則である」、「起きる時間が不規則である」などが、因子負荷量上位3項目となった。不規則な日常生活を表す項目が多いことから「不規則な日常生活」と名づけた。

第4因子の因子負荷量上位3項目は、「23. 大学の行事にはよく参加している」、「33. 暇をもてあますことがある」、「15. 学内の友人が少ない」など生活全体の充実について表す項目が多い事から「大学生活への充実感の乏しさ」と名づけた。

第5因子では、「44. 将来が不安である」、「42. 内気である」、「自分の容姿（顔つきや体つき）が気になる」などが、因子負荷量上位3項目となった。自分に対する自信を表している項目が多い事から「自分への自信のなさ」と名づけた。

上記の5下位尺度を大学生生活の適応感尺度とし、それにうつ尺度、疲労感尺度を加えたものを大学生のメンタルヘルス尺度とした。

## 2. 不登校傾向を規定する要因

### 1) サークル活動の有無

フェースシートでのサークル活動の有無（サークル活動を「している」、「していない」の2件法）項目において、各5下位尺度でのt検定を行った（Table 4）。「大学への不本意感」（ $t = -2.79$   $p < .01$ ）、「学生生活への充実感の乏しさ」（ $t = -13.36$   $p < .01$ ）で有意差が認められた。

Table 4 サークル活動の有無

	サークル活動の有無	N	M	SD	t 値
学業のつまずき	有	345	2.71	0.81	- 1.90
	無	377	2.83	0.84	
大学への不本意感	有	345	2.83	1.00	- 2.79
	無	377	3.03	0.96	
不規則な日常生活	有	345	3.55	0.77	1.58
	無	377	3.46	0.84	
学生生活への充実感の乏しさ	有	345	2.59	0.71	- 13.36
	無	377	3.28	0.68	
自分への自信のなさ	有	345	3.25	0.64	- 0.59
	無	377	3.28	0.66	

(\* :  $p < .05$ , \*\* :  $p < .01$ )

Table 5 「26. 大学に行きたくないときがある」と5下位尺度との関係

	(標準偏 回帰係数)	r
学業のつまずき	0.203 ***	0.322 ***
大学への不本意感	0.258 ***	0.329 ***
不規則な日常生活	0.161 ***	0.255 ***
学生生活への充実感の乏しさ	0.063	0.168 ***
自分への自信のなさ	0.061	0.222 ***
重相関係数 (R)	0.465 ***	R <sup>2</sup> 乗 0.216

(従属変数: 「大学に行きたくないときがある」)

\*:  $p < .05$ , \*\*:  $p < .01$ , \*\*\*:  $p < .001$

Table 6 「28. 大学には行かなくても良いと思うことがある」と5下位尺度との関係

	(標準偏 回帰係数)	r
学業のつまずき	0.183 ***	0.135 ***
大学への不本意感	0.206 ***	0.071
不規則な日常生活	0.158 ***	0.665 ***
学生生活への充実感の乏しさ	0.137 ***	0.099 **
自分への自信のなさ	- 0.058	0.116 **
重相関係数 (R)	0.399 ***	R <sup>2</sup> 乗 0.160

(従属変数: 「大学には行かなくても良いと思うことがある」)

\*:  $p < .05$ , \*\*:  $p < .01$ , \*\*\*:  $p < .001$

Table 7 「58. 特に理由もなく講義を欠席する」と5下位尺度との関係

	(標準偏 回帰係数)	r
学業のつまずき	0.255 ***	0.291 ***
大学への不本意感	0.070	0.132 ***
不規則な日常生活	0.274 ***	0.321 ***
学生生活への充実感の乏しさ	0.056	0.095 **
自分への自信のなさ	- 0.140 ***	0.033
重相関係数 (R)	0.415 ***	R <sup>2</sup> 乗 0.172

(従属変数: 「特に理由もなく講義を欠席する」)

\*:  $p < .05$ , \*\*:  $p < .01$ , \*\*\*:  $p < .001$

## 2) 意識レベルでの不登校傾向を規程する要因

上記で得られた計30項目からなる5下位尺度を独立変数に、「58. 特に理由もなく講義を欠席する」、「26. 大学に行きたくないときがある」、「28. 大学には行かなくても良いと思うことがある」、をそれぞれ従属変数に、重回帰分析を行った。結果をTable 5、Table 6、Table 7に整理した。

「26. 大学に行きたくないときがある」を従属変数にした重回帰分析では、0.1%水準で 「大学への不本意感」 ( $\beta = 0.258$ )、 「学業のつまずき」 ( $\beta = 0.203$ )、 「不規則な日常生活」 ( $\beta = 0.161$ )

に有意差が検出された。「28. 大学には行かなくても良いと思うことがある」を従属変数にした重回帰分析では、0.1%水準で「大学への不本意感」( $\beta = 0.206$ )、「学業のつまずき」( $\beta = 0.183$ )、「不規則な日常生活」( $\beta = 0.158$ )、「学生生活への充実感の乏しさ」( $\beta = 0.137$ )で有意差が認められた。

### 3) 行動レベルでの不登校傾向を規定する要因

同様に、「58.特に理由もなく講義を欠席する」を従属変数にした重回帰分析では、0.1%水準で「不規則な日常生活」( $\beta = 0.274$ )、「学業のつまずき」( $\beta = 0.255$ )、「自分への自信のなさ」( $\beta = -0.140$ )で有意差が検出された。

## 【考察】

### 1. メンタルヘルス尺度についての考察

文部科学白書(2004)は、OECD(経済協力開発機構)加盟国の生徒学習到達度調査(PISA)(2003)、国際教育到達度評価学会(IEA)による国際数学・理科教育動向調査(2003)等の結果を踏まえて、「日本の生徒は読解力が低下傾向にあり、世界トップレベルとはいえない」と報告している。また、学ぶ内容に興味がある生徒が少ない、学校以外の勉強時間が短い、テレビやビデオを見る時間が長い、ということも指摘しており、「学習意欲や学習習慣に課題がある。」と結論付けている。本研究でも、「学業のつまずき」が因子として抽出されたことは、そのような背景を裏付けるものと言えるだろう。

第2因子の「大学への不本意感」は、牧野(2001)、植村ら(2001)、安藤(1989)等が指摘していることであり、本研究においても同様の結果が得られたと考えている。

佐藤ら(1997)が大学生においては日常の生活習慣が精神的健康度に影響を及ぼしているとして指摘している。第3因子の「不規則な日常生活」は、かなりの高い因子負荷量で1つのまとまりを示していることから、佐藤らの指摘を確認できたと考えている。

第4因子の「大学生活への充実感の乏しさ」、第5因子「自分への自信のなさ」は、【はじめに】に記したように、精神的、社会的な要素まで含めた全人的な健康度を謳ったWHO、WFMHのメンタルヘルスの定義に合致していると考えられる。

### 2. 不登校傾向を規定する要因についての考察

#### 1) サークル活動の有無

サークル活動に参加している学生の方が、参加していない学生より大学への不本意感は1%水準で低かった。また、サークル活動に参加している学生の方が、参加していない学生より、1%水準で学生生活への充実感を感じていた。このことは、植村ら(2001)の縦断的研究でも指摘されている。植村らは、大学入学時に不満であっても、学生時代に課外活動等で充実していた学生たちは、満足群となって卒業していくと報告している。今後、多様なサークル活動展開が可能となるような環境作りが、大学に要求されているのかもしれない。

#### 2) 意識レベル、行動レベルでの不登校傾向を規定する要因

##### (1) 意識レベルでの不登校傾向を規定する要因についての考察

重回帰分析の結果、「26. 大学に行きたくないときがある」、「28. 大学に行かなくても良いと思うこ

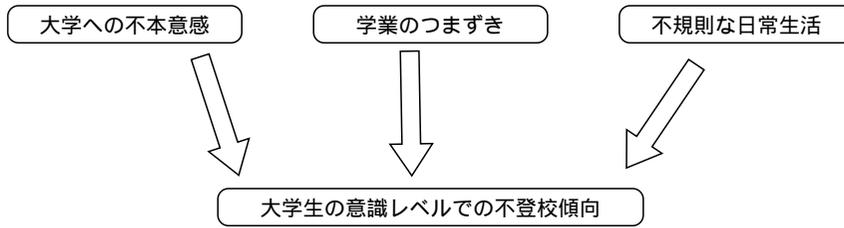


Fig.1 大学生の意識レベルでの不登校傾向要因

とがある」への影響要因は、1位が「大学への不本意感」、2位が「学業のつまずき」、3位が「不規則な日常生活」であった。また、「28. 大学に行かなくても良いと思うことがある」への影響要因4位は、「学生生活への充実感の乏しさ」であった。26. と28. の質問項目は、謂わば、意識レベルでの不登校傾向である。安藤 (1989)、牧野 (2001) 等も指摘しているように、「大学への不本意感」が不登校傾向に大きく影響を及ぼしている。(Fig. 1)。

26. と違い、28. は大学に行かないことを消極的ながらも肯定している質問である。26. より、不登校傾向に向かって一步踏み出した質問となっている。26. に有意差が検出されず、不登校傾向に一步踏み出した28. に「学生生活への充実感の乏しさ」が説明変数として検証されたのは、示唆に富んだ結果である。この第4因子を構成している質問項目は、「23. 大学の行事にはよく参加している」、「33. 暇をもてあますことがある」、「15. 学内の友人が少ない」、「5. 学生生活がおもしろい」、「24. サークル活動(学内外問わず)にはよく参加する」、「60. テレビを長時間見ている」である。つまり、不登校傾向に一步進んでしまった学生には、とりあえず大学の行事に強く誘ってみる、とりあえず拘束の緩いサークルに勧誘してみる、とりあえずテレビの視聴時間を減少させるという方針が効果を発揮する可能性がある。

#### (2) 行動レベルでの不登校傾向を規定する要因についての考察

「58. 特に理由もなく講義を欠席する」に影響を及ぼしている要因は、1位が「不規則な日常生活」、2位が「学業のつまずき」、3位が「自分への自信のなさ」であった。58. の質問項目は、26. 28. と違い、謂わば、行動レベルの不登校傾向である。行動レベルでの不登校傾向では、大学への不本意感に有意差は検出されなかったのである。

この重回帰分析の結果は、非常に興味深い示唆を与えてくれている。即ち、意識レベルでの不登校傾向には、大学への不本意感が大きく影響を及ぼしているのであるが、実際の行動レベルでの不登校傾向では、大学への不本意感に有意差は検出されなかったのである。行動レベルでの不登校傾向の対処法として、学生たちの「大学への不本意感」に介入するより、「不規則な日常生活」に介入した方が効果的であることを示唆してくれている。「不規則な日常生活」を構成している質問項目は、「52. 食事をとるのが不規則である」、「50. 寝る時間が不規則である」、「51. 起きる時間が不規則である」、「32. 帰宅が遅い」などである。これらの指導は、「大学への不本意感」に対する指導よりは、容易であり、目標を具体的に定めやすい。介入しやすいターゲットといえよう。

安藤 (1989) は大学への不適応感と不本意入学が密接に関係していると指摘している。確かに、「何となく大学に行きたくないときがある」「大学には行かなくても良いと思うことがある」で示されている気分や意識に影響している要因は、「大学への不適応感」が大きいようであるが、実際の行動化の面

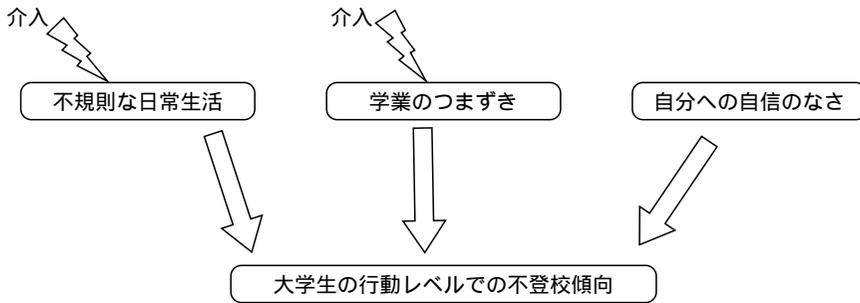


Fig.2 大学生の行動レベルでの不登校傾向要因

では意外にも「不規則な日常生活」が大きく影響しており、その上、「大学への不本意感」の影響に有意差が検出されなかった。低単位取得者等への大学関係者の認識や対応は、往々にして、「大学への不本意感」への介入を強く意識し危惧したものが多いのではないだろうか？本研究結果では、講義を欠席するという行動化において、「大学への不本意感」への介入より、不規則な日常生活に介入することのほうが効果的であることを示唆している（例えば、就寝時間を不規則にする要因となりがちな深夜バイトを自粛させる指導をする等）。また、「大学への不本意感」要因において、不本意入学を直接意味する「29. 現在所属している大学は第一志望校である」は因子負荷量0.46で、他の上位構成項目と比較して左程負荷量が高くない。入学時の不本意入学がその後の大学への不適応感に、非常に高い影響力を持っていないことを示唆している。これは植村ら（2001）が指摘している不満（入学時） - 満足（卒業）群の経過と合致している。（Fig. 2）。

本研究では文系の学生が調査対象となった。今後の課題として、理系の学生でも同様の傾向が観られるのか検討する必要がある。また、実際に深夜・夜間バイトをしている学生たちと、していない学生たちとの不登校傾向も比較する必要があるだろう。さらには、不登校傾向の強い学生たち、弱い学生たちの疲労度、うつ度を比較し、不登校傾向の強い学生たちの臨床像も探る必要がある。

## 謝 辞

今回の調査におきまして、多くの大学関係者の皆様のご協力を頂きました。この場を借りまして、厚く御礼申し上げます。

## 引用文献

- 安藤明人 1989 女子大学生の大学適応に関する研究(1) 武庫川女子大学紀要人文・社会科学編37 123 - 135
- 牧野幸志 2001 大学生の不登校に関する基礎的研究(1) 高松大学紀要36 79 - 91
- 植村善太郎・小川一美・吉田俊和 2001 大学生の適応過程に関する縦断的研究(2) 名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要48 29 - 43
- 文部科学省 2005 平成17年度学校基本調査速報 <http://www.mext.go.jp>
- 大学における学生生活の充実に関する調査研究会 2000 大学における学生生活の充実方策について - 学生の立場に立った大学づくりを目指して - (報告) 文部科学省高等教育局

宮崎圭子 1997 専門学校生のストレスに関する研究 立正大学大学院文学研究科 修士論文

佐藤陽治・斎藤滋雄・上岡洋晴 1997 大学生の精神的健康度とライフスタイルとの関係 学習院大学  
スポーツ・健康センター紀要 9 - 27

総務省人事・恩給局 2003 メンタルヘルスシート解説と活用の手引 (財能率増進研究開発センター

吉田俊和・橋本 剛・安藤直樹・植村善太郎 1999 大学生の適応過程に関する縦断的研究(1) 名古屋  
大学教育学部紀要 (教育心理学科) 46 75 - 98

World Health Organization 2003 Investing in Mental Health

[http://www.who.int/mental\\_health/media/en/investing\\_mnh.pdf](http://www.who.int/mental_health/media/en/investing_mnh.pdf)