

立教大学コミュニティ福祉研究所学術研究推進資金
大学院生研究 2012年度研究成果報告書

研究科名	立教大学大学院 コミュニティ福祉学 研究科 コミュニティ福祉学 専攻	
指導教員	所属・職名	氏名
	コミュニティ福祉学部・教授	大石 和男
研究課題名	ライフスキルにおけるアセスメント指標の開発的研究：メンタルヘルスの向上へ向けて	
研究代表者	在籍研究科・専攻・学年	氏名
	コミュニティ福祉学研究科 コミュニティ福祉学専攻・1年次	嘉瀬 貴祥
研究期間	2012 年度	
研究経費	94 千円	

研究の概要 (200~300字で記入、図・グラフ等は使用しないこと。)

ライフスキルとは、「日常的な課題に対して効果的に対処するために必要な能力」である。現代社会はライフスキルが育成されにくい状況となっており、学校におけるライフスキル教育が重要な研究領域の一つとなっている。ライフスキルの効果的な育成のためには、対象者のライフスキル発達状態を正確に把握するためのアセスメントの作成が必要である。そこで本研究においては、現状と実践を視野に入れたライフスキル発達状態のアセスメント指標を開発へ向けた基礎研究を行う。このことは、先行研究や既存のプログラムを踏襲した上で、新たな形のライフスキル教育を提示することのできる研究になる可能性があると考えられる。(288文字)

キーワード (研究内容をよく表しているものを3項目以内で記入。)

{ ライフスキル } { メンタルヘルス } { ソーシャル・サポート }

研究成果の概要 (図・グラフ等は使用しないこと。)

ライフスキルは「日常的な課題に対して効果的に対処するために必要な能力」と定義され (WHO,1997)、対人関係が多様化した現代社会においては、その重要性がより高いものとなっている (横山ら,2011)。特に大学においては、学校不適應の予防や健康的な学生生活を送る目的だけではなく、卒業後に健全な社会生活を送る上でも、ライフスキル教育の必要性が指摘されている (横山,2010)。ライフスキルと同様に、学校不適應などのメンタルヘルスとの関連で注目される要因としてソーシャル・サポートが指摘されており、その充足による学校生活におけるストレスの軽減や不登校に対しての予防効果等が多くの研究により検証されている (岡安ら,1993; 菊島,2001 など)。飯田 (2003) は、効果的な心理教育援助サービスの計画・実施を考える際には、ライフスキルの他にソーシャル・サポートも含めたモデルを作成し検討する必要があると述べている。しかしながら、大学生におけるライフスキルとソーシャル・サポート、それにメンタルヘルスとの関連を詳細に調査した研究はほとんど見られない。

そこで本研究では、まず大学生におけるライフスキルとソーシャル・サポートの関連を明らかにする。次にその結果をふまえて、ライフスキルを構成する下位スキルの分布傾向により対象者を分類し、メンタルヘルスの指標である精神的健康度 (The General Health Questionnaire; 以下 GHQ と表記) の比較を行う。この分類をもとに、ソーシャル・サポートやメンタルヘルスの観点から多様に捉えることのできるライフスキル発達状態のアセスメント指標の作成について考察する。本研究におけるこれらの成果は、より効果的かつ実践的な心理教育援助サービスの検討につながるものになると考えられる。

本研究の調査対象者は、首都圏にある大学に在籍する生徒 571 人であった。彼らに対し、質問紙調査により (1)性別・年齢などの属性調査、(2)日常生活スキル尺度 大学生版 (島本・石井,2006)、(3)日本語版ソーシャル・サポート尺度 (岩佐ら,2007)、(4)GHQ-12 (中川ら,1985) への回答を依頼した。日常生活スキル尺度とは、大学生のライフスキルを測定する尺度であり、WHO が定義したライフスキルを構成する下位スキルを基にした 8 つのスキル、すなわち思考法やストレス対処など自分自身を統制する個人的スキルに分類される計画性・情報要約力・自尊心・前向きな思考や、人間関係を円滑に構築し保持する対人スキルに分類される親和性・リーダーシップ・感受性・対人マナーの測定が可能である。

調査より得られたデータから、まず全体の傾向を把握するために日常生活スキル尺度得点の分布を調査し、その結果より調査対象者を分類した。さらに、一元配置分散分析により、各クラス間でのソーシャル・サポートおよび GHQ 得点を比較した。なおデータ分析には、SPSS ver.20 を使用した。以上すべての分析結果をもとに、ライフスキル発達状態のアセスメント指標の作成について考察した。

まず、調査対象者をライフスキルの傾向から大まかに分類するために、個人的スキルと対人スキルそれぞれの合計得点の中央値より、次の 4 群に分類した。個人的スキルと対人スキルの両方が高い群 (以下 a 群と表記)、個人的スキルが高く対人スキルが低い群 (以下 b 群と表記)、個人的スキルが低く対人スキルが高い群 (以下 c 群と表記)、個人的スキルと対人スキルの両方が低い群 (以下 d 群と表記) である。

次に、分類された 4 群間で日常生活スキル尺度における下位スキル、ソーシャル・サポート尺度、および GHQ-12 それぞれの平均得点を、一元配置の分散分析によって比較した。その結果、各群は以下の様な傾向を持っているということが明らかとなった。

研究成果の概要 つづき

- (1)a 群：ライフスキルにおけるすべての下位スキルが他の 3 群より高い傾向があった。さらに、ソーシャル・サポートを多く得ていると感じており、精神的健康度も高い傾向を示していた。
- (2)b 群：親和性、リーダーシップ、感受性が他の群に比べて低い、個人的スキルは比較的高い傾向があった。ソーシャル・サポートは多く得ていると感じていないが、精神的健康度は高い傾向を示していた。
- (3)c 群：自尊心、前向きな思考が比較的低いが、感受性は高い傾向があった。ソーシャル・サポートを多く得ていると感じているが、精神的健康度は低い傾向であった。
- (4)d 群：すべてのライフスキルが比較的低い傾向にあった。ソーシャル・サポートを多く得ているとは感じておらず、精神的健康度も低い傾向を示していた。

本研究の結果より、大学生のライフスキルにおける個人的スキルは精神的健康度と、対人スキルはソーシャル・サポートとの関連が強いことが示唆された。自尊心や前向きな思考などの個人的スキルを高めることで、ソーシャル・サポートをストレス対処資源として適切に利用できるようになり、メンタルヘルスが向上することや、親和性や感受性などの対人スキルを高めることで、より多くのソーシャル・サポートを得ることができるようになる可能性が考えられる。大学生におけるライフスキルとメンタルヘルスおよびソーシャル・サポートの傾向とそれらの関連が明らかになったことにより、ライフスキルのアセスメント指標の作成における重要な知見が得られた。

今後は、ライフスキルにおける性差や健康へのリスク要因との関連などをさらに詳細に調査し、ライフスキルと諸要因を含めた共分散構造モデルを構築することで、実践的かつ効果的なアセスメント指標の作成の開発を進めていく。また、本研究では探索的に研究を行ったため、調査対象者の分類をライフスキル得点の中央値を用いて行ったが、今後は本研究で得られたデータを基にしたクラスタ分析や判別分析などを用いて、調査対象者の傾向をより明確に把握できる分類を行うことなどが考えられる。

【文献】

- 1) WHO 編・川畑徹朗ら訳 (1997) WHO ライフスキル教育プログラム, 大修館書店.
- 2) 横山孝行・河野麻美 (2011) 学生相談におけるライフスキル育成プログラムの試み, 東京工芸大学工学部紀要, 34(2), 15-23.
- 3) 横山孝行 (2010) 学生相談の心理教育プログラムに関する文献的研究ーライフスキルの観点から, 東京工芸大学工学部紀要, 33(2), 62-70.
- 4) 岡安孝弘・嶋田洋徳・坂野雄二 (1993) 中学生におけるソーシャル・サポートの学校ストレス軽減効果, 教育心理学研究, 41(3), 302-312.
- 5) 菊島勝也 (2001) 神経症的な不登校におけるストレス体験とソーシャルサポート, 性格心理学研究, 9(2), 144-145.
- 6) 飯田順子 (2003) 中学校における学校生活スキルと学校生活満足度との関連, 学校心理学研究, 3(1), 3-9.
- 7) 島本好平・石井源信 (2006) 大学生における日常生活スキル尺度の開発, 教育心理学研究, 54, 211-221.
- 8) 岩佐一ら (2007) 日本語版「ソーシャル・サポート尺度」の信頼性ならびに妥当性ー中高年者を対象とした検討, 厚生学の指標, 54(6), 26-33.
- 9) Goldberg DP・中川泰彬・大坊郁夫 (1985) 日本語版 GHQ 精神健康調査票<手引>, 日本文化研究社.

※ この(様式 2)に記入の成果の公表を見合わせる必要がある場合は、その理由及び差し控え期間等を記入した調書(A 4 縦型横書き 1 枚・自由様式)を添付すること。

研究発表 (研究によって得られた研究経過・成果を発表した①～④について、該当するものを記入してください。該当するものが多い場合は主要なものを抜粋してください。)

- ①雑誌論文 (著者名、論文標題、雑誌名、巻号、発行年、ページ)
- ②図書 (著者名、出版社、書名、発行年、総ページ数)
- ③シンポジウム・公開講演会等の開催 (会名、開催日、開催場所)
- ④その他 (学会発表、研究報告書の印刷等)

④その他 (学会発表)

学会名：日本学校メンタルヘルス学会第16回大会

開催期間／場所：2013年1月12日(土)～13日(日)／広島市立大学

様式および区分：ポスター発表 A P-A6

題目：大学生におけるライフスキルとソーシャル・サポートおよび GHQ の関連：ライフスキルにおけるアセスメント指標の開発へ向けた予備的研究

研究代表者：嘉瀬貴祥

共同研究者：矢野麻梨奈・遠藤伸太郎・大石和男

日本学校メンタルヘルス学会 第16回大会プログラム・抄録集 P.66