

## 大学生の大学生活への適応過程に関する研究 (5)

—— 体育連盟の学生における部活動・大学生活での活動と  
ストレス・ストレッサーとの関連 ——

都筑	学	西谷	明子
舟橋	一郎	早川	宏子
八島	健司	早川	みどり
後藤	肇	加藤	弘通

### 要 約

本論文の目的は、都筑ら（1998, 1999, 2000, 2001）の研究で用いられてきた質問紙の一部を体育連盟（以下、体連）の学生の生活状況に即した内容に修正し、彼らの大学生活への適応過程をより明らかにすることであった。1年生から4年生までの体連の学生669名を対象に調査を実施し、以下のような知見を得た。

- 1) 体連の学生は、授業への出席、部活動に対する満足度、人間関係に対する満足度の3つの大学生活についての評価の如何によってストレスの感じ方が大きく異なることがわかった。授業に出席できず、部活動に不満であり、人間関係も不満である体連の学生は、ストレスを強く感じていた。
- 2) 部活動で、レギュラーとして試合に出場したり、インカレなどの大会に出場した体連の学生はストレスの感じ方が少なかった。逆に、大学に入ってから記録や成績が伸び悩んだ学生はストレスを強く感じていた。また、寮生活もストレスの原因となり、寮を出たいと思っている学生ほど、ストレスの感じ方が強かった。
- 3) 対人競技・個人競技種目の学生は、集団競技種目の学生よりも身体的不調のストレスが強かった。対人競技種目の学生は個人競技種目の学生よりも、先輩からの直接的サポートをより多く受けていた。集団競技種目の学生は対人競技・個人競技種目の学生よりも、部活動での拘束時間が長かった。また、対人競技種目の学生は個人競技・集団競技種目の学生よりも、授業以外での勉強時間が長かった。
- 4) 対人的サポートと競技成績との関連を学年ごとに共分散構造分析によって検討したところ、低学年ほど先輩からのサポートを得ることによって競技成績が向上するという関係があることが示された。

## 目 的

本論文は、われわれが1997年度に開始した、中央大学の体育連盟に所属する学生を対象とした大学生活への適応過程に関する縦断的研究の第5報である。体連の学生は、その多くがスポーツ推薦入試を経て入学し、南平寮あるいは部独自の寮で集団生活を送り、それぞれのスポーツで成績を上げることが期待されている点で、一般学生とは異なる特徴をもっているといえる。本学において、体連の学生がいかなる意識をもって学生生活を送っているかを検討することは、教育的な面から見て重要な課題であるといえるであろう。われわれは、これまでに4年間にわたって体連の学生と一般学生を対象に調査を実施し、彼らの意識についてストレスやストレスサーという点を中心に検討を重ねてきた。

これまでの研究から、体連の学生は一般学生に比べて特徴的な意識を持っていることがわかってきた。体連の学生には、身体的疲労などの点から心理的ストレスを訴える者が多く、部活動や学習についてのストレスサーを体験している者も多かった(都筑ら, 1998, 1999, 2000, 2001)。また、競技によっても違いがあり、個人競技種目の学生は、対人競技種目や集団競技種目の学生に比べて、精神面や身体面での不調を強く感じ、対人的にも孤立する傾向があり、より強いストレスサーを体験していた(都筑ら, 1999)。さらに、学年差も認められ、上級生ほど、精神的不安や否定的感情などの心理的ストレスを強く感じるようになるとともに、部活動での悩みや個人生活上の悩みなどのストレスサーを強く感じるようになった(都筑ら, 2000)。

ところで、これまでの研究では、体連の学生と一般学生を比較することを目的の1つとしていたために、両者に共通の質問紙によって調査を実施してきた。そのために体連の学生が生活状況から生じてくると考えられる固有の問題について検討するには不十分な点があった。そこで、本論文では、ストレスサー尺度や対人的サポートの項目の一部分を体連の学生の生活状況に即した内容に修正し、彼らの大学生活への適応過程について、より明らかにすることを目的とする。

(都筑 学)

## 方 法

### 調査内容

①フェースシート, ②大学生活についての意識, ③心身の適応状態 (心理的ストレス反応尺度, ストレッサー尺度), ④自己評価 (自尊心尺度), ⑤ソーシャル・サポート (ソーシャル・サポート尺度), ⑥居場所感についての意識, ⑦部活動についての評価, であり, 基本的には都筑ら (1998, 1999, 2000, 2001) で用いた質問紙とほぼ同じであった。ただし, ③のストレッサー尺度に関しては, 本研究では体連の学生のみを調査対象としたので, 彼らに特有なストレッサーであると考えられる寮生活や部活・競技等におけるストレッサー項目を新たに付け加えるとともに, 原尺度から不相当であると考えられた項目を削除した。また, ⑤ソーシャル・サポートに関しては, 家族・同性の友人・異性の友人の三者をサポートを受けるターゲットとしていたのを, 体連の学生において最も相当であると考えられる先輩・後輩・友人に改めた。

表1 対象者の学年と性別

	1 年	2 年	3 年	4 年	合 計
男	155	133	151	130	569
女	30	25	27	18	100

### 調査対象

中央大学の体連の学生669名であった。内訳は, 表1に示した通りである。

また, 競技種目によって, 個人競技 (陸上, 水泳, ヨット, 馬術, 弓道, スキー, 女子陸上, 自転車, 重量挙, 射撃, ゴルフ), 集団競技 (硬式野球, ハンドボール, バレーボール, 準硬式野球, サッカー, ラグビー, 漕艇, アメリカンフットボール, 女子ラクロス, ソフトボール, フィールドホッケー), 対人競技 (相撲, ソフトテニス, ボクシング, レスリング, 卓球, 硬式庭球, フェンシング, 柔道, 剣道, バドミントン, 日本拳法, 女子卓球, 空手, 合気道) に分類した。人数の内訳は, 表2に示した通りである。

表2 競技種目別の人数

	1 年	2 年	3 年	4 年	合 計
個人 競 技	73	40	50	54	217
集 団 競 技	69	85	79	55	288
対 人 競 技	43	33	49	39	164

## 調査手続

学友会および各部の部長、監督を通して調査への協力を依頼し、各部のマネージャーから調査用紙を配布してもらって部ごとに調査を実施した。

## 調査期間

2001年7月

## 結果の整理

### ストレス

35項目から成るストレス尺度は、都筑ら（1999）によって6因子が抽出されているので、精神的不安（9項目）、身体的ストレス（7項目）、否定的感情（5項目）、身体的不調（6項目）、対人的孤立（4項目）、情意減退（4項目）の6つの因子を採用した。

### ストレッサー

都筑ら（1997）のストレッサー尺度に、体連の学生の生活状況に相応しい質問項目（例えば、寮生活、授業など）を追加し、さらに不適切な質問項目を削除して42項目の質問紙を作成した。最初に、ストレッサーを「体験していない」と、それ以外の「体験したが、なんともなかった」「やや辛かった」「かなり辛かった」「非常に辛かった」の2つに分類し、前者を0、後者を1としてコーディングし、そのデータにもとづいて因子分析した。主因子法、Varimax回転で、5因子を抽出した。因子負荷量が0.40以上の36項目を再度、因子分析し、単純構造を成すよう0.40以上の因子負荷量の32項目にしぼって、さらにもう一度因子分析して、次の5因子を採用した。ストレッサー全般（11項目）、勉強ストレッサー（8項目）、能力適性ストレッサー（6項目）、寮生活ストレッサー（4項目）、対人関係ストレッサー（3項目）。

表3 ストレッサーの因子分析結果

	因子 I	II	III	IV	V	共通性
6) 現在専攻している学問分野への興味が失せた	<b>0.623</b>	0.187	0.145	0.145	0.114	0.478
8) 家族の経済状態が悪くなった	<b>0.609</b>	0.116	0.121	0.271	0.123	0.487
7) 自分の経済状態(生活費など)が悪くなった	<b>0.592</b>	0.247	0.124	0.200	-0.043	0.468
9) 友人や仲間から批判されたり誤解された	<b>0.585</b>	0.029	0.272	0.103	0.349	0.549
15) 授業に興味をもてなくなった	<b>0.582</b>	0.252	0.296	0.143	0.019	0.511
4) 大学のキャンパスになじめなかった	<b>0.553</b>	0.210	0.020	0.150	0.277	0.449
12) 仲間の話題についていけなかった	<b>0.533</b>	0.110	0.326	0.099	0.332	0.522
5) 友人や先輩とのつき合いがうまくいかなかった	<b>0.518</b>	0.144	0.077	0.191	0.374	0.471
14) 自分の容姿が気になるようになった	<b>0.499</b>	0.115	0.428	0.107	0.250	0.520
13) 大学生活について悩んだ	<b>0.487</b>	0.230	0.441	0.171	0.132	0.531
10) 部の活動内容について悩んだ	<b>0.436</b>	0.190	0.305	0.225	0.200	0.409
18) 授業の課題やレポートをこなすのが大変だった	0.136	<b>0.736</b>	0.097	0.125	0.096	0.595
19) 自分の勉強がうまく進まなかった	0.233	<b>0.730</b>	0.155	0.110	0.118	0.637
30) 授業と部活動の両立に苦勞した	0.058	<b>0.598</b>	0.358	0.315	0.055	0.591
20) 将来の職業について考えるようになった	0.188	<b>0.534</b>	0.294	0.014	0.238	0.464
22) 4年間で卒業単位が取れるかどうか悩んだ	0.229	<b>0.514</b>	0.000	0.370	0.074	0.460
40) 語学などの授業についていけなかった	0.273	<b>0.493</b>	0.155	0.460	0.039	0.556
37) 卒業後に就職できるかどうか悩んだ	0.219	<b>0.479</b>	0.338	0.231	0.091	0.453
16) 部の活動で束縛される時間が増えた	0.118	<b>0.425</b>	0.181	0.154	0.232	0.305
28) 自分の性格について考えるようになった	0.283	0.265	<b>0.543</b>	0.173	0.294	0.562
32) 周りの人から期待された	0.184	0.206	<b>0.541</b>	0.258	0.204	0.478
33) 自分が取るべき進路や目標が決まらなかった	0.312	0.329	<b>0.528</b>	0.217	0.126	0.547
29) 一人で過ごす時間が増えた	0.297	0.150	<b>0.452</b>	0.221	0.239	0.421
24) スランプに陥り苦しんだ	0.098	0.328	<b>0.451</b>	0.206	0.346	0.483
38) 部活において自分の適性や能力について悩んだ	0.249	0.389	<b>0.437</b>	0.206	0.166	0.475
39) 寮の中でホッと息を抜ける場所がなかった	0.230	0.180	0.203	<b>0.716</b>	0.223	0.689
42) 寮生活で規則による束縛やプライバシーの侵害を受けた	0.194	0.161	0.318	<b>0.650</b>	0.218	0.635
36) 寮の中で睡眠を十分に取れなかった	0.279	0.196	0.162	<b>0.638</b>	0.127	0.565
41) 授業の時間割と部の練習スケジュールが重なり、授業に出られなかった	0.205	0.355	0.160	<b>0.522</b>	0.071	0.471
23) 友人関係がうまくいかなかった	0.360	0.185	0.263	0.232	<b>0.625</b>	0.676
26) 部活内の人間関係がうまくいかなかった	0.253	0.173	0.353	0.294	<b>0.619</b>	0.688
21) 友人の悩みやトラブルに関わった	0.248	0.262	0.314	0.092	<b>0.505</b>	0.493
固有値	12.85	2.15	1.53	1.40	1.03	

## 自尊心

ローゼンバーグの尺度を使用したので、10項目の得点合計を指標とした。

## 対人関係

### 先輩との関係、および後輩との関係

それぞれ別々に、主因子法、Varimax 回転による因子分析を行った。その結果、2 因子を抽出した。「一緒に遊びに出かけたりする」「必要なときにお金の貸し借りをする」「食事などをおごってあげる（もらう）」「私的な用事を頼まれる（頼む）」が1つの因子となった。それ以外の9つの質問項目が、もう一つの因子となった。前者は、先輩（後輩）からの直接的サポートの因子と命名された。後者は、先輩（後輩）からのサポート全般と命名された。

### 友人との関係

主因子法、Varimax 回転による因子分析の結果、1 因子構造が得られたので、友人からのサポートの因子と命名した。

（都筑 学）

## 結果と考察

### I. 大学生生活についての評価とストレス

#### 1. 授業にきちんと出席できた

##### (1) 精神的不安

一要因の分散分析の結果、群間に5%水準の有意差が認められた ( $F(3,470)=3.04, p<.05$ ). Duncan 法による多重比較の結果、授業にきちんと出席できたと「あまりそう思わなかった」( $M=6.47$ ) 群が、「ややそう思った」( $M=4.43$ ) 群よりも精神的不安の得点が高かった。授業に出席していない場合に、体連の学生は精神的不安を非常に強く感じていた (図1)。

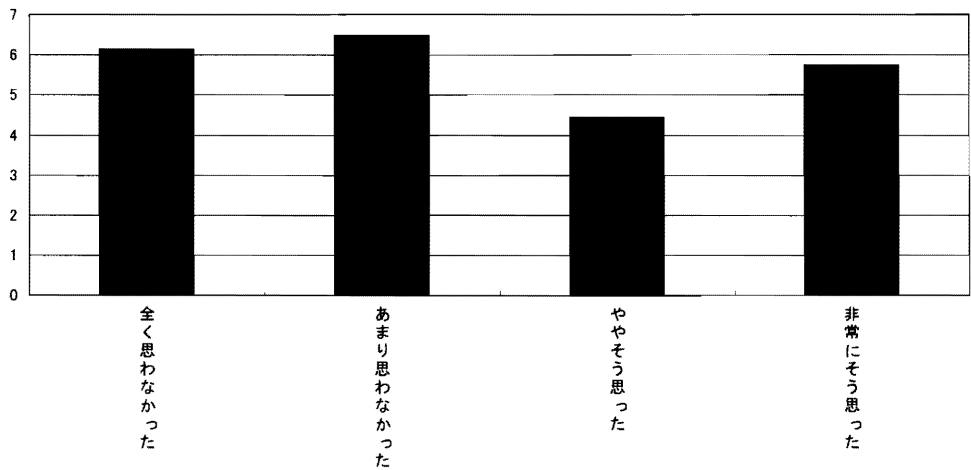


図1 「授業にきちんと出席できた」と精神的不安

## (2) 身体的ストレス

一要因の分散分析の結果、群間に有意差は認められなかった。

## (3) 否定的感情

一要因の分散分析の結果、群間に5%水準で有意差が認められた ( $F(3,469)=3.27, p<.05$ ). Duncan法による多重比較の結果、授業にきちんと出席できたと「全く思わなかった」( $M=4.18$ )群が、「ややそう思った」( $M=2.56$ ), 「非常にそう思った」( $M=2.96$ )群よりも否定的感情のストレスの度合いが高かった、きちんと出席できなかつたと思う学生達の方が否定的感情のストレスを抱えていた(図2)。

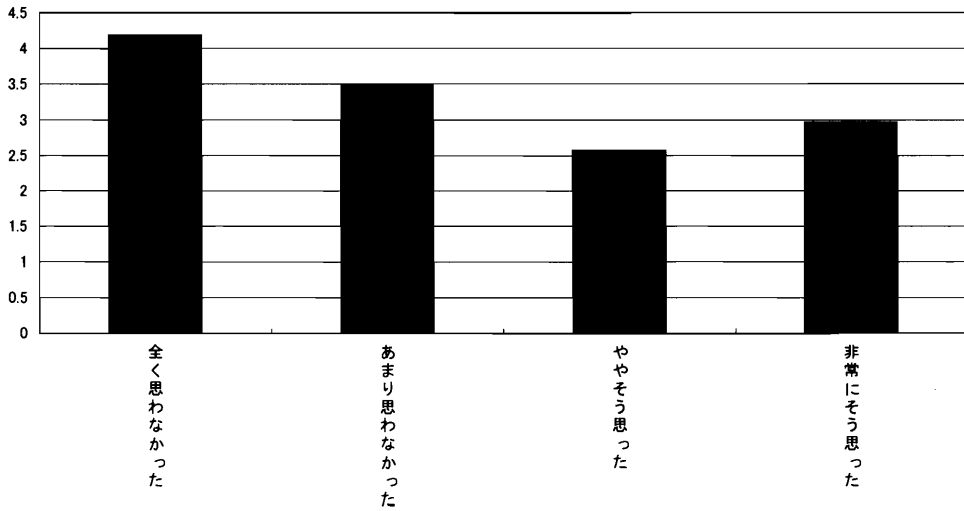


図2 「授業にきちんと出席した」と否定的感情

#### (4) 身体的不調

一要因の分散分析の結果、群間に1%水準の有意差が認められた ( $F(3,470) = 3.91, p < .01$ ). Duncan法による多重比較の結果、授業にきちんと出席できたと「全く思わなかった」( $M = 5.51$ ), 「あまり思わなかった」( $M = 5.54$ )群の方が「ややそう思った」( $M = 4.16$ ), 「非常にそう思った」( $M = 4.16$ )群よりも身体的不調の平均値が高かった。授業への出席度に満足のない学生たちの方が身体的不調のストレスを多く抱えていた(図3)。

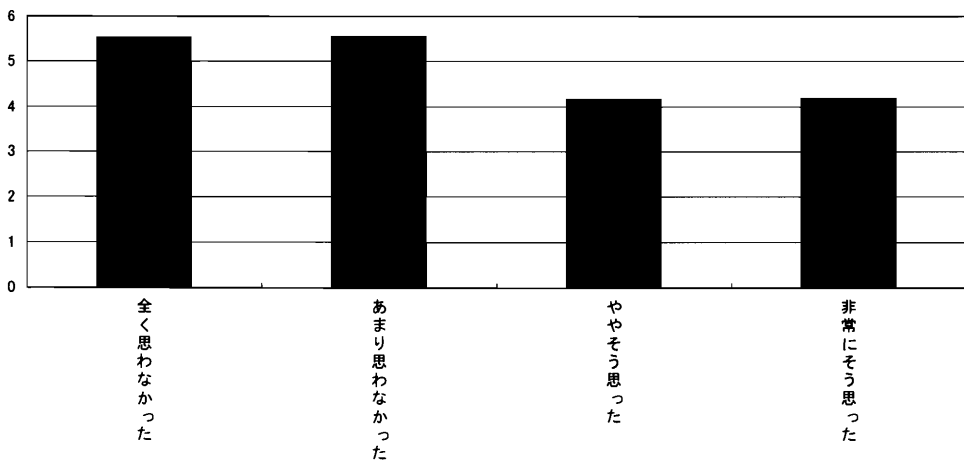


図3 「授業にきちんと出席できた」と身体的不調



### (5) 対人的孤立

一要因の分散分析の結果, 群間に5%水準の有意差が認められた ( $F(3,472)=3,368, p<.05$ ). Duncan法による多重比較の結果, 授業にきちんと出席できたと「あまり思わなかった」( $M=2.32$ ) 群が, 「ややそう思った」( $M=1.47$ ) 群よりも平均値がやや高かった (図4).

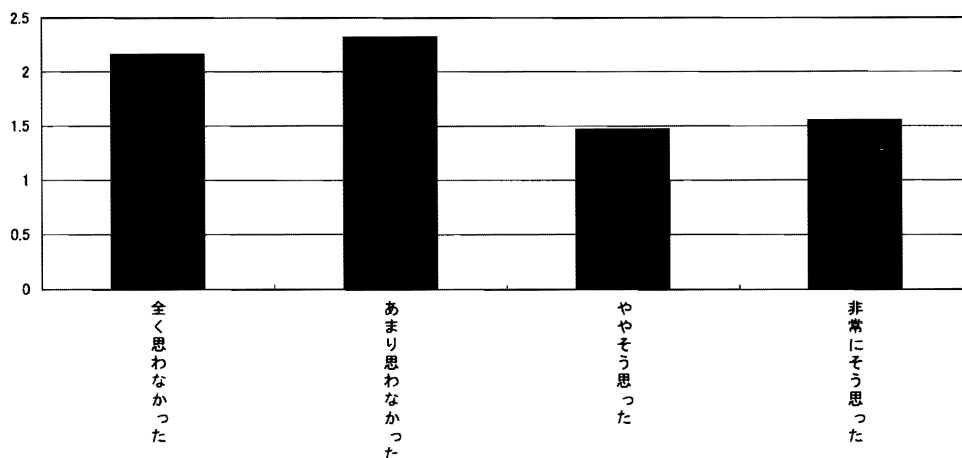


図4 「授業にきちんと出席できた」と対人的孤立

### (6) 情意減退

一要因の分散分析の結果, 群間に5%水準の有意差が認められた ( $F(3,475)=3.07, p<.05$ ) が, Duncan法による多重比較では2つの群間での有意差は見られなかった。

## 2. 図書館・自習室をよく利用した

精神的不安, 否定的感情, 身体的不調, 情意減退に関しては, 一要因の分散分析の結果, 群間に有意差は認められなかった。

### (1) 身体的ストレス

一要因の分散分析の結果, 群間に1%水準の有意差が認められた ( $F(3,470)=3.79, p<.01$ ). Duncan法による多重比較の結果, 図書館・自習室をよく利用したと「非常にそう思った」( $M=4.92$ ) 群は, 「全く思わなかった」( $M=2.09$ ), 「ややそう思った」( $M=2.60$ ), 「あまり思わなかった」( $M=2.73$ ) 群よりも身体的ストレス度が高いことがわかった (図5).

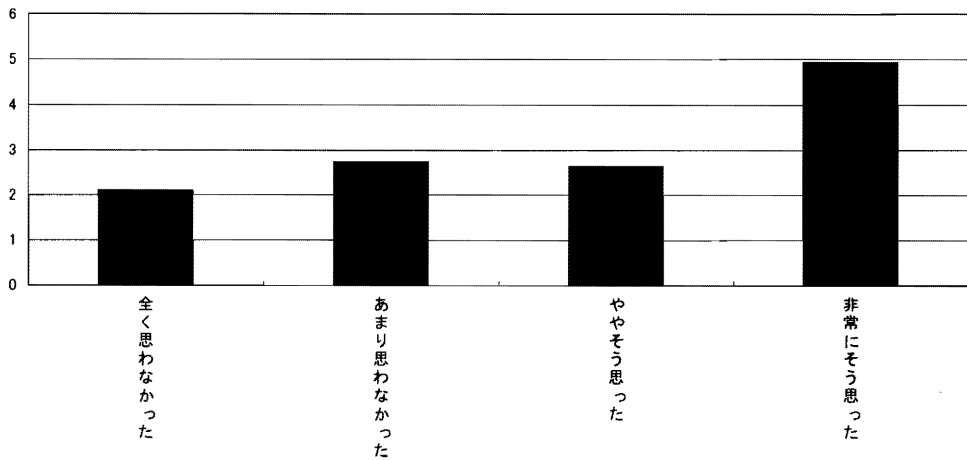


図5 「図書館・自習室をよく利用した」と身体的ストレス

## (2) 対人的孤立

一要因の分散分析の結果、群間に1%水準の有意差が認められた ( $F(3,472)=5.03, p<.01$ )。Duncan法による多重比較の結果、図書館・自習室をよく利用したと「非常にそう思った」( $M=3.11$ )群は、「全く思わなかった」( $M=1.30$ )、「ややそう思った」( $M=2.05$ )、「あまり思わなかった」( $M=2.10$ )群よりも対人的孤立の度合いが高かった(図6)。

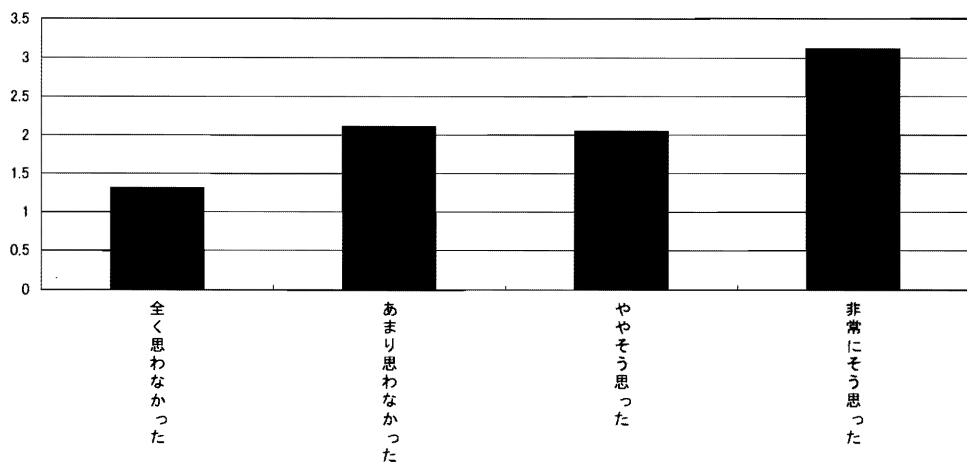


図6 「図書館・自習室をよく利用した」と対人的孤立

### 3. 自宅や寮で十分勉強した

一要因の分散分析の結果、6つの項目すべてにおいて群間に有意差は認められなかった。

### 4. 計画通りに勉強を達成できた

精神的不安、否定的感情、身体的不調、対人的孤立、情意減退に関しては、一要因の分散分析の結果、群間に有意差は認められなかった。

#### (1) 身体的ストレス

一要因の分散分析の結果、群間に1%水準で有意差が認められた ( $F(3,470)=7.64, p<.01$ )。Duncan法による多重比較の結果、計画通りに勉強を達成できたと「非常に思った」( $M=6.66$ )群が、「あまり思わなかった」( $M=2.22$ )、「全く思わなかった」( $M=2.52$ )群よりも身体的ストレスの度合いが非常に高かった。計画通りに勉強を達成できなかったと思った学生よりも、計画通りに勉強ができたと思う学生の方が身体的ストレスを強く感じていることがわかった(図7)。

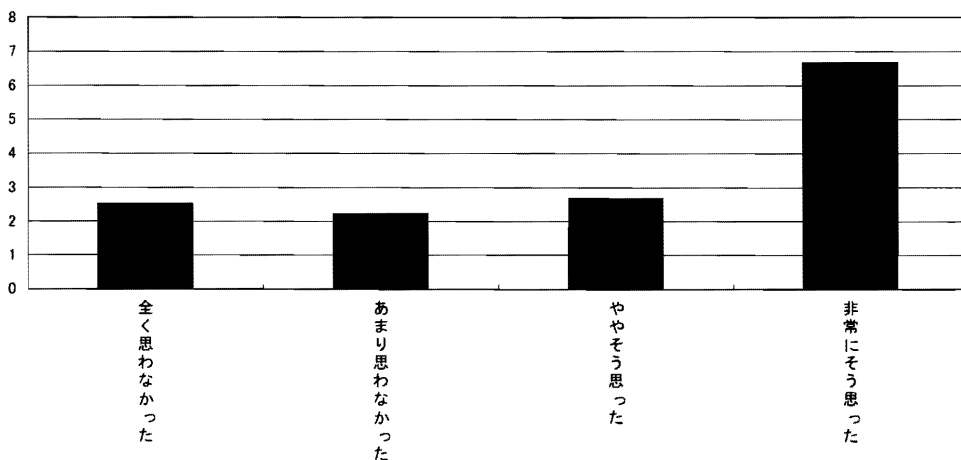


図7 「計画通りに勉強を達成できた」と身体的ストレス

### 5. 満足できる単位数を取得できた

一要因の分散分析の結果、6つの項目すべてにおいて群間に有意差は認められなかった。

## 6. 満足できる大学生活を送れた

一要因の分散分析の結果、6つの項目すべてにおいて群間に有意差は認められなかった。

## 7. 満足できる部活動を送れた

### (1) 精神的不安

一要因の分散分析の結果、群間に1%水準の有意差が認められた ( $F(3,469)=4.36, p<.01$ ). Duncan法による多重比較の結果、満足できる部活動を送れたことに関して、「ややそう思う」( $M=5.03$ ), 「非常にそう思う」( $M=4.62$ )群は、「全く思わない」( $M=7.80$ ), 「あまりそう思わない」( $M=6.71$ )群よりも、精神的不安の平均値が低かった。満足できる部活動を送れた体連の学生は、精神的不安が少ないことがわかった(図8)。

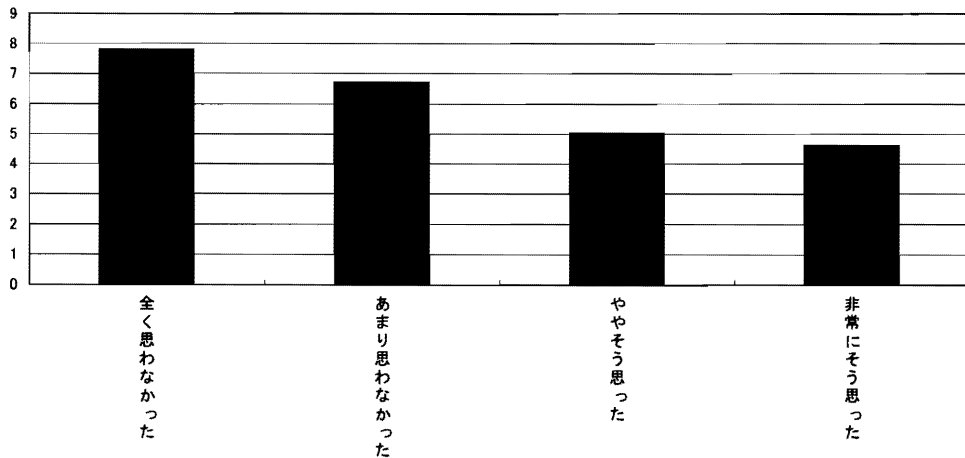


図8 「満足できる部・サークル活動を送れた」と精神的不安

### (2) 身体的ストレス

一要因の分散分析の結果、群間に5%水準の有意差が認められた ( $F(3,469)=3.61, p<.05$ ). Duncan法による多重比較の結果、満足できる部活動を送れたことに関して、「ややそう思う」( $M=2.40$ ), 「非常にそう思う」( $M=1.92$ )群は、「全く思わない」( $M=3.93$ )群よりも、身体的ストレスの平均値が低かった。満足できる部活動を送れた体連の学生は、身体的ストレスが少ないことがわかった(図9)。

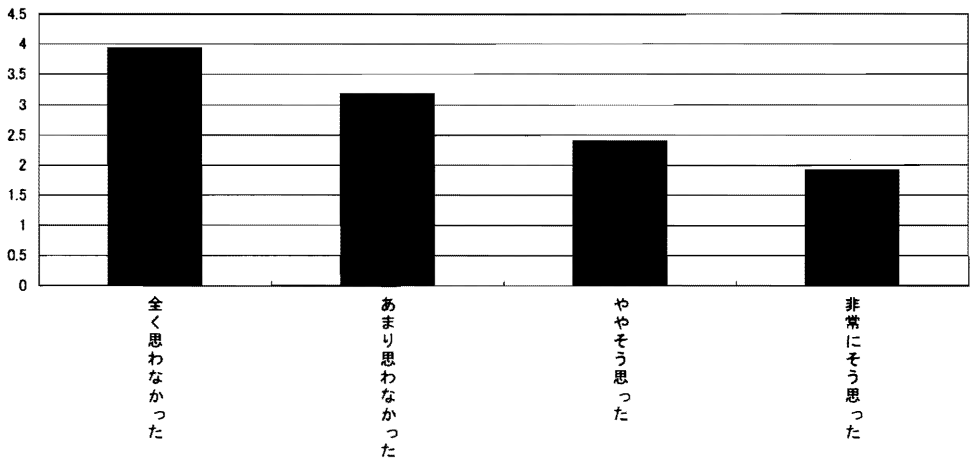


図9 「満足できる部・サークル活動を送れた」と身体的ストレス

### (3) 否定的感情

一要因の分散分析の結果, 群間に5%水準で有意差が認められた ( $F(3,468)=2.74, p<.05$ ). Duncan法による多重比較の結果, 満足できる部活動を送れたことに関して, 「非常にそう思う」( $M=2.51$ ) 群は, 「あまりそう思わない」( $M=3.70$ ), 「全く思わない」( $M=3.95$ ) 群よりも, 否定的感情の平均値が低かった. 満足できる部活動を送れた体連の学生は, 否定的感情が少ないことがわかった (図10).

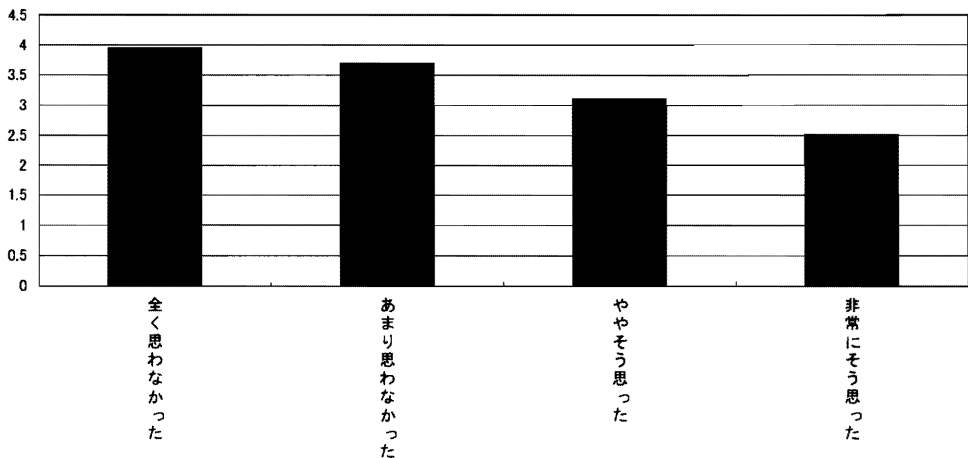


図10 「満足できる部・サークル活動を送れた」と否定的感情

#### (4) 身体的不調

一要因の分散分析の結果、群間に有意差が認められなかった。

#### (5) 対人的孤立

一要因の分散分析の結果、群間に1%水準で有意差が認められた ( $F(3,471)=3.84, p<.01$ ). Duncan 法による多重比較の結果、満足できる部活動を送れたことに関して、「非常にそう思う」( $M=1.39$ ) 群は、「あまりそう思わない」( $M=2.37$ )、「全く思わない」( $M=2.52$ ) 群よりも、対人的孤立の平均値が低かった。満足できる部活動を送れた体連の学生は、対人的孤立が少ないことがわかった (図11)。

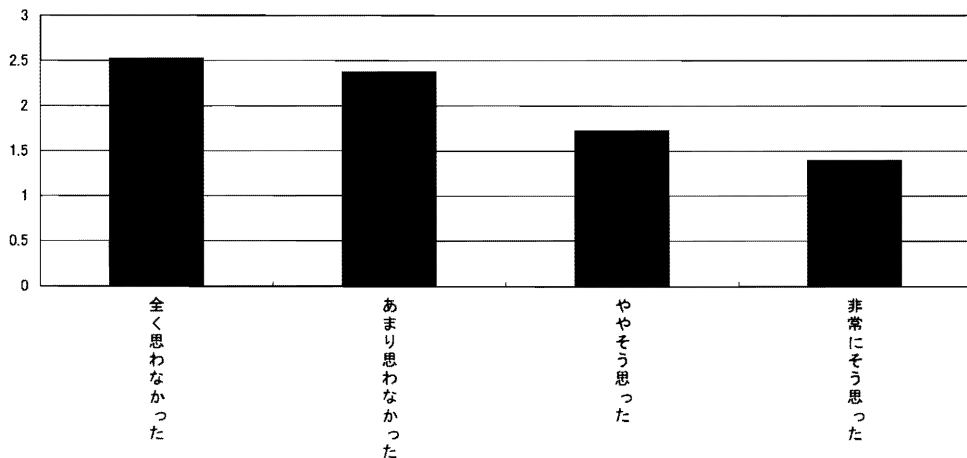


図11 「満足できる部・サークル活動を送れた」と対人的孤立

#### (6) 情意減退

一要因の分散分析の結果、群間に5%水準で有意差が認められた ( $F(3,474)=3.46, p<.05$ ). Duncan 法による多重比較の結果、満足できる部活動を送れたことに関して、「ややそう思う」( $M=2.76$ )、「非常にそう思う」( $M=2.05$ ) 群は、「全く思わない」( $M=3.43$ ) 群よりも、情意減退の平均値が低かった。満足できる部活動を送れた体連の学生は、有意に情意減退が少ないことがわかった (図12)。

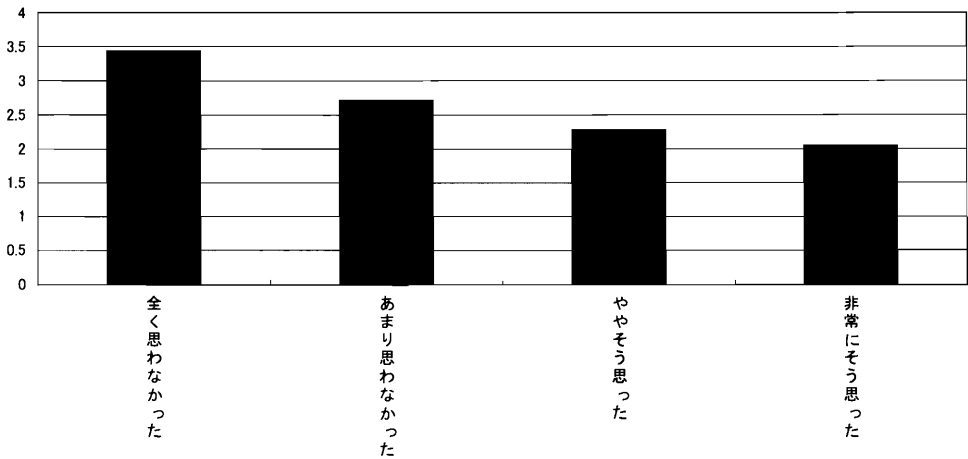


図12 「満足できる部・サークル活動を送れた」と情意減退

## 8. 満足のいく人間関係を作れた

### (1) 精神的不安

一要因の分散分析の結果, 群間に1%水準で有意差が認められた ( $F(3,470)=8.13, p<.01$ ). Duncan法による多重比較の結果, 満足のいく人間関係を作れたことに関して, 「ややそう思う」 ( $M=4.68$ ), 「非常にそう思う」 ( $M=4.88$ ) 群は, 「全く思わない」 ( $M=7.91$ ), 「あまりそう思わない」 ( $M=8.10$ ) 群よりも, 精神的不安の平均値が低かった. 満足のいく人間関係を作れた体連の学生は, 精神的不安が少ないことがわかった (図13).

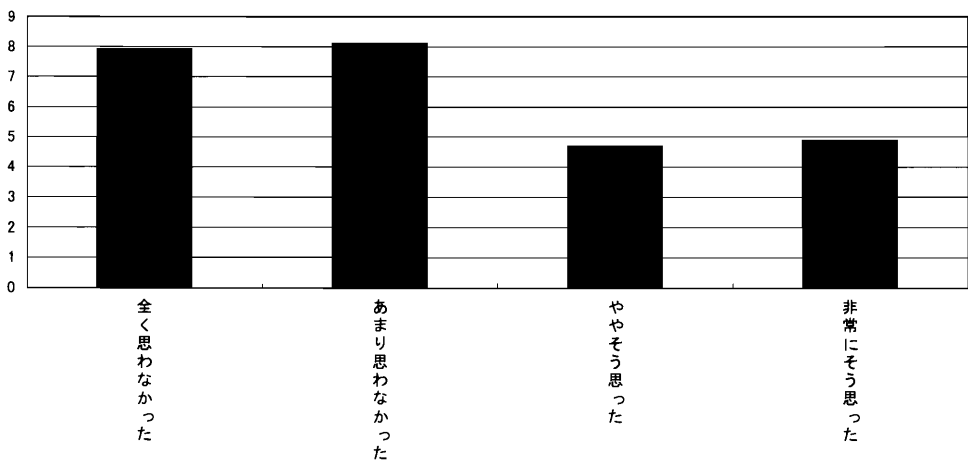


図13 「満足のいく人間関係を作れた」と精神的不安

## (2) 身体的ストレス

一要因の分散分析の結果、群間に1%水準で有意差が認められた ( $F(3,470)=5.89, p<.01$ ). Duncan法による多重比較の結果、満足のいく人間関係を作れたことに関して、「ややそう思う」( $M=2.06$ ), 「非常にそう思う」( $M=2.30$ ) 群は、「全く思わない」( $M=3.96$ ), 「あまりそう思わない」( $M=3.96$ ) 群よりも、身体的ストレスの平均値が低かった。満足のいく人間関係を作れた体連の学生は、身体的ストレスが少ないことがわかった (図14)。

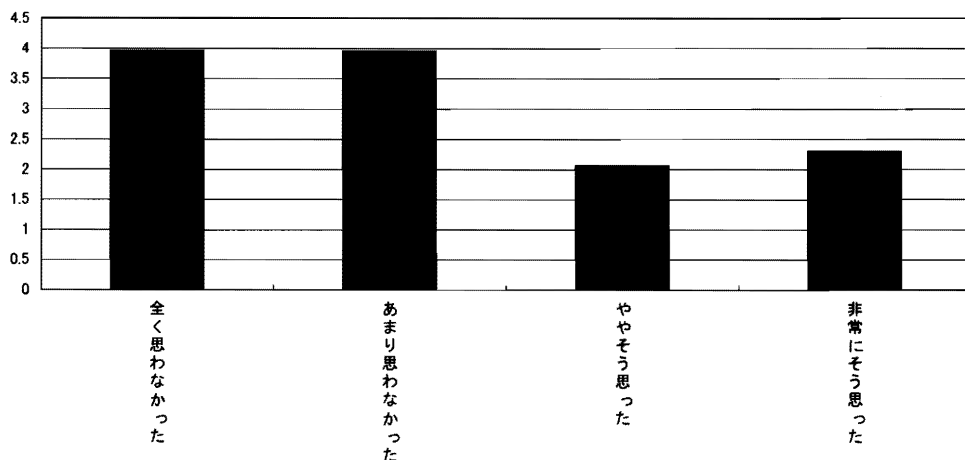


図14 「満足のいく人間関係を作れた」と身体的ストレス

## (3) 否定的感情

一要因の分散分析の結果、群間に1%水準で有意差が認められた ( $F(3,469)=7.61, p<.01$ ). Duncan法による多重比較の結果、満足のいく人間関係を作れたことに関して、「ややそう思う」( $M=2.67$ ), 「非常にそう思う」( $M=2.74$ ) 群は、「あまりそう思わない」( $M=4.71$ ) 群よりも、否定的感情の平均値が低かった。満足のいく人間関係を作れた体連の学生は、否定的感情が少ないことがわかった (図15)。



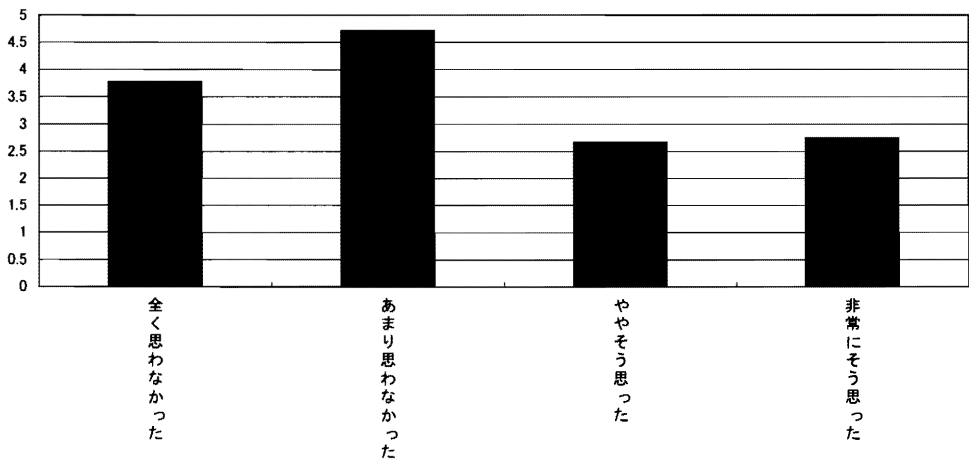


図15 「満足度のいく人間関係を作れた」と否定的感情

#### (4) 身体的不調

一要因の分散分析の結果、群間に1%水準で有意差が認められた ( $F(3,470)=4.75, p<.01$ )。Duncan法による多重比較の結果、満足度のいく人間関係を作れたことに関して、「ややそう思う」( $M=4.34$ )、「非常にそう思う」( $M=4.45$ )群は、「あまりそう思わない」( $M=6.22$ )群よりも、身体的不調の平均値が低かった。満足度のいく人間関係を作れた体連の学生は、有意に身体的不調が少ないことがわかった(図16)。

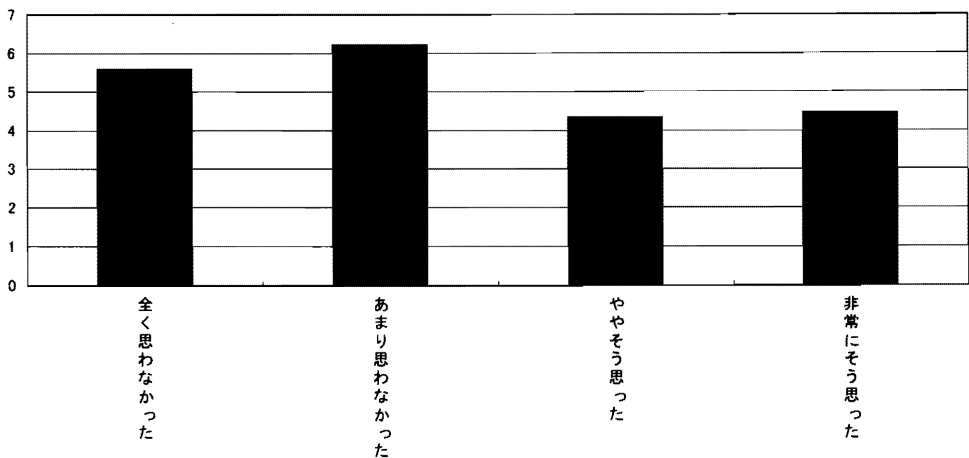


図16 「満足度のいく人間関係を作れた」と身体的不調

### (5) 対人的孤立

一要因の分散分析の結果、群間に1%水準で有意差が認められた ( $F(3,472)=10.31, p<.01$ )。Duncan法による多重比較の結果、満足のいく人間関係を作れたことに関して、「非常にそう思う」( $M=1.43$ )、「ややそう思う」( $M=1.50$ )群は、「全く思わない」( $M=2.79$ )、「あまり思わない」( $M=3.08$ )群よりも、対人的孤立の平均値が低かった。満足のいく人間関係を作れた体連の学生は、有意に対人的孤立が少ないことがわかった (図17)。

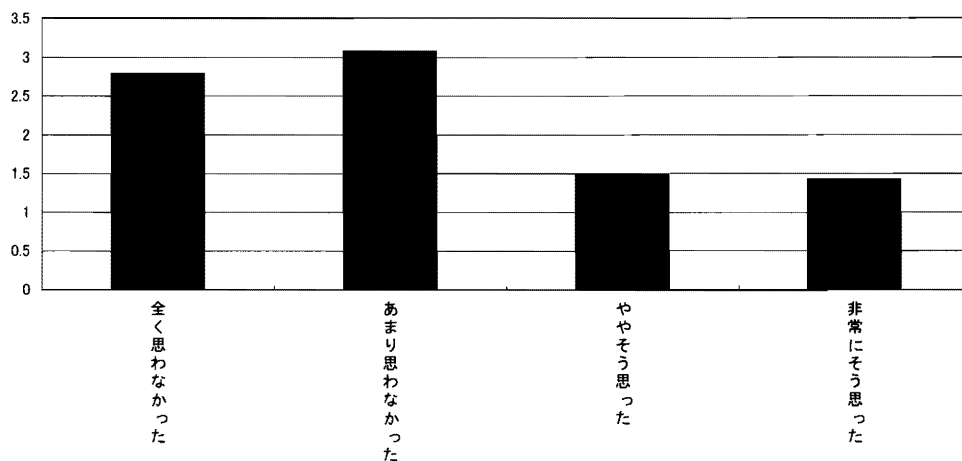


図17 「満足のいく人間関係を作れた」と対人的孤立

### (6) 情意減退

一要因の分散分析の結果、群間に1%水準で有意差が認められた ( $F(3,475)=8.14, p<.01$ )。Duncan法による多重比較の結果、満足のいく人間関係を作れたことに関して、「非常にそう思う」( $M=2.05$ )、「ややそう思う」( $M=2.28$ )群は、「全く思わない」( $M=3.43$ )群よりも、情意減退の平均値が低かった。満足のいく人間関係を作れた体連の学生は、有意に情意減退が少ないことがわかった (図18)。

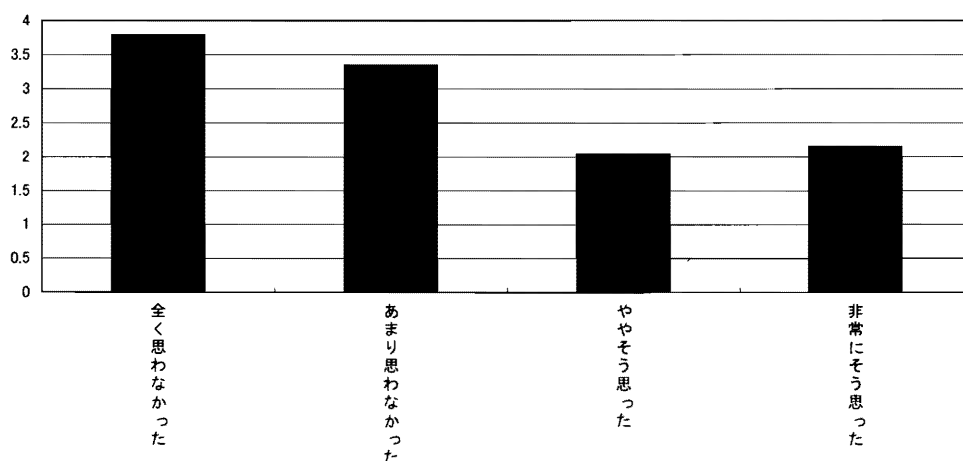


図18 「満足できる人間関係を作れた」と情意減退

大学生活についての評価とストレスについて全体的に見ると、「授業にきちんと出席できた」「満足できる部活動を送れた」「満足できる人間関係を作れた」の3項目については、多くのストレス因子で群間に有意差が認められた。ストレスは義務感や価値観の反映であることを考えると、体連の学生は「授業への出席」「部活動」「人間関係づくり」を、大学生活の直接的に重要な問題として価値づけていると言えるであろう。

また勉学上の質問項目である1～5の結果をみると、「授業にきちんと出席できた」が多くのストレス項目で有意差を示しているのに対し、「図書館・自習室をよく利用した」「自宅や寮で十分に勉強した」「計画通り勉強を達成できた」「満足できる単位数を取得できた」では、ほとんどのストレス項目で有意差を示していなかった。体連の学生は「授業への出席」は重要と考え、出席できなければストレスになり、授業にきちんと出席できた者より、出席できなかったと思う者の方が精神的不安、否定的感情、身体的不調、対人的孤立といったストレスの値が高くなっていた。それ以外の「図書館・自習室の利用」「自宅や寮の勉強」「勉強の達成」「単位数の取得」などの学習の過程や成果は、それらがなされていなくとも、たいしたストレスになっていない。このアンバランスは何故であろうか。勉学の成果よりも、授業への出席の方が大きな問題と覚えることは、高校までの教育で身についた授業への出席を当面の課題とする義務感によるものであろうか。そして、授業にきちんと出席するという事は「卒業に必要な単位を取る」ということに繋がるので、授業への出席度は学生の不安に密接にかかわっているといえるだろう。日頃、練習や試合等で授業に出ることのできない状況を多く抱えている体連の学生には、この「授業にきちんと出席する」ということは大学生活において逃避できない深刻

な問題である。体連の学生にとって、「授業に出席できる環境を整えること」「授業についていけるだけの学力を自分でつけること」や「将来へ繋がる専門知識を身につけること」は大きな課題であり、その課題を少しずつでもクリアさせていくことで彼らのストレスを軽減することができるのではないか。

また質問項目6～8は大学生活全般、部活動、人間関係に関する質問であるが、得られた結果からは、体連の学生は大学生活の中で、殊に「部活動」「人間関係づくり」に大きな価値を見いだしていることが推測される。

(舟橋 一郎・早川みどり)

## II. 活動の意識とストレス

### 1. 部で役職について責任を任されるようになった

精神的不安、否定的感情、身体的不調、对人的孤立、情意減退の5項目に関しては、一要因の分散分析の結果、有意な群間の差は認められなかった。

#### (1) 身体的ストレス

一要因の分散分析の結果、群間に5%水準で有意差が認められた ( $F(3,310)=2.71, p<.05$ ). Duncan法による多重比較の結果、部で役職について責任ある仕事を任されるようになったことについての身体的ストレスは、「非常に当てはまる」( $M=1.71$ )群が、「あまり当てはまらない」( $M=3.33$ )および「全く当てはまらない」( $M=2.77$ )と答えている群よりも、身体的ストレスの得点が低いことが明らかになった(図19)。

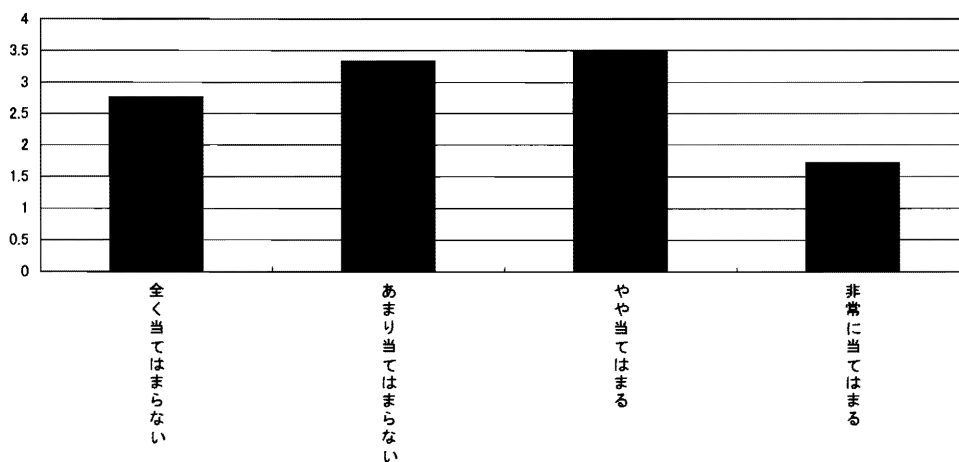


図19 「部で役職について責任を任されるようになった」と身体的ストレス

## 2. 大会に出場して活躍した

一要因の分散分析の結果, 6つの項目すべてにおいて群間に有意差は認められなかった。

## 3. 部活で満足のいく成績・成果をあげることができた

一要因の分散分析の結果, 6つの項目すべてにおいて群間に有意差は認められなかった。

## 4. 高校の時よりも技術・技能が向上した

身体的ストレス, 否定的感情, 身体的不調, 対人的孤立, 情意減退の5項目に関しては, 一要因の分散分析の結果, 有意な群間の差は認められなかった。

### (1) 精神的不安

一要因の分散分析の結果, 群間に5%水準で有意差が認められた ( $F(3,642)=2.91, p<.05$ ). Duncan法による多重比較の結果, 高校の時よりも技術・技能が向上したと「非常に当てはまる」( $M=5.64$ ), 「やや当てはまる」( $M=4.35$ )と答えている群は, 「全く当てはまらない」( $M=6.05$ ), 「あまり当てはまらない」( $M=5.83$ )群よりも, 精神的不安における得点が低かった。高校以降技術・技能の進歩が見られない場合に, 精神的不安が高くなることを示している (図20)。

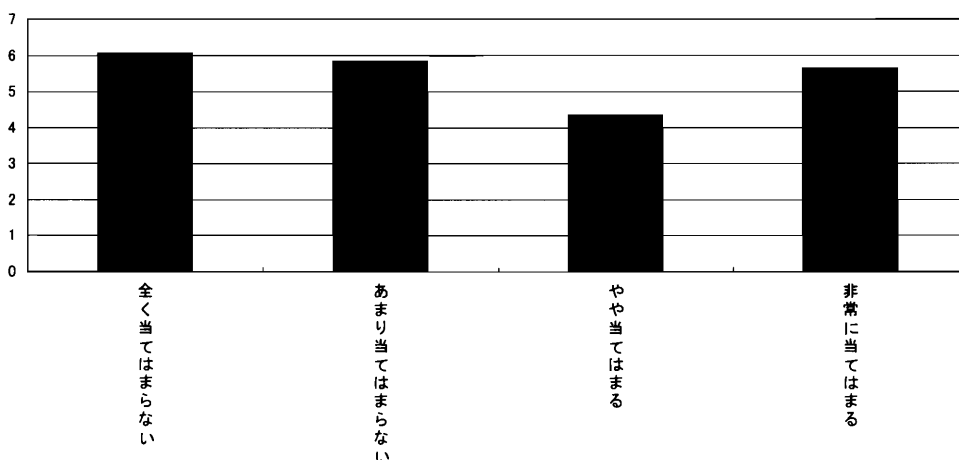


図20 「高校の時よりも技術・技能が向上した」と精神的不安

## 5. 高校の時よりも記録・成績が伸びた

精神的不安, 身体的ストレス, 否定的感情, 身体的不調, 情意減退の5項目に関しては, 一要因の分散分析の結果, 有意な群間の差は認められなかった。

### (1) 対人的孤立

一要因の分散分析の結果, 群間に5%水準で有意差が認められた ( $F(3,642)=2.83, p<.05$ ). Duncan法による多重比較の結果, この項目に対して「やや当てはまる」( $M=2.04$ )という群は, 「あまり当てはまらない」( $M=1.23$ ), 「全く当てはまらない」( $M=1.74$ )という群より, 対人的孤立に関する不安が高い値を示していた。記録や成績が伸びたと感じる者が孤立感を味わっているという傾向を表している(図21)。

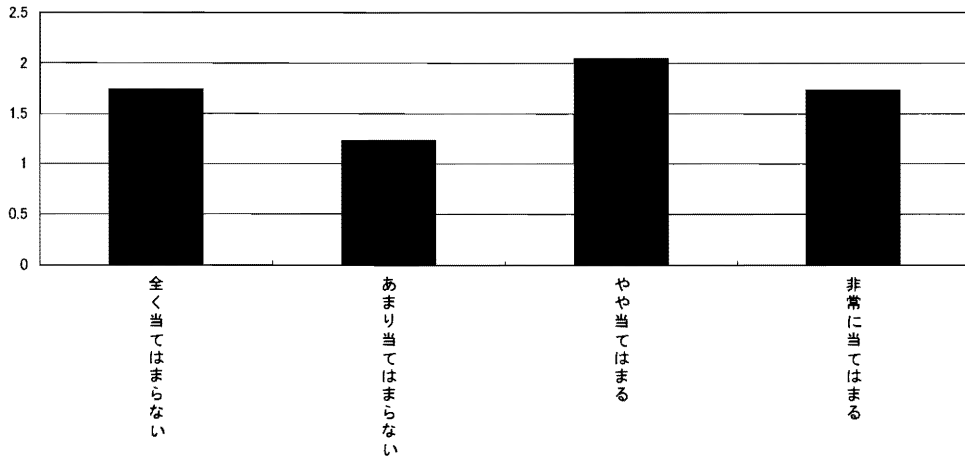


図21 「高校の時よりも記録・成績が伸びた」と対人的孤立

## 6. 部活を通じてたくましくなった

精神的不安, 身体的ストレス, 身体的不調, 対人的孤立の4項目に関しては, 一要因の分散分析の結果, 有意な群間の差は認められなかった。

### (1) 否定的感情

一要因の分散分析の結果, 群間に5%水準で有意差が認められた ( $F(3,643)=2.64, p<.05$ ). Duncan法による多重比較の結果, 部活を通じてたくましくなったと「非常に当てはまる」( $M=2.56$ ), 「やや当てはまる」( $M=2.81$ )と答えた群は, 「全く当てはまらない」( $M=3.96$ )

群よりも、否定的感情に対するストレスを感じる値が低かった。「やや当てはまる」から「非常に当てはまる」と、感じる度合いが高いほどストレスを感じる度合いは低くなっていた (図22)。

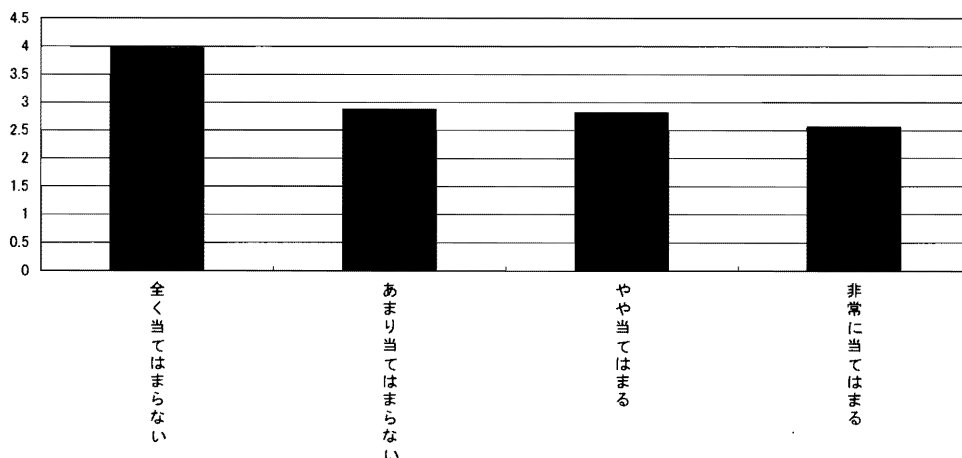


図22 「部活を通じてたくましくなった」と否定的感情

(2) 情意減退

一要因の分散分析の結果、群間に5%水準で有意差が認められた ( $F(3,649)=2.80, p<.05$ )。Duncan法による多重比較の結果、部活を通じてたくましくなったと感じる項目で「非常に当てはまる」( $M=2.05$ )、「やや当てはまる」( $M=2.29$ )という群は、「全く当てはまらない」( $M=3.07$ )、「あまり当てはまらない」( $M=2.49$ )という群よりも、情意減退に対するストレス得点が低かった。こちらも、部活で遅くなったと思う度合いが強いほど、情意減退に関するストレスを感じる度合いが低くなっていた (図23)。

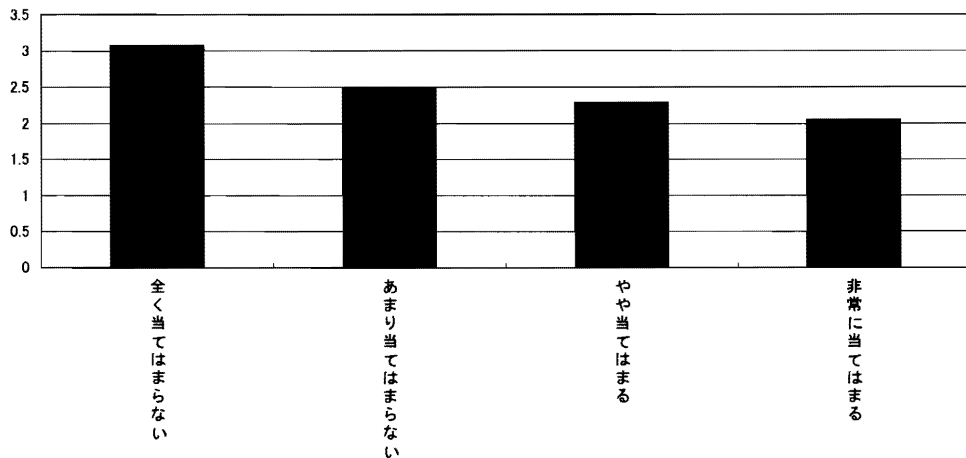


図23 「部活を通じてたくましくなった」と情意減退

## 7. 寮を出たいと思っている

精神的不安、身体的不調、情意減退の3項目に関しては、一要因の分散分析の結果、有意な群間の差は認められなかった。

### (1) 身体的ストレス

一要因の分散分析の結果、群間に5%水準で有意差が認められた ( $F(3,631)=2.67, p<.05$ )。Duncan法による多重比較の結果、寮を出たいと思っている項目に「全く当てはまらない」( $M=1.74$ )、「あまり当てはまらない」( $M=2.61$ )群は、「非常に当てはまる」( $M=2.83$ )、「やや当てはまる」( $M=2.65$ )群よりも、身体的ストレスの得点が低かった。ここでは寮を出たいと思う気持ちが強い者ほど、身体的ストレスが高かった(図24)。



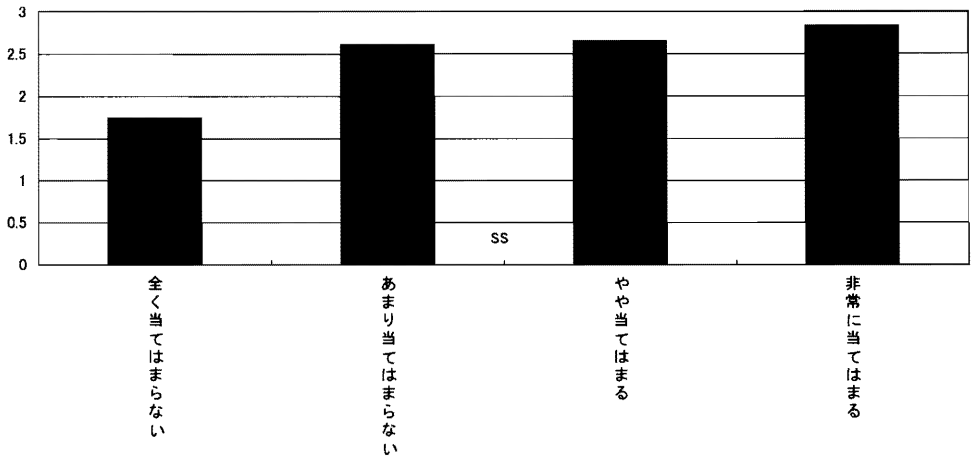


図24 「寮を出たいと思っている」と身体的ストレス

## (2) 否定的感情

一要因の分散分析の結果, 群間に1%水準で有意差が認められた ( $F(3,630)=4.84, p<.01$ ). Duncan法による多重比較の結果, 寮を出たいと思っている項目に「全く当てはまらない」( $M=2.31$ ), 「あまり当てはまらない」( $M=2.50$ ) 群は, 「やや当てはまる」( $M=3.43$ ), 「非常に当てはまる」( $M=3.53$ ) 群よりも, 否定的感情の得点が低かった. 寮を出たいと思う度合いが強いほど否定的感情に関するストレスの度合いも高くなっていった. 寮生活が否定的な感情を誘発しやすい環境にあると考えられる (図25).

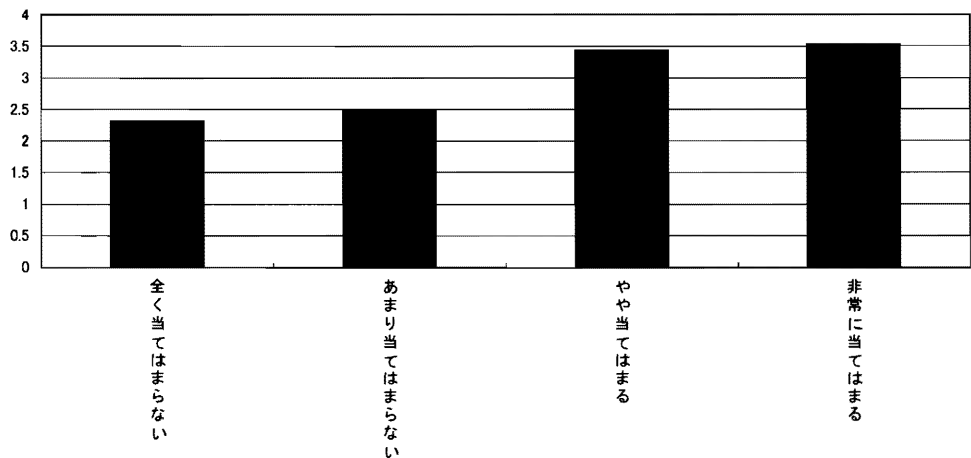


図25 「寮を出たいと思っている」と否定的感情

### (3) 対人的孤立

一要因の分散分析の結果、群間に5%水準で有意差が認められた ( $F(3,632)=3.77, p<.05$ )。Duncan法による多重比較の結果、寮を出たいと思っている項目に「全く当てはまらない」( $M=1.22$ )、「あまり当てはまらない」( $M=1.68$ )という群は、「非常に当てはまる」( $M=2.13$ )、「やや当てはまる」( $M=1.82$ )群よりも、対人的孤立の得点が低いことが明らかになった。さらにここでも寮を出たいと思う度合いが強い者ほど対人的孤立に関するストレス値は高くなっていった。絶えず集団生活を余儀なくされる寮生活は「対人的孤立」に関するストレスと大いにかかわってくるようである(図26)。

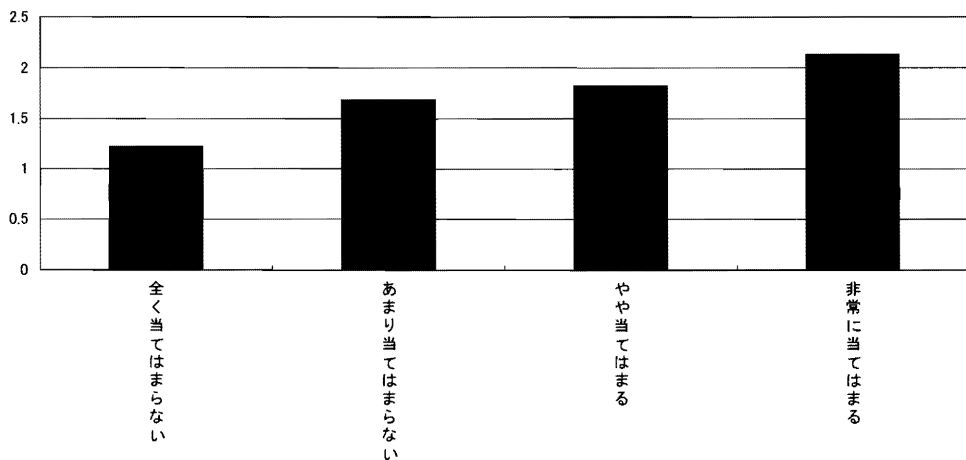


図26 「寮を出たいと思っている」と対人的孤立

## 8. 大学に入ってから記録・成績が伸び悩んだ

精神的不安、否定的感情、対人的孤立の3項目に関しては、一要因の分散分析の結果、有意な群間の差は認められなかった。

### (1) 身体的ストレス

一要因の分散分析の結果、群間に1%水準で有意差が認められた ( $F(3,642)=4.12, p<.01$ )。Duncan法による多重比較の結果、大学に入ってから記録・成績が伸び悩んだことに関して「全く当てはまらない」( $M=1.43$ )、「あまり当てはまらない」( $M=2.22$ )という群は、「やや当てはまる」( $M=2.90$ )、「非常に当てはまる」( $M=2.72$ )という群よりも、身体的ストレスの得点が低かった。記録の伸びに関する悩みが、身体的ストレスに影響を与える要因になっていることがわかる(図27)。

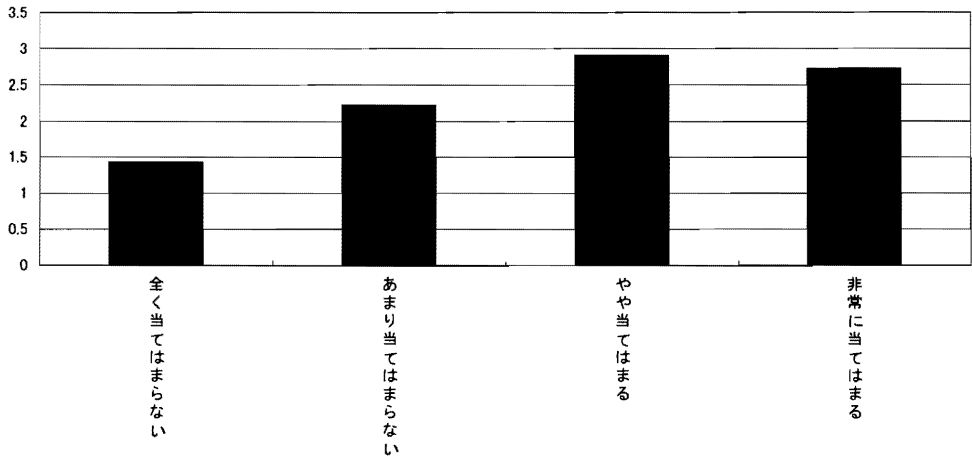


図27 「大学に入って記録成績が伸び悩んだ」と身体的ストレス

## (2) 身体的不調

一要因の分散分析の結果、群間に1%水準で有意差が認められた ( $F(3,643)=5.58, p<.01$ )。Duncan法による多重比較の結果、大学に入ってから記録・成績が伸び悩んだことに関して「あまり当てはまらない」( $M=3.81$ )、「全く当てはまらない」( $M=4.05$ )と答えた群は、「非常に当てはまる」( $M=5.48$ )、「やや当てはまる」( $M=5.01$ )と答えた群よりも、身体的不調の得点が低かった。記録の伸び悩みは、身体的不調との関連も強いことがわかる(図28)。

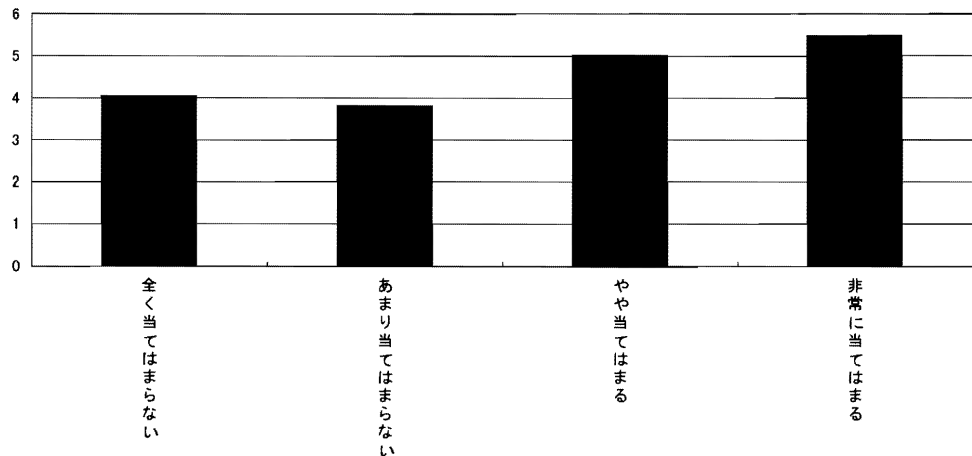


図28 「大学に入って記録成績が伸び悩んだ」と身体的不調

### (3) 情意減退

一要因の分散分析の結果、群間に1%水準で有意差が認められた ( $F(3,647)=3.98, p<.01$ ). Duncan法による多重比較の結果、大学に入ってから記録・成績が伸び悩んだことに関して「全く当てはまらない」( $M=1.94$ )、「あまり当てはまらない」( $M=1.99$ )群は、「非常に当てはまる」( $M=2.73$ )、「やや当てはまる」( $M=2.64$ )群よりも、身体的不調の得点が低かった。さらにここでは、記録の伸び悩みを感じる度合いが強い者ほど情意減退を起し、生活面で影響する度合いも大きかった(図29)。

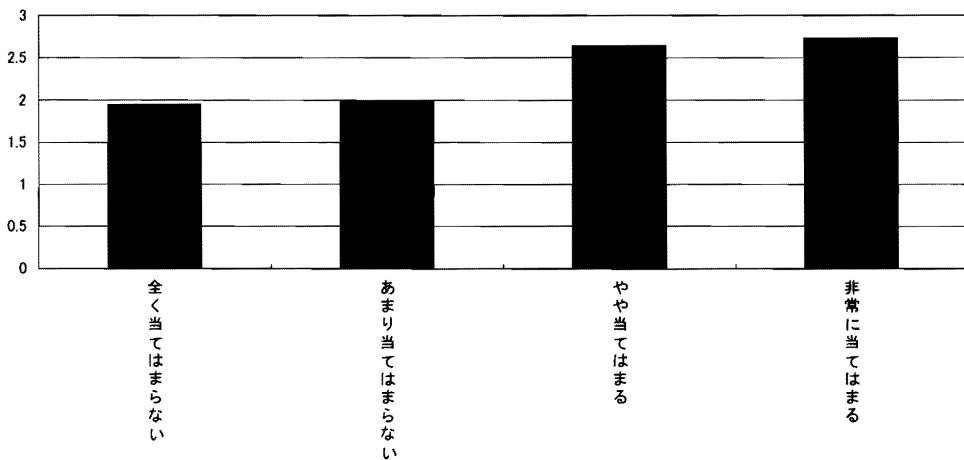


図29 「大学に入ってから記録成績が伸び悩んだ」と情意減退

## 9. 試合でレギュラーを経験した。インカレなどに出場した

身体的不調、否定的感情、情意減退の3項目に関しては、一要因の分散分析の結果、有意な群間の差は認められなかった。

### (1) 精神的不安

一要因の分散分析の結果、群間に5%水準で有意差が認められた ( $F(3,627)=2.61, p<.05$ ). Duncan法による多重比較の結果、試合のレギュラー経験や、インカレなどに出場について「やや当てはまる」( $M=4.94$ )群は、「あまり当てはまらない」( $M=7.00$ )群よりも、精神的不安の得点が低いことが明らかになった。レギュラーになれなかったりインカレなどに出場できないでいることは、体連の学生の精神的不安に大きくかかわってきている(図30)。

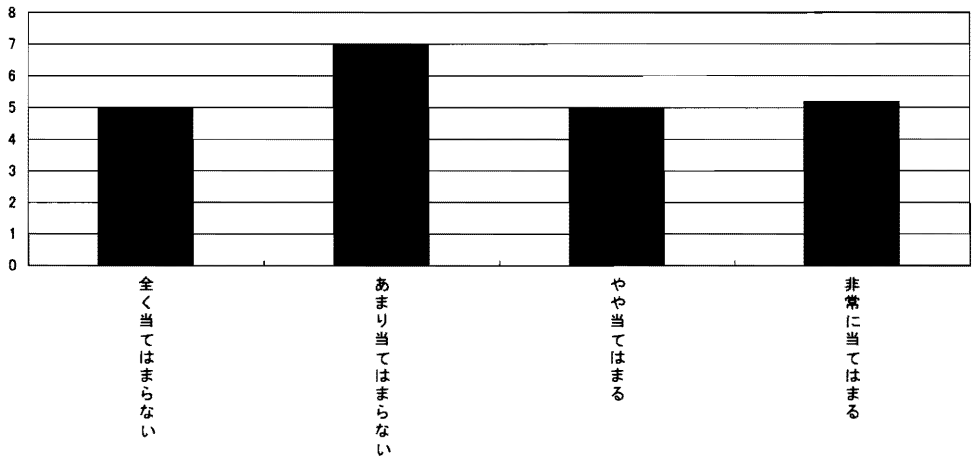


図30 「試合でレギュラーを経験した。インカレなどに出場した」と精神的不安

## (2) 身体的ストレス

一要因の分散分析の結果, 群間に5%水準で有意差が認められた ( $F(3,630)=3.37, p<.05$ ). Duncan法による多重比較の結果, 試合のレギュラー経験や, インカレへの出場にかかわって, 「非常に当てはまる」( $M=2.14$ )という群は, 「あまり当てはまらない」( $M=3.53$ )・「やや当てはまる」( $M=2.65$ )という群よりも, 身体的ストレスの得点が低かった. レギュラーになることや, インカレに出場できるかできないかということが, 身体的ストレスに大きく影響をしていることが読みとれる (図31).

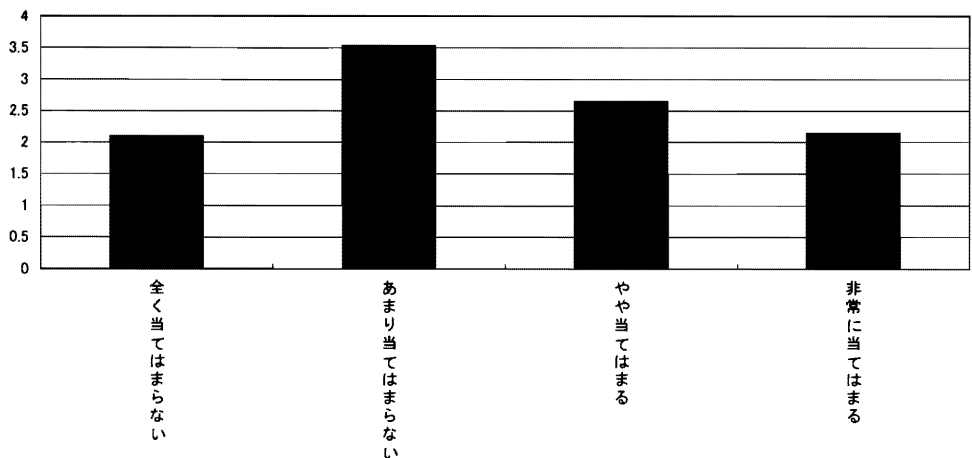


図31 「試合でレギュラーを経験した。インカレなどに出場した」と身体的ストレス

### (3) 対人的孤立

一要因の分散分析の結果、群間に1%水準で有意差が認められた ( $F(3,631)=4.76, p<.01$ )。Duncan法による多重比較の結果、試合のレギュラー経験、インカレなどの出場にかかわって、「非常に当てはまる」( $M=1.43$ )、「やや当てはまる」( $M=1.90$ )という群は、「あまり当てはまらない」( $M=2.50$ )という群よりも、対人的孤立の得点が低かった。レギュラーになれない、インカレに出場できないものにとっては対人的孤立感が増してくるといえる(図32)。

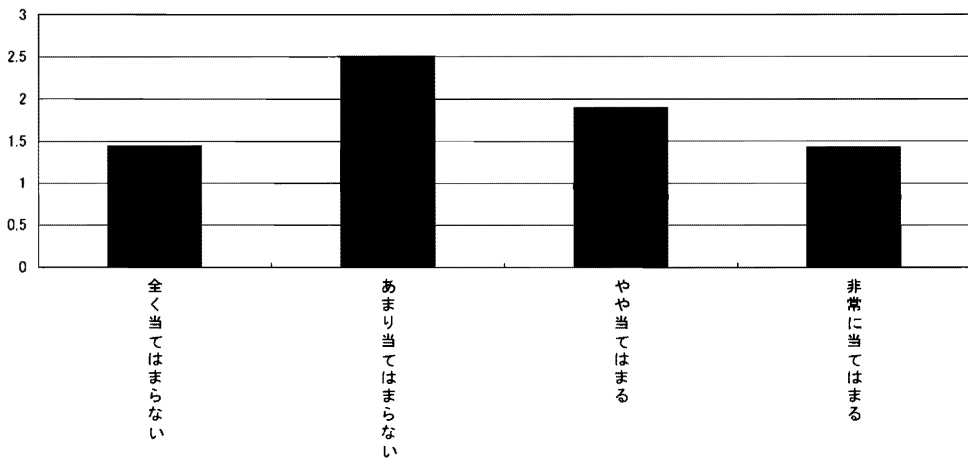


図32 「試合でレギュラーを経験した。インカレなどに出場した」と対人的孤立

以上の結果をまとめると、次のようなことがいえるだろう。「部で役職に就き責任ある仕事を任された」場合、責任を持たない者よりも身体的ストレスが軽減している。即ち部活動の中で責任ある仕事をこなすことで、身体的ストレスは軽くなる方向へ作用する。

「技術・技能が高校の時よりも向上した」と自覚できると、精神的不安が軽くなる。逆に、技能や技術が向上したと感じられない状態の時に、精神的不安は増す。

「競技の記録や成績」が高校の時よりも向上したと自覚できる時には、対人的孤立に関するストレスを多く感じている。競技において、強くなると孤独を味わうようになるのは運動部選手としての宿命であるといえるかもしれない。

「部活動を通じてたくましくなった」と感じる者は、その感じる度合いが深い者ほど「否定的感情」と「情意減退」に対するストレスの値がそれぞれ低くなっていた。

「寮を出たい」と感じている者については、出たいと思う気持ちの度合いの強さで、「身体

的ストレス」「否定的感情」「対人的孤立」の項目でそれぞれのストレスが強さを増加していた。

「大学に入ってから記録・成績が伸び悩んだ」と感じる者は、「身体的ストレス」と「身体的不調」「情意減退」に関するストレス反応を現し、「情意減退」に関しては特に伸び悩みを強く感じる度合いでストレスが増している。

「試合でレギュラーを経験した、あるいはインカレなどに出場をした」という経験は、「精神的不安」や「身体的ストレス」「対人的孤立」に関するストレスに影響を及ぼし、それぞれのストレスを軽減させている。

以上のように、部活動をする上で、レギュラーとして試合に出場をする、あるいはインカレなどの大会に参加する、また部の中で責任ある仕事をこなしていると自覚出来ること等が、選手達のはつらつとした部活動（やり甲斐）に通じていく。あるいは技術的に向上したり記録の伸びを自覚できること、あるいは部活動で自分がたくましくなったと自覚出来ることなどによって、体連の学生は部活動にハリを感じる事ができる。

しかし運動部で強くなる者は、強い者独特の悩みである対人的孤立のストレスを味わざるを得ないという辛さも感じているのであろう。反対に競技成績が出せない、技術が伸びないといった悩みは「身体的ストレス」や「身体的不調」「情意減退」に関するストレスを生み、特に「情意減退」に関しては悩みの深さとストレスの大きさとが密接に関係してきている。

(西谷 明子・早川 宏子)

### Ⅲ. 競技種目別にみたストレス、ストレッサー、自尊心、サポート、時間の比較

ここでは、調査対象となった体連の学生を競技種目によって、個人競技、集団競技、対人競技の3群に分類し、ストレス、ストレッサー、自尊心、サポート、時間のそれぞれの項目について一要因の分散分析による比較を行った。なお、この結果、有意差の認められた項目についてはDuncan法による多重比較を行った。

#### 1. ストレスについて

一要因の分散分析の結果、精神的不安、身体的ストレス、否定的感情、対人的孤立、情意減退に関しては群間に有意差は見られなかった。身体的不調についてのみ群間に有意差が認められた( $F(2,66)=7.94, p<.01$ )。Duncan法による多重比較の結果、集団競技( $M=3.86$ )は、対人競技( $M=5.15$ )、個人競技( $M=5.22$ )よりも、5%水準で身体的不調の得点が低いことが明らかになった。身体的不調に関しては、集団競技と比較して、対人競技や個人競技の方

がより強くストレスとなって表れやすいということが示唆された (図33)。

実際に蓄積される、あるいは現象となって表出するストレスの要因に関しては、全体を通じて、競技種目の相違との間に関連性が見いだせなかった。しかし一方では、身体的不調についてのみ、集団競技種目が個人種目や対人種目よりも低い値を示した。このことは、競技結果や競技を遂行する上での責任が比較的個人に集中せず、分散されやすいという集団種目の競技特性に起因するものではないかということが想定できる。

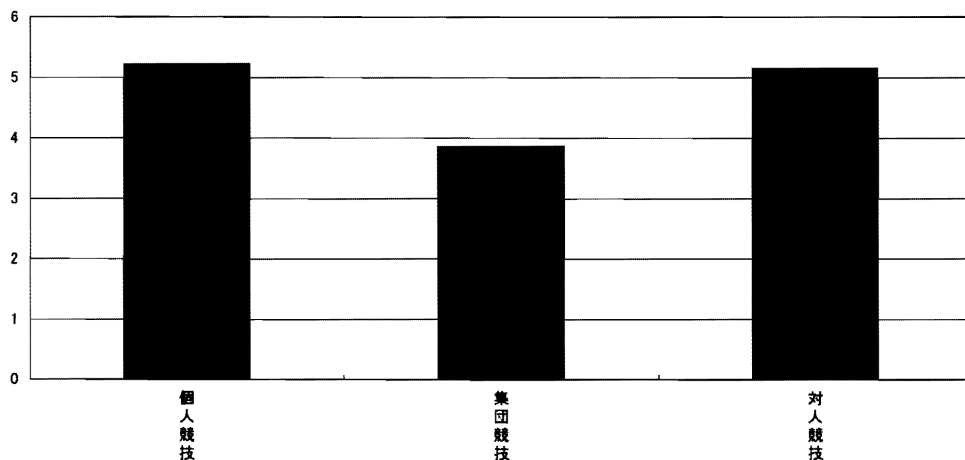


図33 競技種目と身体的不調

## 2. ストレッサーについて

一要因の分散分析の結果、ストレッサー全般、勉強ストレッサー、能力適正ストレッサー、寮生活ストレッサー、対人関係ストレッサーの5項目すべてにおいて、いずれも群間に有意な差は認められなかった。

すなわち、ストレスを生起させる要因であるストレッサーについては、いずれの項目においても競技種目の相違による差異が見られず、競技種目の特性に関係なく、ほぼ均等の強さを持つものであるということが結果から示唆された。

## 3. 自尊心について

一要因の分散分析の結果、群間において有意差は認められなかった。ここでも、競技種目の相違との間に連関は見られず、自尊心に関しては、競技特性に関係なく、ほぼ同等の水準を示していることが明らかとなった。



#### 4. サポートについて

一要因の分散分析の結果、先輩からのサポート全般、後輩からの直接的サポート、後輩からのサポート全般、友人からのサポートの4項目に関しては群間に有意差は見られなかった。

先輩からの直接的サポートについてのみ群間で有意差が認められた ( $F(2,511)=3.07, p<.05$ )。Duncan法による多重比較の結果、個人競技 ( $M=9.75$ ) と対人競技 ( $M=10.67$ ) との間に5%水準で有意差が認められ、個人競技よりも対人競技の方が、先輩からの直接的サポートを受けるという得点が高いことが明らかになった (図34)。

先輩からの直接的サポートにおいて、個人競技よりも対人競技の値が有意に高いという結果は、対人競技種目の多くは競技特性上、先輩と直接触れ合う、もしくは比較的近い距離で練習する機会が多く、練習を通して先輩から指導やアドバイスを受けながら技能を向上させる場面がもちやすいのに対し、個人種目では、個々による模索の機会が多いという点に起因した結果ではないかということが予想される。

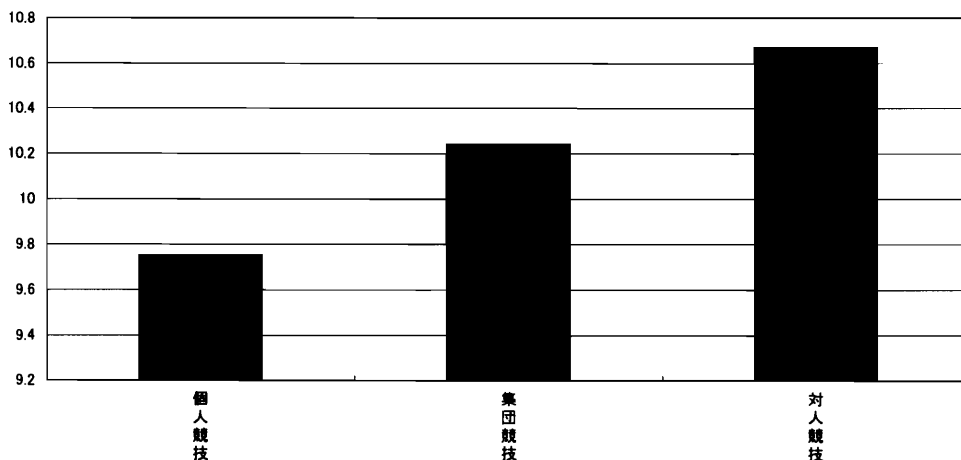


図34 競技種目と先輩からの直接的サポート

#### 5. 時間について

一要因の分散分析の結果、部活練習時間、自分で自由になる時間に関しては群間に有意差は見られなかった。部活拘束時間 ( $F(2,667)=11.96, p<.001$ )、授業以外の勉強時間 ( $F(2,667)=7.64, p<.001$ ) の2項目において群間に有意差が認められた。

Duncan法による多重比較の結果、部活拘束時間については、対人競技 ( $M=3.58$ )、および個人競技 ( $M=3.66$ ) よりも、集団競技 ( $M=4.31$ ) の方が5%水準で有意に高い値を示し

ていることが明らかになった(図35)。また、授業以外での勉強時間では、個人競技(M=1.09)、および集団競技(M=1.28)と比較して、対人競技(M=1.62)の方が5%水準で有意に高い値を示していることが明らかになった(図36)。

部活拘束時間において、対人競技や個人競技よりも集団競技の方が有意に高い値を示した結果については、集団競技では、部全体やポジション別に行うミーティング、コンビネーションの確認などの居残り練習などによって、個人の意志とは別の時間が部活動のために割かれること、さらには、他の競技と比較して、寮生活が義務づけられている部(硬式野球部、ラグビー部など)の割合が高く、プライベートな時間を保ちにくいことに加え、下級生では部の雑務に追われることが多いことなどに起因するものではないかということが予想される。

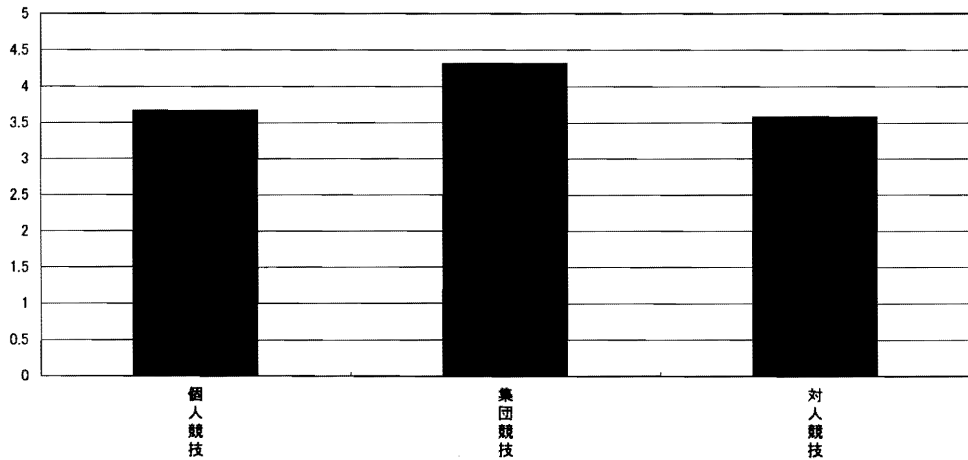


図35 競技種目と部活拘束時間

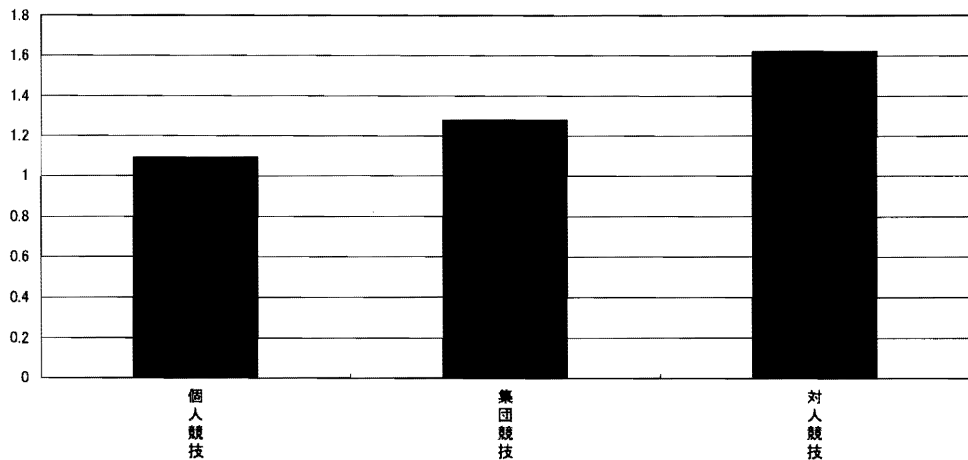


図36 競技種目と授業以外の勉強時間

都筑ら (1999) は, ストレス, およびストレッサーに焦点をおき, 質問項目別に個人競技種目, 対人競技種目, 集団競技種目の3群間の相違を比較した. この結果, ストレスについては, 6項目のうち5項目において, ストレッサーについては, 5つすべての項目において有意差が認められていた. ここで特徴的だったのは, 全体を通して, 個人競技種目の学生は, 集団競技種目や対人競技種目の学生と比較して, より強いストレッサーを体験し, また, より強い心理的ストレスを感じているということが結果から示唆された点であった.

ここでは, ストレス, ストレッサー, 自尊心, サポート, 時間の要因ごとに分散分析を施したが, 身体的不調のストレス, 先輩からの直接的サポート, 部活拘束時間と授業以外の勉強時間に有意差が認められたにとどまり, 競技種目の相違によるストレスに関連する諸要因の差異を見いだすことは, 先行研究と比べて極めて少なかった.

ストレスについては, 精神的不安, 身体的ストレス, 否定的感情, 身体的不調, 対人的孤立, 情意減退の各因子において, 「集団競技種目<対人競技種目 $\leq$ 個人競技種目」というストレス強度の傾向が見られた. また, 同様にストレッサーにおいても, ストレッサー全般, 勉強ストレッサー, 能力適正ストレッサー, 寮生活ストレッサー, 対人関係ストレッサーの各因子において「集団競技種目<対人競技種目 $\leq$ 個人競技種目」という傾向が見られた. しかしながら, これらの傾向については, 統計的には有意ではなかった.

一方, ストレスおよびストレッサーを低減させる資源の1つと考えられるサポート要因については, 「個人競技種目<集団競技種目 $\leq$ 対人競技種目」という傾向が回答の平均値から示唆された. また, 時間の要因については, 練習時間および拘束時間で集団競技種目の値が高い傾向が見られ, 自尊心の要因では, 回答の数値からも差異が認められなかった.

以上, 競技種目別のストレス関連要因の相違についてその様相を比較したにとどまったが, 以後の研究では, 競技種目ごとにどのような要因が実際にストレッサーを除去し, 心理的ストレスを低減させる資源となるのか, また, ストレスが生起する事前・事後の両側面から, どのような対処行動 (Stress Coping) が必要であるかを解明していくことが重要となると考えられる.

(八島 健司・後藤 肇)

#### IV. サポートと競技成績の関係

ここでは, サポートと競技成績との関係を学年別に検討する. サポートと競技成績を検討するに先立って, ストレス, 自尊心, ストレッサー, サポート, 部活動に関する全25項目に対し因子分析 (主因子法, Varimax 回転) を行い, 5因子を抽出した. その因子負荷量を示した

のが表4である。その結果、大学在学中の競技成績を示す「各種大会に出場して活躍した」、「試合でレギュラー／インカレなどに出場」、「部活で満足できる成績をあげた」の3項目から成る第V因子を「競技成績」の因子と名付け、第Ⅲ因子を「サポート」の因子と名付けた。信頼性を確認するためにCronbachの $\alpha$ 係数を算出したところ、「サポート」の因子が.75、「競技成績」の因子が.76という値が得られ、信頼性が確認された。ここでは、この両者の関係を検討することで、体連学生の競技成績を促進する要因を探る。具体的には、どの学年において、どのようなサポートが、体連学生の競技成績に有効に働くのかということ、学年別、サポート別（先輩・後輩・友人別）に検討した。

表4 探索的因子分析結果（Varimax 回転後）

項目	因子	I	II	III	IV	V	VI	共通性
精神的不安		0.90	0.19	-0.05	-0.03	0.01	-0.03	0.85
身体的ストレス		0.87	0.17	0.06	0.03	0.03	0.09	0.80
対人的孤立		0.86	0.17	0.00	0.05	-0.04	0.07	0.77
情意減退		0.85	0.24	0.02	-0.10	0.00	-0.04	0.80
否定的感情		0.81	0.18	-0.09	0.01	0.04	0.05	0.71
身体的不調		0.79	0.22	-0.05	-0.08	0.04	0.00	0.69
自尊心		-0.29	-0.20	0.08	0.24	0.10	-0.06	0.20
能力適性ストレス		0.45	0.76	-0.10	0.00	0.01	-0.15	0.82
勉学ストレス		0.19	0.75	-0.02	-0.07	0.06	0.11	0.62
寮生活ストレス		0.27	0.72	0.02	-0.09	0.06	0.41	0.76
ストレス全般		0.52	0.68	-0.07	-0.01	0.00	0.07	0.74
対人関係ストレス		0.44	0.65	-0.14	0.01	-0.03	-0.05	0.64
先輩の直接的サポート		-0.02	0.00	0.81	0.08	-0.03	0.20	0.70
後輩の直接的サポート		0.04	0.01	0.78	0.17	0.10	0.21	0.69
後輩のサポート全般		-0.06	-0.06	0.77	0.10	0.23	-0.17	0.69
先輩のサポート全般		-0.10	0.13	0.76	0.06	0.09	-0.15	0.64
友人からのサポート		-0.04	0.00	0.36	0.04	0.07	-0.33	0.25
高校時代よりも技術・技能が向上した		-0.01	-0.05	0.11	0.85	0.16	0.01	0.76
高校時代よりも記録・成績が伸びた		0.06	0.00	0.14	0.79	0.28	-0.04	0.73
部活を通して精神的にたくましくなった		-0.08	0.05	0.27	0.53	0.08	-0.21	0.41
大学に入ってから記録・成績が伸び悩んだ		0.11	0.25	0.20	-0.32	0.05	-0.01	0.22
各種大会に出場して活躍した		0.00	-0.03	0.12	0.28	0.81	-0.01	0.76
試合でレギュラー／インカレなどに出場		-0.02	0.15	0.08	0.04	0.64	0.05	0.45
部活で満足できる成績をあげた		0.06	-0.11	0.15	0.37	0.52	0.03	0.44
寮を出たいと思っている		0.02	0.24	0.10	-0.15	0.17	0.36	0.25
累積寄与率（%）		20.85	32.87	44.14	52.58	58.9	61.51	

「サポート」因子に含まれる項目の内容から、「先輩のサポート」(「先輩の直接的サポート」,「先輩のサポート全般」),「後輩のサポート」(「後輩の直接的サポート」,「後輩のサポート全般」),「友人からのサポート」に分け,各々が「競技成績」を予測するものとして,モデルを作成し,共分散構造分析を行った。

その結果,「後輩のサポート」と「友人からのサポート」に関しては,いずれの学年においても,競技成績へのパスにおいて統計的に意味のある値は得られなかった。しかし,「先輩のサポート」に関しては,2年生,3年生では,「競技成績」への直接効果が低いものに対して(2年生: .29, 3年生: .14),1年生のパスは.40という他学年に比べ相対的に高い値を示した(図37)。このことは1年生においては,他学年に比べ先輩からのサポートをより得ることが,競技成績の向上を促すことを示唆している。また,学年が上がるにつれ,「先輩のサポート」の「競技成績」に対する直接効果が下がるということは,逆にいえば,競技成績に関して低学年ほど,上級生からのサポートが必要であるということを示唆しているのかもしれない。

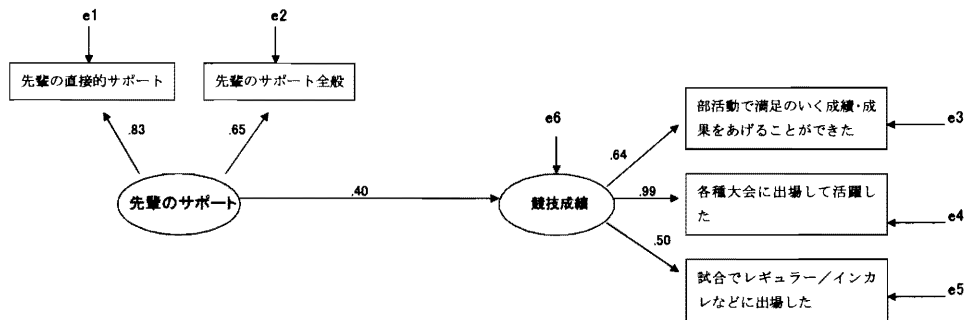


図37 1年生における先輩からのサポートと競技成績の関係

以上,サポートと競技成績についての共分散構造分析を用いた探索的な検討から,学年によってサポートの効果が異なる可能性が示唆された。今後は,どのような者が上級生からのサポートを得られているのか,その要因を検討することが必要であろう。また,サポートや競技成績などがストレスにどのような影響を与えているのかを検討していく必要もある。

(加藤 弘通)

## ま と め

本論文では、1997年度から継続して行われてきた縦断的研究の一環として、本学体育連盟に所属する学生の大学生活への適応過程を彼らの生活に即してより詳細に明らかにするために、1年生から4年生までの体連の学生669名を対象として調査を実施した。そのために、従来の縦断的調査で使用されてきたストレス尺度、対人的サポート項目の一部分を体連の学生の生活状況に即した内容に修正した上で質問紙調査を実施した。得られた主な知見は、以下の通りである。

- 1) 体連の学生は、授業への出席、部活動に対する満足度、人間関係に対する満足度の3つの大学生活についての評価の如何によって、ストレスの感じ方が大きく異なることがわかった。特に、体連の学生は、授業へ出席することを重要と考え、授業にきちんと出席できた者より、出席できなかったと思う者の方が精神的不安、否定的感情、身体的不調、対人的孤立といったストレスが高かった。授業にきちんと出席するという事は「卒業に必要な単位を取る」ということに繋がることでもあるので、それだけに授業への出席の度合いが学生の不安に密接にかかわってくるといえるだろう。
- 2) 部活動の中で、レギュラーとして試合に出場したり、インカレなどの大会に出場したことがある体連の学生の方が、そうした経験のない学生よりもストレスの感じ方が少なかった。逆に、大学に入ってから自分自身の記録や成績が伸び悩んだ学生は、そうした経験がない学生よりもストレスを強く感じていた。体連の学生にとって、部活動での活躍や自分の記録・成績は何よりも大切なものであり、そうした点での目に見える向上がはたつとした部活動ややりがいに通じていくのであろう。また、寮生活もストレスの原因となり、寮を出たいと思っている学生ほど、ストレスの感じ方が強かった。寮での集団生活になじめなかったり、自分の生活が制限されるように思う学生にとって、寮生活はストレスになっているのであろう。寮生活は、体連の学生にとって日々の生活の基盤であり、具体的な改善策を検討することが必要であらう。
- 3) 競技の種目別にストレスやストレスラーを検討したところ、次のようなことがわかった。対人競技・個人競技種目の学生は、集団競技種目の学生よりも身体的不調のストレスが強かった。都筑ら(1999)は、個人競技種目の学生は対人競技種目や集団競技種目の学生に比べて、より強い心理的ストレスを感じ、より強いストレスラーを体験していることが示されたが、本論文の結果は、それと重なる部分があるといえよう。対人競技種目の学生は

個人競技種目の学生よりも、先輩からの直接的サポートをより多く受けていた。また、集団競技の学生は対人競技・個人競技の学生よりも、部活動での拘束時間が長かった。これらの結果は、チームスポーツであるという競技の性質から生じてくるものであろう。さらに、対人競技の学生は個人競技・集団競技の学生よりも、授業以外での勉強時間が長かった。

- 4) 对人的サポートと競技成績との関連を学年ごとに共分散構造分析によって検討したところ、低学年ほど先輩からのサポートを得ることによって競技成績が向上するという関係があることが示された。今後の課題として、どのような者が上級生からのサポートを得られているのか、その要因を検討することが必要であると考えられた。

(都筑 学)

#### 文 献

- 都筑学・八島健司・深瀬吉邦・西谷明子・宮本知次・白善美 1998 大学生の大学生活への適応過程に関する研究(1) —大学1年次生における体育連盟所属学生と一般学生との比較— 中央大学保健体育研究所紀要 16, 1-34.
- 都筑学・西谷明子・宮本知次・舟橋一郎・八島健司・早川宏子・深瀬吉邦・白善美 1999 大学生の大学生活への適応過程に関する研究(2) —体育連盟所属学生のストレスおよびストレスラーに対する意識の検討— 中央大学保健体育研究所紀要 17, 147-171.
- 都筑学・西谷明子・宮本知次・舟橋一郎・八島健司・早川宏子・深瀬吉邦・白善美 2000 大学生の大学生活への適応過程に関する研究(3) 中央大学保健体育研究所紀要 18, 1-27.
- 都筑学・西谷明子・深瀬吉邦・八島健司・舟橋一郎・宮本知次・早川宏子・加藤弘通 2001 大学生の大学生活への適応過程に関する研究(4) —1年生から4年生までの横断データと縦断データの比較分析— 中央大学保健体育研究所紀要 19, 1-33.