



大学生生活充実感を規定する要因の検討

大対香奈子¹⁾

Examination of Factors Related to University Life Satisfaction for Students

Kanako OTSUI

The purpose of the present study was to examine factors related to university life satisfaction for students, and specifically to identify social skills related to satisfaction with peer relationships. Participants included 352 university students in their freshman or sophomore year that responded to a questionnaire. The results show that satisfaction with peer relationships is strongly related to more general university life satisfaction. It is also found that social skills required for initiating or maintaining relationships are associated with satisfaction with peer relationships. However, students with greater social skills in emotion regulation and interpreting other's perspectives are less likely to feel satisfaction with peer relationships. Further research with more advanced students is needed to extend these findings. The eventual goal is to develop effective intervention programs to promote student adjustment to university life.

Key words: university life satisfaction, students, social skills

問 題

文部科学省の学校基本調査によると、2014年度の大学への進学率は53.9%であり（文部科学省，2014）、都市部ほど進学率は高くなる傾向にあるとも言われている。このように、多くの学生が大学へ進学する昨今において、大学には多様な役割が求められてきている。いまや大学は、学問の地ということだけに留まらず、学生が大学生活を充実して送り、社会に出るまでの十分な準備を行えるようにサポートするという役割をも担う。清水（2013）によると、社会科学系学部の平均退学率は9.4%であるという報告もあることから、退学やその他の不適応への対応は、大学生活を充実させるということにもつながる、大学の重要な課題であるともいえる。

大学生の適応について

そのような社会的動向の中で、大学生の適応についても関心が向けられるようになってきた。奥田・川上・坂田・佐久田（2010）は、大学1回生から4回生までの横断および縦断データから、大学生生活充実度の推移について検討した。その結果、横断データと縦断データの両方において、4回生時に大学生生活充実度が最も高まることが示された。一方で、不安については4回生時に最も低くなり、この点については田中・菅（2006）の研究でも一致した結果が得られていた。また、1回生から2回生にかけては大学生生活充実度にほとんど変化がないという結果であったが、2回生時に一度充実度が落ち込むというU字型の曲線を描く傾向も見られたと報告されている。

1) 近畿大学総合社会学部 心理系専攻専攻・講師（学習心理学）

一方で、新入生の適応に着目した研究もあり、山田（2006）は意欲減退と大学生活不安の二側面から新入生の大学生活への適応について検討した。調査対象者の3年次における退学、休学、留年等の動向との関連を検討したところ、まず退学者および留年者において新入生時の調査そのものを欠席等の理由から受けていない調査未実施者の割合が高いことが分かった。ここから、山田（2006）は入学直後の早い時期から不登校などの不適応行動が現れていると指摘している。また、意欲減退の要因が不本意入学や不本意感を背景とする大学への違和感である場合、退学につながりやすい傾向が見られた。一方、大学生活不安については、退学や休学との関連は明確には見られなかった。

退学や休学、留年をしていなければ不適応がないかといえそうではない。佐久間・柴原・村上（2010）の研究からは、大学生の身体的健康状態が講義内での提出物の提出回数と負の相関関係にあることや、入学時に心身の健康状態が良好でない学生は、大学生活への適応に時間がかかったり、適応に困難さを示したりする場合が多いことも示唆されている。

大学生活への適応を促進する介入

以上のような大学生の適応に関する研究から、退学や休学に至るリスクの高い学生の多くは、入学直後においてすでに不適応を示していることが考えられ、また一般的にも新入生は新しい生活環境の中で抱える不安や不適応感が高まりやすい状況にあることが示された。さらにその不安や不適応感は2年生時においても継続されていく可能性が高いことから、退学や休学を予防し、大学生活へのスムーズな適応を促すためにも大学1～2年生時におけるサポートは非常に重要であると考えられる。

西村・石崎（2008）は、新入生を対象に、同級生・先輩・教員とのリレーションを重視したオリエンテーションを実施し、その効果を検証した。この実践では、入学直後に構成的グループエンカウンター（SGE）を用いた様々なグループ活動を通して、同級生・先輩・教員との

交流をはかった。その結果、全般的な大学生活への不安には変化が見られなかったが、友人関係や教員との関係に関する不安については部分的に減少する効果が見られた。また、このような新入生オリエンテーションを通して形成された友人関係が、3か月後の大学生活への適応にも影響していることが示唆された。

また、同じ新入生を対象として、約3か月間全9回にわたるピア・サポート・トレーニングを行った研究もある（山崎・三宅・橋本・平・松田，2005）。主に自己理解の促進や援助的コミュニケーション技法の修得を目指すプログラムを実施した結果、トレーニングを受けた群では、自尊感情や社会的スキルの向上が見られた。一方で、トレーニングを受けていない群では、そのような変化は見られなかった。ただし、山崎他（2005）の研究では、プログラムが実施された群の自尊感情と社会的スキルの向上が、大学への適応にどのように結びついたのかまでは検討されていなかった。

新入生に限定した実践ではないが、高岡・猪澤・森際・本岡・大対・藤田・三田村・林（2013）は、短期大学に所属する女子大学生1～2年生を対象に、ソーシャルスキルと問題解決スキルの向上を目指したプログラムを全15回にわたって実施した。結果では、ソーシャルスキルや問題解決スキルそのものには変化が見られなかったが、大学生活充実感についてはプログラムを実施した介入群で向上が見られた。一方で、統制群では大学生活充実感に変化が見られなかった。この結果について高岡他（2013）は、プログラムがグループワークを中心としていたことから、グループワークの中で他者に受容される経験や他者とのつながりを持つきっかけを作ることができ、それが充実感の向上につながったのではないかと考察している。

このように、大学生を対象に大学への適応を促進することを目指して実施された実践を概観すると、一つの共通点として、大学生の対人関係という点に着目したアプローチが多く見られる。これを裏付ける研究として、和田（1992）

は友人による情緒的サポートが大学生の孤独感を和らげるという結果を示しており、友人や家族のソーシャルサポートが得られている学生ほど、大学への満足感や幸福感が高いこともわかっている。つまり、良好な友人関係を築くことが、ソーシャルサポートを高めることになり、大学生活への適応を促進すると考えられる。対人関係が着目されたもう一つの理由として、最近の大学生のソーシャルスキルやコミュニケーションスキルの低下が挙げられる。これは日々、大学生と関わりを持つ教員によって直接感じられるものであると同時に、深い関係を築くことを避けたり、友人への配慮の欠如や他人の目を気にしない傾向があり、友人関係に対して無関心であるという、現代青年の特徴(橋本, 2000; 中園・野島, 2003)とも関係してくるように思われる。

先行研究からも、対人関係に着目する根拠はそれなりにはあるが、大学生活への適応に関連する要因は、対人関係だけでは限らず、学業が大学生活の中での中心的活動であると考ええると、学業を充実させることもまた適応を促進することにつながるのではないかと考えられる。

大学生の適応を規定する要因

これまでの大学生の適応に関する研究では、適応を対人関係や学業などの要因から捉えることが多かった。例えば、先に述べた山田(2006)や田中・菅(2006)の研究でも使われている大学生活不安尺度(藤井, 1998)は、「日常生活不安」、「評価不安」、「大学不適応」の3因子から成るが、「日常生活不安」には教員や友人との関係についての項目が含まれることから、対人関係に関する因子ととらえることができ、また「評価不安」は成績についての不安であるから学業に関する因子ととらえることができる。

このように、大学への適応に関わる要因としては、少なくとも「対人関係」と「学業」の二つがあるということが考えられるが、それぞれの要因がどの程度強く大学適応に関係しているかについては、十分な検討が行われていないと

言える。学校適応の規定要因については、小学生から高校生までを対象とした研究において、より検討が進んでいる。

まず、これまでの学校適応研究では、「学校適応」という概念そのものの定義が研究者間で一致していないという問題がある。そこで、大対・大竹・松見(2007)は学校適応に関する国内外の研究から得られた知見に基づき、学校適応を3つの水準からアセスメントする「学校適応アセスメントのための三水準モデル」を提唱した。このモデルでは、水準1として、学業従事行動やソーシャルスキルを含む適応に必要な行動をどの程度習得しているかをアセスメントし、水準2では、その行動が学校での学業場面や対人場面でどの程度機能しているか、という点をアセスメントする。つまり、持っている行動がどの程度、学校で発揮され、評価されているかということである。最後の水準3では、「学校が好き」「学校が楽しい」といった主観的な適応感をアセスメントする。学校には、「勉強が面白いから、学校が楽しい」という子もいれば、「勉強は苦手だが、気の合う仲間がいるから学校が楽しい」という子もおり、何が学校適応感につながる重要な要因かは、個人によって異なることが考えられる。特にこの水準3のアセスメントではその個人差に配慮して、領域にはとらわれずに主観的に「学校が好き・楽しい」とどの程度感じられているかを測定する目的がある。

大対他(2007)のモデルでの水準3にあたる、主観的な学校適応感に影響を及ぼす要因には「学業」、「教師との関係」、「友人との関係」の3つがあると言われている(戸ヶ崎・秋山・嶋田・坂野, 1997)。その中でも、「友人との関係」はどの学齢期にも共通して最も強い影響を及ぼす要因であることがわかっている(例、大久保, 2005)。この結果が、大学生を対象とした場合にもあてはまるのかについては、まだ十分にわかっていない。そこで、本研究の第1の目的は、大学生の適応感を規定する要因を明らかにすることである。

大学生の適応とソーシャルスキル

もし、大学生においても「友人との関係」が大学生生活への適応に関連の強い要因だとすれば、これまでに実施されてきた対人関係に焦点をあてた介入は、大学適応を促進する妥当な介入であると言える。

友人関係の満足度を高めるための介入の一つに、ソーシャルスキルトレーニング (Social Skills Training; 以下 SST とする) がある。先に述べた高岡他 (2013) の介入では、SST を含むプログラムを実施し、大学生生活充実感の向上が確認された。ソーシャルスキルの得点については、介入前後で変化が見られなかったという結果であったが、この点については、実施した SST で標的としたスキル (例、伝えるスキル、聞くスキル等) そのものの変化を検討できておらず、より広範なソーシャルスキルを測定する尺度を指標として用いたことで結果として表れにくかったことが考えられる。したがって、直接トレーニングされた標的スキルの向上が見られたかどうかは定かではないが、プログラム中に生じた学生同士の相互交流が適応感を高めた一要因かもしれないという考察にもあるように、その相互交流において標的スキルあるいはその他のソーシャルスキルが発揮されたことは考えられる。

しかし、高岡他 (2013) の実践では標的スキルの選定が任意に行われており、より効果的なプログラムを実施するためには、具体的にどのようなソーシャルスキルが友人関係の満足に関連しているのかという点についても、明らかにしておく必要がある。そこで、本研究の第2の目的は、「友人との関係」の要因に着目し、友人関係への満足度とソーシャルスキルとの関連について検討することとした。

方 法

対象者

本研究の対象者は K 大学文系学部 に所属する 1～2 年生 352 名 (男子 175 名、女子 177 名; 1 年生 297 名、2 年生 55 名) であった。

対象者は全て同一の学部 に所属し、研究者の担当する授業科目を履修していた学生であった。

実施時期

調査の実施時期は、2012 年 1 月であった。

質問紙

以下の 3 つの尺度を含む質問紙を作成した。

① 大学生生活充実度尺度 (奥田他, 2010) 川上・坂田・佐久田・奥田 (2005) が作成した 45 項目から成る尺度を、奥田他 (2010) が再分析したものを使用した。奥田他 (2010) の分析で因子負荷量が .40 に満たない項目は削除されたため、39 項目を本研究では使用した。また、この尺度は「フィット感」「交友満足」「学業満足」「不安」の 4 因子で構成されていた。回答方法は「1. ほとんどあてはまらない」「2. あまりあてはまらない」「3. ややあてはまる」「4. かなりあてはまる」の 4 件法であり、平均値を求め大学生生活充実度の得点とした。

② 成人用ソーシャルスキル自己評定尺度 (相川・藤田, 2005) 35 項目から成る尺度で、「記号化」「解説」「感情統制」「関係開始」「関係維持」「主張性」の 6 因子で構成されていた。回答方法は、「1. ほとんどあてはまらない」「2. あまりあてはまらない」「3. ややあてはまる」「4. かなりあてはまる」の 4 件法であり、下位尺度ごとの合計、および全項目の合計をそれぞれ算出し、得点とした。

③ 大学生生活充実感尺度 (坂柳, 1997) ①の大学生生活充実度尺度とは異なり、学業や対人関係といった領域の区別なく、大学生生活全般についての充実感を測定する 10 項目の尺度である。主に、大学生の内的な適応状態に着目した充実感や心理的安定感を測定するものである。回答方法は「1. 全くあてはまらない」「2. あまりあてはまらない」「3. どちらともいえない」「4. ややあてはまる」「5. よくあてはまる」の 5 件法であり、全ての項目の合計を算出して、大学生生活充実感の得点とした。

Table 1. 大学生生活充実度尺度の因子分析の結果

因子名	No.	項目内容	平均	SD	因子負荷量			
					F1	F2	F3	F4
交友 満足	3	学内の友人関係に満足している	3.0	.90	.819	-.052	.029	.127
	16	大学では周りの人と楽しい時間を共有している	3.1	.85	.739	.170	-.104	.180
	29	大学で孤立感をおぼえることがある*	2.3	.94	-.738	.210	-.011	.182
	33	大学の友人の中では浮いていると感じる*	2.1	.89	-.734	.217	-.080	-.011
	25	大学生活が楽しい	3.0	.86	.707	.218	.053	.095
	23	大学では周囲に溶け込んでいる	2.7	.78	.652	.079	-.032	-.020
	9	大学で本当に親しい友人はいない*	1.9	.96	-.627	-.020	.180	-.017
	20	大学は居心地が良い	2.8	.83	.608	.258	.004	-.074
	24	この大学は自分に合っていないような気がする*	2.1	.83	-.593	.106	-.267	.059
	5	大学で寂しさを感じる*	2.2	.95	-.560	.042	-.059	.157
	11	大学で良い友人に出会えた	3.4	.76	.548	.237	-.170	.156
	32	この大学が嫌で他の大学に移りたいと思うことがある*	1.9	.98	-.501	.207	-.315	.063
36	大学での交友関係はせまい*	2.8	.95	-.450	-.104	.152	.187	
期待感	14	大学で自分が成長できそうだと	2.9	.75	.004	.715	.096	.046
	15	大学で、今後の生き方について考えられそうだと	2.9	.76	-.044	.699	.024	.042
	8	自分のやりたいことが大学で見つかりそうだと	2.6	.81	-.059	.656	.100	-.190
	7	大学で学ぶことで自分を深めることができそうだと	2.8	.82	-.182	.638	.307	.059
	22	大学生活に意味を感じている	2.6	.80	.094	.578	.037	-.212
	2	大学ではいろいろな可能性が開けていると思う	3.1	.73	.013	.571	.016	.068
	27	大学ではいろいろなことができそうだと	3.1	.74	.221	.538	.062	.173
	1	大学では積極的に取り組めるものがある	2.7	.89	-.015	.526	-.068	-.147
	39	大学で熱中できるものがある	2.5	.97	.061	.498	-.085	-.257
学業 満足	37	自分の所属している専攻の授業内容に満足している	2.5	.81	.046	.003	.813	.058
	30	学びたいことが大学で学べている	2.6	.82	-.020	.163	.707	.008
	10	興味のあることが大学で学べている	2.8	.82	-.030	.281	.622	.081
	26	大学の授業が面白い	2.4	.82	-.018	.174	.581	.032
	17	授業内容が予想したものと違う*	2.8	.82	.083	.221	-.542	.273
	4	自分の所属している専攻は自分に合っていないような気がする*	2.0	.91	-.064	.078	-.539	.060
	21	大学教員の熱意を感じる	2.5	.72	-.026	.135	.450	.110
	38	大学では将来役に立ちそうなことが学べている	2.6	.81	-.031	.301	.366	-.049
不安	31	これからの大学生生活の先が見えず不安である	2.8	.86	-.195	-.028	-.047	.617
	19	4年間の大学生活で何をしたら良いのかわからない	2.7	.88	.028	-.357	.056	.605
	6	将来の進路について不安である	3.3	.86	.070	.011	.036	.569
寄与率					29.3	12.6	6.0	4.8

注1) *のついた項目は逆転項目

注2) 因子負荷量が.40を下回った項目を省き、最終的に4因子構造を仮定してPromax回転を行った

その他の指標

その他の指標として、対象者の同意を得た上で、当該科目の出席率と成績についても、「学業」の指標として含めた。また、性別、学年、所属する専攻についても回答させた。

手続き

質問紙は授業時間内に配布および回収を行った。なお、研究者は当該科目の担当教員であったが、質問紙への回答は任意とし、回答しなくても授業成績等には不利益が生じないことを対象者にも説明した上で実施した。また、研究の実施手続きは、研究を実施した学部の倫理基準を満たしたものであった。

結果

大学生生活充実度尺度の因子分析結果

大学生生活充実度尺度については、本研究で改めて因子分析を行った。その結果、奥田他(2010)の結果と同様に4因子が抽出され、因子負荷量が.40を下回った項目を削除し、最終的に33項目となった。この33項目に対して、4因子構造を仮定してPromax回転を行った結果がTable 1に示されている。本研究で得られた結果は、各因子を構成する項目が奥田他(2010)とは一部異なっており、奥田他(2010)が「フィット感」と命名していた因子については、項目の内容から「期待感」と因子名を改め、本研究ではその後の分析を行った。各因子の α 係数は、「交友満足」因子において.877、

「期待感」因子において.864、「学業満足」因子において.846、「不安」因子において.673であった。「不安」因子では若干低い値であったが、その他の因子では α 係数が.8以上の値を示しており、概ね十分な内的整合性が確認できた。

指標間の相関

指標間の相関を求めた結果をTable 2に示した。大学生生活充実感と大学生生活充実度に含まれる4つの下位尺度全てとの間に、有意な相関が見られた。「期待感」「交友満足」「学業満足」とは正の相関、「不安」とは負の相関が見られた。

また、ソーシャルスキルの得点と、大学生生活充実感、大学生生活充実度の4つの下位尺度の間にも有意な相関が見られた。ソーシャルスキルと大学生生活充実度の「不安」との間には負の相関が見られたが、それ以外とは全て正の相関が見られた。

成績は大学生生活充実度の「期待感」および「学業満足」との間に有意な正の相関が見られたが、それ以外の指標との間には有意な相関は見られなかった。出席率については、成績との間にのみ有意な正の相関が見られた。

各指標の平均値および標準偏差

各指標の平均値および標準偏差をTable 3に示した。学年差について、本研究の対象者は1～2年生のみであったため、1年生と2年生の

Table 2. 指標間の相関係数

	大学生生活充実度				ソーシャル スキル	成績	出席率
	期待感	交友満足	学業満足	不安			
大学生生活充実感	.629**	.655**	.380**	-.505**	.335**	.044	.098
大学生生活充実度：期待感		.477**	.586**	-.376**	.284**	.169**	.059
大学生生活充実度：交友満足			.220**	-.233**	.283**	-.035	.057
大学生生活充実度：学業満足				-.360**	.125**	.227**	.097
大学生生活充実度：不安					-.301**	-.079	-.039
ソーシャルスキル						-.094	-.094
成績							.400**

** $p < .01$

Table 3. 各指標の平均値および標準偏差 (SD)

		全体		1年生		2年生		男子		女子	
		平均	SD	平均	SD	平均	SD	平均	SD	平均	SD
大学生生活充実感		30.3	7.41	30.4	7.45	30.1	7.31	30.7	7.62	29.9	7.21
大学生生活充実度	期待感	2.8	.56	2.8	.57	2.7	.54	2.8	.57	2.8	.55
	交友満足	2.9	.60	2.9	.60	2.9	.61	2.9	.63	2.9	.56
	学業満足	2.5	.46	2.4	.45	2.5	.48	2.4	.46	2.5	.45
	不安	2.9	.68	2.9	.68	3.0	.66	2.9	.72	3.0	.63
ソーシャルスキル	関係開始	18.5	5.55	18.6	5.68	18.1	4.85	18.7	5.42	18.3	5.69
	解読	21.3	4.26	21.5	4.00	20.3	5.40	21.4	4.57	21.2	3.94
	主張性	17.1	3.87	17.1	3.94	16.8	3.46	17.8	3.75	16.4	3.87
	感情統制	9.3	2.75	9.3	2.79	9.35	2.55	9.8	2.71	8.9	2.72
	関係維持	11.6	1.99	11.6	1.94	11.6	2.27	11.7	2.17	11.5	1.80
	記号化	11.0	2.61	11.0	2.62	10.9	2.61	10.7	2.67	11.3	2.53

差について検討を行った。その結果、いずれの指標においても学年による有意な差は見られなかった。この結果については、1年生と2年生のサンプル数が大きく異なることが影響している可能性はある。

また、性差について検討した結果、大学生生活充実度の「学業満足」の得点において、有意差が見られ ($t(350) = 2.08, p < .05$)、女子の方が男子よりも学業満足の得点が高かった。また、ソーシャルスキルの「主張性」($t(350) = 3.49, p < .05$)、「感情統制」($t(350) = 3.09, p < .05$)、「記号化」($t(350) = 2.07, p < .05$)の3つの下位尺度においても有意差が見られ、総得点 ($t(350) = 1.72, p < .1$) では有意な傾向で差が見られた。「主張性」と「感情統制」については男子の方が女子よりも得点が高く、「記号化」については女子の方が得点が高かった。また、ソーシャルスキルの総得点については、男子の方が女子よりも高い傾向が見られた。その他の指標については、性差は見られなかった。大学生生活充実度の「学業満足」とソーシャルスキルのいくつかの下位尺度において性差が見られたため、性別ごとに以下の分析を行ってみたが、全体の結果と差異が見られなかったため、以下では全体の結果のみ報告する。

大学生生活充実感を規定する要因

大学生生活充実感の規定要因を検討するため、大学生生活充実感尺度の得点を目的変数、大学生生活充実度尺度の4つの下位尺度の得点を説明変数として、重回帰分析を行った (Table 4)。大学生生活充実度の4つの下位尺度のうち、大学生生活充実感に最も強い関連が見られたのは、「交友満足」であった。次いで、「期待感」や「不安」が大学生生活充実感とそれぞれ関連していた。「学業満足」については、大学生生活充実感に対して有意な関連が見られなかった。

以上の結果より、大学生生活充実感を規定する要因には「交友満足」「期待感」「不安」の3つがあり、その中でも「交友満足」の要因が大学生生活充実感に最も強く影響することが示唆された。一方で、「学業満足」については、大学生生活充実感を規定する要因ではないという結果となった。

Table 4. 大学生生活充実感の規定要因

		大学生生活充実感	
		β	
大学生生活充実度	期待感	.315	**
	交友満足	.438	**
	学業満足	-.004	
	不安	-.286	**
R^2		.628	**

β : 標準偏回帰係数

** $p < .01$

「交友満足」とソーシャルスキルとの関連

大学生生活充実感に最も強い関連が見られた「交友満足」について、どのようなソーシャルスキルが関連しているかを検討した。大学生生活充実度の「交友満足」の得点を目的変数、ソーシャルスキルの6つの下位尺度の得点を説明変数として、重回帰分析を行った (Table 5)。その結果、「関係開始」(例、誰とでもすぐに仲良くなれる) や「関係維持」(例、相手の立場を考えて行動する) の得点が高い学生ほど、交友満足が高いことがわかった。一方で、「解読」(例、表情やしぐさで相手の思っていることがわかる) や「感情統制」(例、感情をあまり表に出さないでいられる) の得点が高い学生ほど、交友満足が低いことが示された。

Table 5. 交友満足に関連するソーシャルスキル

		交友満足	
		β	
ソーシャルスキル	関係開始	.349	**
	解読	-.171	**
	主張性	-.107	
	感情統制	-.124	*
	関係維持	.301	**
	記号化	.038	
R^2		.202	**

β : 標準偏帰係数

** $p < .05$ 、* $p < .01$

考 察

大学生生活充実感の規定要因

本研究の目的の1つ目は、大学生の適応を規定する要因を明らかにすることであった。本研究の結果から、大学生生活の充実感を規定する要因としては、学業以上に友人関係への満足が重要であることが示された。また、この結果は、小学生から高校生までを対象にこれまで行われた学校適応の規定要因を検討する研究で得られた結果とも一致した。したがって、大学までを含め、学齢期を問わず、友人関係が良好であり満足していることは適応にとって重要であるこ

とが示された。

ただし、本研究の対象者は大半が1年生であったことに留意すべきである。この結果は新入生という特徴が大きく反映されたものであると考えることもできる。つまり、入学直後の新しい環境において、安定した友人関係が築けていない段階を経て、調査を実施した時期には徐々に安定した友人関係が築けてきているだろうことを考えると、順調にそのように友人関係を築けているという実感がある学生と、まだなかなか安定する友達ができていないと感じている学生とでは、適応感の感じ方に違いが見られると思われる。入学直後はみな同じスタートラインに立っているところから、ある意味友人関係の築き方について個人差が出てきている時期とも言えるだろう。それだけに、友人関係に対する満足度が適応感に大きく影響する要因となったことが考えられる。

一方で、学業満足が適応感の規定要因とならなかった点については、これも対象者が1~2年生であったことが影響している可能性がある。特に、本研究の対象者の大半を占める1年生は、受講している科目のほとんどが教養科目であり、自分の所属している専攻の専門科目についてはほとんど学んでいない段階である。学生の中には、このような状況について「学びたいものが学べていない」「思っていたのと違った」と言う者もいることから、1~2年生のうちには興味のある内容に関連する授業科目をすぐに受講できるわけではないため、学業満足が得られにくいことが考えられる。したがって、1年生から4年生までを含めて検討した場合には、また違った結果が得られていた可能性も考えられる。

また学業満足が規定要因とならなかったもう一つの要因の可能性として、学業満足と適応感との間に、大学生生活充実度の「期待感」が媒介していることも考えられる。適応感と「期待感」の間の相関が高く、また「期待感」と学業満足との相関も高かったことから、学業満足が直接的に適応感を高めるのではなく、それが大学での今後の学びへの期待へとつながり、その

期待感が適応感を高めるという関係性も十分に考えられる結果であった。この点については、さらにパス解析等を用いた検討をしていく必要がある。

また、本研究の結果は、あくまでも対象者全体としての結果であり、これが必ずしも個々の学生にあてはまるとは限らない。「交友満足」が大学生生活充実感を最も強く規定する要因であるとはいえ、大学生の中には、対人関係を充実させることよりも、学業だけに取り組みたいという学生も当然ながらいることから、大久保（2004）はそれぞれの個人にとっての大学環境の意味づけも考慮した上で、適応をとらえる必要があると述べている。つまり、本研究の結果は、大学生の不適応を予防するための早期介入や予防的取り組みとして応用できるかもしれないが、その中でもあくまでも学生個別の特徴をつかみ取り、対人関係を中心としたアプローチでは適合しない学生にはどうフォローしていくかということも、同時に考えておく必要がある。

友人関係の満足度に関わるソーシャルスキルについて

本研究の目的の2つ目は、友人関係への満足度とソーシャルスキルとの関連について検討することであった。結果より、友人関係の満足度が高い学生ほど、関係開始や維持に関わるスキルが高いということがわかった。特に、本研究の対象者は1～2年生であったため、新しい友人関係を築き、良好な状態でその関係を保つということが、何よりも重要となってくることは納得がいく点である。一方で、解読や感情統制のスキル高くなると、友人関係の満足度が低くなるという結果は、現代青年の友人関係のあり方を顕著に表している。高校生を対象とした研究からの知見であるが、現代青年が友人関係において最も不安を感じることは、友人から嫌われたり批判されること、友人と対立したりその場の雰囲気壊すようなことをして疎外されることだと言われている（渡部、2009）。高校生と大学1～2年生が年齢的にも発達段階的

にも近いと考えると、大学生が大学で一緒に過ごす友達を欲しいと考えているものの、その友達が自分のことをどう思っているかが非常に気になったり、また相手の気持ちを考えすぎるといふことがあると、結果として友人関係の満足度は低くなってしまふことがここから読み取れる。

このような結果を踏まえて、大学生に対して適切なソーシャルスキルを形成すべく、トレーニングすることが大学生生活の適応を高める一つの手段となることが考えられる。実際に、これまで大学生を対象にSSTを実施した研究もいくつか見受けられるが、具体的にどのようなスキルを標的としてトレーニングするかについては、実施者の判断や先行研究を参考にして決定されている場合が多い（例、金山・小野・宮城、2007；栗林・中野、2007）。これは、トレーニング実施時点において対人的な問題を抱えている者を特別に対象としているわけではないために、「一般的に必要とされる」スキルが選ばれている傾向が強いと思われる。しかし、SSTが実施された一部の大学生は、コミュニケーションの相手や状況に対してより鋭敏な反応を示すようになり、その結果としてシャイネスが高まったと考えられるような結果を示す研究もある（後藤・宮城・大坊、2004）。したがって、「一般的に必要とされる」という基準での標的スキルの選定方法だけではなく、大学生の友人関係に必要とされるスキルは何かというニーズアセスメントに基づいた標的スキルの決定も重要であるように思われる。本研究の結果からは、「関係開始スキル」と「関係維持スキル」が、特に大学1～2年生の友人関係の満足度に関係していることが示されたため、大学生へのSSTとして、これらのスキルを標的として実施することは効果的であることが考えられる。一方で、「感情統制スキル」や「解読スキル」については、一般的には重要なスキルだとされるものであるが、これらのスキルをトレーニングすることで、一部の大学生には後藤他（2004）の研究に見られたような逆効果が生じる可能性も考えられる。だからこそ、対象学生

のニーズを十分に把握した上で、標的スキルを決定しトレーニングを実施することが重要である。

ただし、本研究で得られた、友人関係の満足度に関連するソーシャルスキルについての結果も、対象者が大学1～2年生であるということが大きく影響している可能性があり、大学も3～4年生になるとゼミが始まることでより密接に関わりあう仲間が増え、所属感が強くなることが考えられる。したがって、学年が上がるほどより深い友人関係を築く者も増えてくることが考えられ、友人関係の満足度に関連するソーシャルスキルはまた違ってくる可能性もある。

また、本研究の結果では、「交友満足」とソーシャルスキルの関連が明らかにはなかったものの、その分散の割合が低いことには留意すべきである。「交友満足」を高めることに関わる要因は、ソーシャルスキルに限らないため、その他の要因の可能性について今後検討を進めていき、SST以外の介入の可能性についても追究する必要がある。

今後の展望

先にも述べたように、本研究の結果は、大学1～2年生という特徴が大きく反映された結果である可能性が大きいので、3～4年生という上級生ではまた異なった結果が得られることが考えられる。したがって、今後の検討としては、大学3～4年生も含めた形で、大学生活充実感の規定要因をさらに検討していく必要がある。もし、下級生と上級生で規定要因に違いが見られるのだとすれば、下級生向けと上級生向けで、大学生の適応を促進する介入にも異なる特徴を備えたものが必要ということになる。

また、本研究では規定要因の中に、「教員との関係」を含めなかったが、見館・永井・北澤・上野(2008)は「教員とのコミュニケーション」が「学習意欲」に影響を与え、さらに「大学生生活の満足度」に寄与していることを明らかにしている。教員が大学生生活充実感にどのように貢献しうるかを検討していくことは、大

学の学生サービスの向上を考えていく上で、今後重要となってくると思われる。

さらに、樋口(2007)の研究では、学業や友人関係だけでなく、家族関係や大学外での交遊関係、クラブ活動、アルバイトに対する満足度も大学に対する適応感と正の相関関係が見られたことから、さらに幅を広げて規定要因については検討する必要もある。大学での留年や休学、退学の状況を見ていると、そこに深夜までのアルバイトによる生活リズムの乱れや、家族関係の問題を抱えていることなどが関係している事例も見られる。大学としてどの範囲にまでサポートを広げるかは判断が難しい点ではあるが、少なくとも学生の生活を取り巻く様々な要因が、大学生生活への適応にどう影響しうるのかということについては、理解しておく必要があるだろう。その上で、大学として学生の適応を促進するために何ができるかを、今後検討していくことが課題となる。

引用文献

- 相川充・藤田正美(2005). 成人用ソーシャルスキル自己評定尺度の構成 東京学芸大学紀要 1部門, 56, 87-93.
- 藤井義久(1998). 大学生生活不安尺度の作成および信頼性・妥当性の検討 心理学研究, 68, 441-448.
- 後藤学・宮城速水・大坊郁夫(2004). 社会的スキル・トレーニングの効果性に関する検討 ―得点変化のパターンにみる参加者クラスタリングの試み― 電子情報通信学会技術研究報告 HCS, ヒューマンコミュニケーション基礎, 104, 7-12.
- 橋本剛(2000). 大学生における対人ストレスイベントと社会的スキル・対人方略の関連 教育心理学研究, 48, 94-102.
- 樋口康彦(2007). 大学生の適応に影響を与える要因に関する考察 ―ソーシャルスキル, 交友関係などの観点から― 国際教養学部紀要, 3, 97-102.

- 金山元春・小野昌彦・宮城洋平 (2007). 教職課程に在籍する大学生に対する社会的スキル訓練 奈良教育大学教育学部付属教育実践総合センター紀要, **16**, 139-144.
- 川上正治・坂田浩之・佐久田祐子・奥田亮 (2005). 新入生オリエンテーションに関する研究(1) 日本心理学会第69回大会発表論文集, 1251.
- 栗林克匡・中野星 (2007). 大学生における社会的スキル・トレーニングの成果と評価 北星論集(社), **44**, 15-26.
- 見館好隆・永井正洋・北澤武・上野淳 (2008). 大学生の学習意欲, 大学生生活の満足度を規定する要因について 日本教育工学会論文誌, **32**, 189-196.
- 文部科学省 (2014). 平成26年度学校基本調査(速報値)の公表について 2014年8月7日 <http://www.mext.go.jp/component/b_menu/houdou/_icsFiles/afieldfile/2014/08/07/1350732_01.pdf> (2015年3月17日)
- 中園尚武・野島一彦 (2003). 現代大学生における友人関係への態度に関する研究 - 友人関係に対する「無関心」に注目して - 九州大学心理学研究, **4**, 325-334.
- 西村昭徳・石崎一記 (2008). リレーションを重視したオリエンテーションが新入生の大学生生活適応感に及ぼす影響 東京成徳大学人文学部研究紀要, **15**, 51-60.
- 奥田亮・川上正浩・坂田浩之・佐久田祐子 (2010). 大学1回生から4回生までの横断および縦断データから見た大学生生活充実度の推移 樟蔭女子大学人間科学研究紀要, **9**, 1-14.
- 大久保智生 (2004). 新入生における大学環境への主観的適応に関するPAC(個人別態度構造)分析 パーソナリティ研究, **13**, 44-57.
- 大久保智生 (2005). 青年の学校への適応感とその規定要因 - 青年用適応感尺度の作成と学校別の検討 教育心理学研究, **53**, 307-319.
- 大対香奈子・大竹恵子・松見淳子 (2007). 学校適応アセスメントのための三水準モデル構築の試み 教育心理学研究, **55**, 135-151.
- 坂柳恒夫 (1997). 職業的不安と大学生生活充実度との関係 愛知教育大学教科教育センター研究報告, **21**, 79-85.
- 佐久間祐子・柴原宣幸・村上千鶴子 (2010). 大学生の学校適応過程に関する縦断的研究(1) - 大学入学時と大学1年前期の精神的健康度 - 日本橋学館大学紀要, **9**, 63-70.
- 清水一 (2013). 大学の偏差値と退学率・就職率に関する予備的分析: 社会科学系学部のケース 大阪経大論集, **64**, 57-70.
- 高岡しの・猪澤歩・森際孝司・本岡寛子・大対香奈子・藤田昌也・三田村仰・林敬子 (2013). 女子大学生に対するグループワークプログラム実践の試み 日本教育心理学会第55回総会発表論文集, 610.
- 田中存・菅千索 (2006). 大学生生活不安に関する心理学からのアプローチ 和歌山大学教育学部紀要, **57**, 15-22.
- 戸ヶ崎泰子・秋山香澄・嶋田洋徳・坂野雄二 (1997). 小学生用学校不適応尺度開発の試み ヒューマンサイエンスリサーチ, **6**, 207-220.
- 和田実 (1992). 大学新入生の心理的要因に及ぼすソーシャルサポートの影響 教育心理学研究, **40**, 386-393.
- 渡部麻美 (2009). 高校生における主張性の4要件と精神的適応との関連 心理学研究, **80**, 48-53.
- 山田ゆかり (2006). 大学新入生における適応感の検討 名古屋文理大学紀要, **6**, 29-36.
- 山崎理央・三宅幹子・橋本優花里・平伸二・松田文子 (2005). 大学生へのピア・サポート訓練による自尊心や自己開示, 社会的スキルへの効果の検討 福山大学人間文化学部紀要, **5**, 19-30.