

ストレス脆弱性克服に挑む教育科学

—ストレス状況において大学生が求める大学教員からの支援—

石田 弓*・堀 匡**・品川由佳*・兒玉憲一**

岡本祐子**・松下姫歌**・大塚泰正**

(*広島大学大学院教育学研究科附属心理臨床教育研究センター)

(**広島大学大学院教育学研究科心理学講座)

問題と目的

1. 大学生の心身の不適応問題とソーシャル・サポート

大学生(以下、学生)の心身の不適応問題については、これまでも多くの関心が向けられてきた。1970年代から学生の無気力状態として、Walters(1961 笠原・岡本訳 1975)の「スチューデント・アパシー(student apathy)」がわが国でも注目されるようになり、笠原(1988)はこうした問題を捉えて、「退却神経症」という新しい神経症を提唱している。また、最近では学生の抑うつ状態やうつ病も深刻な社会問題となり、自殺につながるケースもある。警察庁生活安全局(2009)によると、2008年における大学生の自殺は536件で、増加傾向にある。自殺の主な原因としては、学業不振や進路に関する悩みなどの「学校問題」やうつ病を含めた病気の悩みなどの「健康問題」が多いが、他にも失恋などの「男女問題」、就職の失敗などの「経済・生活問題」、親子関係の不和などの「家庭問題」が挙げられており、ごく日常的な出来事によって深刻な事態が引き起こされていることがわかる。

石田・前田・品川・兒玉・岡本・松下・大塚(2009)も、学生が日常生活で経験するストレスと抑うつ感との関連について研究を行ったが、一般的な大学生はそれほど強いストレスを経験しておらず、多くはこれを克服することで、心理的な成長がみられるものと思われる。しかし、経験するストレスが強まると抑うつ感も強まることが示唆されたことから、ストレスにうまく対処できない学生は、心身の適応を崩し、大学生活全般を維持することが難しくなることもあると考えられる。

一方、ストレスを経験しても、適応を維持することのできる要因として、個人のパーソナリティ特性やコーピング・スタイル、あるいは周囲からのソーシャル・サポートなどが注目されている。とくにソーシャル・サポートには、親や友人、学校教員などの身近な対象から専門機関によるものまで幅広く存在するが、身近な対象は不適応状態を早期に発見し、専門機関へと橋渡しする機能を果たすこともある。しかし、こうした対象が存在しても、援助を拒んだり、抵抗が生じる学生もいるため、問題が深刻化してしまうことも少なくない。

こうしたことは、他者への自己開示に関する性格の要因も関連していると思われるが、身近な対象との日頃からのコミュニケーションのあり方も関連していると考えられる。とくに教育・指導をする立場にある大学教員(以下、教員)は、学生の適応状態にも関心をもち、健全な大学生活を送

るための支援者であることも求められる。しかし、多くの学生は何らかのストレスや悩みを抱えたときに、身近にいる教員を相談相手とみなしているのであろうか。

そこで本研究では、ストレス時における身近なソーシャル・サポートに注目し、教員による不適応問題への支援が学生にどのように認識されているかを検討する。

2. 大学生の心身の不適応問題に対する大学教員による支援

平成7年より、全国の公立小中学校にスクールカウンセラーが派遣されるようになり、児童・生徒の心理的な不適応の予防や改善のために効果を上げている。また、こうした流れと並行して、すべての教員がカウンセリング・マインドをもって児童・生徒に援助的に関わっていくことの重要性も指摘されている。そして、児童・生徒が抱えやすい不適応問題についての理解を深め、適切に対処していくための研修も盛んに行われているが、小中学校でこうした体制にある学校を経験してきた現在の大学生は、大学における学生支援のあり方をどのように感じているのであろうか。

大学では学生の心身の健康を支援するために、保健管理センターや学生相談室が設置されており、常勤の精神科医やカウンセラーが配置されていることが多い。しかし、こうした専門家を利用している学生は決して多くないことを考えると、大学でも一般の教員が学生の心身の健康に対して積極的に関心を向け、支援していくための体制を構築していく必要があるが、これはまだ十分ではないことが推察される。これには、学生と教員との関係が高校時代までに比べるとそれほど密接でないだけでなく、教員が学生を「すでに大人である」と見なし、自分で問題を解決できると判断しているところも大きいのではないかと思われる。しかし、青年期はまだ人格形成の途上にあり、学業や進路に関する課題に主体的に取り組み、課外活動や対人関係でも社会的な責任をより求められる状況に直面するなかで、強いストレスを抱える学生が現れても不思議ではない。そして、不適応状態に陥った際には、早期の発見や対応が必要であることから、大学においても教員による学生の支援が果たす意義は大きい。

しかし、今日の教員は学生の心身の健康を支援するための知識や技能をどの程度有しており、またどれぐらい積極的に支援していこうとしているのであろうか。筆者らの経験では、学生相談室とうまく連携しながら教員に可能な対応をすることで、学生の適応の回復を支援できている教員もみられた。しかし、教員の対応が不十分であったり、不適応問題に対する理解が適切でないために、問題が悪化してしまったケースもあった。よって、ストレスや悩みを抱えている学生に対して、教員もカウンセリング・マインドをもって支援していく体制を構築していくことは、学生の不適応問題の深刻化を予防するだけでなく、教員との関わりによって問題が悪化することを防ぐという意義もあると思われる。

3. 本研究の目的

本研究では、学生がストレスや悩みを抱えた状況で、周囲に支援を求めていくこともストレス脆弱性を克服するための重要な視点であると考え、とくに学生が身近な教員に支援を求めることを促す要因や阻害している要因を学生の視点からだけでなく、普段から学生に関わっている教員の視点からも明らかにすることを目的とする。その上で、学生が教員に支援を求めやすくなるためには、また教員が学生の不適応問題を早期に発見し、深刻化する前に支援していくためには、どのような

工夫や注意が必要になるのかを検討するために、以下の2つの調査を行うこととする。

まず、学生が日常的に抱えているストレスや心理的負担の種類や程度を調べ、その上で悩みを抱えたときに、身近な教員に支援を求めることについてどのように感じているか、また支援を求めないのであれば、そこにはどのような要因があるのかを明らかにする。次に、教員は普段から学生の心身の健康に対してどの程度の関心や注意を向けているのか、また不適応問題を抱えている学生にどのように対応しているのかを明らかにする。

方法

1. 対象者

広島県 A 大学の教育学部を中心とした学部生 435 名に調査を行った。このうち基礎データに欠損のあった 5 名を除いた 430 名（男性 174 名、女性 256 名；1 年生 71 名、2 年生 28 名、3 年生 291 名、4 年生 40 名）を分析対象とした。また、広島県 A 大学教育学部の教員を対象に調査を行い、返却のあった 85 名（男性 66 名、女性 19 名）を分析対象とした。

2. 質問紙の構成

(1) 学生に対する質問紙（補助資料）

1) **ストレッサー尺度**：大学生用ストレス自己評価尺度（Stress Self-Rating Scale : SSRS）（尾関，1990，1993）を参考にして、大学生が体験するストレッサーの程度を調べるための質問項目を作成した（10 項目，5 件法）。点数が高いほど，ストレスが強いことを示している（最高 40 点）。

2) **心理的健康に関する尺度**：学生の心理的健康を調べるため，中川・大坊（1985）の日本語版一般健康尺度（General Health Questionnaire : GHQ）の 12 項目短縮版を用いた（12 項目，4 件法）。点数が高いほど，心理的健康が悪いことを示している（最高 48 点）。

3) **大学教員にストレスや悩みの相談をすることに関する質問**：ストレスや悩みを教員に相談することに関する学生の意識を調べるための質問項目を作成した（10 項目）。

(2) 大学教員に対する質問紙（補助資料）

学生からの悩みの相談に対する教員の意識を調べるための質問項目を作成した（9 項目）。

3. 調査期間

学生，教員いずれも 2009 年 10～11 月に調査を行った。

4. 調査手続き

学生に対する調査は，講義時間の一部を使って集団法で行った。教員に対する調査は，質問紙を各教員のメールボックスに配布して個別に行い，返却には回収ボックスを用いた。

結果

1. 学生対象の調査について

(1) 全体的な傾向

1) SSRS と GHQ 12

SSRS の平均値は 16.6 であり，学生が経験するストレッサーは全体的に高いものではなかった。平均値が 2（ややつらかった）以上のストレッサーは，「学業」（2.1），「進路や生き方」（2.2），「自

分の性格や能力」(2.2),「家族以外の対人関係」(2.3)に関するものであった。また, GHQ の平均値は 26.3 であり, 学生の心理的健康も全体的に悪いものではなかった。なお, 2 つの尺度には中程度の有意な相関がみられた ($r=0.413, p<.01$)。

2) 日常的にストレスや悩みを抱えたときの相談相手

「友人・恋人」(89.0%) や「家族」(61.4%) が多く, 「大学教員」(5.6%) や「保健管理センターあるいは専門機関の精神科医やカウンセラー」(0.5%) は少数であった。また, 「誰にも相談しない」(7.5%) は 1 割未満であった。

3) ストレスや悩みを相談してもよいと思う大学教員

「所属するコースや専攻のチューター」(53.1%) が多かった。「指導教員」(32.6%) と「そういう大学教員はいない」(31.9%) は, いずれも 3 割程度であった。

4) 大学教員に相談してもよいと思うストレスや悩みの内容

「学業」(94.2%) や「進路や生き方」(87.4%) に関するストレスが多かった。「生活上のトラブルや病気, 怪我」(21.5%) と「自分の性格や能力」(19.8%) は 2 割程度であった。

5) 大学教員にストレスや悩みを相談するときにもっとも期待すること

「ストレスや悩みを軽減・解消するための参考になるアドバイスや情報」(78.4%) が多く, 「ストレスや悩みを軽減・解消するための直接的な対応」(11.3%) や「話を聴いてもらえるだけでよい」(9.9%) は 1 割程度であった。

6) 相談してもよいと思う大学教員がいる学生でも相談しようと思わないときの理由

「そのストレスや悩みを知られることに, 心理的な抵抗を感じるから」(50.5%), 「時間をとらせたり, 気を遣わせたりして申し訳ないと感じるから」(41.1%), 「問題の軽減や解消につながらないと思うから」(46.3%), 「他に相談できる人がいるから」(48.1%) が多かった。また, 「自分自身で対処したいと思うから」(38.6%) も約 4 割であった。

7) 相談してもよいと思う大学教員がない理由

「ストレスや悩みを知られることに, 心理的な抵抗を感じるから」(39.3%), 「時間をとらせたり, 気を遣わせたりして申し訳ないと感じるから」(38.5%), 「親身になって理解してくれるとは思えないから」(42.2%), 「問題の軽減や解消につながらないと思うから」(45.2%), 「他に相談できる人がいるから」(45.2%), 「自分自身で対処したいと思うから」(32.6%) が多かった。また, 「普段から接するときには, 緊張や不安が生じるから」(31.9%) も 3 割程度みられた。なお, ここで「親身になって理解してくれるとは思えないから」を選んだ学生の割合 (42.2%) は, 「相談してもよいと思う教員がいる学生」でも相談しようと思わないときの理由として, これを選んだ割合 (18.2%) よりも多かった。

8) 大学教員が親身に相談に乗ってくれると思うかどうかについて

「少しは親身になってくれると思う」(57.0%) が多かったが, 「あまり親身になってくれないと思う」(24.1%) と「ほとんど親身になってくれないと思う」(10.0%) を合わせると 3 割以上となった。

9) 大学教員が相談に適切に対応できる知識や技能をもっていると思うかどうかについて

「少しはもっていると思う」(57.5%)が多かったが、「あまりもっていないと思う」(20.6%)と「ほとんどもっていないと思う」(7.7%)を合わせると3割程度になった。

10) 大学教員が悩んでいることに気づいて声をかけてくれたら相談してもよいと思う程度

その教員との関係がよければ、「じっくり相談してもよい」(42.2%)が約4割で、「少しぐらいは相談してもよい」(53.6%)が半数以上であった。「その教員との関係がどうであるかにかかわらず、相談してもよいとは思わない」(4.2%)はわずかであった。

11) 大学教員が相談に応じられることをアピールしていれば相談してもよいと思う程度

「相談してもよいという気持ちが強まる」(22.0%)は2割程度であり、「信頼できる教員でなければ、相談してもよいという気持ちは強まらない」(69.6%)が多かった。「相手が教員であれば、相談してもよいという気持ちは強まらない」(8.4%)は1割未満であった。

(2) 性差

1) SSRSとGHQ12

SSRSの合計得点は、女性の方が有意に高く($t(327)=-3.0, p<.01$), とくに「家庭」, 「学業」, 「課外活動」, 「進路や生き方」, 「性格や能力」に関するストレスが有意に強かった(順に $\chi^2(4)=26.8, p<.01, \chi^2(4)=13.5, p<.01, \chi^2(4)=14.1, p<.01, \chi^2(4)=23.2, p<.01, \chi^2(4)=15.6, p<.01$)。一方、GHQの合計得点では、統計的に有意な性差はみられなかった。

2) 日常的にストレスや悩みを抱えたときの相談相手

「家族」(男 40.5%, 女 75.7%)や「友人・恋人」(男 82.1%, 女 93.7%)は女性が有意に多かった(順に $\chi^2(1)=54.0, p<.01, \chi^2(1)=14.3, p<.01$)。「誰にも相談しない」(男 12.7%, 女 3.9%)は男性が有意に多かった($\chi^2(1)=11.5, p<.01$)。

3) ストレスや悩みを相談してもよいと思う大学教員

「所属するコースや専攻のチューター」(男 43.4%, 女 59.8%)は、女性が有意に多かった($\chi^2(1)=11.2, p<.01$)。「そういう大学教員はいない」(男 40.2%, 女 26.2%)は男性が有意に多かった($\chi^2(1)=9.4, p<.01$)。

4) 大学教員に相談してもよいと思うストレスや悩みの内容

「学業」(男 89.4%, 女 96.8%)や「進路や生き方」(男 80.8%, 女 91.0%)は女性が有意に多かった(順に $\chi^2(1)=6.7, p<.05, \chi^2(1)=6.4, p<.05$)。

5) 大学教員にストレスや悩みを相談するときにもっとも期待すること

これについては、統計的に有意な性差はみられなかった。

6) 相談してもよいと思う大学教員がいる学生でも相談しようと思わないときの理由

「他に相談できる人がいるから」(男 33.3%, 女 56.3%)は女性が有意に多く($\chi^2(1)=13.8, p<.01$), 統計的な有意差はなかったが、「そのストレスや悩みを知られることに、心理的な抵抗を感じるから」(男 43.1%, 女 54.6%)も女性が多かった。

7) 相談してもよいと思う大学教員がいない理由

「普段から接するときには、緊張や不安が生じるから」(男 23.2%, 女 40.9%), 「他に相談できる

人がいるから」(男 36.2%, 女 54.5%) は女性が有意に多かった(順に $\chi^2(1)=4.9, p<.05$, $\chi^2(1)=4.6, p<.05$)。統計的な有意差はなかったが、「時間をとらせたり, 気を遣わせたりして申し訳ないと感じるから」(男 33.3%, 女 43.9%) や「親身になって理解してくれるとは思えないから」(男 37.7%, 女 47.0%) も女性の方がやや多かった。

8) 大学教員が親身に相談に乗ってくれると思うかどうかについて

これについては, 統計的に有意な性差はみられなかった。

9) 大学教員が相談に適切に対応できる知識や技能をもっていると思うかどうかについて

これについては, 統計的に有意な性差はみられなかった。

10) 大学教員が悩んでいることに気づいて声をかけてくれたら相談してもよいと思う程度

これについては, 統計的に有意な性差はみられなかった。

11) 大学教員が相談に応じられることをアピールしていれば相談してもよいと思う程度

「相談してもよいという気持ちが強まる」(男 28.7%, 女 17.3%) と「相手が教員であれば, 相談してもよいという気持ちは強まらない」(男 12.1%, 女 5.9%) は男性が有意に多く, 「信頼できる教員でなければ, 相談してもよいという気持ちは強まらない」(男 59.2%, 女 76.8%) は女性が有意に多かった ($\chi^2(2)=15.4, p<.01$)。

(3) 指導教員の有無による比較

「すでに指導教員がいる」(決定群; 223 名), 「最近になって指導教員が決まった」(最近群; 50 名), 「まだ指導教員は決まっていない」(未決定群; 157 名) の 3 群で比較した。

1) 日常的にストレスや悩みを抱えたときの相談相手

これについては, どの相談相手においても統計的に有意な偏りはみられなかった。

2) ストレスや悩みを相談してもよいと思う大学教員

「指導教員」(決定 46.2%, 最近 30.6%) は, 決定群が有意に多かったが ($\chi^2(1)=3.9, p<.05$), 最近群でも約 3 割にみられた。「チューター」(決定 56.6%, 最近 46.9%, 未決定 49.7%) では, 統計的に有意な偏りはみられなかった。また, 統計的に有意な偏りはみられなかったが, 「そういう大学教員はいない」(決定 26.7%, 最近 36.0%, 未決定 38.2%) は, 決定群よりも最近群や未決定群がやや多かった。

3) 大学教員に相談してもよいと思うストレスや悩みの内容

これについては, どの項目でも統計的に有意な偏りはみられなかった。

4) 大学教員にストレスや悩みを相談するときにもっとも期待すること

これについては, 統計的に有意な偏りはみられなかった。

5) 相談してもよいと思う大学教員がいる学生でも相談しようと思わないときの理由

決定群では「時間をとらせたり, 気を遣わせたりして申し訳ないと感じるから」(決定 48.1%, 最近 38.7%, 未決定 29.8%) が有意に多かった ($\chi^2(2)=8.2, p<.05$)。最近群では「秘密が漏れそうで不安が生じるから」(決定 4.4%, 最近 19.4%, 未決定 5.3%) が有意に多かった ($\chi^2(2)=9.9, p<.01$)。統計的に有意な偏りはみられなかったが, 「自分自身で対処したいと思うから」(決定 43.7%, 最近 29.0%, いない 34.0%) は決定群が多く, 「他に相談できる人がいるから」(決定 46.8%, 最近 64.5%,

未決定 45.7%) は最近群に多かった。

6) 相談してもよいと思う大学教員がいない理由

これについては、どの項目でも統計的に有意な偏りはみられなかった。

7) 大学教員が親身に相談に乗ってくれると思うかどうかについて

これについては、統計的に有意な偏りはみられなかった。

8) 大学教員が相談に適切に対応できる知識や技能をもっていると思うかどうかについて

これについては、統計的に有意な偏りはみられなかった。

9) 大学教員が悩んでいることに気づいて声をかけてくれたら相談してもよいと思う程度

「じっくりと相談してもよいと思う」(決定 48.4%, 最近 30.0%, 未決定 37.2%) は決定群が有意に多く、「少しぐらいは相談してもよいと思う」(決定 46.6%, 最近 68.0%, 未決定 59.0%) は最近群が有意に多かった ($\chi^2(4)=10.5, p<.05$)。

10) 大学教員が相談に応じられることをアピールしていれば相談してもよいと思う程度

これについては、統計的に有意な偏りはみられなかった。

(4) 心理的健康の程度による比較

GHQ の合計得点の上位群 25% (107 名), 中位群 50% (215 名), 下位群 25% (107 名) の 3 群で比較した。なお, 3 群の平均値について分散分析を行ったところ, 1%水準で有意であり ($F(2,426)=924.46, p<.01$), 多重比較により 3 群間の平均値には差が認められた。

1) 日常的にストレスや悩みを抱えたときの相談相手

これについては、どの相談相手においても統計的に有意な偏りはみられなかった。

2) ストレスや悩みを相談してもよいと思う大学教員

「コースや専攻のチューター以外の教員」(上位 16.8%, 中位 8.8%, 下位 6.6%) は上位群が有意に多かった ($\chi^2(2)=7.0, p<.05$)。

3) 大学教員に相談してもよいと思うストレスや悩みの内容

これについては、どの項目においても統計的に有意な偏りはみられなかった。

4) 大学教員にストレスや悩みを相談するときにもっとも期待すること

これについては、統計的に有意な偏りはみられなかった。

5) 相談してもよいと思う大学教員がいる学生でも相談しようと思わないときの理由

「否定的に思われるのではないかという不安が生じるから」(上位 19.7%, 中位 11.6%, 下位 3.8%) と「時間をとらせたり, 気を遣わせたりして申し訳ないと感じるから」(上位 53.9%, 中位 34.1%, 下位 40.0%) は上位群が有意に多く (順に $\chi^2(2)=9.7, p<.01$, $\chi^2(2)=7.8, p<.05$), 「自分自身で対処したいと思うから」(上位 30.3%, 中位 35.7%, 下位 51.3%) は下位群が有意に多かった ($\chi^2(2)=8.1, p<.05$)。

6) 相談してもよいと思う大学教員がいない理由

「ストレスや悩みを知られることに, 心理的な抵抗を感じるから」(上位 44.8%, 中位 45.6%, 下位 15.4%) は下位群が有意に少なかった ($\chi^2(2)=7.9, p<.05$)。統計的に有意な偏りはみられなかったが, 「親身になって理解してくれるとは思えないから」(上位 58.6%, 中位 38.0%, 下位 38.5%) や「自分自身で対処したいと思うから」(上位 44.8%, 中位 27.8%, 下位 30.8%) は上位群が多く, 「他に相

談できる人がいるから」(上位 41.4%, 中位 41.8%, 下位 61.5%) は下位群が多かった。

7) 大学教員が親身に相談に乗ってくれると思うかどうかについて

統計的に有意な偏りはみられなかったが、「あまり親身になってくれないと思う」と「ほとんど親身になってくれないと思う」を合わせると上位群が多かった(上位 38.7%, 中位 35.5%, 下位 26.2%)。

8) 大学教員が相談に適切に対応できる知識や技能をもっていると思うかどうかについて

これについては、統計的に有意な偏りはみられなかった。

9) 大学教員が悩んでいることに気づいて声をかけてくれたら相談してもよいと思う程度

これについては、統計的に有意な偏りはみられなかった。

10) 大学教員が相談に応じられることをアピールしていれば相談してもよいと思う程度

これについては、統計的に有意な偏りはみられなかった。

2. 教員対象の調査について

(1) 全体的な傾向

1) 普段から身近な学生と会話をする機会

教員の4割が「多い方」40.0%と答え、「少ない方」(12.9%)は1割程度であった。

2) 身近な学生との付き合い方について考えるかどうかについて

教員の半数以上が「比較的良好に考える」(54.1%)と答え、「たまに考えることがある」(41.2%)も約4割であった。「ほとんど考えることはない」はなかった。

3) 身近な学生の心や身体の状態について気にしているかどうかについて

「よく気にしている」(34.1%)と「ある程度気にしている」(62.4%)がほとんどを占めており、「ほとんど気にしていない」はなかった。

4) 身近な学生の相談に応じることができることを普段から伝えているかどうかについて

「よく伝えている」(30.6%)と「たまに伝えている」(38.8%)が多かったが、「あまり伝えていない」(18.8%)と「ほとんど伝えていない」(11.8%)も合わせて約3割であった。

5) 身近な学生から受ける相談の内容とその後の対応

「学業」(71.8%)や「進路や生き方」(69.4%)が多かった。「家庭や家族」(24.7%)や「自分の性格や能力」(24.7%)、「家族以外の対人関係」(27.1%)は25~30%程度であり、「相談を受けることはない」(12.9%)が1割程度であった。「その後の対応」では、継続的に相談できることを伝えた上で、「教員からもときどき様子を聴く」(39.2%)と「様子を聴くことはなく、学生の主体性に任せている」(37.8%)がいずれも4割程度であり、「継続的に相談できることは伝えていないが、学生が相談に来れば様子を聴く」は16.2%であった。

6) 身近な学生のストレスや悩みの徴候に気づいたときの対応

「少し問題を感じるようになってきたら、様子を尋ねる」(52.9%)が約半数であり、「できるだけ早いうちから様子を尋ねる」(35.3%)も3割以上であった。

7) 身近な学生の様々な相談に応じていくことについて

「内容が何であれ、継続的に対応していく必要がある」(53.6%)が半数以上であり、「学業や進路に関する相談であれば、継続的に対応していく必要がある」が45.9%、「内容が何であれ、専門機

関に任せるのがよい」は 23.5%であった。「あまり関わりたくない」(4.7%),「深く関与しない方がよい」(9.4%),「忙しいため、応じることができない」(3.5%)は1割未満であった。

8) 身近な学生の不適応状態やカウンセリングに関する知識や技能を得ることについて

「比較的良好にしている」(16.5%)と「たまにしている」(35.3%)が約半数を占めており、「あまりしていない」(30.6%)と「ほとんどしていない」(17.6%)も同程度であった。

9) 身近な学生の不適応状態やカウンセリングに関する研修を受けることについて

「積極的に研修を受けようと思う」(29.5%)と「対応には負担を感じるが、研修を受けなければいけないと思う」(50.0%)が約8割を占めていた。「対応には負担を感じるので、あまり受けようとは思わない」(14.1%)と「対応していく必要性を感じないので、とくに受けようとは思わない」(6.4%)は約2割であった。

(2) 性差

どの質問でも統計的に有意な性差はみられなかったが、特徴的な結果を以下に記述した。

1) 普段から身近な学生と会話をする機会

「多い方」は女性が多く(男 37.9%, 女 47.4%),「少ない方」は男性が多かった(男 15.2%, 女 5.3%)。

2) 身近な学生との付き合い方について考えるかどうかについて

男女とも「比較的良好に考える」(男 53.0%, 女 57.9%)が約半数を占めていたが、「あまり考えることはない」は女性がやや多かった(男 3.0%, 女 10.5%)。

3) 身近な学生の心や身体の状態について気にかけているかどうかについて

「よく気にかけている」(男 31.8%, 女 42.1%)は女性に多かったが、これと「ある程度気にかけている」を合わせると差はなかった(男 97.0%, 女 94.7%)。

4) 身近な学生の相談に応じることができることを普段から伝えているかどうかについて

程度の差はあっても「伝えている」ものは女性に多く(男 63.6%, 女 89.5%),「伝えていない」ものは男性が多かった(男 36.3%, 女 10.5%)。

5) 身近な学生から受ける相談の内容とその後の対応

「進路や生き方」(男 66.7%, 女 78.9%)や「自分の性格や能力」(男 19.7%, 女 42.1%),「家族以外の対人関係」(男 24.2%, 女 36.8%),「生活上のトラブルや病氣、怪我」(男 19.7%, 女 36.8%)は女性に多かった。「その後の対応」には、とくに性差はなかった。

6) 身近な学生のストレスや悩みの徴候に気づいたときの対応

「できるだけ早いうちから様子を探る」(男 28.8%, 女 57.9%)は女性に多く、「少し問題を感じるようになってきたら、様子を探る」(男 57.6%, 女 36.8%)は男性が多かった。

7) 身近な学生の様々な相談に応じていくことについてどう思うかについて

「内容が何であれ、継続的に対応していく必要がある」(男 49.2%, 女 68.4%)や「深く関与しない方がよい」(男 7.6%, 女 15.8%)は女性に多く、「内容が何であれ、保健管理センターに任せるのがよい」(男 25.8%, 女 15.8%)は男性に多かった。「あまり関わりたくない」や「忙しいため、応じることができない」は男性のみであった(順に 6.1%, 4.5%)。

8) 身近な学生の不適応状態やカウンセリングに関する知識や技能を得ることについて

「比較的良好にしている」は女性に多く(男 12.1%, 女 31.6%), 「あまりしていない」と「ほとんどしていない」を合わせると男性が多かった(男 53.0%, 女 21.6%)。

9) 身近な学生の不適応状態やカウンセリングに関する研修を受けることについて

「積極的に研修を受けようと思う」と「対応には負担を感じるが、研修を受けなければいけない」を合わせると、女性が多かった(男 76.6%, 女 88.9%)。「対応には負担を感じるので、あまり受けようとは思わない」と「対応していく必要性を感じないので、とくに受けようとは思わない」を合わせると男性が多かった(男 23.4%, 女 11.2%)。

(3) 教員の年代による比較

20~30歳代(24名; 年齢低群)と40歳代以上(61名; 年齢高群)の教員を比較したところ、どの項目でも統計的に有意な差はみられなかったが、特徴的な結果を以下に記述した。

1) 普段から身近な学生と会話をする機会

「多い方」(低群 45.8%, 高群 37.7%)は年齢低群がやや多かった。

2) 身近な学生との付き合い方について考えるかどうかについて

「比較的良好に考える」(低群 45.8%, 高群 57.4%)は年齢高群が多かったが、「たまに考えることがある」と合わせると(低群 91.6%, 高群 96.7%), それほど差はなかった。

3) 身近な学生の心や身体の健康状態について気にかけているかどうかについて

「よく気にかけている」(低群 16.7%, 高群 41.0%)は年齢高群が多かったが、「ある程度気にかけている」を合わせると(低群 95.9, 高群 96.7%), とくに差はなかった。

4) 身近な学生の相談に応じることができることを普段から伝えているかどうかについて

これについては、特徴的な差はみられなかった。

5) 身近な学生から受ける相談の内容とその後の対応

「課外活動」(低群 12.5%, 高群 24.6%)と「自分の性格や能力」(低群 16.7%, 高群 27.9%)は、年齢高群がやや多かった。「その後の対応」では、継続的に相談できることを伝えた上で、「教員からもときどき様子を聴く」(低群 45.0%, 高群 37.0%)が年齢低群に多く、「様子を聴くことはなく、学生の主体性に任せている」(低群 30.0%, 高群 40.7%)が年齢高群に多かった。「継続的に相談できることは伝えていないが、学生が相談に来れば様子を聴く」(低群 25.0%, 高群 13.0%)は年齢低群に多かった。

6) 身近な学生のストレスや悩みの徴候に気づいたときの対応

これについては、特徴的な差はみられなかった。

7) 身近な学生の様々な相談に応じていくことについてどう思うかについて

「内容が何であれ、継続的に対応していく必要がある」(低群 62.5%, 高群 50.0%)は低年齢群に多く、「学業や進路に関する相談であれば、継続的に対応していく必要がある」(低群 29.2%, 高群 52.5%)や「内容が何であれ、保健管理センターに任せるのがよい」(低群 12.5%, 高群 27.9%), 「自分で解決してほしい」(低群 8.3%, 高群 19.7%)は高年齢群が多かった。また、「あまり関わりたくない」と「忙しいため、応じることができない」は年齢高群のみであった(順に 6.6%, 4.9%)。

8) 身近な学生の不適応状態やカウンセリングに関する知識や技能を得ることについて

「比較的よくしている」と「たまにしている」を合わせると年齢低群が多く（低群 62.5%，高群 47.6%），「ほとんどしてない」は年齢高群に多かった（低群 4.2%，高群 23.0%）。

9) 身近な学生の不適応状態やカウンセリングに関する研修を受けることについて

「積極的に研修を受けようと思う」と「対応には負担を感じるが、研修を受けなければいけない」を合わせると年齢低群がやや多かった（低群 86.4%，高群 76.8%）。「対応していく必要性を感じないので、とくに受けようとは思わない」は年齢高群のみであった（8.9%）。

(4) 指導するゼミ生の数による比較

指導するゼミ生数が10名未満（61名；未満群）の教員と10名以上（16名；以上群）の教員を比較したところ、ほとんどの項目で統計的に有意な差はみられなかったが、特徴的な結果を以下に記述した。なお、ゼミ生がいない教員は含めなかった。

1) 普段から身近な学生と会話をする機会

以上群では「多い方」（未満 41.0%，以上 56.3%）が多く、「少ない方」はなかった（未満のみ 14.8%）。

2) 身近な学生との付き合い方について考えるかどうかについて

以上群では「比較的よく考える」（未満 54.1%，以上 75.0%）が多く、「あまり考えることはない」や「ほとんど考えることはない」はなかった（未満のみ 4.9%）。

3) 身近な学生の心や身体の状態について気にしているかどうかについて

以上群では「よく気にしている」（未満 34.4%，以上 50.0%）が多く、「あまり気にしていない」や「ほとんど気にしていない」はなかった（未満のみ 3.3%）。

4) 身近な学生の相談に応じることができることを普段から伝えているかどうかについて

以上群では「よく伝えている」（未満 27.9%，以上 43.8%）が多く、「ほとんど伝えていない」はなかった（未満のみ 13.1%）。

5) 身近な学生から受ける相談の内容とその後の対応

「家庭」（未満 21.3%，以上 50.0%），「学業」（未満 67.2%，以上 100.0%），「生活習慣」（未満 9.8%，以上 37.5%）は、以上群が有意に多かった（順に $\chi^2(1)=5.3, p=.03$, $\chi^2(1)=7.1, p=.01$, $\chi^2(1)=7.4, p=.01$ ；以上は正確確率検定）。統計的に有意な差はなかったが、「性格や能力」（未満 23.0%，以上 43.8%），「生活上のトラブルや病気、怪我」（未満 19.7%，以上 43.8%）も以上群に多かった。「その後の対応」では、継続的に相談できることを伝えた上で、「教員からもときどき様子を聴くことにしている」（未満 35.3%，以上 62.5%）が以上群に多く、「教員から様子を聴くことはなく、学生の主体性に任せている」（未満 43.1%，以上 25.0%）は未満群に多かった。

6) 身近な学生のストレスや悩みの徴候に気づいたときの対応

以上群では「できるだけ早いうちから様子を尋ねている」（未満 34.4%，以上 50.0%）が多く、「学生側から要望がない限り対応はしないで見守っている」や「何が徴候でないかが分からないため、とくに対応はしていない」はなかった（未満のみ合計 11.4%）。

7) 身近な学生の様々な相談に応じていくことについてどう思うかについて

「内容が何であれ、時間をかけて継続的に対応していく必要がある」（未満 45.9%，以上 80.0%）

は以上群が有意に多く ($\chi^2(1)=5.6, p<.05$), 「あまり関わりたくない」や「深く関与しない方がよい」, 「忙しいため、応じることができない」は未満群のみであった (順に 6.6%, 11.5%, 4.9%)。

8) 身近な学生の不適応状態やカウンセリングに関する知識や技能を得ることについて

以上群では「比較的よくしている」(未満 9.8%, 以上 31.3%) が有意に多く ($\chi^2(3)=8.1, p=.03$; 正確確率検定), 「ほとんどしていない」は未満群のみであった (24.6%)。

9) 身近な学生の不適応状態やカウンセリングに関する研修を受けることについて

「積極的に研修を受けようと思う」(未満 19.6%, 以上 46.7%) は以上群に多く, 「対応には負担を感じるが, 研修を受けなければいけない」(未満 58.9%, 以上 33.3%) は未満群に多かった。

(5) 学生から相談を受けているかどうかによる比較

「質問 5」で何らかの相談を受けていた教員 (74 名; 相談群) と受けていなかった教員 (11 名; 非相談群) との比較を行った。

1) 普段から身近な学生と会話をする機会

「多い方」は相談群のみであり (45.9%), 「少ない方」は非相談群に多かった (相談 8.1%, 非相談 45.5%)。

2) 身近な学生との付き合い方について考えるかどうかについて

「比較的よく考える」(相談 58.1%, 非相談 27.3%) は相談群に多く, 「たまに考えることがある」(相談 37.8%, 非相談 63.6%) は非相談群に多かった。

3) 身近な学生の心や身体の状態について気にかけているかどうかについて

「よく気にかけている」(相談 37.8%, 非相談 9.1%) は相談群に多く, 「ある程度気にかけている」(相談 59.5%, 非相談 81.8%) は非相談群に多かった。

4) 身近な学生の相談に応じることができることを普段から伝えているかどうかについて

「よく伝えている」は相談群のみであり (35.1%), 「たまに伝えている」(相談 40.5%, 非相談 27.3%) も相談群に多かった。

5) 身近な学生のストレスや悩みの徴候に気づいたときの対応

「できるだけ早いうちから様子を尋ねる」(相談 37.8%, 非相談 18.2%) は相談群に多く, 「学生側から要望がない限り対応はしないで見守っている」(相談 6.8%, 非相談 27.3%) は非相談群に多かった。

6) 身近な学生の様々な相談に応じていくことについてどう思うかについて

「内容が何であれ, 継続的に対応していく必要がある」(相談 56.2%, 非相談 36.4%) は相談群に多く, 「専門機関に任せるのがよい」(相談 21.6%, 非相談 36.4%) と「あまり関わりたくない」(相談 4.1%, 非相談 9.1%), 「深く関与しない方がよい」(相談 8.1%, 非相談 18.2%), 「忙しいため, 応じることができない」(相談 2.7%, 非相談 9.1%) は非相談群に多かった。

7) 身近な学生の不適応状態やカウンセリングに関する知識や技能を得ることについて

「比較的よくしている」は相談群のみであり (18.9%), 「ほとんどしていない」は非相談群に多かった (相談 13.5%, 非相談 45.5%)。

8) 身近な学生の不適応状態やカウンセリングに関する研修を受けることについて

「積極的に研修を受けようと思う」は相談群のみであり (33.3%)、「対応には負担を感じるが、研修を受けなければいけない」(相談 47.8%, 非相談 66.7%) は非相談群に多かった。「対応していく必要性を感じないので、とくに受けようとは思わない」(相談 4.3%, 非相談 22.2%) は非相談群が多かった。

考 察

学生と教員に対する調査結果それぞれについて考察すると同時に、そこから学生が身近な教員にも支援を求めやすくなるために必要とされる対応について提言する。

1. 大学教員に悩みを相談することに関する大学生の意識

(1) 全体的な傾向と性差

本研究で学生が経験していたストレスは深刻なものではなく、多くの学生の心理的健康は維持されていた。しかし、学業や進路だけでなく、自分の性格や能力は青年期におけるストレスになりやすいことがうかがわれた。とくに女性ではこの傾向が強く、心理的健康を害する要因になる可能性もある。ただし、こうした状況にあっても、多くの学生は友人や恋人に相談しており、悩みを1人で抱えることは少ないものと思われる。また、女性では家族が相談相手になることも多く、男性よりも身近なサポート源が幅広いことがわかった。逆に男性では誰にも相談しないものもわずかにみられたが、こうした学生は友人にさえ支援を求めずに(求められずに)不適応問題が悪化していく可能性もあるため、注意が必要である。

一方、教員が学生の相談相手となることは少なかったが、学生の悩みを察知して支援しようとする教員との関係が良好であったり、信頼できる教員である場合には、相談してもよいと思う割合が4割程度にまで上昇していた。このことは、教員が日頃から学生の悩みに関心を示しているかどうか、学生の教員への相談行動を促す決め手になる可能性があることを示唆している。とくに女性の方が他者に支援を求める動機は高いが、相手への信頼感や安心感も意識されやすいため、身近な友人や家族の方が相談相手となりやすいものと思われる。

また、教員に相談してもよいと思う学生では、指導教員よりも所属するコースのチューターが相談相手になりやすいことが示された。そして、主な相談内容も学業や進路など、教員が関係しているものが多く、もっとも期待される支援も問題の解決に役立つアドバイスや情報の提供といった現実的なものとなりやすいことがわかった。ただし、相談してもよいと思う教員であっても、学業や進路以外の悩みについては、知られることに心理的な抵抗が生じたり、相談しても問題の解消や軽減につながらないと判断され、相談につながりづらいことが明らかになった。また、相談することで教員に気を遣わせたり、時間をとらせることを申し訳なく思う学生もみられた。しかし、学業や進路以外の悩みについては自分自身で対処しようとしていたり、教員以外の支援者がいることは、心理的に健康であることも示唆している。

一方、3割程度の学生は相談してもよいと思う教員がいなかった。その理由は、相談しようと思う教員がいる学生でも相談しようと思わないときの理由と共通するところが多かったが、これらの

学生では「相談しても親身になって理解してもらえない」といった理由も多かったところは異なる点であった。日頃の関わりのなかで信頼できないと感じられると、その教員あるいは教員全体に対しても支援を求める気持ちが生じてこないことが推察される。

なお、教員に厳しく対応されるかもしれないと感じて、相談しようと思わない学生は男女とも少なかった。また、教員が学生の様々なストレスや悩みの相談に適切に対応できる知識や技能をもっていると思うかどうかについては、肯定的な印象をもつ学生も多かった。

(2) 指導教員の有無との関連

日頃から身近な教員に悩みの相談している学生は少なかったが、指導教員がすでに決まっている学生の4割程度は、指導教員に相談してもよいと考えていることがわかった。一方、指導教員が最近になって決まった学生やまだ決まっていない学生では、相談しようと思う教員がいないものが多かった。また、所属するコースのチューターは、指導教員の有無に関係なく、相談相手とみなされやすかった。これは、チューターが入学当初から学習や学生生活全般に関する相談や連絡を担っていることから、教員のなかでも身近に感じられ、悩みの相談相手としてもイメージされやすいことによると思われる。よって、チューターは不適応状態にある学生を早期に支援していく上でも重要なキーパーソンになると考えられる。

また、指導教員の有無によって、相談してもよいと思う悩みの内容や相談するに際の期待に違いはなかったが、指導教員が決まっている学生のなかには、悩みの内容によっては気を遣わせたり、時間をとらせて申し訳ないと感じて、相談しようと思わないものも多かった。それゆえに、教員が悩みに気づいて声をかけてくれた場合には、じっくりと相談してもよいという気持ちが強まりやすいものと思われる。よって、学生は教員に支援を求めることに両価的な思いを抱いていることもあるため、教員側が学生の様々な悩みの対応も大切に考えていることを日頃から示していくことで、学生も教員に相談しやすくなる可能性がある。

しかし、指導教員が最近決まった学生は、指導教員がすでに決まっている学生よりも指導教員に相談することが少なく、教員が声かけをしても少しぐらいなら相談してもよいと思う程度にとどまる傾向にあった。また、こうした学生は秘密の漏洩を不安に感じやすいことわかった。指導教員が決まってまだ日が浅く、信頼感や安心感が十分に形成されていない学生は、指導教員に支援を求めにくく、悩みの相談はより安心できる友人や家族に向かいやすいものと思われる。よって、教員はゼミ生が決まれば、比較的早い時期から関わりを増やし、ゼミ生が安心できる関係性を形成していくように配慮することが大切であると考えられる。

(3) 心理的健康の程度との関連

本研究で学生が経験しているストレスは比較的弱いものであったが、SSRSとGHQには中程度の相関がみられ、強いストレスを経験すると心理的健康が悪化することがうかがわれた。そこで、以下ではGHQの高い学生が教員に求める支援について検討する。

GHQの高低によって、学生が教員に相談してもよいと思う悩みの内容や相談する際の期待に差はなかったが、学業や進路以外の悩みでは、GHQが高い学生の方が相談することに心理的な抵抗が生じやすかったり、相談すると否定的に思われるのではないかとといった不安や時間をとらせて申し

訳ないといった思いが生じやすいことがわかった。また、相談してもよいと思う教員がいない学生のなかでも、とくに GHQ が高い学生は教員が親身になって理解してくれると思えない傾向が高かったが、GHQ の低い学生ではそうした傾向は低く、他の相談相手がいると答えるものが多かった。

亀田 (2002) は、自己開示の効果予想と開示の抵抗感には関連があると述べており、片山 (1996) は、悩みの開示の否定的効果として、①他者に話すことで自己評価が下がるなど、自分自身が傷つくこと (対自的傷つき)、②悪いイメージをもたれるなど、他者との関係において自己の印象が低下すること (対他印象の低下)、③他者に話しても親身になってくれない、どうにもならないといった、話すことによる効果を否定すること (無効化) の 3 因子を挙げている。本研究でも、否定的効果を予想して教員に悩みを開示しようと思わない学生がいることが推察されるが、こうした学生はすでに抑うつ感や不安が強まっているために、否定的な認知がより生じやすくなっている可能性もある。よって、心理的健康の悪化から否定的効果を予想しがちな学生であっても、教員に支援を求めやすくなるために、教員は普段から信頼や安心が得られるような配慮をしながら関わっていく必要があると言える。

2. 大学生の不適応問題や悩みの相談に関する大学教員の意識

(1) 全体的な傾向と性差

普段から学生と会話をする人が多いと感じている教員は 4 割程度であったが、約 9 割の教員は適度に会話をする機会をもち、また学生との付き合い方や心身の健康について考えることも多いことがわかった。しかし、学生の悩みの相談にも応じられることを伝えている教員は 7 割程度に減少しており、学生の心身の健康に関心はあっても、これが学生に伝わっていない場合があることが示された。身近な教員に悩みを相談することについて、不安や迷いを抱きやすい学生が相談しやすくなるためにも、教員が日頃から適応支援に関心があることを伝えておくことの意義は大きいと思われる。

一方、教員が実際に学生から受ける相談内容は、学業や進路などの教育・研究に関するものが多く、これ以外の相談は少なかった。これは学生が教員に相談してもよいと思う内容とほぼ一致しており、教員としての業務と直接関係のない個人的な悩みの相談はなされにくいものと思われる。しかし、7 割以上の教員は継続的に相談できることを伝えていたり、問題の徴候が感じられる場合には、自ら様子を尋ねていく教員が約 9 割を占めていた。また、日頃から学生の適応支援のための知識や技能を得ようとしたり、研修を受けることの必要性を感じている教員も多く、学生の適応支援に関する教員の意識は全般的に高いことがうかがわれた。ただし、対応する相談内容に関しては、内容が何であれ、継続的に対応していく必要があると感じている教員と、学業や進路に関する相談であれば、対応していくと考えている教員に大きくわかれていた。教員は学生の抱える悩みを軽減・解消するための専門家ではないが、学生が充実した大学生活を送ることができるように見守る存在であることには違はなく、その意味で小学校から高校における教員と同様に、学生のどのような悩みにも関心をもち、耳を傾けていくことのできる心の準備をしておくことが大切であると思われる。

なお、以上の傾向について性差はなかったが、男性よりも女性の方が学生の相談を受ける機会が多く、問題の徴候がみられた際の対応も早い傾向にあり、日頃からの準備も積極的であることから、

学生の適応支援に対する関心が高いことがわかった。しかし、女性が少ない教育現場では、男性教員も学生の適応支援に対する関心を高めていく必要があると思われる。

(2) 教員の年代差や指導するゼミ生の数との関連

学生からの悩みの相談に対する教員の意識に、年代による差はなかったが、学生との付き合い方や心身の健康状態について考える機会は、40歳代以上の教員の方が多い傾向にあった。また、実際に受ける相談内容にも大きな年代差はなかったが、継続的に相談を受けることに関しては、40歳代以上では学業や進路に関する悩みに限定されていたり、「保健管理センターに任せるのがよい」、「自分で解決してほしい」、「あまり関わりたくない」といった思いが強い傾向にあった。逆に30歳代までの教員の方が、学生のような悩みに対して継続的に支援しようという意識が高く、また支援に必要とされる知識や技能の習得や研修を受けることに対しても積極的であることが示された。これは、学生との年代が近い方が、様々な悩みに共感しやすく、実際の支援も能動的で親身になりやすいことを反映するものと推察される。その意味で、若手のチューターによる学生の適応支援に対する期待は大きいですが、加齢とともに学生との心理的距離が大きくなることで、学生が抱える様々な悩みに対する関心も乏しくならないように注意する必要があるようである。

一方、指導するゼミ生の数によっても、学生からの悩みの相談に対する教員の意識に大きな差はなかったが、10名以上の多くのゼミ生を抱える教員の方が、学生との普段の関わりが単に多いだけでなく、学生の心身の健康状態や悩みの相談への対応、および支援に必要な知識や技能の習得や研修への参加について積極的に考えていることがわかった。ゼミ生数が多くなると、必然的に学生が抱える様々な問題に対処する機会が増え、多忙になることもあるが、そうした経験を重ねるなかで、学生の不適応問題に対する関心や実際の対応における力量も高まっていくのではないと思われる。逆にゼミ生の数が少なくても、1人のゼミ生への対応が多くなるとは限らず、むしろ業務全体におけるゼミ生への関わりが相対的に少なくなる可能性もある。そうしたなかで、学生の心身の健康状態や適応支援に対する関心が少しずつ低下しないように注意する必要があると言える。

以上、教員の年代の差や指導するゼミ生の数によっても、教員の学生の適応支援に対する関心や積極性に違いが生じる可能性があることから、教員は学生との心理的距離が近くなりすぎないように配慮しながらも、身近なところで学生の適応を支援することの意義について理解を深め、普段から対応していくことができるように準備しておきたいところである。

(3) 学生から相談を受ける教員と受けない教員の違い

「質問5」の結果から、学生から何らかの悩みの相談を受けている教員と相談を受けることがないと答えた教員をわけて比較したところ、前者の方が普段から学生と関わる機会が多く、心身の健康状態への関心や悩みの相談を受けることに対しても積極性であることがわかった。逆に後者では、学生の不適応状態に対応していくための準備も乏しい傾向にあった。

学生からの悩みの相談を受けることは、日々忙しい教員にとって大きな負担になることもあるが、こうした問題に対応していくなかで、教員が悩みを抱えた学生を身近なところで支援していくことの意義や必要性を感じるようになり、また支援のための力量も高まっていくものと思われる。逆に学生の悩みの実態や、不適応状態によって大学生生活全般にまで問題が生じる可能性があることを知

らなければ、こうした問題への関心は乏しくなるばかりであり、いざ支援を求める学生が現れても適切な対応ができないことが考えられる。

本研究のまとめ

1. 本研究の成果

本研究では、ストレスや悩みを抱えた学生が、身近な教員にも支援を求めやすくなるためには、どのようなことに留意する必要があるかを検討するため、学生と教員の両方に調査を行った。その結果、学業や進路以外の悩みを教員に相談する学生は少なく、多くは友人や家族に相談したり、自分自身で問題に対処しながら適応を維持できるだけの健康さを有していることがわかった。しかし、指導教員やチューターが普段から学生の悩みにも関心を示し、信頼できる存在であると感じられる場合には、教員が相談相手とみなされやすくなることが明らかになった。一方、学生の健康状態や不適応問題の支援に対する教員の関心は決して低くなかったが、教員の性別や年代、あるいは指導するゼミ生の数などによって、関心や対応に差があることがわかった。とくに教員の普段の態度や対応によっては、学生のなかに「相談しても理解してもらえない」といった否定的な予想が生じやすくなることも示唆された。

よって、教員は普段から学生の主体性や自発性を尊重し、適度な心理的距離を保ちながらも、必要があれば学生の悩みの相談にも応じることができることを伝えることが大切であり、また実際に悩みの相談に応じるなかで、学生の適応支援に対する関心や力量も高まってくるのが考えられる。同時に、学生もそうした教員の態度や対応をみることで、信頼感や安心感が高まり、学業や進路あるいはそれ以外の悩みについても相談しやすくなるという好ましい関係が形成されることが推察される。しかし、身近な教員による学生の適応支援の意義を理解し、不適応問題に適切に対応していくための知識や技能を身につけるためには、大学でも定期的な研修会を企画する必要があると思われる。

2. 今後の課題

本研究の調査対象である学生や教員は、教育学部に所属するものがほとんどであり、学生の学年にも偏りがあった。しかし、学業上の課題や進路などのストレスや学生と教員の関係性は、学部や学年によっても異なるところがあると思われる。よって、今後は対象を他の学部にも広げ、専門領域の違いによって生じる問題点を明らかにしていく必要がある。同時に、学年の偏りもなくし、より広範囲における対象者のデータを検討していく必要がある。

また、教員が学生の身近な支援者とみなされやすくなるための対策をより具体的な次元で検討していく必要がある。とくに少数ではあったが、学生から悩みの相談を受けることを消極的に感じている教員もみられたことから、教員の置かれている様々な状況も考慮しながら、身近な教員による学生の適応支援について今後も検討していきたいところである。

引用文献

- 石田 弓・前田健一・品川由佳・兒玉憲一・岡本祐子・松下姫歌・大塚泰正 (2009). ストレス脆弱性克服に挑む教育科学 ―大学生におけるストレス脆弱性と自尊感情との関連― 広島大学大学院教育学研究科共同研究プロジェクト報告書, 7, pp.187-201.
- 亀田佐知子 (2002). 否定的内容の自己開示と自尊感情および開示抵抗感の関連性 日本教育心理学会第44回総会発表論文集, 224.
- 笠原 嘉 (1988). 退却神経症 講談社
- 片山美由紀 (1996). 否定的内容の自己開示への抵抗感と自尊心の関係 心理学研究, 67, 351-358.
- 警察庁生活安全局 (2009). 平成20年中における自殺の概要資料
- 中川泰彬・大坊郁夫 (1985). 日本語版 GHQ 精神健康調査票 日本文化科学社
- 尾関友佳子 (1990). 大学生のストレス自己評価尺度―質問紙構成と質問紙短縮について― 久留米大学大学院比較文化研究, 1, 9-24.
- 尾関友佳子 (1993). 大学生用ストレス自己評価尺度の改訂―トランスアクションナルな分析に向けて― 久留米大学大学院比較文化研究科紀要年報, 1, 95-114.
- Walters, P. A. J. (1961). Student Apathy Blaine, B. Jr. & McArthur, C. C. (ed.) *Emotional problem of student, Appleton-Century-Crofts.*
- (笠原 嘉・岡本重慶 (訳) (1975). 学生のアパシー 石井完一郎・岨中 達・藤井 虔 (監訳) 学生の情緒問題 文光堂 pp.106-120.)