

# 大学生の被異質視不安と精神的健康の関連とその緩衝要因

蔵田 優香 (金沢大学)

## 1. 目的

本研究では、大学生を対象として、“異質な存在にみられることに対する不安”である被異質視不安と大学生の精神的な健康状態との関連を明らかにするとともに、それを緩衝する要因について検討することを目的とした。

## 2. 研究方法

- 1) 対象者：大学1年生～4年生に配布し、有効回答数は146部(回収率45.3%)であった。
- 2) 調査方法：Google社が提供するサービスであるGoogleフォームを利用し、協力を得られた学生に作成した調査票のURLを送信して回答を依頼した。
- 3) 調査内容：学年、性別、居住形態等の基本属性について回答させた。その他、精神的健康度12項目(本田ら、2001)、被異質視不安12項目(高坂、2010)、ソーシャルサポート12項目(嶋、1992)、社会的スキル18項目(菊池、2004)、レジリエンス21項目(小塩ら、2002)の各項目について回答させた。
- 4) 分析方法：各項目で男女別での回答については、カイ二乗検定またはt検定を用いた。また、各尺度等の相関を検討するために、相関係数を算出した。精神的健康度及び被異質視不安を従属変数とした重回帰分析を行った。

## 3. 結果と考察

- 1) 本研究の結果、被異質視不安が高い大学生も存在することが明らかになった。また、その割合として女子の方が男子よりも被異質視不安が高い傾向があることが認められた。
- 2) 相関係数を用いて、精神的健康度と相互

の関連を検討した結果、被異質視不安に有意な相関が認められた。つまり、異質な存在にみられることに対する不安が高い者ほど、精神的な健康状態が良くない傾向が示された。

- 3) 精神的健康度を従属変数とした各項目との多変量解析では、10の要因のうち、レジリエンスに精神的健康度と有意な相関が認められた。つまり、異質な存在にみられることに対する不安が高くて、レジリエンスを高めることで、精神的な健康状態を良好に保つことができる可能性が示唆された。
- 4) 被異質視不安を従属変数とした各項目との多変量解析では、10の要因のうち、社会的スキルに被異質視不安と有意な相関が認められた。つまり、人間関係の技術である社会的スキルを高めることで、異質な存在にみられることに対する不安を緩衝できる可能性が示唆された。

## 4. 結論

本研究では、被異質視不安が高いほど大学生の精神的な健康状態が良くない傾向が示された。しかしながら、レジリエンスを高めることで精神的な健康状態を良好に保つことができる可能性が示唆された。また、被異質視不安を緩衝するためには、社会的スキルを高めることが重要であることが示唆された。したがって、大学生の精神的な健康状態を良好に保つためには、大学生に向けた社会的スキル及びレジリエンスを高めるプログラムを考えていくことが必要である。

## 5. 主な参考文献

高坂康雅(2010) 青年期の友人関係における被異質視不安と異質拒否傾向. 教育心理学研究 58(3)338-347