

大学生の心の健康度は4年間でどのように変化するのか

芝崎良典¹・芝崎美和²

How University Students' Mental Health Changes Over Four Years

Yoshinori SHIBASAKI and Miwa SHIBASAKI

ABSTRACT

There is no consensus about the relationship between UPI (University Personality Inventory) scores and grades among researchers. It is important to summarize past research results and clarify whether there is a difference between UPI scores in each grade and, if so, the difference between them. In this study, we conducted a meta-analysis on the relationship between UPI and grades. As a result, the 1st grade UPI score was not different from the 3rd grade UPI score. On the other hand, We found that the 1st grade UPI score was higher than that of the 4th grade. It was found that the mental health of university students changed during their attendance at university. We discussed on the significance of implementing UPI in each grade.

KEYWORDS : University Personality Inventory, adaptation, meta-analysis

目的

大学を退学する学生が増えている。私立大学では90年代以降退学率が上昇し続けていることが文部科学省の学校基本調査からわかる。一言に退学と言っても様々な理由から学生は退学を選ぶ。より社会的に評価されている大学へ転学するために退学を選ぶ場合もあれば、勉強を続けたいが心身の不調を理由にやむをえず退学を選ぶ場合もある。前者のようないわば明るい退学は学生本人にとってよい選択である。一方、後者のような退学は学生のその後の生活に暗い影を落とす場合がある。例えば、大学を退学した者は、大学を卒業した者に比べて、中期・長期的にも正社員として就業しにくいことがわかっている(下瀬川, 2015)。さらに、賃金についても退学をした者は卒業した者に比べて低いことが報告されている(下瀬川, 2015)。

多くの大学では、入学直後に入学者の心身の健康調査を実施し、その結果に応じて学生相談室などの大学の相談機関への来室を勧めるなどして、将来大学生活に不適応を起こす危険性のある学生に対する早期対応に取り組んでいる。心身の健康調査とし

て、もっとも用いられているのが、UPI (University Personality Inventory) である。UPI は、大学生の精神身体上の諸問題を把握することを目的に、全国大学保健管理協会が開発した尺度である。60項目からなり、56項目の自覚症状項目と、4項目の陽性項目から構成されている。得点が高いほど、精神身体上の問題があると考えられている。

UPI は入学直後の入学者を対象に行われることが多い(泉水・茅野・佐野, 2008)。入学直後は高等学校から大学へとといった学修環境が大きく変わる時期であり、不適応を起こすリスクが高い時期と考えられているからであろう。しかし、不適応リスクが高いのは入学直後に限ったことではない。各学年で学修の環境は変化していく。実験が本格的に始まる時期であったり、卒業研究で様々な問題に向き合う時期、就職活動で将来について強い不安を感じる時期など、それぞれの時期に様々な問題に学生たちは向き合っている(日本学生相談学会50周年記念誌編集委員会, 2010)。入江・丸岡・三上・一條(2015)が指摘するように各学年で心身の健康度が変動することは十分に考えられる。

鶴田(2001)は大学4年間で3つの期に分け、そ

それぞれの期で学生の心理的課題を提案している。3つの期とは、1年生の「入学期」、2年生と3年生の「中間期」、4年生の「卒業期」であり、入学期であれば「新しい環境に慣れる」こと、中間期では「中だるみと自分探し」、卒業期では「社会生活への移行」等の心理的課題があるとしている。例えば、元々新しい環境に対する不安感をもつ学生であれば、移行期にあたる入学期や卒業期などで心身の問題が顕在化することが予想できるし、これまで自分の将来について真剣に考えてこなかった学生であれば、中間期や卒業期で精神的な危機を経験することもある。学生の心身の健康度は在学中に変動すると考えることが自然である。

学生の心身の健康度が4年間の在学期間中、どのように変動するかをUPIを用いて調査した研究は少ない。少数の研究間でも、その研究結果は一貫していない。中井・茅野・佐野(2007)はUPIを用いて、大学1年生から4年生までの縦断研究を行っている。その結果、1年生の得点の平均値が7.97(SD=8.27)、2年生が10.26(SD=8.98)、3年生10.48(SD=8.59)、4年生が7.68(SD=7.16)であり、2年生の得点が1年生よりも高い結果を得ている。一方で中井他(2007)とは逆方向の結果も報告されている。泉水・茅野・佐野(2008)の報告によれば、1年生の得点の平均値が9.79(SD=9.69)、2年生が8.3(SD=9.99)、3年生8.82(SD=10.83)、4年生が8.31(SD=10.43)であった。1年生と2年生の平均値差が有意傾向に達しており、1年生の得点が2年生よりも高い傾向があった。また、4年間にわたって横断的に4学年にUPI調査をした黒山(2018)の報告では、4年間のうちのある年度の1年生の得点が他の学年よりも高いという結果が得られている。さらには、1年生と2年生との間に差がないという研究もある(前垣・滋野, 2011; 入江・丸岡・三上・一條, 2015; 三重野・片穂野・河口・稗圃・氏田・山崎・松本, 2017; 小泉, 2017)。

以上のとおり、UPI得点と学年との関連については、一貫した結果が得られていない。このような状況にあって、過去の研究結果をまとめ、各学年の

UPI得点間にちがいはあるのか、ちがいはあるとすればどの程度の差であるかを明らかにすることは、学生支援を計画することにとって意味あることであろう。そこで、本研究では、UPIと学年との関連についてメタ分析を行う。UPI得点が学年によって差があるか検討する。鶴田(2001)の提案する「入学期」「中間期」「卒業期」にならない、「入学期」にある1年生と「中間期」にある3年生、「入学期」にある1年生と「卒業期」にある4年生の間に差があるか検討することにした。このUPIを用いた研究は海外でも行われているが、今回は日本人学生を対象とした研究に限った。

方法

文献収集 2020年4月、Google Scholarを用いて、「UPI “University Personality Inventory” 学年」というワードで、期間指定なし、日本語の論文のみで検索した。結果、ワードに該当する64件の論文が得られた。得られた論文を確認し、その論文が引用している論文のうち本研究と関連のある論文も収集した。こうして得られた論文について、まず、学年間のUPI得点のちがいにに関する論文を整理するため、(1)UPI得点を用いている、(2)日本の大学生を対象にしている、(3)調査協力者を学年ごとに分析している、(4)各学年、それぞれのサンプル数、平均値、標準偏差の記載がある、という基準を設定した。この基準の下、メタ分析の対象となる論文を整理したところ、8件の論文が残った。

分析 分析には、R (version 3.5.1)を用い、平均値差の統合等についてはパッケージ metafor (Viechtbauer, 2010)を用いた。

結果

Table 1 にメタ分析に用いたデータの表を示した。

入学期と中間期の比較 平均値差を統合するにあたり固定効果モデルを仮定することが適切かどうか

Table 1. メタ分析に用いたデータ

番号	データ	研究タイプ	調査年	1 学年			2 学年			3 学年			4 学年		
				N (Total)	M	SD	N (Total)	M	SD	N (Total)	M	SD	N (Total)	M	SD
1	中澤ら (2004)	横断	2003.6	193	10.17	8.98	138	12.64	9.12						
2	家永ら (2010) data 1	横断	2009.8/2010.8	51	16.63	11.50	56	19.64	10.94	51	22.12	11.55			
3	家永ら (2010) data 2	横断	2009.10, 2010.10	51	16.92	10.53	56	15.48	10.35	51	14.96	10.27			
4	三重野ら (2017) data 1	混合	2009.8, 2010.8	43	16.28	11.30	88	20.49	11.70	74	22.58	11.70			
5	三重野ら (2017) data 2	混合	2009.10, 2010.10	43	17.21	10.40	88	15.85	10.90	74	17.69	10.80			
6	前垣ら (2011)	横断	2008.10	74	15.18	11.29	162	14.99	10.60	177	15.51	12.09	57	13.96	12.48
7	泉水ら (2012)	縦断	2010.4	116	9.79	9.69	116	8.30	9.99	116	8.82	10.83	116	8.31	10.43
8	入江ら (2015)	縦断	2011.4-2014.4	257	9.77	8.51	257	8.59	8.90	257	8.79	9.52	257	8.19	9.19
9	中井 (2007)	縦断	2015.4	214	7.97	8.27	200	10.26	8.98	46	10.48	8.59	67	7.68	7.16
10	黒山 (2019) data 1m	横断	2010.4	167	12.32	9.50	92	14.63	9.84	31	15.97	9.84	150	10.73	8.42
11	黒山 (2019) data 1f	横断	2010	70	14.47	9.89	79	15.27	10.40	13	15.23	6.78	71	12.90	9.56
12	黒山 (2019) data 2m	横断	2011	158	14.76	10.38	105	12.97	9.88	100	10.87	10.18	80	12.78	10.16
13	黒山 (2019) data 2f	横断	2011	74	17.54	11.17	59	16.49	10.38	89	12.74	10.26	53	11.30	8.71
14	黒山 (2019) data 3m	横断	2012	144	12.91	9.23	98	12.33	9.67	109	10.98	9.14	120	11.52	9.50
15	黒山 (2019) data 3f	横断	2012	67	12.69	8.24	56	14.79	11.14	54	13.87	10.57	88	13.58	10.94
16	黒山 (2019) data 4m	横断	2013	119	14.24	10.37	44	13.20	11.89	99	12.78	11.03	147	11.74	10.20
17	黒山 (2019) data 4f	横断	2013	59	13.17	9.56	32	15.19	8.97	46	14.96	11.11	56	13.27	9.85

Note : 家永ら (2010) と三重野ら (2017) の研究では同実施年の 8 月と 10 月に 2 度調査している。それぞれを data 1, data 2 とした。黒山の研究では 4 年間にわたり、性別ごとのデータが報告されていた。data の後の数字 1, 2, 3, 4 はそれぞれ調査実施年 2010, 2011, 2012, 2014 に対応している。数字の後の m, f はそれぞれ男性, 女性のデータであることを示している。

か、Q 統計量を用いた検定を行ったところ、母集団平均値差は等質であるとは言えなかった ($Q(15) = 44.83, p < .0001$)。変量効果モデルによって平均値差の統合を行った結果を Figure 1 にまとめた。16 のデータのうち、平均値差の 95% 信頼区間が 0 を含まないものは 4 件であり、その他の 12 件は 0 を含んでいた。統合された平均値差は -1.4 であり、95% 信頼区間は 0 を含んでおり、全体的に入学期の 1 年生と中間期の 3 年生の UPI 得点に差はなかった。

入学期と卒業期の比較 平均値差を統合するにあた

り固定効果モデルを仮定することが適切かどうか、Q 統計量を用いた検定を行ったところ、母集団平均値差は等質であった ($Q(11) = 12.51, p = .32$)。変量効果モデルによって平均値差の統合を行った結果を Figure 2 にまとめた。12 のデータのうち、平均値差の 95% 信頼区間が 0 を含まないものは 3 件であり、その他の 9 件は 0 を含んでいた。統合された平均値差は 1.48 であり、95% 信頼区間は 0 を含んでおらず、全体的に入学期の 1 年生と卒業期の 4 年生の UPI 得点の平均値に差があり、入学期より卒業期のほうが得点が下がることがわかった。

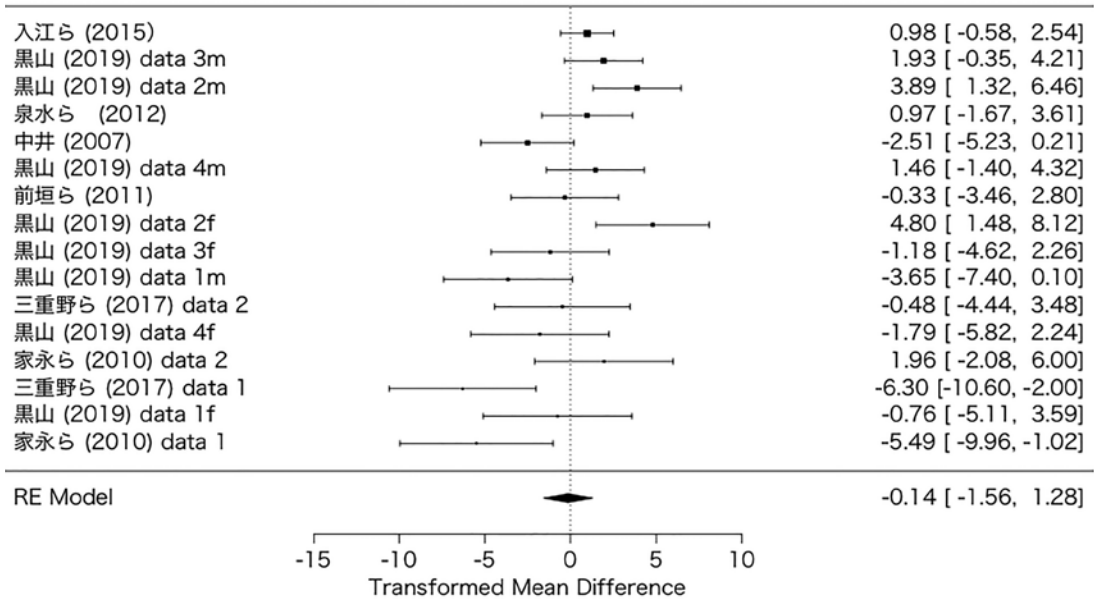


Figure 1. 入学期と中間期のUPI得点の平均値差に関するメタ分析結果

Note: データの数字とアルファベットの意味については, Table 1 の note を参照。

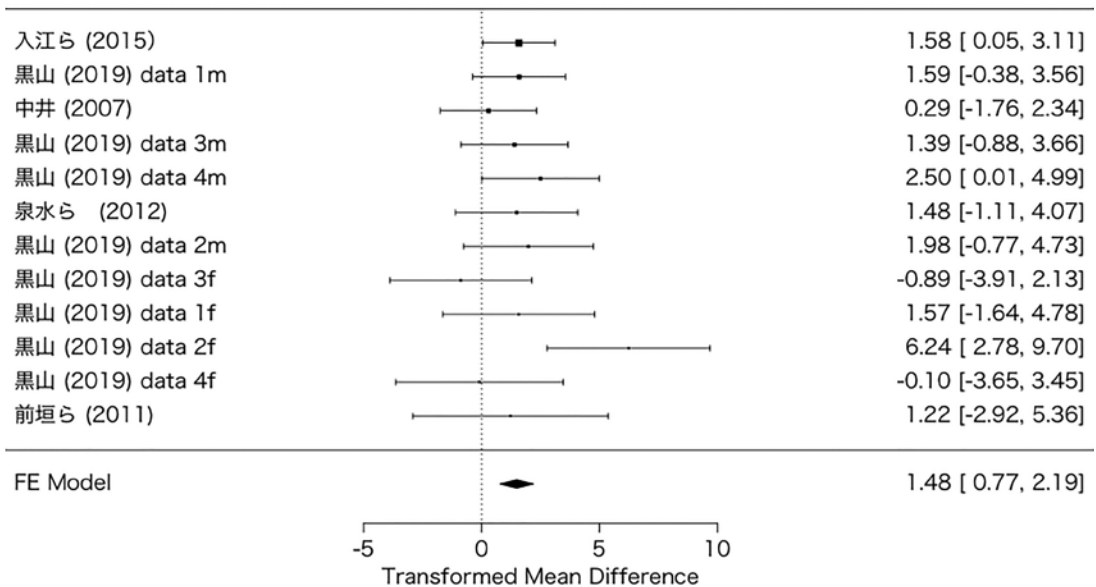


Figure 2. 入学期と卒業期のUPI得点の平均値差に関するメタ分析結果

Note: データの数字とアルファベットの意味については, Table 1 の note を参照。

考察

本研究の目的は、各学年のUPI得点間にちがいはあるのか、ちがいがあるとすればどの程度の差であるかを明らかにすることであった。学年間のUPI得点のちがいにに関する論文を整理し、8件の論文から16のデータを得た。このデータに対し、入学期にある1年生と中間期にある3年生、入学期にある1年生と卒業期にある4年生の間に差があるかメタ分析を用いて検討した。

入学期と中間期の比較 入学期にあたる1年生と中間期にあたる3年生のUPI得点に差があるかメタ分析を用いて検討した。結果、統合された平均値差は-.14とごくごく小さい差であり、かつ平均値差の95%信頼区間は0を含んでおり、入学期と中間期のUPI得点に差はないことがわかった。

16のデータのうち、平均値の95%信頼区間が0を含まないものは4件であった。黒山(2019)で得られたdata 2 m と data 2 f, 家永他(2010)で得られたdata 1, 三重野他(2017)で得られたdata 1であるが、この4件に共通するのは、これらのデータが横断的に得られたデータであることである。三重野他(2017)のデータは、1年生のサンプル数が43名、2年生が88名である。2009年に1年生の43名、2年生45名が調査対象となり、その翌年2010年に前者43名が2年生として再び調査を受けており、縦断データと横断データが混合されたデータになっている。家永他(2010)や黒山(2019)のデータは純粋な横断データである。黒山(2019)のデータでは1年生のIPU得点は2年生より高かった。黒山(2019)によれば、この1年生、2011年度の入学生の得点は他年度入学生よりも高いことから、「もともと何らかの理由で入学時から支援の必要性が高い学年であった可能性がある」と考察している。このように入学年度によって、IPU得点が特異的に上下することは十分ありうることである。岡・吉村・山崖(2015)は43年間に渡って行われたIPU調査の結果を報告しているが、そのIPU得点の推移を見ると前年度とほとんど同じ得点をとる年度もあれば、前年度に

比べて3点以上変動する年度もある。同様の現象は、喜田・高木(2001)も報告している。このように入学年度によって、IPUが特異的に見える程度に上下することは十分にあることであり、横断的研究でIPU得点について学年間に差があったとしても、それが学年によるちがいのないか、集団の特性によるちがいのないかを分離することはできない。ある研究では見られた学年差が複数の研究をまとめるメタ分析によって見られなくなるとすれば、その学年間に見られた差は学年のちがいというよりは集団の特性によるものだったと考えられる。

入学期と卒業期の比較 入学期にあたる1年生と中間期にあたる4年生のUPI得点に差があるかメタ分析を用いて検討した。結果、統合された平均値差は1.48であり、平均値差の95%信頼区間は0を含んでおらず、入学期の学生は卒業期の学生に比べてUPI得点が高いことがわかった。卒業期の学生はそれまでの学生生活から社会生活への移行という質的に大きな環境の変化を予期しながら生活している。その卒業期にある学生よりも入学直後の学生は心身の問題を自覚していることになる。UPI調査はこれまで特に入学直後の学生に対して実施されてきたが、こうした選択的な資源の投入は限りのある教育資源を考える場合、合理的な判断であったといえる。

それではUPIの調査時期は入学直後の1年生だけでよいかといえば、そうではない。卒業期の学生のUPI得点が下がったと言っても、入学期と卒業期のUPI得点の差はたかだか1.48である。学生が抱える心身上の問題は入学後から卒業まで大きく改善されることなく残り続けているのである。このことについて、入江他(2015)が興味深い結果を報告している。UPI得点が20点以上の学生は精神的に不健康な状態であると考えられている(堀・山口・上月, 1995)。入江他(2015)は入学期にUPI得点が20点以上であった学生(n=31)を抽出し、彼らの得点が4年間でどう変化したか検討している。7点以上得点が減少した学生は対象者31名のうち21名であった。7点という基準は入江他(2015)がJacobson and Trux(1991)のReliable Change Indexを算出し

定めた基準である。7点以上の減少は臨床的に症状の改善が見られたことを示している。不健康な状態であった学生のうち65%の学生で改善がみられている。興味深いのは残る学生に関する報告である。残る21名の学生のうち、8名の学生は変わらず不健康な水準のままであり、さらには、残る3名の学生は7点以上得点が上昇し、より不健康な状態へ悪化しているのである。このような学生に気づくためにもUPI調査は各年次に行うのが適当であろう。

今後の課題 大学の4年間で学生の心身の健康度がどのように変動するのかをUPIを用いて検討した研究は少なく、さらに、その少ない研究間で、研究結果は一致していない。今回はメタ分析を行うことで、UPIと学年との間に関連があるかを検討した。今回、分析に用いたデータは16と少数であった。今後は論文以外の報告書といった資料からデータを採り、データ数を増やしていく努力が必要である。ある研究では学年間でUPI得点に差があり、別の研究では差がないという不一致を生じさせている大きな要因のひとつが、調査を行なっている大学の性格にあると考えられるからである。研究を主として行う大学と主として職業訓練を行う大学といったちがいが、学生の心身の健康を支える取り組みの充実度のちがいが、学生の基礎的学力のちがいが、就職の内定率のちがいが、一口に大学と言っても、そのありようは大学によってかなり異なる。例えば、教員養成系の大学に比べ芸術系の大学の就職内定率はかなり低い。就職内定率の低さといった将来のみえにくさは、卒業期の心身の健康度に影響することは十分にありえる。今後はデータを増やす努力を行いながら、このような大学の性格という要因を考慮しながら、大学在籍中に学生の心身の健康度がどのように変化するか検討する必要がある。

- 1 Yoshinori Shibasaki (Sihikoku university) : yoshinori.shibasaki@icloud.com
- 2 Miwa Shibasaki (Niimi college) : shibasaki@niimi.ac.jp

引用文献

- Jacobson, N. S., & Truax, P. (1991). Clinical significance : a statistical approach to defining meaningful change in psychotherapy research, *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 59, 12-19.
- 日本学生相談学会50周年記念誌編集委員会 (2010) 学生相談ハンドブック, 学苑社, 東京.
- 堀正士・山口直美・上月英樹 (1995). 学群新入生と大学院新入生のUPIの比較検討. *全国大学メンタルヘルス研究会報告書*, 17, 51-54.
- 家永愛子・島田友子・河口朝子・氏田美知子・片穂野邦子・岩永洋子・山崎不二子・松本幸子 (2010). UPIから見た看護大学生のメンタルヘルスの実態. *日本看護研究学会雑誌*, 33 (3), 154.
- 入江智也・丸岡里香・三上薫・一條理絵 (2015). 大学生における精神的健康の継時的変化—潜在曲線モデルを用いた検討. *北翔大学北方圏学術情報センター年報*, 7, 25-33.
- 泉水紀彦・茅野理恵・佐野司 (2012). UPIからみた大学生の入学後のメンタルヘルスの変化. *筑波学院大学紀要*, 7, 197-208.
- 喜田裕子・高木茂子 (2001). 学生相談から見た大学生のメンタルヘルスと心の教育—富山国際大学における過去10年間のUPI調査をもとに—. *人文社会学部紀要*, 1, 155-165.
- 小泉晋一 (2017). 入学時のUPI (University Personality Inventory) 得点と早期休・退学との関連. *共栄大学研究論集*, 15, 73-92.
- 黒山竜太 (2018). 大学生への精神的健康度調査におけるUPIとBRSの関連性の検討. *東海大学紀要*, 37, 1-8.
- 黒山竜太 (2019). UPIによる大学生の精神的健康の変遷と震災の影響に関する実態調査. *東海大学紀要*, 38, 29-37.
- 中井大介・茅野理恵・佐野司 (2007). UPIから見た大学生のメンタルヘルスの実態. *筑波学院大学紀要*, 2, 159-173.
- 中澤史・高橋仁・羽生綾子・吉田弘法 (2004). UPIからみたスポーツ指導員を目指す専門学校生の精神的健

- 康状態の特徴について (03. 体育心理学, 一般研究発表). 日本体育学会大会号, 55, 197.
- 前垣綾子・滋野和恵 (2011). UPIによる大学生の精神的健康の実態. 北海道文教大学研究紀要, 35, 115-126.
- 三重野友子・片穂野邦子・河口朝子・稗圃砂千子・氏田美知子・山崎不二子・松本幸子 (2017). 看護大学生の夏季休業前後における精神的健康度の変化—University Personality Inventory 尺度を用いて—. 県立長崎シーボルト大学看護栄養学部紀要, 15, 11-20.
- 岡伊織・吉村麻奈美・山崖俊子 (2015). 津田塾大学新生における精神的健康度の変化: 43年間にわたる大学生精神医学的チェックリスト (UPI) の結果より. 津田塾大学紀要, 47, 175-195.
- 鶴田和美 (2001). 学生のための心理相談 培風館.
- 下瀬川陽 (2015). 大学・短大中退が正社員就業と獲得賃金に与える効果の検討. 社会学年報, 44, 71-81.
- Viechtbauer, W. (2010). Conducting meta-analyses in R with the metafor package. Journal of Statistical Software, 36 (3), 1-48.