

アサーションと社会的スキル及び コーピングが精神的健康に及ぼす影響

0907034

箕輪 麻衣子

【目的】

日常生活を送る上で、不安や憂うつな気分
陥ったり、物事に集中できなくなったりする
ことは少なくない。「学生の健康白書 2005」
(学生の健康白書作成に関する特別委員会、
2008)によると、約1割から半数近くの
大学生の心身の健康状態、すなわち精神的
健康に様々な問題が生じていることが読み
取れる。

これまでの研究から、大学生の精神的健康
を低下させる要因の一つには対人ストレス
イベントの影響があると言える。しかし、
その影響は、個人が行う対人ストレス
コーピングの違いによって左右されると考
えられることから、対人ストレスコーピ
ングの実行に関与する心理的変数につい
て、さらに明らかにしていくことは重要
であると考えられる。

また、対人ストレスコーピングは精神的健康
にそれぞれ異なった影響を及ぼすことが
明らかにされている。したがって、精神的
健康に影響を及ぼすとされるアサーシ
ョンや社会的スキルが対人ストレスコー
ピングに関与するのであれば、これら
が精神的健康に影響を及ぼす過程につ
いて、さらに明らかにできるのではない
かと考える。

そこで本研究では、アサーションと社会的
スキルを対人ストレスコーピングの実行
に関与する心理的変数と考え、これら
が対人ストレスコーピングに影響を及
ぼすかどうか検討する。また、アサー
ションと社会的スキル及び対人スト
レスコーピングがそれぞれ精神的健康
に影響を及ぼすかどうか検討する。

【方法】

調査協力者は、北星学園大学に在籍する
大学1~3年生で、欠損値があった者を
除く計85名(男性22名、女性63名)
を分析対象とした。平均年齢は20.09
歳、標準偏差は4.52であった。

調査は、2012年11月下旬に実施し、
性別・年齢・学年について回答させた
フェイスシートのほか、以下の尺度を
用いた。

- ①青年用アサーション尺度(玉瀬ら、
2001)
- ②KiSS-18(菊池、1988)
- ③大学生用対人ストレスコーピング
尺度(加藤、2000)の各因子から5
項目ずつを選定した計15項目
- ④一般健康調査票(GHQ)12項目
版(中杉、1981)

【結果と考察】

まず、それぞれの尺度について、因子
ごとの項目、あるいは全ての項目の
得点を合計し、尺度得点を算出した。

目的に従ってモデルを作成し、共分散
構造分析によるパス解析を行った。
しかし、ほとんどのパスが有意では
なく、モデルの適合度も低かったた
め、適宜修正を行い、より適合度の
高かったモデルを採用した。

その結果、アサーションと社会的スキ
ルが対人ストレスコーピングに及ぼす
影響については、アサーションの関
係形成からポジティブ関係コーピ
ングへの正の影響以外はいずれも有
意ではなかったことから、概ね認め
られなかったと言える。また、アサ
ションと社会的スキル及び対人スト
レスコーピングが精神的健康に及ぼ
す影響についても、社会的スキル
からGHQへの負の影響以外はい
ずれも有意ではなかったことから、
概ね認められなかったと言える。

本研究における問題点としては、ま
ず、調査協力者数の少なさがあげら
れる。また、男女別に検討すること
で影響の違いが見られる可能性も
考えられる。したがって、今後は、
調査協力者数をさらに増やし、ま
た男女の人数比も考慮した上で、
改めて検討してみる必要があると考
える。

(指導教員 豊村 和真 教授)