大学生活の不安に関する意識調査
―スポーツ系コースに所属する学生を対象に―

鈴　木　慶　子

Ⅰ．はじめに

文部科学省（2000）は,「これまで，大学の教員の関心は，主として自らの研究に向けられ，学生の教育に対する責任を十分に意識していないということがしばしば指摘されてきた」とし，今後は教員の研究に重点を置く「教員中心の大学」から，多様な学生に対するきめ細かな教育・指導に重点を置く「学生中心の大学」へと，視点の転換を図ることの重要性を指摘している。近年の大学では，講義やゼミ活動の他に，クラブ・サークル活動，就職支援，学生相談，健康相談などの課外教育にも力を入れており,「学生中心の大学」へ移行しているといえる。

しかし谷田川（2012）は，1990年から2000年には「18歳人口は減少し続ける見通しであったため，各大学とも学生の確保に必死にならざるを得ず，多様な入試方法で入学者への門戸を開いた。その結果，学力的にもこれまで大学に進学しなかった層が大学に入学するようになり，大学生の質の変化や学力低下，中退問題などが浮上した」と述べている。また大石ら（2007）は「受験の苦労を避け,『入りたい大学』よりも『簡単に入れる大学』に，早々と合格を決めようとする受験生が増えている。そしてその『簡単に入れる大学』に入学した後，こんなはずではなかったと後悔したり，この大学はいやだと不適応に陥ったりする」と主張している。

また川崎ら（2014）は,「本人が退学の意思を大学に伝える時点で大学側が説得をはじめても本人の意思はすでに固まっていることが多かった」としており，このことからも，学生の退学という決断の最終的な段階まで大学教員は退学の意思に気づくことは難しいとみられる。そして古城(1996)は，現在の学生に相応しい大学教育の在り方を考えるためには,「学生が抱く不安の実態分析が考えられる」と述べている。

そこで藤井（1998）が作成した大学生活不安尺度に着目した。藤井は,「現在行われ始めている“大学改革”には当の大学生の声が十分に反映されているとはいえないので，まず大学生が大学のみならず日常生活においてどのような不安を多く感じているのかを大学教官自らが知り，それをもとに改善していく姿勢こそが今まさに問われてきている」と主張している。さらにその中で藤井は「まだ大学生の“不登校”の問題は，小，中学生の“登校拒否”の問題に比べて注目されていないが，現実は非常に深刻な状況であるといわざるをえないとしている」とし,「本尺度を用いて現実をまず把握し早めに対処しておかないと，この種の問題はますます解決するのが難しくなってくる」と述べている。この尺度を用いて不安要因を明らかにしている研究は，数多くあり様々な視点から大学生活における不安感を分析している。

X大学Y学部は近年入学者数が増えており，これはスポーツ系コースへの所属を希望する「スポーツ系学生」が増えていることが一つの要因として考えられる。X大学Y学部は学部2年生から3コースに分かれる。3つのコースのうちスポーツ系コースに所属する学生の割合は多く，4年生はY学部153名のうち83名，3年生はY学部150名のうち80名，2年生はY学部153名のうち105名である。このことから，スポーツ系コースに所属する学生の大学生活について調査することは必要だと考えた。本研究は，X大学Y学部スポーツ系コースに所属する学生の大学生活不安の特性を明らかにすることで，充実した大学生活の提供と退学者減少

の一助とすることを目的とした。

Ⅱ．方法

１．調査対象者

スポーツ系コースに所属する学生で，授業Aを履修している3年生56名（男50名，女6名），授業Bを履修している2年生76名（男62名，女14名），計132名を対象とした。鶴田（1998）が，中間期にあたる2・3年生では「学生が大学入学直後の表面的な適応を一時的に壊して真の適応へと至る期間であり，学生が曖昧さの中で内面を見つめる体験をする時期である」と述べていることから，2・3年生の学生は，今回の研究目的に適する学年であると考えた。大学での専門競技は，表1のとおりである。

表1 大学での専門競技（n=132）

種目	3年生	2年生
硬式野球	15	16
陸上	12	17
駅伝	1	11
サッカー	7	8
ホッケー	7	5
ハンドボール	4	3
ラグビー	2	2
バスケットボール	2	2
剣道	2	1
その他	4	11
合計	56	76

２．調査時期及び倫理面への配慮

2016年7月12日(2年生),2016年7月20日(3年生)にそれぞれ講義内で研究についての説明を行い，質問紙調査を実施した。その際，対象者が回答したくない場合は空欄にして提出するよう求めた。本研究は駿河台大学倫理委員会の承認を得て，実施した（承認番号28駿研倫1-3号)。

３．分析方法

藤井（1998）が大学生活全般における不安の測定を目的として作成した大学生活不安尺度を使用した。この尺度は3つの下位尺度に分かれており，大学の日常生活に対する不安感（以後，日常生活不安)，大学における単位や試験に対する不安感（以後，評価不安)，不登校や中退といった就学上の問題を生じさせる大学不適応感（以後，大学不適応）となっている。表2は大学生活不安尺度の項目とその略称を，清宮（2015）を参考に作成したものである。対象の大学生には，これらの30項目に「はい」「いいえ」で回答してもらい，その結果を集計した。①から⑭までが日常生活不安，⑮から㉕までが評価不安，㉖から㉚までが大学不適応の因子で構成されている。そして，調査で得られた結果について単純集計を行い，2年生と3年生の学年間の比較における統計処理は，対応のない t 検定を行った。統計処理ソフトは SPSS 22.0 for windows を使用し，有意水準は5%に設定した。

Ⅲ．結果及び考察

１．学年における比較

今回実施した質問紙調査の結果を単純集計して示したものが表3である。

3年生で高かった項目は「卒業論文」が84%,「就職」が77%,「事故・病気」が66%,「授業単位」が66%,「必須科目の単位」が63%となった。今回対象としたX大学Y学部の3年生は卒業論文提出を来年度に控え，既に取り組み始めているゼミもあることから，2年生よりも多い84%の学生が不安を感じているものと考察する。藤井（1998）の調査でも，大学生は「卒業論文（78%)」に対して，最も強く不安を感じていることがわかっている。またその中で藤井は「単位」や「テスト」に対する不安も高かったとし,「大学生は日常生活におけるさまざまな不安よりも学生の本分である学業に対する不安をより強く感じている傾向が明らかになった」としている。また,「卒業論文」に次いで「就職」に関する不安が多くみられた。既に学内で開催されている就職対策講座に参加している3年生がみられることから，就職に対する意欲とともに不安も大きくなっていることが考えられる。

表2 大学生活不安尺度

大学生活不安尺度項目	省略
①大学で人が自分のことをどう思っているのか気になります。	公的自己意識
②4年間で卒業できるかどうか、不安です。	卒業
③留年したらどうしようと気になります。	留年
④万一事故に遭ったり、病気をしたらどうしようと心配になることがあります。	事故・病気
⑤友達と一緒に何かをしなければならないとき、うまく協力できるか不安な気持ちになります。	友達
⑥部活やサークルで先輩たちとうまく付き合えるか心配です。	先輩
⑦1時間目の授業にきちんと起きて出席できるかどうか、不安です。	1限の授業への出席
⑧何らかの団体に突然勧誘されないか、不安です。	団体への勧誘
⑨先生が近くにいると気になって仕方ありません。	先生との距離
⑩1ヶ月の生活費が足りるかどうか、心配です。	1ヶ月の生活費
⑪授業中、先生の言っている内容がわからなくて、不安になることがあります。	授業理解
⑫大学の先生と話をするときは、とても緊張します。	先生との会話
⑬先生に「研究室に来るように」と呼ばれたら何を言われるかとても不安になります。	先生からの呼出
⑭将来、良い会社に就職できるかどうか、不安です。	就職
⑮授業中に何かをしなくてはならないとき、へまをするのではないかと不安になることがあります。	授業中のヘマ
⑯必須科目の成績がF(不可)だったらどうしようと心配になることがあります。	必須科目の単位
⑰テスト中に時間が残り少なくなると、自分の考えがまとまらなくなります。	テスト（時間不足）
⑱テスト中にわからない問題があると、頭の中が真っ白になってしまうことがあります。	テスト（回答不可）
⑲成績のことが気になって仕方ありません。	成績
⑳大学の成績のことを考えると、憂鬱です。	成績による憂鬱
㉑申請した授業の単位がきちんともらえるかどうか心配です。	授業単位
㉒テスト中、緊張して自分の力が発揮できません。	テスト（緊張）
㉓授業で発表するとき声が震えることがあります。	授業（緊張）
㉔卒業論文がうまく書けるかどうか、不安です。	卒業論文
㉕テストを受けるとき、悪い点をとってしまうのではないかと心配になります。	テスト（結果）
㉖こんな大学にいたら自分がダメになるのではないかと憂鬱な気分になることがあります。	大学への不信感
㉗この大学にいると、なんか不安な気持ちになります。	大学への不安
㉘できることなら、転学あるいは転部したくて仕方ありません。	転学・転部
㉙入学した学部が自分に合っていないような気がして不安です。	学部不適応
㉚大学を退学したいと思うことがあります。	退学

表3 大学生活不安尺度学年別結果

大学生活不安尺度	3年生		2年生	
省略	はい	いいえ	はい	いいえ
公的自己意識	52%	48%	53%	47%
卒業	29%	71%	52%	48%
留年	32%	68%	52%	48%
事故・病気	66%	34%	64%	36%
友達	36%	64%	44%	56%
先輩	25%	75%	39%	61%
1限の授業への出席	46%	54%	42%	58%
団体への勧誘	4%	96%	17%	83%
先生との距離	16%	84%	23%	77%
1ヶ月の生活費	48%	52%	55%	45%
授業理解	43%	57%	61%	39%
先生との会話	20%	80%	31%	69%
先生からの呼出	50%	50%	62%	38%
就職	77%	23%	77%	23%
授業中のヘマ	36%	64%	47%	53%
必須科目の単位	63%	38%	68%	32%
テスト（時間不足）	46%	54%	43%	57%
テスト（回答不可）	38%	63%	42%	58%
成績	41%	59%	60%	40%
成績による憂鬱	41%	59%	56%	44%
授業単位	66%	34%	68%	32%
テスト（緊張）	14%	86%	27%	73%
授業（緊張）	36%	64%	45%	55%
卒業論文	84%	16%	71%	29%
テスト（結果）	52%	48%	61%	39%
大学への不信感	32%	68%	56%	44%
大学への不安	30%	70%	39%	61%
転学・転部	16%	84%	25%	75%
学部不適応	5%	95%	25%	75%
退学	13%	88%	32%	68%

対して，2年生で高かった項目は，「就職」が77%，「卒業論文」が71%，「必須科目の単位」が68%，「授業単位」が68%，「事故・病気」が64%となった。3年生も2年生も就職の不安についてはほぼ同じ値の77%だった。2年生にして既に多くの学生が就職に関して不安を抱えていることがわかった。田中ら（2008）は「『進路（職業）決定不安』についての平均値は1回生で低く，2回生で高くなり，その後学年が上がっていくにつれ平均点が低くなっている」とし，3回生ではすでに進路目標が確かなものになってきているが，2回生は「次第に専門的な授業が増え，自らの目標に対する知識が増え、目標が揺らぐ時期となっている」ためと考察している。このことから，X 大学では今後もキャリア支援を継続的に行う必要があるといえる。

表4は全ての対象者の回答の平均と標準偏差である。体育系大学1年生から4年生に対して調査を行った大石ら（2007）の研究において，就職を含む日常生活不安は2年生が最も高かった。大石らはその中で，年月を経て学生が大学生活に適応してゆくことと，大学生活に適応できない学生は途中で退学してしまうことが2年生の日常生活不安が大きい理由として挙げている。

表4　大学生活不安尺度の平均と標準偏差(n=132)

	M	SD
合計	13.17	7.50
日常生活不安	6.17	3.76
評価不安	5.56	3.37
大学不適応	1.43	1.51

表5　大学生活不安尺度の学年別比較（n=132）

因子	3年生 M	3年生 SD	2年生 M	2年生 SD	t 値
合計	11.55	5.74	14.34	8.39	-2.27**
日常生活不安	5.43	3.32	6.71	3.98	-1.97n.s.
評価不安	5.16	2.76	5.86	3.74	-1.24n.s.
大学不適応	0.96	1.06	1.77	1.70	-3.34**

**$p<0.01$

そして表5は,3年生と2年生の間で大学生活不安の各因子に差があるのかを明らかにするため，t 検定を行った結果を表にまとめたものである。その結果，まず大学生活不安尺度の合計において有意な差が認められた（t=-2.27，p＜0.01）。日常生活不安と評価不安には有意な差はみられなかったが,大学不適応では有意な差がみられた（t=-3.34，p＜0.01）。特に「㉖こんな大学にいたら自分がダメになるのではないかと憂鬱な気分になることがあります。」では56％の2年生が「はい」と回答し，「㉚大学を退学したいと思うことがあります。」では32％の2年生が「はい」と回答している。3年生になると㉖の質問では32％，㉚の質問では13％と減少しているので,2年生の段階で早めの対応が必要であることが考えられる。

２．男女における比較

表6は,男女別で大学生活不安尺度と各因子を比較した結果をまとめたものだが，有意な差は認められなかった。しかし表4の全ての対象者の回答の平均と比べると，X 大学では女子よりも男子の方が大学生活不安，特に日常生活不安と大学不適応を感じていることが考えられる。清宮（2015）の調査では，男子学生よりも女子学生の方が有意に高い値が示され，女子学生は男子学生よりも大学生活に対して不安を感じていることを示唆している。X 大学は女子学生が男子学生に比べてかなり少なく，今回の対象者の女子は全体の対象者の15％である。今回の調査では男女間で有意な差は認められなかったが，今後も居心地のよい学内環境と学生サポートを提供するうえで，女子学生に対するケアを意識的に継続する必要があると考えた。

３．不本意入学者と第一志望で入学した学生の比較

表7は,不本意入学者と第一志望で入学した学生の間で大学生活不安の因子に差があるのか明らかにするため，t 検定を行った結果を表にまとめたものであるが，有意な差は認められなかった。森（2013）は,「志望の大学に入学できず，学習意欲を失ってしまったいわゆる不本意入学者への対応は深刻である」と述べている。表4の全ての対象者の回答の平均と比べると，不本意入学者と第一志望で入学した学生の間のすべての因子において有意な差はみられなかった。特に，第一志望で入学した学生は不本意入学者より大学生活不安，特に日常生活不安と評価不安を感じていることが見て取れる。X 大学では第一志望で入学した学生でも大学生活の不安が大きいことが考えられる。しかし，和田ら（2012）は,「大学不適応感は第1志望以外で入学した学生の方が,第1志望で入学した学生よりも強いという結果が得られた」としている。そして日本中退予防研究所（2010）は，各校の中退理由の一つについて，授業がつまらない，勉強についていけない，学問内容に興味がないなどによる「学修意欲の喪失」を挙げており，これは入学初期に多いとしている。従って，本研究では不本意入学者とそうでない学生の間で差はなかったものの，今後も不本意入学者は特に注意深く見守る必要があると考えた。見舘ら（2008）の研究では,「友人とのコミュニケーション」は「学習意欲」，そして「大学生活の満足度」にはほとんど影響を

与えておらず,「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,「大学生活の満足度」に寄与していることを明らかにしている。このことから，不本意入学者のケア及び退学者減少のために，教員と学生のコミュニケーションを今後さらに促進する必要があるといえる。

Ⅳ．まとめ

本研究は，X 大学 Y 学部スポーツ系コースに所属する学生の大学生活不安の特性を明らかにすることで，充実した大学生活の提供と退学者減少の一助とすることを目的とした。そこで,藤井(1998)が作成した大学生活不安尺度を用いてアンケート調査を行った。

その結果，3年生で特に高かった項目は「卒業論文」が84%,「就職」が77%，2年生で特に高かった項目は,「就職」が77%，卒業論文が「71%」となった。今回対象とした X 大学 Y 学部の3年生は卒業論文提出を来年度に控え，既に取り組み始めているゼミもあることから,2年生よりも多い84%の学生が不安を感じているものと考察した。また,「就職」に関する不安は3年生も2年生もほぼ同じ値の77%だったことから，今後もキャリア支援を継続的に行う必要があると考えた。

3年生と2年生の間で大学生活不安の各因子に差があるのかを明らかにするため,t 検定を行った。その結果，日常生活不安と評価不安には有意な差はみられなかったが，大学不適応では有意な差がみられた（t=-3.34，p＜0.01)。「㉖こんな大学にいたら自分がダメになるのではないかと憂鬱な気分になることがあります。」では56%の2年生が「はい」と回答し,「㉚大学を退学したいと思うことがあります。」では32%の2年生が「はい」と回答している。3年生になると㉖の質問では32%，㉚の質問では13%と減少しているので,2年生の段階で早めの対応が必要であることを考えた。

男女別で大学生活不安尺度と各因子に有意な差は認められなかった。しかし，清宮（2015）の調査では女子学生は男子学生よりも大学生活に対して不安を感じていることから，今後も女子学生に対するケアを意識的に継続する必要があると考えた。また，不本意入学者とそうでない学生の間にも有意な差は認められなかった。X 大学では不本意入学者ではない学生でも大学生活の不安が大き

表6　大学生活不安尺度の性別比較（n=132）

	男子学生		女子学生		
因子	M	SD	M	SD	t 値
合計	13.29	7.66	12.45	6.61	0.46n. s.
日常生活不安	6.24	3.84	5.80	3.32	0.48n. s
評価不安	5.56	3.42	5.60	3.17	-0.05n. s.
大学不適応	1.50	1.53	1.05	1.40	1.22n. s.

表7　大学生活不安尺度の不本意入学者比較（n=132）

	本意		不本意		
因子	M	SD	M	SD	t 値
合計	13.55	7.37	12.52	7.73	0.77n. s.
日常生活不安	6.54	3.71	5.56	3.79	1.47n. s.
評価不安	5.61	3.28	5.48	3.54	0.22n. s.
大学不適応	1.40	1.51	1.48	1.53	-0.30n. s.

いことが考えられるものの，今後も不本意入学者は特に注意深く見守る必要があると考えた。

本研究では，大学不適応の因子においてスポーツ系コースの2年生が3年生よりも多くの割合で不安を感じていることが示唆された。今後の課題として，入学選抜の方法に大学生活不安は影響があるのか，部活動やサークルなどの課外活動参加の有無が大学生活不安にどのように影響するのか検証したい。また，学生がどのようなサポートを利用しているのか，どのようなサポートを必要としているのかを調査し，学生の充実した大学生活の提供の一助としたい。

Ⅴ．参考文献

1）藤井義久（1998）大学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(6), pp.441-44.

2）川崎孝明・中嶋弘二・川崎健太郎・川口恵子（2014）大学における寄り添い型学生支援体制の構築―中途退学防止の観点からの実践的アプローチ―．尚絅大学研究紀要人文・社会科学編(46), pp.75-89.

3）清宮孝文・依田充代・門屋貴久（2015）体育系大学生の大学生活不安に関する研究．日本体育大学紀要45(1)，pp.27-37.

4）古城和子（1996）女子学生にみられる不安構造とその変動．九州女子大学紀要32 (3), pp.41-52.

5）見舘好隆・永井正洋・北澤武・上野淳（2008）大学生の学習意欲,大学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(2), pp.189-196

6）文部科学省(2000)大学における学生生活の充実方策について（報告）－学生の立場に立った大学づくりを目指して－http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chousa/koutou/012/toushin/000601.htm.

7）森朋子（2013）「初年次セミナー導入時の授業デザイン」初年次教育学会編初年次教育の現状と未来．世界思想社．pp.165-166.

8）日本中退予防研究所（2010）『中退白書2010－高等教育機関からの中退－』．NEWVERY．pp.8-20.

9）大石千歳・浅見美弥子・奥野知加・渡辺博之・若山章信・今丸好一郎・中本哲（2007）東京女子体育大学学生のライフスタイルと健康に関する調査報告その2―精神的健康に関する基礎調査―．女子体育研究所所報，1.pp.23-48.

10）竹内正興（2014年）大学入試構造と不本意入学者のアイデンティティーＡＯ入試は不本意入学者を減少させる施策となりえるのかー佛教大学大学院紀要 教育学研究科篇（42）pp.35-51.

11）田中存・菅原圭一・菅千索（2008）就職不安が大学生の生活不安に与える影響について．和歌山大学教育学部紀要．教育科学(58),pp.39-46.

12）鶴田和美（1998）下位時期から見た学生期．大学教育における新しい学生相談像の形成に関する研究（平成9年度文部省科学研究成果報告書）：65.

13）和田愛祐美・松尾直博（2012）大学不適応感と進路成熟度の関連．東京学芸大学紀要．総合教育科学系, 63(1)．pp.221-227.

14）安田道子・鈴木健一編著（2016）心の発達支援シリーズ 6 大学生 大学生活の適応が気になる学生を支える． 松本真理子・永田雅子・野邑健二監修，明石書店.

15）谷田川ルミ（2012）戦後日本の大学におけるキャリア支援の歴史的展開．名古屋高等教育研究(12),pp.155-174.