大学生のなまけ(学業生活不適応)傾向と精神的健康の関連

○橋本久美¹・飯村伸孝²・

(1札幌国際大学・2バウムハウス)

キーワード：なまけ傾向尺度 短期報酬予測学習 GHQ

The relationship of *Namake* (a state of maladaptation schoolwork) tendency and mental healthHisami HASHIMOTO¹, Nobutaka IIMURA²

(1 Sapporo International Univ., 2 Baum House)

Key Words: the Laziness Tendency Scale short-term reward prediction learning GHQ

目 的

従来、大学生の無気力傾向は、怠慢や離脱行動全体を示すスチューデント・アパシー的観点や、抑うつ・強迫性等の精神医学からのアプローチから研究が行われてきた。筆者は、新たに大学生の「なまけ(学業生活不適応)」状態では、依存や嗜癖傾向と共通した脳内短期報酬学習がなされているとの概念仮説に立ちそのメカニズムの解明を進めている。本研究では、「なまけ」傾向が、実際の単位取得状況及び大学生の心理適応と関連することを確認し、「なまけ傾向尺度」における精神的健康状態を明らかにすることを目的とする。

方 法

私立 A 大学及び B 大学の学生 400 名に対して講義時間を使用し①「なまけ」傾向尺度②大学生生活調査表③GHQ28 を集団で実施した。回答に不備のあった者を除き、最終的に 251 名(男性 130 名・女性 121 名)を対象に解析を行った。平均年齢は 20.2 (±1.4) 歳であった。調査期間は 2012 年 10 月下旬～11 月下旬であった。調査は無記名式で行われた。被験者には、個人を特定できる情報は厳重に管理し、結果を発表する際には個人を特定できる情報を隠す事を紙面および口頭にて説明し同意が得られた上で調査を行った。

調査材料(1)「なまけ」傾向尺度(橋本,2012) 全 15 項目構成。第 1 因子「快楽志向」第 2 因子「先延ばし傾向」第 3 因子「無気力傾向」の三因子により構成される。回答は「あてはまる」「あてはまらない」「わからない」の 3 件法。大学における学業生活不適応の心理状態を測定する尺度として作成された。

(2) **大学生生活調査票**(筆者による試作版) ①単位取得率：今まで受講した授業で取得出来た単位の割合をパーセンタイルで回答させた。②学校生活満足度：「1.授業に意欲的に取り組んだか、2.講義は分かりやすいか、3.講義で知識や技能は身についたか、4.講義に興味や関心が持てたか、5.全体的に講義に満足しているか、6.大学での友人関係に満足しているか、7.大学以外の人間関係に満足しているか」の計 7 項目により構成。5 件法を採用し、合計を求めた。

(3) **日本版 GHQ 精神健康調査票(短縮版)**(中川・大坊 1985; 以後 GHQ28 と表記) Goldberg (1978) が神経症者の症状把握、評価、迅速な発見のための有効なスクリーニング質問紙検査として開発した。本研究では短縮版の GHQ28 を質問紙として使用した。GHQ28 は「身体症状」「不安と不眠」「社会的活動障害」「うつ傾向」の 4 因子の各 7 項目により構成されている。採点は 2 点法を用いた。

結 果

「なまけ」傾向尺度の因子分析 なまけ傾向尺度の質問項目を、固有値 1、バリマックス回転により因子分析を行った(Table 1)。その結果、第 1 因子「快楽志向」第 2 因子「先延ばし行動」第 3 因子「無気力状態」が抽出され、橋本(2012)と同様の結果であった。

単位取得率と「なまけ」傾向尺度との関連 Pearson 相関分析では、被験者の単位取得率は「なまけ」傾向尺度の「先延ばし行動」、「無気力状態」、「なまけ傾向合計得点」においてそれぞれ負の相関($p<.01$)が示された。「単位取得率」と「学

校満足度」間では正の相関が認められた($r=.19, p<.01$)。**学校生活満足度・GHQ28 と「なまけ」傾向尺度との相関** 「学校生活満足度」と「なまけ」傾向尺度との間における Pearson 相関係数を算出した結果、「なまけ」傾向尺度の全因子および「なまけ」傾向合計との間において負の相関が確認された(各々、 $p<.01$)。GHQ28 合計得点と「なまけ」傾向尺度の間、「なまけ」傾向尺度の全因子および「なまけ」傾向合計において正の相関が確認された(各々、 $p<.01$)。

Table 1 「なまけ」傾向尺度の因子分析結果

質問項目	因子			α
	1	2	3	
12 楽な方に逃げてしまう	.89			.78
11 自分に甘い	.60			
3 苦勞を避けてしまう	.55			
10 心が弱いので負けてしまう	.51			
2 その場の欲望に負けてしまう	.47			
14 一講目が起きられないと行く気がしない	.63			.64
15 今日休んでも来週から出ることができるから大丈夫 夫だと思ふ	.50			
4 次の学年で頑張れば良いと思う	.49			
1 2,3 回授業を休むと学校に行く意欲をなくす	.47			
8 頑張らなくても何とかかなと思っている	.61			
9 他の人が動いてくれると思っている	.54			.67
5 向上心がない	.43			
6 物事をしっかり考えることを避けてしまう	.44			

Table 2 「なまけ」傾向尺度と各尺度の相関(Pearson 相関) n=251

なまけ傾向尺度因子	1 快楽志向	2 先延ばし行動	3 無気力状態	合計得点
単位取得率	n.s.	-.28**	-.19**	-.23**
学校生活満足度	-.20**	-.38**	-.34**	-.37**
合計				
GHQ28 合計	.26**	.27**	.26**	.32**

**p<.01

考 察

本研究では、「なまけ」傾向が高い者は、単位取得が少なく、学校満足度も低い事が明らかとなった。また、精神的健康という点においても、「なまけ」傾向全因子が関連している。筆者は、なまけ傾向者は、面倒なこと(学業継続行動)に対して短期報酬予測学習が行われているために、短期的な結果判断の傾向が強いと推測している。「なまけ」傾向が定着した学生は、その後「無気力傾向」を呈し、精神的な不健康状態に移行していくのではないだろうか。「なまけ」傾向尺度と短期報酬予測学習の関連については今後、検証の必要がある。