

簡易版大学生用メンタルヘルス尺度の信頼性・妥当性
および本尺度のストレス対処能力 (SOC) とやり抜く力 (Grit) との関連性の検討

大 矢 薫^{1)*}・押 木 利英子¹⁾・澁 井 実¹⁾・大 平 芳 則¹⁾・
北 村 拓 也¹⁾・長谷川 千 種¹⁾・近 貴 司¹⁾・大 野 達 八²⁾

1) 新潟リハビリテーション大学

2) 東京都立羽村高等学校

〔受付：平成30 (2018) 年10月19日〕

〔受理：平成30 (2018) 年12月 5 日〕

キーワード：大学生，メンタルヘルス，尺度，SOC，Grit

要旨 筆者らは「簡易版大学生用メンタルヘルス尺度」の作成を目指し検討を重ねてきた。今回は本尺度の信頼性・妥当性を検討しつつ、あわせてメンタルヘルス支援における具体的な介入視点となる「ストレス対処能力 (SOC)」および「やり抜く力 (Grit)」との関連から検討を加えた。

本尺度は高い内的整合性とうつ病・不安障害のスクリーニング調査票 (K6) との高い相関が得られ、信頼性、基準関連妥当性ともに確認された。本尺度と SOC との関連から、メンタルヘルス不良群はストレス対処能力が低いことが示され、メンタルヘルス改善の支援にはストレス対処能力を身につけるストレスマネジメント教育や健康教育の実施が重要であると考えられた。また、Grit との関連から、メンタルヘルス不良群はとくに根気が低いことが示され、根気を醸成するための関わりが重要であると考えられた。

問題と目的

文部科学省の報告¹⁾によると、平成24年度における国・公・私立大学、公・私立短期大学、高等専門学校の中途退学者の総数は、全学生のうち2.65%に当たる79,311人であり、平成19年度に比べて0.24ポイント

増となった。中途退学の理由は、「経済的理由」が20.4%、「転学」が15.4%、「学業不振」が14.5%、「就職」が13.4%、「病気・けが・死亡」が5.8%、「学校生活不適應」が4.4%、「海外留学」が0.7%であった。榎本²⁾によると、「経済的理由」は表向きの理由であり、対人関係や学校生活に馴染めないことから孤立感

* Corresponding author:

新潟リハビリテーション大学 医療学部 リハビリテーション学科 リハビリテーション心理学専攻

〒958-0053 新潟県村上市上の山2-16

Tel : 0254-56-8292

Fax : 0254-56-8291

E-mail : ohya@nur.ac.jp

や不適応感を生じ、メンタルヘルスに関連すると考えられる退学も実際にはかなりの割合で内在しているとされる。大学生のメンタルヘルスを測定するツールであるUPI 学生精神的健康調査 (University Personality Inventory, 以下UPI) を使用した研究によると、退学者は在学生に比べて、UPI56項目の合計得点は有意に高く、身体的な症状や高い不安などメンタルヘルスの状態が悪いことが明らかとなっている^{3, 4)}。これらのことから大学生のメンタルヘルスの把握とその状態に対する支援が重要といえる。

大学生のメンタルヘルスを把握するために現在多くの大学などで使用されているUPIは質問項目が60項目と多く、実施に時間もかかることから心理的負担が大きいと考えられる。そこで、大矢(著者)ら⁵⁾は複数の既存の尺度を参考に、具体的な支援を考えることができる内容のチェックリストを作成した。心理的負担が少なく、大学生のメンタルヘルスの状態を簡便に測定できる22項目からなる簡易版大学生用メンタルヘルス尺度(以下、大学生MH尺度)である。しかし、信頼性・妥当性の検証を試みるも、調査対象者が不十分で適切な検討ができていない。

そこで本研究では、大学生MH尺度の内的整合性と既存の尺度であるうつ病・不安障害のスクリーニング調査票(以下K6)⁶⁾との関連を検証することによって、信頼性・妥当性を検討することを目的とした。あわせてメンタルヘルス支援における具体的な介入視点となる「ストレス対処能力(sense of coherence, 以下SOC)」および大学卒業を予測する「やり抜く力(Grit)」との関連性からも検討することを目的とした。

方法

1. 調査時期

2017年7月。

前期の講義が終盤にさしかかり、4月から大学に入学した新入生にとっては、大学生活に慣れ、講義への姿勢や生活パターンが構築されつつある時期と考えられる。2年生は入学から1年以上経過しているため、すでに講義への姿勢や生活パターンが構築されていると考えられる。本調査の結果を踏まえ、後期には具体的なメンタルヘルス支援を実施することも視野に入れ、この時期に調査を実施した。

2. 調査対象者

中部地方にあるA大学の学部1, 2年生152名。

性別や年齢については個人が特定できる可能性があったため調査を行わなかった。学部3, 4年生は学外での臨床実習の影響を大きく受けることが想定されたため、除外した。

3. 調査内容

大学の講義担当者に同意を得た後、講義の一部を使用し、質問紙調査として大学生MH尺度ⁱ⁾、K6ⁱⁱ⁾、日本語版SOC-13尺度⁷⁾、iii)、日本語版Short Grit (Grit-S) 尺度⁸⁾、iv)の4つを対象者に実施した。実施時間は5~10分間であった。

4. 倫理的配慮

本研究は、新潟リハビリテーション大学の倫理委員会の承認(承認番号120)を得て行われた。調査対象者には文書と口頭で調査の趣旨および、対象者の自由意志に基づく調査であること、調査結果は本調査の目的以外では使用しないこと、無記名であり、個人が特定されることがないことを説明し、質問紙の提出をもって同意が得られたこととした。

5. 分析方法

各質問紙の内的整合性についてはクロンバックの α 係数を算出し、大学生MH尺度の妥当性については、K6との相関分析を実施することによって基準関連妥当性を検討した。また、大学生MH尺度の平均値 $\pm 1SD$ を基準として、平均値より $+1SD$ 以上のグループを「メンタルヘルス良好群(以下、MH良好群)」、 $-1SD$ から $+1SD$ の間のグループを「メンタルヘルス標準群(以下、MH標準群)」、 $-1SD$ 以下のグループを「メンタルヘルス不良群(以下、MH不良群)」に分け、K6, SOC全体, 把握可能感, 処理可能感, 有意味感, Grit全体, 根気, 一貫性のそれぞれに関して1要因3水準の分散分析を行った。多重比較ではTukey法を使用した。データ分析には、IBM SPSS Statistics 24を使用した。

結果

1. 記述統計量と因子分析

記入不備があった10名を除いた142名(有効回答率93.42%)を分析対象とし、大学生MH尺度, K6, SOC全体, 把握可能感, 処理可能感, 有意味感, Grit全体, 根気, 一貫性の平均値と標準偏差を表1に示した。大学生MH尺度を探索的因子分析(主因子法, Promax回転)によって因子構造を検討した結果、1

表 1 記述統計量

| | 平均値 | 標準偏差 | 最小値 | 最大値 |
|---------|-------|-------|-------|-------|
| メンタルヘルス | 6.89 | 4.18 | 1.00 | 18.00 |
| K 6 | 6.11 | 5.73 | 0.00 | 24.00 |
| SOC | 55.02 | 10.58 | 27.00 | 91.00 |
| 把握可能感 | 20.60 | 4.72 | 6.00 | 35.00 |
| 処理可能感 | 16.87 | 4.16 | 5.00 | 28.00 |
| 有意味感 | 17.55 | 4.15 | 4.00 | 28.00 |
| Grit | 23.46 | 3.98 | 9.00 | 32.00 |
| 根気 | 12.42 | 2.68 | 4.00 | 20.00 |
| 一貫性 | 11.04 | 2.63 | 4.00 | 20.00 |

表 2 信頼性と相関関係

| | α 係数 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|------------|-------------|---|--------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|--------|
| 1. メンタルヘルス | .79 | - | .74 ** | -.66 ** | -.53 ** | -.54 ** | -.53 ** | -.31 ** | -.25 ** | -.21 * |
| 2. K 6 | .91 | | - | -.68 ** | -.57 ** | -.55 ** | -.53 ** | -.32 ** | -.28 ** | -.19 * |
| 3. SOC | .77 | | | - | .85 ** | .85 ** | .74 ** | .41 ** | .28 ** | .34 ** |
| 4. 把握可能感 | .55 | | | | - | .64 ** | .38 ** | .30 ** | .19 * | .27 ** |
| 5. 処理可能感 | .52 | | | | | - | .44 ** | .26 ** | .18 * | .22 * |
| 6. 有意味感 | .59 | | | | | | - | .44 ** | .32 ** | .35 ** |
| 7. Grit | .62 | | | | | | | - | .76 ** | .75 ** |
| 8. 根気 | .72 | | | | | | | | - | .13 |
| 9. 一貫性 | .57 | | | | | | | | | - |

* $p < .05$, ** $p < .01$

因子構造の可能性が示された。

2. 信頼性と妥当性の検討

大学生 MH 尺度, K 6, SOC 全体, 把握可能感, 処理可能感, 有意味感, Grit 全体, 根気, 一貫性のクロンバックの α 係数と, それぞれの相関係数を表 2 に示した。大学生 MH 尺度と K 6 との相関は $r = .74$ であった。

3. 群間比較の検討

「MH 良好群」が 15 名, 「MH 標準群」が 107 名, 「MH 不良群」が 20 名となった。3 群における K 6, SOC 全体, 把握可能感, 処理可能感, 有意味感, Grit 全体, 根気, 一貫性のそれぞれに関して 1 要因 3 水準の分散分析および多重比較を行った結果を図 1 に示した。一貫性以外は各要因で有意差が認められた。

考察

大学生 MH 尺度は高い内的整合性と K 6 との高い相関が得られ, 信頼性, 基準関連妥当性ともに確認された。しかし, 因子構造は 1 因子であり, 当初想定していた生活, 身体, 情動, 対人関係, 人格の各側面に分けて考えることができず, 項目の修正や追加といっ

た改良が必要である。

大学生 MH 尺度と SOC との関連からみて, MH 良好群は SOC が高く, MH 不良群は SOC が低いことが示された。これは, 主観的健康感やキャンパス生活の満足感が高く, 主観的ストレスが低い大学生ほど, SOC 得点が高いという高柳ら⁹⁾の報告と同様の結果となった。把握可能感を向上させるには, 組織や集団レベルで, 明確な規範やルールのもと, 先への見通しを立てることができる環境に改善し, その改善を長期間維持することが重要であるとされる。処理可能感を向上させるには, 楽観的感覚などのポジティブ心理学的特徴をストレスサーに直面した際に活用し, 対処するという経験が重要であるとされる。有意味感を向上させるには, 絶えず生じている世の中の変化に対して新たな意味を見出し, 世の中に柔軟に適応するという価値観を定着させ, それが維持できることが重要であるとされる¹⁰⁾。これらを踏まえたストレス対処能力を身につけるストレスマネジメント教育や健康教育の実施がメンタルヘルス改善への支援に必要である。

大学生 MH 尺度と Grit との関連からみて, MH 不良群は Grit, とくに根気が低いことが示され, 根気を醸成するための関わりの支援が重要であると考えられ

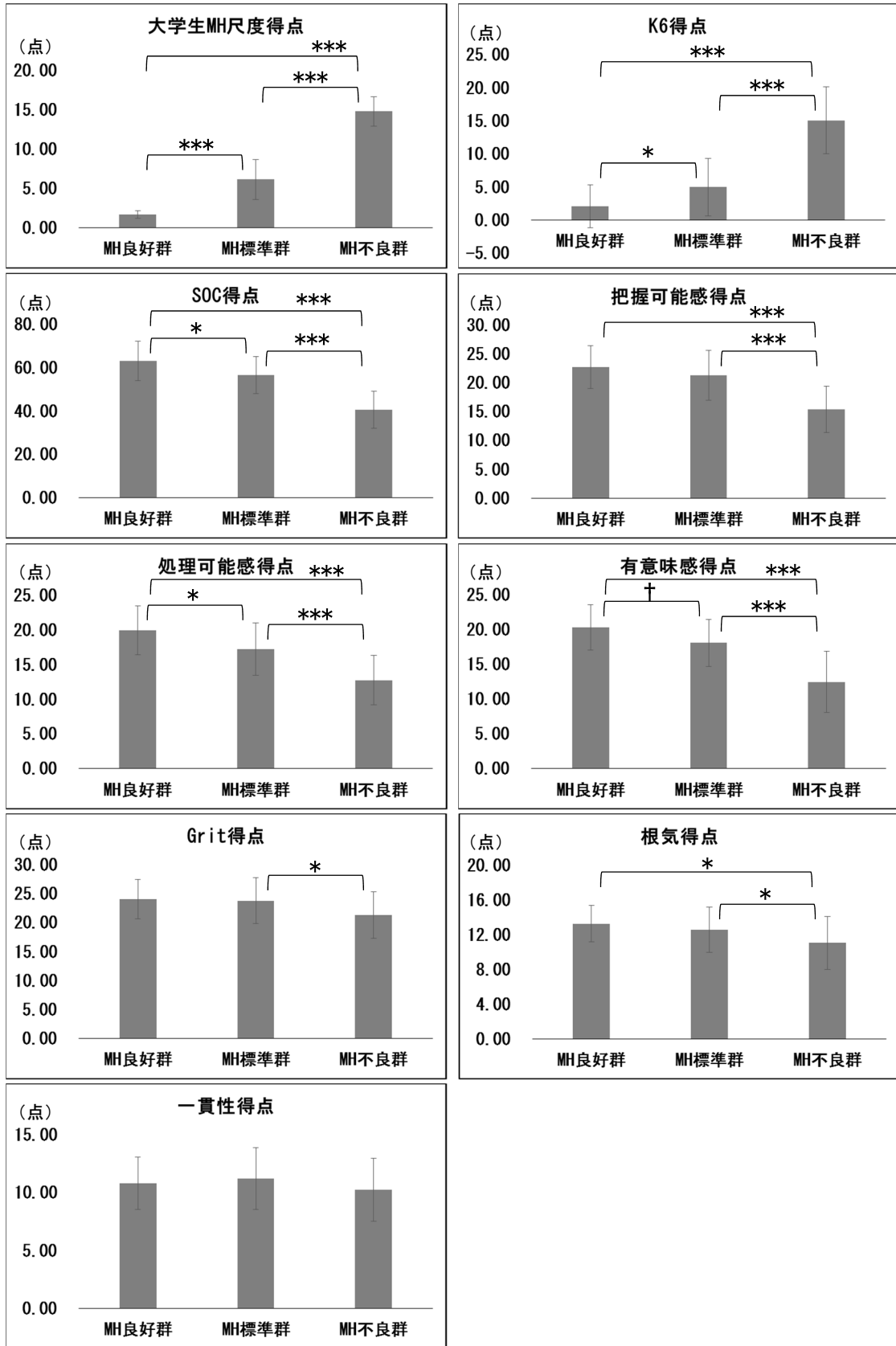


図1 各要因との群間比較
 († $p < .10$, * $p < .05$, *** $p < .001$)

る。理学療法士の養成校の学生を対象にして調査した鈴木ら¹¹⁾によれば、Gritという性格特性が、医療職への選択と成長への自信、医療職観の確立、医療現場で必要とされることへの自負、社会への貢献の志向といった職業的アイデンティティの形成に関連する可能性を示唆しており、Gritを発揮できるようになることが重要である。

本研究の結果をもとに、今後は大学生のメンタルヘルスの改善に向けた介入プログラムの開発や環境整備などが必要になると考えられる。

結論

大学生MH尺度の信頼性・妥当性を検討しつつ、あわせてメンタルヘルス支援における具体的な介入視点となるSOCおよびGritとの関連から検討を行った。本尺度は高い内的整合性とK6との高い相関が得られ、信頼性、基準関連妥当性ともに確認された。本尺度とSOCとの関連から、MH不良群はストレス対処能力が低いことが示され、メンタルヘルス改善の支援にはストレス対処能力を身につけるストレスマネジメント教育や健康教育の実施が重要であると考えられた。また、Gritとの関連から、MH不良群はとくに根気が低いことが示され、根気を醸成するための関わりが重要であると考えられた。

本研究の一部は、第6回日本ポジティブサイコロジー医学会学術集会(2017年11月、慶應義塾大学)と日本健康心理学会第31回大会・日本ヒューマン・ケア心理学会学術集会第20回大会合同大会(2018年6月、京都橘大学)で発表した。

謝辞

本研究は、平成29年度新潟リハビリテーション大学学長裁量経費の支援を受けて実施された。本研究の実施にあたり、ご協力いただきました皆様に厚く御礼申し上げます。

註

- i 生活、身体、情動、対人関係、人格の各側面でメンタルヘルスに関わる22項目、2件法である。
- ii 6項目、5件法で、9点以上だと50%の確率で気分・不安障害が認められる。
- iii 把握可能感、処理可能感、有意味感の3下位尺度からなる13項目、7件法である。

- iv 根気、一貫性の2下位尺度からなる8項目、5件法である。

引用文献

- 1) 文部科学省：学生の中途退学や休学等の状況について，2014. (Accessed 2018-11-16). http://www.mext.go.jp/b_menu/houdou/26/10/_icsFiles/afldfile/2014/10/08/1352425_01.pdf
- 2) 榎本光邦：医療系大学における新入生の大学適応感に及ぼす大学生活要因の影響，群馬パース大学紀要，21：5-15，2016.
- 3) 都丸けい子，佐藤笙子：UPIからみた新入生のメンタルヘルスの特徴と入学後半年間の大学生活との関連，平成国際大学論集，14：49-65，2010.
- 4) 岡伊織，吉村麻奈美，山崖俊子：津田塾大学新入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，47：175-195，2015.
- 5) 大矢薫，押木利英子，長谷川裕，他：簡易版大学生用メンタルヘルス尺度作成と新入生に対する調査研究，新潟リハビリテーション大学紀要，6：35-44，2017.
- 6) 古川壽亮，大野裕，宇田英典，他：厚生労働科学研究費補助金厚生労働科学特別研究事業「心の健康問題と対策基盤の実態に関する研究」平成14年度分担報告書，2003.
- 7) Antonovsky A: Unraveling the mystery of health: How people manage stress and stay well. Jossey-Bass Publishers, San Francisco, 1983. (山崎喜比古，吉井清子(監訳)：健康の謎を解く ストレス対処と健康保持のメカニズム，有信堂，東京，2001，221-225.)
- 8) 西川一二，奥上紫緒里，雨宮俊彦：日本語版 Short Grit (Grit-S) 尺度の作成，パーソナリティ研究，24 (2)：167-169，2015.
- 9) 高柳茂美，福盛英明，一宮厚，他：疫学的アプローチによる学生のメンタルヘルス支援に向けたシステム構築：首尾一貫感覚 (SOC) 九州大学 P&P 研究 EQUISITE Study 5. 健康科学，33：87-90，2011.
- 10) 戸ヶ里泰典：成人のSOCは変えられるか，山崎喜比古，戸ヶ里泰典，坂野純子(編)，ストレス対処能力SOC，有信堂，東京，2008，55-67.
- 11) 鈴木哲，元廣惇，木村愛子，他：理学療法士の養成校の学生におけるGritと職業的アイデンティティの関係，理学療法科学，32 (4)：569-572，2017.

Reliability and validity of a simplified mental health scale for university students and relationship between this scale and SOC and Grit

Kaoru Ohya^{1)*}, Rieko Oshiki¹⁾, Minoru Shibui¹⁾, Yoshinori Ohdaira¹⁾,
Takuya Kitamura¹⁾, Chigusa Hasegawa¹⁾, Takashi Kon¹⁾, Tatsuya Ohno²⁾

1) Niigata University of Rehabilitation

2) Tokyo Metropolitan Hamura High School

[Received: 19 October, 2018]

[Accepted: 5 December, 2018]

Key words: university students, mental health, scale, SOC, Grit

Abstract The reliability and validity of a simplified mental health scale for university students were examined. Results indicated that the simplified scale had high internal consistency. Moreover, the scale was highly correlated with K6, which confirmed both its reliability and criterion-related validity. Then, the scale was used to investigate the relationship between mental health and SOC, which indicated that a group with defective mental health had less stress coping ability. Therefore, it is important to support the improvement of mental health through stress management and health education for developing stress coping ability. Also, the relationship between mental health and Grit was examined by using the scale. The results indicated that the group with defective mental health had less Grit and especially low persistence. These results indicate that the improvement of mental health is essential for perseverance.