

中国における女子大学生の自己概念が ストレス対処と精神健康度に与える影響力

Influence of Self-concept on the stress coping and mental health of female university students in China

劉 沉 穎 Riu Chenei

Abstract

The purpose of this study was to clarify probable influence of the self-concept on stress coping and mental health for female college students in China. A survey with anonymous self-administrative questionnaire was conducted in June, 2008 on 630 female college students specializing in liberal arts at a university in Harbin, Heilongjiang. Survey contents were comprised of the items such as basic property, self-concept, self-esteem, stress coping, Trait Anxiety and depression. Based on the collected answers: 1) Comparative analysis was made on every item between the group of the only children and that of non-only children, 2) Correlation of the self-concept with each item was examined, and then 3) Influence of self-concept both on stress coping and on mental health was estimated through the examination of the result of multiple linear regression analysis.

The results of the analysis were summarized as follows; the self-concept and the self-esteem showed higher correlation in the group of the only children than in the group of the non-only children, but in the other domains no significant difference was seen between the two groups. Incidentally, the occurrence ratio of depression symptoms was 25.2 %, 36.8% and 31.0% for the group of only children, of non-only children and of the total respectively. The level of each item changed so significantly according to the level of the self-concept that the close correlation was proved among them. Both self-concept and self-esteem were proved to remarkably strengthen the stress coping behavior and to notably mitigate Trait Anxiety and depression.

The results of this study seem to suggest high occurrence ratio of depression symptoms among female college students in China. Seemingly suggested also was that both self-concept and self-esteem play essential roles in stress coping and mental health, and accordingly that positive self-concept elevates self-esteem, stimulates stress coping, controls Trait Anxiety and depression, and keeps mental health fine.

キーワード: 自己概念 (self-concept) 自己価値感 (self-esteem) ストレス対処 (stress coping) 精神健康 (mental health)
女子大学生 (female college students)

1 はじめに

現在、中国における 30%の大学生が、異なった程度の抑うつや不安障害などの精神疾病を持っており、その発

症率は女子学生が男子学生より高く、その比率は2:1であった^{1~2)}と報告されている。北京地域で大学生における、うつ病の有病率は 23.7%であり、中国における大学生が抑うつなどの精神疾病のため、退学、自傷、自殺などが年々増加している³⁾と報告されている。これらの報告は、大学生の抑うつの発症率やうつ病の有病率および自殺などに関する調査結果から示されている。しかし、人格の核心である自己概念の視点から、中国における女子大学生の自己概念が、ストレス対処行動や精神健康状態に与える影響力に関する調査研究は見られず、その詳しい実態は明らか

2009年2月28日受稿、2009年5月24日採択

中国哈尔滨師範大学教育科学学院

連絡先: 劉 沉 穎

〒150025 哈尔滨市利民經濟技術開發区師大南路1号

E-mail: chenei0479@yahoo.co.jp

かになっていない。

自己概念(self-concept)も自己価値感(self-esteem)も、教育心理学やカウンセリング心理学などの領域において重要な研究課題である。自己概念とは、自分で自己に対する全面(生理状況、心理特性、社会属性など)の知覚や主観的な自己認知や自己評価のことである。言い換えれば、自己概念は、環境との関連における自己についての受け取り方(自己認識)の内容で、自己イメージまたは自己像とも言われる。したがって、人の行動を理解し、精神健康度を把握しようとするときには、その人がどんな自己概念および自己価値感を持っているかを知る必要がある。自己価値感(self-esteem)とは、自尊感情、自己価値、自己尊重あるいは単に自己評価と訳され、自分の価値、能力、適正などの自己評価が肯定的であることを示す概念である。自己価値感、ストレス認知およびストレス対処行動に結びつくことが検討されてきた。

現代のストレス社会では、精神疾患であるうつ病が最も一般的で、うつ病の生涯有病率が15%とも30%とも言われ¹⁰⁾、うつ病や抑うつ症状が社会生活や家庭生活に与えるネガティブな影響がよく知られている。また、WHOの調査では、うつ病は2020年までに人類の2番目に多い疾患になることが予測されている¹¹⁾。また、ストレスは各種精神障害や精神疾患の一つの決定因子である。これらのことから、精神健康度を維持し向上するために、積極的ストレス対処行動が要求されている。

宗像(1989)は、メンタルヘルスは病気の予防だけを目的とするものではない、様々なストレス源に積極的に対処し、それへの耐性能力としての、自己統御力(self-mastery)を育み、かつ自分の人生に自分の可能性を生かし、自己価値感(self-esteem)を高める、心とからだの健康増進を含むものである⁴⁾、としている。

以上のことから、本研究では、中国における女子大学生の自己概念の特徴および精神健康度を把握し、自己概念や自己価値感とストレス対処行動や精神健康度との関連を明らかにするとともに、自己概念と自己価値感がストレス対処や精神健康度を与える影響力を明らかにすることを目的とした。

2 研究方法

1) 調査対象

調査対象は、中国黒龍江省のハルビン市にある大学の文科系に在籍している一部の三年生と四年生の学生653名であった。質問紙の回収部数は男子学生が23部で、女子学生が630部であった。女子学生の有効回答数612部、有効回答率97%であった。女子学生612名のうち、一人っ子群は343名(56%)、非一人っ子群は269名(44%)で、平均年齢21.8±0.9歳であった。家族形態は、母子また

は父子家庭が4名で、家族の居住地は都市部458名(75%)、農村部154名(25%)であった。なお、今回の調査では、男子学生が少ないため、分析において除外した。

2) 調査方法

調査は、2008年6月に無記名自記式質問紙を用いて、授業ごとに集合調査を実施した。質問紙の配布・回収は、研究者自らが実施した。調査の際には、研究者が調査の趣旨および精神健康度を増進する意図のもとに、日常生活で自覚される症状などを把握することが目的であることを説明した。また、調査結果は学校のすべての評価と無関係であることを説明し、学生からの調査協力を得た。なお、倫理面への配慮として、大学の研究機関からの許可を得ている。

3) 調査内容

①属性:年齢、性別、学年、一人っ子または非一人っ子、家族形態(家族構成)、家族の居住地(都市部、農村部)

②自己概念尺度(Tennessee Self-Concept Scale、略称TSCS、70項目)⁵⁾

自己概念尺度は、アメリカ Tennessee 州心理保健組織の心理療法医者 Williams H・Fitts(1965)により開発された。自分自身についてどのような自己イメージをもっているか、あるいはどのように自己認知や自己評価や自己理解をしているかを測定するものである。中国語版は林邦杰(1970)により作成され、その信頼性や妥当性が検証されている。測定内容は、9因子が規定されており、生理的自己(Physical Self、略称PH)、道徳・倫理的自己(Moral-Ethical Self、略称ME)、心理的自己(Personal Self、略称PER)、家庭的自己(Family Self、略称FA)、社会的自己(Social Self、略称SO)、自己批判(Self Criticism、略称SC)、自己同一性(Identity、略称ID)、自己満足(Self Satisfaction、略称SA)、自己行動(Behavior、略称B)となっている。自己概念の得点(Total Positive、略称TOT)は、各因子の合計得点である。採点法は、5件法(全くあてはまらない、大部分が当てはまらない、部分が当てはまる、大部分が当てはまる、完全に当てはまる)で、順に1~5点で評価される(逆転項目は5~1点で評価する)。自己概念の得点(TOT)が高いほど、ポジティブな自己概念を示す。

③自己価値感尺度(Self-Esteem Scale)(Rosenberg、1965、10項目)⁶⁾⁷⁾

自己価値感尺度は、人が持っている自尊心(self-respect)、自己受容(self-acceptance)などを含め、自分に対してどの程度、高い自己価値感を持っているかを測定するものである。中国語版は、季益富ら(1993)により翻訳され、その信頼性や妥当性を検討した。採点法は、4件法(非常にそうである、そうである、そうではない、非常にそうではない)で評価する。肯定的な自己価値感に対して、

順に4～1点を与える。否定的な自己価値感の項目に対して、順に1～4点を与える。得点が高いほど自己価値感が高いことを示す。

④ストレス対処方略尺度 (Stress Coping Style Scale, 20項目)⁷⁾

この尺度は、解亜宁(1995)によって編制されたものである。尺度は、積極的ストレス対処方略の13項目と消極的ストレス対処方略の7項目から構成されている。研究者は、予備調査において、すべての消極的対処方略の項目を積極的対処方略の項目に改修し、その信頼性と妥当性を確認した(表1)。採点法は、4件法(採用しない、たまに採用する、しばしば採用する、いつも採用する)で評価する。いずれも順に0～3点を与える。得点が高いほどストレス対処行動またはストレス対処能力が高いことを示す。

⑤状態-特性不安尺度 (State-Trait Anxiety Inventory, STAI, 20項目)⁸⁾

STAI 尺度は、Spielberger(1983)によって開発された尺度である。STAI 中国語版は、鄭晓華ら(1988)により作成された標準化尺度である。STAI 尺度は、状態不安(S-AI)と特性不安(T-AI)の二つ尺度である。本研究では、特性不安(T-AI)を使用した。それは、状態不安の尺度とは異なって、不安を感じやすい傾向の強さを測定するものである。採点法は、4件法(決してそうでない・たまにそうである・しばしばそうである・いつもそうである)で評価する。いずれも順に1～4点を与える(逆転項目は4～1点を与える)。得点が高いほど不安傾向が強いことを示す。中国人における正常人群の得点は、男性では41.1±7.7点、女性では41.3±7.5点であった。抑うつ人群の得点は46.2±26.2点であった。評価基準は、得点46点以上は高不安傾向である。

⑥抑うつ尺度 (Self-Rating Depression Scale: SDS, 20項目)⁹⁾

抑うつ尺度は、Zung(1965)によって開発された自己評価式抑うつ尺度である。SDS 中国語版は、舒良(1993)により翻訳され、北京医科大学精神衛生研究所によって作成された標準化尺度である。SDSの合計点によって抑うつ度を測定するものである。回答は、4件法(ないかたまに、ときどき、かなりのあいだ、ほとんどいつも)で評価する。採

点法は、各項目について段階に応じて1～4、のいずれかの得点を与える。評価基準は、得点40点以上は軽い抑うつ傾向、45点以上は中度抑うつ傾向、50点以上は重度抑うつ傾向である。

4)測定尺度の信頼性と妥当性

本研究で使用した各尺度の内の一貫性を検討した結果、各尺度 Cronbach の信頼係数 α はすべて0.7以上であることを確認した。各尺度の基準関連妥当性 (Pearson 積率相関係数) を検討した結果、各尺度間の相関係数はすべて0.1%水準で有意であった(表1)。

5)分析方法

データの解析は、SPSS13.0J Windows により統計的に処理した。まず、一人っ子群と非一人っ子群における自己概念とその各因子に差があるかを明らかにするために、t検定を用いて比較を行った。次に、精神健康度の実態を明らかにするために、一人っ子群と非一人っ子群における抑うつおよび特性不安尺度の記述統計量を算出した。また、一人っ子群と非一人っ子群における各尺度に差があるかを明らかにするために両群を比較した。さらに、都市部出身と農村部出身における女子大学生の各尺度の比較分析を行った。そして、自己概念による各尺度要因の関連を明らかにするために、自己概念得点(TOT)により3群に分けて検討した。下位25%低得点群を「不良群」、上位25%高得点群を「良好群」、中間50%中得点群を「一般群」とした。統計的処理は、一元配置分散分析を用いて検討した。その後、等分散性が認められたものについて Tukey HSD の方法による多重比較を行い、等分散性が認められないものについては Tamhane の方法による多重比較を行った。最後に、自己概念と自己価値感がストレス対処行動や精神健康度に与える影響力を明らかにするために、ストレス対処行動、特性不安、抑うつそれぞれを従属変数とした各モデルについて、ステップワイズ法による重回帰分析を行った。

表1. 測定尺度の信頼性係数および妥当性係数

	ストレス対				Cronbach の α 係数
	自己概念	自己価値感	処	特性不安	
自己概念 (TSCS)					.883
自己価値感	0.667***				.793
積極的ストレス対処	0.475***	0.568***			.890
特性不安 (T-AI)	-0.686***	-0.676***	-0.587***		.895
抑うつ (SDS)	-0.707***	-0.672***	-0.543***	0.834***	.860

3 分析結果

1) 一人っ子群と非一人っ子群における女子学生の自己概念の比較分析

自己概念および各因子において、一人っ子群と非一人っ子群で比較すると、一人っ子群は、非一人っ子群に比べ、心理的自己や社会的自己や自己満足などの因子得点が有意に高いことが明らかとなった。他の因子においては、両群間に有意差がないものの、自己概念得点(TOT)では、一人っ子群の方が有意に高いことが明らかとなった(表2)。

2) 一人っ子群と非一人っ子群における精神健康の実態とその各尺度要因の比較分析

本研究で得られた抑うつおよび特性不安の得点分布に

ついて、表3に示す。抑うつ症状(中度・重度)の出現率は、一人っ子群が25.2%、非一人っ子群が36.8%、対象者全員が31.0%であった。高不安傾向の出現率は、一人っ子群が39.8%、非一人っ子群が38.5%、対象者全員が39.2%であった。

各尺度要因において、非一人っ子群より一人っ子群の方が自己概念と自己価値感において有意に高く、特性不安や抑うつが低いという傾向が示され、積極的ストレス対処行動では、両群間に有意差がなかった(表4)。

3) 都市部出身と農村部出身における女子大学生の各尺度要因の比較分析

都市部出身と農村部出身の大学生女子における各尺度要因を比較した結果、抑うつ得点を除く、他のすべての

表2. 一人っ子群と非一人っ子群における自己概念の比較結果

	一人っ子群 N=343		非一人っ子群 N=269		t値
	平均値	SD	平均値	SD	
生理的自己(PH)	43.6	6.1	43.2	4.9	0.6n.s.
道徳倫理的自己(ME)	47.1	6.2	46.4	5.8	0.8n.s.
心理的自己(PER)	41.2	5.2	39.9	4.2	2.1*
家庭的自己(FA)	49.6	8.6	48.9	7.4	0.7n.s.
社会的自己(SO)	43.4	6.9	41.6	6.8	2.1*
自己批判(SC)	32.4	5.9	31.7	5.1	0.8n.s.
自己同一性(ID)	94.1	12.1	93.0	9.6	0.7n.s.
自己満足(SA)	83.1	8.8	80.4	8.6	2.3*
自己行動(B)	80.5	9.7	78.8	8.7	1.4n.s.
自己概念(TOT)	259.3	25.6	251.7	24.4	2.2*

*p<.05 n.s.有意差なし

表3. 一人っ子群と非一人っ子群における抑うつおよび特性不安の記述統計量

	一人っ子群 N=343					非一人っ子群 N=269				
	平均値	SD	パーセンタイル			平均値	SD	パーセンタイル		
			25	50(中央値)	75			25	50(中央値)	75
SDS	37.2	9.5	29.0	36.0	46.0	39.5	9.2	32.0	39.5	48.0
T-AI	40.7	10.5	30.5	42.0	50.0	43.3	10.7	35.0	43.0	51.6

表4. 一人っ子群と非一人っ子群における各尺度要因の比較結果

	得点範囲	一人っ子群 N=343		非一人っ子群 N=269		t値	
		平均値	SD	平均値	SD		
自己概念(TOT)	70~350	259.3	25.6	251.7	24.4	2.2	*
自己価値感	10~40	29.9	4.6	28.7	4.2	2.1	*
積極的ストレス対処	0~60	39.2	10.0	38.5	9.0	0.6	n.s.
特性不安(T-AI)	20~80	40.7	10.5	43.2	10.7	-1.8	†
抑うつ(SDS)	20~80	37.3	9.5	39.5	9.2	-1.8	†

*p<.05 †p<.1 n.s.有意差なし

尺度要因の得点において両者には有意な差がなく、抑うつ得点では都市部出身より農村部出身の女子大学生の方が有意に高かった(表5)。

4) 自己概念による各尺度要因との関連の一元配置分散分析

表6に示されるように、自己概念による自己価値感、ストレス対処、特性不安、抑うつにおいてそれぞれの群間に有意差が認められた。

多重比較の結果、自己概念の不良群は一般群に比べ有意に低く(Mes=-37.0, p=.000)、一般群は良好群に比べ有意に低かった(Mes=27.5, p=.000)。同様に、自己価値感において、不良群は一般群に比べ有意に低く(Mes=-4.0, p=.000)、一般群は良好群に比べ有意に低かった(Mes=-3.8, p=.000)。また、積極的ストレス対処において、不良群は一般群に比べ有意に低く(Mes=-4.7, p=.006)、一般群は良好群に比べ有意に低かった(Mes=-6.4, p=.000)。一方で、特性不安において、不良群は一般群に比べ有意に高く(Mes=10.5, p=.000)、一般群は良好群に比べ有意に高かった(Mes=8.2, p=.000)。同様に、抑うつにおいて、不良群は一般群に比べ有意に高く(Mes=11.0, p=.000)、一般群は良好群に比べ有意に高かった(Mes=7.0, p=.000)。

なお、自己概念の不良群・一般群・良好群は、各尺度の平均値においてそれぞれの群に等質サブグループ(α

=.05 のサブグループ、p=1.000)が確認された。

5) 自己概念がストレス対処や精神健康に与える影響力の重回帰分析

一人っ子群においても非一人っ子群においても、独立変数とした自己概念と自己価値感、従属変数の積極的ストレス対処行動に対する標準偏回帰係数(β)が、すべて0.1%水準で有意な正の影響を持つことが示された。また、自己概念より自己価値感の方が積極的ストレス対処に対する標準偏回帰係数(β)が大きいことが明らかとなった(表7)。

また、一人っ子群においても非一人っ子群においても、独立変数とした自己概念と自己価値感および積極的ストレス対処行動は、従属変数の特性不安度に対する標準偏回帰係数(β)が、すべて0.1%水準で有意な負の影響を持つことが示された。自己価値感や積極的ストレス対処よりも自己概念の方が、特性不安に対する標準偏回帰係数(β)が大きいことが明らかとなった(表8)。

そして、一人っ子群においても非一人っ子群においても、独立変数とした自己概念と自己価値感および積極的ストレス対処は、従属変数の抑うつ度に対する標準偏回帰係数(β)が、すべて0.1%水準で有意な負の影響を持つことが示された。自己価値感や積極的ストレス対処よりも自己概念の方が、抑うつに対する標準偏回帰係数(β)が大きいことが明らかとなった(表9)。

表5. 都市部出身と農村部出身における女子大学生の各尺度要因の比較結果

	得点範囲	都市部 N=458		農村部 N=154		t値	
		平均値	SD	平均値	SD		
自己概念(TOT)	70~350	258.9	21.2	252.7	24.5	1.3	n.s.
自己価値感	10~40	29.5	4.3	29.2	4.5	1.1	n.s.
積極的ストレス対処	0~60	38.7	8.5	39.4	10.1	1.4	n.s.
特性不安(T-AI)	20~80	41.2	9.9	43.2	9.0	-1.0	n.s.
抑うつ(SDS)	20~80	36.6	7.2	40.3	7.2	-2.4	*

*p<.05 n.s.有意差なし

表6. 自己概念による各尺度要因との関連の一元配置分散分析の結果

	不良群 N=153		一般群 N=306		良好群 N=153		F値	
	平均値	SD	平均値	SD	平均値	SD		
自己概念(TOT)	221.4	13.2	258.3	9.2	285.8	11.0	468.1	***
自己価値感	25.5	2.9	29.5	3.6	33.3	3.3	67.6	***
積極的ストレス対処	34.0	8.0	38.7	8.5	45.1	10.3	19.9	***
特性不安(T-AI)	51.3	6.4	40.8	8.6	32.7	8.0	70.4	***
抑うつ(SDS)	47.7	5.6	36.6	7.7	29.8	5.8	93.4	***

***p<.001

注：多重比較 (Tukey HSD)

自己概念、自己価値感、ストレス対処行動は、「不良群」<「一般群」<「良好群」であった。特性不安、抑うつは、「不良群」>「一般群」>「良好群」であった。

それぞれの回帰モデルにおいて重相関係数(R)は、高い値であった。特性不安を従属変数および抑うつを従属変数とした回帰モデルでは、各々の重相関係数(R)は76%以上で、説明率とする調節済み決定係数(R²)は56%以上であることが明らかとなった。

4 考察

1)一人っ子群と非一人っ子群における自己概念および各尺度の特徴

自己概念得点(TOT)とその因子得点をみると、非一人っ子群より一人っ子群の方が自己概念得点(TOT)、中でも心理的自己や社会的自己、自己満足などの因子得点が有意に高いことが示された。

表 7. 積極的ストレス対処行動を従属変数とした重回帰分析の結果

モデル	一人っ子群 N=343		非一人っ子群 N=249		全体	
	β	r	β	r	β	r
自己概念	.250*	.478***	.147	.502***	.210**	.474***
自己価値感	.347***	.511***	.555***	.649***	.400***	.539***
重相関係数(R)	0.545		.659		.561	
決定係数 (R ²)	0.284		.421		.308	
F 値	22.8***		32.7 ***		45.4 ***	

*p<.05 **p<.01 ***p<.001

注：自己概念尺度は、規定された9因子で、9因子のそれぞれの得点を一括投入した後の分析結果を記入した。

表 8. 特性不安を従属変数とした重回帰分析の結果

モデル	一人っ子群 N=343		非一人っ子群 N=249		全体	
	β	r	β	r	β	r
自己概念	-.342***	-.659***	-.396***	-.682***	-.372***	-.677***
自己価値感	-.256***	-.641***	-.288***	-.672***	-.282***	-.663***
ストレス対処	-.310***	-.604***	-.201***	-.589***	-.251***	-.579***
重相関係数(R)	.760		.763		.764	
決定係数 (R ²)	.565		.567		.578	
F 値	47.8 ***		38.6 ***		90.3***	

***p<.001

表 9. 抑うつを従属変数とした重回帰分析の結果

モデル	一人っ子群 N=343		非一人っ子群 N=249		全体	
	β	r	β	r	β	r
自己概念	-.434***	-.695***	-.523***	-.717***	-.478***	-.712***
自己価値感	-.217***	-.629***	-.173*	-.618***	-.229***	-.638***
ストレス対処	-.246***	-.565***	-.171*	-.546***	-.174**	-.529***
重相関係数(R)	.760		.759		.764	
決定係数 (R ²)	.565		.561		.578	
F 値	48.6***		38.1***		90.3***	

*p<.05 **p<.01 ***p<.001

自己概念尺度における心理的自己の因子は、自身のボディイメージや自己ケアなどを含み、社会的自己の因子は、自分の対人態度や社交能力や対人関係などを含み、自己満足度の因子は、自分のボディイメージや対人魅力や対人行動および親子関係などを含む。これらの側面について、一人っ子群の方がポジティブな自己認知を持っており、自己概念得点(TOT)が高くなると考えられる。このことから、一人っ子群の方が自身のボディイメージや性格、態度、あるいは過去の行動に関する何らかの優越感を持っていることが推察された。同様に、自己価値感得点では、非一人っ子群より一人っ子群の方が有意に高かった。それには、社会現象から見れば、一人っ子が親に多く期待され、幼少期からいろいろな稽古事をさせることが多いため、何らかの自信や誇りを持っているため、高く自己評価すると推測される。また、調査対象者の日常活動から見ると、多くの一人っ子の方が多くの才能(例えば、楽器・書道・画く・歌唱・踊りなど)を持っており、大学の様々な活動に積極的に参加し、団体活動の中で活躍していることが観察できる。

以上のことから、一人っ子群の自己概念の特徴として、外部的なものや内部的なものに関わらず多くの側面においてポジティブな自己認知を持ち、高い自己満足度を抱き、高い自己価値感を持っていることが観察された。

積極的ストレス対処行動では、一人っ子群と非一人っ子群において有意差が示されなかった。このことには、次のようなことが理由として考えられる。対象者が大学の三年生と四年生で、学習環境や生活環境への適応性が良くなっている。また、対象者の大学は全寮制で、学生は一緒に学習し、生活する場面が多いため、積極的ストレス対処方略の情報をよく交流し、観察学習している可能性が高い。また、大学側はカウンセリングセンター、生活補導センターなど、学生のためのサービスセンターを整備しており、心理的ストレスや悩みがあれば、それらのサービスを利用し、ストレスを対処しているものと推察された。

特性不安や抑うつでは、両群間に有意な差が認められず、一人っ子群より非一人っ子群の方が高い傾向ということが明らかとなった。それには、次のようなことが原因として考えられる。社会の現状から見れば、女子大学生は、卒業後、就職難の厳しさに直面し、希望の職場に就職できるかどうかについて悩まされている。また、多くの卒業生は、社会の「経済危機・金融危機」(景気低迷)を避けるため、大学院に入学するか、または外国に留学するなどしており、家庭の経済的な不安を抱えている。これらの状況によって、非一人っ子群の方が、悩みや不安や憂うつを抱えやすいと推察できる。

なお、農村部出身の女子大学生は、都市部出身に比べ、抑うつ度が有意に高かった。この結果から、先に述べたように、女子大学生が卒業後、就職難の厳しさに直面し、ま

た就職するかまたは継続して勉強するかについて、かなり悩まされていると考えられる。また、農村部からの女子大学生の場合は、卒業後、ほとんどが就職できなくても、農村部に戻らないのが現状である。彼女らにとっては、自分の将来への悩みや不安がより多くなり、抑うつ度が高くなるということが考えられる。また、他の各尺度要因において、両者には有意な差がなかった。このようなことには、次のいくつかのことが理由として考えられる。一つには、対象者が大学の三年生と四年生で、大学の学習環境や生活環境への適応性が良くなってきて、環境要因に影響されていない。二つには、この時期の女子大学生が発達安定状態に入っており、発達要因に影響されていない。三つ目には、貧困な大学生には様々な生活補助金や奨学金があり、経済的要因に影響されていない。最後には、対象者全員は同じ大学の文科系の学生で、外部的な学習ストレス水準が同じで、専門的要因に影響されていないと考えられる。

しかし、精神健康の実態について分析結果、抑うつ症状(中度・重度)の出現率は、一人っ子群が 25.2%で、非一人っ子群が 36.8%で、対象者全員が 31.0%であった。また、高不安傾向の出現率は、一人っ子群が 39.8%、非一人っ子群が 38.5%、対象者全員が 39.2%であった。さらに、対象者全員の 25%で、かなりネガティブな自己概念、低い自己価値感、消極的ストレス対処行動、高い不安傾向、強い抑うつ症状を持っていることが見出された。これらの結果により、中国女子大学生における自己概念や自己価値感やストレス対処行動の問題、および精神健康度の低下問題が顕著に現れていることが示唆された。また、それらの問題について、教育心理学やカウンセリング心理学の自己概念と自尊感情の理論から考えれば、女子学生らの自己イメージスクリプトの中では、発達段階において成功体験が少なく、問題解決能力を育てられず、自信が足りない。したがって、問題や挫折にあったら、どうすればよいのかが分からなくなり、怖さを感じやすくなったり、無力感や劣等感を引き起こしやすくなると推察される。中国女子大学生における人格形成および自己イメージスクリプト構造には問題が存在していることも示唆された。

2) 自己概念による各尺度との関連および自己概念がストレスと精神健康度に与える影響力

本研究では、自己概念と各尺度の一元配置分散分析の結果、自己概念の不良群・一般群・良好群において、それぞれの間に自己価値感やストレス対処行動および精神健康度の差異が認められた。自己概念の不良群の特徴として、自己価値感が低く、ストレス対処能力が低く、特性不安と抑うつが高く、不良な精神健康状態が見られた。それに対し、自己概念の良好群の特徴として、自己価値感が高く、ストレス対処能力が高く、特性不安や抑うつが低く

(正常値またはそれ以下)、良好な精神健康状態が観測された。また、自己概念レベルの違いによって、自己価値感レベル、ストレス対処行動レベル、特性不安を喚起するレベル、抑うつを引き起こすレベルが有意に変化されることが明らかになった。この結果から、自己概念のレベルの違いが、自己価値感、ストレス対処行動、特性不安、抑うつに与える影響力の違いが明らかにされた。それによって、自己概念が高ければ高いほど、自己価値感が高くなり(より高い自尊心や自信を持ち)、ストレス対処行動が高まり(より積極的に問題を解決し)、特性不安が低くなり(より安定的な情緒)、抑うつが抑制されると観測される。言い換えれば、ポジティブな自己概念が、自己価値感およびストレス対処行動が高められる効果が大きく、自信を持って積極的にストレスを対処し問題を解決し、ストレス耐性や適応性が高められ、精神健康度に大きく貢献する効果が示唆された。

さらに、自己概念がストレス対処行動や精神健康度に与える影響力を明らかにするために、重回帰分析を行った。その結果、一人っ子群においても非一人っ子群においても、自己概念と自己価値感、積極的ストレス対処行動に対して強く高める影響力を持つ一方、特性不安および抑うつに対して強く低める影響力を持つことが明らかにされた。

また、積極的ストレス対処行動を従属変数とした回帰モデル中での標準化回帰係数(β)から見ると、自己概念より自己価値感の方が、ストレス対処行動を高める影響力が大きいことが見出された。このことから、自己価値感が高い場合は、ストレスへのポジティブな認知的方略を採用し、積極的に問題を解決し、心理的ストレスや挫折感を低減させることが改めて示された。

そして、特性不安および抑うつを従属変数とした回帰モデル中での標準化回帰係数(β)から見ると、自己価値感より自己概念の方が、特性不安や抑うつを低下させる影響力が大きいことが見出された。それによって、ポジティブな自己概念は、特性不安や抑うつを低下させる強い影響力を持つだけではなく、特性不安や抑うつを抑制する影響力を持つことが示された。また、これらの回帰モデルでは、各々の重相関係数(R)は76%以上であり、説明率とする決定係数(R^2)は56%以上であることが認められた。これらの結果により、ポジティブな自己概念、高い自己価値感、積極的ストレス対処行動を持っていることこそ、精神健康度を向上する、あるいは精神健康度を良好に保つことができると推察された。

5 研究の限界

調査方法の限界は、中国における女子大学生を対象として無記名自記式質問紙法による横断調査を実施した。

横断調査は、ある一時点の調査で、調査対象者全体の一時点の傾向は把握できるであるが、個別の事例が明確に捉えられないために、対象者についての深い理解ができないことがあげられる。統計学的検定により、結果が平均化されてしまい精神健康度に関する考察も一般的な現象として留まっている。つまり、一つ集団としての結果を明らかにするものであり、一つ集団としての量的な側面からの検討に留まった。

6 まとめ

本研究では、中国における女子大学生の自己概念の特徴および精神健康度を把握し、自己概念はストレス対処と精神健康度との関連を明らかにし、自己概念がストレス対処と精神健康度に与える影響力を明らかにすることを目的として、女子大学生に無記名自記式質問紙を用いて調査を実施した。分析の結果、次のようなことが明らかになった。1) 一人っ子群は非一人っ子群に比べ自己概念や自己価値感が有意に高く、他の各要因に有意な差がなかった。農村部出身の女子大学生は都市部出身に比べ抑うつが有意に高く、他の尺度に有意な差がなかった。精神健康度の実態に関して、抑うつ症状(中度・重度)の出現率は、一人っ子群が25.2%で、非一人っ子群が36.8%で、対象者全員が31%であった。高不安傾向の出現率は、一人っ子群が39.8%、非一人っ子群が38.5%、対象者全員が39.2%であった。さらに、対象者全員の25%で、かなりネガティブな自己概念、低い自己価値感、低いストレス対処能力、高い特性不安傾向、強い抑うつ症状を持っていることが見出された。2) 自己概念レベルによって、自己価値感、ストレス対処行動、特性不安を喚起するレベル、抑うつを引き起こすレベルに有意に変化されることが示された。ポジティブな自己概念と高い自己価値感が積極的ストレス対処行動に強まる影響力を、特性不安度や抑うつ度に強く低下させる影響力をもたらすことが明らかになった。また、自己概念より自己価値感の方が積極的ストレス対処行動を高める影響力が大きく、自己価値感より自己概念の方が特性不安および抑うつを低下させ抑制する影響力が大きいことが明らかとなった。

以上の結果により、自己概念と自己価値感、ストレス対処行動および精神健康度において重要な役割を果たしていることが示された。中国における女子大学生の精神健康度を向上させるために、ネガティブな自己概念、低い自己価値感、消極的ストレス対処行動について、どのように変容させるかについて、今後の研究課題として残された。

引用文献

- 1) 俞国良・張雅明主編：当前我国大学生的心理健康状态「現代心理健康教育」、人民教育出版社、北京、259-260 (2007)
- 2) 周家華・王金凤主編：学生常見的心理障害与心理疾病「大学生心理健康教育」、清華大学出版社、北京、280-286 (2007)
- 3) 周鄂生・Qin Oing・楊旭・曹毅：中国大学生抑郁症和自殺行為的研究進展、公共衛生与予防医学、18、(2)、37、(2007)
- 4) 宗像恒次：社会ネットワーク、中川米造・宗像恒次編：医療・健康心理学、福村出版、47、(1989)
- 5) 林邦杰：田納西自己概念量表之修訂、中国測驗年刊(台湾)、27、71-78、(1980)
- 6) Rosenberg. M. Society and the adolescent self-image. Princeton New Jersey、Princeton University Press.(1965) [季益富ら訳、汪向東・王希林・馬 弘主編：心理衛生評定量表手冊(増訂版)、中国衛生雑誌社、319(1999)]
- 7) 解亜宁(1995)編成：汪向東・王希林・馬 弘主編：心理衛生評定量表手冊(増訂版)、中国衛生雑誌社、124、(1999)
- 8) Spielberger D: Charles、Gorsuch R.L.、Lushene R. et al: Manual for the State-Trait Anxiety Inventory (from Y). Consulting Psychologists Press. Inc. Palo Alto.577(1983) [鄭曉華ら訳：汪向東・王希林・馬 弘主編：心理衛生評定量表手冊(増訂版)、中国衛生雑誌社、238、(1999)]
- 9) Zung, W. W. K. :A self-Rating Depression Scale. Arch Gen Psychiatry. 12、63-70、(1965) [舒良訳：汪向東・王希林・馬 弘主編：心理衛生評定量表手冊(増訂版)、中国衛生雑誌社、196、(1999)]
- 10) 鈴木映二：最近うつ病診断と分類、心の科学 97、うつ病治療の最前線、日本評論社、14、(2001)
- 11) 大坪天平：SSRIによるうつ病治療、心の科学97、うつ病治療の最前線、日本評論社、31、(2001)