

中国と日本における大学生のメンタルヘルスの実態に関する調査研究

蘇 娟玉¹⁾, 濱田 恭子²⁾, 堤 由美子²⁾

要旨 中国と日本の大学生のストレス状態とそれらに影響を及ぼす要因を把握するために、577人（中国：359人、日本：218人）を対象にストレスとストレス反応の調査を行った。日本語版とそれを翻訳した中国語版の質問紙を使用し、統計分析を行った。その結果、①中国と日本の学生はともに、最も強く実存的ストレスを感じている②日本では、実存的ストレスは男性、内向性、心理相談を受けた人の方が、有意に高い③「入学動機」要因は、中国では<教養の獲得>動機の人最もストレス反応が低い④「学年」要因は、中国では4年時、日本では3年時にストレス反応が高い⑤「心理相談の有無」要因では、中国と日本共に、心理相談を受けた人の方がストレス反応が高い等が明らかになった。以上から、青年期特有の発達課題に基づくストレスは両国間で共通しているが、ストレスに対する反応の仕方は社会的・文化的影響を受けて、異なった現れ方をすることが考えられた。

キーワード： 大学生、中国、日本、ストレス、ストレス反応

I 緒言

現在のグローバル化、高度情報化社会、価値の多様化等により、これから社会人となる青年期の人々にとっては、さまざまな場面における選択の幅が広がってきている。その一方、従来とは異なる自立の困難さに直面することによる過大なストレスから心理的健康への影響も懸念される。

中国の大学生を対象とする心理的健康に関する調査によると、大学生の心理的問題は主に人間関係、感情、学業、環境への適応、就職などと関連することが報告されている¹⁾。そして、何らかの心理的問題を抱えている中国の大学生が、16.46%を占めていることも示されている²⁾。また、北京市の16箇所の主要大学に在籍する学生を対象とする調査では、休学と退学の理由の第1位は、様々な心理的問題であったとされている²⁾。同様に、日本の文部科学省の2004年度統計においても、大学生の不登校の理由として、第1位「無気力」、第2位「不安など情緒的混乱」といった心理的問題が上位を占めていた

ことが報告されている³⁾。

以上から、中国では、急激な経済的発展によって、古い価値と新しい価値が混在する状況が生じる中で、学生たちは自分らしい生き方を模索していると考えられる。一方、日本の大学生は、物質的に恵まれた環境の中で、多様な選択肢の中から自己決定し社会人として自立していかねばならない状況に直面していると考えられる。このように、両国の学生の生活背景は異なるものの、各々の抱える自立の困難さによって心理的健康に影響を受けていることが推測される。そこで、本研究では、中国と日本の大学生を対象として、ストレス状態を把握するとともに、それらに影響を及ぼす要因を明らかにすることにした。

II 研究方法

1. 対象

大学生の生活実態をより反映する結果が得られるようにするために、卒業後の就職先が非常に多岐にわたる学

¹⁾ 中国湖南省湘潭大学医院

²⁾ 鹿児島大学医学部保健学科臨床看護学講座

連絡先：濱田恭子

鹿児島市桜ヶ丘8-35-1

Tel/Fax : 099-275-6760 E-mail: kyohmd@health.nop.kagoshima-u.ac.jp

部である商学部(中国), 教育学部(日本)の学生を対象とすることにした。中国の対象は, 1 地方総合大学の商学部_に在籍する1~4年生, 日本の対象は, 1 地方総合大学の教育学部_に在籍する1~4年生であった。

2. 方法

(1) 調査方法

2009年11月30日~2010年1月19日に, 講義終了後, 対象となる学生に研究の目的と主旨, 倫理的配慮について口頭で説明した。そして, 質問紙を配布し, 無記名で回答を求めた。回答時間は, 10分~15分であり, 回収箱を設置して回答終了後, 回収した。

(2) 調査内容

① 基本属性

基本属性として, 「性別」, 「年齢」, 「専攻分野」, 「入学動機」, 「趣味」, 「居住形態」, 「入学希望(第一希望・第二希望・第三希望)」, 「学年」, 「兄弟数」, 「出身地(農村部・都市部)」, 「性格(内向的・外交的)」, 「学費(足りているかどうか)」, 「心理相談の有無」について調査した。

② 日本語版大学生用日常生活ストレス尺度

日本語版大学生用日常生活ストレス尺度は, 嶋⁴⁾が, 一般的な大学生の日常的いらいらち事を調査する目的で開発したものである。尺度は全32項目から成り, 下位尺度となるストレスは, 「実存的」「対人」「大学・学業」「物理・身体的」の4種類(各8項目)から構成されている。本尺度については, 因子分析における4因子モデルの適合度は, $GFI = 0.92$, $AGFI = 0.908$ であったこと, そして Cronbach の α 係数は, 全体では0.89, 4つの下位尺度別では, 0.85~0.72であったことが報告されている。これらから, 信頼性・妥当性を備えていると判断し, また大学生の心理的な生活実態を多方面から調査できると考え, 許可を得て用いた。

質問項目に対する評価法は, ここ3ヶ月以内に, 各ストレスを「経験しない・感じない(0点)」場合と, 経験した場合はそれがどの程度か「ほとんど気にならなかった(1点)」~「とても気になった(4点)」について該当するものを選択する5件法であった。

③ 日本語版大学生用ストレス反応尺度

日本語版大学生用ストレス反応尺度は, 尾関ら⁶⁾⁷⁾⁸⁾によって開発された大学生用ストレス自己評価尺度(ストレス反応尺度, ストレッサー尺度, 認知的評価尺度, コーピング尺度, ソーシャル・サポート尺度, ユーモア尺度)の一部を成すものである。

質問項目は全体で, 35個から成り, 下位尺度は「抑うつ(5)」「不安(5)」「怒り(5)」「情緒的反応(5)」「引きこもり(5)」「身体的疲労感(5)」「自律神経系の活動性亢進

(5)」の7因子で構成されている。7つの下位尺度の Cronbach の α 係数は, 0.87~0.61と報告されている。この尺度は, これまでも大学生や看護学生を対象とする調査において単独で使用されていることが多く, 心身におけるストレス反応を総合的に把握できると判断し, 許可を得て用いた。

評価法は, ここ1週間の心身の状態について, 「あてはまらない(0点)」~「非常にあてはまる(3点)」の4段階自己評価法であった。

④ 中国語版の大学生用日常生活ストレス尺度と大学生用ストレス反応尺度の作成

日本語版大学生用日常生活ストレス尺度と日本語版大学生用ストレス自己評価尺度のストレス反応尺度の中国語版の作成に当たっては, まず, 日本語版を中国語に翻訳した。その後, 日本に留学し日本語に堪能な中国人2名(うち1名は日本語科の4年生, 1名は心身医療専門医)に翻訳の適切性について検討してもらい, 修正を行ったものを用いた。

(3) データの分析方法

回収した質問紙の回答データを, 表計算ソフト Microsoft Excel に入力しデータセットを作成した。そしてまず, 中国語版の大学生用日常生活ストレス尺度と大学生用ストレス自己評価尺度の妥当性と信頼性を確かめるために, SPSS を用いて因子分析(主因子法・バリマックス回転)を行うとともに, Cronbach の α 係数を求めた。

その後, Statcel を用いて要因別に比較分析を行った。

3. 倫理的配慮

本研究は, 鹿児島大学医学部倫理審査委員会の倫理審査を受け承認を得たのち, 調査対象大学の学部担当者に協力依頼を行い, 承諾を得た。また, 中国の調査対象大学の学生課にも協力依頼を行い, 調査の実施許可を得た。大学生への調査を実施する前には, 研究の目的, 主旨, 研究参加への自由意思の尊重, プライバシーの保護, 得られた情報は本研究のみに使用すること, 論文発表時にも, 学校と個人が特定されないようにすることなどを文書と口頭で説明した。研究参加への同意は, 回答後の質問紙の提出によって確認した。

III 結果

1. 研究参加者の基本特徴

本調査では, 630部の質問紙を配布し, 588部を回収した(回収率93.3%)。そのうち有効回答は577部であった(有効回答率98.1%)。中国の参加者は, 359人(男子187人, 女子172人)であり, 1年生70人, 2年生114人, 3年生79人, 4年生96人, 平均年齢は20.48(±1.48)歳で

表1 中国語版大学生用日常生活ストレス尺度の因子分析結果

質問項目	中国語	因子1	因子2	因子3	因子4	因子5	因子6	因子7	共通性
23.私を嫌っている人がいる	讨厌自己的人	0.636	0.154	0.120	0.085	0.161	0.076	0.116	0.460
26.嫌いな人と付き合う	和讨厌人交往	0.632	0.087	0.066	0.087	0.248	0.093	0.251	0.510
17.不愉快な知人	有讨厌的熟人	0.576	0.134	0.102	0.211	0.083	0.129	0.132	0.487
31.冷たい態度をとられる	别人态度冷淡	0.516	0.463	0.050	0.212	0.101	0.130	0.195	0.570
22.進級の不安	担心留级	0.434	0.166	0.106	0.184	-0.017	0.112	-0.118	0.330
28.不愉快な日に合わされる	别人做了不快乐事	0.423	0.299	0.226	0.123	0.080	0.119	0.309	0.442
27.容姿外見に不満	对容貌不满	0.411	0.229	0.179	0.241	0.384	0.063	0.181	0.491
11.誰かとけんか	与人吵架	0.399	0.123	0.229	0.248	0.020	0.120	0.266	0.396
20.何をやるわからない	不知该干什么	0.012	0.666	0.319	0.078	0.245	0.113	0.034	0.577
32.空虚に悩まされる	空虚而苦恼	0.197	0.665	0.166	0.073	0.180	0.106	0.109	0.544
18.退屈で何もしない	无聊	0.108	0.530	0.385	0.070	0.267	0.041	0.114	0.532
19.大学の環境悪さ	大学环境不好	0.259	0.489	0.226	0.157	0.053	0.152	0.017	0.412
21.周囲人の不理解	别人的不理解	0.288	0.468	0.248	0.051	0.031	0.096	0.228	0.442
30.生活の大きな変化	生活环境变化	0.339	0.418	0.036	0.157	0.067	0.101	0.169	0.425
10.現実と理想ギャップ	现实理想有差距	0.108	0.369	0.322	-0.026	0.293	0.119	0.213	0.434
13.授業が大変	不易集中精力听课	0.177	0.308	0.666	0.045	0.123	0.096	0.105	0.514
3.面白くない授業	上课乏味	0.034	0.283	0.590	0.022	-0.009	0.135	0.165	0.434
6.試験勉強が大変	复习考试不易	0.113	0.074	0.525	0.189	0.271	-0.004	0.005	0.397
5.成績が良くない	成绩不好	0.112	0.165	0.512	0.086	0.238	0.096	0.117	0.411
4.体調が良くない	身体不好	0.109	0.115	0.082	0.810	0.115	0.033	0.151	0.539
7.身体が弱い	身体虚弱	0.353	0.097	0.083	0.701	0.054	0.115	0.014	0.575
12.身体的な疲れ	身体疲乏	0.302	0.121	0.299	0.519	0.162	0.190	0.159	0.538
16.大きなけがや病気	较重的伤病	0.431	0.084	-0.041	0.468	0.006	0.276	-0.147	0.476
24.就職の不安	担心就业	0.089	0.206	0.190	0.089	0.723	0.072	0.044	0.586
15.将来に不安	对将来不安	0.120	0.119	0.273	0.038	0.723	0.229	0.107	0.618
25.性格が気に入らない	不喜欢自己性格	0.318	0.345	-0.026	0.142	0.407	0.030	0.124	0.461
8.生活条件の悪さ	生活条件不好	0.107	0.214	0.047	0.203	0.107	0.790	0.113	0.560
14.衣食住がない	衣食住不足	0.245	0.093	0.168	0.076	0.176	0.701	0.033	0.551
1.失望させられた	别人令我失望	0.167	0.201	0.152	0.036	0.111	0.013	0.710	0.426
2.大切なもの失う	丢失重要东西	0.208	0.122	0.177	0.164	0.118	0.193	0.404	0.341
9.学校制度への不満	对制度不满	0.165	0.293	0.208	0.022	0.041	0.284	0.166	0.346
29.ゼミ準備が大変	报告准备不容易	0.148	0.217	0.132	0.097	0.190	0.184	0.008	0.242
固有値		3.209	3.054	2.365	2.137	2.023	1.665	1.357	
寄与率 (%)		10.028	9.543	7.389	6.679	6.322	5.203	4.241	
累積寄与率 (%)		10.028	19.571	26.96	33.639	39.961	45.164	49.41	

あった。日本の参加者は218人（男子105人，女子113人）であり，1年生120人，2年生62人，3年生29人，4年生7人，平均年齢は19.59（±1.11）歳であった。

2. 中国語版の大学生用日常生活ストレス尺度と大学生用ストレス反応尺度の信頼性と妥当性の検討

(1) 中国語版の大学生用日常生活ストレス尺度

中国語版の大学生用日常生活ストレス尺度の調査データについて，主因子法，バリマックス回転による因子分析した結果，累積寄与率49.4%で，対人ストレス（8項目），実存的ストレス（7項目），学業ストレス（4項目），体調ストレス（4項目），将来不安ストレス（3項目），生活環境ストレス（2項目），対象喪失ストレス（2項目）の7因子が抽出された（表1参照）。Cronbachの α 係数は，全体は $\alpha = 0.93$ であり，7つの下位尺度別では， $\alpha = 0.84 \sim 0.6$ であった（表2参照）。

(2) 中国語版の大学生用ストレス反応尺度

中国語版の大学生用ストレス反応尺度の調査データに

表2 中国語版大学生用日常生活ストレス尺度の因子分析後の下位尺度を持つ質問紙の内的整合性（N=316）

下位尺度	項目数	Cronbach's α
因子1（対人ストレス）	8	.836
因子2（実存的ストレス）	7	.829
因子3（学業ストレス）	4	.752
因子4（体調ストレス）	4	.787
因子5（将来不安ストレス）	3	.733
因子6（生活環境ストレス）	2	.797
因子7（対象喪失ストレス）	2	.556
全体	30	.927

ついて，主因子法，バリマックス回転による因子分析をした結果，累積寄与率50.8%で，悲嘆反応（11項目），自律神経反応（7項目），引きこもり（8項目），倦怠感（5項目），不安（4項目）の5つの因子が抽出された（表3参照）。Cronbachの α 係数は，全体は $\alpha = 0.95$ であり，5つの下位尺度別では， $\alpha = 0.91 \sim 0.78$ であった（表4参照）。

以上から，中国語版大学生用日常生活ストレス尺度

表3 中国語版大学生用ストレス反応尺度の因子分析結果

質問項目	中国語	因子1	因子2	因子3	因子4	因子5	共通性
1. 悲しい気持ち	心情悲伤	0.715	0.090	0.095	0.073	0.110	0.551
2. 圧迫感を感じる	沉闷压抑	0.699	0.112	0.130	0.248	0.190	0.603
12. 不愉快な気分	心情不舒畅	0.644	0.117	0.195	0.342	0.077	0.619
13. 気分の落ち込み	情绪低沉	0.611	0.099	0.406	0.280	0.094	0.603
10. 心が暗い	心情不痛快	0.587	0.194	0.097	0.358	0.150	0.588
3. 不機嫌怒りっぽい	不开心易生气	0.542	0.274	0.231	0.176	0.295	0.551
4. 泣きたい気持ち	想哭	0.456	0.258	0.168	0.081	0.242	0.437
9. 憤懣が募る	气愤的事发生	0.430	0.360	0.236	-0.002	0.407	0.578
15. イライラする	焦躁不安	0.424	0.233	0.288	0.310	0.344	0.568
6. 怒りを感じる	感到愤怒	0.423	0.381	0.295	0.041	0.404	0.619
27. 呼吸が苦しい	呼吸费力	0.127	0.625	0.281	0.298	0.084	0.600
30. 脱力感がある	四肢无力	0.143	0.620	0.219	0.407	0.248	0.679
31. 吐き気がする	想呕吐	0.089	0.620	0.113	0.043	0.042	0.428
23. 生きているのがいやだ	活着没意思	0.111	0.517	0.434	0.064	0.175	0.573
29. 動悸がする	感到心悸	0.182	0.506	0.224	0.299	0.216	0.562
32. 動作が鈍い	动作迟缓	0.135	0.492	0.145	0.432	0.082	0.526
35. 耳鳴りがする	感到耳鸣	0.093	0.465	0.460	0.159	0.037	0.495
33. 胸部が締め付けられ	被揪心的感觉	0.327	0.458	0.262	0.246	0.167	0.598
21. 自分の殻に閉じこもる	不愿与人交流	0.208	0.305	0.552	0.150	0.099	0.511
19. 話が嫌でわずらわしい	讨厌说话	0.152	0.473	0.543	0.189	0.196	0.641
20. 根気がない	没有耐心	0.224	0.052	0.494	0.266	0.119	0.415
22. 行動に落ち着きがない	行为不沉着	0.283	0.242	0.481	0.189	0.162	0.457
24. 何も手につかない	什么也干不了	0.198	0.285	0.465	0.208	0.189	0.507
18. 話にまとまりがない	言行条理不清	0.127	0.311	0.453	0.275	0.135	0.508
17. 他人に会うのが嫌	讨厌和人见面	0.154	0.339	0.430	0.017	0.341	0.483
25. 人が信じられない	不相信别人	0.387	0.365	0.348	0.092	0.142	0.468
26. 体が疲れやすい	身体易疲劳	0.249	0.244	0.138	0.638	0.108	0.586
28. 体がだるい	身体倦怠	0.268	0.343	0.186	0.631	0.052	0.624
16. 頭の回転が鈍い	思考迟钝	0.122	0.170	0.326	0.521	0.238	0.496
34. 頭が重い	头沉的感觉	0.243	0.302	0.197	0.520	0.099	0.516
14. 気がかりである	为某事担忧	0.333	-0.087	0.167	0.466	0.250	0.468
8. びくびくしている	害怕提心吊胆	0.255	0.197	0.181	0.212	0.620	0.518
5. 不安を感じる	感到不安	0.460	-0.047	0.021	0.344	0.495	0.516
11. 恐怖感を抱く	恐惧感	0.253	0.262	0.263	0.293	0.483	0.557
7. 寂しい気持ち	觉得寂寞	0.406	0.109	0.263	0.129	0.414	0.457
固有値		4.651	4.132	3.424	3.270	2.313	
寄与率 (%)		13.290	11.807	9.783	9.344	6.623	
累積寄与率 (%)		13.290	25.096	34.879	44.223	50.85	

度と中国語版大学生用ストレス反応尺度は、信頼性と妥当性を備えた尺度であると判断し、以下の分析を行った。

3. 中国の大学生のメンタルヘルス状態

(1) 中国語版大学生用日常生活ストレスサー尺度

中国語版大学生用日常生活ストレスサー尺度の下位尺度別項目平均得点(0→4)は、得点の高い順に実存的ストレスサー2.54(±1.26)、学業ストレスサー1.85(±0.81)、将来不安ストレスサー1.64(±0.88)、対象喪失ストレスサー1.36(±0.81)、生活環境ストレスサー1.18(±0.95)、対人ストレスサー1.04(±0.61)、体調ストレスサー0.92(±0.70)であった。以下に有意差が認められた項目のみを記述する。

① 「性別」

「性別」とストレスサーとの関係では、女子よりも男子の方が生活環境ストレスサー得点が有意に高かった

表4 中国語版大学生用ストレス反応尺度の因子分析後の下位尺度を持つ質問紙の内的整合性 (N=346)

下位尺度	項目数	Cronbach's α
因子1 (悲嘆反応)	11	.906
因子2 (自律神経反応)	7	.869
因子3 (引きこもり)	8	.849
因子4 (倦怠感)	5	.803
因子5 (不安)	4	.775
全体	35	.953

($t=3.60$, $d.f.=346$, $p<0.001$).

② 「学年」

「学年」とストレスサーとの関係では、有意差が認められ ($F=6.50$, $v_1/v_2 = 3/355$, $p<0.001$), 多重比較の結果、4年生よりも2, 3年生の方が学業ストレスサー得点が有意に高かった。

③「出身地」

「出身地」とストレスとの関係では、有意差が認められ、都市部の学生よりも農村部の学生の方が生活環境ストレス得点が有意に高かった ($t=4.71$, $d.f.=357$, $p<0.001$)。また農村部の学生よりも都市部の学生の方が体調ストレス得点が有意に高かった ($t=2.26$, $d.f.=357$, $p<0.05$)。

④「学費」

「学費」とストレスとの関係では、学費が足りている学生よりも足りない学生の方が、対人ストレス ($t=2.58$, $d.f.=356$, $p<0.05$)、学業ストレス ($t=2.55$, $d.f.=356$, $p<0.05$)、将来不安ストレス ($t=2.64$, $d.f.=356$, $p<0.01$)、生活環境ストレス ($t=9.99$, $d.f.=174$, $p<0.001$) の得点が有意に高かった。

(2) 中国語版大学生用ストレス反応尺度

中国語版大学生用ストレス反応尺度の総得点の平均は 17.18 (± 15.55) であった。

下位尺度別の項目平均得点 (0→3) は、得点の高い順に悲嘆反応 0.52 (± 0.51)、自律神経反応 0.33 (± 0.49)、引きこもり 0.43 (± 0.49)、倦怠感 0.69 (± 0.59)、不安 0.59 (± 0.59) であった。以下に有意差が認められた項目のみを記述する。

①「性別」

「性別」とストレス反応との関係では、女性よりも男

性の方がストレス反応全体得点が有意に高かった ($t=2.04$, $d.f.=349$, $p<0.05$)。そして下位尺度では、男性の方が自律神経反応 ($t=3.56$, $d.f.=334$, $p<0.001$)、引きこもり ($t=2.26$, $d.f.=353$, $p<0.05$) の得点が有意に高かった。

②「入学動機」

「入学動機」とストレス反応との関係では、ストレス反応全体得点において有意差が認められた ($F=5.24$, $v_1/v_2=3/386$, $p<0.01$)。＜教養獲得＞動機の方は、＜職業的夢の実現＞と＜その他＞の動機の人よりも、悲嘆反応 ($F=3.93$, $v_1/v_2=3/386$, $p<0.01$)、引きこもり ($F=4.66$, $v_1/v_2=3/386$, $p<0.01$)、倦怠感 ($F=4.14$, $v_1/v_2=3/386$, $p<0.01$) の得点が有意に低かった。また、＜教養獲得＞動機の方は、＜職業的夢の実現＞動機の人よりも、自律神経反応 ($F=3.28$, $v_1/v_2=3/386$, $p<0.05$) の得点が有意に低かった。さらに、＜教養獲得＞動機の方は、＜その他＞の動機の人よりも、不安 ($F=3.94$, $v_1/v_2=3/386$, $p<0.01$) の得点が有意に低かった (図1参照)。

③「趣味」

「趣味」とストレス反応との関係では、「趣味」の違いによってストレス反応全体得点に有意差が認められた ($F=5.47$, $v_1/v_2=3/396$, $p<0.01$)。＜読書が好き＞な学生よりも＜ゲームが好き＞な学生の方が、悲嘆反応 ($F=3.30$, $v_1/v_2=3/396$, $p<0.05$)、自律神経反応 ($F=6.34$,

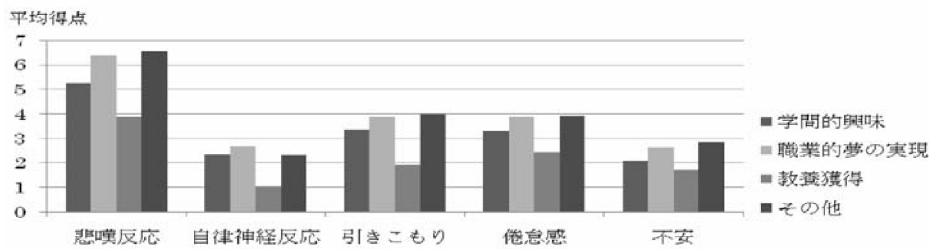


図1 入学動機の違いによる中国の大学生のストレス反応得点

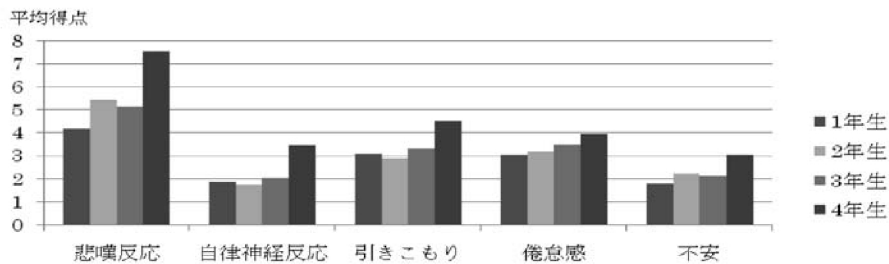


図2 学年の違いによる中国の大学生のストレス反応得点

$v_1/v_2 = 3/396, p < 0.001$), 引きこもり ($F = 5.13, v_1/v_2 = 3/396, p < 0.01$), 倦怠感 ($F = 3.23, v_1/v_2 = 3/396, p < 0.05$), 不安 ($F = 2.67, v_1/v_2 = 3/396, p < 0.05$) の得点が有意に高かった。

④「学年」

「学年」とストレス反応との関係では、ストレス反応全体得点における有意差が認められた ($F = 5.61, v_1/v_2 = 3/355, p < 0.001$)。ストレス反応の平均得点は、4年生は22.52(±17.75), 3年生は16.06(±13.64), 2年生は15.47(±14.57), 1年生は13.91(±14.36)であった。多重比較の結果, 1, 2, 3年生よりも4年生の方が, 悲嘆反応 ($F = 5.72, v_1/v_2 = 3/355, p < 0.001$), 自律神経反応 ($F = 5.30, v_1/v_2 = 3/355, p < 0.01$) の得点が有意に高かった。また, 2年生よりも4年生の方が, 引きこもり ($F = 3.61, v_1/v_2 = 3/355, p < 0.05$) の得点が有意に高かった。さらに, 1, 3年生よりも4年生の方が, 不安 ($F = 4.67, v_1/v_2 = 3/355, p < 0.01$) の得点が有意に高かった(図2参照)。

⑤「出身地」

「出身地」とストレスの反応との関係では、農村部の学生よりも都市部の学生の方が, 自律神経反応の得点が有意に高かった ($t = 2.09, d.f. = 160, p < 0.05$)。

⑥「学費」

「学費」とストレス反応との関係では、学費が足りない学生の方が足りている学生よりもストレス反応全体得点が有意に高かった ($t = 3.08, d.f. = 186, p < 0.01$)。下位尺度では、学費が足りている学生よりも足りていない学生の方が, 悲嘆反応 ($t = 2.99, d.f. = 356, p < 0.01$), 自律神経反応 ($t = 2.43, d.f. = 188, p < 0.05$), 引きこもり ($t = 2.55, d.f. = 177, p < 0.05$), 倦怠感 ($t = 2.75, d.f. = 181, p < 0.01$), 不安 ($t = 2.47, d.f. = 356, p < 0.05$) における得点が有意に高かった。

⑦「心理相談の有無」

「心理相談の有無」とストレス反応の関係を検定した結果, 心理相談を受けた学生が受けていない学生よりも, ストレス反応全体得点が有意に高かった ($t = 2.51, d.f. = 356, p < 0.01$)。下位尺度においては, 倦怠感を除くそ

他の4因子において, 心理相談を受けている学生の方が受けていない学生よりも, 有意に得点が高かった(表5参照)。

4. 日本の大学生のメンタルヘルス状態

(1) 日本語版大学生用日常生活ストレス尺度

日本語版大学生用日常生活ストレス尺度の下位尺度別項目の平均得点(0→4)は, 得点の高い順に実存的ストレス1.61(±0.84), 学業ストレス1.38(±0.69), 対人ストレス1.19(±0.85), 物理・身体的ストレス1.12(±0.71)であった。以下に有意差が認められた項目のみを記述する。

①「性別」

「性別」とストレスとの関係では, 女性よりも男性の方が実存的ストレス ($t = 3.34, d.f. = 216, p < 0.001$), 物理・身体的ストレス ($t = 3.30, d.f. = 190, p < 0.01$) の得点が有意に高かった。

②「性格」

「性格」とストレスとの関係では, 外交的的学生よりも内向的的学生の方が, 実存的ストレス得点が有意に高かった ($t = 3.50, d.f. = 215, p < 0.001$)。

③「学費」

「学費」とストレスとの関係では, 学費が足りている学生よりも足りていない学生のほうが物理・身体的ストレス得点が有意に高かった ($t = 4.17, d.f. = 60, p < 0.001$)。

④「心理相談の有無」

「心理相談の有無」とストレスとの関係では, 心理相談を受けていない学生よりも受けた学生のほうが, 対人ストレス ($t = 2.23, d.f. = 214, p < 0.05$), 実存的ストレス ($t = 2.28, d.f. = 214, p < 0.05$) の得点が有意に高かった。

(2) 日本語版大学生用ストレス反応尺度

日本語版大学生用ストレス反応尺度の総得点の平均は17.38(±18.29)であった。下位尺度別の項目平均得点(0→3)は, 得点の高い順に抑うつ3.21(±3.62), 情緒的反応3.12(±3.32), 不安3.06(±3.37), 身体的疲労感2.70

表5 心理相談の有無と中国の大学生のストレス反応得点

因子項目	心理相談を受けた (n=32, 9%)	心理相談を受けていない (n=326)	t 値	P 値
悲嘆反応	8.25 (±6.75)	5.40 (±5.40)	2.78	0.006**
自律神経反応	3.41 (±3.64)	2.14 (±3.39)	1.99	0.047*
引きこもり	4.72 (±4.26)	3.28 (±3.73)	2.05	0.041*
倦怠感	3.97 (±3.52)	3.37 (±2.89)	1.10	0.272
不安	3.22 (±2.86)	2.24 (±2.27)	2.27	0.024*
全体平均値	23.56 (±18.72)	16.44 (±14.97)	2.51	0.013*

*: $p < 0.05$ **: $p < 0.01$

(±3.26), 怒り2.52(±3.50), 引きこもり1.82(±2.92), 自律神経系の活動性亢進0.94(±2.26)であった。以下に有意差が認められた項目のみを記述する。

①「入学動機」

「入学動機」とストレス反応との関係では、＜その他＞の動機の人、＜職業的夢の実現＞と＜学問的興味＞動機の人よりも、引きこもり(F=4.09, $v_1/v_2 = 3/220$, $p < 0.01$), 自律神経系の活動性亢進の得点が有意に高かった(F=5.08, $v_1/v_2 = 3/220$, $p < 0.01$)。

②「趣味」

「趣味」とストレス反応との関係では、＜スポーツが好き＞な学生よりも、＜その他＞の学生の方が、抑うつ得点が有意に高かった(F=2.83, $v_1/v_2 = 3/214$, $p < 0.05$)。また、＜スポーツが好き＞な学生よりも、＜ゲームが好き＞と＜読書が好き＞な学生の方が、情緒的反応得点が有意に高かった(F=3.06, $v_1/v_2 = 3/214$, $p < 0.05$)。

③「学年」

「学年」とストレス反応との関係では、ストレス反応全体得点において有意差が認められた(F=3.14, $v_1/v_2 = 2/215$, $p < 0.05$)。ストレス反応の平均得点は、1年生は14.61(±14.46), 2年生は21.06(±23.22), 3年生は22.83(±20.05), 4年生は9.57(±9.47), 3年生の得点が一番高かった。多重比較の結果、1年生よりも2年生のほうが情緒的反応(F=4.14, $v_1/v_2 = 3/214$, $p < 0.01$)得点が有意に高かった。1年生よりも3年生のほうが不安

(F=5.24, $v_1/v_2 = 3/214$, $p < 0.01$)得点が有意に高かった。また、4年生よりも2, 3年生のほうが、引きこもり(F=2.98, $v_1/v_2 = 3/214$, $p < 0.05$)得点が有意に高かった。

④「性格」

「性格」とストレス反応との関係では、ストレス反応全体得点において有意差が認められた(t=2.63, d.f.=216, $p < 0.01$)。外交的學生よりも内向的學生のほうが、抑うつ(t=2.03, d.f.=215, $p < 0.05$), 不安(t=2.66, d.f.=215, $p < 0.01$), 情緒的反應(t=3.45, d.f.=215, $p < 0.001$), 引きこもり(t=3.87, d.f.=215, $p < 0.001$)の得点が有意に高かった。

⑤「出身地」

「出身地」とストレス反応との関係では、農村部の学生よりも都市部の学生のほうが、ストレス反応全体得点が有意に高かった(t=2.08, d.f.=216, $p < 0.05$)。下位尺度においては、農村部の学生よりも都市部の学生の方が、怒り(t=2.68, d.f.=213, $p < 0.01$)と自律神経系の活動性亢進(t=2.98, d.f.=193, $p < 0.01$)の得点が有意に高かった(表6参照)。

⑥「心理相談の有無」

「心理相談の有無」とストレス反応との関係では、心理相談を受けた学生が受けたことがない学生よりも、ストレス反応全体得点が有意に高かった(t=3.51, d.f.=214, $p < 0.001$)。下位尺度の全7因子において、心理相談を受けた学生の方が受けたことがない学生よりも、有

表6 出身地の違いによる日本の大学生のストレス反応得点

因子項目	農村 (n=93)	都市 (n=122)	t 値	P 値
抑うつ	2.80 (±3.04)	3.54 (±4.01)	1.55	0.123
不安	2.72 (±3.04)	3.31 (±3.60)	1.27	0.204
怒り	1.84 (±2.94)	3.07 (±3.83)	2.68	0.008**
情緒的反應	2.83 (±2.93)	3.27 (±3.47)	0.99	0.323
引きこもり	1.63 (±2.88)	1.97 (±2.97)	0.82	0.411
身体的疲労感	2.26 (±2.94)	2.98 (±3.30)	1.68	0.095
自律神経系の活動性亢進	0.45 (±1.44)	1.30 (±2.69)	2.98	0.003**
全体平均値	14.53 (±14.98)	19.50 (±20.21)	2.08	0.038*

*: $p < 0.05$ **: $p < 0.01$

表7 心理相談の有無と日本の大学生のストレス反応得点

因子項目	心理相談を受けた (n=17, 8%)	心理相談を受けたことがない (n=199)	t 値	P 値
抑うつ	5.65 (±4.99)	3.02 (±3.42)	2.13	0.048*
不安	5.29 (±3.93)	2.88 (±3.27)	2.87	0.004**
怒り	4.59 (±4.40)	2.37 (±3.37)	2.53	0.012*
情緒的反應	5.41 (±3.91)	2.92 (±3.20)	3.02	0.003**
引きこもり	3.47 (±3.62)	1.69 (±2.83)	2.44	0.016*
身体的疲労感	5.41 (±3.14)	2.50 (±3.17)	3.64	0.000**
自律神経系の活動性亢進	2.24 (±2.77)	0.84 (±2.20)	2.46	0.015*
全体平均値	32.06 (±22.87)	16.22 (±17.41)	3.51	0.000**

*: $p < 0.05$ **: $p < 0.01$

意に得点が高かった(表7参照)。

IV 考察

1. ストレッサーの調査結果について

本研究では、中国語版大学生用日常生活ストレス尺度の因子分析を行った結果(7因子)、日本語版(4因子)とは異なる因子構造が示された。因子構造が異なった理由として、一つに翻訳の問題が考えられる。日本語版大学生用日常生活ストレス尺度の中国語版の作成に当たっては、まず、日本語版を中国語に翻訳し、日本に留学し日本語に堪能な中国人2名(うち1名は日本語科の4年生、1名は心身医療専門医)に翻訳の適切性について検討してもらい、修正を行った。しかし、日本語の表現を十分に中国語に翻訳できていなかった可能性がある。また、因子構造のうち、対人ストレス、実存的ストレス、学業ストレス、体調ストレスの4因子は中国の学生と、日本の学生では共通していたが、将来不安ストレス、生活環境ストレス、対象喪失ストレスの3因子は中国の学生にのみ認められた。因子分析は、被験者の質問項目に対する無意識的な反応のパターンを明らかにする手法である。したがって、中国の学生は日本の学生とは異なる質問項目に対する反応パターンを示したといえる。つまり、中国の学生は日本の学生に比べ、将来のこと、生活環境、対象喪失に対してそれらをストレスと認識したと考えられる。この点については、今後さらに検討を重ねていく必要がある。

因子構造が異なるため、それらの結果を一概に比較することはできない。しかし、中国語版でも日本語版でも最も得点が高かったものは、実存的ストレスであった。そして、中国の調査結果では、この実存的ストレスは性別、学年などのいずれの要因とも有意な関係は認められなかったが、日本の学生では、男性、内向性、心理相談を受けた人の方が、実存的ストレスが有意に高かった。

実存的ストレスとは、“自己の人格、生き方に関わるようなストレス”とされる⁴⁾⁵⁾。これらから、両国の大学生は、社会背景は異なっているが、青年期にある人が社会人として自立する前に直面する「自分はどうのような人格形成を図るべきか、またどのように生きるべきか」という青年期特有の発達課題に直面しており、そのことにストレスを感じているといえる。しかし、中国では性差などと関係なく実存的ストレスを感じている結果だったが、日本では性別によって実存的ストレスを感じる程度に差が認められた。これは、日本の伝統的な男女による性役割の差異が結果に反映しているこ

とが推測される。そして、日本では内向的で心理相談を受けている人の方が、実存的ストレスを強く感じていた。また心理相談を受けた人に関しては、そうでない人と比べて対人ストレスも強く感じていたことから、積極的な他者との交流といった活動的対処行動を取りにくい特性が実存的ストレスを強く感じさせやすくし、それがまた精神的健康の問題の発生とも関連することが推測された。

実存的ストレスに続いて、学業ストレスが、両国ともに高い数値を示していた。このストレスと関係する要因については、中国では、「学年」と「学費」の要因が有意な関係として認められ、4年生よりも2・3年生が、そして学費が足りない学生の方が有意に学業ストレスの得点が高かった。一方、日本では、学業ストレスと関係する要因は1つも認められなかった。学業ストレスは、大学生である以上逃げられないストレスであることから、多くの学生が自分の果たすべき役割をしっかりと受け止めながら、大学生活を送っていることの証であると考えられる。

中国の調査結果では、「学費」の足りない学生は、学業ストレス以外にも、対人ストレス、将来不安ストレス、生活環境ストレスといった多くのものにストレスを感じていることが示された。経済的基盤は、大学生活を維持する上で絶対的不可欠なものであり、その基盤が乏しいことは多くのストレスをもたらすと考えられる。今回は、学費の不足の理由は調査しなかったため、元々の資金不足なのか、使い過ぎによるものかはわからず、ストレスの深さは判断できない。しかし、学費の足りない学生は、様々なストレス反応も示していたことから、中国の学生の精神的健康の状態把握を行う場合に、経済的基盤の視点を取り入れることは非常に重要であると考えられる。

2. ストレス反応の調査結果

日本語版ストレス反応尺度が7因子であるのに対し、今回翻訳して作成した中国語版ストレス反応尺度の因子分析の結果では、5因子が抽出された。そのため調査結果を単純に比較することはできないが、ストレス反応の多様さと強さの程度という点では検討可能と考えられる。

「入学動機」に関しては、中国の学生では<教養獲得>動機の人、それ以外の入学動機の人たちよりもストレス反応が有意に低かった。一方、日本の学生は、<その他>の動機の学生の引きこもりや自律神経系の活動亢進反応が有意に高かった。これは、中国の学生の場合、<学問的興味>や<職業的夢の実現>といった具体的動機に基づいて入学した場合、現実と直面しやすくストレス反応を生じやすいことが考えられる。一方、日本

の学生の<その他>の入学動機には、成績などから明確な目的意識をもてないまま不本意入学している可能性も考えられ、それらがストレス反応を生じさせるのではないかと考えられる。

次に「学年」要因をみると中国では、1年2年3年よりも4年生の方が悲嘆反応、自律神経反応、引きこもり、不安などの反応が有意に高かった。一方、日本の学生は、3年生の不安が高く、2年3年の方が4年生よりも引きこもり反応が有意に高かった。これは、日本の場合、就職活動が主として3年次に行われるために、4年生よりも3年生の方がストレス反応を生じやすいことが考えられる。一方中国では、4年生になってから就職活動が本格化するため、就業のプレッシャーと仕事の環境への適応の心配から精神的負担がかかるからであると推測される。

中国と日本のいずれの学生も、「心理相談」を受けた学生の方が、多様なストレス反応を示していた。本調査における心理相談率は、中国が9%、日本が8%と、全学生の1割近い比率を示した。しかしこの比率は、中国国内で報告されている12.54%よりもやや低かった⁹⁾。心理相談機関は、心理的問題のある学生のストレスを緩和させ、自我調節の能力を向上させるだけでなく、心理的に健康な人格の発展も促し、緊張と悩みを解消できるように支援している。したがって、心理相談を受けることが、即心理的問題を抱えている比率と捉えることはできない。むしろ、本調査における中国の学生の比率がこれまでの報告よりも低かったのは、心理的健康を守るという保健意識と知識の不足が影響していることも考えられる。例えば、心理的問題がないと、心理相談の必要がないと考えているため、相談しなかった可能性がある。心理的健康の保持・増進のための支援を行い、学生の環境適応能力を向上させるための大学の心理相談機関の役割¹⁰⁾をより効果的に学生に伝えていく必要がある。

また、両国の大学生においては、都市部の学生よりも農村部の学生の方が、自律神経反応と怒りが有意に低く、農村部の学生の方が、精神的健康状態がよいことが示された。この理由については、今後さらに研究を深めていく必要がある。

「性別」要因では、中国の大学生においてのみ、男性の方が自律神経反応と引きこもり得点が有意に高く、男性よりも女性のほう精神的健康状態が良いことが示された。この結果はこれまでの調査報告において女性より男性のほう精神的健康状態は良いという結果と異なっている¹¹⁾¹²⁾。これには、専攻分野、男女の比率、調査尺度などの相違も影響していると考えられるため、さらに調査を行っていく必要がある。

日本の大学生のみで、「性格」要因の外向的學生よりも内向的學生の方が、抑うつ、不安、情緒的反應、引き

こもりといった多様なストレス反応を抱えており、精神的健康状態が良くないことが示された。内向的學生は、対人ストレスも強く感じており、交際が苦手であることが考えられ、困難に直面しても人に相談することなく自分一人で耐えてしまうことが多いからではないかと考えられる。

日本の大学生においては、「スポーツが好き」な學生のほうが「他のことが好き」な學生より、抑うつと情緒的反應の得点が有意に低く、「スポーツが好き」であることは、精神的健康に好影響を及ぼすと考えられる。この結果は、大学生の精神的健康の維持に運動習慣の確保が重要な一つの要因になることを示したこれまでの報告にも一致していた¹³⁾。スポーツをすることは、ストレスの解消になり、情緒を安定させることから、環境への適応能力の改善に役に立つ。このような正の循環が、精神的健康の維持、改善に貢献するとされている¹⁴⁾。

V 研究の限界と今後の研究可能性

今回の調査は、中国と日本の大学が1校ずつであり、専攻分野が文系の教育と経済に限定されている。また、学年のサンプル数が一致しておらず、数の不足する学年もみられた。それは研究結果の代表性に多少影響を与えると考える。

今後、研究の範囲を拡大し、各学年のサンプル数を増やし、異なる地域、学校の文系、理科、工科、芸術などの専門を含めて、総合的な大学生のメンタルヘルスの状況を把握していく必要がある。

一方、大学生のメンタルヘルスに関して、異なる国間で比較検討した研究はまだ非常に少なく、今回の調査において、青年期にある大学生としての普遍的側面と、各国の社会背景によって生じる特徴が明確になった。このような取り組みは、今後における一つの研究方向性を示すものであると考える。

謝 辞

本研究は日本学術振興会の支援をうけて実施することができた。また、鹿児島大学医学部保健学科精神看護学研究室の皆様にも数多くの支援を受けた。そして、研究実施施設として快く引き受けてくださった日本の大学の教育学部の土田教授と学生の方々、中国の大学の商学部のスタッフと学生の方々からたくさんのご厚意をいただいた。ここに記して、心より感謝申し上げる。

【引用文献】

- 1) 楊学峰：大学生常見心理問題原因探析，中華医護雜誌，2006；3(2)：128-129
- 2) 朱国生：大学生心理健康与身体素质關係的實驗性研

- 究, 山西師大体育学院学報, 2004 ; 19(1) : 82-84
- 3) 厚生労働省 : 平成19年国民生活基礎調査, 2008
- 4) 嶋信宏 : 大学生におけるソーシャルサポートの日常生活ストレスに対する効果, 社会心理学研究, 1992 ; 7 : 45-53
- 5) 嶋信宏 : 大学生用日常生活ストレス尺度の検討, 中京大学社会学部紀要, 1999 ; 14(1) : 69-83
- 6) 尾関友佳子, 原口雅浩, 津田彰 : 大学生の心理的ストレス過程の共分散構造分析, 健康心理学研究, 1994 ; 7 : 20-36
- 7) 尾関友佳子 : 大学生用ストレス自己評価尺度の改訂—トランスアクションナルな分析に向けて—, 久留米大学大学院比較文化研究科紀要年報, 1993 ; 1 : 95-114
- 8) 尾関友佳子, 原口雅浩, 津田彰 : 大学生のストレス, コーピング, パーソナリティとストレス反応, 健康心理学研究, 1991 ; 4 : 1-9
- 9) 范存欣: 广州地区大学生心理保健需求現状分析, 預防医学文献信息, 1998 ; 4(2) : 108-110
- 10) 斎允峰 : 大学生心理健康教育実施途径的研究, 西安体育学院学報, 2005 ; 22(1) : 127-130
- 11) 黄子杰 : 508名医学生心理健康狀況調査, 学校衛生, 1989 ; 10(3) : 17-19
- 12) 馬麗 : 高校大学生心理素質調査分析及心理保健与調适, 遼宁工学院学報, 2004 ; 6(2) : 110-122
- 13) 甲斐菜津美, 山崎文夫 : 大学生における運動に関するライフスタイルと精神的健康, 産業医科大学雑誌, 2009 ; 31(1) : 89-95
- 14) 王厚民 : 体育鍛煉对大学生心理保健的作用, 合肥工業大学学報, 2002 ; 16(6) : 128-130

A Cross-cultural study of university student mental health in China and Japan

Su-Juan Yu¹, Kyoko Hamada², Yumiko Tsutsumi²

¹ University Hospital of Xiangtan in Hunan Province of China,

² Kagoshima University School of Sciences,

School of Health Sciences, Faculty of Medicine, Kagoshima University,

8-35-1 Sakuragaoka, Kagoshima 890-8544, Japan

Abstract

In order to understand the current status of university student stress in China and Japan, and factors that influence stress, surveys about stressors and stress responses were administered to 577 persons (359 Chinese and 218 Japanese university students). We used an original Japanese questionnaire and a version translated into Chinese. Statistical analysis produced the following results: (1) the strongest stressors for both Chinese and Japanese students were existential; (2) in Japan, significantly higher levels of existential stressors were observed in males, the introverted, and those who had experienced counseling; (3) regarding the factor of Enrollment Motive, in China, those who reported “acquisition of educational sophistication” showed the lowest levels of stress response; (4) regarding the factor of School Year, high levels of stress response were observed among senior students in China and junior students in Japan; (5) for the factor of Counseling Experience, in both countries, higher levels of stress response were observed among those who had experienced counseling. Thus, while both countries share common stressors that are based on the developmental tasks of adolescence, stress responses differ due to social and cultural influences.

Key words: university students, China, Japan, stressor, stress response