

平成24年度

順天堂大学大学院スポーツ健康科学研究科 修士論文

体育系大学生における  
無気力の分類と心理的特徴

所属系 健康科学系

氏名 西田 敬志

論文指導教員 田中 純夫

合格年月日 平成25年2月25日

論文審査員 主査 山岸 明子

副査 牛尾 直行

副査 田中 純夫

## 目次

第1章 緒言 .....	1
第2章 文献考証 .....	4
第1節 スチューデント・アパシーについて .....	4
(1) スチューデント・アパシーの概念について .....	4
(2) 米国におけるスチューデント・アパシーの概念の歴史の変遷 .....	4
(3) 日本におけるスチューデント・アパシーの概念の歴史の変遷 .....	5
第2節 抑うつについて .....	8
(1) 抑うつの概念および診断基準 .....	8
(2) 抑うつと学習性無気力感理論との関係 .....	11
第3節 アスリート・バーンアウトについて .....	12
(1) アスリート・バーンアウトの研究の位置づけ .....	12
(2) アスリート・バーンアウトの概念 .....	12
(3) アスリート・バーンアウトのプロセス .....	12
第4節 レジリエンスについて .....	13
(1) レジリエンスの概念 .....	13
(2) レジリエンスの性質 .....	14
第5節 スチューデント・アパシーと抑うつとの識別について .....	14
第6節 抑うつとアスリート・バーンアウトとの関連 .....	15
第3章 研究目的 .....	16
第1節 分類に用いる無気力の定義 .....	16
第2節 体育系大学生の無気力の把握 .....	16
第3節 体育系大学生の無気力と関連要因の検討 .....	17
第4章 調査方法 .....	18
第1節 調査手続き .....	18
第2節 調査対象者 .....	18
第3節 調査期間 .....	18
第4節 調査間隔 .....	19
第5節 質問紙の構成 .....	19
第6節 倫理的配慮 .....	21

第7節 統計処理.....	21
第5章 結果.....	23
第1節 各尺度の信頼性.....	23
第2節 スチューデント・アパシー、抑うつ気分、アスリート・バーンアウトの各下位 尺度における平均値、標準偏差と性差.....	23
第3節 スチューデント・アパシー、抑うつ気分、アスリート・バーンアウトの各下位 尺度同士における Time1 と Time2 との関連.....	24
第4節 スチューデント・アパシー傾向、抑うつ気分の2軸による無気力の分類.....	25
第5節 各クラスターの特徴.....	26
(1) 各クラスターの人数、平均年齢と男女比.....	26
(2) 各クラスターにおける各尺度の分散分析、多重比較の結果.....	26
第6節 各クラスターにおける高校時代の学習スタイル3群の分類.....	28
第7節 スチューデント・アパシー傾向群の高校時代の学習スタイル3群における各尺 度の比較.....	28
第8節 各クラスターにおけるアスリート・バーンアウト3群の分類.....	29
第6章 考察.....	30
第1節 無気力、抑うつなどの性差と持続性.....	30
第2節 無気力の分類.....	30
(1) スチューデント・アパシー傾向、抑うつ気分の2軸による分類.....	30
(2) 各クラスターの特徴.....	31
第3節 高校時代における学習スタイル3群からみた各クラスターの分類の特徴.....	33
第4節 アスリート・バーンアウト3群からみた各クラスターの分類の特徴.....	34
第7章 今後の課題.....	35
第8章 結論.....	36
要約.....	37
謝辞.....	38
引用文献.....	39
Summary.....	45
資料（質問紙）.....	46

## 第1章 緒言

「大学生の無気力」についてはこれまで、スチューデント・アパシー (Student Apathy; 以下 S・A) や抑うつ症状、学習性無力感などさまざまな状態像が提示されており、特に S・A については多くの研究がなされている。S・A に明確な定義はないが主として「授業などの学業において選択的な無気力を呈し、また、自分のことを他人事のようにふるまうなどの無関心、知的無力感と結びついた無感情」などの特徴を持つ状態像を指して言うことが一般的である。1961 年に Walters<sup>68)</sup> が提唱して以来、半世紀が過ぎ、我が国における S・A の研究においてはさまざまな研究がなされてきたが、各研究者によって定義は異なり、概念が未確定のまま、研究がされてきたことで S・A の症状の捉え方はやや拡散しており、さらにその後、大学の大衆化に伴って一般学生の学業における意欲低下についても S・A の概念が使われるようになってきている。その点について下山<sup>57)</sup> は「人格障害としての S・A」と「一般学生のアパシー傾向 (以下 S・A 傾向)」とを明確に区別する必要があると指摘している。これまでの研究を分類すると前者には臨床群を対象とした事例研究<sup>16) 57) 63) 70)</sup> などがあり、後者には一般学生を対象とした調査研究<sup>24) 25) 26) 55) 60)</sup> などが行われてきており、近年では、後者の研究が増加する傾向にある。一方、抑うつからの視点の無気力研究としては、学習性無力感理論 (Seligman & Maier<sup>52)</sup>) と関連づけられたものなど、無気力化した状態と抑うつ状態を同等に扱っている研究<sup>50) 51) 54) 78)</sup> が行われてきている。

このように大学生の無気力研究には、S・A の研究と抑うつの研究の 2 つの研究の流れがあり、それぞれ異なる概念を基礎にしていることは明確である。しかしながら、S・A の概念と抑うつの概念とを明確に識別した上で行っている研究はほとんどなく、これはそれぞれの研究が独自に行われてきたことにより、双方の相違点に焦点をあてた研究がなかったことによるもので、今後もこのような流れが続いていくと現実場面での予防や援助の方法を論ずることが難しくなることが予測される。この 2 つの概念について Walters<sup>68)</sup> や笠原<sup>19)</sup> は S・A と抑うつとは識別可能であるとしており、その点に着目した研究としては、狩野・津川<sup>24) 25) 26)</sup> の研究があげられる。

一方で、近年では体育系の学部・学科が増加傾向にあり、体育系大学生は基本的に競技生活と学業生活を両立して日常生活を行っていかねばならないために、必然的に一般大学生とは生活スタイルが異なっている。このような理由から、一般大学生とは異なる問題が発生することも少なくなく、特に無気力の研究としては競技生活に基因するアスリート・バーンアウト (以下 A・B) などに注目が集まり、S・A についてはあまり注目されて

こなかった。これまでの S・A の研究はほとんど一般大学生を対象とした研究であり、体育系大学生における無気力の状態やそれに関連する特徴的な問題については明確にされてきていないため、体育系大学生に特化した研究が必要であると考えられる。

例えば、無気力を分類する研究においては、一般大学生を対象とした狩野・津川の研究<sup>24) 25) 26)</sup>があり、これらの研究と体育系大学生を対象とした本研究とに共通した視点が 2 つある。まず、1 つ目は抑うつ尺度についてである。抑うつの指標には Beak.A.T のベック式抑うつ評価尺度 (Beck Depression Inventory) や Zung の自己記入式抑うつ性尺度 (Self - Rating Depression Scale) などがあるが、これらの抑うつ尺度は睡眠障害や倦怠感などの身体症状に関する項目が含まれており、これらの症状は S・A でも見られる症状であるため、抑うつと S・A とを識別する研究にはふさわしくないと考える視点である。それを解決するためには、うつ状態の中核である抑うつ気分<sup>27)</sup>に焦点をあてた尺度を使用する必要がある。2 つ目には無気力、抑うつの測定についてである。S・A 傾向や抑うつ、A・B の共通点として、一時点の状態というよりは「持続している状態」として捉える点が挙げられるが、1 回の質問紙調査では、「一時点」と「持続」している状態との区別ができない。そのため、複数回の縦断的質問紙調査を行う必要がある。

さらに体育系大学生を対象とした場合、狩野・津川の研究<sup>24) 25) 26)</sup>で示された「S・A 的無気力群」を判別しきれない危険性があることである。S・A には高校から大学に進学時の学習ができていた人が無気力になり、大学では学習しなくなるという面があるが、現代の入学試験では、必ずしも一定の学力を測り、その結果により可否の判断をするという一義的な方法だけではなく、スポーツ・音楽・芸術などの成績が秀でたものであることを条件とした入学試験の形態も少なくない。そのために、大学に入学したからといって必ずしも一定の学力が担保されているのではなく、特に体育系大学の場合、主に競技などの特異な能力によって大学に入学するものも少なくない現状がある。これらの通常の入学試験の形態とは異なる形態を選択して入学した群は、質問紙調査で無気力を測定する際に「学習はしないが抑うつもない」となる可能性があり、S・A 傾向群と判断される可能性があるために、もともと学習意欲のない群との識別をする必要がある。しかしながら、一概に「入学試験の形態」を識別の判断材料とすると、一定の学力がありながらも、通常とは異なった入学試験を受けて入学するものも含まれ、さらに体育系大学は学力以外の実技種目を加えて評価を行うことも少なくないため、通常の入学試験の形態であっても、学力を実技試験で補い、入学することも有り得るため、一概に入学試験の形態で、S・A 傾向群と

の識別をすることは適切ではないと考えられる。そのため本研究では「高校時代における学習スタイル」を識別の判断材料とする。学習スタイルは自発的学習や計画的学習など様々な要素があり、それらの学習に向かう姿勢を測定することで、もともと一定の学力が身につけていないために大学の学業についていけない群との識別を試みたいと考える。

無気力の分類に加え、心理的特徴を捉える上で重要な概念の1つとして、近年の研究動向ではレジリエンスが挙げられる。レジリエンスにはさまざまな捉え方があるが、「ストレスフルな状況でも精神的健康を維持する、あるいは回復へと導く心理特性」<sup>13)</sup>と定義することができ、また、平野<sup>12)</sup>は、レジリエンスを導く多様な要因の中には後天的に身につけやすいものと、そうではないものに分けられるとしている。S・Aの気質を考えたときに、笠原<sup>22)</sup>は特に不登校などの問題もなく、むしろ高校時代には勤勉であった例が多いとしているため、S・Aのものはレジリエンスに関わる要因は備わっており、レジリエンスは高いことが推測される。また、抑うつに関しては田中・児玉<sup>58)</sup>はレジリエンスと抑うつとの関連について、レジリエンスの高いものは、抑うつ症状が少ない傾向にあるとしているため、抑うつ症状が多いものはレジリエンスが低いことが推測される。したがって、レジリエンスはS・Aと抑うつとを分類する上で重要な心理的特徴であるように考えられる。

以上の問題点をふまえ、本研究においては体育系大学生の無気力を彼らの学生生活の実態に即したかたちで類型化を試み、またそうした状況をもたらす関連要因を捉えることで、実際に適応支援するための知見が得られることが期待される。

## 第2章 文献考証

### 第1節 スチューデント・アパシーについて

#### (1) スチューデント・アパシーの概念について

S・Aは1961年にハーバード大学保健センター精神科医、Walters<sup>68)</sup>が一般大学生の一過性の無気力とは異なる独特な無気力状態について提唱したのが発端である。日本におけるS・Aについても基本的な概念は米国の研究の影響を受けており、また、日本におけるS・Aには研究者により概念に多少の相違が見られる。以上を受けて、米国と日本のそれぞれにおけるS・Aの概念を概観しながら、歴史的変遷をたどる。

#### (2) 米国におけるスチューデント・アパシーの概念の歴史的変遷

まず、Walters<sup>68)</sup>のS・Aの概念であるが、この要点については下山<sup>57)</sup>が整理を試みており、そのまとめが表1-1である。これ以降の米国の論文としてはFarnsworth<sup>8)</sup>がS・Aに関する論文を出しているが、Waltersの要約であり、また、それ以降関連の研究はWalters本人についても見られない。そして、Blain<sup>4)</sup>、Perkins<sup>43)</sup>が「student apathy」という言葉を用いているが、一般学生全般に広がっていた一般的な無気力傾向を扱ったものであるため、S・Aとは異なる意味合いである。80年代に入るとその後も一般学生の授業への動機づけの低下に限定された意味で用いられ、これには高校生のものとしてBishop<sup>3)</sup>などが、大学生のものとしてはGimenez<sup>10)</sup>、Cohen<sup>5)</sup>などが論じている。

表1-1 WaltersのS・Aの概念の要点

- 
- ① 情動的動きの減退、無気力、無関心、知的無力感、肉体的気怠さ、空虚感、情緒的引き籠もり、社会参加の欠如が見られる。
  - ② 無関心は予期される敗北、屈辱、制限に対する心理的恐怖を避ける行動である。
  - ③ 攻撃性や競争的衝動のために他人を直接傷つけることを避けるための防衛である。ただし、回避によって他者がどうしようもない状況に陥れて攻撃衝動を満たす。
  - ④ 男らしさ形成をめぐる解決しがたい葛藤のため青年期を遷延させている男性の青年期発達の障害である。(青年期後期、特に大学2年時に生じやすい)。
  - ⑤ 価値の尺度を学業達成だけに限定したことの結果生じたものである。
  - ⑥ 恐怖状況が解決されれば元に戻るものと、長期間続くものがある。しかし、いずれも精神病に近づくことはなく、神経症に近い。
- 

下山<sup>57)</sup>

### (3) 日本におけるスチューデント・アパシーの概念の歴史的変遷

日本においては、丸井<sup>31)</sup><sup>32)</sup>が留年の類型化を行うなかで「みずからも明らかに捉えられないような空虚感や無感動」を示す一群の留年生がみられることを指摘し、これを「意欲減退」型留年としている。この概念については明確な定義はないが、Waltersの提唱した概念(表1-1)の①の特徴と一致しているため、日本においても1960年代後半からS・Aが存在している可能性がうかがえられる。

1970年代に入ると1975年に笠原・岡本によってWaltersの概念が邦訳され<sup>68)</sup>、さらに笠原はこの概念を日本の無気力を示す学生に対しても援用したことにより、日本に「スチューデント・アパシー」という言葉を定着させた。下山<sup>57)</sup>により笠原<sup>17)</sup><sup>18)</sup><sup>19)</sup><sup>20)</sup><sup>21)</sup>、笠原・成田<sup>23)</sup>の一連の論文がまとめられており、そのまとめが表1-2である。これらは、Waltersの概念を新たな専門用語で解説し、その独自性を明確にしたものである。また、表1-2の④は笠原の臨床的な経験を加えたオリジナルな捉え方であり、病前性格に「強迫性」があるという視点を加えている。笠原<sup>22)</sup>のS・Aの臨床的要点に関しては表1-3に示した。

表1-2 笠原のS・Aの概念の要点

①	アイデンティティの葛藤と進路の喪失が見られる。
②	心理状態としてのアンヘドニア(快体験の希薄化)が見られる。
③	本業領域からの部分的退却という陰性の行動化を繰り返す。
④	病前性格として強迫傾向、勝負過敏性が見られる。
⑤	新たな診断分類として退却神経症を提唱。ただし、軽度はパラノイローゼ群、重度はボーダーライン群とする。

下山<sup>57)</sup>

表1-3 笠原のS・Aの臨床的要点

①	元来怠け者ではなく、つい先日まで平均以上に真面目な学生とみなされていた人の問題である。成育史の一時期に勉強あるいはスポーツで輝かしい履歴さえもった人がいる。性格的には軽度ながら強迫的で、几帳面、完全主義的、徹底的なところがある。
②	主観的には抑うつ感、不安感はなく、無気力感と目標の喪失感を感じるのみ。しかも、それによって自分が苦しむことはほとんどない。つまり、その主観症状はほとんどつねに自我親和的で、したがって自分から第三者に助けを求めようとしない。
③	外的行動的特徴としては本業的な社会生活(学生では専門的学業)からの選択的退却がある。本業以外のことなら、相当に、あるいはきわめてよくできる(副業可能)。
④	多かれ少なかれ否認の心理がはたらいており、長期の留年という不面目に対して罪悪感をもつことはおろか、人ごとのように無関心にふるまう。
⑤	同年齢に好発する分裂病とは容易に区別できる。また移行することもない。

笠原<sup>22)</sup>

1980年代に入ると笠原による一連の研究がまとめに入った時期であるが、1980年代後



半には山田による一連の研究<sup>71) 72) 73) 74) 75)</sup>があり、その概念の要点を下山<sup>57)</sup>によりまとめられたものが表 1-4 である。ここでは、学業における選択的退却が中核であるとする笠原のものとは異なり、長期的な観察によれば選択的退却と完全退却は連続線上にあるという点で異なっている。この他にも小野<sup>41)</sup>がユング心理学的視点から、池田<sup>14) 15)</sup>が人間的視点から、青木<sup>2)</sup>は文化論的視点から援助論も含めた事例研究を行っており、S・A の概念が一般的普及に伴い、特異な大学生の無気力傾向の解釈に拡大が見られるようになっている。

表 1-4 山田の S・A の概念の要点

- 
- |   |   |
|---|---|
| ① | 選択退却を主とする「静かなアパシー」と追い詰められて神経症状を呈する「騒々しいアパシー」がある。  |
| ② | 選択的退却と完全退却は連続線上にあり、長期事例では相互に流動的になる。               |
| ③ | 親（特に主導型の母親）に忤付けられた強者（秀才）アイデンティティの挫折が自己不確実性を生じさせる。 |
| ④ | 自己不確実が準備性となり、些細なことを引き金として退却を始める。                  |
| ⑤ | 成熟拒否に通じる Subclinical な問題性格群である。                   |
- 

下山<sup>57)</sup>

1990 年代に入ると、1980 年代後半に見られた S・A の概念の拡散が見られる傾向に対して、S・A の概念について再考しようとする動きがあり、この動きの中で新たな分類を示す研究として、土川の一連の研究<sup>64) 65) 66)</sup>がある。その新たな分類の提案の要点を下山<sup>57)</sup>によりまとめられたものが表 1-5 であり、構造としては図 1 のようになる。この分類の中では、表 1-5 の①、②の中で笠原と山田の概念の統合が目指されている。また、表 1-5 の③、④にあるようにはじめて人格障害と重なるという見解を示しており、そうした点では新しい分類となっている。

表 1-5 土川のスチューデント・アパシー概念の要点

- 
- |   |   |
|---|---|
| ① | 典型例には、部分的撤退を単一に示す I 型（受身回避型）と全体的撤退と部分的撤退が流動的で他の症状も複合的に示す II 型（自己愛型）がある。 |
| ② | II 型は、I 型に比べて重症であり、現実検討力の水準は低く、母子密着型が多い。                                |
| ③ | 典型例は、否認や分裂の防衛機制に依っていることから人格障害の範囲内にある。                                   |
| ④ | 典型例は、発達段階での一過性のアパシー、一般学生のアパシー傾向、類アパシー群（神経症等におけるアパシー状態）と区別される。           |
- 

下山<sup>57)</sup>

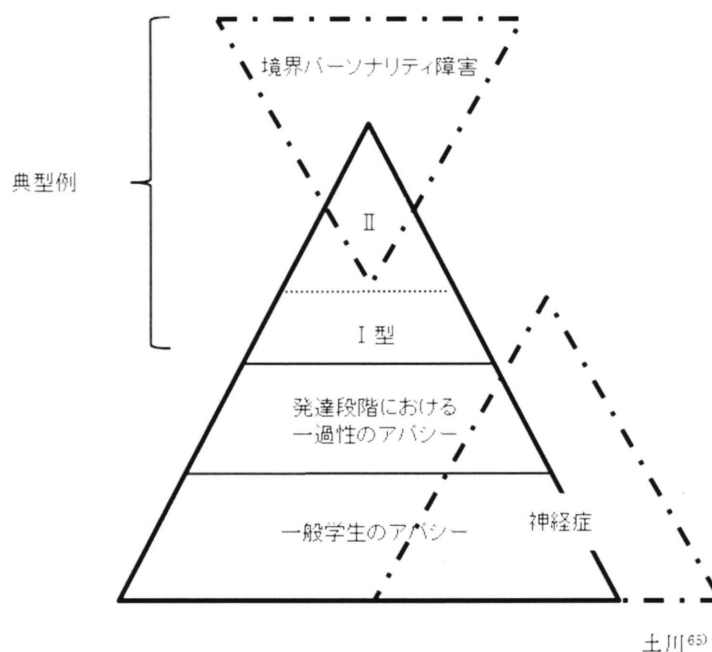


図1. 土川のS・Aの分類構造

以上の研究の流れについて下山<sup>57)</sup>は、「いずれの論者も新種の障害としてのその臨床的概念の有用性を認めており、各研究においてS・Aの分類概念自体が異なっている可能性が強く、それぞれの研究を同次元上で比較することは意味がない」と指摘した上で、さらに「既存の精神障害の分類に単純に収まるといった障害ではない」ともしており、これを受けてS・Aの3次元構造モデルを提唱しており、その要点をまとめたものが表1-6である。「①悩まない行動障害」、「②悩めない心理障害」、「③自立適応強迫性格」の3次元から捉えており、Waltersの提唱した概念からこれまでの日本における研究を統合した概念の構造化を行っている。

表 1-6 下山の S・A の 3 次元 (行動、心理、性格) 構造モデル

① 「悩まない」行動障害 (回避、否認、分裂)

i.回避 困難が予想される状況 (例: 失敗する、恥をかく、責められる等) を回避し、葛藤場面に直面をしない。ただし、全面的に現実を回避してしまうことはない。日常生活において、一日中ボーっとしていたり、昼夜逆転したりすることもあるが、本人が脅かされない事柄 (例: パソコン、ゲーム、パチンコ、アルバイト等) については、優れた行動力を示すことがある。

ii.否認 自らが陥っている困難な状況に関して、その事実経過は認めても、それを自らが対処していかなければならない深刻な状況として受けとめ (られ) ない。

iii.分裂 他者との間で問題解決のための行動をとることを安易に約束する。しかし、授業に出なければならない、試験を受けなくてはならないといった困難な状況に実際になった場合には、以前と変わらない回避行動を繰り返す。しかもそのような一貫性のない行動をとったことを反省できず、何回も同じことを繰り返す。

② 「悩めない」心理障害 (自分のなさ、実感のなさ、張りのなさ)

i.自分のなさ (自己不確実) 自分が心からやりたいことを意識できない。基本的に自己の欲求という発想がないため、自己の欲求がないことさえも自覚できない。周囲の期待や批判に敏感に反応するが、内的欲求に基づく自己主張や自己決断が求められる場面には対応できない。

ii.実感のなさ (アンヘドニア) やる気がしない、面白くないといった状態が慢性化し、意欲の減退がみられる。生き生きとした快感が失われ、活気が乏しくなっている。しかし、不安、抑うつ、離人感とは異なり、苦痛や違和感がないので、心理的問題として自覚されることはない。

iii.張りのなさ (時間拡散) 一日中ボーっとしているなど張りのない生活をしているにもかかわらず、焦りを継続してもつことはない。昼夜逆転となり、生活リズムが狂い、将来計画だけではなく、翌日の予定もはっきりしないといった、時間的展望が拡散した状態が続く。

③ 「自立適応強迫」性格 (強迫性、受動的適応性、自己愛的自立性)

i.きちんとしていたい性格 (強迫性) 病的な強迫症状はなく、几帳面、律儀、凝り性といったやや硬い性格で日常場面ではまじめで礼儀正しく、きちんとした態度を示す。しかし、困難な状況に直面した場合は、自らの失敗を認めない防衛的完全癖となり、融通性のない対応を繰り返す要因になる。

ii.場の期待に合わせる性格 (受動的適応性) 他者に対しては協調的で、自己主張的行動をしない。周囲の期待に順応してきた適応的な生活史がみられる。困難な状況に直面した場合には、順応性、協調性が受動性となり、困難を回避するという消極的方法を繰り返すだけとなる。

iii.情緒的に依存しない性格 (自己愛的自立性) 適応的で自立している自己像に固執するため、自己に対しての否定的評価や非難に敏感に反応し、自立適応的な自己像が保てない場面を先取りして回避する。困難な場面でも自立性に自己愛的に固執し、他者に対して情緒的に依存することはない。

下山<sup>57)</sup>

## 第2節 抑うつについて

### (1) 抑うつの概念および診断基準

抑うつとは、一時的気分から慢性的障害までを包括する幅広い用語であるが、国際的な分類としては、APA による「精神疾患の診断と統計マニュアル第 4 版の改訂版 (The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders-Fourth Edition Text Revision ; 以下 DSM-IV-TR)」<sup>1)</sup> と WHO の「国際疾病分類第 10 版 (International Classification of Diseases, Tenth Revision ; 以下 ICD-10)」<sup>69)</sup> の 2 つがある。これらの国際分類にある「う

うつ病」に該当するものとして、DSM-IV-TR では「大うつ病エピソード」、ICD-10 では「うつ病エピソード」という名称が用いられている。それぞれの診断基準を表 2-1、2-2 に示す。

表 2-1 DSM-IV-TR におけるうつ病の診断基準

296.2 大うつ病エピソード (Major Depressive Episode)

- A. 以下の症状のうち 5 つ (またはそれ以上) が同じ 2 週間の中に存在し、病前の機能からの変化を起こしている。これらの症状のうち少なくとも 1 つは、(1) 抑うつ気分、あるいは (2) 興味または喜びの喪失である。
1. その人自身の言明 (例: 悲しみまたは、空虚感を感じる) か、他者の観察 (例: 涙を流しているように見える) によって示される、ほとんど 1 日中、ほとんど毎日の抑うつ気分。
  2. ほとんど 1 日中、ほとんど毎日のすべて、またはほとんどすべての活動における興味、喜びの著しい減退 (その人の言明、または他者の観察によって示される)。
  3. 食事療法をしていないのに、著しい体重減少、あるいは体重増加 (例: 1 か月で体重の 5% 以上の変化)、またはほとんど毎日の食欲の減退または増加。
  4. ほとんど毎日の不眠または睡眠過多。
  5. ほとんど毎日の精神運動性の焦燥または制止 (他者によって観察可能で、ただ単に落ち着きがないとか、のろくなったという主観的感覚ではないもの)。
  6. ほとんど毎日の易疲労性、または気力の減退。
  7. ほとんど毎日の無価値観、または過剰であるか不適切な罪責感 (妄想的であることもある。単に自分をとがめたり、病気になったことに対する罪の意識ではない)。
  8. 思考力や集中力の減退、または決断困難がほとんど毎日認められる (その人自身の言明による、または、他者によって観察される)。
  9. 死についての反復思考 (死の恐怖だけではない)、特別な計画はないが反復的な自殺念慮、自殺企図、または自殺するためのはっきりとした計画。
- B. 症状は混合性エピソードの基準を満たさない。
- C. 症状は、臨床的に著しい苦痛、または、社会的、職業的、または他の重要な領域における機能の障害を引き起こしている。
- D. 症状は、物質 (例: 乱用薬物、投薬) の直接的な生理学的作用、または、一般身体疾患 (例: 甲状腺機能低下症) によるものではない。
- E. 症状は死別反応ではうまく説明されない。すなわち愛するものを失った後、症状が 2 か月を超えて続くか、または、著名な機能不全、無価値観への病的なとらわれ、自殺念慮、精神病性の症状、精神運動抑止があることで特徴づけられる。

APA<sup>1)</sup>

表 2-2 ICD-10 におけるうつ病の診断基準

**F32 うつ症状エピソード**

以下に記述される 3 種類すべての典型的な抑うつエピソード (軽症、中等症、および重症) では、患者は通常、抑うつ気分、興味と喜びの喪失、および活力の減退による易疲労感の増大や活動性の減少に悩まされる。わずかに頑張ったあとでも、ひどく疲労を感じるこがふつである。他の一般的な症状には以下のものがある。

- A. 集中力と注意力の減退。
- B. 自己評価と自信の低下。
- C. 罪責感と無価値観 (軽症エピソードであってもみられる)。
- D. 将来に対する希望のない悲観的な見方。
- E. 自傷あるいは自殺の観念や行為。
- F. 睡眠障害。
- G. 食欲不振。

気分の落ち込みは日による変化が少なく、しばしば環境に対しても無反応であるが、しかし、日がたつにつれて特有な日内変動を示すことがある。躁病エピソードと同じように、臨床像には明らかに個人差があり、とくに思春期には非定型的な症状を示すこがふつである。症例によっては、時こ不安、苦惱および精神運動性の激越が抑うつ症状よりも優勢であったり、易刺激性、過度の飲酒、演技的行動、そして以前から存在していた恐怖症や強迫症状の増悪、あるいは心気症的とらわれなどの症状が加わるこによって、気分の変化が隠されたりするこがある。うつ病エピソードは、重症度の如何に關係なく、ふつう少なくとも 2 週間の持続が診断に必要とされるが、もし症状がきわめて重症で急激な発症であれば、より短い期間であってもかまわない。上記症状のいくつかが際立っていたり、特別に臨床的な意義があると広く認められている特長的な症状を現すようになるこがある。このような「身体性」症状の最も典型的な例は、次のものである。ふつうは楽しいと感じる活動に喜びや興味を失うこ。ふつうは楽しむこができる状況や出来事に対して情動的な反応性を欠くこ。朝の目覚めがふだんより 2 時間以上早いこ。午前中に抑うつが強いこ。明らかに精神運動静止あるいは焦燥が客観的に認められるこ(他人から気づかれたり報告されたりするこ)。明らかに食欲の減退、体重減少(過去 1 ヶ月間で 5%以上と定義されるこが多い)。明らかに性欲の減退。通常、この身体性症候群は、これらの症状のうちおよそ 4 項目が明らかに認められた場合、存在するとみなされる。

**F32.0 軽症うつ病エピソード (Mild depressive episode)**

抑うつ気分、興味と喜びの喪失、および易疲労性が通常うつ病にとって最も典型的な症状とみなされており、これらのうちの少なくとも 2 つ、さらにうつ病エピソードに記載された他の症状のうちの少なくとも 2 つが、診断を確定するために存在しなければならない。いかなる症状も著しい程度であってはならず、エピソード全体の最小の持続期間は約 2 週間である。軽症うつ病エピソードの患者は、通常、症状に悩まされて日常の仕事や社会的活動を続けるのこにいくぶん困難を感じるが、完全に機能できなくなるまでのこはない。

**F32.1 中等症うつ病エピソード (Moderate depressive episode)**

上記の軽症うつ病エピソードに上げたもつとも典型的な 3 症状のうち少なくとも 2 つ、さらに他の症状のうち少なくとも 3 つ(4 つが望ましい)が存在しなければならない。いくつかの症状は著しい程度にまでなる傾向を持つが、もし全体的で広汎な症状が存在するならば、このこは必要事項ではない。エピソード全体の最小の持続期間は約 2 週間である。中等症うつ病エピソードの患者は、通常社会的、職業的あるいは家庭的な活動を続けるのこがゆかり困難になるであろう。

**F32.2 精神病症状をともなわない重症うつ病エピソード (Severe depressive episode without psychotic symptoms)**

重症うつ病エピソードでは、制止が顕著でなければ、患者は通常かなりの苦悩と激越を示す。自尊心の喪失や無価値観や罪責感をもちやすく、特に重症な症例では際立って自殺の危険が大きい。重症うつ病エピソードでは身体症状はほとんど常に存在すると推定される。軽症および中等症うつ病エピソードについて述べた典型的な 3 症状のすべて、さらに少なくとも他の症状のうちの 4 つ、そのうちのいくつかが重症でなければならない。しかしながら、もし激越や精神運動制止などの重要な症状が顕著であれば、患者は多くの症状を詳細に述べるこをすすんでしようとしないう、あるいはできないかもしれない。このような場合でも全体的に、重症エピソードとするのが妥当であろう。うつ病エピソードは通常、少なくとも約 2 週間持続しなければならないが、もし症状が極めて重く急激な発症であれば、2 週間未満でもこの診断をつけてよい。重症うつ病エピソードの期間中、患者はごく限られた範囲のものを除いて、社会的、職業的あるいは家庭的な活動を続けるこがほとんどできない。

**F32.3 精神病症状をともなう重症うつ病エピソード (Severe depressive episode with psychotic symptoms)**

上記の診断基準(精神病症状をともなわない重症うつ病エピソード)を満たす重症うつ病エピソードであり、妄想、幻覚あるいはうつ病性昏迷が存在する。妄想は通常、罪業、貧困、切迫した災難、患者が引き受けた責任に関するものである。幻聴や幻臭は通常、中傷や非難の声、腐った汚物や腐敗した肉の臭いのようなものである。重い精神運動制止は混乱にいたるこがある。もし必要ならば、幻想や幻覚が気分と一致するかどうかを特定するこができる。

## (2) 抑うつと学習性無気力感理論との関係

抑うつの視点から研究として代表されるものに学習性無力感の理論<sup>52)</sup>を扱った研究がある。学習性無力感とは「随伴性」、「認知」、「行動」の3つの基本的要素から成り立っている理論である。詳しい概要については表2-3に示す。また、学習性無力感とうつ病がほとんど同じものとして扱われてきたが、一つのエビデンスとしてそれぞれを比較したものを表2-4に示す。これを見るとほとんどの項目で同じ内容が並び、同様の概念であるとされたことがうなずける。

表2-3 学習性無力感理論における3つの基本的要素

①随伴性 (contingency)
個人の行為と期待する結果との客観的関係である。ここでもっとも重要な随伴性はコントロール不可能性である。すなわち、個人の行為と結果との間のランダムな関係である。コントロール不可能性と対比する随伴性はコントロール可能性であり、この場合には、個人の行為によっていつでも結果が伴われる。
②認知 (cognition)
個人が随伴性を知覚したり、説明したり、推測する仕方を示す。認知の仕方はこれら3つの段階から成り立つ。1つは、随伴性を個人が知覚する段階である。随伴性の知覚は正確な場合もあるし、不正確であることもある。例えば、コントロール可能な出来事をコントロール不可能なものとして認知するかもしれないし、あるいはこの逆も起こり得る。次は、知覚したものを説明する段階である。失敗の原因を不運であったとか、自分が馬鹿だったからと人は説明するだろう。最後の段階は、知覚と説明に基づいて、将来に対する期待を抱く段階である。もし失敗が自分の愚かさのために起こったと信じた個人は、知力が必要な状況では自分はまた失敗するだろうと予想する。
③行動 (behavior)
(非)随伴性の観察可能な結果とそれについての個人の認知を指す。典型的な学習性無力感の実験の場合、受動性と活動性の測定は個人がコントロール不可能性を初めに体験した状況とは異なるところで行われる。そこでは、状況をコントロールすることが可能な行為を放棄するか、あるいは失敗するのかに注目する。また、学習性無力感の理論は個人の将来の期待と同様に、認知の歪みや自尊心の低下、悲嘆、攻撃性の喪失免疫系の変化、身体的疾患など付随的な結果が起こることを予想する。

Peterson, Maier & Seligman<sup>49)</sup>

表2-4 学習性無力感と抑うつ症状の比較

	学習性無力感	うつ病
症状	受動性 認知障害 自尊心の障害 悲哀、敵意、不安 食欲低下 攻撃性の減退 不眠 ノルエピネフリンとセロトニンの枯渇	受動性 負の認知的3要素 自尊心の低下 悲哀、敵意、不安 食欲低下 攻撃性の減退 不眠 ノルエピネフリンとセロトニンの枯渇
原因	反応は結果と独立しているという学習された信念	反応しても効果がないだろうという一般的信念
治療	反応しても無駄であるという信念を変えること 電撃療法 (ECT)、抗うつ薬 REM睡眠の遮断 時間	認知・行動療法 電撃療法 (ECT)、抗うつ薬 REM睡眠の遮断 時間
予防	免疫	非脆弱性 (打たれ強さ)

Peterson, Maier & Seligman<sup>49)</sup>

### 第3節 アスリート・バーンアウトについて

#### (1) アスリート・バーンアウトの研究の位置づけ

バーンアウト症候群 (Burnout syndrome) は、主として対人専門職に認められた、長い間の目標への献身が十分に報いられなかった時に生じる情緒的・身体的消耗感とされており、1974年にアメリカの精神分析医 Freudenberger<sup>9)</sup> が、自らのクリニックのスタッフに認めた現象を報告したのが発端である。その後、教師、看護師、ソーシャル・ワーカー、アスレチック・トレーナー、コーチなどといった対人サービスを行う職種を対象とした研究が行われている。この現象をアスリートに適用し、アスリートが記録の停滞、試合での敗北、怪我などによる無気力、抑うつといった心理的問題に援用したものが、A・Bである。

A・Bの研究に関しては、理論的分析研究によりエビデンスを重ねる米国と個々のアスリートの実践的研究としてA・Bとなるまでのプロセスを重視する日本とではA・Bの解釈や研究手法に相違が見られている<sup>76)</sup>。

#### (2) アスリート・バーンアウトの概念

A・Bの概念の定義に関しては、Raedeke & Smith<sup>46)</sup>がMaslach & Jackson<sup>33)</sup>のバーンアウト研究の定義を援用している。この定義の基盤には「感情的消耗感」、「脱人格化」、「個人的達成感の低下」の3つの症状があり、この3つについてそれぞれ「身体的・感情的消耗感」、「アスリートの達成感の低下」、「スポーツ価値の低下」としている。「身体的・感情的消耗感」とは、身体的・情緒的に力を出し尽くし、消耗してしまった状態を指し、また、「アスリートの達成感」とは、アスリートとしての能力やパフォーマンスにおける達成感の低下を指している。さらに、「スポーツ価値の低下」はアスリートが自分のパフォーマンスを気にならなくなったり、スポーツに対して恨みを抱いたりする状態を指している。この3つの症状が基本的な概念である。

A・Bは単に競技成績の低下やスポーツからの離脱といった問題に終わるものではなく、対人関係や学生競技者の修学上の問題、精神衛生といった日常生活の様々な領域に波及する<sup>30)</sup>とされている。

#### (3) アスリート・バーンアウトのプロセス

ここではA・Bのプロセスを重視する日本の研究として、A・Bの発生機序に関する研

究がある<sup>39)</sup>。図2はその発生機序を示すものであり、縦軸が出来事の発生場所、横軸が時間の経過を示しており、競技での成功体験からバーンアウト、さらには精神病理学的問題までのプロセスが描かれている。

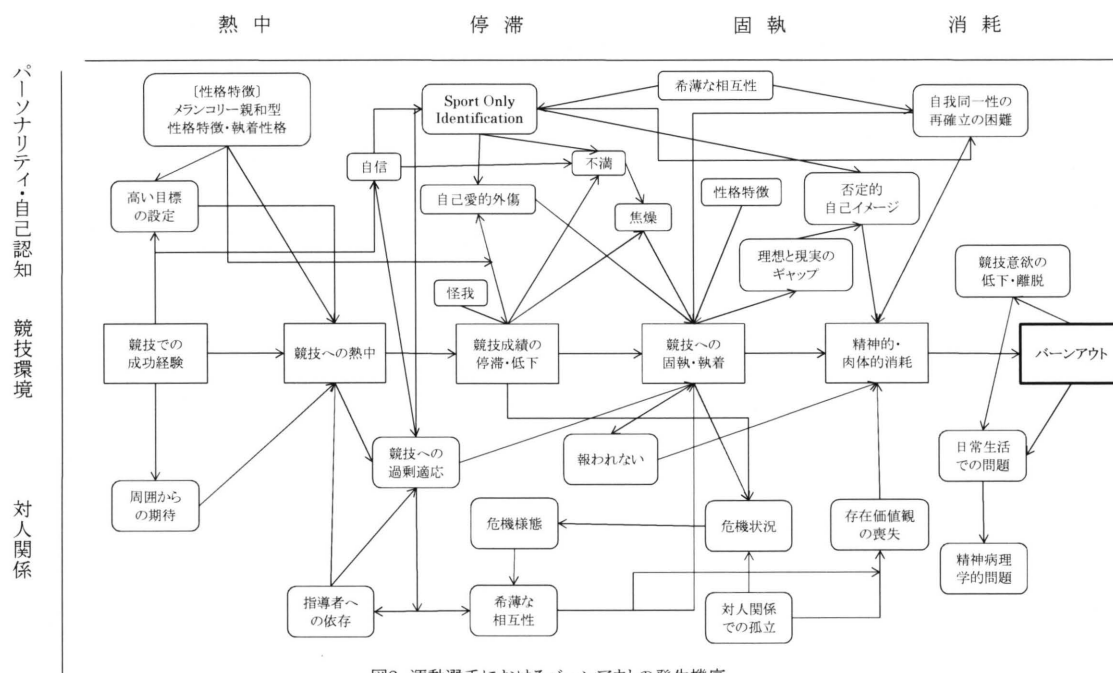


図2. 運動選手におけるバーンアウトの発生機序

中込・岸<sup>39)</sup>

#### 第4節 レジリエンスについて

##### (1) レジリエンスの概念

レジリエンスは、「弾力性」や「回復力」などと訳されるが、その概念は解釈の仕方によりその定義は多岐にわたる。レジリエンスの概念を初めに示した Rutter<sup>47)</sup>によれば「深刻な危険性にもかかわらず、適応的な機能を維持しようとする現象」と定義している。また、Grotberg<sup>11)</sup>は「逆境に直面した時にそれを克服し、その経験によって、強化される場合や変容される人が持つ適応力である」としている。このように個人内特性に着目した定義はこの他にも多い。

そして、Luthar, Cicchetti & Becker<sup>30)</sup>は「レジリエンスは深刻な逆境の中で肯定的な適応を包含する力動的な過程」としている。これらの定義はレジリエンスの変化の過程に着目した定義である。そして、変化の過程をも含む包括的な概念を「結果」として示した定義として、Rutter<sup>48)</sup>は「個人が高いリスク下で、発達的に肯定的な結果を示すこと」としている。



さらに、以上を包括して Masten, Best & Garmezy<sup>34)</sup> は「困難で脅威的な状況にもかかわらず、うまく適応する過程・能力・結果」としている。

## (2) レジリエンスの性質

小塩・中谷・金子・長峰<sup>42)</sup> は、レジリエンスを精神的回復力とし、苦痛ライフイベントの経験数が多い場合は、自尊心が高いと精神的回復力も高くなることを示唆している。また森・清水・石田・富永・Chok<sup>38)</sup> は、レジリエンスの高いものは自己教育力が高いとしている。さらに平野<sup>12)</sup> は、レジリエンスには資質的な性質の強いレジリエンス要因と、獲得的な性質の強いレジリエンス要因があると示唆しており、レジリエンスを高める際には、資質的要因として個人差を踏まえた有用な介入の在り方や、獲得的要因として後天的なレジリエンスの身に付け方を探求していくことを課題としている。この他にも様々な研究から、レジリエンスの自尊感情や自己教育力、他の心理特性とレジリエンスの関連性が明らかにされている。

## 第5節 スチューデント・アパシーと抑うつとの識別について

S・A と抑うつとの識別に関して、臨床的な観点から Walters<sup>68)</sup> は、S・A は「外界の愛情を掴み取ろうとせず、外界を拒否する」点で抑うつとは区別できるとしている。笠原<sup>19)</sup>、笠原・成田<sup>23)</sup> も、同様の観点から「S・A は愛の対象をもたない、感情の言語化ができない、治療の動機づけがない」といった点で特異的であるので、両者の区別は可能であるとしている。

また、遠田・河村<sup>61)</sup> は質問紙により抑うつ傾向者と S・A 傾向者の間にみられる友人関係の取り方に着目し、抑うつ傾向者は「友人との関わり自体が乏しく、大学内で孤立している状態」であり、S・A 傾向者は「友人とは関わっているものの、関わり方が表面的な関係にとどまっており、自分の内面を開示するような関わりがなされていない」と可能性を示唆している。また、狩野・津川<sup>26)</sup> は、考え込みスタイルにおいて識別を試みたが、S・A 傾向者は否定的・分析的に考え込むことが少ないのに対して、抑うつ傾向者はどちらも高いと示唆している。

これらの臨床的な研究、ないし調査研究によって S・A と抑うつとを識別することは可能であるとされる。

## 第6節 抑うつとアスリート・バーンアウトとの関連

バーンアウトの症状として、抑うつ、自尊心の低下、絶望感、感情の鈍麻、気分の変動といったうつ病に類似した症状あるいは抑うつ反応を多く認めることができる。バーンアウトの病前性格として、情熱的、仕事熱心、理想主義、完全主義、几帳面、他者志向、強迫傾向 (Edelwich & Brodsky<sup>7)</sup>, Freudenberger<sup>9)</sup>, McConnell<sup>35) 36)</sup>, Pines, Aronson & Kafry<sup>45)</sup>, Shank<sup>53)</sup>) といった特徴があるが、これはうつ病に見られる Tellenbach<sup>59)</sup>のメランコリー親和型性格の特徴とほとんど同じと考えられる<sup>27)</sup>。A・Bについても同様の病前性格である<sup>39)</sup>として考えられるため、抑うつと重なる部分があると示唆される。

### 第3章 研究目的

#### 第1節 分類に用いる無気力の定義

本研究は体育系大学生の無気力を分類するために、「S・A 傾向」、「抑うつ」、「A・B」を扱うものであるため、それぞれの概念ないし状態像について定義づけ、本研究における位置づけを明確化しておく。まず、「S・A 傾向」についてであるが、鉄島<sup>60)</sup>はアパシー傾向の定義として、「精神病の無気力と異なり、心理的原因で主として学生の本業である学問に対して意欲の減退を示すこと」と定義づけており、これは後に下山<sup>57)</sup>が「障害としての S・A」と「一般学生のアパシー傾向」との識別をすべきであるという指摘を支持する定義である。そのため、本研究における「S・A 傾向」についても、同様の定義を用いる。また、「抑うつ」についてであるが、DSM-IV-TR<sup>61)</sup>における「大うつ病エピソード」を抑うつの概念として説明する研究<sup>24)25)26)</sup>が多いことから、本研究においてもこの概念を定義として用いることとする。そして、「A・B」についてであるが、A・B に関してはこれまでのところ明確な定義は存在していない。明確な定義が存在しない理由として、A・B を一症状として捉える米国とプロセスとして捉える日本とでは、A・B の捉え方が異なっていることなどが挙げられるが、症状としては大きな差異がない点も挙げられる。それは、「身体的・感情的消耗感」、「アスリートの達成感の低下」、「スポーツ価値の貶下」が示す諸症状である。したがって本研究においては、A・B を「身体的・感情的消耗感、アスリートの達成感の低下、スポーツ価値の貶下」を示すことと定義とする。以上の理由から本研究においてはこれらの定義を用いることとする。

#### 第2節 体育系大学生の無気力の把握

本研究においては体育系大学生を対象として扱う点について言及する。大学生の時期に生じる無気力は多様であり、大学生の特徴が影響することは決して少なくない。例えば、その定義の性質から考えると A・B はスポーツをしていなければ生じない問題であり、一般大学生に A・B が生じることはありえない。このように大学生の専攻する領域などの特徴に応じた無気力の分類をする必要があり、これまでに一般大学生で証明されたことが必ずしも体育系大学生においても同様に証明されるとは限らない。このような理由から本研究においては、一般大学生においてみられる S・A 傾向と抑うつとの識別の研究<sup>24)25)26)61)</sup>で得られた知見を基盤にして、対象を体育系大学生にした場合もそのまま該当するのがあるいは違った傾向がみられるのかなどについて検討する。

### 第3節 体育系大学生の無気力と関連要因の検討

本研究においては S・A 傾向者、抑うつを呈する者それぞれの特徴について、レジリエンス要因を取り上げ、特徴を見出すことを検討する。また、S・A 傾向者に関しては高校時代の学習スタイルを取り上げ、大学生になってからの S・A と高校から学習場面における意欲低下が持続している状態との識別をし、S・A 傾向者の中の「障害としての S・A」の範疇に入る者について考慮する。そして、体育系大学生におこり得る無気力として A・B を取り上げ、A・B と最も関連のあると考えられる抑うつとの関連を検討し、体育系大学における A・B による抑うつについて考慮する。

上記のことをふまえ、本研究では、体育系大学生において S・A 傾向と抑うつとの 2 つの指標を軸として分類し、その分類の妥当性及びその心理的要因について明らかにすることを目的とする。

## 第4章 調査方法

### 第1節 調査手続き

縦断的質問紙法を用い、1年生、2年生のそれぞれで履修しているものが多い教職の授業時間を利用し、授業の進行との兼ね合いから1年生は授業前に、2年生は授業後にそれぞれ全2回の調査を集団で実施した。質問紙は直接配布し、学生にはその場で回答するように求め、回答の後、直接回収を行った。

調査回数を2回とした理由について述べる。本研究では、持続的なS・A傾向や抑うつ気分、A・Bを捉えたいため、質問紙調査であるならば複数回調査をすることが求められる。本来ならば2回の調査の場合では、変動があった時にどちらをベースラインとすべきか判断できないため、2回よりも多く実施すべきである。しかしながら、調査対象者の負担、受講態度、あるいは調査協力を頂いた授業の進行を止めていることなどを考慮すると、3回以上の実施は現実的に厳しいため、本研究では調査を2回と設定した。

### 第2節 調査対象者

体育系大学に通う大学生269名（男性160名、平均年齢19.43、SD=0.80；女性109名、平均年齢19.24、SD=0.74）を対象とした。なお、第1回（Time1）の実施の際に質問紙に回答した487名中有効データ数は368名であり、第2回（Time2）で既述の人数となった。また、学年に関しては1年生124名、2年生145名である。

学年を2年生以下とした理由としてはWaltersの指摘<sup>68)</sup>において、男性の青年期発達の障害であり、特に大学2年生の頃に最も起こりやすいとしているためである。また、下山<sup>55)</sup>は同様の指摘を理由にあげ、さらに2年生ではS・Aになっている可能性が高いことを指摘した上で1年生を対象としているが、青年期の発達には個人差があることを考え、2年生も含めて研究を行った。

### 第3節 調査期間

調査期間は以下の期間に実施した。

Time1 2012年10月上旬～10月中旬

Time2 2012年10月下旬～11月中旬

#### 第4節 調査間隔

調査間隔は1回目の調査を終えてから4週間の間をとり、2回目を実施した。

調査間隔を4週間とした理由について次のとおりである。調査間隔は1週間ごとに行えば、かなり短い期間の無気力や抑うつ気分、バーンアウトを測定していることとなり、この場合“持続している”とは考えにくいことが推測される。逆に数ヶ月としてみまると間隔があきすぎてしまい、無気力や抑うつ気分、バーンアウトの“持続している”ことを捉えることはできても、各状態像として波を捉えきれなくなる可能性が高まってしまうと考えられたため、本研究では4週間と設定した。

#### 第5節 質問紙の構成

##### (1) フェイスシート

性別、学科、年齢、生年月日、兄弟姉妹の有無、高校・大学それぞれの競技種目、競技レベル（国際大会 - 全国大会 - 地方大会 - 県大会 - 地区大会）で構成される。

##### (2) 意欲低下領域尺度 (Passivity Area Scale;以下 PAS, 下山<sup>55)</sup>)

鉄島<sup>60)</sup>のアパシー傾向測定尺度を基に作られ、スチューデント・アパシーの特徴でもある活動内容の違いによって選択的退却が生じる側面を考慮して、意欲低下が生じる場面を大学生の生活領域で分け、領域ごとに意欲低下を測定する尺度を作成している。その下位尺度は、「授業場面における意欲低下 (以下; 授業意欲低下)」、「学業場面における意欲低下 (以下; 学業意欲低下)」、「大学生活場面における意欲低下 (以下; 大学意欲低下)」の3つに分かれ、各下位尺度5項目、計15項目で構成される。得点の評定は「よくあてはまる (4点) - どちらかと言えばあてはまる (3点) - どちらかと言えばあてはまらない (2点) - 全くあてはまらない (1点)」の4段階評定である。得点の範囲は全体として15点 - 60点、各下位尺度としてはともに5点 - 20点であり、得点が高ければ高いほど、意欲低下が生じていると判断される。

##### (3) POMS (Profile of Mood States) における抑うつ - 落ち込み下位尺度 (Depression - Dejection; 以下抑うつ気分; 横山・荒記<sup>77)</sup>)

1週間の抑うつ気分を評価するものとして McNair, Lorr, & Droppleman<sup>37)</sup> によって作成された POMS の日本語版である。全16項目から構成され、得点の評定は「ま

ったくなかった (0 点) —少しあった (1 点) —まあまああった (2 点) —かなりあった (3 点) —非常に多くあった (4 点)」の 5 段階評定である。1 項目ダミーの項目があるため、得点の範囲は 0 点 - 60 点であり、得点が高いほど抑うつ傾向があると判断される。得点を標準化 (T 得点化) したのち、「健常」、「他の訴えとあわせ、専門医を受診させるか否かを判断する」、「専門医を受診を考慮する必要あり」の 3 段階で判定することが可能である。

(4) 運動選手のバーンアウト尺度 (Athletic Burnout Inventory ; 以下 ABI ; 岸・中込・高見<sup>28)</sup>)

対人援助職のバーンアウトを測定するために作成された Maslach & Jackson<sup>33)</sup> の Maslach Burnout Inventory を基に運動選手のバーンアウトの程度や状態を測定するために作成されている。下位尺度と項目数はそれぞれ「競技に対する情緒的消耗感, 8 項目」、「個人的成就感の低下, 5 項目」、「チームメイトとのコミュニケーションの欠如, 3 項目」、「競技への自己投入の混乱, 3 項目」の 4 つの下位尺度、計 19 項目で構成されている。得点の評定は「ない (0 点) —年に数回 (1 点) —月に 1 回 (2 点) —月に数回 (3 点) —週に 1 回 (4 点) —週に数回 (5 点) —ほぼ毎日 (6 点)」の 7 段階評定であり、得点の範囲として全体は 0 点 - 114 点、各下位尺度についてはそれぞれで異なり、前から 0 点 - 48 点、0 点 - 30 点、0 点 - 18 点、0 点 - 18 点である。得点が高いほどバーンアウトの傾向にあると判断される。

(5) 学習への取り組み方に関する尺度 (Learning Style ; 以下 LS ; 岡田ら<sup>40)</sup>)

学生の学習スタイルを知るために、Benesse 教育開発センターの調査にあった学習への取り組み方に関する項目を基に作成されている。大学、高校それぞれについて回答するように求め、下位尺度と項目数はそれぞれ「勤勉的受講態度, 7 項目」、「積極的主張, 4 項目」、「自発的学習, 3 項目」、「計画的学習, 2 項目」の 4 つの下位尺度、計 16 項目で構成されている。得点の評定は「全くあてはまらない (1 点)」—「どちらかと言えばあてはまらない (2 点)」—「どちらかと言えばあてはまる (3 点)」—「とてもあてはまる (4 点)」の 4 段階評定であり、得点の範囲は各下位尺度で異なり、前から 7 点 - 28 点、4 点 - 16 点、3 点 - 12 点、2 点 - 8 点である。

(6) 2次元レジリエンス要因尺度 (Bidimensional Resilience Scale 以下 BRS ; 平野<sup>12)</sup>)

精神的回復力であるレジリエンスを導く要因には、後天的なものとそうでないものの2つに分かれることを想定され、また、レジリエンスを後天的に高める方法を考えるための視座を目的として作成されている。そのため、資質的・獲得的な要因に分けて作成されており、資質的レジリエンス要因として「楽観性」、「統御力」、「社交性」、「行動力」、獲得的レジリエンス要因として「問題解決志向」、「自己理解」「他者理解」の計7つの下位尺度から構成され、各項目数はそれぞれ3項目、計21項目である。得点の評定は「まったくあてはまらない (1点)」－「あまりあてはまらない (2点)」－「どちらともいえない (3点)」－「ややあてはまる (4点)」－「よくあてはまる (5点)」の5段階評定であり、得点の範囲として資質的レジリエンス要因は12点 - 60点、獲得的レジリエンス要因は9点 - 45点である。

(7) Time1、Time2における質問紙の構成

質問紙の構成はTime1とTime2で異なり、Time1では(1)フェイスシート～(6)BRSのすべてで構成され、Time2では(1)フェイスシート～(4)ABIによって構成される。

## 第6節 倫理的配慮

本研究は順天堂大学スポーツ健康科学研究科研究等倫理審査会により承認を得たものである(院 24-37号)。

回答の際に、学生から質問などがある場合は調査者本人に回答を求めるようにした。また、本調査を実施するにあたり、研究の意図や特定の個人が特定できないように配慮すること、情報管理を徹底すること、質問紙への記入は任意であること、記入開始後に継続が困難になった場合は、いつでも調査票の記入を中止できることを十分に説明し、質問紙の「本調査に協力することについて同意していただけますか」という同意の欄の記入を求め、同意したものののみ調査対象とした。

## 第7節 統計処理

まず、有効回答として得られた269名(男性160名、平均年齢19.43, SD=0.80 ; 女性



109名、平均年齢 19.24、SD=0.74) について、本研究で使用した尺度の内的整合性を確認するために、信頼性係数を算出した。なお、PAS 全体と各下位尺度、抑うつ気分、ABI 全体と各下位尺度に関しては、測定を 2 回しているため、その平均値により、信頼性係数を算出している。次に無気力の状態を把握するために、Time1、2 における PAS 全体と各下位尺度、抑うつ気分、ABI 全体と各下位尺度について、全体、性別で平均値と標準偏差を算出し、性別に関しては性差を検討するため t 検定を行い、効果量 d を算出した。3 つ目に、PAS 全体と各下位尺度、抑うつ気分、ABI 全体と各下位尺度における Time1 と Time2 とについて、各尺度同士の関連を検討するために、相関係数を算出した。4 つ目に持続的に学業に対して無気力を呈する群は持続的に抑うつを呈する群と呈しない群に分類することができるかを検討するために、Time1、Time2 の学業意欲低下得点と抑うつ気分得点について、K-means 法による非階層クラスター分析を行った。その後、解釈可能なクラスターについてそれぞれの平均値を標準化した。5 つ目にそれぞれのクラスターの特徴を捉えるために、まず、各クラスターの人数、平均年齢を示し、性別に関しては各クラスターの男女比について  $\chi^2$  検定を行った。その後、各クラスターを独立変数、PAS 全体と各下位尺度、抑うつ気分、ABI 全体と各下位尺度、高校・大学における学習スタイル全体と各下位尺度、BRS の各下位尺度を従属変数として 1 要因 5 水準の分散分析を行い、事後検定として Tukey 法による多重比較を行った。また、分散分析に際し、標本効果量  $\eta^2$ 、母効果量  $\omega^2$  を算出した。6 つ目に、S・A 傾向の高校時代の LS を考慮するために、高校時代の LS 得点を 3 群化し、その 3 群と各クラスターとをクロス集計し、 $\chi^2$  検定、残差分析を行い、効果量である Cramer's V を算出した。なお、高校時代の LS の 3 群化については平均値  $\pm 1/2SD$  によって行った。その後、S・A 傾向群に関して、高校時代の LS の 3 群を独立変数、PAS 全体と各下位尺度、抑うつ気分、ABI 全体と各下位尺度、高校・大学における学習スタイル全体と各下位尺度、BRS の各下位尺度を従属変数として 1 要因 5 水準の分散分析を行い、事後検定として Tukey 法による多重比較を行った。また、分散分析に際し、標本効果量  $\eta^2$ 、母効果量  $\omega^2$  を算出した。最後に、抑うつがあるものの A・B 傾向を考慮するために、ABI 得点を 3 群化し、その 3 群と各クラスターとをクロス集計し、 $\chi^2$  検定、残差分析を行った。なお、ABI の 3 群化については、Time1、Time2 の ABI 得点の平均得点を算出したのち、平均値  $\pm 1/2SD$  によって行った。

分析に際して得られた効果量に関しては Cohen<sup>6)</sup> の「効果量の目安」を参考とした。なお分析に関して、IBM SPSS Statistics ver.19.0、Microsoft Excel 2010 を用いた。

## 第5章 結果

### 第1節 各尺度の信頼性

本研究で使用した尺度の内的整合性を確かめるために、信頼性係数を算出した(表3)。なお、PAS 全体と各下位尺度、抑うつ気分、ABI 全体と各下位尺度に関しては、測定を2回しているため、その平均値で信頼性係数を算出した。その結果、獲得時レジリエンスの「自己理解」において0.319と低い値がみられ、また、資質的レジリエンスの「統御力」において0.516と高くない値がみられたが、それ以外の各尺度全体と各下位尺度において安定した高い値であった。したがって、一部の下位尺度を削除することは尺度全体の構成に影響するため、これ以降の分析について各尺度全体と各下位尺度を用いることとした。

表3. 各尺度の信頼性係数

尺度	$\alpha$	尺度	$\alpha$	尺度	$\alpha$
PAS	0.850	LS(高校)	0.886	資質的レジリエンス要因	0.877
学業意欲低下	0.774	勤勉的受講態度(高校)	0.824	実観性	0.771
授業意欲低下	0.830	積極的主張(高校)	0.857	統御力	0.516
大学意欲低下	0.771	自発的学習(高校)	0.827	社交性	0.882
抑うつ気分	0.960	計画的学習(高校)	0.753	行動力	0.796
ABI	0.908	LS(大学)	0.888	獲得的レジリエンス要因	0.755
競技に対する情緒的消耗感	0.919	勤勉的受講態度(大学)	0.812	問題解決志向	0.685
個人的成就感の低下	0.874	積極的主張(大学)	0.846	自己理解	0.319
チームメイトのコミュニケーションの欠如	0.893	自発的学習(大学)	0.852	他者心理の理解	0.708
競技への自己投入の混乱	0.835	計画的学習(大学)	0.761		

### 第2節 スチューデント・アパシー、抑うつ気分、アスリート・バーンアウトの各下位尺度における平均値、標準偏差と性差

まず、無気力の状態を把握するために、Time1、2におけるPAS 全体と各下位尺度、抑うつ気分、ABI 全体と各下位尺度について、全体、性別ごとに平均値と標準偏差を示し、性別に関しては性差を検討するためにt検定を行い、効果量dを算出した(表4)。その結果、まず、全体としては、PAS 下位尺度の「学業意欲低下」において得点の範囲の半分を超えており、それ以外のPASの各下位尺度については得点の範囲の半分以下の得点を示した。次に抑うつ気分については得られた得点から標準得点算出すると、「健常」であった。そしてABIについてはその下位尺度である「個人的成就感の低下」において、得点の範囲の半分に近い得点を示した。また性別に関して着目すると、PAS 全体と各下位尺度では男性が、抑うつ気分では女性がそれぞれ高い値を示し、ABIに関しては、個人的成就感の低下のTime1 以外は男性が高い値を示しているが、性差に関してはPAS 全体とその下位尺度の「授業意欲低下」、「大学意欲低下」においてTime1、Time2のいずれも有意差がみられ、PAS 下位尺度の「学業意欲低下」のTime2、ABI 下位尺度の「競技への自己投入の混乱」のTime2においても有意差が確認できる。また、効果量dに関しては、有意差の確認でき

た尺度においては少なくとも小さな効果量を確認できるため、少なくとも小さな実質的な差があることが示された。しかしながら、これら以外の尺度に関しては、有意差はみられず、効果量も決して大きくないため、本研究において性差は考慮せず、これ以降の分析に関して、男女全体で分析をすることとした。

表4. Time1、Time2におけるPAS全体と各下位尺度、抑うつ気分、ABI全体と各下位尺度の平均値、標準偏差と性差

尺度名	全体 (N=269)		男性 (N=160)		女性 (N=109)		t	p	Cohen's d
	M	SD	M	SD	M	SD			
学業意欲低下 Time1	11.67	2.93	11.84	2.97	11.41	2.87	1.17	.244	.150
学業意欲低下 Time2	11.97	2.91	12.34	3.00	11.44	2.71	2.50	.013	.310
授業意欲低下 Time1	8.80	3.20	9.32	3.53	8.03	2.45	3.54	<.001	.410
授業意欲低下 Time2	8.83	3.01	9.33	3.31	8.11	2.33	3.53	<.001	.410
大学意欲低下 Time1	8.80	2.83	9.45	2.98	7.85	2.30	4.95	<.001	.590
大学意欲低下 Time2	8.82	2.62	30.61	6.84	27.29	5.43	4.42	<.001	.530
PAS Time1	29.26	6.50	9.53	2.74	7.79	2.03	5.96	<.001	.700
PAS Time2	29.63	6.55	31.19	6.78	27.34	5.45	5.14	<.001	.620
抑うつ気分 Time1	13.20	12.45	12.55	12.52	14.16	12.34	1.04	.300	.130
抑うつ気分 Time2	13.15	12.51	12.06	12.31	14.74	12.69	1.73	.084	.220
競技に対する情緒的消耗感 Time1	14.37	11.23	15.21	11.66	13.13	10.50	1.50	.135	.190
競技に対する情緒的消耗感 Time2	13.36	11.15	13.56	11.04	13.07	11.35	0.35	.728	.040
個人的成就感の低下 Time1	14.49	7.51	14.46	7.54	14.55	7.50	0.10	.920	.010
個人的成就感の低下 Time2	14.48	7.31	14.83	7.32	13.97	7.29	0.94	.348	.120
チームメイトとのコミュニケーションの欠如 Time1	4.09	4.33	4.32	4.50	3.75	4.05	1.05	.293	.130
チームメイトとのコミュニケーションの欠如 Time2	3.61	4.21	3.96	4.22	3.11	4.16	1.62	.106	.200
競技への自己投入の混乱 Time1	4.47	4.54	4.83	4.76	3.95	4.18	1.55	.123	.190
競技への自己投入の混乱 Time2	5.34	4.85	6.02	4.95	4.34	4.53	2.83	.005	.350
ABI Time1	37.42	19.66	38.81	20.34	35.39	18.51	1.41	.161	.180
ABI Time2	36.79	20.12	38.36	20.50	34.50	19.40	1.55	.123	.190

df=267 \*p<.05. \*\*p<.01. \*\*\*p<.001.

### 第3節 スチューデント・アパシー、抑うつ気分、アスリート・バーンアウトの各下位尺度同士における Time1 と Time2 との関連

PAS 全体と各下位尺度、抑うつ気分、ABI 全体と各下位尺度における Time1 と Time2 とについて、各尺度同士の関連を検討するために、相関係数を算出した (表 5)。その結果、各尺度同士における Time1 と Time2 との相関係数において、すべての尺度で 0.500 をこえる有意な正の相関であったため、各尺度同士における Time1 と Time2 との回答が半数以上は同じ回答であることが示された。

表5. PAS下位尺度、抑うつ気分、ABI下位尺度におけるTime1とTime2との相関分析結果

	学業意欲低下 Time2	授業意欲低下 Time2	大学意欲低下 Time2	PAS Time2	抑うつ気分 Time2	競技に対する情緒的消耗感 Time2	個人的成就感の低下 Time2	チームメイトとのコミュニケーションの欠如 Time2	競技への自己投入の混乱 Time2	ABI Time2
学業意欲低下 Time1	0.727 ***	0.276 ***	0.224 ***	0.541 ***	-0.054	0.027	0.065	0.072	0.183 **	0.108
授業意欲低下 Time1	0.429 ***	0.581 ***	0.364 ***	0.604 ***	-0.002	0.058	0.055	0.057	0.197 **	0.111
大学意欲低下 Time1	0.255 ***	0.209 **	0.614 ***	0.455 ***	0.051	0.161 *	0.225 ***	0.216 ***	0.342 ***	0.293 ***
PAS Time1	0.649 ***	0.502 ***	0.547 ***	0.739 ***	-0.003	0.106	0.167 **	0.154 *	0.328 ***	0.231 ***
抑うつ気分 Time1	-0.013	0.109	0.190 **	0.121 *	0.639 ***	0.484 ***	0.141 *	0.426 ***	0.059	0.432 ***
競技に対する情緒的消耗感 Time1	0.196 **	0.190 **	0.243 ***	0.258 ***	0.295 ***	0.715 ***	0.134 *	0.496 ***	0.224 ***	0.596 ***
個人的成就感の低下 Time1	0.057	0.063	0.308 ***	0.196 **	0.251 ***	0.162 **	0.690 ***	0.259 ***	0.448 ***	0.470 ***
チームメイトとのコミュニケーションの欠如 Time1	0.094	0.179 **	0.271 **	0.232 **	0.390 ***	0.429 ***	0.240 ***	0.607 ***	0.272 ***	0.517 ***
競技への自己投入の混乱 Time1	0.175 **	0.120 *	0.406 ***	0.296 ***	0.139 *	0.107	0.475 ***	0.240 ***	0.601 ***	0.427 ***
ABI Time1	0.193 **	0.200 **	0.410 ***	0.342 ***	0.359 ***	0.599 ***	0.498 ***	0.559 ***	0.498 ***	0.733 ***

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

#### 第4節 スチューデント・アパシー傾向、抑うつ気分の2軸による無気力の分類

次に、持続的に学業に対して無気力を呈する群は持続的に抑うつを呈する群と呈しない群に分類することができるかどうかを検討するために、Time1、Time2それぞれの学業意欲低下得点と抑うつ気分得点について、K-means法による非階層クラスター分析を行った。そして、解釈可能性を考慮して5クラスターを採用し、各クラスターのTime1、Time2における学習意欲低下得点、抑うつ気分得点の標準化された平均値を示した(図3)。なお、標準化された得点に関しては、基準点数を0とし、プラスだと全体の平均よりもその傾向が高く、マイナスだと全体の平均よりもその傾向が低くなるように示している。図3を参照し、各クラスターについて命名する。第1クラスターは、学習意欲低下得点はほとんど平均であるが、抑うつ気分得点に関してはTime1が平均よりも高く、Time2になるとほとんど平均と変わらないことから、「抑うつ減少群」とした。第2クラスターは、Time1、Time2ともに学習意欲得点が高く、抑うつ気分得点が低いことから、「S・A傾向群」とした。第3クラスターは、学習意欲低下得点はほとんど平均であるが、抑うつ気分得点は、Time1はほとんど平均と変わらないが、Time2になると平均よりも高くなることから、「抑うつ増加群」とした。第4クラスターは、学習意欲低下はTime1、Time2ともに低いが、抑うつ気分得点はともに他のクラスターの中でも最も高いことから、「高抑うつ群」とした。第5クラスターは、すべての得点がマイナスであったことから、「高意欲群」とした。

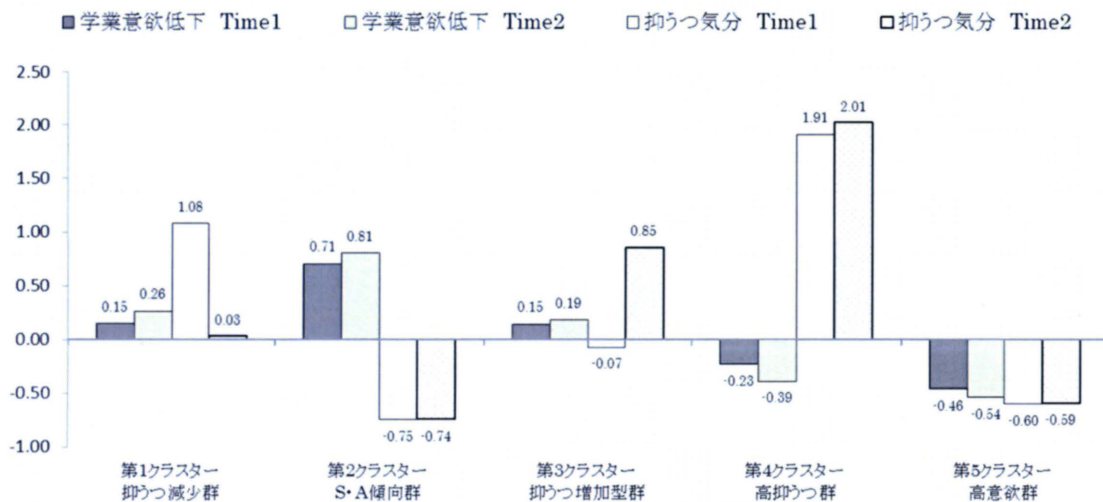


図3. 各クラスターのTime1、Time2における学業意欲低下得点、抑うつ気分得点の標準化された平均値

## 第5節 各クラスターの特徴

### (1) 各クラスターの人数、平均年齢と男女比

それぞれのクラスターの特徴を捉えるために、まず、各クラスター的人数、平均年齢を示し、性別に関しては各クラスターの男女比について  $\chi^2$  検定を行った (表 6)。その結果、人数としては高意欲群が最も多く 36.1% であり、各クラスターにおける男女比による有意差はみられなかったが、効果量である Cramer's V=.120 であったため、各クラスターと性別との間には小さな連関があることが示された。

表6.各クラスターにおける全体の人数、平均年齢と男女比による $\chi^2$ 検定結果

	①抑うつ減少群		②S・A傾向群		③抑うつ増加型群		④高抑うつ群		⑤高意欲群	
全体人数(%)	46	(17.1)	51	(19.0)	49	(18.2)	26	(9.7)	97	(36.1)
平均年齢(SD)	19.22	(0.70)	19.18	(0.82)	19.22	(0.69)	19.42	(0.70)	19.56	(0.83)
男性人数(%)	29	(63.0)	35	(68.6)	25	(51.0)	14	(53.8)	57	(58.8)
女性人数(%)	17	(37.0)	16	(31.4)	24	(49.0)	12	(46.2)	40	(41.2)

$\chi^2=3.83, df=4, p=.429, \text{Cramer's } V=0.120$

### (2) 各クラスターにおける各尺度の分散分析、多重比較の結果

それぞれのクラスターの特徴を捉えるために、各クラスターを独立変数、PAS 全体と各下位尺度、抑うつ気分、ABI 全体と各下位尺度、高校・大学における学習スタイル全体と各下位尺度、BRS と各下位尺度を従属変数として 1 要因 5 水準の分散分析を行い、事後検定として Tukey 法による多重比較を行った (表 7)。その結果、ABI の下位尺度である「競技への自己投入」の Time1、大学における学習スタイルの下位尺度である「積極的主張」、BRS の下位尺度である「問題解決志向」において各クラスター間の有意差はみられなかったが、これら以外の尺度に関しては、すべての尺度において少なくとも 5% 水準で有意差が確認された。次に標準効果量  $\eta^2$ 、母効果量  $\omega^2$  に関しては抑うつ気分 Time1、Time2 において大きな効果量が得られたため、各クラスター間の抑うつの気分の差は実質的に大きな差であることが示された。また、母効果量  $\omega^2$  についてはこの他にも、PAS 全体とその下位尺度である「学業意欲低下」、「授業意欲低下」、ABI 全体とその下位尺度である「競技に対する情緒的消耗感」、「チームメイトとのコミュニケーションの欠如」、それぞれの Time1、Time2、大学における学習スタイル全体とその下位尺度である「勤勉的受講態度」、「計画的学習」において少なくとも小さな効果量が得られたため、これらの尺度には各クラスター間で少なくとも実質的に小さな差があることが示された。そして、事後検定として行った多重比較に関しては、分散分析と同様の結果であり、ここでは BRS に着目する

と「資質的レジリエンス」では、抑うつ減少群とS・A傾向群、抑うつ減少群と高意欲群、抑うつ増加群と高意欲群でいずれも前者よりも後者の方が有意に高く、「獲得的レジリエンス」では、抑うつ減少群と高意欲群、抑うつ増加群と高意欲群との間でいずれも前者より後者の方が有意に高かった。

表7.各クラスターにおけるPAS全体と各下位尺度、抑うつ気分、ABI全体と各下位尺度、高校・大学における学習スタイル全体と各下位尺度、BRSの各下位尺度の平均値、標準偏差と分散分析、多重比較の結果

尺度名	①抑うつ減少群		②S・A傾向群		③抑うつ増加群		④高抑うつ群		⑤高意欲群	
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
学業意欲低下 Time1	12.11	2.41	13.75	3.04	12.10	2.49	11.00	3.14	10.32	2.52
学業意欲低下 Time2	12.74	2.62	14.31	2.81	12.51	2.68	10.85	3.02	10.41	2.07
授業意欲低下 Time1	10.13	3.25	11.31	3.34	9.02	3.04	8.23	3.12	6.88	1.60
授業意欲低下 Time2	10.13	3.07	10.47	3.03	9.76	2.91	8.46	3.11	6.99	1.78
大学意欲低下 Time1	10.02	3.04	8.80	2.81	9.24	3.12	8.77	3.13	8.01	2.26
大学意欲低下 Time2	9.65	2.81	8.90	2.59	9.82	2.66	9.23	3.02	7.77	2.00
PAS Time1	32.26	6.57	33.86	4.60	30.37	6.62	28.00	7.41	25.21	4.17
PAS Time2	32.52	6.43	33.69	5.03	32.08	6.27	28.54	7.76	25.18	3.94
抑うつ気分 Time1	26.63	6.88	3.92	4.78	12.35	5.60	37.00	8.13	5.76	4.88
抑うつ気分 Time2	13.52	7.03	3.86	4.60	23.80	6.96	38.35	9.68	5.72	4.76
競技に対する情緒的消耗感 Time1	21.39	11.06	11.45	12.42	13.73	8.99	23.77	12.26	10.37	8.14
競技に対する情緒的消耗感 Time2	17.39	11.22	8.00	9.72	17.63	10.69	24.85	11.74	9.03	7.66
個人的成就感の低下 Time1	17.78	6.78	12.61	7.67	16.08	8.19	16.77	7.86	12.52	6.47
個人的成就感の低下 Time2	16.37	6.45	13.57	8.74	17.55	6.92	14.58	5.04	12.48	6.94
チームメイトとのコミュニケーションの欠如 Time1	6.35	4.52	2.47	3.47	4.55	4.34	8.27	5.33	2.52	2.91
チームメイトとのコミュニケーションの欠如 Time2	4.61	4.06	1.96	3.50	5.31	4.79	7.92	4.88	2.00	2.57
競技への自己投入の混乱 Time1	5.37	4.47	4.37	4.72	5.39	5.29	4.96	4.63	3.51	3.90
競技への自己投入の混乱 Time2	6.37	4.52	5.37	5.46	6.84	5.12	5.27	3.91	4.09	4.48
ABI Time1	50.89	17.22	30.90	20.52	39.76	15.85	53.77	20.04	28.91	15.24
ABI Time2	44.74	17.66	28.90	22.00	47.33	15.55	52.62	17.80	27.61	15.98
勤勉的受護態度 (大学)	23.17	3.49	22.55	4.19	23.82	3.57	25.46	3.15	26.21	1.97
積極的主張 (大学)	9.43	3.36	10.00	3.36	9.51	3.21	10.27	3.66	10.86	2.81
自発的学習 (大学)	8.41	2.30	7.73	2.62	7.98	2.63	9.50	2.76	9.34	1.94
計画的学習 (大学)	4.43	1.87	5.02	1.81	5.02	1.68	5.65	1.81	6.20	1.38
学習スタイル (大学)	45.46	8.20	45.29	9.23	46.33	8.57	50.88	9.75	52.60	5.66
勤勉的受護態度 (高校)	23.98	3.70	23.14	4.89	24.55	3.31	24.15	4.50	25.88	2.77
積極的主張 (高校)	9.57	3.70	10.02	3.47	10.04	3.27	10.54	3.84	11.24	2.91
自発的学習 (高校)	8.04	2.76	7.25	2.76	7.82	2.24	8.96	2.76	8.71	2.20
計画的学習 (高校)	4.74	2.02	5.08	1.90	5.29	1.62	5.38	1.86	5.92	1.72
学習スタイル (高校)	46.33	9.34	45.49	10.18	47.69	7.36	49.04	10.79	51.74	6.95
柔軟性	10.59	2.31	12.22	2.27	11.20	2.24	10.73	2.89	11.80	1.93
統御力	10.50	2.14	11.51	2.23	10.96	2.44	11.12	2.41	12.00	1.50
社交性	9.48	2.89	10.96	2.55	9.76	2.77	10.04	3.58	10.90	2.70
行動力	10.63	2.87	11.49	2.36	11.53	2.31	11.62	2.59	12.66	1.66
資質的レジリエンス	41.20	8.04	46.18	7.53	43.45	8.29	43.50	8.80	47.36	5.74
問題解決志向	10.35	2.40	10.94	2.24	10.67	2.19	10.92	2.56	11.34	1.96
自己理解	9.54	2.04	10.84	1.75	9.41	1.88	9.77	1.84	10.75	2.02
他者心理的理解	10.59	2.26	11.41	2.07	10.73	2.49	10.81	2.79	11.72	1.74
獲得的レジリエンス	30.48	5.12	33.20	4.72	30.82	5.27	31.50	5.64	33.81	4.42

尺度名	F	p	n <sup>2</sup>	ω <sup>2</sup>	多重比較 (Tukey法)
学業意欲低下 Time1	14.98	< .001	0.35	0.30	①<②*③<④<⑤***⑥<①**⑦<②***⑧<③**
学業意欲低下 Time2	23.08	< .001	0.68	0.62	①<②*③<④**⑤<①*⑥<②***⑦<③***⑧<④***
授業意欲低下 Time1	25.96	< .001	0.80	0.74	④<②***⑤<①*⑥<②***⑦<③***⑧<④***
授業意欲低下 Time2	21.15	< .001	0.59	0.54	④<②*⑤<①**⑥<②***⑦<③***
大学意欲低下 Time1	4.55	.001	0.05	0.03	⑤<①***
大学意欲低下 Time2	7.68	< .001	0.11	0.09	⑤<①***⑥<③***
PAS Time1	25.84	< .001	0.80	0.73	④<②*⑤<①*⑥<②***⑦<③***⑧<④***
PAS Time2	28.62	< .001	0.92	0.85	④<②***⑤<①*⑥<②***⑦<③***⑧<④***
抑うつ気分 Time1	248.52	< .001	6.25	6.19	①<④***②<①***③<②***④<③***⑤<①***⑥<①***⑦<①***⑧<①***
抑うつ気分 Time2	207.32	< .001	5.76	5.69	①<④***②<①***③<②***④<③***⑤<①***⑥<①***⑦<①***⑧<①***
競技に対する情緒的消耗感 Time1	15.93	< .001	0.38	0.33	②<①***③<②***④<①**⑤<③***⑥<①***⑦<④***
競技に対する情緒的消耗感 Time2	22.09	< .001	0.63	0.58	①<④*⑤<①***⑥<③***⑦<④***⑧<①***⑨<③***⑩<④***
個人的成就感の低下 Time1	6.30	< .001	0.08	0.06	②<①**⑤<①**⑥<③*
個人的成就感の低下 Time2	5.26	< .001	0.06	0.04	②<③*⑤<①**⑥<③*
チームメイトとのコミュニケーションの欠如 Time1	17.97	< .001	0.46	0.41	②<①***③<②***④<①***⑤<①***⑥<④***
チームメイトとのコミュニケーションの欠如 Time2	18.98	< .001	0.50	0.45	①<④***②<①***③<②***④<③***⑤<①***⑥<④***
競技への自己投入の混乱 Time1	2.16	.073	0.02	0.01	n.s.
競技への自己投入の混乱 Time2	3.42	.010	0.03	0.02	⑤<③*
ABI Time1	20.74	< .001	0.58	0.52	②<①***③<②***④<①***⑤<①***⑥<④***
ABI Time2	21.03	< .001	0.59	0.53	②<①***③<②***④<①***⑤<①***⑥<④***
勤勉的受護態度 (大学)	14.99	< .001	0.35	0.30	①<④*⑤***⑥<①***⑦<⑤***⑧<⑤***
積極的主張 (大学)	2.32	.058	0.02	0.01	n.s.
自発的学習 (大学)	6.00	< .001	0.07	0.05	②<④*⑤***⑥<③**
計画的学習 (大学)	11.03	< .001	0.21	0.17	①<④*⑤***⑥<③***⑦<⑤***
学習スタイル (大学)	11.98	< .001	0.24	0.20	①<④*⑤***⑥<③***⑦<⑤***⑧<⑤***
勤勉的受護態度 (高校)	5.35	< .001	0.06	0.04	①<⑤*⑥***
積極的主張 (高校)	2.58	.038	0.02	0.01	①<⑤*
自発的学習 (高校)	3.84	.005	0.04	0.02	②<④*⑤**
計画的学習 (高校)	3.99	.004	0.04	0.02	①<⑤**
学習スタイル (高校)	5.94	< .001	0.07	0.05	①<⑤**②<⑤***
柔軟性	4.69	.001	0.05	0.03	①<②**③<⑤*④<②*
統御力	5.05	.001	0.06	0.04	①<⑤**③<⑤*
社交性	3.24	.013	0.03	0.02	①<⑤*
行動力	7.09	< .001	0.10	0.07	①<⑤***②<⑤**③<⑤*
資質的レジリエンス	6.78	< .001	0.09	0.07	①<②**③<⑤***④<⑤*
問題解決志向	1.82	.125	0.01	0.01	n.s.
自己理解	7.09	< .001	0.10	0.07	①<②**③<⑤***④<②**⑤<③<⑤**
他者心理的理解	3.27	.012	0.03	0.02	①<⑤*
獲得的レジリエンス	5.66	< .001	0.07	0.05	①<⑤**③<⑤**

df=4264. \*p<0.05. \*\*p<0.01. \*\*\*p<0.001.

## 第6節 各クラスターにおける高校時代の学習スタイル 3 群の分類

大学生の S・A 傾向を検討する際に高校時代の LS の影響についても考慮するために、高校時代の LS 得点を 3 群化し、その 3 群と各クラスターとをクロス集計し、 $\chi^2$ 検定、残差分析を行った (表 8)。その結果、S・A 傾向群における高校時代の LS の高群は 17.6% であり、各クラスターにおける高校時代の LS3 群間の比に有意差があることが示された。さらに、効果量である Cramer's V=.229 であるため、各クラスターと高校時代の LS3 群との間には小さな連関があることが示された。また、残差分析において高校時代の LS 低群において、抑うつ減少群、S・A 傾向群が有意に多く、高意欲群は有意に少ないことが示された。また、高校時代の LS 高群においては、高意欲群が有意に多いことが示された。なお、S・A 傾向群における高校時代の高群の 9 人 (17.6%) に関して詳細を述べると、性別は男性 7 人 (77.8%)、女性 2 人 (22.2%)、学年は 1 年生 4 人 (44.4%)、2 年生 5 人 (55.6%) であった。

表8. 各クラスターとLS(HS) 3群とのクロス集計表と $\chi^2$ 検定、残差分析結果

		抑うつ減少群			S・A傾向群			抑うつ増加型群			高抑うつ群			高意欲群		
		N	%	調整後の残差	N	%	調整後の残差	N	%	調整後の残差	N	%	調整後の残差	N	%	調整後の残差
高校時代のLS	低群	19	41.3	2.52 *	22	43.1	3.01 **	13	26.5	0.02	6	23.1	-0.40	11	11.3	-4.21 ***
	平均群	17	37.0	-1.31	20	39.2	-1.04	26	53.1	1.14	10	38.5	-0.78	50	51.5	1.44
	高群	10	21.7	-1.02	9	17.6	-1.81	10	20.4	-1.29	10	38.5	1.27	36	37.1	2.54 *

$\chi^2=28.10, df=8. p<.001. Cramer's V=0.229. *p<.05. **p<.01. ***p<.001.$

## 第7節 スチューデント・アパシー傾向群の高校時代の学習スタイル 3 群における各尺度の比較

S・A 傾向群に関して、高校時代の LS の 3 群を独立変数、PAS 全体と各下位尺度、抑うつ気分、ABI 全体と各下位尺度、高校・大学における学習スタイル全体と各下位尺度、BRS の各下位尺度を従属変数として 1 要因 5 水準の分散分析を行い、事後検定として Tukey 法による多重比較を行った (表 9)。その結果、PAS の下位尺度である「学業意欲低下」の Time1、Time2、「大学意欲低下」の Time 1、ABI 全体とその下位尺度である「競技への自己投入の混乱」の Time2、高校・大学の LS 全体と各下位尺度、BRS の資質的レジリエンスの下位尺度である「行動力」において少なくとも 5%水準で有意差が得られた。次に標準効果量  $\eta^2$  については有意差が確認された尺度以外に PAS 全体とその下位尺度である「大学意欲低下」、ABI の下位尺度である「個人的成就感の低下」のそれぞれの Time2

において小さな効果量が確認された。大学における学習スタイルに着目すると、多重比較において高校時代の学習スタイル低群、平均群、高群の順で有意に高かった。

表9 S・A傾向群における高校時代のLS9群のPAS全体と各下位尺度、抑うつ気分、ABI全体と各下位尺度、高校・大学における学習スタイル全体と各下位尺度、BRSの各下位尺度の平均値、標準偏差と分散分析、多重比較の結果

尺度名	①低群 (N=22)		②平均群 (N=20)		③高群 (N=9)		F	p	η <sup>2</sup>	ω <sup>2</sup>	多重比較
	M	SD	M	SD	M	SD					
学業意欲低下 Time1	15.36	2.79	12.50	2.14	12.56	3.71	6.75	.003	.049	.034	②<①**、③<①*
学業意欲低下 Time2	15.55	2.81	13.80	2.26	12.44	2.79	5.18	.009	.032	.020	③<①*
授業意欲低下 Time1	10.73	3.31	11.40	2.35	12.56	5.03	0.96	.388	.002	.001	n.s.
授業意欲低下 Time2	10.32	2.93	11.05	3.30	9.56	2.65	0.80	.456	.002	.001	n.s.
大学意欲低下 Time1	7.59	2.15	9.85	2.66	9.44	3.64	4.11	.022	.022	.012	①<②*
大学意欲低下 Time2	8.27	2.05	9.95	2.54	8.11	3.33	2.90	.065	.012	.005	n.s.
PAS Time1	33.68	4.37	33.75	4.54	34.56	5.73	0.12	.887	.001	.002	n.s.
PAS Time2	34.14	4.05	34.80	4.77	30.11	6.57	3.08	.055	.013	.006	n.s.
抑うつ気分 Time1	4.09	4.62	4.10	5.01	3.11	5.13	0.15	.860	.001	.002	n.s.
抑うつ気分 Time2	3.36	4.52	4.45	5.21	3.78	3.60	0.29	.753	.001	.001	n.s.
競技に対する情緒的消耗感 Time1	11.36	14.18	14.00	11.59	6.00	8.25	1.30	.281	.003	.001	n.s.
競技に対する情緒的消耗感 Time2	9.00	11.93	9.50	7.76	2.22	5.33	2.02	.143	.007	.002	n.s.
個人的成就感の低下 Time1	12.59	7.77	13.65	7.84	10.33	7.40	0.57	.569	.001	.001	n.s.
個人的成就感の低下 Time2	12.86	7.74	16.50	8.62	8.78	9.77	2.72	.076	.011	.005	n.s.
チームメイトとのコミュニケーションの欠如 Time1	2.41	3.75	2.90	3.63	1.67	2.40	0.39	.680	.001	.001	n.s.
チームメイトとのコミュニケーションの欠如 Time2	2.09	4.52	2.45	2.84	.56	1.01	0.93	.401	.002	.001	n.s.
競技への自己投入の混乱 Time1	3.45	4.10	6.10	5.47	2.78	3.35	2.40	.101	.009	.003	n.s.
競技への自己投入の混乱 Time2	4.18	4.95	7.75	5.10	3.00	6.00	3.61	.035	.018	.009	n.s.
ABI Time1	29.82	23.25	36.65	17.86	20.78	15.97	1.99	.148	.006	.002	n.s.
ABI Time2	28.14	24.87	36.20	17.42	14.56	17.73	3.31	.045	.015	.007	③<②*
運動的受領態度(大学)	21.00	4.36	22.50	3.76	26.44	1.59	6.60	.003	.047	.033	①<③**、②<③*
積極的主張(大学)	8.14	2.78	10.35	2.37	13.78	3.35	13.87	< .000	.135	.113	①<②*、①<③***、②<③**
自発的学習(大学)	6.27	2.45	8.25	2.20	10.11	1.69	10.27	< .000	.090	.072	①<②*、①<③***、②<③**
計画的学習(大学)	4.09	1.74	5.50	1.19	6.22	2.11	6.95	.002	.051	.036	①<②*、①<③***
学習スタイル(大学)	39.50	7.54	46.60	6.61	56.56	6.37	19.56	< .000	.202	.178	①<②**、①<③***、②<③**
運動的受領態度(高校)	20.32	5.43	24.35	3.23	27.33	1.32	10.47	< .000	.093	.074	①<②**、①<③***
積極的主張(高校)	7.32	2.01	10.65	2.25	15.22	1.09	51.82	< .000	.468	.444	①<②***、①<③***、②<③***
自発的学習(高校)	5.50	2.24	7.70	1.95	10.56	2.01	19.41	< .000	.200	.176	①<②***、①<③***、②<③***
計画的学習(高校)	3.55	1.34	5.85	1.18	7.11	1.36	30.66	< .000	.315	.290	①<②***、①<③***、②<③**
学習スタイル(高校)	36.68	7.21	48.55	2.65	60.22	3.60	69.47	< .000	.553	.531	①<②***、①<③***、②<③***
資質的レジリエンス	45.09	6.85	45.40	7.54	50.56	8.38	1.92	.157	.006	.002	n.s.
柔軟性	12.55	2.15	11.60	2.46	12.78	2.05	1.25	.295	.003	.001	n.s.
統御力	10.95	2.34	11.55	2.04	12.78	2.05	2.25	.117	.008	.003	n.s.
社交性	10.64	2.54	10.95	2.39	11.78	2.99	0.63	.535	.001	.001	n.s.
行動力	10.95	2.36	11.30	2.15	13.22	2.22	3.34	.044	.015	.008	①<③*
獲得的レジリエンス	32.82	4.17	32.45	4.50	35.78	6.04	1.71	.192	.005	.001	n.s.
問題解決志向	10.36	2.32	11.00	1.95	12.22	2.33	2.33	.108	.008	.003	n.s.
自己理解	11.09	1.74	10.25	1.65	11.56	1.74	2.22	.119	.008	.003	n.s.
他者心理の理解	11.36	2.17	11.20	1.85	12.00	2.40	0.46	.632	.001	.001	n.s.

df=2/48. \*p<.05. \*\*p<.01. \*\*\*p<.001.

## 第8節 各クラスターにおけるアスリート・バーンアウト3群の分類

抑うつを呈するものにおけるA・B傾向を考慮するために、ABI得点を3群化し、その3群と各クラスターとをクロス集計し、 $\chi^2$ 検定、残差分析を行った(表10)。なお、「抑うつを呈する群」とは抑うつ減少群、抑うつ増加群、高抑うつ群の3群を総称である。その結果、これらの群はABI高群が40%をこえており、各クラスターにおけるABI3群間の比に有意差があることが示された。さらに、効果量であるCramer's V=.372であるため、各クラスターとABI3群との間には中程度の連関があることが示された。また、残差分析において、抑うつを呈する群に着目すると、これら3群すべてにおいて、ABI低群は有意に少なく、抑うつ減少群、高抑うつ群においてABI高群が有意に多いことが示された。

表10. 各クラスターとABI3群とのクロス集計表と $\chi^2$ 検定、残差分析結果

	抑うつ減少群			S・A傾向群			抑うつ増加型群			高抑うつ群			高意欲群		
	N	%	調整後の残差	N	%	調整後の残差	N	%	調整後の残差	N	%	調整後の残差	N	%	調整後の残差
ABI 低群	9	19.6	-2.77 *	27	52.9	2.52 *	7	14.3	-3.72 ***	2	7.7	-3.31 ***	56	57.7	5.13 ***
ABI 平均群	8	17.4	-1.85	14	27.5	-0.21	21	42.9	2.44 *	6	23.1	-0.66	28	28.9	0.07
ABI 高群	29	63.0	4.60 ***	10	19.6	-2.38 *	21	42.9	1.48	18	69.2	4.01 ***	13	13.4	-5.32 ***

$\chi^2=74.17, df=8, p<.001, Cramer's V=0.372, *p<.05, ***p<.001.$



## 第6章 考察

### 第1節 無気力、抑うつなどの性差と持続性

まず、性差について言及すると、PAS 全体と各下位尺度に関して Time1、Time2 共通してすべての項目で、女性よりも男性の方が有意に高かった。しかし、これは S・A の概念として、Walters<sup>68)</sup> は「男らしさの形成をめぐる解決しがたい葛藤のため青年期を蔓延させている男性の青年期発達の障害である」と規定しており、これを受けた下山の研究<sup>55)</sup> では「男子大学生の無気力の研究」のように対象を男性に限定して調査しており、S・A は男性特有のものと捉えている。また、抑うつに関しては今野<sup>29)</sup> の研究においては、抑うつ状態は男性よりも女性の方が有意に高い得点であること報告している。しかしながら、本研究においては男性よりも女性の方が高い得点を示していたが有意差はみられなかった。

「抑うつ」の扱い方について言及すると、抑うつは臨床的に状態像を規定しているものであり、DSM-IV-TR<sup>1)</sup>と ICD-10<sup>69)</sup> に登場する概念であるが、いずれの診断基準にも性別を考慮しなければならないというような記述はない。また、狩野・津川<sup>24) 25) 26)</sup>、遠田・河村<sup>61)</sup> では、それぞれ S・A 傾向者と抑うつ傾向者を分類する研究を行っているが、いずれも性別を区別していない。さらに、本研究において、対象となっているのは一般大学生と比べてスポーツに特化している体育系大学生である。そのため、女性であっても競技スポーツにある男性性がある程度備わっていると考えられ、S・A における「男らしさ」に関しては男性と同様にあると捉えられる。上記の理由から本研究において性差は考慮しないこととした。

次に、各尺度の Time1 と Time2 との相関分析の結果考慮すると、少なくとも半数以上のもので授業、学業、大学生活の意欲低下、抑うつ気分、A・B 傾向それぞれが持続している状態であることが伺われる。これらの持続した無気力、抑うつなどの状態は一時的な無気力、抑うつなどと区別できるため、無気力、抑うつなどの状態像を考えるうえで重要な視点と言える。

### 第2節 無気力の分類

#### (1) スチューデント・アパシー傾向、抑うつ気分の 2 軸による分類

まず、非階層クラスター分析において採用した 5 クラスターの解釈可能性について、狩野・津川<sup>26)</sup> の研究に触れて言及する。狩野・津川<sup>26)</sup> の研究と類似するクラスターとして「S・A 傾向群」、「高抑うつ群」、「高意欲群」の 3 クラスターあり、異なるクラスターは

「抑うつ減少群」、「抑うつ増加群」の2クラスターである。この「抑うつ減少群」、「抑うつ増加群」の2クラスターは、抑うつ得点の高さは異なるものの学習意欲の低下は平均程度であったため、狩野・津川<sup>26)</sup>の研究における「平均群」がこれら2クラスターに分かれたと考えられる。また、この2クラスターに関しては抑うつ気分が高いTimeではABI得点も高い特徴があり、狩野・津川の研究<sup>26)</sup>で平均群とされた対象者は、本研究では一過性の抑うつ気分を示しているか、あるいは一時的な専門の競技種目からの離脱傾向を示す群であると推測できる。さらに、狩野・津川の研究<sup>26)</sup>では、この他に「抑うつ的無気力群」を導き出しているが、この群は抑うつが生活全般に波及する強い無気力状態を呈しており、抑うつ重度群と考えられる群であり、本研究ではこのような群は見出されなかった。このような群が見出されなかった理由として考えられることに、「質問紙を実施した際の授業を何らかの原因で受けていない」、ないし「受けられる状況になかった」という状況が推察される。また、体育系大学生は、当然ながらその大多数のものが競技スポーツの部活動に加入しており、同じ目標に向かって日々、練習しており、ほとんど毎日と同じ人間関係の中で生活しているものが少なくない。さらに、部活動の時間だけでなく、授業においても部活動の仲間のかたまって、授業に出席しているために、特定の友人との情緒的なつながりは決して弱くないことが考えられる。以上の理由により「抑うつ的無気力群」は本研究では見いだされなかったと推定される。

## (2) 各クラスターの特徴

各クラスターにおける関連要因について、主としてBRSの得点に焦点を当て、それぞれのクラスターの特徴について述べる。BRSに関しては、レジリエンスを後天的に高める方法を見出す目的で考えるための視座を得る目的で作成されているため、「レジリエンスの高さ」というよりは「レジリエンスを高めるための気質ないし性格特性」と位置づけることが適切であると考えられる。また、ここでは、「高意欲群」、「S・A傾向群」、「抑うつを呈する群」として考察を加える。なお、「抑うつを呈する群」というのは、「抑うつ減少群」、「抑うつ増加群」、「高抑うつ群」の3群を合わせた総称とする。

まず、「高意欲群」について言及する。この群はBRSの下位尺度である「資質的レジリエンス」、「獲得的レジリエンス」で最も高い値を示しており、本研究で焦点を当てている無気力は呈していない。いわば健常者の集団と捉えることができるため、ここでは「コントロール群」として位置付け、比較検討の際にはこの「高意欲群」を基準とする。

次に「S・A 傾向群」について言及する。S・A 傾向群は、高意欲群と比べ、「行動力」以外の BRS 下位尺度で有意差はなく、「楽観性」、「社交性」、「自己理解」においては、高意欲群を上回る数値を示しており、S・A の気質でもある勤勉性<sup>22)</sup> を考慮すると、生得的な気質としてのレジリエンスが高いことは納得できること考えられる。また、下山<sup>57)</sup> は S・A について、“悩めない”行動障害、“悩まない”心理障害をあげており、自分のことであっても他人ごとのように振る舞うことをあげており、面接場面では他人事のようにニソニソ笑っている（ニソニソ仮面）<sup>62)</sup> ため、自分のことを考えず楽観的であることが考えられ、「楽観性」が高いのはこれらを支持する結果と言える。また、S・A 傾向者の友人関係の取り方について、遠田・河村<sup>61)</sup> の研究では表面的な友人関係があることを示しており、そのことを支持する結果として、BRS の下位尺度である「社交性」の得点がクラスター間で最も高いことや ABI の下位尺度である「チームメイトとのコミュニケーションの欠如」の得点がクラスターの中で最も低いことは、一定の友人関係については維持できている表れとも考えられる。さらに下山<sup>57)</sup> は S・A について自己愛的自立性をあげており、適応的で自立している自己像に固執するとしており、このことが「自己理解」の得点の高さに関連していると推測される。

そして、「抑うつを呈する群」に関しては 3 つの群の特徴が似ているため、まとめて言及した上で、必要な点について個別に考察を加える。「抑うつを呈する群」は多重比較を行った結果、BRS の下位尺度である「問題解決志向」以外の下位尺度すべてにおいて、「高意欲群」ないし「S・A 傾向群」よりも有意に低いという結果となっている。抑うつは、APA の DSM-IV-TR<sup>1)</sup>、WHO の ICD-10<sup>69)</sup> それぞれで注意力・思考力の減退が診断基準に挙げられており、注意力・思考力が減退することで、あまり行動しないことが考えられる。このことは資質的レジリエンスの「行動力」においては高意欲群、S・A 群よりも有意に低くまた、小さな効果量がみられたことは支持していると言える。また、坂本<sup>49)</sup> は抑うつについて、自己に注意が向きやすく、それが持続する傾向が高い人ほど抑うつ状態を呈しやすく、また持続してしまうことを示しており、自分について考え続けていることは、自分を理解するまでに至っていないために考え続けていると解釈すると自己理解が低いことが推測される。このことは獲得的レジリエンスの「自己理解」において高意欲群、S・A 群よりも有意に低くまた、小さな効果量がみられたことは支持していると言える。

これ以降は 3 つの群を個別に述べていく。まず、「高抑うつ群」であるが、抑うつの得点の高さについては T 得点化すると 3 段階のうち、性別はいずれであっても「専門医の受

診を考慮する必要あり」と判断されるほどの得点であるため、ある一定の臨床的に危険性をはらんでいるクラスターと言わざるを得ない。また、ABIの得点の高さも特徴的であり、この得点の高さについても他のクラスターの得点と比較しても群を抜いているが、土屋・中込<sup>67)</sup>によると、上位25%をA・B予備群としており、これは60点以上の得点を示すものであるため、この得点を超えていないことは一つ考慮しておく必要がある。次に「抑うつ減少群」、「抑うつ増加群」、これら2つは非常に類似した性質をもっているため、併せて述べる。先にも述べたとおり、狩野・津川<sup>26)</sup>の研究における「平均群」が分かれた2クラスターとして捉えられるとしたが、そのことについてそのほかの特徴について言及する。まずPAS全体と各下位尺度得点を見ていくと、いずれも「S・A傾向群」の次に高い得点を示しており、「大学意欲低下」に関しては、S・A傾向群よりも高い得点を示している。このことについて抑うつ気分の得点が高いTime（抑うつ減少群ならばTime2、抑うつ増加群ならばTime1）と併せて考えると、大学意欲低下は大学生活全般の意欲低下であり、抑うつの高さが生活全般へと波及したことが考えられる。また、学習スタイルに関して、高校時代の学習スタイル全体、大学時代の学習スタイル全体において高意欲群と比べて有意に低く、これは部活動との兼ね合いが少なからず影響していることが考えられる。以上の事からこの2群に関しては、体育系大学生の典型例として捉えることが可能であると推測する。

以上が5クラスターの特徴であり、体育系大学生の無気力の理解として、これらの群を見出せたことは極めて有用であり、体育系大学生の現状を反映していることと言えよう。

### 第3節 高校時代における学習スタイル3群からみた各クラスターの分類の特徴

ここでは特にS・A傾向群に焦点をあてる。S・Aの中核的なタイプは、高校時代に一定の勤勉さを持ったものが大学に入学した以降に生活からの部分的退却を起こしているという点を配慮すると、学習スタイルは高校時代よりも大学の方が得点は低くなる。このことを考えると、S・A傾向群の高校時代の学習スタイルが平均群・高群の者である56.8%がその危険性をはらんでいると推定される。残りの43.1%の低群は有意に多く、学習スタイルも高校時代と比べて大学の方が高くなっているため、障害としてのS・Aの範疇ではない可能性が高い。また、高校時代の学習スタイル高群については、有意差はないもののABIの下位尺度である「チームメイトとのコミュニケーションの欠如」の得点が低く、BRSの下位尺度である「社交性」の得点が高いことはS・Aの臨床像に合致することであるため、

今後、同様の研究をする際には考慮する必要がある。以上の事から S・A 傾向群の中に S・A の中核の症状群を呈するものと S・A の範疇にないものという実質的には性質が異なるものの双方が存在すること、あるいはそれを識別して定義できる可能性を示唆するものである。

#### 第4節 アスリート・バーンアウト3群からみた各クラスターの分類の特徴

A・B と抑うつについて、中込・岸<sup>39)</sup> は性格特性がほとんど一致するとしており、A・B の症状には、抑うつの症状と似ている点があることを指摘している。この点について「抑うつ減少群」、「抑うつ増加群」、「高抑うつ群」に分類されるもののうち ABI 高群にあてはまるものは、それぞれ群の 40%以上を占め、特に「抑うつ減少群」、「高抑うつ群」では 60%にのぼっていることは、上記の指摘を支持している。ここで3つの抑うつ群がある中で、抑うつ増加群だけが、ABI 高群にあてはまるものの割合が 40%台にとどまっていることについて考えると、これは抑うつ減少群と抑うつ増加群の A・B の症状がどのような状態かを考慮することで解釈することができる。A・B の症状が緩和し始めるのは、A・B の症状の強さが弱まっているときであり、これは A・B の症状が健常の状態よりも初めから高くなければ A・B の症状の緩和は始まらない。つまり、抑うつ減少群においては、ABI 高群が多いと考えるよりは ABI 高群・平均群に多いと考えることができる。抑うつ増加群においても同様のことが言える。この解釈を支持するかのように抑うつ増加群においては、ABI3 群間の高群で 42.9%、平均群においても 42.9%である。また、本研究では狩野・津川<sup>26)</sup> と異なるクラスターであったことを考慮すると、この抑うつ増加群、抑うつ減少群こそが A・B の危険性を常にはらみながら練習している体育系大学生の特徴と言えるのではないだろうかと推察する。

## 第7章 今後の課題

今回の研究では、体育系大学生の無気力を分類するうえで、多くの有用な資料が得られており、介入の視点が得られたことは今後の研究につながっていくと考えられる。しかしながら、一般大学生においてより多く見られる S・A 傾向群に焦点化して考える際には、S・A 傾向群が体育系大学においても存在していることは見出せたものの、S・A 傾向群への実際の援助を考える際の現実的な視点を得るところまでは到達していないため、今後は具体的な介入方法に関連する要因を特定できるようにしていく必要があると考えられる。

また、いわゆる「抑うつ」状態は、A・B との関連が高いことが多くの先行研究に示されているが、本研究においても ABI の得点が高い学生は抑うつ の得点も高いということが確認された。しかしながらここまで、抑うつ と関連の高い学習性無気力感も取り上げ、この学習性無気力感と A・B との関連、あるいはこの両者の特性を比較するような研究は、論文を検索する限り、行われていない。したがって今後の研究では、これらを比較検討し、関連を見るような研究がすすめられることで、体育系大学生において特徴的に生じる無気力を解明することと、有用な介入方法を見出すための資料が得られることが期待される。

## 第8章 結論

本研究は、体育系大学生を対象に質問紙調査を実施し、スチューデント・アパシー傾向と抑うつ<sup>2</sup>の2つの指標を軸として分類し、その分類の妥当性及びそれに関連する心理的要因について明らかにすることを目的として行われ、次の結論が得られた。

1. 体育系大学生において、無気力の類型化を行うと、「抑うつ減少群」、「傾向群」、「抑うつ増加群」、「高抑うつ群」、「高意欲群」が見出せる。
2. S・A 傾向群の中には、高校時代から学習スタイルが整っていない人も含まれている可能性があり、本研究においてはスチューデント・アパシー傾向群の17.6%の人が「障害としてのスチューデント・アパシー」の可能性をはらんでいることが考えられる。
3. 「抑うつ減少群」、「抑うつ増加群」、「高抑うつ群」を総称して「抑うつを呈する群」としたとき、これらの群においてはABI高群が多いため、体育系大学生において抑うつ症状を呈する場合は、アスリート・バーンアウトの可能性を考える必要がある。

## 要約

体育系大学生における無気力研究は、競技スポーツに直接関わりのあるものが多いため、これらのものを対象とするアスリート・バーンアウトに関する研究が多い。しかしながら、体育系大学生における無気力症状を呈する群には、それ以外に抑うつを呈する群、学業に対し、意欲低下を起こしているスチューデント・アパシー(S・A)傾向群など、多岐にわたる可能性があるにもかかわらず、これらを分類した研究は見受けられない。

本研究では、体育系大学生においてS・A傾向と抑うつとの2つの指標を軸として分類し、その分類の妥当性及びその心理的要因について明らかにすることを目的とする。

体育系大学生を対象に持続的な無気力と判断するために2回の質問紙(Time1、Time2)を実施し、2回とも有効であったもの269名(男性160名、平均年齢19.43, SD=0.80; 女性109名、平均年齢19.24, SD=0.74)を対象とした。尺度としては、意欲低下領域尺度、PomsのD尺度、運動選手におけるバーンアウト尺度、学習への取り組み方尺度、二次元レジリエンス要因尺度で構成される。

Time1、2の学業における意欲低下と抑うつ気分の2尺度について非階層クラスター分析を行い、解釈可能なクラスターとして、5クラスターを採用した。それは、「抑うつ減少群」、「S・A傾向群」、「抑うつ増加群」、「高抑うつ群」、「高意欲群」の5つである。それぞれの特徴については述べると、まず、「抑うつ減少群」、「抑うつ増加群」、「高抑うつ群」を総称して「抑うつを呈する群」としたとき、これらの群はアスリート・バーンアウトの得点が高く、体育系大学生に特徴的に見られるアパシーとして位置付けられる。また、レジリエンス要因については、無気力を呈していない高意欲群と比べて、抑うつを呈する群で有意差が認められたため、レジリエンスが低いことが示された。次にS・A傾向群については、学習場面における意欲低下がおきているものの、抑うつを呈していない群である。この群はレジリエンス要因の得点が高かった。S・Aには高校時代まで勤勉であった経緯をもつものという側面がある。そのため、元来は、レジリエンスは高いことが推測される。本研究においてその裏付けともとれる結果が得られたことは、体育系大学生にはS・A傾向のものが実在する可能性が示唆された。

体育系大学生を対象とした本研究においては、「抑うつ減少群」、「スチューデント・アパシー傾向群」、「抑うつ増加群」、「高抑うつ群」、「高意欲群」の5つの群を見出すことが可能である。



## 謝辞

本論文作成にあたり、ご指導いただいた先生方、質問紙にご協力いただいた体育系大学に在籍する学生の皆様に深く感謝をいたします。

## 引用文献

- 1) American Psychiatric Association. (2000). Diagnostic and statistical manual of mental disorders. 4th ed text rev., Washington DC: Autor DSM-IV-TR 精神疾患の診断・統計マニュアル新訂版(2004). 高橋三郎・大野裕・染矢俊幸訳, 東京, 医学書院.
- 2) 青木健次. (1989). スチューデント・アパシーの心理療法-イニシエーション図式を超えて-. 京都大学学生懇話室紀要, 18, 1-52..
- 3) Bishop, J.H. (1989). Why the apathy in American high school ?. Education researcher, 18(1), 6-10.
- 4) Blain, G.J (1973). Student apathy-1970's style. Journal of the American College Health Association, 21(3), 188-189.
- 5) Cohen, D.A (1991). Overcoming student apathy and bewilderment –setting an example of responsibility and attentiveness-. Protens, 8, 27-29.
- 6) Cohen, J. (1988). Statistical power analysis for the behavioral sciences 2nd ed. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- 7) Edelwich, J. & Brodsky, A. (1980) Burnout : Stages of disillusionment in the helping professions, Human Services Press: New York.
- 8) Fransworth, D.L. (1973). Mental health programs in colleges. Arieti, S(ed). American Handbook of Psychiatry , 2nd Edition 2, 773-785.
- 9) Freudenberger, H.J. (1974). Staff burnout. Journal of Social Issues, 30-1, 159-65.
- 10) Gimenez, M.E. (1989). Silence in the classroom –some thoughts about teaching in the 1980s-. Teaching Sociology, 17(2), 184-189.
- 11) Grotberg, E.H. (2003). Resilience for today. Gaining strength from adversity. Praeger Publishers. 1-30.
- 12) 平野真理. (2010). レジリエンスの資質的要因・獲得的要因の分類の試み-二次元レジリエンス要因尺度(BRS)の作成. パーソナリティ研究, 19(2), 94-106.
- 13) 石毛みどり・無藤隆. (2005). 中学生における精神的健康とレジリエンスおよびソーシャル・サポートとの関連-受験期の学業場面に着目して-. 教育心理学研究, 53, 356-367.
- 14) 池田博和. (1988). STUDENT APATHY の一事例(上)-「青年期危機」論の視点からの検討-心理臨床-名古屋大学教育学部心理教育相談室紀要, 3, 123-136.
- 15) 池田博和. (1989). STUDENT APATHY の一事例(下)-「青年期危機」論の視点からの検

討-心理臨床-名古屋大学教育学部心理教育相談室紀要,4,11-23.

- 16) 笠原嘉.(1973). 現代の神経症 -神経症性 apathy (仮称) について.臨床精神医学,2(2),153-162.
- 17) 笠原嘉.(1976). 精神科医のノート.東京,みすず書房.
- 18) 笠原嘉.(1977). 青年期 -精神病理学から-.東京,中央公論社.
- 19) 笠原嘉.(1978). 退却神経症 withdrawal neurosis という新しいカテゴリーの提唱.思春期の精神病理と治療.中井久夫・山中康裕編.東京,岩崎学術出版,287-319.
- 20) 笠原嘉.(1981). スチューデント・アパシー第三報. スチューデント・アパシー. 現代のエスプリ.東京,至文堂, 168,24-28.
- 21) 笠原嘉.(1983). 不安・ゆううつ・無気力 -正常と異常の境目-.講座精神の科学3 精神の危機.飯田真他編.東,岩波書店,207-260.
- 22) 笠原嘉.(1997). 新・精神科医のノート.東京,みすず書房.
- 23) 笠原嘉・成田義弘.(1979). アパシー・シンドロームをめぐって. 精神医学, 21(6), 585-591.
- 24) 狩野武道・津川律子.(2007). 無気力の二側面としてのアパシー傾向と抑うつの関係--大学生を対象として. 聖マリアンナ医学研究誌, 7,153-156.
- 25) 狩野武道・津川律子.(2008). 大学生における無気力の分類の試み-スチューデント・アパシーと抑うつの観点から- ころの健康,23(2),2-10.
- 26) 狩野武道・津川律子.(2011). 大学生における無気力の分類とその特徴-スチューデント・アパシーと抑うつの視点から- :スチューデント・アパシーと抑うつの視点から. 教育心理学研究,59(2),168-178.
- 27) 岸順治・中込四朗.(1989).運動選手のバーンアウト症候群に関する概念規定への試み. 体育学研究,34 : 235-243.
- 28) 岸順治・中込四朗・高見和至.(1988).運動選手のバーンアウト尺度作成の試み.スポーツ心理学研究,15-1,54-59.
- 29) 今野 千聖・鈴木 正泰・金野 倫子・高橋 栄・兼板佳孝・内山真.(2008). 日本在住一般成人の抑うつ症状と身体愁訴.女性心身医学,15(2),228-236.
- 30) Luthar,S.S., Cicchetti,D & Becker,B.(2000).The construct of resilience :A critical evaluation and guidelines for future works. Child Development,71,543-562
- 31) 丸井文男.(1967). 大学生のノイローゼ--意欲減退症候群.教育と医学,15(5), 476-483.

- 32) 丸井文男.(1968). 留年学生に対する対策.厚生補導,18-24.
- 33) Maslach,C. & Jackson,S.E. (1981). The measurement of experienced burnout, *Journal of Occupational Behaviour*,2,99-113.
- 34) Masten,A.S., Best,K & Garmezy,N. (1990). Resilience and development : contributions from the study of children who overcome adversity. *Development and Psychopathology*,2,425-444.
- 35) McCommell,E.A. (1982). How close are you to burnout in McConnell,E.A.(Ed.),*Burnout:In the nursing profession*,C. V. Mosby Company:St.Louis,98-103.
- 36) McCommell,E.A. (1982). Potential causes of burnout ,in McConnell,E.A.(Ed.), *Burnout : In the nursing profession*, C. V. Mosby Company:St.Louis,111-118.
- 37) McNair, D.M., Lorr, M., & Droppleman, L.F. (1992). Edits manual for the Profile of Mood States.San Diego,CA,Edits.
- 38) 森敏昭・清水益治・石田潤・富永美穂子・Chok,C.H. (2002). 大学生の自己教育力とレジリエンスの関係.東京成徳大学臨床心理学研究,8,179-187.
- 39) 中込四朗・岸順治.(1991).運動選手のバーンアウト発症機序に関する事例研究.体育学研究,35(4),313-323.
- 40) 岡田有司・鳥居朋子・宮浦崇・青山佳世・松村初・中野正也・吉岡路. (2011). 大学生における学習スタイルの違いと学習成果. 立命館大学教育開発推進機構,立命館高等教育研究,(11),167-182.
- 41) 小野従道.(1987).スチューデント・アパシーの内的世界.季刊精神療法,13(4).375-383.
- 42) 小塩真司・中谷素之・金子一史・長峰伸治. (2002). ネガティブな出来事からの立ち直りを導く心理的特性--精神的回復力尺度の作成. *カウンセリング研究*,35(1), 57-65.
- 43) Perkins,D.S. (1975). Aspect of student discontent-1975.*Journal of Higher Education*,46(4),471-477.
- 44) Peterson, C., Maier, S. F. & Seligman, M. E. P.(1993). *Learned Helplessness: A theory for the age of personal control* 学習性無力感:パーソナル・コントロールの時代をひらく理論(2000)津田彰監訳,大阪,二瓶社.
- 45) Pines,A., Aronson,E & Kafry,K.D. (1981). *Burnout: From tedium to personal growth*,Free Press:NewYork.
- 46) Raedeke,T.D. & Smith.A.L. (2009). *The athlete burnout questionnaire manual*.

West Virginia University.

- 47) Rutter,M. (1990). Resilience in the face of adversity. *British Journal of adversity*.  
*British Journal of Psychiatry*,147,598-611.
- 48) Rutter,M. (1990). Risk and protective factors in the development of psychopathology.New York:Cambridge,181-214.
- 49) 坂本真士. (1997). 自己注目と抑うつの社会心理学. 東京,東京大学出版会.
- 50) 桜井茂男. (1995). 「無気力」の教育社会心理学-無気力が発生するメカニズムを探る-. 東京.風間書房.
- 51) 桜井茂男. (2000). 無気力の心理学—動機づけ概念を中心にした無気力発生モデルの検討.現代のエスプリ,392,61-70
- 52) Seligman,M.E.P. & Maier,S.F. (1967). Failure to escape traumatic shock. *Journal of Experimental Psychology*,74,1-9 .
- 53) Shank,P.A. (1983). Anatomy of burnout. *Park and Recreatin*,18-3:52-58
- 54) 下坂剛.(2001). 青年期の各学校段階における無気力感の検討.教育心理学研究,49,305-313.
- 55) 下山晴彦. (1995). 男子大学生の無気力研究.教育心理学研究,43,145-155.
- 56) 下山晴彦. (1996). スチューデント・アパシー研究の展望.教育心理学研究,44(3), 350-363.
- 57) 下山晴彦. (1997). 臨床心理学研究の理論と実際:スチューデント・アパシー研究を例として.東京,東京大学出版会.
- 58) 田中千晶・兒玉憲一. (2010). レジリエンスと自尊感情,抑うつ症状,コーピング方略との関連. 広島大学大学院心理臨床教育研究センター紀要(9),67-79
- 59) Tellenbach, H. (1983). *Melancholie,メランコリー*:改訂増補版 (1985).木村敏.東京,みすず書房.
- 60) 鉄島清毅. (1993). 大学生のアパシー傾向に関する研究-関連する諸要因の検討-.教育心理学研究,41,200-208.
- 61) 遠田将大・河村茂雄. (2010). 抑うつ傾向者とスチューデント・アパシー傾向者の間にみられる友人関係の取り方の違いについて.早稲田大学大学院教育学研究科紀要 別冊 (18), 1-8.
- 62) 土川隆史. (1981). スチューデント・アパシー. 笠原嘉・山田和夫編. キャンパス症候

- 群. 東京, 弘文堂, 143-166.
- 63) 土川隆史. (1985). スチューデント・アパシーと生活のリズム. 教育心理, 33, 771-773.
- 64) 土川隆史. (1989). 大学生のアパシー.-スチューデント・アパシー再検討-青年期の精神科臨床. 清水将之編. 東京, 金剛出版, 227-239.
- 65) 土川隆史. (1990). スチューデント・アパシー. 京都, 同朋舎.
- 66) 土川隆史. (1992). アパシー学生への援助技法. キャンパスでの心理臨床. 全国学生相談研究会編. 東京, 至文堂, 132-142.
- 67) 土屋裕睦・中込四朗. (1994). 大学運動選手におけるソーシャル・サポートの構成要素とその機能. 筑波大学体育科学系紀要, 17, 133-141.
- 68) Walters, P.A., Jr. (1961). Student Apathy. In G.B. Blaine, Jr. & C.C. McArthur, (Eds.), Emotional problems of the student New York: Appleton Century Crofts (106-120). 学生のアパシー (1975). 笠原嘉・岡本重慶訳, 学生的情绪問題. 石井完一郎・岨中達・藤井虎監訳, 東京, 文光堂.
- 69) World Health Organization. (1992). ICD-10: The ICD-10 Classification of mental and behavioural disorders .Clinical descriptions and diagnostic guidelines. ICD-10 精神および行動の障害 : 臨床記述と診断ガイドライン新訂版 (2005) 融道男・中根允文・小見山実・岡崎祐士・大久保善朗. 東京, 医学書院.
- 70) 山田和夫. (1983). 成熟拒否-大人になれない青年たち-. 東京, 新曜社.
- 71) 山田和夫. (1984). アパシーと父性. 精神療法, 10(2), 149-154.
- 72) 山田和夫. (1987). スチューデント・アパシーの基本病理.-長期縦断的観察の 60 例から-. 現代人の心理と病理. 平井富雄監修. 東京, サイエンス社.
- 73) 山田和夫. (1989). 境界例の精神療法-サブクリニカルな問題性格群-精神療法, 15(4), 350-360.
- 74) 山田和夫. (1990a). 家屋関係の中でのスチューデント・アパシー. スチューデント・アパシー. 土川隆史編. 京都, 同朋舎, 140-177.
- 75) 山田和夫. (1990b). 現代青少年の病理.-サブクリニカルな問題性格群 -. こころの健康, 5, 2-16.
- 76) 山田泰行. (2011). 日本の大学生競技者におけるアスリート・バーンアウトの性格要因. 順天堂スポーツ健康科学研究, 2, 84-85
- 77) 横山和仁・荒記俊一. (1994). 日本版 POMS 手 引. 東京, 金子書房, 30pp

- 78) 吉田辰雄・鈴木順一. (1985). 無気力学生の心理学的研究(1). 東洋大学児童相談研究, 4, 1-18.

## Summary

A classification of lethargy and its characteristics in undergraduates of physical education

Takashi Nishita

The purposes of the present study were to examine the possibility to classify lethargy into two types among undergraduates of physical education: lethargy of student apathy and depressive lethargy, and to discuss characteristics of those two types of lethargy.

In this study, a longitudinal survey study was conducted in which the Passivity Area Scale, the Depressive Mood Scale, Athletic Burnout Inventory, Learning Style Scale and Bidimensional Resilience Scale were completed 2 times by undergraduates of physical education. The original sample was 487 students, but this was reduced to 269 students (160men, 109women) by the time of the second measurement.

The results that was classified by non-hierarchical cluster analysis suggested that lethargy can classify the following 5 groups; "dejection decrease group", " student apathy tendency group", "dejection increase group", "high dejection group" and "aspirational group" in undergraduates of physical education. At the first, to describe each group's feature, when dejection decrease group, dejection increase group and high dejection group were unified "dejection group", this group was high score by athletic burnout inventory and was placed lethargy by undergraduates of physical education. And this group suggested that bidimensional resilience score of dejection group was lower than that of aspirational group. The second, student apathy tendency group gain high score at study area scale and gain low score at dejection group. Bidimensional resilience score of this group were higher than dejection group. In this study, they were able to be suggested that undergraduates of physical education really exist student apathy tendency group.



資料 (質問紙)

青年期の認識の発達と社会適応

博士課程前期 2年 西田敬志

本調査は「青年期の認識の発達と社会適応」に関する研究資料収集を目的とした質問紙調査です。質問1～質問5の5部構成となっており、質問項目はこの用紙の裏表にあります。回答していただいた結果につきましては、全てコンピューターによって統計処理されるため、個人情報情報が漏れることは一切ございません。なお、質問1～3は4週間後に2回目の調査を行いますので、あらかじめご理解のほどよろしく申し上げます。

本調査に協力することについて同意していただけますか

はい ・ いいえ

まず最初に下記の質問についてお答えください。あなた自身のことに関して、選択肢の項目についてはあてはまるもの1つを○で囲み、また自由記述の項目については( )に数字をご記入ください。

性別	男 ・ 女	所属	スポーツ科学科 ・ スポーツマネジメント学科 ・ 健康学科 ・ その他			
年齢	( )歳	生年月日	西暦( )年	( )月	( )日	
兄弟姉妹の有無	兄 ( )人	姉 ( )人	弟 ( )人	妹 ( )人	学年	1 ・ 2 ・ 3 ・ 4 ・ その他
高校	競技種目 ( )	競技レベル	国際大会 - 全国大会 - 地方大会 - 県大会 - 地区大会			
大学	競技種目 ( )	競技レベル	国際大会 - 全国大会 - 地方大会 - 県大会 - 地区大会			

質問1 各質問項目について、以下に示す0～6の規準に従って、その気持ちがどのくらい頻繁に起こるかもあてはまるものに○をつけてください。

	ない	年に数回	月に1回	月に数回	週に1回	週に数回	ほぼ毎日
1. 私は自分の競技生活にうんざりしている	0	1	2	3	4	5	6
2. 私はチームに自分なりに貢献している	0	1	2	3	4	5	6
3. 私は競技に燃え尽きたと感じる	0	1	2	3	4	5	6
4. 周りの人達は私を快く思っていない	0	1	2	3	4	5	6
5. 自分自身の競技の目標がはっきりと定まっていない	0	1	2	3	4	5	6
6. チームメイトは自分にとって大切な人達である	0	1	2	3	4	5	6
7. 競技をすることがつまらなくなつたと感じる	0	1	2	3	4	5	6
8. 私はクラブに関する問題をうまく解決している	0	1	2	3	4	5	6
9. 練習することは今の私にとって大きなストレスになっている	0	1	2	3	4	5	6
10. 私はクラブの人達と親密な交際ができなくなっている	0	1	2	3	4	5	6
11. 以前平気でやっていた練習が今は嫌でたまらない	0	1	2	3	4	5	6
12. 私の競技生活は、これまでに非常に価値があるものであった	0	1	2	3	4	5	6
13. 私は競技に行き詰っていると感じている	0	1	2	3	4	5	6
14. 私の役割やチームへの貢献はメンバーから十分に認められている	0	1	2	3	4	5	6
15. チームメイトとのコミュニケーションが少なくなった	0	1	2	3	4	5	6
16. 私はクラブの人達と、リラックスした雰囲気を作り出すことができる	0	1	2	3	4	5	6
17. 私は練習しすぎだと思う	0	1	2	3	4	5	6
18. 私はクラブの人達からよく理解されている	0	1	2	3	4	5	6
19. 私はチームメイトと練習した後は有意義な気持ちになる	0	1	2	3	4	5	6

質問2 次の1～16の各項目について、過去1週間のあいだに気分をあらわすのに、いちばんあてはまるものの中から1つだけ選んでください。

	まったくなかった	少しあった	まあまああった	かなりあった	非常に多くあった
1 希望がもてない	0	1	2	3	4
2 孤独でさびしい	0	1	2	3	4
3 がっかりしてやる気をなくす	0	1	2	3	4
4 自分はみじめだ	0	1	2	3	4
5 自分はほめられるに値しないと感じる	0	1	2	3	4
6 気持ちが沈んで暗い	0	1	2	3	4
7 他人を思いやる	0	1	2	3	4
8 もう何の望みもない	0	1	2	3	4
9 ゆううつだ	0	1	2	3	4
10 自分では何もできない	0	1	2	3	4
11 悲しい	0	1	2	3	4
12 自分は価値のない人間だ	0	1	2	3	4
13 あれこれ後悔する	0	1	2	3	4
14 何かにおびえる	0	1	2	3	4
15 自分は不幸だ	0	1	2	3	4
16 罪悪感がある	0	1	2	3	4

裏面に続きます

質問3 以下の文章を読み、それが自分の状態にどの程度当てはまっているかを下記の4段階からひとつ選び、回答してください。考え込まずに、直感的に感じたまま答えを選んで次の項目に進んでください。

	全く あてはまらない	どちらかといえば あてはまらない	どちらかといえば あてはまる	よくあてはまる
1 教師に言われなくても自分から進んで勉強する	1	2	3	4
2 勉強に関する本を読んでもすぐに飽きてしまう	1	2	3	4
3 勉強で疑問に思っことはすぐに調べる	1	2	3	4
4 必要な単位以外でも、関心のある授業はとるようにしている	1	2	3	4
5 大学で勉強をすることで自分の関心を深めている	1	2	3	4
6 授業に出る気がしない	1	2	3	4
7 朝寝坊などで授業に遅れることが多い	1	2	3	4
8 何となく授業をさぼることがある	1	2	3	4
9 大学からの連絡事項を見落としてしまうことが多い	1	2	3	4
10 授業の課題の提出が遅れたり、出さなかつたりすることがある	1	2	3	4
11 学生生活で打ち込むものがない	1	2	3	4
12 大学ではいろいろな人と交流がある	1	2	3	4
13 大学にいるより、自分ひとりでいるほうがいい	1	2	3	4
14 大学での時間は自分の生活の中で有意義な時間である	1	2	3	4
15 大学のなかで自分の居場所がないと感じる	1	2	3	4

質問4 あなた自身についてお答えください。以下の項目について、「まったくあてはまらない」～「よくあてはまる」の中で、もっとも当てはまると思う数字に○をつけてください。

	まったくあてはまらない	あまりあてはまらない	どちらともいえない	ややあてはまる	よくあてはまる
1. どんなことでも、たいてい何とかかなりそう気がする	1	2	3	4	5
2. 昔から、人との関係をとるのが上手だ	1	2	3	4	5
3. たとえ自信がないことでも、結果的に何とかかなと思う	1	2	3	4	5
4. 自分から人と親しくなることが得意だ	1	2	3	4	5
5. 自分は体力がある方だ	1	2	3	4	5
6. 努力することを大事にする方だ	1	2	3	4	5
7. つらいことでも我慢できる方だ	1	2	3	4	5
8. 決めたことを最後までやりとおすことができる	1	2	3	4	5
9. 困難な出来事が起きても、どうにか切り抜けることができると思う	1	2	3	4	5
10. 交友関係が広く、社会的である	1	2	3	4	5
11. 嫌なことがあっても、自分の感情をコントロールできる	1	2	3	4	5
12. 自分は粘り強い人間だと思う	1	2	3	4	5
13. 思いやりを持って人と接している	1	2	3	4	5
14. 自分の性格についてよく理解している	1	2	3	4	5
15. 嫌な出来事があったとき、今の経験から得られるものを探す	1	2	3	4	5
16. 自分の考えや気持ちがよくわからないことが多い	1	2	3	4	5
17. 人の気持ちや、微妙な表情の変化を読み取るのが上手だ	1	2	3	4	5
18. 人と誤解が生じたときには積極的に話をしようとする	1	2	3	4	5
19. 嫌な出来事が、どんな風に自分の気持ちに影響するか理解している	1	2	3	4	5
20. 嫌な出来事があったとき、その問題を解決するために情報を集める	1	2	3	4	5
21. 他人の考え方を理解するのが比較的得意だ	1	2	3	4	5

質問5 あなたはこれまでの授業およびその予習・復習での学習を通じて、次のような力がどの程度身についたと思いますか。今現在(大学)、あるいは高校時代を回顧してそれぞれ当てはまるものに○をつけてください。

	大学				高校			
	全く あてはまらない	どちらかといえば あてはまらない	どちらかといえば あてはまる	とても あてはまる	全く あてはまらない	どちらかといえば あてはまらない	どちらかといえば あてはまる	とても あてはまる
1. 授業に必要な教科書・資料、ノートなどを毎日持参する	1	2	3	4	1	2	3	4
2. 履修(登録)した科目は途中で投げ出さない	1	2	3	4	1	2	3	4
3. 授業で出された宿題や課題をきちんとする	1	2	3	4	1	2	3	4
4. 授業に遅刻しないようにする	1	2	3	4	1	2	3	4
5. レポートやテストを提出する前に見直す	1	2	3	4	1	2	3	4
6. できるかぎりよい成績を取ろうとする	1	2	3	4	1	2	3	4
7. 授業で配布された資料などを整理する	1	2	3	4	1	2	3	4
8. グループワークやディスカッションで自分の意見を言う	1	2	3	4	1	2	3	4
9. グループワークやディスカッションでは、進んでまとめ役をする	1	2	3	4	1	2	3	4
10. クラス全員の前で、積極的に質問する	1	2	3	4	1	2	3	4
11. グループワークやディスカッションでは、異なる意見の立場に配慮する	1	2	3	4	1	2	3	4
12. 授業で興味を持ったことについて主体的に勉強する	1	2	3	4	1	2	3	4
13. 授業とは関係なく、興味を持ったことについて自主的に勉強する	1	2	3	4	1	2	3	4
14. 授業でわからなかったことは、自分で調べる	1	2	3	4	1	2	3	4
15. 計画を立てて勉強する	1	2	3	4	1	2	3	4
16. 自分の意思で継続的に勉強する	1	2	3	4	1	2	3	4

ご協力ありがとうございました。