

大学生におけるハーディネスとユーモア行動の関連についての研究

スポーツ経営組織学ゼミナール 1314058 峰岸真子

1. 研究動機・研究目的

近年、大学生のひきこもりや不登校の問題が深刻化している。厚生労働省（2008）では、全国の大学生約 280 万人のうち、不登校は 2.9%に当たる 8 万 1000 人で、うち 2 万 8000 人がひきこもりの可能性があるとして報告されている。齋藤（2002）は、対人関係能力の低下やストレスに対する耐性の低さ、ストレスの対処の不適切さが指摘され、大学の学生相談室等に寄せられる相談件数は全国的に増加の傾向にあると述べている。中西・玉瀬(2014)によると、この問題の中核をなすと考えられる心理的ストレスモデルと、心理的ストレス特性としてのレジリエンスとハーディネスは、包括的にストレス反応を緩和するという類似点があると述べている。その個人差をもたらす要因の一つとして、Kobasa（1979）はその実存心理学を背景に、ハーディネスの概念を提唱した。

また、ユーモア（humor）は心身の健康において様々な効果があると提唱されている。ユーモアをよく使っている人ほどストレスフルな出来事が多いときでも心理的に安定していることが明らかされており、特に抑うつ感を減らすのにユーモアが役立つことが示されている（Nezu, Nezu, & Blissett, 1988; Thorson & Powell, 1994）。ポジティブなユーモアスタイルは、心身の健康と相関することが指摘されている（Martin, 2016）。高橋（2003）は、ユーモアセンスの認知的側面は認知的評価の一時評価である挑戦および、再評価に有意にポジティブな影響を与え、それを通じてストレス反応の表出を減じていると述べており、ユーモアと、ストレス反応が部分的に関連していることを明らかにしている。そこで本研究では、ハーディネスと、ユーモア行動の関連を明らかにすることを目的とする。

2. 調査方法

2017年10月、首都圏の某大学に在学している体育大学生487名を対象とし、質問紙調査を行った。部活動やゼミ等、各団体に質問紙を配布し、自分の目の届く範囲で回答してもらいその場で回収した。対象とした大学生487名のうち、有効回答は、436名分（有効回答率89.5%）であった。本研究は、質問紙調査として、①フェイスシート（個人に関する項目）、②ハーディネス尺度、③ユーモア行動尺度の3項目を使用した。個人属性によって各尺度項目の得点に影響を与えている可能性があるため、フェイスシートは、年齢、性別、学年、部活動、スポーツ経験、アルバイト経験、出身地、住居形態について質問した。

3. 主な結果と考察

〈結果〉

3-1. 全体尺度の平均点における相関分析

「ユーモア行動」と「ハーディネス」の間に相関は認められなかった。

3-2. 下位尺度の平均点における相関分析

12 項目中 11 項目において相関が認められなかった。唯一、「遊戯的ユーモア感知」と「コントロール」の間にも、1%水準で低い正の相関が認められた。

〈考察〉

ハーディネスとユーモア行動の間では、相関が認められなかった。この大きな理由として、ハーディネス、ユーモアともにこれまでの経験や育ってきた環境、好みなどその他の要因の方が、ハーディネスの強さやユーモア行動の表出・感知に影響を与えていることが挙げられる。追加検証から、性差においては、ユーモア行動尺度に有意差が見られ、ハーディネス尺度には有意差が見られなかった。つまり、男性と女性の間には、ユーモアの表出や感知に差があり、ハーディネスのようなストレスに対する性格特性は、性別ではなく個人に差があることが分かる。

4. 結論

- ①ハーディネスとユーモア行動の間では、相関が認められなかった。この大きな理由として、ハーディネス、ユーモアともにこれまでの経験や育ってきた環境、好みなどその他の要因の方が、ハーディネスの強さやユーモア行動の表出・認知に影響を与えていることが挙げられる。
- ②ユーモア行動尺度の下位尺度とハーディネス尺度の下位尺度の相関関係では、「遊戯的ユーモア」と「コントロール」にわずかな相関がみられた。
- ③性差において、ユーモア行動尺度には有意差が見られ、ハーディネス尺度には有意差が見られなかった。つまり、男性と女性によってユーモアの表出や認知に差があり、ハーディネスのようなストレスに対する性格特性は、性差ではなく個人差に差がある。

5. 卒業論文の執筆を終えて

本研究では、残念ながらハーディネスとユーモア行動、全体的に関連は見られなかったが、細かく下位因子をみていくと関連している部分も見られた。本研究の結果が、これからの社会を担う大学生から引きこもりや不登校を減らし、より良い社会を築くための一助となれば幸いです。最後に、この場をお借りして、本論文の執筆にご協力頂いた皆様に心より御礼申し上げます。