

日本・中国の大学生におけるストレスと ストレスコーピングとの関連についての比較検討

姜 信善・高松 好恵*

Comparison with Relationship between Stressor and Stress Coping of University Students in Japan and China

Sinsun KANG, Yoshie TAKAMATSU*

キーワード：日本, 中国, 大学生, ストレッサー, ストレスコーピング, 自己形成

keywords : Japan, China, University Students, Stressor, Stress Coping, Formation of Personality

問題および目的

文部科学省の2015年度学校基本調査(速報)の結果によると、日本における過年度卒業者を含む大学進学率は51.5%であった。人間の発達段階の一つである青年期と、大学生活を過ごす時期には重なりがあり、大学進学率の上昇も相まって、大学生を取り巻く環境は日々変化していると言えよう。堤(2001)は、大学生という時期を「社会的に承認されたモラトリアムの中で、高校生以前の与えられた生き方から解放され、改めて主体的な自己を模索する自由と、それと同時に突き放された寂寥感の中で戸惑っている感さえ見られる時期」であると指摘していると同時に「人生で最も多彩で起伏に富んだ時期」とも位置付けている。

青年期は、“自分探し”の時期であり、アイデンティティを確立することが課題とされ、この過程においては様々な悩みや葛藤に直面し、不安や苛立ち、反抗など精神的に不安定な状態に陥りやすい(向, 2013)。加えて、グローバル化が進み、現代社会を生きる我々は、日々の生活の中でさまざまな面においていろいろな国や文化と接触する機会を得られるようになった。このような時代背景から、自らの生まれ育った国で確立された自己が、他国や他文化に接することで揺らいでしまう可能性があると言えるのではないだろうか。青年期の自己形成においても、グローバルな視点からの援助が求められるであろうが、そのような観点からの研究はあまり見られない。

また、我々は身近な他者への理解だけでなく、異文化で生きる人々への理解をより深めていかなければならない時代を生きており、そうしたことを反映させ自己形成をしていくことが、国や文化を超えた相互理解へとつながると考えられる。他国あるいは他文化において育った人々との相互理解の妨げとなるのは、主に自国の文化に基づいた価値観によるものではないだろうか。そこで、心理的な諸問題についての社会文化的な比較検討からの知見が、青年期のさまざまな課題に対する援助により有効であろう。

さらに、現代社会はストレス社会でもあり、そこでストレスを抱えることは青年期における健康な自己形成につながりにくいと考えられる。したがって、本研究では、青年期の大学生が日常生活においてどのようなことをストレスであると感じるのか、つまりストレスと、それへの対処であるストレスコーピングについて社会文化的な比較検討を行い、青年期の自己形成への援助に示唆を得ることを目的とする。

青年期の様々な問題を考慮し、大学は心理相談を受け付けたり、ピア・サポートの体制を整えたりするなどの対策を取っているが、現状では、不適応や不登校に陥る学生は少なからず存在していることが考えられる。また、大学での直接的なサポートを必要とするほどの事態に置かれていない学生でも、日々の学生生活においてなんらかのストレスを抱えてしまうことがあると言えよう。その原因はどのようなものであるのだろうか。大西・津森(1995)は、自らが大学で学生相談に携わった経験から、大学生の主訴や問題として、対人関係に関する悩み、パーソ

* 東京外国語大学大学院総合国際学研究科
世界言語社会専攻国際社会コース 在学中

ナリティの問題、家族との関係やトラブル、進路への不安、精神症状による危篤状態などを挙げている。また、田中・菅(2006)は、近年、大学生活において不適応を起こす学生が存在していることを指摘しており、その原因として、不本意入学や、大学になじむことができない、講義が面白くないなどの理由を挙げている。

また、多くの大学生は在学中に就職活動を行うことから、青年期の大学生に対し、就職活動を考慮した援助も求められる。文部科学省の平成27年度大学卒業予定者の就職内定状況調査(2015年10月1日現在)では、大学(学部)の就職内定率は66.5%であり、この数値は前年の同じ時期に比べると1.9ポイント減少している。この調査対象となった学生からは、経団連による就職活動の日程変更の影響で、「就職活動が長期化した」という不満の声も聞かれた。さらに、就職活動を終わらせるよう企業側が学生に迫る「オワハラ」の問題も報告されている(朝日新聞デジタル, 2015)。これらは、大学生の就職活動を取り巻く直近の問題であると言える。一方で、北見(2010)は、希望の企業から内定を得ていない者は、内定が得られないことに加え、自分のやりたいこと、適性が定まっていないことや、周囲の人を気にして自分と比較してしまうことなどがストレス源となり、精神的健康に悪影響を及ぼすことを明らかにしている。就職活動前から活動中にかけて、つねにストレスが生起する可能性と隣り合わせである大学生の状況が示されている。

上述したような特徴は、大学進学率が51.5%となった今日の日本以外の国にも当てはまるのであろうか。例として、中国の大学生の特徴を概観することとする。

1979年に人口抑制のために一人っ子政策を開始した中国は、過保護に甘やかされて育った子どもが増え、彼らに対し「小皇帝」という呼び名がつくほどの深刻な社会問題を抱えた。現代の中国における大学生も一人っ子政策の只中に生まれており、兄弟がいないことで子どものときから自分のことばかり考えて、他人のことを考えない大人になってしまうことを彼ら自身が危惧している(佐藤, 2006)。しかし、中国では大学生になるとほとんどの学生が親元を離れ、大学の寮で共同生活を始める。必然的に自分のことは自分で考えなければならず、たとえ甘やかされて育ったとしても、自立の一步を踏み出す

ことで心境や習慣などになんらかの変化があり、その過程でストレスを抱えてしまう場合もあると言える。また、中国では、長らく就職難の時代が続いている。ネットアイビーニュース掲載の上海最先端レポート(2010)によると、2009年7月1日までの統計では、全国の同年度大学新卒者の就職率が68%で止まっていた。経済発展により多くの求人が創出されているにもかかわらず、大学新卒者数がそれをはるかに上回っており、この傾向はしばらく続くと予想されている。人材需要と大卒者の供給のアンバランスな状況に加え、就活生に渦巻く「不満」も就職難に拍車がかかっている様子が見てとれる。人民網日本株式会社事業案内のニュース記事(2012)では、これまで多くの学生が給料の高い外資系企業への就職を希望していたが、2008年の金融危機以後、福利厚生が充実し安定した党体制内部門で働くことを望むようになってきたという。党体制内部門とは、党・政府機関、国家機関、国有企業などを指し、それらへの就職は「親の七光り」がなければ難しいとされる。したがって、親のコネや影響力に与ることのできない学生は、こうした職種への就職をあきらめざるを得ず、就業競争の不公平さが学生たちの間に蔓延していることが示されている。

こうした大学生の就職活動に関する問題は、青年期における自己形成とも関連しているのではないだろうか。アイデンティティ形成の段階では、自身の将来像を描きにくいことや、やりたいことを見つけられにくいことが予想される。日本・中国においてともに、就職活動を控えている大学生は、厳しい競争を勝ち抜けるために日々の大学生活を通してさまざまな努力をしているであろう。しかし、その過程において抱えるストレスと向き合い、また、適切に対処していくことができるようになることが自己形成や精神的健康に望ましい影響を及ぼすと考えられる。

ここまで、青年期の諸問題について日本・中国の2か国を概観したが、両国における青年期の大学生のストレスにはそれぞれの社会文化的背景があり、ストレスコーピングもそれに応じたものになっていると予想される。

加藤(2000)は、特定のストレスフルなイベントに対して、特性的コーピング尺度を使用することが最も適切であるという立場から、大学生用対人ストレスコーピング尺度の作成を試みている。この研究

では、ポジティブ関係コーピング、ネガティブ関係コーピング、解決先送りコーピングの3つの因子が見出された。しかし、対人ストレスに対するコーピングの検討を行うにとどまっており、大学生のストレス全般に対するコーピングについては明らかにされていない。このことから、大学生が日常生活においてどのようなことをストレスラーと考えるのか、また、それに対してどのようなストレスコーピングを行うのかを明らかにする必要がある。

以上のことから、本研究では日本・中国の大学生におけるストレスラーとストレスコーピングについて比較検討を行い、青年期の大学生の自己形成の過程で生じる諸問題に対する援助に何らかの示唆を得ることを目的とする。そのため、日本・中国の青年期におけるストレスラーおよびストレスコーピングの特徴を明らかにし、また、その関連を調べることにする。

以下、日本・中国を日中と表記することとする。

研究1：ストレスラーおよびストレスコーピング尺度の作成

<予備調査>

目的

現代の日中の青年期の大学生が日常的に直面するストレスラーを多面的にとらえ、両国の大学生特有のストレスラーを見出すとともに、どのようなストレスコーピングを行うのかを調べるため、以下のような予備調査を行った。

方法

【対象者】

日本：T県の大学生222名

中国：T県の大学に留学中の中国人留学生若干名および中国S市の中国人大学生40名

【調査時期】

2014年12月～2015年1月

【調査内容】

大学生が日常生活で感じるストレスラーと、それをストレスラーであると感じる理由およびストレスコーピングに関する質問項目で構成された質問紙を用い、自由記述による回答が求められた。また、中国の大学生を対象とした予備調査を行うに当たり、まず日本に留学中の中国人大学生を対象に予備調査を行い、その結果を踏まえて中国での予備調査に臨んだ。中国の大学生の調査には、日本語の質問文を

中国語に訳したものを使用した。その際、中国語に訳したものをもう一度日本語に訳すという作業を行い、質問文の解釈に質的な違いがないかについて検討を行った。具体的な質問内容は以下の通りである。

①日常生活で感じるストレスラー：あなたは普段の生活で、どのようなことにストレスを感じますか。また、感じたことがありますか。以下の場面ごとにできるだけ具体的にお書きください。

a. 対人場面（友人、家族、先生、サークルの知り合いなどとの関わり）で感じたストレス

b. 学業で感じたストレス

c. その他のことで感じたストレス

②ストレスコーピング：①で挙げたストレスについて、あなたはどのような対処をしますか。考えられるもの、または実行したことがあるものをできるだけ具体的にお書きください。

結果

①日常生活で感じるストレスラーについて

ストレスラーについて、日中のそれぞれの回答内容に細かな違いはあるものの、おおむね共通のカテゴリーにまとめることができた。本研究では日中両国の特徴を同時に調べることを目的としており、幅広い視点から項目を作成することをめざし、予備調査から得られた回答内容については少数意見も反映させる必要があると考え、以下の9つのカテゴリーに分類された。

一つ目は、“相手が自分にとって理解できない言動や行動を何度もとったとき”、“指導教員との意見が一致しない”などの、人とかかわりの中で経験した「価値観の相違」についての内容である。二つ目は、“陰口を言われること”、“バイト先でお客さんに理不尽な言いがかりをつけられたとき”などの「他者からの中傷」についての内容である。三つめは、“うまく周りになじめていないと感じるとき”、“周りの人が冷たいと感じられるとき”などの対人関係において相手との距離感や関係性そのものへの不満などの「相手との関係性満足度」についての内容である。四つ目は、“自分の気持ちが思うように伝わらなかったとき”、“友達から頼みごとをされると、断りにくいとき”などの会話や人間関係に難しさを感じるという「自己のコミュニケーション・スキル」についての内容である。五つ目は、“自分の思いを相手に口に出して伝えられないとき”、“家族に自分の考えを理解してもらえないとき”などの

「自己開示のむずかしさ」についての内容である。六つ目は、“止むを得ずトラブルの仲介役をやらされるとき”、“同じ寮に住んでいる人との関係について悩んでいるとき”などの、自らの所属や立場への不適応感や不満からくる「自己の状況、立場」についての内容である。七つ目は、“成績が思うように伸びなかったとき”、“周りの人の成績が自分より優れていること”などの「自己の能力・努力の不足」についての内容である。八つ目は、“アパートの隣の部屋で夜遅くに騒がれたとき”、“友達ほど生活が豊かではないと感じるとき”などの「自己コントロール不可能な環境・事象」についての内容、九つ目は、“勉強しなければならないとき”、“学業の内容がつまらないとき”などの「学業そのもの」についての内容である。

②ストレスコーピングについて

ストレスコーピングについて、ストレッサーと同様に、日中のそれぞれの回答内容に多少の違いは見られたが、おおむね共通のカテゴリーにまとめることができ、以下の6つのカテゴリーに分類された。

一つ目は、“何とか改善されるようアプローチする”、“できるだけ積極的な姿勢をとる”などのストレスの低減にこだわらず、何らかの対処を行う「ストレッサー適応」についての内容である。二つ目は、“期限に余裕を持ってレポートを作る”、“前もって準備する”などの、ストレスをなくすために自分なりに行動するという「解決への積極的対策行動」についての内容である。三つめは、“そのことについて考えるのをやめる”、“無視する”などのコーピングを放棄するという対処をとる「諦め、逃避」についての内容である。四つ目は、“趣味に没頭する”“音楽を聴く”などのストレスを忘れるために行動する「気晴らし行動」についての内容である。五つ目は、“友人に相談する”、“家族に話す”などの、信頼できる他者に援助を求める「他者への援助要請」についての内容である。六つ目は、“特に何もしない”などの、具体的なコーピングを行うことをしない「対処なし」についての内容である。

日中両国で回答された項目について、再検討や修正を行い、最終的に日常生活で感じるストレッサーについては41項目、ストレスコーピング（ストレスへの対処行動）については、38項目が選定された。

＜本調査＞

目的

青年期の大学生が日常的に直面するストレッサーとストレスコーピングのそれぞれの内容および構造を調べるためのストレッサー尺度、ストレスコーピング尺度を作成する。そして、日中のそれぞれのストレッサーとストレスコーピングにどのような関連があるかを明らかにし、日本・中国の大学生のストレッサーを比較検討するとともに、適切なストレスへの対処法を見出すことを目的とする。

方法

【対象者】

日本：T 県の大学生452名

（男性227名、女性225名）

中国：S 市の大学生329名

（男性87名、女性242名）

合計781名

【調査時期】

日本：2015年5月18日～2015年5月27日

中国：2015年5月14日～2015年5月16日

【調査内容】

まず、予備調査で収集されたストレッサーに関する質問項目、全41項目について、それぞれ「ストレスだと思う」「ややストレスだと思う」「どちらともいえない」「あまりストレスだと思わない」「ストレスだと思わない」の5件法で回答が求められた。

教示文は以下のように与えられた。

「以下のような場面に遭遇したとき、あなたはその場面をストレスだと思いますか。最も当てはまる数字に○を付けてください。」

次に、予備調査で収集されたストレスコーピングに関する質問項目、全38項目について、それぞれ「当てはまる」「やや当てはまる」「どちらともいえない」「あまり当てはまらない」「当てはまらない」の5件法で回答が求められた。

教示文は以下のように与えられた。

「今まで、対人場面（親、友人など）や自分の能力、将来への不安などのためにストレスを感じたことがあると思います。以下の項目を読み、あなたがそのような状況にいる場合、どのように考えたり、行動したりするかを想定して、最も当てはまる数字に○を付けてください。」

【分析手続き】

まず、ストレッサーにおいての質問項目に対する

回答を、「ストレスだと思う」5点、「ややストレスだと思う」4点、「どちらともいえない」3点、「あまりストレスだと思わない」2点、「ストレスだと思わない」1点とし、日本の大学生の回答結果、中国の大学生の回答結果ともに、プロマックス回転による因子分析を行った。

次に、ストレスコーピングにおける質問項目に対する回答を、「当てはまる」5点、「やや当てはまる」4点、「どちらともいえない」3点、「あまり当てはまらない」2点、「当てはまらない」1点とし、日本の大学生の回答結果、中国の大学生の回答結果ともに、プロマックス回転による因子分析を行った。

結果

1-1. 日本の大学生を対象としたストレスラーおよびストレスコーピングの因子分析結果について

予備調査の結果をもとに、ストレスラーおよびストレスコーピングに関する質問項目を作成し、その回答について因子分析を行った。

(1) ストレスラーの因子分析結果について

複数因子に高い負荷量を示していたり、負荷量が低い項目を削除したりした結果、6因子を仮定することができ、17項目を削除し、全24項目となった。プロマックス回転後の因子パターンはTable 1-1-1に示す。

第1因子は“理不尽な言いがかりをつけられたとき”、“陰口を言われていることを知ったとき”などの項目で構成された。この因子は、他者の一方的な行為により不愉快にさせられたり、納得がいかない気持ちにさせられたりすることがストレスラーとなるという内容から、「無思慮心的損傷」と命名された。

第2因子は、“同意を得るために、親を説得しなければならぬとき”、“親との意見の食い違いが多々あり、接触をさけるようになったとき”などの項目で構成された。親とのかかわりにおいて、共通の認識を追い求めるものの、それが難しいために思い煩い、かかわりをもつことが億劫であるという気持ちを抱くことがストレスラーとなるという内容から、「親コミュニケーション葛藤」と命名された。

第3因子は、“互いに高め合い、ともに成長できる友人がいないと感じたとき”、“気楽に付き合えて、一緒にいて楽しいと感じられる人がいないとき”などの項目で構成された。この因子は、他者に対して望むような関係を構築できていないことがストレッ

サーとなるという内容から、「心的共有願望」と命名された。

第4因子は、“自分がどのような職業に向いているのかわからず進路が定まらないとき”、“自分の将来像を描けず、将来に希望がもてないとき”という項目で構成された。この因子は、自分の現状への自信の無さから将来にまで不安を抱えてしまうことがストレスラーとなるという内容から、「自己能力不信」と命名された。

第5因子は、“公共のマナーを守らない人がいたとき”、“授業中に、大きな声で私語をする人がいたとき”などの項目で構成された。この因子は、社会的に望ましくない行為を分別なく行う他者に対して嫌悪感を抱くことがストレスラーとなるという内容から、「無分別他者嫌悪」と命名された。

第6因子は、“自分の思っていることをうまく表現できず、人に理解してもらえないとき”、“自分の思いを口に出して相手に伝えられず、もどかしいとき”などの項目で構成された。この因子は、自分の意思を相手にうまく伝えられないことがストレスラーとなるという内容から、「意思疎通の失敗」と命名された。

因子仮定後にCronbachの α 係数を算出したところ、因子ごとの α 係数は、第1因子0.777、第2因子0.716、第3因子0.745、第4因子0.769、第5因子0.726、第6因子0.700であった。

(2) ストレスコーピングの因子分析結果について

複数因子に高い負荷量を示していたり、負荷量が低い項目を削除したりした結果、6因子を仮定することができ、17項目を削除し、全21項目となった。プロマックス回転後の因子パターンはTable 1-1-2に示す。

第1因子は“否定されるようなことを言われたときは、その原因を考えて、自分の言動を改める”、“相手の立場に立って考えることで、相手を理解しようとする”などの項目で構成された。この因子は、自分の考えや言動を改めることによって自身の今後に何かを見出そうとする内容から、「自己改善」と命名された。

第2因子は、“友達を誘って外出や買い物をする”、“誰かと連絡をとってストレスと関係のない話をする”などの項目で構成された。この因子は、ストレスを感じたときに他者に援助を求めるという内容から、「人的サポート希求」と命名された。

Table 1-1-1 日本の大学生のストレスに関する項目の因子分析結果（プロマックス回転後）

No	項目内容	F1	F2	F3	F4	F5	F6
F1「無思慮心的損傷」							
29	理不尽な言いがかりをつけられたとき	0.634	-0.055	-0.009	-0.095	0.160	-0.009
13	陰口を言われていることを知ったとき	0.619	-0.104	0.078	0.070	-0.131	0.017
7	意味もなく、理由もなく相手から態度を悪くされたとき	0.604	-0.071	-0.005	-0.045	0.061	0.059
12	価値観を押し付けるような態度をとられたとき	0.556	-0.057	-0.055	0.109	0.125	-0.076
24	心配や気遣いのつもりであっても、自分のコンプレックスに関することにふれられたとき	0.495	0.024	0.200	-0.037	-0.056	-0.068
8	周囲から他人と比較されたとき	0.481	0.054	0.062	0.024	-0.085	0.009
37	機嫌や都合が悪くなると、表情に出したり周囲にやつあたりしたりする人がいたとき	0.427	0.078	-0.072	-0.003	0.238	0.024
22	約束を守ってもらえなかったとき	0.403	-0.002	0.010	0.025	0.297	-0.019
F2「親コミュニケーション葛藤」							
16	同意を得るために、親を説得しなければならないとき	-0.252	0.744	0.044	-0.045	0.076	0.048
26	親との意見の食い違いが多々あり、接触を避けるようになったとき	-0.010	0.567	0.041	0.139	0.036	-0.075
11	親に自分の意見を理解してもらえず、否定的なことを言われたとき	0.306	0.507	-0.068	0.028	-0.059	-0.008
6	親に自分の行動について細かく注意されたとき	0.295	0.499	-0.167	-0.108	-0.109	0.115
21	世代間のギャップから、親とのコミュニケーションを面倒に思ったとき	-0.048	0.494	0.138	0.031	0.034	-0.082
F3「心的共有願望」							
38	互いに高め合い、ともに成長できる友人がいないと感じたとき	-0.041	-0.021	0.809	-0.021	0.089	0.001
33	気楽に付き合えて、一緒にいると楽しいと感じられる人がいないとき	0.202	0.064	0.593	-0.015	-0.073	0.027
39	集団の中で、自分の存在感をあまり感じられなかったとき	0.020	0.054	0.591	0.005	-0.019	0.061
F4「自己能力不信」							
10	自分がどのような職業に向いているのかわからず進路が定まらないとき	-0.087	0.063	-0.032	0.896	0.043	-0.033
5	自分の将来像を描けず、将来に希望がもてないとき	0.029	-0.051	-0.037	0.748	-0.028	0.136
25	自分で決めた目標や計画を実行できるかと不安になったとき	0.204	0.026	0.130	0.431	-0.068	-0.027
F5「無分別他者嫌悪」							
27	公共のマナーを守らない人がいたとき	0.128	0.011	-0.017	0.049	0.736	-0.042
17	授業中に、大きな声で私語をする人がいたとき	-0.021	0.036	0.051	-0.055	0.723	0.086
F6「意思疎通の失敗」							
4	自分の思っていることをうまく表現できず、人に理解してもらえないとき	-0.018	-0.021	-0.022	0.087	0.021	0.757
2	自分の思いを口に出して相手に伝えられず、もどかしいとき	-0.086	0.020	0.144	0.012	0.064	0.646
3	自分の考えを否定されたとき	0.300	-0.031	-0.040	-0.044	-0.047	0.431
因子間相関							
F1							
F2		0.520					
F3		0.397	0.402				
F4		0.418	0.497	0.507			
F5		0.400	0.219	0.080	0.099		
F6		0.497	0.385	0.455	0.471	0.212	
α 係数		0.777	0.716	0.745	0.769	0.726	0.700

第3因子は、“相手の態度の改善につながるように、自分の不満や意見をはっきり伝える”、“その場に望ましくない行動をとっている人に、直接注意する”などの項目で構成された。この因子は、自分と他者の間で意見の違いがあるときや、他者に対して不満を抱くときに、互いにそれが伝わるようにする内容から、「対人葛藤収拾」と命名された。

第4因子は、“無視する”、“相手との関係を断ち

切る”などの項目で構成された。この因子は、ストレスに対して、意識的にかかわろうとしない内容から、「解決断念」と命名された。

第5因子は、“受け流して真剣に考えない”、“期待通りの結果が得られなかったとしても、気落ちしない”という項目で構成された。この因子は、自分の心のバランスを保とうとする内容から、「平常心保持」と命名された。

Table 1-1-2 日本の大学生のストレスコーピングに関する項目の因子分析結果（プロマックス回転後）

No	項目内容	F1	F2	F3	F4	F5	F6
F1「自己改善」							
22	否定されるようなことを言われたときは、その原因を考えて、自分の言動を改める。	0.809	-0.051	0.003	0.067	0.104	-0.175
27	相手の立場に立って考えることで、相手を理解しようとする。	0.697	-0.036	-0.001	-0.053	0.018	0.088
33	自分の考え方、発言の仕方、行動を改める。	0.672	-0.032	0.013	-0.007	-0.071	0.044
30	同じミスを繰り返さないように肝に銘じる。	0.591	0.054	-0.091	-0.009	-0.129	0.054
32	相手の意見を受け入れ、自分に当てはめて行動してみる。	0.578	-0.046	0.093	0.013	0.072	0.053
37	誰かに対して距離感を感じてしまうときは、それまでの自分の言動を思い返して関係の改善に努める。	0.493	0.009	-0.023	-0.108	0.091	0.097
F2「人的サポート希求」							
5	友達を誘って外出や買い物をする。	-0.156	0.667	0.026	-0.066	0.044	0.085
36	誰かと連絡を取ってストレスと関係のない話をする。	-0.072	0.616	0.033	0.009	0.111	-0.008
15	仲間と好きなことをして楽しむ。	0.020	0.616	-0.128	-0.153	0.229	0.072
29	同じ経験のある友人などと不満・悩みを共有する。	0.228	0.611	0.003	0.087	-0.183	-0.074
34	誰かに相談する。	0.045	0.544	0.132	0.070	-0.219	-0.064
F3「対人葛藤収拾」							
12	相手の態度の改善につながるように、自分の不満や意見をはっきり伝える。	-0.011	-0.036	0.808	-0.016	0.104	-0.041
1	その場に望ましくない行動をとっている人に、直接注意する。	-0.076	0.048	0.660	-0.065	-0.013	0.056
17	相手が自分に対して不満を示したときは、それがどのような不満であるのかを直接尋ねる。	0.166	0.075	0.512	0.038	0.076	0.004
F4「解決断念」							
31	無視する。	-0.120	0.059	-0.084	0.619	0.130	0.070
11	相手との関係を断ち切る。	-0.068	-0.072	0.126	0.616	-0.088	0.074
26	望みを捨てる。	0.107	-0.066	-0.107	0.503	0.121	0.015
F5「平常心保持」							
21	受け流して真剣に考えない。	0.027	0.119	0.001	0.195	0.641	-0.112
19	期待通りの結果が得られなかったとしても、気落ちしない。	0.041	-0.033	0.152	-0.050	0.537	0.071
F6「自己容認」							
9	自分の良いところを見出し、自尊心を保つ。	0.027	-0.001	0.098	0.031	-0.050	0.622
14	自分がやれるだけのことはやったと、自分を肯定する。	0.081	0.053	-0.074	0.116	0.002	0.584
因子間相関							
F1							
F2 0.472							
F3 0.328 0.275							
F4 -0.207 -0.081 0.070							
F5 -0.057 -0.105 0.059 0.112							
F6 0.240 0.253 0.313 0.064 0.206							
α 係数 0.804 0.744 0.723 0.621 0.575 0.573							

第6因子は、“自分の良いところを見出し、自尊心を保つ”、“自分がやれるだけのことはやったと、自分を肯定する”という項目で構成された。この因子は、自分を認め、許すという内容から、「自己容認」と命名された。

因子仮定後に Cronbach の α 係数を算出したところ、因子ごとの α 係数は、第1因子0.804、第2因子0.744、第3因子0.723、第4因子0.621、第5因子0.575、第6因子0.573であった。

1-2. 中国の大学生を対象としたストレスコーピングの因子分析結果について

(1) ストレスコーピングの因子分析結果について

複数因子に高い負荷量を示していたり、負荷量が低い項目を削除したりした結果、5因子を仮定することができ、26項目を削除し、全15項目となった。プロマックス回転後の因子パターンは Table 1-2-1 に示す。

第1因子は、“公共のマナーを守らない人がいたとき”、“授業中に、大きな声で私語をする人がいた

Table 1-2-1 中国の大学生のストレスに関する項目の因子分析結果（プロマックス回転後）

No	項目内容	F1	F2	F3	F4	F5
F1「社会的逸脱嫌悪」						
27	公共のマナーを守らない人がいたとき	0.835	-0.113	0.039	-0.238	0.082
17	授業中に、大きな声で私語をする人がいたとき	0.610	0.081	-0.337	0.104	0.069
32	自分ですべきことであるにも関わらず、すぐに誰かに頼ろうとする人がいたとき	0.600	-0.043	0.199	0.114	-0.097
31	親に対して素直に感謝することができなかったとき	0.548	0.058	0.156	0.076	-0.119
22	約束を守ってもらえなかったとき	0.474	0.098	-0.040	0.051	0.114
F2「意思疎通の失敗」						
3	自分の考えを否定されたとき	0.012	0.844	-0.030	0.002	-0.042
4	自分の思っていることをうまく表現できず、人に理解してもらえないとき	-0.071	0.739	0.052	0.010	0.067
2	自分の思いを口に出して相手に伝えられず、もどかしいとき	0.077	0.660	0.074	-0.101	-0.007
F3「自己統制不全感」						
35	何度も同じミスを繰り返してしまい、周りに迷惑をかけてしまったとき	-0.055	0.050	0.859	-0.102	0.074
36	努力しているつもりでも、報われていないと感じてしまうとき	-0.073	0.033	0.706	0.006	0.125
30	課題が難しく、締め切りが近づいてきていても手がつけられないとき	-0.004	0.016	0.699	0.147	-0.088
F4「自己実現疲労」						
20	自分の望む生き方の実現のため、試行錯誤しているとき	-0.052	-0.087	-0.029	0.855	0.080
19	他人の成績が優れていることを知り、自分の限界を思い知ったとき	0.096	0.085	0.160	0.503	-0.030
F5「親過干渉」						
6	親に自分の行動について細かく注意されたとき	0.055	0.013	0.036	0.050	0.545
11	親に自分の意見を理解してもらえず、否定的なことを言われたとき	0.080	0.008	0.183	0.070	0.502
因子間相関						
	F1					
	F2	0.415				
	F3	0.509	0.660			
	F4	0.502	0.519	0.611		
	F5	0.478	0.522	0.590	0.398	
	α 係数	0.764	0.799	0.827	0.696	0.624

とき”などの項目で構成された。この因子は、社会一般の規範や慣習から逸れた他者の行動がストレスとなるという内容から、「社会的逸脱嫌悪」と命名された。

第2因子は、“自分の考えを否定されたとき”、“自分の思っていることをうまく表現できず、人に理解してもらえないとき”などの項目で構成された。この因子は、自分の意思を相手にうまく伝えられないことがストレスとなるという内容から、「意思疎通の失敗」と命名された。なお、これは日本のストレス第6因子「意思疎通の失敗」と同じ項目で構成され、日中においてともにみられるストレス因子である。

第3因子は、“何度も同じミスを繰り返してしまい、周りに迷惑をかけてしまったとき”、“努力しているつもりでも報われていないと感じてしまうとき”などの項目で構成された。この因子は、自分の思う通りの結果が得られずふがいなさを感じるこ

がストレスとなるという内容から、「自己統制不全感」と命名された。

第4因子は、“自分の望む生き方の実現のため、試行錯誤しているとき”、“他人の成績が優れていることを知り、自分の限界を思い知ったとき”という項目で構成された。この因子は、自分の生き方をうまく実現できていないことにより自己の限界を感じることがストレスとなるという内容から、「自己実現疲労」と命名された。

第5因子は、“親に自分の行動について細かく注意されたとき”、“親に自分の意見を理解してもらえず、否定的なことを言われたとき”という項目で構成された。この因子は、親から否定されたり干渉されたりすることがストレスとなるという内容から、「親過干渉」と命名された。

因子仮定後に Cronbach の α 係数を算出したところ、因子ごとの α 係数は、第1因子0.764、第2因子0.799、第3因子0.827、第4因子0.696、第5

Table 1-2-2 中国の大学生のストレスコーピングに関する項目の因子分析結果（プロマックス回転後）

No	項目内容	F1	F2	F3	F4
F1「対人意識的自己維持」					
34	誰かに相談する。	0.820	0.001	-0.152	0.169
29	同じ経験のある友人などと不満・悩みを共有する。	0.770	-0.039	-0.125	0.1
15	仲間と好きなことをして楽しむ。	0.714	-0.069	0.173	-0.288
8	相手の状況を探るため、第三者に助けを求める。	0.653	0.043	-0.144	0.132
22	否定されるようなことを言われたときは、その原因を考えて、自分の言動を改める。	0.587	-0.067	0.092	0.119
35	良い経験を思い出し、これからの人生に生かす方法を考える。	0.555	-0.153	0.123	0.149
36	誰かと連絡を取ってストレスと関係のない話をする。	0.537	0.156	0.018	-0.085
32	相手の意見を受け入れ、自分に当てはめて行動してみる。	0.535	0.138	0.205	-0.037
10	一人でテレビを見たり、音楽を聞いたりする。	0.514	0.072	0.041	-0.19
5	友達を誘って外出や買い物をする。	0.424	0.095	-0.008	0.12
F2「解決閉却」					
26	望みを捨てる。	-0.126	0.723	-0.089	0.212
31	無視する。	0.051	0.674	0.149	-0.031
21	受け流して真剣に考えない。	0.219	0.613	-0.058	-0.071
F3「自己指針想起」					
18	失敗を恐れずに、目の前のことから順番に挑戦していく。	-0.084	-0.036	0.892	0.207
19	期待通りの結果が得られなかったとしても、気落ちしない。	0.069	0.059	0.647	0.005
F4「他者変化要求」					
3	態度を改めてもらえるように、先生・親など、周囲の人に助けを求める。	0.194	-0.063	0.118	0.639
1	その場に望ましくない行動をとっている人に、直接注意する。	-0.077	0.236	0.118	0.428
因子間相関					
	F1				
	F2	0.138			
	F3	0.498	0.005		
	F4	0.279	0.262	0.186	
	α 係数	0.862	0.717	0.756	0.501

因子0.624であった。

(2) ストレスコーピングの因子分析結果について

複数因子に高い負荷量を示していたり、負荷量が低い項目を削除したりした結果、4 因子を仮定することができ、21項目を削除し、全17項目となった。プロマックス回転後の因子パターンは Table 1-2-2 に示す。

第1因子は、“誰かに相談する”，“同じ経験のある友人などと不満・悩みを共有する”などの項目で構成された。この因子は、他者とのさまざまなかわりを通して、自分を慰めたり、肯定したりする内容であることから、「対人意識的自己維持」と命名された。

第2因子は、“望みを捨てる”，“無視する”などの項目で構成された。この因子は、ストレスの解決というよりは、問題状況を等閑する内容から、「解決閉却」と命名された。

第3因子は、“失敗を恐れずに、目の前のことから順番に挑戦していく”，“期待通りの結果が得られ

なかったとしても、気落ちしない”という項目で構成された。この因子は、ストレスが生じたときでも恐れない、気落ちしない、といった強い意志がうかがえる内容から、「自己指針想起」と命名された。

第4因子は、“態度を改めてもらえるように、先生・親など、周囲の人に助けを求める”，“その場に望ましくない行動をとっている人に、直接注意する”という項目で構成された。この因子は、直接的・間接的に他者に関与して問題を解決しようとする内容から、「他者変化要求」と命名された。

因子仮定後に Cronbach の α 係数を算出したところ、因子ごとの α 係数は、第1因子0.862、第2因子0.717、第3因子0.756、第4因子0.501であった。

考察

1. 日中におけるストレスについて

ここでは、日中のストレスについて比較検討するため、研究1の1-1.(1)および1-2.(1)の結果についてまとめて考察していく。

青年期における大学生の日常的なストレスーとして、日本では6因子が、中国では5因子が見出された。両国におけるストレスー因子は、自己に関するものであるか他者に関するものであるかという観点から分類することができた。

まず、自己に関するストレスーは、日本では第4因子「自己能力不信」であり、中国では第3因子「自己統制不全感」、第4因子「自己実現疲労」であった。これらについて順にみていく。第一に、日本の第4因子「自己能力不信」および中国の第4因子「自己実現疲労」である。これらのストレスーは、青年期特有の悩みや不安と関係するものと考えられる。しかし、日本の「自己能力不信」は、“自分がどのような職業に向いているのかわからず進路が定まらないとき”、“自分の将来像を描けず、将来に希望がもてないとき”などの全3項目から構成され、主に就職活動を控えた学生が自身の将来や適性について悩み、自身の今後を決められずにいることがストレスーであることが示された。これに対し、中国の「自己実現疲労」は、“自分の望む生き方の実現のため、試行錯誤しているとき”、“他人の成績が優れていることを知り、自分の限界を思い知ったとき”という全2項目から構成され、目標とする自己像を見据え、それに近づくための過程において、やり方や能力の限界を知られることがストレスーであることが示された。このことから、日本の大学生が、自己の将来や適性が具体的に見出せないことで悩みやすいのに対し、中国の大学生は、より目標に近づくために自分を向上させるような素養を身につける過程で疲労を抱えることをストレスーとしてとらえていると解釈される。

第二に、中国の第3因子「自己統制不全感」についてみていく。これは、中国においてのみ示された因子であり、“何度も同じミスを繰り返してしまい、周りに迷惑をかけてしまったとき”、“努力しているつもりでも、報われていないと感じてしまうとき”、“課題が難しく、締め切りが近づいてきても手がつけられないとき”という全3項目から構成されており、具体的な目標はあるものの、自身のふがいなさが原因で達成することができなかったことを痛感することによるストレスーであると推察される。このことから、中国の大学生は、自分を思うようにコントロールできなかったことで結果が出せないという現実をごまかすことができず、ふがいな

い気持ちに陥りやすいのではないだろうか。

続いて、他者に関するストレスーは、日本では第1因子「無思慮心的損傷」、第2因子「親コミュニケーション葛藤」、第3因子「心的共有願望」、第5因子「無分別他者嫌悪」、第6因子「意思疎通の失敗」であった。また、中国では第1因子「社会的逸脱嫌悪」、第2因子「意思疎通の失敗」、第5因子「親過干渉」であった。これらについて順にみていく。

第一に、日本においては第6因子として見出され、中国においては第2因子として見出された「意思疎通の失敗」についてみていく。これらは、項目内容が同様であり、“自分の思っていることをうまく表現できず、人に理解してもらえないとき”、“自分の思いを口に出して相手に伝えられず、もどかしいとき”などの項目を含む、全3項目で構成された。これについて、他者とのコミュニケーションにおいて共通理解を得られなかったり、自身のコミュニケーション・スキル不足が露呈したりすることがストレスーであると解釈される。このことから、会話がうまく成立しなかったり、自身のコミュニケーション・スキル不足のために否定されたりすることは耐えがたいことで、日中の大学生が日常的に頻繁に経験するストレスーであると推察される。

第二に、日本の第5因子「無分別他者嫌悪」と、中国の第1因子「社会的逸脱嫌悪」である。これらは、“公共のマナーを守らない人がいたとき”、“授業中に、大きな声で私語をする人がいたとき”という2項目を共通して含んでいる。日本の「無分別他者嫌悪」は、共通の2項目のみから構成され、その場にふさわしくない、あるいは、周りに被害を与えるなどの慣習や道徳に反する行為をする他者に対し、嫌悪感を抱くことがストレスーになると推察される。それに対して、中国の「社会的逸脱嫌悪」は、共通の2項目に加え、“自分ですべきことであるにも関わらず、すぐに誰かに頼ろうとする人がいたとき”、“親に対して素直に感謝することができなかったとき”、“約束を守ってもらえなかったとき”という全5項目から構成されており、社会一般の慣習や道徳に反する行為に対してだけでなく、他者の行為に私的な基準を反映させることで、嫌悪を覚えることによるストレスーであると解釈される。ここで、中国の「社会的逸脱嫌悪」は、日本の「無思慮心的損傷」および「無分別他者嫌悪」の内容を

含んでいる因子であると言えよう。このことから、中国の大学生においては、一般的な社会的ルール違反によるストレスラーと個人の考え方や価値観が反映された心理的ルール違反への嫌悪からくるストレスラーとの区別はあまりなされていないと考えられる。一方、日本の大学生においては、社会的なルール違反と心理的なルール違反とが異なるストレスラーとして示された。

第三に、日本の第2因子「親コミュニケーション葛藤」と中国のストレスラー第5因子「親過干渉」を見ていく。どちらも、親とのかかわりにおいて生じるストレスラーであり、“親に自分の行動について細かく注意されたとき”，“親に自分の意見を理解してもらえず、否定的なことを言われたとき”という2項目が共通している。日本の場合はそのほかに，“同意を得るために、親を説得しなければならないとき”，“親との意見の食い違いが多々あり、接触をさけるようになったとき”，“世代間のギャップから、親とのコミュニケーションを面倒に思ったとき”という項目を含む、全5項目から構成されている。日本の大学生の場合、親とのかかわりにおいて否定や注意を受けることに加え、親子関係が、対立や葛藤を避けられないものであることを実感し、親とかかわることそのものを億劫に感じるものがストレスラーになると考えられる。これに対し中国の場合は、共通の2項目のみで構成され、親から干渉や注意を受けた際に自立心を妨げられるように感じることに由来するストレスラーであることが推察される。

第四に、日本の第1因子「無思慮心的損傷」、第3因子「心的共有願望」についてみていく。いずれも対人場面におけるストレスラーであり、日本においてのみ示された因子であった。まず、「無思慮心的損傷」は、“理不尽な言いがかりをつけられたとき”，“陰口を言われていることを知ったとき”などの全8項目から構成され、他者から納得のいかないことをされたり、一方的な言動をされたりしたとき、それに対して強い抵抗感を抱くことがストレスラーになると言えよう。また、「心的共有願望」は、“互いに高め合い、ともに成長できる友人がいないと感じたとき”，“気楽に付き合えて、一緒にいると楽しいと感じられる友人がいないとき”，“集団の中で、自分の存在感をあまり感じられなかったとき”の全3項目で構成されている。日本の大学生は、互いを向上さ

せられるような友人関係や、気兼ねすることなく付き合える友人の存在を求めていることが推察され、望んでいた友人関係を築けなかったときには、そのことがストレスラーとなることが推察される。

2. 日中におけるストレスコーピングについて

ここでは、日中のストレスコーピングについて比較検討するため、研究1の1-1.(2)および1-2.(2)の結果についてまとめて考察していく。

青年期における大学生の日常的なストレスラーに対するストレスコーピングとして、日本の場合は6因子が、中国の場合は4因子が見出された。Lazarusら (Folkma & Lazarus, 1980, 1985, 1988; Folkman, Lazarus, Dunkel-Schetter, De Longis & Gruen, 1986) によると、ストレスコーピングは問題焦点型コーピングと、情動焦点型コーピングに大別される。問題焦点型コーピングとは、ストレスフルな状況において生じている問題を積極的に解決することで、ストレスを減少させるコーピング方略群のことであり、情動焦点型コーピングとは、ストレスフルな状況で喚起された不快な情動を沈め、調節するコーピング方略群のことである。本研究における日中のそれぞれのストレスコーピングの因子についても、この観点から分類することができた。

まず、問題焦点型コーピングは、日本では第1因子「自己改善」、第3因子「対人葛藤収拾」が、中国では、第3因子「自己指針想起」、第4因子「他者変化要求」が含まれると言えよう。これらについて順にみていく。

第一に、日本の第1因子「自己改善」、中国の第4因子「他者変化要求」を見ていく。日本の「自己改善」は“否定されるようなことを言われたときは、その原因を考えて、自分の言動を改める”，“相手の立場に立って考えることで、相手を理解しようとする”などの全6項目で構成され、自己の欠点を受け入れ、積極的に自己の改善を図るストレスコーピングである。一方、中国の「他者変化要求」は、“態度を改めてもらえるように、先生・親など、周囲の人に助けを求める”，“その場に望ましくない行動をとっている人に、直接注意する”という全2項目で構成され、他者に改善を求めるストレスコーピングと言えよう。ストレスラーの解決において、自己または他者の変化が必要であるとき、日本の大学生は、自己を変化させるという方向の対処をとりやすく、中国の大学生は他者の変化を求める方向の対処をと

りやすいことが示された。

第二に、日本の第3因子「対人葛藤収拾」、中国の第3因子「自己指針想起」を見ていく。日本の「対人葛藤収拾」は、対人ストレスが生じた際に自己の願望を満たそうとして、相手に対する自分の不満、あるいは相手から自分への不満を打ち明けてもらおうとしたり、相手に注意したりすることでストレス状態を解決しようとするコーピングである。これは、日本の大学生が他者と親密な関係を築こうとしたものの、それがうまくいかず、しかし、そこであきらめずに自分が望んでいる関係を築きたいと願うために実行されるものであると言えるのではないだろうか。こうしたコーピングをとる背景については、今後検討する必要がある。それに対して、中国の「自己指針想起」は、“失敗を恐れずに、目の前のことから順番に挑戦していく”、“期待通りの結果が得られなかったとしても気落ちしない”という全2項目で構成されている。この内容から、中国の大学生は、ストレスを経験しても、自身の価値観や感情が影響を受けることはあまりなく、ストレスは自己を見直すきっかけのようにみなし、自身の目標に向かって努力を続けるという対処をとることが推察される。

以上のことから、ストレスを解決するための問題焦点型コーピングといっても、日中においては異なる点があることが指摘できる。つまり、日本の大学生の場合は、自己を改善したり、相手との関係性を考慮したうえで、相手に配慮しながら、お互いにとって良い解決方法を模索したりすることが考えられる。一方、中国の大学生の場合は、自分なりの行動様式や価値観を貫いたり、他者に積極的に改善を求めたりすることによって解決を図ることが考えられる。

続いて、情動焦点型コーピングは、日本では第2因子「人的サポート希求」、第4因子「解決断念」、第5因子「平常心保持」、第6因子「自己容認」が含まれる。また、中国では第2因子「解決閉却」が含まれ、これらについて順に見ていく。

第一に、日本の第4因子「解決断念」と、中国の第2因子「解決閉却」は、“無視する”、“望みを捨てる”という2項目が共通しており、この2因子から見ていく。日本の「解決断念」は共通の2項目に加え、“相手との関係を断ち切る”という項目を含む全3項目で構成されており、ストレスの解決を意識的に避け、ストレスそのものを忘れ

ようとするコーピングであることが示された。つまり、この項目内容から日本の大学生は、具体的な解決策が思い浮かばずにいるとき、悩んでも新たな解決策を見出すことはできないというようにストレスに対する自分の気持ちに区切りをつけることで、諦めるという対処をとることが考えられる。一方、中国の「解決閉却」は、共通の2項目に加え“受け流して真剣に考えない”という項目を含む全3項目で構成されており、ストレスそのものを解決すべきものと考えないことが推察された。つまり、中国の大学生は、ストレスの解決そのものを志向せずに、ストレスからの解放を求めることから、放って置くというコーピングを行いやすいと考えられる。

第二に、日本の第2因子「人的サポート希求」および第6因子「自己容認」は中国の場合は同様の因子がみられなかった。ここでは、これらについて順にみていく。「人的サポート希求」は、“友達を誘って外出や買い物をする”、“誰かと連絡を取ってストレスと関係のない話をする”などの全5項目から構成され、ストレスによって傷ついたり、気力がなくなったりした状態を解決するために、誰かの助けを求めようとするコーピングであると言える。日本の大学生は、ストレスを解決したいとは思っていても、具体的な解決策が思い浮かばないときは、友人や家族などを頼って気晴らしをすることで自分を落ち着かせるという選択をしやすいと考えられる。また「自己容認」は、“自分の良いところを見出し、自尊心を保つ”、“自分がやれるだけのことはやったと、自分を肯定する”という全2項目から構成され、ストレスによって自己概念が揺らがないように、自分の行いを精一杯のものとしなすことで心の平穏を保とうとすることが示された。これは、ストレスの原因が自分にあると考えられるとき、自分を強く否定するよりは、自身の長所を思い出し、抛り所とし、心のバランスを保つことが最も行きやすいためになされるコーピングであることが推察される。

最後に、中国においてのみ示された第1因子「対人意識的自己維持」は、問題焦点型および情動焦点型コーピングの、どちらの特徴も併せ持つ複合的なものであると言える。問題焦点型の内容の項目として“相手の状況を探るため、第三者に助けを求める”、“否定されるようなことを言われたときは、そ

の原因を考えて、自分の言動を改める”などの4項目が含まれ、情動焦点型の内容の項目として“誰かに相談する”, “同じ経験のある友人などと不満・悩みを共有する”などの6項目が含まれ、全10項目で構成された。このことから、中国の大学生は、ストレスラーに直面した際、自分を保つために、人や物を介して様々な対処法を積極的に取り入れるものと考えられるが、項目内容からは他者との接触を持つことによりストレスラーの軽減をはかろうとすることがより多くあると考えられる。

以上のことから、情動焦点型のストレスコーピングについてまとめると、本研究で示されたストレスコーピング因子は日本においては4因子であり、また、中国においては1因子のみであった。また、中国では問題焦点型および情動焦点型コーピングのどちらの内容も含む「対人意識的自己維持」が見出された。しかし、「対人意識的自己維持」が、心を落ち着かせるという目的で行われているとすれば、情動焦点型のコーピングであると考えられることから、このコーピングの役割については今後検討を重ねることで明らかにできるだろう。

本研究で作成されたストレスラーおよびストレスコーピングの質問項目は、因子分析において大幅に削除される結果となった。その理由として、青年期のストレスラーおよびストレスコーピングについて文化を超えて幅広い内容を収集するため、日本と中国での予備調査結果をもとに少数意見についても反映させ、質問項目を作成したことが考えられる。このことをふまえ、質問項目を繰り返し精査することで、より詳細な社会文化的比較検討を行いたい。

研究2：ストレスラーとストレスコーピングとの関連について

目的

本研究の全体的目的は、青年期の大学生の自己形

成の過程で生じる諸問題への援助に何らかの示唆を得ることである。そこで、研究1では、日中の青年期におけるストレスラーおよびストレスコーピングの特徴を明らかにし、それらについて比較検討を行った。ここでは、日中の青年期におけるストレスラーおよびストレスコーピングの関連について比較検討を行うこととする。

方法

【対象者】、【調査時期】

研究1と同様である。

【調査内容】

①ストレスラーについて

研究1で作成されたストレスラー尺度が用いられた。

②ストレスコーピングについて

研究1で作成されたストレスコーピング尺度が用いられた。

【分析手続き】

まず、日中におけるストレスラー尺度の各下位尺度項目合計得点とストレスコーピング尺度の各下位尺度項目合計得点との相関関係が求められた。次に、ストレスラー尺度の各下位尺度項目合計得点を独立変数、ストレスコーピングの各下位尺度項目合計得点を従属変数とする、重回帰分析が行われた。

2-1. 日本の大学生におけるストレスラーとストレスコーピングとの関連について

(1) ストレスラーとストレスコーピングとの相関関係の分析結果について (Table 2-1-1 参照)

ストレスコーピング第1因子「自己改善」、第2因子「人的サポート希求」、第6因子「自己容認」はすべてのストレスラー因子との間に有意な正の相関関係が示された。ストレスコーピング第3因子「対人葛藤収拾」は、ストレスラー第1因子「無思慮心的損傷」、第4因子「自己能力不信」を除いた4つのストレスラー因子のとの間に有意な正の相関

Table 2-1-1 ストレスラー尺度の各因子項目合計得点とストレスコーピング尺度の各因子項目合計得点との相関関係 (日本)

	自己改善	人的サポート希求	対人葛藤収拾	解決断念	平常心保持	自己容認
無思慮心的損傷	.239**	.294**	.052	.146**	-.152**	.111*
親コミュニケーション葛藤	.110*	.150**	.101*	.161**	-.035	.148**
心的共有願望	.234**	.269**	.177**	.107*	-.075	.178**
自己能力不信	.177**	.270**	.081	.095*	-.106*	.138**
無分別他者嫌悪	.171**	.271**	.096*	.081	-.156**	.127**
意思疎通の失敗	.130**	.272**	.186**	.160**	-.117	.188**

** p<.01(両側) *p<.05(片側)

関係が示された。ストレスコーピング第4因子「解決断念」は、ストレス第5因子「無分別他者嫌悪」を除いたすべてのストレス因子との間に有意な正の相関関係が示された。ストレスコーピング第5因子「平常心保持」はストレス第2因子「親コミュニケーション葛藤」、第3因子「心的共有願望」、第6因子「意思疎通の失敗」を除いた3つの因子との間に有意な負の相関関係が示された（分析結果の有意水準についてはTable 2-1-1を参照）。

(2) ストレッサーがストレスコーピングに及ぼす影響についての重回帰分析結果について (Table 2-1-2 参照)

①ストレスコーピング第1因子「自己改善」に及ぼすストレスの影響

ストレス第1因子「無思慮心的損傷」の偏回帰係数は、 $(\beta) = .157(t(430) = 2.593, p < .01)$ であり、ストレス第3因子「心的共有願望」の偏回帰係数は、 $(\beta) = .176(t(430) = 3.164, p < .01)$ であった。したがって、ストレスコーピング第1因子「自己改善」に及ぼす影響は、ストレス第1因子「無思慮心的損傷」とストレス第3因子「心的共有願望」においてのみ有意であった。なお、このときの回帰式全体の説明率は、 $R^2 = .079$ であり、有意であった ($F(6, 423) = 7.121, p < .001$)。

②ストレスコーピング第2因子「人的サポート希求」に及ぼすストレスの影響

ストレス第1因子「無思慮心的損傷」の偏回帰係数は、 $(\beta) = .237(t(431) = 3.979, p < .001)$ であり、ストレス第3因子「心的共有願望」の偏回帰係数は、 $(\beta) = .202(t(431) = 3.690, p < .001)$ であった。したがって、ストレスコーピング第2因子「人的サポート希求」に及ぼす影響は、ストレス第1因子「無思慮心的損傷」とストレス第3因子「心的共有願望」においてのみ有意であった。なお、このときの回帰式全体の説明率は、 $R^2 = .037$ であり、有意であった ($F(6, 425) = 3.742, p < .001$)。

子「心的共有願望」においてのみ有意であった。なお、このときの回帰式全体の説明率は、 $R^2 = .100$ であり、有意であった ($F(6, 424) = 9.003, p < .001$)。

③ストレスコーピング第3因子「対人葛藤收拾」に及ぼすストレスの影響

ストレス第3因子「心的共有願望」の偏回帰係数は、 $(\beta) = .152(t(432) = 2.677, p < .01)$ であり、ストレス第6因子「意思疎通の失敗」の偏回帰係数は、 $(\beta) = .137(t(432) = 2.395, p < .05)$ であった。したがって、ストレスコーピング第3因子「対人葛藤收拾」に及ぼす影響は、ストレス第3因子「心的共有願望」とストレス第6因子「意思疎通の失敗」においてのみ有意であった。なお、このときの回帰式全体の説明率は、 $R^2 = .037$ であり、有意であった ($F(6, 425) = 3.742, p < .001$)。

④ストレスコーピング第4因子「解決断念」に及ぼすストレスの影響

ストレス第2因子「親コミュニケーション葛藤」の偏回帰係数は、 $(\beta) = .114(t(431) = 2.024, p < .05)$ であり、ストレス第6因子「意思疎通の失敗」の偏回帰係数は、 $(\beta) = .154(t(431) = 2.698, p < .01)$ であった。したがって、ストレスコーピング第4因子「解決断念」に及ぼす影響は、ストレス第2因子「親コミュニケーション葛藤」とストレス第6因子「意思疎通の失敗」においてのみ有意であった。なお、このときの回帰式全体の説明率は、 $R^2 = .035$ であり、有意であった ($F(6, 424) = 3.625, p < .01$)。

⑤ストレスコーピング第5因子「平常心保持」に及ぼすストレスの影響

ストレス第5因子「無分別他者嫌悪」においてのみ有意であり、偏回帰係数は、 $(\beta) = -.110(t(432) = -2.062, p < .05)$ であった。なお、このときの回帰式全体の説明率は、 $R^2 = .032$ であり、有意であった ($F(6, 424) = 3.625, p < .01$)。

Table 2-1-2 「ストレス→ストレスコーピング」の重回帰分析の結果（日本）

	自己改善	人的サポート希求	対人葛藤收拾	解決断念	平常心保持	自己容認
無思慮心的損傷	.157**	.237***	-.101	.041	-.104	-.072
親コミュニケーション葛藤	-.061	.008	.052	.114*	.081	.067
心的共有願望	.176**	.202***	.152**	.000	.000	.109
自己能力不信	.073	-.073	-.050	-.046	-.082	.029
無分別他者嫌悪	.081	-.012	.055	-.007	-.110*	.092
意思疎通の失敗	-.055	.001	.137*	.154**	-.038	.110
重相関係数 (R)	.303***	.336***	.224***	.221**	.213**	.239***

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

(注) 数値は標準化係数 (β) を表す

(6,425)=3.376, $p<.01$)。

⑥ストレスコーピング第6因子「自己容認」に及ぼすストレスの影響

ストレスコーピング第6因子「自己容認」に有意な影響を及ぼすストレス因子は認められなかった。なお、このときの回帰式全体の説明率は、 $R^2=.044$ であり、有意であった ($F(6,424)=4.285, p<.001$)。

2-2. 中国の大学生におけるストレスとストレスコーピングとの関連について

(1) ストレスとストレスコーピングとの相関関係の分析結果について (Table 2-2-1 参照)

ストレスコーピング第1因子「対人意識的自己維持」、第4因子「他者変化要求」は、ストレスの5つのすべての因子との間において有意な正の相関関係が示された。ストレスコーピング第2因子「解決閉却」は、ストレス第1因子「社会的逸脱嫌悪」および第4因子「自己実現疲労」との間においてのみ有意な正の相関関係が示され、ストレスコーピング第3因子「自己指針想起」は、ストレス第1因子「社会的逸脱嫌悪」、第2因子「意思疎通の失敗」との間においてのみ有意な正の相関関係が示された (分析結果の有意水準については Table 2-2-1 を参照)。

(2) ストレスがストレスコーピングに及ぼす影響についての重回帰分析結果について (Table 2-2-2 参照)

① ストレスコーピング第1因子「対人意識的自己維持」に及ぼすストレスの影響

ストレス第5因子「自己実現疲労」においてのみ有意であり、偏回帰係数は、 $(\beta)=-.008$ ($t(329)=6.243, p<.001$) であった。なお、このときの回帰式全体の説明率は、 $R^2=.267$ であり、有意であった ($F(5,323)=24.878, p<.001$)。

② ストレスコーピング第2因子「解決閉却」に及ぼすストレスの影響

ストレス第1因子「社会的逸脱嫌悪」の偏回帰係数は、 $(\beta)=.450$ ($t(329)=7.595, p<.001$) であり、ストレス第3因子「自己統制不全感」の偏回帰係数は、 $(\beta)=-.228$ ($t(329)=-3.246, p<.001$) であった。

したがって、ストレスコーピング第2因子「解決閉却」に及ぼす影響は、ストレス第1因子「社会的逸脱嫌悪」とストレス第3因子「自己統制不全感」においてのみ有意であった。なお、このときの回帰式全体の説明率は、 $R^2=.182$ であり、有意であった ($F(5,323)=15.565, p<.001$)。

③ ストレスコーピング第3因子「自己指針想起」に及ぼすストレスの影響

ストレス第2因子「意思疎通の失敗」においてのみ有意であり、偏回帰係数は、 $(\beta)=.196$ ($t(329)=2.859, p<.01$) であった。なお、このときの回帰式全体の説明率は、 $R^2=.030$ であり、有意であった (F

Table 2-2-1 ストレス尺度の各因子項目合計得点とストレスコーピング尺度の各因子項目合計得点との相関関係 (中国)

	対人意識的自己維持	解決閉却	自己指針想起	他者変化要求
社会的逸脱嫌悪	.245**	.375**	.115*	.362**
意思疎通の失敗	.367**	.036	.179**	.219**
自己統制不全感	.503**	-.020	.076	.149**
自己実現疲労	.277**	.166**	.060	.148**
親過干渉	.332**	.073	.040	.173**

** $p<.01$ (両側) * $p<.05$ (片側)

Table 2-2-2 「ストレス→ストレスコーピング」の重回帰分析の結果 (中国)

	対人意識的自己維持	解決閉却	自己指針想起	他者変化要求
社会的逸脱嫌悪	.034	.450***	.092	.333***
意思疎通の失敗	.115	-.030	.196**	.152*
自己統制不全感	.415***	-.228***	-.005	-.071
自己実現疲労	-.008	.110	-.001	-.007
親過干渉	.044	-.002	-.086	.004
重相関係数 (R)	.527***	.441***	.211*	.378***

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

(注) 数値は標準化係数 (β) を表す

(5,323)=2.996,p<.05)。

④ストレスコーピング第4因子「他者変化要求」に及ぼすストレスの影響

ストレス第1因子「社会的逸脱嫌悪」の偏回帰係数は、 $(\beta)=.333(t(329)=5.445,p<.001)$ であり、ストレス第2因子「意思疎通の失敗」の偏回帰係数は、 $(\beta)=-.152(t(329)=2.335,p<.05)$ であった。したがって、ストレスコーピング第4因子「他者変化要求」に及ぼす影響は、ストレス第1因子「社会的逸脱嫌悪」とストレス第2因子「意思疎通の失敗」においてのみ有意であった。なお、このときの回帰式全体の説明率は、 $R^2=.129$ であり、有意であった($F(5,323)=10.752,p<.001$)。

考察

1. 日本におけるストレスとストレスコーピングの関連について

ここでは、研究2の2-1.の結果をもとに、日本でのストレスとストレスコーピングの関連についてみていく(Table 3 参照)。

ストレス第1因子「無思慮心的損傷」は、ストレスコーピング第1因子「自己改善」、第2因子「人的サポート希求」に正の影響が示された。「無思慮心的損傷」は、誰かから傷つけられたり、相手の態度に違和感を覚えたりするという内容であるが、

「自己改善」との関連については、そうした相手を理解しようとする歩み寄りの姿勢をもとうと試みることによるのではないだろうか。また、「人的サポート希求」との関連については、自身が傷ついている際は、他者にサポートを求めやすく、親しい友人や家族などが頼りがいのある他者として想起されることによるものであろう。

ストレス第2因子「親コミュニケーション葛藤」は、ストレスコーピング第4因子「解決断念」に正の影響が示された。「親コミュニケーション葛藤」は、成長の過程で避けることのできない親との対立や、親からの否定を受け入れがたいという内容である。青年期の大学生は自立したいという思いや、大人であると認めてもらいたいという思いがあり、親とかかわろうとすると口論になったり、親から一方的に話をまとめられたりして、自身が未熟であることを気付かされるような事態になりかねないことが考えられる。したがって、「親コミュニケーション葛藤」と「解決断念」との間に関連が示されたのは、根本的なストレスの解決を望むよりも、向き合いたくないという気持ちがあることによるものであろう。しかし、相関関係の分析結果では、ストレスコーピング第5因子「平常心保持」を除いた全5因子との間に有意な正の相関関係が示されたことから、解決から目をそらしてしまう可能性が

Table 3 日中におけるストレスとストレスコーピングとの関連についての重回帰分析の結果のまとめ

				日中におけるストレスの対象による分類										
				自己			他者							
				日本	中国		日本				中国			
				F4 「自己能力不信」	F3 「自己統制不全感」	F4 「自己実現疲労」	F1 「無思慮心的損傷」	F2 「親コミュニケーション葛藤」	F3 「心的共有願望」	F5 「無分別他者嫌悪」	F6 「意思疎通の失敗」	F1 「社会的逸脱嫌悪」	F2 「意思疎通の失敗」	F5 「親過干渉」
日中における ストレスコーピングのタイプによる分類	問題焦点型	日本	F1「自己改善」				.157**							
			F3「対人葛藤收拾」						.176**		.137*			
		中国	F3「自己指針想起」						.152**				.196***	
			F4「他者変化要求」									.333***	.152*	
	情動焦点型	日本	F2「人的サポート希求」				.237***							
			F4「解決断念」					.114*	.202***		.154**			
			F5「平常心保持」							-.110*				
			F6「自己容認」											
		中国	F2「解決閑却」			-.228***						.450***		
	問題焦点型 および 情動焦点型	中国	F1「対人意識的自己維持」			.415***								

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

(注) 数値は標準化係数(β)を表す

あるものの、一方では様々な対処を試みることで、ストレスラーを解決したいという気持ちがあることも推察される。これについてはさらなる検討が必要であろう。

ストレスラー第3因子「心的共有願望」は、ストレスコーピング第1因子「自己改善」、第2因子「人的サポート希求」、第3因子「対人葛藤収拾」のいずれにも正の影響が示された。「心的共有願望」は、ともに時間を過ごすことで楽しいと感じられたり、関係を通して互いを向上させられたりするような相手に出会えずにいるなどの内容である。このような状況におかれたとき、他者との距離感に悩んでいるという心理的ストレス状態からの回復を求め、さまざまな対処を試みるのが考えられ、本研究における結果はこのことによるものと解釈できる。

ストレスラー第5因子「無分別他者嫌悪」は、ストレスコーピング第5因子「平常心保持」に負の影響が示された。「無分別他者嫌悪」は、慣習や道徳を軽視するような他者の言動がストレスラーとなるという内容である。日本の大学生にとって、自身を変化させることに比べ、他者に変化を求めることが容易ではなく、どうすることもできなくなることによる結果であると解釈される。しかし、相関関係の分析結果では、第4因子「解決断念」および第5因子「平常心保持」を除く4因子との間に有意な正の相関関係が示されたことから、自身が実行できそうな対処法をイメージするものの、実際に行動に移すという段階に至りにくいことが考えられる。

ストレスラー第6因子「意思疎通の失敗」は、ストレスコーピング第3因子「対人葛藤収拾」および第4因子「解決断念」に正の影響が示された。「意思疎通の失敗」は、対人場面において思うように相手とコミュニケーションをとれないことがストレスラーとなる内容である。「対人葛藤収拾」と「解決断念」では、一見すると方向性の異なる対処と考えられ、相手との関係性が関連していることが推察される。つまり、相手との現在の関係性がどのようなものであるかによって、あるいは、今後良好な関係性を維持していきたいと考えるか否かによって、直接的に事態の収拾を図ろうとする場合と、あきらめの気持ちを抱く場合とがあることが考えられ、本研究における結果はこのことによるものであろう。

ストレスラー第4因子「自己能力不信」は、ストレスコーピングの全6因子に対して有意な影響

は示されなかった。「自己能力不信」は、将来に不安を感じていたり、自己の適性等が見出せずにいたりするという内容であり、自己形成の只中にある大学生の状況が推察される。これについて、青年期の大学生は、努力のみでは自己実現が容易ではないのではないかという懸念を抱えており、現状では適切なコーピングを見出すことができていないことによる結果であると考えられる。しかし、具体的なコーピングが見つけられていないままでは、青年期の円滑な自己形成が妨げられることが予想され、このことについて何らかの援助が求められるであろう。

2. 中国におけるストレスラーとストレスコーピングの関連について

ここでは、研究2の2-2.の結果をもとに、中国でのストレスラーとストレスコーピングの関連についてみていく（Table 3 参照）。

ストレスラー第1因子「社会的逸脱嫌悪」は、ストレスコーピング第2因子「解決閉却」、第4因子「他者変化要求」に正の影響が示された。「社会的逸脱嫌悪」は、社会のマナーや慣習を守らない人によってストレスラーを感じるという内容であるが、それに対し立ち向かっていくか、解決をなおざりにすることが示された。これについては、以下のようなことが考えられる。つまり、相手の逸脱した行為によって自身に対する害が予想される場合や、自分だけではストレスラーの解決が困難であると考えられる場合によって異なる対処法をとることが推察され、本研究の結果はこのことによるものであろう。

ストレスラー第2因子「意思疎通の失敗」は、ストレスコーピング第3因子「自己指針想起」、第4因子「他者変化要求」に正の影響が示された。「意思疎通の失敗」は、対人場面において思うように相手とコミュニケーションをとれないことがストレスラーとなる内容である。これは、次のようなことによるものであろう。つまり、誰かとうまくコミュニケーションをとれないままの状況にはメリットがないと考えられる。したがって、失敗を引きずることなく相手に対して面と向かって自分の意見を示したり、第三者の助けを借りたりするなどして解決を図ろうとする対処を取ることが推察される。

ストレスラー第3因子「自己統制不全感」は、ストレスコーピング第1因子「対人意識的自己維持」に正の影響が、第2因子「解決閉却」に負の影響がそれぞれ示された。「自己統制不全感」は、自分

のふがいなさゆえに周りに迷惑をかけたり、思うように行動できなかつたりしたことでストレスを感じるという内容である。これについては、できるだけ対処方法を試みることで心の安定を保とうとするために、前者には正の影響が、後者には負の影響が示される結果となったと考えられる。

ストレッサー第4因子「自己実現疲労」およびストレッサー第5因子「親過干渉」は、ストレスコーピングの全4因子に対して有意な影響は示されなかった。「自己実現疲労」は、自己実現のために試行錯誤したり、他者と自己を比べて自分の限界を認識したりすることがストレッサーであるという内容である。これについては、周りと自分を比較して自己嫌悪に陥ることは青年期だけのものではないが、自己の今後に関わる選択を迫られる時期におかれていると、他者との比較や自己実現の過程における失敗は心理的負担をもたらす、青年期において解決させる間もなく幾度も直面する可能性が考えられ、ストレスコーピングを見出すことが容易ではないことによるものではないだろうか。また、「親過干渉」は自分が干渉を受けている状況を素直に認められないことがストレッサーとなるという内容である。これについては、「自己実現疲労」と同様に日常的に感じる可能性が高いストレッサーであり、さらに親子関係にあることで、その都度適切な対処法を見出すことが難しいことが推察され、本研究における結果はこのことによるものであろう。しかし、本研究においては有意なストレスコーピング因子が見出されなかったが、なんらかの対処を講じている可能性が考えられるため、さらなる検討が必要であろう。

全体的考察

1. 日中におけるストレッサーおよびストレスコーピングの特徴について

青年期の主な発達課題は、アイデンティティの確立である。本研究の問題と目的において指摘されたように、グローバル化が進行している現代では、自己形成においてもまた、グローバルな視点か求められるのではないかと考えられ、このことを視野に入れ、検討を行った。さらに、現代はストレス社会でもあるため、ストレッサーを適切に処理することが自己形成の過程においても重要であると考えられたが、青年期のストレッサーおよびストレスコーピングについては、これまでもさまざまな研究があるも

の、グローバルな観点からの援助については検討されていない。このことから、本研究では社会文化的な比較検討によって、日本の大学生におけるストレッサーおよびストレスコーピングの特徴を明らかにし、それにより、青年期の自己形成への援助に多様な示唆が得られるのではないかとということが考えられ、日中比較検討を行った (Table 3 参照)。

まず、日中の青年期におけるストレッサーは自己および他者に関するものとして分類できた。その内容に細かい違いはみられるものの、「意思疎通の失敗」という因子が共通してみられたことや、日本の「親コミュニケーション葛藤」および中国の「親過干渉」という因子にみられるように、親とのかかわりにおいてストレッサーが生じるなど、文化を超えて存在するストレッサーがあることが明らかにされたと言えよう。

また、本研究で得られたストレスコーピングは、問題焦点型および情動焦点型コーピングの観点から分類できた。日本の大学生のストレスコーピングは、「自己改善」、「人的サポート希求」、「対人葛藤收拾」という因子にみられるように、他者との調和を保とうとする対処行動が多いことが推察される結果であると考えられる。これに対し、中国の大学生のストレスコーピングは、「対人意識的自己維持」、「自己指針想起」、「他者変化要求」という因子にみられるように、自己の心の安定を優先する対処行動であることが特徴的であると考えられ、日中の大学生のストレスコーピングの方向性に違いがあることが明らかにされた。

2. 日中におけるストレッサーおよびストレスコーピングとの関連について

1において述べたような日中におけるストレッサーとストレスコーピングの特徴をふまえ、ストレッサーおよびストレスコーピングの関連を比較検討することにより青年期の自己形成への援助について知見が得られると考え、研究を行った。ここでは、主な結果を中心に両者の関連について考察していく (Table 3 参照)。

まず、自己に関するストレッサーについてみていく。日本では「自己能力不信」の1因子が見出されたが、本研究で作成されたストレスコーピングの下位尺度との間に有意な関連は示されなかった。このことから、自己形成過程において最も抱えやすいと考えられる自己の問題に関するストレッサーである

「自己能力不信」に対して、具体的なストレスコーピングが見出されていない可能性が示唆された。このようなストレスラーの軽減のためには、自身の能力を冷静に見つめ、自信をもてるような周りからの援助が必要であろう。

これに対し中国では、自己に関するストレスラーとして「自己統制不全感」「自己実現疲労」が見出された。このうち、「自己統制不全感」は、情動焦点型コーピングである「解決閑却」との間に有意な負の関連、問題焦点型および情動焦点型のいずれの特徴も併せ持つ複合的なコーピングである「対人意識的自己維持」との間に有意な正の関連が示された。このことから、「自己統制不全感」のようなストレスラーに対しては問題焦点型、情動焦点型のどちらのコーピングも行い、ストレスラーそのものの解決や、ストレスラーによる心理的不安状態からの回復を強く求めることが考えられる。

しかし、「自己実現疲労」については、日本の「自己能力不信」と同様に、本研究で見出されたストレスコーピング尺度との間において有意な関連は示されなかった。このことから、他者と自己とを比べたり、努力の成果を得られなかったりすることで自己否定に陥る可能性が考えられ、「自己実現疲労」というストレスラーを抱えている場合、日常的に自己肯定感を持てるような配慮をすることが望ましいと言えよう。

これらのことから、日中のそれぞれの大学生が、青年期の自己の問題に関するストレスラーを抱えており、それに対する具体的な対処方法が見出せていない可能性があることが明らかにでき、このことは本研究の一定の成果といえよう。そして、こうしたストレスラーに対しては、仲間どうしのコミュニケーションを通したストレスコーピングが有効であるのではないだろうか。したがって、大学が設ける「ピア・サポート」の場を積極的に活用することで、大学生同士で悩みを共有でき、同じ立場にいる者の気持ちを理解すると同時に、自己を内省し、解決法をともに見つけていけるような可能性があると考えられる。

次に、他者に関するストレスラーについてみていく。日本では「無思慮心的損傷」「親コミュニケーション葛藤」「心的共有願望」「無分別他者嫌悪」「意思疎通の失敗」の5因子が見出された。このうち「心的共有願望」は、「自己改善」「対人葛藤収拾」

「人的サポート希求」のストレスコーピングの3因子との間に有意な正の関連が示され、最も多様なストレスコーピングを試みているストレスラーであった。日本の大学生は、自分を成長させてくれるような友人の存在や、集団の中で存在感を感じられることを求めている、それがかなわなかったときにストレスラーとして感じてしまうのであろう。そして、このストレスラーに対しては、問題焦点型および情動焦点型のストレスコーピングを組み合わせるような形で、ストレスラーを解決しようとしていることが考えられ、相手との関係性を保つことに注意を払いながら、自分を変化させようと試みるものであると言えよう。これについては、いくつかの側面から考えることができる。つまり、青年期において、「心的共有願望」というストレスラーは大変切実な問題であり、また解決に迫られるような課題として位置付けられていることが予想されるが、その一方で自ら行うことが可能であるコーピングが他のストレスラーに対するものよりも比較的多く見出されたことによる結果という可能性もあろう。これについては、メンタルヘルスとの関連を調べることで明らかにされることが考えられる。

一方、中国では、他者に関するストレスラーとして「社会的逸脱嫌悪」「意思疎通の失敗」「親過干渉」の3因子が見出された。このうち、「親過干渉」を除く、「社会的逸脱嫌悪」および「意思疎通の失敗」は、いずれも「他者変化要求」と正の関連が示された。したがって、他者に関するストレスラーに対しては、自己よりもむしろ他者の変化を求めることで解決を試みていると言えよう。

また、日本の大学生のストレスラー因子は、自己に関連するものが1因子であったのに対し、他者に関連するものは5因子が見出され、自己よりも他者に関連することがストレスラーとなりやすいのではないだろうか。そして、それらのストレスラーの解決のために、問題焦点型および情動焦点型のストレスコーピングを場面に応じて組み合わせるという方法をとることが示唆された。一方で、中国の大学生は、ストレスラーの内容そのものというよりは、ストレスラーの存在を危惧し、考えられる対処方法をさまざまに実行していることが示唆された。

最後に、中国の複合的コーピングである「対人意識的自己維持」は、ストレスラーの解決よりもむしろ、自己の心理状態を保つためにあらゆる解決方法

を試みるコーピングであることが示唆された。たとえば、他者との接触を通して心のバランスを保とうとするものや、他者理解を図ろうとするもの、一人で過ごすことで気分を落ち着かせようとするものなどが含まれている。これについては、ストレスサーに直面した際に、あらゆる対処法を即時的に行い、効率よく自己を保ちたいと考えるため行われるものであることが考えられる。このコーピングは、ストレスサーの直接的解決につながらないことが予想されるが、メンタルヘルスにおいては有効な対処法である可能性が考えられ、これについては検討が必要であろう。

今後の課題

本研究においては、日中比較という社会文化的観点から、ストレスサーとストレスコーピングおよび、それらの関連について検討を行い、両国での共通点や異なる点についての知見が得られたと言えよう。ところが、本研究ではストレスサーとストレスコーピングとの関連を調べるにとどまっており、それらがメンタルヘルスとどのように関連するのかについては明らかにしていない。このことを明らかにすることによって、自己形成においてストレスサーによりつまづきを示した青年に対して、有効な援助ができるであろう。そこで、今後はそれぞれの国において、あるストレスサーに有効なストレスコーピングがどのようなものであるのか、また、それらはメンタルヘルスとどのように関連しているのかについての検討が必要であろう。

参考文献

- 足立由美 2014 学生相談体制におけるピア・サポートの再検討 金沢大学保健管理センター年報・紀要 第6号(通巻40号) p78-80
- Folkman & Lazarus 1980, 1985, 1988 Folkman, Lazarus, Dunkel-Schetter, DeLongis & Gruen, (1986)
- 加藤司 2000 大学生用対人ストレスコーピング尺度の作成 教育心理学研究, 48 p225-234
- 北見由奈,森和代 2010 大学生の就職活動ストレスおよび精神的健康とソーシャルスキルとの関連性の検討 ストレス科学研究 Vol.25 p37-45
- 向裕加 2013 今日の大学生のこころの理解 社会情報 Vol.22 No.2 p105-114

大西俊江,津森葉子 1995 学生相談にみられる青年期後期の心理的課題と援助—女子学生の事例から— 島根大学教育学部紀要(人文・社会科学) 第29巻 p39-43

佐藤喜彦 2006 「中国の大学生」素顔と本音：日本語でつづる「日本，そして私の国」 河出書房新社

田中存,菅千索 2006 大学生活不安に関する心理学からのアプローチ 和歌山大学教育学部紀要 教育科学 第57集 p15-22

堤雅雄 2001 現代大学生の日常生活感情—幸福感,及び不幸感を中心に— 島根大学教育学部紀要(人文・社会科学) 第35巻 p9-15

2015年度学校基本調査の結果(速報) 文部科学省
平成27年度大学卒業予定者の就職内定状況調査(2015年10月1日現在) 文部科学省

参考 URL

- 人民網日本株式会社事業案内「就職難時代の大卒生、『親の七光り』現象に強烈な不満」
<<http://j.people.com.cn/94475/8065869.html>>
2016年1月14日アクセス
- ネットアイビーニュース：上海最先端レポート「中国の大学生も就職難(上)～日本人が知らない中国事情(14)」
<http://www.data-max.co.jp/2010/05/07/14_101813.html>
2016年1月14日アクセス
- 朝日新聞デジタル「就活後ろ倒し、誰がトクする？学生・企業、不満続出」
<<http://www.asahi.com/articles/ASH635J5VH63UTIL037.html>>
2016年1月14日アクセス

謝辞

本研究を実施するにあたり、調査にご協力してくださいました富山大学の先生方、また多くの学生のみなさまに、心より御礼申し上げます。

(2016年5月20日受付)

(2016年7月11日受理)