大学生におけるSOC（首尾一貫感覚）とUPI

蔵本信比古　　佐藤　浩樹
北海道情報大学

Sense of Coherence and University Personality Inventory
at Hokkaido Information University

Nobuhiko KURAMOTO and Hiroki SATO
Hokkaido Information University

平成25年 3 月

北海道情報大学紀要　第24巻　第 2 号別刷

〈研究ノート〉

大学生におけるＳＯＣ（首尾一貫感覚）とＵＰＩ

蔵本 信比古[*1]・佐藤 浩樹[*1]

Sense of Coherence and University Personality Inventory at Hokkaido Information University

Nobuhiko KURAMOTO, Hiroki SATO

【要　約】

大学生 88 人に対し，自覚的健康度，SOC（首尾一貫感覚），自尊感情，UPI（大学生精神健康調査）の各尺度に関し調査を実施した。その結果，SOC は自覚的健康度，自尊感情およびＵＰＩと一定の相関が見られた。SOC は大学生の健康保持の指標の一つとなるものと考えられた。

【キーワード】　首尾一貫感覚，SOC13，自尊感情，UPI

１．目的

首尾一貫感覚（Sense of Coherence：以下「SOC」という）はアントノフスキー（Antonovsky, 1987; 山崎喜比古,2001)[1] による健康生成論の中核的概念である。SOC とは人生に対する首尾一貫した考え方のことであるが，これを持つことが自分自身の健康を保つことにつながるとされる。これは一般成人，あるいは社会人だけでなく大学生にも適用されている。生活面の要因に関して，木村ら(2001) [2] は大学生の SOC とソーシャルサポートの多さに関連があることを指摘している。一方で落合ら(2011) [3] は大学生の SOC と生活習慣との関連は見られないとしている。また，心理面の要因に関連して，本江ら(2009) [4] は SOC と不安傾向の間に負の相関があることを示している。一方で藤里ら(2011) [5] は大学生の SOC と就職ストレスへの対処に関連があることを示している。SOC はとくに精神的なストレスに対する強靭さの指標とされるが，大学生の精神的不調との関連についてはこれまでに検討がなされていない。また SOC はいわば人生の構えを問うものであり，これは自尊的な感情を含むものと考えられる。しかしながら，このことについてはいままでのところほとんど研究が行われていない。本研究は SOC と精神的不調および自尊感情との関連を明らかにすることを目的とする。

*1　経営情報学部 Department of Systems and Informatics

２．調査の方法

(1)　調査の内容：

①　自覚的健康度

現在の健康状態を最低 1 から最高 10 までの間で自己評定させた。

②　SOC 尺度 13 項目短縮版（以下「SOC13」という。）

本来の SOC 尺度は 29 項目あるが，対象者の負担軽減のため 13 項目短縮版を用いた。回答は 7 件法による。全体を 1 因子とする尺度の信頼性は確認されているが，「把握可能感」「処理可能感」「有意味感」の 3 つの下位尺度の因子構造は必ずしも一定していない。

③　自尊感情尺度

自尊感情とは，自分自身のために設定した個人内基準に照らしての評価基準とされる。いわば，人が自分自身の能力や価値について行う評価の感じ方のことであり，山本ら(1982)[6] により 10 項目の日本語版が作成されている。回答は 5 件法による。

④　UPI (University Personality Inventory：大学生精神健康調査)

UPIは1966年に全国大学保健管理協会において，主として新入生を対象にして，抑うつ傾向等の精神的不健康を把握するためのスクリーニングテストとして作成されたものである。現在まで多くの大学で用いられており，本学にあっても2008年度から実施し学生相談，保健相談などに利用されている。4つの検証項目を含む60項目からなり，回答は2件法による。

(2)　時期および対象

①，②，③については，2012 年 1 月の 2 年生対象の授業時間中に，受講者 139 人に対し調査を実施し，欠損のない 88 件（男 79 名，女 9 名）を検討の対象とした。□については，2010 年 4 月の定期健康診断時に実施したものから受講者関係分を用いた。

(3)　検討の方法

記述的統計量および積率相関係数を算出し，関連を検討した。

３．結果

(1)　自覚的健康度，SOC13，自尊感情尺度および UPI のそれぞれについて男女の平均値を比較したところ，いずれにおいても男女間で有意な差は見られなかった。

(2)　自覚的健康度の平均得点（標準偏差：SD）は 5.84(2.15)であり，全体としておおむね中程度の健康を自覚しているといえる。

(3)　SOC13 の質問項目と平均得点（SD）を表 1 に示す。先行研究での大学生の SOC13 得点は 50 程度であり，今回の SOC13 の平均得点の 48.7 はおおむね同程度といえる。全項目に関する α 係数は.750 であり，尺度としての信頼性が確認された。一方で，SOC には「把握可能感」「処理可能感」「有意味感」の 3 つの下位尺度があるが，項目ごとの得点にはややばらつきが見られた。各下位尺度の I-T 相関では，「把握可能感」と項目 2 との間で.291，項目 6 との間で.404，項目 11 との間で.393，「処理可能感」と項目 10 との間で.546，項目 13 との間で.558 と，尺度内相関としては必ずしも十分なものではなかった。このため今回は，SOC13 の合計得点に関しての検討を行うこととした。

(4)　自尊感情尺度の平均得点（SD）は 23.2 (5.5)であった。

(5)　UPI の平均得点（SD）は 13.8 (9.8)であった。 本学では毎年，平均 10~20 点の間を

表１．SOC13 の質問項目と平均得点

		SOC13 質問項目（程度について１～７の数字を回答）	平均	(SD)
把握可能感	2	※ あなたは，これまでに，よく知っていると思っていた人の思わぬ行動に驚かされたことがありますか？〈まったくなかった＿いつもそうだった〉	4.0	(1.7)
	6	あなたは，不慣れな状況にいると感じ，どうすればよいのかわからないと感じることがありますか？〈とてもよくある＿まったくない〉	3.3	(1.6)
	8	あなたは，気持ちや考えが非常に混乱することがありますか？〈とてもよくある＿まったくない〉	4.0	(1.9)
	9	あなたは，本当なら感じたくないような感情を抱いてしまうことがありますか？〈とてもよくある＿まったくない〉	3.4	(1.8)
	11	何かが起きたら，ふつう，あなたは，そのことを〈過大に評価したり，適切な見方をしてきた＿過小に評価してきた〉	3.7	(1.5)
処理可能感	3	※あなたは，あてにしていた人にがっかりさせられたことがありますか？〈まったくなかった＿いつもそうだった〉	4.2	(1.7)
	5	あなたは，不当な扱いを受けているという気持ちになることがありますか？〈とてもよくある＿まったくない〉	4.1	(1.7)
	10	※どんな強い人でさえ，ときには「自分はダメな人間だ」と感じることがあるものです。あなたは，これまでに「自分はダメな人間だ」と感じたことはありますか？〈まったくなかった＿よくあった〉	2.7	(1.8)
	13	あなたは，自制心を保つ自信がなくなることがありますか？〈とてもよくある＿まったくない〉	4.7	(1.8)
有意味感	1	※あなたは，自分のまわりで起こっている事がどうでもいい，という気持ちになることはありますか？〈まったくない＿とてもよくある〉	3.2	(1.5)
	4	今まで，あなたの人生は，〈明確な目標や目的がまったくなかった＿とても明確な目標や目的があった〉	3.3	(1.7)
	7	※あなたが毎日していることは，〈喜びと満足を与えてくれる＿つらく退屈である〉	4.2	(1.5)
	12	あなたは，日々の生活で行っていることにほとんど意味がない，と感じることがありますか？〈とてもよくある＿まったくない〉	3.8	(1.9)
		SOC13 得点	48.7	(11.0)

※ 項目番号 1,2,3,7,10 は逆転項目であるが，表中の数値は逆転処理し方向を揃えてある。

推移しており，おおむね例年どおりの値といえる。

(6) 各尺度に関し２変量の積率相関係数を求め相関分析を行った。その結果は表２に示すとおり，自覚的健康度と SOC13 との間には有意な相関(r=.26, p<.05)が，自尊感情との間には有意傾向(r=.27, p<.10)が見られた。しかし，自覚的健康度と UPI との間に有意な相関は見られなかった。また，SOC13 と自尊感情との間には高い相関(r=.64, p<.01)が示された。一方で，SOC13 と UPI との間には，負の相関(r=－.38, p<.01)が示された。同様に，UPI と自尊感情の間には，負の相関(r=－.45, p<.01)が示された。

表２．各尺度間の相関係数

	自覚的健康度	SOC13 得点	自尊感情得点	UPI 得点
自覚的健康度	－			
SOC13 得点	.26*(51)	－		
自尊感情得点	.27†(51)	.64**(88)	－	
UPI 得点	－.05 (48)	－.38**(84)	－.45**(84)	－

括弧内は対象件数　　** p<.01, * p<.05, † p<.10

4．考察

SOC13 と自覚的健康度との間に正の相関が見られたことから，SOC と健康保持との関連について本研究においても確かめられたが，その相関は高いものではなかった。UPI は抑うつ傾向等の精神的不調の指標であり，自覚的健康度との関連が予想されたが，ここでも明確な関連は見られなかった。この理由として，自覚的健康度は，やや状態面を反映したものであることがあげられる。それに対して，SOC13，自尊感情および UPI はともに特性面の指標であり，このため自覚的健康度との相関は低位にとどまっていたと考えられる。一方で，SOC13 は自尊感情と高い相関を示すことから，SOC は自尊感情に支えられているといえる。また UPI は他より 1 年あまり前に行われたものであるにもかかわらず，SOC13 と自尊感情との間には高い負の相関が見られた。UPI は比較的安定した特性面の指標ということができる。

SOC の回答法は，両端を示しその間の数値（この場合は 1 から 7 まで）を選択させるものである。これは，セマンティック・ディファレンシャル法（SD 法：たとえば写真とともに「明るい」「暗い」などの形容詞対を示し，その間の数値を選択させるもの）にいくぶん類似したところがある。しかし，SOC の場合にはたとえば「あなたが毎日していることは」に対し，「喜びと満足を与えてくれる」「つらく退屈である」などの形容詞以外の短文対の間の数値を選択させるものであり，SD 法とは異なるものである。したがって，その両端が対極に位置しているものかどうか，選択する数値が等間隔であるか，両端からの距離が等しいものであるかなどについて，さらに検証することが必要であろう。

〈付記〉本研究は，平成24年度学内共同研究「学生のストレス対処力に及ぼす諸要因および現状の検討」の一部として行われたものである。なお，本稿の一部は，第50回全国保健管理協会北海道地方部会研究集会（2012年8月31日）において発表した。

【参考文献】

1．Antonovsky, A. (1987) *Unraveling the Mystery of Health: How People Manage Stress and Stay Well.* Jossey-Bass, San Francisco.／山崎喜比古・吉井清子監訳 (2001)「健康の謎を解く－ストレス対処と健康保持のメカニズム」有信堂高文社
2．木村知香子・山崎喜比古・石川ひろの他(2001)「大学生のSense of Coherence（首尾一貫感覚，SOC）とその関連要因の検討」日本健康教育学会誌，9(1-2)，37-48
3．落合龍史・大東俊一・青木清(2011)「大学生における SOC 及びライフスタイルと主観的健康感との関係」心身健康科学，7(2)，91-96
4．本江朝美・高橋ゆかり・古市清美(2011)「看護学生のSense of Coherenceと自己および他者に対する意識との関連」上武大学看護学部紀要，6(2)，1-8
5．藤里紘子・小玉正博(2011)「首尾一貫感覚が就職活動に伴うストレスおよび成長感に及ぼす影響」教育心理学研究，59(3)，295-305
6．山本真理子・松井豊.山成由紀子(1982)「認知された自己の諸側面の構造」教育心理学研究，30，64-68