

# 女子大学生のストレス度に関連する要因について

久保田 和歩\* 真弓 夏生\* 桜木 惣吉\*\*

\* 卒業生 \*\* 養護教育講座

## Factors Related to the Stress Level in Female College Students

Kazuho KUBOTA\*, Natsuki MAYUMI\* and Sokichi SAKURAGI\*\*

\*Graduate, Aichi University of Education

\*\*Department of School Health Sciences, Aichi University of Education, Kariya 448-8542, Japan

### 要約

養護教諭にとって、ストレスによる心身の不調などメンタルヘルスに関する課題等への対応は、重要な任務の一つである。そこで、ストレスへの理解を深めるため、女子大学生を被験者としてストレス度と生活習慣や生育環境・生来の性格との関連をロジスティック回帰分析により分析した。その結果、「趣味に費やす時間が十分でない」「アルバイトの現状に満足していない」「両親に叱られることが多かった」「両親に比較された」と感じている人ほどストレス度が高かった。また本人が多感であるほどストレス度が高く、心気症・精神衰弱・社会的内向性の傾向が高いほどストレス度が高かった。以上より、子供たちに好きなことをする時間を与え、子供たちをむやみに叱ったり、他の子供と比較したりせず、認めて自信をつけさせること等が、ストレスの軽減に有効であると考えられる。

キーワード：ストレス、生活習慣、生育環境、MMPI、ロジスティック回帰分析

### I. はじめに

一般にストレスが少ないほど健康に有益であると考  
えられている。実際に1994～2008年に行われた研究  
では、精神的苦痛が軽度の群に比べ精神的苦痛が重度  
の群は、すべての部位のがんを合わせた死亡率が有意  
に高かったとの結果が得られている<sup>1)</sup>。

ストレスに関連している疾患を「心身症」といい、  
思春期は心身症をはじめとする心因性疾患が最も増加  
する時期である。それらは適切な指導や治療を施さな  
いと、成人まで持ち越す場合も多い<sup>2)</sup>ため、子どもの  
うちにストレスの要因となるものを取り除くような生  
活指導をしなければならない。また、ストレスによる  
心身の不調など、メンタルヘルスに関する課題への対  
応にあたっては、学校において子どもの状況を日々把  
握し、的確な対応を図ることが求められている。

ストレスの要因としては睡眠、規則的な食生活、対  
人関係などが挙げられている<sup>3) 4)</sup>。その他に子どもた  
ちのストレスに係するものとして、趣味に費やす時  
間、入浴習慣、就寝前の機器の使用時間、さらには生  
育環境や生来の性格傾向などもストレスの要因となり

うるのではないかと考えられた。

そこで、ストレスの要因に対する理解を深めるため、  
ストレスと生活習慣・生育環境・性格傾向との関連性  
を調査し分析した。

また、生育環境については、子どもの成長に伴って  
両親の養育態度が変化する可能性も考慮し、「中学卒  
業までの両親の養育態度」と「高校入学以降の両親の  
養育態度」に分け、それぞれと現在のストレス度との  
関連について検討した。

### II. 対象及び調査方法

#### 1) ストレス度の評価と対象者

本研究では、まず、愛知教育大学養護教諭養成課程  
に在籍している169名の学生に対し、菊島勝也(2002)  
が作成した大学生用ストレス尺度を用いてストレ  
ス度を評価した<sup>5)</sup>。大学生用ストレス尺度は、「家  
族ストレス」「友人ストレス」「学業ストレス」「充実  
感の乏しさ」「アルバイトストレス」の5つの下位尺  
度からなる全38項目の質問紙調査である<sup>5)</sup>。各項目に  
対し、【頻度】『全くない：0、あまりない：1、時々あ

る：2，よくある：3』，【不快度】『全く不快でない：0，あまり不快でない：1，やや不快：2，とても不快：3』を回答してもらい，それらを掛け合わせて合計し，ストレス度の指標とした。また，項目の順序はよく似た質問が続くことによる慣れの影響を軽減するため，ランダム変数を用いて変更した。以下が実際に使用した質問紙の項目の順序である。

(1) 時間に追われている (2) 友人と自分を比較してしまう (3) 友人と話が合わない (4) 毎日なにかと忙しい (5) 自分が何をやりたいのかわからなくなる (6) アルバイトがつまらない (7) 家族に自分のやりたいことを反対される (8) 友達ができない (9) 親にいろいろなことで口出しされる (10) 授業の内容がわからない (11) 門限など家のルールが厳しい (12) 家族と意見が合わない (13) 友人とうち解けられない (14) 親にいろいろと詮索される (15) 先生や職員と話しづらい (16) バイト先の人間関係がうまくいかない (17) 親から一方的に指図されたり頼まれたりする (18) 将来の見通しが立たない (19) 友人に言いたいことが言えない (20) 親に期待される (21) 思っていた大学生活ではなかったと思う (22) 大学にいる意義が見いだせない (23) 自分が相手にどう思われているか気になる (24) 家族の中でもめ事が起きる (25) 授業に興味がわからない (26) 家族から納得できないことを言われる (27) 毎日が単調 (28) 友人に誤解される (29) 多くの授業・実習に出なければならぬ (30) 友人ともめてしまった (31) 友人との接し方がわからない (32) 授業や課題，試験勉強などで忙しい (33) 親に言いたいことが言えない (34) 気の合わない先生がいる (35) 友人に気を遣ってしまう (36) 学食など大学の施設に不便を感じる (37) アルバイトが忙しい (38) 友人に納得できないことを言われた

その結果は，平均=89.98，標準偏差=40.32であった。その結果に基づき高得点者および低得点者から順に実験への協力を依頼し，同意の得られた高得点者18人(121点以上)を高ストレス群，同意の得られた低得点者19人(54点以下)を低ストレス群として更なる調査を行った。年齢は18歳から22歳であった。

## 2) 生活習慣調査

生活習慣調査は以下の21項目の質問により行い，2，4，または5段階，で回答を求めた。

- (1) 1週間に何日朝食を食べますか？  
1. 週6日以上 2. 週4～5日 3. 週2～3日  
4. 週1日以下
- (2) 朝食を食べる時刻はだいたい一定(早い時と遅い時の差が約1時間)ですか？  
1. はい 2. いいえ
- (3) 夕食を食べる時刻はだいたい一定(早い時と遅い

時の差が約1時間)ですか？

1. はい 2. いいえ
- (4) 1週間に何日排便をしますか？  
1. 週6日以上 2. 週4～5日 3. 週2～3日  
4. 週1日以下
- (5) 平均何時間寝ていますか？  
1. 8時間以上 2. 6～8時間 3. 4～6時間  
4. 4時間以下
- (6) その睡眠時間は十分であると感じていますか？  
1. とても感じる 2. まあまあ感じる  
3. あまり感じない 4. 全く感じない
- (7) 日常生活の中で，好きなことをする時間は十分にありますか？  
1. 十分にある 2. まあまあある  
3. あまりない 4. まったくない
- (8) 通学時間はどれくらいですか？  
1. 30分未満 2. 30分～1時間  
3. 1時間～1時間半 4. 1時間半以上
- (9) 通学手段は何ですか？(複数回答可)  
1. バス( 分) 2. 電車( 分)  
3. 自動車( 分) 4. 自転車( 分)  
5. 徒歩( 分) 6. 原付( 分)  
7. その他( ) ( 分)
- (10) 1週間に何日親しい友人や恋人と一緒に通学していますか？  
1. 週6日以上 2. 週4～5日 3. 週2～3日  
4. 週1日以下
- (11) 1週間に何日運動をしますか？(1回30分以上の運動)  
1. 週6日以上 2. 週4～5日 3. 週2～3日  
4. 週1日以下
- (12) 学科に気の許せる友人はいますか？  
1. はい 2. いいえ
- (13) 部活動やサークルに所属していますか？  
1. はい 2. いいえ
- (14) (13)で「はい」と答えた人に聞きます。  
現在の部活やサークル活動に満足していますか？  
1. 満足している 2. まあまあ満足している  
3. あまり満足していない 4. 満足でない
- (15) 1週間に何時間アルバイトをしていますか？  
1. 週30時間以上 2. 週15～30時間  
3. 週5～15時間 4. 週5時間以下
- (16) アルバイトの現状に満足していますか？  
1. 満足している 2. まあまあ満足している  
3. あまり満足していない 4. 満足でない
- (17) 自由に使えるお金には満足していますか？  
1. 満足している 2. まあまあ満足している  
3. あまり満足していない 4. 満足でない
- (18) お風呂に入るとき，どれくらいの頻度で湯船につかりますか？

1. 毎日 2. 疲れた時だけ 3. 冬季のみ
  4. 帰省時のみ
- (19) お風呂の時間はどれくらいですか？
1. 1時間以上 2. 30分～1時間
  3. 15～30分 4. 15分以下
- (20) 寝つきはいい方だと思いますか？
1. いい 2. まあまあいい 3. どちらともいえない 4. あまりよくない 5. よくない
- (21) 寝る前にスマホやパソコンをどれくらい使いますか？
1. 3時間以上 2. 1～3時間 3. 1時間以下
  4. 使用しない

### 3) 生育環境調査

【生育環境調査】については、本研究のために独自に作成した、被験者が育った環境についての質問紙により行った。

【1. 中学校卒業まで 2. 高校入学以降】それぞれについて、【(1) 両親は健在ですか？ (2) あなたの父親は厳しかったですか？ (3) あなたの母親は厳しかったですか？ (4) あなたの父親は口うるさかったですか？ (5) あなたの母親は口うるさかったですか？ (6) あなたの父親は神経質でしたか？ (7) あなたの母親は神経質でしたか？ (8) あなたの父親は過保護でしたか？ (9) あなたの母親は過保護でしたか？ (10) 親に、兄弟姉妹や友人と比較されていましたか？ (11) 自分以外の家族同士でのけんかはよくありましたか？ (12) 幼いころに褒められる方と叱られる方どちらが多かったですか？ (13) ささいな事が気になりますか？ (14) 親からの期待やプレッシャーを感じていますか？ (15) 家庭環境が複雑であると感じていますか？】の15項目に、【1. はい 2. いいえ】または【1. とても厳しかった 2. やや厳しかった 3. あまり厳しくなかった 4. 厳しくなかった】などの2または4段階で、回答を得た。

### 4) 性格傾向調査

【性格傾向】については、MMPI (Minnesota Multiphasic Personality Inventory: ミネソタ多面人格目録)<sup>6)7)</sup>の10の臨床尺度により評価した。MMPIは、ミネソタ大学の心理学者Hathaway, S.R.と精神医学者Mckinley, J.C. (1943)が精神医学的診断に客観的な手段を提供する目的で作成した、質問紙法による人格検査(人格目録)である。550項目の精神的・身体的健康および家族・職業・教育・性・社会・宗教・文化等についての態度に関する各項目の自己叙述文について、被験者に「どちらともいえない (Cannot say)」をできる限り少なくするように、「あてはまる (True)」か「あてはまらない (False)」か、を答えてもらい評価する。MMPIの臨床尺度は【第1尺度: Hs (hypochondriasis;

心気症)、第2尺度: D (depression; 抑うつ)、第3尺度: Hy (hysteria; ヒステリー)、第4尺度: Pd (psychopathic deviate; 精神病質的偏奇)、第5尺度: Mf (masculinity-femininity; 男子性・女子性)、第6尺度: Pa (paranoia; パラノイア)、第7尺度: Pt (psychasthenia; 精神衰弱)、第8尺度: Sc (schizophrenia; 統合失調症)、第9尺度: Ma (hypomania; 軽躁病)、第10尺度: Si (social introversion; 社会的内向性)】の10尺度である。採点には採点盤を用い、得られた点数をTスコアに変換して分析した。Tスコアとは、 $(T=50+10(X-\bar{X})/SD)$ で表される標準得点である。ただし、Xは個人の粗点、 $\bar{X}$ , SDはその尺度の標準化集団の粗点の男女別平均値および標準偏差である。

統計処理はストレス度(高, 低)を従属変数, 生活習慣や生育環境, MMPIの臨床尺度を独立変数として投入し, SPSSを用いて二項ロジスティック回帰分析により行った。変数の選択はステップワイズ変数増加法(Wald)で行い, 確率は0.05で投入, 0.10で除去とした。また, 推定値の相関行列において相関係数が0.8以上であるものは多重共線性があることを考慮し, 除外して分析を行った。統計学的検定は,  $P<0.05$ を有意と考えた。

## III. 結果及び考察

今回, 生活習慣については21個の質問を「食事」「排便」「睡眠」「時間的拘束」「対人関係」「運動習慣」「労働・金銭に対する満足」「入浴習慣」の8群に分けて変数を投入し, 分析した。その結果, 食事や排便, 睡眠, 人間関係, 運動習慣, 入浴に関する項目は, ストレス度と有意に関連していなかったが, 「趣味に費やす時間」「労働環境への満足度」がストレス要因として抽出された。具体的には, 「日常生活の中で, 好きなことをする時間は十分にありますか? (趣味時間)」という質問で有意な関連がみられ ( $p=0.045$ ), 趣味に費やす時間が十分でないと感じている人ほどストレス度が高いという結果を得た(表1)。これは, 日常生活の中で好きなことをする時間が少なければ少ないほど, ストレス度が高いということである。趣味に費やす時間が多い人は日常的に時間に追われることが少なく, 好きなことができていることから, 心にゆとりがあると考えられる。また, 「アルバイトの現状に満足していますか? (労働満足)」という質問でも有意な関連がみられ ( $p=0.027$ ), 満足していないと感じている人ほどストレス度が高いという結果を得た(表1)。これは, アルバイトの現状に満足していない人ほどストレス度が高いということである。「金銭」「人間関係」「労働内容」などのアルバイトの条件のうち何がストレスに大きくかかわっているかは, 本研究では不明であるが, 本人がアルバイトに求める条件と現状が一致

表1 生活習慣とストレスとの関連について

	B (S.E.)	Wald	Odd ratios	95% CI	p 値
趣味時間	1.059 (0.528)	4.016	2.883	1.023 8.119	0.045

	B (S.E.)	Wald	Odd ratios	95% CI	p 値
労働満足	1.272 (0.575)	4.891	3.568	1.156 11.019	0.027

B : 回帰係数 ; S.E. : standard error ; CI : confidence interval

表2 中学卒業までの生育環境とストレスとの関連について

	B (S.E.)	Wald	Odd ratios	95% CI	p 値
母が過保護	0.609 (0.319)	3.634	1.838	0.983 3.438	0.057

	B (S.E.)	Wald	Odd ratios	95% CI	p 値
叱られた	1.897 (0.788)	5.797	6.667	1.423 31.232	0.016

B : 回帰係数 ; S.E. : standard error ; CI : confidence interval

表3 高校入学以降の生育環境とストレスとの関連について

	B (S.E.)	Wald	Odd ratios	95% CI	p 値
母が口うるさい	0.693 (0.364)	3.621	2.000	0.979 4.035	0.057

	B (S.E.)	Wald	Odd ratios	95% CI	p 値
親に比較された	1.273 (0.527)	5.843	3.571	1.272 10.025	0.016

	B (S.E.)	Wald	Odd ratios	95% CI	p 値
多感	1.017 (0.392)	6.749	2.766	1.284 5.958	0.009

B : 回帰係数 ; S.E. : standard error ; CI : confidence interval

表4 性格傾向とストレスとの関連について

	B (S.E.)	Wald	Odd ratios	95% CI	p 値
Hs (心気症)	0.113 (0.052)	4.649	1.120	1.010 1.241	0.031

	B (S.E.)	Wald	Odd ratios	95% CI	p 値
Pt (精神衰弱)	0.139 (0.046)	9.129	1.149	1.050 1.258	0.003

	B (S.E.)	Wald	Odd ratios	95% CI	p 値
Si (社会的内向性)	0.119 (0.041)	8.410	1.127	1.039 1.221	0.004

B : 回帰係数 ; S.E. : standard error ; CI : confidence interval

している者はストレスが低いと考えられる。

これらは女子大学生を対象にした調査結果であるが、子どもにとっても同様に日常の中で好きなことをする時間が少ないことはストレスにつながると推測される。実際に子どもたちの習い事の時間や家庭学習の

時間は増えており、放課後友達と遊ぶ時間や、好きなことをする時間の確保は難しくなっている。そのため悩み事があっても話す時間が取れなかったり、ストレスを発散する場がもてなかったりしてストレスを溜めてしまうのかもしれない。子どもたちが好きなことを

する時間を確保するためには、教員が意図的に休み時間を確保し、子どもたちが友達と一緒に外遊びできる時間を作る、家庭学習の負担を減らすため、給食を早く食べ終えた子は宿題を進めてよいなどのルールを作る、などの工夫が必要かもしれない。

生育環境については、『中学卒業まで』と『高校入学以降』夫々について、両親の養育態度や家庭環境、本人の性格などに関する14個の質問を「母親の養育態度」「父親の養育態度」「両親の養育態度」「家庭環境」「本人の性格」の5群に分けて変数を投入し、分析した。

『中学卒業まで』の生育環境については、「母親の養育態度」「父親の養育態度」「家庭環境」「本人の性格」では、ストレス度に有意に関連している質問項目はなかった。しかし、「両親の養育態度」の中の「幼いころに褒められる方と叱られる方どちらが多かったですか？(叱られた)」で、有意な関連がみられ ( $p=0.016$ )、両親に叱られることが多いと感じている人ほどストレス度が高いという結果を得た。また、有意水準には達していないが ( $p=0.057$ )、母親が過保護であることも影響している傾向がみられた。幼いころに褒められることより叱られることの方が多かった子どもは、心が傷つき委縮してしまうことが多いのかもしれない。子どもは叱られると頑張ろうと思うよりもがっかりしてしまい、自分のやったことを正されているだけだとは思えずに、自分が嫌われていると感じてしまい、これが自己肯定感の低さ、さらにはストレスに対する脆弱性につながっていると考えられる。叱られる体験が生きる土台には、自分が愛されているという安心感と、人から認められているという自信や自尊心が必要である。子ども自身に、自分に対する自信や他人への信頼感がなければ、叱られることは嫌な事、辛い事で終わってしまう。そして、この自信や自尊心につながるものが、「褒められ、認められる」体験であろう。特に中学卒業までの幼い子にはむやみに叱るよりもほめることがストレス軽減に有効だと考えられる。まずは子どもの個性を尊重し、認めて褒めることで子どもとの信頼関係を築く。信頼関係が形成されたうえで、叱るという行為を通して子どもを成長させ、自尊心を高める。そうすることでストレス耐性のある子どもになることが期待できる。

『高校入学以降』の生育環境については、「母親の養育態度」「父親の養育態度」「家庭環境」では、ストレス度に有意に関連している質問項目はなかった。しかし、「両親の養育態度」の中の「親に、兄弟姉妹や友人と比較されていましたか？(親に比較された)」で有意な関連がみられ ( $p=0.016$ )、両親に比較されたと感じている人ほどストレス度が高い。あまり他の子供と比較せず個人として尊重することも、特に高校入学以降の子には大事だと考えられる。また「本人の性格」

では「ささいな事が気になりますか？(多感)」で有意な関連がみられ ( $p=0.009$ )、多感である人ほどストレス度が高いという結果が得られた。さらに有意ではないが ( $p=0.057$ )、母親が口うるさいことも影響している傾向が見られた。「些細なこと」が何であるかは人によって異なるが、友人や教師、親からの評価を気にするあまり、自分の思っていることを素直に言えなかったり、悩みを打ち明けられなかったりすることが心労の原因になる可能性がある。心労によるストレスを避けるために周囲との関わりを拒む気持ちがある反面、人とかかわりを持ちたいと望む気持ちもあり、その葛藤に悩まされることも考えられる。

家庭は精神衛生にとって、最も重要な役割を果たす場である。とりわけ、親子関係は重要であって、神経症や各種の行動異常、嗜癖等の遠因となる場合も多い。同様に、乳幼児期、児童期は人格の形成にとって決定的時期といわれ、この時期の親子関係、特に親の養育態度は子どもの人格形成に大きな影響を与えるという<sup>8)</sup>。また、わが国および外国の親の養育態度と子どもの人格特性の関係に関する研究によれば、保護的、非干渉的、理的、民主的、寛容的な親の養育態度は、指導的、積極的、友好的、情緒安定的な子どもの人格・行動特性と関係し、拒否的、干渉的、溺愛的、支配的、独裁的、圧迫的な親の態度は、反抗的、非協調的、依存的、情緒不安定的、神経症的な子どもの人格・行動特性と関係することが明らかになっている<sup>9)~13)</sup>。

性格傾向については10個の臨床尺度を「第1尺度：Hs(心気症)、第2尺度：D(抑うつ)、第3尺度：Hy(ヒステリー)」、「第4尺度：Pd(精神病質的偏奇)、第5尺度：Mf(男子性・女子性)、第6尺度：Pa(パラノイア)、第7尺度：Pt(精神衰弱)」、「第8尺度：Sc(統合失調症)、第9尺度：Ma(軽躁病)、第0尺度：Si(社会的内向性)」の3グループに分けて変数を投入し、分析した。

その結果、Hs ( $p=0.031$ )、Pt ( $p=0.003$ )、Si ( $p=0.004$ )が、ストレス度と有意に関連していた。Hs(心気症)、Pt(精神衰弱)、Si(社会的内向性)のTスコアが高ければ高いほどストレス度が高いと言える。Hsは $B=0.113$ であるからTスコアが5上がるごとにオッズ比は1.76倍になる ( $B \times 5=0.113 \times 5=0.565$ ,  $\text{Exp}(0.565)=1.759448$ )。Ptは $B=0.139$ であるからTスコアが5上がるごとにオッズ比は2.00倍になる ( $B \times 5=0.139 \times 5=0.695$ ,  $\text{Exp}(0.695)=2.003709$ )。Siは $B=0.119$ であるからTスコアが5上がるごとにオッズ比は1.81倍になる ( $B \times 5=0.119 \times 5=0.595$ ,  $\text{Exp}(0.595)=1.813031$ )。MMPIにおけるHsは、健康な状態を否定する程度や多様な身体愁訴の程度を測定するものである。第1尺度(Hs)において中程度の高得点( $T=60 \sim 70$ )をとる人は、最近か過去のどちらかの身体的な病気に対して反応していることが多く、健康問題に

対して過敏、心配過剰である場合も高得点になると言われている<sup>6)7)</sup>。第1尺度が高い人は、健康に対して過敏、心配過剰であるために、ストレス度が高いと考えられるが、ストレス度が高いがために、Hsが高得点になったとも考えられる。Ptは強迫的な思考、恐怖感、不安感、自分の能力に対する疑問などを測る指標である。第7尺度 (Pt) で高得点をとる人は、気にしやすい、強迫思考、自信欠如、厳格、規律正しいなどの特徴がある。きちんとして、自分にも他人にも厳しい基準を求めてしまう性格であるがゆえに、教師や親からの期待に応えようと自分を追い込んでしまい、ストレスを感じやすい傾向があると考えられる。Siは社会的接触から身を退き、社会的責任を免れようとする傾向を測る指標である。第0尺度 (Si) で高得点をとる人は、人前に出たがらない、自信がない、従順、決断力がないなどの特徴がある。他人がどう考えているかに敏感で悩みを持ちやすい性格であるが、感情を素直に表すことができない傾向があると考えられる。次に、HsとPtとSiの交互作用による影響について分析した。分析の結果、HsとPtがストレス度に有意に影響しているとの結果を得た ( $p=0.002$ )。心配過剰で自信のない性格傾向は、ストレスを感じやすいと考えられる。

これらの結果から、心配過剰な子ども (Hs高)、自分に厳しく規律正しいが周囲が何を考えているか気にしやすい子ども (Pt高) や、自信がなく人前に出たがらない子ども (Si高) は、学校現場では特に注意して見るべきだと考えられる。

本研究への参加に協力が得られた被験者の人数は37名と少数であったため、より多くの被験者を対象として研究を行うことができれば、より信頼性のある結果を得ることができるであろう。

生育環境調査については、被験者 (子ども) に親の性格傾向や養育態度を尋ねたため、得られた親の性格傾向や養育態度は、あくまで被験者の主観であり、実際の親の性格傾向や養育態度と一致しているかは不明である。被験者の保護者にも協力を依頼し、調査することができれば、親が子どもに与える影響をより正確にとらえることができるであろう。また、生活習慣の質問として労働に対する満足度を測るために「アルバイトの現状に満足していますか？」という質問を設けたが、何に対して満足感を得るかは人によって異なるため、「金銭面に満足していますか？」「対人関係に満足していますか？」「労働内容に満足していますか？」等、具体的な問いを設けていたら、より正確な結果を得ることができるだろう。今後、このような実験を行う場合は、以上のようなことを考慮に入れるべきである。また、本研究は大学生を対象としたものであるため、必ずしも子どもに当てはまるとは限らない。今後も幅広い年齢を対象に、ストレスの要因について検討

され、ストレス軽減のための有効な手段が確立し、いづれ教育現場や社会で活用されていくことを期待する。

#### IV. 謝辞

本研究は、第一筆者～第二筆者が共同研究を行い、最終筆者が指導した平成30年度愛知教育大学養護教諭養成課程の卒業論文を、加筆・修正したものです。実施にあたり、調査に被験者としてご協力いただきました学生の皆さんに心より感謝申し上げます。

#### V. 参考文献

- 1) 医学ライター菅野守：精神的苦痛は発がんリスクを増大, BMJ. CareNet. 2017.  
<http://www.carenet.com/news/43426>
- 2) 日本小児心身医学会：小児の心身症一各論. 2008.  
<http://www.jisinsin.jp/detail/>
- 3) 阿部清子, 河野弘美, 伊藤敏乃, 原映子：短大生におけるストレス度と生活習慣のかかわり, 今治明德短期大学研究紀要, 29巻, 今治明德短期大学 編, 2005, 1～11.
- 4) 梶谷奈生, 尾畑博子, 松本貴子, 岡戸順一, 是沢博昭, 松本恒之：大学生のストレスに関する研究 (1) 東洋大学児童相談研究 16, 東洋大学, 1997, 25-42.
- 5) 菊島勝也：大学生用ストレス尺度の作成. 愛知教育大学研究報告, 51 (教育科学編), 2002, 79-84.
- 6) MMPI新日本版研究会編：新日本版MMPIマニュアル, 三京房, 1993.
- 7) 田中富士夫監訳：MMPIによる心理査定, 三京房, 1999.
- 8) 小杉正太郎：精神衛生, 川島書店, 1979, 40-42.
- 9) 水原泰介, 井田薫子：家庭での育て方と幼児のパーソナリティ, 児童心理と精神衛生, 1954.
- 10) 石黒大義, 藤原喜悦：親のしつけ態度, 児童心理, 8, 金子書房, 1954, 671-678.
- 11) Symonds, P. M. : The psychology of parent-child relationship, Oxford, England, Appleton-Century, Xiv, 1939, 228.
- 12) Radke, M.J. : The relation of parental authority to children's behavior and attitudes. University of Minnesota Child Welfare Monograph Series, Vol 22, 1946.
- 13) 詫摩武俊：パーソナリティの形成と発達, 八木晃編, 心理学II, 第8章第2節, 培風館, 1968.

(2019年9月24日受理)