2005年度びわこ成蹊スポーツ大学学生相談室活動報告

びわこ成蹊スポーツ大学学生相談室

Report on Counseling College Student-Athletes in Biwako Seikei Sport College Counseling Room in 2005.

Biwako Seikei Sport College Counseling Room

Abstract

The purpose of this report is to review the activities in the 2005 fiscal year of the counseling room of Biwako Seikei Sport College and to clarify the issues confronting the counseling room in the coming fiscal year. The report begins with investigating mental and physical conditions of our students making use of personality inventory — UPI(University Personality Inventory) .The results were as follows: senior students were more uneasy than other university students regarding both mental and physical conditions.

It then proceeds to report some impressions in counseling activities from the counselor and describes the educational and informative activities it offers students. Backed by this series of findings, the report was discussed in regards to ways in which a counseling room can offer university athletes services to help them effectively.

Key words：Counseling Room, Biwako Seikei Sport College, UPI (University Personality Inventory)

１．はじめに

開設３年目を迎えたびわこ成蹊スポーツ大学（以下「本学」）学生相談室の2005年度の活動を報告する。また，本報告を2005年度の課題への対応を含めた自己点検，および評価の機会と捉えて報告するものであると同時に，次年度への課題を明確にするものである。昨年度の報告の中での課題は以下の通りであった。

１）大学の体制に対応した相談システムの構築

２）心身の維持・増進を目指した学生への教育・啓発的活動の展開

上記の課題への対応を含めた活動報告を以下に示す。

２．精神健康度のスクリーニングテストについて

１）UPIとその実施について

本学学生の精神健康度の実態を把握するため，2005年度も多くの大学の学生相談室において実施されているUPI（University Personality Inventory）を実施した。これは60項目のチェックリストからなる精神健康調査である。短時間（20～30分程度）で実施できることや，数量化の容易なことから多くの相談機関で精神衛生スクリーニングテストとして用いられてきている（項目については表１参照）。各項目は心身の様々な症状で構成されており，症状の有無を○，×の２件法で回答する。

２）分析

UPIを受検した１，２，３年生638名（男子402名，女子236名）を分析の対象とした。各項目において○をつけたものを１点，×をつけたものを０点として，ライスケールの４項目（No.5“いつも体の調子がよい”，No.20“いつも活動的である，”No.35“気分が明るい”，No.50“よく他人に好かれる”）を除いた56項目の合計点をUPI得点とした。（ライスケールについては表１の項目番号に＊を付して示してある。）したがってUPI得点は，合計得点が高いほど精神的健康度は低いことを示すものとなる。

３）結果と考察

各学年・男女別の平均値と標準偏差を表２に示す。UPI得点に関する本学学生の特徴を知るためには他大学の結果と比較する必要がある。ただし，UPI得点は調査時期の影響があると考えられるので，同一時期に実施したものと比較するのが適切であるが，そのような報告は見られない。そこで，調査時期は異なるが，土屋ら（2002）の他の体育系大学の結果との簡単な比較を行い，本学学生のUPI得点の特徴を把握することにした。

いずれの学年においても女子の得点が男子を上回るという結果であった。各学年ごとに土屋ら（2002）の他の体育系大学の結果と比較してみると，１年生では男子（7.93に対して本学7.28），女子（12.01に対して本学10.72）ともに低い得点傾向であった。また２年生については男子が高い得点傾向を示した（5.69に対して本学6.99）のに対し，女子は低い得点傾向を示した（9.83に対して本学9.40）。そして３年生では男子（5.14に対して本学7.09），女子（7.35に対して本学10.89）ともに本学学生の方が高い得点傾向であった。このことは，３年生が卒業後の進路についての迷いや不安を持つ時期であり，加えて一期生である彼らの進路選択は卒業生を輩出している他大学の学生よりも困難な状況であることが反映されていると考えられる。彼らの不安な状況は，後述する自発来談者の主訴の内容にも示されている。

４）呼び出し面接について

項目番号25“死にたくなる”に○をつけた者，相談希望欄への記入者（相談希望者には連絡先を記入してもらい，後ほど相談室より

表１　UPI質問項目

1．食欲がない
2．吐き気、胸やけ、腹痛がある
3．わけも無く便秘や下痢をしやすい
4．動悸や脈が気になる
5．いつも体の調子がよい　（＊）
6．不平や不満が多い
7．親が期待しすぎる
8．自分の過去や家庭は不幸である
9．将来のことを心配しすぎる
10．人に会いたくない
11．自分が自分で無い感じがする
12．やる気が出てこない
13．悲観的になる
14．考えがまとまらない
15．気分に波がありすぎる
16．不眠がちである
17．頭痛がする
18．首すじや肩がこる
19．胸がいたんだり、締め付けられる
20．いつも活動的である　（＊）
21．気が小さすぎる
22．気疲れする
23．いらいらしやすい
24．怒りっぽい
25．死にたくなる
26．何事も生き生きと感じられない
27．記憶力が低下している
28．根気が続かない
29．決断力が無い
30．人に頼りすぎる
31．赤面して困る
32．どもったり、声がふるえる
33．体がほてったり、冷えたりする
34．排尿や性器のことが気になる
35．気分が明るい　（＊）
36．何となく不安である
37．独りでいると落ち着かない
38．ものごとに自信をもてない
39．何事もためらいがちである
40．他人に悪くとられやすい
41．他人が信じられない
42．気をまわしすぎる
43．つきあいが嫌いである
44．ひけ目を感じる
45．とりこし苦労をする
46．体がだるい
47．気にすると冷汗がでやすい
48．めまいや立ちくらみがする
49．気を失ったり、ひきつけたりする
50．よく他人に好かれる　（＊）
51．こだわりすぎる
52．くり返し確かめないと苦しい
53．汚れが気になって困る
54．つまらぬ考えがとれない
55．自分のへんな匂いが気になる
56．他人に陰口を言われる
57．周囲の人が気になって困る
58．他人の視線が気になる
59．他人に相手にされない
60．気持ちが傷つけられやすい

（＊）：ライスケール項目

表２　UPI受検者数（N）、ならびに得点の平均値（M）と標準偏差（SD）

学年	男子		女子		全体	
1年	N	124	N	74	N	198
	M	7.28	M	10.72	M	8.64
	SD	8.03	SD	9.02	SD	8.63
2年	N	146	N	64	N	222
	M	6.99	M	9.04	M	7.81
	SD	7.12	SD	9.08	SD	7.93
3年	N	132	N	86	N	218
	M	7.09	M	10.89	M	8.59
	SD	6.78	SD	10.19	SD	8.50

連絡するようにした）およびUPI高得点者（30点以上）については個々に直接話して来談を呼びかけた。来談に応じた者については10～30分程度の面接を行なった。このうち，継続来談者は２名であった。また，外部機関での受診等を確認することができた者もいた。

３．相談活動について

１）来談件数

来談者の月別面接回数と来談者数を表３に示す。

週２日，それぞれ午後４時間ずつの開室時間で，面接回数の合計49回，来談者合計24名であった。進路選択の時期にあたる秋以降は来談者数が増加した。（なお，１月の面接回数，および来談者数については１月25日現在

表３　月別面接回数と来談者数

月	面接回数(回)	来談者数(人)
4月	3	2
5月	7	3
6月	3	2
7月	2	1
9月	2	1
10月	7	2
11月	8	3
12月	7	5
1月	10	5
計	49	24

注1）長期休暇中（8月1日～9月25日、および2月1日～4月10日）は閉室している。
注2）1月については1月25日現在の数値を記載している。

の数値を記載している。）

２）自発来談者の主訴と相談内容

自発来談者の主訴，および面接を重ねる中で示された相談内容（複数）と件数を分類したものを表４に示す。主訴と相談内容で最も多かったのは，精神的なことおよび将来のことであった。精神的なことを主訴として訴える学生には“実習が始まるまでに今の悩みを解決したい”，“卒業後の進路のために，今，何とかしておきたい”と来談するものが多くみられた。一方で，実習等を契機に自身の心理的な問題と直面せざるを得なくなり来談する者もいた。青年期後期の発達課題に直面している学生たちにとっては，自分自身の在り方において課題となっていることに向き合うこと，つまりアイデンティティを確立することは重要な課題であり，将来の自分の姿はこの発達課題の延長上で捉えられていると考えられる。

３）相談活動についての所感

2005年度の相談活動に対する所感を以下に述べる。

前年度からの継続来談者はなかったが，本人の申し出により，フォローアップを行ったケースが１件あった。また，来談の経緯については学内の他の先生を通じた来談ケースもみられたが，この場合は本人の自発来談の意志を明確にした上で面接を行った。本年度からの来談者に関しては，３～４回の面接で終結したものが多く，継続来談となったケースは３ケースのみであった。その１つは進路に関わる問題を主訴としたものであった。本人の中で“本当にこれでよいのか？”といった疑問をきっかけに，進路に対する思考や意欲を失ってしまったケースであった。面接の中では，“何がしたいのか”を明確にしていくことと同時に，これまでの生き方への振り返りが行われていった。吉良・田中・福留（2004）は学生相談への来談内容の分類調査の中で，“大学生にとって進路選択は入学当初からの継続した課題である”と述べているが，卒業生のいない本学の学生にとって，進路決定に伴う不安はかなりのものであると思われる。今後も彼らの語りにじっくりと耳を傾ける丁寧な対応を行っていこうと思っている。

表４　主訴と相談内容

相談内容	主訴件数(件)	面接経過中の相談内容(件)
1．精神的なこと	16	18
2．身体的なこと	0	7
3．競技に関すること	2	3
4．将来・進路のこと	5	5
5．家族または経済的なこと	0	2
6．その他	1	1

＊相談内容については１人で複数の該当項目がある。

ところで，2005年度より，相談室の場所が保健センター内に移転した。宮崎・益田・松原（2004）の学生相談室来室への規定要因に関する研究の中では“悩みがあるかどうかという実質的な問題が来談を促す”と述べられてはいたものの，開室日時が内科および整形外科の受診日と重なることで，来談への抵抗

が高まることを心配していた。しかしながら，来談する学生の中には，かえって来談しやすくなった，というような意見も多く聞かれたことから，当初懸念していたマイナスの影響を考える必要はないように思われる。

一方で，開室時間を両日ともに授業時間と重なる午後に設定しているために，来談したくても時間が合わない，という学生も多くみられた。このような潜在的な来談希望者にも対応していけるよう，開室日時については再検討する必要があるものと思われる。

4．学生に対する教育・啓蒙活動

1）学生に対するガイダンス

UPIテストの実施時に，カウンセラーの紹介や学生相談室の場所や開設日時，申し込み方法等，学生相談室の活動紹介を行った。

2）広報活動

学内掲示板に学生相談室のポスターを掲示した。また，本相談室の活動やカウンセリングの意義などを紹介するために学生課発行の“学生課だより”への執筆を行った。（年４回発行）

5．まとめ

以上のように，2005年度の本学学生相談室の活動報告を行った。

卒業へ向けての準備を始めた３年生の不安の高さがUPI得点にも反映されているものと思われ，学内全体としての丁寧な対応が望まれるところである。また，個別の来談者からは，大学入学を契機とした環境の変化（１人暮らし，クラブでの位置付けなど）や実習等を契機として，内在していた心理的な問題に直面することを余儀なくされたケースがみられた。

ところで，大半が競技者として学生生活を送っている本学の学生は，言葉で表現するよりも，身体運動によって，より自己を表現しているということは容易に想像される。彼らの身体表現は身体運動以上のこと，つまり，こころも同時に語られていることを考慮しながら今後も彼らの身体の反応や症状に目を向けて，そこで表現されていることの意味を注意深く考えていきたい。スポーツに特化した大学の相談室として，このような側面を持つことは重要であると考えている。

6．文献

吉良安之・田中健夫・福留留美　来談学生の問題内容から見た学生期の諸問題―学年ごとの分析から―，学生相談（九州大学学生生活・修学相談室紀要），6，35-46，2004.

宮崎圭子・益田良子・松原達哉　学生相談室来室の規程要因に関する研究，学生相談研究，24，259-268，2004.

中込四郎　アスリートの心理臨床，道和書院，2004.

中込四郎　競技者の心性と競技者性格，臨床心理学，第４巻，第３号，308-312，2004.

中込四郎（研究代表者）「こころと身体」の臨床スポーツ心理学研究，平成13年度～平成16年度科学研究費補助金（基盤研究Ｂ（1））研究成果報告書，2004.

土屋裕睦・鈴木　壮・山本昌輝・廣瀬幸市　2001年度／大阪体育大学学生相談室・スポーツカウンセリングルーム活動報告，大阪体育大学紀要，33，57-67，2002.

本報告は奥田愛子（学生相談室非常勤カウンセラー）が執筆した。