

ストレス関連感覚に対する自由回答の検討

短期大学部 キャリアデザイン学科 土井 聖陽

要旨：大学生のストレスに関する研究は、そのほとんどが質問項目を使用しているが、土井・大隅(2000)のように質問項目と自由回答を併用している研究もある。本研究では、自由回答によってストレス関連感覚を20通り求め、どのような語句が得られ如何に分類されるか、サンプルは表出語句にどのような特徴を示すかを検討した。得られた語句は、土井・大隅のように攻撃性、疲労感、フラストレーション、その他に4分類された。4分類の比率は、攻撃性が27.2%、疲労が30.6%、フラストレーションが17.0%、その他が25.2%であった。サンプル別の4分類の使用比率は、攻撃性を40%以上使用した者が11人おり、疲労感を35%以上使用した者が15人いるが、フラストレーションは20%以上を示した者が6人であった。本研究では、ストレス関連感覚は疲労感よりも攻撃性とフラストレーションが主であったと言える。

キーワード：ストレス関連感覚、自由回答、疲労感、攻撃性、フラストレーション

目的

大学生のストレスに関連する感覚についての研究は数多いがほとんどが質問項目を利用した研究である。これらに対して土井・大隅は、疲労の「自覚症状しらべ」(吉竹、1973)、燃え尽き症候群に関する「Burnoutスケール」(稲岡、1988)、YG性格検査の「Ag」尺度と自由回答を用いて、疲労、攻撃性、フラストレーション、その他の4語群を抽出して、項目尺度との関係を検討している。本研究では、土井・大隅の自由回答部分を異なったサンプルを対象にして、疲労、攻撃性、フラストレーション、その他の4語群が抽出されるかとそれらの4語群は如何なる特徴を持つかを検討したい。

方法

自由回答は次の誘導文によって20通りが求められた。「ストレスは以前からよく話題になっています。また文部省の昨年の調査では、小学2年生の3人に1人、中学2年生の5人に3人が普段から疲れていると感じています。ストレス、精神的疲労、精神的消耗などは、年齢、性別に関係なく一般的、日常的な問題になっています。あなたのストレス、精神的疲労、精神的消耗などに関して、言葉、分節、文章などで思いつくままに20通り表現してください。方言を使用し

てもかまいません。原因を説明するのではなく、あなたの精神的な状態を表現してください。」

研究協力者は男子大学生31名で、授業中に実施されて、回答時間に個人差があったが、10分程度で終了した。

結果

31名全員から回答が得られて、最少反応語句数は10、最大反応語句数は25で、31名中15名が20通り回答し、得られた語句数の平均は17.8、標準偏差は3.1であった。

得られた自由回答の語句は、Excelのセルに1通りずつ原文通りに入力され、31行25列のデータ行列が作成された。続いて、1通りずつの回答が人力でキーワード化され、得られたキーワード数は552であった。そして同義語がそれぞれ統一され、頻度順に並べて表1が求められた。

得られた語句は土井・大隅(2000)とともに、吉竹(1973)の疲労感に関する「自覚症状しらべ」の30項目と稲岡(1988)の燃え尽き症候群に関する「Burnoutスケール」21項目を参考にして、疲労感に関する語(つかれた、きつい、しんどい等)、攻撃性に関する語(むかつく、なぐりたい、はらがたつ等)、フラストレーションに関する語(イライラ、うざい、うとうしい

等)、そしてその他の語に4分類された。「よだきい」は方言であり、フラストレーションに分類された。表1において語句の次の「疲」は疲労を、「攻」は攻撃性を、「フ」はフラストレーションを、「他」はその他をそれぞれ示している。

続いてサンプルごとにキーワードが4分類されて、表2が得られた。4群の比率は、攻撃性が27.2%、疲労が30.6%、フラストレーションが17.0%、その他が25.2%であった。疲労と攻撃性が3割前後で、フラストレーションが2割弱、その他が約4分の1という割合である。しかし、個人別にみると、攻撃性を自身の表現語句の40%以上使用しているタイプが11人おり、疲労を35%以上使用しているタイプが15人いるが、フラストレーションは20%以上を示したもの

表1 頻度3以上のストレス関連語

だるい 疲	22
むかつく 攻	16
つかれた 疲	12
イライラ フ	11
うるさい 攻	11
ねむい 疲	8
うざい フ	8
よだきい フ	7
バカ 攻	6
きつい 疲	6
あつい 他	5
さむい 他	5
なぐりたい 攻	5
はらがたつ 攻	5
めんどくさい フ	5
もういい 疲	5
遊びたい 他	5
いや 疲	4
なんで 他	4
やる気が出ない 疲	4
帰りたい 他	4
最悪 他	4
退屈 他	4
痛い 疲	4
だまれ 攻	4
お前 攻	3
くさい 他	3
こわしたい 攻	3
さみしい 他	3
しんどい 疲	3
つまらん フ	3
どうでもいい 疲	3
はあー フ	3
やめたい 疲	3
ゆっくりさせろ 他	3
わからない 他	3
一人になりたい 疲	3

表2 サンプル別4語群の使用語数

サン プル	語句 数	攻撃	疲労	フラスト レーション	その他
1	16	8	1	2	5
2	16	2	7	3	4
3	20	5	7	3	5
4	20	3	8	7	2
5	19	3	6	3	7
6	20	3	8	3	6
7	19	12	2	1	4
8	17	1	7	0	9
9	20	4	9	2	5
10	20	1	7	4	8
11	16	0	6	3	7
12	20	6	9	4	1
13	12	0	9	1	2
14	19	8	2	3	6
15	16	8	4	1	3
16	16	2	3	2	9
17	16	4	3	1	8
18	20	8	3	6	3
19	13	0	1	2	10
20	20	11	7	1	1
21	10	2	5	3	0
22	20	4	8	3	5
23	14	1	5	1	7
24	12	0	6	3	3
25	20	7	6	4	3
26	19	0	14	3	2
27	25	10	5	6	4
28	20	8	5	5	2
29	19	10	3	2	4
30	20	9	2	6	3
31	18	10	1	6	1
	総数	150	169	94	139
	比率	0.272	0.306	0.170	0.252

が6人である。

考察

誘導文で「…あなたのストレス、精神的疲労、精神的消耗などに関して、…20通り表現してください。…」とあるのに疲労感は3割程度で、攻撃性とフラストレーションが合わせて44.2%と半数に近かった。また攻

撃性には「むかつく、はらが立つ」などの精神的な語句とともに「なぐりたい、けりたい」などの暴力や「死ね、バカ」などの直接的表現も多かった。個人ごとも攻撃性語句を多用する人数が11人と全体の3分の1強おり、フラストレーション語句を比較的多く使う人数も6人と全体の2割近くいた。

以上から本調査では、土井・大隅の4語群が確認できたこととともに、ストレス関連感覚が語句全体からもまた個人レベルからも、疲労感よりも攻撃性とフラストレーションが主であったと言える。

引用文献

- 土井聖陽・大隅 昇 (2000) 疲労ストレスの統計解析
日本分類学会 第16回研究報告会 研究報告予
稿集 pp. 77-78.
- 稲岡文昭 (1988) Burnout 現象とバーンアウトスケール
看護研究 第21巻第2号 pp. 27-36.
- 吉竹 博 (1973) 改訂 産業疲労—自覚症状からのア
プローチ 労働科学研究所