

学生生活実態と学校満足度について — 本学短期大学部学生を対象として —

Student Life and Satisfaction of This University — For This Junior College Students —

信太寿理*, 近江秀崇*, 江畑慎吾*, 鎌田嘉彦**, 山本麻衣***

Juri SHIDA, Hidetaka OUMI, Shingo EBATA, Yoshihiko KAMATA, Mai YAMAMOTO

要約

学生の不適応の関連要因として、学生生活の満足度について捉える必要があり、それは授業評価だけでなく学生生活の様々な点について調査する必要がある。また、満足度は各大学によって異なることも考えられる。そこで本研究では、本学学生に対して、(1)睡眠や勉強などを含めた生活状況と、様々な側面からの満足度について調査することと、(2)本学独自の学校満足度を簡易に測定できる尺度の作成と、学校満足度との関連について明らかにすることを目的とした。

その結果、睡眠に関しては、比較的高い結果となり、熟睡度が高いことが示された。そして、勉強については、少ない数値となり、授業時間外の勉強時間が少ないことが示された。また、7項目からなる、尺度構造が安定した本学独自の中京学院大学短期大学部学校満足度尺度を作成した。そして、学校満足度尺度と生活状況との相関分析を行った結果、熟睡度が学校満足度と有意な正の相関を示した。睡眠は、青年の適応にとって重要な指標でもあることから、授業だけではなく、学生の睡眠を含めた支援などの必要性が示唆された。

Abstract

In this study, for students of this university (1) to investigate the living situation including sleep and study and satisfaction from various aspects, and (2) to measure this university's own school satisfaction easily and to investigate relation between the making scale of school satisfaction and living situation.

As a result, sleeping is a relatively high score, indicating that the degree of deep sleep was high. And for studying, it was a small score, indicating that students were spent a little study time outside class hours. In addition, we were able to create our own Chukyo Gakuin Junior College School Satisfaction Scale.

キーワード:

学生生活, 学校満足度

Key words:

Student life, Satisfaction of college

I. 問題

近年学生の不適応に関する関心は高まりつつある¹⁾。近年の学生の不適応について、学業的な不適応だけではなく、人間関係や社会生活などの困難からくる不適応を指摘しており¹⁵⁾、この人間関係や社会生活などの困難からくる不適応についても対応していく必要があることを指摘している。

学生の不適応について、睡眠や食事などといった生活状況なども関連していることが示唆されて

いる。青年期における不十分な睡眠は、疲労をもたらし、そのことにより行動的な問題や、情動的な障害に関連するだけでなく、学業上の問題や、集中力の低下、成績の悪化など2次的な問題に繋がることが示唆されている^{1, 8, 9, 10, 13)}。食事についても食事と精神的な不安定さについての研究があるが²⁾、睡眠と食事、精神的な不安定さが関連していることも示している。

また、そもそも大学生という時期は、環境の変

*本学専任講師, **本学特任教授, ***本学助教

化や就職活動へ向けての自己の見つめ直し、アイデンティティの問題などから心理的な不適応になりやすいことが指摘されている。治療対象とはならないまでも、何らかの困難を示しながら学生生活を送っている学生は少なくないという指摘もある¹⁴⁾。

大学生生活の満足度の研究は、これまで授業評価を主とした授業に関する満足度を扱った研究が多かった^{3, 4, 5, 7, 12)}。授業の満足度が非常に重要な意味を持つことと、授業の満足度が学生生活の満足度に影響を与えると述べている⁶⁾。しかし、サークル活動や大学の立地、就職の有利さ、アルバイトの楽しさなど、授業以外の満足度が大学生生活の満足度に関係することを示唆し⁶⁾、授業評価以外の満足度について研究している。結果、大学生生活の満足度は、授業や教員、カリキュラムへの満足度を示す「大学の授業への満足度」、大学で取得できる資格や、教員・友人との関係、教育機器などの満足度を示す「大学の付加価値への満足度」、大学の立地や食堂などへの満足度を示す「大学の物理環境への満足度」の3因子構造が見出されている⁶⁾。そして、大学の授業への満足度と、大学の付加価値への満足度が、総合的な満足度への影響が大きいことも示している。しかし大学によってカリキュラムや立地などは大きく異なると考えると、先行研究がどの大学でも共通してみられるものであるかは十分検討されているとはいえない。また項目数も多く、簡易に測定が困難である。

つまり、学生生活への満足度について捉えようとする場合、授業評価だけではなく、学生生活の様々な点について調査する必要がある。また、満足度は各大学によって異なることも考えられる。そのため、本学でも独自の満足度を測定でき、なおかつ簡易に測定可能な尺度が必要であると考える。

そこで、本研究では本学学生に対して、睡眠や食事などを含めた生活状況と、様々な側面からの満足度について調査することを目的とする。

II. 方法

1. 調査対象・調査時期

2019年8月上旬、短期大学生228名（男性47名、女性179名、未回答6名；1年生119名、2年生109名）に行った。

分析にはSPSS 12.0 for windowsを用いた。また、本研究の方法は本学倫理委員会の倫理審査を経ている。（審査番号31006番）

2. 尺度

(1) 生活状況を問う項目

睡眠時間と熟睡度：1日の学習時間、シラバスの利用、本学への親密度について尋ねた。

朝食：朝食を摂っているかについて尋ねた。「毎日食べる」「週4日以上食べる」「週3日以下」「食べない」の4件法であった。

1日の睡眠時間：平均的な1日の睡眠時間を尋ねた。「5時間未満」「5-6時間」「6-7時間」「7時間以上」の4件法であった。

熟睡度：ぐっすり眠れていますか、という質問項目で尋ねた。「ほとんど眠れていない」「あまり眠れていない」「まあまあ眠れている」「とてもよく眠れている」の4件法であった。

1日の学習時間：1日の平均学習時間について尋ねた。「1時間未満」「1-2時間」「2-3時間」「3時間以上」の4件法であった。

シラバスの利用：シラバスの予習・復習など学習への利用について尋ねた。「授業以外で見たことがない」「めったに見ない」「たまに見ている」「よく見ている」の4件法であった。

本学への親密度：本学の学生であることに親しみや誇りがもてますか、という質問項目で尋ねた。「もてない」「ややもてない」「もてる」「強くもてる」の4件法であった。

(2) 満足度に関する項目

本学の満足度について、学校行事、学習設備（図書館や学生ホール）、健康管理（学生相談室）、通学方法（スクールバス）など7項目から尋ねた。

4件法（「不満」「すこし不満」「満足」「とても満足」）で尋ねている。

Ⅲ. 結果

まず、それぞれの学科、学年、性別についてクロス集計表を作成した(表1)。

次に、(1)(2)について、各項目で記述統計量を算出した(表2, 3)。その結果、Q10の熟睡度については多くの学生が眠れているようであったが、Q14の1日の平均学習時間は、多くの学生が1時間未満か1 - 2時間程度となかなか予習復習に時間を割いていないようであった。

また、項目ごとに満足度を見てみると(表3)、Q24大学での友人関係、対人関係への満足度が高いようであった。その他Q20学習設備、Q22大学の健康管理、Q25総合的な満足度も高いことが示された。

表 1. 学年学科性別ごとのクロス集計表

性別	学科	学年	学年		合計
			1年生	2年生	
男性	学科	保育科	15	6	21
		健康栄養学科	15	7	22
	合計		30	13	43
女性	学科	保育科	57	61	118
		健康栄養学科	29	32	61
	合計		86	93	179
その他	学科	保育科	1	1	2
		健康栄養学科	2	2	4
	合計		3	3	6
合計	学科	保育科	73	68	141
		健康栄養学科	46	41	87
	合計		119	109	228

表 2. 生活状況に関する各項目の平均値と SD

項目	平均値	SD
Q8. 朝食を摂っていますか	1.67	1.02
Q9. 平均的な1日の睡眠時間	2.25	.88
Q10. ぐっすり眠れていますか	3.02	.69
Q14. 平日の1日の平均学習時間	1.41	.70
Q15. シラバスの予習・復習など学習への利用	1.09	.89
Q26. 本学の学生であることに親しみや誇りがもてますか	2.31	.76

表 3. 満足度に関する各項目の平均値と SD

項目	平均値	SD
Q19. 学校行事(新入生歓迎行事、大学祭など)について	2.56	.72
Q20. 大学の学習設備、図書館について	2.61	.79
Q21. 大学の食堂、学生ホールについて	2.54	.84
Q22. 大学の健康管理(相談室、保健室)について	2.86	.74
Q23. 通学のためのスクールバス、駐車場などについて	2.75	.97
Q24. 大学での友人関係・人間関係について	3.11	.73
Q25. 学生生活全般を総合的に判断して	2.68	.73

満足度に関する7項目について、主因子法による因子分析を行った。固有値の減衰状況(3.23, 0.97, …)と因子の解釈可能性から1因子とした。また、共通性を考慮し、7項目すべてを用いた(表4)。また、内的整合性を検討するために信頼性(α 係数)を算出したところ、 $\alpha = .80$ となり、十分な値が得られた。よって、この7項目を本学独自の、中京学院大学短期大学部学校満足度尺度とした。

表 4. 満足度に関する因子分析結果と共通性

	因子	共通性
Q20. 大学の学習設備、図書館について	.73	.44
Q21. 大学の食堂、学生ホールについて	.67	.53
Q19. 学校行事(新入生歓迎行事、大学祭など)について	.67	.45
Q22. 大学の健康管理(相談室、保健室)について	.60	.36
Q25. 学生生活全般を総合的に判断して	.55	.29
Q23. 通学のためのスクールバス、駐車場などについて	.54	.25
Q24. 大学での友人関係・人間関係について	.50	.30

また、生活状況に関する各項目と、学校満足度尺度について、それぞれ相関分析を行った(表5)。

その結果、睡眠時間と熟睡度、平均学習時間、本学満足度の間に有意な相関がみられた。また、熟睡度は、シラバスなどの利用や親密度、本学満足度の間に有意な相関がみられた。朝食の摂取は、

シラバスなどの利用に有意な相関が見られ、親密度は本学満足度の間に有意な相関がみられた。

表 5. 各項目の相関分析結果

	Q8	Q9	Q10	Q14	Q15	Q26
Q8. 朝食を摂っていますか	-					
Q9. 平均的な1日の睡眠時間	-.07	-				
Q10. ぐっすり眠れていますか	.06	.34***	-			
Q14. 平日の1日の平均学習時間	.07	.14*	.05	-		
Q15. シラバスの予習・復習など学習への利用	.19**	-.07	.14*	.19**	-	
Q26. 本学の学生であることに親しみや誇りがもてますか	.00	.13	.31***	.04	.17*	-
本学満足度尺度の平均	.11	.18**	.36***	.11	.14*	.50***

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

IV. 考察

本研究では、大きく分けて本学学生に対する、睡眠や食事などを含めた生活状況についての調査と、本学独自の大学満足度を調査することができる尺度作成を目的とした。そのため、それぞれ目的別に考察を行う。

1. 本学学生の睡眠や学習などを含めた生活状況

本学学生に対して、生活状況について分析を行った結果、熟睡度については比較的高い数値を示した。青年期における不十分な睡眠は、疲労をもたらし、そのことにより行動的な問題や、情動的な障害に関連するだけでなく、学業上の問題や、集中力の低下、成績の悪化など2次的な問題に繋がることが示唆されている^{1, 8, 9, 10, 13)}ことから、熟睡度が高いことは本学学生の適応的な学生生活を捉える視点の1つとしても、有効な指標と考えられる。

しかし、1日の学習時間やシラバスの予習・復習の利用など、学習面に関しては低い結果となった。授業時間外の学習が、学力向上には不可欠であるため、今後もアクティブラーニングなど、学生がやる気を高く持ちながら学習を進めていく方法について検討する必要があると考える。

2. 本学独自の学校満足度について

本研究では、本学独自の学校満足度として、中京学院大学短期大学部学校満足度尺度を作成した。7項目の1因子構造で、因子構造も安定した尺度を作成することができた。

7項目というコンパクトな項目数のため、容易に実施がしやすいことも利点として考えられる。

また、生活状況との相関分析結果を見てみると、睡眠時間や熟睡度が、満足度と有意な正の相関を示している。サークルや大学の立地、就職の有利さ、アルバイトの楽しさなど、授業以外の満足度が総合的な満足度への影響が多いことを示している⁶⁾。

本研究では、生活状況を取り入れたことで、学生の睡眠や大学への適応度など、満足度以外の要因から、その影響について捉えることができた。睡眠は適応的な学生生活に必要であり、それが大学自体の満足度にも影響することが本研究では示された。

3. 今後の課題

本研究では、単年度の実施となっているが、学校はその年度により学生の特徴が多少異なっていくことも考えられる。

全体としての特徴や傾向がつかめるだけでなく、1年次から2年次への得点や関連の変化など、さらなる視点から捉えることができるため、複数年実施をしたいと考えている。

また、人数を考慮して、学科ごとなどの分析を行わなかったが、学科別の分析についても、今後行っていきたいと考えている。

授業評価と満足度との間に強い正の関連がみられ、授業評価が高い学生は満足度も高いことを示している⁵⁾。今後は授業評価との関連についても検討したいと考えている。

引用文献

- 1) Carskadon, M. A. : "Patterns of sleep and sleepiness in adolescents. *Pediatrician*", 17, pp. 5 -12, 1990
- 2) 樋口寿, 藤田朋子, & 久保美帆. : "大学生の精神的健康度に影響する食事因子の検討", *近畿大学農学部紀要*, 41, pp.17-25, 2008
- 3) 牧野幸志: "学生による授業評価と自己評価, 成績, 及び学生の満足感との関係—教養選択科目「社会心理学」の場合—" *高松大学紀要*,35, pp.1-16, 2001a
- 4) 牧野幸志: "学生による授業評価と自己評価, 成績, 及び学生の満足感との関係—専門必修科目「人間関係論」の場合—", *高松大学紀要*,35, pp.17-31, 2001b
- 5) 牧野幸志: "学生による授業評価の規定因の検討(1) —多変量解析を用いた因果モデルの検討—", *高松大学紀要*, 36, pp.55-66, 2001c
- 6) 牧野幸志, & 森裕紀子. : "大学生活への満足度に関する教育心理学的研究", *高松大学紀要*, 37, pp.59-72, 2002
- 7) 松田文子・三宅幹子・谷村 亮・小嶋佳子: "学生による授業評価と自己評価, 授業選択態度, 及び成績の関係—教職必修科目「生徒指導論」の場合—", *広島大学教育学部紀要 第一部 (心理学)*, 48, pp.121-130, 1990
- 8) Montgomery, G.K. : "Uncommon tiredness among college undergraduate". *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 51, pp.517-525, 1983
- 9) Morrison, J. R., Kujawa, E., & Storey, B. A. : "Causes and treatment of insomnia among adolescents", *Journal of School Health*, 4, pp. 148-150. 1985
- 10) Morrison, D. N., McGee, R., & Stanton, W. R. (1992). Sleep problems in adolescence. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 31, 94-99.
- 11) 及川恵, & 坂本真士. : "大学生の精神的不適應に対する予防的アプローチ: 授業の場を活用した抑うつ的一次予防プログラムの改訂と効果の検討", *京都大学高等教育研究*, 14, pp. 145-156, 2008-12
- 12) 大槻博: "多摩大学の学生による授業評価「ボイス」をめぐる考察" *一般教育学会誌*, 15, pp.47-49, 1993
- 13) Saarenpaa-Heikkila, O., Rintahaka, P., Laippala, P., & Koivikko, M. : "Sleep habits and disorders in Finnish schoolchildren", *Journal of Sleep Research*, 4, pp. 173-182, 1995
- 14) 白石智子. : "大学生の抑うつ傾向に対する心理的介入の実践研究", *教育心理学研究*, 53, pp. 252-262, 2005
- 15) 谷島弘仁. : "大学生における大学への適応に関する検討", *人間科学研究*, 27, pp.19-27, 2005