

大学生における自己肯定感と大学生活との関連性について  
Relationships between Self-Affirmation and Campus life in University Students

1k08a064-7 榎 里栄

指導教員 主査 中村好男先生 副査 塩田琴美先生

【目的】

自己肯定感という概念は「自己を肯定する」力として、人間が生きていく上で重要なライフスキルの1つとして注目されている。自己肯定感はいじめや引きこもりといった社会問題や、コミュニケーション能力といった対人スキルについて深い関係を持っている。

本研究では、自我形成期に当たる大学生の自己肯定感と大学生活について調査をし、大学生の自己肯定感得点やその下位概念と、大学生活における意欲度について、相関性がみられるかを検討する。

【方法】

本研究の対象者は、早稲田大学人間科学部の学生1年生～4年生の計119名である。対象者の抽出は、人間科学部の講義を受講している者や、食堂で無作為に調査協力を依頼した者、サークル活動中の者である。

対象者に対して、学年・性別・学部・大学生活について・自己肯定感について、アンケート紙を用いて実施した。回答後はその場で回収した。

大学生活においては「勉強」「課外活動」「アルバイト」「趣味」の4項目について、熱心に取り組んだかを4段階でそれぞれ評価し、自己肯定感においては20の項目に対し5段階で評価をする。また、自己肯定感尺度は「自律」「自信」「信頼」「過去受容」の4つの下位領域にわかれており、各領域の合計点について考察を深める。

【結果】

対象者は男子64名、女子49名、有効回答数は113名であった。有意に相関性が見られたものは、学年と自律得点、学年と過去受容得点、勉強と自律得点、勉強と自信得点、勉強と信頼得点、課外活動と自律得点、アルバイトと自律得点、アルバイトと信頼得点、趣味と自律得点、趣味と信頼得点、アルバイトと趣味、であった。

自己肯定感得点に対して、大学生活項目すべてにおいて有意に相関性が見られた。

また、学年と過去受容得点では負の相関

性が見られたことから、学年が上がるごとに過去の自分を受け入れることが明らかとなった。一方、大学生活項目についてはどの項目も過去受容との間に有意な相関性は見られなかった。

【考察】

大学生活と自己肯定感について、多くの面で関連性が見られた。中でも注目したことの1つは、学年が上がるにつれ、「過去の自分を受け入れていく」という結果が出たことである。大学生は学年を重ねるごとに、これまでの経験や考えに自信を持ち、良い自分も悪い自分も受け入れていくのだと考えられる。また、学年が上がることで自律性が高まるという結果について、学年が上がることで後輩の面倒を見たり、所属コミュニティを運営する側になったりと、「自律性」を成長させる要素が増えていくのだと考えられる。大学生にとって「学年」という概念は自己肯定感を高めるキーワードになり得ると考えられる。

もう1つ注目したのは、大学生活と「自律」得点について、全ての項目において有意に相関性が見られたことである。この結果から、大学生活を熱心に取り組んでいる学生ほど、他人に左右されることなく己を受け入れ、自己を律することができると考えられる。勉強にしる、課外活動にしる、アルバイトにしる、趣味にしる、どのような大学生活にするのかは最終的に「自分」が決めるものであり、他人に左右されるだけの大学生活は、健全な「自己形成」の役割を果たしていないと考えられる。

この結果から、自律性を高めるためには、ただなんとなく大学生活を過ごすのではなく、「自主的に」「能動的に」取り組んでこそ、意味があることが示唆された。

以上を踏まえて、大学生におけるキャンパスライフは、何かに熱心に取り組んでこそ意義のあるものであり、自己肯定感を高めることができ、将来の対人スキルやライフスキルの基盤を作る重要な時期であると言える。