

女子大学生における抑うつと タイプA行動パターンに関する研究

A99-4407 海野亜悠子 A99-4416 境井由紀子 (指導教官 朝倉隆司)

1. 目的

本研究の目的は、現在問題となってきた精神的な病のひとつである抑うつについて、女子大学生を対象にその実態を把握し、ストレスとの関連性が見出されてきているタイプA行動パターンとの関連を検討することにある。

2. 研究方法

- 1) 対象者：東京学芸大学の1年生から4年生までの女子大学生計 100 名 (内、有効回答数 93 名)。
- 2) 調査方法：自己記入式、無記名の質問紙による調査。
- 3) 調査内容：基本的属性 (年齢・学年・学科) 抑うつ重症度 (ベック抑うつ尺度により判定。得点は 0~63 点の範囲で分布し、高いほど症状が重くなる。) タイプA行動パターン (A型行動パターンスクリーニングテストにより判定。)

3. 結果と考察

1) 対象者の実態

対象者全体の抑うつ重症度の平均得点は 11.18 点であり先行研究により報告された大学生女子の平均得点とほぼ同じであった。また学年別の平均得点は最も低い学年から順に 1 年生 8.93 点、2 年生 11.50 点、4 年生 11.88 点、3 年生 13.05 点であった。学年が上がるにつれて抑うつ傾向が強くなると言える。このうち 3 年生に最も高い平均得点が見られたのは、進路決定の時期に置かれていたことなどが関係しているのではないかと思われる。

タイプA傾向にある者は全体の 22.6% であり、学年別にタイプAおよびB (タイプAの正反対の傾向) にある者を分類したところタイプA傾向に

ある者の割合が最も高かったのは 4 年生であった。続いて 3 年生、1 年生、2 年生という結果であった。

2) 抑うつ重症度とタイプA行動パターンの関連

対象者をタイプAおよびBに分類し抑うつ重症度の平均得点の比較をしたところ、タイプAの傾向にある者の方が重症度が高いという結果が出た。(表参照)

5つの指標概念で分類した抑うつ症状別にみた平均得点の比較においても、罪・無価値観以外の概念による項目の平均得点がタイプA傾向でBに比べ高くなっていった。その中でも最も差が見られたのは生理的不活発さ (思考、意欲、集中力低下) に関するものであり、タイプA傾向では思考や意欲、集中力を向上させようと努めているにも関わらず、そうした傾向が逆にそれらを低下させる結果をもたらす可能性があるとも言える。

〈表. 抑うつ重症度平均得点〉

	全体	指標概念別				
		うつ気分	無価値観	無力感	不活発さ	欲求減退
A	11.95	1.0476	3.6667	2.0952	4	1.1429
B	10.96	0.9583	4.0833	2.0278	3.2917	0.6806

4. 結論

タイプAの傾向が強いほど抑うつ重症度は高くなり、その傾向は学年が上がるにつれて強く見られている。特に学年間では顕著な差が見られており、今後のタイプA行動パターンとのより厳密な研究により、抑うつに対しての環境の変化や社会的背景等を考慮した対策が考案されるのが望ましい。

5. 主な参考文献

桃生寛和、早野順一郎、保坂隆、木村一博
「タイプA行動パターン」 星和書店 1993