

大学生のふれあい苦手意識とグループ活動との関連

○鈴木由美(聖徳大学)

稲田達也(豊岡短期大学)

キーワード: 大学生, ふれあい苦手意識, グループ活動

問題と目的

大学生の学生相談を行っている「生きるのがつらい」「毎日人に迷惑ばかりかけて、つらい」「自分は大学で勉強してなんの役にたつのか」など自分を否定的にとらえる学生が多くいる。これらの学生が前向きに考えられるにはどうしたらいいのだろうか。最近オキシトシンが不安を軽減するといわれている(2019, 岡田)オキシトシンは、精神的な安らぎを与えるといわれる神経伝達物質のセロトニン作動性ニューロンの働きを促進することでストレス反応を抑え、人と交わったりする社会的行動への不安を減少させると考えられている。オキシトシンを人に投与すると、他人に対する信頼感を増加させるという報告があり、社会行動に障害がある自閉症スペクトラムの子どもにオキシトシンを投与したところ、前頭前野の活動が増加して症状の改善が見られたという報告もある。さらに、オキシトシンは、前頭前野、海馬、扁桃体などに働きかけるホルモンとして、例えば、うつ病に関わりの深い海馬の神経細胞の新生を促進させることによって、うつ病を改善する可能性があることも明らかになりつつある。ではオキシトシンを分泌させるには、どのような方法があるのだろうか。母子関係のスキンシップ、男女のスキンシップ、家族団らん。友だち同士のスキンシップやふれあいなど、気持ちのふれあいが必要である(2012, 有田)。そこで友だち同士のふれあいを行いたいと考え、グループ活動終了時に「握手」を試みた。しかし学生たちは「握手」が苦手であるとのこと、そこで本研究の目的はふれ合うことが苦手な学生はグループ活動の自己主張・自己理解・やる気・参加度に違いがあるのかを明らかにすることである。

方 法

対象者 A大学の大学1年生から4年120名。授業でのグループ活動後に質問紙調査を行った。

質問紙調査の中で、授業の最後に1回だけ行った「握手」について、苦手・少し苦手・何も思わない・握手はいい・握手はすごくいいの5件法で回答を求めた。その結果、苦手・少し苦手19人、握手はすごくいい30人、計49人を分析対象とし

た。学年は1年19人、2年21人、3年5人4年4人で性別は男子24人、女子25人であった。

倫理的配慮

インフォームド・コンセントを行い、本研究への協力を求めた者を調査対象とした。質問紙の拒否中断は可能であり、このことによる不利益が生じないことを口頭で伝えた。

結果・考察

「握手」が苦手な理由には、大きくわけて3つの意見があり、自分の手が汚いので、相手に悪い(8名)、相手の手が汚いので、触りたくない(2名)人と触れ合うことが恥ずかしい(6名)その他には、手の触れ合う面が大きく緊張する・握手することで自分を見透かされる・価値観が違うので嫌だであった。授業のグループ活動は13課題あった。各グループ活動後にグループ内で自分の意見が言えたか、自己理解が進んだか、やる気になったか、を5件法で回答を求めた。握手が苦手群と握手はすごくいい群を独立変数、自己主張、自己理解、やる気を従属変数としてt検定を行った。すべてにおいて1%水準で、有意に握手が苦手群の平均得点が低かった。授業の参加度を100点満点で評価したが、その結果には握手苦手群と握手はすごくいい群には違いは見られなかった。以上の結果よりふれ合うことが苦手な握手苦手群は、握手することで他人を汚してしまうと考え、グループ活動の中で、自分の意見を言ったり、グループを通じての自分理解、やる気が低下していることが明らかになった。

Table1 ふれ合い意識と各尺度(参加度)とのt検定

	握手が苦手 (n=19)		握手はすごくいい (n=30)		t 値
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	
自己主張	49.63	6.52	56.30	6.14	-3.62 **
自己理解	45.58	8.11	55.87	6.64	-4.85 **
やる気	51.53	7.04	58.93	5.45	-4.13 **
参加度	87.63	8.72	90.17	8.66	-1.00

**p<.01