中部学院大学・中部学院短期大学部　研究紀要第11号（2010）　44－50

研 究 論 文

介護福祉士を目指す短大生の精神的健康に関する縦断研究
― ストレッサーとストレス反応および学業成績に注目して ―

A Longitudinal Study on Mental Health of Junior College Students who Aim to Become Certified Care Workers
—Mainly Focusing on Stressor, Stress Response and Grade—

横　山　さつき
Satsuki YOKOYAMA

介護福祉士を目指す短大生のストレッサーやストレス反応の時経列的変動を把握し，ストレッサーとストレス反応，学業成績との関連を検討することを目的として，短期大学の介護福祉士養成２年課程に学ぶ89名の学生に対して，入学から卒業までの間，３か月ごとに８回の自記式質問紙調査を実施した．

結果，ストレス反応については経時的な変化はみられず，２年間を通してストレス反応が高い傾向を示した．ストレッサーについては，１年次４・７・１月の「就職・将来」に関するストレッサー認知の程度が，卒業間近の２年次１月に比べて有意に高かった．また，学業成績とストレス反応との間に関連はみられなかったが，「家族関係」に起因するストレッサーがストレス反応に大きく影響を与えていた．

したがって，入学当初からの就職支援の充実と，学生の家族を意識した支援や家族との連携が必要である．

キーワード：介護短大生，ストレッサー，ストレス反応，学業成績，縦断研究

Ⅰ　はじめに

学生の精神的健康に関する研究は活発に行われており，学生の心理状態を的確に捉えた支援が急務であることが指摘されている[1－12]．しかし，介護福祉士を目指す学生を対象とした研究は極めて希少である．しかも，その希少な研究[13]もストレス反応を測定するに止まっており，ストレッサーの推測を試み，その対処方略を探求した研究はみあたらない．

そのため，第１に短期大学の介護福祉士養成２年課程に学ぶ学生（以降，介護短大生と称する）のストレス反応の特徴を明らかにすること，第２に介護短大生が在学中に受けるストレッサーの種類とその強さを明らかにすること，第３に介護短大生のストレス反応の表出に影響を与えていると考えられるストレッサーとストレス反応との関連を心理学的ストレスモデルに従って検討することを目的として，2007年４月から2008年１月にかけて，４回の自記式質問紙による集合調査を実施し，以下の結論を得た[14]．

１．介護短大生の精神健康度は健常者群に比べて著しく低く，介護学生は日常的に何らかの精神保健上の課題を抱えている可能性が高い．

２．ストレッサーが高まればストレス反応も高まることが確認され，ストレス反応の表出に影響を与えているストレッサーの低減によるメンタルヘルス対策を講じることの有効性が示された．

３．ストレス反応に最も関連しているストレッサーは「交友関係」であり，「学業」や「大学評価」といった学校関係のストレッサーよりも，「家族関係」や「異性関係」を含めた対人関係のストレッサーが，より強く介護短大生のストレス反応の表出に影響を与えていることが明らかとなった．

４．ストレッサーに対するストレス認知の程度は性，学年といった個人要因によって違いがみられ，男子学生，および１年次生は種々のストレス刺激を強く感じ，うつ傾向が強かった．

以上の所見は，介護学生の安定した心理状態の獲得・維持への介入の方向性を定めるために一定の示唆を与えるものとなった．しかし，具体的にどのような対処方略を実施するのかを検討するためには，入学から卒業までの２年間を通した縦断研究によって，各年次の各時点での学習進度や生活環境の変化に対応したストレッサーやストレス反応の特徴を把握することが望まれる．

また，清原（1968）が，「適度な不安や緊張感は克服しようとする力（動機づけ）となり学習効果を高めるとともに，学生自身の成長発達にもよい影響を与える．しかし，過度の不安や緊張は学習意欲だけでなく，自己に対する自信も低下させてしまう．」と結んでいるように[15]，過剰なストレスが学業に直接影響を与えることも考えられることから，ストレスの学業への影響についても把握しておく必要がある．

短期大学部　社会福祉学科

したがって，本研究では，ストレッサーとストレス反応，および学業成績に注目して，介護短大生のストレッサーやストレス反応の２年間にわたる時経列的変動を把握し，ストレッサーとストレス反応，学業成績との関連を検討することを目的とした．

なお，用語の定義として，ストレスを起こす刺激となるものを「ストレッサー」，これを受けて生体に起きた歪みを「ストレス反応」，その両方を総合したものを「ストレス」と称する．

Ⅱ　方法

１．対象者

某短期大学の介護福祉士養成２年課程の2007年度入学生89名（うち男子学生10名，11.2%）を調査対象とした．

２．調査とデータ収集の手順

経時的変化をみるために，入学から卒業までの２年間を通し，約3か月ごとに下記８回の時点での自記式質問紙調査を実施した．

第１回目：2007年４月中旬
第２回目：2007年７月上旬
第３回目：2007年10月上旬
第４回目：2008年１月下旬
第５回目：2008年４月中旬
第６回目：2008年７月上旬
第７回目：2008年10月上旬
第８回目：2009年１月下旬

倫理的配慮として，調査毎に書面と口頭で，研究の目的・意義・方法に関する説明をし，調査への不参加が就学上の不利益に繋がることは一切ないことを告げた．また，プライバシーの保持に配慮した上で脱落標本を特定するために，第三者には知り得ないナンバーリングにより標本の判別をした．さらに，質問紙の回収にあたっては，回収用のボックスに投函する方法をとった．

なお，各自の学業成績を調査者が閲覧し，データとして使用することを承諾する場合は，同意書に署名をして投函するよう求めた．

３．調査内容と評価尺度

１）基本属性

年齢（2007年４月１日現在の満年齢）と性別を尋ねた．

２）ストレス反応

ストレス反応を測定する尺度として，精神健康調査票28項目版（The General Health Questionnaire-28：GHQ-28）[16]の４つの下位尺度（①身体的症状，②不安と不眠，③社会的活動障害，④うつ傾向）28項目を用いた．

GHQ採点法（0-0-1-1）を用いたため，総得点（以降GHQ得点と称す）は０～28点，４つの下位尺度得点は各０～７点で，得点が高いほど精神的不調感が強いことを意味する．

３）ストレッサー

ストレッサーを測定する尺度として，短大生の置かれている環境の特異性を強調して開発された，女子短大生用ストレッサーテスト（Stressor Test for Junior College students：STJCS）[17,18]の７つの下位尺度（①交友関係，②大学評価，③学業，④家族関係，⑤就職・将来，⑥自己評価，⑦異性関係）46項目を用いた．

３件法の回答に対して１～３点を割り当て，下位尺度ごとに合計点を算出した．７つの下位尺度得点は，①交友関係12項目１～36点，②大学評価７項目１～21点，③学業８項目１～24点，④家族関係７項目１～21点，⑤就職・将来６項目１～18点，⑥自己評価３項目１～９点，⑦異性関係３項目１～９点で，得点が高いほど当該種類のストレス刺激を強く受けていることを意味する．

４）学業成績

卒業に至るまでの２年間に取得した単位の科目ごとの成績を使用して，次のような成績評価指数を求めた．

成績評価指数＝100(A×3＋B×2＋C)／3(A＋B＋C)
A＝優の評価を受けた科目数
B＝良の評価を受けた科目数
C＝可の評価を受けた科目数

指数は，高値ほど成績が良いことを示す．

４．分析処理

８回全ての調査に参加協力し，欠損値が１項目もなく，かつ，学業成績をデータとして使用することを承諾した42標本（女子学生38名，男子学生４名）を分析対象とし，有効回答率は47.2%であった．

介護短大生のストレッサーやストレス反応の経時的変化の特徴を明らかにするために，８時点間の７つのストレッサー下位尺度得点や，GHQ得点とその４つの下位尺度得点の平均値の差を，一元配置分散分析，および，多重比較によって比較した．多重比較には，等分散の検定（Leveneの検定）により両側5%水準で等分散性が成り立った場合はTukey HSDの検定を用い，等分散性が成り立たなかった場合はTamhaneの検定を用いた．

そして，介護短大生のストレッサーとストレス反応，学業成績の相互関係を推測するために，GHQ得点と成績評価指数，７つのストレッサーの下位尺度得点間の偏相関係数を求めた（該当外の７つの変数を統制変数とした）．さらに，因果関係の推測のために，介護短大生のGHQ得点を従属変数とし，７つのストレッサーの下位尺度得点と成績評価指数を独立変数とした重回帰分析（強制投入法）を行った．同じく因果関係の推測のために，介護短大生の成績評価指数を従属変数とし，７つのストレッサーの下位尺度得点とGHQ得点を独立変数とした重回帰分析（強制投入法）を行った．これらの偏相関係数と重回帰分析におけるGHQ得点とストレッサーの各

下位尺度得点には，8回分のデータの平均値を用いた．

なお，尺度構成上の信頼性をクロンバックのα係数によって検討したところ，8時点についての尺度全体のα信頼性係数は0.9451 ～ 0.9662で，非常に高い信頼性を確保していた．

以上のデータの集計，および解析にあたっては，SPSS 16.0 for Windowsを使用した．

Ⅲ　結果

分析対象の年齢は18歳から22歳で，平均年齢は18.1 ± 0.6歳であった．

GHQ得点のcut-off point（区分点）を用い，時点別に対象者をHigh-Risk群（6ポイント以上）とNon High-Risk群（5ポイント以下）とに判別したところ，High-Risk群に属する介護短大生は，11 ～ 22名で，26.2 ～ 52.4%を占め，2年次4月を除きGHQ得点の平均値が5ポイントを超えていた（図1，図4）．

成績評価指数は，50.4 ～ 93.6の範囲に分布しており，平均値78.5，標準偏差10.7で，中央値80.3，最頻値75.5であった（図2）．

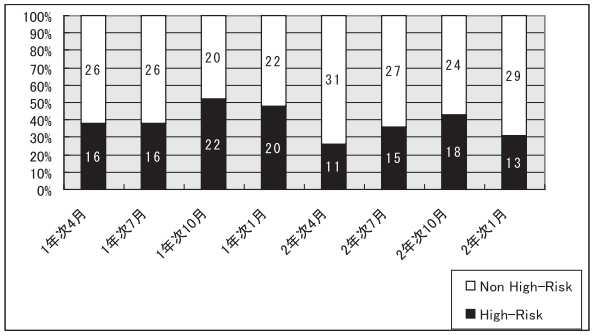

図１．ストレス反応ハイリスク者の割合

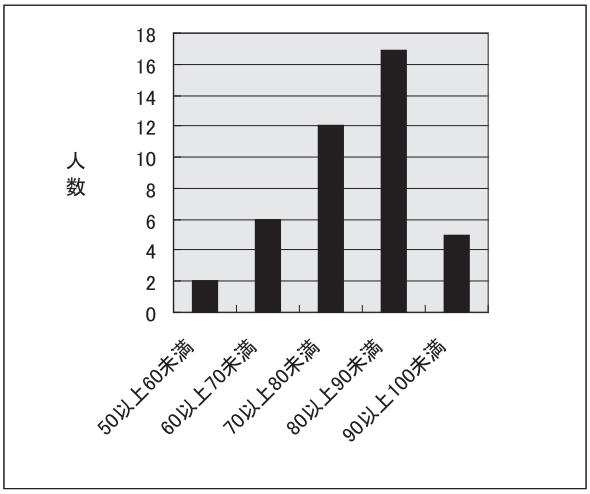

図２．成績評価指数の分布

１．ストレッサーやストレス反応の時点間比較

図3には，7つのストレッサー下位尺度得点の平均値とその経時的変化を，図4には，ストレス反応の評価尺度であるGHQ得点やその4つの下位尺度得点の平均値とその経時的変化を示した．そして，表1と表2には，7つのストレッサー下位尺度得点や，GHQ得点とその4つの下位尺度得点の平均値を8時点間で比較した結果を示した．

ストレッサーの下位尺度である「就職・将来」のみにおいて有意差が認められた（表1）．そのため，「就職・将来」について多重比較をした結果，第8回目の最終調査時点は，第1回目と第2回目，第4回目の時点に比べ，有意に「就職・将来」の尺度得点が低かった（表2）．

さらに，「就職・将来」の尺度得点が最も高かった1年次1月における，「就職・将来」の下位尺度を構成する6つの設問項目への回答状況を図5に示した．

「自分がどのような仕事に向いているのかよく分からない」「希望する職種が自分に合っているかとても心配だ」という，仕事への適性に関する設問項目に対して「はい」と回答する者の割合が高い傾向にあり，5割以上を占めた．

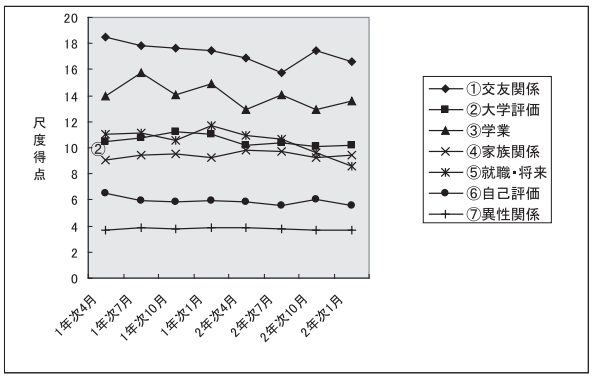

図３．ストレッサー下位尺度得点の変化

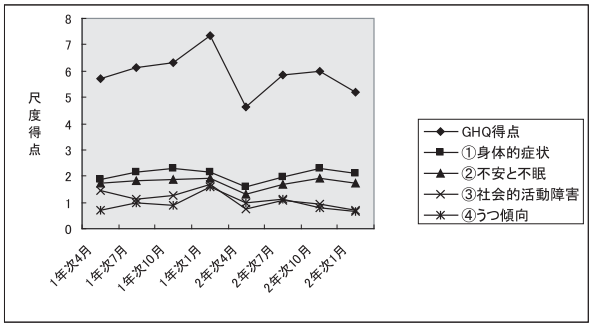

図４．GHQ得点およびその下位尺度得点の変化

２．ストレス反応と学業成績，ストレッサー間の偏相関係数

表3には，GHQ得点と成績評価指数，ストレッサーの各下位尺度得点間の偏相関係数を示した．

GHQ得点と「家族関係」の尺度得点間にかなり強い有意な正の相関があった．また，「学業」の尺度得点と成績評価指数との間にやや強い有意な負の相関が，同じく「学業」と「大学評価」との尺度得点間にやや強い有意な正の相関が，さらに同じく「学業」と「就職・将来」との尺度得点間にやや弱い正の相関がみられた．そして，「自

表１．ストレッサーや心理的ストレス反応の時点間比較（一元配置分散分析）

		平方和	自由度	平均平方	F 値	有意確率	
ストレッサー尺度							
交友関係	グループ間	201.274	7	28.753	.758	.623	
	グループ内	12446.619	328	37.947			
	合計	12647.893	335				
大学評価	グループ間	51.988	7	7.427	.670	.697	
	グループ内	3635.429	328	11.084			
	合計	3687.417	335				
学業	グループ間	264.179	7	37.740	1.556	.148	
	グループ内	7957.810	328	24.262			
	合計	8221.988	335				
家族関係	グループ間	18.274	7	2.611	.199	.986	
	グループ内	4299.714	328	13.109			
	合計	4317.988	335				
就職・将来	グループ間	284.140	7	40.591	3.204	.003	**
	グループ内	4155.357	328	12.669			
	合計	4439.497	335				
自己評価	グループ間	28.179	7	4.026	.632	.729	
	グループ内	2089.143	328	6.369			
	合計	2117.321	335				
異性関係	グループ間	2.238	7	.320	.116	.997	
	グループ内	904.714	328	2.758			
	合計	906.952	335				
心理的ストレス反応尺度							
GHQ得点	グループ間	187.226	7	26.747	.756	.625	
	グループ内	11608.476	328	35.392			
	合計	11795.702	335				
身体的症状	グループ間	17.592	7	2.513	.624	.736	
	グループ内	1320.548	328	4.026			
	合計	1338.140	335				
不安と不眠	グループ間	11.568	7	1.653	.453	.868	
	グループ内	1197.929	328	3.652			
	合計	1209.497	335				
社会的活動障害	グループ間	31.830	7	4.547	2.021	.052	
	グループ内	738.167	328	2.251			
	合計	769.997	335				
うつ傾向	グループ間	24.568	7	3.510	1.026	.413	
	グループ内	1122.071	328	3.421			
	合計	1146.640	335				

**p＜0.01

表２．ストレッサーの下位尺度因子である「就職・将来」についての時点間比較（Tamhanの多重比較）

時点	N	平均	SD
1年次4月	42	11.02	3.31
1年次7月	42	11.14	3.65
1年次10月	42	10.57	3.54
1年次1月	42	11.71	3.78
2次4月	42	10.98	3.74
2年次7月	42	10.64	3.92
2年次10月	42	9.64	3.38
2年次1月	42	8.60	3.09

*p＜0.05

ストレッサー度が有意に高い時点の平均値を矢印で示した

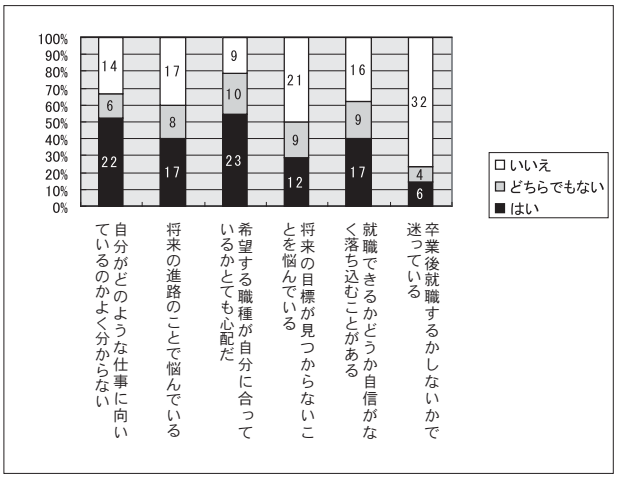

図５．１年次１月の時点における「就職・将来」の構成項目についての度数分布

表３．GHQ得点と成績評価指数，ストレッサー下位尺度得点間の偏相関係数

	F1	F2	F3	F4	F5	F6	F7	F8
F1 GHQ得点								
F2 成績評価指数	-0.320							
F3 交友関係	0.031	0.060						
F4 大学評価	0.300	0.115	0.239					
F5 学業	-0.186	-0.513 **	0.025	0.508 **				
F6 家族関係	0.622 ***	0.147	0.251	-0.216	0.187			
F7 就職・将来	0.248	0.183	0.229	-0.105	0.391 *	-0.030		
F8 自己評価	0.104	0.082	0.447 **	-0.195	0.087	-0.012	0.047	
F9 異性関係	0.252	0.156	0.341 *	-0.023	0.157	-0.337 *	0.055	-0.100

*p＜.05，**p＜.01，***p＜.001
N=42，df=33
該当外の７つの変数を統制変数とした

表４．GHQ得点を従属変数，ストレッサーと成績評価指数を独立変数とした重回帰分析

	偏回帰係数(B)	標準偏回帰係数(β)	t値	p値
家族関係	0.857	0.498	4.466	0.000 ***
成績評価指数	-0.067	-0.142	-1.610	0.117
大学評価	0.292	0.164	1.459	0.154
異性関係	0.615	0.146	1.377	0.178
就職・将来	0.263	0.146	1.150	0.258
自己評価	0.139	0.058	0.524	0.603
交友関係	0.025	0.026	0.154	0.878
F値	17.863 ***			
決定係数(R^2)	0.786			
自由度調整済決定係数	0.742			

***p＜.001
多重共線性の問題が起きないよう，独立変数間での相関関係が２変数において高い変数であった「学業」を分析から外した
強制投入法による計算で，R^2は0.786，R^2のＦ検定は0.1%水準で有意であった

表５．成績評価指数を従属変数，ストレッサーとGHQ得点を独立変数とした重回帰分析

	偏回帰係数(B)	標準偏回帰係数(β)	t値	p値
GHQ得点	-1.049	-0.498	-1.610	0.117
大学評価	-0.931	-0.249	-1.170	0.250
異性関係	0.937	0.105	0.520	0.606
家族関係	0.338	0.093	0.355	0.725
交友関係	0.210	0.101	0.323	0.749
自己評価	0.266	0.053	0.253	0.802
就職・将来	-0.114	-0.030	-0.124	0.902
F値	1.625			
決定係数(R^2)	0.251			
自由度調整済決定係数	0.096			

多重共線性の問題が起きないよう，独立変数間での相関関係が２変数において高い変数であった「学業」を分析から外した
強制投入法による計算で，R^2は0.251，R^2のＦ検定は5%水準で有意でなかった

己評価」と「交友関係」との尺度得点間にやや強い正の相関が，「交友関係」と「異性関係」との尺度得点間にやや弱い正の相関が，「異性関係」と「家族関係」との尺度得点間にやや弱い負の相関があった．

３．ストレス反応や学業成績を従属変数とした重回帰分析

表４には，ストレス反応に影響を与える要因に関する重回帰分析の結果を示した．

決定係数0.786，Ｆ値17.863，ｐ値0.001未満で，回帰式の有効性と有意性が認められ，ストレス反応尺度であるGHQ得点に影響する要因として有意な関連がみられた独立変数は，「家族関係」であった．

表５には，学業成績に影響を与える要因に関する重回帰分析の結果を示した．

強制投入法による回帰式の決定係数は0.251で有効性が低く，決定係数のＦ検定は5%水準で有意でなかった．

なお，重回帰分析の過程において，多重共線性の問題が起きないように，独立変数間での相関関係が２変数において高い変数であった「学業」を分析から外した．

Ⅳ　考察

1．介護短大生のストレッサーやストレス反応の経時的変化の特徴について

1年次生と卒業年度生とのストレス比較に関する先行研究をみてみると，4年制大学の学生を対象とした横断研究においては，新しい環境への適応が求められる1年次生のストレッサー認知やストレス反応表出の程度の高いことが報告され[16]，先に挙げた本研究者が行った介護短大生を対象とした横断研究においても同様の結果が得られている[14]．そのため，本縦断研究における仮説としては，入学時から卒業にかけて徐々にストレス反応表出の程度が低くなっていくこと，もしくは，いずれかの時点からストレス反応表出の程度が低くなることを設定していた．また，各時期特有のストレッサー認知の様相が示されるのではないかとの予測を立てていた．

しかし，本縦断研究においては，それらの仮説は証明されず，ストレス反応の評価尺度であるGHQ得点やその4つの下位尺度得点に有意な経時的変化はみられなかった．また，本研究の対象である介護学生を1年次生として2年次生と比較した同様の評価尺度を用いた先行研究では，ストレッサーについて，「交友関係」「学業」「就職・将来」「自己評価」「異性関係」の下位尺度において，1年次生のストレッサー認知度が有意に高かったが[14]，本調査の時点間比較においては，「就職・将来」のみについて有意差が認められるにとどまった．

本対象である介護短大生は，1年次の夏季休暇中と春季休暇中，そして，2年次の夏季休暇中に10週間の施設介護実習を，加えて2年次の6月から12月にかけて1週間の在宅介護実習（訪問介護実習や認知症対応型グループホーム実習）を行った．このような介護実習が学期末ごとに組み込まれ，頻回に新しい環境への適応を求められるがために，常にストレス反応の高い状態が継続する傾向にあるとともに，ストレッサー認知の程度も大きく変化せず，3か月おきのストレス反応の評価において統計的に有意な差が出なかったことが推察される．

さらに，時点間比較において有意差の認められた「就職・将来」について多重比較をしたところ，2年次1月は1年次の4･7･1月の各時点に比べ有意にストレッサー認知度が低かったことに対しては，2年次1月が卒業を間近に控えた時期であり進路が決定していることから納得のいくところであり，必ずしも1年次の4・7・1月の各時点における「就職・将来」に関するストレス刺激が過剰であることを示しているわけではない．しかし，最も「就職・将来」に関するストレッサー認知度の高かった1年次1月において，仕事への適性に関する迷いや心配を抱いている学生が多かったことに焦点をあて，介護短大生が自己の介護職への適性に関する悩みをむやみに増幅させたり，逆に悩みから逃避してしまうことのないよう，自身の適性を適切に見極められるような支援を考案していく必要があると思われる．さらに，学生への本格的な就職支援は2年生になってから行われている現状にあるが，入学時点から学生の就職や将来に向けての不安や心配を個別に把握したうえでの就職支援が必要である．

なお，4年制大学の保育学科の女子学生を対象としてそのストレスに関する研究を行っている金子らは，「ストレッサーに対するストレス認知の程度は，学年，性別，所属学科など本人をとりまく環境や状況によっても違いがあり，就職に関するストレスは1年次よりも3・4年次のほうが強いと考えられる．」と述べている[17]．しかし，本研究対象である介護短大生においては，1年次のほうが就職に関するストレッサー認知の程度が強かった．この違いが，所属学科の違いによるものなのか，それとも4年制大学と短期大学との違いによるものなのか，またはその両者に起因するものなのかの判断を下すことは難しいが，介護短大生に対する介護労働への求人は2倍以上あり，志さえあればほぼ希望に適う介護現場への就業が可能である求職環境が影響していることは確かであろう．

2．介護短大生のストレス反応や学業成績に影響を与える要因について

介護短大生のストレス反応を生じさせる特有なストレッサーとして「家族関係」が抽出され，「家族関係」に起因するストレッサーの認知度の高い者ほどストレス反応の表出が強いことが明らかとなった．介護短大生を対象とした先行研究[14]においても，「家族関係」がストレス反応に対する影響度の大きいストレッサーとして抽出されており，注目すべきストレッサーであることが示唆された．そして，大学入学によってこれまで築き上げられてきた家族関係が大きく変化するとは考えにくいことから，20年近い家族関係のありようが大学での新しい環境への適応にも大きく影響していることが明確となり，大学教育においてとかく疎遠になりがちな学生の家族を意識した支援や，家族との連携が重要であることが推察された．

また，ストレス反応が高いほど学業成績が低いといった関連を予測していたが，ストレス反応と学業成績，および，ストレッサーの下位尺度である「学業」との間に関連はみられず，介護短大生の学業成績に影響を与える特有なストレッサーも抽出されなかった．したがって，試験の結果をはじめとした，授業態度や出席状況，提出物の内容や期限の厳守など，学業成績に関わる状況と個々の精神健康度とは比例せず，学業成績で精神健康度を推し測ってはならない．つまり，学業上の課題が表出されていない，一見優秀であると捉えられる学生の中にも，メンタルヘルス上の課題を抱えている学生がいるであろうことを踏まえておく必要がある．

加えて，看護学生を対象とした石綿らの調査では，本調査と同様に，悩みと学業成績の間には明確な関連が見

出せなかったが，消極的・悪循環的対処行動が多くみられる学生ほど学業成績が悪かったことが報告されていることから[18]，学業成績とストレスとの関連を明らかにするためには，ストレス対処行動(コーピング)を含めた分析が必要であろう．

さらに，学業に関心を向け，前向きに取り組んだ結果を成績に反映させることに意義を見出していれば，必然的に「学業」ストレッサーから派生するストレス反応が生じ，ストレス反応と「学業」ストレッサーとの間に関連が生じると考えられる．しかし，本対象に関しては，そのような関連が認められず，介護短大生の学業に対する意欲や関心の低さが垣間見られたともいえよう．

V　結論と今後の課題

介護学生のストレッサーやストレス反応の時系列における特徴を把握した上で，ストレッサーとストレス反応，学業成績との関連を検討することを目的とした今回の調査により，以下の結論を得た．

1．介護短大生の入学から卒業までの2年間のストレス反応を縦断的に調査した結果，特有な変化の様相は示されず，2年間を通してストレス反応が高い傾向にあった．
2．ストレッサーについては，唯一，1年次4・7・1月の「就職・将来」に関するストレッサー認知の程度が，卒業間近の2年次1月に比べて有意に高かった．
3．学業成績とストレス反応との間に関連はみられなかったが，「家族関係」に起因するストレッサーがストレス反応に大きく影響を与えていることが証明された．

したがって，入学当初からの就職支援の充実と，学生の家族を意識した支援や家族との連携が必要である．

今回の調査は，予想以上に脱落標本が多く，分析に利用できた標本は42標本であった．そのため，統計解析上の限界によって集団の特徴が抽出されにくかったことが危惧される．したがって，今後は，脱落標本を減らす工夫をし，分析に耐え得る標本数を確保した上での再検証が必要である．

また，介護短大生の安定した心理状態の獲得・維持への介入の方向性を定めるためには，コーピングをはじめ，多様なストレス関連要因を含めた多面的な分析が必要である．

なお，本研究は，「2008年度中部学院大学特別研究」に関わる助成を受けた研究の一部である．

文献

1．吉武光世：UPIからみた新入生の心の健康状態について―他大学との比較を通して―．東洋女子短期大学紀要，27：33-42(1995).
2．中井大介，茅野理恵，佐野司：UPIから見た大学生のメンタルヘルスの実態．筑波学院大学紀要，2：159-173(2007).
3．田副真美，片岡ちなつ：美容を専攻する短大生のストレス評価および情緒的支援ネットワークの認知度．山野研究紀要，14：81-89(2006).
4．阿部清子，河野弘美，伊藤敏乃ほか：短大生におけるストレス度と生活習慣のかかわり．今治明徳短期大学研究紀要，29：1-11(2005).
5．水森ゆりか：大学生の精神的落ち着きとストレスコーピング・精神的健康度の関連について．臨床教育心理学研究，31(1)：118(2005).
6．浅見多紀子，加藤千恵子，鈴木夕岐子ほか：看護学生のストレッサーとストレス解消法―自己効力感に関する縦断的調査―．日本看護学会論文集 看護教育，35：103-105(2004).
7．瀬戸正弘：女子大学生のストレス反応とストレッサーおよびパーソナリティーとの関連．安田女子大学大学院文学研究科紀要，10：155-169(2004).
8．山田ゆかり，天野寛：大学生におけるストレスとコーピング．名古屋文理大学紀要，3：1-11(2003).
9．土屋八千代，佐藤満，神田晃ほか：看護学生のストレス認知とコーピングに関する分析疫学的研究．昭和医学会雑誌，61(5)：530-538(2001).
10．沢崎達夫，松原達哉：大学生の精神健康に関する研究(1)―筑波大学新入生に対するUPIの結果―．筑波大学心理学研究，10：183-190(1988).
11．塘添敏文：学生生活とストレス．亜細亜大学教養部紀要，56：1-18(1997).
12．吉武光世：女子学生の精神健康状態について．思春期学，14(3)：335-340(1996).
13．南好子：対人ケア専門職を目指す学生の心の健康状態．大阪健康福祉短期大学紀要，創刊号：14-20(2003).
14．横山さつき：介護福祉士を目指す短大生の精神的健康に関する研究．介護福祉学，16(1)：7-17(2009).
15．清原道寿：技術教育の原理と考え方．157，国土社，東京(1968).
16．和田実：大学新入生の心理的要因に及ぼすソーシャルサポートの影響．教育心理学研究，40(4)：386-393(1992).
17．金子智栄子，関根美佳：女子大学生のストレスに関する研究―ストレス反応とストレッサー，コーピングとの関連について―．文京学院大学人間学部研究紀要，8(1)：67-90(2006).
18．石綿啓子，赤石美佐代，松田厚惠ほか：看護学生の進路上の悩みとストレス対処行動の実態及び成績との関連．高崎健康福祉大学紀要，3：45-56(2004).