

令和 2 年 6 月 19 日現在

機関番号：32678

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2017～2019

課題番号：17K04925

研究課題名(和文) 大学生における自閉スペクトラム傾向とストレスならびに精神的健康の関連に関する研究

研究課題名(英文) Investigation of the association between autistic tendencies, stress and mental health in university students

研究代表者

毛利 真紀 (MAKI, Mohri)

東京都市大学・共通教育部・客員研究員

研究者番号：50787281

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 1,700,000円

研究成果の概要(和文)：本研究は一般大学生を対象に自閉スペクトラム傾向(以下AS傾向)と日常生活ストレス経験、ストレスへの対処と反応、精神的健康の関連を検討した。主な結果として、AS傾向の高い人は日常生活でストレス経験(とりわけ自己の人格や学業に関するストレス)を多く認識しており、AS傾向の高さと日常生活ストレス経験の多さが重なると精神的健康状態に負の影響をもたらすこと、AS傾向の高い人はストレスに対して反芻や感情麻痺といった無意識的な反応を起こしやすく、そのようなストレスへの無意識的な反応は精神的健康に負の影響をもたらすことが示唆された。

研究成果の学術的意義や社会的意義

本研究は、自閉スペクトラム傾向が高い大学生の日常生活ストレス経験と意識的・無意識的なストレス反応の特性を明らかにし、精神的健康との関連について示唆をもたらした。本研究の結果は臨床的・経験的所感として報告されてきたことと概ね一致するものと考えられ、非臨床群を対象とした調査ではあるが、1つの実証的データを提示した点に学術的意義があると言えよう。また、本研究の所見はASDやその傾向を持つ大学生と彼らが抱える問題を理解する上で有益な情報であると考えられる。

研究成果の概要(英文)：This study examined the association between autistic tendencies, daily stressors, stress coping/response, and mental health among university students. The results suggest that, people with high autistic tendencies recognize lots of daily stressors(particularly stressors about their personality and school work), high autistic tendencies and much daily stressors have negative influence on mental health, people with high autistic tendencies often response to stress by rumination and emotional numbing unconsciously, and those unconscious responses to stress have negative effects on mental health.

研究分野：臨床心理学、発達障害学生支援、学生相談

キーワード：自閉スペクトラム傾向 大学生 ストレス経験 ストレスへの反応・対処 精神的健康

## 様式 C - 19、F - 19 - 1、Z - 19 (共通)

### 1. 研究開始当初の背景

高等教育機関に入学する発達障害を持つ学生は年々増加しており、その約 5 割から 7 割を自閉スペクトラム症(以下 ASD)を持つ学生が占めている(日本学生支援機構,2020)。大学の学生相談室や障害学生支援室といった学内相談機関では、発達障害の診断を持つ学生や未診断ながらもその傾向を持つ学生の相談・支援を行っており、学業や研究、対人関係、心理・性格、就職・進路のつまずきなど多岐にわたる相談内容について、家族や教職員、医療機関や就労移行支援機関といった学外機関と連携しながら支援が行われている。2016 年に施行された障害者差別解消法に後押しされ、大学教育の現場でも障害を持つ学生に対する合理的配慮が求められるようになり、学修や就労の支援や配慮への関心は高まりつつある。しかし、不安や気分の落ち込み、睡眠の乱れといった精神健康状態の悪化から、大学生活の停滞を余儀なくされる発達障害学生は少なくない。特に ASD を持つ学生に対する心理的・精神的健康を含めた包括的支援が求められており、予防的支援に役立つ知見の蓄積が必要とされている。

### 2. 研究の目的

精神科的症状や心理社会的困難に至る要因の 1 つとして、ストレスは一般的なものと考えられる。一般人口を対象としたストレス研究が数多く存在する一方で、ASD に関しては、多くが家族など本人を取り巻く人のストレスが研究対象となっており、ASD を持つ本人を対象とした研究はまだ少ない。ASD を持つ成人を対象とした数少ない研究の中では、ASD がストレス経験の多さや苦痛の程度、コーピングスキルの少なさに影響しているとの示唆や、定型発達者以上にストレスが対人機能に影響しやすいといった示唆が得られている。Mazefsky et al.(2014)は、ストレスへの適切な感情反応の調整の困難が ASD 者の精神健康に影響する重要な要因であると考え、思春期の ASD 者と定型発達者の感情制御方略と精神科症状の関連を比較検討した。その結果、意識的な感情制御方略(問題解決行動や受容)のあり方は定型発達者と ASD 者で類似していたが、一般的に適応的ではないとされる無意識的な反応(反芻や感情麻痺など)は有意に ASD 者で多かったと報告している。これらの研究報告がなされてきたが、先行研究は ASD の診断を持つ臨床群を対象としているためサンプル数が少なく相関係数の確認に留まり、統計的検討を通じた ASD 特性とストレス過程そして精神的健康の因果関係の予測はできていない。

そこで本研究では、自閉スペクトラム傾向によりストレス経験やストレスへの反応と対処はどのように異なるのか、それらは精神的健康とどのように関連するのかを検討するため、一般大学生を対象としてサンプルサイズを大きくした調査を行い、統計的検討を行なった。

### 3. 研究の方法

#### (1) 質問紙調査で用いた尺度

調査で用いた質問紙尺度は以下の通りである。自閉スペクトラム傾向の測定:自閉症スペクトラム指数日本語版(AQ-J)(Baron-Cohen et al.若林,2016)。日常生活ストレス経験の測定:大学生用日常生活ストレス尺度 28 項目短縮版(嶋信宏,1992)。一般的な大学生が日常的に経験するストレスについて経験の有無とその程度について自己報告により測定する尺度であり、実存的(自己)、対人、大学・学業、物理・身体的ストレスの 4 つの下位尺度から構成されている。ストレス反応・対処の測定:Responses to Stress Questionnaire(RSQ)(Connor-Smith,Compas,et al.,2000)を原作者の承諾を得て邦訳して使用した。RSQ はストレス反応の認知・行動・感情・生理的側面を網羅的に扱い、それらを意識的な対処であるか、無意識的な反応であるかという視点と、問題に関与しようとするものか退却しようとするものかという 2 軸から分類し、以下の因子から構成されている:意識的関与(一次的制御:問題解決のための方法の思

索・行動・感情調整、二次的制御：問題に適応するための認知や感情の調整）、意識的退却（問題やストレスからの意図的退避）、無意識的関与（無意識のうちに問題について考え、感情や身体が反応するもの）、無意識的退却（無意識のうちに問題やストレスから距離をとるもの）。精神的健康度の測定：日本版精神健康調査票（GHQ）30項目短縮版（Goldberg, 中川・大坊, 1996）を使用した。GHQ30は精神的症状や社会的機能を広範に扱っており、一般的疾患傾向、身体的症状、睡眠障害、社会的活動障害、不眠と気分変調、希死念慮とうつの6因子から構成されている。

#### （2）対象と倫理的配慮

関東と西日本地区の6つの大学に在籍する大学生を対象として調査を行なった。最終的に614名（男性309名、女性305名）の回答を得た。研究実施に先立ち、所属機関での研究倫理審査を受けた。調査においては、口頭と書面で研究目的と協力・拒否の自由について説明し、協力に同意した人のみを対象とした。個人を特定可能な情報は一切収集していない。

### 4. 研究成果

#### （1）RSQ日本語版の作成

原作者の承諾を得て、研究代表者がRSQ〔Interpersonal Stress〕の全ての文言を日本語に翻訳し、日本人大学生に合うように一部の質問項目と選択肢を変更した。英日翻訳の専門家の確認と修正を受けた後、英語圏で教育と就労の経験がある日本人によるバックトランスレーションを行い、原作者の確認・修正を経て日本語のRSQ質問紙を作成した。そして、大学生581名を対象に調査を実施した。RSQ原版では上位因子と下位因子を理論的に設定し、意識的対処因子（一次的制御コーピング、二次的制御コーピング、意識的退却コーピング）と無意識的反応（無意識的関与、無意識的退却）を分けて確証的因子分析を行い、因子の妥当性を確認している。本研究では下位因子（例えば一次的制御の相談、問題解決など）の得点を以降の統計的分析に使用するため、上位因子は原版の理論的枠組みを引き継ぎ、下位因子については、一次的制御コーピング、二次的制御コーピング、意識的退却コーピング、無意識的関与、無意識的退却のそれぞれについて主因子法（プロマックス回転）による因子分析を行なった。その結果、一次的制御コーピングの下に2因子（相談・表現、問題解決）、二次的制御コーピングの下に3因子（肯定的思考、受容、気晴らし）、意識的退却コーピングの下に3因子（意図的否認、希望的思考、意図的回避）、無意識的関与の下に3因子（反芻・感情喚起、衝動的行動、生理的喚起）、無意識的退却の下に4因子（活動性低下、認知的干渉、感情麻痺、逃避）が得られた。

#### （2）自閉スペクトラム傾向による精神的健康度の差の検討

AQの得点をもとに対象者をAQ低群（AQ20点未満, n=254）、中群（AQ20～29点, n=252）、高群（AQ30点以上, n=54）の3群に分け、GHQ合計得点と下位因子の得点の差を検討した。GHQ合計得点はAQ低群がAQ中群と高群より有意に低かった。GHQ下位因子の「不安と気分変調」（ $F(2, 555)=23.93, p<.001$ ）と「希死念慮とうつ傾向」（ $F(2, 555)=41.93, p<.001$ ）の得点は、全ての群の間に有意な差が認められ、AQ高群が他の群と比べて有意に得点が高かった。

#### （3）自閉スペクトラム傾向による日常生活ストレス経験の差異

日常生活ストレス尺度の合計得点と下位尺度（実存的（自己）対人、大学・学業、物理・身体）それぞれについて、AQ低中高群による差を検討した。その結果、日常生活ストレス合計得点と実存的（自己）ストレスならびに大学・学業ストレスにおいてはAQ低中高の全ての群の間に有意差が認められ、AQ高群が最も高かった。この結果より、AS傾向が高い大学生はAS傾向が低い者よりも日常生活ストレス全般を、さらには、自己の人格や生き方に関するストレスと学業上のストレスを多く経験、あるいは多く認識していることが示唆された。

また、AS 傾向の高さが日常生活ストレス経験の程度に影響を与えるかを検討するために、日常生活ストレス尺度の合計得点ならびに下位尺度得点のそれぞれを目的変数、AQ 得点を説明変数とする単回帰分析を行なった。日常生活ストレス尺度の合計得点と下位尺度得点それぞれについて有意な係数 ( $r = .14 \sim .26, p < .001$ ) が示されたものの重決定係数は  $R^2 = .02 \sim .07$  と低く、AS 傾向そのものが日常生活ストレス経験の程度に直接的な影響を与えることを示唆するデータとは解釈されなかった。

#### (4) 自閉スペクトラム傾向によるストレスへの意識的・無意識的反応の差異

AQ 低中高群によるストレスへの意識的・無意識的反応の差を検討するために、RSQ の一次的制御コーピング、二次的制御コーピング、意識的退却コーピング、無意識的関与、無意識的退却の得点それぞれについて AQ 群による分散分析を行なった。その結果、一次的制御コーピング、二次的制御コーピング、無意識的関与、無意識的退却において群の効果が認められ、一次的制御コーピングと二次的制御コーピングでは AQ 低群の得点が中群と高群より有意に高く、無意識的関与と無意識的退却では AQ 中群と高群の得点が AQ 低群よりも有意に高かった。RSQ の下位因子についても、意識的対処の下位因子である相談・表現、問題解決、肯定的思考、受容の得点は AQ 低群が中群と高群よりも有意に高く、無意識的反応の下位因子である反芻・感情喚起、衝動的行動、活動性低下、認知的干渉、感情麻痺、逃避の得点は、AQ 中群と高群が AQ 低群よりも有意に高かった。また多くの因子では、AQ 高群のサンプル数が他の群よりも大幅に少なかったことから AQ 高群と中群の間に有意な結果が示されなかったが、二次的制御コーピングの下位因子である気晴らしの得点にのみ全ての AQ 得点群の間に有意な差が認められ、AQ 高群の得点有意に低かった。これらの結果より、AS 傾向が低い大学生は AS 傾向が中程度から高い学生よりも、意識的にストレスやストレスを引き起こす問題を解決するための行動や、思考や感情の適応的な転換を行っていること、反対に、問題について無意識のうちに反芻したり、感情や生理的反応を起こしたり、活動性が低下するなどの反応を示すことが少ないことが示唆された。また、二次的制御コーピングの気晴らしのみ AQ 低中高群の間に有意差が示された結果から、AS 傾向が高い大学生は AS 傾向が平均から低い者と比べて、ストレスや問題を体験しているときに適応的に気晴らしを行うことが少ないものと考えられる。

#### (5) 自閉スペクトラム傾向と日常生活ストレス経験ならびにストレスへの意識的・無意識的反応、精神的健康の関連

##### 自閉スペクトラム傾向と日常生活ストレス経験と精神的健康の関連の検討

自閉スペクトラム傾向と日常生活ストレス経験の程度による精神的健康の差異について検討するために、GHQ の合計得点と下位尺度得点について、AQ 得点 (低・中・高) × 日常生活ストレス尺度得点 (低・高) の 2 要因分散分析を行なった。その結果、GHQ 合計得点 ( $F(5, 605) = 57.94, p < .001$ ) と下位尺度の社会的活動障害 ( $F(5, 605) = 11.15, p < .001$ )、不安と気分変動 ( $F(5, 605) = 59.26, p < .001$ )、希死念慮とうつ ( $F(5, 605) = 30.84, p < .001$ ) において AQ 得点と日常生活ストレス尺度得点の有意な効果が認められた。その他の GHQ 下位尺度については、日常生活ストレス尺度得点のみの有意な効果が認められ、AQ 得点の有意な効果は認められなかった。交互作用はいずれにおいても認められなかった。この結果より、全般的な精神的健康度と、社会的活動障害、不安と気分変動、希死念慮とうつの程度については、日常生活ストレス経験が多く且つ AS 傾向が高いほど状態が良くないことが示唆された。

##### 自閉スペクトラム傾向とストレスへの意識的・無意識的反応と精神的健康の関連

自閉スペクトラム傾向とストレスの意識的・無意識的反応が精神的健康に与える影響を検討するために、AQ 低・中・高群について RSQ 上位 5 因子を説明変数、GHQ 合計得点を目的変数とす

る重回帰モデルの多母集団同時分析を行なった。その結果、いずれの群においても無意識的関与 (AQ 低群 = .40,  $p < .001$ 、中群 = .47,  $p < .001$ 、高群 = .41,  $p < .001$ ) と無意識的退却 (AQ 低群 = .19,  $p < .05$ 、中群 = .19,  $p < .05$ 、高群 = .42,  $p < .001$ ) に有意な正の標準化係数が認められた。同様に、RSQ 意識的対処と無意識的反応の下位因子を説明変数、GHQ 合計得点を目的変数とする多母集団同時分析を行なった。主な結果として、RSQ 意識的対処の下位因子ではいずれの AQ 得点群においても希望的思考に有意な正の標準化係数が認められた (AQ 低群 = .27,  $p < .001$ 、中群 = .45,  $p < .001$ 、高群 = .50,  $p < .001$ )。また、AQ 高群においては気晴らしに有意な負の標準化係数 ( = -.31,  $p < .05$ ) が認められた。RSQ 無意識的反応の下位因子では、いずれの AQ 得点群においても反芻・感情喚起に有意な正の係数が示された (AQ 低群 = .26,  $p < .01$ 、中群 = .14,  $p < .05$ 、高群 = .44,  $p < .01$ )。また、生理的喚起について AQ 低群と中群に正の係数 (AQ 低群 = .31,  $p < .001$ 、中群 = .26,  $p < .001$ )、が示され、感情麻痺については AQ 中群と高群において有意な正の係数 (AQ 中群 = .14,  $p < .05$ 、高群 = .25,  $p < .05$ ) が認められた。

これらの結果から以下のことが考えられる。ストレスへの無意識的な反応は全体として、AS 傾向の程度に関わらず精神的健康に負の影響をもたらす。ストレスへの意識的対処の 1 つである気晴らしは、特に AS 傾向の高い学生においては精神的健康の維持・改善に良い影響を持つ可能性がある。無意識的反応の 1 つである反芻・感情喚起は AS 傾向の程度に関わらず精神的健康に負の影響をもたらす。また感情麻痺は、AS 傾向が中程度から高い人において精神的健康に負の影響をもたらす可能性がある。

#### (6) まとめ

本研究の一連の分析を通して、AS 傾向の高い大学生は AS 傾向の低い大学生と比較して、精神的健康の問題とりわけ不安や気分の落ち込み、希死念慮を多く自覚していること、日常生活ストレス経験も全体的に多く、とりわけ自己の人格や生き方に関するストレスと学業上のストレスを多く自覚していること、AS 傾向の高さと日常生活ストレス経験の多さが重なると精神的健康 (精神的健康全般と「社会活動障害」「不安と気分変調」「希死念慮とうつ傾向」) に負の影響をもたらすことが示唆された。また、AS 傾向の高い大学生は、ストレスへの反応において一般的に非適応的とされる反芻や感情喚起、感情麻痺といった無意識的反応が多いこと、AS 傾向の程度に関わらずストレスへの無意識的反応は精神的健康に負の影響をもたらすこと、AS 傾向の高い大学生においては意識的な気晴らしが精神的健康の維持・改善に良い影響をもたらす可能性があることが示唆された。今後は AS 傾向と日常生活ストレス経験とストレス反応・対処、そして精神的健康の包括的な関連性の検討をさらに進め、ASD やその傾向を持つ人の精神的不調の予防的対策に応用することが望まれる。

#### 引用文献

独立行政法人日本学生支援機構 (2020). 令和元年度 (2019) 年度大学、短期大学及び高等教育機関における障害のある学生の修学支援に関する実態調査結果報告書。

Mazefsky, C.A., Borue, X., et al. (2014). Emotion regulation patterns in adolescents with high-functioning autism spectrum disorder: Comparison to typically developing adolescents and association with psychiatric symptoms. *Autism Research*, 7, 344-354.

Connor-Smith, J.K., Compas, B.E., et al. (2000). Responses to stress in adolescence: measurement of coping and involuntary stress responses. *Journal of consulting and clinical psychology*, 68(6), 976-992.

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計3件（うち査読付論文 3件 / うち国際共著 0件 / うちオープンアクセス 0件）

1. 著者名 毛利真紀	4. 巻 56(2)
2. 論文標題 大学生の日常生活ストレスとストレスへの意識的・無意識的反応、ならびに精神的健康の関連	5. 発行年 2019年
3. 雑誌名 CAMPUS HEALTH	6. 最初と最後の頁 231-237
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 毛利真紀	4. 巻 3
2. 論文標題 一般大学生における自閉スペクトラム傾向とストレスへの意識的・無意識的反応ならびに精神的健康度の関連:Autism-Spectrum Quotient (AQ) 得点による比較を通して	5. 発行年 2019年
3. 雑誌名 大学のメンタルヘルス	6. 最初と最後の頁 122-130
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 毛利真紀	4. 巻 40(1)
2. 論文標題 自閉スペクトラム症を持つ学生の卒業期の葛藤と感情共有的支援を通じた変容	5. 発行年 2019年
3. 雑誌名 学生相談研究	6. 最初と最後の頁 1-11
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

〔学会発表〕 計5件（うち招待講演 0件 / うち国際学会 0件）

1. 発表者名 毛利真紀
2. 発表標題 自閉スペクトラム症を持つ学生の葛藤への対処の特性とその支援：いわゆる受動的なタイプの2事例の相談過程を通して
3. 学会等名 第36回日本学生相談学会大会
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 毛利眞紀
2. 発表標題 自閉スペクトラム症を持つ学生の相談内容から見た大学生活適応に影響を及ぼす要因の検討：不登校と心身の不調の契機に注目して
3. 学会等名 第59回日本児童青年精神医学会総会
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 毛利眞紀
2. 発表標題 一般大学生における自閉スペクトラム傾向とストレス対処ならびに精神的健康の関連性の予備的検討
3. 学会等名 第40回全国大学メンタルヘルス学会総会
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 毛利眞紀
2. 発表標題 学生相談機関における発達障害学生の相談の現状 過去5年間の来談事例の分析を通して
3. 学会等名 日本学生相談学会第35回大会
4. 発表年 2017年

1. 発表者名 毛利眞紀
2. 発表標題 一般大学生における自閉スペクトラム傾向と日常生活ストレスの関連
3. 学会等名 第60回日本児童青年精神医学会
4. 発表年 2019年

〔図書〕 計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

-

6. 研究組織

	氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考
--	---------------------------	-----------------------	----