

# 大学生用対人支援ボランティアストレス尺度作成と

## 信頼性・妥当性の検討

亀田 凌雅・中地 展生

### 問題

#### 1. 大学におけるボランティア活動について

ボランティアとは、安島(2003)によると「営利を目的とせず、社会の福利向上のために自発的に貢献しようとする人々」と定義されている。水上(2003)によると、現在は初等教育に始まり、中等、高等教育の場でもボランティア活動に関する授業が導入されており、大学においても学生のボランティア活動についての支援が積極的に行われているようである。日本学生支援機構(2009)によると、私立・国公立大学ともに約 80%が学内にボランティアに関する部署が設置されており、このことから大学側がボランティアを推奨していることが見て取れる。

需要という点では、厚生労働省社会・援護局地域福祉課(2007)によると、「交流・遊び」「話し相手」や「配食・会食サービス」「外出・移送サービス」といった生活支援活動が多くボランティアによって提供されており、地域の要支援者の普通の暮らしを支える重要な役割を担っていると述べている。大学生においては、教育・福祉領域での需要が多く報告されており、教育領域では、学校支援ボランティアに焦点づけられた調査がなされているが、原田他(2011)では調査対象校の 83.7%、神澤・佐脇・大畑(2008)の調査では、調査を行った教員の 74%が必要であるという結果を示している。福祉領域では、倉田(1998)が施設側のニーズとしても施設入所者に還元される効果を期待しているという結果を示している。これらのように大学生のボランティアに寄せられている需要や期待が報告されているのも事実である。

#### 2. ボランティア活動による心理的影響

これまで述べたように、ボランティアの研究においては基本的に「他人のため」のボランティア活動として進められてきた。しかしながら、近年では、ボランティア個人の生き甲斐や楽しみ、自己実現の観点からボランティアが論じられるようになった(広崎・酒井・千葉・風間, 2006)。また妹尾・高木(2003)は、ボランティアには援助者の愛他心を高め、人間関係を広げ、人生への意欲を高めるといったポジティブな影響がある可能性を示している。このように、近年ではその効果に着目して、「自分のため」にボランティアに参加する学生も見られる。メンタルヘルスの観点では和(2018)がボランティア活動によって自己有用感や自己肯定感、自尊感情を向上させる可能性を報告している。また、黒沢・日高・張替・田島(2008)のように、対人支援ボランティア

に参加した大学生を対象にした調査では、「自他の理解能力」や「コミュニケーション能力」等の成長が見られたことを報告している。これらのことからボランティア活動への参加やその継続は、参加者自身に心理的成長等の肯定的な自己変容をもたらす可能性があると言えるだろう。また、割澤(2015)では、心理職養成において重視される体験がボランティア活動でも体験されると述べていることから教育的側面でも効果があることがわかる。松原・宮崎・三宅(2006)によると、大学教育が抱える不登校や中途退学といった不適応に対して、「大学での充実感」が予防的に働き、特に課外活動(部活動・サークル)に参加している学生のほうが学生生活への充実感を感じていたと報告している。亀田・中地(2020)は、ボランティア経験を有する大学生はそうでない大学生と比べて「充実感の低さ」によるストレスが有意に低かったと述べており、その理由として先の松原・宮崎・三宅(2006)における課外活動と同様に、大学生活においてボランティア活動が刺激として働き、充実感に繋がっているのではないかと考察している。実際、日本学生支援機構(2006)によるとボランティア参加学生のうち 65%が満足感を得ているという報告も存在する。これらのことから、ボランティア活動の参加は個人の心理的成長や、それによる教育的な効果を有する体験だと考えられる。

#### 3. ボランティア活動の中断について

一方で、こうしたボランティア活動を中断してしまう例も存在する。活動を中断してしまうことは、先に示したような心理的成長を含めて、自己変容が生じづらくなると考えられよう。こうした中断は活動に対してのバーンアウトであると考えられる。特にバーンアウトが生じやすい領域として対人援助職が挙げられる。対人援助職はバーンアウトが職業病とまで言われており、小野寺・畦地・志村(2007)は介護職員、松岡・鈴木(2008)は看護師、文部科学省初等中等教育局(2012)は教師のバーンアウトや精神疾患による休職率の高まりを示している。また、小山他(2003)も対人支援職者の心療内科や精神科への受診者が多いことを報告している。これらは専門職としての対人援助を行う者を扱った研究であるが、ボランティアであってもバーンアウトの問題は例外ではない。安島(2002)では多くの非営利組織がボランティアという人的資源のマネジメントに関して共通の悩みの1つとしてボランティアのバーンアウトを挙げており、実証的研究として、吉田・徳田(2012)では対人支援ボランティアのバー

ンアウトが対人支援職と同様であったことを報告している。こうした背景も含め、木村・河合(2012)は、大学の教員にも学生をボランティアに送り出すだけでなく、活動開始以降のフォローアップの必要性を論じている。

バーンアウトに繋がる要因として、ストレスが挙げられる。対人支援職のストレスとバーンアウトの関連について、藤野(2001)は先行研究から、社会福祉従事者のバーンアウトの原因であるとされる職場の機能や構造をストレスであると仮定し検討している。その結果、実際に「利用者の家族とのかかわり」等のストレスがバーンアウトに影響を与えていたことを報告している。松井・野口(2006)でも教師のストレスはバーンアウトに強く関連する結果であった。これらのことからボランティアにおいてもバーンアウトというストレス反応に対してストレスが原因として働いていることが考えられる。これらの先行研究から、本研究では活動中断の要因をストレスであると仮定する。Lazarus & Folkman(1984)によると、心理学の分野においてのストレスは、外界の刺激(ストレス)とそれによって惹起されるストレス反応、そしてストレス反応を低減するためになされる対処方略(コーピング)からなる一連の過程をストレスと捉えている。バーンアウトの本質とされる「情緒的消耗感」はLazarus & Folkman(1984)のモデルではストレス反応にあたる(久保, 2003)。ボランティアに関する研究として、米澤(2010)は、ボランティアの活動の休止希望を高める要因として「相談相手がいない」「時間的制約」等を挙げており、これらはここまで述べたところのストレスであると言える。また、皆川(2000)は当事者との関わり、人間関係や組織・環境等に対して悩みを持っていることを示しており、そこから岩佐・山本(2008)は対人支援ボランティアでの活動中のストレスに関する尺度の作成を行っている。この研究では「仲間から受けるストレス」「スキル不足から生じるストレス」「対象者から受けるストレス」の3因子を見出している。

#### 4. ストレスを測定する尺度

ところで、対人支援ボランティア場面に限定したストレス尺度というのは筆者の知る限り、岩佐・山本(2008)の対人支援ボランティアストレス尺度のみである。この尺度はストレスフルな出来事の体験を尋ねる尺度で、同時に開発されたボランティアストレス反応尺度と合わせることで、ボランティアのストレスの研究結果を示したものである。

菊島(2002)はストレス尺度の作成方法として概ね4つが考えられると述べており、その一つとしてストレスの経験の有無を測定しているものを挙げている。先述の岩佐・山本(2008)のボランティアストレス尺度もこれに含まれると言えるだろう。他には、実際の経験を問わずにストレスに対する個人の不快度のみを検討しているものや、最近経験した一つの出来事についてのみ不快度を測定し

ているもの、さらに個人のストレスの経験の頻度と不快度を両方含めて検討しているものを挙げている。これらの方法がある中で、菊島(2002)では大学生のストレスを測定するためには出来事の内容や経験数だけでなく、その出来事に関して個々人で意味づけをどのように行っているかを検討する必要があるとして、大学生用ストレス尺度を作成している。この尺度では同じ項目について経験頻度と不快度を尋ねるものであり、この方法は高坂(2012)や山根(2013)等でも類似の方法が採用されている。菊島(2002)の主張に則るのであれば、岩佐・山本(2008)の手法ではなく、そのストレスへの不快度について尋ねることも重要であろう。この手法の利点としては、外部からの刺激であるストレスに対する認知的評価にあたる不快度を測定することで、ストレスの脅威度を概念的に把握することが出来る点であろう。これに基づき、改めて対人支援ボランティアの活動に参加する大学生のストレスについての項目を作成し、体験頻度と不快度(認知的評価)を尋ねることで、対象がどのような出来事を活動中に多く経験し、よりストレスフルであると捉えているのかを把握することに繋がり、木村・河合(2012)の論じるような大学側からの支援について、より具体的な材料とできるだろう。

#### 5. 本研究の目的

本研究では、バーンアウトとの関連が示唆されている対人支援ボランティアに焦点を当てる。本研究における対人支援ボランティアを、安島(2003)の定義をもとに、対人支援に関わる活動(ボランティア活動)を行う人を本研究における対人支援ボランティアと定義する。そのうえで、予備調査として、大学時代に対人支援ボランティア経験を有する対象者から、フォーカス・グループ・インタビュー(以降、FGD)による項目収集を行い、大学生対人支援ボランティアストレス尺度原案を作成することを目的とする。本調査では作成された尺度の因子構造を明らかにし、内的整合性と基準関連妥当性を検討することを目的とし、ボランティアにおけるバーンアウトを予防するための具体的な支援に繋げることを目的とした。倫理的配慮として、研究上の倫理についての説明を研究説明書や Google フォームの文面に記載し、加えて口頭でも、個人情報やプライバシーの保護について厳重に管理し、データは学術目的のみに使用することを説明した。予備調査では同意書への記名、本調査では調査への回答をもって、調査への同意を得るものとした。以上の内容を帝塚山大学の研究倫理委員会に提出し、承認を得た上で調査を行った。

#### 予備調査 方法

調査参加者 近畿圏内 A 大学で心理学を専攻する大学生及び大学院生 12 名(男性 7 名, 女性 5 名, 学年別: 2 年生 1 名, 3 年生 9 名, 4 年生 1 名, 博士前期課程 1 年 1 名)で

あった。年齢は  $M=21.50$  歳 ( $SD=1.09$ ) であった。

**調査時期** 2020年1月に実施した。

**手続き** FGIを用いて調査を行った。FGI参加者の募集は、調査についての説明が記載された募集用紙の文面及び口頭にて説明を行い、募集用紙に添付されたQRコードからGoogleフォーム上で事前情報(属性及び対人支援ボランティア経験)や日程調整に回答を求めた。参加者の選定については、同意の際に回答された事前情報を参考にし、各グループの人数は4名になるように調整し、各グループには調査実施者である筆者が司会者として参加した。

**FGIガイドラインの内容** Vaughn, Schumm, & Sinagub (1996)の作成したガイドラインの日本語訳を参考に、調査の特性上、守秘義務についての項目を含めた。

**分析方法と尺度項目の選定** ICレコーダーによる録音のデータを元にFGIの逐語録を作成し、逐語録を元に対人支援ボランティア経験者2名が発言の内容を表す体系的なコードを付けた(以降、コーディング)。次にコーディングされたテキストを、対人支援ボランティア経験者を含む3名に加え、ボランティアに関する研究経験を有し、臨床心理学を専門とする大学教員1名で、KJ法(川喜田, 1967)による分類法を参考に、カテゴリーに分類した。カテゴリーを代表する記述から項目を選定し、質問項目の原案を作成した。

## 結果

**FGI調査の分析と詳細** FGIの結果、「ボランティア場面でストレスを感じた場面」においては189個の項目が得られた。本研究ではこれを「対人支援ボランティアストレス」<sup>1)</sup>として位置づける。

FGIによって得られた項目を、KJ法の分類法を参考にカテゴリーに分類した結果、「ボランティア先からのストレス」「対象者からのストレス」「自分についてのストレス」「第三者からのストレス」「状況についてのストレス」の5カテゴリーが抽出された。

**尺度原案の作成** FGIで得られた対人支援ボランティアストレスの各カテゴリーについて、それぞれを代表すると思われる内容を抜粋した。抜粋された内容について、尺度項目として使用できる形に修正した。これらの手続きを経て最終的に抜粋された49項目を大学生用対人支援ボランティアストレス尺度原案とした。

## 本調査方法

**調査参加者** 近畿圏内の大学及び大学院に在学する大学生及び大学院生を対象に調査を実施した。回答者数は214名であった。

**調査時期** 2020年6月～7月に実施した。

**手続き** 大学や大学院の講義及び大学生ボランティアが所属する団体の活動時間の一部を利用して、本調査について

の説明が記載された調査参加用紙を添付したメールにて依頼し、文面にて説明を行った。調査参加者には、調査参加用紙に添付されたQRコードからGoogleフォームでのアンケート調査に回答してもらった。

### Googleフォームの構成

(1)属性 属性として、性別、年齢、学年を尋ねた。

(2)対人支援ボランティア経験についての項目 予備調査同様に対人支援ボランティアへの参加経験及び活動期間(月単位)、活動内容を尋ねた。

(3)対人支援ボランティアストレスについての項目 大学生の対人支援ボランティア場面でのストレスを測定するために、予備調査で作成した大学生対人支援ボランティアストレス尺度原案49項目を用いた。先行研究に倣い、同じ項目について、「0.ほとんどない」から「3.よくある」までの回答してもらう4件法で尋ね、同じ項目について、不快度を「0.全然嫌に思わなかった」から「3.非常に嫌に思う」までで回答してもらう4件法で尋ねた。同じ項目について体験頻度と不快度の得点を掛け合わせて、この項目についてのストレス得点として用いる(得点範囲0～9点/項目)。

(4)努力の最小限化を検出する項目 三浦・小林(2018)を参考に、Directed Questions Scale(以降、DQS)2項目を対人支援ボランティアストレス尺度原案中の経験頻度と不快度を尋ねる項目の15項目に含めた(項目例:この項目では「ほとんどない」を選んでください)。DQSにて教示と異なる回答をしたものは違反回答として以降の分析には用いないものとした。DQSは、「尺度項目を精読しない努力の最小限化を検出するための方法で、多数の項目からなるリッカート尺度に、選択すべき選択肢を指示する項目を含め、指示通りの選択がなされたかどうかによって判定する」方法(三浦・小林, 2018)である。

(5)基準関連妥当性を測定する項目 基準関連妥当性を検討するために、久保(1998)が作成した日本版バーンアウト尺度を使用した。本尺度は「情緒的消耗感(5項目/項目例:身体も気持ちも疲れ果てたと思うことがある)」「脱人格化(6項目/項目例:自分の役割がつまらなく思えて仕方ないことがある)」「個人的達成感(6項目/項目例:我を忘れるほど活動に熱中することがある)」の3因子17項目で構成されている。尚、「個人的達成感」は逆転項目である。各項目について「1.ない」から「5.いつもある」までの5件法で回答を求め、それぞれの下位因子の得点を算出し、その合計得点を全体尺度得点(以下、バーンアウト得点)とした。なお、本尺度は本来対人支援ボランティアを対象に作成されたものではないため、項目の表現については意味が変わらないように一部表現を改めた(例:「仕事」→「活動」)。**統計解析** 本研究の統計解析は、統計解析ソフトHAD(清水, 2016)を使用した。

Table 1 大学生用対人支援ボランティアストレス尺度の因子分析結果

下位尺度及び項目	因子負荷量			M	SD	経験率	嫌悪率
	I	II	III				
<b>I 自己不全感因子 (<math>\alpha=.89</math>)</b>							
13 自分に対して出来ていないということを感じる	.76	-.05	.04	2.95	2.66	81.8%	75.8%
18 ボランティア先のスタッフとの関係性が気になる	.76	-.05	.06	1.36	2.15	56.1%	43.9%
7 対象者にどのように思われているか気になる	.73	.05	-.02	2.56	2.90	78.8%	43.9%
20 自分のことについて対象者から第三者にどのような報告をするのか気になる	.66	.05	-.19	2.05	2.66	63.6%	53.0%
17 第三者からクレームを言われなにか気になる	.65	-.15	-.02	2.00	2.52	56.1%	69.7%
50 一緒に活動をするボランティア同士の間関係を気にしてしまう	.65	-.15	-.08	1.38	2.45	36.4%	48.5%
8 自分が何故出来ないのか考える	.64	.24	-.22	3.12	3.01	89.4%	54.5%
5 周りのボランティアやスタッフが出来ることを自分ではできないと感じる	.64	-.01	.09	2.56	2.69	77.3%	63.6%
3 自分に非があるのではないかと思う	.58	.10	.30	2.44	2.83	72.7%	54.5%
32 活動の振り返りの時に発言しづらい	.58	-.18	.27	2.15	2.66	56.1%	68.2%
25 対象者やスタッフと初めて会う時は緊張する	.52	.19	-.15	3.32	2.98	95.5%	42.4%
11 活動にあたって、自分の準備が足りなかったと感じる	.48	.03	-.09	3.26	2.91	83.3%	74.2%
<b>II 対象者との関わり因子 (<math>\alpha=.87</math>)</b>							
43 こちらから働きかけたことに対して、対象者が違う行動をする	-.08	.83	-.07	1.65	2.02	72.7%	47.0%
49 対象者との距離感や線引きが難しいと感じる	-.09	.82	-.01	1.53	2.02	65.2%	36.4%
39 専門的な支援が必要な対象者を任せられる	-.16	.79	.07	0.98	1.83	37.9%	48.5%
40 対象者が自分の話を聞いてくれない	-.02	.76	.01	1.44	1.91	59.1%	48.5%
36 対象者に注意しても良いかの判断に悩む	.13	.66	.00	2.53	2.41	81.8%	48.5%
24 対象者が想定外の行動をとる	.15	.61	.01	1.92	2.11	84.8%	39.4%
31 対象者への怒り方がわからない	-.11	.48	.26	2.30	2.62	65.2%	62.1%
35 対象者にどのように声をかけるか考える	.06	.44	.05	2.33	2.19	84.8%	37.9%
45 対象者との関係性が、じゃれあいのような関係になっていると感じる	.07	.42	-.10	1.08	1.70	68.2%	30.3%
<b>III スタッフとの関わり因子 (<math>\alpha=.86</math>)</b>							
23 情報を共有してくれない	-.11	.03	.92	1.12	2.17	28.8%	92.4%
34 活動を報告する機会をもらえない	-.23	-.24	.81	0.55	1.67	24.2%	59.1%
28 スタッフとの距離感がある	.18	-.06	.71	2.03	2.45	65.2%	71.2%
21 活動の流れが上手く運ばない	-.01	.22	.65	1.64	1.79	59.1%	78.8%
9 活動の内容を丸投げされる	-.07	.09	.56	0.85	1.73	31.8%	69.7%
4 担当や内容が明確ではない	.29	.13	.54	2.05	2.67	60.6%	69.7%
37 ボランティア1人に対しての負担が大きい	-.03	.23	.40	1.06	2.10	31.8%	68.2%
因子間相関	I	II	III				
	I	-					
	II	.43	-				
	III	.45	.43	-			

## 結果

**参加者の属性** DQS に違反する回答をした 9 名を除外し、違反しなかった者を有効回答として以降の分析に用いた。有効回答者数は 66 名(男性 20 名, 女性 46 名, 学年別: 2 年生 14 名, 3 年生 26 名, 4 年生 19 名, 博士前期課程 1 年生 4 名, 博士前期課程 2 年生 3 名), 年齢は  $M = 20.88$  歳 ( $SD = 2.07$ ) であり, 有効回答率は 30.8% であった。

**経験率と不快率による項目の検討** 項目の経験率(「1. まれにある」以上の回答をした調査協力者の百分率)を算出したところ, 13.6%~97.0% であった。同様に不快率(「2. どちらかと言うと嫌に思う。」以上の回答をした調査回答者の百分率)を算出したところ, 15.2%~92.4% であった。これらの結果から, 少なくとも 1 割以上の参加者が経験し, 尚且つ不快感のある項目であるということが考えられるため, 以降の分析に用いた。

**因子構造の検討** 各項目の経験頻度と不快度の粗点の積

を項目の得点(ストレス得点)とし, 最小二乗法(プロマックス回転)による探索的因子分析を行った。その結果, MAP 基準及び解釈可能性を考慮し, 3 因子を抽出した。再度最小二乗法(プロマックス回転)による探索的因子分析を行い, 最終的に因子負荷量が .40 を下回る項目及び, 複数因子に高い因子負荷量を示す 21 項目を削除し, 残った 28 項目を対人支援ボランティアストレス尺度の項目として採用した(Table 1)。第一因子に負荷量の高い項目は「自分に対して出来ていないということを感じる」等, ボランティア参加者自身の内面的な要因に関するものであったため「自己不全感」因子と命名した。第二因子に負荷量の高い項目は「こちらから働きかけたことに対象者が違う行動をする」等, 対象者との関わりに関するものであったため「対象者との関わり」因子と命名した。第三因子に負荷量の高い項目は「情報を共有してくれない」等, ボランティアを管理・運営するスタッフとの関係性に関連するものであった

Table 2 大学生用対人支援ボランティアストレス尺度下位因子と日本版バーンアウト尺度の相関分析

	情緒的消耗感	脱人格化	個人的達成感	バーンアウト得点
自己不全感	.50 ***	.53 ***	-.42 ***	.62 ***
対象者との関わり	.36 **	.21 †	-.20	.34 **
スタッフとの関わり	.53 ***	.46 ***	-.34 **	.57 ***

注) \*\*\*  $p < .001$ , \*\*  $p < .01$ , †  $p < .10$

め「スタッフとの関わり」因子と命名した。

**内的整合性の検討** 本尺度の内的整合性を検討するため、Cronbach の  $\alpha$  係数を算出した。まず、尺度全体については  $\alpha = .91$  であった。次に、下位因子においては、「自己不全感」因子が  $\alpha = .89$ 、「対象者との関わり」因子が  $\alpha = .87$ 、「スタッフとの関わり」因子では  $\alpha = .86$  であった。これらのことから、尺度全体及び各因子の内的整合性は高い水準にあると考えられる。

**基準関連妥当性の検討** 本尺度の基準関連妥当性を検討するため、日本版バーンアウト尺度の尺度全体及び下位因子との相関分析を行った (Table 2)。その結果、本尺度の各因子においてバーンアウト得点との有意な正の相関 (傾に  $r = .62, p < .001, r = .38, p < .01, r = .57, p < .001$ ) が認められ、その他の日本版バーンアウト尺度の下位因子とも概ね有意な相関が示された。これらの結果から本尺度の基準関連妥当性は支持されたと考えられる。

**ストレスラーがバーンアウトに与える影響の検討** 本尺度の下位因子がバーンアウトに与える影響について検討するために目的変数を「バーンアウト得点」、説明変数を本尺度の下位因子 3 因子とするステップワイズ法による重回帰分析を行った (Table 3)。「自己不全感」「スタッフとの関わり」が有意な正の影響 (傾に、 $\beta = .46, p < .001, \beta = .36, p < .01$ ) を与えることが示された。

Table 3 バーンアウト得点を目的変数とした重回帰分析の結果

変数名	バーンアウト得点
自己不全感	.46 ***
スタッフとの関わり	.36 **
Adj $R^2$	.47 ***

注) \*\*\*  $p < .001$ , \*\*  $p < .01$

### 考察

**作成した尺度の検討** 本研究では、大学生対人支援ボランティアストレス尺度を作成し、因子構造を明らかにするとともに、内的整合性と基準関連妥当性を検討することが目的であった。そのため、予備調査として FGI を用いて項目

収集を行い、尺度原案を作成した。作成された尺度原案を用いて本調査を行い、その結果を因子分析した結果、「自己不全感」、「対象者との関わり」、「スタッフとの関わり」の 3 因子が抽出された。第一因子として抽出された「自己不全感」に関しては、予備調査での「自分についてのストレスラー」、岩佐・山本(2008)の「スキル不足から生じるストレスラー」と対応すると考えられる。ボランティア活動に参加する中で、自身のスキルや能力不足を体験し、それに対してどのように対象者等からどのように評価されているのかということにも気になってしまうということが考えられる。第二因子である「対象者との関わり」を経て、大学生という非専門職であるが故に感じるストレスラーであるとも考えられる。山田・菊島(2007)はスクールカウンセラーのような専門職であっても類似のストレスラーとして「自分自身に対する不満」という因子が存在し、比較的高い値であると述べている。専門的教育を受けた支援職ですら感じるストレスラーであることを考えれば、非専門職である大学生が無念な想いを抱いてしまうことは自然であると考えられる。

第二因子である「対象者との関わり」に関しては、予備調査での「対象者からのストレスラー」、岩佐・山本(2008)の「対象者から受けるストレスラー」に相当すると考えられる。これと同様に皆川(2000)も当事者との関わりに関する悩みが取り上げられている。対人支援ボランティアの中には学校・教育現場や福祉施設等での活動で難しさを感じる対象者がいることも考えられる。近年は、伊藤(2015)に挙げられるような発達障害児・者に関わるような機会が増えたこともあり、非専門職である大学生にとっては対象者との関わり自体が負担感になる場合も考えられるだろう。また、活動の枠組みがある場合、対象者がそこから逸脱するようなことがあれば対応を迫られることになるが、そこでボランティアという立場故に逸脱への対応で困難感を感じる事がこのストレスラーに表れるのではないかと。

第三因子の「スタッフとの関わり」については、予備調査における「ボランティア先からのストレスラー」、岩佐・山本(2008)における「仲間から受けるストレスラー」に対応すると考えられるだろう。皆川(2000)でも同様に、人間関係や組織・環境等に対するの悩みを挙げている。先述のように大学生のボランティア先として考えられる現場では、ボランティア担当の窓口としてのスタッフがいることが考えられるが、

そのスタッフも専任ではなく、教員としてや施設職員としての勤務を行いながら窓口業務を行っていることが想定できる。そうした場合、本尺度で挙げられているようなボランティアへの情報共有や振り返りの時間を密に取れないということも考えられるだろう。そうした場合においては、現場のスタッフの関係性としては距離感のある関係性になりボランティアが孤立してしまうという事態も考えられ、その結果として米澤(2010)の挙げるような「相談相手がいない」という事態に繋がることも予想できる。

**バーンアウトとの関連** 本研究では基準関連妥当性の検討のため、日本版バーンアウト尺度との相関分析を行った。バーンアウト得点との有意な正の相関が認められた他、バーンアウト下位因子においても一部有意な相関が示された。ストレスとバーンアウトの関連については、問題の項にも記述した通り、多くの研究で知見が蓄積されている。そのため、本尺度の理論的に予測された基準関連妥当性は支持されたと考えられるだろう。また、バーンアウト下位因子である「情緒的消耗感」に関してはバーンアウトの本質として扱われることが多い(例えば久保, 2003)。「情緒的消耗感」は Lazarus & Folkman(1984)のモデルではストレス反応にあたる(久保, 2003)。本研究で作成された尺度はストレスとそれに対する認知的評価の掛け合わせた指標であるが、ストレス反応である「情緒的消耗感」と有意な正の相関が示されていることから本尺度の基準関連妥当性は支持されていると考えられるだろう。

本調査では予備的な分析として、作成したストレス尺度の下位因子を説明変数としたバーンアウトへの影響を検討する重回帰分析を行った。その結果、直接的にバーンアウトに影響を与えているのは「自己不全感」と「スタッフとの関わり」であった。ボランティア場面でまず直面するのは「対象者との関わり」での困難であると考えられる。そして、それがバーンアウトに直結していないことを考えると、「対象者との関わり」に含まれるストレスそのものについては参加する学生自身が消化できるものであるのではないかと考えられる。ボランティア活動は安島(2003)にあるように「自発的」な活動である。対人支援ボランティアに参加する大学生にとって支援の困難性に直面すること自体は学びとして消化され、バーンアウトには直接繋がらないという可能性が考えられるだろう。しかしその一方で、そのようなストレスによるストレスを解決できない状態が慢性化し、「スタッフとの関わり」において円滑にいかない場合は、活動についての相談相手を失ってしまい「自己不全感」が高まることと推察される。このような結果、バーンアウトに繋がってしまうことが考えられる。また、バーンアウトに関しても久保(2003)は「脱人格化」と「個人的達成感」については「情緒的消耗感」の副次的な結果であるという見方を紹介しており、ここからバーンアウトのモデル自体も並列的な解釈ではな

いと考えられる。これらから、本研究で示されたストレスとバーンアウトには時系列的なモデルを検討することが必要になってくるだろう。

「個人的達成感」はいわゆる援助成果との関連が理論的に予想される。妹尾(2001)によると援助成果とは「向社会的行動において、他社との相互作用を通じて、援助者自身が認知する心理・社会的な内的報酬」のことを指す。妹尾・高木(2003)はボランティア活動を行う援助者が援助成果を実感することが活動の継続要因として機能することを示している。妹尾・高木(2003)では援助成果として「愛他的精神の高揚」、「人間関係の広がり」、「人生への意欲喚起」を挙げているが、これらはストレスに対しての支援を行うことによって改善し、得られる可能性もあるのではないかと。これらのことから、改めて木村・河合(2012)の述べるような大学生ボランティアに対する支援の必要性が窺える。大学側がボランティアをあっせんする場合には、ボランティア現場の担当者との連携を行い、参加する学生に事前にどのようなボランティアであるのかというような紹介が出来るようなシステム作りを行うことが必要だろう。そして、そのシステムには環境調整だけではなく、「自己不全感」のような内面的な問題にアプローチできるような専門性の高い職員等による相談を行う等によって学生支援を行える環境が重要になると考えられる。

**課題と展望** 本研究の課題として、調査時期の問題が挙げられる。調査を実施した2020年は、新型コロナウイルス(COVID-19)の流行により、対人支援ボランティアのみならず大学生や大学院生の対外的な活動が基本的に自粛を強いられているという状況であった。そのため、本来重視されるべき、現在進行形で活動に参加する学生の回答が限定的でサンプルサイズが小さかった。そのことを踏まえると、本研究の因子構造についての結果の解釈は慎重に行う必要がある。

また、本尺度にはストレス評定の上で方法論上の問題点も存在している。本尺度の評定は菊島(2002)の述べるように、出来事に関して個々人で意味づけをどのように行っているかを検討する必要があるという点に着目されて用いられているものである。岡安・嶋田・丹羽・森・矢富(1992)でも同様の評定方法を用いており、嫌悪性を同じ3点と回答した場合でも、その出来事を慢性的に経験(3点)の場合と、一時的に経験している場合(1点)の場合ではその衝撃度に差をつけるべきであることを理由として挙げている。しかし、同研究では課題として経験頻度が1点で嫌悪性が3と回答された場合と、経験頻度が3で嫌悪性が1と評定された場合で評定値が等しく見なされてしまうことを挙げている。この点についても慎重な解釈が求められ、更なる検討が必要だろう。

そして、本研究で示された内的整合性と基準関連妥当性

はあくまで Google フォームという Web アンケートシステムでのものである。従来の紙媒体での質問紙調査と Web アンケート調査の回答の違いは林・金(2017)によっても指摘されており、そうした観点からも従来の質問紙調査と同様の結果が示されるかということは今後の研究の課題である。

<付記> 本論文は、第一著者の 2020 年度帝塚山大学大学院に提出した修士論文の一部に加筆修正したものである。また、本研究の一部は、2020 年度日本応用心理学会 87 回大会(代替措置)で発表された。

## 引用文献

- 安島 進市郎 (2002). ヒューマン・サービス提供組織のボランティア・マネジメント 経営学論集, 72, 268-269.
- 安島 進市郎 (2003). NPO におけるボランティア満足——プログラム利用者としてのボランティア—— 社会・経済システム, 24, 73-79.
- 藤野 好美 (2001). 社会福祉従事者のバーンアウトとストレスについての研究 社会福祉学, 42, 137-149.
- 原田 直樹・梶原 由紀子・吉川 未桜・樋口 善之・江上 千代美・四戸 智昭・松野 浩幸・松浦 賢長 (2011). 大学生ボランティアによる学校児童生徒への支援ニーズに関する研究 福岡県立大学看護学研究紀要, 8, 1-9.
- 林 明明・金 吉晴 (2017). インターネット調査と郵送紙面調査による調査結果の比較 日本心理学会第 81 回大会発表論文集, 30.
- 広崎 純子・酒井 朗・千葉 勝吾・風間 愛理 (2006). NPO 活動におけるボランティアの学びと成長——高校生の進路選択支援活動に携わる学生を事例に お茶の水女子大学子ども発達教育研究センター紀要, 3, 113-122.
- 伊藤 里恵 (2015). 発達障害児支援にて携わる学生ボランティアが抱える困難について——学生への支援策の検討に向けて—— 人間生活文化研究, 25, 174-177.
- 岩佐 俊輔・山本 眞利子 (2008). ロールプレイを用いた構成的 EG が対人援助ボランティア学生のストレス低減に及ぼす影響 久留米大学心理学研究, 7, 87-93.
- 和 秀俊 (2018). 大学生のメンタルヘルスにおけるボランティア活動の可能性 田園調布学園大学紀要, 13, 115-131.
- 亀田 凌雅・中地 展生 (2020). 大学生のボランティア経験と大学生生活ストレスの関連の検討 帝塚山大学心理科学論集, 3, 37-44.
- 神澤 創・佐脇 亜衣・大畑 豊 (2008). 学生サポーター派遣事業に関する研究(1)——サポート・ニーズ調査と事前教育に関して—— 帝塚山大学心理福祉学部紀要, 4, 17-30.
- 川喜田 二郎 (1967). 発想法——創造性開発のために 中央公論社
- 木村 充・河合 亨 (2012). サービス・ラーニングにおける学生の経験と学習成果に関する研究——立命館大学「地域活性化ボランティア」を事例として—— 日本教育工学会論文誌, 36, 227-238.
- 厚生労働省社会・援護局地域福祉課 (2007). ボランティアについて Retrieved from [http://www.mhlw.go.jp/shingi/2007/12/dl/s12035e\\_0001.pdf](http://www.mhlw.go.jp/shingi/2007/12/dl/s12035e_0001.pdf) (2020 年 8 月 10 日)
- 菊島 勝也 (2002). 大学生用ストレス尺度の作成: ストレス反応, ソーシャルサポートとの関係から 愛知教育大学研究報告 教育科学, 51, 79-84.
- 高坂 茉里 (2012). 大学生の対人関係と学校ストレス——1 年生と 3 年生を対象とした調査研究—— 暁星論叢, 62, 55-84.
- 久保 真人 (1998). ストレスとバーンアウトとの関係——バーンアウトはストレンか?—— 産業・組織心理学研究, 12, 5-15.
- 久保 真人 (2003). バーンアウト 3 因子モデルに関する考察 人間環境学研究, 1, 31-39.
- 倉田 康路 (1998). 福祉施設ボランティア/施設側のボランティア活動者に対する要望と期待 福祉教育・ボランティア学習研究年報, 3, 46-68.
- 黒沢 幸子・日高 潤子・張替 裕子・田島 佐登史 (2009). 臨床心理的地域援助としての学校支援学生ボランティア派遣活動のシステム構築 心理臨床学研究, 27, 534-545.
- 小山 敦子・保田 佳苗・仁木 稔・平野 智子・陣内 里佳子・岩上 芳・長野 京子 (2003). 医療・福祉関係者は疲れている——ケアを供与する側のメンタルヘルス—— 心身医学, 43, 679-688.
- Lazarus, R.S. & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal and Coping*. New York: Springer Publishing Company (リチャード S. ラザラス・スーザン・フォルクマン 本明 寛・春木 豊・織田 正美(訳) (1991). ストレスの心理学 認知的評価と対処の研究 実務教育出版)
- 松原 達哉・宮崎 圭子・三宅 拓郎 (2006). 大学生のメンタルヘルス尺度の作成と不登校傾向を規定する要因 立正大学心理学研究所紀要, 4, 1-12.
- 松井 仁・野口 富美子 (2006). 教師のバーンアウトと諸要因——ストレス、効力感、対処行動をめぐって—— 京都教育大学紀要, 108, 9-17.
- 松岡 治子・鈴木 庄亮 (2008). 看護・介護職者の自覚的健康及び抑うつ度と自覚症状との関係 産業衛生学雑誌, 50, 49-57.
- 皆川 州正 (2000). ボランティアの悩みに関する研究——学生ボランティアを対象とした悩みとその解決の調査—— 社会福祉研究報, 10, 38-47.
- 三浦 麻子・小林 哲郎 (2018). オンライン調査における努力の最小限化が回答行動に及ぼす影響 行動計量学, 45, 1-11.
- 水上 徹男(2003). 地域社会とボランティア活動——社会財の活用と互惠性の展開—— 佐々木 正道(編) 大学生ボランティアに関する実証的研究 pp.3-21.
- 文部科学省初等中等教育局 (2012). 教員のメンタルヘルスの現状 Retrieved From [https://www.mext.go.jp/b\\_menu/shingi/chousa/shotou/088/shiryo/\\_icsFiles/afildfile/2012/03/16/1318684\\_001.pdf](https://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chousa/shotou/088/shiryo/_icsFiles/afildfile/2012/03/16/1318684_001.pdf) (2020 年 8 月 10 日)
- 日本学生支援機構 (2006). 学生ボランティア活動に関する調査報告書 Retrieved from [http://www.jasso.go.jp/sp/about/statistics/volunteer/\\_icsFiles/afildfile/2015/10/09/houkoku\\_02.pdf](http://www.jasso.go.jp/sp/about/statistics/volunteer/_icsFiles/afildfile/2015/10/09/houkoku_02.pdf) (2020 年 8 月 4 日)
- 日本学生支援機構 (2009). 平成 20 年度大学等におけるボランティア活動の推進と環境に関する調査報告書 Retrieved from <http://www.jasso.go.jp/sp/about/statistics/volunteer/2008.html> (2020 年 8 月 4 日)

- 岡安 孝弘・嶋田 洋徳・丹羽 洋子・森 俊夫・矢富 直美 (1992). 中学生の学校ストレスの評価とストレス反応との関係 心理学研究, 63, 310-318.
- 小野寺 敦志・畦地 良平・志村 ゆず (2007). 高齢者介護職員のストレスとバーンアウトの関連 老年社会学, 28, 464-475.
- 妹尾 香織・高木 修 (2003). 援助行動経験が援助者自身に与える効果:地域で活動するボランティアに見られる援助成果 社会心理学研究, 18, 106-118.
- 清水 裕士 (2016). フリーの統計ソフト HAD——機能の紹介と統計学習・教育, 研究実践における利用方法の提案—— メディア・情報・コミュニケーション研究, 1, 59-73.
- Vaughn, S., Schumm, J.S., & Sinagub, J. (1996). *Focus group interviews in education and psychology*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications. (ヴォーン, S.・シューム, J.S.・シナグブ, J. 井下 理 (訳) (1999). グループ・インタビューの技法 慶應義塾大学出版会)
- 割澤 靖子 (2015). 臨床実践に関心をもつ大学生の小学校におけるボランティア体験の意味 教育心理学研究, 63, 162-180.
- 山田 美里・菊島 勝也 (2007). スクールカウンセラーと心の教室相談員のストレス 愛知教育大学研究報告, 56, 125-131.
- 山根 隆宏 (2013). 発達障害児・者をもつ親のストレス尺度の作成と信頼性・妥当性の検討 心理学研究, 83, 556-565.
- 米澤 美保子 (2010). ボランティア活動の継続要因 関西福祉科学大学紀要, 14, 31-41.
- 吉田 渉人・徳田 智代 (2012). 対人支援ボランティアにおけるボランティア満足とバーンアウトの関係 久留米大学心理学研究 11, 108-116.

## Interpersonal Support Volunteer Stressor Scale for University Students: Reliability and Validity

Ryoga KAMEDA and Nobuo NAKAJI

### Abstract

This study describes the development and evaluation of the Interpersonal Support Volunteer Stressor Scale for University Students. We developed scale-items through interviews with 12 focus group members who were experienced, interpersonal support volunteers. Then, we conducted a questionnaire survey with experienced volunteers ( $N = 66$ ) using these items. Factor analysis of the items identified three factors: "Sense of self-failure," "Relationship with the target person," and "Relationship with staff." These factors had high criterion-related validity. Moreover, the new scale score was significantly correlated with the Japanese version of the Burnout Scale. Therefore, the new scale was sufficiently reliable and valid for assessing stress in university students that are interpersonal support volunteers. Multiple regression analysis of the results indicated that Sense of self-deficiency and Relationship with staff were significantly related to burnout. These results suggest that universities need to provide professional support for student volunteers and develop closer cooperation between and student volunteers' workplaces.

Key words: Interpersonal support volunteer, University student, Stressors